

Jaarverslag Aangepast wielrennen 2023

LTRV Swift is een vereniging voor iedereen die wil fietsen en daar is ook plaats voor gehandicaptensport. In 2014 er een groep aangepast wielrennen gestart bij LTRV Swift. Dit jaar hebben wij het negende seizoen met succes afgesloten.

De commissie aangepast wielrennen richt zich op twee verschillende doelgroepen: mensen met een lichamelijke beperking en mensen met een verstandelijke beperking, ongeacht hun leeftijd.

Bij de training is uiteraard bewegen het uitgangspunt, maar het plezier door samen te trainen en het plezier in het wielrennen zelf zijn de hoofddoelen. De training is gericht op het verhogen van de conditie en het verbeteren van wielrenvaardigheid, zowel individueel, als in de groep. Wij proberen dus het maximale uit de deelnemers te halen.

LTRV Swift heeft in 2018 het Keurmerk (on)beperkt sporten gekregen.

Het keurmerk (on)beperkt sporten staat symbool voor een toegankelijke sportvereniging, een vereniging die open staat voor mensen met een beperking. Het is er voor het beweegaanbod in de regio Leiden, om te laten zien dat sportverenigingen en beweegaanbieders open staan voor (sporten met) mensen met een beperking



Joop Zoetemelk Classic

Vijf zaterdagochtenden voorafgaand aan de Joop Zoetemelk Classic hebben wij getraind voor de 75 kilometer. De JZC op zaterdag 18 maart 2023 ging gelukkig weer door. Dit jaar hebben 5 deelnemers de 75 km gereden.

Eén deelnemer heeft met de driewieler 50 km gereden en een deelnemer heeft op de tandem 100 km gereden.

De JZC is seizoenopeningsrit en de start van het trainingsseizoen op de woensdagavond

Trainingen

Vanaf 22 maart tot en met 4 oktober 2023 hebben wij, behalve een korte zomerstop elke woensdagavond van 18:00 tot 19:00 uur getraind. Vaak op het parkoers, maar ook hebben wij dit jaar een flink aantal buitenritten gemaakt met de gehele groep. Dit wordt zeer gewaardeerd. Het accent ligt op samen fietsen en trainen.

Meerdere belangstellenden hebben 1 tot 3 drie keer vrijblijvend meegetraind en uiteindelijk hebben wij drie nieuwe lid mogen verwelkomen in 2023.

Begin dit jaar hebben wij van Swift-lid Koos van Schie een kleine tandem gekregen en deze is direct in gebruik genomen door een nieuw lid en piloot.

Daarnaast heeft een trainer individueel met een deelnemer van het aangepast wielrennen fietstochten met een tandem gemaakt. Gemiddeld hebben wij 10 deelnemers per training zowel jeugd, nieuwelingen, junioren als senioren.

Van de KNWU hebben we vanuit het doel paralympische sporters te stimuleren en te vinden hebben we vanaf half juni tot einde seizoen een racetandem en een tribike te leen gekregen. De tandem viel in goede aarde, maar de tribike is voor de beoogde deelnemer niet geschikt en het lukte ons ook niet om door het hoge zwaarte punt van de fiets goed door de krombocht te komen.



Trainingsweekend G-sporters door Stichting Zeeuws-Vlaanderen.

Van vrijdag 24 maart tot zondag 26 maart 2023 hebben 6 deelnemers en een aantal begeleiders deelgenomen nemen het trainingsweekend in Kloosterzande in Zeeuws-

Vlaanderen. Dit is een trainingsweekend voor sporters met een verstandelijke beperking. Door de deelnemers zijn flinke ritten gemaakt.

Clubkampioenschappen

Op woensdag 21 juni 2023 hebben de deelnemers aan het aangepast wielrennen clubkampioenschappen op de weg gereden. Dit leverde de volgende resultaten:

- Jeugd meisjes driewieler: 1 Feline Kroeze
- Senior dames driewieler: 1 Fleur van Loo
- Senior dames racefiets: 1 Eveline de Goeje
- Jeugd meisjes tandem: 1 Myrthe Zuyderhoudt met Hanneke de Goeje als piloot
- Nieuwelingen dames tandem: 1 Marit Zuyderhoudt met Eva van der Vlist als piloot
- Nieuwelingen heren racefiets: 1 Lucas Blom, 2 Jasper Hendriks
- Senior heren racefiets: 1 Rick van Wanrooij, 2 Casper Schoot
- Senior heren driewieler: 1 Pim Melis
- Senior heren tandem: 1 Peter Waalboer met Frans de Haan als piloot.

NK ID-cycling

Op zondag 21 mei is in Zeijen in Drenthe het NK op de weg ID-Cycling verreden. Eveline de Goeje heeft daarbij plaats drie van de senioren dames behaald.

Op vrijdag 8 september is in Deventer het NK tijdrijden ID-cycling georganiseerd. Eveline de Goeje heeft daar de tweede plaats bij de senior dames behaald.

Jaarlijkse Leidse Taptoe op 2 oktober 2023

Maandagavond 2 oktober weer mee kunnen rijden met de jaarlijkse taptoe van verenigingen door Leiden. Vooraf hebben de aangepast wielrenners en de Jeugd van Swift gezellig met elkaar gegeten in het clubhuis. Als Swift hebben we de derde prijs behaald

Overige Activiteiten in 2023:

- Samenwerking met beweegcoach aangepast bewegen' van Includio: Shireen Liew, zij heeft ons geholpen bij een subsidie aanvraag voor de aanschaf van een tandem
- Ondersteuning gegeven op 23 augustus op het parcours van de kennismakingscursus wielrennen van het Metrum gegeven door Paul Zwanenburg Bike Control.

Deelname aan Rabo ClubSupport 2023.

In 2023 heeft ieder lid van de Rabobank heeft een uitnodiging per mail ontvangen om te stemmen via RABO ClubSupport Dit heeft het mooie bedrag van €435,75 voor het aangepast wielrennen opgeleverd. Het bedrag willen wij gebruiken om in 2023 een nieuwe racetandem aan te schaffen.

Aanschaf nieuwe racetandem

In de loop der jaren hebben we via het Rabo wens al veel geld gespaard. Ook hebben we de afgelopen jaren gecollecteerd voor het Fonds Gehandicaptensport

Ook een actie, al gestart in 2019 van onze Swift Ladies met een marktplaats voor fietsonderdelen en -accessoires heeft geld voor dit doel bijeengebracht.

Bij de gemeente Leiden hebben we een subsidie aanvraag gedaan bij de gemeente Leiden. De gemeente heeft ons uit het Sportstimuleringsfonds een subsidie gegeven van 4.890 euro en ook hebben we een particuliere donatie van 1000 euro gekregen. Hiermee hebben we voldoende middelen bijeen voor een nieuwe tandem. We zijn daarom nu bezig met Raas Bikes om een mooie racetandem aan te schaffen.

Commissie aangepast wielrennen

De commissie aangepast wielrennen bestaat uit: Nelly van der Does, Coördinator aangepast wielrennen, Hans Schuurmans (gediplomeerd wieltrainer 2), Niek de Goeje (gediplomeerd wieltrainer 2), Wicher Sieders (trainingsbegeleider), en Ivo Blom (trainingsbegeleider) nieuw als begeleiders zijn dit jaar Eva van der Vlist en Robbert van Loo aan de commissie toegevoegd. In juni hebben we afscheid genomen van Michel Stulemeijer als begeleider bij het aangepast wielrennen.

Verschillende leden van Swift, onder andere ook uit de grote belronde die het bestuur georganiseerd heeft, hebben op verzoek buitenritten begeleid.

Nelly van der Does