



CYCLING VLAANDEREN ACADEMIE

SPRINTTRAININGEN 2025

LOCATIE: VELODROOM, Terlaemen 30, 3550 Heusden-Zolder

DATUM	UREN
DO 6 NOVEMBER	18u00-20u00
DO 13 NOVEMBER	18u00-20u00
DO 20 NOVEMBER	18u00-20u00
DO 27 NOVEMBER	18u00-20u00
DO 4 DECEMBER	18u00-20u00
DO 11 DECEMBER	18u00-20u00
DO 18 DECEMBER	18u00-20u00
DI 23 DECEMBER	18u00-20u00 (*)
DI 30 DECEMBER	18u00-20u00 (*)
DO 8 JANUARI	18u00-20u00
DO 15 JANUARI	18u00-20u00
DO 22 JANUARI	18u00-20u00
DO 29 JANUARI	18u00-20u00

DOELGROEP: U15 (M/V) + U17 (M/V) + Junioren (M/V) + U23/Elite2 (M/V) met een competitie- of recreantenvergunning van Cycling Vlaanderen. Amateurs/masters kunnen niet deelnemen. Maximum 30 deelnemers per sessie.

(*): gratis deelname BMX-rijders die deelnemen aan de BMX-Trofee op de piste op zat 03/01/26.

DOEL: kennismaken met de piste en -fiets, explosieve korte inspanningen, voorbereiding op pistewedstrijden en/of bmx-seizoen, aanleren van technische vaardigheden sprint, fysieke trainingen.

ONLINE INSCHRIJVEN VANAF 15/09/2025 OP WWW.CYCLING.VLAANDEREN

KOSTPRIJS : € 110 voor het pakket. Inschrijving en betaling dient onmiddellijk online te gebeuren! Een pistefiets kan ter plaatse gehuurd worden bij Sport Vlaanderen aan de inkom aan €6,50 per sessie.

AANDACHTSPUNTEN:

- Breng je eigen pistefiets mee of indien je pistefiets zal huren neem je eigen pedalen mee. Verder ook zeker je eigen koerschoenen en helm niet vergeten.
- Kom op tijd indien je een pistefiets huurt: fietsen moeten klaargemaakt worden, pedalen opgezet. Dit neemt de nodige tijd in beslag.
- Zorg dat je een minimum aan basisconditie hebt. Enkel zo gaat u een meerwaarde hebben aan deze trainingen.

CONTACTPERSONEN:

Inschrijvingen: Ruben Cocquyt
Begeleiding: Ernesto Collard

+32 495 60 16 25
+32 475 66 75 05

ruben.cocquyt@cycling.vlaanderen
ernesto@proximus.be

CYCLING VLAANDEREN

STRANDLAAN 3 . 9000 GENT . T.09 321 90 20
INFO@CYCLING.VLAANDEREN . WWW.CYCLING.VLAANDEREN