

Espoirs, Juniors et Seniors

Critères de sélections

nationaux 2016

Entraîneurs

VVO: Beloften D/H-16 en D/H-18 voor EYOC : Bart Willems
Junioren D/H-18* en D/H-20 voor JWOC : Linda Verbraken
Senioren D/H 21 voor WOC en WC : Dirk Goossens
FRSO: Espoirs D/H16 : Vinciane Mulpas
Juniors D/H18-20 + Senior : Philippe Crefcoeur

Les principaux objectifs pour 2016

- Championnat d'Europe des Jeunes (EYOC), pour D/H-16 et D/H-18 en Pologne, Jaroslaw 30/06 – 03/07/16
- Championnats du monde junior (JWOC), pour les D/H-20 (D/H-18 qui remplissent les critères de sélection des D/H-20) Suisse, Engadin du 09/07 au 15/07/16
- JEC en Ecosse du 29/09 au 02/10/16
- EOC en Tchéquie du 21 au 28/05/16
- WOC en Suède du 20 au 27/08/16
- WC en Suisse du 14 au 16/10/16

Beloften, Junioren en

Senioren – Nationale

selectiecriteria 2016

Trainers

VVO: Beloften D/H-16 en D/H-18 voor EYOC : Bart Willems
Junioren D/H-18* en D/H-20 voor JWOC : Linda Verbraken
Senioren D/H 21 voor WOC en WC : Dirk Goossens
FRSO: Beloften D/H-16 : Vinciane Mulpas
Junioren D/18-20 + senioren : Philippe Crefcoeur

De hoofddoelstellingen voor 2016

- Europees Jeugd Kampioenschap (EYOC), voor D/H-16 en D/H-18 in Polen, Jaroslaw 30 juni – 3 juli 2016
- Wereldkampioenschap (JWOC), voor D/H-20 (D/H-18 die de selectievoorwaarden halen van D/H-20) Zwitserland, Engadin 09/07 tot 15/07 2016
- JEC in Schotland van 29.09 tot 02.10.2016
- EOC in Tsjechië van 21 tot 28/05/16
- WOC in Zweden van 20 tot 27/08/16
- WC in Zwitserland van 14 tot 16/10/16

Test physique

La participation au test physique et la réussite des minimas est une condition pour pouvoir participer aux sélections pour les EYOC, JWOC, JEC, EOC, WOC et WC (sauf wild card)

- Le test physique aura lieu à Auderghem les 12/12/15, 16/01, 30/01 et 27/02/16 à 10h.
- Pour les athlètes qui ne peuvent participer à cause de circonstances particulières (blessure, maladie, raisons professionnelles, familiales ou personnelles), une séance supplémentaire pour être organisée en concertation avec les entraîneurs. Dans tous les cas, le test physique doit être réussi avant le 29/02/16.
- Les D/H 18 qui veulent participer au JWOC doivent réussir les critères des D/H 20 au test physique.
- Il n'y a aucune délibération possible pour les athlètes qui ne réussissent pas le test physique.
- Un test physique supplémentaire pourra être organisé en juillet/août pour les athlètes qui n'ont pas réussi en février et qui désirent participer à la JEC ou aux WC en Suisse. Dans tous les cas, le test physique doit être réussi avant de participer à la sélection.

Distance et temps limite (un tour = un peu moins de 2km):

En 2016

Dames 16: 3 tours 36'00"

Dames 18: 3 tours 33'00"

Dames 20: 3 tours 30'00"

Dames 21: 4 tours 35'00"

En 2017

Dames 16: 3 tours 34'15"

Dames 18: 3 tours 31'15"

Dames 20: 3 tours 28'15"

Hommes 16: 4 tours 40'00"

Hommes 18: 4 tours 36'00"

Hommes 20: 4 tours 32'00"

Hommes 21: 5 tours 36'40"

Fysieke test

De deelname aan de fysieke test en het behalen van de limiet zijn verplichte voorwaarden om te kunnen deelnemen aan EYOC, JWOC, JEC, EOC, WOC en WC (behalve wild card)

- De fysieke tests vinden plaats in Oudergem op zaterdag 12/12/15, op 16 en 30 januari en 27 februari 2016 om 10 u.
- Voor atleten die wegens onvoorziene omstandigheden (blessure, ziekte, professionele, familiale of persoonlijke problemen) niet konden deelnemen, kan in overleg met de trainers een extra fysieke test georganiseerd worden. In alle geval moet men voor 29 februari 2016 geslaagd zijn in de test.
- Atleten D/H-18 die willen deelnemen aan JWOC moeten de limiettijden lopen van D/H-20 op de deelnametest.
- Er is geen deliberatie mogelijk voor atleten die de limiettijden niet behaald hebben.
- Er kan een bijkomende fysieke test worden georganiseerd in juli/augustus voor de atleten die niet geslaagd zijn in februari en toch wensen deel te nemen aan JEC of WC in Zwitserland. In elk geval moeten de atleten geslaagd zijn voor de fysieke test, alvorens deel te nemen aan de selectieproeven.

Afstanden en limiettijden (1 ronde = iets minder dan 2km):

En 2016

Dames 16: 3 ronden 36'00"

Dames 18: 3 ronden 33'00"

Dames 20: 3 ronden 30'00"

Dames 21: 4 ronden 35'00"

En 2017

Dames 16: 3 ronden 34'15"

Dames 18: 3 ronden 31'15"

Dames 20: 3 ronden 28'15"

Heren 16: 4 ronden 40'00"

Heren 18: 4 ronden 36'00"

Heren 20: 4 ronden 32'00"

Heren 21: 5 ronden 36'40"

Sélection JWOC

- L'équipe est composée de maximum 6 D et 6 H.
- Les sélections ont lieu aux Pays-Bas sur des terrains techniques et neutres (organisation VVO).
- Programme :
vendredi 08/04 longue (H 75' – D 55' temps du vainqueur)
samedi 09/04 middle (H 35' – D 25' temps du vainqueur)
samedi 09/04 sprint (H/D 12' temps du vainqueur)
- Attribution des points :
Lors de chaque compétition le 1^{er} reçoit 6 points, le 2^{ème} 5, le 3^{ème} 4, le 4^{ème} 3, le 5^{ème} 2 et le 6^{ème} 1 pour autant qu'il soit dans les 115% du premier en ce compris le coefficient alpha de 125% (comparaison entre homme et femme).
- Pour être sélectionné, l'athlète doit être dans les 115% du premier en ce compris le coefficient alpha de 125% (comparaison entre homme et femme) lors de deux des trois courses de sélection.
- Les 5 athlètes qui ont récolté le plus de points à l'issue des 3 courses de sélection sont sélectionnés. En cas d'ex-aequo, la commission des équipes ABSO décide sur base d'une proposition conjointe des deux entraîneurs.
- La commission des équipes ABSO peut sur proposition conjointe des deux entraîneurs décider de compléter la sélection jusqu'à 6 hommes et 6 dames. Il sera tenu compte des résultats du test physique, des courses de sélection et d'éventuels résultats probants au niveau national ou/et international.
- Les candidats aux courses de sélection doivent se déclarer pour le 01/03/16.
- Il y a un embargo sur les terrains des sélections dès qu'ils sont connus.

Selectie JWOC

- De ploeg bestaat uit maximum 6D en 6H
- De selecties zullen plaatsvinden in Nederland, op technisch en neutraal terrein (organisatie VVO).
- Programma:
Vrijdag 08/04 Lang (H 75' - D 55' winnaarstijd)
Zaterdag 09/04 Middel (H 35' - D 25' winnaarstijd)
Zaterdag 09/04 Sprint (H/D 12' winnaarstijd)
- De puntenverdeling:
Op elke wedstrijd krijgt de 1^e 6 punten, de 2^e 5, de 3^e 4, de 4^e 3, de 5^e 2 en de 6^e 1, in zoverre zij/hij binnen de 115% van de eerste blijft én rekening houdend met het alfa-coëfficiënt 125% (vergelijking dames met heren).
- Om geselecteerd te zijn moeten de atleten in twee van de drie selectiewedstrijden voldoen aan de regel 115% van de winnaar (inclusief de alfa-coëfficiënt van 125%).
- De 5 atleten met het hoogste puntenaantal, na optelling van de 3 wedstrijden, worden geselecteerd. Bij ex-aequo zal de ABSO/BVOS-Ploegencommissie beslissen op gezamenlijk voorstel van de twee trainers.
- De ploegencommissie kan, op voorstel van de beide trainers, de selectie uitbreiden tot 6H en 6D. Hierbij zal men rekening houden met de resultaten van de fysieke test, van de selectiewedstrijden en met eventuele overtuigende resultaten op nationaal of internationaal niveau.
- De kandidaten voor de selectiewedstrijden moeten zich inschrijven voor 01/03/2016.
- Er rust een embargo op de selectieterreinen van zodra deze bekend zijn.

Selection EYOC – idem 2015

- exactement les mêmes critères que pour les JWOC excepté que le 1^{er} reçoit 4 points, le 2^{ème} 3, le 3^{ème} 2 et le 4^{ème} 1 et que 3 athlètes sont sélectionnés directement sur base des courses de sélections et un par la commission des équipes sur proposition conjointe des entraîneurs.
- Les D16/H16 courent sur des circuits adaptés à leur catégorie. Les D18/H18 courent sur les circuits du JWOC.
- Les courses ont lieu en même temps que les sélections pour les JWOC les vendredi 08 et samedi 09 avril 2016

Sélection JEC – idem 2015

- l'équipe sera composée au maximum de 6 H18, 6 D18, 6 H20 et 6 D20.
- ceux qui auront atteint une finale A ou un résultat équivalent (= premier tiers du classement pour les courses sans qualification) au JWOC sont automatiquement sélectionnés.
- La sélection est complétée sur base des résultats du championnat de Belgique Longue Distance du 04.09.016 au NSVAmel à Wolfsbusch suivra les règles suivantes
 - ⇒ dans chaque catégorie d'âge (D18, H18, D20 en H20) on sélectionnera jusque maximum 5 athlètes à condition qu'ils soient parmi les 115% du "temps de référence" y compris coefficient alpha.
- la commission des équipes peut sur proposition conjointe des deux entraîneurs compléter la sélection jusque maximum 6 athlètes par catégorie. Pour ce faire, on tiendra compte des résultats du test physique, des courses de sélections et d'éventuels résultats probants au niveau national ou international.
- organisation : les temps de départ seront établis sous le contrôle des deux entraîneurs. Les athlètes partiront avant tous les autres participants sur leur circuit.
- Les athlètes doivent s'inscrire eux-mêmes au Championnat de Belgique.

Selectie EYOC – idem 2015

- Exact dezelfde criteria als voor de JWOC, behalve dat de eerste 4 punten krijgt, de 2^{de} 3, de 3^{de} 2 en de 4^{de} 1, dat 3 atleten rechtstreeks geselecteerd worden op basis van de selecties, en één bijkomende atleet door de ploegencommissie, na gezamenlijk advies van de trainers.
- De D16/H16 lopen op aan hun categorie aangepaste omlopen. De D18/H18 lopen op de JWOC-omlopen.
- De wedstrijden zullen tegelijkertijd plaatsvinden met de selecties voor de JWOC, op vrijdag 08 en zaterdag 09 april 2016

Selectie JEC – idem 2015

- het team zal samengesteld worden uit maximum 6 H18, 6 D18, 6 H20 en 6 D20.
- zij die op de JWOC een A-finale of een gelijkwaardig resultaat (= binnen het eerste derde bij de wedstrijden zonder kwalificatie) behaalden, worden automatisch geselecteerd.
- de selectie wordt aangevuld op basis van de resultaten van het Belgisch Kampioenschap Lange Afstand van 04.09.016, ingericht door NSVAmel op Wolfsbusch, volgens volgende regels :
 - ⇒ in elke leeftijdscategorie (D18, H18, D20 en H20) worden maximum 5 atleten geselecteerd, op voorwaarde dat ze binnen de 115% van de referentietijd blijven, met inbegrip van de alfa-coëfficiënt.
- Op gezamenlijk voorstel van de twee trainers kan de ploegencommissie de selectie aanvullen tot maximum 6 atleten per categorie. Daarbij zal rekening gehouden worden met de resultaten van de fysieke tests, van de selectiewedstrijden en met eventuele overtuigende resultaten op nationaal of internationaal niveau.
- organisatie : de starttijden zullen bepaald worden onder toezicht van de twee trainers. De atleten zullen nog voor alle andere deelnemers op dezelfde omloop vertrekken.
- De atleten moeten zich zelf inschrijven voor het Belgisch kampioenschap.

Sélection WOC – idem 2015

- La représentation belge se compose :
 - Pour le sprint (3H et 3D) et pour le relais mixte (2H et 2D), en tout maximum 3H et 3D.
 - Pour la moyenne distance (1H et 1D), longue distance (1H et 1D) et pour le relais (3H et 3D) en tout maximum 3H et 3D.
 - La sélection pour la partie « sprint » et pour la partie « classique » ne se compose pas nécessairement des mêmes athlètes.
- Les courses de sélection sont composées de deux parties : partie A pour le sprint et partie B pour les courses classiques. Les athlètes peuvent décider de participer aux deux sélections ou seulement à l'une des deux.

A. Sprint:

- la sélection compte pour le sprint et le relais mixte
- sur base de ses résultats au WOC 2015, Yannick Michiels bénéficie d'une "wild card". Il doit confirmer pour le 31/03/2016 qu'il utilisera cette "wild card" et qu'il s'engage de la sorte de se préparer de manière optimale.
- La sélection est ouverte aux H/D20.
- Il y a 3 épreuves de sélection :
 - o Sprint et 3.000 m : samedi 23/04
 - o Dimanche 24/04 : sprint
- La sélection est complétée jusqu'à maximum 3 hommes et 3 dames sur base d'un ranking obtenu en additionnant les points obtenus lors des trois courses.
 - o Sur les 2 sprints, on attribue les points de manière suivante : 1er = 4 points, 2ème = 3 points, 3ème = 2 points et 4ème = 1 point, les suivants = 0 point.
 - o Les athlètes doivent sur au moins une des courses faire moins que 115% du temps du vainqueur en ce compris le coefficient alpha (voir programme junior pour une description complète).

Selectie WOC – idem 2015

- De Belgische delegatie wordt als volgt samengesteld:
 - Voor de sprint (3H en 3D), voor de gemengde aflossing (2H en 2D), samen maximum 3H en 3D.
 - Voor de middle distance (1H en 1D), long distance (1H en 1D) en voor de aflossing (3H et 3D) samen maximum 3H en 3D.
 - In de selectie voor het sprintgedeelte en voor het 'klassieke' gedeelte worden niet noodzakelijk dezelfde atleten opgenomen.
- De selectiewedstrijden bestaan uit 2 delen: deel A voor de sprint en deel B voor de klassieke wedstrijden. De atleten kunnen zelf beslissen of ze aan beide, dan wel aan slechts een van de selecties deelnemen.

A. Sprint:

- de selectie geldt voor de sprint en voor de gemengde aflossing.
- Op basis van zijn resultaten tijdens de WOC 2015, krijgt Yannick Michiels een "wild card". Hij moet voor 31/03/2016 bevestigen of hij hiervan gebruik wil maken en daardoor bevestigen dat hij zich optimaal zal voorbereiden.
- De selectie staat open voor de H/D20.
- Er worden 3 selectieproeven voorzien:
 - o Sprint en 3.000 m : zaterdag 23/04
 - o Zondag 24/04 : sprint
- De selectie wrdt aangevuld tot 3 heren en 3 dames, op basis van de ranking waarvoor de punten worden opgeteld die behaald werden tijdens elk van de drie selectieproeven.
 - o Voor de 2 sprints worden telkens volgende punten toegekend: de eerste 4 punten, de 2^{de} 3 punten, de 3^{de} 2 punten en de 4^{de} 1 punt, de overigen geen punten.
 - o De atleten moeten tijdens minstens één van de proeven onder de 115% van de winnaar blijven, inbegrepen de alfa-coëfficiënt (zie programma juniors voor een volledige omschrijving).

- o Sur le 3.000 m les points sont attribués de la manière suivante :

Hommes

max 8'45" = 4 points

8'46" – 9'00" = 3 points

9'01" – 9'15" = 2 points

9'16" – 9'30" = 1 point

Au dessus de 9'30" = 0 point

Dames

max 10'30" = 4 points

10'31" – 10'50" = 3 points

10'51" – 11'10" = 2 points

11'11" – 11'30" = 1 point

au dessus de 11'30" = 0 point

- o En cas d'ex-aequo en points, les entraîneurs font une proposition conjointe à la Commission des Equipes.

- o Voor de 3.000 m worden de punten als volgt toegekend:

Heren

max 8'45" = 4 punten

8'46" – 9'00" = 3 punten

9'01" – 9'15" = 2 punten

9'16" – 9'30" = 1 punt

meer dan 9'30" = geen punten

Dames

max 10'30" = 4 punten

10'31" – 10'50" = 3 punten

10'51" – 11'10" = 2 punten

11'11" – 11'30" = 1 punt

meer dan 11'30" = geen punten

- o Bij ex-aequo maken de trainers een gezamenlijk voorstel over aan de Ploegencommissie.

B. Classique :

- La sélection aura lieu le 02/04 et 03/04 en Suède à Stromstad.
- la sélection compte pour la moyenne distance, la longue distance et le relais.
- sur base de ses résultats au WOC 2015, Yannick Michiels bénéficie d'une "wild card" pour le relais.
- Il y a deux épreuves de sélection :
 - o middle en Suède samedi 2 avril (à confirmer)
 - o longue en Suède dimanche 3 avril (à confirmer)
- La sélection n'est pas ouverte aux H/D20.
- La sélection se compose de maximum 3 hommes et 3 dames, sur base d'un ranking obtenu en additionnant les points obtenus lors des deux courses : 1er = 3 points, 2ème = 2 points, 3ème = 1 point et les suivants = 0 point.
- Les athlètes doivent sur au moins une des courses faire moins que 115% du temps du vainqueur en ce compris le coefficient alpha (voir programme junior pour une description complète).
- En cas d'ex-aequo en points, les entraîneurs font une proposition conjointe à la Commission des Equipes.

B. Klassiek :

- De selectie zal op 02/04 en 03/04 plaatsvinden te Stromstad in Zweden.
- De selectie zal gelden voor de middle distance, voor de long distance en voor de aflossing.
- Op basis van zijn resultaten tijdens de WOC 2015, krijgt Yannick Michiels een "wild card" voor de aflossing.
- Er worden twee selectieproeven gehouden.
 - o middle in Zweden op zaterdag 2 april (te bevestigen)
 - o long in Zweden op zondag 3 april (te bevestigen)
- De selectie staat niet open voor de H/D20.
- De selectie omvat maximum 3 heren en 3 dames, op basis van de ranking die verkregen wordt door optelling van de punten die tijdens de proeven behaald werden: de eerste 3 punten, de 2^{de} 2 punten, de 3^{de} 1 punt, de overigen geen punten.
- De atleten moeten tijdens minstens één van de proeven onder de 115% van de winnaar blijven, inbegrepen de alfa-coëfficiënt (zie programma juniors voor een volledige omschrijving).
- Bij ex-aequo maken de trainers een gezamenlijk voorstel over aan de Ploegencommissie.

3. Sélection World Cups et Championnats d'Europe

- Seuls les athlètes qui ont réussi le test physique ou bénéficient d'une « wild card » peuvent prétendre à une sélection.
- La sélection sera établie par la Commission des Equipes sur proposition conjointe des deux entraîneurs. S'il y a trop de candidats par rapport aux places disponibles, les sélections WOC serviront de référence.

3. Selectie World Cups en Europese kampioenschappen

- Enkel de atleten die geslaagd zijn voor de fysieke test of zij die beschikken over een « wild card » kunnen geselecteerd worden.
- De selectie zal gebeuren door de Ploegencommissie, op gezamenlijk voorstel van de twee trainers. Indien er meer kandidaten dan beschikbare plaatsen zijn, dan zullen de WOC-selecties als referentie genomen worden.
-