



Nieuwsbrief jeugd: november

Belangrijke data

7 november veldloop Mol
13 november indoor pupillen en miniemen
21 november veldloop Pelt

4 december veldloop Arac

11 december indoor kangoeroes en benjamins
18 december kerstfeestje
19 december veldloop Lilse Bergen

9 april Beker van Vlaanderen pupillen en miniemen meisjes
10 april Beker van Vlaanderen pupillen en miniemen jongens

Nieuwe wedstrijdnummers

Vanaf het moment dat de nieuwe wedstrijdnummers binnenkomen op het secretariaat delen wij deze onmiddellijk na de training uit. Zorg dat je op de volgende wedstrijden steeds je nieuwe nummer bij je hebt.

Als je je nummer niet ontvangt, kijk je best na dat je zowel de inlichtingenfiche binnen gebracht hebt en dat je lidgeld betaald is. Enkel dan kan ons secretariaat je nummer (en verzekering) aanvragen.

Winterwedstrijden

De reglementen van de wedstrijden zijn lichtjes aangepast, vooral voor de benjamins.

Kangoeroes lopen een totale afstand tussen 500 en 600m waarvan een groot deel achter voorlopers. Maximum de laatste 100m lopen ze alleen.

Benjamins lopen een totale afstand tussen 500 en 700m. Ook zij lopen maximaal 200m alleen, de rest achter voorlopers. Voor zowel de kangoeroes als de benjamins wordt er geen rangschikking opgesteld en dus ook geen podium. Als ze iets krijgen, is het voor iedereen hetzelfde.

Voor pupillen en miniemen verandert er niets. Pupillen lopen tussen 1000 en 1500m, miniemen tussen 1500 en 2100m en krijgen nadien een prijs.

Een overzicht van de eerstvolgende wedstrijden waar we als club gezamenlijk naar toe gaan vinden jullie onderaan deze nieuwsbrief. Je vindt telkens waar en wanneer de wedstrijd plaatsvindt, hoe je moet inschrijven en een aantal tijdstippen. Voor diegene die willen wordt er samen gereden vanuit het sportpark Heikant. Dit uur staat onder 'vertrek Arendonk'. De pupillen en miniemen lopen al wat later en zij mogen ook wat later komen (moet niet). Om de opwarming gezamenlijk en tijdig aan te pakken, vragen we om minstens 1 uur voor de start van de eerstejaars meisjes van die categorie daar te zijn. Je vindt deze uren onder 'aanwezig'.

Veldloop Arendonk

Op **zaterdag 4 december** vindt onze jaarlijkse veldloop plaats. Onze veldloop gaat dit jaar ook weer door in het gekende Congobos.

Hopelijk mogen we jullie allemaal verwelkomen op deze wedstrijd!!!

Mama papa training

Op dinsdag 9 november houden we onze eerste mama papa training. De bedoeling is dat we (trainers en kinderen) laten zien wat we allemaal doen tijdens een training. De sportievelingen kunnen mee sporten met de kinderen. Diegene die denken minder sportief te zijn, kunnen meehelpen en op die manier de kinderen in actie zien.

Kom gewoon op dinsdag 9 november met je kind(eren) tegen 18u30 naar de training en de rest zal je wel zien.

CROSS CUP MOL 07/11/2021

Adres		recreatiedomein zilvermeer, zilvermeerlaan - 2400 Mol
Inschrijven	via	CrossCup 2021-2022 (sport.be)
	Tot	3 november 2021
Vertrek Arendonk		9u15
Eerste start		10u50
Aanwezig	kan	9u50
	Ben	10u00
	Pup	10u20
	Min	10u45
Inkomgeld :		7 €

Uurschema

Uur	Categorie	Afstand
10:40	G-loop	850
Running Stars powered by Sportoase & RS Lab		
10:50	Kangoeroe Meisjes (°15-16)	500
10:55	Kangoeroe Jongens (°15-16)	500
11:00	Benjamin Meisjes (°14)	700
11:06	Benjamin Meisjes (°13)	700
11:12	Benjamin Jongens (°14)	700
11:18	Benjamin Jongens (°13)	700
11:24	Pupil Meisjes (°12)	1000
11:30	Pupil Meisjes (°11)	1000
11:36	Pupil Jongens (°12)	1000
11:42	Pupil Jongens (°11)	1000
11:48	Miniem Meisjes (°10)	1500
11:56	Miniem Meisjes (°09)	1500
12:04	Miniem Jongens (°10)	1500
12:12	Miniem Jongens (°09)	1500
CrossCup:		
12:20	Cadet Meisjes	2600
12:30	Cadet Jongens	3250
12:50	Scholier Meisjes	3250
13:05	Scholier Jongens	4000
13:30	Jun-Sen-Mas Vrouwen	6200
14:05	Senior Mannen	9200
14:55	Korte Cross Mannen	3000
15:10	Junior Jongens	6200
	Master Mannen	

INDOORMEETING Herentals : 13/11/2021

(enkel voor pupillen en miniemen)

Adres Bloso sportcentrum – Vorselaarsebaan 60 – 2200 Herentals
Inschrijven via <https://www.atletiek.nu/>
Tot 12 november 2021
Vertrek Arendonk 12u00
Begin 13u30 (voor iedereen)
Aanwezig 12u45 (iedereen)
Inkomgeld gratis

Programma:

Pup D + H : 50-hoog-ver-kogel

Min D + H : 50-hoog-ver-kogel

Benaderend uurschema:

Uur	Discipline	Categorie
13:30	kogelstoten 2,000kg	Pupillen Meisjes
13:30	hoogspringen	Miniemen Jongens
13:30	hoogspringen	Pupillen Jongens
13:30	verspringen	Miniemen Meisjes
14:15	kogelstoten 2,000kg	Miniemen Meisjes
14:15	verspringen	Pupillen Meisjes
15:00	50 meter	Miniemen Jongens
15:00	50 meter	Pupillen Meisjes
15:00	50 meter	Pupillen Jongens
15:00	50 meter	Miniemen Meisjes
15:20	hoogspringen	Miniemen Meisjes
15:20	hoogspringen	Pupillen Meisjes
15:30	kogelstoten 3,000kg	Miniemen Jongens
15:30	verspringen	Pupillen Jongens
16:30	kogelstoten 2,000kg	Pupillen Jongens
16:30	verspringen	Miniemen Jongens

Veldloop Neerpelt : 21 november 2021

Adres Sportcentrum Dommelhof, Toekomstlaan 5 - 3910 Neerpelt
 Inschrijven via <https://www.atletiek.nu/>
 Tot 18 november 2021
 Vertrek Arendonk 10u00
 Eerste start 11u45
 Aanwezig kan 10u45
 Ben 11u00
 Pup 11u30
 Min 12u00
 Inkomgeld : 3 €

Uurschema en parcours

UUR	CATEGORIE	GEB.JAAR	RONDEN	AFSTAND
	VOORPROGRAMMA			
11.35	G-LOOP		Aanloop + 1A	
11.45	KAN MEISJES	15-16	Aanloop + 1A	540
11.52	KAN JONGENS	15-16	Aanloop + 1A	540
12.00	BEN MEISJES 1 ^e jaars	14	Aanloop + 1A	540
12.06	BEN MEISJES 2 ^e jaars	13	Aanloop + 1A	540
12.14	BEN JONGENS 1 ^e jaars	14	Aanloop + 1A	540
12.20	BEN JONGENS 2 ^e jaars	13	Aanloop + 1A	540
	HOOFDPROGRAMMA			
12.30	PUP MEISJES 1 ^e jaars	12	Aanloop + 1B	1150 m
12.36	PUP MEISJES 2 ^e jaars	11	Aanloop + 1B	1150 m
12.46	PUP JONGENS 1 ^e jaars	12	Aanloop + 1B	1150 m
12.50	PUP JONGENS 2 ^e jaars	11	Aanloop + 1B	1150 m
12.58	MIN MEISJES 1 ^e jaars	10	Aanloop + 1A + 1B	1600 m
13.08	MIN MEISJES 2 ^e jaars	09	Aanloop + 1A + 1B	1600 m
13.18	MIN JONGENS 1 ^e jaars	10	Aanloop + 1A + 1B	1600 m
13.28	MIN JONGENS 2 ^e jaars	09	Aanloop + 1A + 1B	1600 m
13.38	CAD MEISJES	07-08	Aanloop + 1B + 1C	2700 m
13.53	CAD JONGENS	07-08	Aanloop + 2C	3190 m
14.10	SCHOL MEISJES MAS VROUWEN 50+	05-06 21-11-21 +50 j	Aanloop + 2C	3190 m
14.30	SCHOL JONGENS MAS HEREN 50+	05-06 21-11-21 +50 j	Aanloop + 1B + 2C	4250 m
14.55	JUN VROUWEN SEN VROUWEN MAS VROUWEN 35-40-45	03-04 02 en vroeger 21-11-21 35 j	Aanloop + 1A + 3C	5190 m
15:23	SEN HEREN	02 en vroeger	Aanloop + 6C	9390 m
16.09	JUN MANNEN MAS MANNEN 35-40-45	03-04 21-11-21 35 j	Aanloop + 4C	6290 m

Parcours

START AANLOOP : 110 m / AANKOMST – 20m

a: Kleine ronde : 450 m Poort A : Scheiding kleine – midden ronde

b: Midden ronde : 1060 m Poort B : Scheiding midden - grote ronde
c: Grote ronde : 1550 m Poort C : Scheiding midden - grote ronde

