



Wedstrijdinformatie
Pupillen
Zomerseizoen 2020



Wedstrijdinformatie voor pupillen zomerseizoen 2020

Dit boekje is een overzicht van de wedstrijden die in het komende zomerseizoen worden aangeboden:

- ✓ Welke wedstrijden zijn er?
- ✓ Bij welke wedstrijden zijn er trainers aanwezig?
- ✓ Hoe kun je je inschrijven voor wedstrijden?
- ✓ Tips om een wedstrijdplanning te maken!

“Het zijn wel erg veel wedstrijden..... gaat iedereen daar aan meedoen?”

We geven de mogelijkheden die er zijn, bijna niemand zal alle wedstrijden doen.

We hebben hierbij de volgende tips:

- ✓ Als je nog niet veel wedstrijdervaring hebt zijn de **Athletic Champs** en de **clubkampioenschappen** een mooi startpunt. Daarnaast kun je bijvoorbeeld ook nog aan de **medaillewedstrijden** meedoen.
- ✓ De **loopavonden** van de Gemzen zijn een onderdeel van de training, een leuke ervaring voor iedereen!
- ✓ Wij gaan ervan uit dat iedereen aan de **Athletic Champs** meedoet, dit zijn de enige wedstrijden waar wij als **team** aan meedoen.
- ✓ En ook aan de **clubkampioenschappen** doet toch iedereen mee?
- ✓ Heb je al wat meer wedstrijdervaring en lijkt het je leuk om aan wat grotere regionale of landelijke wedstrijden mee te doen dan kun je meedoen aan bijvoorbeeld de **regio meerkampkampioenschap** (alleen voor A pupillen), **Nelli Cooman Games** of de **NEK (estafette) wedstrijden**.

Veel plezier met het plannen van jullie wedstrijden!

Als jullie meer willen weten of overleggen aan welke wedstrijden je mee wilt gaan doen, neem dan contact op met één van de trainers.

Kalender Zomerseizoen 2020

Datum	Wedstrijd / Activiteit	Vereniging, Plaats
21 maart	Leadax-Run	Wapenveld
11 april	Athletics Champs I	AV De Sprinter, Meppel
14 april	1 ^e loopavond	AV De Gemzen, Heerde
18 april	Medaillewedstrijd I	AV De Gemzen, Heerde
? mei	2 ^e loopavond (RABO Noord Veluwe Baanloop)	AV De Gemzen, Heerde
9 mei	Medaillewedstrijd II	AV Isala '96, Kampen
16 mei	Athletics Champs II	AV Athlos, Harderwijk
6 juni	Nelli Cooman Games	Stadskanaal
6 juni	Medaillewedstrijd III	AV De Sprinter, Meppel
18 juni	Ouder-Kind Meerkamp	AV De Gemzen, Heerde
23 juni	3 ^e loopavond	AV De Gemzen, Heerde
27 juni	Athletics Champs III	AV Cialfo, Epe
n.n.b.	Regionale Kampioenschappen A pupillen Meerkamp	AV PEC 1910, Zwolle
3 juli	Gemzenkamp	AV De Gemzen, Heerde
5 september	Medaillewedstrijd IV	AV PEC 1910, Zwolle
19 september	Athletics Champs IV	AV De Gemzen, Heerde
22 september	4 ^e loopavond	AV De Gemzen, Heerde
25/26 september	Clubkampioenschappen	AV De Gemzen, Heerde
26/27 september	NEK (Nederlands Estafette Kampioenschap)	AV Startbaan, Amstelveen

Alvast ter informatie / voor in de agenda:

Datum	Wedstrijd / Activiteit	Vereniging, Plaats
31 oktober	Dalli-run	Kamperweg 1, Heerde
21 november	Van der Most Indoor	Burg. Faberhal, Heerde
5 december	Plus Sintloop	AV Gemzen, Heerde
29 december	Indoor Solana	AV Flevo Delta, Dronten
30 januari '21		Av PEC 1910, Zwolle
6 maart '21	Indoor Epe	AV Cialfo, Epe

Athletics Champs	
Omschrijving wedstrijd	Athletics Champs zijn teamwedstrijden . We doen hieraan mee met diverse teams. Ieder teamlid doet aan alle onderdelen mee. De teamopstelling wordt door de trainers gemaakt.
Waar is informatie te vinden over deze wedstrijd?	www.regioijseldelta.nl of via de site van de organiserende vereniging
Hoe kun je je inschrijven	Via het opgaveformulier van het wedstrijdsecretariaat.
Doen hier veel pupillen aan mee?	Ja, we streven ernaar dat alle pupillen meedoen aan deze wedstrijden!
Zijn er trainers van de Gemzen aanwezig?	Ja, bij deze wedstrijd zijn trainers aanwezig.

Medaille wedstrijden	
Omschrijving wedstrijd	Medaillewedstrijden zijn wedstrijden die georganiseerd worden binnen onze regio en waarbij je meedoet aan verschillende onderdelen. Deze wedstrijden zijn geschikt voor iedereen, ongeacht je atletiek ervaring. In totaal zijn er 4 medaillewedstrijden. Om in aanmerking te komen voor een medaille moet je aan minimaal 3 van de 4 wedstrijden meedoen.
Waar is informatie te vinden over deze wedstrijd?	www.atletiek.nu of via de site van de organiserende vereniging
Hoe kun je je inschrijven	Via het opgaveformulier van het wedstrijdsecretariaat. Je kunt je inschrijven voor alle 4 de wedstrijden maar ook voor 1, 2 of 3.
Doen hier veel pupillen aan mee?	Vorig jaar deden veel pupillen mee aan deze wedstrijden.
Zijn er trainers van de Gemzen aanwezig?	Ja, bij deze wedstrijd zijn trainers aanwezig.

Regio Meerkamp A-pupillen

Omschrijving wedstrijd	Meerkamp (60m - hoog - ver - kogel - 1000m) voor A-pupillen Voor de atleten met iets meer wedstrijdervaring en ambitie. Je moet redelijk zelfstanding een wedstrijd kunnen draaien.
Waar is informatie te vinden over deze wedstrijd?	www.atletiek.nu of via de site van de organiserende vereniging
Hoe kun je je inschrijven	Via het opgaveformulier van het wedstrijdsecretariaat.
Doen hier veel A-pupillen aan mee?	Aantal deelnemers wisselt per jaar.
Zijn er trainers van de Gemzen aanwezig?	Nog niet bekend

Nelli Cooman Games

Omschrijving wedstrijd	Baanwedstrijd: bijzondere wedstrijd voor pupillen met wedstrijd ambitie (en CD junioren en G-atleten). Aanrader om als groep naartoe te gaan voor een leuke dag atletiek en met veel gezelligheid rond de baan.
Waar is informatie te vinden over deze wedstrijd?	www.nellicoomangames.nl
Hoe kun je je inschrijven	Via het opgaveformulier van het wedstrijdsecretariaat.
Doen hier veel pupillen aan mee?	Het aantal wisselt per jaar. Sommigen maken er een gezellig weekend kamperen van.
Zijn er trainers van de Gemzen aanwezig?	Nog niet bekend

Nederlands Estafette Kampioenschap

Omschrijving wedstrijd	Baanwedstrijd met veel verschillende estafettes o.a. 4x60, 4x600
Waar is informatie te vinden over deze wedstrijd?	www.nekamstelveen.nl
Hoe kun je je inschrijven	Via het opgaveformulier van het wedstrijdsecretariaat.
Doen hier veel pupillen aan mee?	2 jaar geleden heeft 1 Gemzen estafette-team meegedaan. Afgelopen jaar geen.
Zijn er trainers van de Gemzen aanwezig?	Nog niet bekend.

Clubkampioenschappen

Omschrijving wedstrijd	Baanwedstrijd voor alle leden van de Gemzen: meerkamp, losse onderdelen, estafettes.
Waar is informatie te vinden over deze wedstrijd?	www.gemzen.nl
Hoe kun je je inschrijven	Via het opgaveformulier van het wedstrijdsecretariaat.
Doen hier veel pupillen aan mee?	IEDEREEN!!!
Zijn er trainers van de Gemzen aanwezig?	Ja, bij deze wedstrijd zijn trainers aanwezig

Gemzen Loopavonden

Omschrijving wedstrijd	Baanwedstrijd met alleen looponderdelen: 600 meter voor B/C/mini pupillen 1000 meter voor A pupillen. 2 x per jaar op een dinsdagavond, aan het einde van de training, 1 x op woensdagavond. Leuk om een snelle 1000 meter tijd neer te zetten of als allereerste wedstrijd op de baan van de Gemzen te doen!
Waar is informatie te vinden over deze wedstrijd?	www.gemzen.nl
Hoe kun je je inschrijven	Voor de loopavonden op dinsdag is deelname vanzelfsprekend, tijdens de training. Voor de woensdag (Rabo Record Wedstrijden) graag vooraf aanmelden bij Harry of op de loopavond zelf in het clubhuis.
Doen hier veel pupillen aan mee?	Alle pupillen doen aan de loopavonden tijdens de training mee.
Zijn er trainers van de Gemzen aanwezig?	Ja, bij deze wedstrijd zijn trainers aanwezig .

Wedstrijdsecretariaat pupillen van de Gemzen

Angelique van Ommen zorgt voor de inschrijving van de pupillen.

Zij is bereikbaar via: wspupillen@gemzen.nl.

Kosten

PUPILLENWEDSTRIJDEN DIE GRATIS ZIJN	
WEDSTRIJD	BEDRAG
Loopavonden Gemzen	GRATIS
Clubkampioenschappen	GRATIS
Gemzen wegwedstrijden; 500 en 1000 m	GRATIS (alleen bij voorinschrijving)
Athletics Champs	GRATIS
NK estafette	GRATIS

INSCHRIJFGELD ANDERE PUPILLENWEDSTRIJDEN	
WEDSTRIJD	BEDRAG
Medaillewedstrijd	+ € 2,75
Regio Meerkamp kampioenschap (A pupillen)	€ 4,00
Nelli Cooman Games	€ 5,00

Voor deze laatste wedstrijden wordt het inschrijfgeld door de vereniging centraal betaald en verrekend met je persoonlijke wedstrijddepot.

Clubtenue

Clubkleding is verplicht bij competitie (Athletic Champs) en NK. Als vereniging vinden wij het ook bij andere wedstrijden belangrijk voor de uitstraling en herkenbaarheid/overzicht dat jullie clubkleding dragen.

Afmelden

Het kan natuurlijk voorkomen dat je je hebt aangemeld voor een wedstrijd en je toch niet mee kunt doen. Bijvoorbeeld wanneer je ziek bent of last hebt van een blessure. Als je niet mee kunt doen, meld je dit zo snel mogelijk bij Harry **en** het wedstrijdsecretariaat (wspupillen@gemzen.nl) (en dus **niet** via de groepsapp). Als het gaat om een wedstrijd waarvoor je zelf de inschrijving hebt geregeld kun je je afmelden bij de organisatie van die wedstrijd. Soms krijg je dan het inschrijfgeld terug, maar in ieder geval is het wel zo netjes om te laten weten dat je niet aanwezig kunt zijn.

Samen rijden

De meeste pupillen gaan samen met hun ouder(s)/verzorger(s) naar een wedstrijd. Het is leuk om zoveel mogelijk support te hebben en ook om te carpoolen. Indien je als ouders niet zelf kunt rijden, is het aan jullie zelf om dit onderling even af te stemmen. Er is altijd wel iemand met wie je mee kunt rijden.

Hulp tijdens de wedstrijden

Bij de meeste wedstrijden kunnen we hulp van ouders goed gebruiken. Bijvoorbeeld het jureren, het begeleiden van een ploeg, het maken van foto's, het schrijven van een verslag na afloop, etc. Hierbij is het fijn als jullie als ouders aangeven bij welke wedstrijd(-en) je kunt helpen en wat je zou willen doen. Wacht niet tot je gevraagd wordt... maar laat weten wat je kunt betekenen voor onze pupillen!

Diverse adressen	
<u>AV Athlos</u> Strokelweg 7 3847 LR Harderwijk	<u>AV Cialfo</u> Sportpark Wachtelenberg Wachtelenbergweg 15, 8162 XC Epe Tel.: 0578-612512
<u>AV De Sprinter</u> Ambachtsweg 11, 7943 AE Meppel Tel.: 0522-253556	<u>AV Flevo Delta</u> Clubgebouw `de lange Adem` Educalaan 18, 8251 GC Dronten
<u>AV Isala '96</u> Sportpark Hagenbroek Hilbert van Dijkstraat 7, 8264 PC Kampen Tel.: 038-3326521	<u>AV Startbaan</u> Startbaan 1a 1185 XP Amstelveen Tel.: 020-6473373
<u>AV PEC 1910</u> Urksteeg 1, 8031 LL Zwolle Tel.: 038-4546818	<u>AV NOP</u> Banterweg 2c, 8302 AC Emmeloord Tel.: 0527-615422