

Missie

AVZK is een regionale atletiekclub aangesloten bij de Vlaamse Atletiekliga, die zich richt naar alle atleten die aangesloten zijn bij de club. Ze tracht iedere atle(e)t e de mogelijkheid te geven om zijn/haar sport op zijn/haar niveau te laten beoefenen.

- **Regionaal:** richt zich op sporters uit de ruime omgeving van Heist-op-den-Berg .
- **Vlaamse Atletiekliga:** is een organisatie die de Vlaamse atletiekclubs verenigt en op directe en indirecte wijze de belangen van al hun leden behartigt.
- **Alle atleten:** dit wil zeggen dat we elke persoon aangesloten bij onze club zo optimaal mogelijk willen begeleiden zodat hij/zij haar doel kan bereiken.
 - **Recreanten:** degelijke begeleiding en ondersteuning
 - **Atleten:** zowel de betere als de minder getalenteerde atleet moet een aangepast aanbod krijgen
 - **Atleten/Recreanten met een handicap:** Individuele mogelijkheden onderkennen en begeleiden naar een aangepast niveau van atletiekbeoefening
 - **Atleten van alle rassen en standen:** Er worden geen atleten geweigerd of uitgesloten omwille van hun ras, politieke of geestelijke overtuiging.

Visie

Rekening houdend met deze missie stellen we 3 doelen op lange termijn om dit te bereiken.

Deze 3 lange termijndoelstellingen zijn:

- **Kwaliteitsvolle sport** aanbieden. Het is de bedoeling om te vertrekken van een goede jeugdwerking en om zoveel mogelijk atleten te laten doorstromen naar de oudere categorieën. Om dit te bereiken is het noodzakelijk om over voldoende en goed opgeleide trainers te beschikken. Voor het organiseren van een kwaliteitsvolle sport is een gezond financieel beleid van belang. De club dient er over te waken dat de uitgaven de inkomsten niet overschrijden. Ook aan (veilige) infrastructuur wordt veel aandacht besteed (waar nodig in samenwerking met gemeente)

- **Informatie** geven. Een degelijke informatiebrochure dient de nieuwe atleten (en hun ouders) wegwijs te maken in het clubleven. Ook een duidelijke website, een degelijk forum en het clubblad zijn belangrijke bronnen van informatie.
- **Naambekendheid** verhogen. Door mee te werken aan sportdagen voor scholen en/of andere verenigingen en het uitdelen van folders trachten we onze club meer bekend te maken in de ruime omgeving.

Structuur en ondersteunende werking

Zonder goede structuur, zonder inkomsten en zonder de nodige mensen die de club laten functioneren is een club niet leefbaar.

Betrokkenen

- **Sporters** (competitieatleten en recreanten) zijn de kern van de club. Om hen te laten sporten in de best mogelijke omstandigheden, kent de club zijn bestaansreden. Ook mogelijkheid bieden voor competitie is belangrijk en wordt vanuit de club aangemoedigd en beloond. Beloning gebeurt door een regelmatigheids criterium (minimum aantal wedstrijden) dat beloond wordt met een waardevolle naturaprijs. Daarnaast is er ook een objectief systeem van vergoeding in geld voor de betere atleten (vanaf cadet tot en met alle categorieën), gebaseerd op Belgische ranking en podiumplaatsen op officiële kampioenschappen.
- De club wordt geleid door een verkozen **bestuur**, dat maandelijks vergaderd. Op deze vergaderingen zijn alle betrokkenen welkom om input te geven. Het bestuur beslist over de globale werking en financiën. Onder supervisie van het hoofdbestuur is er ook een jeugdbestuur werkzaam, dat zich focust op de grote groep jeugdathleten.
- Zonder bekwame **trainers** kunnen de sporters hun sport niet aanleren of zich verder ontwikkelen.
- Vermits competitie aangemoedigd wordt en ook zelf georganiseerd wordt, hebben we ook **juryleden** nodig in de club. Deze zijn ook effectief lid van de club.
- **Ouders** (vooral van jeugdathleten), eventuele **partners** vervolledigen de clubwerking. Zij zorgen er mee voor dat sporters kunnen sporten. Vanuit de club moeten ze vooral goed geïnformeerd worden. Maar ook bij eigen organisaties zijn ze onmisbaar om samen het vele werk gedaan te krijgen.

Indeling groepen

- Tot en met miniemen zijn er leeftijdsgroepen (uitzondering G-atleten). Nadien zijn de groepen gebaseerd op discipline groepen en eventueel sportniveau.

Financiën

- Inkomsten zijn afkomstig van jaarlijkse lidgelden, sponsoring, inkomsten van eigen organisaties en subsidies
- Lidgelden zijn voordeliger tot en met categorie miniem, voor recreanten en voor meerdere personen uit eenzelfde gezin

- De voornaamste uitgaven van de club zijn kosten aan federatie, huurgelden , vergoedingen voor trainers, beloningen voor competitieatleten , aankoop materiaal, drukwerk (bv clubblad, jaarboek, affiches, organisaties)
- De club is een VZW. De inkomsten zijn er enkel voor de werking te bekostigen. Streefdoel is om jaarlijks een evenwicht te hebben tussen inkomsten en uitgaven.

Strategische doelstellingen

Begeleiding van sporters (en ouders)

1. Stijging van de kwaliteit van de jeugdbegeleiding (training)

a) Rechten van het kind in de sport

- Sport te beoefenen
- Zich te vermaken en te spelen
- In een gezonde omgeving te leven
- Waardig behandeld te worden
- Getraind en begeleid te worden door competente mensen
- Deel te nemen aan training die aangepast is aan hun leeftijd, individueel ritme en mogelijkheden
- Zich te meten met kinderen van hetzelfde niveau in een aangepaste competitie
- In veilige omstandigheden aan sport te doen
- Te rusten
- De kans te krijgen kampioen te worden, of het niet te worden

b) Aandachtspunten per groep

- **Benjamins:** Nadruk ligt op het speelse karakter. Aan de hand van diverse spelvaardigheden worden de basisvaardigheden van de diverse disciplines aangeleerd.
- **Pupillen:** Ook bij deze groep ligt nog de nadruk op het speelse karakter, maar de focus wordt langzaam aan verlegd naar specifieke atletiektechnieken (aanleren startblokken, vanaf de lat verspringen...).
- **Miniemen:** Ideale leeftijd voor het aanleren van technieken. Bij deze groep wordt er de mogelijkheid geboden om (op basis van aanleg en interesse) op regelmatige basis deel te nemen aan trainingen van de diverse disciplinegroepen. Hierdoor verloopt de overgang naar de cadettengroep minder bruusk. Een brede opleiding blijft echter nog de basis voor deze atleten. De eindtermen miniemen, zoals die bepaald zijn vanuit de federatie, worden daarbij als basis genomen.

- **Cadetten:** De atleten kiezen op basis van aanleg en interesse in overleg met de trainers welke richting ze verder uit willen. Aan de hand van hun keuze wordt er een programma opgesteld. In deze groepen wordt er aandacht besteed aan het verder uitbouwen van techniek van de diverse disciplines. Voor de atleten die kiezen voor een brede waaier van disciplines wordt er een specifiek schema opgesteld.
- **Scholieren:** Verder optimaliseren van techniek in de diverse disciplinegroepen.

c) Jeugdbestuur

Het jeugdbestuur heeft als doelen :

- zorgen voor een omkadering van de jeugdathleten tot en met scholieren
- bewaken dat er een minimale drop-out is van de jongere (ben-min) naar de oudere jeugdathleten (cad-sch)

d) Algemene aandachtspunten jeugd

- Kweken van teamgeesten het leren omgaan met elkaar. Om deze reden vinden we aflossingswedstrijden zeer belangrijk in een voor de rest vrij individuele sport en worden deze extra benadrukt (door training en competitie).
- De jeugdsportcoördinator zorgt ervoor dat er duidelijke afspraken zijn tussen de verschillende jeugdtrainers en zorgt voor nodige coördinatie ivm groepen, infrastructuur
- Talentdetectie: jaarlijks afnemen van talenttestjes, om alzo de talenten van de diverse atleten beter te leren kennen
- Deelnemen aan talentdagen en federale trainingen voor de atleten die zich hiervoor selecteerden.

2. Beter doorstroming naar de diverse groepen

Door de miniemen op regelmatige basis te laten deelnemen aan trainingen van de discipline groepen wordt de overgang naar de cadetten beter opgevangen. De diverse groepen in onze club vanaf cadettencategorie zijn:

- **Stabilisatietraining**
- **Sprintgroep**
- **Springgroepen:**
 - Hoogspringen
 - Verspringen
 - Polsstokspringen
- **Werpgroep**
- **Groep afstandslopers**

Bijzonder geval is een atleet cadet of ouder die nieuw begint en soms geen idee heeft wat zijn sterke punten en interesses zijn. Hij moet de kans krijgen om in meerdere groepen proef te draaien, om dit zo te ervaren of ontdekken.

3. Begeleiding/training volwassen atleten

Volwassen atleten kunnen in meerdere groepen terecht:

- Meedoen met technische groepen (zie jeugd)
- Afstandslopers
- Masters
- Joggers
- Sommige atleten trainen zonder (vaste) trainer al dan niet alleen of in kleine groepjes. Ook zij zijn welkom.

4. Gedragscode ouders en supporters

- Tonen belangstelling voor hun kind en komen regelmatig supporteren.
- Leggen geen overdreven druk op de schouders. Laten hun kind plezier beleven in zijn sport.
- Stimuleren hen om hun talenten te ontwikkelen
- Gebruiken geen agressieve, racistische of schunnige taal
- Supporteren niet alleen voor hun kind, maar ook voor de anderen
- Respecteren de beslissingen van de trainers en de juryleden
- Moedigen de atleten aan, maar instructies en bijsturing op het terrein gebeuren door de trainer.
- Praten met de trainer van hun kind als ze ergens niet mee akkoord gaan
- Houden rekening met het prestatieniveau (en de evolutie daarvan) van hun kind en niet zozeer met de behaalde plaats

Organiseren van competitieve sportbeoefening

1. Stijging van de kwaliteit

- **Benjamins, pupillen en miniemen:** Om de wedstrijdathleten beter te begeleiden trainen deze in de zomerperiode 30' langer. Tijdens dit half uur wordt er in kleine groepjes aan techniek gewerkt.
- **Miniemen:** De wedstrijdathleten kunnen op regelmatige basis deelnemen aan de training van één of meer disciplinegroepen. Hierin mag echter niet overdreven worden, zodat zeker hun brede basisvorming die bij miniemen gelegd wordt, niet verwaarloosd wordt.
- **Trainers:** Begeleiding van de atleten gebeurt door gekwalificeerde trainers. Op regelmatige basis dienen zij zich bij te scholen.
- **Infrastructuur:** de club streeft ernaar om de infrastructuur in Booischot (grotendeels eigendom van gemeente Heist-op-den-Berg) steeds te verbeteren en goed te (laten) onderhouden. Veiligheid van sporters en toeschouwers is daarbij primordiaal.

2. Organiseren van een kwalitatief hoogstaand competitieaanbod

- Ook probleemdisciplines (polsstok, steeple...) komen geregeld op de meetings aan bod.
- Uurschema wordt zodanig opgesteld dat de starturen van de diverse disciplines elkaar goed opvolgen.
- Uurschema's worden in mate van het mogelijke gerespecteerd. Een discipline vervroegen is uit den boze omdat het uurschema vooraf bekend gemaakt wordt en sommige atleten pas komen tegen dat ze hun wedstrijd hebben.
- Resultaten worden zo snel mogelijk uitgehangen.
- Resultaten worden de dag zelf op de website geplaatst.

Organiseren van recreatieve sportbeoefening

1. Stijging van de kwaliteit

- **Benjamins, pupillen en miniemen:** In de jeugdcategoryen wordt er geen onderscheid gemaakt tussen wedstrijdathleten en recreatieve atleten. Het enige verschil is dat ze in de zomerperiode 1 uur trainen, terwijl de wedstrijdathleten nog een half uurtje langer trainen. De trainingen hebben een speels karakter. Alle disciplines komen aan bod.
- **Recreanten:** Vanaf cadet kan men definitief kiezen om recreant te zijn. Op ieder moment van het jaar kunnen deze in stappen. De trainingen worden individueel aangepast aan hun mogelijkheden en hun doelen.
- **Trainers:** Begeleiding van de joggers gebeurt door gekwalificeerde trainers. Op regelmatige basis dienen zij zich bij te scholen.

2. Organiseren van een verschillende recreatieve activiteiten

- **Jogging:** geregelde organisatie van wedstrijden met lage instapdrempel, waar ook niet aangeslotenen zeer welkom zijn
- **Andere recreatieve activiteiten:** op regelmatige basis worden er activiteiten georganiseerd om de groepsfeer te bevorderen (zwemmen, bowling...)

Volgen van opleidingen en bijscholingen

1. Bestuursleden

Om de clubwerking te optimaliseren stimuleert het clubbestuur de bestuursleden om geregeld een bijscholing te volgen.

2. Trainers

- **Opleiding:** het clubbestuur stimuleert haar trainers voor het volgen van een trainersopleiding. De vergoeding van de trainers is ook (licht) afhankelijk van hun opleidingsniveau (van initiator tot trainer A).
- **Bijscholing:** Om de clubwerking te optimaliseren stimuleert het clubbestuur de trainers om minstens één bijscholing per jaar te volgen.

3. Juryleden

- **Opleiding:** een jurylid moet uiteraard de nodige wedstrijdregels kennen. Dit kan adhv zelfstudie aangeleerd worden. Een examen wordt afgenomen om de kennis te toetsen. De club stimuleert geïnteresseerde ouders of anderen om jurylid te worden.
- **Bijscholing:** juryleden kunnen zich bijscholen (elke maand behalve juli en augustus)om de finesses (en wijzigingen) van de regels te kennen. Dit is zeker een must als je nationaal of internationaal wil jureren

Informatieopdracht

1. Interne communicatie

- **Communicatie tussen clubbestuur en trainers:** Hier wordt kort op de bal gespeeld. Alle nuttige info wordt zo snel mogelijk uitgewisseld (meestal via email). Trainersverslag wordt in de maandelijkse bestuursvergadering besproken. Feedback wordt zo snel mogelijk gegeven. Trainersvergadering en bestuursvergadering volgen elkaar daarom vrij snel op elkaar (actueel 1 week later).
- **Communicatie tussen de trainers:** Maandelijks vind de trainingsvergadering plaats. Hier worden alle onderwerpen besproken die met de training te maken hebben. De afgevaardigde vanuit het bestuur brengen hierover verslag uit aan de bestuursvergadering en bespreekt de opmerkingen die van het bestuur komen. Trainersverslag wordt doorgemailed naar de bestuursleden.

- **Communicatie tussen atleten en clubbestuur:** atleten kunnen met hun vragen en opmerkingen terecht bij een afgevaardigde van het bestuur. De jeugdleden kunnen met hun vragen en opmerkingen terecht bij een afgevaardigde van het jeugdbestuur. Dit bestuur fungeert als tussenpersoon voor de trainers en het bestuur, doordat ze dichterbij de ouders staan. Elk clublid is ook welkom op de maandelijkse bestuursvergadering.
- **Communicatie tussen jeugdbestuur en trainers/clubbestuur:** Een afvaardiging van het jeugdbestuur is aanwezig op trainers- en bestuursvergadering en geeft/krijgt rechtstreeks feedback.
- **Communicatie naar atleten:** adequaat gebruik maken van de website, het forum en informatie op papier om atleten (en hun ouders) op een correcte manier informatie te kunnen verschaffen. Periodiek wordt er echter ook een clubblad op papier gemaakt en bezorgd aan alle aangesloten gezinnen. Nieuwe atleten ontvangen een informatiebrochure waarin de clubwerking duidelijk wordt uitgelegd. Jeugdleden tot en met scholieren kunnen steeds bij een afgevaardigde van het jeugdbestuur terecht met hun vragen.

2. Externe communicatie

- **Website:** Correcte informatie kan je terug vinden op de website. Deze informatie wordt frequent geüpdatet. Ook dit beleidsplan is daar terug te vinden.
- **Mails:** Versturen van e-mails naar de diverse clubs om onze activiteiten kenbaar te maken.

Promotie

- Opstellen van een sponsordossier dat regelmatig geüpdatet wordt
- Verspreiden van promotiefolder
- Meewerken aan sportdagen
- Artikels in kranten-streekbladen-Atletiekleven. Initiatief hiertoe kan van (jeugd)bestuur of trainers komen (of minstens in overleg met hen). Zonder input vanuit de club, zal er zelden of nooit iets verschijnen.

Organisatie van sportkampen

Onze club organiseert jaarlijks verschillende sportkampen voor hun leden. Zij bevorderen teamgeest en geven de kans om de anderen ook eens buiten de klassieke context van training of wedstrijden te leren kennen.

- Jeugd en G-atleten:
 - Paasvakantie: voorbereiding op het zomerseizoen
 - October-November: voorbereiding op het veldloopseizoen
- Kampers (werpers, springers, polsstokspringers): 1/jaar
- Afstandslopers (vanaf cadet): voorbereiding op het veldloopseizoen.

Anders sporten: sporten voor atleten met een handicap

- Onderkennen van hun mogelijkheden
- Verbeteren van hun fysieke en conditionele mogelijkheden
- Aanleren van techniek
- Integratie van de betere atleten bij de valide groepen
- Integratie van alle G-atleten tijdens sportkampen en wedstrijden
- Verspreiden van promotiefolder
- Meewerken aan sportdagen