



**Wat moet ik weten
over...**

Winterseizoen 2019-2020

Kangoeroes, benjamins, pupillen & miniemen

Bij Sparta Bornem verwachten we dat elke jeugdathleet sterren verzamelt tijdens het atletiekseizoen: benjamins tot miniemen minstens acht tijdens het winterseizoen en minstens acht tijdens het zomerseizoen; kangoeroes enkel acht in het winterseizoen. Dit doe je door deel te nemen aan wedstrijden, en wordt gevolgd door een mooie beloning! Bekijk zeker eens het volledige reglement op onze website.

We geloven dat het nodig is om ook het wedstrijdaspect van atletiek te leren kennen, zonder dat we daarbij druk op de prestaties leggen. Achteraan in deze brochure kan je nakijken hoeveel sterren elke wedstrijd in de winter waard is. De kalender van het zomerseizoen krijg je in het voorjaar.

Met deze brochure willen we atleet en ouders praktische informatie geven over het komende winterseizoen. Uiteraard ben je steeds welkom bij de trainers voor meer informatie!



CROSS

cross (*de; m; meervoud: crosses*), (*sport*) wedstrijd waarvoor een parcours is uitgezet op een met natuurlijke hindernissen verzwaard terrein

De cross of veldloop is een wedstrijd **in het veld** waarbij per geboortejaar gestart wordt. De afstand is afhankelijk van het geboortejaar. De atleet neemt hier **gratis** aan deel, de ouders betalen inkom. Vooraf **inschrijven** is niet nodig. Opgelet, voor kangoeroes zijn er minder wedstrijden dan voor de andere jeugdcategoryën.

Je moet **één uur voor de start** van de eerste reeks van je categorie (bijvoorbeeld benjamins) aanwezig zijn bij onze SPBO-tent. Deze tijd is nodig om de inschrijving in orde te maken, het parcours te verkennen en in groep op te warmen.

Eens aangekomen bij de tent, vraag je een **inschrijvingskaartje** bij je trainer, vult dit in en hangt dit achter je **borstnummer**. Deze nummer kreeg je na je inschrijving bij Sparta Bornem. De borstnummer draag je vooraan op je **clubtruitje**. Bij een cross zijn **spikes** aangewezen. Dit zijn schoenen met pinnetjes die zorgen voor extra grip. De nodige lengte van deze pinnetjes vraag je na bij je trainer. De trainer zal aangeven wanneer het tijd is om naar de **start** te gaan, we vragen aan ouders om mee te gaan voor het aannemen van bijvoorbeeld een trui.

Tijdens de wedstrijd kan iedereen luid aanmoedigen. We verwachten uiteraard **sportief gedrag** van alle atleten en Sparta-sympathisanten. Weet ook dat meelopen met de atleet, al is het maar een paar meter, niet toegestaan is. Dit kan leiden tot diskwalificatie van de atleet.

Na de wedstrijd krijgen de atleten een **prijs**, ofwel onmiddellijk ofwel volgens het schema opgesteld door de organisatie (ongeveer een uur na de wedstrijd). Belangrijk is dat de groep eerst gezamenlijk **uitloopt**, vooraleer de atleten met de ouders bij de tent weg gaan.



INDOOR

*in·door (bijwoord), binnenshuis, overdekt: (sport)
indooratletiek, indoorwedstrijd*

De indoor is een wedstrijd in een **zaal** waarbij per categorie gestart wordt. **Verschillende disciplines** worden hier georganiseerd: 60m, 600m/1000m, ver, kogel, hoog, 60m horden. Vooraf **inschrijven** is niet nodig, behalve bij provinciale of andere kampioenschappen. Per discipline wordt er (meestal dus de dag zelf) ingeschreven en moet je ongeveer 2 euro betalen. De ouders betalen ook hier inkom. Deze wedstrijden zijn niet voor kangoeroes.

Wanneer je aan een indoor deelneemt, moet je **één uur voor jouw eerst start** aanwezig zijn. Je schrijft je in aan het secretariaat en betaalt de deelname. Voor de wedstrijd draag je je **borstnummer** vooraan op je **clubtruitje**. De trainer verzorgt de opwarming of geeft hiervoor de nodige aanwijzingen. Spikes dragen mag ook hier, maar de pinnetjes mogen maximaal 6 mm lang zijn. Ook gewone (propere) schoenen kunnen gedragen worden.

We verwachten van de ouders dat ze mee het uurrooster opvolgen en de atleet op tijd naar de proef brengen.

Tijdens de wedstrijd kan iedereen luid aanmoedigen. We verwachten uiteraard **sportief gedrag** van alle atleten en Sparta-sympathisanten. Na de laatste wedstrijd van de dag gaan de atleten **uitlopen**, vooraleer ze naar huis vertrekken.

Bij Sparta Bornem nemen we deel aan verschillende wedstrijden van een **criterium** van een andere club (HAKI, Hoboken). Door punten te verzamelen wordt een klassement opgemaakt door de organiserende club waarbij medailles en trofeeën verzameld worden. Het volledige reglement kan je terugvinden op hun website.



De Wolf Opticiens

ZORG VOOR UW OGEN

B!SYS



modemakers

ARGENTA
uw appeltje voor de dorst
DEBEHETS EDDIE
Kapelstraat 51 BORNEM
03/899 03 20


Cécémel
DE ENIGE ÉCHTE

KALENDER WINTER 2019-2020

Datum	Plaats	Cross/Indoor	Belang
03/11/19	Bonheiden	Cross	★
11/11/19	Mechelen	Cross	★★★
17/11/19	Hoboken	Indoor	★★★
17/11/19	Duffel	Cross	★
24/11/19	Zeel	Cross	★
15/12/19	Wichelen	Cross	★
15/12/19	Hoboken	Indoor PK	★★★★
22/12/19	Lille	Cross	★★★
05/01/20	Grimbergen	Cross	★
12/01/20	Essen	Cross PK	★★★★
12/01/20	Hoboken	Indoor	★
26/01/20	Bornem	Cross	★★★★
02/02/20	Hamme	Cross	★
09/02/20	Hoboken	Indoor	★★★
16/02/20	Lebbeke	Cross	★★★
23/02/20	Hoboken	Indoor	★
23/02/20	Brussel	Cross BK	★★★
15/03/20	Hoboken	Indoor	★★★

Kijk zeker ook op onze website: <http://www.spartabornem.be/>
Het volledige wedstrijdreglement kan je hier terugvinden. De kalender kan uitzonderlijk nog wijzigen. Dit wordt dan gecommuniceerd via de maandelijkse briefjes en op de website.

Meer vragen? Contacteer onze jeugdcoördinator Britt Colliers (britt_colliers@hotmail.com) of je trainer.