

kennismakingsinformatie
FIETSCROSS
FCV Geldermalsen



ONZE VERENIGING

Onze vereniging is opgericht in 1984 en heeft zich aangesloten bij de NFF (Nederlandse Fietscross Federatie). In 2007 is besloten om ons ook aan te sluiten bij de KNWU, wat ook gebeurd is per 1 januari 2008.

De vereniging telt op dit moment ongeveer 100 leden. De sport is niet leeftijdsgebonden. Kun je fietsen en durf je van de startheuvel, dan kun je meedoen.

Het bestuur bestaat uit 7 leden. Op de site www.fcvgeldermalsen.com vind je de namen en de emailadressen van onze bestuursleden terug.

We hebben momenteel 5 trainers. (Meer over training zie kopje training). Daarnaast hebben we een sponsorcommissie en commissie voor de club van 50.

LIDMAATSCHAP

Bij onze vereniging kan een ieder lid worden die wil fietscrossen. Het gaat immers niet alleen om de prestaties, maar ook om het plezier.

De contributie bedraagt voor 2018 € 70,- per jaar. Voor die € 70,- krijg mag je 2 maal in de week trainen, mag je deelnemen aan de spelmiddag/barbecue en krijg je aan het einde van het seizoen nog een aandenken op de clubavond. In de contributie zijn **niet** meegenomen de kosten voor een eventueel lidmaatschap KNWU en NFF en het deelnemen aan wedstrijden. De kosten voor lidmaatschap KNWU bedraagt € 11.50 per jaar. De kosten voor NFF lidmaatschap bedraagt € 10.00 per jaar. Beide mag natuurlijk ook. Het lidmaatschap loopt van januari t/m december. Opzeggingen dienen schriftelijk gedaan te worden voor 1 december van het lopende jaar. Hiernaast wordt een borg van € 50,- gevraagd voor werkzaamheden op de baan. Kom je 4 zaterdag- of 8 dinsdag- of donderdagavonden helpen met werkzaamheden op de baan kan krijg je de borg terug

TRAINEN

Trainen kan alleen met een licentie (verzekeringstechnisch).

Er wordt getraind in 3 blokken. Wanneer je start met fietscross kom je in blok 1. Deze groep traint op woensdagavond van 18.30 tot 18.15 uur. De training wordt gegeven door 2 trainers. Zo gauw je bepaalde technieken beheerst ga je over naar een andere blok 1. Deze groep traint op dinsdag- en donderdagavond van 18.30 uur tot 19.15 uur. Deze training wordt gegeven door 2 trainers.

Zo'n 6 weken voor het NK wordt er op woensdagavond conditietraining gegeven. Deze training is van 19.15 tot 20.30 uur, deze training loopt door tot het NCK (Nederlands Clubkampioenschap, meestal 2 weken na het NK).

In de zomervakantie wordt er vaak in 1 groep getraind, dit wordt tijdig doorgegeven aan de leden.

In de winterperiode wordt, indien mogelijk, gewoon doorgetraind op de baan of er wordt een alternatieve training aangeboden.

Daarnaast wordt er in de winterperiode nog de mogelijkheid geboden om aan bostrainingen mee te doen en trainingen bij de sportschool (deze kosten zitten niet in het lidmaatschap).

WEDSTRIJDEN

Er zijn verschillende wedstrijden binnen de fietscross.

Districtwedstrijden: (met ongeveer 120 deelnemers) deze zijn op zondag en starten om 11.00 uur (trainen vanaf 10.00 uur). Deze worden in de regio gehouden (Geldermalsen, Tiel, Ammerzoden, Nuland, Berlicum en Oss). Iedereen rijdt voor dagprijzen en daarnaast is er een competitie die superklasse genoemd wordt. Hierbij win je 1 maal per half jaar een beker (mits je alle regiowedstrijden -1 hebt gereden).



Provinciale wedstrijden: (met ongeveer 400 tot 500 deelnemers). Deze wedstrijden zijn op zaterdag en starten om 11.00 uur (trainen vanaf 8.45 uur) en vinden plaats in bijna alle provincies van Nederland. Deelname aan deze wedstrijden heb je nodig om je te kwalificeren voor het NK

Landelijke wedstrijden: Nederlands Kampioenschap

(Maandag 2^e Pinksterdag). Hiervoor geldt dat je voor het seizoen 2017/2018 minimaal 4 provinciale wedstrijden gefietst moet hebben..

Nederlands Clubkampioenschap

Hiervan vindt het bestuur van de vereniging dat een ieder daar aan deel moet nemen, mits er een gegronde reden is om niet mee te doen. De kosten voor deelname aan het NCK worden door de club betaald.

Voor het rijden van wedstrijden is het verplicht een clubshirt te dragen. Deze is te verkrijgen bij de vereniging. Je betaalt hiervoor een borg van € 20,- welke je terug ontvangt als je het clubshirt inlevert.

WAT HEB JE NODIG?

- Een wedstrijdfiets (informeer bij de trainers/ bestuursleden)
- Een goed passende helm -crossbroek (of spijkerbroek)
- Katoenen shirt met lange mouwen
- Crosshandschoenen
- Schoenen met vlakke zool (gymschoenen/ skateschoenen)

Binnen onze vereniging hebben we een BMX specialist, hier kun je ook terecht voor informatie en reparatie: www.single-speed.nl

WAT VERWACHTEN WE VAN DE OUDERS/VERZORGERS?

De aanwezigheid van één van de ouders/ verzorgers tijdens de training omdat de sport niet geheel zonder risico's is.

IS FIETSCROSS WAT VOOR JOU?

Je bent van harte welkom op dinsdag- en donderdagavond. De training start om 18.30 uur. Meld je even in de kantine en daar word je verder geholpen. Je mag 3 keer mee komen trainen, hieraan zijn geen kosten verbonden. Het is wel verplicht om een lange broek (liefst spijkerbroek) aan te hebben en een shirt met lange mouwen. Binnen de vereniging hebben wij dan een leenfiets voor je, een helm en handschoenen.

