



## De juiste cadans

Cycling Vlaanderen traject - De weg van sporter naar atleet

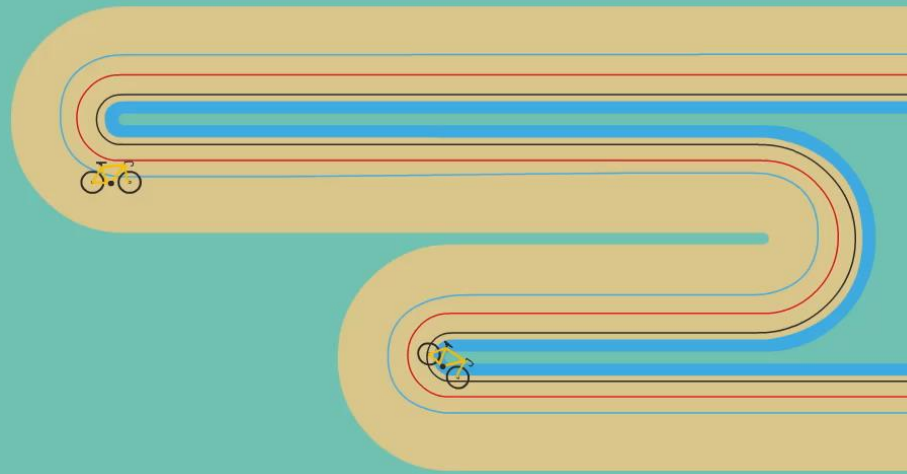
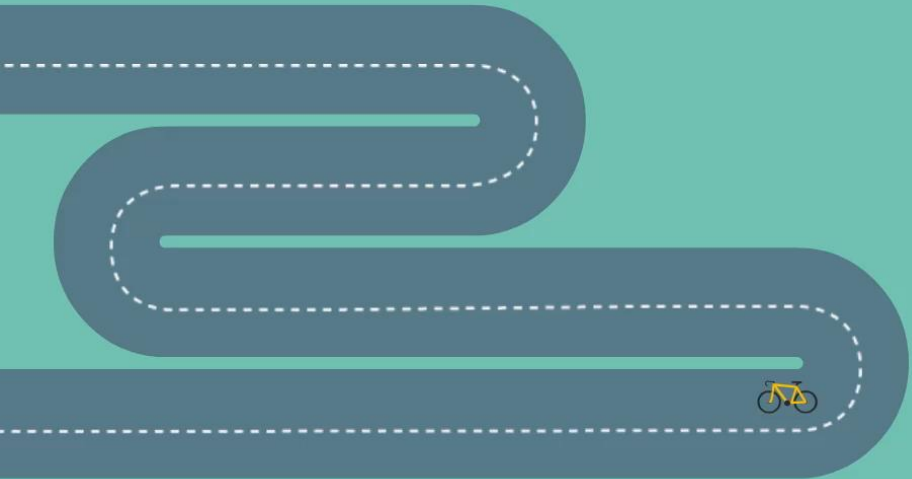


# ENKELE AFSPRAKEN

- Microfoon dempen
- Om achteraf de infosessie te herbekijken - wordt dit opgenomen
- Vragen? Schrijf ze even op. Nadien nemen we ruim de tijd op vragen te beantwoorden
- Cycling heeft een luisterend oor: feedback is altijd welkom
  - Nu
  - Morgen
  - In de toekomst

# De juiste cadans

1. Terugblik op het verleden
2. Bevraging bij de stakeholders (clubs, ouders, trainers)
3. De juiste cadans - de ontwikkeling
4. De juiste cadans - de groeilijnen
5. De juiste cadans - de rol van de club
6. De toekomst
7. Vragenronde



# TERUGBLIK OP HET VERLEDEN

Opleiding van 24 uren en Cycling Vlaanderen Proef



# 24-uur opleiding

- Opleidingsvorm bestond al bijna 20 jaar
- Nood aan wijziging in functie van de huidige samenleving
- 2017: einde van een tijdperk



# WAAROM

Veilige en verantwoorde jeugdcompetitie blijft belangrijk  
=> criteria voor instap zijn noodzakelijk

Te vroege specialisatie op jonge leeftijd is nefast  
=> ruimte laten voor combinatie met andere sporten of vormen van beweging

Verschillende wielervedisciplines beoefenen is complex en duur  
=> weinig ouders en clubs kunnen dit aan

Jeugdfase is ideale leeftijd voor technieken aan te leren (LTAD)  
=> accent leggen op fietsvaardigheid op jonge leeftijd

Meer gediplomeerde trainers in de jeugdclubs aanwezig  
=> betere vorming

Groter aanbod van trainingen in clubs en andere centra  
=> weinig verschillen inhoudelijk tussen trainingen en erkende opleiding

Impact van sport op gezin  
=> sporten op momenten dat het past

Nieuwe samenlevingsvormen van gezin  
=> zoeken combinaties van verschillende opleidingscentra

# WAAROM

Zien zinvolle van verplichte jaarlijkse opleiding niet in  
=> mo(e)tivatie leidt tot démotivatie of dropout

Er zijn diverse wielervedisciplines  
=> eenvormige inhoudelijke leidraad geven is onmogelijk

Administratief veel werk voor clubs en federatie  
=> meer tijd in administratie dan in belangrijkste: op het veld goed werk

Verschillende normen worden gehanteerd. Na 24h of/en kunde ?  
=> geen duidelijkheid hierover. Geslaagden halen een verschillend niveau.

Trainers clubs beoordelen vaak  
=> moeilijk om objectief te blijven

...





# DE CYCLING VLAANDEREN PROEF

- Instaptest
- 1x af te leggen vóór start competitie in die bepaalde categorie
- Voorwaarde voor alle wielervedisciplines
- Nadruk op fietsvaardigheid, techniek en kennis van de sport
- Eigen fiets - ongeacht de discipline
- Gratis af te leggen
- Duidelijk omschreven testen (zie praktisch verloop)

# DE CYCLING VLAANDEREN PROEF



- Opstart najaar 2017
- De stap naar competitie is laagdrempeliger
  - Stijging aantal vergunninghouders

# BEVRAGING BIJ DE STAKEHOLDERS

Clubs, ouders, trainers



# BEVRAGING

- Meer en meer bedenkingen rond de CVP
- Moeilijkheden logistieke organisatie CVP door coronaproblematiek
- Jeugdopleiding moet mee ontwikkelen met de modernisering van de wielersport

# ouders

## WELKE ZAKEN VIND JE POSITIEF AAN DE CVP?

- De nadruk op behendigheid en de controle van de fiets
- Een eerste screening en eerste stap naar veiligheid

## WELKE ZAKEN ZOU JE VERANDEREN/BIJSTUREN AAN DE CVP?

- Meer disciplinespecifiek
- Extra aandacht aan veiligheid/regels
- De proef geeft stress aan sommige kinderen
- Afschaffen

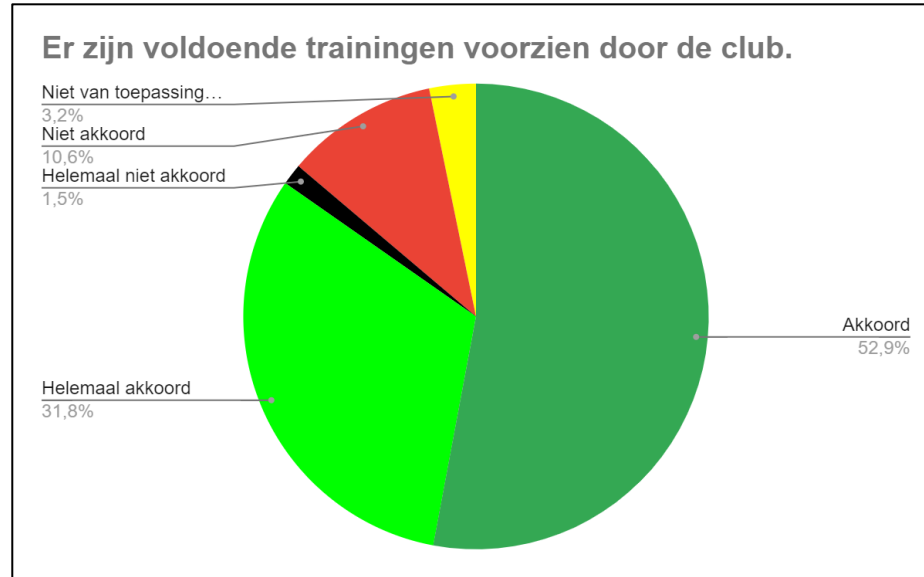


# IS ER VANUIT JOUW OPZICHT EEN BETER ALTERNATIEF VOOR DE CVP?

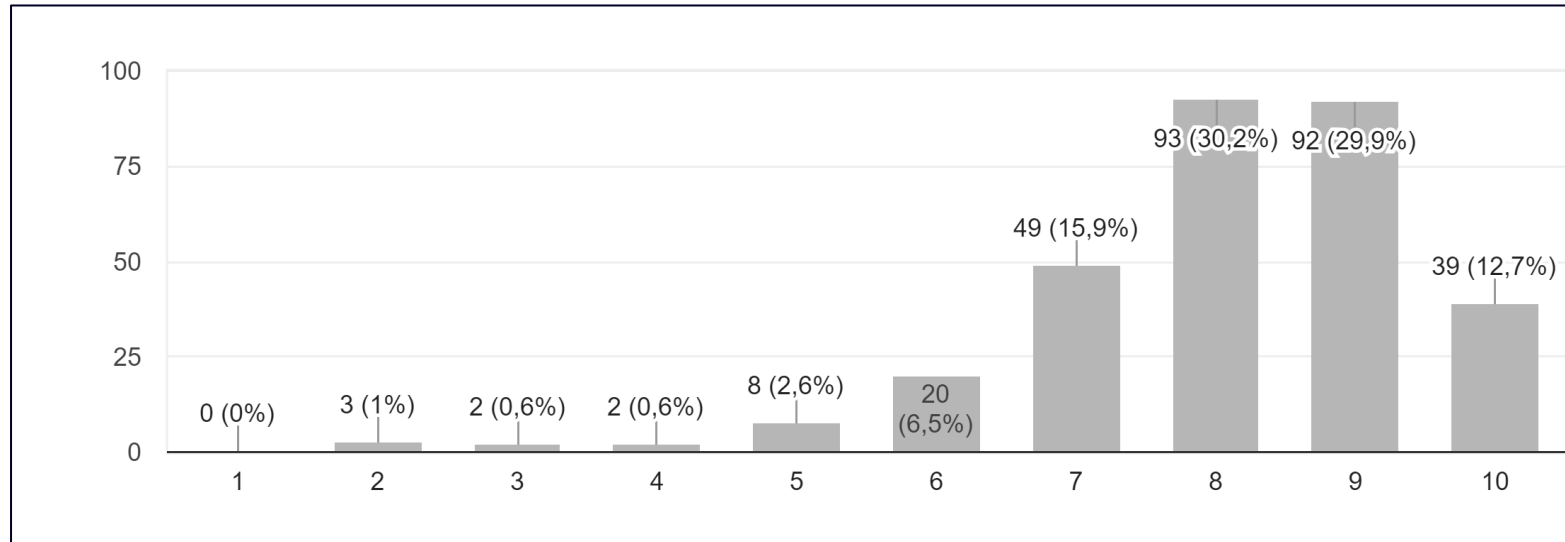
- De verantwoordelijkheid leggen bij de trainer of club
- Wekelijkse opleidingen verplichten
- Meer gerichte vaardigheden aanleren



# ZIJN ER VOLDOENDE CLUBTRAININGEN ?



# HOE ZOU JE DE KWALITEIT VAN DE TRAININGEN BEOORDELEN?

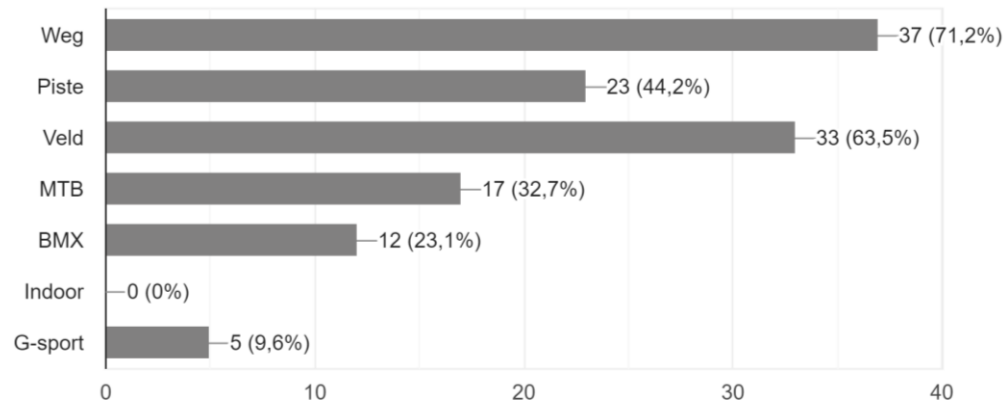


# CLUBS

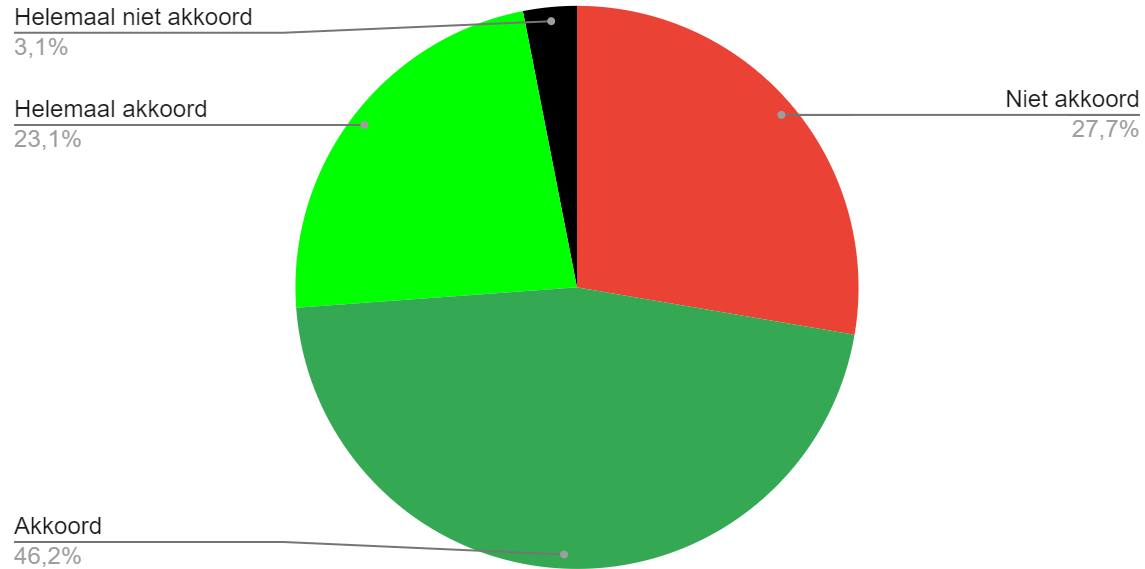
# BEVRAGING BIJ DE CLUS

In welke disciplines is jouw club actief?

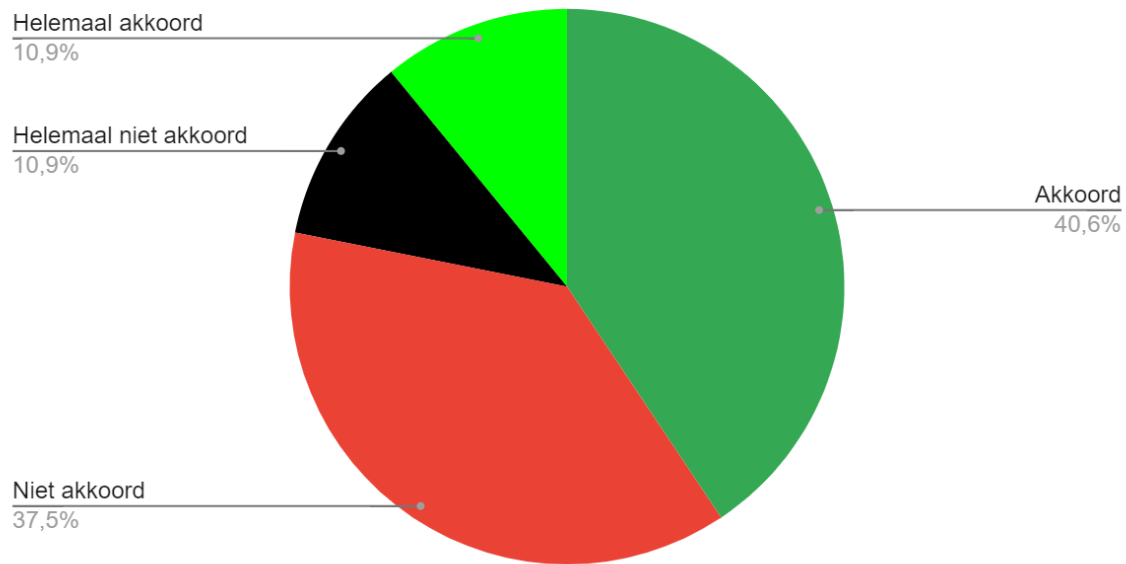
52 antwoorden



## Jeugdrenners moeten altijd eerst slagen voor een test/traject voor ze in competitie mogen treden.



## Cycling Vlaanderen proef moet behouden blijven voor het verkrijgen van een vergunning.



## WELKE ZAKEN ZOU JE VERANDEREN/BIJSTUREN AAN DE CVP?

- Verplichte voorbereidingstrainingen bij de clubs
- De verantwoordelijkheid bij de clubs leggen
- Integreren van de proef, maar geen test van maken
- Meer disciplinespecifiek





## CONCLUSIES





## AFSCHAFFEN/INTEGREREN VAN DE CVP

Technische  
vaardigheden zijn  
maar een deeltje van  
de ontwikkeling





## VERTROUWEN GEVEN AAN DE CLUBWERKING





**MEER RICHTLIJNEN  
MINDER 'POLITIEMAN'**





## NADRUK OP SENSIBILISEREN





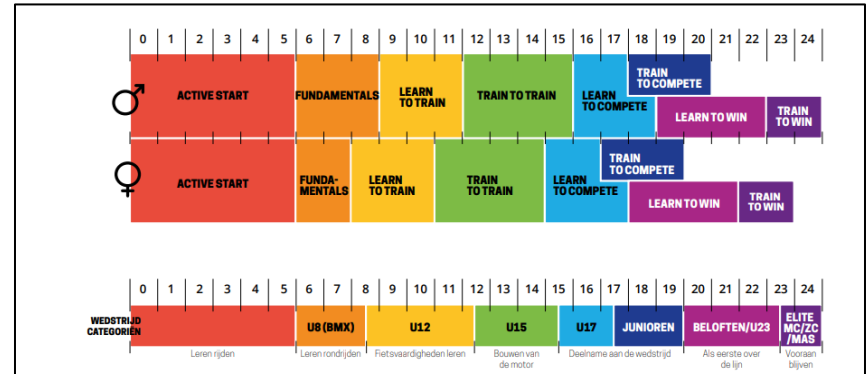
## De juiste cadans

Cycling Vlaanderen traject - De weg van sporter naar atleet



# ONTWIKKELINGSVISIE CYCLING VLAANDEREN

- Gebaseerd op het LTAD-model (LONG TERM ATHLETE DEVELOPMENT)
- Een stapsgewijze aanpak per ontwikkelingsfase
- Doel model: hoogst mogelijk individueel niveau behalen met de juiste prikkels op het juiste moment



# GROEILIJNEN



- Zeer theoretisch - hoe aanpakken in de praktijk?
  - Hoe implementeren in de clubwerking?
  - Hoe vertalen naar de ontwikkeling van mijn kind?



# GROEILIJNEN

- Ontwikkeling van een sporter is meer dan trainen alleen
  - Verschillende parameters zijn zeer belangrijk
- Huidige beoordeling van een sporter is vaak gebaseerd op wedstrijduitslagen
  - Een te enge momentopname
- Een finaliteit richting topsport
  - Hoge standaard met op jonge leeftijd adviezen voor het volledige peloton maar doorheen de ontwikkelingsstadia zullen bepaalde items minder evident worden



# GROEILIJNEN

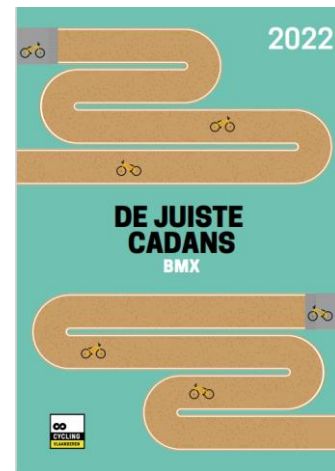
De weg naar topsport MAAR:  
Levenslang sporten op het  
niveau dat hij/zij verkiest is een  
lineaire doelstelling!



# GROEILIJNEN – HET ONTSTAAN

- Sporttechnische kennis binnen de federatie
  - Trainingscoördinatoren - coaches
  - Technische directeurs
  - Trainers/experts op het allerhoogste niveau
- Groeilijnen zijn geen absolute wetenschap
  - Iedere trainer/coach heeft zijn/haar visie
  - Raakvlakken - parameters die telkens terugkomen
  - Iedere discipline en leeftijd heeft zijn kenmerken

# GROEILIJNEN – HET RESULTAAT



# GROEILIJNEN – HET RESULTAAT

OMGEVING	MENTAAL	LEVENSTIJL	MEDISCH	FYSIEK
Ouders Vrienden Partner Club Trainer Experts Federatie	Motivatie Cognitief Zelfvertrouwen Sociaal Rol van de coach	Hygiëne Respect Communicatie Discipline Zelfstandigheid Veiligheid in het verkeer		Coördinatie Controle Lenigheid Kracht Uithouding Weerstand Snelheid
BEHENDIGHEID	TECHNIEK	COMPETITIE	TRAININGSVERDELING	
Stuurvaardigheid Groep Beenfrequentie Evenwicht	Start Bochten Springen Hindernis Remmen Lopen Zand	Doel Tactiek	Vaardigheid Techniek Fysiek Volume Frequentie Periodisering	

- Per discipline en per categorie
- Parameters die centraal staan bij de ontwikkeling van de sporter

# DE JUISTE CADANS

DE ROL VAN DE CLUB



# DE ROL VAN DE CLUB

- Aanbieden van kwalitatieve opleiding met de groeilijnen als basis
- Bieden een opbouwend traject aan met een brede opleiding (trainingen, webinars, lezingen, infosessies, workshops...)
- Zijn de coördinerende factor binnen de omgeving van de sporter
- Gaat in dialoog met de sporter en ouders in functie van een competitiestart
  - De clubtrainer is best geplaatste persoon om te oordelen als de sporter klaar is voor competitie
    - GEEN instaptest meer nodig vanuit de federatie – club kan oordelen met groeilijnen als kader

# DE ROL VAN DE CLUB

Vanuit de federatie is er zeer veel  
vertrouwen richting onze jeugdclubs

Monitoren via het Jeugdsportfonds

Plezierbeleving blijft het KEY-word





# CYCLING VLAANDEREN

- Ondersteunde rol
  - Aanbieden van presentaties, boekjes, filmpjes...
  - Sensibiliseren ouders, renners en clubs
- Dienstverlening
  - Er zijn voor onze clubs en leden!
  - Up-to-date houden van informatie
  - Monitoren van clubwerking via het Jeugdsportfonds





# DE JUISTE CADANS



WAT IS HET CYCLING VLAANDEREN-TRAJECT?



INFOBOEKJES (GROEIJNEN)



INFOFILMPJES



DIDACTISCH MATERIAAL



# DE TOEKOMST



# DE TOEKOMST

- Doestelling beleidsplan Cycling Vlaanderen:
  - Maximaal ondersteunen van de ontwikkeling van het jeugd wielrennen
    - Kritische blik op de werking van de federatie
    - Streefdoel: meer sensibiliseren - minder regeltjes
    - Werking continue optimaliseren in functie van de noden van de sport en de doelgroep
      - De wielersport is niet meer zoals in de tijd van Roger
- Groeilijnen:
  - Levend document - opmerkingen/toevoegingen? Stuur een mailtje naar [massimo.van.lancker@cycling.vlaanderen](mailto:massimo.van.lancker@cycling.vlaanderen)



