

Meer weten over Atletiek ?

De moeder van alle sporten. De atletiek wordt “de moeder van alle sporten” genoemd. Lopen, springen en werpen zijn de meest elementaire vormen van lichaamsbeweging die al bij de meest primitieve volkeren werden beoefend in het dagelijkse leven en overleven. Het zijn drie bewegingsvormen die een gezonde en evenwichtige ontwikkeling van het menselijke lichaam mogelijk maken. Een gezonde geest in een gezond lichaam !

De eerste Olympische sport. In de Griekse oudheid ontstonden de Olympische Spelen, waarin deze bewegingsvormen voor het eerst in een verband van vrije tijd en competitie aan bod kwamen. Onder het motto “citius, altius, fortius” (sneller, hoger, sterker) ontstond de prestatie- of wedstrijd sport. Tot op vandaag is de atletiek “de eerste Olympische sport”, d.w.z. de sport waarin de meest prestigieuze Olympische medailles worden toegekend.

Lopen, springen en werpen. Voor het ontwikkelen van de bewegingsvaardigheden van kinderen zijn lopen, springen en werpen vandaag nog altijd bevoorrechte bewegingsvormen. In hun schijnbare eenvoud bevorderen deze bewegingen de lichaamshouding, de coördinatie, het lichaamsbesef en de lichaamsbeheersing bij kinderen. Een voorwaarde is wel dat ze op een pedagogische en uitdagende manier worden aangeboden. Daarom is de atletiekclub de aangewezen partner voor de lichamelijke basisopvoeding van kinderen.

Snelheid, uithouding en kracht. In de atletiek komen de drie conditionele lichaamseigenschappen aan bod : snelheid, kracht en uithouding. Elk van die eigenschappen wordt bij voorkeur aangeboden in de vorm die het best aansluit bij de lichamelijke ontwikkelingsfase van kinderen. Daarnaast worden de kinderen ook lenigheid, beweeglijkheid en elementaire technieken bijgebracht. De trainers in de atletiekclub hebben daar de nodige kennis en ervaring in.

Atletiek, een boeiende sport waarin je je dromen kan beleven. Kinderen voelen zich vaak aangetrokken tot de atletiekclub omdat ze in de voetsporen willen treden van sporthelden en – heldinnen zoals Tia Hellebaut, Kim Gevaert of Nafi Thiam. Daring Club Leuven Atletiek is succesvol in de wedstrijd sport en zet die waardevolle ervaring ook in bij de begeleiding van kinderen en jonge sporters. Op elke leeftijd worden aan de aangesloten kinderen gelegenheden geboden tot deelname aan de wedstrijd sport. De wedstrijd vormen zijn toegankelijk en haalbaar voor alle kinderen. Kinderen met een bijzonder talent kunnen rekenen op specifieke en deskundige begeleiding van bekwame trainers. Bij DCLA kan je het volledige traject van jeugdsporter tot Olympisch atleet afleggen.

De wedstrijd sport, een levensles. De wedstrijd sport is een drager van belangrijke waarden. Motivatie, doelen stellen, zich inzetten, moeilijke momenten overwinnen, omgaan met succes en met verlies : het zijn maar enkele van de belangrijke waarden die kinderen beter weerbaar maken door deelname aan de wedstrijd sport. De werking van Daring Club Leuven Atletiek vindt zijn inspiratie in de wedstrijd sport omdat we ervan overtuigd zijn dat de voorbereiding op en de deelname aan sportieve competitie belangrijke levenslessen zijn voor kinderen en jongeren. Daarom stimuleert DCLA op een niet dwingende manier deelname aan competitie. Alle aangesloten kinderen hebben de vrije keuze om aan wedstrijden deel te nemen of niet.

Een gemengde sport, zonder bankzitters. Atletiek biedt de kinderen een heel natuurlijke omgeving : jongens en meisjes sporten samen in dezelfde trainingsgroepen en iedereen kan naar believen en naar eigen voorkeur aan de trainingen deelnemen. Selectie of uitsluiting bestaan niet in de atletiek. Uiteraard verkiezen we dat kinderen regelmatig en consequent aan de trainingen deelnemen, maar het wordt je niet aangerekend als je soms eens een training overslaat of als je gedurende een tijdje

verhinderd bent om te komen. Elke training is een belevenis op zich. En elk kind kan naar vrije keuze aan wedstrijden deelnemen : in de atletiek zijn er geen bankzitters.

Prettig en ongedwongen sporten. In de jeugdsport staan het plezier en de beleving voorop. De bewegingsvaardigheden en de conditionele eigenschappen worden bij de jeugd vooral aangeboden in allerlei spelvormen waarin ook teamwork en goede verstandhouding aan bod komen. Het sociale aspect komt ook buiten de trainingen aan bod, o.a. tijdens stageweekends, Sinterklaasfeest, e.d.

Authentiek, voor en door vrijwilligers. In de atletiek spelen geen commerciële of financiële belangen. Bestuurders en trainers van DCLA zijn allen vrijwilligers met een groot engagement. Dat draagt bij tot het authentieke karakter van de atletiek en tot de sterke lokale verankering. Omdat we afhankelijk zijn van vrijwilligers vragen we af en toe ook aan ouders en familie om bij gelegenheid en vrijblijvend een handje toe te steken in de clubwerking. In DCLA heerst een vriendschappelijke en familiale sfeer.

DCLA staat voor expertise, ervaring en verantwoordelijkheid. Daring Club Leuven Atletiek draagt de zorg voor kwaliteit hoog in het vaandel. Onze club is 75 jaar op het hoogste nationale en internationale niveau actief in de atletieksport. Meer dan 40 trainers die vaak hoog opgeleid zijn in hun vak en over brede ervaring beschikken staan dag na dag in voor kwalitatief hoogstaande trainingen en begeleiding. Daarin wordt aandacht geschonken aan de individuele ontwikkeling van elk kind, maar ook aan de veiligheid en aan de prettige beleving. DCLA handelt met integrale verantwoordelijkheid voor het sportieve en sociale welzijn van de kinderen.

Heb je er zin gekregen en wil je graag praktische info over de jeugdsport bij DCLA ?