



Jaargang 1, nummer 4: februari 2010

[www.frtcalmere.nl](http://www.frtcalmere.nl)

## Van de redactie:



Voor u ligt alweer de 4<sup>e</sup> editie van de Demarrage in nieuwe vorm. De redactie is blij met alle kopij en andere bijdragen. Nog blijer worden we van stukjes als MS Word document (Arial 10).

De definitieve uitvoering van deze nieuwsbrief is bijna bereikt, dus kleine wijzingen in de layout kunt u nog verwachten.

## Bestuur:

### ALV

Tijdens de ledenvergadering van 17 februari j.l. is, naast de gebruikelijke jaarstukken, ook het nieuwe clubtenue getoond. Met bijna volledige instemming van de leden wordt er vanaf seizoen 2010 gereden in:



### Almere MTB Tour voor slachtoffers Haïti

Zondag 7 maart is de 1<sup>e</sup> editie van Almere MTB Tour. Vanaf half november '09 is een aantal leden in een commissie actief om deze mtb-toertocht te organiseren. In overleg en met medewerking van Staatsbosbeheer, Het Flevolandschap en gemeente is een off-road route uitgezet van 25, 45 en 60 km door de diverse bosgebieden in en rond Almere.

De start is vanaf 9.00 t/m 10.00 uur bij Almere'90 en wordt verreden met voorachterrijders van onze eigen mtb-groep. Iedere mtb-liefhebber uit Almere en de regio kan 's morgens voor de start inschrijven.

Deelname voor Jeugd t/m 14 jaar gratis, en voor volwassenen € 5,- en NTFU leden € 4,-

Het dragen van een helm is verplicht.

Halfweg in het parcours is een verzorgingspost en bij terugkomst een kop erwtensoep in de kantine van Almere'90.

Supermarkt Deen-Tussen de Vaarten heeft spontaan krentenbollen en soep beschikbaar gesteld.

Wil jij ook actief zijn als voor- of achterrijder? Meld je dan aan bij Jeroen Kiestra via [j.kiestra@kpnplanet.nl](mailto:j.kiestra@kpnplanet.nl)

De baten van de Almere MTB Tour komen geheel ten goede aan de slachtoffers van de ramp in Haïti.

### NTFU Opleidingsaanbod 2010-02-09

Komend seizoen worden door de NTFU weer diverse opleidingen georganiseerd. Heeft u interesse om het trainers-/instructeursvak te leren, dan kunt u via de website van NTFU de opleidingsbrochure downloaden en direct het inschrijfformulier invullen. De opleidingen variëren van sporttechnische kaderopleidingen (fiets sportinstructeur MTB, Race en recreatief fietsen) tot opleiding organisator toerfietsevenementen.

Kosten voor opleiding worden via subsidie gemeente Almere gedeeltelijk vergoed. Wil je het kader van de vereniging uitbreiden neem vooraf contact op met bestuur.

### Thema-avonden in maart

De NTFU organiseert aan de start van het nieuwe wegseizoen een zestal thema bijeenkomsten door het land.

Thema's die aan bod komen zijn veiligheid, gezondheid en trainen naar de Tour de France met hulp van wielrenners uit de ploegen van Vacansoleil en Skil-Shimano.

Avonden zijn gratis voor NTFU leden. Per avond ongeveer 100 personen en vol = vol. Informatie over programma, locatie, tijden en inschrijving op [www.ntfu.nl/thema-avond](http://www.ntfu.nl/thema-avond).



## Exclusief NTFU sportmedisch pakket / sportkeuring

De NTFU heeft een samenwerking met diverse Sportmedisch adviescentra (SMA), een sportmedisch trainings- en begeleidingspakket samengesteld, exclusief voor NTFU-leden. De meeste zorgverzekeraars vergoeden sportmedische keuringen gedeeltelijk en soms geheel via het aanvullende pakket. Informatie kunt u vinden op [www.ntfu.nl/onderhoudjelijf](http://www.ntfu.nl/onderhoudjelijf)

## Fiets-Fit MTB- Race clinic.

Fiets- Fit is een halfjaarlijks terugkerend cursus voor beginners of gevorderde fietsers. 13 maart a.s. start de eerste van 6 trainingen voor race of mountainbike. De trainingen duren ongeveer 2 uur per keer en starten elke zaterdag om 10.00 uur bij Almere'90. De cursus is een initiatief van NTFU in samenwerking met Shimano, Bovag en Giant en wordt landelijk op meer dan 50 locaties verzorgd.

De trainingen worden verzorgd door gecertificeerde kaderleden met onze eigen vereniging en deelnemers betalen € 30,= voor de cursus van 6 weken. Informatie en/of inschrijven uitsluitend via [ww.fiets-fit.nl](http://ww.fiets-fit.nl)

## Activiteitencommissie:

### Openingsrit

Zondag 4 april 2010, starten we het nieuwe fietsseizoen, met de traditionele openingsrit. Vanuit alle afdelingen zal er een rit worden gefietst, die eindigt met een lunch op de "Kemphaan".

Voor meer informatie: [www.frtcalmere.nl/default.asp?PageID=67](http://www.frtcalmere.nl/default.asp?PageID=67)

## Activiteiten:

### AB Classic

Net als vorig jaar rijden wij ook dit jaar voor gehandicapte kinderen.

Zowel een pre-ride op 6 maart en 11 april als de Ab Classic op 24 april 2010 staan in het teken van het goede doel.

Wij hopen niet alleen op u bijdrage, maar ook op u deelname. Dit jaar is een Tombola aan de Ab Classic toegevoegd.

Voor verdere informatie en inschrijvingen, in de TEP. en website [www.abbarber.nl](http://www.abbarber.nl)

Met vriendelijke groeten,  
Stichting Pim & Ab Barber.



## Tulpenronde



Beste wielervrienden,

Hierbij willen we je/jullie uitnodigen voor de 3de Rabo Tulpenronde op zaterdag 24 april 2010.

Nieuw dit jaar zijn de drie afstanden van 65, 95 en 125 km.

Noteer de datum in de agenda en stuur deze mail door naar alle wielervrienden in je omgeving.

In de komende periode is er meer informatie te vinden op de site [www.tulpenronde.nl](http://www.tulpenronde.nl)

## Wedstrijdafdeling:

Vanaf 14 februari start de Midden-Nederland competitie voor de (dames)Nieuweligen, Dames Junioren, Belofte, Elite, Veteranen, en Amateurs A+B weer.

Vanaf 27 februari start de Costerborgh Midden-Nederland Competitie voor de jeugd van 8 t/m 14 jaar.

Voor de complete programma's zie de evenementen kalender of ga via de website naar

[www.frtcalmere.nl/default.asp?PageID=171](http://www.frtcalmere.nl/default.asp?PageID=171).

Voor info over beide competities mail met [wedstrijdcommissie@frtcalmere.nl](mailto:wedstrijdcommissie@frtcalmere.nl)

## Toerafdeling:

### Tellerklassement

Dit jaar willen we de registratie van de tellers voor het kilometerklassement



t anders gaan doen. Er komt een pagina op de website [www.frtcalmere.nl](http://www.frtcalmere.nl) waar de tellers door de deelnemers zelf ingevuld kan worden. Hier worden de gegevens als deelnemer, teller, teller serie nummer en huidige km stand gevraagd. Gedurende het seizoen, dat loopt van 1 maart tot de slotrit in oktober, zal er een aantal keer gevraagd worden om een tussenstand in te vullen. Je krijgt hier dan een uitnodiging voor via de demarrage.

Wij hopen dat op deze manier de drempel om mee te doen zo laag mogelijk is en we dus zo veel mogelijk deelnemers mogen ontvangen.

Hoe meer deelnemers, hoe meer je kan vergelijken wat een ander heeft gefietst, maar je doet dit natuurlijk vooral voor jezelf om te

kijken wat je over het hele jaar hebt gefietst.  
Alle leden van de hele FRTC Almere kunnen hier aan mee doen !!!

Er zullen steekproeven gehouden worden naar de geregistreerde tellers, dus je zal een van de commissieleden een aantal keer met een lijst zien lopen om te controleren.

Het toerklassement voor de toerfietsers zal nog op de traditionele manier gehouden worden, dus aan het begin en eind van de rit zullen de leden van de toercommissie de boekjes invullen en afstempelen.

Dus schrijf je vanaf 1 maart in op de website. Mocht je hier niet de gelegenheid voor hebben dan kan dit natuurlijk ook nog bij een van de commissieleden.

Namens de toercommissie iedereen een goed fietsseizoen, Laurens Bijl

