

AFSTEMMINGSREGELING AZW-CLUBTRAININGEN , EXTERNE en EXTRA TRAININGEN

Versie 04 sept 2017

Inhoudsoverzicht

1. *Situering problematiek en doelstelling afsprakennota*
2. *Melding en bespreking van éénmalige en structurele/langdurige afwijkingen*
3. *Inhoudelijke afstemming van clubtrainingen, externe en extra-trainingen*
4. *Trainen met externe trainer voor de externe en/of extra-trainingen*
5. *Gebruik AZW-trainingsinfrastructuur en uitrusting door atleten die structureel/langdurig op andere locatie trainen*
6. *Respecteren keuzes en afspraken*
7. *Onduidelijkheden. Moeilijkheden*
8. *Informatie. Overgangsregeling*

1. Situering problematiek en doelstelling afsprakennota.

Iedere atleet die zich bij AZW aansluit kan deelnemen aan de door de club georganiseerde trainingen. Om de trainingen kwaliteitsvol (aanvaardbare bezetting atletiekpiste of onderdeel ervan/minimale intensiteit en trainingsvolume per atleet) te laten verlopen kan het AZW-bestuur het aantal aangesloten AZW-ers per clubtrainer beperken.

Vooraleer een atleet kan deelnemen aan de polsstoktrainingen kan de club onder leiding van de clubtrainer een aantal tests laten uitvoeren. Een minimaal instapniveau en potentieel aan doorgroei is noodzakelijk om in deze specifieke trainingsgroep te kunnen instappen.

Deze worden hierna “**clubtrainingen**” genoemd.

Het aantal clubtrainingen per leeftijdscategorie, de trainingsuren en de trainingslocaties worden jaarlijks door het bestuur vastgelegd. Eventuele tijdelijke aanpassingen wegens onbeschikbaarheid infrastructuur, vakantieregelingen, enz... worden aan de atleten meegedeeld. De atleten worden ofwel via een apart bericht (bestuur of trainer), ofwel via een melding op de website van de club www.azw.be op de hoogte gebracht.

Iedere door de club georganiseerde training wordt begeleid door één of meerdere trainers en/of begeleiders. Hierna genoemd “**clubtrainer**”.

AZW gaat er van uit dat atleten die bij de club aansluiten voor hun trainingen bij voorkeur deelnemen aan de clubtrainingen op basis van de trainingsschema's van de clubtrainer aangeduid voor de specifieke trainingsgroep . De andere hierna vermelde systemen van “externe en extra trainingen” worden dus als afwijkingen beschouwd.

De atleten worden voor de clubtrainingen in trainingsgroepen ingedeeld.

Iedere atleet neemt deel aan de volledige training bij de toegewezen trainingsgroep en met de daarbij voorziene trainingsgroep-clubtrainer. Hij of zij neemt actief deel aan de training en volgt in principe het volledige trainingsprogramma dat voorzien wordt door de clubtrainer clubtrainer van de toegewezen trainingsgroep. Trainen met een AZW-trainer van een andere trainingsgroep kan in principe niet. Gemotiveerde uitzonderingen dienen steeds vooraf met het bestuur overlegd en moeten goedgekeurd te worden.

De huidige werkwijze van de “AZW-trainingen/wedstrijden en toezicht ” wordt detail omschreven in de welkomstfolder op de AZW-website.

Binnen de club kunnen er evenwel tijdelijk afwijkingen noodzakelijk zijn op de algemene afspraken omdat atleten bvb geselecteerd zijn om deel te nemen aan bepaalde VAL-trainingen (selectie provinciale of federale trainingen), deelname aan (school)wedstrijden), ingeschreven zijn in de Topsportschool, als student tijdens de week niet thuis verblijven en op hun studielocatie moeten trainen. Dergelijke trainingen worden omschreven als “**externe trainingen**”. De trainingsschema’s kunnen daarbij zowel van de clubtrainer als van een “**externe trainer**” komen.

AZW wenst tijdens deze tijdelijke situatie een aantal afspraken vast te leggen zodat de wijziging zo respectvol mogelijk gebeurt en er daarrond later zo weinig mogelijk misverstanden ontstaan. Als club willen we dat de betrokken AZW-atleet zich verder kwaliteitsvol kan ontwikkelen, dit alles zonder de bestaande trainingsaanpak binnen de club in het gedrang te brengen. Zowel de clubtrainers, de atleten als het bestuur zullen er naar streven dat deze overgangperiode een *even aangename* atletiekperiode blijft voor iedereen en dat een goede band met AZW in deze periode niet verloren gaat. De betrokken atleet zal - voor zover mogelijk en zinvol - alles doen om een goede band tussen de externe trainer en de clubtrainer te bewerkstelligen.

Bepaalde atleten doen naast de clubtrainingen privé “**extra trainingen**”, dit soms onder begeleiding van ouders, een fitnesszaaluitbater, ... Ook hier is voorafgaande afstemming met de clubtrainer aan te bevelen zodat de atleet op een sporttechnisch verantwoorde manier de clubtraining en extra-training kan combineren.

Extra-trainingen o.l.v. een clubtrainer, op een andere dan de voorziene AZW- locatie en op eenzelfde moment als de overeenstemmende AZW-training kunnen - behoudens expliciet voorafgaand akkoord van het bestuur - niet.

AFSPRAKEN

2. Melding en bespreking van éénmalige en structurele/langdurige afwijkingen

Een voorafgaande melding/bespreking van elke geplande “externe” en/of “extra” training door de atleet en/of zijn ouders aan/met de betrokken clubtrainer en eventueel het bestuur vinden we noodzakelijk omwille van :

- een eventueel vrijblijvend advies dat door de trainer/het bestuur kan gegeven worden zowel op het sportieve vlak als op de er mee samenhangende aspecten zoals bvb de keuze i.v.m. de locatie, studierichtingen in combinatie met atletiek, enz ...
- het op mekaar afstemmen met de clubtrainingsinhoud
- het betonen van een minimale vorm van beleefdheid en respect t.o.v. de clubtrainer en bestuur.

Indien de afwijking langdurig of structureel is dient dit bovendien vooraf door de atleet en/of zijn ouders ook gemeld aan/besproken met het bestuur

3. Inhoudelijke afstemming van clubtrainingen, externe en extra-trainingen

Behoudens voor externe trainingen van de VAL of van de Topsportschool zou het de bedoeling moeten zijn dat de externe en extra trainingen inhoudelijk aangepast worden aan de clubtraining. Het is niet de bedoeling dat de AZW-trainer zijn clubtrainingsschema's telkenmale gaat aanpassen.

Om deze reden is het aan te raden dat de atleet toch het clubtrainingsschema uitvoert op de externe locatie en/of zijn extra-trainingen inhoudelijk (mede) laat bepalen door zijn clubtrainer.

Indien een atleet die extern traint gedurende bepaalde momenten/periodes tijdens de AZW-trainingen toch zou willen meetrainer (weekends/vakantieperiodes/...) dienen er terzake vooraf afspraken gemaakt met de clubtrainer én het bestuur.

Specifiek voor de AZW-polsstoktrainingen is het momenteel zo dat de wintertrainingen in de turnzaal afgestemd zijn op het lesprogramma van de Topsportschool. Wie wil meetrainer dient dit trainingsprogramma te volgen.

Voor de AZW-trainingen polsstok in de winter (Topsportthal Gent) en in de zomer (Zwevegem) – waar vnl. via een atleet gebonden aanpak getraind wordt - heeft AZW volgende mogelijkheden voor zij die op bepaalde momenten/periodes toch met AZW zouden willen meetrainer :

- als leerling van de topsportschool neemt men "bij voorkeur" deel aan de "doorlopende trainingen" gegeven door de trainer van de topsportschool, dit op een externe locatie ; indien de AZW-er om eender welke reden niet deelneemt aan deze "doorlopende trainingen" kan hij/zij terecht binnen de club mits de topsportschooltrainer aan de clubtrainer de specifieke werkpunten voor de trainingen doorgeeft ;
- andere atleten die tijdelijk op een externe locatie met een externe trainer werken kunnen binnen de club terecht mits de externe trainer aan de clubtrainer de specifieke werkpunten voor de trainingen doorgeeft.

4. Trainen met externe trainer voor de externe en/of extra-trainingen

Voor de Val-trainingen en Topsportschooltrainingen is het meer dan wenselijk dat de clubtrainer voorafgaand inhoudelijk op de hoogte wordt gebracht hetzij door de VAL-trainer, hetzij door de betrokken AZW-atleet van :

- uit te voeren trainingsschema's
- de wedstrijdplanning.

Voor de begeleiding van polsstokkers op wedstrijden (spronganalyse en bijsturinginstructies) dient – om verwarring bij de atleet te vermijden - bij de start van de externe trainingen afgesproken wie (de AZW-clubtrainer en/of de externe trainer) deze begeleiding zal doen.

Een vergelijkbare afspraak tussen clubtrainer en externe trainer voor de andere disciplines is eveneens aan te bevelen.

Andere langdurige externe of extra-trainingen via een externe trainer worden het best niet gecombineerd met AZW-trainingsschema's, behalve de specifieke uitzonderingsregeling voor polsstok (zie 3. hiervoor).

5. Gebruik AZW-trainingsinfrastructuur en uitrusting door atleten die structureel/langdurig op andere locaties trainen.

Iedere AZW-atleet kan de door de club afgehuurde infrastructuur (atletiekpiste, trimpad, werp- en neventerreinen, sporthallen, turnzalen, Topsportal Bloso, enz...) gebruiken op de dagen en uren die de club bij de verhuurder/exploitant (stad Waregem, Gemeente Zwevegem, private PPS-firma's, Bloso, scholen, enz...) voor zijn/haar trainingsgroep afgehuurd heeft. Dit is verschillend per gemeente, per locatie.

Indien de atleet daarbij de volledige clubtraining naar duur en inhoud afwerkt zoals voorzien door de clubtrainer dan kan hij/zij alles wat de trainingsgroep aan AZW-atletiekmateriaal gebruikt uiteraard gebruiken. Typisch voor de polsstokatleten kan het gamma bij AZW anders (minder atleet-specifiek) zijn dan op de externe locatie.

Indien de atleet echter slechts een deel (bvb enkel de opwarming en/of cooling-down) van de clubtraining van de AZW-trainer zou afwerken dan kan hij/zij slechts tijdens die momenten de ruimte en materiaal dat de AZW-clubtrainer nodig heeft, gebruiken.

Voor het trainingsgedeelte waarbij de atleet tijdens de AZW-clubtraining een ander trainingsschema (van een externe trainer) zou afwerken (dat zou in principe ook de volledige training kunnen zijn) dient hij/zij telkens vooraf af te spreken met de clubtrainer "waar" er kwaliteitsvol kan getraind worden en welk materiaal men kan gebruiken. De atleten die de AZW-clubtraining met de clubtrainer afwerken hebben voorrang i.v.m. ruimte en materiaal.

AZW-atleten die na het voorziene overleg de mogelijkheid zouden krijgen om gelijktijdig met de clubtraining een gedeeltelijke of volledige training af te werken met de clubtraining, mogen noch door trainingswijze, noch door hun attitude/houding storend werken voor de clubtraining.

Indien de atleet op een moment afgehuurd voor een andere trainingsgroep de infrastructuur en uitrusting zou willen gebruiken dan dient dit vooraf aangevraagd te worden bij en goedgekeurd te worden door het bestuur. Op die manier kan de haalbaarheid i.v.m. pistebezetting bekeken worden en kunnen bij goedkeuring de andere betrokken clubtrainers van de afwijkende regeling op de hoogte gebracht worden (trainingsplaats/gebruik materiaal/...).

Specifiek voor polsstok is dergelijke verschuiving om veiligheidsredenen niet mogelijk, tenware er een voldoende bekwaam trainer/begeleider aanwezig is, die aanvaard werd door het bestuur.

AZW-atleten die op een externe locatie trainen dienen dit in principe te doen met het atletiekmateriaal dat daar aanwezig is. Het meenemen van AZW-atletiekmateriaal naar de externe locatie kan niet, behoudens expliciet akkoord van het bestuur. Dit zal slechts hoogst uitzonderlijk toegestaan worden voor zover dit het kwaliteitsvolle trainen op de eigen AZW-trainingslocaties niet in het gedrang brengt. Deze beperking geldt eveneens voor de polsstokken die door de polsstokbank in Zwevegem gestockeerd worden. Polsstokken van de polsstokbank die in de winter in de Topsportal in Gent gestockeerd worden mogen enkel door atleten van de clubs behorend tot de polsstokbank gebruikt worden.

6. Respecteren keuzes en afspraken

Het bestuur, de clubtrainers en betrokken atleten zullen wederzijds het nodige begrip en respect opbrengen voor deze tijdelijk afwijkende trainingssituatie door o.a. :

- dezelfde start- en einduren van de AZW-training toe te passen ook als men inhoudelijk het schema van een externe trainer zou afwerken ;
- alle algemene trainingsafspraken die voor alle AZW-ers gelden (zie o.a. de algemene nota van 16 maart 2007) na te leven ;
- de trainingsplaats voor opwarming/cooling down, eventueel zelfs een volledig trainingsschema, op basis van een externe trainer dusdanig te kiezen dat ze niet storend is en geen aanleiding geeft naar de andere AZW-atleten toe tot "kritisch vergelijk" van de eventueel verschillende sporttechnische aanpak door de clubtrainer en de externe trainer ;
- de tijdelijke keuze van een andere trainingsmethodiek (van externe trainers, VAL, Topsportschool,...) te respecteren ;
- de betrokken atleten volledig gelijk te behandelen met de AZW-ers die (volledig) met een clubtrainer werken, dit zowel voor deelname aan activiteiten, selectie voor ploegen, enz...

7. Onduidelijkheden. Moeilijkheden.

Indien de toepassing van bovenstaande afspraken onduidelijk zou zijn of toch aanleiding zou geven tot moeilijkheden dan dient het bestuur onmiddellijk op de hoogte gebracht. Het bestuur zal dan in overleg proberen om tot een constructieve oplossing te komen.

8. Informatie.

- De hierboven omschreven afsprakennota i.v.m. de organisatie van de trainingen voor AZW-ers werd door het bestuur goedgekeurd en wordt als vast item gepubliceerd op de AZW-website.
- Atleten die voor het eerst bij AZW aansluiten zullen geïnformeerd via een doorwijsverwijzing op de te ondertekenen aansluitingsfiche.