

TRAININGEN ATLA LANAKEN 2010 - 2011 ATLETIEKPISTE PIETERSHEIM

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
	SPURT-VER-HINKST. Vanaf Cadetten 18u45-20u30 Polders Sandra Vanhees Wouter	SPURT-VER-HINKST. Vanaf Cadetten 18u45-20u30 Polders Sandra Vanhees Wouter		SPURT-VER-HINKST. Vanaf Cadetten 18u45-20u30 Polders Sandra Vanhees Wouter		SPURT-VER-HINKST. Vanaf Cadetten 10u00-11u30 Polders Sandra Vanhees Wouter
	JEUGDTRAININGEN 18u45-20u15		JEUGDTRAININGEN 18u45-20u15		ZAAL WINTER JEUGDTRAININGEN 9u00-12u00	
	WEDSTRIJDATLETEN SENIORES-MASTERS 18u45-20u15 Bijmens Jos	SPECIAL OLYMPICS MEERVOUDIG GEHANDICAPTEN 10u00-12u00 Nysen Lut	WEDSTRIJDATLETEN SENIORES-MASTERS 18u45-20u15 Bijmens Jos		SPECIALISATIE KOGEL-DISCUS Becker Ronald 9u00-12u00	WEDSTRIJDATLETEN SENIORES-MASTERS 9u30-11u00 Bijmens Jos
HALVE FOND-FOND Vanaf Cadetten Schepers Frank Heemskerk Cor Buntinx Ralf Jacobs Margit 19u00-20u15	HALVE FOND-FOND Vanaf Cadetten Schepers Frank Heemskerk Cor Buntinx Ralf Jacobs Margit 19u00-20u15	HALVE FOND-FOND Vanaf Cadetten Schepers Frank Heemskerk Cor Buntinx Ralf Jacobs Margit 19u00-20u15	HALVE FOND-FOND Vanaf Cadetten Schepers Frank Heemskerk Cor Buntinx Ralf Jacobs Margit 19u00-20u15	HALVE FOND-FOND Vanaf Cadetten Schepers Frank Heemskerk Cor Buntinx Ralf Jacobs Margit 19u00-20u15	TECHNIEK STABILISATIE Vanaf Cadetten Schepers Frank Vermeiren Filip Jacobs Margit 9u00-12u00	HALVE FOND-FOND Vanaf Cadetten Schepers Frank Heemskerk Cor Buntinx Ralf Jacobs Margit 9u30-11u00
HORDEN SPECIALISATIE Vermeiren Filip 18u45-20u30	ALGEMEEN Vanaf Cadetten Vermeiren Filip Dexters Sander 18u45-20u30		ALGEMEEN Vanaf Cadetten Vermeiren Filip Dexters Sander 18u45-20u30		ALGEMEEN Vanaf Cadetten Vermeiren Filip Dexters Sander 10u00-12u00	
KOGEL-DISCUS SPECIALISATIE Becker Ronald 18u45-20u30		HOOG SPECIALISATIE Moonen Peter 18u45-20u30	KOGEL-DISCUS SPECIALISATIE Becker Ronald 18u45-20u30	SPEER SPECIALISATIE Bruni Marco Meers Maarten 18u45-20u30	AFLOSSINGEN SPECIALISATIE Moonen Peter 10u00-12u00	
JOGGERS START TO RUN 18u45-20u30 Bulté Harry Tuinstra Marc Plat Serge		JOGGERS START TO RUN 18u45-20u30 Bulté Harry Tuinstra Marc Plat Serge		JOGGERS START TO RUN 18u45-20u30 Bulté Harry Tuinstra Marc Plat Serge	JOGGERS START TO RUN 10u00-11u00 Massot William Plat Serge	

JEUGDCOORDINATORS: Vermeiren Filip-Jacobs Johan **JEUGDTRAINERS** Vermeiren Filip-Jacobs Johan-Driesen Trui-Heemskerk Cor
 Heemskerk Steven-Schepers Frank-Hermans Kenny-Clerx Kelly-Groenen Raymond-Moonen Peter-Denissen Jorg-Claeys Christophe-Brouwers Carin-Rutten Luc
 Polders Sandra-Mievis Benny-Raemaekers Rik-Becker Ronald-Jacobs Margit-Simoni Kirsten-Meers Maarten-Mebis Jimmy-Morias Carine-Nysen Lut-Bruni Marco
JOGBEGELEIDERS: Bulté Harry-Plat Serge-Tuinstra Marc-Massot William-Jans Petra.