Waarom een trainingsweekend organiseren samen met een wedstrijd in hetzelfde weekend?

Voor het voorjaar van 2025 hebben we ervoor gekozen om een aantal open trainingen te combineren met wedstrijden. We hebben verschillende redenen voor deze keuze, die we graag willen verduidelijken aan renners, trainers, ouders en clubs. Het kan misschien tegenstrijdig lijken om trainingen en wedstrijden tegelijkertijd te plannen, maar we doen dit in het belang van zowel de renners als de wedstrijden.

Hieronder vindt u de belangrijkste argumenten:

- Een nationale stage is geen selectiemoment, maar een gelegenheid om onder leiding van de nationale trainer kwalitatieve trainingen in een grotere groep uit te voeren dan mogelijk is binnen een afzonderlijke club. De intensiteit van deze trainingen ligt ook lager dan bij clubtrainingen, aangezien er specifieke oefeningen worden uitgevoerd.

- De stages bieden een uitstekende kans voor renners van verschillende clubs om onderling een band op te bouwen, wat ook nuttig is tijdens andere wedstrijden en kampioenschappen.

- Door training en wedstrijd te combineren, leren renners hoe ze hun herstel tussen de trainingen en wedstrijden beter kunnen beheren. Dit is van groot belang tijdens wedstrijdweekends, zowel nationaal als internationaal, en tijdens kampioenschappen. We gebruiken deze stages dan ook om bewustwording hierover te creëren.

- Door zowel training als wedstrijd op dezelfde locatie te organiseren, krijgen de renners meer tijd om zich vertrouwd te maken met de piste of zaal. Hierdoor zullen ze zich comfortabeler gaan voelen (bijvoorbeeld in grip, lijnen rijden, enzovoort).

- Het combineren van training en wedstrijd biedt de trainers de mogelijkheid om de atleten in verschillende omstandigheden te observeren, allemaal binnen hetzelfde weekend.

- Ook de clubtrainers zijn uitgenodigd.

- Voor de organiserende clubs geeft het een mogelijkheid om naast de tijd die men investeert als hulp bij de organisatie van de training een grotere deelname te krijgen aan hun wedstrijd.

- Voor ouders geeft het de mogelijkheid om hun kinderen te zien in verschillende omstandigheden (training, wedstrijd, en de toepassing van de geleerde vaardigheden tijdens de wedstrijden).

Waarom indoor?

Er is voor elke categorie minstens één indoor-stage voorzien. Hiervoor zijn verschillende redenen die voor alle categorieën relevant zijn:

- Indoor is weersonafhankelijk, waardoor de training altijd kan doorgaan.
- Indoor is meer gericht op de ontwikkeling van 'het kunnen versnellen' en snelheid, wat essentieel is voor alle soorten wedstrijden.
- Bij indoor zijn er minder mogelijkheden om fouten nadien recht te zetten, waardoor het tactische aspect meer geoefend kan worden.
- De rondes zijn indoor kleiner, waardoor er meer ruimte is om het lerend vermogen van de rijders te verbeteren, andere dingen te proberen en de inspanning steeds opnieuw te herhalen.