

---

# D'ALLERLAATSTE NIEUWS

Nieuwsbrief 3 – jaargang 2  
januari /februari 2012

Beste leden,

## [Nieuwjaarsboodschap van onze voorzitter](#)

Het jaar 2011 ligt achter ons. Er is veel gebeurd in de wereld rondom ons. Daar hoeft ik niet over uit te weiden omdat dit voor iedereen wel duidelijk is.

Dan is het voor onze club al bij al een rustig jaar geweest waarin we onze werking gestaag verder hebben uitgebouwd.

Daarbij is 2011 zeker als succesvol te beschouwen. Eerst en vooral is er heel veel aan atletiek gedaan door alle groepen. Een recordaantal jeugdathleten heeft een initiatie in alle vormen van atletiek gehad. De lange afstandswedstrijdlopers hebben op veldlopen en stratenlopen mooie resultaten neergezet en de recreanten joggers waren altijd talrijk op de wekelijkse trainingen en bij deelname in groep aan evenementen en stratenlopen -een paar hebben zelfs met verbazende resultaten het ultralopen ontdekt!

Dat in één club zoveel verschillende vormen van atletiek een thuis vinden is vrij uniek en dat willen we ook in stand houden. Daardoor kunnen we de verschillende organisaties van onze club beter ondersteunen en meer mensen met atletiek in contact brengen.

Onze organisaties waar niet-leden aan konden deelnemen verliepen ook allemaal vlot en met veel succes. Dat gold zeker voor onze jaarlijkse 10 mijl/joggings in mei en pistemeeting in september. Na een onderbreking van een jaar hebben we ook een Start to Run georganiseerd met een ongelooflijk aantal deelnemers (meer dan 100 !).

Om dit allemaal in goede banen te leiden zijn vele handen (en hoofden) nodig. Daarom kunnen we niet voldoende iedereen bedanken die hieraan heeft meegewerkt. Eerst en vooral de grote groep trainers die er elke week opnieuw weer moeten staan. Dat kan niet onderschat worden. Daarnaast mogen we ook over een grote groep helpers beschikken bij al wat we organiseren : meer dan 100 verschillende mensen hebben we als helper genoteerd. Ook het bestuur heeft heel wat op zijn bord gehad. Dank u wel aan iedereen !

Het bestuur wenst alle leden, ouders en sympathisanten een heel goed 2012. Speciaal ook een goede gezondheid en voor de atleten weinig kwetsuren.

Met weer meer dan 200 leden voor onze afdelingen Malle en Zoersel en de organisaties die weeral gepland zijn, kan iedereen rekenen op veel actie.

Wij zullen weer beroep doen op de hulp van velen onder u om dit te kunnen realiseren. Wij doen daarom alvast ook al een oproep om flexibel en positief te zijn zodat het voor iedereen niet alleen over prestaties gaat, maar ook dat het plezierig blijft.

Tot ziens op de trainingen, op de vergaderingen en op onze organisaties !

Het bestuur

### Start to Run

Een goede conditie krijg je niet zomaar. Samen werken we eraan dat je op 12 weken tijd 5 km kan lopen. We starten op maandag 13 februari 2012 en trainen telkens op maandag en vrijdag om 19.30u op de piste.

Wil je graag meer info? Kom dan op 30 januari om 20.00u naar het infomoment in het gemeenschapscentrum van Westmalle of raadpleeg onze website [www.acdal.be](http://www.acdal.be)

### Zondagse training en wedstrijden recreanten

Op onze blog [www.miepmiepzoef.blogspot.com](http://www.miepmiepzoef.blogspot.com) wordt bij 'in de kijker' aangegeven wanneer er op zondag gelopen wordt en waar we vertrekken. Tenzij anders vermeld is dit een toer van +/- 10 km aan een rustig tempo. Ook de wedstrijden waar we in groep naartoe gaan worden daar vermeld. Iedereen is welkom om op zondag mee te komen lopen!

### Algemene vergadering VZW

Op donderdag 15 maart om 20.00u vindt onze Algemene vergadering plaats in zaal B van het Gemeenschapscentrum in Westmalle. Iedereen is welkom op deze vergadering, een aparte uitnodiging volgt nog.

### Enquête

Hartelijk dank voor jullie grote respons op onze enquête! De resultaten en ons antwoord op jullie bemerkingen zullen we toelichten tijdens onze Algemene Vergadering van 15 maart en op onze website [www.acdal.be](http://www.acdal.be)

### Parel der Kempen

Op zondag 20 mei organiseert onze club voor de 30<sup>ste</sup> keer de 'Parel der Kempen', jogging en 10 mijl. Onnodig te vertellen dat er bij deze organisatie heel wat werk verricht moet worden. Daarom doen wij een beroep op onze leden om te helpen bij de inschrijvingen, bevoorrading, opbouw en afbraak van het parcours enz... Graag een seintje op [nieuws@acdal.be](mailto:nieuws@acdal.be) als je je hiervoor mee wil inzetten.

### Lenteschoonmaak lokaal Ageres

Op zaterdag 24 maart willen we ons Ageres lokaal nog eens een opfrissen. Iedereen is welkom om mee de handen uit de mouwen te steken!



Atletiekclub D.A.L. vzw  
Berckhovenstraat 58 - bus 3  
2390 Westmalle  
Rek.: 789-5617518-72  
<http://www.acdal.be>

---

### Scherpenheuvel

Op zaterdag 12 mei wordt er van Malle naar Scherpenheuvel gelopen.  
Geïnteresseerden kunnen zich opgeven bij Leo of Sonja. Hubert kan desgewenst een speciaal trainingsprogramma aanleveren.

### Wedstrijden recreanten

We zouden dit jaar ook weer aan onderstaande grotere wedstrijden in groep willen deelnemen. Meer info volgt nog.

Zondag 22 april : Antwerp 10 miles & marathon

Zondag 27 mei : 20 km van Brussel

Zondag 14 oktober : Halve marathon Eindhoven

### Trainingen bij extreem slecht weer

Bij sneeuw of ijzel kan het zijn dat er trainingen afgelast worden. Check daarom altijd onze website [www.acdal.be](http://www.acdal.be) bij twijfel, zelfs tot 1 uur voor aanvang van de training.

Veel loopplezier!

Het bestuur.

## **Kalender wedstrijdatleten**

### Januari

- ✓ Zondag 22 januari      Gent Topsportthol Blaarmeessen (Vlaams jeugd)
- ✓ Zondag 29 januari      Gent Topsportthol Blaarmeessen (Vlaams A.C)

### Februari

- ✓ Zaterdag 18 februari      Herentals Bloso centrum (Ben-Pup-Min)
- ✓ Zondag 19 februari      Gent Topsportthol Blaarmeessen (BK A.C)

## **Kalender recreanten:**

### Januari

- ✓ Zaterdag 21 januari      Natuurloop lier [www.aclyra.com](http://www.aclyra.com)

### Februari

- ✓ Zaterdag 11 februari      Natuurloop Lier [www.aclyra.com](http://www.aclyra.com)
- ✓ Zondag 12 februari      Valentijnrun Rivierenhof Deurne  
[www.antwerpathletics.be](http://www.antwerpathletics.be)

## **Kalender veldlopen:**

### januari

- ✓ Zondag 15 januari      Herentals - 12u30
- ✓ Zondag 29 januari      Ekeren - 12u30

### Februari

- ✓ Zondag 5 februari      Kessel provinciaal kampioenschap - 10u30
- ✓ Zondag 12 februari      Essen - 12u30

### maart

- ✓ Zondag 4 maart      Betekom – 12u30
- ✓ Zondag 11 maart      **Oostende Belgisch kampioenschap**