

D'ALLERLAATSTE NIEUWS

Nieuwsbrief 4 – jaargang 1
mei /juni 2011

Beste leden,

Start to Run

Onze start 2 run was een enorm succes, 68 deelnemers hebben de eindtest van 5 km met succes uitgelopen. [Hier](#) en [hier](#) kunnen jullie de foto's bekijken. Inge heeft 2 leuke filmpjes gemaakt. [Hier](#) een van de laatste training en [hier](#) van de eindtest.

De diploma uitreiking is op **maandag 16 mei om 20.00u** in het gemeenschapscentrum van Westmalle. Proficiat aan alle deelnemers!

Belgische titel voor Desmond Franssen

Na zijn overwinning op het Belgisch kampioenschap nacht heeft **Desmond Franssen** alweer een Belgische titel te pakken in het **oriëntatielopen**. Op 17 april werd hij **Belgisch kampioen** op de middenlange afstand in het Waalse **Grandvoir** (nabij Neufchâteau). Na een snelle start en een quasi foutloos parkoers finishte hij in een tijd van 31min28 (afstand 6200m met 135m hoogteverschil), nipt voldoende om de tegenstanders achter zich te houden. Proficiat !

Parel der Kempen

Op **zondag 22 mei** organiseert onze club voor de 29^{ste} keer de 'Parel der Kempen', jogging en 10 mijl. Alle hulp is nog altijd welkom. Graag een seintje als je hiervoor mee wil inzetten.

Ook willen wij al onze leden, klein en groot oproepen om deel te nemen aan de wedstrijd. Gelieve zo veel mogelijk vooraf in te schrijven via onze website om het voor ons de dag zelf wat makkelijker te maken én het is voordeliger. Veel succes aan alle deelnemers!

Marathon der Noorderkempen - helpers

Op zaterdag 2 juli vindt de Marathon der Noorderkempen plaats. De wisselzone is net zoals vorig jaar voorzien aan het provinciaals vormingscentrum. Voor de bevoorrading aan de wisselzone zijn we nog op zoek naar 5 paar helpende handen bij het uitdelen van de drank en het versnijden en uitdelen van het fruit. We zijn eveneens op zoek naar een 10-tal seingevers om de lopers op het parcours in Malle in alle veiligheid te laten oversteken. De helpers dienen beschikbaar te zijn tussen 17.00u – 20.00u. Graag zo snel mogelijk een seintje op nieuws@acdal.be

3^{de} jeugdmeeting

Op **zondag 18 september** organiseren we onze 3^{de} jeugdmeeting op onze piste. Alle jeugdleden worden verwacht om te nemen aan deze wedstrijd.

Marathon der Noorderkempen - deelnemers

We willen ook graag weer met verschillende teams aan de aflossingsmarathon deelnemen. De afstanden variëren tussen de 4.3 km en 9.0 km en elk team bestaat uit 6 lopers. Er wordt een lijst uitgehangen in het lokaal waarop je je deelname op kan bevestigen.

Lokaal Ageres

Dat vele handen licht werk maken hebben we mogen ondervinden op 19 maart bij de opkuis van ons lokaal. Klik [hier](#) voor de foto's

Ledenfeest

Noteer alvast zaterdag 15 oktober 2011 in jullie agenda. Iedereen is dan welkom op ons jaarlijks ledenfeest.

Nieuwe trainingspakken

Alle trainingspakken werden ondertussen nageleverd en liggen aan de piste. Het nieuwe model (zowel trainingspak, vrijetijdspak en regenvest) kan ook nog altijd bijbesteld worden. Zie www.jakoteamkleding.nl/teamline/challenge voor het model (turquoise met zwart). Voor nieuwe bestellingen graag een mailtje naar nieuws@acdal.be of je kan ook altijd rechtstreeks bij Teamsport Peeters terecht.

nieuws@acdal.be

Heb je vragen, ideeën, suggesties of opmerkingen voor ons? Wil je jezelf inzetten bij de verschillende activiteiten of kan je voor vervoer naar wedstrijden zorgen? Wil je meehelpen bij onze jeugdtrainingen en of ken je iemand die dat zou willen doen? Wil je ons gewoon iets vertellen? Dit kan allemaal op onze email: nieuws@acdal.be

Neem ook eens een kijkje op onze website www.acdal.be en onze blog <http://miepmiepzoeef.blogspot.com>

Veel loopplezier!

Het bestuur.

Kalender wedstrijdatleten:

Mei

✓ Zondag 22 mei **Parel der Kempen - Malle**

Juni

✓ Zaterdag 4 juni Lille sportcentrum Balsakker

✓ Zondag 19 juni Herenthout – sportcentrum Kapelleke

✓ Zaterdag 27 juni Lier Netestadion

Kalender recreanten:

Mei

✓ Zondag 22 mei **Parel der Kempen – Malle**

✓ Zondag 29 mei 20 km van Brussel

Juni

✓ Woensdag 1 juni Avondjogging Wechelderzande

✓ Zaterdag 11 juni Kapellekensloop Minderhout

✓ Vrijdag 17 juni Brechtse stratenloop

✓ Zaterdag 18 juni 4 x 4 van Zandhoven aflossing 10 mijl

- ✓ *Zondag 19 juni* *Herentals-Tielen*
- ✓ *Woensdag 22 juni* *Stratenloop Hoogstraten*