

---

# D'ALLERLAATSTE NIEUWS

Nieuwsbrief 2 – jaargang 1  
Januari /februari 2011

Beste leden,

Aan het begin van het nieuwe jaar willen wij eerst en vooral iedereen een gezond, gelukkig en sportief 2011 toewensen!

Dat het leven broos en kwetsbaar is, hebben we in 2010 helaas aan den lijve ondervonden bij het overlijden van Chris Vermeiren, die lid was van onze club. Bij elk afscheid wordt een herinnering geboren en we denken dan ook met weemoed terug aan alle fijne momenten die we samen met haar mochten beleven...

## [Evelyne Bosch Belgisch kampioen](#)

Op 19 november vond in Lichtaart het Belgisch Kampioenschap veldlopen voor de politieagenten en aspirant-agenten plaats. De deelnemers kregen er met enige vertraging een droge, heuvelende en mooie omloop voorgeschoteld. Onze politieagente in wording, Evelyn Bosch, trok in dit kampioenschap het laken naar zich toe en kwam als snelste dame over de eindmeet. Proficiat Evelyn met het behaalde goud !

## [Provinciaal Kampioenschap indoor te Gent](#)

De eerste indoormeeting van het seizoen zit erop voor kadetten en ouder. Ine Van Hoeck behaalde een zilveren medaille op de 60m en een bronzen medaille op de 200m bij de kadetten dames. Haar oudere zus Leen kon natuurlijk niet onder doen en behaalde een zilveren plak bij het hoogspringen scholieren dames. Voor een deel van de atleten was het ook hun eerste meeting in de topsporthal. Bieke, Femke, Lotte en Myrte tekenden dan ook persoonlijke indoor records op. Ook Gregory, Anthony, Hannelore, Laura, Marjolijn, Stien, Marie en Bart behaalden mooie prestaties met hier en daar ook een persoonlijke besttijd. Proficiat met deze knappe prestaties!

## [Verloren voorwerpen](#)

Aan de piste en aan ons lokaal (Ageres) liggen er heel wat verloren voorwerpen, oa jassen (!), truien, handschoenen... Op dinsdag 25 januari en dinsdag 1 februari willen we iedereen de kans geven om voor of na de training te komen kijken aan de piste. Daarna wordt hetgeen dat overblijft onherroepelijk aan het goede doel gegeven – dus kom zeker een kijkje nemen!

### 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 14 februari 2011 en trainen telkens op maandag en vrijdag om 19.30 op de piste. Meer info vind je op [www.malle.be](http://www.malle.be) (doorklikken naar 'sport') en op onze website.

### Parel der Kempen

Op zondag 22 mei organiseert onze club voor de 29<sup>ste</sup> keer de 'Parel der Kempen' - joggings 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 als je je hiervoor mee wil inzetten. Spreek een bestuurslid aan of stuur een mail naar [nieuws@acdal.be](mailto:nieuws@acdal.be).

### Algemene vergadering

Op donderdag 10 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.

Wij willen alvast een speciaal verzoek lanceren : als u er mee wil voor zorgen dat D.A.L. groeit en bloeit zijn er nog enkele extra bestuursleden nodig. Wenst u zich kandidaat te stellen, stuur een berichtje naar [nieuws@acdal.be](mailto:nieuws@acdal.be) of spreek een bestuurslid aan.

### Trainingen bij extreem slecht weer

Bij sneeuw of ijzel kan het zijn dat er trainingen op de piste afgelast worden. Check daarom altijd onze website bij twijfel, zelfs tot 1 uur voor aanvang van de training.

### [nieuws@acdal.be](mailto:nieuws@acdal.be)

Hebt u vragen, ideeën, suggesties of opmerkingen voor ons? Wilt u zich inzetten bij de verschillende activiteiten of kan u voor vervoer naar wedstrijden zorgen? Wilt u meehelpen bij onze jeugdtrainingen en of kent u iemand die dat zou willen doen? Wilt u ons gewoon iets vertellen? Dit kan allemaal op onze email: [nieuws@acdal.be](mailto:nieuws@acdal.be)

### Kalender wedstrijd atleten en recreanten

Zie bijlage.

Neem ook eens een kijkje op onze website [www.acdal.be](http://www.acdal.be) en onze blog <http://miepmiepzoef.blogspot.com>

Veel loopplezier!

Het bestuur.

## **Kalender wedstrijdatleten:**

### Januari

- ✓ Zondag 23 januari      Gent Topsportthal Blaarmeersen (Vlaams Jeugd)
- ✓ Zondag 30 januari      Gent Topsportthal Blaarmeersen ( Vlaams A.C.)

### Februari

- ✓ Zaterdag 19 februari      Herentals – Bloso Sportcentrum - Vorselaarsebaan  
(indoor wedstrijd voor ben/pup/min - borstnr verplicht)

## **Kalender recreanten:**

### Januari

- ✓ Zaterdag 22 januari      Natuurloop Lier – [www.aclyra.com](http://www.aclyra.com)

### Februari

- ✓ Zondag 13 februari      Valentijnjogging Lichtaart- [www.valentijnjogging.be](http://www.valentijnjogging.be)
- ✓ Zaterdag 19 februari      Natuurloop Lier - [www.aclyra.com](http://www.aclyra.com)
- ✓ Zaterdag 19 februari      Eersel – 5km, 10 km en halve marathon  
[www.avdes.dse.nl](http://www.avdes.dse.nl)

## ***Kalender veldlopen:***

### *Januari*

- ✓ *Cross Bornem zondag 23/1/2011 12u30 Sportpark -De Breven - Bornem*
- ✓ *Cross Ekeren zondag 30/1/2011 12u30 Recreatiedomein Muisbroek - Ekeren*

### *Februari*

- ✓ *Prov.Kamp.Cross zondag 6/2/2011 10u30 Sportcentrum De Lichten - Booischot*
- ✓ *Cross AC Lierse zondag 13/2/2011 13u00 Grote Puttingbaan - Kessel(Fort)*
- ✓ *Cross ROBA zondag 20/2/2011 12u30 Sportcentrum De Tumkens - Betekom*

### *Maart*

- ✓ *Belgisch Kampioenschap Veldlopen zondag 13/3/2011 Oostende*