



Atletiek Vereniging Haaksbergen

Informatie boekje 2018

AVH





Inhoudsopgave

Bladzijde

1. Inhoudsopgave, Voorwoord
 2. Waar is de Atletiek Vereniging Haaksbergen te vinden?
 3. Atletiek voor altijd en iedereen
 4. Trainingsprogramma Atletiek Vereniging Haaksbergen
 5. Organisatieschema Atletiek Vereniging Haaksbergen
 6. Leeftijdsindeling, Nieuwsbrief
 7. Aanmelden, Clubtenuue, Kledingfonds, Afmelden, Klachten
 8. Contributieoverzicht
 9. Aanmeldingsformulier
-

Voorwoord

Beste lezer,

De Atletiek Vereniging Haaksbergen, kortweg AVH, is opgericht in 1972 en heeft tot doel de atletieksport te bevorderen.

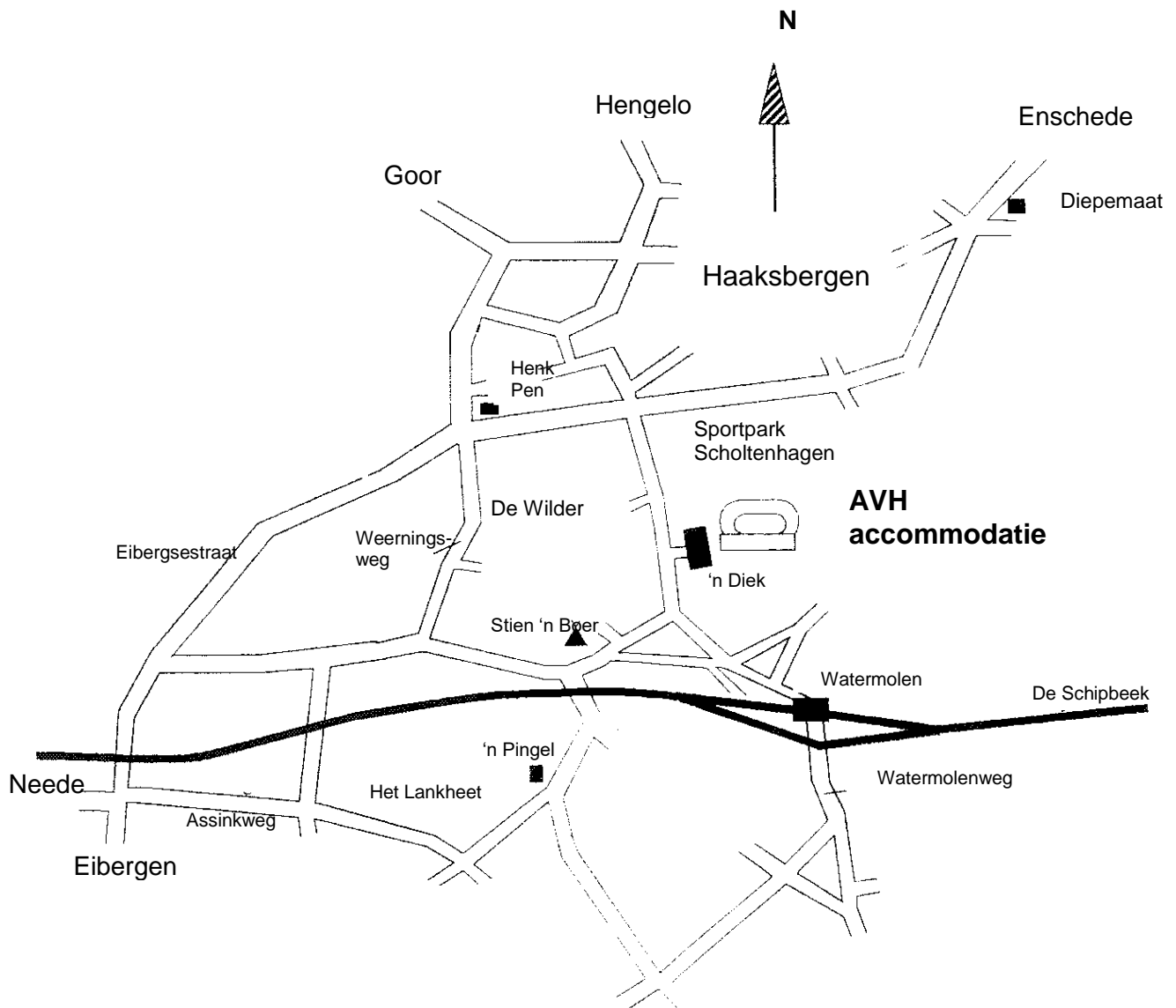
Door middel van deze brochure wil het bestuur geïnteresseerden, aspirant-leden en andere belangstellenden informeren over de mogelijkheden die wij op sportief gebied te bieden hebben.

Onze accommodatie is gelegen op het prachtige Sportpark Scholtenhagen, aan de Scholtenhagenweg 39 te Haaksbergen. Sinds 1993 beschikt AVH over een moderne kunststofbaan.

Het bestuur van de Atletiek Vereniging Haaksbergen heet allen van harte welkom op onze accommodatie en is graag bereid het een ieder naar de zin te maken. Mochten er na het lezen van deze brochure vragen of opmerkingen zijn, dan staan wij u graag te woord.
U bent van harte welkom!

Het bestuur van de Atletiek Vereniging Haaksbergen.

Waar is de Atletiek Vereniging Haaksbergen te vinden?



Atletiek Vereniging Haaksbergen
Scholtenhagenweg 39
7481 VN Haaksbergen

☎ Clubgebouw 'n Diek 053 5740599

www.av-haaksbergen.nl

Atletiek voor altijd en iedereen

Het beoefenen van atletiek is nauwelijks aan leeftijd gebonden.



Al vanaf 6 jaar kunnen kinderen op de atletiekbaan terecht en bieden wij jong en oud een goed programma. Zij krijgen bij AVH een prima mogelijkheid zich verder te ontplooiën. Een maximum leeftijd is niet aan te geven en menig zeventigplusser laat zich dan ook regelmatig op de, inmiddels landelijk en regionaal bekende, AVH-lopen zien.

Tijdens de trainingen wordt er natuurlijk rekening gehouden met de leeftijd en de geoefendheid van de beginnende AVH-atleet. Geleidelijk wordt toegewerkt naar het verhogen van een prestatie, waardoor vooral ook bij kinderen, maar ook bij ouderen, het vertrouwen in eigen lichamelijke mogelijkheden groeit en het karakter wordt gesterkt. De weg van de geleidelijkheid is daarbij de beste. Speciale aandacht is er voor elke leeftijdsfase. Via speelse en niet te specialistische trainingen voor de kleinsten. En specifieke, meer op wedstrijd gerichte, oefenstof voor jeugdigen tot eveneens op maat gesneden trainingen/ begeleidingen voor de oudere AVH-leden. Wel of niet in wedstrijdverband, het kan allemaal bij AVH.

Gediplomeerde en vooral deskundige trainers begeleiden u of uw kind op gevarieerde wijze. Door het aanbieden van veelzijdige bewegingservaring tot en met een zeer gespecialiseerde baan- wegtraining zorgen wij ervoor dat op een plezierige wijze de atletieksport bedreven kan worden.

De Atletiek Vereniging Haaksbergen biedt een ieder het gehele jaar door daartoe de gelegenheid. Waar in de zomer de baanatletiek centraal staat en in het najaar de crossen, zo gaan de loop- en prestatiewedstrijden dwars door het gehele jaar heen. Hierdoor is het duidelijk dat atletiek bedrijven een goede keus is om twaalf maanden per jaar actief te kunnen sporten.



Op deze wijze bewerkstelligen de trainers, begeleiders en bestuurders van de AVH atletiek op maat, voor elk wat wils, met als motto: een gezonde geest in een gezond lichaam! Een leus die voor vele sporters geldt, maar in zeer bijzondere mate voor de moeder aller sporten: de atletiek!

Trainingsprogramma Atletiek Vereniging Haaksbergen

Veelzijdigheid kenmerkt onze vereniging: alle trainingscategorieën zijn optimaal aanwezig.

De leeftijdscategorie van 6 tot en met 12 jaar onderscheiden we in mini 's en pupillen C, B en A en krijgt training volgens het zgn. speels- prestatieve principe. Zij wordt spelenderwijs bekend gemaakt met de atletieksport. Veelzijdigheid staat voorop.

Vanaf 13 jaar geldt geleidelijk het principe van specialisatie. Getraind wordt dan op die onderdelen die de voorkeur verdienen, zoals:

- Discuswerpen
- Kogelstoten
- Speerwerpen
- Hordelopen
- Hoogspringen
- Verspringen
- Polsstokhoogspringen



Trainingstechnisch ziet een les er als volgt uit:

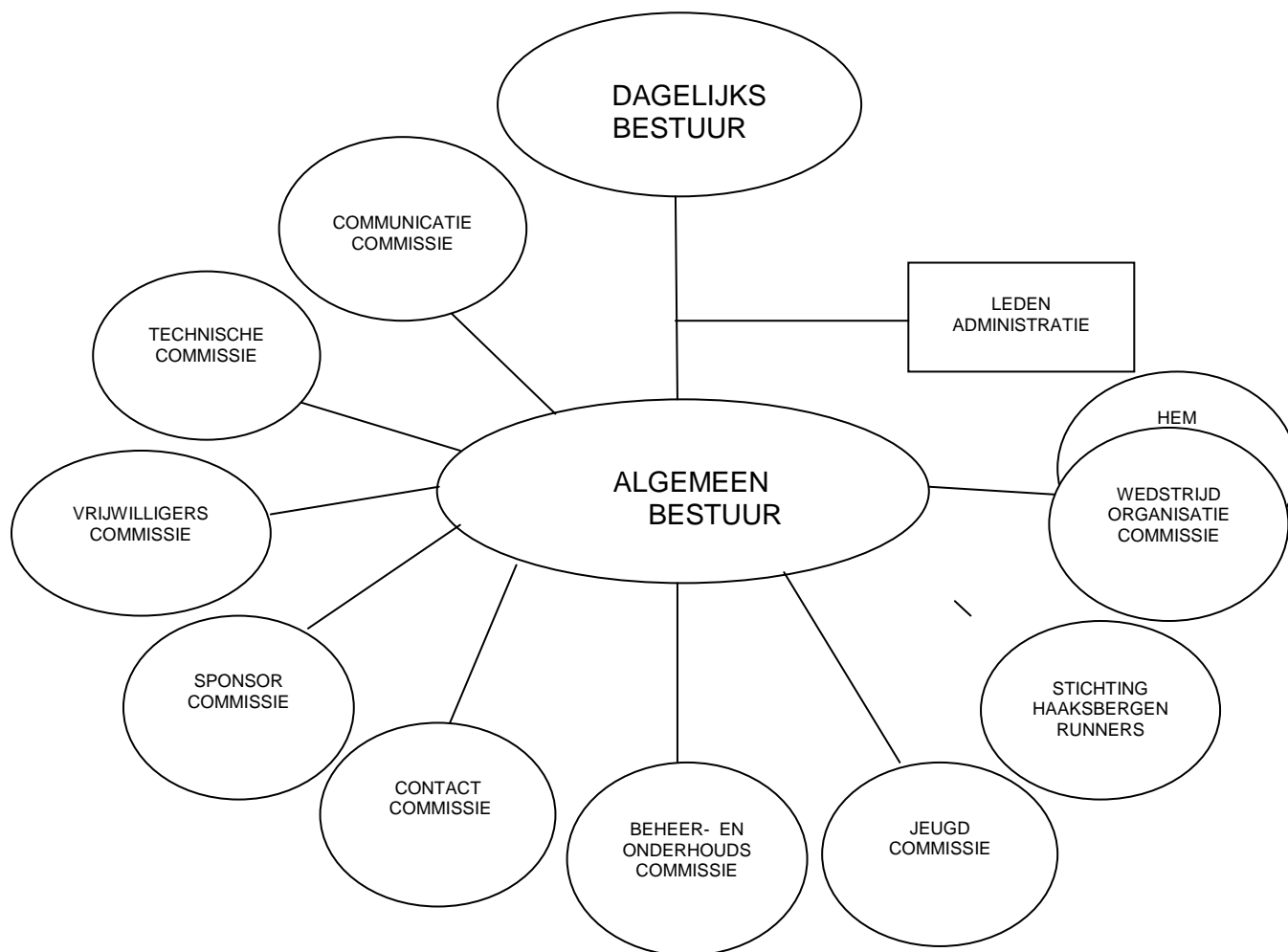
- Warming-up
- Looptechnisch deel
- Keuzeonderdeel
- Cooling-down

Een krachtrainingsprogramma vervolmaakt bovenstaande training. Liefhebbers van de lange afstand hebben een veelheid aan mogelijkheden. De AVH heeft groepen die zich voorbereiden op prestatielopen, maar ook wedstrijdlopen zoals crossen, veldlopen, halve en hele marathonlopen. Geen interesse in wedstrijden? Geen probleem. AVH heeft ook trainingen voor sporters die recreatief willen lopen, samen met anderen. Twee niveaus zijn mogelijk: loop-recreatief niveau en loop-wedstrijd niveau.

Een broertje dood aan hardlopen? Dan biedt AVH de mogelijkheid om mee te doen aan sportief wandelen. Dit vindt plaats op elke woensdag van 09.00 tot 10.00 uur. Na het wandelen wordt er gezamenlijk koffie gedronken. Voor deze activiteit hoeft u geen lid te zijn van de vereniging.

Kunt u nog geen verantwoorde keuze maken dan is dat bij AVH geen probleem. Zonder enige verplichting mag u kosteloos 3 trainingen meedoen en dan alsnog besluiten of u AVH-lid wenst te worden. Wilt u meer informatie? Dan kunt u terecht bij een van de vele trainers van AVH of de voorzitter van de technische commissie.

Organisatieschema Atletiek Vereniging Haaksbergen



De Atletiek Unie onderscheidt voor deelneming aan wedstrijden vier groepen, te weten:

- Minipupillen tot 8 jaar
- Pupillen C 8 jaar
- Pupillen B 9 jaar
- Pupillen A 10 en 11 jaar

- Junioren D 12 en 13 jaar
- Junioren C 14 en 15 jaar
- Junioren B 16 en 17 jaar
- Junioren A 18 en 19 jaar

- Senioren Allen die bij de junioren de oudste leeftijdsklasse hebben overschreden

- Veteranen Deze worden onderverdeeld in leeftijdsklassen van vijf jaar met de onderstaande opbouw.
Vrouwen: 35-39, 40-44, 45-49 etc..
Mannen : 40-44, 45-49, 50-54 etc.



Voor alle aangegeven leeftijden geldt dat deze in het lopende jaar worden bereikt. Om praktische redenen geschiedt de indeling in overeenstemming met deze bepaling reeds vanaf 1 november van het voorgaande jaar. Uitzondering hierop vormen de veteranen. Als 'overgangsdag' geldt daar de dag waarop men de aangegeven leeftijd bereikt.

Recreant Atletiekunielid: als recreant kan men meedoen aan georganiseerde lopen, mits deze openstaan voor recreanten.

Nieuwsbrief

Zes keer per jaar wordt er een nieuwsbrief per e-mail verzonden. Wilt u op de hoogte blijven van nieuws uit de vereniging, dan kunt u zich inschrijven op onze site www.av-haaksbergen.nl.

Aanmelden

Als je na het lezen van de informatie enthousiast bent geworden, kom dan een paar keer gratis trainen (maximaal 3x). Besluit je hierna lid te worden van AVH, vul dan het aanmeldingsformulier uit deze brochure in en lever dit in bij de ledenadministratie (zie formulier). De ledenadministratie zorgt voor aanmelding bij de Atletiekunie.



De contributie wordt eenmaal per kwartaal via incassobetaling verrekend. Na betaling wordt de lidmaatschapskaart van de Atletiekunie toegezonden. Deze is noodzakelijk voor deelname aan wedstrijden.

Clubtenu

Voor deelname aan officiële wedstrijden is het clubtenu verplicht. Dit clubtenu is 2x per jaar via de vereniging te bestellen. Dit zal via de nieuwsbrief aangegeven worden.

Jeugdleden kunnen gebruik maken van ons kledingfonds.

Kledingfonds

Speciaal voor de snel groeiende jeugd hebben we een kledingfonds opgericht.

In het fonds zitten een T- shirt en een tight kort, maat 140 t/m 160.

Hiervoor betaal je € 6,00 per kwartaal. Het hele jaar door kun je bij de ledenadministratie deze omruilen tegen passende kleding.

Clubkleding buiten het kledingfonds is via de vereniging te bestellen.

Afmelden

Afmelden kan uitsluitend schriftelijk bij de ledenadministratie. Afmelden kan per kwartaal, een maand voor het nieuwe kwartaal. Restitutie van de contributie voor het lopende kwartaal is niet mogelijk. Indien het lidmaatschap niet vóór 1 december van het lopende jaar is afgemeld, dan zijn de basiscontributie en eventueel de wedstrijdlicentiekosten voor het komende jaar onherroepelijk aan de Atletiekunie verschuldigd.



Klachten

Als je klachten hebt, of er zit je iets dwars, vertel het dan. Begin bij je trainer, ga naar de hoofdtrainer of spreek het dagelijks bestuur aan. Maar blijf er niet mee lopen. Alleen door het te bespreken geef je de vereniging de kans om het op te lossen, hetgeen alle leden ten goede komt.

Contributieoverzicht 2018

De contributie van AV Haaksbergen is opgebouwd uit verenigingscontributie, bondscontributie en eventueel een wedstrijdlicentie en/of kledingfonds.

De betaling van de contributie vindt plaats d.m.v. een machtiging voor automatische overschrijving. In het eerste kwartaal worden tevens de bondscontributie en eventuele wedstrijdlicentie in het bedrag opgenomen. De Atletiekunie brengt administratiekosten in rekening voor nieuwe of gereactiveerde leden: € 5,00

LET OP: Opzeggen van het lidmaatschap dient vóór 1 december van het kalenderjaar.

Na 1 december worden namelijk de bondscontributie en eventuele wedstrijdlicentie van het jaar erop in rekening gebracht.

Verenigingscontributie	Per jaar	Per kwartaal
Pupillen	€ 98,00	€ 24,50
Junioren C/D	€ 115,00	€ 28,75
Junioren A/B	€ 129,00	€ 32,25
Senioren	€ 157,00	€ 39,25
Loopgroep	€ 148,00	€ 37,00
Opmerking:		
- Studentenkorting:	in overleg met bestuur een korting van 30%.	
- Familiekorting:	elk 4e gezinslid betaalt geen verenigingscontributie.	

Bondscontributie Atletiekunie	Per jaar
Pupillen	€ 14,85
Junioren	€ 15,65
Senioren	€ 16,95
Loopgroep	€ 16,95
Opmerking:	
- Bondscontributie wordt jaarlijks in het eerste kwartaal afgeschreven.	

Wedstrijdlicentie Atletiekunie	Per jaar
Pupillen	€ 8,05
Junioren	€ 14,30
Senioren	€ 22,85
Loopgroep	€ 22,85
Opmerking:	
- Wedstrijdlicentie wordt jaarlijks in het eerste kwartaal afgeschreven.	

Kledingfonds AVH	Per jaar	Per kwartaal
Pupillen	€ 24,00	€ 6,00
Junioren	€ 24,00	€ 6,00
Opmerking:		
- Het kledingfonds bevat een T-shirt en een korte tight, maat 134/140 t/m158/164.		
- Het hele jaar kan de kleding geruild worden.		

Atletiek Vereniging Haaksbergen



Inschrijfformulier Atletiek Vereniging Haaksbergen

Voorletters			
Voornaam (roepnaam)			
Tussen- / voorvoegsels			
Achternaam			
Geslacht	<input type="radio"/> Man	<input type="radio"/> Vrouw	
Geboortedatum (dd-mm-jjjj)			
Straat en huisnummer			
Postcode			
Plaats			
E-mail			
Extra e-mailadres			
Telefoon (huisnummer)		Mobiel	
Rekeningnummer (IBAN)	NL		
Naam rekeninghouder			
Wedstrijdlicentie	<input type="radio"/> Ja	<input type="radio"/> Nee	Pupillen en Junioren altijd JA .
Kledingfonds	<input type="radio"/> Ja	<input type="radio"/> Nee	Maat 140 t/m 160.

Voorwaarden	<p>Betaling van contributie en kledingfonds vindt éénmaal per kwartaal plaats door middel van een automatisch incasso. In het eerste kwartaal wordt tevens de bondsbijdrage en eventuele licentiekosten in rekening gebracht.</p> <p>Afmelden kan uitsluitend schriftelijk of per e-mail één maand voor het eerst volgende kwartaal en voor 1 december van het kalender jaar. Na 1 december zullen de bondscontributie + licentiekosten van het volgende jaar toch geïncasseerd worden.</p> <p>Ondertekende verleent tot wederopzegging machtiging aan de penningmeester van de Atletiek Vereniging Haaksbergen om de contributie en licentiekosten af te schrijven van het bovengenoemde rekeningnummer.</p>
-------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Datum (dd-mm-jjjj)		Plaats	
Handtekening inschrijver			

Bij pupillen en junioren s.v.p de handtekening van de ouder/verzorger.

Formulier inleveren op onderstaand adres of per mail naar ledenadministratie@av-haaksbergen.nl:
Ledenadministratie t.a.v. Vincent Plentinger | Goudenregen 20 | 7482 WC Haaksbergen.