



NIEUWSBRIEF FEBRUARI 2013

ZONDAG 24 FEBRUARI 2013 – ATLA VELDLOOP

O.P.Z. REKEM LANAKEN

We rekenen op de deelname van alle atleten !!! Trainers motiveer jullie atleten. Wie wil meewerken aan de organisatie, parcours, opbouw, inkom, parking, buffet, garçon, verkoop tombolaenz., laat het weten aan onze voorzitter Theo Bruninx.

&

PROFICIAT AAN AL ONZE DEELNEMERS AAN DE LIMBURGSE KAMPIOENSCHAPPEN INDOOR JEUGD IN SITTARD.

&

*TRAININGEN !!

Elke donderdag is er looptraining voor groepen 3-4-5. Alleen de wedstrijdathleten pupillen-miniemen komen hiervoor in aanmerking. Deze zal gegeven worden door Jimmy Mebis / Cor Heemskerk.

Op elke vrijdag zijn er specialisatietrainingen: hoog – trainer Torabi Kian / speer-trainer Meers Maarten.

Let op !! Wanneer een training niet door gaat, staat het op onze website vermeld.

Op vraag van wedstrijdathleten kan er een specialisatietraining bij komen. Vraag dit aan de trainers of Cor.

*VELDLOOPTRAININGEN. De volgende trainingen die door trainer Jimmy Mebis gegeven worden zijn op: zaterdag 9 februari-zaterdag 23 februari(verkennen ATLA parcours)-zaterdag 2 maart 2013, telkens van 10u30 tot 12u00. Alle wedstrijdathleten zijn hier zeker welkom.

*ATLA Jeugd criterium 2013 – ATLA criterium – ATLA bonussysteem zijn er. Kijk op onze website of in de kantine naar het reglement.

*WEDSTRIJDPROGRAMMA WINTER 2012 -2013

VELDLOPEN.

Limburgs Cross Criterium – L.C.C. Dit zijn 9 wedstrijden in Limburg met een eindklassement. Er zijn nog 2 wedstrijden. -Zondag 17 februari 2013 St.Truiden en Zondag 24 februari 2013 Lanaken-Rekem

Limburgs kampioenschap veldlopen op zondag 3 februari 2013 in Neerpelt

Belgisch kampioenschap veldlopen in Oostende op zondag 10 maart 2013. Let op!! Vanaf cadet moet men voorinschrijven. Dit ten laatste voor 24 februari 2013 doorgeven aan Cor. Voor de jeugd pupillen-miniemen zijn er ook wedstrijden. De benjamins hebben een aflossingswedstrijd 4x600m. Deze moeten ook vooringeschreven zijn. Toegangsprijs is € 8,00 voor iedereen geboren in 1997 en vroeger. Men kan toegangskarten bestellen bij Cor aan de verminderde prijs van € 5,00. Doe dit zo snel mogelijk.

Andere veldlopen: Zondag 17 februari 2013 Hulshout Crosscup + Kampioenschap van Vlaanderen
Zondag 17 februari 2013 Haelen (Ned) - Zaterdag 2 maart 2013 Opwijk - Zondag 3 maart 2013 Kelmis

INDOOR.

-Vrijdag 8 februari B.K. studenten Gent

-Zondag 10 februari Flanders Indoor + B.K. 4x200m

-Zondag 10 februari Hoboken

-Zaterdag 16 februari Gent jeugdmeeting

-Zondag 17 februari B.K. A.C. Gent

-Zaterdag 23 februari Gent

-Zaterdag 23 februari Tienen

STRATENLOPEN.

Zondag 10 februari 2013 – Louis Persoonsmarathon Genk 6km-12km-21km-42km..

<p>LEDENFEEST 2013</p> <p>ZATERDAG 23 MAART 2013 – O.C. NEERHAREN</p> <p>WIE WORDT ATLEET-ATLETE-JEUGDATLEET-JEUGDATLETE VAN HET JAAR ???</p>
--

***VERNIEUWING LIDMAATSCHAP 2012-2013.**

Nog steeds zijn er een aantal atleten die niet in orde zijn !!! Iedereen heeft de nieuwe aansluitingspapieren gehad. Breng deze zo vlug mogelijk in orde of vraag er aan iemand van het bestuur.

***VEILIGHEID.** Iedereen is nu verplicht om een fluo-vestje te dragen wanneer hij/zij buiten de piste gaat lopen. Het is al gevaarlijk genoeg. Daarom is zichtbaarheid prioriteit nummer 1. OUDERS !! Zet u kinderen af aan de poort en kom ze ook halen aan de poort.

***SPONSORS !!** Breng nieuwe sponsors aan en verdien er zelf iets aan. Vraag inlichtingen aan onze voorzitter Theo, Raymond of iemand van het bestuur.

***CLUBTRUITJE, TOPJE, TRAININGSPAK, trainingstrui, regenjack** bestellen bij Cor.

***VRIJWILLIGERS.** Wil je ergens als **vrijwilliger** aan meewerken, wedstrijden, kantine, activiteiten, Maasrun, klusjes, enz..... Tevens zijn we op zoek naar ouders van kinderen die willen zetelen in de jeugdcommissie. Meldt u aan bij onze voorzitter Theo/bestuursleden.

***VERTROUWENSPERSOON.** Weten jullie dat we in onze club **een vertrouwenspersoon** hebben, namelijk bestuurslid Bert Breems. Bij problemen allerhande zal hij u graag helpen.

***NIEUWS** voor onze website (uitslagen enz..) info@atla.be. Webmaster Harry Bulté helpt u graag verder.

***BEKER VAN VLAANDEREN 2013 - Hier rekenen we weer op al onze atleten.**

Zaterdag 20 april 2013	pupillen-miniemen meisjes	Lanaken	schiftingen
Zondag 21 april 2013	pupillen-miniemen jongens	Tongeren	schiftingen
Zaterdag 4 mei 2013	cadetten-scholieren meisjes	Mol	2 ^{de} Landelijke A
Zondag 5 mei 2013	cadetten-scholieren jongens	St.Niklaas	1 ^{ste} Landelijke
Zaterdag 11 mei 2013	A.C. dames	Deinze	Ereafdeling VAL
Zondag 12 mei 2013	A.C. heren	Herentals	Ereafdeling VAL
Zondag 9 juni 2013	Masters dames + heren	Booischoot	2 ^{de} afdeling

***WEDSTRIJDPROGRAMMA ZOMER 2013.**

-Woensdag 20 maart 2013	Start van nieuwe sessie "Start to Run".
-Zaterdag 30 maart 2013	Fun Athletics – Benjamins/Pupillen/Miniemen.
-Zaterdag 20 april 2013	Beker van Vlaanderen – Pupillen/Miniemen meisjes – schiftingen.
-Dinsdag 30 april 2013	Memorial Gilbert Cops - Benjamins/Pupillen/Miniemen.
-Zaterdag 18 mei 2013	Open meeting vanaf cadet.
-Zondag 2 juni 2013	Olimpic jeugdmeerkamp – Benjamins/Pupillen/Miniemen.
-Vrijdag 14 juni 2013	Grote Prijs Verzekeringen Marcel Caenen – vanaf cadet.
-Woensdag 31 juli 2013	Open meeting met jeugd – Kampersmeeting.
-Zaterdag 24 augustus 2013	Euregiomeeting – Open meeting + jeugd.
-Zondag 29 september 2013	Maasrun.

***OPMERKINGEN VOOR IEDEREEN**

- | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|
| - Opruimen materiaal/lege flesjes piste. | - Sluiten materiaalhoek. | -Niet met spikes binnen. |
| - Zuiver houden douches. | - Doven van de lichten. | -Vergeten kleding. |