

Betreft: **Atletiekkamp Herentals 31 juli- 4 augustus 2017**

Beste atleet, ouder,

Je bent ingeschreven voor het atletiekkamp van 31 juli tot en met 4 augustus te Herentals, waar 46 atleten zullen aan deelnemen onder toezicht van 4 begeleiders en verdeeld in 4 groepen:

- 13 atleten voor het afstandslopen
- 13 atleten voor spurt-horden
- 10 atleten voor het springen
- 11 atleten voor de meerkamp

Vlaamse Atletiekliga vzw
Marathonlaan 119c
1020 Brussel

info@val.be
T +32 (0)2 747.72.20

BANK BE07430005129166
BTW BE0418.143.838

Wij verwachten je op **maandag 31 juli tussen 08u45u en 09u15** in de **onthaalruimte van het sportverblijf**, gelegen naast de parking .

Adres van Sport Vlaanderen Herentals:

Vorselaarsebaan 60
2200 Herentals
Tel.: 014/85 95 10

Hierbij vind je enkele afspraken en richtlijnen voor deze atletiekweek.
De invulformulieren geef je de eerste dag af bij het onthaal.

De atleten kunnen op **vrijdag 4 augustus tussen 16u30 en 17u30** afgehaald worden aan het **sportverblijf**.

Heb je nog vragen, contacteer ons dan!

- Secretariaat Vlaamse Atletiekliga:
02/474 72 22 (Paula Vanhoovels), paula@atletiek.be
02/474 72 21 (Liesl Van Barel), liesl@atletiek.be
- Coördinator sportkamp: Jos Maes, 0474/694756
Gelieve de kampcoördinator enkel te contacteren in **dringende** omstandigheden tijdens het kamp!

Met vriendelijke groeten,



Paula Vanhoovels
coördinator sportkampen a.i.
Vlaamse Atletiekliga vzw



Bijlagen:

- Algemene info
- Richtlijnen
- Medische fiche
- Gedragscode en ethische code

Interne sportkampen van de Vlaamse Atletiekliga worden steeds georganiseerd van maandag tot vrijdag. Er wordt steeds gelogeed in een centrum van Sport Vlaanderen, waar alle accommodatie (verblijf en trainingsaccommodatie) aanwezig is.

De kinderen worden op maandag tussen 8u45u en 9u15 verwacht op de locatie en kunnen op vrijdag tussen 16u30 en 17u30 daar opnieuw afgehaald worden.

Het verblijf

Het verblijf gebeurt in kamers die variëren van 4 tot 6 slaapplekken. Er wordt zo veel mogelijk rekening gehouden met de wens om samen op een kamer te liggen. Per kamer is een badkamer met toilet voorzien. In de centra moeten pantoffels gedragen worden.

De nachtrust

Bij elk kamp is een hoofdverantwoordelijke aanwezig die er op toeziet dat de kinderen tijdig naar de kamers gaan. Rust is heel belangrijk tijdens zo'n sportkamp, daarom worden alle GSM's 's avonds aan de begeleider afgegeven en moet het om 22u volledig stil zijn in de kamers.

Gedragscodes

Aan het begin van het kamp ondertekent elk kind een gedragscode. Kinderen die zich niet aan de afspraken kunnen houden moeten, na contactname met de ouders, het kamp verlaten.

Groepindeling

De groepen bestaan uit minstens 8 en maximaal 13 kinderen. Elke groep is gemengd.

Begeleiding

De begeleiders zijn allemaal gekwalificeerde trainers die ook al een ruime ervaring hebben in het begeleiden jongeren. Op elk kamp zijn zowel vrouwelijke als mannelijke begeleiders aanwezig.

Trainingen

Elke dag wordt 4u atletiek voorzien voor elke groep. De intensiteit van de sessies wordt afgestemd op de leeftijd van de atleten.

De eerste sessie loopt van 10u tot 12u, de tweede sessie van 15u tot 17u. Tussentijd kan dus ook nog even gerust worden op de kamer.

De dagindeling:

7u30	wekken
8u00	ontbijt
10u00	atletiek sessie 1
12u30	middagmaal
13u30	rust
15u00	atletiek sessie 2
17u00	douchen
18u00	avondmaal
19u30	gezamenlijke activiteit
22u00	naar de kamer
22u30	slaaptijd!

Avondactiviteiten

Na de namiddagtraining gaan de atleten douchen en kunnen ze zich klaarmaken voor het avondmaal. Na het avondmaal wordt nog een gezamenlijke activiteit voorzien die bepaald wordt door de mogelijkheden in het centrum, zoals film kijken, gezelschapspelen, tafeltennis, bos- of stadswandeling, quiz, ...

Om 22u gaan de kinderen ten laatste naar de kamer.

Vlaamse Atletiekliga vzw
Marathonlaan 119c
1020 Brussel

info@val.be
T +32 (0)2 747.72.20

BANK BE07430005129166
BTW BE0418.143.838



RICHTLIJNEN

Wat breng je mee?

- Ondergoed en kousen
- Wasgerief: 2 badhanddoeken en 2 gewone handdoeken, washandjes, tandenborstel, tandpasta, kam/borstel, shampoo, douchegel
- T-shirts (en eventueel shorts: bekijk weerbericht!)
- Sweaters
- Trainingskledij, zowel voor zon- als regenweer
- Aangepaste sportkledij
- Regenvest
- Loopschoenen (spikes zijn niet verplicht)
- Vrijetijds-kledij voor 's avonds
- Zwemgerief: badpak of zwembroek (**geen zwemshort !**) / badmuts (niet verplicht)
- Zakdoeken
- Pantoffels voor binnenshuis (**verplicht!**)
- Vrijetijdsschoenen of sandalen
- Gezelschapspelen, leesboeken (strips)
- Linnenzak
- Wat zakgeld voor extra drankjes (+ stuk van 1 euro voor zwembad!)

Vlaamse Atletiekliga vzw
Marathonlaan 119c
1020 Brussel

info@val.be
T +32 (0)2 747.72.20

BANK BE07430005129166
BTW BE0418.143.838

Elke deelnemer ontvangt een drinkbus van de federatie.

NIET mee te nemen:

- Waardevolle voorwerpen
- Lakens

De organisatie is niet verantwoordelijk voor diefstallen of verlies van materiaal.

Om de rust te bewaken zijn GSM's, tablets en andere elektronica verboden in de kamers. Ze kunnen overdag gebruikt worden maar dienen 's avonds afgeleverd te worden bij de kampverantwoordelijke.

Bij ziekte of blessure worden de ouders onmiddellijk gecontacteerd (telefoonnummer te verifiëren bij onthaal).

Bij **DRINGENDE** gevallen kan men contact opnemen met de kampverantwoordelijke.

Wij vragen je om bijgevoegde documenten af te geven bij de aanmelding:

- medische fiche
- attest medische behandeling
- gedragscode

Zelf bij te houden:

- paspoort
- klevers mutualiteit



MEDISCHE FICHE

Naam deelnemer:

Telefoon ouder:

Naam en telefoonnummer van de huisarts:

Mijn kind dient de volgende medicatie te nemen:

Naam van de medicatie:

Dosering:

Tijdstip waarop de medicatie moet genomen worden:

Mijn kind heeft de volgende allergieën:

Mijn kind lijdt aan slaapstoornissen: JA / NEE
Zo ja, verduidelijk:

Mijn kind heeft de volgende problemen die nauwlettend moeten opgevolgd worden:

Voedingsvereisten die bij de inschrijving werden doorgegeven
worden door de keuken opgevolgd!

ATTEST MEDISCHE BEHANDELING

Ik (naam)

Ouder van (naam)

☐ Ga akkoord dat mijn kind bij ziekte of ongeval medisch verzorgd wordt door een dokter

☐ Ga akkoord dat mijn kind, indien nodig, opgenomen wordt in een ziekenhuis.

In beide gevallen worden de ouders zo snel mogelijk op de hoogte gebracht van de interventie.

☐ Wens NIET dat mijn kind medisch verzorgd wordt door een dokter

☐ Wens NIET dat mijn kind opgenomen wordt in een ziekenhuis

(aanduiden wat past)

Naam van de ouder:

Datum:

Handtekening :

Vlaamse Atletiekliga vzw
Marathonlaan 119c
1020 Brussel

info@val.be
T +32 (0)2 747.72.20

BANK BE07430005129166
BTW BE0418.143.838



GEDRAGSCODE

Wij houden er aan dat de atleten zich correct gedragen tijdens de atletiekweek.

Dit houdt in:

- Respect voor mekaar en voor de trainers
- Respect voor het (onderhouds)personeel van het Sport Vlaanderen centrum
- Respecteren van de nachtrust
- Geen gebruik van alcohol of sigaretten
- Geen GSM-gebruik ts 22u en 7u30
- Respect voor de veiligheidsnormen tijdens de activiteiten

Atleten die zich niet kunnen houden aan deze regels en die een gevaar betekenen voor het veilige en het vlotte verloop van het kamp, worden naar huis gestuurd.

De ouders worden hiervan op de hoogte gebracht, waarna de atleet afgehaald wordt.

Vlaamse Atletiekliga vzw
Marathonlaan 119c
1020 Brussel

info@val.be
T +32 (0)2 747.72.20

BANK BE07430005129166
BTW BE0418.143.838

ETHISCHE CODE SPORTKAMPEN

De Vlaamse Atletiekliga volgt zeer nauw ethische aspecten op, in het bijzonder betreffende pestgedrag en seksueel grensoverschrijdend gedrag.

De begeleiders zullen nauwlettend toezien op pestgedrag, elke melding ter harte nemen en aanpakken.

Bij elk kamp wordt steeds minstens één mannelijke en één vrouwelijke lesgever aangeduid. De kinderen mogen geen ongewenste aanrakingen toelaten en kunnen steeds terecht kan bij één van de begeleiders indien ze hiermee te maken hebben.

Uiteraard vragen wij u elke overtreding zo snel mogelijk te melden via het meldpunt van de Vlaamse Atletiekliga,

Paula Vanhoovels, paula@atletiek.be - 02/474 72 22 of

Ludwig Peetroons, ludwig@atletiek.be - 02/474 72 15

Voor gelezen

Naam en handtekening,

