

Informatieboekje (nieuwe) leden



S.T.G de Pinguïns

S.T.G de Pinguïns

Informatieblad voor
nieuwe leden
Versie 1
september 2022

Redactie:

Bestuur S.T.G. de Pinguïns

Fonterbuorren 26
9011 XK Jirnsum
0566-840508

INHOUDSOPGAVE

1. Algemene gegevens	1
2. Lidmaatschap	3
3. Trainingen	5
4. Wedstijden	8
5. Kleding	10
6. Nieuwsbrief	11
7. Website	12
8. Jaarvergadering	13
9. Activiteitencommissie	14
10. Diversen	15

Website:

www.depinguins.nl

Contact:

Bestuur.secretariaat@depinguins.nl

1. Algemene gegevens

STG De Pinguïns

De Pinguïns is een schaatstrainingsgroep met de voormalige gemeente Boarnsterhim als basis. Ze richt zich primair op de schaatssport. Bij de Pinguïns kun je in verschillende leeftijdscategorieën trainen en wedstrijden schaatsen. In de zomer zijn er droogtrainingen op het veld van Meinga in Grou. Daarnaast kun je ook nog kiezen voor skeelertrainingen in Grou.

Bestuursleden:

Voorzitter:	Haaije Jorritsma e-mail: bestuur.voorzitter@depinguins.nl
Secretaris:	Jolanda Dalhuizen e-mail: bestuur.secretariaat@depinguins.nl
Penningmeester:	Sieger Rinsma e-mail: bestuur.peningmeester@depinguins.nl
Leden:	Wilger Poiesz

Werkgroepen/coördinatoren:

Trainerscoördinator:	Roelof Burghoorn e-mail: bestuur.trainerscoordinator@depinguins.nl
Wedstrijdsecretariaat:	vacant e-mail: bestuur.wedstrijdsecretariaat@depinguins.nl
Ledenadministratie:	Tjitske Brouwer e-mail: bestuur ledenadministratie@depinguins.nl
Activiteitencoördinator:	Gerda Minke Adema & Anke van der Wey bestuur.activiteitencoordinator@depinguins.nl

Sponsorcommissie: Vacant

Kleding beheer: Geert Baar
geertbaar@gmail.com
06-43444892

Web beheer: Geert Jan Slot

Facebook beheer: Tjitske Brouwer

Contactpersonen:

Baancommissie Heerenveen: Jetty de Boer

Jeugdschaatsen: vacant

Jury coördinator groep 1: Jetty de Boer

Vertrouwenspersoon

Als vereniging hechten wij aan een veilig sportklimaat. Binnen onze vereniging kennen wij al een aantal jaren een vertrouwenspersoon. Dat is Jan Jansen (huisarts Sybrandabuorren). Jan Jansen is lid van onze vereniging en bereikbaar op nummer 0515-521573. Je kunt bij hem terecht als je vragen of signalen hebt over seksuele intimidatie of ander grensoverschrijdend gedrag, zoals agressie of geweld, pesten en uitsluiting of een andere vorm van intimidatie. Gesprekken die je aangaat, vallen desgewenst, onder geheimhouding. Ook kan ieder lid gebruik maken van de vertrouwenspersoon van de KNSB (ook daar wordt alle informatie strikt vertrouwelijk behandeld). Informatie hierover is te vinden op de website van de KNSB. Wij proberen in de vereniging ook nog één of meer vertrouwenscontactpersonen te werven, die als (laagdrempelig) eerste aanspreekpunt kunnen functioneren en ook en rol kunnen spelen bij het voorkomen van grensoverschrijdend gedrag (preventie).

2. Lidmaatschap

Proeflessen/training:

Lijkt het je leuk om je aan te sluiten bij onze vereniging maar twijfel je nog. Neem dan voor een proeftraining contact op met ons.

Kosten:

Contributie:

De kosten bestaan uit verschillende onderdelen, te weten; contributie voor de club, trainingszegels/abbonnement en afdracht aan de KNSB en Gewest Fryslân. Deze kosten worden door de club geïncasseerd.

De contributie is afhankelijk van de categorie en wordt per jaar geïncasseerd:

Categorie	Contributie
Jeugdschaatsen	€20,00
Pupil (t/m 12 jaar)	€80,00
Junior C (13-14 jaar)	€85,00
Junior B (15-16 jaar)	€85,00
Junior A (17-18 jaar)	€85,00
Ouder dan 18 jaar	€90,00

De contributie wordt vooral gebruikt om de kosten van de trainers te vergoeden. Bij meerdere leden uit één gezin, krijgt men €5,00 korting vanaf het 2^e lid.

Trainingszegels/abbonnement:

Dit geld gaat naar de baancommissies (zij huren hiervoor de baan).

Train je vaker per week, bijvoorbeeld 2x, dan zijn ook de kosten keer 2.

Tarieven **Elfstedenthal** 2022/2023:

	Kosten ± 22 trainingen
Jeugdschaatsen	€ 79,00
Pupillen (F,E,D < 10 jaar)	€ 79,00
Pupillen (C,B,A ≥ 10 jaar)	€ 89,00
Junioren B en C	€ 110,00
Junioren A en ouder	€ 129,00
Marathon uur	€ 193,00
Begeleiderspas	€ 15,00 borg

Tarieven Thialf 2022/2023:

	Kosten 20 trainingen
Pupillen A t/mF	71 euro
Junioren B en C	96 euro
Junioren A	107,50 euro
(neo) senioren 19 t/m 22 jaar	126 euro
Senioren/masters	126,-
Borg voor toegangspas	7,50 euro
Activeren begeleiderspas	7,50 euro

Aanvullende kosten:

- Begeleiderspas/Schaatspas Elfstedenhal € 15,- borg per kaart
- Begeleiderspas/Schaatspas Thialf €7,50 per kaart
- Indoorjas (verplicht tijdens training) € 50,-
- De KNSB afdracht is voor ieder lid onder 18 jaar €10,- en vanaf 18 jaar €14,-
- De afdracht aan het Gewest Fryslân is € 10,- voor alle leden die op de 400 meter baan trainen.

De contributie geeft je tevens recht op de zomertrainingen, zoals die worden aangeboden. Als je alleen zomerlid bent dan bedragen de kosten hiervoor € 45,00 (inclusief KNSB afdracht).

Wil je met wedstrijden mee doen dan heb je een wedstrijdlicentie nodig. De kosten voor deze licentie, dien je zelf aan de KNSB te betalen. Je moet deze licentie zelf aanvragen op:

<https://knsb.nl/algemeen/aanschaf-wedstrijdlicentie/>

Beëindiging lidmaatschap:

Je lidmaatschap opzeggen kan door *voor 1 april* het formulier, welke te vinden is op de website onder het kopje *lidmaatschap*, in te vullen en te mailen of op te sturen naar de secretaris Jolanda Dalhuizen.

Indien na deze datum wordt opgezegd zal de contributie van het komende seizoen en de aan KNSB verschuldigde kosten, bij het lid worden geïncasseerd.

3. Trainingen

Trainingsgroepen/leeftijdsindeling:

Leeftijd	Categorie
t/m 7 jaar	Pupillen F
8	Pupillen E
9	Pupillen D
10	Pupillen C
11	Pupillen B
12	Pupillen A
13 t/m 14	Junioren C
15 t/m 16	Junioren B
17 t/m 18	Junioren A
19 t/m 22	Neo-junioren
23 t/m 38	Senioren
39 t/m 100	Masters

Peildatum 1 juli

Trainingstijden:

Zomertraining:

Op dinsdagavond is er voor alle leeftijdsgroepen droogtraining op Meinga te Grou. Deze training start om 19.00 uur en eindigt om 20.30 uur.

Op donderdagavond is er skeelertraining op Play Skate Court te Grou. Voor de jeugschaatsers en startende pupillen is de training van 18.00 uur tot 18.45 uur. Voor de ervaren pupillen en de junioren is deze training van 19.00 uur tot 20.00 uur.

Op vrijdagavond is er voor de senioren en junioren vanaf 14 jaar een fietsgroep. Zij starten om 19.00 uur bij de sporthal de Twine te Grou.

De start van het zomerseizoen en de vakanties worden via de nieuwsbrief gecommuniceerd met de leden.

Trainingstijden Elfstedenhal:

Trainingsuur		
7.1 zaterdag	A junioren en ouder	8.10- 9.10
7.1 zaterdag (30*60/binnenbaan)	Jeugdschaatsen	8.10 - 9.10
7.2 zaterdag (buitenbaan)	Startende pupillen	16.00- 17.00
7.2 zaterdag (30*60/binnenbaan)	Jeugdschaatsen	16.00 -17.00
7.3 zaterdag (buitenbaan)	Ervaren pupillen	17.15 - 18.15
7.3 zaterdag (30*60/binnenbaan)	Jeugdschaatsen	17.00 - 18.00
7.4 zaterdag (buitenbaan)	Junioren	18.30 - 19.30
7.4 zaterdag (30*60/binnenbaan)	Jeugdschaatsen	18.15 - 19.15
4.2 woensdag (marathonuur)	A junioren en ouder	18.25 – 19.55
5.1 donderdag (30*60/binnenbaan)	Jeugdschaatsen	17.35 – 18.35

Trainingstijden Thialf:

Trainingsuur		
3.2 dinsdag	A junioren en ouder	19.00-20.00
4.1 woensdag	Pupillen	17.45 – 18.45
4.2 woensdag	C/B en A junioren	19.00 – 20.00
6.2 vrijdag	A junioren en ouder	19.00 – 20.00
6.3 vrijdag	Pupillen (333 mtr)	19.00 – 20.00

Jeugdschaatsen in de Elfstedenhal:

Voor kinderen t/m 11 jaar is er op het binnenterrein in de Elfstedenhal het jeugdschaatsen. Hier leren kinderen spelenderwijs om recht op de schaats te staan en pootje over te doen. Het schaatsen kan op easy gliders of op combinoren. Er zijn verschillende groepjes van verschillende verenigingen op de binnenbaan, waarbij bij de indeling gekeken wordt dat iedereen ongeveer hetzelfde kan. Om de paar weken wordt gekeken of je misschien alweer een groepje verder kunt en 2x per jaar worden er 'proefjes' gedaan, waarbij de vorderingen worden vastgelegd voor op een echt diploma, wat je aan het eind van schaatsseizoen krijgt. Als je alle groepjes op de binnenbaan doorlopen hebt en op 'gewone' noren kunt schaatsen, is het tijd voor de overstap naar de buitenbaan. Hier kom

je bij een groep met (alleen maar) leden van onze vereniging. Soms is dit op een ander tijdstip, dan waarop je op de binnenbaan trainde. Dit heeft te maken met de verschillende niveaus (lees schaatsvaardigheid en snelheid)

Sven Kramer academy in Heerenveen:

Voor iedereen die wil leren schaatsen heeft de Sven Kramer academy in Heerenveen verschillende mogelijkheden om bij een groep aan te sluiten. Ook hier is het mogelijk om halverwege en aan het eind van het seizoen de overstap naar een trainingsgroep van onze vereniging te maken. Daarnaast is het mogelijk om in de winter te schaatsen bij de Sven Kramer academy en in de zomer mee te doen aan de droog- en skeelertraining van onze vereniging in Grou.

Afmelden voor een training:

Voor de meeste trainingsgroepen is er een groepsapp waar je je kunt afmelden voor de training, vraag hiernaar bij je trainer. Voor het jeugdschaatsen kun je je alleen een week van te voren tijdens de training afmelden.

4. Wedstrijden

Het meedoen aan wedstrijden is niet verplicht. Wel vinden wij het als vereniging leuk als onze leden geregeld aan wedstrijden meedoen. Zo kun je kijken of al die trainingen ook betere prestaties opleveren

Aanmelden:

Wedstrijden, georganiseerd door de baancommissie Elfstedenhal en Thialf, zijn toegankelijk voor rijders die of de Elfstedenhal of Thialf als hun thuisbaan hebben. Het inschrijfgeld (2022/2023) is per wedstrijd:

- Pupillen: € 8,-*
- Junioren C/B: € 11,-*
- Junioren C/B 3000m: € 13,- *
- Junioren A en ouder: € 13,-*
- Junioren A en ouder 3000m € 15,- *
- Junioren A en ouder 5000m € 15,-*
- Externe rijden/rijders zonder baankaart € 28,-* *)

+0,40 voor de betalingsprovider

Dit geldt voor schaatsers die een trainingszegel van de BC-11S of BC-Thialf hebben. Het inschrijfsysteem is te bereiken via deze link: inschrijven.nl.

Tevens staat daar meer informatie over de wedstrijd.

Licentie:

Om mee te doen aan wedstrijden heb je dus een wedstrijd licentie nodig.

De kosten van een licentie per jaar zijn:

- | | |
|--------------|--------|
| - ≤12 jaar | €11,75 |
| - 13-18 jaar | €26,50 |
| - > 18 jaar | €44,00 |

Je moet deze licentie zelf aanvragen op:

<https://knsb.nl/algemeen/aanschaf-wedstrijdlicentie/>

Deelname aan wedstrijden:

Wanneer je jezelf in wilt schrijven voor een wedstrijd doe dat via inschrijven.nl. Hier kies je voor de discipline langebaan en vervolgens de ijsbaan Thialf of Elfstedehal. Je krijgt nu de wedstrijdagenda van de gekozen baan te zien. Wanneer je een wedstrijd kiest, kun je bij de extra informatie zien voor wie de wedstrijd is bedoeld.

De Clubwedstrijden in Thialf zijn in groep 1 en 2 verdeeld. Wij als vereniging mogen de wedstrijden schaatsen van groep 1.

Aandachtspunten wedstrijden:

Iedereen is verplicht om zelf wedstrijdbandjes te hebben en voor de wedstrijd de goede kleur om je rechter bovenarm te plaatsen. De kleur van het armbandje staat op de startlijst voor de naam van de deelnemer.

Schaatscircuit

Verder worden er in de Elfstedehal wedstrijden georganiseerd vanuit schaatscircuit. Aan deze wedstrijd kunnen alleen leden van Schaatscircuit.nl deelnemen. Als de melding 'The specified license is not allowed' getoond wordt, betekent dit dat je (nog) geen lid bent van Schaatscircuit.nl. Ga daarvoor eerst naar www.schaatscircuit.nl en meld je aan als lid. Dan mag je meedoen.

Recordwedstrijden

Dit zijn wedstrijden voor de oudste pupillen waar heel Nederland aan mee mag doen. De inschrijvingskosten hiervoor zijn veel hoger. Op Schaatsen.nl staan deze wedstrijden aangegeven.

5. Kleding

Zomertrainingen

Droogtraining:

- T-shirt, korte broek, sportschoenen

bij regen gaat de training gewoon door, dus eventueel extra meenemen:

- trainingspak, regenjack, eventueel droge kleding voor na afloop

Skeelertraining:

Tijdens de skeelertraining is het dragen van bescherming (knie-, elleboog- en polsbescherming) en een helm verplicht. Verder draag je afhankelijk van het weer een t-shirt en korte broek en zijn skeelers natuurlijk onmisbaar.

Schaatstraining:

Op beide ijsbanen is het dragen van schaatshelm en handschoenen verplicht. Verder is het voor de trainers handig wanneer iedereen de indoorjas van de Pinguïns draagt. Ook zijn er salopettes van de Pinguïns, passend bij de indoorjassen.

Alleen aan het begin van het winterseizoen is er de gelegenheid tot het passen van de schaatskleding en kan deze besteld worden via de vereniging. Dit pasmoment vindt normaal gesproken plaats in de eerste week na de zomervakantie (basisscholen) en wordt gecommuniceerd via de nieuwsbrief. Geert Baar is onze contactpersoon betreffende de kleding beheer. Hij heeft ook vaak 2^e handskleding beschikbaar en bemiddeld tussen leden onderling bij de aankoop en verkoop van schaatskleding. Zijn contactgegevens zijn terug te vinden in dit boekje op blz. 2.

Materiaalkeuze:

Het kiezen van het juiste materiaal is altijd lastig, vooral als je net begint met schaatsen. Onze trainers zijn altijd bereid om je advies te geven qua materiaal. Schaatsen huren kan vooral voor jeugdleden een goede optie zijn. Een bekend adres hiervoor is Sportshop Haico Bouma in Oudehaske.

6. Nieuwsbrief

Ongeveer 1x in de 1 à 2 maanden ontvangen de leden een nieuwsbrief. Hierin plaatsen we nieuws, wedstrijdverslagen, bijzondere gebeurtenissen, andere leuke ingezonden stukjes en foto's van wedstrijden, trainingen of andere leuke activiteiten.

Heb je iets leuks voor in de nieuwsbrief dan kun je dit (bij voorkeur in een word-document) opsturen naar: bestuur.secretariaat@depinguins.nl

Privacy:

Heb je er bezwaar tegen dat jij of 1 van je kinderen met een foto in de nieuwsbrief komt dan vragen we je dit door te geven via de mail. Deze mail mag naar: bestuur.secretariaat@depinguins.nl

Nieuwsbrief redactie: Jolanda Dalhuizen

7. Website

Op onze website www.depinguins.nl vind je actuele informatie over S.T.G. de Pinguïns. Je vindt hier meer informatie over de trainingen, zoals het overzicht aanvang, uitval en laatste trainingen van beide ijshallen. Ook het laatste nieuws is te vinden op onze site.

Verder is het leuk om de facebookpagina van onze vereniging in de gaten te houden. Hierop vind je ook het laatste nieuws betreffende trainingen, uitslagen van wedstrijden en foto's van de activiteiten.

Web beheer: Geert Jan Slot

Facebook beheer: Tjitske Brouwer

8. Jaarvergadering

Eenmaal per jaar vindt de Algemene Leden vergadering plaats. De uitnodiging voor deze vergadering wordt via een mailing aan de leden bekend gemaakt.

De uitgewerkte notulen worden per email met de leden gedeeld.

9. Activiteitencommissie

We hebben binnen onze vereniging ook een activiteitencommissie. Deze commissie organiseert gedurende het seizoen verschillende activiteiten zoals bijvoorbeeld een skeelerclinic, gezellig activiteit voor jong en oud met een hapje en een drankje etc. Ook bij de organisatie van onze jaarlijkse clubwedstrijd in de Elfstedenhal is onze activiteitencommissie betrokken.

De activiteitencommissie bestaat op dit moment uit:

- Gerda Minke Adema
- Anke van der Weij

Het email adres waarop je deze dames kunt bereiken is:

bestuur.activiteitencoordinator@depinguins.nl

10. Diversen

Jeugdfonds Sport & Cultuur Friesland

Het Jeugdfonds Sport & Cultuur Friesland betaalt de contributie / het lesgeld voor kinderen en jongeren uit gezinnen waar te weinig geld is voor een sportclub, muziek- of dansles, schilderen, theaterschool of een andere creatieve cursus. Voor die kinderen betalen zij de benodigde contributie en leselden en eventuele kleding en attributen. Zijn er meerdere kinderen in uw gezin die iets willen doen? Geen probleem! Aanvragen kunnen door zowel ouders als intermediairs (bijvoorbeeld gebiedsteammedewerker, buurtsportcoach, leerkracht, huisarts, schuldhulpverlener, enz.) gedaan worden via www.samenvoorallekinderen.nl.