



ATLETIEKVERENIGING ZAAANLAND

-Lopend vuurtje-

NIEUWSBRIEF 48 JEUGD – oktober 2018

1. Club Kampioenschappen
2. Pupillenfinale
3. Cursus
4. Grote Club Actie
5. Vijfhoekparkloopjes
6. Dam tot Damloop
7. Cross
8. Kleding advies
9. Agenda 2018



Wat hebben we er weer een leuke atletiek maand op zitten! Met de pupillen finale, de Dam tot Damloop en athletic champs!

Alle pupillen van AVZ die mee hebben gedaan met de athletic champs zijn 2^{de} geworden met hun teams. Dus zowel de A pupillen als de mini/B/C pupillen!

Vanaf 1 november veranderen de trainingsgroepen. Iedereen schuift een groep op. Let op, ben je nu A2 pupil dan ga je vanaf 1 november van 19.15 – 20.15 uur trainen bij de D junioren. Aan de trainers indeling wordt gewerkt. Wij zijn nog opzoek naar assistenten voor de groepen.

De koude maanden gaan er weer aankomen. Wij willen iedereen vragen in de kast te kijken of je nog (winter) sport kleding over hebt. Deze kan je inleveren in de kantine en mogelijk kunnen we er andere leden blij mee maken. Deze kleding mag je aanbieden voor een klein prijsje, voor jezelf of voor de club.

BELANGRIJK: Alle jeugd van AVZ doet mee aan de competitie, ook de crosscompetitie (dus niet athletic champs), tenzij je je afmeld.

Mocht je niet afgemeld zijn bij de jeugdcoördinator (door een e-mail te sturen naar jeugdcoordinator@avzaanland.nl) dan worden de kosten van de wedstrijd aan de ouders doorberekend.

1. Club Kampioenschappen

Op zaterdag 6 oktober zullen de club kampioenschappen plaats vinden bij AVZ. Je kan je opgeven via de link: <https://goo.gl/forms/DFTaurua57ZfyKmv1> . Wij hopen dat alle leden meedoen! Inschrijven kan tot woensdag 3 oktober 2018. De uitslagen komen direct op www.atletiek.nu hier vind je ook jouw persoonlijke tijdsschema.

2. Pupillen finale

Bij AV Haarlem werd zaterdag 15 september de finale pupillencompetitie regio 1-3-4 georganiseerd en onder de 423 deelnemers zaten er ook 14 bij van AV Zaanland.

Van AV Zaanland deden Eline, Chyara, Thomas, Divan, May, Mats, Aynalem, Floor, Kick, Inge, Co, Blue Crystal, Anouk en Alessia mee, geweldig gedaan, jullie stonden toch maar mooi in de finale! De uitslagen zijn hier te vinden: <https://www.atletiek.nu/wedstrijd/vereniging/24937/87/>



3. Cursus

Ben je als ouder graag actief bij een wedstrijd van je kind?

Meld je dan nu aan voor de cursus "jurylid algemeen" bij Zaanland!!

Wanneer? Op 4 vrijdagavonden in het najaar.
Tijden? Van 19.00 uur tot 21.30 uur
Waar? In de kantine van Zaanland en op de atletiekbaan

Hoe zwaar is de stof die wordt behandeld?

Je ontvangt YouTube instructiefilmpjes van de Atletiekunie die je thuis kunt bekijken, waarna deze op de vrijdagavonden tijdens de cursus worden besproken en op de atletiekbaan verder in de praktijk worden behandeld. Na afloop van de 4 avonden ben je geschikt om te jureren bij wedstrijden van onder andere jouw kind.

Aanmelden?

Bij Jan de Boer: juryzaken@avzaanland.nl of

Bij Kim Vos: jeugdcoordinator@avzaanland.nl

4. Grote Club actie

Je kunt je boekje nog inleveren t/m 7 november 2018. Heb je je boekje nog niet ingeleverd, lever het dan snel bij de balie in. Heb je voor die tijd nog een verjaardag? Misschien lukt het je nog om wat loten te verkopen!

Doel 2018: een nieuw speeltoestel!

5. Vijfhoekparkloopjes

Op 20 oktober, noteer de datum, is de eerste van de vijfhoekparkloopjes. Dit is een geweldig leuke loop voor de jeugd. Men loopt 1,5 km (voor de oudere jeugd 5km), in een mooi ruig park. De oudere jeugd kan meelopen met de 5 km. Het is kleinschalig en het is knus. Het leuke is dat het 4 maal is, om de 14 dagen.

Inschrijven kan per keer, of voor het kwartet ineens. Wil je als jeugdlid kijken of je per week je tijd wat kan verbeteren, of wil je kijken of je conditie wat beter wordt, kom dan gezellig langs op 20 oktober! Verdere informatie : www.avzaanland.nl

6. Dam tot Damloop

Op 23 september was de Dam tot Damloop. Naast de loop van Amsterdam naar Zaandam was er uiteraard ook weer een Night-loop op zaterdag, waar veel Zaanlanders aan mee hebben gelopen en een mini Damloop op zondag morgen. Er hebben echt heel veel jeugdathleten bij de miniloop meegedaan. Ook zijn er veel junioren gespot die met veel plezier de night-run liepen.

Tijdens het openen van de uitslagen op www.damloop.nl valt het aantal zaanland atleten die in de top 10 zijn geëindigd erg op! Zo is Laurens van den Berg 1^e geworden in de categorie 8 jarigen op de 1,2 km. Thomas van Kleef heeft een bronzen medaille behaald op de 600m bij 7 jarigen met een tijd van 02:35. Jens Praamsma is in dezelfde categorie 7^{de} geworden met een tijd van 02:48. In de categorie 10 jarigen eindigden Bram Ruizeveld en Thijs Oppewal in de top 10 met een mooie 5^{de} en 7^{de} plaats op de 2,2 km met een tijd van 9:10 voor Bram en 9:16 voor Thijs. Als laatste in de top 10 gespot is Ermias van Delft met een mooie 6^{de} plaats bij de 11 – 13 jarigen met een tijd van 8:39 op de 2,2 km.

7. Cross

De cross competitie komt er weer aan! Alle jeugd van AVZ wordt automatisch ingeschreven, mits je je afmeld door een mail te sturen naar jeugdcoordinator@avzaanland.nl De cross competitie bestaat uit 3 crossen en een finale cross. Wij hopen dit jaar met een grote groep AVZ mee te doen! De data: 10 november (AKU Uithoorn), 15 december (Suomi Santpoort), 26 januari (Tempo Bussum) Finale : 16 maart (NOVA Warmenhuizen)

De kosten van de crossen zitten bij de contributie inbegrepen. Het is mogelijk om aan één cross mee te doen of aan meerdere. Belangrijk is dat er gelopen wordt in het club tenue, zorg ervoor dat je jezelf niet te warm en niet te koud kleedt. Zorg bij de wedstrijden dat je op tijd aanwezig bent, er is vaak weinig parkeergelegenheid. (foto: Menno de Haas)



8. Kleding advies

Het weer is weer koud aan het worden, dat betekent laagjes en lange broeken aan! Zorg dat uw zoon/dochter lekker warm gekleed is en eventueel tijdens de training iets uit kan doen. Voor de terugweg op de fiets adviseren we weer iets extra aan te trekken. Hieronder het advies iets uitgebreider:

Guur, koud en toch lekker hardlopen

Door de sneeuwval en harde wind worden de loopomstandigheden een stuk lastiger. Als je toch gaat lopen let dan er dan goed op wat je aantrekt, je hebt vooral warmte nodig en je moet natuurlijk droog blijven.

Deskundigen geven allen het zelfde kledingadvies: laagjes. Draag kleding in laagjes en dan het liefst functionele kleding.

9. Agenda 2018 (-2019) (zet deze data alvast in de agenda)

- **Club Kampioenschappen** : 6 oktober
- **Vijfhoekparkloop**: 20 oktober, 3 november, 17 november en 1 december (sinterklaasversie)
- **Halloween training**: 31 oktober
- **Nieuwe groepen** : per 1 november 2018
- **Cross competitie** : 10 november (AKU Uithoorn), 15 december (Suomi Santpoort), 26 januari (Tempo Bussum) Finale : 16 maart (NOVA Warmenhuizen)

Volgende nieuwsbrief, kopij inleveren nieuwsbrief voor 26 oktober mailen naar jeugdcoordinator@avzaanland.nl ovv kopij nieuwsbrief. We zijn erg benieuwd naar ervaringen bij wedstrijden, leuke foto's, en dergelijke.

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

Oktober 2018

Ans Bakker, Annemieke van Westervoort en Kim Vos

Sponsors:

