

## 2024 Jaarplan & beleid Technische Commissie Weg Groningen Atletiek

Groningen Atletiek wil een vereniging zijn waarbij iedere atleet, van topsporter tot recreatieve loper op zijn of haar eigen niveau kan trainen. De Technische Commissie Weg (TCW) geeft daar praktische invulling aan.

De TCW bestaat uit een viertal leden uit verschillende loopgroepen en wordt ondersteund door de trainingscoördinatoren van Groningen Atletiek. Twee leden hebben aangekondigd afscheid te willen nemen. Oproepen voor nieuwe leden zijn en worden gedaan. Op het moment van dit schrijven heeft zich één belangstellende gemeld.

De TCW vergadert plm. iedere 6 weken en overlegt daarnaast met de trainers. Overleggen waarin het reilen & zeilen binnen de loopgroepen wordt besproken, (bij)scholing aan bod komt, en waarin de profielen van de verschillende loopgroepen worden geëvalueerd. De TCW voert dit trainersoverleg zowel in subgroepen als plenair.

De werkwijze is een mix van subgroep-overleggen waarin onderwerpen worden voorbereid, met een breed trainersoverleg. Daarnaast kent de TCW een kerstborrel voor de wegatleten met uitreiking van aanmoedigingsprijzen voor de wegatletiek, afgelopen jaar was de borrel een succes, ze staat gepland voor december 2023 en wat de TCW betreft blijft dit een jaarlijks terugkerend evenement.

Naast de hierboven genoemde overleggen zal de TCW in samenwerking met de Medische commissie een themabijeenkomst blessurepreventie organiseren.

Met het oog op aanwas van nieuwe leden start 1 of 2 maal per jaar een Start2Run groep. Nu de gemeente Groningen de Sporthopper heeft uitgebreid met activiteiten voor volwassenen neemt de wegatletiek ook dáár aan deel. De TCW blijft het belangrijk vinden dat lopers in een voor hen geschikte loopgroep kunnen lopen en dat per max. 15 lopers een trainer beschikbaar is. Soms is dat moeilijk.

In het afgelopen jaar heeft een aantal betrokken lopers een opleiding tot assistent-trainer gevolgd. Komend jaar wil de TCW zorgen voor scholing (licentiepunten) bij GA, startend met één activiteit die een avond in beslag neemt, toegankelijk voor zowel weg- als baantrainers. Afhankelijk van de respons kunnen we dat uitbreiden.

Ook in 2024 zal de TCW verder inzetten op het verduurzamen van de trainerspool, door te blijven werven, opleiden en begeleiden vanuit de eigen leden. Voor de recreatiegroepen gaan we werken met een trainerspool waarbij een daartoe gekwalificeerde trainer schema's uitwerkt die andere (assistent)trainers in wisselende samenstelling kunnen verzorgen. Op deze manier ontstaat een situatie waarin trainers niet direct vast zitten aan een groep/dag/tijdstip en elkaar onderling kunnen vervangen.

Loopgroep Roden is onderdeel van, verbonden aan Groningen Atletiek, in het komende jaar wil de TCW de relatie met loopgroep Roden onderzoeken; wat betekenen we voor elkaar? Wat *kunnen* we voor elkaar betekenen?

Indien mogelijk en nodig (en in die volgorde) kunnen loopgroepen of themagroepen worden toegevoegd aan het aanbod voor de wegatletiek. GA en de TCW staat open voor nieuwe doelgroepen en thema's, zoals bv. eerder een wandelgroep is gestart en workshops trailrunning zijn georganiseerd. Voor komend jaar zijn er plannen voor krachtraining.

De TCW wil de trainers ondersteunen met voldoende materiaal & geschikte kleding en is daar financieel voor afhankelijk van het bestuur. Ook in 2024 jaar wordt in overleg met het bestuur kleding & materiaal aangeschaft.

### November 2023

- Arjan Marchand
- Emile Nales
- Margo Roelofs
- Judy Schoonhoven

## Jaarplan & beleid Technische Commissie Weg Groningen Atletiek 2022-2024

### Groningen Atletiek:

“Iedere atleet, van topsporter tot recreatieve loper, moet op zijn/haar eigen niveau kunnen trainen”

### Technische Commissie Weg:

De TCW is verantwoordelijk voor het uitzetten en uitvoeren van het technisch beleid. We willen een kwaliteitsimpuls geven aan de wegatletiek.

### Succesfactoren

- Pro actief contact met trainers & atleten
- Zichtbaarheid, ook digitaal
- Plezierig samenwerken

### Zelforganisatie & taakopvatting

GA Trainingscoördinator is lid TCW en namens TCW contactpersoon bestuur. De trainingscoördinator woont bestuursvergaderingen bij en zorgt voor overzicht & verbinding, intern & extern

contactpersonen per loopgroep

Minstens 4 TCW overleggen per seizoen

Bij voorkeur 2 trainersoverleggen per seizoen

Kerstborrel & aanmoedingsprijzen wegatletiek

### Trainers & atleten

Elke loopgroep heeft een duidelijk profiel  
Elke loopgroep heeft een goed opgeleide trainer en per plm. 15 atleten is een trainer  
We streven naar een duurzame *trainerspool*  
Blessurepreventie is een belangrijk aspect van de trainingen  
Trainers houden contact met geblesseerde atleten  
Trainers houden contact met elkaar

### Trainers & atleten

- Trainers stemmen de training af op het profiel van de loopgroep
- Trainers weten hoe binnen andere groepen wordt getraind
- Nieuwe atleten worden naar een geschikte loopgroep begeleid
- Atleten trainen in de voor hen juiste loopgroep en trainers adviseren lopers over de voor hen geschikte groep

### Strategie & beleid

Jaarlijkse evaluatie loopgroep profielen  
Jaarlijkse themabijeenkomst blessurepreventie  
2 Start2Run groepen of Sporthopper per seizoen

### Vereniging/bestuur

- Jaarplan & beleid TCW geeft praktische invulling aan visie bestuur

### Bestuur & begroting

- We opereren binnen een reëel budget

### Middelen

Materiaal beheer & vervanging i.o.m.bestuur  
Kleding (assistent)trainers i.o.m. bestuur  
Vergoedingen (assistent)trainers i.o.m. bestuur

### Omgeving

- We staan open voor nieuwe doelgroepen

