

MAART 2015

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
						1 <i>Indoor Hoboken</i>
2	3	4	5	6	7 <i>Cross Opwijk</i>	8
9	10	11	12	13	14	15 <i>Indoor Hoboken + BK veldloop</i>
16	17	18	19	20	21 <i>Indoor Gent</i>	22
23	24	25	26	27	28	29

LEGENDE ○ = ZONDAGTRAINING / = GEEN TRAINING

Belangrijke data FEBRUARI 2015		
Wanneer	Wat	Wie
CROSSEN		
Zaterdag 7/3 : start om 12u30 Snoeprun om 12u	Cross Opwijk (www.aavopwijk.be) Hof ten Hemelrijk, Opwijk	BEN/PUP/MIN + KANGOEROES
Zondag 15/3: start om 10u15	BK Cross Wachtebeke (http://www.sport.be)lottocrosscup Domein Puyenbroeck, Wachtebeke	BEN/PUP/MIN (benjamins die ingeschreven zijn bij Anke)
INDOOR		
Zondag 1/3: start om 13u30	Indoor Hoboken (www.haki-team.be)	BEN/PUP/MIN
Zondag 15/3: start om 10u00	Indoor Hoboken (www.haki-team.be) = FINALE SUPERKRACK	BEN/PUP/MIN
Zaterdag 21/3: start om 13u00	Indoor Blaarmeersen Gent (www.rcgent.be)	BEN/PUP/MIN
ZONDAGTRAININGEN		
Zondag 22/3 : 10u00 – 11u30	Zondagtraining (spikes meebrengen)	PUP en MIN
Zondag 29/3 : 10u00 – 11u30	Zondagtraining (spikes meebrengen)	PUP en MIN



ZONDAGTRAININGEN PUPILLEN/MINIEMEN

Als je spikes hebt, breng deze vanaf nu dan steeds mee naar de zondagtraining (korte pinnekes) !

PUPILLEN/MINIEMEN - SAVE THE DATE !!!!!!!!!!!!!!!!

BEKER VAN VLAANDEREN = INTERCLUB

WE HOPEN DAT ALLE PUPILLEN EN MINIEMEN PARAAAT ZIJN OM DE CLUBKLEUREN TE VERDEDIGEN!

MEISJES ZATERDAG 18/4/2015

JONGENS ZONDAG 19/4/2015

MEER INFO VOLGT NOG

CROSS OPWIJK

Dit is de allerlaatste 'gewone' cross van het winterseizoen en het zou heel fijn zijn om nog eens massaal onze clubkleuren in het veld te zien verschijnen! Er is wederom geen kangoeroeloop, maar er is wel een **snoeprun** voorzien die van start gaat om 12u! Deze loop is voor kinderen van 0-6 jaar (maar ook kangoeroes die al 7 jaar zijn geworden mogen hieraan deelnemen!!) Hopelijk tot dan !!!

15 MAART 2015: BK CROSS + FINALE SUPERKRACK

Op 15 maart is het zowel het Belgisch Kampioenschap cross als de Finale van de Superkrack indoor. Atleten die alle superkrack wedstrijden hebben meegedaan krijgen op deze finaledag allemaal een medaille van de organisatie voor hun inzet gedurende het hele winterseizoen. Andere atleetjes die niet aan alle wedstrijden hebben deelgenomen zijn eveneens welkom op deze wedstrijd!

Voor de crossertjes onder ons is het een laatste keer ploeteren geblazen in Wachtebeke in het domein Puyenbroek. Voor de PUP en MIN is geen inschrijving nodig, zij kunnen de dag zelf gewoon deelnemen aan de wedstrijd. BEN moesten reeds ingeschreven zijn bij Anke om te kunnen deelnemen. Het domein leent er zich toe om er een mooie gezinsdag van te maken aangezien de jeugdleetjes allemaal in de voormiddag moeten lopen.

!!!! Hopelijk kunnen we ook hier veel atleetjes begroeten !!!!

!!

INDIEN JE DIT BRIEFJE NOG NIET VIA MAIL KRIJGT GELIEVE DAN EEN MAIL TE STUREN NAAR ANKEVANDEWOESTIJNE@GMAIL.COM

