

Informatieboekje wedstrijden Junioren CD

Versie maart 2020



Inleiding

Als je bij Climax traint dan is het leuk om ook mee te doen met wedstrijden. Er zijn wedstrijden op verschillende niveaus, van gezellige wedstrijden tot hele officiële wedstrijden met strikte regels (die overigens ook erg gezellig onderling kunnen zijn 😊). We hopen dat zoveel mogelijk junioren meedoen met de wedstrijden.

Dit document geeft informatie over de verschillende wedstrijden die voor junioren CD ieder jaar weer op het programma staan. Het verschil met de wedstrijden voor pupillen (m.n. volgens het Athletics Champs-concept) is redelijk groot en om die reden is dit document voornamelijk voor de ouders/begeleiders van eerstejaars D-junioren geschreven. Ook voor nieuwe leden bij de CD junioren is het handig om deze informatie door te lezen.

Vanuit de WOC (Wedstrijd Organisatie Commissie) worden ieder jaar een aantal wedstrijden bij Climax georganiseerd. Voor wat betreft de uitwedstrijden coördineert de WCU (Wedstrijd Commissie Uit) dit. Door het jaar heen ontvang je vooral van de WCU coördinator een aantal mails met de informatie voor en over de wedstrijden waar we graag met zoveel mogelijk atleten naar toe gaan. De definitieve datums en indelingen t.a.v. de Steden- en Competitiewedstrijden volgen in de loop van ieder jaar. Op de kalender van de website zijn de data terug te vinden, maar ook op www.atletiek.nu vind je veel wedstrijden.

Informatie over dit onderwerp is ook te vinden op de [Climax website](#) en naar links van de atletiekunie die je op de site kunt vinden.

Contactpersonen en contactgegevens

| | | |
|----------------------------------|----------------------------|--|
| Trainerscoördinator C/D junioren | Maurits Brethouwer | juniorencd@climax-atletiek.nl |
| Coördinator Uitwedstrijden (WCU) | Nelly Beerepoot-Commandeur | wcu@climax-atletiek.nl |
| Coördinator C/D junioren | Marjon Navarro | wcu-juniorencd@climax-atletiek.nl |

Soorten wedstrijden in het kort (verderop meer in detail voor de geïnteresseerden)

- **Boslopen:** natuurlijk doen ook de C- en D-junioren mee met de BVC (Bos Vallei Cross <https://www.bvccircuit.nl>), net als bij de pupillen. Daarnaast organiseert Climax ieder jaar de Horaloop (www.horaloop.nl) waarbij we hopen op zoveel mogelijk leden aan de start. Voor alle boslopen melden de atleten zichzelf aan op de betreffende website.
- **Competitiewedstrijden:** een landelijke organisatie door de Atletiekunie waar teams in poules tegen elkaar strijden, met een landelijke finale aan het eind van het seizoen. In november/december ontvang je hiervoor een aanmeldformulier zodat we weten hoeveel teams we in het buitenseizoen kunnen gaan aanmelden. Er worden teams samengesteld waarbij iedere atleet max 3 onderdelen mag doen en er ook een

beperkt aantal deelnemers per onderdeel is. De trainerscoördinator maakt de teams en meldt iedereen aan op www.atletiek.nu. We hopen dat iedereen zich hiervoor aanmeldt.

- **Stedenwedstrijden:** een wedstrijd die voor en door regio 18/19 wordt georganiseerd. Hierbij doet iedere atleet een meerkamp. Het karakter van deze wedstrijd is informeler dan de competitiewedstrijden, er zijn geen eerste of tweede teams. Aanmelden doe je bij de WCU coördinator van de CD junioren. Hij/zij meldt alle atleten dan aan op www.atletiek.nu. We hopen dat hier zoveel mogelijk atleten aan meedoen.
- **Nationale C- en D wedstrijden:** in januari wordt door Indoor Apeldoorn de nationale C- en D-spelen indoor georganiseerd. In augustus/september organiseren Amsterdamse verenigingen Nationale C- en D-spelen. Beide wedstrijden strijd je per onderdeel tegen de beste atleten van Nederland. Overleg met je trainer als je mee wilt doen.
- **OGOK:** deze wedstrijd wordt in mei/juni georganiseerd door verenigingen in Overijssel of Gelderland. Je kan op individuele onderdelen inschrijven en strijdt dan om de titel beste van Overijssel en Gelderland. Vanwege het hoge niveau en het officiële karakter is ook hierbij overleg met de trainer verplicht.
- **Nationale Estafette Kampioenschappen.** Ieder jaar wordt eind september de NEK in Amstelveen georganiseerd. De afgelopen jaren zijn we hier ook succesvol geweest. De trainerscoördinator overlegt met de atleten wie er in aanmerking komen voor estafette teams. Het is een officiële wedstrijd met strenge regels, maar de wedstrijd is ook erg gezellig met elkaar. Er zijn zweedse estafettes (400m-300m-200m-100m), 4x80 m estafettes, 4x600 of 4x800 meter estafettes en daarnaast ook bijzondere estafettes als de 10x100 meter. Als er reservelopers mee gaan, dan is het altijd mogelijk om toch een keer mee te doen met de 10x100 meter waar ter plekke voor kan worden aangemeld.

Hieronder volgt meer informatie over de verschillende wedstrijden.

Competitiewedstrijden

Beschrijving: Bij de competitie wedstrijden worden er door de trainers teams samengesteld uit de junioren die zich hebben aangemeld. Iedere atleet mag op max 3 onderdelen aan de start verschijnen en per onderdeel is er een maximum deelnemers. Er wordt een eerste en – bij meerdere aanmeldingen – tweede team samengesteld op zo'n manier dat Climax zo hoog mogelijk scoort met het eerste team. De trainers proberen rekening te houden met de voorkeur van de atleten. De competitie staat wordt landelijk bijgehouden.

<https://www.atletiek.nl/competitie>

Deelnemen aan de competitiewedstrijden voor iedereen geschikt! We hopen op zoveel mogelijk aanmeldingen.

Organisatie: Atletiekunie

Aanmelden: Climax wordt ieder jaar gevraagd met hoeveel teams zij zullen gaan deelnemen aan de competitie. Dit gebeurt in december/januari. Daarom wordt ieder jaar in november aan alle atleten gevraagd of zij van plan zijn om deel te gaan nemen aan de competitie.

Climax meldt de teams aan, de trainers delen de teams in en melden de teams per wedstrijd aan op atletiek.nu.

Reglement: Competitiereglement Atletiekunie wordt ieder jaar opnieuw vastgesteld. De competitiewedstrijden zijn officiëler dan alle andere wedstrijden, zeker in vergelijking met de Athletics Champs bij de pupillen, en vereisen discipline van zowel de atleten als hun ouders/begeleiders. Een paar voorbeelden:

- Gedurende de wedstrijd zijn alleen atleten die deelnemen aan een bepaald onderdeel toegelaten op de baan of bij hun onderdeel op het middenterrein; overige atleten, trainers en ouders/begeleiders niet.
- Ploegleiders zijn op de baan toegelaten als dat voortkomt uit hun taken.
- Toeschouwers/ouders in alle gevallen buiten de rondbaan.
- Middenterrein zelf is voor iedereen verboden gebied om veiligheidsredenen.

Samenstelling: jongens en meisjes komen uit in aparte teams. Eerste- en tweedejaars junioren D komen samen in een team uit en zo ook de eerste- en tweedejaars junioren C.

Aantal leden per team: Afhankelijk van aanmeldingen. Idealiter heeft een team niet meer dan ca. 7 atleten. Als er meer atleten per categorie zich aanmelden, worden er twee (of meer) teams voor Climax aangemeld.

Deelname: een atleet stelt zich bij deelname aan de competitie in de basis beschikbaar voor alle wedstrijden van het seizoen en dient zich bij voorziene omstandigheden *minimaal twee weken van te voren* af te melden bij de ploegleider als hij/zij niet aanwezig kan zijn op een wedstrijddag. Bij onvoorziene omstandigheden dient de atleet zich z.s.m. af te melden bij genoemde personen.

Aantal wedstrijden: 3 voorronden in de lente (definitieve datums volgen in maart); altijd op een zaterdag; eventueel gevolgd door deelname aan een landelijke finale (bij een top-12 klassering na de voorronden, zie ook "Landelijke ranglijst")

Chronoloog: per wedstrijddag geldt een chronoloog met een *vaste volgorde*

Tijdmeting: in alle gevallen Elektronische Tijdmeting (ET)

Aantal onderdelen in chronoloog: 8 of 9 per wedstrijddag

Onderdelen: 60/80/150 m sprint, 1000/800/600 meter, 60/80 meter horden (76,2 cm), estafette 4x60/80 m; speerwerpen (400 gram), discuswerpen (0,75 of 1 kg) kogelstoten (2 of 3 kg); verspringen, hoogspringen). Per categorie verschillen afstanden en gewichten.

Maximum aantal onderdelen per atleet per wedstrijd: 3

Maximum aantal atleten per onderdeel per team: 2 (werp -en springnummers) of 3 (individuele loopnummers) of 4 (estafette).

Aantal pogingen per onderdeel: voor loopnummers is er één poging (bij diskwalificatie op de estafette is er een herkansingsmogelijkheid), bij hoogspringen maximaal drie

foutsprongen op één hoogte, alle overige onderdelen 4 pogingen. Bij het hoogspringen zijn er per categorie aanvangs- en vervolghoogten vastgesteld.

Opstelling: de trainers bepalen de ideale opstelling per wedstrijd en die kan dus ook per wedstrijd verschillen. Die opstelling is er bij de eerste teams op gericht om zoveel mogelijk punten te behalen binnen de gegeven voorwaarden, o.a.:

- Beschikbaarheid atleten
- Maximum aantal onderdelen per atleet
- Maximum aantal atleten per onderdeel
- Volgorde van de chronoloog (die maakt bepaalde combinaties wel of niet mogelijk)

Waar mogelijk, wordt rekening gehouden met individuele voorkeuren.

Puntentelling: alle prestaties per onderdeel worden omgerekend naar een score; de beste prestaties worden meegeteld voor het teamresultaat van een wedstrijddag en uiteindelijk voor de hele competitie. Bij looponderdelen tellen estafette en de beste twee prestaties bij de overige looponderdelen. Bij alle andere onderdelen telt alleen de beste prestatie mee voor het teamresultaat.

Klassement: het team strijdt op elke wedstrijddag in een poule tegen de andere teams in de poule op basis waarvan een klassement wordt opgemaakt. Het klassement wordt bijgehouden op <https://www.atletiek.nl/competitie>.

Landelijke ranglijst: de top 12 van alle teams in Nederland in een categorie (bijv MD, JD) neemt het tegen elkaar op in een landelijke finale.

Interne organisatie Climax:

- Coördinator CD junioren: kondigt de wedstrijd aan, regelt algemene zaken
- Trainer: opstelling, regelt inschrijving en zorgt voor aanwezigheid van trainers tijdens de wedstrijddag
- Ploegleider: begeleidt de ploeg op de wedstrijddag, zie hieronder
- Juryleden: afhankelijk van het aantal deelnemende teams dient Climax zelf een aantal juryleden beschikbaar te stellen per wedstrijddag

Ploegleiders

Tijdens een wedstrijddag van een Competitiewedstrijd is de begeleiding van de atleten van een team in handen van de ploegleider. De belangrijkste taken zijn:

- Bijwonen van de ploegleidersvergadering voor aanvang van de wedstrijd en informeren van de atleten over voor hen relevante zaken.
- Informeren van de wedstrijdcoördinator over eventuele afwezige atleten.
- Verdelen startnummers binnen het eigen team.
- Controleren op dragen clubkleding en startnummer; N.B.: alleen het oranje clubshirt staat bij de Atletiekunie beschreven bij clubkleding. De tight-kleur is niet vastgelegd!
- Zorgen dat de atleten op tijd bij hun onderdeel aanwezig zijn en zich melden bij de jury, minstens 15 minuten van te voren.
- Zo nodig verzoeken doen voor wijziging startlijsten bij juryleden indien een atleet niet bijtijds aan een onderdeel kan starten.
- Bij eventuele protesten, deze met een aanwezige trainer bespreken alvorens tot actie over te gaan.

Vervoer: ouders/begeleiders zijn zelf verantwoordelijk voor het vervoer van hun kind naar een wedstrijdlocatie. Hiervoor kunnen zij afspraken maken met andere ouders/begeleiders. Climax heeft vastgestelde tarieven als andere atleten/ouders/officials meerijden. Het is uiteraard niet verplicht om deze tarieven in voorkomende gevallen te vragen. Degene die meerijdt, betaalt de vervoerskosten rechtstreeks aan degene die gereden heeft.

De vergoedingen bedragen, op basis van enkele reisafstand en per persoon:

| | |
|-----------|--------|
| <30 km | € 2,50 |
| 30-45 km | € 3,50 |
| 45-60 km | € 4,50 |
| 60-100 km | € 6,- |

Clubkleding: atleten zijn verplicht in clubkleding deel te nemen aan de wedstrijden. De clubkleding kan worden gekocht bij Runnersworld, Kuiperplein in Ede. Bij lagere temperaturen mag je extra kleding dragen. Onder het Climax shirt mag een wit of donkerblauw shirt. Onder het sportbroekje een donkerblauwe of zwarte tight.

Licentie: een licentienummer is verplicht om deel te kunnen nemen aan de wedstrijden. Alle junioren bij Climax hebben automatisch ook een licentienummer.

Kosten deelname: Climax betaalt het inschrijfgeld voor de competitiewedstrijden. De atleten die deelnemen aan de voorronden betalen een vergoeding van € 1,50 per wedstrijd (prijsspeil 2017); dit bedrag wordt na inschrijving door Climax voorgefinancierd, periodiek wordt dit door Climax geïncasseerd.

Er hoeft geen vergoeding te worden betaald voor deelname aan de landelijke finale.

Blessures en vervanging

Als een atleet zich op de wedstrijd dag vóór de aanvang van zijn programmaonderdeel blesseert of ziek wordt, waardoor verdere deelname is uitgesloten (dit ter beoordeling door de wedstrijdleider), wordt voor dat betreffende programmaonderdeel en voor de andere programmaonderdelen waarvoor de atleet is ingeschreven een vervanger toegestaan. Deze vervanger moet reeds ingeschreven zijn voor de wedstrijd, eventueel als reserve. Raakt een atleet geblesseerd tijdens de verwerking van zijn programmaonderdeel (=na aanvang) dan mag hij op dit programmaonderdeel niet vervangen worden, maar uitsluitend op de overige programmaonderdelen waarvoor hij is ingeschreven.

N.B.: de atleet die geblesseerd raakt, hoeft niet meer fysiek aanwezig te zijn op de wedstrijd dag om vervangen te worden.

Afgelastingen

1. Als een competitiewedstrijd door weers- en/of terreinomstandigheden moet worden afgelast, moet de organisator zo spoedig mogelijk, doch uiterlijk op de wedstrijd morgen tussen 8.00 uur en 8.30 uur daarvan telefonisch melding doen aan de competitieleider en aan de (contactpersoon van de) deelnemende verenigingen.
2. Als de veiligheid van de deelnemende ploegen dit vereist, is de wedstrijdleider bevoegd één of meer programmaonderdelen van het programma te schrappen. Deze beslissing moet direct worden doorgegeven aan de competitieleider, vanwege de impact op andere locaties.

Stedenwedstrijden

Beschrijving: Bij de stedenwedstrijden loopt iedere atleet dezelfde meerkamp af. Individueel strijden ze tegen alle atleten, ook van de andere verenigingen, binnen dezelfde categorie. Indien een atleet met minimaal 3 wedstrijden op alle onderdelen een resultaat heeft staan, dan wordt de deelname beloond met een medaille. Afhankelijk van de resultaten kan dit een deelname, bronzen, zilveren of gouden medaille zijn.

Organisatie: gezamenlijke regionale atletiekverenigingen (regio 18/19)

Reglement: Stedenwedstrijden 2018. De Stedenwedstrijden zijn minder officieel dan de Competitiewedstrijden maar vereisen wel discipline van zowel de atleten als hun ouders/begeleiders. Voor de ouders geldt dat zij de onderdelen niet mogen storen en van een veilige afstand bij het onderdeel mogen kijken. Het middenterrein zelf is voor iedereen behalve de organisatie verboden gebied omwille van de veiligheid.

Regio-indeling: Climax is momenteel ingedeeld in regio 18/19

Clusterindeling: de verenigingen uit deze regio worden onderverdeeld in clusters

Samenstelling: jongens en meisjes junioren nemen apart deel binnen hun leeftijds categorie (Meisjes Junioren D1, MJD2, JJD1, JJD2)

Deelname: via de WCU coördinator van de CD junioren krijgt iedereen de mogelijkheid om zich aan te melden. Uiterlijk twee weken van tevoren moet de aanmelding (of afmelding) binnen zijn, zodat tijdig kan worden aangemeld. De aanmelding doet de WCU coördinator op atletiek.nu. Aan het einde van het seizoen rekent Climax alle wedstrijden in één keer bij de atleten af.

Aantal wedstrijden: 4 (definitieve datums nader te bepalen); altijd op een zaterdag. De vierde Stedenwedstrijd is de "Finale". Alleen in de Finale wordt per categorie (zie "Samenstelling") een klassement opgemaakt n.a.v. de beste prestaties per onderdeel *per team*.

Chronoloog: per wedstrijddag wordt een chronoloog opgesteld op atletiek.nu

Tijdmeting: in alle gevallen met Elektronische Tijdmeting (ET)

Aantal onderdelen per wedstrijd: 4-5. Alle atletiekonderdelen komen 2 x per seizoen aan de orde. 2 keer per jaar is er ook een estafette per categorie (meisjes en jongens apart, D en C junioren apart). De prestatie van de estafette telt niet mee voor de individuele meerkamp. Een estafetteploeg mag evt. gemengd (bv. D1 en D2-atleten in een team) deelnemen.

Onderdelen meisjes: 60/80 meter sprint, 600 meter, 1000 meter, 60 meter horden (76,2 cm), estafette 4x60/80m; speerwerpen (400/500 gram), discuswerpen (0,75/1 kg), kogelstoten (2/3 kg); verspringen, hoogspringen

Onderdelen jongens: 80 meter sprint, 600 meter, 1000/1500 meter, 80 meter horden (76,2 cm), estafette 4x80m; speerwerpen (400 gram), discuswerpen (1 kg), kogelstoten (3 kg); verspringen, hoogspringen

Aantal pogingen per onderdeel: voor loopnummers is er één poging, bij hoogspringen maximaal drie foutsprongen op één hoogte, alle overige onderdelen 3 pogingen

Medailleklassement/limieten: in het Reglement worden afspraken gemaakt t.a.v. geleverde prestaties per onderdeel; hierbij worden limieten benoemd die een bepaalde medaille kunnen opleveren aan het eind van het seizoen.

Het afgelopen seizoen waren dat de volgende limieten:

| MD | brons | zilver | Goud |
|--------|---------|---------|---------|
| 60m | 10,50 | 9,60 | 9,20 |
| 60H | 14,70 | 13,40 | 12,60 |
| 1000m | 4:30.00 | 4:00.00 | 3:40.00 |
| 600m | 2:30.00 | 2:10.00 | 2:00.00 |
| discus | 10,50 | 13,50 | 17,00 |
| hoog | 1,05 | 1,20 | 1,35 |
| kogel | 5,50 | 6,80 | 7,90 |
| speer | 10,00 | 14,00 | 18,00 |
| ver | 3,05 | 3,55 | 3,95 |

| JD | brons | zilver | goud |
|--------|---------|---------|---------|
| 80m | 13,60 | 12,60 | 11,90 |
| 80mH | 18,10 | 17,00 | 15,90 |
| 1000m | 4:15.00 | 3:50.00 | 3:30.00 |
| 600m | 2:20.00 | 2:05.00 | 1:55.00 |
| discus | 11,00 | 14,00 | 18,00 |
| hoog | 1,10 | 1,25 | 1,40 |
| kogel | 5,25 | 6,60 | 7,80 |
| speer | 13,00 | 18,00 | 23,00 |
| ver | 3,20 | 3,60 | 4,00 |

| MC | brons | zilver | Goud |
|--------|---------|---------|---------|
| 80m | 12,70 | 11,90 | 11,40 |
| 80mH | 17,80 | 16,20 | 15,00 |
| 1000m | 4:15.00 | 3:50.00 | 3:30.00 |
| 600m | 2:20.00 | 2:05.00 | 1:55.00 |
| discus | 13,00 | 16,00 | 19,00 |
| hoog | 1,15 | 1,30 | 1,40 |
| kogel | 6,00 | 7,10 | 8,20 |
| speer | 14,00 | 18,00 | 23,00 |
| ver | 3,50 | 3,90 | 4,30 |

| JC | brons | zilver | goud |
|--------|---------|---------|---------|
| 100m | 15,50 | 13,90 | 13,10 |
| 100mH | 20,80 | 19,30 | 17,30 |
| 1500m | 6:20.00 | 5:45.00 | 5:20.00 |
| 800m | 3:00.00 | 2:40.00 | 2:30.00 |
| discus | 16,00 | 21,00 | 26,00 |
| hoog | 1,25 | 1,45 | 1,55 |
| kogel | 6,80 | 8,20 | 9,60 |
| speer | 18,00 | 23,00 | 28,00 |
| ver | 3,70 | 4,30 | 4,70 |

Vervoer: ouders/begeleiders zijn in eerste instantie zelf verantwoordelijk voor het vervoer van hun kind naar een wedstrijdlocatie. Hiervoor kunnen zij natuurlijk afspraken maken met andere ouders/begeleiders

Clubkleding: atleten zijn niet verplicht in clubkleding deel te nemen aan de wedstrijden maar het is wel wenselijk dat ze dit doen; in ieder geval dient duidelijk te zijn namens welke vereniging een atleet deelneemt, in het geval van Climax bv. door het dragen van een oranje shirt

Licentie: een licentinummer is verplicht om deel te kunnen nemen aan de wedstrijden

Kosten deelname: € 4,00 per wedstrijd (prijspeil 2019); dit bedrag wordt na inschrijving door Climax voorgefinancierd, periodiek wordt dit door Climax geïncasseerd

Overige wedstrijden



Behalve de Steden- en Competitiewedstrijden worden er jaarlijks vele andere wedstrijden georganiseerd. Zowel indoor als outdoor, eendaagse en meerdaagse evenementen, regionale en landelijke kampioenschappen. Climax organiseert zelf ook de nodige wedstrijden. Iedere atleet mag voor zichzelf bepalen waar hij/zij aan meedoet. Landelijke wedstrijden hebben doorgaans een hoger niveau dan de regionale (en Climax) wedstrijden. Als je twijfelt of een deelname interessant is, dan kan je altijd overleggen met de trainer en/of de wedstrijdcoördinator CD junioren. Voor de NK's en OGOK moet je altijd even overleggen met de trainer of deelname wel of niet een goed idee is.

Een indoorwedstrijd waar we met Climax graag met zoveel mogelijk atleten naar toe gaan is een wedstrijd in Dortmund als afsluiting van het indoorseizoen voor alle junioren. Bij voldoende deelname wordt er een bus geregeld waarmee we dan met z'n allen reizen.

Outdoor, op de baan, zijn de Gelders Overijsselse Kampioenschappen (individueel en als meerkamp) en de Nationale D-spelen in Amsterdam wedstrijden met een hoog niveau. Bij interesse hiervoor graag overleggen met de trainers.

In het winterseizoen zijn er een groot aantal crossen waar je aan mee kan doen. Climax organiseert zelf samen met Arena, VAV en Pallas de BVC-cross. Daarnaast organiseert Climax elk jaar een Trainingspakkenwedstrijd en de Clubkampioenschappen.

De belangrijkste wedstrijden voor de C/D junioren worden vanuit Climax door de coördinator C/D junioren aangekondigd. Informatie is ook altijd via atletiek.nu op te zoeken. Bij twijfel over deelname graag contact opnemen met de trainer en/of trainerscoördinator C/D.

De wedstrijdkalender wordt bijgehouden op de [Climax website](#).

Marjon Navarro
WCU Coördinator C/D junioren