



VLAAMSE WIELERSCHOOL

Provincie Antwerpen

Voor het werkjaar 2022-2023 heeft de Vlaamse Wielerschool provincie Antwerpen een aantal wielerkampen op het programma staan. We hebben een gevarieerd aanbod waar iedereen naar hartenlust zijn/haar wielerschoolpassie kan uitoefenen.

Meer info en inschrijven via onze website www.vlaamsewielerschool.be, dan doorklikken naar 'Activiteiten' en provincie Antwerpen selecteren. We sturen na je inschrijving binnen de week nog een bevestigingsmailtje. De inschrijving is pas definitief na betaling. Je kan achteraf nog annuleren, mits afhouding van kosten (voorwaarden op aanvraag).

Ongeveer een week vooraf krijg je een mail met enkele praktische afspraken.

Herfststage CX/MTB voor U12 & U15

Wanneer: herfstvakantie (02-03-04 november 2022)

Voor wie: alle sportieve jongeren geboren in 2009-2010-2011 (= U15) en 2012-2013-2014-2015 (= U12)

Voor-opvang: vanaf 8u30

Actieve uren: van 9 tot 16u

Na-opvang: tot 16u30

Plaats: gebouw Vlaamse Wielerschool "Provincie Antwerpen"

Programma :

Bijleren en aanscherpen van vaardigheden zoals op- en afspringen, dragen van de fiets, hindernissen nemen, bochtentechniek enz. Maar we geven ook tips over kledij, voeding, trainingsleer, reglementen enz.

Kostprijs:

* leden Vlaamse Wielerschool €45

* niet-leden €60

Graag overschrijven op BE67 7330 0585 4887 met vermelding van uw naam + 'stage CX/MTB herfst 2022'

Wij reiken voor dit kamp een fiscaal attest uit.



Winterpret voor U12 & U15

Wanneer: kerstvakantie (28-29 december 2022)

Voor wie: alle sportieve jongeren geboren in 2009-2010-2011 (= U15) en 2012-2013-2014-2015 (= U12)

Voor-opvang: vanaf 8u30

Actieve uren: van 9 tot 16u

Na-opvang: tot 16u30

Plaats: gebouw Vlaamse Wielerschool "Provincie Antwerpen"

Programma :

We hebben een attractief en afwisselend programma opgesteld. Bij de aspiranten/U15 (2009-2010-2011) ligt de nadruk op het conditionele met enkele prachtige lange off-road ritten. Bij de miniemen/U12 (2012-2013-2014-2015) zal het fietsplezier voorop staan waarbij de verschillende crosstechnieken in spelvorm ingeoeffend worden.

Kostprijs:

* leden Vlaamse Wielerschool €30

* niet-leden €40

Graag overschrijven op BE67 7330 0585 4887 met vermelding van uw naam + 'Winterpret 2022'

Wij reiken voor dit kamp een fiscaal attest uit.

Winterpret voor U8 (Micro's)

Wanneer: kerstvakantie (28-29 december 2022)

Voor wie: alle kinderen geboren in 2016-2017

Actieve uren: van 10 tot 11u

Plaats: gebouw Vlaamse Wielerschool "Provincie Antwerpen"

Programma :

Fietsplezier! Onze enthousiaste en ervaren trainers voorzien een aangepast programma op maat van jonge kinderen. Iedereen rijdt indien mogelijk op zijn of haar eigen fiets. Dat kan een MTB of crossfiets zijn, maar mag evengoed een 'gewone' stadsfiets zijn. Voorwaarde is wel dat het kind zelfstandig kan fietsen (dus ook zonder zijwieltjes). Kan je zelf jouw eigen fiets niet meebrengen, of wil je graag eens op een echte MTB rijden? Geen probleem, je kan er bij ons eentje huren om te gebruiken tijdens de training aan 5 euro per keer.

Kostprijs: € 10. Graag overschrijven op BE67 7330 0585 4887 met vermelding van uw naam + 'U8 Winterpret 2022'



Bike Adventure Weekend voor U12 & U15

Wanneer: 21-22 januari 2023

Voor wie: alle sportieve jongeren geboren in 2009-2010-2011 (= U15) en 2012-2013-2014-2015 (= U12)

Plaats: Heibrand, Wijngaardstraat 30 te Westmalle (met 1 overnachting)

Programma :

Met ons Bike Adventure Weekend koppelen we enkele off-road ritten aan een pittig uitgekiend trainingsprogramma en enkele fietsspelen. Wij rijden met onze gravelfiets, cyclocrossfiets of MTB op gravel-, grind-, bos- en asfaltwegen in en om Westmalle (oa. in Drieboompjesberg).

Kostprijs:

* leden Vlaamse Wielerschool €80

* niet-leden €90

Graag overschrijven op BE67 7330 0585 4887 met vermelding van uw naam + 'BAW U12/U15'

Wij reiken voor dit kamp een fiscaal attest uit.

Bike Adventure Weekend voor U17/U19/U23/Elite

Wanneer: 21-22 januari 2023

Voor wie: alle sportieve jongeren geboren in 2008 of vroeger

Plaats: Heibrand, Wijngaardstraat 30 te Westmalle (met 1 overnachting)

Programma :

Met ons Bike Adventure Weekend koppelen we de Gravel-rage aan een pittig uitgekiend trainingsprogramma. Wij rijden met onze gravelfiets, cyclocrossfiets of MTB over gravel-, grind-, bos- en asfaltwegen vanuit Westmalle doorheen de Kempen. Zaterdag namiddag volgt nog een cyclocrosstraining in de bossen van Drieboompjesberg. Kortom: qua beleving 3 prachtige off-road tochten, qua training 2 langeduurtrainingen en 1 cyclocrosstraining.

Kostprijs:

* leden Vlaamse Wielerschool €80

* niet-leden €90

Graag overschrijven op BE67 7330 0585 4887 met vermelding van uw naam + 'BAW 15plus'



Paasstage voor U12 & U15

Wanneer: Paasvakantie (04-05-06 april 2023)

Voor wie: alle sportieve jongeren geboren in 2009-2010-2011 (= U15) en 2012-2013-2014-2015 (= U12)

Voor-opvang: vanaf 8u30

Actieve uren: van 9 tot 16u

Na-opvang: tot 16u30

Plaats: gebouw Vlaamse Wielerschool "Provincie Antwerpen"

Wat: De verschillende aspecten van het fietsen en koersen op de weg worden aangeleerd en ingeoeffend. Niet alleen het fietsen staat centraal, maar ook hetgeen er bij komt kijken zoals bv. onderhoud van de fiets. Alles wordt overgoten met een sausje van (fiets)spelletjes en plezier maken.

Kostprijs:

* leden Vlaamse Wielerschool €45

* niet-leden €60

Graag overschrijven op BE67 7330 0585 4887 met vermelding van uw naam + 'Paasstage 2023'

Wij reiken voor dit kamp een fiscaal attest uit.

34^{ste} Ronde van de Vlaamse Wielerschool voor U15

Wanneer: van maandag 3 juli tem. vrijdag 7 juli 2023

Voor wie: alle wielerschool-geïnteresseerde jongeren geboren in 2009-2010-2011

Plaats: Jeugdherberg 'Ardennen Eifel' te St-Vith (internaat)

Vertrek en aankomst Circuit Zolder

Programma: De 34^{ste} Ronde van de Vlaamse Wielerschool voor aspiranten/U15 (geboren in 2009-2010-2011) staat dit jaar in het teken van de Tour de France. Voor alle jonge renners bieden wij deze unieke beleving om te ervaren wat het is om een grote ronde te rijden. We vertrekken vanuit Limburg richting St-Vith voor de eerste lastige rit.

De Ronde van de Vlaamse Wielerschool blijft zoals in het verleden geen wedstrijd, maar een geleide extensieve duurtocht met daarin recreatieve fietsproeven die tellen voor een klassement waaraan een gele trui is verbonden voor alle leeftijdscategorieën.

De zware inspanningen worden beloond met de nodige ontspanning, met oa. een bezoek aan Plopsa Co!

Kostprijs: (inbegrepen: overnachtingen, maaltijden, drank, ...)

- leden Vlaamse Wielerschool: €285

- niet-leden: €310

Graag overschrijven op BE67 7330 0585 4887 met vermelding van uw naam + 'Ronde aspiranten 2023'

Wij reiken voor dit kamp een fiscaal attest uit.



21ste Ronde van de Vlaamse Wielerschool voor U12

Opgelet: enkel voor 9-10-11 jarigen!

Wanneer: van maandag 31 juli tem. vrijdag 4 augustus 2023

Voor wie: alle wielerschool-geïnteresseerde jongeren geboren in 2014-2013-2012

Plaats: Boswachtershuisje, Papedreef 1, 2260 Westerlo (internaat)

Programma: De 21ste Ronde van de Vlaamse Wielerschool voor junioren loopt ook dit jaar weer over Kempische wegen. Deze Ronde voor de junioren is net als die van de aspiranten geen wedstrijd, maar een geleide fietstocht met daarin vele leuke recreatieve fietsproeven die tellen voor een klassement waaraan een gele trui verbonden zit. Dit zowel voor de 9-10-11 jarigen (geboren in 2014-2013-2012). Alle dagen zijn doorspekt met heel wat ontspanning zoals sportspelen, quiz- en filmavonden.

Dagtochten van 35 tot 50 km bestaan uit een voormiddagrit, namiddagrit en een middagstop met een broodmaaltijd.

Kostprijs: (inbegrepen: overnachtingen, maaltijden, drank,...)

- leden Vlaamse Wielerschool: €285

- niet-leden: €310

Graag overschrijven op BE67 7330 0585 4887 met vermelding van uw naam + 'Ronde junioren 2023'

Wij rekenen voor dit kamp een fiscaal attest uit.

