

# Inschrijfformulier



*“Tour de Heroes is een nieuw en bijzonder initiatief dat de wielersport inzet om jongeren met én zonder achterstand in de sociaal-emotionele ontwikkeling, te inspireren. Samen proberen we een prachtige prestatie neer te zetten om hun zelfbeeld positief te beïnvloeden”.*

**Tour de Heroes, 2022.**

**Gelieve z.s.m. inschrijven!!!**

Mail dit formulier naar [tourdeheroes@gmail.com](mailto:tourdeheroes@gmail.com)

## **Wat is tour de Heroes?**

*In 7 dagen zullen we vanuit Goleniów - Polen, terug fietsen naar Hoogwoud.*

Zaterdag 23 april zullen we met een groep van 35 man, per bus, naar Polen vertrekken.

De groep bestaat uit:

10 jongeren die affiniteit hebben met fietsen, bijvoorbeeld oud tour de fris deelnemers (16 t/m 21 jaar);

10 jongeren met een achterstand op de sociaal-emotionele ontwikkeling. Denk hierbij aan jongeren met een lichamelijke- of een verstandelijke beperking (16 t/m 21 jaar);

15 vrijwilligers die cohesie willen creëren tussen de beiden groepen: o.a. bouwploeg, kookploeg, begeleider op de fiets;

Partners en sponsors: zonder onze partners en sponsors zijn we uiteraard nergens. Daarom gaan zij mee als logo op onze fietskleding. Toekomstige partners willen we nauw en op maat betrekken bij dit fascinerende project.

Om cohesie te creëren bieden we van te voren trainingen en kennismakings-activiteiten aan. Zo kan er aan een vertrouwensband worden gewerkt voordat we samen de uitdaging aan gaan. Jongeren leren elkaar tijdens de fietsweek écht goed kennen en slepen elkaar dan door moeilijke en mooie momenten heen.

We zullen met de gehele groep per fiets een bezoek brengen aan de Duitse hoofdstad. Een educatief en leuk onderdeel van de reis, waarbij stil wordt gestaan bij de highlights van Berlijn. Een onvergetelijke ervaring!

Ook zullen er een aantal kilometers worden overbrugd met een treinreis, om de afstand op deze manier realistisch te maken. Ook weer voor een ieder een bijzonder onderdeel van de week.

Onderweg zullen we overnachten op verschillende campings, dit wordt afgewisseld met overnachtingen in een jeugdherberg.

Na 750 zware kilometers zullen we zaterdag 30 april, finishen in Hoogwoud.

Dit onder het enthousiaste welkom van vrienden, familie, kennissen en andere wielersfans die de Heroes willen verwelkomen.

De bijdrage aan deze fantastische fietsweek ligt op € 200,-

Inclusief:

- ✓ Vervoer naar Polen
- ✓ Professionele begeleiding
- ✓ Overnachtingen en de treinreis
- ✓ Eten en drinken
- ✓ Een unieke ervaring

In de wielersport wordt iedere profwielrenner uiteraard gesponsord.

Probeer jezelf daarom als een echte "Hero" neer te zetten zodat ook jij er niet alleen voor staat. Misschien dat je aan familieleden, vrienden, burens etc. een kleine bijdrage kunt vragen voor deze prachtige prestatie.

Zo kan je jezelf optimaal focussen op de voorbereidingen naar de fietsweek!

## Gegevens deelnemer

Voornaam \_\_\_\_\_

Achternaam \_\_\_\_\_

Geboorte datum \_\_\_\_\_

Adres \_\_\_\_\_

Postcode en plaats \_\_\_\_\_

Telefoonnummer \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_

## Gegevens ouder

Voornaam \_\_\_\_\_

Achternaam \_\_\_\_\_

Telefoonnummer \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_

## Gegevens ouder 2

Voornaam \_\_\_\_\_

Achternaam \_\_\_\_\_

Telefoonnummer \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_

## Benodigdheden

Voor de fietsweek is het van belang dat je beschikt over bepaalde materialen. Het zou bijvoorbeeld kunnen zijn dat je nu nog geen racefiets hebt maar dat je deze wel van je vader, oom of vriend kan lenen. Dan beschik je in maart dus wel over een fiets. Kruis aan welke benodigdheden jij **wel** kunt regelen voor maart 2022.

- Een racefiets
- Een helm
- Fietskleding
- Fietsschoenen
- ID bewijs / paspoort
- Zorgpas

## Fietservaring

Het is belangrijk om te weten hoe veel fietservaring de deelnemers hebben. Zo kunnen we het gemiddelde fietstempo van ons peloton redelijk inschatten. Kruis hieronder aan welk vakje **het meest** past bij jou fietservaring.

- Ik heb geen (race)fietservaring
- Ik heb wel eens op een racefiets gezeten
  - Je fiets minder dan maandelijks / een paar keer per jaar op de racefiets.
- Ik heb toertochten gefietst en/of rijd deze nog steeds.
  - Je fietst minimaal maandelijks een rondje.
  - Ik heb KNWU wedstrijden gereden en/of rijd deze nog steeds
  - Je fietst bijna iedere week.
- Ik fiets altijd op de gewone fiets. Ongeveer ..... per week.

## Verdiepende gegevens

Omdat het algemeen niveau van de groep jongeren sterk verschilt, zijn er een aantal belangrijke zaken waar we rekening mee moeten houden. Vul deze onderstaande gegevens daarom zo gespecificeerd mogelijk in.

### 1. Medicatiegebruik:

Geef aan welke medicijnen je gebruikt, of je hier hulp bij nodig hebt en of wij deze hulp mogen verlenen.

Medicijn	Hulp nodig Ja / Nee

- Ik geef de begeleiding van Tour de Heroes de bevoegdheid om me te helpen bij mijn medicatiegebruik indien nodig.

### 2. Voedselallergenen:

Allergie	Allergieverschijnselen

In onderstaande lege vakken kunt u aangeven waar we als organisatie rekening mee moeten houden.

**3. Algemeen gedrag en evt. beperkingen, stoornissen etc. Hoe wordt daar mee omgegaan?**

---

**4. Slaapgedrag:**

---

**5. Huisregels over telefoongebruik:**

---

**6. Overige opmerkingen:**

---

## Akkoord

Om deel te mogen nemen aan de officiële Tour de Heroes 2022, is er van alle drie de partijen een handtekening nodig. Bij een volledig ondertekend document mag je met ons de uitdaging aan gaan.

1. *Handtekening deelnemer:*

.....

1. *Handtekening ouder 1*

*Handtekening ouder 2*

.....

.....

2. *Handtekening organisatie Tour de Heroes*

.....

Als laatste wil de organisatie graag toestemming vragen voor het delen van foto en video materiaal via diverse kanalen, denk hierbij aan Facebook/Youtube.  
Op naar Goleniów!

1. *Handtekening deelnemer:*

.....

2. *Handtekening ouder/verzorger 1*

*Handtekening ouder/verzorger 2*

.....

.....