

INFO & START SEIZOEN 2026



**IZEGEMSE
TRIATLON CLUB**

#THXPARTNERS



LET'S GET STARTED!

01

ALGEMEEN

- Partners
- ITC goes WK Ironman
- Clubinfo
- Jeugdwerking
- Trainingen
- Regelmatigheids-criterium
- Inschrijvingen & kledij

02

NIEUWE LEDEN

- DDF
- Trainingen
- Lidmaatschap
- API's
- Communicatie

03

BAR

#THXPARTNERS



ITC GOES WK IRONMAN NICE

PROFICIAT

WANNES CAUWELIER

WK IRONMAN NICE 2025



ITC GOES WK IRONMAN HAWAII

4 ITC DAMES – UNIEK!

- Evelyn
- Katrien
- Nancy
- Charlotte



Izegemse Triatlon Club

Gepubliceerd door Jonas Lybeer · 7 oktober om 14:55 ·

Nadat we vorige maand al Wannes Cauwelier succesvol het **IRONMAN World Championship** voor mannen in **Nice** zagen afwerken is het zondag aan de dames in Kona, Hawaii! 🥳🥳

We citeren graag even Hans van **3athlon.be**: "En de strafste club is NXTPlan-ITC Izegem die vier (4!) vrouwen op de startlijst hebben staan." 🕶️

Komend weekend zullen Evelyn, Charlotte, Katrien & Nancy het beste van zichzelf geven! We wensen hen alvast heel veel succes en duimen mee! 💪

#ironman #ironmanworldchampionship #kona #hawaii #triathlon #triatlon



3athlon.be

7 oktober om 07:29 ·

Geen Belgische pro-triatletes maar wel 32 Belgische age group triatletes die zaterdag 11 oktober aan de start staan van het WK Ironman ... **Lees meer**



IZEGEMSE
TRIATLON CLUB

ITC GOES WK IRONMAN HAWAII



NXTPLAN-ITC

TRADITIE...

Sinds 1986
+30 jaar wedstrijden
Kampioenen

BEGELEIDING...

Trainers
Begeleiders
Schema's
DDF-traject

FAMILIECLUB...

Jeugd +12
Volwassenen
Recreatief
Competitief

GROUP DIRICKX DDF'ers aan het woord!



JEUGDWERKING

- **SCHITTEREND JAAR DANKZIJ TRAINERS, OUDERS & ATLETEN!**
 - Jeugdkamp met 22 atleten!
 - Paaskamp
 - Teambuildingsactiviteiten
 - Gezamenlijke deelnames aan wedstrijden



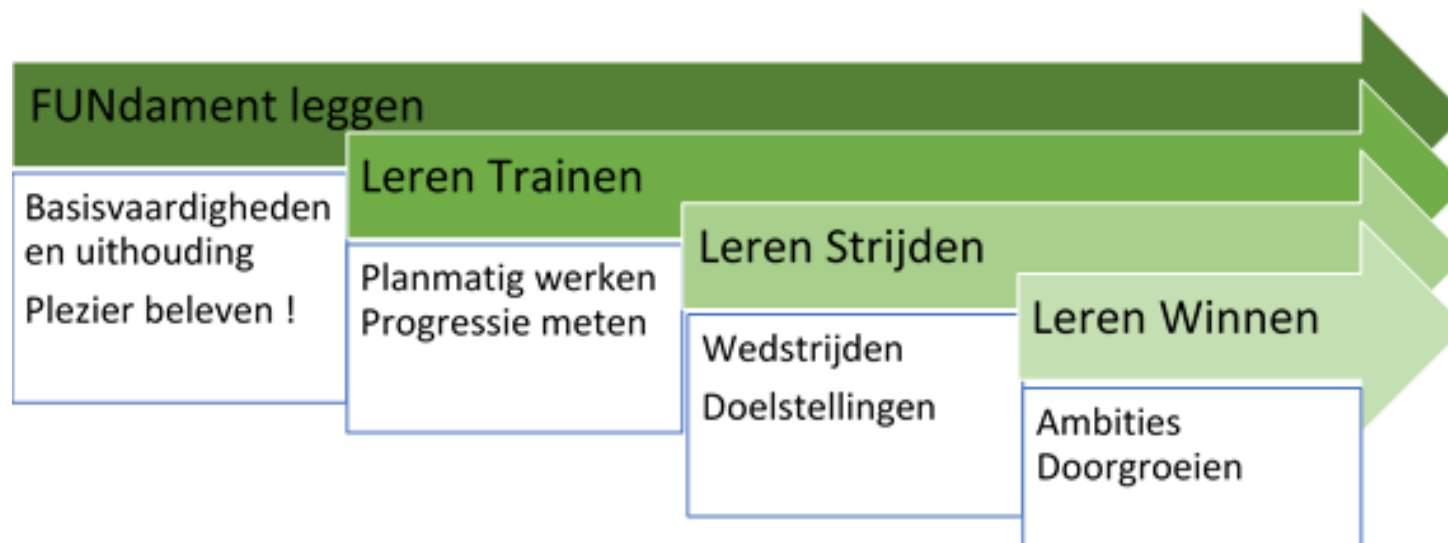
MISSIE & VISIE

1. ONZE MISSIE

- Ideale omstandigheden creëren om iedere triatleet te helpen zijn/haar doelstellingen te bereiken!

2. ONZE VISIE

- Samen trainen, samen ontwikkelen, samen beleven, samen plezier hebben !
- De groepstrainingen zijn het centrale zenuwstelsel van onze jeugdwerking



TRAININGEN JEUGD

1. TRAININGSBEGELEIDING

- Verschillende geschoolde en erkende trainers

2. GROEPSTRAININGEN

- Veel zwemmogelijkheden
- 2 looptrainingen per week op dinsdag en donderdag
- Fietstraining op vrijdag (piste) en zondag (vanaf februari)
- Core stability op woensdag
 - jonge jeugd (onder 16 jaar) op woensdagavond voor de zwemtraining in Sporthal College
 - vanaf 16 jaar op maandagavond om 19u30 bij BWGPNT

3. STAGE, KAMP & TEAMBUILDING



JEUGDBEGELEIDINGSTEAM

1. WIE ?

- Ouders, trainers, bestuur, sympathisanten

2. WAT ?

- Organisatie wedstrijdbeleving / evenementen / teamdag / stage
- Haalbaar
- Jaar- en meerjarenplanning
- Coördinatie trainingen
- Communicatie



TRAININGEN VOLWASSENEN

1. MAANDELIJKSE TRAININGSSCHEMA'S

- 3 niveaus

2. GROEPSTRAININGEN

- Bijna elke dag mogelijkheid om te zwemmen – Gratis toegang
- 1 looptraining per week op donderdag (3 niveaus)
- 1 fietstraining per week op zondag (3 niveaus – vanaf februari)
- 1 core-training per week op maandagavond om 19u30 bij BWGPNT (€5/sessie)

3. PERSOONLIJKE BEGELEIDING (extra – groepstrainingen steeds met clubschema)

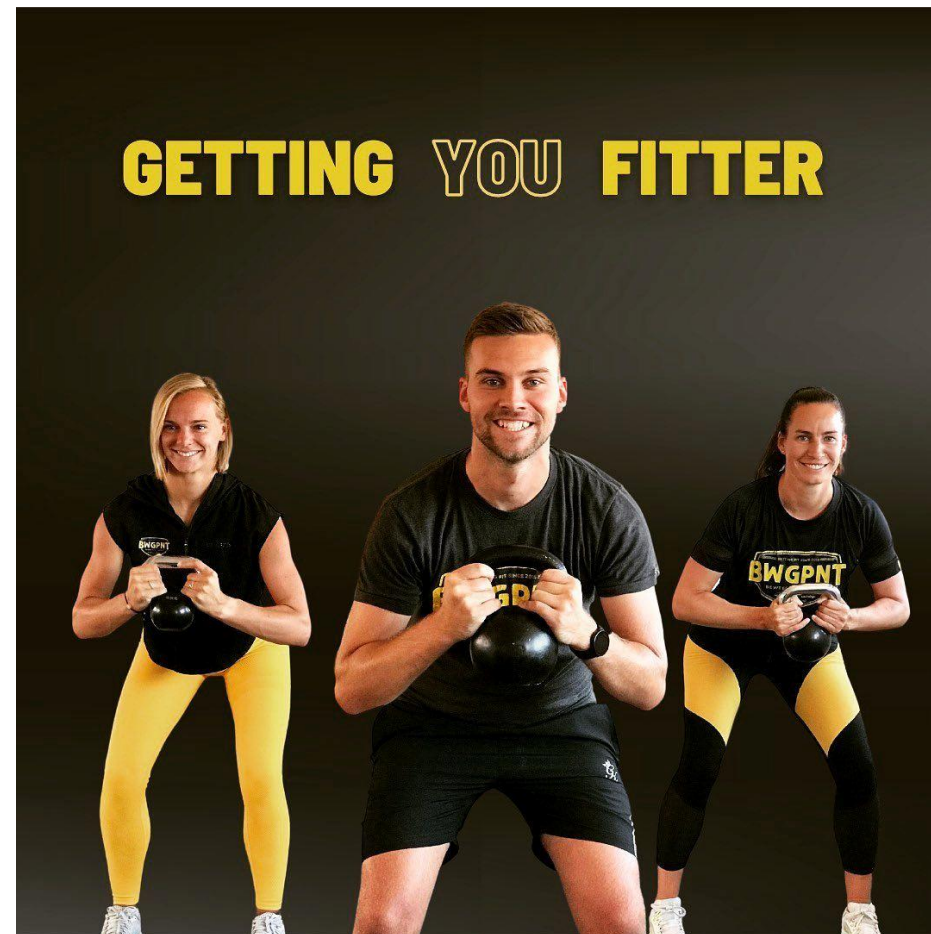
4. BUITENLANDSE STAGE

**+1250 MIN.
PER WEEK!**

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Izegem 06:00 – 07:00 Zwemmen	Izegem 06:00 – 07:00 Zwemmen	Izegem 06:00 – 07:00 Zwemmen	Izegem 06:00 – 07:00 Zwemmen	Izegem 06:00 – 07:00 Zwemmen	Izegem 11:30 – 12:30 Zwemmen	Izegem 08:00 / 08:15 / 08:30 Fietsen OOK JEUGD
Izegem 20:45 – 22:00 Zwemmen	Izegem 19:00 – 20:00 Lopen JEUGD	Izegem 19:45 – 22:00 Zwemmen Lichtervelde 21:00 – 22:00 Zwemmen	Izegem 18:30 of 19:00 – 20:30 Lopen			
Izegem - BWGPNT 19:30 – 20:15 Coretraining		Izegem - PRIZMA College 18:15 – 19:15 Coretraining JEUGD				
Rumbeke Fietsen JEUGD						

CORE BIJ BWGPNT

- 12 deelnemers per sessie
- Maandagavond 19u30 tot 20u15
- Vanaf 16 jaar
- €5 per sessie
- Korting bij andere groepslessen BWGPNT



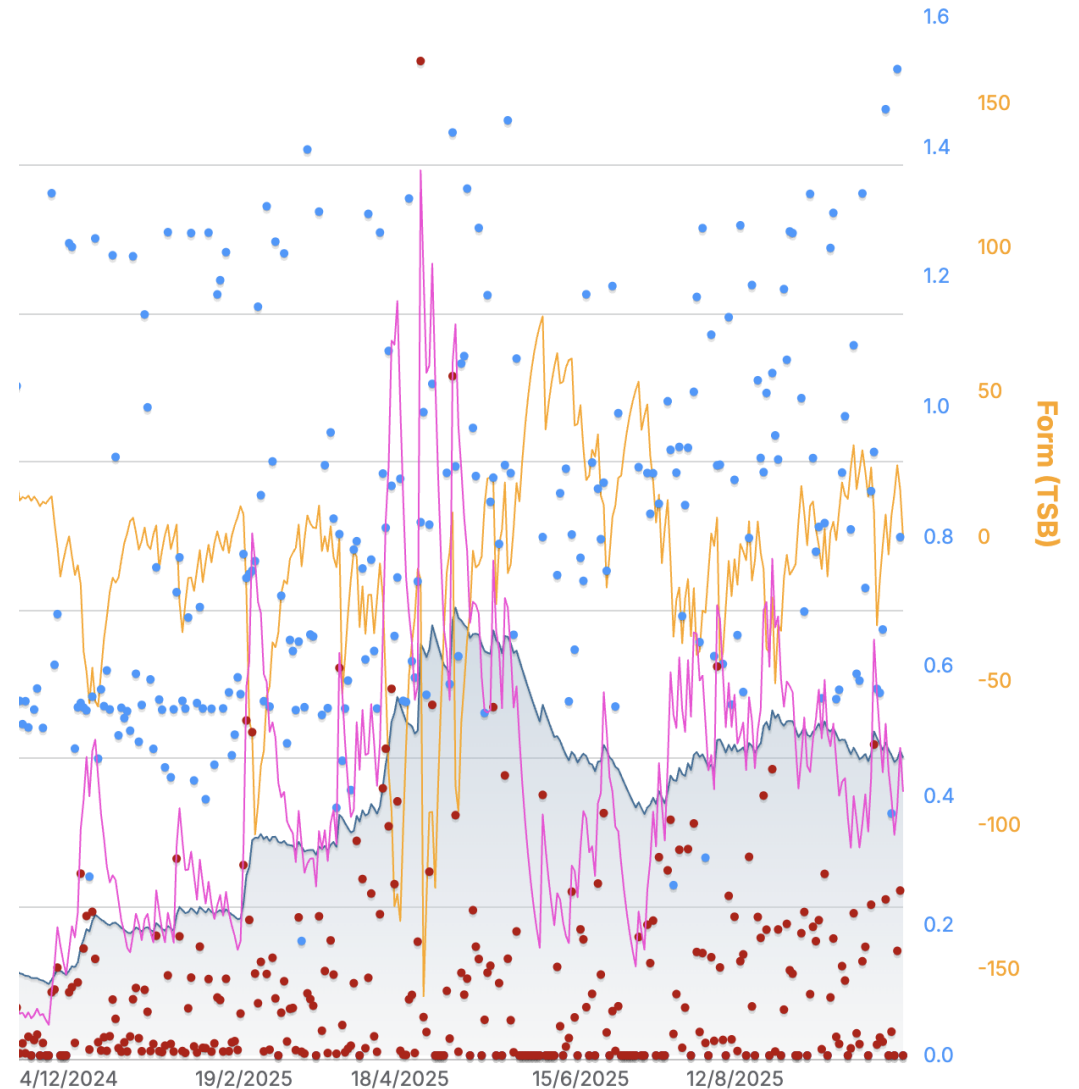
BUITENLANDSE STAGE

- Waarom op Stage?



BUITENLANDSE STAGE

- Waarom op Stage?



BUITENLANDSE STAGE

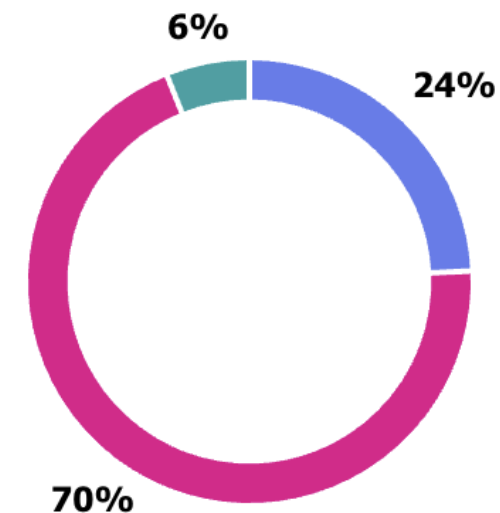
- Zo was het dit jaar:

<https://youtu.be/kkhSdFjLDpc?si=xR7D0rQNa4Ebbwry>

BUITENLANDSE STAGE

- Resultaten Bevraging

- Vind ik Cesenatico prima, ik zou nog wel eens meegaan gezien prijs/kwaliteit
- Is het echt wel tijd voor iets nieuws: Mallorca, Calpe, ... here I come
- Andere



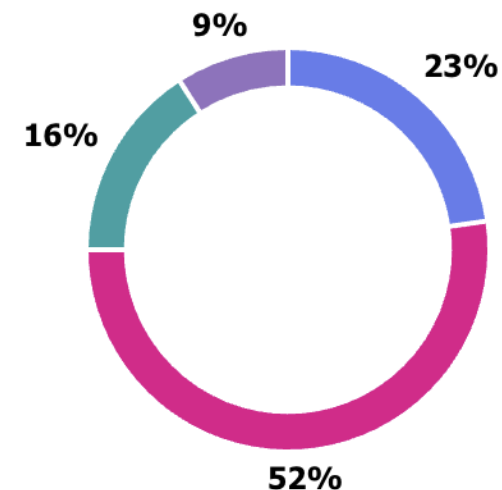
BUITENLANDSE STAGE

• Resultaten Bevraging

5. Qua Budget (meerdere antwoorden mogelijk). Zijn inbegrepen: verblijf in half pension (ontbijt & avondmaal), vervoer en fietstransport of fietsverhuur. En soms dranken aan tafel 🍷

[Meer details](#)

- Type Cesenatico. Vervoer per bus 🚌 < minder dan 1000 EUR
- Type Mallorca/Calpe/... (basic). Vervoer per ✈️ < minder dan 1250 EUR
- Type Mallorca/Calpe/... (premium). Vervoer per ✈️ < minder dan 1400 EUR
- Andere



BUITENLANDSE STAGE

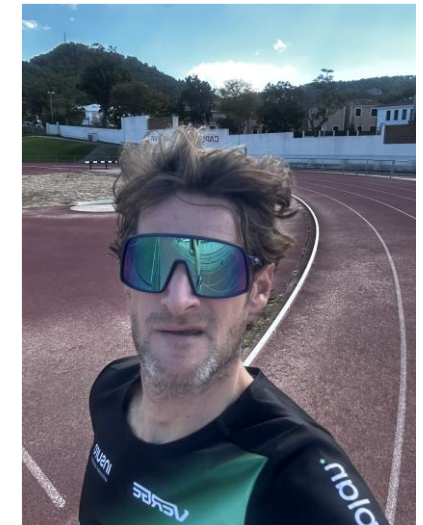
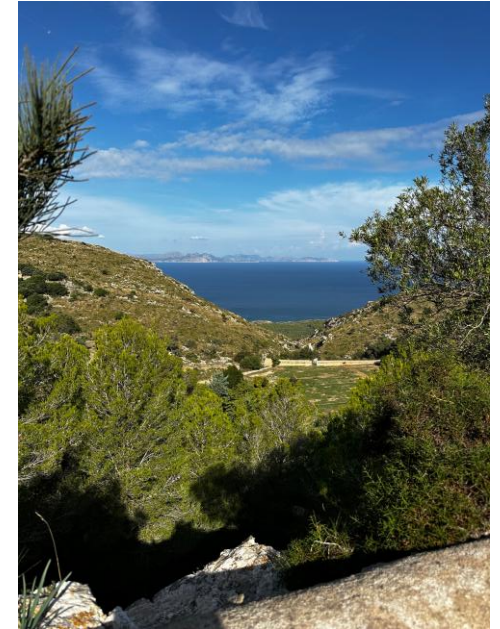
Stage 2026 - MALLORCA

- Eerste week paasvakantie (za 4 – za 11 apr)
- 1249 EUR
- Met vliegtuig, vanuit Oostende
- Inclusief fietsverhuur*
- Verwarmd Zwembad in hotel
- Dranken aan tafel inclusief (half pension)



BUITENLANDSE STAGE

Stage 2026 - MALLORCA



WEDSTRIJDEN 2026

1. 34^{ste} TVH TRIATLON IZEGEM CENTRUM | 14 MEI 2026

- Just 4 Fun (ook voor jeugd!)
- Kwarttriatlon
- Kwarttriatlon TRIO

2. MEMORIAL LUC INGELBEEN – CK | 22 AUGUSTUS 2026

- Jeugdwedstrijden
- Sprinttriatlon – Open Clubkampioenschap
- Gratis voor leden – Open voor iedereen
- Afterparty



34^{ste} TVH TRIATLON IZEGEM CENTRUM

14 MEI 2026

- **Kwarttriatlon**
 - 1000m zwemmen
 - 40km fietsen
 - 10km lopen
 - Ook voor trio's
- **Just 4 Fun triatlon (ook voor jeugd)!!**
 - 300m zwemmen
 - 10km fietsen
 - 3km lopen



WERKGROEP

- **VRIJWILLIGERS GEZOCHT!**
 - ORGANISATIES VAN EVENTS & WEDSTRIJDEN
- **bRUNch**
- **TRIATLON IZEGEM CENTRUM**
- **MEMORIAL LUC INGELBEEN – CLUBKAMPIOENSCHAP**



AGENDA

- **ZWEMTRAININGEN** vanaf **MAANDAG 13 OKTOBER 2025**
- **LOOPTRAININGEN** vanaf **DONDERDAG 16 OKTOBER 2025**
- **CORE STABILITY** reeds opgestart – zie wekelijkse mail
- **PASMOMENT KLEDIJ – ZATERDAG 8 NOVEMBER 2025** – 10u-13u – Zwembad
- **KENNISMAKINGSTRaining** op **ZONDAG 23 NOVEMBER 2025** – Wallemote
- **BAEKELANDT CORRIDA** LENDELEDE – **ZATERDAG 13 DECEMBER 2025**
- **SAN SILVERSTERCROSS** SINT-ELOOIS-WINKEL – **ZONDAG 28 DECEMBER 2025**
- **PLOEGVOORSTELLING & NIEUWJAARSRECEPTIE** – **VRIJDAG 23 JANUARI 2026**

AGENDA

- **LACTAATTESTEN LOPEN – 17 JANUARI / 14 FEBRUARI / 18 APRIL / 9 MEI 2026**
- **BRUNCHTRAINING – ZONDAG 1 FEBRUARI 2026**
- **EERSTE FIETSTRaining – ZONDAG 8 FEBRUARI 2026**
- **STAGE MALLORCA – ZATERDAG 4 APRIL t.e.m. ZATERDAG 11 APRIL 2026**
- **34^{ste} TRIATLON IZEGEM CENTRUM - DONDERDAG 14 MEI 2026**
- **MEMORIAL LUC INGELBEEN CK – ZATERDAG 22 AUGUSTUS 2026**

REGELMATIGHEIDSCRITERIUM NXTPlan-ITC

REGELMATIGHEIDSCRITERIUM

- 8 events – minstens 5 x aanwezig
- Meehelpen = deelnemen (bv. Bij blessure...)
- Trekking op Clubkampioenschap Memorial Luc Ingelbeen 2026

1. Kennismakingstraining

2. Baekelandtcorrida

3. San Silvestercross

4. Ploegvoorstelling + nieuwjaarsreceptie

5. bRUNch

6. TVH Triatlon Izegem Centrum

7. Clubstage

8. Memorial Luc Ingelbeen / CK

REGELMATIGHEIDSCRITERIUM NXTPlan-ITC

Winnaar 2025: Evelyn Degrendele



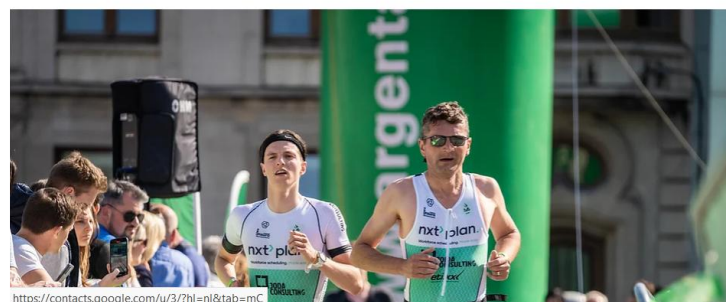
NXTPLAN-ITC SHOP

- <https://www.izegemsetriatlon.be/shop>
- Alle partners van de club!
- Voordelen bij heel wat clubpartners (Etixx, Trek-fietsen via Pulso, Running Center...)



Teamshop

Maak kennis en geniet van de voordelen bij onze partners!
Koop onze officiële clubkledij of verzilver één van de vele kortingen.



Official NXTPlan-JODA-ITC teamwear

Leden ontvangen na betalen van hun inschrijving
een **voucher** voor het basispakket. De **Trisuit** zelf is

KLEDIJ

1. NIEUWE TENUE'S, BETERE KWALITEIT!
2. BIJBESTELLEN MOGELIJK
3. PASMOMENT: ZATERDAG 8 NOVEMBER 2025 - ZWEMBAD
4. ONLINE BESTELLEN VIA WEBSHOP



WAT OMVAT LIDMAATSCHAP?

1. **WEDSTRIJDPAK** (inbegrepen)
2. **BASISPAKKET KLEDIJ** (aan ledenprijs)
3. **BADMUTS**
4. **TRAININGSSCHEMA'S**
5. **TRAININGEN**
 - Zwemtrainingen in Izegem & Lichtervelde
 - 1 of 2 looptraining(en) in groep per week
 - 1 of 2 fietstraining(en) in groep per week
 - Openwatertrainingen in mei & juni
 - Core-trainingen (mits opleg)
6. **1 LACTAATTEST LOPEN OF ZWEMMEN**
7. **GRATIS DEELNAME**
 - Persvoorstelling
 - Baekelandt Corrida Lendelede
 - TVH Triatlon Izegem Centrum (mits aanbrengen sponsor)
 - CK / Memorial Luc Ingelbeen
 - Teambuilding
8. **KORTING BIJ SPONSORS**
 - Pulso Preventielab, Etixx, Bontrager, Trek, Running center...
9. **EEN ONGEËVENAARDE AMBIANCE**

LIDMAATSCHAP

- | | |
|--------------------------|---------------------------------|
| 1. JEUGD -16 | € 205 – incl. wedstrijdlicentie |
| 2. JEUGD A (2008 & 2009) | € 220 – incl. wedstrijdlicentie |
| 3. JUNIOREN | € 255 – incl. wedstrijdlicentie |
| 4. VOLWASSENEN | € 305 – incl. lidkaart 3VL |
- 1. Optie: Volwassen-opleg wedstrijdlicentie 60€

**Vanaf 2de gezinslid - € 10 korting (per bijkomend gezinslid)

LIDMAATSCHAP 3VL

1. **LIDMAATSCHAP 3VL (en basisverzekering) inbegrepen in het lidgeld**
2. **WEDSTRIJDLICENTIE niet inbegrepen, optioneel €60 extra bij inschrijving**
 - MAAR: ZELF AAN TE VRAGEN VIA 3VL PORTAAL
 - **PROEFLICENTIE (1^{ste} keer wedstrijdlicentie) : €35 extra bij inschrijving**
3. **MEDISCH ATTEST**
 - Wedstrijdlicentie → Jeugd +12 & volwassenen

LIDMAATSCHAP NXTPlan-ITC

- FORMULIER ONLINE VIA IZEGEMSE TRIATLON.BE/LIDWORDEN
 - <https://www.star-tracking.be/orderticket/958>



COMMUNICATIEKANALEN

- **FACEBOOKGROEP – NXTPlan-ITC 2026**
 - Leden & familie
- **FACEBOOK: izegemsetriatlonclub**
- **INSTAGRAM: @nxtplan_itc**
- **LINKEDIN: izegemsetriatlonclub**
- **E-MAIL COÖRDINATOREN**
 - coordinatoren@izegemsetriatlon.be

LET'S GET STARTED!

01

ALGEMEEN

- Partners
- ITC goes WK Ironman
- Clubinfo
- Jeugdwerking
- Trainingen
- Regelmatigheids-criterium
- Inschrijvingen & kledij

02

NIEUWE LEDEN

- DDF
- Trainingen
- Lidmaatschap
- API's
- Communicatie

03

BAR

#THXPARTNERS



LET'S GET STARTED!

01

ALGEMEEN

- Partners
- ITC goes WK Ironman
- Clubinfo
- Jeugdwerking
- Trainingen
- Regelmatigheids-criterium
- Inschrijvingen & kledij

02

NIEUWE LEDEN

- DDF
- Trainingen
- Lidmaatschap
- API's
- Communicatie

03

BAR

TRIATLEEK → TRIATLEET

1. TRIATLEEK → TRIATLEET IN GROEP MET TRAININGSSHEMA
2. START TRAININGEN OKTOBER 2025
3. **START 2 CRAWL** VANAF ZATERDAG 8 NOVEMBER
 - EXTRA AANDACHT VOOR TECHNIEK & CRAWL MET TRAINER DAVY
4. DOEL: TVH KWART TRIATLON IZEGEM CENTRUM FINISHEN

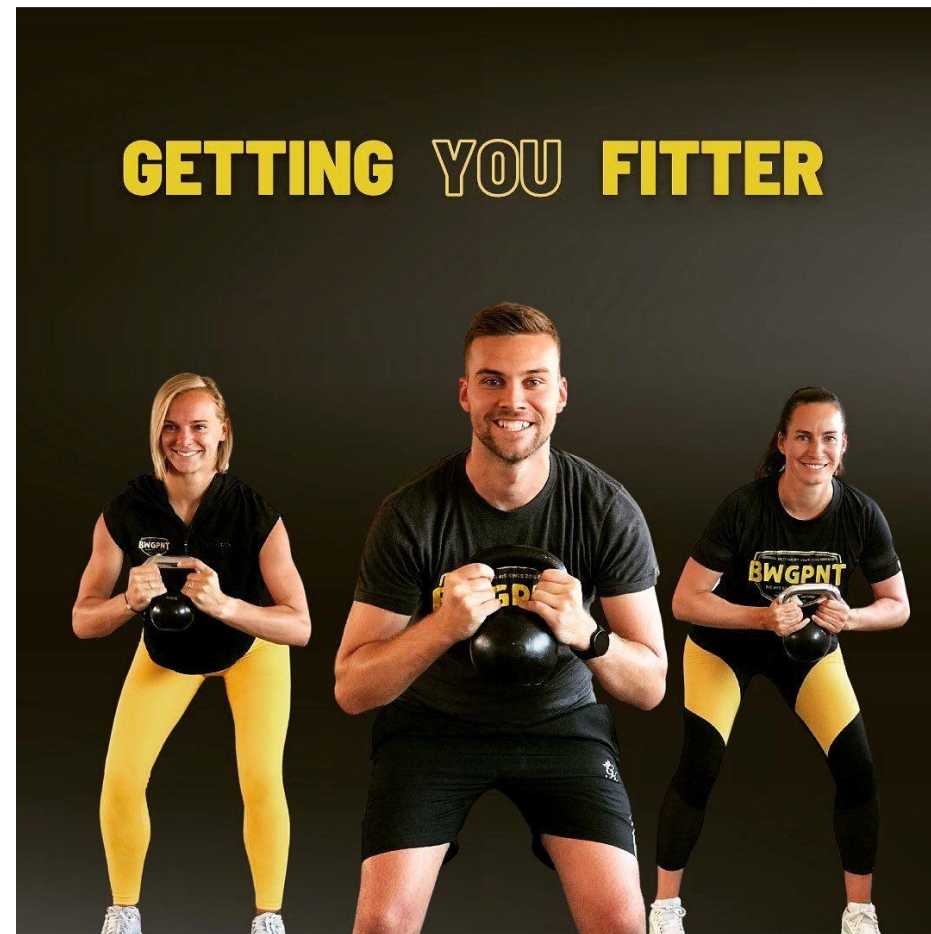


**+1250 MIN.
PER WEEK!**

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Izegem 06:00 – 07:00 Zwemmen	Izegem 06:00 – 07:00 Zwemmen	Izegem 06:00 – 07:00 Zwemmen	Izegem 06:00 – 07:00 Zwemmen	Izegem 06:00 – 07:00 Zwemmen	Izegem 11:30 – 12:30 Zwemmen	Izegem 08:00 / 08:15 / 08:30 Fietsen OOK JEUGD
Izegem 20:45 – 22:00 Zwemmen	Izegem 19:00 – 20:00 Lopen JEUGD	Izegem 19:45 – 22:00 Zwemmen Lichtervelde 21:00 – 22:00 Zwemmen	Izegem 18:30 of 19:00 – 20:30 Lopen			
Izegem - BWGPNT 19:30 – 20:15 Coretraining		Izegem - PRIZMA College 18:15 – 19:15 Coretraining JEUGD				
Rumbeke Fietsen JEUGD						

CORE BIJ BWGPNT

1. 12 deelnemers per sessie
2. Maandagavond 19u30 tot 20u15
3. Vanaf 16 jaar
4. €5 per sessie



WAT OMVAT LIDMAATSCHAP?

1. **WEDSTRIJDPAK** (inbegrepen)
2. **BASISPAKKET KLEDIJ** (aan ledenprijs)
3. **BADMUTS**
4. **TRAININGSSCHEMA'S**
5. **TRAININGEN**
 - Zwemtrainingen in Izegem & Lichtervelde
 - 1 of 2 looptraining(en) in groep per week
 - 1 of 2 fietstraining(en) in groep per week
 - Openwatertrainingen in mei & juni
 - Core-trainingen (mits opleg)
6. **1 LACTAATTEST LOPEN OF ZWEMMEN**
7. **GRATIS DEELNAME**
 - Persvoorstelling
 - Baekelandt Corrida Lendeledede
 - 34^{ste} Triatlon Izegem Centrum (mits aanbrengen sponsor)
 - CK / Memorial Luc Ingelbeen
 - Teambuilding
8. **KORTING BIJ SPONSORS**
 - Pulso Preventielab, Etixx, Bontrager, Trek, Running center...
9. **EEN ONGEËVENAARDE AMBIANCE**

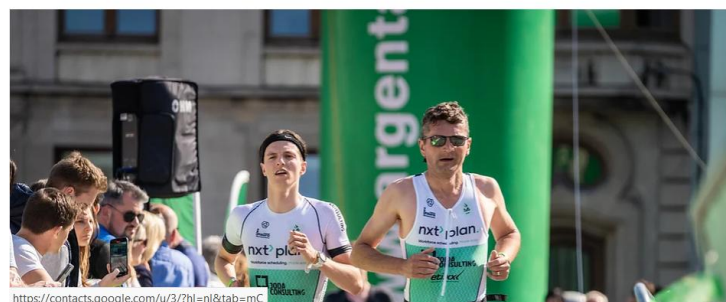
NXTPLAN-ITC SHOP

- <https://www.izegemsetriatlon.be/shop>
- Alle partners van de club!
- Voordelen bij heel wat clubpartners (Etixx, Trek-fietsen via Pulso, Running Center...)



Teamshop

Maak kennis en geniet van de voordelen bij onze partners!
Koop onze officiële clubkledij of verzilver één van de vele kortingen.



Official NXTPlan-JODA-ITC teamwear

Leden ontvangen na betalen van hun inschrijving
een **voucher** voor het basispakket. De **Trisuit** zelf is

KLEDIJ

1. BASISPAKKET = VERPLICHT

1. Fietsbroek (kort)
2. Fietstrui korte mouwen
3. Fietstrui/tussenseizoensvest lange mouwen
4. Wedstrijdpak

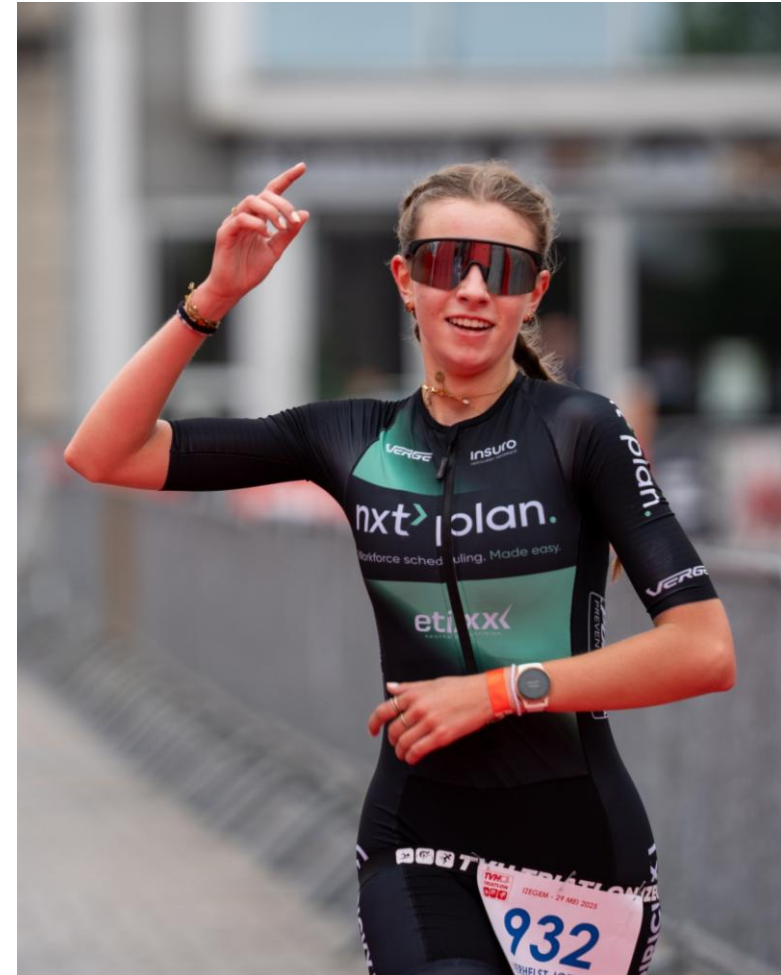
2. BIJBESTELLEN MOGELIJK

3. PASMOMENT: ZATERDAG 8 NOVEMBER 2025 – 10u-13u – Zwembad Izegem



KLEDIJ

1. VERPLICHT TIJDENS WEDSTRIJDEN & CLUBTRAININGEN
2. EXTRA KLEDIJ KAN
 - Beenstukken
 - Lange broek
 - ...
3. ONLINE BESTELLEN VIA BLUE GLOBE SPORTS



LIDMAATSCHAP

- | | |
|--------------------------|---------------------------------|
| 1. JEUGD -16 | € 205 – incl. wedstrijdlicentie |
| 2. JEUGD A (2008 & 2009) | € 220 – incl. wedstrijdlicentie |
| 3. JUNIOREN | € 255 – incl. wedstrijdlicentie |
| 4. VOLWASSENEN | € 305 – incl. lidkaart 3VL |
- 1. Optie: Volwassen-opleg wedstrijdlicentie 60€

**Vanaf 2de gezinslid - € 10 korting (per bijkomend gezinslid)

LIDMAATSCHAP 3VL

1. **LIDMAATSCHAP 3VL (en basisverzekering) inbegrepen in het lidgeld**
2. **WEDSTRIJDLICENTIE niet inbegrepen, optioneel € 50 extra bij inschrijving**
 - MAAR: ZELF AAN TE VRAGEN VIA 3VL PORTAAL
 - PROEFLICENTIE (1^{ste} keer wedstrijdlicentie): € 25 extra bij inschrijving
3. **MEDISCH ATTEST**
 - Wedstrijdlicentie → Jeugd +12 & volwassenen

LIDMAATSCHAP

- FORMULIER ONLINE VIA [IZEGEMSETRIATLON.BE/LIDWORDEN](https://izegemsetriatlon.be/lidworden)



COMMUNICATIEKANALEN

- **FACEBOOKGROEP – NXTPlan-ITC 2026**
 - Leden & familie
- **FACEBOOK: izegemsetriatlonclub**
- **INSTAGRAM: @nxtplan_itc**
- **LINKEDIN: izegemsetriatlonclub**
- **E-MAIL COÖRDINATOREN**
 - coordinatoren@izegemsetriatlon.be



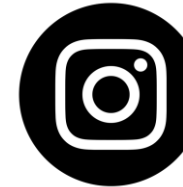
www.izegemsetriatlon.be



izegemsetriatlonclub



izegemsetriatlonclub



NXTPLAN_ITC

LET'S GET STARTED!

01

ALGEMEEN

- Partners
- ITC goes WK Ironman
- Clubinfo
- Jeugdwerking
- Trainingen
- Regelmatigheids-criterium
- Inschrijvingen & kledij

02

NIEUWE LEDEN

- DDF
- Trainingen
- Lidmaatschap
- API's
- Communicatie

03

BAR