

H.S.C de Bataaf

TRAINEN BMX



TRAININGSDAGEN BMX H.S.C. DE BATAAF

TRAININGSDAGEN EN TIJDEN:

	Groep 0/1	Groep 2	Groep 3	TC Groep
Dinsdag	18.30 uur - 19.30 uur	19.30 uur - 20.30 uur	20.00 uur - 21.00 uur	
Woensdag				19.00 uur - 20.00uur
Vrijdag	18.30 uur - 19.30 uur	19.30 uur - 20.30 uur.	19.30 uur - 20.30 uur.	

Onze trainingsleden zijn welkom op dinsdag en vrijdagavond.

RIJDERS VAN ANDERE VERENIGINGEN.

Deze zijn welkom op vrijdagavond van 19.30 - 20.30 uur. Op vertoon van een geldige (basis) licentie en tegen betaling van € 5,00 kan men meetrainen op vrijdagavond. Men dient zich vooraf te melden met een geldige licentie. Na betaling ontvangt de rijder een trainingskaartje die ingeleverd dient te worden tijde desbetreffende trainer. Graag vooraf een mail sturen naar bmhxscdebataaf@gmail.com. Na bevestiging van mail is de training akkoord.

TRAININGSREGELS.

Je wordt geacht 15 minuten van tevoren aanwezig te zijn om warm te rijden. Het is niet toegestaan om zonder toestemming van de trainer de baan te betreden.

Het is voor rijders onder de 18 jaar verplicht om een ouder/verzorger bij zich te hebben. Wij vragen ook de ouders van onze jeugdleden om de baan te niet te betreden.

Mocht de rijder ten val komen zal de trainer zorgdragen voor de veiligheid van de rijders. Bij het verlaten van baan tijdens de training ten aller tijden de trainer hierover inlichten. In de winter en de zomervakantie kunnen de groepsindelingen en tijden afwijken. Informatie hierover wordt gecorrespondeerd via de mail, Facebook of de website.

LET OP:

Bij zeer slecht weer kunnen de trainingen afgelast worden, hou hiervoor onze website, Facebook/Instagram pagina in de gaten. Ook wordt de groepsapp voor de leden gebruikt voor de nodige informatie.

Het is verplicht om een lange broek, shirt met lange mouwen en dichte schoenen te dragen, ook moet men over een integraalhelm en handschoenen beschikken. Rijders onder de 18 jaar mogen niet trainen als er geen ouder/verzorger/begeleider aanwezig is.

WAAR MOET JE AAN VOLDOEN OM AAN DE TC-TRAINING DEEL TE NEMEN? (TC = Top Competitie)

Deelname aan deze trainingen is niet vrijblijvend en ook niet per definitie voor onbepaalde tijd. De trainingen zijn bedoeld om jezelf verder te verbeteren. De trainer beoordeelt of je inzet en progressie voldoende zijn om deel te nemen aan de TC-trainingen.

Om deel te nemen aan de TC-trainingen moet je in het bezit zijn van een nationale licentie, tevens moet je Nationale wedstrijden (gaan) rijden. Voldoe je niet aan de voorwaarden dan kan het zijn dat de trainer je geen toegang verleent op een training.

De Tc trainingen worden gegeven op woensdagavond van 19-20 uur en zijn **niet toegankelijk voor leden zonder toestemming van de trainer**. Het is een serieuze training en we verwachten dan ook van onze rijders hoge discipline.

INTRODUCTIETRAINING PAG 2 ↓

H.S.C de Bataaf TRAINEN (Intro) BMX



INTRODUCTIETRaining BMX H.S.C. DE BATAAF

WAAR?

Introductietrainingen worden gegeven op de BMX-baan van H.S.C. de Bataaf. Ingang bevindt zich aan de Heining direct naast de startheuvel.

HOE GAAT HET IN Z'N WERK?

De introductietrainingen bij HSC de Bataaf zullen bestaan uit 4 trainingen. Tijdens deze trainingen worden de beginselen van de BMX-sport bij gebracht door een ervaren trainer. Na 4 trainingen kan er besloten worden om lid te worden. Deze trainingen zijn dan ook uitermate geschikt om te kijken of de sport bij uw kind past.

WANNEER EN VOOR WIE?

De trainingen worden gegeven op zaterdagochtend van 10-11 uur en zijn voor kinderen vanaf 5 jaar. Zodra er zelfstandig gefietst kan worden is het mogelijk om uw kind op te geven.

WAT ZIJN DE KOSTEN?

De kosten hiervan zijn € 20,00 incl het gebruik van materiaal. Deze dienen voorafgaand aan de start van de 4 trainingen overgemaakt te zijn. Is dit niet het geval dan kan de deelnemer geweigerd worden.

KLEDING EN GEDRAGSREGELS.

Tijdens de trainingen maakt de deelnemer gebruik van de materialen van H.S.C. de Bataaf. (fiets, helm en handschoenen).

De deelnemer moet gekleed zijn in spijkerbroek en shirt met lange mouwen en men dient gesloten schoenen aan te hebben. Het is verplicht om tijdens het rijden de helm vast op te hebben en handschoenen te dragen. Men dient zich te houden aan de trainingsregels en te luisteren naar de trainers. Dit voor de veiligheid van alle rijders en toeschouwers. **Het is niet toegestaan om zonder toestemming van de trainer de BMX baan te betreden.**



RESERVEREN?

Wil je deelnemen aan de introductietrainingen of zijn er vragen? Stuur dan even een mail naar bmxhscdebataaf@gmail.com. Als er voldoende deelnemers zijn start er een groepje op. Na ontvangst van bevestiging is deelname definitief.

KLEINE LETTERTJES.

BMX is een risico sport. Hoewel onze trainers er alles aan doen om de veiligheid van de deelnemers te waarborgen is een valpartij niet altijd te voorkomen. Daarom is deelname geheel op eigen risico en is H.S.C. de Bataaf niet verantwoordelijk voor eventueel letsel.