

Nieuwsbrief jeugd: januari



Belangrijke data

13 januari	PK veldloop Mechelen
20 januari	veldloop Herentals
27 januari	veldloop Geel
17 februari	veldloop Lommel
23 februari	indoor Herentals
24 februari	BK veldloop Brussel
3 maart	veldloop Tessenderlo
27 april	beker van Vlaanderen voor pupillen en miniemen meisjes
28 april	beker van Vlaanderen voor pupillen en miniemen jongens
25 mei	jeugdmeerkamp



Beste wensen

Namens alle trainers en bestuursleden willen we jullie het allerbeste toewensen voor het komende jaar: Een goede gezondheid, veel vriendschap, goede prestaties en vooral veel plezier met elkaar en in het samen sporten!

Trainingen in de eindejaarsperiode

Tijdens de eindejaarsperiode kunnen jullie genieten van een welverdiende kerstvakantie en wordt er geen training gegeven. De trainingen worden hervat op dinsdag 8 januari.

Naamtekenen van kleding

Gelieve eraan te denken om alle truien, (regen)jassen, clubkledij ... te naamtekenen. Dit geldt vooral voor alles wat wordt uit gedaan op training of op wedstrijden. Ook de kleding van decathlon wordt door heel veel atleten gedragen waardoor het voor ons onmogelijk is om bij te houden wat nu juist van wie is. Als er een naam in de kleding staat vermeld, kunnen we het terug bezorgen. Vergeet tijdens de winterperiode ook de handschoenen en mutsen niet.

Trainingsuren

Gelieve er voor te zorgen dat jullie kinderen op tijd aanwezig zijn op de training en dat er vooraf naar het toilet wordt gegaan. Het is als trainer zeer vervelend als de training telkens wordt onderbroken door laatkomers of kinderen die naar het toilet moeten.

maandplanning: januari

		benjamin	pupil	miniem
Dinsdag	1	GELUKKIG NIEUWJAAR !! GEEN training		
Woensdag	2			
Donderdag	3	GEEN training	GEEN training	GEEN training
Vrijdag	4			
Zaterdag	5			
Zondag	6			
Maandag	7			
Dinsdag	8	training	training	training
Woensdag	9			
Donderdag	10	training	training	training
Vrijdag	11			
Zaterdag	12			
Zondag	13	PK Veldloop Mechelen Sportpark De Nekker - Nekkerspoel Borcht - 2800 Mechelen Vertrek : 8.15u in Oud-Turnhout aan de brug over de E34 Begin : 10.30u (Kangoeroes 10u20) 2 punten te verdienen Uurschema zie onderaan		
Maandag	14			
Dinsdag	15	training	training	training
Woensdag	16			
Donderdag	17	training	training	training
Vrijdag	18			
Zaterdag	19			
Zondag	20	Veldloop Herentals (Netepark, Blosocentrum, Vorselaarsebaan - Herentals) Vertrek: 10u40 in Arendonk (sportpark) of 10u50 in Retie (sporthal) Begin: 12.30u (12u voor kangoeroes – 12u15 G-loop) 1 punt te verdienen Uurschema zie onderaan		
Maandag	21			
Dinsdag	22	training	training	training
Woensdag	23			
Donderdag	24	training	training	training
Vrijdag	25			
Zaterdag	26			
Zondag	27	Veldloop Geel (Lissenvijver – Sportcentrum De Leunen) Vertrek : 10u30 in Arendonk (sportpark) of 10u40 in Retie (sporthal) Begin : 12.15u (kangoeroes 12u) 1 punt te verdienen Uurschema zie onderaan		
Maandag	28			
Dinsdag	29	training	training	training
Woensdag	30			
Donderdag	31	training	training	training

Opgelet: dit is een planning en kan altijd door de trainers aangepast worden al naargelang de weersomstandigheden en de beschikbare trainers.

PK VELDLOOP MECHELEN : zondag 13 januari 2019

Adres : Sportpark De Nekker, Nekkerspoel Borcht - 2800 Mechelen

Aanvangsuur : 10u30

Vertrekuur : 08u15 aan de brug over de E34 in Oud-Turnhout

Inkomgeld : 5 €

Uurschema

Uur	Categorie	Afstand
10:20	Kangoeroe Meisjes	0
10:25	Kangoeroe Jongens	0
10:30	1ste jaars Benjamin Meisjes	875
10:35	2de jaars Benjamin Meisjes	875
10:40	1ste jaars Benjamin Jongens	875
10:45	2de jaars Benjamin Jongens	875
10:50	1ste jaars Pupil Meisjes	1185
10:57	2de jaars Pupil Meisjes	1185
11:04	1ste jaars Pupil Jongens	1185
11:11	2de jaars Pupil Jongens	1185
11:18	1ste jaars Miniem Meisjes	1780
11:27	2de jaars Miniem Meisjes	1780
11:36	1ste jaars Miniem Jongens	1780
11:45	2de jaars Miniem Jongens	1780
12:34	G-loop	0
12:44	Cadet Meisjes	2170
12:54	Cadet Jongens	2765
13:06	Scholier Meisjes	2765
13:18	Scholier Jongens	4345
13:36	Korte Cross Vrouwen	1780
13:45	Korte Cross Mannen	2765
14:00	Junior Meisjes	4940
	Master Vrouwen	
14:30	Senior Vrouwen	4940
14:58	Junior Jongens	6520
	Master 35 - 45 Mannen	
15:30	Senior Mannen	8100
16:10	Master 50+ Mannen	4345

VELDLOOP AC HERENTALS : zondag 20 januari 2019

Adres : Netepark Herentals, Vorselaarsebaan - 2200 Herentals

Aanvangsuur : 12u30 (Kangoeroes 12u – G-loop 12u15)

Vertrekuur : 10u40 sportpark Arendonk

10u50 sporthal Retie

Inkomgeld : 5 €

Uurschema

Uur	Categorie	Afstand
12:00	Kangoeroe Meisjes	0
12:05	Kangoeroe Jongens	0
12:15	G-loop	0
12:30	1ste jaars Benjamin Meisjes	760
12:35	2de jaars Benjamin Meisjes	760
12:40	1ste jaars Benjamin Jongens	760
12:45	2de jaars Benjamin Jongens	760
12:50	1ste jaars Pupil Meisjes	1000
12:55	2de jaars Pupil Meisjes	1000
13:00	1ste jaars Pupil Jongens	1000
13:05	2de jaars Pupil Jongens	1000
13:10	1ste jaars Miniem Meisjes	1530
13:17	2de jaars Miniem Meisjes	1530
13:24	1ste jaars Miniem Jongens	1530
13:31	2de jaars Miniem Jongens	1530
13:38	Cadet Meisjes	2300
13:48	Cadet Jongens	2830
14:00	Scholier Meisjes	3270
14:13	Scholier Jongens	4730
14:30	Junior Meisjes	5500
	Senior Vrouwen	
	Master Vrouwen	
15:00	Senior Mannen	9230
15:35	Junior Jongens	6230
	Master 35 - 45 Mannen	
16:00	Master 50+ Mannen	5500

VELDLOOP GEEL : zondag 27 januari 2019

Adres : Sport- & recreatiecentrum 'Lissenvijver', Lissenvijver 10 - 2440 Geel

Aanvangsuur : 12u15 (Kangoeroes 12u)

Vertrekuur : 10u30 sportpark Arendonk

10u40 sporthal Retie

Inkomgeld : 5 €

Uurschema

Uur	Categorie	Afstand
12:00	Kangoeroes Meisjes	0
12:05	Kangoeroes Jongens	0
12:15	1ste jaars Benjamins Meisjes	930
12:21	2de jaars Benajmin Meisjes	930
12:27	1ste jaars Benjamins Jongens	930
12:33	2de jaars Benajmin Jongens	930
12:39	1ste jaars Pupillen Meisjes	1175
12:47	2de jaars Pupillen Meisjes	1175
12:55	1ste jaars Pupillen Jongens	1175
13:03	2de jaars Pupillen Jongens	1175
13:11	1ste jaars Miniemen Meisjes	1820
13:20	2de jaars Miniemen Meisjes	1820
13:29	1ste jaars Miniemen Jongens	1820
13:38	2de jaars Miniemen Jongens	1820
13:48	Cadetten Meisjes	2140
14:00	Cadetten Jongens	2875
14:15	Scholieren Meisjes	2875
14:30	Scholieren Jongens	4575
14:50	Junior Vrouwen	4575
	Senioren Vrouwen	
	Master Vrouwen	
15:15	Junior Mannen	6275
	Master Mannen	
15:45	Senioren Mannen	9675