

Waar vinden onze trainingen plaats?

Vanuit ons clubhuis op Sportpark Birkhoven
Atletiekbaan Scothorst

De openbare wegen in de regio Amersfoort (loop en fiets-
training)

Sportfondsenbad Amersfoort (zwemtraining)

De trainingen

Voor een gedetailleerd overzicht van de trainingen verwij-
zen wij u naar de website

Wedstrijd- en trainingsevenementen

A.V. Triathlon is organisator en mede-organisator van een
groot aantal wedstrijd- en trainingsevenementen. Bijvoor-
beeld de Emiclaerloop, de Hamersveldloop, de 6-uursloop,
coopertesten, de Amersfoortse baancompetitie, zwem-
loop, run-bike-run, onderlinge mountainbike-
wielren- en triatlonwedstrijden. Clubkampioenschappen
cross en baan, Regionale crosscompetitie voor de jeugd,
Paaswedstrijden -pupillencompetitie baan.

Kosten 2012, bedragen onder voorbehoud i.v.m. tussentijdse wijzigingen

Entreegeld	€ 10,00
Contributie via automatische incasso:	
Per jaar vooraf	€ 124,00
Per half jaar vooraf	€ 63,00
Per kwartaal vooraf	€ 32,00
Wedstrijdgeld jeugd	€ 13,00
Wedstrijdlicentie Atletiekunie per jaar	
Pupillen (verplicht)	€ 7,35
Junioren (verplicht)	€ 13,00
Senioren en Masters (optioneel)	€ 20,85
NTB-lidmaatschap en -licentie	
Basiscontributie NTB per jaar	€ 27,00
Atletenlicentie NTB per jaar	€ 20,00
Contributie NTB voor jeugdleden t/m 12 jaar (geen atl-lic. nodig)	€ 20,00
korting voor elk volgend lid op één adres	€ 8,00
Kosten zwemmen:	
Zwemtrainingen voor leden van AVTriathlon vinden plaats in het Sportfondsenbad; voor deelnemers geldt een speciaal abonnement tegen gereduceerd tarief.	
Lidmaatschap SGWB (Sticht Gooise Wandeldelsport Bond)	€ 3,00
Trimcursus	€ 28,00
Opstapcursus Sportief wandelen	€ 14,00
Donateur	€ 32,50

Kennismaken

Indien u belangstelling heeft voor onze vereniging nodigen wij u van harte uit om
nader kennis te maken. A.V. Triathlon biedt u de gelegenheid maximaal een maand
gratis aan de trainingen deel te nemen. Wij verzoeken u wel voorafgaand aan de trai-
ning contact op te nemen met een van de trainers; aanmelden in het clubhuis bij de
bar. Voor Jeugdleden graag vooraf even contact opnemen met de contactpersoon.
Voor meer informatie kunt u uiteraard ook telefonisch contact opnemen met een van
de onderstaande personen of een e-mail sturen naar info@avtriathlon.nl

• Info algemeen	Kristel Schlangen	033-4630605	info@avtriathlon.nl
• Hardlopen	Hein Dekker	033-4635717	trainerszaken@avtriathlon.nl
• Trimcursus	Leo van Kuijk	033-4802653	trimcursus@avtriathlon.nl
• Sportief Wandelen	Theo Kok	033-4725440	sportiefwandelen@avtriathlon.nl
• Nordic Wandelen	Flip de Leeuw	033-4805078	sportiefwandelen@avtriathlon.nl
• Triatlon	Sander Teeuwisse	033-4630605	triatlon@avtriathlon.nl
• Fietsen	Harry Vossegat	033-4623002	triatlon@avtriathlon.nl
• Jeugdathletiek	Karin Knopper	033-4563418	jeugd@avtriathlon.nl
• Clubhuis	Marcia Bunnik	033-2573849	info@avtriathlon.nl



AV Triathlon is een enthousiaste atletiek- triatlon- en wandelvereniging met ongeveer
1100 leden. We zijn in omvang één van de grotere atletiekverenigingen in Nederland
met leden afkomstig uit alle geledingen van de Amersfoortse samenleving. We zijn
een breedtesportvereniging, waarbij ook landelijk op hoog niveau wordt gepresteerd,
zowel door jeugdteams als door individuele jeugdathleten, hardlopers en triatleten. We
zijn ook een gezellige vereniging.

We hebben ons clubhuis, met kleed- en douchegelegenheid, in het bosgebied Birkho-
ven. Voor trainingen op de baan maken we gebruik van de atletiekbaan Schothorst.
Onze vereniging is aangesloten bij de Atletiekunie, de Nederlandse Triathlon Bond
(NTB) en de Sticht Gooise Wandelsport Bond (SGWB)

A.V. Triathlon

Informatie

Website:

www.avtriathlon.nl

E-mail:

info@avtriathlon.nl

Clubhuis:

Sportpark Birkhoven
(naast Bosbad)
Barchman Wuytierslaan
Amersfoort

Atletiekbaan

Schothorsterlaan 78
Amersfoort

Wat heeft AV Triathlon u te bieden?

We hebben een groot aanbod van trainingsmogelijkheden voor jeugd en volwassenen, zowel jong als oud. Er zijn specifieke trainingen voor recreatieve sporters en wedstrijd-sporters. De trainingen staan onder leiding van deskundige trainers. Wij streven naar groepen van ca. 20 deelnemers. Voor de beginnende sporter organiseren wij een aantal keren per jaar een speciale trimcursus en een opstapcursus sportief wandelen waarbij u op een prettige wijze kennismaakt met het sporten en gestaag uw conditie opbouwt. Er is een sportsprekuur voor leden van AV Triathlon. Fysiotherapeuten geven advies naar aanleiding van een sportblessure of over het herstel en opbouw na een blessure. Na de training blijven veel leden in ons gezellige clubhuis om na te praten en wat te drinken. Naast de trainingen organiseren we ook sociale activiteiten. En dat alles voor een entreegeld van € 10,- en een contributie van € 120,- per jaar.

Ons trainingsaanbod:

- Jeugdathletiek
- Wedstrijdathletiek
- (Recreatief) hardlopen
- Sportief wandelen
- Nordic wandelen
- Fietsen (race- en tourfietsen, mountainbiking)
- Zwemmen
- Triatlon
- Trimcursussen



Jeugdathletiek

A.V. Triathlon wil de jeugd stimuleren om op een plezierige wijze aan atletiek te doen. Uiteraard gebeurt dat onder leiding van deskundige trainers. Er wordt getraind op de atletiekbaan Schothorst, in het bos en 's winters ook in de zaal. De baanathletiek is veelzijdig en kent technische en loopnummers. Naast de sportieve activiteiten vinden wij ook het sociale element belangrijk. Jeugdathletiek is mogelijk vanaf 6 jarige leeftijd.



Recreatiesport

Voor iedereen die regelmatig op een plezierige manier wil hardlopen, wandelen of fietsen zonder direct tot wedstrijdathletiek te promoveren, is er een breed aanbod aan trainingsmogelijkheden, elke dag zijn er trainingen. U maakt zelf uit hoe vaak, hoe hard, waar en wanneer u wilt trainen. Alle trainingen worden geleid door deskundige trainers. De trainingsgroepen zijn beperkt van omvang. De groepen zijn ingedeeld op trainingsniveau waardoor u kunt deelnemen in een groep die het beste bij u past.



Sportief en Nordic wandelen

Sportief wandelen is op een intensieve manier wandelen en biedt daarbij de mogelijkheid op een eenvoudige wijze uw fitheid te verbeteren. Het is geschikt voor alle leeftijden; daarbij kunt u kiezen uit verschillende niveau's. We wandelen meestal in een mooie natuurlijke omgeving. Voor Nordic wandelen, met speciale stokken, moet u de basistechniek beheersen. Die leert u in een basiscursus van 6 weken. Zowel met sportief wandelen als met Nordic wandelen kunt u ook meedoen aan georganiseerde wandeltochten.



Wedstrijdsport

Als u maximale prestaties nastreeft zijn er uitgebreide trainingsprogramma's voor:

- korte -, middenlange- en lange-afstandslopers
- technische atletieknummers
- fietsen (als onderdeel van de triatlon)
- zwemmen (als onderdeel van de triatlon)

De looptrainingen vinden plaats op de baan, in het bos en op de weg. Voor de fietstrainingen wordt gebruik gemaakt van de openbare weg (wielrennen) en de bossen (mountainbiken) rondom Amersfoort. Al deze trainingen worden verzorgd door Atletiekunie en NTB opgeleide trainers.

