

Gindoor' athletics

Een organisatie van



VLAAMSE
ATLETIEKLIGA

Open Belgisch Kampioenschap AMH en G-recrea

In samenwerking met



op zondag 8 december 2019

in de Topsporthal te Gent,

Zuiderlaan 14 – 9000 Gent

voor alle personen met een
fysieke, visuele, psychische of verstandelijke handicap,
zowel rolstoelgebonden als niet-rolstoelgebonden

Iedereen kan deelnemen!

Je hoeft geen atletiekervaring te hebben. Iedereen kan op eigen niveau deelnemen.
Je hoeft niet aangesloten te zijn bij een atletiekvereniging.

De wedstrijden zijn gericht naar deelnemers vanaf 14 jaar, met uitzondering van de Kids Run en de G-recrea waar jongeren vanaf 6 jaar kunnen aan deelnemen.

Belgisch Kampioenschap

Iedereen kan deelnemen maar enkel atleten die een competitievergunning hebben bij de Vlaamse of de Waalse Atletiekliga én die over een nationale classificatie beschikken komen in aanmerking voor een Belgische titel.

De eerste drie atleten per discipline ontvangen een medaille. Daarbij maken we een onderscheid tussen atleten met een verstandelijke handicap (classificatie 20/21) en atleten met een visuele of fysieke handicap. Voor deze laatsten wordt de rangschikking opgemaakt op basis van de IWAS-score.

Een unieke kans om onze Paralympiërs te ontmoeten!

Kids Run

Voor jeugdathleten U14 wordt een Kids Run van 60m georganiseerd.
Zij kunnen ook deelnemen aan de G-recrea.

G-recrea

De recreatieve atleten starten met een 60m-loop op de piste, waarna ze in de sporthal een waaier aan activiteiten krijgen, tussendoor kunnen deelnemen aan een foto- en signersessie met **Balthazar Boma** en tenslotte sluiten ze de dag af met een aflossingsloop en een gezamenlijke apotheose op muziek.

Inschrijving

Alle inschrijvingen gebeuren voor maandag 2 december-12u!

voor het Belgisch Kampioenschap

Atleten die **aangesloten** zijn bij de Vlaamse of Waalse Atletiekliga schrijven in **via hun clubsecretaris** (zoals bij andere Belgische Kampioenschappen)

Atleten die **niet aangesloten** zijn bij de atletiekfederatie sturen een **mail naar paula@atletiek.be** .

voor de G-recrea

Deelnemers worden via mail doorgegeven aan Paula Vanhoovels, paula@atletiek.be.

Nodige info:

- Naam + voornaam
- Geboortedatum
- Vereniging waar de deelnemen aangesloten is (indien van toepassing)

met de steun van



in samenwerking met



Programma en Tijdschema

Programma

BKAMH	60m*-200m-800-ver-kogel staand en zittend-knotswerpen-hoog-4x200m
BKAMH U18	60m-ver
<i>*Zowel voor Race Runners, wheelers als staanden</i>	
AMH-kids (U14)	60m
G-recrea voor alle leeftijden	

- medailles voor de eerste 3 van het Belgisch Kampioenschap AMH
- gadget voor elke deelnemer

Tijdschema

Open BK AMH

VE = verstandelijke handicap – FYS = fysieke handicap – VI = visuele handicap

12u30	knotswerpen	FYS	MN / VR
13u00	kogel	FYS zittend	MN / VR
13u00	60m	Kids Run U14	
13u10	60m	G-recrea	
13u20	60m	Race Running	MN / VR
13u30	60m	Wheelers	MN / VR
13u40	60m	FYS	MN
13u45	60m AC + U18	VE	MN
14u00	60m	FYS	VR
14u05	60m AC + U18	VE	VR
14u30	kogel	FYS	MN
14u30	hoog	VE	VR
14u30	hoog	VE	MN
14u30	ver	FYS	MN

14u30	ver AC + U18	VE	MN
15u00	kogel	FYS	VR
15u00	200m	VE/FYS	MN
15u00	200m	VE/FYS	VR
15u30	ver AC + U18	VE	VR
15u30	kogel	VE	MN
15u30	800m	VE/FYS/VI	MN
15u50	800m	VE	VR
16u15	kogel	VE	VR
16u20	aflossing	G-recrea	MN / VR
16u40	4x200	VE/FYS	MN
16u50	4x200	VE/FYS	VR
17u00	apothese G-recrea		

G-recrea

De G-atleten worden ingedeeld in groepen.

Zij werken eerst allemaal de 60m af (13u), waarna ze vanaf 13u45 verschillende activiteiten doorlopen.

Eén van die activiteiten is een foto – en signeesessie met Balthazar Boma.

Zij eindigen met een G-aflossingsrace en een apotheose omstreeks 17u.

13u-13u40	60m op piste
13u45-14u05	Activiteit 1
14u05-14u25	Activiteit 2
14u25-14u45	Activiteit 3
BREAK	

15u00-15u20	Activiteit 4
15u20-15u40	Activiteit 5
15u40-16u	Activiteit 6
BREAK	
16u20	aflossing op piste

Voor de begeleiders van atleten met een verstandelijke handicap, leerkrachten, opvoeders, ... organiseert de KU Leuven tussen 10u en 12u30 een seminarie

'Bouwstenen voor een IDEALE VE-trainingsomgeving'

in het **auditorium** in het **Huis van de Sport in Gent** (naast de Topsporthal)

Aansluitend op het seminarie geniet je van een gratis **broodjeslunch** in de Topsporthal en kan je het **G-indoor** atletiek-event bijwonen.

Tijdens het seminarie worden **wetenschappelijke inzichten**, die voortvloeien uit het **IDEAL project** (www.idealproject.org) van de **KU Leuven**, naar de praktijk vertaald en wordt 'hands-on' informatie meegegeven om zelf concreet aan de slag te gaan.

Deelnemen aan het seminarie is volledig gratis dankzij de steun van Erasmus+. Voor inschrijven en meer informatie: debbie.vanbiesen@kuleuven.be .

