

Verslag TC 2019

2018-2019 is de Technische Commissie een andere koers gaan varen. Idske Meijer is vanuit de TC de vertrouwenspersoon naar atleten, ouders en trainers. Tim Verlaan is aangesteld als trainerscoördinator, die de technische lijnen binnen de trainingen voor de pupillentrainers uitzet. Rick Duifhuis is het contactpersoon naar het bestuur en heeft de zorg voor de organisatorische zaken. De huidige opzet is positief ontvangen. Het afgelopen jaar heeft de nieuwe opzet veel resultaat gehad, de trainingen worden intensiever en specifiekier aangeboden, de trainers werken met een periodisering richting de wedstrijden en het aantal deelnemers voor de verschillende wedstrijden neemt toe.

Naast een aantal junioren zijn er ook een aantal ouders enthousiast geworden om de rol van trainer op zich te nemen. Een positieve ontwikkeling voor onze trainersgroep. Tamara en Paulien zijn gestart met de basisatletiektrainer niveau 3, Paulien heeft deze in juni afgerond!

Crosscompetitie jeugd

De 1^e crosscompetitie bij AKU voor de jeugd was weer een groot succes, er stonden weer veel enthousiaste deelnemers aan de start. Na de drie voorrondes in Uithoorn, Santpoot en Bussum hebben 18 jeugdleden en twee ploegen zich weten te plaatsten voor de finale in Warmenhuizen.

Indoor Apeldoorn

In maart hebben weer veel pupillen deelgenomen aan de nationale indoor wedstrijd in Apeldoorn. Een prachtige wedstrijd waar onze toppers veel persoonlijke records hebben behaald en erg veel plezier hebben gehad. Roel Verlaan eindigde op 2^e plaats bij de mini pupillen. In 2020 proberen we hier nog meer aandacht aan te besteden.

Baancompetitie

De baancompetitie werd bij AKU druk bezocht en hier lieten onze atleten zien dat de trainers van AKU specifiekier en intensiever training geven. Tijdens de estafettes lieten de teams zich goed van voren zien met mooie scherpe wissels en werden er veel goede resultaten behaald. Na de drie voorrondes in Amstelveen, Uithoorn en Amsterdam hebben Roel (4^e), Florian (4^e) en Esmee (5^e) zich weten te plaatsen voor de finale in Heerhugowaard.

2020 staat in het teken om in de breedte meer atleten aan de start te krijgen voor de competitie wedstrijden. Naast de individuele strijd is het ook heel mooi om in een team deel te nemen aan de wedstrijden.

Nederlandse Kampioenschappen

Ook dit jaar hebben ook een aantal AKU leden deelgenomen aan de Nederlandse Kampioenschappen indoor en outdoor. Bram Anderiessen liet indoor zien dat hij in topvorm was en plaatste zich bij het NK op de 3000 meter voor de Europese Kampioenschappen, een geweldige prestatie!!! In het outdoor seizoen plaatste Bram zich voor de Europese Kampioenschappen U22.

Kirsten Otten behaalde bij het NK junioren op de 800 meter een knappe zilveren medaille.

Trainersclinics

Ook dit jaar zijn de AKU trainers actief geweest met het volgen van clinics. Intern zijn een aantal clinics aangeboden waar er dieper op bepaalde oefenvormen is ingaan. Nieuwe technieken en oefenvormen zorgden weer voor nieuwe kennis en energie!

Als afsluiting van het jaar zijn alle trainers weer gaan beachvolleyballen bij de Beach. Een erg gezellige en sportieve afsluiting van het jaar. Een blijk van waardering voor onze trainers die iedere week met veel energie en passie op de baan staan, zeer waardevol!!!