

FEBRUARI 2015

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
						1 PK cross Duffel
2	3	4 inschrijven jeugdweekend	5	6	7	8 Indoor Hoboken
9	10	11	12	13 afsluiten inschrijving jeugddag	14 cross Uitbergen	15 Indoor Hoboken
16	17	18 schildermoment	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28 VAL JEUGDDAG	

LEGENDE :  = ZONDAGTRAINING  = GEEN TRAINING

Belangrijke data FEBRUARI 2015		
Wanneer	Wat	Wie
CROSSEN		
Zondag 1/2: start om 10u45	PK Cross Duffel (http://www.duff.be) Gemeentelijk sportcentrum te Duffel	BEN/PUP/MIN + KANGOEROES
Zaterdag 14/2 : start om 12u30	Cross Uitbergen (www.achamme.be) Grote Kouterstraat 24, Uitbergen	BEN/PUP/MIN
INDOOR		
Zondag 8/2: start om 11u00	Indoor Hoboken (www.haki-team.be) nationaal provinciaals vlaams open meerkampcriterium	BEN/PUP/MIN
Zondag 15/2: start om 14u00	Indoor Hoboken (www.haki-team.be)	BEN/PUP/MIN
ZONDAGTRAININGEN		
Zondag 8/2: 10u00 – 11u30	Zondagtraining	PUP en MIN
Zondag 22/2: 10u00 – 11u30	Zondagtraining	PUP en MIN
EXTRA		
WOENSDAG 18/2: 16u tot 18u	Eerste schildermoment in de kantine van Sparta voor de spandoekenwedstrijd	BEN/PUP/MIN + KANGOEROES
ZATERDAG 28/2: start om 8u30	VAL JEUGDDAG GENT !!!	BEN/PUP/MIN + KANGOEROES



VELDOOP PROVINCIAAL KAMPIOENSCHAP DUFFEL 1/2/2015

Hopelijk heb je de smaak van het veldlopen ondertussen te pakken en mogen we je ook op het PK verwelkomen. Alle atleten krijgen aan de aankomst een aandenken. Ook de kangoeroes zijn welkom !!! Je hoeft je hiervoor niet in te schrijven!!

WIJZIGING VELDLOOPKALENDER

DE VELDLOOP DIE OORSPRONKELIJK GEPLAND STOND OP 28/2 IN OPWIJK WERD VERPLAATST NAAR 7/3, OP DEZELFDE LOCATIE !

JEUGDWEEKEND 2015

Het jeugdweekend gaat door op 10-11-12 april 2015. Zoals eerder meegedeeld kunnen atleten die we deze winter op wedstrijd zagen, inschrijven op 28/1; alle anderen kunnen inschrijven op 30/1 en 4/2. Het inschrijvingsgeld dient bij inschrijving betaald te worden en bedraagt 40 Euro. Inschrijven kan tussen 19u en 19u30 bij Hilde in de kantine.

JEUGDDAG GENT ZATERDAG 28 FEBRUARI 2015

Naar jaarlijkse traditie nemen we met Sparta opnieuw deel aan de jeugddag in Gent. Alle **kangoeroes, benjamins, pupillen en miniemen** mogen hieraan deelnemen.

WAT IS HET? Het is een dag vol spelletjes en plezier in groepjes van 4 personen in de topsporthal van Gent. We vertrekken 's ochtends met de trein en komen tegen de avond weer met de trein samen naar huis. Het begint in Gent om 8u30 en zal eindigen rond 16uur. De exacte treinuren worden later nog meegedeeld. Dit jaar staat de jeugddag in teken van Thomas Van Der Plaetsen, de belofte volle tienkamper die af moet rekenen met teelbalkanker. Daarom staat alles in het teken van Komop tegen Kanker.

INSCHRIJVINGEN: Je kan inschrijven op het blad in de kantine aan het prikbord vanaf VRIJDAG 30 JANUARI tot VRIJDAG 13 FEBRUARI !

SPANDOEKENWEDSTRIJD: Er is een wedstrijd voor de mooiste spandoek tijdens deze jeugddag. Vandaar is iedereen welkom op WOENSDAG 18 FEBRUARI om 16u voor de training om mee te werken aan een mooie spandoek voor onze club. Jullie kunnen al eens nadenken over een creatieve uitwerking van het thema "Kom op Thomas" waarin zowel tienkamp, het logo van de VAL en 'Kom op tegen Kanker' in verwerkt zijn. Breng, indien mogelijk verfborstel(s) en verf mee. Oude lakens, t-shirts en dergelijke zijn ook altijd welkom. Hopelijk zijn jullie ook dan aanwezig om ons club letterlijk in de verf te zetten! ;)