



## Nieuwsbrief jeugd: december

### Belangrijke data

4 december	veldloop Arac
11 december	indoor kangoeroes en benjamins
18 december	kerstfeestje
19 december	veldloop Lilse Bergen
16 januari	PK veldloop Hulshout
23 januari	veldloop Herentals
30 januari	veldloop Geel
12 februari	indoor pupillen en miniemen
20 februari	veldloop Lommel
26 februari	indoor kangoeroes en benjamins
27 februari	veldloop Tessenderlo
6 maart	BK veldloop Brussel
9 april	Beker van Vlaanderen pupillen en miniemen meisjes
10 april	Beker van Vlaanderen pupillen en miniemen jongens

### Veldloop Arendonk

Zoals in de vorige nieuwsbrief al vermeld werd, organiseren we op **zaterdag 4 december** onze eigen jaarlijkse veldloop in het Congobos. Hopelijk komen jullie massaal naar onze veldloop! Zorg wel dat je om 10u aanwezig bent aan de scoutslokalen met je officiële nummer (als je die hebt).

Uiteraard is dit een druk weekend voor het bestuur en vele vrijwilligers om alles op tijd rond te krijgen. Helpende handen zijn steeds welkom. Als jullie graag willen helpen, mag je dit nog steeds laten weten aan één van de jeugdtrainers.

### Kerstfeestje

Op zaterdag 18 december houden we ons jaarlijks jeugdkerstfeestje. Meer details hieromtrent krijgen jullie in een aparte uitnodiging.



### Trainingen in de eindejaarsperiode

Tijdens de kerstvakantie wordt er geen training gegeven. Jullie kunnen genieten van een welverdiende kerstvakantie.



Op dinsdag 11 januari starten we terug met onze trainingen. Voor onze miniemen is er wel stabilisatietraining op vrijdag 7 januari.

## **VELDLOOP ARAC 04/12/2021**

Adres congobos  
 Inschrijven via <https://www.atletiek.nu/>  
 Tot 1 december 2021  
 Eerste start 10u50 (G-atleten)  
 Aanwezig kan 10u00  
 Ben 10u10  
 Pup 10u30  
 Min 10u50  
 Inkomgeld : 5 €

### Uurschema

#### PROGRAMMA VELDLOOP ARENDONK



<b>Uurschema + aantal ronden ARAC veldloop 2021</b>					
<b>Categorie</b>	<b>Geb.jaar</b>	<b>Ronde</b>	<b>Afstand netto</b>	<b>aantal ronden</b>	<b>startuur 2021</b>
G-Loop	alle leeftijden	D / H	980m	1 X B	10h50
Kangoeroes	2015 / 2016	D	550m	1 x A	11H00
Kangoeroes	2015 / 2016	H	550m	1 X A	11H06
Benjamins	2014	D	550m	1 x A	11H12
Benjamins	2013	D	550m	1 x A	11H18
Benjamins	2014	H	550m	1 x A	11H24
Benjamins	2013	H	550m	1 x A	11H30
Pupillen	2012	D	1140M	1 X C	11H36
Pupillen	2011	D	1140M	1 X C	11H42
Pupillen	2012	H	1140M	1 X C	11H48
Pupillen	2011	H	1140M	1 X C	11H54
Miniemen	2010	D	1650M	2 X B	12H00
Miniemen	2009	D	1650M	2 X B	12H09
Miniemen	2010	H	1650M	2 X B	12H18
Miniemen	2009	H	1650M	2 X B	12H27
Cad	2008 - 2007	D	2650M	2 X B + 1 X C	12H36
Cad	2008 - 2007	H	3140M	3 X C	12H49
Schol - Mas 50+	2006 - 2005	D	3730M	2 X C + 1 X D	13H03
Schol - Mas 50+	2006 - 2005 - 50+	H	4390M	1 X C + 2 X D	13H20
Jun/sen/Mas	2004 -	D	5810M	1 X B + 3 X D	13H39
Sen	2002 -	H	10030M	6 X D	14H11
Jun / Mas 35-40-45		H	6710M	4 X D	14H51
Jun/sen/Mas - korte cross	2004 -	H	2650M	2 X B + 1 X C	15H29
				EINDE +/-	15h40



## **INDOORMEETING Herentals : 11/12/2021**

**(enkel voor kangoeroes en benjamins)**

Adres Bloso sportcentrum – Vorselaarsebaan 60 – 2200 Herentals  
 Inschrijven via <https://www.atletiek.nu/>  
 Vertrek Arendonk 12u00  
 Begin 13u30 (voor iedereen)  
 Aanwezig 12u45 (iedereen)  
 Inkomgeld gratis

### **Programma:**

Kangoeroes : 30m sprint – hoogspringen – stoten – 10x30m aflossing  
 Benjamins : 40m hindernis – verspringen – stoten – 10x40m aflossing

# VELDLOOP Lilse Bergen : 19/12/2021

Adres : Domein Lilse Bergen – Strandweg 3 – 2275 Lille  
 Inschrijven via <https://www.atletiek.nu/>  
 Tot 16/12/2021  
 Vertrek Arendonk 09u40  
 Eerste start 11u00 (G-atleten – kangoeroes 11u10)  
 Aanwezig kan 10u10  
 Ben 10u20  
 Pup 10u40  
 Min 11u00  
 Inkomgeld : 5 €

## Parcours en uurschema

**HEREN** **DAMES**

**AVOS**  
 AVOS vzw organiseert:  
 38ste Vossecross voor DAMES \*ErePrijs DBR  
 26ste VELDLOOP voor HEREN  
 ZONDAG 19 december 2021  
 DOMEIN DE LILSE BERGEN \*GPS: Strandweg, LILLE

**AVOS dankt zijn Hoofdsponsors:**  
 Albert Heijn Peeters-Govers DBR  
 SPORTCITY  
 VELDENBERGSTRART 89 2330 MERKSPLAS  
 www.sportcity.be

11u00 G-loop	600m Start + Mini
11u10 KANGOEROES MEISJES '15-'16	600m Start + Mini
11u15 KANGOEROES JONGENS '15-'16	600m Start + Mini
11u20 BENJAMINS MEISJES '14	600m Start + Mini
11u25 BENJAMINS MEISJES '13	600m Start + Mini
11u30 BENJAMINS JONGENS '14	600m Start + Mini
11u35 BENJAMINS JONGENS '13	600m Start + Mini
11u40 PUPILLEN MEISJES '12	1050m Start + 1B
11u46 PUPILLEN MEISJES '11	1050m Start + 1B
11u52 PUPILLEN JONGENS '12	1050m Start + 1B
11u58 PUPILLEN JONGENS '11	1050m Start + 1B
12u04 MINIEMEN MEISJES '10	1650m Start + 2A
12u13 MINIEMEN MEISJES '09	1650m Start + 2A
12u22 MINIEMEN JONGENS '10	2050m Start + 2B
12u31 MINIEMEN JONGENS '09	2050m Start + 2B
12u40 KADETTEN MEISJES '07 + '08	2625m Start + 1B + 1C
12u55 KADETTEN JONGENS '07 + '08	3200m Start + 2C
13u10 SCHOLIEREN MEISJES '05 + '06	3625m Start + 2B + 1C
13u25 SCHOLIEREN JONGENS '05 + '06	4775m Start + 3C
13u45 KORTE CROSS DAMES (vanaf JUN)	1850m Start + 1A + 1B
13u55 KORTE CROSS HEREN (vanaf JUN)	2625m Start + 1B + 1C
14u10 JUN + MAS + SEN DAMES	5775m Start + 1B + 3C
14u40 SENIOREN HEREN	9500m Start + 6C
15u15 JUNIOREN + MASTERS HEREN	6350m Start + 4C

**Legende:**  
 Toiletten  
 EHBO  
 Start  
 Finish  
 Podium  
 Oversteek  
 Parking  
 Secretariaat  
 Catering  
 Douches  
 Tentenzone

Richting: Snelweg E34 Antwerpen Eindhoven // Afrit 22