

NIEUWSBRIEF OKTOBER 2021



**VRAAG UW UITPAS AAN !!!
VRAAG INFO AAN PATRICK OF COR**



UITPAS – ATLA IS OOK PARTNER

GA EENS KIJKEN OP WWW.LANAKEN.BE/UITPAS

“Jouw voordeelkaart voor verrassende vrijetijd buitenshuis”

AANRADERS. Bezoek de facebookpagina's van ATLA-loopgroep SMART en ATLA jeugd eens.

Onze website: www.atla.be

**AANSLUITINGEN VOOR HET NIEUWE SEIZOEN KUNNEN NU IN ORDE
GEMAAKT WORDEN**

2021-2022

VIA WWW.ATLA.BE

INFO BIJ PATRICK CAUBERGS

VELDLOPEN 2021-2022

zondag 24 oktober Crosscup relays - start van het Belgisch cross-seizoen Berlare(Nieuwdonk)
zondag 7 november L.C.C. Tongeren
zondag 7 november Crosscup Mol
zondag 21 november L.C.C. Neerpelt
zondag 28 november L.C.C. Genk
zondag 28 november Crosscup Roeselare
zondag 5 december L.C.C. Bree
zondag 12 december E.K. veldlopen Fingal-Dublin (Ierland)
zondag 19 december L.C.C. Dilsen
zondag 9 januari L.C.C. Lanaken
zondag 16 januari L.K. Lommel
zondag 23 januari L.C.C. Alken
Zondag 23 januari Crosscup Hannut
Zondag 30 januari L.C.C. St.Truiden
Zondag 13 februari Cross Tessengerlo
Zondag 13 februari Crosscup + Kampioenschap van Vlaanderen Diest
Zondag 20 februari L.C.C. Lommel
Zondag 6 maart B.K. Brussel
Zondag 13 maart B.K. masters Poperinge

INDOORKALENDER 2021-2022 ZAL VOLGEN.

VEILIGHEID



**HET WORDT VROEGER DONKER. ZORG DAT JE ZICHTBAAR BENT ! VERPLICHT VOOR ELKE ATLA
ATLEET DIE BUITEN DE PISTE GAAT LOPEN TIJDENS DE TRAININGEN**

SCHRIJF U IN VOOR DE OEFENVELDLOOP



**11de ATLA OEFENVELDLOOP
ZATERDAG 16 OKTOBER 2021
ATLA PISTE LANAKEN – AANVANG 10u30
KANGOEROES
BENJAMINS – PUPILLEN – MINIEMEN
CADETTEN-SCHOLIEREN-JUNIORES
SENIORES-MASTERS**

Om vooral onze nieuwe atleetjes te laten kennis maken met een veldloop organiseert ATLA een oefenveldloop. Hoe verloopt een veldloop? Hoe schrijven we in? Hoe warmen we op? Alles zal uitgelegd worden. Verplicht voorinschrijven via jc-atla-1@telenet.be of corheemskerk56@gmail.com. Inschrijvingsgeld GRATIS. Men loopt in de categorie voor het seizoen 2021-2022.

Het parcours is moeilijk beloopbaar met spikes!

Medailles voor de podiums per geboortjaar bij de jeugd.

Vanaf cadet/scholieren/juniores, seniores en masters podiums per categorie.

Podium masters: 2 categoriën -45 en +45

Uurrooster:

| | | |
|--------------|--|------------------|
| 10u30 | Kangoeroes 2015-2016-benjamins meisjes 2013-2014 | 925m - 1 ronde |
| 10u40 | Kangoeroes 2015-2016-benjamins jongens 2013-2014 | 925m - 1 ronde |
| 10u50 | Pupillen meisjes 2011-2012 | 1675m - 2 ronden |
| 11u05 | Pupillen jongens 2011-2012 | 1675m - 2 ronden |
| 11u20 | Miniemen meisjes 2009-2010 | 2425m - 3 ronden |
| 11u35 | Miniemen jongens 2009-2010 | 2425m - 3 ronden |
| 11u50 | Cadet-scholier- meisjes 2005-2006-2007-2008 | 3175m - 4 ronden |
| | Juniors-seniores-masters dames | 3175m - 4 ronden |
| 12u05 | Cadet-scholier- jongens 2005-2006-2007-2008 | 3925m - 5 ronden |
| | Juniores-seniores-masters heren | 3925m - 5 ronden |

ZONDAG 17 OKTOBER 2021 – ATLA LANAKEN - OPLEIDING JEUGDTRAINERS VAL – 10u00-1200