



-Lopend vuurtje-

NIEUWSBRIEF 9 JEUGD – December 2014

Nieuwsbrief 8 kwam uit na de clubkampioenschappen, tijdens de Halloween training. Bij het verschijnen van nieuwsbrief 9 staan we aan de vooravond van “het heerlijk avondje”. Afgelopen maand is er veel gebeurd, alle groepen zijn doorgeschoven, de eerste crosswedstrijd is gelopen, en misschien als jullie deze nieuwsbrief krijgen, is zelfs de Goedheiligman zelf wel langs AVZaanland geweest.

In deze nieuwsbrief:

- Doorstroom groepen
- Halloween training
- trainingen pupillen
- Even voorstellen:
- Zaterdagtrainingen
- Uitslagen
- Agenda

Doorstroom groepen

Per 1 november schoven de jeugdathleten door. Dit is soepel verlopen. De grootste verschuiving was natuurlijk voor de A2 pupillen, die op een andere dag, en andere tijd zijn gaan trainen. Dit heeft niet voor problemen gezorgd. Op de dinsdag en donderdag zijn steeds twee trainers aanwezig, die elk een flinke groep junioren trainen.

Halloweentraining

In prachtige creaties, de een nog enger dan de ander kwamen jullie naar de Halloween training. Een uur lang hebben we gegil en gekrijs gehoord. We hebben zweet geroken van het harde werken, maar gelukkig geen echt bloed gezien.

Er werd afscheid genomen van trainers die om verschillende redenen zijn gestopt (te druk, blessure, over naar een andere groep), en na afloop was er iets te drinken en iets lekkers.

Er was hard gewerkt: zelfs bij de pupillen die wit geschminkt waren kwamen de rode wangen erdoor heen.

Dank je wel trainers voor de leuke training, volgend jaar zeker voor herhaling vatbaar.

Trainingen pupillen en junioren

De trainingen worden druk bezocht, en het is zichtbaar dat jullie het leuk hebben met elkaar. Op sportieve manier proberen jullie elkaar tijdens de trainingen te verslaan. Ook is het mooi om te zien dat jullie elkaar helpen als het minder goed gaat.

Verschiedende groepen lopen regelmatig rondjes op de buitenbaan, waarbij de tijden bijgehouden worden en genoteerd.

Bij de pupillen starten in januari 2 a 3 trainers met de cursus assistent trainer. Indien jouw vader of moeder elke week langs de kant staat om je aan te moedigen en het in deze maanden erg koud krijgt... mogen ze echt een paar maal met jullie mee trainen/assisteren. Wie weet raken de ouders zo

enthousiast dat ze ook assistent trainer willen worden? Op die manier is bijv. de volgende trainer bij de trainers gekomen:

Even voorstellen:



Wie is deze sterke trainer?

Misschien hebben jullie hem wel eens op de maandag of woensdag gezien... Hij stelt zich hieronder voor:

Hallo, ik ben Marco Luttikhuizen, en sinds een aantal maanden assistent trainer. Er is gevraagd een stukje te schrijven om mijzelf voor te stellen.

Ik ben vader van Fleur (inmiddels junior) en Max (A1 pupil). Zelf ben ik met atletiek begonnen op mijn 12^e bij AV Zaanland. Later ben ik gaan trainen bij Jan Eising in de middellange afstandsgroep. Op het moment dat ik bijna naast de atletiekbaan ging wonen, ben ik gestopt met trainen bij AV Zaanland.

Uiteraard probeer ik zo nu en dan te blijven lopen. Daarnaast vind ik het ook leuk om te mountainbiken en (als het weer het toelaat) te windsurfen. Verder gaat mijn tijd op aan werk en het sleutelen aan mijn 42 jaar oude Volkswagen bus.

Het is leuk om kinderen enthousiast te maken voor atletiek en ze oefeningen eigen te laten maken die voor een volwassen atleet zo vanzelfsprekend zijn.

Tot op de baan!

Zaterdagtrainingen

In verband met de winterstop zijn er voorlopig geen zaterdagtrainingen. Er volgt bericht wanneer deze weer starten. De tijden van de training zijn gewijzigd. De trainingstijden zijn nu van 11.00 uur tot 13.00 uur.

De crosscompetitie

Op de website: www.tigch.nl is informatie te vinden over de naderende crosscompetitie. AVZaanland is ingedeeld in de poule Midden. Op 3 zaterdagen wordt er een cross gelopen (wisselend terrein). De afstanden zijn beperkt: maximaal 1500 meter voor de A pupillen.

De eerste wedstrijd was 29 november, bij AV23, in Amsterdam-Oost. Het was een echte crosscompetitie parcours.

De tweede wedstrijd op 10 januari, en de derde wedstrijd op 7 februari.

De inschrijflijsjt voor 10 januari hangt weer op het prikbord, vergeet je niet in te schrijven!

Indien er genoeg inschrijvingen zijn per categorie zijn, telt niet alleen het individuele klassement, maar doe je ook als team mee! De beste twee wedstrijden doen mee voor het klassement.



Gevonden en verloren voorwerpen

Gevonden:

Regelmatig komt het voor dat er tijdens de training kleding blijft liggen. Deze kleding wordt verzameld en eens in de 2 maanden wordt de verzamelde kleding aan een goed doel geschonken. Bent u wat kwijt, kom dan in de kantine vragen.

Verloren:

- Heeft er iemand tijdens de clubkampioenschappen per ongeluk een zwarte tight, merk inq meegenomen, maat 158? Indien ja, svp afgeven in de kantine.
- Verloren een drinkfles dobber, kleur groen. (dit zijn de drinkflessen, lang slank, met een soort wijnglas bovenop)

Uitslagen

Er zijn veel wedstrijden geweest, voornamelijk op hardloopgebied. Naast de vijfhoekparklopen, is de eerste cross wedstrijd geweest. Alle loopjes voor het loopklassement zijn geweest, het eindresultaat is te lezen op de AVZaanland site. Knap gedaan van onze pupillen en junioren. Zij worden binnenkort in het zonnetje gezet.

Alle uitslagen zijn te vinden op onze website.

Indien we atleten vergeten zijn, mail je resultaten door naar jeugdcommissie@avzaanland.nl

Juryleden

Op dit moment zijn we aan het inventariseren hoe we juryleden kunnen opleiden. Dit zou gaan om een training van een twee maal een uur. Deze wordt waarschijnlijk tegelijkertijd met de training van de junioren of pupillen gegeven. Te zijner tijd volgt hiervoor een uitnodiging.

KNAU

Koninklijke Nederlandse Atletiek Unie stuurt alle leden waarschijnlijk deze maand een enquête. Reden: jeugdathletiek zit in de lift, echter het verloop bij alle verenigingen in Nederland is groot. Zij willen een probleemanalyse uitvoeren. Indien u de mail krijgt, wilt u zo vriendelijk zijn deze in te vullen?

Kleding

Denk aan de juiste kleding bij de trainingen!

Indien je twijfelt, neem een sporttas mee met evt. een ander shirt. Bij dreigend weer neem je een goede regenstopper mee. Inlopen in een trainingsjasje (niet je gewone winterjas).

Na afloop van de training een jasje tegen afkoelen.

Denk ook aan lange kousen/sokken, met dit koude weer geen blote benen zichtbaar!

Agenda:

- 14 december snertloop, zie www.avlycurgus, 1,1 km, 2,2 km en 5 km.
- 10 januari: crosscompetitie
- 11 januari indoor wedstrijd Phanos, junioren B, A, Senioren, zelf inschrijven voor 4-1
- Zet alvast in de agenda: 11-4, 6-6 en 27-6 zijn de data voor de pupillencompetitie!
- Tijdens de kerstvakantie is er geen training

Volgende nieuwsbrief januari, copy inleveren nieuwsbrief voor 5 januari mailen naar jeugdcommissie@avzaanland.nl ovv copy nieuwsbrief. We zijn erg benieuwd naar ervaringen bij wedstrijden, leuke foto's, e.d.

De oudercommissie (ouders) ondersteunt de jeugdcommissie (trainers) met activiteiten, vragen en het maken van de nieuwsbrief. Heb je als jeugd atleet of ouder 'n leuk idee, suggestie of een vraag, mail ons: jeugdcommissie@avzaanland.nl

December 2014

Annemieke van Westervoort , Ans Bakker