

Nieuwsbrief Baantrainingen Het Velodrome Augustus 2008

De start van het baanseizoen zit er al weer aan te komen. Traditiegetrouw starten we ook dit jaar begin september weer met de trainingen op de baan in Amsterdam. Met deze nieuwsbrief ben je weer helemaal op de hoogte.

Aan het eind van het seizoen is er een enquête gehouden en mede daardoor zijn er een aantal veranderingen. Het meeste blijft zoals je gewend bent.

De veranderingen op een rijtje:

- De website www.velodrome.nl is vernieuwd en is nu een stuk overzichtelijker. Als je in het linker menu op de knop **Trainingen** klikt verschijnt alle informatie over de trainingen.
- Iedere training heeft een aanduiding in de vorm van een niveau gekregen. Er zijn 4 niveau's. De Basistraining is niveau 3 en de Masterclass is niveau 4. Kijk op de site www.velodrome.nl voor meer uitleg en info.
- De Basistraining op zondag begint dit seizoen om 19.30 (ipv 19.00).
- Eens in de 2 weken is er een extra trainingsblok op zondag. Zie **Rooster** op de site.
- Hierdoor zijn er meer Madisontrainingen (niv.4). Dit seizoen is er ongeveer eens in de twee weken een koppelkoerstraining op zondag. Zie **Rooster** op de site.
- Er zijn twee nieuwe trainingen: Clinic (niv.1) waar door individuen op ingeschreven kan worden & Basistraining met derny (niv.3). Kijk op de site www.velodrome.nl voor meer uitleg en info.
- De Introductietraining is gesplitst in twee trainingen en twee niveau's te weten Clinic (niv.1) en Introductietraining (niv.2). Renners die nog nooit op de baan hebben gefietst volgen een Clinic (niv.1) om kennis te maken met de baan en kunnen daarna de Introductietraining (niv.2), de opleiding tot de Basistraining (niv.3), volgen. Kijk op de site www.velodrome.nl voor meer uitleg en info.

Kijk voor meer informatie en voor je naar de trainingen komt op de site: www.velodrome.nl

- * De eerste twee woensdag trainingen, 3 en 10 september, van de Basistraining en de Masterclass zijn gezamenlijk en starten om 19.30. Zie **Rooster** op de site. Na deze trainingen wordt de splitsing tussen Basistraining en Masterclass gemaakt. Als je graag van de Basistraining naar de Masterclass wilt dan is het verstandig naar deze trainingen te komen. Kom vanaf het begin van het seizoen naar de trainingen. In de eerste anderhalve maand worden de meeste renners doorgestuurd.
- * Ook dit jaar wordt er in Amsterdam een 6 daagse. Daarom zijn er van woensdag 15 oktober tot zondag 26 oktober geen trainingen. Zie **Rooster** op de site.
- * Van 4 tot 21 augustus is Carolien afwezig. Vanaf 22 augustus zullen e-mails en inschrijvingen weer beantwoordt en verwerkt worden. Heb je vragen mail gerust maar kijk eerst even op de site daar staan o.a. bij **FAQ** heel veel antwoorden.
- * Foto's die gemaakt worden op de trainingen kun je op de site bij **Foto's** vinden. Heb je foto's gemaakt stuur ze dan aub door of lever een cd-tje in op de training. Dit wordt zeer gewaardeerd!



Vragen over de trainingen? Kijk op de site bv. bij FAQ of stuur een mail: basistraining@yahoo.com

Als je deze nieuwsbrief in je mail wilt ontvangen, stuur dan even een mail: basistraining@yahoo.com.

Tot op de Baan & Hartelijke Groeten,
namens Het Velodrome,
Carolien van Herrikhuysen.