



ATLETIEKCLUB LANAKEN vzw

NIEUWSBRIEF APRIL 2015

START TO RUN

voor conditie en fun

Het volgende "START To RUN"-project start op woensdag 25 maart 2015 te Lanaken!
Bedoeling is in 10 weken tijd zonder problemen 5 Km te joggen onder deskundige begeleiding.
Verantwoordelijke ? Harry Bulté
Waar? Atletiekpiste Pietersheim te Lanaken (Sportstraat)
Wanneer? Start op woensdag 25 maart 2015 om 18u45
Voor wie? Beginners vanaf 14 jaar
Inschrijven liefst via mail naar info@atla.be met vermelding van naam, adres, geboortedatum, telefoonnummer en email-adres
of ter plekke op 25/03/15 vanaf 18u15 - Kostprijs 25 EURO - Cursusdagen
maandag/woensdag/vrijdag - Telkens van 18u45 tot 19u30.



**PLEISTER - GYPROC - SCHILDERWERKEN ISOLATIE -
CHAPEWERKEN - MDF-MAATWERK**

Surinx Jos bvba - Spelverstraat 34 - 3740 Bilzen - Tel.:089/41 73 07 - info@jossurinx.be

WEDSTRIJDPROGRAMMA 2015 ATLA

- * Zaterdag 28 maart 2015 Kids 'Athletics 10u00 – 12u00
6 – 13 jarigen Test uw vaardigheden Talentdetectie Voor iedereen een diploma
Inschrijving ter plaatse vanaf 9u30 – deelnameprijs € 2,00



- * Donderdag 30 april 2015 Jeugdmeeting Memorial Gilbert Cops + cadetten **Aanvang: 18u30.**
HERINNERINGSMEDAILLE VOOR IEDEREEN.
Programma
BEN 60m-600m-hockeybal (ook voor kangoeroes)
PUP 60m-60m horden-1000m-hockeybal-discus
MIN 80m-60m/80m horden-1000m-kogel-discus
CAD 100m-80m/100m horden-1000m-kogel
- * Woensdag 13 mei 2015 Open meeting met jeugd Grote Prijs Marcel Caenen
* Zaterdag 23 mei 2015 OLIMPIC Jeugdmeerkamp.
* Zondag 7 juni 2015 B.v.Vlaanderen masters mannen en vrouwen
* Vrijdag 26 juni 2015 Open meeting
* Zaterdag 22 augustus 2015 Open meeting + jeugd Euregio meeting + L.K. 10.000m
* Zondag 27 september 2015 Maasrun.

BEKERS VAN VLAANDEREN 2015

Dit zijn clubwedstrijden waarbij de club rekt op alle wedstrijdathleten.

Zaterdag 18 april 2015 Beker van Vlaanderen Pupillen miniemen meisjes - Lommel

Zondag 19 april 2015 Beker van Vlaanderen Pupillen-miniemen jongens - St.Truiden

Zaterdag 2 mei 2015 Beker van Vlaanderen Cadetten-scholieren meisjes - Deinze - 1ste Landelijke

Zondag 3 mei 2015 Beker van Vlaanderen Cadetten-scholieren jongens - Lier - 2de Landelijke A

Zaterdag 9 mei 2015 Beker van Vlaanderen A.C. dames - Lier - 1ste Landelijke

Zondag 10 mei 2015 Beker van Vlaanderen A.C. heren - Aartselaar - Ereafdeling VAL

Zondag 7 juni 2015 Beker van Vlaanderen Masters heren - Lanaken - 2de Landelijke

Zondag 7 juni 2015 Beker van Vlaanderen Masters dames - Lanaken - 2de Landelijke



Brusselsepoort 34, 6216CG, Maastricht

Maandag	09:30 - 20:00	Dinsdag	09:30 - 20:00	
Woensdag	09:30 - 20:00	Donderdag	09:30 - 21:00	
Vrijdag	09:00 - 20:00	Zaterdag	09:00 - 20:00	Zondag gesloten

OPGELET!! KALENDER ZOMERWEDSTRIJDEN + KAMPIOENSCHAPPEN + BEKERS VAN VLAANDEREN STAAN OP ONZE WEBSITE www.atla.be

OOK LIGT IN ONZE KANTINE EEN FARDE TER BESCHIKKING MET AL DEZE INFO IN. WEDSTRIJDEN WALLONIE : www.lbfa.be

JEUGDCOMMISSIE: We zoeken nog geïnteresseerden!

VEILIGHEID: Ouders dienen hun kinderen te brengen en af te halen aan de poort.

VRIJWILLIGERS: Wij zijn steeds op zoek naar vrijwilligers die willen meewerken aan wedstrijden, kantine, activiteiten, enz.

Tevens zijn we ook op zoek naar ouders van kinderen die willen zetelen in de jeugdcommissie.

BESTELLING CLUBUITRUSTING: Wedstrijdtruitjes zijn beschikbaar. Trainingspakken-sweaters-regenjacks kunnen besteld worden bij Cor. Half april zullen voor de meisjes/dames de ATLA wedstrijdtopjes beschikbaar zijn.

NETHEID: Opruimen materiaal/lege flesjes piste - Sluiten materiaalhoek - Niet met spikes binnen - Zuiver houden douches - Doven van de lichten - Alle kleding meenemen. Kleedkamers-douches dienen ENKEL om te douchen en zich om te kleden! Er mag hier niet gespeeld of rondgehangen worden!

OP ZOEK We zijn steeds op zoek naar jeugdtrainers, studenten L.O.,... die jeugdtraining willen geven.

Woensdag 1 april 2015 – Infoavond rond sportvoeding en supplementen door Dhr Bo Gevers van Trisport Pharma uit Ingelmunster. Aanvang 20u45 in ons clubhuis. www.trisportpharma.com. Dit is een firma die gespecialiseerd is in de productie en verkoop van producten die verdeeld zijn in vijf productgroepen: Recovery/Recuperatie - Power/Kracht - Performance/Prestatie - Health/Gezondheid - Endurance/Uithouding
Geef even een seintje aan Raymond Groenen als je interesse hebt.

ATLA 25 JAAR

**ZATERDAG 21 NOVEMBER 2015 – ONTMOETINGSCENTRUM SMEERMAAS
TEVENS ONS LEDENFEEST MET EEN NIEUWE VERKIEZING VAN ATLEET/ATLETE
VAN HET JAAR. HOUD DEZE DATUM VRIJ.**

Waarom opnieuw ledenfeest ? Al meer dan 20 jaar valt eigenlijk deze viering verkeerd. Op algemene vraag van onze trainers doen we naar aanleiding van ons 25 jarig bestaan een inhaalbeweging. Vanaf dan zal elk jaar in november ons ledenfeest zijn. Dit op het einde van een atletiekjaar.