



Inhoud

Kalender januari / februari

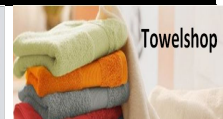
Info algemeen

Info jeugd

Info joggers

Kalender januari / februari

| | | | |
|------|-------|------------|---|
| 4/1 | | Gent | PK Indoor |
| 11/1 | 19.30 | Beveren | Nieuwjaarsreceptie discipline-atleten, joggers en medewerkers |
| 12/1 | | Maldegem | PK Cross |
| 17/1 | 19.00 | Ter Vesten | Sportgala |
| 18/1 | 15.00 | Beveren | Nieuwjaarsreceptie jeugd |
| 26/1 | | Bornem | Cross |
| 31/1 | 18.30 | Beveren | Spaghetti-avond |
| 2/2 | | Hamme | Cross |
| 4/2 | 19.30 | Beveren | Start Run for Antwerp |
| 16/2 | | Lebbeke | Cross |
| 23/2 | | Brussel | BK Veldlopen |
| 28/2 | 18.30 | Beveren | Spaghetti-avond |



Info algemeen

Gebouw

Ons gebouw is (eindelijk) in gebruik!

De openingsrecepties waren een groot succes. Heel veel leden en sympathisanten kwamen een kijkje nemen naar onze nieuwe infrastructuur.

Ondertussen is de voorlopige oplevering achter de rug.

Er zijn nog veel kleinere punten die moeten geregeld worden, maar er is ons beloofd dat deze tegen eind januari alles in orde zou zijn. Wij excuseren ons alvast voor eventuele ongemakken.

Ook de verhuis vanuit ons containerpark is zo goed als afgerond. Alles heeft zijn nieuw plaatsje gekregen.

Het huishoudelijk reglement voor de sportzones is afgewerkt en ik zou iedereen aanraden om dat goed te lezen. Het is belangrijk dat we ons allemaal mee inzetten om onze nieuwe infrastructuur met de nodige zorg te gebruiken zodat we er nog vele jaren in prima conditie van kunnen genieten.

Wij werken ondertussen verder om de atletiekhal, powerzaal, materiaalruimtes, etc... verder af te werken zodanig dat al onze atleten op de beste manier hun trainingen kunnen afwerken.

Met sportieve bouwgroeten,

Danny

Lockers

In de inkomhal is een lockerkast geïnstalleerd met een dertigtal lockers.

Een sleutel voor deze lockers kan u vragen aan de toog in de kantine.

Gezocht medewerker bar (m/v)

Wij zijn nog op zoek naar mensen om achter de toog te staan in de kantine.

Het is hierbij geen vereiste om alle weken een vaste dag te nemen.

Wie geïnteresseerd is of meer uitleg wil, kan zich melden via voorzitter@volbe.be.



Secretariaat

Het secretariaat zal geopend zijn op vrijdag 10 januari en vrijdag 24 januari.

Antwerp 10-Miles

Dinsdag 4 februari om 19.30 u. start de lessenreeks **Run-for-Antwerp**, een training voor de 10 miles of van 10 km tot 15 km.

De trainingen gaan door op dinsdag en donderdag om 19.30 u. en zondagmorgen om 10.00 u. is er een geleide oefensessie.

Elke geofende jogger die aan de 10 Miles van Antwerpen wil meedoen kan deelnemen.

Wie graag meer info wil, kan contact opnemen met Ronny Everix – gsm.nr 0476 84 11 18 of Paul Florin – e-mail: pflorin@outlook.be / tel. 03 744 42 50.

START 2 RUN

Wie graag wil deelnemen aan de Antwerp 10-Miles op 26 april kan zich inschrijven via volgende link: <https://www.sport.be/antwerp10miles/nl/inschrijven/>

Info jeugd

Jeugdtrainingen

Er is geen jeugdtraining op woensdag 1 januari 2020 (Nieuwjaar).

Indoortrainingen kangoeroes en benjamins

Kangoeroes trainen op volgende tijdstippen indoor:

op woensdag 8 januari en op woensdag 22 januari van 18u. tot 19u.

op woensdag 15 januari en op woensdag 29 januari van 17u. tot 18u.

Benjamins trainen op volgende tijdstippen indoor:

op woensdag 8 januari en op woensdag 22 januari van 17u. tot 18u.

op woensdag 15 januari en op woensdag 29 januari van 18u. tot 19u.



Info joggers

Diverse loopwedstrijden

- Zaterdag 4 januari: **Happy New Years Run in Zele Heikant**, met start om 18.30 u. van de **5 km** en om 19.30 u. van de **10 km**.
Vertrek en aankomst op het Kerkplein in Zele, Heikant.
Link voor meer info: <https://godare.events/kalender/loopkalender/filou-happy-new-years-run/>
- Zondag 5 januari: **Nieuwjaarsrun in Antwerpen LO** (org. Rhytm 'n' Run Marathon Club Antwerpen) met start om 14.00 u. van de **5 km** en om 15.00 u. van de **10 km**.
Vertrek en aankomst in de Wandeldijk 1, A'pen Linkeroever, t.h.v. het Plaasj Kaffee.
Link voor meer info: <https://godare.events/kalender/loopkalender/nieuwjaarsrun-2/>
- Zondag 12 januari: **Trail de Schorre te Boom**
met start in 5 waves van zowel de **6 km**, de **10 km**, de **14 km** en de **18 km** vanaf 15.45 u.
Vertrek en aankomst op het domein "De Schorre", in Terhagen-Boom.
Link voor meer info: <https://www.larssie.com/nl-trailrunseries/nl-traildeschorre?count=1>
- Zondag 19 januari: **Dirk Martens Corrida in Aalst**
met start om 14.30 u. van de **3 km**, om 15.00 u. van de **6 km** en om 15.45 u. van de **12 km**.
Vertrek en aankomst op de Grote Markt in Aalst.
Link voor meer info: <http://www.eendrachaalst.be>

