

Dossier Jeugddag 2025



Transformeer in een Falcon, Cheetah, Tornado of Rocket tijdens de Jeugddag!

“Laat de wervelwind in jezelf los en word een echte Belgian Tornado, werk zo soepel en krachtig samen als de Belgian Cheetahs, vlieg zo hoog en sierlijk als de Belgian Falcons en schiet razendsnel vooruit zoals een Belgian Rocket. Laat je inspireren door onze nationale helden en ontdek hoe jij het beste uit jezelf kan halen met snelheid, kracht, lenigheid en teamspirit!!”

Op 15 maart 2025 is de jeugddag aan zijn 33ste editie toe! Dit jaar staat de dag volledig in het teken van onze Belgische aflossingsteams.

De Jeugddag zal net als de voorbije twee jaren opgesplitst worden in twee delen, er zal dus opnieuw een voor- en namiddagdeelte zijn, van 9u30-12u30 en van 14u00-17u00. Zo hebben we ook telkens ‘maar’ een 700-tal kinderen tegelijk in de Topsporthal ipv 1400 gedurende heel de dag. In lijn met de andere initiatieven rond jeugdathletiek blijven we dus ook zelf inzetten op efficiëntie en meer activiteit.

Spike is zoals altijd van de partij en trekt ook dit jaar op een spannend avontuur. Samen met de kinderen gaat hij tornado’s trotseren, zijn snelheid aanscherpen, de perfecte aflossing onder de knie krijgen en ervaren hoe teamwork je naar de overwinning kan leiden .

Ook dit jaar organiseren we een spandoekenwedstrijd. Alle deelnemende clubs moeten een spandoek uitwerken rond het thema “Aflossingsteams” waarin Spike en het logo van Atletiek Vlaanderen zijn verwerkt. Alvast veel succes!

Elk jaar is er een topatleet aanwezig om onze jeugdathleten te inspireren. Dit jaar is dit niemand minder dan Alexander Doom. Onze wereldtopper op de 400m komt met veel plezier een praatje en een foto maken met onze jeugd.

Alle informatie over de Jeugddag kan worden nagelezen op de website van Atletiek Vlaanderen via <https://www.atletiek.be/jeugd/kids-aanbod/jeugddag>, daarnaast kan de organisatie steeds gecontacteerd worden via nick@atletiek.be.

Deelnemers

Tijdens de Jeugddag leggen groepjes van 4 kinderen onder leiding van 1 begeleider een atletiekcircuit af. De Jeugddag is bedoeld voor kinderen uit de categorieën kangoeroes, benjamins, pupillen en miniemen. Ook atleten met een beperking zijn welkom, gelieve dit desgevallend te melden bij de voorlopige inschrijving (zie verder).

In alle categorieën kunnen gemengde ploegen opgesteld worden (jongens en meisjes samen). Indien een club over een onvolledig team (= 4 atleten) beschikt mag dat aangevuld worden met atleten uit een lagere categorie. Men neemt dan wel deel in de categorie van de oudste teamleden.

Niet-aangeslotenen mogen ook deelnemen, indien ze via een atletiekclub inschrijven.

Onvolledige teams kunnen de dag zelf nog aangevuld worden met atleten van een andere vereniging.

Kies je als club om deel te nemen aan de Jeugddag dan blijft het inschrijvingsgeld hetzelfde als vorig jaar, namelijk €5 per deelnemer, dit wordt achteraf gedebiteerd van de clubrekening. Hiervan gaat nog steeds €1 naar het goede doel gekozen door Alexander Doom. Alexander heeft gekozen voor Kloen vzw, *“samen toveren wij een lach op het gezicht van een ziek kind”*.

We willen de nadruk leggen op het belang van de begeleider!

Elk groepje moet ten allen tijde begeleid worden door een persoon van minstens 16 jaar! De begeleider blijft steeds bij zijn team, ook wanneer de atleten niet bezig zijn met een (neven)activiteit!

Inschrijvingsprocedure

Inschrijven kan via het [online inschrijvingsformulier](#).

Om de Jeugddag vlot te doen verlopen en voor iedereen aangenaam te maken, zijn een voldoende aantal medewerkers onontbeerlijk. **Daarom moet elke club een medewerker (min. 16j) voorzien per 3 ingeschreven ploegen (12 atleten), met een maximum van 4 medewerkers per club.** Een goede omgang met kinderen is een vereiste.

De namen en contactadressen van deze medewerkers mogen ook via het online inschrijvingsformulier ingegeven worden (samen met een voorkeur van welke stand ze willen bemannen). Deze ontvangen dan het draaiboek voor de medewerkers.

Clubs die niet voldoende medewerkers kunnen leveren voor zaterdag kunnen ook medewerkers voorzien voor de opbouw op vrijdag 14/03 van 12u00 tot 16u00 (vb. clubs uit de regio Gent).

OPGELET: De inschrijving wordt pas definitief aanvaard als ook de namen van de medewerkers worden doorgegeven!

Het voorlopige inschrijvingsformulier moet **ten laatste zondag 2 maart** ingevuld worden.

Een bericht ter bevestiging zal naar u toegestuurd worden.

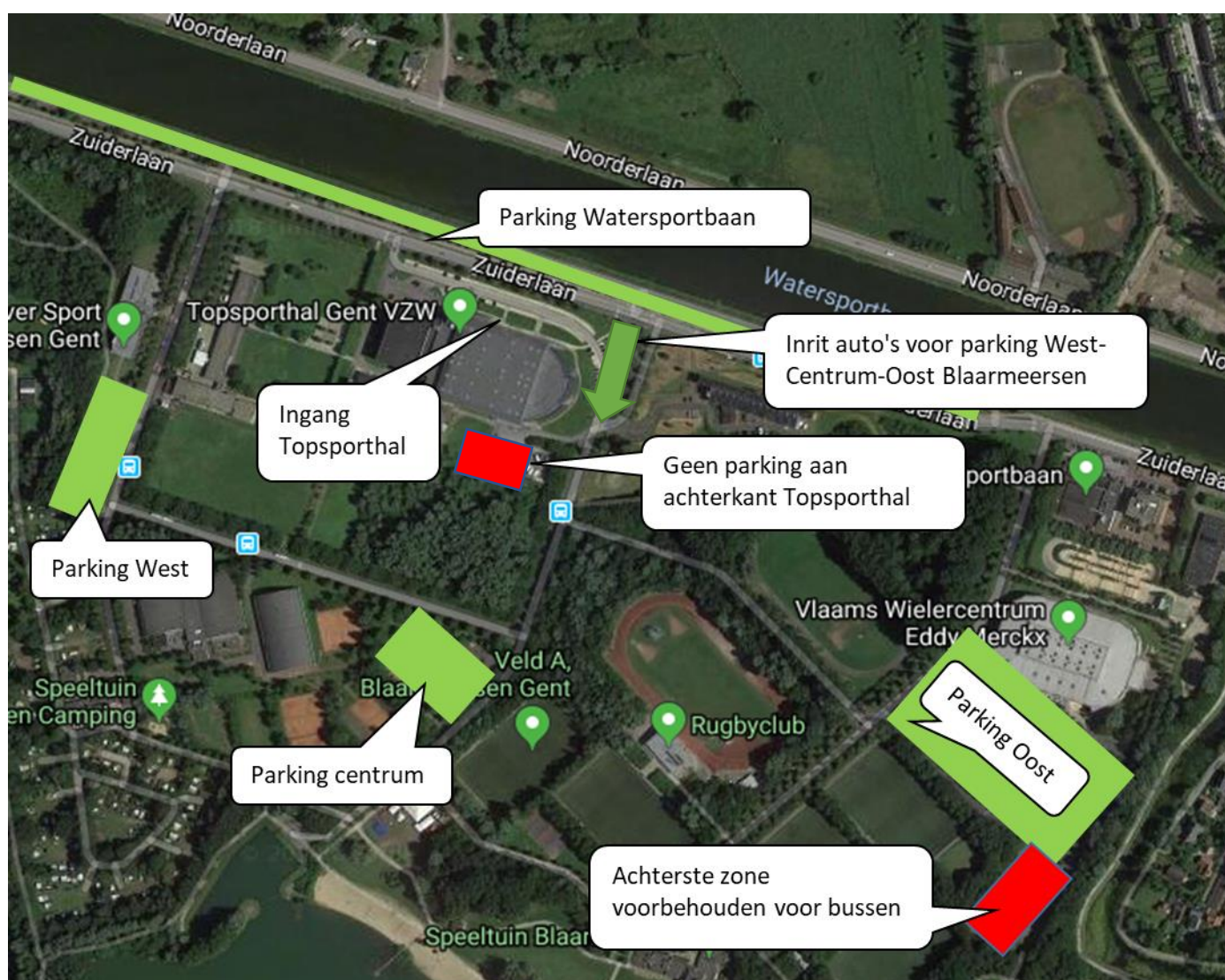
De dag zelf meld je je aan met het definitieve inschrijvingsformulier aan de inschrijvingstafel van de desbetreffende categorie. Daar worden de startnummers en het deelnamepakket bezorgd. **De aanmelding zal net als vorig jaar georganiseerd worden in de Topsporthal onder het grote scorebord!**

OPGELET: Om de aanmelding efficiënter te maken vragen we aan onze clubs om aan te melden met één verantwoordelijke per categorie. Deze behandelt de inschrijvingen voor alle ploegen van zijn club in deze categorie.

Parkeren

Richtlijnen auto's

Auto's kunnen parkeren op volgende parkings: Parking West - Parking Centrum - Parking Oost en aan de Watersportbaan (zie groene zones op plan). Alsook langs de Watersportbaan.



Richtlijnen bussen

De bussen rijden vanuit de Zuiderlaan rechtstreeks op de parking van de Topsporthal en zetten de atleten snel en efficiënt af voor de Topsporthal (drop-off zone). Volg hiervoor de groene pijlen. Daarna rijden ze de parking af om opnieuw via de inrit van de parking van de Topsporthal hun weg te vervolgen tot parking Oost op de Blaarmeersen en parkeren op de zone het dichtst bij het surfstrand (zie groene zone). Volg hiervoor de rode pijlen.

GELIEVE DEZE PAGINA AF TE DRUKKEN EN MEE TE GEVEN AAN DE BUSCHAUFFEURS!!!



Algemene richtlijnen

Wij vragen de begeleiders extra aandacht te besteden aan het **STARTNUMMER** van het team en het daarbij horende **SCHEMA** ! Dit schema dient ten allen tijde gevolgd te worden!

- In de **Topsportthal** mag **alleen gegeten en gedronken worden in de tribunes en de cafetaria**. Geen drankjes of etenswaren op het middenterrein, op de opwarmingspiste en in de sporthal!
- Het is voor de kinderen prettig om deze Jeugddag in de Topsportthal te kunnen ervaren. Graag voldoende **respect voor de accommodatie**: toiletten, zitjes, materiaal,... zodat we ook de volgende jaren nog van de hal kunnen gebruik maken!
- Maak gebruik van de **vuilniszakken** die langs de rand van de piste opgehangen worden!
- Bij de aanmelding zijn vuilniszakken te bekomen. Vraag ernaar en gebruik ze om **restafval te verzamelen**.
- In het belang van het vlot verloop van het evenement vragen wij de **startnummers vooraan te dragen!**
- De Jeugddag moet een leuke dag voor iedereen worden! **Wederzijds respect** is hierin onontbeerlijk. Voor de medewerkers is het geen eenvoudige opdracht om dit reuze-evenement in goede banen te leiden. Wij vragen dan ook uw waardering hiervoor en vragen dat u hun richtlijnen nauwlettend volgt. **Wij hopen dat de groepsbegeleiders zich hierbij bewust zijn van hun voorbeeldfunctie!**
- Om een vlot en veilig verloop van onze Jeugddag te garanderen worden enkele medewerkers ingezet als **“terreinpolitie”**. Deze zullen opvallende kledij dragen met vermelding van hun functie. Wij vragen om, net als bij onze andere medewerkers, hun richtlijnen nauwgezet op te volgen.

Programma

OPGELET: Elk groepje dient ten allen tijde begeleid te worden door een volwassene (**minstens 16 jaar**). Atleten mogen niet aanmelden of beginnen aan een proef zonder begeleider! De Jeugddag zal opgesplitst worden in twee delen zodat de kinderen 14 activiteiten kunnen doen in een tijdspanne van 3u ipv 18 activiteiten in een tijdspanne van 6 uur. Er zal dus een voor- en namiddagdeelte zijn, van 9u30-12u30 en van 14u00-17u00.

- **Voormiddagssessie:** de deuren worden geopend om 8u15, het onthaal start ten laatste om 8u30, de eerste proeven gaan van start om 9u30. De Jeugddag eindigt om 12u30. Gelieve ten laatste om 13u00 de Topsportal te verlaten.
- **Namiddagssessie:** het onthaal start om 13u00, we vragen om niet voor dit tijdstip de Topsportal te betreden, de eerste proeven gaan van start om 14u00. De Jeugddag eindigt om 17u00.
- Gedurende 1u30 moeten de atleten 7 proeven afwerken. Daarna wordt er doorgeschoven naar het volgende blok van 1u30. Elke begeleider ontvangt een uurschema bij aanmelding.
- De proeven mogen een 2de maal uitgevoerd worden indien de standen vrij zouden zijn.
- Indien om één of andere reden na 1u de betreffende proeven nog niet zijn afgewerkt, wordt er toch doorgeschoven naar een volgende blok.

OPGELET Binnen het uurblok wordt een suggestie van de volgorde gegeven, dit zou een betere spreiding over de standen moeten geven. Enkel "Falcon's Vliegende Doeken" (de uithoudingsloop) blijft voor alle groepen aan het begin van het uurblok. De groepen dienen altijd binnen het voorziene uurblok te blijven, je kan dus niet voor of na dit blok deelnemen!!

- **Elke groep wordt op elk ogenblik begeleid.** De begeleider zorgt ervoor dat zijn groep tijdig op de juiste proef aanwezig is.

Om de wachtrijen aan de standen te coördineren verloopt de **aanschuif bij een proef of nevenactiviteit** als volgt:

- Bij aankomst aan de stand/nevenactiviteit geeft de groepsbegeleider de stempelkaart af aan de standverantwoordelijke (aan de ingang van de stand).
- De standverantwoordelijke houdt de stempelkaart bij en roept de groepsnummer in volgorde af. Bij het binnenkomen van de stand geeft de standverantwoordelijke de stempelkaart mee.
- Indien de groep na driemaal afroepen nog niet aan de ingang van de stand is aangekomen, wordt de stempelkaart onherroepelijk terug achteraan geplaatst en moet de ploeg opnieuw zijn beurt afwachten.
- Normaal gezien wordt elke (neven)activiteit slechts 1x gedaan. Indien de standen vrij zijn, kan de standverantwoordelijke beslissen om de atleten voor een tweede maal te laten deelnemen (binnen hetzelfde tijdsblok!). De standverantwoordelijke draagt hierin de eindbeslissing, wij vragen om deze te respecteren.
- Per ploeg is er één kaart met plattegrond, uurrooster en stempelkaart. Na elke activiteit krijgt elke ploeg een stempel op hun kaart om te bewijzen dat ze de activiteit hebben gedaan.

Tijdschema

Tijdschema 33ste Jeugddag Atletiek Vlaanderen 2025														
Categorie	KANGOEROES + BENJAMINS (gemengd)							PUPILLEN + MINIEMEN (gemengd)						
Kleur	Paars							Geel						
Nrs (voormiddag)	1	16	31	46	61	76	91	201	216	231	246	261	276	291
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Nrs (namiddag)	101	116	131	146	161	176	191	301	316	331	346	361	376	391
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	115	130	145	160	175	190	200	315	330	345	360	375	390	400

09.30u - 11.00u en 14.00u - 15.30u	2A	2A	2A	2A	2A	2A	2A	1D	1E	1C	1G	1A	1B	1B
	2D	2E	2F	2G	2B	2C	2G	1E	1C	1G	1A	1B	1F	1D
	2E	2F	2G	2B	2C	2D	2C	1C	1G	1A	1B	1F	1D	1E
	2F	2G	2B	2C	2D	2E	2E	1G	1A	1B	1F	1D	1E	1C
	2G	2B	2C	2D	2E	2F	2B	1A	1B	1F	1D	1E	1C	1G
	2B	2C	2D	2E	2F	2G	2F	1B	1F	1D	1E	1C	1G	1A
11.00u - 12.30u en 15.30u - 17.00u	2C	2D	2E	2F	2G	2B	2D	1F	1D	1E	1C	1G	1A	1F
	1D	1E	1C	1G	1A	1B	1B	2A	2A	2A	2A	2A	2A	2A
	1E	1C	1G	1A	1B	1F	1D	2D	2E	2F	2G	2B	2C	2G
	1C	1G	1A	1B	1F	1D	1E	2E	2F	2G	2B	2C	2D	2C
	1G	1A	1B	1F	1D	1E	1C	2F	2G	2B	2C	2D	2E	2E
	1A	1B	1F	1D	1E	1C	1G	2G	2B	2C	2D	2E	2F	2B
	1B	1F	1D	1E	1C	1G	1A	2B	2C	2D	2E	2F	2G	2F
	1F	1D	1E	1C	1G	1A	1F	2C	2D	2E	2F	2G	2B	2D

1A: Cheetah Jacht	1B: Cheetah Battle	1C: Cheetah Challenge	
1D: Tornado Heropbouw	1E: Grote Tornado	1F: Windracht 4(x200)	1G: Tornado Sprint
2A: Falcons Vliegende Doeken	2B: Valkennest	2C: Valkenvangst	
2D: Raket Run	2E: Raket Lancering	2F: Rakettocht tussen de sterren	2G: Raketwissel

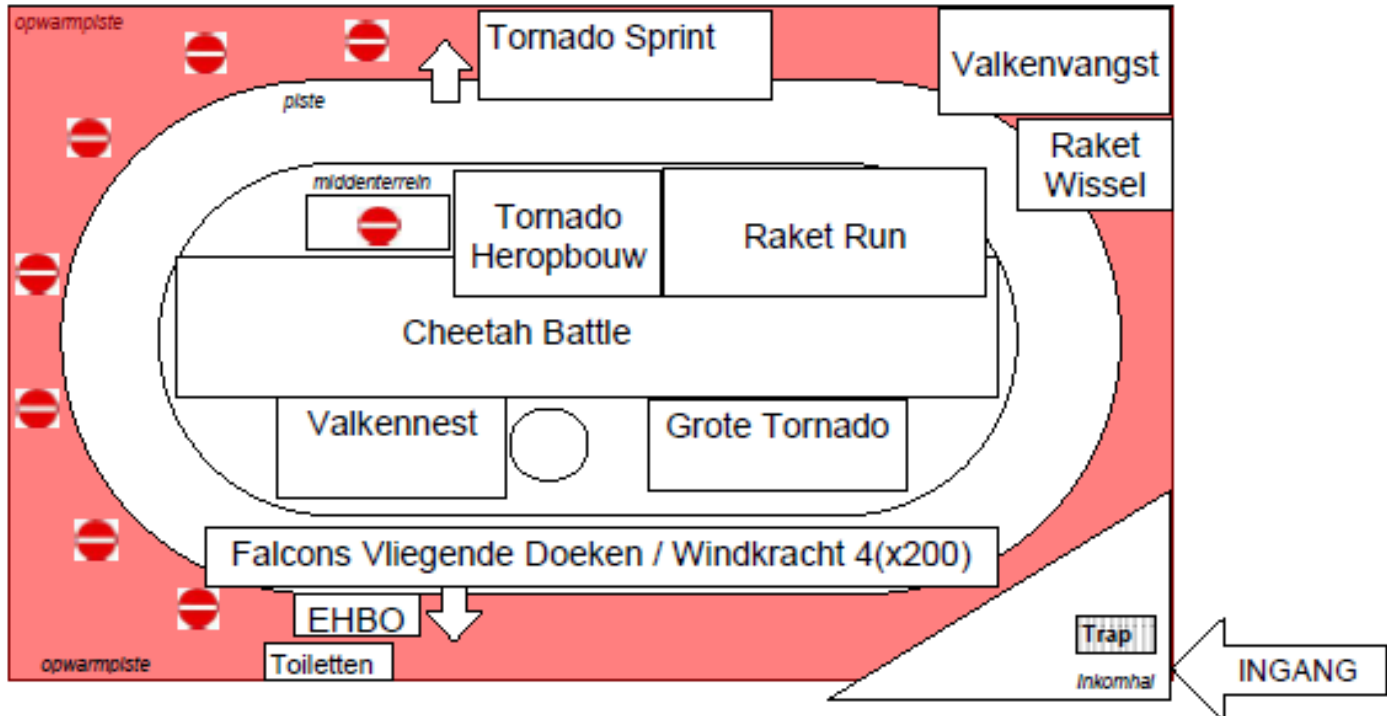
Zoekspel	Gedurende de voor- en namiddag - Gelieve het formulier aan het eind van de voor- of namiddag in de daartoe voorziene bus te werpen aan het secretariaat.
----------	--

Foto-shoot	Het uurrooster en de verzamelplaats vind je aan de trap op de promenade bij de Watersportbaan
------------	---

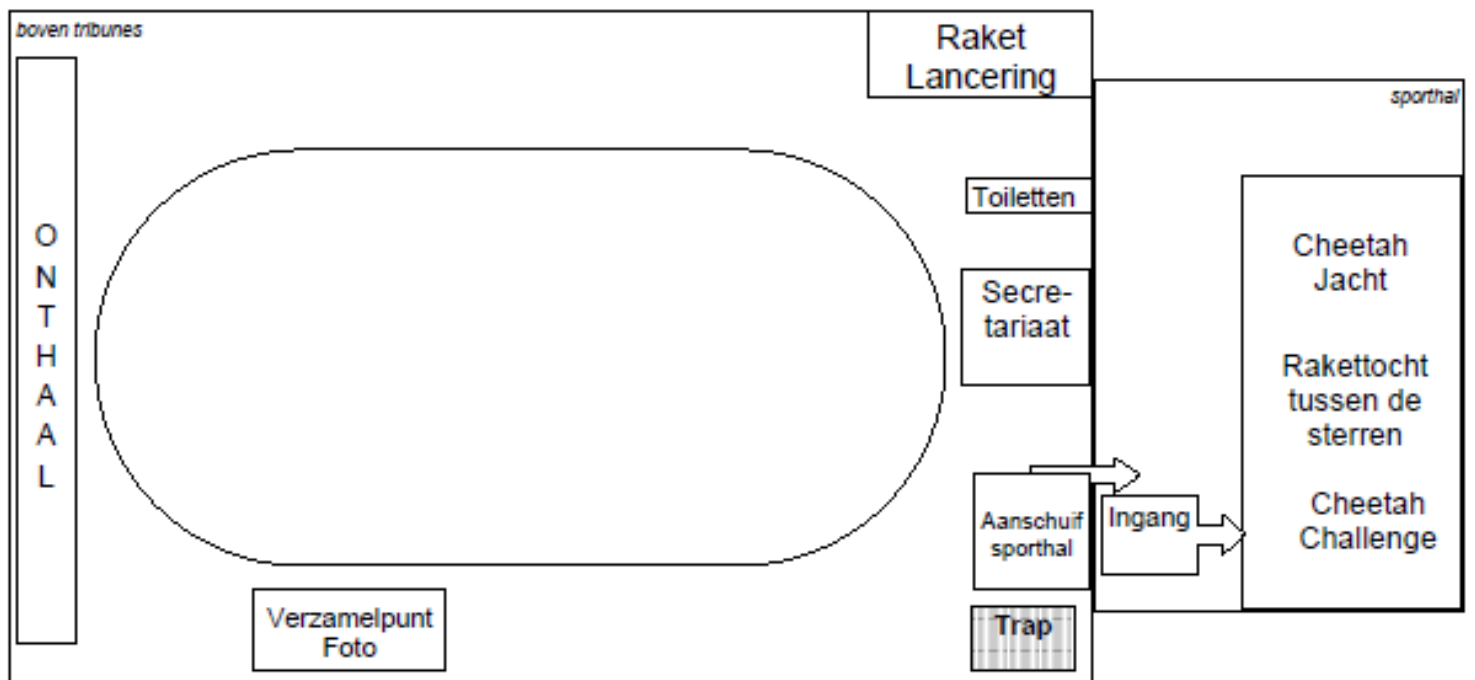
Blijf altijd binnen het voorziene tijdsblok (volle lijnen), je kan niet voor of na dit blok deelnemen!! De stippellijnen geven aan in welke volgorde je het tijdsblok best aflegt.	
---	--

Plattegrond

Plattegrond gelijkvloers (atletiekpiste + opwarmingspiste)



Plattegrond eerste verdieping (boven tribunes + sporthal)



De disciplines

De activiteiten worden doorlopen volgens het uurrooster (zie boven).

Belgian Cheetahs

1A - Cheetah Jacht

De cheetahs moeten samenwerken om als eerste de prooi te vangen.

1B - Cheetah Battle

De cheetahs moeten obstakels in de savanne ontwijken.

1C - Cheetah Challenge

De cheetahs proberen op een interactieve muur zoveel mogelijk punten te verzamelen.

Belgian Tornados

1D - Tornado Heropbouw

De atleten moeten hun snelheid en teamwork combineren om de verwoeste stad opnieuw op te bouwen.

1E - Grote Tornado

De atleten proberen te ontsnappen uit de grote tornado.

1F - Windkracht 4(x200)

De atleten lopen een aflossing 4x200m.

1G - Tornado Sprint

De atleten spurten zo snel mogelijk 30m.

Belgian Falcons

2A - Falcons Vliegende Doeken

De valken lopen allemaal samen een uithoudingsloop en tonen hierbij hun spandoeken.
OPGELET: deze proef is steeds aan het begin van het uurblok!!

2B - Valkennest

De valken vliegen langs een uitdagend hindernissenparcours en proberen zoveel mogelijk eieren veilig in hun nest te verzamelen.

2C - Valkenvangst

De valken proberen de perfecte valkenvangst uit te voeren.

Belgian Rockets

2D - Raket Run

De atleten trotseren een hindernissenbaan die hen meeneemt op een avontuurlijke reis door de ruimte.

2E - Raket Lancering

De atleten proberen hun raket zo hoog mogelijk te lanceren richting de verschillende planeten.

2F - Rakettocht tussen de sterren

De atleten proberen hun raket zo ver mogelijk de sterrenhemel in te gooien.

2G - Raketwissel

De atleten krijgen aangeleerd hoe ze zo snel en efficiënt mogelijk een raketwissel uitvoeren.

Omdat wij de Jeugddag als een zuiver recreatieve dag willen aanbieden worden er geen eindstanden gemaakt. Wij vragen dan ook aan de begeleiders om - indien gewenst - ZELF de EINDTOTALEN van de verschillende disciplines te berekenen. Zo zal er minder tijd verloren gaan met de administratie en kunnen wij een nog vlotter verloop garanderen.

Indien een stand vrij is mogen de atleten voor een tweede maal een discipline afleggen.

Fotoshoot

In functie van de inschrijvingen zal een uurrooster gemaakt worden waarop elke club wordt verwacht aan het verzamelpunt voor de fotoshoot. Bedoeling is dat alle clubatleten op dit uur aanwezig zijn. Na de foto's kunnen zij hun activiteit verder zetten volgens het uurrooster.

Zoekspel

Bij aankomst krijgt elke groep een deelnameformulier. Op verschillende plaatsen in de Topsportal en de opwarpiste worden algemene en meer atletiekgerichte kennisvragen uitgehangen. De vragen zal je kunnen vinden op de opwarpiste (uitz. het afgesloten deel) en de toegankelijke delen van de Topsportal, er hangen geen vragen in de sporthal, cafetaria of in de rest van het sportcentrum.

Elke categorie heeft een eigen zoekspel. Op basis van het juiste antwoord per vraag zal het gezochte woord in de verticale kader verschijnen.

Na het invullen van de schiftingsvraag kan je dit formulier in de bus aan het secretariaat afgeven. Het winnend team per categorie krijgt een mooie prijs!

Spandoekenwedstrijd

Ook dit jaar is er een spandoekenwedstrijd. Ook dit jaar organiseren we een spandoekenwedstrijd. Alle deelnemende clubs moeten een spandoek uitwerken rond het thema "Aflossingsteams" waarin Spike en het logo van Atletiek Vlaanderen in zijn verwerkt. De club die het mooiste en creatiefste spandoek heeft gemaakt rond dit thema, zal Spike mogen uitnodigen op één van haar jeugdwedstrijden!

**Wij wensen jullie een leuke dag vol
atletiekplezier!**



**ATLETIEK
VLAANDEREN**