

BELANGRIJKE DATA JUNI 2014

Wanneer	Wat	Wie
zaterdag 31/05 : 13u30 start meeting	meeting te Merksem (Rode Loopstadion) - Antwerps Jeugd criterium (programma hieronder, volledig uurrooster binnenkort op website OLSE http://www.olseac.be)	Allen
zondag 01/06 GEEN training		
zondag 8/06: 10u tot 11u30	zondagtraining	PUP en MIN
maandag 09/06 : 10u00 start meeting	PK MEERKAMP te Lier (Netestadion http://www.aclierse.com)	zij die ingeschreven zijn
zaterdag 14/06 : 13u30 start meeting	meeting te Booischot (Kloosterveldstraat) - Antwerps Jeugd criterium (programma hieronder, volledig uurrooster op website AVZK http://www.avzk.be)	Allen
zondag 15/06 GEEN training		
zondag 22/06: 10u – 11u30	zondagtraining	PUP en MIN
zaterdag 28/06 : 10u00 start meeting	PK te OLSE Merksem (Rode Loopstadion) http://www.olseac.be DOE AUB JULIE UITERSTE BEST OM ERBIJ TE ZIJN, ER IS EEN GROTE KEUZE AAN NUMMERS, DUS VOOR ELK WAT WILS ! (info hieronder)	zij die ingeschreven zijn (nog mogelijk tot 11/6 !)
zondag 29/06 GEEN training		

PROGRAMMA OLSE MERKSEM (Rode Loop) 31/5 :

ben jongens 60/hoog/kogel/4x60	ben meisjes 60/hoog/kogel/4x60
pup jongens 60/60h/hoog/discus/4x60	pup meisjes 60/60h/ver/kogel/4x60
min jongens 80/150h/pols/ver/speer/4x80	min meisjes 80/150h/pols/ver/speer/4x80

PROGRAMMA AVZK BOOISCHOT (Kloosterveldstraat) 14/6 :

ben jongens 60/600/ver/kogel/4x60	ben meisjes 60/600/ver/kogel/4x60
pup jongens 60/60h/ver/discus/4x60	pup meisjes 60/60h/hoog/kogel/4x60
min jongens 150/80h/pols/hoog/speer/4x80	min meisjes 150/60h/pols/hoog/speer/4x80

PROVINCIAAL KAMPIOENSCHAP - ALLEN DAARHEEN !:

-> zal doorgaan op zaterdag 28/6 te Merksem (**inschrijven voor 11/6, maximum twee nummers**)

benjamins 60/600/hoog/ver/kogel/hockey

pupillen 60/1000/60h/hoog/ver/kogel/discus/hockey

miniemen 80/150/300/1000/60-80h/hoog/pols/ver/kogel/discus/speer (150-300-1000 mag niet gecombineerd worden !)

Kan je moeilijk kiezen ? Raadpleeg je trainer(s) !

Opgelet : inschrijven = deelnemen (tenzij doktersbriefje, atletiekbond geeft boetes voor ingeschreven atleten die niet deelnemen en atleten dienen deze boete zelf te betalen)

TRAININGSUREN BENJAMINS

De trainingsuren van de benjamins zullen in juni weer teruggebracht worden naar de oude regeling, dus van 18u00 tot 19u15. De nieuwe trainingsuren werden voor hen wat te lang om te trainen. De pupillen en miniemen blijven in de zomerperiode trainen tot 19u30.