

Beste leden van AC Waasland,

Met trots stellen we jullie binnenkort de nieuwe ACW- wedstrijdyledij voor.

Smart-Sport neemt hiervoor samen met oa. Runnerslab de sponsoring op zich. Dit omdat we geloven in de toekomst van AC Waasland als sterke club. Maar ook omdat we hier zelf actief aan willen bouwen. Dit door oa. het professionaliseren van de afstandstrainingen. Helemaal niet door 'harder en meer' te trainen zoals wel eens gedacht wordt. Maar wel om **slimmer** te leren trainen, **efficiënter** en **meer onderbouwd**. Hierbij een overzicht van onze rol die aangeboden wordt.

Wat houdt Smart-Sport in?

- 🏃 Kortweg: testing → schema → opvolging en bijsturing 24/7: **atletiek next level**.
- 🏃 Eigen teamwerking met private sponsoring.
- 🏃 specifieke crosstrainingen/krachtsessies en buitenlandse stages/wedstrijden.
- 🏃 Alle niveaus zijn welkom. Motivatie/ fun = voorwaarde NR 1.
- 🏃 Doel? Maximale individuele ontwikkeling en progressie.

Waar kunnen leden van AC Waasland op rekenen?

🏃 Smart-Sport brengt zijn eigen afstandsteam (Performance team en Young Elite Team) onder bij AC Waasland: directe verruiming van de groep. Meer loopmaatjes, meer ervaringen om te delen. Dit vanaf leeftijd miniemen. Op vrijdag en zondag lopen de trainingen gemeenschappelijk met de bestaande groepjes afstand. **De trainers bepalen onderling de inhoud en verdeling van de trainingen en wedstrijden.**

🏃 De pistetraining in de week blijft wel verschillen. Wij staan 100% achter 'trainen op juiste waarden en trainen op maat'. Hierdoor zijn kleine groepjes noodzakelijk. Smart-Sport traint op dinsdag te Stekene. De andere afstandsgroepjes doen dit op woensdag op ACW.



Wie eens niet kan meetraining met zijn/haar eigen groepje is die week meer dan welkom bij het andere groepje. Zo kan je ook de werking zelf ervaren.

🏃 In samenspraak met het bestuur van AC Waasland zijn er 3 subgroepen binnen de "afstand." Groep van Boudewijn, groep van Dirk, groep van Smart-Sport (Bart/Nina/Jan). Elke atleet of ouder bepaalt zelf in welk groep er meegetraind wordt. Voor de groep Smart-Sport is er gezien de aanpak en professionalisering (mag je ook letterlijk nemen, dit is onze job) een **meerprijs van 25 euro/maand**. Ieder kiest dit voor zichzelf, dit is geen kwestie van 'goede of slechte keuze', wel van 'wat past best bij jou als atleet?' . Alle info kan je hier terugvinden:

<https://smart-sport.be/smartsportclub/performanceteam>

🏃 Elk ACW lid kan gebruik maken van de diensten van Smart-Sport met kortingstarieven.

- Lactaattesten (in overleg met coach inplannen).
- Sportvoedingsadvies.
- Mental coaching.
- SmartMix supplement (via webshop 20% korting: 'klik ophalen aan', 32 ivp 39.99).
- Krachttraining bij RAWPERFORMANCE (Nieuwkerken, vermeld dat je lid bent van ACW).

Op naar een succesvol nieuw seizoen!

Sportieve groeten,

Bart Raes

www.smart-sport.be

info@smart-sport.be

tel: 0498.933.754

