

NIEUWSBRIEF DECEMBER 2025

FIJNE FEESTDAGEN
EN EEN GELUKKIG 2026



INHOUDSOPGAVE

1. 34^{ste} ATLA veldloop zondag 4 januari 2026
2. Jeugdtrainingen tijdens de feestdagen.
3. Lidmaatschap ATLA
4. Occasie schoenen, gevonden kleding en drinkbussen
5. ATLA ledenfeest - Nieuwjaarsreceptie
6. Overzicht wedstrijden winterseizoen veldlopen 2025-2026
7. L.C.C. wedstrijden – beurtrol ATLA tent
8. Overzicht wedstrijden/kampioenschappen indoor 2025-2026
9. Veldlooptrainingen 2025-2026
10. UIT PAS
11. ATLA jeugdstage 2025
12. Federale zomerkalender 2026
13. ATLA wedstrijdprogramma 2026
14. Sportvoedingspiramide, eet en drink gezond

1. 34^{ste} ATLA veldloop zondag 4 januari 2026



ZONDAG 4 JANUARI 2026 – AANVANG 11u30
34^{ste} McDONALD'S ATLA VELDLOOP
GEHEEL VERNIEUWD PARCOURS AAN DE ATLA PISTE
SPORTSTRAAT 10 – 3620 LANAKEN

Online inschrijven verplicht via atletiek.nu Dag inschrijving NIET mogelijk.

Atleten VERPLICHT aanmelden in ATLA-clubhuis.

Inschrijvingsgeld : € 4,00 (t.e.m. donderdag 01/01/26 om 8u00)

€ 5,00 (vanaf donderdag 01/01/26 om 8u01 tot zaterdag 03/01/2026 om 12u00)

Prijzen Herinneringsmedaille + naturaprijzen voor KAN/B/P/M

Medailles podiums pupillen en miniemen

Mooie trofee voor de winnaar van elke reeks pupillen en miniemen

Geldprijzen (behalve korte cross) en naturaprijzen vanaf cadet

Toegangsprijs voor publiek € 5,00

Info: secretaris.atla@outlook.com

corheemskerk56@gmail.com

Nog een besparingstip in verband met de consumpties op onze veldloop. De prijs zal dan de dag zelf € 1,20/jeton zijn. Koop ze op voorhand aan onze automaat in onze kantine aan € 1,00/jeton.

2. Overzicht jeugdtrainingen in de de Kerstvakantie

Dinsdag 23 december 2025 – Gewoon jeugdtraining

Donderdag 25 december 2025 – Kerstmis – geen jeugdtraining

Dinsdag 30 december 2025 – Geen jeugdtraining

Donderdag 1 januari 2026 – Geen jeugdtraining

Voor de andere specialisatiegroepen in overleg met hun trainers

3. Lidmaatschap ATLA

Er zijn nog steeds atleten niet in orde met hun aansluiting!!

Men dient aangesloten te zijn voor 1 november 2025. Zo is men ook verzekerd voor het nieuwe seizoen.

Aansluiten via link <https://atla.be/word-lid/>. Vragen of info nodig, onze secretaris Patrick Caubergs helpt u graag verder. Vergeet ook niet dat je via uw mutualiteit nog een sportpremie krijgt.

4.Occasie schoenen



DRINKBUS/SPORTKLEDING KWIJT. KIJK EVEN IN ONS ATLA CLUBHUIS. INFO BIJ COR WEDSTRIJDTRUITJE, TE KLEIN. WE KUNNEN ALTIJD IEMAND ANDERS ERMEE HELPEN.

5.ATLA Ledenfeest – Nieuwjaarsreceptie – Party for AThLates

Vrijdag 6 februari 2025 – Ontmoetingscentrum Neerharen – Kasteelstraat 32 – 3620 Lanaken

Aanvang 19u00 met verkiezing ATLA Jeugdathlete/jeugdathleet en ATLA athlete/atleet v/h jaar 2025

6.Overzicht wedstrijden veldlopen 2025-2026

Opgelet!! Op elke L.C.C. wedstrijd zal er ook voor het eerst een korte cross zijn voor dames en heren.

Deze mag gecombineerd worden met de lange cross.

L.C.C. – CROSSCUP KALENDER

Zondag 4 januari 2026	Lanaken	L.C.C.
Zondag 11 januari 2026	L.K. Hechtel	
Zondag 25 januari 2026	St.Truiden	L.C.C.
Zondag 25 januari 2026	HannutC.C.	
Zondag 8 februari 2026	Lommel	L.C.C.
Zondag 15 februari 2026	Diest	C.C.
Zondag 22 februari 2026	Lokeren	K.v.Vlaanderen
Zondag 1 maart 2026	Tessenderlo	
Zaterdag 7 maart 2026	Prijsuitreiking L.C.C. Kortessem	
Zaterdag 7 of zondag 8 maart 2026	B.K. masters	

LIMBRA CROSS NEDERLAND 2025-2026

Zondag 4 januari 2026	Jaspercross Asten
Zondag 18 januari 2026	Heldense bossen Verloscross Helden
Zondag 25 januari 2026	Vlakwatercross Venray
Zondag 8 februari 2026	Leudal cross Haelen
Zondag 1 maart 2026	Nederheide Commanderije cross Milheeze

CHALLENGE CROSS PROVINCIE LUIK

Zondag 11 januari 2026	Herve
Zondag 18 januari 2026	Oreye
Zondag 8 februari 2026	Malmedy
Zondag 15 februari 2026	Flémalle
Zondag 15 maart 2026	Oreye

7. L.C.C. wedstrijden – beurtrol ATLA tent

Het zou fijn zijn om op elke L.C.C. veldloop onze ATLA tent te hebben. We zijn op zoek naar vrijwilligers die de tent willen meenemen voor het begin van de wedstrijd en ze willen naar huis nemen na de wedstrijd. Kandidaten, meld u bij Cor.

Dit zijn de nog komende wedstrijden:

Zondag 4 januari 2026	Lanaken	L.C.C.
Zondag 11 januari 2026	L.K. Hechtel	
Zondag 25 januari 2026	St.Truiden	L.C.C.
Zondag 8 februari 2026	Lommel	L.C.C.

8. Overzicht wedstrijden/kampioenschappen indoor 2025-2026

Voor alle indoormeetings kan men terecht op atletiek.nu

Vrijdag 19 december 2025	Heusden Kerstmeeting open+jeugd
Zaterdag 27 december 2025	Heusden Sylvester meeting open+jeugd
Zaterdag 3 januari 2026	L.K. Gent A.C.
Zondag 4 januari 2026	L.K. Heusden A.C.
Zondag 18 januari 2026	Kampioenschap van Vlaanderen cadetten-scholieren Gent
Zaterdag 24 januari 2026	Kampioenschap van Vlaanderen snelwandelen Louvain la Neuve
Zondag 25 januari 2026	Kampioenschap van Vlaanderen A.C. Gent
Zaterdag 31 januari 2026	IFAM Gent
Zaterdag 31 januari 2026	L.K. jeugd Heusden
Zaterdag 14 februari 2026	B.K. universitair Gent
Zaterdag 14 februari 2026	B.K. + L.K. masters Louvain la Neuve
Zondag 1 maart 2026	B.K. A.C. Louvain la Neuve
Zaterdag 7 maart 2026	B.K. cadetten-scholieren Gent
Zondag 8 maart 2026	B.K. jun/beloften Louvain la Neuve
Donderdag 26 maart – donderdag 2 april 2026 E.K. masters indoor Torun(Polen)	

9.Veldlooptrainingen op ATLA 2025-2026 Pupillen en Miniemen

Er zullen deze winter opnieuw veldlooptrainingen georganiseerd worden voor **wedstrijdatleten pupillen en miniemen**. Deze zullen door trainers Jimmy en Cor gegeven worden. Meestal in de weekenden dat geen L.C.C. veldlopen zijn. Slechts één vereiste, gemotiveerd zijn.

AGENDA TOT EINDE FEBRUARI 2026

Dagen tot deze trainingen doorgaan zijn.

Zondag	21 december	10u00
Zondag	28 december	10u00 Tijdens jeugdstage
Zaterdag	3 januari	10u00 Verkenning ATLA veldloop
Zondag	18 januari	10u00
Zondag	1 februari	10u00

10.UITPAS



VRAAG UW UITPAS AAN !!! INFO BIJ PATRICK

UITPAS – ATLA IS OOK PARTNER GA EENS KIJKEN OP WWW.LANAKEN.BE/UITPAS
UIT-PAS KAN OOK VOOR MENSEN BUITEN LANAKEN

EXTRA VOORDELEN IN 2025-2026 VOOR 12 EN 16 JARIGEN WOONACHTIG IN LANAKEN.

UITPAS: gelieve de nummer door te mailen naar Patrick info@atla.be

Scan de QR-code op de UiTPASlezer met de camera van je smartphone.

[WAAR !! IN DE INKOMHAL KLEEDKAMERS/KANTINE](#)

11.ATLA JEUGDSTAGE 2025

26 TOT 29 DECEMBER 2025

VERBLIJFSCENTRUM PIETERSHEIM

Voor Benjamins 2017-2018 – Pupillen 2016-2015 – Miniemen 2014-2013

12.Federale zomerkalender 2026

Zaterdag 25 april – zondag 26 april 2026 L.K. A.C.

Zaterdag 9 mei 2026 Beker van Vlaanderen pupillen-miniemen

Zondag 10 mei 2026 Beker van Vlaanderen cadetten-scholieren

Donderdag 14 mei 2026 Kampioenschap van Vlaanderen A.C.

Zondag 17 mei 2026 Beker van Vlaanderen A.C.

Zaterdag 6 juni – zondag 7 juni 2026 B.K. masters

Zondag 14 juni 2026 Beker van Vlaanderen masters

Zondag 28 juni 2026 L.K. pupillen/miniemen

Zaterdag 25 juli – zondag 26 juli 2026 B.K. A.C.

Zaterdag 15 augustus 2026 Kampioenschap van Vlaanderen cadetten/scholieren

Zondag 16 augustus 2026 Kampioenschap van Vlaanderen + L.K. masters

Zaterdag 22 augustus 2026 L.K. estafetten

Zaterdag 29 augustus – zondag 30 augustus 2026 B.K. cadetten/scholieren

Vrijdag 4 september – zaterdag 5 september 2026 Memorial Van Damme

Zondag 13 september 2026 B.K. juniors/beloften

13.ATLA wedstrijdprogramma 2026

Zondag 15 maart 2026 Boswachtertrail - www.boswachtertrail.be

Zondag 17 mei 2026 - Beker van Vlaanderen A.C.

Zondag 14 juni 2026 - Beker van Vlaanderen masters + jeugd – Memorial Gilbert Cops

Zaterdag 11 juli 2026 - Open meeting met jeugd. Grote Prijs Marcel Caenen

Vrijdag 19 juni 2026 – Estafette uurloop – t.v.v. Kinderkankerfonds

Zaterdag 12 september 2026 - Open meeting met jeugd – 28^{ste} Euregiomeeting

Zondag 27 september 2026 - 23ste Maasrun + L.K. en K.v.Vlaanderen 1/2 marathon

Zaterdag 10 oktober 2026 - Kampersmeeting + jeugd

Kandidaat organisatie L.K.

10.000m

uurloop

gewichtwerpen

snelwandelen

½ marathon

14.Sportvoedingspiramide, eet en drink gezond.



Marcel Caenen

Dat is zeker!



