

Alles over het veldloopseizoen

Het veldloopseizoen loopt vanaf zaterdag 31 oktober 2020 tot en met zondag 14 maart 2021.

Cross-clubkampioenschap van AC Herentals voor ben-pup-min

Op het einde van het crosseizoen maken we een klassement op om de clubkampioenen in de verschillende categorieën aan te duiden. Om in aanmerking te komen volstaat het voor de benjamins, pupillen, en miniemen om 5 keer deel te nemen. Wie meer dan het minimum aantal resultaten behaalt mag zijn slechtste score(s) schrappen. Enkel individuele crossen waar we in clubverband aanwezig zijn, tellen mee. De puntentelling gebeurt als volgt: de eerste atleet van AC Herentals in zijn categorie krijgt 1 punt, de tweede 2 punten en zo verder. Het is dus de plaats t.o.v. andere Herentalse atleten die in rekening gebracht wordt.

Veldloopkalender 2020-2021

Aan volgende crossen nemen we in clubverband deel, deze komen ook in aanmerking voor het cross-clubkampioenschap

Kalender onder voorbehoud, controleer op de website of in volgende clubbladuitgave.

<u>Datum</u>		<u>Plaats</u>	<u>Afgevaardigde</u>
25/10		CC Relays Berlare	
08/11		CC Mol	
11/11	??	Mechelen	
22/11		Kessel	
05/12	??	Arendonk (samen met huldiging !!!)	
13/12		Booischoot	
20/12		Lilse Bergen	
10/01		PK Hulshout	
17/01		Herentals	
24/01		Geel	
07/02		CC+KvV Diest	
21/02		Essen	
28/02		BK+CC Brussel	
14/03		BK Mas, Poperingen	

Startnummers

Een atleet, die in orde is met zijn lidgeld en vergunningskaart, ontvangt een startnummer.

Dit startnummer moet in elke officiële wedstrijd gedragen worden en **is geldig voor het hele seizoen**. Mocht je per ongeluk een keer je startnummer vergeten zijn, ga dan naar het plaatselijke wedstrijdsecretariaat.

Wees tijdig met de aanvraag van je startnummer. (Atleten niet in orde met de aansluitingsadministratie kunnen enkel lopen met een dagvergunning en betalen hiervoor 10.00 euro, exclusief het eventuele inschrijvingsgeld).

Inschrijvingen

De deelnemers lopen met een veldloopkaartje waarop de gevraagde gegevens worden vermeld.

Hiervoor kan je terecht bij de clubafgevaardigde van AC Herentals bij de blauwe ACHL-tent of wimpel in de buurt van de startplaats van elke veldloop waaraan we in clubverband deelnemen.

Start nooit zonder wedstrijdkaartje.

De clubs kunnen een maximumbedrag van 3 euro inschrijvingsgeld vragen.

Dopingcontrole

Elke organisator dient een deelnemerslijst te voorzien van de **Jun – Sen en Mas** voor mogelijke oproeping. Atleten van deze categorieën **MOETEN zich dus vóór de wedstrijd aanbieden op het secretariaat van de organisatie.**

Clubtruien

Het is verplicht tijdens officiële wedstrijden een clubshirt te dragen in de officiële clubkleuren. Deze clubtruien kan je bestellen via de link naar de webshop van Vermarc Sport.

<http://www.vermarcsport.com/nl/clubs/achl>

NIEUWE LEDEN vanaf °2013 krijgen een gratis shirt, **noteer je maat op de aansluitingsfiche.**

Afstanden

De organisator mag gedurende het hele seizoen de afstand van de veldloop vrij kiezen, binnen de vermelde minimum- en maximumafstanden.

		<u>meisjes/vrouwen</u>	<u>jongens/mannen</u>
KAN	('14-'15) (vrijblijvend)	600m	600m
BEN	('12-'13)	800m - 1000m	800m - 1000m
PUP	('10-'11)	1000m - 1500m	1000m - 1500m
MIN	('08-'09)	1500m - 2000m	1500m - 2250m
CAD	('06-'07)	2500m - 3000m	2750m - 3500m
SCH	('04-'05)	3000m - 4000m	4000m - 5000m
JUN	('02-'03)	4000m - 5000m	6000m - 7000m
MAS	(de dag dat je 35 wordt)	4000m - 5000m	6000m - 7000m
MAS	50+ (vrijblijvend)	3000m - 4000m	4000m - 5000m
SEN	('01 en vroeger)	6000m - 8000m	9000m - 11000m
JUN-SEN-MAS		5000m - 7000m	
korte cross	(JUN-SEN-MAS)	1500m - 2000m	2500m - 3000m

Voorwaarden Kids-veldloop (Kan)

- De loop dient mét voorlopers te gebeuren.
- Max. 600m waarvan maximaal 200m vrij te lopen
- Géén podium, géén resultaten opmaken
- Iedereen hetzelfde aandenken

AMH-veldlopen

- dienen plaats te vinden vóór het officiële programma, afstand vrij te bepalen

Volgorde van de wedstrijden

vrouwen: KAN - BEN – PUP – MIN – CAD – SCH/MASW50+ – JUN+SEN+MAS(W35-45) – korte veldloop

mannen: KAN - BEN – PUP – MIN – CAD – SCH/MASW50+ – SEN – JUN+MAS – korte veldloop

Elke categorie/geslacht wordt opeenvolgend afgewerkt. (dus eerst de BEN meisjes, vervolgens BEN jongens enz.)

Veldlopen met een rechtstreekse nationale TV-uitzending mogen van deze volgorde afwijken.

Categorieën

- KAN: samen (eerstejaars + tweedejaars en/of M + J) of apart, zonder rangschikking, géén podium.
- BEN-PUP-MIN: samen (eerstejaars + tweedejaars), met afzonderlijke rangschikking per geboortjaar. Het is toegelaten beide geboortejaren afzonderlijk te laten starten.
- CAD-SCH: steeds samen (eerstejaars + tweedejaars). Geen afzonderlijke rangschikking per geboortjaar.
- KORTE VELDLOOP: JUN-SEN-MAS: steeds samen, geen afzonderlijke rangschikking.

- JUN-SEN-MAS vrouwen: samen over dezelfde afstand, afzonderlijke rangschikking. (indien SEN vrouwen afzonderlijk lopen moet de afstand tussen 6000m en 8000m liggen)
Bij veldlopen met een nationale TV uitzending mogen de SEN afzonderlijk lopen over een afstand van 5km tot 8 km.
- JUN-MAS mannen: steeds samen. Afzonderlijke rangschikking
- SEN mannen: afzonderlijk
- MAS: mogen steeds aan de veldloop van de SEN deelnemen
- MAS vrouwen: de organisator gaat ervan uit dat iedere MAS vrouw start in haar EIGEN categorie. Indien zij toch wenst uit te komen in de SENIORS-categorie dient zij dit VOORAF te melden aan het secretariaat.
- MAS: de organisator MAG opteren voor twee veldlopen = gesplitst in leeftijdscategorieën:
 - Mannen: een groep M35-40-45 én een groep met M50+. De JUN lopen samen met de M35-40-45. De M50+ lopen bij de SCH. Afzonderlijke rangschikking.
 - Vrouwen: een groep W35-40-45 (samen met de JUN/SEN) én een groep W50+ (samen met de SCH). Afzonderlijke rangschikking.
 Bij opsplitsing van de Mastercategorieën, dient een Master steeds uit te komen in zijn EIGEN leeftijdsgroep.

Opwarming op de veldloop voor benjamins, pupillen en miniemen

Onze jongste atleten verdienen extra aandacht bij de opwarming voor de wedstrijd. De jeugdtrainers zorgen ervoor dat dat in groep kan gebeuren.

- Benjamins verzamelen 45 minuten voor de start zodat ze hun wedstrijdkaartje kunnen afhalen om dan stipt een half uur voor de start te kunnen beginnen met de opwarming.(voor een veldloop die begint om 12u30 start de opwarming dus om 11u45)
- Pupillen zorgen dat ze met alles in orde zijn zodat ze 20 minuten voor de eerste start kunnen vertrekken (voor een veldloop die begint om 12u30 begint de pup opwarming om 12u10)
- Voor de miniemen begint de opwarming op het uur van de eerste start.

We verzamelen aan de tent of vlag van ACHL (dicht bij de startstrook). De trainers beginnen hun opwarming op het vooropgestelde uur, ze kunnen niet wachten op atleten die te laat zijn.

Taak clubafgevaardigden

- Clubtas: inladen & afhalen obv 'checklist'
- Clubtent: komen halen, meenemen, afbreken (Indien tentje nat is aub te drogen zetten).
Tentje moet vrijdag terug zijn in 't Loperke. Indien je dit op andere dag of afdeling wil halen / terugbrengen: onderling afspreken. Terugbrengen: Joeri heeft sleutel en is er in principe ook altijd op dinsdag.
- Clubkaartjes: staan op checklist. (kaartjes zijn beschikbaar in't loperke)
- Kaartjes schrijven: t.e.m. start van de miniemen.
Nadien: clubtas via 'haak' beschikbaar in het tentje. Hele tijd blijven schrijven mag uiteraard.