



Informatieboekje

Inhoud

| | |
|---|----|
| 1. WELKOM BIJ ATLETIEK LEUDAL | 3 |
| 2. DE VERENIGING..... | 4 |
| Doelstelling..... | 4 |
| De leden..... | 4 |
| De Atletiekunie | 4 |
| Accommodatie..... | 4 |
| Clubtenuue | 5 |
| Verenigingsstructuur..... | 5 |
| a. Bestuur | 6 |
| b. Organisatie Commissies (OC)..... | 6 |
| c. Trainerscommissie | 6 |
| d. Jeugdcommissie | 6 |
| Trainingen | 6 |
| Sportief Wandelen | 7 |
| Wedstrijden: deelname en organisatie..... | 7 |
| a. Baanwedstrijden | 7 |
| b. Indoorwedstrijden..... | 8 |
| c. Crossen..... | 8 |
| d. Wegwedstrijden | 8 |
| e. Diverse wedstrijden..... | 8 |
| Overige activiteiten | 9 |
| a. Leudal Wandel 4-daagse | 9 |
| b. Jeugddag/activiteiten | 9 |
| c. Acties | 9 |
| 3. VERENIGINGSREGELS..... | 10 |
| Lidmaatschap..... | 10 |
| Contributies | 10 |
| Verlenging en afmelding..... | 10 |
| Vertrouwenscontactpersoon | 10 |
| Aansprakelijkheid en verzekeringen | 11 |

1. WELKOM BIJ ATLETIEK LEUDAL

Dit informatieboekje is bedoeld voor alle in atletiek geïnteresseerde sporters, die lid willen worden en voor hen die al lid zijn. Het doel van het boekje is het verstrekken van informatie over de atletieksport in het algemeen en Atletiek Leudal in het bijzonder.

Atletiek Leudal probeert de atletiek op een speelse/prestatieve wijze aan kinderen aan te bieden. Er wordt aandacht geschonken aan veelzijdige en atletiek specifieke bewegingsvormen.

Bij de oudere jeugdleden ligt het accent naast de speelse/prestatieve benadering al meer op prestatievorming tegen de achtergrond van echte atletiekontwikkeling. Volwassen sporters hebben binnen onze vereniging de mogelijkheid om zowel op prestatieve als op recreatieve wijze actief te zijn.

Naast het beoefenen van atletiek is er binnen de vereniging ook volop aandacht voor andere activiteiten.

Het zal - indien er belangrijke wijzigingen optreden - van tijd tot tijd worden bijgewerkt. De veranderingen zullen dan op onze website, www.atletiekleudal.nl.

Heythuysen, september 2022

2. DE VERENIGING

Doelstelling

Op 17 mei 1973 werd de Atletiekvereniging Heythuysen (A.V.H.) opgericht.

Zij stelt zich ten doel: het doen beoefenen en het bevorderen van de atletieksport in welke verschijningsvorm dan ook. Voor degenen onder u die niet precies weten wat atletiek inhoudt: atletiek is de sport die berust op het bereiken van maximale prestaties op het gebied van gaan, lopen, werpen en springen. De verschillende atletiekonderdelen zijn: diverse loopafstanden, sprints, hordelopen, snelwandelen, hoogspringen, verspringen, polsstokhoogspringen, hink-stap-springen, kogelstoten, kogelslingeren, speerwerpen, discuswerpen, veldlopen, estafette. De meeste van deze onderdelen kunnen bij Atletiek Leudal beoefend worden. Daarnaast hebben wij ook groepen Sportief Wandelen. Keuze genoeg dus!

Tijdens het 40-jarig jubileum van Atletiekvereniging Heythuysen in 2013 is de naam gewijzigd in Atletiek Leudal zodat wij een meer regionale uitstraling hebben gekregen.

Atletiek Leudal heeft zich altijd ten doel gesteld om in eerste instantie het recreatieve aspect van de atletiekbeoefening te ondersteunen. Pas in tweede instantie wordt er naar prestatie gekeken. In de praktijk komt deze denkwijze vooral tot uiting in de jeugdgroepen en de recreantengroepen.

De leden

Momenteel (september 2022) heeft onze vereniging circa 200 leden, waarvan beslist niet iedereen alleen uit Heythuysen komt, maar ook uit de omliggende kernen van de Gemeente Leudal en daarbuiten.

De leeftjidsindeling kan op onze website worden bekeken.

De Atletiekunie

Atletiek Leudal is aangesloten bij de Atletiekunie (voormalig Koninklijke Nederlandse Atletiek Unie), het landelijk overkoepelend atletiekorgaan. Dit betekent dat elk lid van Atletiek Leudal automatisch ook lid van de Atletiekunie is.

Accommodatie

Atletiek Leudal beschikt over een kunststofbaan van 400 meter, een verspring- annex hink-stapsprongbak, een hoogspringvoorziening, een discuskooi, een speerwerpaanloop, een kogelstootring en uiteraard een groot aantal sportmaterialen. Deze materialen worden opgeslagen in twee materiaalhoeken. Onder de kantine van de voetbalvereniging (ingang aan de achterkant) bevinden zich voor onze vereniging twee kleedkamers met toilet en douches. Naast dit alles is er een ruime parkeergelegenheid aanwezig.

De gehele accommodatie bevindt zich op Sportpark Molenhoek in Heythuysen. De trainers hebben de sleutels tot het veld en de gebouwen. Onze accommodatie kan het gehele jaar worden gebruikt dankzij de aanwezige LED verlichting, in 2020 geheel vernieuwd.

Daarnaast worden er ook trainingen gegeven in het bos met start bij Boscafé De Busjop.

Clubtenue

Het clubtenue van Atletiek Leudal bestaat uit een geel singlet met aan beide zijden twee blauwe verticale strepen en in het gele voorvlak het verenigingslogo met de tekst Atletiek Leudal. Aan de achterzijde bevindt zich het iets grotere verenigingslogo met de tekst Atletiek Leudal. Hierbij wordt een blauwe short gedragen.

Het dragen van clubkleding is **verplicht** tijdens (competitie)wedstrijden. Het niet dragen van clubkleding kan uitsluiting van deelname tot gevolg hebben.

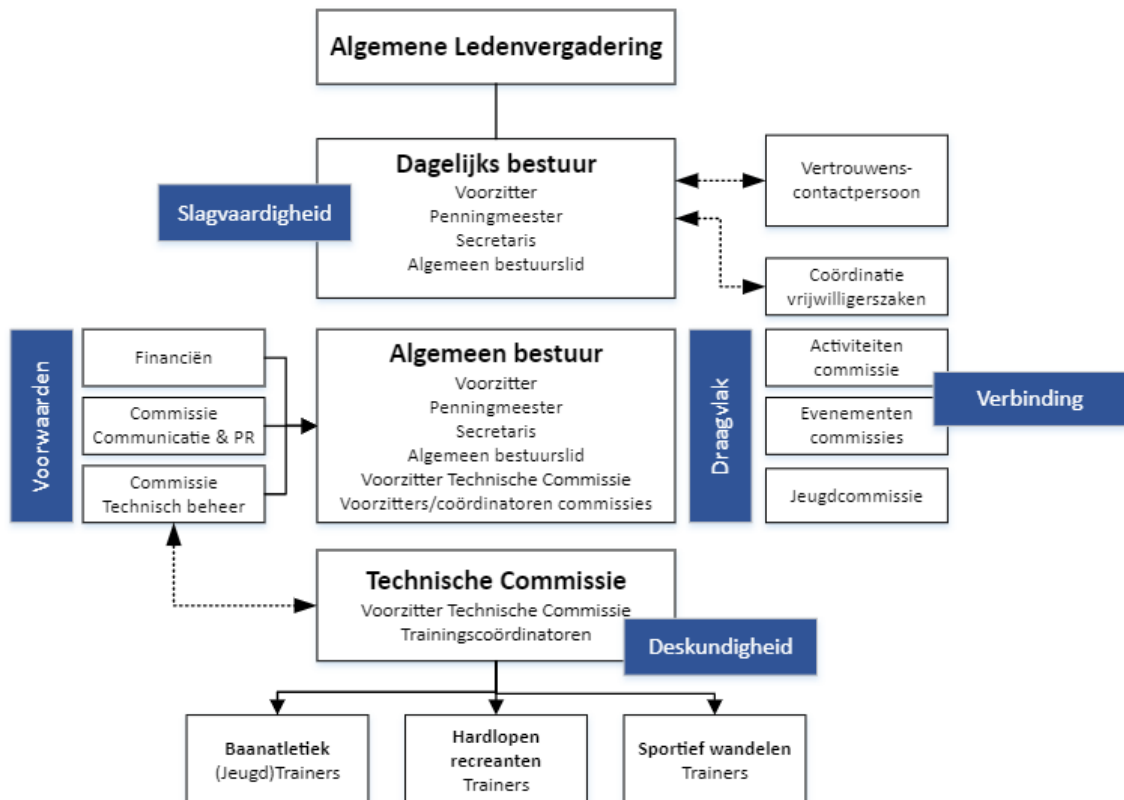
Naast de kans op diskwalificatie spreekt ook de verenigingsgeest voor het dragen van het clubtenue. Als je aan een wedstrijd deel neemt doe je dat immers namens je vereniging, ook al telt je individuele prestatie in de uitslag mee.

Je mag onder het clubtenue stretchbroeken, truien e.d. dragen. Zorg echter dat je herkenbaar blijft als lid van Atletiek Leudal. Dat is toch iets om trots op te zijn!

In het clubblad bij de adressenlijst vind je nadere gegevens bij wie je de clubkleding kunt aanschaffen. Het is altijd mogelijk om kleding onderling te (ver)kopen bijvoorbeeld d.m.v. de gesloten Facebook groep "Atletiek Leudal Markt".

Verenigingsstructuur

Atletiek Leudal kent een structuur met commissies, die elk een bepaalde taakstelling hebben. Het hoogste orgaan binnen de vereniging is de Algemene Ledenvergadering. Dit is de jaarlijkse bijeenkomst van de leden. Het bestuur vormt de dagelijkse leiding van de vereniging. In het onderstaande schema staat de verenigingsstructuur. Daarna volgt over enkele onderdelen een korte toelichting.



a. Bestuur

Het bestuur bestaat in principe uit een oneven aantal leden. De leden van het bestuur worden gekozen door de Algemene Ledenvergadering. Namens de leden jonger dan 16 jaar hebben de ouders stemrecht. Een bestuurslid moet 3 jaar na zijn verkiezing aftreden, hij/zij kan zich wel direct herkiesbaar stellen. Ieder meerderjarig lid kan door het bestuur, of door tenminste drie leden van de vereniging kandidaat gesteld worden. Het bestuur vergadert gewoonlijk eenmaal per maand.

b. Organisatie Commissies (OC)

De Organisatie Commissies zijn commissies die zich bezig houden met het organiseren van de diverse wedstrijden en evenementen in en rondom Heythuysen zoals de Baanclubkampioenschappen, de Avondloop, de Trailrun Leudal, de Leudal Cross (onderdeel van de Limbra Crosscompetitie), de Leudal Wandel4-daagse, rolstoeltocht en diverse baanwedstrijden.

c. Trainerscommissie

De Trainerscommissie bestaat uit een aantal trainerscoördinatoren en het aanspreekpunt voor trainers in het bestuur. Zij overlegt over o.a. de trainingstijden, de trainersopleidingen en de trainingsbehoeften. De Trainerscoördinatoren bewaken samen met de trainers de kwaliteit van de trainingen.

d. Jeugdcommissie

De Jeugdcommissie besteedt bijzondere aandacht aan de Pupillen en Junioren. Zij heeft als belangrijkste taak het behartigen van de belangen van deze jeugdleden en hun ouders. De Jeugdcommissie houdt zich eveneens bezig met het organiseren van een aantal activiteiten (kamp, jeugddag e.d.) voor deze groep.

Trainingen

De leden dienen vijf minuten voor aanvang van de training aanwezig te zijn.

Op de trainingen heeft men niet meer dan een paar sportschoenen en sportkleding nodig. De sportmaterialen zijn ter plekke aanwezig.

Een training duurt ongeveer 1 tot 1½ uur. Alle atleten trainen het gehele jaar door op de atletiekbaan en in het bos, met uitzondering van bepaalde vakantieperiodes, verschillend per trainingsgroep.

In principe gaat de training altijd door, ook bij slecht weer. Uitzonderingen hierop zijn onweer, extreme hitte en zodanige winterse omstandigheden dat er gevaar voor blessures aanwezig is. Het is aan de trainer om dit te bepalen. Zou een training komen te vervallen dan wordt dit op de site vermeld.

Soms kan ook op het laatste moment een training afgelast worden, waarbij dit niet meer op de website geplaatst kan worden. Indien er op het laatste moment een beslissing genomen wordt dat de training niet door gaat, dan zullen de trainers de kinderen opvangen en eventueel naar huis sturen of opvangen in de kleedkamers. Onze excuses voor het eventuele ongemak, maar veiligheid staat voorop! Ouders beslissen zelf of zij het verantwoord vinden dat hun kind naar de training komt.

Sportief Wandelen

Atletiek Leudal heeft ook een afdeling Sportief Wandelen: een ideale activiteit voor iedereen, jong en oud, die aan fitheid wil werken. Door begeleiding en verantwoorde trainingsopbouw biedt het duidelijk meer dan het 'gewone' wandelen. Een training duurt meestal ruim een uur en wordt gegeven in het bos of op/vanaf de atletiekbaan.

Wedstrijden: deelname en organisatie

Iedereen kan aan wedstrijden deelnemen. Voor bepaalde wedstrijden heb je een wedstrijdlicentie nodig (o.a. competitie of Limburgse kampioenschappen). Het is nodig om altijd je wedstrijdlicentie (dit is je lidmaatschapskaart) mee te nemen naar de wedstrijd. Voor alle Pupillen en Minipupillen wordt automatisch een wedstrijdlicentie aangevraagd als zij lid worden van de club (tenzij duidelijk wordt aangegeven op het aanmeldingsformulier dat men dit niet wil). **Tijdens wedstrijden is het dragen van het clubtenu verplicht.** Heb je **geen** wedstrijdlicentie, dan kun je bij officiële AU-wedstrijden meedoen aan crossen en wegwedstrijden in de recreantencategorie en ding je niet mee naar de prijzen.

Voor (mini)Pupillen en Junioren wordt aan het begin van het seizoen een wedstrijdkalender samengesteld met de wedstrijden waaraan de club deel neemt. Dit zijn een selectie van crosswedstrijden, Athletics Champs wedstrijden en overige baanwedstrijden. Inschrijven voor deze wedstrijden verloopt automatisch via het jeugdwedstrijdsecretaris (op kosten van de vereniging), tenzij duidelijk wordt aangegeven dat men dit niet wil.

Deelname aan door Atletiek Leudal georganiseerde wedstrijden is, **mits vooringeschreven**, gratis voor eigen leden, tenzij anders vermeld door de organisatie.

a. Baanwedstrijden

In de lente begint het baanseizoen: de atleten kunnen op verschillende atletiekbanen deelnemen aan baanwedstrijden. De onderdelen verschillen per wedstrijd.

Bij de Junioren wordt in overleg met de trainer bepaald wie er aan welk onderdeel meedoet. Voor een wedstrijd zijn de kinderen van deze leeftijd de hele dag weg.

Voor de (mini)Pupillen zijn de Athletics Champs: een laagdrempelige wedstrijd in teamverband met veel onderdelen. Dit is een echte atletiekwedstrijd: lopen, springen en werpen waarbij het doel is sneller, hoger en verder te gaan. Omdat het programma compact en strak is, duurt elke wedstrijd ongeveer drie uur.

Competitiewedstrijden zijn minimaal twee baanwedstrijden waaraan door ploegen van verschillende verenigingen wordt deelgenomen en waar uiteindelijk aan het einde van het baanseizoen een vereniging als beste uit de bus komt. De trainers stellen in overleg met de atleten een competitieploeg samen. Atletiek Leudal valt in de regio Limburg en Oostelijk Noord-Brabant.

Omdat je aan competitiewedstrijden mee doet in teamverband dupeer je je team/ploeg zeer wanneer je af zegt voor de wedstrijd. De kans op een goede klassering gooi je hiermee voor je teamgenoten weg! Zeg dus alleen maar af wanneer het echt niet anders kan!

Voor baanwedstrijden, die meestal op kunststofatletiekbanen plaatsvinden, geldt dat atleten spikes mogen dragen met een spikelengte toegestaan op het betreffende atletiekonderdeel. Te lange spikes betekent in de meeste gevallen diskwalificatie.

Baanclubkampioenschappen

Ieder jaar organiseert Atletiek Leudal baanclubkampioenschappen voor de eigen leden. Bij deze kampioenschappen doen de atleten de voor hun categorie voorgeschreven atletieknummers.

Degene met de beste prestaties wordt baanclubkampioen in zijn of haar categorie.

b. Indoorwedstrijden

Indoorwedstrijden, de naam zegt het al, vinden plaats in een sporthal en worden meestal 's winters gehouden. Het is eigenlijk niet meer of minder dan een aangepaste baanwedstrijd. Bepaalde wedstrijdonderdelen zijn iets veranderd t.o.v. een baanwedstrijd (b.v. de kogels zijn iets zachter) en sommige onderdelen zijn weggelaten (b.v. speerwerpen).

c. Crossen

De cross is een hardloophwedstrijd in de winter door tamelijk ruw terrein. Denk hierbij aan bos, hei, heuvelachtig gebied en veld. De afstanden die bij een cross afgelegd moeten worden variëren van 800m voor de Pupillen tot ca. 12km voor de Senioren.

Limbra Crosscompetitie

In de regio Noord- en Midden-Limburg en Oostelijk Noord-Brabant wordt de Limbra-crosscompetitie gehouden. Het betreft een aantal crossen in deze regio waarvoor je je kunt inschrijven en waar een onderlinge competitie per categorie wordt gehouden. Voor de spelregels van het eindklassement: www.limbracross.nl.

Leudal Cross

Atletiek Leudal organiseert elk jaar de Leudal Cross in het bos bij Buitencentrum 'De Spar' in Haelen. Deze cross maakt onderdeel uit van de Limbra Crosscompetitie.

d. Wegwedstrijden

Dit zijn hardloophwedstrijden op de (openbare) weg. De afstanden variëren van 400m voor de allerkleinsten tot marathonwedstrijden voor de liefhebbers.

Avondloop Heythuysen

Atletiek Leudal organiseert zelf in april de Avondloop, met verschillende afstanden op het programma voor jeugd en volwassenen.

e. Diverse wedstrijden

De vereniging organiseert in juni de Trailrun Leudal vanaf Boscafé De Busjop. Een trailrun is avontuurlijk hardlopen door de natuur.

Overige activiteiten

Naast het verzorgen van trainingen en het organiseren van wedstrijden houdt Atletiek Leudal zich bezig met het op touw zetten van diverse niet atletiek-specifieke activiteiten.

a. Leudal Wandel 4-daagse

Elk jaar in mei/juni wordt de Leudal Wandel 4-daagse gehouden. Dit evenement wordt door Atletiek Leudal al sinds 1975 georganiseerd, met groot succes. Vele wandelaars nemen met veel enthousiasme deel aan de prachtige wandelingen. Vier dagen op rij (met de woensdag als rustdag) kunnen er verschillende afstanden gelopen worden. Deze afstanden kunnen door iedereen afgelegd worden en er nemen dan ook veel niet-leden aan deel uit de wijde omgeving van Heythuysen. Wandelen is óók atletiek!

De Vierdaagse commissie organiseert tevens een rolstoeltocht voor de minder mobiele inwoners van de gemeente Leudal.

b. Jeugddag/activiteiten

Voor de (mini)Pupillen en de Junioren worden er jeugdactiviteiten georganiseerd. Zij gaan dan een leuke tijd beleven onder begeleiding van de Jeugdcommissie en enkele oudere leden of ouders. Bij voldoende interesse wordt elk jaar voor de jeugd t/m Junioren C een kamp georganiseerd van een weekend.

Voor de oudere atleten vanaf Jun. B wordt bij voldoende interesse een trainingskamp georganiseerd, ook voor een weekend.

c. Acties

Alles wat Atletiek Leudal heeft of doet, kost geld. De middelen die Atletiek Leudal krijgt om dit te bekostigen komen voornamelijk uit gemeentesubsidies en contributies. Dit blijkt echter in de praktijk niet genoeg om alles te kunnen betalen. Daarom probeert de vereniging elk jaar verschillende acties te organiseren om geld binnen te krijgen.

In september is er de Grote Clubactie, een landelijke lotenactie. In de jaarvergadering van 2017 is afgesproken dat ieder Atletiek Leudal-adres drie loten toebedeeld krijgt (deze kunnen eventueel doorverkocht worden) en dat de verrekening plaats zal vinden via de contributie. De leden leveren zo een bijdrage in de kostendekking en hiervoor wordt dan ook de medewerking van **alle** leden/atleten gevraagd, zie ook verdere info in ons clubblad en op onze website.

Verder is er de Rabobank Clubsupport actie. Alleen Rabobank-Leden mogen in de stemperiode (voorjaar) stemmen op hun favoriete vereniging. Elke stem is geld waard voor die vereniging, dus... Heeft u een rekening lopen bij deze bank, schrijf u dan zo snel mogelijk gratis in als Lid van de Rabobank Midden-Limburg, het heeft alleen maar voordelen!

3. VERENIGINGSREGELS

Om een en ander binnen de vereniging gladjes te laten verlopen, zijn er bepaalde regels opgesteld in een Huishoudelijk Reglement waaraan de leden zich dienen te houden. Hieruit worden enkele punten nader omschreven. Het volledige reglement is op te vragen bij het secretariaat.

Lidmaatschap

Iedereen, die lid wil worden van de vereniging, kan op verzoek kosteloos een maand van de geboden faciliteiten gebruik maken als kennismakingsperiode. Daarna kan de persoon zich aanmelden als lid via een inschrijfformulier bij de trainer. Deze geeft dit door aan het secretariaat.

Contributies

Alle leden van de vereniging betalen in principe contributie. De verschillende tarieven staan vermeld in het clubblad en op onze website. Naast de verenigingscontributie dienen alle leden een maal per jaar de bondsbijdrage te betalen, omdat zij lid zijn van de Atletiekunie. Verder wordt voor alle Pupillen automatisch een wedstrijdlicentie aangevraagd. Zowel de bondsbijdrage als de wedstrijdlicentie worden aan het begin van het jaar in rekening gebracht. Het totale bedrag wordt bij vooruitbetaling voldaan via een automatische bankincasso.

Verlenging en afmelding

Het lidmaatschap wordt automatisch, per kalenderjaar verlengd.

Als een lid het lidmaatschap wil beëindigen, dan dient hij/zij schriftelijk bij de secretaris op te zeggen tegen het einde van de halfjaarlijkse periode eindigend op 30 juni dan wel 31 december en met inachtneming van een opzegtermijn van minimaal twee weken, anders vindt een automatische verlenging tot het eind van het volgende halfjaar plaats.

U bent pas uitgeschreven indien u een bevestiging hebt ontvangen. Atletiekunie bondsbijdrage en eventuele wedstrijdlicentiekosten blijven voor het gehele kalenderjaar verschuldigd (verplichting Atletiekunie).

Vertrouwenscontactpersoon

Iedereen die sport kan te maken krijgen met seksuele intimidatie. Het kan veel emoties en vragen oproepen, ook als je er niet zelf het slachtoffer van bent, maar het ziet gebeuren. Op die momenten kan het prettig zijn om even met iemand van buitenaf te kunnen praten.

De vertrouwenscontactpersoon van Atletiek Leudal is:

Thea van Bruggen, tel. 06-40992813

Bij de NOC*NSF hulplijn kunt u ook terecht met eerste vragen, twijfels of om uw verhaal te vertellen. De NOC*NSF hulplijn seksuele intimidatie in de sport is bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 08.00 tot 22.00 uur en op zaterdag van 12.00 tot 16.00 uur. Op zondag is er geen bereikbaarheid. Het nummer is 0900 - 202 55 90 (€ 0,10 per minuut).

In geval van problemen met de vereniging kun zich wenden tot de manager Verenigingszaken en Jeugdathletiek van de Atletiekunie, 026-4834800, die u in specifieke gevallen kan doorverwijzen.

Aansprakelijkheid en verzekeringen

Atletiek Leudal sluit algeheel en volledig de aansprakelijkheid uit voor ongevallen en andere te lijden schade tijdens trainingen, wedstrijden en andere in haar naam te organiseren activiteiten. Atletiek Leudal stelt leden c.q. de wettelijke vertegenwoordigers van de leden aansprakelijk voor door hun schuld of onachtzaamheid aangerichte schade aan de eigendommen van de vereniging of bij de vereniging in gebruik zijnde materialen, sportterreinen, zalen, kleedlokalen etc. De vereniging accepteert geen aansprakelijkheid voor het zoekraken of het vernielen van kleding of andere bezittingen van leden of vrijwilligers.

Via de Atletiekunie is een aansprakelijkheidsverzekering afgesloten waarbij de aansprakelijkheid van de leden en vrijwilligers jegens derden is verzekerd. Voorwaarde is natuurlijk dat er aansprakelijkheid bestaat, dat het lid of de vrijwilliger tijdens het ontstaan van de schade handelde namens of in opdracht van de vereniging en dat het lid of de vrijwilliger geen dekking heeft op de eigen aansprakelijkheidsverzekering.

Tevens loopt via de Atletiekunie een collectieve ongevallen-inzittendenverzekering waarbij leden en begeleiders die gezamenlijk naar wedstrijden of andere activiteiten onder auspiciën van de Atletiekunie of de vereniging gaan, verzekerd zijn van een uitkering in geval van overlijden of blijvende invaliditeit ten gevolge van een ongeval. De verzekering vergoedt niet de daadwerkelijke schade, maar keert een vast bedrag uit bij overlijden (€ 5.000,00) en blijvende invaliditeit (€ 10.000,00).

| | |
|---------------------------------|--|
| Postadres | Atletiek Leudal Arevenlaan 7 6093 GM Heythuysen |
| Website | www.atletiekleudal.nl |
| Email algemeen | info@atletiekleudal.nl |
| Email ledenadministratie | ledenadministratie@atletiekleudal.nl |
| Email Voorzitter | voorzitter@atletiekleudal.nl |
| Email secretaris | secretaris@atletiekleudal.nl |
| Email penningmeester | penningmeester@atletiekleudal.nl |

Alle belangrijke telefoonnummers en adressen staan vermeld in het digitale clubblad 'De Leudallouper' en op de website. Deze gegevens worden zoveel mogelijk actueel gehouden.