

Welke stappen doorloop je tijdens je 1^e sportdag!

Allereerst leuk dat jullie meedoen. Via de website is de inschrijving ontvangen en verwerkt in onze planning. Bij deze wat je mag verwachten tijdens die 1^e opstapdag motorrijden.

1. Bevestiging/ info:

Enkele dagen voor de sportdag krijg je een App bericht met informatie: hoe laat je waar wordt verwacht, waar je gratis parkeert en of je zaken vanaf huis mee brengt.

2. Melden dat je er bent, op de sportdag:

Als je aankomt op de sportlocatie, loop je naar de RACE-KIDS minitruck. De RACE-KIDS officials zijn vaak daar en helpen je verder. Vraag bij twijfel waar je de official treft. Bij de 'inschrijf- official', vermeld je rijdernaam. Zodra de verplichting (betaling) is geregeld, krijg je door in welke groep je deelneemt en op welke motore n wie je begeleider is. Op basis van de maten die je via het webformulier hebt ingevoerd is je outfit gereserveerd. Je krijgt een nummer door van je kledingbox en je race-overall. Je kan op het tijdschema (die opgehangen is) zien hoe jouw persoonlijke tijdschema wordt. Op het overzicht op het notitie bord kan je altijd weer nazien welke groep, welke bike en op welke tijden je gaat rijden. Het nummer van de bike staat op het voorspatbord of op de tank weergegeven.

3. Briefing:

Voor de nieuwkomers is er door de trainer van die groep een briefing met uitleg over hoe de motor te gebruiken. Ook krijgen de begeleiders (ouders) te zien hoe zij in de 1^e rijssessie actief de opstapper begeleiden. Deze briefing is ruim voor jullie 1^e rijssessie.

4. Methode van de 1^e rijssessie:

Nu waar het allemaal om begonnen is, het rijden! De trainers weten als geen ander om te gaan met de gezonde spanning die de rijder zal voelen. Maar om de 1^e spanning weg te nemen is hulp van de ouder nodig. Daarom loop jij als ouder de eerste meters naast je kind mee. Trek wel even een hesje aan, die we uitdelen aan je, zodat je goed zichtbaar bent voor alle rijders als je op het parcours meeloopt. Je doet aanvang 1^e sessie het noodstop-koord om je pols. Als je aan het koord trekt, of als je kind teveel gas geeft en van je wegrijdt, verbreekt het contact en slaat de motor af. Verloopt het prima dan hol je even mee. Zodra je kind begrijpt wat kijken, rem- en gas-dosering inhoud, mag het zelfstandig verder rijden. Je hoeft dan niet meer mee te lopen. Je doet dan het koord om de linker arm van de rijder. De trainer beslist samen met jou. Als ouder blijf je op het parcours aan de binnenzijde van een bocht kijken en observeren (als BaCo). Let op het draaien van het hoofd en gebruik van de (voor-)rem door je kind (of de andere kinderen).



5. De andere sessies meehelpen <> meer plezier en veiligheid:

Tijdens de eerste sessie ben je als ouder al actief bezig geweest met je kind. Dank daarvoor. Als meelopen niet meer nodig is blijf je toch actief betrokken tijdens de opvolgende rijssessies van je kind. Dat is super leuk en leerzamer voor je kind. Je beleeft ook veel intenser het sportplezier samen. En zo houden we de begeleidingskosten in de hand. Je kan met meerdere taken helpen, als assistent trainer die de kinderen aanwijzingen toont, als BaCo of EHBO-er of dat je zorgt voor tijdig starten en stoppen.

De RACE-KIDS official blijven verantwoordelijk voor de gang van zaken in en rondom de groep, maar jouw hulp is gewoon ook nodig voor de veiligheid en plezier van elk kind.

De meeste ouders zullen dus als BaCo meehelpen. Dat wil zeggen **toezicht houden**. Dat lukt met een vlag bij de hand en daarmee ga je op een aangegeven positie staan. Door meerdere ouders te verdelen over het circuit zijn de BaCo-posten bezet.

De taak is om bij een pechgeval de vlag te tonen en de rijder en motor veilig te stellen. Bij toezicht houden (als BaCo) zijn 3 dingen van doorslaggevend belang:

- Zorg voor jouw eigen veiligheid, op je BaCo positie moet je niet aangereiden kunnen worden (ga dus veilig, mogelijk achter een 'boarding', staan)
- Kijk even hoe je dat lukt. Vraag bij twijfel de trainer! Maar hou altijd zicht op aankomende rijders, ook al blijf je jouw eigen kind willen observeren. Doel van de BaCo is namelijk de rijder die stil komt te staan van de rijlijn verplaatsen. Maar om dat veilig te kunnen doen moeten aankomende rijders met vlag aangespoord worden rustiger te rijden omdat er 'gevaar' dreigt. Als dat is gelukt, kan de (uit-)gevallen rijder/motor worden verplaatst.
- Lees voor je 1^e rijssessie, bij voorkeur thuis, even de BaCo richtlijnen door.



6. Besprekingen voor en na de sessies:

Doorgaans zijn er 5 rijssessies op een sportdag. Na iedere rijssessie volgt er een bespreking met de rijders over wat lukte en wat nog anders geprobeerd kan worden. Zorg dat je kind die besprekingen bijwoont, als ouder mag je daar ook bij zijn.

7. Een 2^e, 3^e of 4^e opstap/ sportdag:

Na afloop van de sportdag krijgt je kind een aandenken. Maar wellicht valt er, op weg naar huis en thuis nog veel na te genieten. Dan komt wellicht ook de vraag; gaan we nog een keer deelnemen. Wij hopen dat jullie daar ja op zeggen!

Na de 4^e opstap-sportdag hoef je pas te kiezen om lid te worden. Dan mag je onbeperkt vaak komen deelnemen.

Het misschien wel als sport beoefenen.

Voor eigen outfit, laat ons een voorstel doen (met inruilopties bij groeifases)!

