



## Nieuwsbrief jeugd: april

### Belangrijke data

6 april	grensloop
22 april	jeugdmeeting Herentals (Kempisch criterium)
26 april	Algemene vergadering en viering kampioenen
27 april	beker van Vlaanderen voor pupillen en miniemen meisjes te Mol
28 april	

Verplicht voor weekeinde

5 mei	Arendonk loopt
25 mei	jeugdmeerkamp ARENDONK

8 juni	jeugdwedstrijd Herenthout (Kempisch criterium)
21 juni	Dwars door Oud-Turnhout
22 juni	Kids Athletics Vosselaar
29 juni	PK voor benjamins, pupillen en miniemen te Turnhout

### Kempisch jeugd criterium

Dit is een regelmatigheids criterium van een aantal zomerwedstrijden hier in de buurt dat wij samen met enkele atletiekverenigingen uit de omgeving (Herentals, Turnhout en Geel) organiseren. In totaal gaat het dit jaar over 7 wedstrijden. Over al deze wedstrijden wordt een totaalstand gemaakt. Je krijgt extra bonuspunten voor deze totaalstand per wedstrijd dat je deelneemt. Voor de eerste drie per categorie is er een grote trofee voorzien. Iedereen die aan minstens 6 wedstrijden deelneemt, krijgt ook een (kleinere) trofee. Doe je aan 5 wedstrijden mee, dan krijg je een medaille. De eerste wedstrijd van dit criterium staat gepland op 31 maart te Tongerlo.

### Algemene vergadering en viering kampioenen

Op vrijdagavond 26 april gaat de jaarlijkse algemene vergadering door in het zaaltje van De Ster op de markt. Deze avond begint om 19u00. Hier ontvangen alle jeugdathleten, die in de winter aan minstens 5 wedstrijden hebben deelgenomen, een medaille. Ook zullen er weer interessante gasten aanwezig zijn.

### Beker van Vlaanderen (enkel voor pupillen en miniemen)

Meer informatie hierover krijgen jullie in een aparte mail.

### Extra pistetrainingen in Turnhout

Voor alle geïnteresseerde wedstrijdpupillen en -miniemen voorzien we extra trainingen op de piste van Turnhout. Deze worden gegeven elke maandag vanaf 1 april tot einde mei telkens van 18u45 tot 19u45 op de piste van Turnhout (stadspark). Hier wordt er vooral getraind op spurt en horde, maar ook op aflossing tegen de BvV. De piste van Turnhout biedt ons op dat vlak meer mogelijkheden dan onze eigen gras piste en deze wordt dan toch reeds gehuurd voor de grotere atleten. Voor deze trainingen mag je steeds spikes (max 6 mm) meebrengen. Paasmaandag 22 april is de piste gesloten en is het dus geen training.

### Zomerkalender

Tijdens de zomermaanden kan je deelnemen aan vele pistewedstrijden. We hebben voor jullie een selectie gemaakt, die je reeds met de nieuwsbrief van maart hebt ontvangen. Ter herinnering worden de wedstrijden hieronder nog eens vermeld. Tijdens die wedstrijden kan je nog steeds punten

verdienen voor het weekend. Op deze wedstrijden is er ook steeds iemand van de jeugdtrainers aanwezig.

Datum	Plaats	Omschrijving	Aantal punten jeugdweekend
31 maart	Tongerlo	Kempisch jeugd criterium (jeugd wedstrijd)	1
6 april	Reusel	Grensloop (recreatieve loop voor iedereen)	
22 april	Herentals	Kempisch jeugd criterium (jeugd wedstrijd)	1
27 april	Mol	BvV meisjes (jeugd wedstrijd)	5
28 april	Merksem	BvV jongens (jeugd wedstrijd)	5
5 mei	Arendonk	Arendonk loopt (recreatieve loop voor iedereen)	
25 mei	Arendonk	Kempisch jeugd criterium (jeugd wedstrijd)	1
8 juni	Herenthout	Kempisch jeugd criterium (jeugd wedstrijd)	1
21 juni	Oud-Turnhout	Dwars door Oud-Turnhout (recreatieve loop voor iedereen)	
22 juni	Vosselaar	Kids athletics (recreatieve wedstrijd voor kangoeroes, benjamins, pupillen en miniemen)	1
29 juni	Turnhout	PK (jeugd wedstrijd) -> vooraf inschrijven	2
25 augustus	Herentals	PK aflossing (jeugd wedstrijd)	2
1 september	Ravels	Pierenloop (recreatieve loop voor iedereen)	
1 september	Turnhout	Kempisch jeugd criterium (jeugd wedstrijd)	1
7 september	Arendonk	ARAC fundag (recreatieve dag voor iedereen)	1
15 september	Geel	Kempisch jeugd criterium (jeugd wedstrijd)	1
22 september	Malle	Kempisch jeugd criterium (jeugd wedstrijd)	1
27 oktober	Retie	Retie trail (recreatieve loop voor iedereen)	

### **Extra looptraining miniemen**

Al enkele jaren bieden we in de zomer op donderdag een extra looptraining (15 tot 20 minuten) aan voor onze miniemen. Vanaf 4 april zullen deze trainingen weer elke donderdag doorgaan van 19u30 tot ongeveer 20u.

Omdat het echt wel zinvol is dat onze miniemen extra duurlooptrainingen doen, gaan we in navolging van de extra duurlooptrainingen voor de miniemen in de winter, deze voorlopig ook in de zomer nog verder zetten. Uiteraard mogen jullie deze duurlopen ook alleen doen, maar uit ervaring weten we dat dit niet altijd even gemakkelijk is. In groep is de stap om te vetrekken veel kleiner. De data van de zondagtrainingen voor april zijn mee opgenomen in de maandplanning.

## maandplanning: april

		benjamin	pupil	miniem
Maandag	1		Pistetraining Turnhout	Pistetraining Turnhout
Dinsdag	2	training	training	training
Woensdag	3			
Donderdag	4	training	training	training
Vrijdag	5			
Zaterdag	6	Grensloop Reusel		
Zondag	7			Duurloop 10u Scoutslokalen Arendonk
Maandag	8		pistetraining Turnhout	pistetraining Turnhout
Dinsdag	9	training	training	training
Woensdag	10			
Donderdag	11	training	training	training
Vrijdag	12			
Zaterdag	13			
Zondag	14			Duurloop 10u Scoutslokalen Arendonk
Maandag	15		pistetraining Turnhout	pistetraining Turnhout
Dinsdag	16	training	training	training
Woensdag	17			
Donderdag	18	training	training	training
Vrijdag	19			
Zaterdag	20			
Zondag	21			
Maandag	22	<b>Jeugdmeeting Herentals (Open Kempisch Jeugd criterium)</b> <b>1 punt te verdienen</b> <b>meer info onderaan</b>		
Dinsdag	23	training	training	training
Woensdag	24			
Donderdag	25	training	training	training
Vrijdag	26	Algemene vergadering en huldiging kampioenen		
Zaterdag	27		<b>Beker van Vlaanderen voor meisjes te</b> <b>Mol (voor wie ingeschreven is)</b> <b>5 punten te verdienen</b>	
Zondag	28		<b>Beker van Vlaanderen voor jongens te</b> <b>Merksem (voor wie ingeschreven is)</b> <b>5 punten te verdienen</b>	
Maandag	29		pistetraining Turnhout	pistetraining Turnhout
Dinsdag	30	Training	Training	training

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

# **Jeugdmeeting Herentals 22 april 2019**

maakt deel uit van het Kempisch jeugd criterium

## **Programma:**

Ben D: 60 – 600 - ver – kogel

Ben H: 60 – 600 - ver – kogel

Pup D: 60 – 1000 – 60H – ver – hockey

Pup H: 60 – 1000 – 60H – ver - hockey

Min D: 80 – 1000 – 60H - hoog – speer

Min H: 80 – 1000 – 80H - hoog – kogel

## **Benaderend uurschema:**

13u30: 80Horden Min H 60Horden Pup H 60Horden Pup D	Speer Min D Ver Ben D Kogel Ben H
14u00: 60Horden Min D	Hoog Min H Hockey Pup H
14u15: 60 Ben D 60 Ben H	Ver Pup D Kogel Ben D(na 60)
14u45: 60 Pup H	
15u00: 60 Pup D 80 Min D	Ver Ben H
15u15: 80 Min H	Hockey Pup D(na 60) Kogel Min H(na 80) Hoog Min D
15u30:	Ver Pup H
15u45: 600 Ben D 600 Ben H	
16u00: 1000 Pup D 1000 Pup H 1000 Min H 1000 Min D	