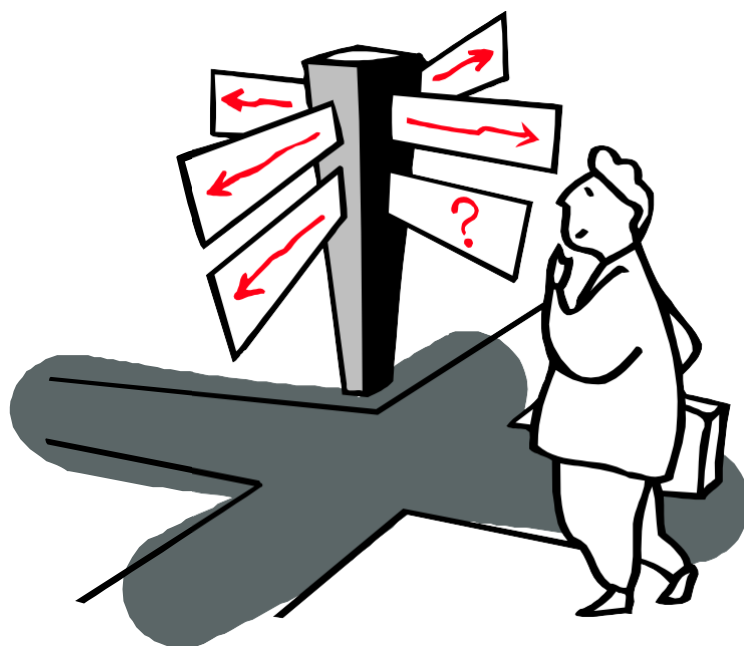


Korfbalvereniging Olympus '58

Wegwijs binnen de vereniging



OLYMPUS '58
KORFBALVERENIGING DOETINCHEM

25 april 2025

Versie 2.0

Voor de ouders/verzorgers van de jeugdspelers

Voorwoord

Deze wegwijzer is in het leven geroepen om u als ouder/verzorger voor te lichten over het reilen en zeilen binnen onze vereniging. In dit korte handboekje is voor u op een rijtje gezet wat wij van u verwachten en misschien nog wel belangrijker... wat u van de club kunt verwachten. Wij hopen dat u als ouder/verzorger hier echt iets aan heeft en dat het voor u al heel veel vragen kan beantwoorden.

Vragen met betrekking tot bijvoorbeeld wedstrijden: Wat moet mijn kind dragen? Bij wie moet ik hem/haar afmelden als hij/zij niet kan? Hoe laat moet hij/zij er zijn?

Of vragen die te maken hebben met de organisatie van de vereniging: Bij wie moet ik zijn als ik wil helpen in de kantine?



Over korfbal

Sociaal en sportief

Korfbal kan al vanaf driejarige leeftijd. Het is een van de weinige gemengde sporten en dat maakt het tevens zeer aantrekkelijk. Het kind leert samenspelen, omgaan met winnen en verliezen, blijdschap en teleurstellingen en ontwikkelt zich op sociaal en sportief vlak samen met de jongens en met de meisjes die deel uitmaken van zijn of haar korfbalteam. Meisjes en jongens zijn gelijk, ook binnen het korfbalspel is er geen verschil.

Binnen en buiten

De korfbalcompetitie kent een **zaal-** en een **veldcompetitie**. Vanaf de A-jeugd kent de veldcompetitie twee delen: voorjaar veld en najaar veld, samen als 1 competitie. Voor de jongste geldt dat de voor- en najaarscompetities twee verschillende competities zijn, zodat alle ploegen tegen gelijkwaardige tegenstanders komen te spelen. De najaarscompetitie begint na de zomervakantie in september en duurt tot eind oktober. In november start de zaalcompetitie. De zaalcompetitie loopt door tot eind maart en dan start er weer een nieuwe veldcompetitie die tot half juni duurt.

Van F tot A

De jeugd is verdeeld in verschillende categorieën op basis van leeftijd. Binnen deze categorie kan er nog een onderverdeling zijn in niveau.

De verdeling in leeftijd is als volgt (peildatum is 1 oktober):

A jeugd	van 15.1	tot 18.0	
B jeugd	van 13.1	tot 15.0	(max. 16 jaar)
C jeugd	van 11.1	tot 13.0	(max. 14 jaar)
D jeugd	van 9.1	tot 11.0	(max. 12 jaar)
E jeugd	van 7.1	tot 9.0	(max. 10 jaar)
F jeugd	van 5.1	tot 7.0	(max. 8 jaar)
KangoeroeKlup	van 3.0	tot 5.0	

Contributie

De contributie van Olympus '58 bestaat uit 2 delen:

- De verenigingscontributie
- De bondscontributie, die Olympus '58 moet afdragen aan het KNKV. De peildatum voor deze contributie is 1 juli. Als iemand op die datum als lid staat genoteerd, is voor het hele komende seizoen bondscontributie verschuldigd.

De totaal verschuldigde bedragen staan vermeld op de website (www.olympus58.nl) en zijn afhankelijk van de leeftijd van uw kind. De contributie wordt per kwartaal achteraf geïncasseerd: eind september, eind december, eind maart en eind juni. Er wordt een lidmaatschap per jaar aangegaan, opzegging is per 1 mei voor het seizoen er op. Dit heeft onder andere te maken met de teamindeling voor volgend seizoen, die moet medio mei ingeleverd worden bij de bond. Heeft u vragen over de contributie neemt u dan contact op via email met penningmeester@olympus58.nl

Over Olympus

De club

Olympus bestaat sinds 1958 en is ontstaan uit een fusie tussen twee Doetinchemse korfbalclubs. In die tijd stond het clubhuis nog in de buurt van stadion de Vijverberg. Na vele omzwervingen kreeg Olympus haar vaste thuisbasis op Sportpark Zuid aan de Stokhorstweg.

Olympus`58 heeft een prachtige accommodatie. De club beschikt over een eigen clubhuis met bijbehorende kleedkamers. De kleedkamers zijn in 2017 geheel vernieuwd en daar zijn we ook erg blij mee. De velden worden gehuurd van de gemeente. Olympus heeft natuurlijk ook een website: www.olympus58.nl .



Organisatie

Op de site staat een uitgebreid item over de organisatie van Olympus, het bestuur en alle commissies.

<https://www.olympus58.nl/organisatie/bestuur>

Op de volgende bladzijde staan de taakomschrijvingen van het bestuur en haar commissies.

Het bestuur en de commissies

Het Bestuur

Het bestuur bestaat uit een voorzitter, een penningmeester, een secretaris en een aantal leden. De leden hebben ieder een taak/ gebied binnen de vereniging waar zij verantwoordelijk voor zijn, ieder lid neemt deel in een commissie. Ze hebben als streven te bestaan uit 5 leden, zodat de taken evenredig verdeeld kunnen worden. Het bestuur vergadert 1x per maand, hierbij is het mogelijk dat leden hierbij aanwezig zijn. Eenmaal per jaar is er een ledenvergadering waarin een aantal belangrijke zaken worden besproken zoals het financiële verslag. Ouders en leden zijn hierbij van harte welkom, zij hebben dan de gelegenheid vragen te stellen e.d.

Wedstrijdsecretariaat

Het wedstrijdsecretariaat regelt alles rondom een wedstrijd van zowel senioren als jeugdspelers. Ze regelen o.a. het vervoer en dat een team compleet is als er afzeggingen zijn. Afzeggingen voor wedstrijden dienen dan ook (ruim van te voren) vermeld te worden bij het wedstrijdsecretariaat. Tevens zorgen zij ervoor dat het aanmeldingsformulier bij de ledenadministratie komt. Op dit moment is een wedstrijdsecretariaat voor de senioren en apart voor de jeugd.

Technische Commissie

Deze commissie heeft o.a. als doel de jeugdteams te voorzien van trainers en coaches en dat zij training krijgen op een zo goed mogelijk korfbalniveau. Ze verzorgen bijv. trainersbijeenkomsten waarin spelregels e.d. worden doorgenomen. Indelingen van teams zijn de verantwoordelijkheid van de Technische Commissie, uiteraard in samenspraak met de trainers / coaches.

Jeugd Commissie

Deze commissie bestaat uit een voorzitter en de trainers en coaches van jeugdteams. tevens neemt de wedstrijdsecretaris van de jeugd deel in de commissie. De commissie draagt zorg voor promotionele activiteiten (sportmarkt, nationale sportweek, schoolkorfbal, clinics bij scholen). Ook zorgen ze voor extra korfbaltechnische activiteiten als speciale clinics van spelers / trainers van hoog niveau.

Vertrouwens persoon

Binnen onze vereniging hebben we een vertrouwenspersoon. Hierbij kunt u als ouder maar zeker ook de jeugdleden bepaalde zaken bespreken, die je liever niet met je trainer of coach wilt bespreken. De vertrouwenspersoon is Joyce Hendriks en is vanuit haar beroep psycholoog. Je kunt via onderstaande link contact met haar opnemen:

<https://www.olympus58.nl/vertrouwenspersoon>

Activiteiten Commissie

Deze commissie heeft als doel om gezelligheid en vermaak te bieden naast de wedstrijden en de trainingen. De volgende activiteiten zijn al eens aan bod gekomen: Ski-hut avond, sinterklaas avond, gourmetten rond de kerst, kerststukje maken, paalschiet toernooi, nieuwjaars receptie, beach-party, bowlen, zwemmen en Paasspeurtocht etc.

Kantine Commissie

Deze commissie bestaat uit een aantal vrijwilligers en ook ouders van jeugdleden worden gevraagd om kantinedienst te draaien rondom de wedstrijden van hun eigen zoon/dochter of tijdens de training van zoon of dochter. De taak is om mensen van de andere vereniging en van onze eigen vereniging zo goed mogelijk en klantvriendelijk van dienst te zijn. Tevens houden zij de kantine in verzorgde staat.



Accomodatie Commissie

Zij zorgen er voor dat er genoeg materialen zijn (o.a. ballen, palen en korven) en dat materiaal in goede staat blijft (kleedkamers, materialenhok). Hierbij is de medewerking van leden natuurlijk van belang, zij gaan tenslotte met het materiaal om en dienen dit ook op een nette manier mee om te gaan. Dat betekent o.a. de gebruikte materialen op te bergen op de daarvoor bestemde plaats.

Sponsor Commissie

Deze commissie zorgt er voor dat er sponsors zijn, zodat bijv. de jeugdleden in een mooie trainingspak lopen of een mooie sporttas hebben, maar ook dat er ballen

gesponsord worden. Daarnaast bieden we de leden leuke acties aan vanuit de sponsors.

Kleding Commissie

Deze commissie zorgt ervoor dat alle leden netjes een trainingspak en wedstrijdshirt en broekje / rokje heeft. Tevens zorgen ze voor de inname van de kleding.

Daarnaast hebben ze contact met de leverancier van de kleding en beheren ze het kledingfonds.

Kamp Commissie

De kampcommissie start aan het begin van elk jaar met de voorbereidingen en zorgt er elk jaar dat het kamp een ontzettend succes is. Het jaarlijkse kamp begint op Hemelvaartsdag en duurt vier dagen lang.

Actie Commissie

Deze commissie zorgt er voor dat er naast de inkomsten van de sponsors, acties worden gehouden om meer inkomsten te generen voor de vereniging. Denk hierbij aan de Grote Club actie en collecteren voor Jantje Beton.

Media Commissie

Deze commissie zorgt voor het up to date houden van de website. Daarnaast verzorgen ze de berichten op Social Media (Facebook en Instagram). Op de website staat diverse informatie over onder andere activiteiten die plaatsvinden, maar ook wedstrijdverslagen. Daarnaast ontvang je 1 keer per maand een nieuwsbrief waarin de laatste informatie wordt medegedeeld. Dit zijn de communicatiekanalen waarop u geïnformeerd wordt. Daarnaast heeft elk team een groepsapp waarin ook meer zaken per team besproken worden. Hierin wordt ook algemene en actuele informatie gedeeld.

Indien een van de commissies u aanspreekt, u wilt er gewoon wat meer over weten of u heeft hele leuke ideeën, dan kunt u contact opnemen met de desbetreffende contactpersoon.

Veiligheid

Veiligheid is binnen Olympus'58 belangrijk. We zijn een vereniging waarin iedereen zich veilig voelt, zowel sociaal veilig als fysiek veilig.

Fysiek veilig

De trainers zijn geïnstrueerd hoe om te gaan met de materialen en bewaken van een veilige trainingsomstandigheid. Korfballen blijft echter een fysieke sport waarin blessures helaas niet altijd te voorkomen zijn. Dit zijn vooral enkel en vinger blessures.

In 2020 hebben alle trainers een training gehad voor levensreddend handelen. Olympus'58 heeft ook zelf de beschikking over een eigen volautomatische AED. We hebben ook een fysiotherapie praktijk waarbij een sportconsulent gratis is. Dit is fysiotherapie praktijk Engelaar in Doetinchem. Ook is er bij vele jeugdwedstrijden vaak iemand aanwezig met een sportmedische achtergrond.

Sociaal veilig

In de sport heb je altijd situaties waarin conflicten kunnen ontstaan. De trainers / coaches zijn hier scherp op en zullen dit altijd proberen op te lossen. Uiteraard vragen wij hier ook ondersteuning van ouders om dingen die spelen te bespreken.

Privacy / AVG

Olympus '58 hecht veel waarde aan de bescherming van uw persoonsgegevens. Wij doen er alles aan om uw privacy te waarborgen en gaan daarom zorgvuldig om met persoonsgegevens. Olympus '58 houdt zich in alle gevallen aan de toepasselijke wet- en regelgeving, waaronder de Algemene Verordening Gegevensbescherming. U vindt meer informatie over de privacy wetgeving van onze vereniging op:
<https://www.olympus58.nl/privacy-policy-olympus-%E2%80%9858>

Wat kunnen u en uw kind van Olympus verwachten?

Allereerst

Veel gezelligheid. Bij Olympus'58 is plaats voor iedereen. Jong en oud. Naast de trainingen is er ook veel aandacht voor ontspanning. Vaak gebeurt dit in de vorm van een feestavond of een andere gezellige bijeenkomst. Tijdens de traditionele feestdagen zoals Pasen, Sinterklaas en Kerst wordt er, vaak door de activiteitencommissie, één en ander op touw gezet. Houdt u daarvoor de aankondigingen via de website en Social Media in de gaten. Als er speciaal iets voor de jeugd georganiseerd wordt, krijgt uw kind een briefje of een uitnodiging mee naar huis.

Rondom de veldtrainingen en de thuiswedstrijden op het veld in het weekend is het clubhuis geopend en is iedereen welkom om gezellig wat te komen drinken en een wedstrijd te komen kijken. Voor kinderen is het heel speciaal als hun familie aan de kant staat om het team aan te moedigen.

Veel gezelligheid en een leuke sportieve middag vindt u ook tijdens de thuiswedstrijden van ons eerste team. Kijk voor de data en de tijden op de website.

Jeugdkamp

Dat verdient een aparte noemer. Dé activiteit van het jaar, waar de jeugd het hele seizoen naar uitkijkt; het jaarlijkse jeugdkamp tijdens de Hemelvaartvakantie. Aan de hand van een thema worden de kinderen 4 dagen lang van 's ochtends vroeg tot 's avonds laat vermaakt met allerlei bosspelen en uiteenlopende opdrachten.

Elk jaar is er een ander thema en komen de kinderen én leiding de 1^e dag verkleed in dat thema. Tot vlak voor vertrek blijft de locatie een verrassing.



De trainingen

De jeugdtrainingen worden verzorgd door een breed kader van enthousiaste en bekwame mensen. Vaak zijn dit spelende leden, maar ook ouders kunnen hierin actief zijn. Personen die hiervoor belangstelling hebben worden binnen de vereniging daartoe opgeleid. Bij Olympus streven wij ernaar om twee mensen voor de groep te hebben. Een ervaren iemand, de hoofdtrainer, en iemand die het graag wil leren en die in de toekomst alleen voor een groep kan gaan staan.

De hoofdtrainers zijn lid van de jeugdcommissie, die ongeveer een keer per twee maanden bij elkaar komt om over trainings- en wedstrijd zaken en andere zaken rondom jeugdteams te praten. De Technische Commissie is eindverantwoordelijk voor zaken rondom de teams en het kader.

In de zaal wordt, afhankelijk van de ruimte, een tot twee keer per week getraind. Omdat de zaaluren elk seizoen opnieuw verdeeld worden is dit per seizoen ook verschillend.

Een actueel overzicht van wedstrijden en trainingstijden vindt u ook op de website. Daarin staan ook de telefoonnummers van de trainers, de coaches en de teamgenootjes van uw dochter of zoon. Verhinderd? Een telefoontje / app-berichtje geeft duidelijkheid, de trainer weet waar hij of zij aan toe is. Bovendien weten we dan dat er onderweg niet iets gebeurd is wanneer uw kind niet op komt dagen tijdens een training.



De trainingen beginnen (afhankelijk van de vakantieplanningen van de scholen) de laatste week van augustus, soms een week eerder. De selectie begint meestal iets eerder met trainen. De laatste trainingen zijn medio juni, daarna begint de korfbalvakantie. In de schoolvakantie wordt door de jeugd vaak niet getraind, hoewel hier soms ook uitzonderingen op zijn, bijvoorbeeld de meivakantie.

De wedstrijden

De wedstrijden vinden in de regel in het weekend plaats. Voor de jeugd tot aan de A zijn deze wedstrijden altijd op zaterdag.

De wedstrijden worden begeleid door een vaste coach. Meestal is dat diegene die door de week ook de trainingen van uw kind verzorgt. Voor vragen of opmerkingen met betrekking tot uw kind is hij of zij uw eerste aanspreekpunt, tenzij anders aangegeven. Mochten er problemen zijn, van welke aard ook, u kunt altijd bij deze persoon terecht. Zijn of haar telefoonnummer staat ook vermeld op de website. Voor vragen waarvoor u om de een of andere reden niet terecht kunt bij de coach van uw kind, kunt u het beste contact opnemen met de Jeugd Commissie.

Bij sporten gaat het ook om winnen (en verliezen hoort daar dus ook bij). Met de app van de korfbalbond kunt u het wedstrijdprogramma, de uitslagen zien en de standen volgen. U kunt de app vinden in de appstore of playstore met zoekterm “knkv wedstrijd zaken”. Het is leuk om daar de sportieve prestaties van de teams te kunnen volgen.

Wat verwacht Olympus van u en uw kind?

Allereerst

Enthousiasme. Uw kind heeft gekozen voor korfbal, maar dat betekent niet dat alleen uw kind welkom is bij de club. We zien u ook graag verschijnen op een feestavond waar u gezellig even kletst of 1x per jaar op de ledenvergadering waar u als ouder kunt meepraten en meebeslissen over het beleid van de vereniging. Het contact met ouders is voor Olympus heel belangrijk. Zij moeten zich ook thuis kunnen voelen binnen de club.

Commissies

Zoals eerder uitgelegd in dit informatieboekje zijn er bij Olympus mensen die actief bezig willen zijn binnen de club en daarom lid zijn van een commissie.

U als ouder kunt natuurlijk ook lid worden van één van de commissies. Graag zelfs! Ook zijn allerhande andere minder structurele werkzaamheden die binnen een vereniging gedaan moeten worden. Uw hulp is daarbij van harte welkom. En.....vele handen maken licht werk.

Acties

Gedurende het jaar proberen we acties voor Olympus te organiseren om geld in te zamelen voor de vereniging. In september is dit bijvoorbeeld de verkoop van de Grote Club Actie. Hierbij wordt ook een beroep gedaan op leden en ouders van jeugdleden. Hoe meer de acties opbrengen, hoe meer inkomsten de vereniging heeft, hoe minder contributie-opbrengsten hoeft te worden betaald.

Trainingen

Van u en uw kind verwachten we dat hij of zij op tijd verschijnt op elke training. De vereniging beschikt over kleedkamers. Voor een veldtraining geldt dat ze minimaal 15 minuten voor aanvang omgekleed op het veld moeten staan, zodat de kinderen gezamenlijk de palen op kunnen zetten alvorens de training begint. Voor een zaaltraining is dit minimaal 10 minuten van te voren.

Het kan voorkomen dat uw kind op een dag/avond verhinderd is, omdat het bijvoorbeeld te veel huiswerk heeft. De trainer verwacht dan wel op tijd een telefoontje / appje van u of uw kind. De trainingen worden goed voorbereid en worden afgestemd op het aantal kinderen dat komt trainen. Een telefoontje geeft duidelijkheid, de trainer weet waar hij of zij aan toe is. Bovendien weten we dan dat er onderweg niet iets gebeurt is wanneer uw kind niet op komt dagen tijdens een training.

Het liefst zien we dat uw kind 100% aanwezig is, dit komt het samenspel van het team alleen maar ten goede. Wij vragen u dan ook hier zoveel mogelijk rekening mee te houden.

Trainingskleding

Om aan de **veldtrainingen** mee te kunnen doen moeten de kinderen over zogenaamde noppenschoenen (voetbalschoenen) beschikken. Deze zorgen voor een goede grip op de vaak zachte en natte velden. Veel uitwedstrijden zijn op kunstgras, voor het comfort voor uw kind worden kunstgrasschoenen daarin geadviseerd, maar noppenschoenen volstaan ook. Kunstgrasschoenen volstaan niet voor een natuurgrasveld, zoals wij dat hebben.

De kleding is natuurlijk afhankelijk van het seizoen. In de zomermaanden trainen we lekker in een korte broek en een t-shirt en in de herfstmaanden lopen we in een trainingsbroek en een warme sweater met daaronder eventueel een t-shirt (met lange mouwen). Het handigste is om uw kind in laagjes aan te kleden. Als hij of zij het warm krijgt kan hij of zij altijd wat uittrekken. Weer of geen weer, de training gaat door. Dit geldt niet voor de allerjongsten, van hen verwachten wij niet dat zij in de regen doortraineren. In dat geval wordt er uitgeweken naar de kantine en daar een spelletje gedaan of de training wordt geannuleerd (dit komt overigens zelden voor). Dit wordt beslist door de trainer. Vanaf de D jeugd is het handig om uw kind tijdens de regenachtige maanden een regenjasje mee te geven. Bij erg slecht weer wordt er eventueel een bespreking over techniek en tactiek in het clubhuis gehouden.



Voor een **zaaltraining** zijn stevige indoor schoenen belangrijk. Korfbal is een intensieve sport, goed stevig schoeisel is geen overbodige luxe. De zolen van de zaalschoenen mogen niet zwart van kleur zijn, omdat deze strepen kunnen achterlaten op de vloer. Sportschoenen die buiten gedragen worden mogen niet gebruikt worden om in de zaal op te spelen. Beide genoemde voorschriften zijn regels die sporthallen hebben opgesteld voor de gebruikers. Spelers die schoenen met zwarte zolen dragen of schoenen die ook buiten gedragen worden, kunnen door een beheerder van de vloer gestuurd worden.

Vanwege de hygiëne verwachten wij dat uw kind zich na de trainingen en de wedstrijden gaat douchen. De faciliteiten zijn hiervoor aanwezig, zowel in de zaal als op het veld. Uiteraard zijn jongens en meisjes hier wel gescheiden.

Wedstrijden

Op de website staan de wedstrijdschema's. De competitie bestaat uit een aantal thuiswedstrijden en eenzelfde aantal uitwedstrijden.

Er worden twee tijden vermeld:

- een aanwezig of vertrektijd, voor achtereenvolgens de thuis- en de uitwedstrijd
- een aanvangstijd voor het begin van de wedstrijd

Voor een thuiswedstrijd geldt vaak een aanwezig tijd van minimaal drie kwartier voor aanvang van de wedstrijd. Deze tijd is gereserveerd voor het uitleggen van het veld (alleen tijdens veldwedstrijden), de wedstrijdbespreking, de warming-up en het warmschieten.

De vertrektijden voor een uitwedstrijd zijn per wedstrijd uiteraard verschillend omdat die afhankelijk zijn van de thuisbasis van de tegenstander. Let wel *vertrektijd*. 10.00 uur vertrekken betekent om 10.00 uur *wegrijden* met z'n allen en niet om 10.00 uur verschijnen op de vertrekplaats. Voor uitwedstrijden in de zaal en op het veld geldt als vertrekpunt het clubhuis op Sportpark Zuid.

Het kan natuurlijk een keer voorkomen dat uw kind een andere afspraak heeft en niet aan de wedstrijd kan deelnemen. Wanneer dit het geval is, dient u dit minimaal twee dagen van tevoren aan te geven aan de coach. Hij of zij heeft dan nog genoeg tijd om voor vervanging te zorgen. Bij een wedstrijd geldt hetzelfde als bij een training, 100% aanwezigheid is wenselijk. Korfbal is immers een teamsport, de medespelers en de coach rekenen op de aanwezigheid van uw kind.

Voor het vervoer naar een uitwedstrijd is de club afhankelijk van de ouders. Elk seizoen maakt de wedstrijdsecretaris een rijschema, waarop u precies kunt zien wanneer het uw beurt is om te rijden. Dit kan pas gedaan worden als het wedstrijdprogramma gereed is en zal dus pas vlak voor de competitie bekend worden gemaakt. Bent u verhinderd, dan kunt u onderling ruilen met andere ouders.

Om aan wedstrijden deel te kunnen nemen dienen de kinderen te beschikken over een digitaal wedstrijdпасje van de KNKV. De wedstrijdsecretaris regelt dit en er zal een foto van uw kind worden gemaakt, zodat deze foto op het wedstrijdпасje komt.

Wedstrijdkleding

Aan het schoeisel voor de wedstrijden worden voor zaal- en veldschoenen de zelfde eisen gesteld als de schoenen die tijdens een training gedragen moeten worden. De kleding is wel verschillend. Veel jeugdteams worden gesponsord door een bedrijf en spelen in gesponsorde t-shirts. Deze shirts worden bij toerbeurt gewassen door de ouders.

De clubkleuren van Olympus zijn blauw en wit; een blauw shirt en een wit kort sportbroekje of wit rokje en witte sokken. Ieder lid wordt voorzien van een trainingspak, wedstrijdshirt, inloopshirt en broekje en / of rokje. Ieder lid betaalt een verplichte kledingbijdrage ten behoeve van het kledingfonds. Elke kwartaal wordt de kledingbijdrage geïncasseerd, samen met de contributie. De kleding blijft eigendom van de vereniging. Elke speler is tijdens elk wedstrijdseizoen verantwoordelijk voor zijn 'eigen' pak en dient hier zorgvuldig mee om te springen. In deze trainingspakken mag dan ook niet worden getraind!

Zorg er wel voor dat uw kind voldoende warme kleding draagt voor en na de wedstrijd, dit voorkomt spierpijn en is ook een stuk comfortabeler.



Nawoord

Met dit document hebben wij gemeend u wegwijs te kunnen maken binnen de vereniging. Mochten er toch nog onduidelijkheden zijn dan kunt u altijd contact opnemen met het bestuur.

Zijn er onderwerpen die u mist in dit boekje en die u graag hierin terug zou willen zien? Help ons dan om hem nog completer te maken en stuur een mailtje naar ledenwerving@olympus58.nl



www.olympus58.nl