

ZOEK NAAR SPIKE EN NOOR IN JAPAN TIJDENS DE JEUGDDAG 18 MAART 2023

Meer info op atletiek.be

Word een ninja, spurt tegen licht,
loop over vuur en bouw mee aan
de hoogste toren van Tokio!



SPORT.
VLAANDEREN

Inhoud

1. Doel Jeugddag	4
2. Zoek naar Spike en Noor in Japan!	5
3. Noor Vidts - Syrië - Turkije 1212	5
4. Belangrijk!	6
5. Bereikbaarheid.....	7
A. Richtlijnen auto.....	7
B. Richtlijnen bus	8
6. Medewerkers	9
A. Taakverdeling	9
B. Aankomstuur	9
C. Medewerkerspakket	10
D. Communicatieplan.....	10
7. Algemene informatie	12
A. Deelnemers	12
B. Algemene richtlijnen	12
8. Programma	14
A. Uurrooster.....	14
B. Tijdschema fotoshoot	15
C. Plattegrond	16
D. Beschrijving proeven	17
I. Bliksemschicht	17
II. Zwarte gordel	18
III. Speld in een rijstberg	18
IV. Super Mario	19
V. Reis door Japan	20
VI. Vlaggenparade.....	20
VII. Ekiden.....	21
VIII. Tokiotoren	22
IX. Eendjesvangst	23
X. Rode lava - Japanse-vlag-worp	24
XI. Vuursprong	25
XII. Pokéjump.....	26
XIII. Hoelahoep-estafette.....	27
XIV. Lichtjesmuur	28
XV. Zoekspel	28

9. Materiaallijst.....	29
10. Opbouw/afbraak	32
A. Opbouw	32
B. Dag zelf	33
C. Opruim.....	33

1. Doel Jeugddag

De Jeugddag van de Vlaamse Atletiekliga zag het licht in 1990 in de indoorhal van Flanders Expo. De toenmalige jeugdcel organiseerde deze dag om **alternatieve wedstrijdvormen te promoten**. Voor vele kinderen is het ook de **eerste kennismaking met de Topsporthal en het indoor gebeuren**. De groepjes van atleten mogen ook bestaan uit niet aangesloten leden, hierdoor is het mogelijk dat er **nieuwe atleten worden aangetrokken** door de Jeugddag. Verder hoopt de Jeugddag vooral een **sociaal en sportief evenement** te zijn, waarbij kinderen al sportend kennis kunnen maken met leden van andere clubs. Een dag waarin de kinderen centraal staan.



2. Zoek naar Spike en Noor in Japan!

“Spike heeft jullie gemist, liefste kangoeroes, benjamins, pupillen en miniemen. Spike zat drie jaren vast op het eiland Noroca waar hij zich moest verstoppen voor de maskermonsters. Zonder jullie hulp heeft het iets langer geduurd dan voorzien maar hij is ontsnapt! Het was een heldhaftige vlucht waarin Spike zich moest wagen aan sprongen over de gevaarlijkste rivieren, rotsblokken omverwerpen in een metershoge vulkaan en wegsurten van de 4-US robot! Gelukkig kreeg hij hulp van Noor, die in 2021 speciaal voor hem naar Tokio was gevlogen. Nu is het eindelijk aan jullie, beste Superspikers! Spike en Noor hebben jullie hulp nodig, kunnen jullie hen vinden in Japan en hen veilig naar hun volgende bestemming brengen: Parijs!”

3. Noor Vidts - Syrië - Turkije 1212

Wij zijn blij om aan te kondigen dat niemand minder dan wereldkampioene Noor Vidts aanwezig zal zijn tijdens de Jeugddag van de Vlaamse Atletiekliga op zaterdag 18 maart in de Gentse Topsporthal. De jeugdathleten zullen zich op deze manier niet alleen uitbundig amuseren met hun avontuurlijke ontdekkingsreis, ze zullen ook een foto met de meerkampster van wereldniveau als herinnering kunnen koesteren.

Noor zal aanwezig zijn vanaf 11u00 voor het fotomoment. Alle clubs zullen een uurrooster krijgen waarop ze moeten verzamelen voor de fotoshoot (gaanderij aan de kant van de watersportbaan). Van daaruit worden ze begeleid naar de ruimte voor de fotoshoot.

Daar er geen extra fotomogelijkheden zijn, is het belangrijk dat iedereen zeker op tijd aanwezig is. Om het uurschema te kunnen respecteren, kunnen we geen handtekeningen en selfies toestaan. Alle kinderen krijgen wel een gehandtekende poster.

Alle clubs krijgen achteraf één exemplaar (A3) van hun gedrukte foto als herinnering aan deze Jeugddag. Clubs kunnen op aanvraag extra exemplaren laten drukken tegen een beperkte prijs.

Voor haar aanwezigheid op de Jeugddag bedanken we Noor door een bijdrage te schenken aan het door haar gekozen goede doel. Noor heeft gekozen voor: **“Syrië - Turkije 1212”**. Zoals vorige edities zal €1/deelnemer gestort worden aan haar goed doel.

Wat is Syrië - Turkije 1212?

'Syrië - Turkije 1212', de organisatie die noodhulp voorziet voor de slachtoffers van de aardbevingen in Turkije en Syrië. Geconfronteerd met deze noodsituatie doet het 12-12 Consortium een oproep tot solidariteit om financiële steun in te zamelen voor de financiering van de activiteiten van de 7 lidorganisaties die noodhulp voor de slachtoffers organiseren in de getroffen gebieden. De 7 leden van het Consortium 12-12 (Caritas International, Dokters van de Wereld, Handicap International, Oxfam Solidariteit, de Rode Kruis, Plan International België en UNICEF België) slaan de handen in elkaar.

Het Consortium 12-12 verenigt zeven humanitaire organisaties die hun fondsenwervingsinspanningen in België coördineren tijdens ernstige crises of natuurrampen in ontwikkelingslanden.

Meer info via <https://www.1212.be/nl/>.



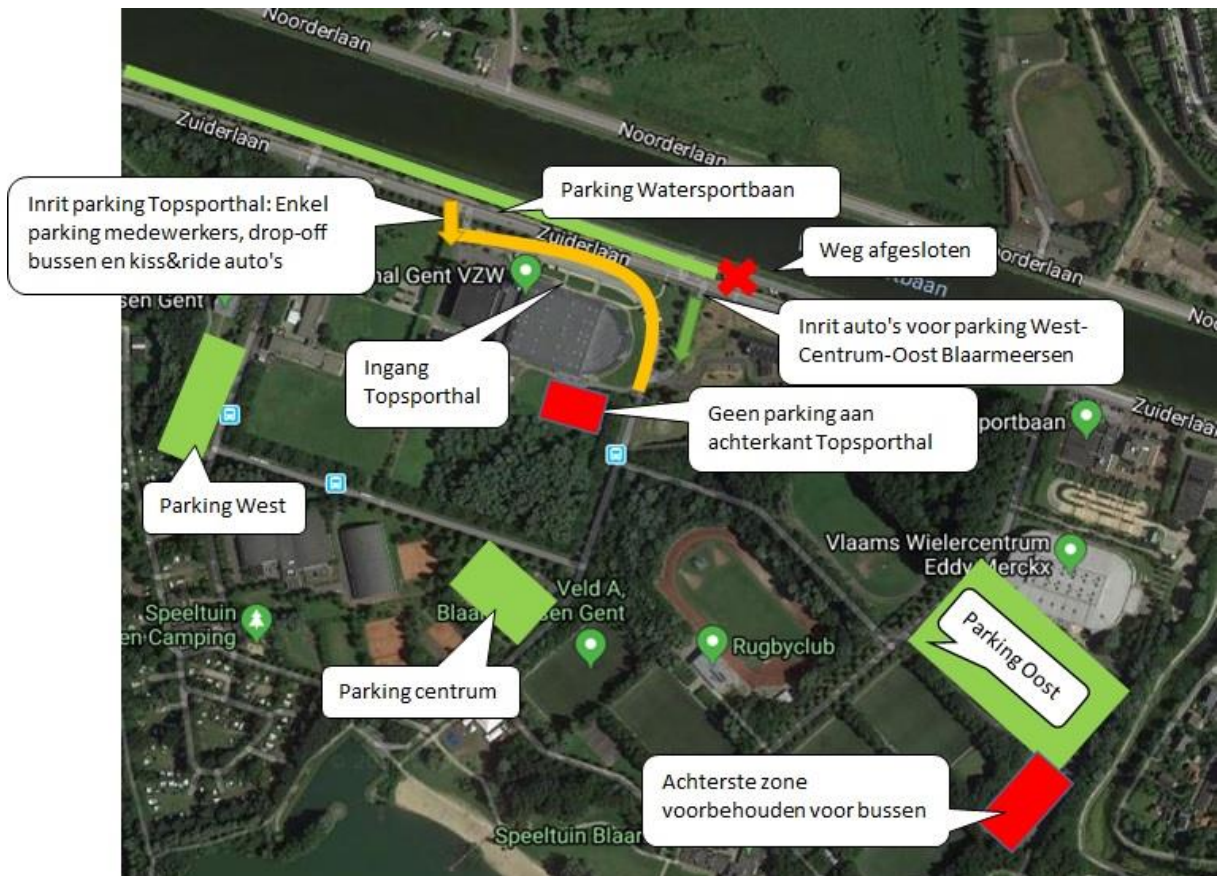
4. Belangrijk!

- Er zal **één stempelkaart per ploeg** zijn met het uurrooster en de plattegrond. Dit heeft ook gevolgen naar de wijze van werken:
 - Er wordt gewerkt met **stempels**. De standverantwoordelijke zal voor de ploeg zijn/haar stand binnengaat een stempel zetten op de aangeduide plaats op de stempelkaart. Zo kan iedereen zien welke proeven al gedaan werden. Neem als standverantwoordelijke vier stempels mee om voldoende reserve te hebben!
 - Enkel bij de proeven 'Ekiden' en 'Vuursprong' worden de tijden door de standmedewerkers genoteerd.
- De **Jeugddag wordt strikt beperkt tot de Topsportal, toegang tussen deze zone en de rest van het centrum is niet mogelijk!** Enkele praktische gevolgen:
 - De vragen van het **zoekspel** hangen enkel op in de Topsportal en op de opwarm piste (behalve het afgesloten deel aan de achterkant).
 - De **aanschuif voor de drie activiteiten in de sporthal gebeurt in de topsportal onder de cafetaria** (net voor de doorgang naar de sporthal). Er wordt een aparte rij voorzien voor elke proef, van hieruit brengen de medewerkers de ploegen naar de standen.
 - **NIEUW: de aanmelding zal georganiseerd worden in de Topsportal onder het grote scorebord, de atleten kunnen dus op de tribune wachten terwijl de clubverantwoordelijke de inschrijving aan het doen is.**

5. Bereikbaarheid

A. Richtlijnen auto

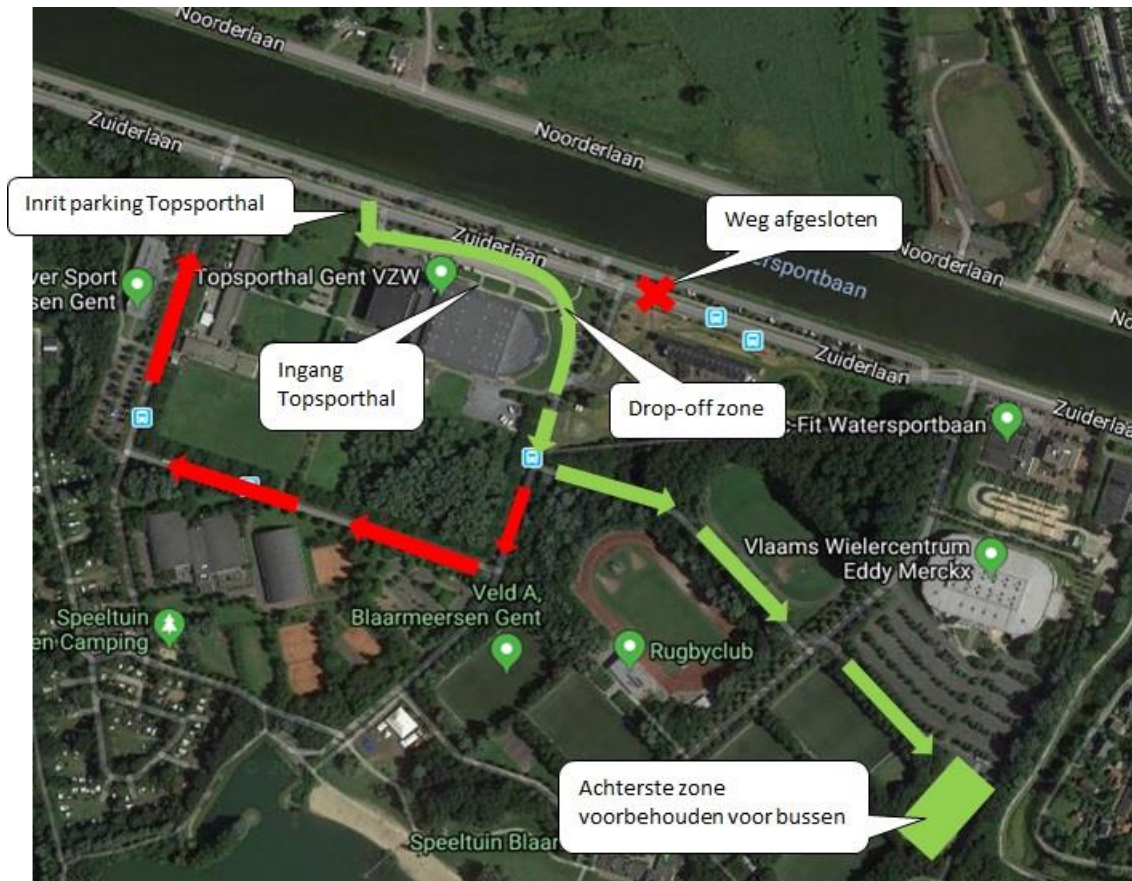
Auto's kunnen parkeren op volgende parkings: Parking West - Parking Centrum - Parking Oost en aan de Watersportbaan (zie groene zones op plan). Parking Topsportal: alleen parking voor medewerkers, drop-off bussen en kiss&ride auto's. Enkel richtingsverkeer vanuit de Zuiderlaan richting Blaarmeersen, zie gele pijl!



B. Richtlijnen bus

De bussen rijden vanuit de Zuiderlaan rechtstreeks op de parking van de Topsportthal en zetten de atleten snel en efficiënt af voor de Topsportthal (zie groene pijlen op plan). Daarna rijden ze de Blaarmeersen binnen en slaan linksaf. Ze vervolgen hun weg tot parking Oost en parkeren op de zone het dichtst bij het surfstrand (zie groene zone).

AFDRUKKEN EN AFGEVEN AAN DE BUSCHAUFFEUR !!!



6. Medewerkers

A. Taakverdeling

De taakverdeling van de medewerkers zal in de weken voor de Jeugddag per mail verstuurd worden. Volgende algemene functies staan omschreven, voor andere functies wordt een specifieke briefing voorzien.

ONTHAALMEDEWERKER (aangeduid voor inschrijvingen):

- Regelt het onthaal en de inschrijvingen voor een leeftijdscategorie.
- Sluit aan bij zijn/haar stand nadat iedereen ingeschreven is.

STANDVERANTWOORDELIJKE:

- Verantwoordelijk voor de werking van zijn/haar stand, stuurt medewerkers aan.
- Staat aan de ingang van de stand.
- Verzamelt de stempelkaarten.
- Zet een stempeltje op de kaart.
- Roept de ploegen in volgorde af (zie verder bij 'programma').
- Indien de ploeg na driemaal afroepen nog niet aan de ingang van de stand is aangekomen, wordt het scoreformulier onherroepelijk terug achteraan geplaatst en moet de ploeg opnieuw zijn beurt afwachten.
- Is verantwoordelijk voor het aanhouden van het uurrooster, mag enkel stempelkaarten aanvaarden van de ploegen die volgens het uurrooster aan de beurt zijn (=per uur één kleur!)

STANDMEDEWERKER:

- Krijgt taak van de standverantwoordelijke.
- Neemt tijden op, geeft scores, geeft materiaal, helpt de kinderen bij de proeven...

ALGEMENE RESERVE:

- In functie van de noden kan hij/zij ingezet worden aan bepaalde standen.

B. Aankomstuur

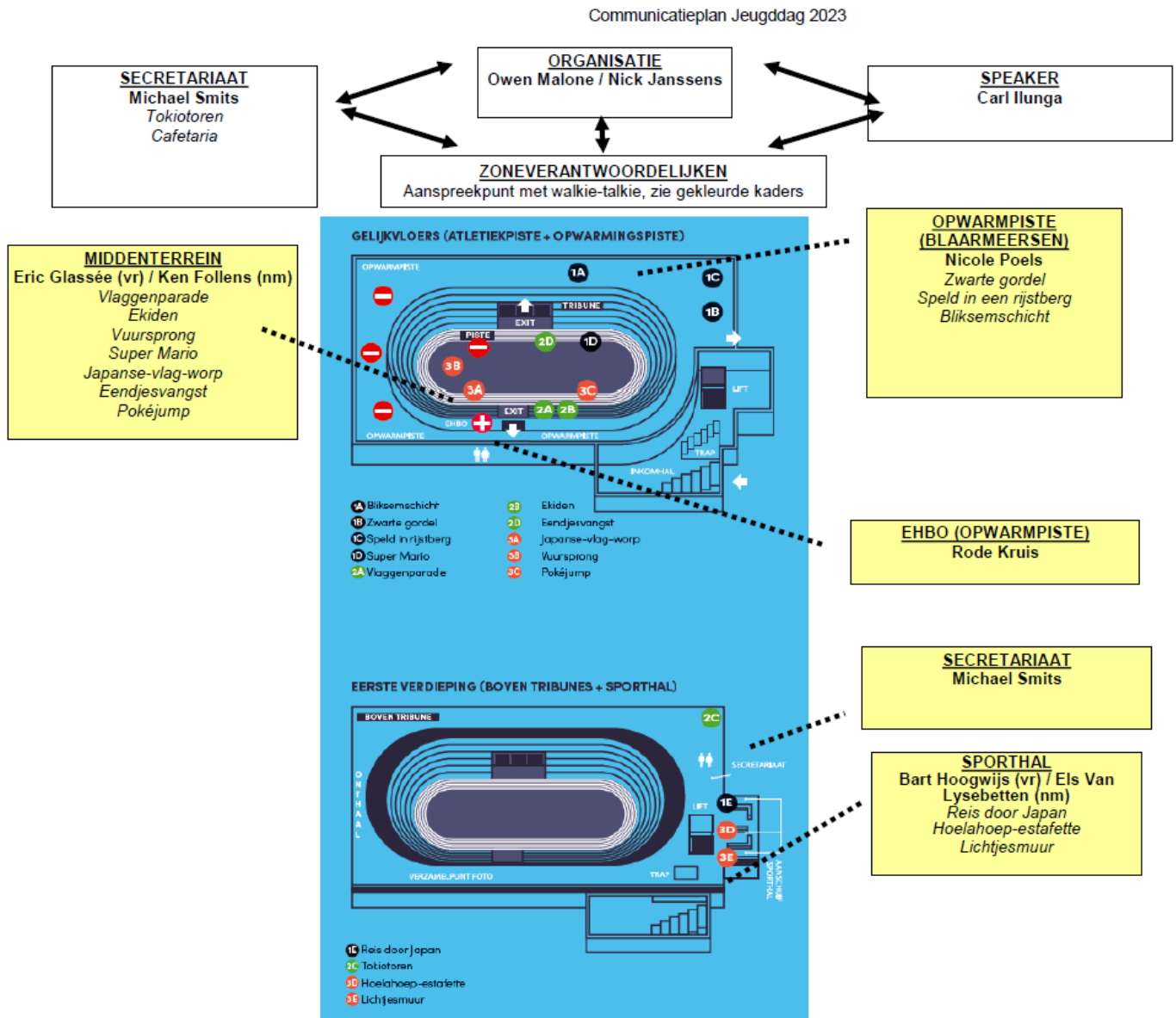
Wij vragen om ten laatste aanwezig te zijn op de volgende uren:

- Onthaalmedewerker:
 - Voormiddagssessie: 08u00 aan het medewerkersonthaal
 - Namiddagssessie: 12u45 aan het medewerkersonthaal
- Standverantwoordelijke:
 - Voormiddagssessie: 08u30 aan het medewerkersonthaal
 - Namiddagssessie: 13u00 aan het medewerkersonthaal
- Standmedewerkers:
 - Voormiddagssessie: 09u00 aan het medewerkersonthaal
 - Namiddagssessie: 13u30 aan het medewerkersonthaal
- Terreinpolitie/fotograaf/andere: 09u00 aan het medewerkersonthaal
- Algemene reserve: 09u30 aan het medewerkersonthaal

C. Medewerkerspakket

Al onze medewerkers krijgen 2 drankbonnetjes voor een (niet-alcoholische) consumptie in de cafetaria, zij krijgen verder ook nog een versnapering. Daarnaast ontvangen ze een T-shirt en een gadget. Medewerkers die een hele dag meehelpen krijgen ook een lunchpakket.

D. Communicatieplan



Communicatieplan Jeugddag 2023

Naam	Contact intern	Contact extern	Functie dag	Functie veiligheid
Owen Malone	Walkie-talkie	0494/163023	Organisator	Veiligheidsverantwoordelijke : algemeen veiligheidsbeleid, beslissing tot algemene evacuatie na brand, oproep hulpdiensten,...
Nick Janssens	Walkie-talkie	0473/882978	Organisator	Permanent aanspreekpunt in Topsportal.
Michael Smits	Walkie-talkie		Secretariaat	Permanent aanspreekpunt in Topsportal, commandopost (overzicht), kan oproepen tot evacuatie bij brand of hulpdiensten oproepen indien Owen niet beschikbaar is
Carl Ilunga	Walkie-talkie		Omroeper	In geval van nood: veiligheidsrichtlijnen omroepen, signaal tot evacuatie geven, elektronisch scherm bedienen om richtlijnen te geven
Nicole Poels	Walkie-talkie		Opwarpiste/ 30 meter	Verantwoordelijke voor veiligheid en evacuatie opwarpistel, kan autonoom beslissen om opwarpiste te evacueren
Bart Hoogwijs (voormiddag)	Walkie-talkie	0473/890555	Ingang sporthal	Medeverantwoordelijke voor veiligheid en evacuatie sporthal, kan autonoom beslissen om deze te evacueren
Els Van Lysebetten (namiddag)	Walkie-talkie		Ingang sporthal	Medeverantwoordelijke voor veiligheid en evacuatie sporthal, kan autonoom beslissen om deze te evacueren
Medew. Rode Kruis	Walkie-talkie		Medewerkers Rode Kruis	EHBO, Eerste zorgen toedienen, kan hulpdiensten oproepen
Eric Glassée (voormiddag)	Walkie-talkie		Standverantwoordelijke Zone midden terrein	Verantwoordelijke voor evacuatie stand, moet bij signaal tot evacuatie de doorgangen zo snel mogelijk vrij maken en deelnemers naar de dichtstbijzijnde nooduitgang leiden
Ken Follens (namiddag)	Walkie-talkie		Standverantwoordelijke Zone midden terrein	Verantwoordelijke voor evacuatie stand, moet bij signaal tot evacuatie de doorgangen zo snel mogelijk vrij maken en deelnemers naar de dichtstbijzijnde nooduitgang leiden
Nicole Poels			Standverantwoordelijke 30 meter	Verantwoordelijke voor evacuatie stand, moet bij signaal tot evacuatie elektronische apparatuur uitkoppelen, de doorgangen vrij maken en deelnemers naar de dichtstbijzijnde nooduitgang leiden
Geert Bourgonjon			Standverantwoordelijke	Idem
Jeroen Van Opstal (voormiddag)			Standverantwoordelijke	Idem
T-C Kooij (namiddag)			Standverantwoordelijke	Idem
Gino De Belder (voormiddag)			Standverantwoordelijke	Idem
Krisel Diependael (namiddag)			Standverantwoordelijke	Idem
Emma Coppenolle (voormiddag)			Standverantwoordelijke	Verantwoordelijke voor evacuatie stand, moet bij signaal tot evacuatie de doorgangen zo snel mogelijk vrij maken en deelnemers naar de dichtstbijzijnde nooduitgang leiden
Geert Dekaezemaker (namiddag)			Standverantwoordelijke	Verantwoordelijke voor evacuatie stand, moet bij signaal tot evacuatie de doorgangen zo snel mogelijk vrij maken en deelnemers naar de dichtstbijzijnde nooduitgang leiden
Robin Suys			Standverantwoordelijke	Idem
Hilde Muys			Standverantwoordelijke	Idem
Jo Dendas			Standverantwoordelijke	Idem
Ludo Glasse (voormiddag)			Standverantwoordelijke	Idem
Melissa De Staercke (namiddag)			Standverantwoordelijke	Idem
Koen Verlinde			Standverantwoordelijke	Idem
Veronique Salomez			Standverantwoordelijke	Idem
Erik Boms			Standverantwoordelijke	Idem

7. Algemene informatie

A. Deelnemers

Tijdens de Jeugddag leggen groepjes van 4 kinderen onder leiding van 1 begeleider een atletiekcircuit af. De Jeugddag is bedoeld voor kinderen uit de categorieën kangoeroes, benjamins, pupillen en miniemen.

In alle categorieën kunnen gemengde ploegen opgesteld worden (jongens en meisjes samen). Indien een club over een onvolledig team (= 4 atleten) beschikt, mag dat aangevuld worden met atleten uit een lagere categorie. Men neemt dan wel deel in de categorie van de oudste teamleden.

Niet-aangeslotenen mogen ook deelnemen, indien ze via een atletiekclub inschrijven.

Onvolledige teams kunnen de dag zelf nog aangevuld worden met atleten van een andere vereniging.

Deelname kost €5/atleet, dit bedrag wordt gedebiteerd van de clubrekening. Net zoals in het verleden wordt er 1€ doorgestort naar het door de atleet gekozen goede doel. (zie boven).

We willen de nadruk leggen op het belang van de begeleider!

Elk groepje moet ten allen tijde begeleid worden door een persoon van minstens 16 jaar! De begeleider blijft steeds bij zijn team, ook wanneer de atleten niet bezig zijn met een (neven)activiteit!

B. Algemene richtlijnen

De Jeugddag is een groot evenement, om de dag zo vlot mogelijk te laten verlopen vragen dan ook uw aandacht voor de volgende richtlijnen:

- Voormiddagssessie: de deuren worden geopend om 8u15, het onthaal start ten laatste om 8u30, de eerste proeven gaan van start om 9u30. De Jeugddag eindigt om 12u30. Gelieve ten laatste om 13u00 de Topsportal te verlaten.
- Namiddagssessie: het onthaal start ten laatste om 13u00, we vragen om niet voor dit tijdstip de Topsportal te betreden, de eerste proeven gaan van start om 14u00. De Jeugddag eindigt om 17u00.
- Gedurende 1u moeten de atleten 4 of 5 proeven afwerken. Daarna wordt er doorgeschoven naar een volgend blok. Elke begeleider ontvangt een uurschema bij aanmelding.
- De proeven mogen een 2de maal uitgevoerd worden indien de standen vrij zouden zijn.
- Indien om één of andere reden na 1u de betreffende proeven nog niet zijn afgewerkt, wordt er toch doorgeschoven naar een volgend blok.

OPGELET: Binnen het uurblok wordt een **suggestie van de volgorde** gegeven, dit zou een betere spreiding over de standen moeten geven. Enkel “Vlaggenparade” (de uithoudingsloop) blijft voor alle groepen aan het begin van het uurblok. De groepen dienen **altijd binnen het voorziene uurblok te blijven, je kan dus niet voor of na dit blok deelnemen!!**

- **Elke groep wordt op elk ogenblik begeleid.** De begeleider zorgt ervoor dat zijn groep tijdig op de juiste proef aanwezig is.

Om de wachtrijen aan de standen te coördineren verloopt de **aanschuif bij een proef** als volgt:

- Bij aankomst aan de stand/nevenactiviteit geeft de groepsbegeleider zijn stempelkaart af aan de standverantwoordelijke (aan de ingang van de stand).
- De standverantwoordelijke houdt de stempelkaart bij, zet een stempeltje op de kaart en roept het groepsnummer in volgorde af. Bij het binnenkomen van de stand geeft de standverantwoordelijke de stempelkaart mee.
- Indien de groep na driemaal afroepen nog niet aan de ingang van de stand is aangekomen, wordt de stempelkaart onherroepelijk terug achteraan geplaatst en moet de ploeg opnieuw zijn beurt afwachten.

OPGELET: Elk groepje dient ten allen tijde begeleid te worden door een volwassene (minstens 16 jaar). Atleten mogen niet aanmelden of beginnen aan een proef zonder begeleider.

- **In de Topsportal mag alleen gegeten en gedronken worden in de tribunes en het cafetaria.** Geen drankjes of etenswaren op het middenterrein, op de opwarmingspiste en in de sporthal!
- Het is voor de kinderen prettig om deze Jeugddag in de Topsportal te kunnen organiseren. Graag voldoende **respect voor de accommodatie:** toiletten, zitjes, materiaal,... zodat we ook de volgende jaren nog van de hal kunnen gebruik maken!
- Maak gebruik van de **vuilniszakken** die langs de rand van de piste opgehangen worden!
- Bij de aanmelding zijn vuilniszakken te bekomen. Vraag ernaar en gebruik ze om **restafval te verzamelen.**
- In het belang van het vlot verloop van het evenement vragen wij de **startnummers vooraan te dragen!**
- De Jeugddag moet een leuke dag voor iedereen worden! **Wederzijds respect** is hierin onontbeerlijk. Voor de medewerkers is het geen eenvoudige opdracht om dit reuze-evenement in goede banen te leiden. Wij vragen dan ook uw waardering hiervoor en vragen dat u hun richtlijnen nauwlettend volgt. **Wij hopen dat de groepsbegeleiders zich hierbij bewust zijn van hun voorbeeldfunctie!**
- Om een vlot en veilig verloop van onze Jeugddag te garanderen worden enkele medewerkers ingezet als “**terreinpolitie**”. Deze zullen opvallende kledij dragen met vermelding van hun functie. Wij vragen om, net als bij onze andere medewerkers, hun richtlijnen nauwgezet op te volgen.

8. Programma

A. Uurrooster

Tijdschema 31ste Jeugddag Vlaamse Atletiekliga 2023

Categorie	KANGOEROES + BENJAMINS (gemengd)										PUPILLEN + MINIEMEN (gemengd)				
Kleur	Groen					Paars					Donkerblauw				
Nummers (voormiddag)	1	16	31	46	61	100	116	131	146	161	200	221	241	261	281
	15	30	45	60	75	115	130	145	160	175	220	240	260	280	300
Kleur	Oranje					Geel					Donkerblauw				
Nummers (namiddag)	301	316	331	346	361	500	516	531	546	561	700	721	741	761	781
	315	330	345	360	375	515	530	545	560	575	720	740	760	780	800

9.30u - 10.30u 14.00u - 15.00u	1A	1B	1C	1D	1E	2A	2A	2A	2A	2A	3A	3B	3C	3D	3E
	1B	1C	1D	1E	1A	2B		2C	2D		3B	3C	3D	3E	3A
	1C	1D	1E	1A	1B	2D	2B	2B		2C	3C	3D	3E	3A	3B
	1D	1E	1A	1B	1C			2C	2B	2D	3D	3E	3A	3B	3C
	1E	1A	1B	1C	1D	2C	2D	2D	2C	2B	3E	3A	3B	3C	3D
10.30u - 11.30u 15.00u - 16.00u	2A	2A	2A	2A	2A	3A	3B	3C	3D	3E	1A	1B	1C	1D	1E
	2B			2D		3B	3C	3D	3E	3A	1B	1C	1D	1E	1A
	2D	2B	2B		2C	3C	3D	3E	3A	3B	1C	1D	1E	1A	1B
		2C		2B	2D	3D	3E	3A	3B	3C	1D	1E	1A	1B	1C
	2C	2D	2D	2C	2B	3E	3A	3B	3C	3D	1E	1A	1B	1C	1D
11.30u - 12.30u 16.00u - 17.00u	3A	3B	3C	3D	3E	1A	1B	1C	1D	1E	2A	2A	2A	2A	2A
	3B	3C	3D	3E	3A	1B	1C	1D	1E	1A	2B		2C	2D	
	3C	3D	3E	3A	3B	1C	1D	1E	1A	1B	2D	2B	2B		2C
	3D	3E	3A	3B	3C	1D	1E	1A	1B	1C		2C		2B	2D
	3E	3A	3B	3C	3D	1E	1A	1B	1C	1D	2C	2D	2D	2C	2B

1A: Bliksemschicht	1B: Zwarte gordel	1C: Speld in een rijtberg	1D: Super Mario	1E: Reis door Japan
2A: Vlaggenparade	2B: Ekkiden	2C: Tokiotoren	2D: Eendjesvangst	
3A: Japanse-vlag-worp	3B: Vuursprong	3C: Pokéjump	3D: Hoelahoep-estafette	3E: Lichtjesmuur

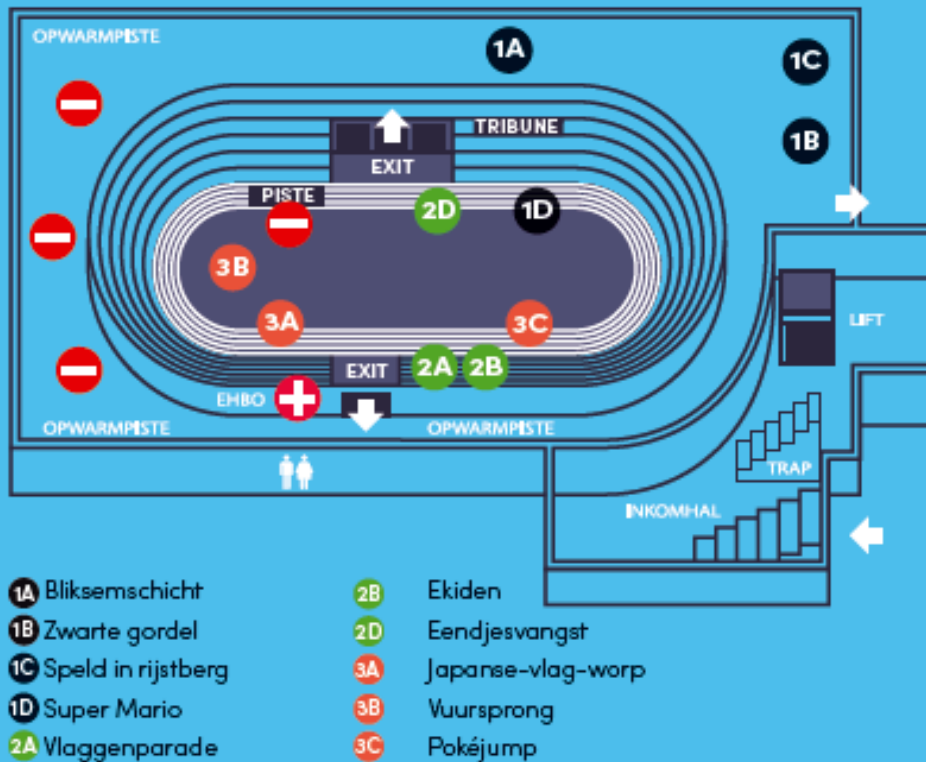
Zoekspel	Gedurende de voor- en namiddag - Gelieve het formulier aan het einde van de voor- of namiddag in de daartoe voorziene bus te werpen aan het secretariaat
Foto-shoot	Het uurrooster en de verzamelplaats vind je aan de trap op de promenade bij de Watersportbaan
Blijf altijd binnen het voorziene uurblok (volle lijnen), je kan niet voor of na dit blok deelnemen!! De stippe lijnen geven aan in welke volgorde je het uurblok best aflegt.	

B. Tijdschema fotoshoot

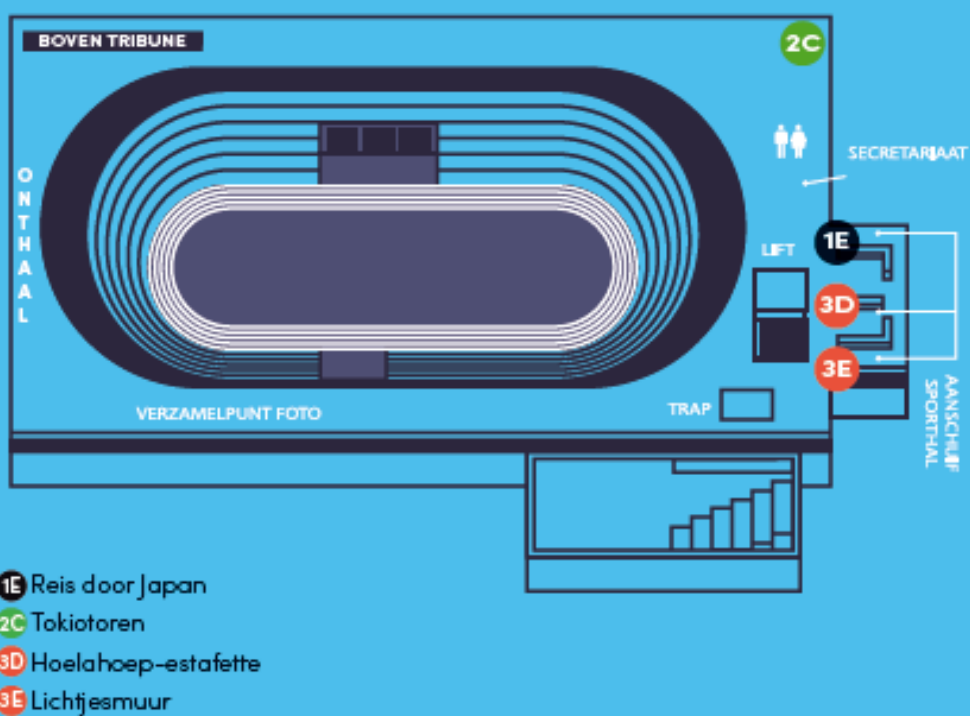
Tijdschema fotoshoot	
Club	Verzamelpunt
DAC	11.00
RAM	11.05
ASVO	11.10
RIEM	11.15
OEH	11.20
DUFF	11.25
PAUZE	
ACHL	11.40
HALE	11.45
VITA	11.50
SPBO	11.55
DEIN	12.00
BVAC	12.05
FLAC	12.10
ACDL	12.15
ACP	12.20
KAAG	12.25
PAUZE	
VOLH	14.10
BONH	14.15
VAC	14.20
AVR	14.25
ALVA	14.30
RCG	14.35
MACW	14.40
SACN	14.45
RAT	14.50
PAUZE	
ACG	15.10
ACME	15.15
EA	15.20
ACW	15.25
AVLL	15.30

C. Plattegrond

GELIJKVLOERS (ATLETIEKPISTE + OPWARMINGSPISTE)



EERSTE VERDIEPING (BOVEN TRIBUNES + SPORTHAL)



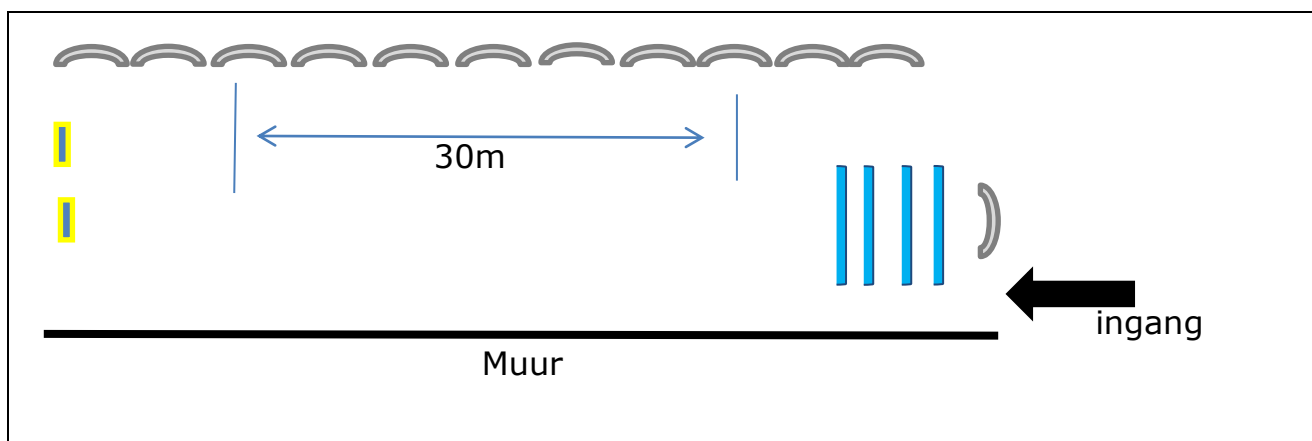
D. Beschrijving proeven

Omdat wij de Jeugddag als een zuiver recreatieve dag willen aanbieden worden er geen eindstanden meer gemaakt. Wij vragen dan ook aan de begeleiders om - indien gewenst - ZELF de EINDTOTALEN van de verschillende disciplines te berekenen. Zo zal er minder tijd verloren gaan met de administratie en kunnen wij een nog vlotter verloop garanderen. Iedereen die een eigen chronometer heeft, gelieve deze mee te brengen.

I. Bliksemschicht

De atleten lopen één voor één de 30m. De atleten lopen tegen het LED-licht, dit wordt zo ingesteld dat er een tijd is van 10sec tussen elke aankomst en de daaropvolgende start.

De atleten wachten op de blauwe banken die voorzien zijn aan de start. Tijdens het lopen van de vorige atleet stelt de volgende zich al klaar aan de startlijn.



 = nadar

 = blauwe bank

 = gewone horde

Materiaal	Aantal
LED-systeem	1
Back-up systeem VAL (poortjes)	1
Blauwe banken	4
Nadars	11
Gewone horde	2
Tafel	1

Opmerkingen

- 1 stand
- Atleten wachten op de blauwe banken achter elkaar
- Gelieve na de laatste groep uw stand op te ruimen en het LED-systeem naar het secretariaat te brengen. De nadars worden naar buiten gebracht via de garagepoort (aan de opwarm piste).

II. Zwarte gordel

De atleten worden ninja's en leren zich verdedigen tegen de indringers, dit onder leiding van lesgever Koen Verlinde.

De atleten oefenen in het aparte lokaal (personal training ruimte).

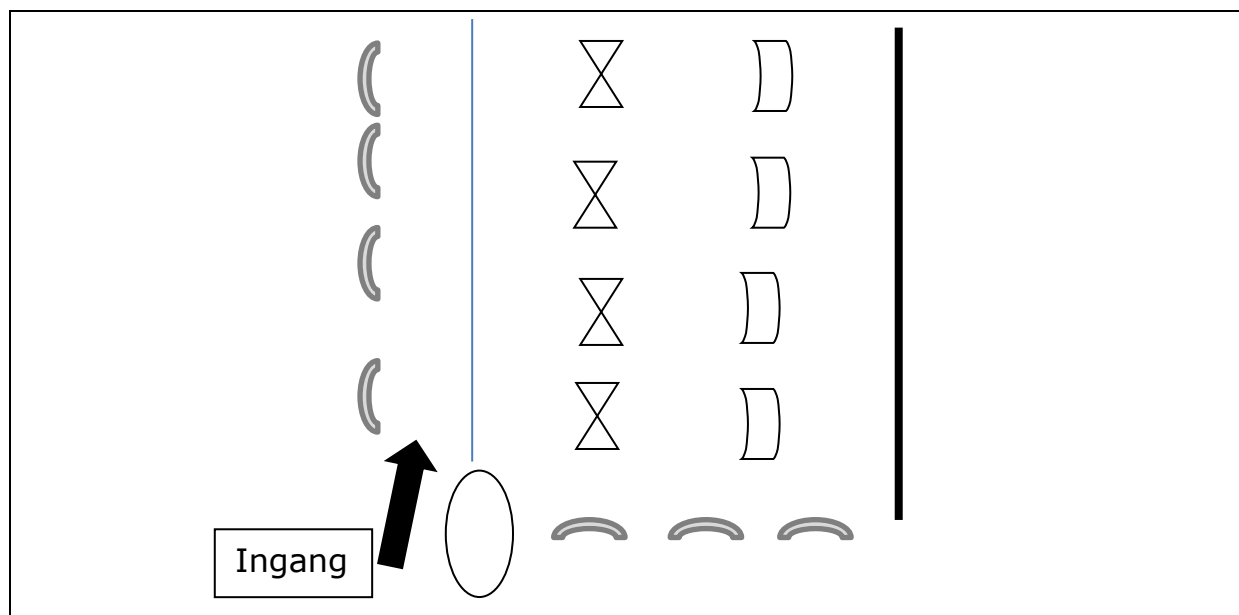
Materiaal	Aantal
Podium	4
Geluidsinstallatie (K. Verlinde)	1

Opmerkingen

- 1 stand
- Gelieve na de laatste groep uw stand op te ruimen en het podium naar de garagepoort te brengen (aan de opwarmpiste).

III. Speld in een rijstberg

De atleten leggen een parcours af met eetstokjes. De eerste staat aan de start met eetstokjes in de hand. Op het startsignaal pakt hij de sushi van de schaal op de grond en doorloopt hij het parcours. Bij aankomst wordt de sushi terug op de schaal gelegd. De tweede neemt deze terug op met zijn stokjes. Hij doorloopt nu het parcours tot de sushi terug op de schaal ligt. De derde en vierde atleet doen hetzelfde. Dit wordt zo snel mogelijk gedaan. Als de sushi valt, wordt deze terug opgepakt met de stokjes en wordt het parcours verder doorlopen.



= nadar



= 2 kegels



= horde

<i>Materiaal</i>	<i>Aantal</i>
<i>Nadars</i>	9
<i>Horde 1m06</i>	4
<i>Schalen/borden</i>	8
<i>Sushi</i>	8
<i>Kegels</i>	8
<i>Eetstokjes</i>	8

Opmerkingen

- 4 standen
- Gelieve na afloop de nadars naar buiten te brengen en al het andere materiaal (kegels, sushi, schalen) naar het secretariaat te brengen.

IV. Super Mario

De atleten springen en kruipen even snel en behendig als Super Mario.



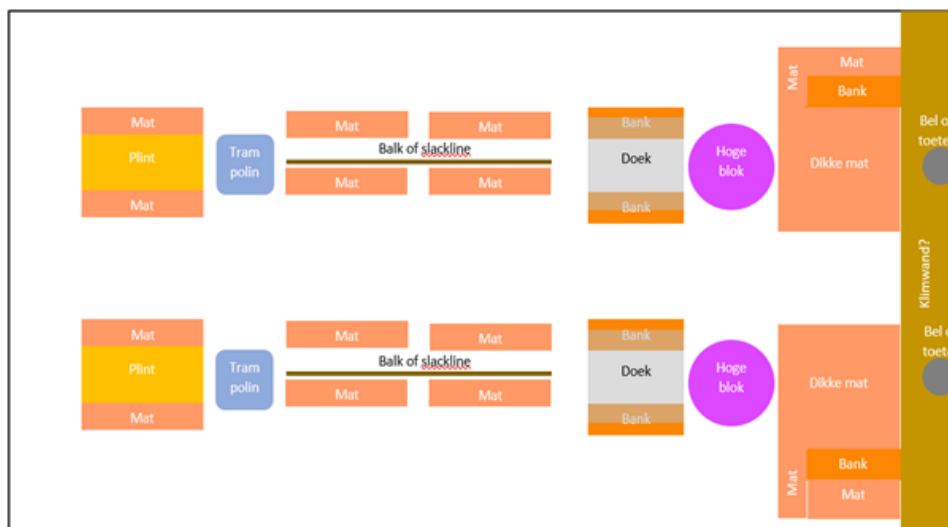
<i>Materiaal</i>	<i>Aantal</i>
<i>Nadars</i>	12

Opmerkingen

- 1 stand
- *Atleten wachten in een rij*
- De nadars worden naar buiten gebracht via de garagepoort (aan de opwarmpiste).

V. Reis door Japan

De atleten trotseren per groep samen het hindernissenparcours.



Materiaal	Aantal
Hindernissenparcours	2

Opmerkingen

- 2 standen
- *Atleten wachten in een rij*
- *Gelieve na de laatste groep uw stand op te ruimen.*

VI. Vlaggenparade

De atleten lopen allemaal samen een uithoudingsloop rond de piste en tonen tegelijk hun spandoeken. Verzamelen ter hoogte van de aankomst.

OPGELET: deze is voor alle groepen aan het begin van het uurblok!!

Spandoekenwedstrijd

Ook dit jaar is er een spandoekenwedstrijd. Ook dit jaar organiseren we een spandoekenwedstrijd. Alle deelnemende clubs moeten een spandoek uitwerken rond het thema "Japan" waarin Spike en het logo van de Vlaamse Atletiekliga zijn verwerkt. De club die het mooiste en creatiefste spandoek heeft gemaakt rond dit thema, zal Spike mogen uitnodigen op één van haar jeugdwedstrijden!

VII. Ekiden

4 x 200m - wordt gelopen met verschillende groepjes gelijktijdig. Aflossen gebeurt door de fakkel door te geven aan de volgende looper van de groep.

Het resultaat is de tijd gelopen door het hele team, uitgedrukt in seconden (tot op 1/10 sec).

Belangrijk is dat de stokken zeker worden teruggegeven na aankomst! De reservefakkels moeten in een doos vlakbij bewaard worden.



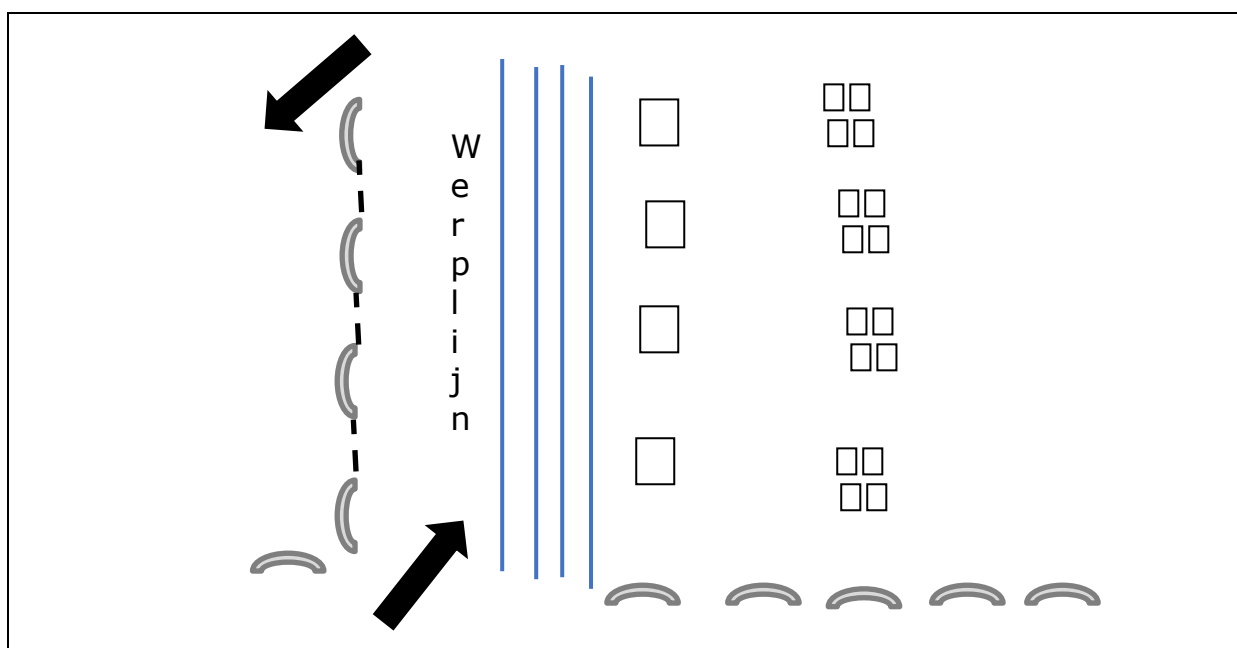
<i>Materiaal</i>	<i>Aantal</i>
<i>Chronometer</i>	<i>1+1 reserve</i>
<i>Tafel</i>	
<i>Tape om startlijn aan te duiden</i>	
<i>Glowsticks</i>	<i>100</i>

Opmerkingen

- 1 stand
- Gelieve na afloop de fakkels te verzamelen en naar het secretariaat te brengen, alsook de chronometers. Ook de tape moet verwijderd worden.

VIII. Tokiotoren

Deze opdracht wordt uitgevoerd door meerdere groepjes tegelijkertijd. Elk groepje krijgt 1 grote bak waar ze met het pluimpje in moeten mikken. Landt het pluimpje in de bak dan mag de deelnemer naar de 4 bakken lopen. Op elke bak is een deel van de Tokiotoren afgebeeld. Het groepje moet de bakken op de juiste manier stapelen om de toren te verkrijgen. Elke keer dat een pluimpje in de grote bak landt, mag er een bak geplaatst worden. De werplijn wordt voor KAN, BEN, PUP en MIN aangepast.



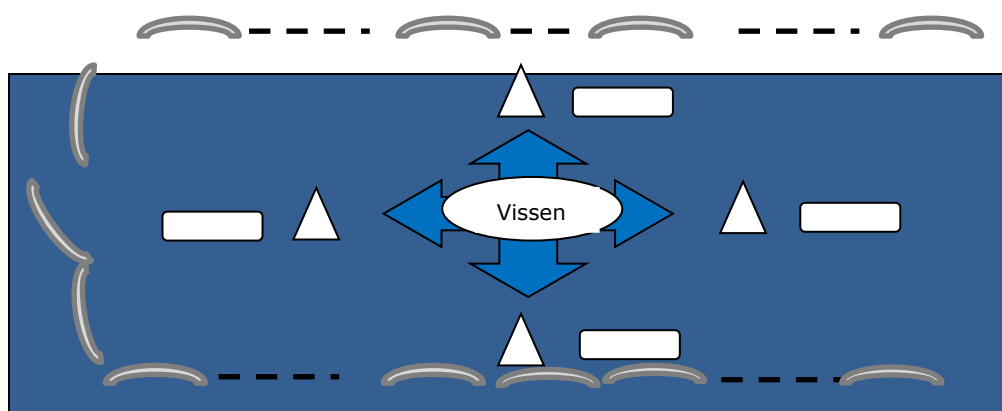
<i>Materiaal</i>	<i>Aantal</i>
Nadars	10
Waterbakken	16
Badmintonpluimpjes	32
Kartonnen dozen	5
Tekening toren	5
Borstels	2/3

Opmerkingen

- 4 standen
- *Gelieve na de laatste groep uw stand op te ruimen, de kartonnen dozen, bakken, borstels en pluimpjes naar het secretariaat te brengen.*

IX. Eendjesvangst

Deze opdracht wordt uitgevoerd door 4 ploegen tegelijkertijd. De atleten vissen om de beurt een eendje. De ringetjes van de eendjes hebben een kleur. Elk groepje probeert de 4 kleuren te verzamelen. Elke kleur ring heeft ook een opdracht die wordt uitgevoerd door de andere 3 teamleden. Geel = skipping (breng je knieën iedere pas in een hoek van 90 graden), rood = ladderloop, zwart = jumping jacks (springen met armen en benen te samen dicht en open doen) en groen = burpees (omhoog springen -> grond tikken -> omhoog springen enzo.). Eerste visser komt terug met zijn eendje → hij en twee anderen van de groep voeren de bijhorende opdracht uit, de vierde gaat vissen. Wanneer de tweede visser terug is, stopt de opdracht en wordt opdracht van nieuwe kleur uitgevoerd. Bij de laatste geviste kleur voert het groepje de bijhorende opdracht nog 10sec, daarna worden de eendjes terug in het viskraam gelegd.



△ = kegel

□ = loopladder

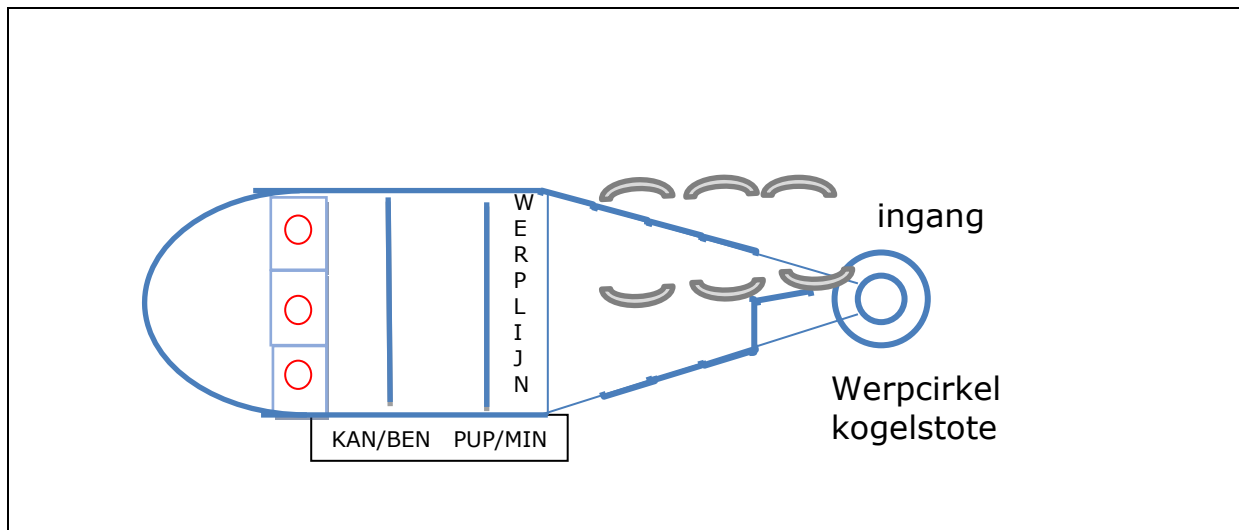
<i>Materiaal</i>	<i>Aantal</i>
Viskraam	1
Nadars	12
Hengels	12 + 3 reserve
Kegels	8
Tape	4 kleuren
Tuinslang of emmers	
Tafels	2
Loopladder	4

Opmerkingen

- **4 standen**
- *Gelieve na de laatste groep uw stand op te ruimen, de ringen van de eendjes te doen, loopladders en kegels naar het secretariaat te brengen en de nadars naar buiten te brengen (via de poort).*

X. Rode lava - Japanse-vlag-worp

De atleten proberen afwisselend met een medicinebal te stoten naar het gat in het witte vlak om zo de vlag van Japan te vervolledigen. Elke atleet van het groepje heeft 3 pogingen. Iedereen gooit met 1 kg. Er zijn twee werplijnen: één voor KAN/BEN en één voor PUP/MIN.



Materiaal	Aantal
Panelen	3 +1 reserve
Medicineballen 1kg	12
Tape	
Lampen, rode spot	3 +1 reserve
Nadars	6

Opmerkingen

- 3 standen
- *Gelieve na de laatste groep uw stand op te ruimen en de medicineballen naar het secretariaat te brengen. De nadars worden naar buiten gebracht via de garagepoort (aan de opwarpiste).*

XI. Vuursprong

Let op! De atleten starten dit jaar 20m van de 60-meter startlijn en aankomst is voorzien op de officiële aankomstlijn 60m!

Alle atleten lopen per groepje gelijktijdig de 40m horden. De tijden worden individueel opgenomen. De start gebeurt rechtopstaand van achter de vertreklijn. Het startsignaal wordt gegeven met een klapper.

Het resultaat van de ploeg is de som van de tijden van de atleten, uitgedrukt in sec (tot op 1/10de).

De wachtende groepjes zitten op de Zweedse banken en mogen zich klaarmaken terwijl de vorige groep nog aan het lopen is.

De atleten moeten over het vuur springen.

	S	2							F		
	T	3								I	
	A	4	11m		7m		7m		7m		N
	R	5	↔		↔		↔		↔		I
	T	6									S
		7									H
		8									

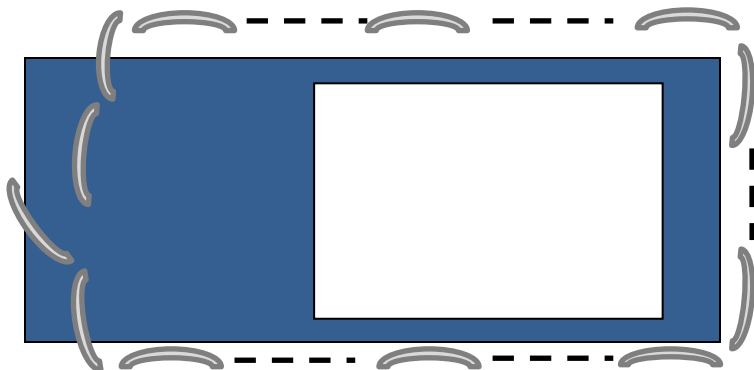
<i>Materiaal</i>	<i>Aantal</i>
<i>Chrono's</i>	<i>1+1 reserve</i>
<i>Klapper</i>	<i>1</i>
<i>Zweedse banken</i>	<i>5</i>
<i>Lichtjes</i>	<i>16+reserve</i>
<i>Horden</i>	<i>16</i>
<i>Crepepapier</i>	
<i>Verf spuitbus</i>	<i>1</i>
<i>Tafel</i>	<i>1</i>

Opmerkingen

- 1 stand
- *Atleten wachten op de Zweedse banken.*
- *Gelieve na de laatste groep uw stand op te ruimen en de chrono's, klapper en lichtjes naar het secretariaat te brengen. De Zweedse banken worden naar de hoek van de opwarmpiste gebracht.*

XII. Pokéjump

Elk groepje moet het hindernissenparcours van Pokémon overwinnen. Er wordt steeds gewacht om een groep te laten beginnen totdat het vorige groepje uit het zicht is. Max. 3 groepen tegelijk op het springkasteel.



Materiaal	Aantal
Nadars	15

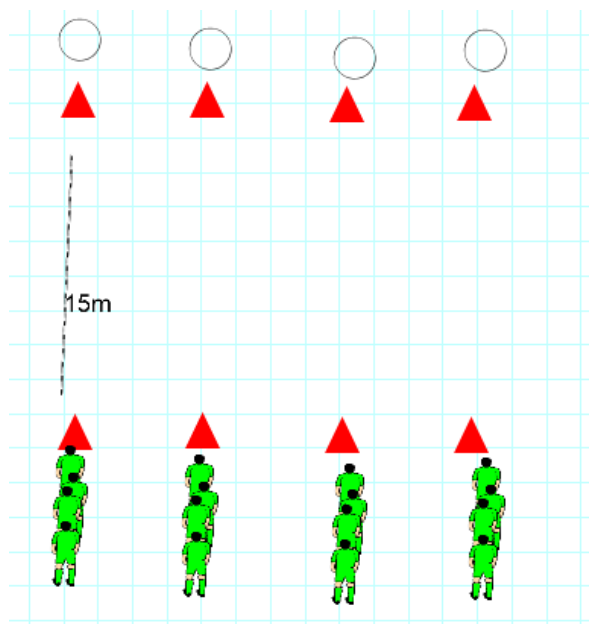
Opmerkingen

- 1 stand
- *Gelieve na de laatste groep uw stand op te ruimen en de nadars naar buiten aan de garagepoort te brengen.*



XIII. Hoelahoep-estafette

Elk team heeft een hoepel. Er staan 2 kegels tegenover elkaar. Alle spelers van een team staan aan 1 kegel, de hoepel ligt aan de andere kegel. De eerste persoon sprint naar de hoepel en doet de hoepel om. Hij/zij neemt de tweede looper mee en lopen samen naar de kegel. Daarna gaan ze met twee de derde persoon halen en lopen ze naar de startkegel, tot slot gaan ze met drie de laatste looper halen en lopen ze een laatste keer naar de startkegel. Daarna maken ze de omgekeerde beweging en gaan ze van 4 naar 1 lopers. De looper die als eerste begonnen is, valt nu ook als eerste af. Het team die zijn team het snelst aan de overkant heeft gekregen is de winnaar.



<i>Materiaal</i>	<i>Aantal</i>
<i>Hoepels</i>	<i>6 + 2 reserve</i>
<i>Kegels</i>	<i>8</i>

Opmerkingen

- **6 standen**
- *Atleten wachten in een rij*
- *Gelieve na afloop uw stand op te ruimen, de hoepels en kegels naar het secretariaat te brengen.*

XIV. Lichtjesmuur

Per spel spelen 2 groepjes tegen elkaar. De atleten proberen zo veel mogelijk punten te behalen. Dit doen ze door op het licht tegen de muur te gooien. Het groepje met de hoogste score wint.

Wand 1		Wand2	
groep1	groep2	groep3	groep4

<i>Materiaal</i>	<i>Aantal</i>
<i>Chronometers</i>	<i>1+1 reserve</i>

Opmerkingen

- **2 standen**
- *Atleten wachten in een rij*
- *Gelieve na afloop de chronometers naar het secretariaat te brengen.*

XV. Zoekspel

Bij aankomst krijgt elke groep een deelnameformulier. Op verschillende plaatsen in de Topsportal worden algemene en meer atletiekgerichte kennisvragen uitgehangen. Elke categorie heeft een eigen zoekspel. Op basis van het juiste antwoord per vraag zal het gezochte woord in het verticale kader verschijnen.

Na het invullen van de schiftingsvraag kan je dit formulier in de bus aan het secretariaat afgeven. Het winnend team wordt via mail verwittigd en krijgt een mooie prijs!

9. Materiaallijst

Proef	Materiaal	Aantal	Waar?
Algemeen	Rolmeters		SV uitleendienst
Algemeen	Standaanduiding		VAL
Algemeen	Schrijfplankjes	18	VAL
Algemeen	Wegwijzers	10	VAL
Algemeen	Afbakenlint		VAL
Algemeen	Alcoholstiften		VAL
Algemeen	Balpenen	500	VAL
Algemeen	Vuilniszakken 60L	3 pakken	VAL
Algemeen	Veiligheidsspelden	5000	VAL
Algemeen	Walkie Talkies VAL	10	VAL
Algemeen	Tape	4	VAL
Algemeen	Dikke tape voor startlijn (glad)	12	VAL
Algemeen	Duck tape	2 wit - 2 grijs	VAL
Algemeen	Bruine enveloppen	400	VAL
Algemeen	Colsonbandjes 20cm	200	VAL
Algemeen	Gadgets medewerkers		VAL
Algemeen	T-shirts medewerkers		VAL
Algemeen	Pochetmapjes		VAL
Algemeen	Hesjes terreinpolitie	4	VAL
Algemeen	Laptop		VAL
Algemeen	Stempels	80	VAL
Lichtjesmuur	Chronometers	1 + 1 reserve	VAL
Lichtjesmuur	Lü interactieve muur	2	Sportwerk
Zwarte gordel	Podium	4	Stad Gent
Zwarte gordel	Geluidsinstallatie	1	K. Verlinde
Bliksemschicht	Nadars	11	Stad Gent
Bliksemschicht	Ledlichtjes	1	VAL
Bliksemschicht	Poortjes (back-up)	1	VAL
Bliksemschicht	Blauwe banken	4	TSHal
Bliksemschicht	Balpenen	4	VAL
Bliksemschicht	Tafel	1	TSHal
Bliksemschicht	Chronometers	2	VAL
Reis door Japan	Turnmat	16	Sporthal
Reis door Japan	Valmat 2 x 1 x 0,3	2	SV uitleendienst
Reis door Japan	Evenwichtsbalk	6	SV uitleendienst
Reis door Japan	Slackline	2	SV uitleendienst
Reis door Japan	Trampoline klein	2	Sporthal
Reis door Japan	Springplank	2	Sporthal
Reis door Japan	Eurofit verspringmat	2	Sporthal
Reis door Japan	Afspannet	2	VAL
Reis door Japan	Toeter	2	VAL

Reis door Japan	Hoge blokken	4	Eurogym
Reis door Japan	Zweedse banken	4 à 8	Sporthal
Reis door Japan	Plint	2	Sporthal
Reis door Japan	Doek	2	VAL
Speld in een rijstberg	Nadars	9	Stad Gent
Speld in een rijstberg	Horden	4	TSHal
Speld in een rijstberg	Schalen	8	VAL
Speld in een rijstberg	Kegels	8	SV uitleendienst
Speld in een rijstberg	Eetstokjes	8	VAL
Speld in een rijstberg	Sushi	8	VAL
Japanse-vlag-worp	Medicineballen 1kg	12	SV uitleendienst
Japanse-vlag-worp	Panelen	4	VAL
Japanse-vlag-worp	Nadars	6	Stad gent
Japanse-vlag-worp	Rode lampen	4	VAL
Japanse-vlag-worp	Tape		VAL
Vuursprong	Chronometer	1 + 1 reserve	VAL
Vuursprong	Klapper	1	VAL
Vuursprong	Zweedse banken	5	TSHal
Vuursprong	Lichtjes	16 + reserve	VAL
Vuursprong	Tafel	1	TSHal
Vuursprong	Horden	16	TSHal
Vuursprong	Spuitsbus	1	VAL
Vuursprong	Crepepapier		VAL
Pokéjump	Nadars	15	Stad Gent
Pokéjump	Springkasteel	1	Aventura
Tokiotoren	Nadars	10	Stad Gent
Tokiotoren	Bierbakken	16	De Wilde Brouwers
Tokiotoren	Kartonnen dozen	4	VAL
Tokiotoren	Badmintonpluimpjes	32	VAL
Tokiotoren	Tekening Toren	4	VAL
Tokiotoren	Borstels	2	VAL
Super Mario	Springkasteel	1	Aventura
Super Mario	Nadars	12	Stad Gent
Eendjesvangst	Eendjeskraam	1	Clickrent
Eendjesvangst	Nadars	12	Stad Gent
Eendjesvangst	Kegels	8	SV uitleendienst
Eendjesvangst	Loopladder	4	VAL
Eendjesvangst	Tape voor ringen	4 kleuren	VAL
Eendjesvangst	Hengels	15	Clickrent
Eendjesvangst	Tafel	2	TSHal
Eendjesvangst	Tuinslang		TSHal/Owen
Hoelahoep-estafette	Hoepels	8	VAL
Hoelahoep-estafette	Kegels	12	SV uitleendienst
Ekiden	Chronometer	1 + reserve	VAL
Ekiden	Tafel	1	TSHal
Ekiden	Tape om startlijn aan te duiden		VAL

Ekiden	Fakkels	100	VAL
Vlaggenparade	Vlaggenparade		
Lunchpakket	Broodjes	150	Wordt geleverd TSHal
Lunchpakket	Beleg	???	???
Lunchpakket	Ontbijt en 4-uurtje	130	VAL
Lunchpakket	Drankbonnetjes	290	VAL
Lunchpakket	Bonnetjes voor lunch	50	VAL
Lunchpakket	Bonnetjes voor 4u	80	VAL
Lunchpakket	Diepvrieszakjes 3L voor lunchpakket	50	VAL
Lunchpakket	Servetten	500	VAL
Papierwerk	Startnummers		VAL
Papierwerk	Draaiboeken		VAL
Papierwerk	Plannetjes		VAL
Papierwerk	Uurschema (groot en klein)	extra voorzien!!!	VAL
Papierwerk	Aanduiding voor proeven		VAL
Papierwerk	Formulieren uitlening materiaal		VAL
Papierwerk	Formulieren spandoekenwedstrijd		VAL
Papierwerk	Zoekspel		VAL
Papierwerk	Draaiboek speaker		VAL
Papierwerk	Draaiboek fotograaf		VAL
Papierwerk	Grote affiches (achterkant KAN/BEN en PUP/MIN)	3	VAL
Papierwerk	Parkingplan bussen		VAL
Papierwerk	Netwerkplan		VAL
Papierwerk	Veiligheidsdraaiboek		VAL
Papierwerk	Verzekeringspapieren		VAL
Papierwerk	Medewerkerslijsten		VAL
Papierwerk	Uurschema foto-shoot XL	1	VAL
Papierwerk	Uurschema foto-shoot	100	VAL
Papierwerk	"Pas op voor je oversteekt"	30	VAL
Papierwerk	Verboden toegang (A3)	10	VAL

10. Opbouw/afbraak

A. Opbouw

Woensdag 15 maart :

WAT?	WIE?	WAAR?	Details
Enveloppen vullen	Nick	VAL	

Donderdag 16 maart :

WAT?	WIE?	WAAR?	Details
Enveloppen vullen	Nick-Anouck	VAL	
Auto's inladen	Nick-Owen-Michael	VAL	

Vrijdag 17 maart:

WAT?	WIE?	WAAR?	Opmerkingen
Bakken ophalen	Owen	De Wilde Brouwers, 10u-16u	Waarborg betalen 73,60 euro (16 bakken)
Decoratieverhuur	Michael	Broekstraat 142, 9255 Bugghout	Tussen 9u - 10u30
Auto's uitladen	Nick/Owen/Michael		10.00u
Onthaal + materiaal sorteren			10.00u
Materiaal uit 00.40 halen	Owen		Oranje horden
Zoekspel ophangen		Topsportal	Voormiddag, cijfers vragen op plannetje zetten
Bordjes "pas op voor oversteeft" ophangen	Medewerkers	Topsportal	Vanaf 13.00u
Slingers/vlaggen ophangen	Medewerkers		
Materiaal uitleendienst ophalen	Nick/Medewerkers		Vanaf 13.00u,
Standen opstellen	Medewerkers	Topsportal	Vanaf 13.00u
Lijnen trekken met tape	Owen/Michael		
Tape rond eendjes	Medewerkers		
Crêpe papier over lichtjes/ hordes	Medewerkers		
Foto's op bakken plakken	Medewerkers		
Grote kartonnen dozen: inpakpapier	Medewerkers		
Bliksemschichten ophangen	Medewerkers		

Decoratie ophangen	Medewerkers		
Standaanduiding ophangen	Medewerkers		
Afbakenlint ophangen	Owen/Michael		
Walkie-talkies herladen	Owen		Avond
Micro + muziek testen	Nick		
13.00u - 18.00u	Levering viskraam		Contact Kris : 0497 25 34 53
TSH laten afsluiten	Owen		Na opbouw, Tibo

B. Dag zelf

Zaterdag 18 maart:

UUR ?	WIE?	WAAR?	Opmerkingen
07.45u	???	Parking Topsporthal	
8.00u	Tape klaarleggen voor Koen Verlinde	Opwarpiste	
08.00u	Sarah/Nicole	Onthaal medewerkers	
08.00u	Owen/Robin	Sporthal Topsporthal	Opbouw sporthal
08.00u	Nick		Muziek opstarten
08.00u	Onthaalmedewerker	Topsporthal	
08.00u	Lü interactieve wand	Sporthal Topsporthal	
08.30u	Levering springkastelen	Topsporthal	
08.30u	Standverantwoordelijken	Medewerkersonthaal	
09.00u	Standmedewerkers	Medewerkersonthaal	
09.30 u	Algemene reserve	Medewerkersonthaal	
09.30u	Deelnemers	Eerste stand van de proeven	
19.00u	Ophalen springkastelen	Topsporthal	
???	Ophalen viskraam	Topsporthal	
17.00u	Medewerkers	Sporthal Topsporthal	Proper maken
20.00u	Nick	Tekst website	
???	Ophalen Gong	Topsporthal	

C. Opruim

Maandag 20 maart:

WAT?	WIE?	WAAR?	Details
Uitleendienst terugbrengen	Nick/ Anouck	Uitleendienst	
Bakken terugbrengen	Nick	De Wilde Brouwers	
Decoratieverhuur	Nick	Broekstraat 142, 9255 Buggenhout	Tussen 9u - 11u00