



# **Wielervereniging Noord Veluwe**

## **Inhoudsopgave**

**Word heeft geen onderdelen voor de inhoudsopgave gevonden.**

Selecteer in het document de woorden die moeten worden opgenomen in de inhoudsopgave en klik op het tabblad Start, onder Stijlen, op een kopstijl. Herhaal dit voor elke kop die u wilt opnemen en voeg vervolgens de inhoudsopgave in het document in. U kunt ook handmatig een inhoudsopgave maken door op het tabblad Documentelementen, onder Inhoudsopgave, een stijl aan te wijzen en op de knop met de pijl omlaag te klikken. Klik onder Handmatige inhoudsopgave op een van stijlen en typ de onderdelen.

## **Welkom bij de Wielervereniging Noord Veluwe**

Met dit handvest willen wij, het bestuur van Wielervereniging Noord Veluwe, onze leden informeren over de werkwijze van onze vereniging en onze activiteiten. Het handvest is mede tot stand gekomen door input van de commissies, de wegkapiteins en het bestuur.

## **Clubkleding**

Als lid van de vereniging is het dragen van clubkleding verplicht bij alle clubactiviteiten.

Eén tot twee keer per jaar wordt er nieuwe clubkleding besteld.

Werkwijze voor het bestellen van clubkleding:

- De clubleden ontvangen een mail waarin een pasavond wordt aangekondigd;
- Om te bestellen download je het bestelformulier vanaf de website;
- Tijdens de pasavond zijn alle maten beschikbaar van elk kledingstuk dat op de bestellijst staat;
- De bestellijst wordt op de pasavond ingeleverd; de betaling wordt op dat moment voldaan;
- Houd rekening met een levertijd van circa twee maanden.

## **Trainingen**

Om deel te kunnen nemen aan een training meld je jezelf via de website aan voor het evenement waaraan je wilt deelnemen. Op deze manier kunnen andere clubleden zien wie er gaan fietsen, dit is voor hen vaak een stimulans om ook te gaan. Hoe meer zielen, hoe meer vreugd!

Iedere groep wordt gekenmerkt door een niveau. Omschrijvingen van de niveaus staan verderop genoemd. Maak een schatting van wat passend is bij jouw wensen en jouw eigen niveau. Als je je niet kunt conformeren aan de definitie, doe je er goed aan om bij volgende ritten te kiezen voor een groep die beter past bij je niveau en conditie. Volg daarbij het advies op van de wegkapitein, hij/zij heeft voldoende ervaring om dit te kunnen beoordelen.



## **Wielervereniging Noord Veluwe**

Wielervereniging Noord Veluwe hanteert een motto: "Samen uit, samen thuis". Onderweg blijven we bij elkaar en na de training arriveren we gezamenlijk op onze vertrekplaats, zodat de training eventueel kort kan worden besproken. Dit is tevens een goed moment om met elkaar voor de volgende keer af te spreken.

### **Groepsgrootte**

Om de groepen goed te laten functioneren qua snelheid, veiligheid, belasting voor de natuur (MTB) enz. wordt er gereden in beperkte groepsgrootten. Trainingsgroepen op de racefiets kennen een maximum van 14 deelnemers en de groepen op de MTB een maximum van 8 deelnemers. Hierop kunnen door de weg of boscoördinator uitzonderingen worden gemaakt.

### **Wegkapiteins**

Dit zijn allen leden van de wielervereniging, zij geven op vrijwillige basis leiding aan de groep. Aanwijzingen van de wegkapitein dienen door de groep te worden opgevolgd. De wegkapiteins bepalen de invulling van de training, overleg (vooraf) is natuurlijk mogelijk. Heb je wensen voor een training, informeer de wegkapitein daar dan vroegtijdig over.

### **Gastrijders en Aspirant-leden**

Mensen die eens willen meemaken hoe het is om in clubverband te fietsen zijn altijd welkom. Voor hen is er de mogelijkheid om vier keer mee te rijden, daarna wordt verwacht dat zij zich aanmelden als lid van de wielervereniging. Belangrijk is dat een gastrijder direct in een passende trainingsgroep wordt ingedeeld. De wegkapitein zal dit voor aanvang van een training afstemmen.

### **Gedrag onderweg**

Wees altijd beleefd tegen andere weggebruikers en medeclubleden, schelden en schreeuwen wordt niet gewaardeerd! Vanzelfsprekend houd je je aan de wettelijke regelgeving, overtredingen en misdagingen zijn ieders eigen verantwoordelijkheid. De wielervereniging Noord Veluwe is hiervoor niet aansprakelijk. We hebben met elkaar hetzelfde doel: op een fijne manier in groepsverband met elkaar een mooie tocht fietsen.

In de praktijk komt dit neer op het toepassen van aantal hoofdregels:

1. Als iemand (uitgaande van een normale situatie) het tempo niet kan bijhouden, dient dit te worden doorgegeven aan wegkapitein, die dan de snelheid zal aanpassen. Tenzij een clublid laat weten niet meer mee te rijden in de groep en dit aan de wegkapitein heeft meegedeeld. Als er mensen meerijden van een hoger niveau, dan dienen zij zich aan te passen aan het niveau van de groep. Dit voorkomt dat andere groepsleden het tempo niet meer bij kunnen houden.



## **Wielervereniging Noord Veluwe**

2. Wanneer iemand pech heeft, proberen we met elkaar de reparatie uit te voeren, dan wel een passende oplossing te vinden.
3. Het is van groot belang dat bijzonderheden op, in of langs de weg op tijd worden doorgegeven aan alle deelnemers! Denk hierbij aan:
  - paaltjes,
  - laaghangende takken,
  - boomstronken,
  - versmallingen, obstakels voor of tegen,
  - drempels, roosters,
  - kuilen, takken op de weg enz.

De voorste rijders geven door wat zij zien, bijvoorbeeld door te roepen '**paaltje**'. De rijders daarachter geven dit ook weer door aan de rijders die achter hen rijden, totdat ook de achterste rijders op de hoogte zijn.

### **Belangrijke aanwijzingen en tips voor een sociaal, verantwoord en veilig fietsgedrag**

- Respecteer te allen tijde de regels van het verkeer.
- Het dragen van een fietshelm is verplicht.
- Fiets alleen daar waar het is toegestaan of een duidelijk pad aanwezig is.
- Respecteer de regels in bos, wildwissels dienen te worden vermeden. Wildwissels zijn afgesloten met een boomstam en/of markering.
- Volg te alle tijden de aanwijzingen van de boswachters op.
- Je recreëert in de natuur: respecteer plant en dier. Maak geen onnodig lawaai en laat geen afval achter.
- Fiets in kleine groepjes, zoals is aangegeven onder het kopje Groepsgrootte.
- Benader andere recreanten en drukke locaties stapvoets, waarschuw tijdig en op een passende manier (bij voorkeur met een fietsbel).
- In de bebouwde kom, bij gevaarlijke omstandigheden, drukke locaties en het passeren van medeweggebruikers dient het tempo aangepast te worden aan de situatie van dat moment. De voorste rijder(s) of wegkapitein bepaalt het tempo.
- Bij naderend gevaar of een verkeersweg roept de voorste rijder 'stop' en steekt zijn hand omhoog, ten teken dat we moeten stoppen, d.w.z. op een rustige manier remmen (tot stilstand indien nodig) zodanig dat we met z'n allen op een veilige manier het naderende gevaar kunnen ontwijken of veilig kunnen oversteken.
- Waarschuw clubleden en andere recreanten tijdig en vriendelijk, door gebruik van de volgende instructies:
  - We roepen '**voor**' wanneer een weggebruiker gaande in dezelfde richting wordt gepasseerd. Met een armsignaal wordt de zijde van de weg aangegeven;
  - We roepen '**tegen**' wanneer ons een weggebruiker tegemoet komt. Met een armsignaal wordt de zijde van de weg aangegeven;
  - We roepen '**achter**' als een weggebruiker ons van achteren komt inhalen;



## **Wielervereniging Noord Veluwe**

- We roepen '**lek**' wanneer één van de groepsleden een lekke band heeft.
- Iedereen wordt geacht deel te nemen op een goed onderhouden fiets. Dit geldt met name voor de levensduur van binnen- en buitenband. Merk je dat je vaker lek rijdt, vervang dan de band.
- Iedereen draagt een eigen reparatiesetje met zich mee.
- De voorste rijders bepalen de richting in overleg met de wegkapitein en geven dat duidelijk aan: richting aangeven met arm en roepen. Zij geven aan bij passeren van weggebruikers '**grote groep**'. Laatste rijder roept: '**laatste man/vrouw**'. En een bedankje geven mag ook natuurlijk.
- Bij een klim wachten we bovenaan tot de laatste boven is en aangeeft dat hij/zij weer verder kan, pas daarna rijdt de groep verder.
- Na een bocht en/of lastige situatie, houden de voorste fietsers het tempo lager totdat de groep weer aaneengesloten is.
- Iedereen doet (voor zover mogelijk) een deel van het kopwerk en krijgt daar ook de kans voor.
- Het wisselen van koppositie in de groep kan op meerdere manieren gebeuren. Binnen de groep worden duidelijke afspraken gemaakt over welke methode wordt toegepast.
- Bij twijfel altijd rustig rechtdoor fietsen of aan de kant van het fietspad/weg stoppen.
- Nooit abrupt van richting veranderen of remmen. Voorkom onnodig remmen: dit spaart de ondergrond met name op de onverharde paden in het bos.
- Wees er in het voor- en najaar op bedacht dat het vroeg donker wordt. Zorg voor goede verlichting zodat je voldoet aan de regels van de wet. Zo neem je veilig deel aan het verkeer.

### **Hoe te handelen bij een ongeval**

#### **Voorzorgsmaatregelen**

1. Bij een ongeval wil je natuurlijk dat iemand weet wat er met je gebeurd is, laat dus duidelijk zien wie je wilt informeren! Breng op de buitenzijde van je helm het ICE-nummer aan (ICE is een afkorting voor 'in case of emergency'). Let op: dit is dus niet je eigen telefoonnummer!
2. Spreek met elkaar af dat er binnen de groep minimaal één mobiele telefoon aanwezig is.
3. Zorg ervoor dat je de hoofdwegen van de route kent (neem desnoods een kaart mee).
4. Check vooraf via de website bij de aanmeldingen wie er eventueel EHBO kan verlenen.
5. Check vooraf of er EHBO-hulpmiddelen aanwezig zijn.

#### **Bij een ongeval**

1. Eén persoon neemt de leiding, indien mogelijk de weg of boscoördinator
2. Blijf rustig en stel de plaats van ongeval veilig.
3. Laat één of meer clubleden andere verkeersdeelnemers waarschuwen/tegenhouden.
4. Stel je op de hoogte van wat er gebeurd is.
5. Laat de EHBO'er aan het werk. Is er geen EHBO'er controleer dan of het slachtoffer aanspreekbaar is.
6. Is er hulp van buitenaf nodig? Laat een persoon 112 bellen en doorgeven wat de EHBO'er meldt. Bekijk wat je exacte locatie is d.m.v. GPS, routebordjes, kaart of stuur één van de achtergebleven mensen op pad om de positie te bepalen.



## **Wielervereniging Noord Veluwe**

7. Volg de aanwijzingen op van de 112-meldkamer.
8. Stem met de 112-meldkamer af dat er clubleden naar een afgesproken positie in het bos gaan (bij MTB-ritten) om de hulpverleners op te vangen.
9. Geef hulpverleners de ruimte. Vraag de clubleden op afstand te blijven, maar laat een paar personen blijven om te assisteren.
10. Stuur een aantal van de achtergebleven mensen, die gemist kunnen worden, naar de afgesproken plaats om de hulpverleners op te vangen en te begeleiden naar de plaats van het ongeval.
11. Let op: de basis is dat één persoon de leiding neemt en anderen het werk doen. Op deze manier is er structuur en overzicht!

### **Na een ongeval**

De wegkapitein meldt bij het bestuur zijn ervaringen van een ongeval. Het bestuur wil van elk ongeval de oorzaak achterhalen, zodat zij de wegkapiteins een advies kunnen geven als dat nodig is. Daarna zal er eventueel een aanpassing in dit handvest gedaan worden.

### **Definities van het niveau per groep**

Volg de meest recente groepsindeling op de website. Meld je bij deelname altijd aan bij een groep.

Voor het aanmelden werken wij met Whatsappgroepen.

De contactgegevens voor de verschillende groepen vind je op onze website

<https://www.wv-noordveluwe.nl> onder agenda en dan bij de gewenste groep.

**Veel fietsplezier bij Wielervereniging Noord Veluwe!**