



Drienerlose Wielervereniging
Klein Verzet

Wedstrijddrijdersinformatie

2009



Revisies

Revisie	Auteur	Specifieke revisie	Datum
0.0	M.P. van der Laan		Januari 2009
0.1	W.J.F. de Kok	Conditietests, tekstuele aanpassing	Mei 2009
0.2	W.J.F. de Kok	Conditietests,	Juni 2009

Informatie wedstrijdrenners

Dit boekje is bedoeld voor Klein Verzet renners die interesse hebben in het wedstrijd wielrennen. De informatie is verdeeld onder niet-licentiehouders en licentiehouders. Mocht je naar aanleiding van deze informatie geïnteresseerd zijn in deelname aan wedstrijden of nog meer informatie willen, neem dan contact op met het bestuur (bestuur@kleinverzet.utwente.nl).

Algemeen

KNWU

D.W.V. Klein Verzet is aangesloten bij de Koninklijke Nederlandse Wielren Unie (KNWU). De KNWU houdt zich bezig met wedstrijd wielersport. Het gaat om licentiebeheer, organisatie en coördinatie van wedstrijden, enzovoorts. Zie www.knwu.nl voor meer informatie.

Conditietesten

Het deelnemen aan wedstrijden vraagt naast techniek en tactisch inzicht ook een goede conditie. Inzicht in je vorderingen gedurende het jaar kunnen je prestaties verbeteren. Via fysiotherapie praktijk Polman is het mogelijk om gedurende het jaar je vordering bij te houden. Polman biedt een conditietest pakket aan bestaande uit drie zogenaamde Åstrandtesten per jaar. Je dient als deelnemer in bezit te zijn van jouw gegevens afkomstig uit een maximaaltest. Ben je niet in het bezit van deze informatie maar wil je wel deelnemen aan de tests dan kan Polman ook een maximaaltest afnemen.

De tests worden bij voorkeur afgenomen met een aantal deelnemers tegelijkertijd. Heb je interesse dan moet je jezelf opgeven bij de technische commissie. Deze zullen jullie inplannen. Het is wel belangrijk dat je komt op de tijd waarop je bent ingepland. Anders moet je wel betalen voor een test die niet is afgenomen. Mocht je met geldige reden niet aanwezig kunnen zijn tijdens de test dan dien je jezelf, tijdig, telefonisch af te melden bij fysiotherapeut Polman op het nummer 0534894181.

De dag voor de conditietest mag niet zwaar gesport of gefeest worden. Dit kan de resultaten van de test negatief beïnvloeden.

Kosten voor de tests

Pakket van drie Åstrandtests	€22,50
Éénmalige maximaaltest	€15,-

Klein Verzet heeft een subsidiepotje voor deze tests. De vergoeding hangt af van de hoeveelheid deelnemers aan de test. Voor 2009 kan het gehele pakket voor €18,75 worden afgenomen.

Niet-licentiehouders

Renners zonder licentie kunnen deelnemen aan enkele wedstrijden per jaar. Dit zijn voornamelijk criteriums (rondje door het stadcentrum) van ongeveer 30 km. Tevens is het Nederlands Studenten Kampioenschap (NSK) ook toegankelijk voor niet-licentiehouders. Deelname zonder licentie is vooral bedoeld om eens te ruiken aan het rijden van wedstrijden. Renners die regelmatig wedstrijden willen rijden, zijn genoodzaakt een KNWU-licentie te nemen.

Wedstrijdkalender Niet-licentiehouders

Wedstrijd	Maand	Site	Opmerkingen
UTK tijdrijden	mei	www.kleinverzet.nl	UT kampioenschap
UTK Weg	juni	www.kleinverzet.nl	
UTTC Tijdrijden	juli	www.alohatriatlon.nl	Onderdeel van UTTC
Ronde van Borne	augustus	-	
Bissingh Wielerronde Ommen	augustus	www.bissinghwielerronde.org	
UTTC tijdrijden	september	www.skeuvel.nl	Onderdeel van UTTC
NSK weg	september	www.skits.nl	Amsterdam

Verzekeringen

Deelnemers zijn doormiddel van een daglicentie (gebruikelijk 3 euro) alleen tijdens de wedstrijd verzekerd. De term daglicentie is dus enigszins misleidend. De verzekering is puur een ongevalverzekering. Schade aan de fiets wordt nooit vergoed via de KNWU.

Subsidies

Inschrijfgelden voor NSK's kunnen gedeeltelijk vergoed worden bij het Sportcentrum. Het is noodzakelijk om zo snel mogelijk te declareren bij de penningmeester van Klein Verzet.

Licentiehouders

Soorten licenties

De KNWU beheert verschillende licenties, zie www.knwu.nl/upload/File/Licentiekeuze_2009.htm voor uitgebreide informatie.

Over het algemeen hebben mannelijke studenten de keuze uit Amateurs-A of Amateurs-B, waarbij A officieel een klasse hoger is dan B. Het aantal wedstrijden voor Amateurs-A is in het Oost-Nederland groter. In het westen van het land is dit juist andersom. Klein Verzet wedstrijdrenners kiezen daarom voornamelijk voor een A licentie. Echter, de omvang van Amateurs-B wedstrijden in het oosten neemt wel toe. Een ander verschil is dat alleen een Amateurs-A licentie startrechten heeft voor nationale en district kampioenschappen, met uitzondering van studentenkampioenschappen. Tevens zijn alleen A-Amateurs verplicht om wedstrijdclubkleding te dragen.

Klein Verzet vrouwen kiezen over het algemeen tussen Vrouwen-B en Elite-Vrouwen. Ook al is de Vrouwen-B klasse lager dan Elite-Vrouwen, veel wedstrijden worden gemengd verreden. Keuze voor Vrouwen-B betekent dus niet altijd deelnemen aan een lager wedstrijdniveau.

Het is overigens mogelijk om bij gedurende het seizoen naar een hogere licentie te switchen.

Licentie aanvraag

Als je een licentie aan wilt vragen, stuur je een e-mail naar de secretaris van Klein Verzet (secretaris@kleinverzet.utwente.nl). Deze meldt je vervolgens aan bij de KNWU, waarna je automatisch inloggegevens ontvangt voor de website van de KNWU. Hier kun je vervolgens je licentie aanvragen. De kosten voor een licentie Amateur A, Amateur B (mannen) of Vrouw-B bedragen ongeveer 75 euro per jaar.

Medische keuring

Voor het aanvragen van een licentie in de hieronder genoemde categorieën is een medische geschiktheidsverklaring nodig:

- Vrouwen-elite en - B;
- Mannen: amateur A en – B, beloften en elite.

De verklaring van medische geschiktheid moet worden afgegeven door een gecertificeerde wielrenarts. Daarvoor zal hij een verplichte keuring moeten verrichten, waarin wordt beoordeeld of het medisch verantwoord is om aan georganiseerde nationale of internationale wedstrijden deel te nemen. De keuring is minimaal een Medische geschiktheidskeuring. Dit is een keuring inclusief rust_ECG. Bij SMA's noemen ze dat **basis-plus** keuring. De basiskeuring van SMA's is dus niet voldoende!

De verklaring van medische geschiktheid is in principe geldig voor het leven, mits er jaarlijks een

medische screeningslijst wordt ingevuld. Deze medische screening maakt deel uit van het menu waarin de licentiekeuze via de KNWU website wordt aangegeven. De medische screening bestaat uit 6 vragen die beantwoord moeten worden.

Op de website www.sportzorg.nl (onder onder 'verplichte keuring sportbonden - wielrennen') vind je een lijst met alle wielrenkeuringsartsen bij jou in de buurt (en in de rest van het land). Op deze website kan je daarnaast ook opzoeken of jouw zorgverzekeraar de keuring vergoed.

Wedstrijdkalender

De officiële wedstrijdkalender voor het wielerseizoen 2009 is op het moment van schrijven nog niet beschikbaar. De kalender zal op korte termijn beschikbaar zijn op de website van de KNWU (www.knwu.nl). Op het forum van Klein Verzet (via 'Wegwedstrijden') staat een link naar de conceptkalenders van de diverse districten.

Verzekeringen

De licentie geeft recht op ongevallenverzekering. Dat houdt dat in je verzekerd bent voor lichamelijk letsel tijdens een wedstrijd. Het verschil met de daglicentie is dat je ook verzekerd bent op het moment van komen en gaan naar een wedstrijd-evenement. Voor wielrenners dekt de ongevallen verzekering ook opgelopen letsel tijdens trainingen waarbij wedstrijd-kleding en een racefiets gebruikt wordt.

Subsidies

- *Klein Verzet zomerset subsidie*

Elk jaar geeft Klein Verzet subsidie voor licentiehouders op de aanschaf van zomersets. Als je het betreffende jaar minimaal 1 zomerset hebt gekocht heb je hier recht. De hoogte van de subsidie is een vast bedrag van 20 euro en wordt uitgekeerd aan het einde van het bestuursjaar (meestal september)

- *Sportcentrum SKS VI subsidie*

Het Sportcentrum geeft subsidie op inschrijfgelden. Jaarlijks verzamelt de penningmeester van Klein Verzet alle declaraties en bewijsstukken van de leden. Deze worden gezamenlijk ingediend voor 10 september en gedeeltelijk vergoed. De uitkering geschiedt pas in het begin van het volgende kalenderjaar.

Inschrijfgelden met betrekking tot GNSK's, NSK's moeten direct worden gedeclareerd bij de penningmeester. Het indienen van deze declaraties bij het Sportcentrum verloopt namelijk via andere regels. Onder de bewijsstukken worden de inschrijfbevestigingen verstaan en indien mogelijk de uitslag van de wedstrijd.

- *Klein Verzet wedstrijdsubsidie*

Omdat het Sportcentrum slechts een percentage van inschrijfgelden vergoed vult Klein Verzet de ingediende declaraties aan met haar eigen wedstrijd subsidie. Als het aan totaal aan te vullen bedrag lager is dan de begrote pot wedstrijdsubsidie, kan het bestuur besluiten de gemaakte reiskosten naar rato te vergoeden. Het is dus belangrijk om naast inschrijfgelden ook de reiskosten bij de penningmeester te declareren. Onder reiskosten wordt verstaan: auto km's, en openbaar vervoer kosten inclusief treinfietskaartjes.