

CYCLING VLAANDEREN ACADEMIE

LESSENPAKKET 2026

LOCATIE: VELODROOM, Terlaemen 30, 3550 Heusden-Zolder

DATUM	UREN
WOE 7 OKTOBER	15u-17u U15 / 17u-19u U17 en ouder
WOE 14 OKTOBER	15u-17u U15 / 17u-19u U17 en ouder
WOE 21 OKTOBER	15u-17u U15 / 17u-19u U17 en ouder
WOE 28 OKTOBER	15u-17u U15 / 17u-19u U17 en ouder
WOE 4 NOVEMBER	15u-17u U15 / 17u-19u U17 en ouder
WOE 11 NOVEMBER	15u-17u U15 / 17u-19u U17 en ouder
WOE 18 NOVEMBER	15u-17u U15 / 17u-19u U17 en ouder
WOE 25 NOVEMBER	15u-17u U15 / 17u-19u U17 en ouder
WOE 2 DECEMBER	15u-17u U15 / 17u-19u U17 en ouder
WOE 9 DECEMBER	15u-17u U15 / 17u-19u U17 en ouder
WOE 16 DECEMBER	15u-17u U15 / 17u-19u U17 en ouder
WOE 23 DECEMBER	15u-17u U15 / 17u-19u U17 en ouder
WOE 30 DECEMBER	15u-17u U15 / 17u-19u U17 en ouder
WOE 6 JANUARI	15u-17u U15 / 17u-19u U17 en ouder
WOE 13 JANUARI	15u-17u U15 / 17u-19u U17 en ouder
WOE 20 JANUARI	15u-17u U15 / 17u-19u U17 en ouder

SESSIE U15 = aspiranten jongens en meisjes

SESSIE U17 en ouder = nieuwelingen, junioren, U23 en elite jongens en meisjes.

Maximum 60 deelnemers per sessie.

Er wordt 10 minuten voor het einde van elke trainingssessie gestopt om de fietswissels vlot te laten verlopen.

DOEL: voorbereiding op piste- en wegseizoen, aanleren van technische vaardigheden endurance wedstrijdonderdelen, fysieke trainingen, af en toe startbloktraining.

ONLINE INSCHRIJVEN VANAF 15/09/2026 OP WWW.CYCLING.VLAANDEREN

KOSTPRIJS : € 176 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 koersschoenen 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 voorafgaand het initiatie- of lessenpakket hebt gevolgd en een minimum aan basisconditie hebt. Enkel zo gaat u een meerwaarde hebben aan het lessenpakket.

CONTACTPERSONEN:

Inschrijvingen: Ruben Cocquyt +32 495 60 16 25 ruben.cocquyt@cycling.vlaanderen
 Begeleiding: Wilfried Cretskens +32 496 20 34 65 cretskens.wilfried@telenet.be

CYCLING VLAANDEREN

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