

Naam:

Categorie:

Trainer:



Winterkalender Olympia Londerzeel 2022-2023 : Veldlopen

X	Dag	Datum	Locatie	Categorieën
	Zondag	16/10/2022	Oefencross Kapelle-op-den-Bos	Kan - Mas
	Zondag	13/11/2022	50e Nationale Veldloop Lebbeke	Kan - Mas Korte Cross M / V
	Zaterdag	26/11/2022	39ste Sparta Dubbelcross Vilvoorde	Kan - Mas
	Zondag	04/12/2022	69ste ROBA veldloop Wespelaar	Kan - Mas
	Zondag	08/01/2023	Cross Grimbergen	Kan - Mas Korte Cross M
	Zondag	15/01/2023	PK Veldlopen Vlaams-Brabant Vilvoorde	Kan - Mas Korte Cross M / V
	Zondag	22/01/2023	31e dames- en herencross SPBO Bornem	Kan - Mas Korte Cross M
	Zondag	19/02/2023	69ste Grote Prijzen van Duffel	Kan - Mas Korte Cross M
	Zondag	26/02/2023	Finale CrossCup + BK Veldlopen Brussel	Kan - Jun Korte Cross M / V
	Zondag	12/03/2023	BK Veldlopen Masters L.B.F.A	Mas

Extra info:

- Om de beloning van de club te krijgen, moeten de Kan en Ben aan 4 crossen deelnemen. De Pup en Min aan 5 crossen en/of indoor, Cad en Schol aan 6 crossen en/of indoor. Iedereen vanaf Jun moet deelnemen aan 7 wedstrijden naar keuze vermeld op de kalender (cross, indoor of stratenloop).
- Neem je deel aan een kampioenschap dan mag je deze 1x meerekenen voor een dubbel kruisje.
- Voorinschrijving is verplicht voor crossen en indoor via www.atletiek.nu
- Opwarming begint 1u voor de start. Zorg dat je op tijd bent en met de groep het parcours kan verkennen.
- Spreek je trainer aan wanneer je een probleem hebt met vervoer, spikes, singlet... Singlet moet je zichtbaar dragen tijdens de wedstrijd.
- Vergeet zeker jullie officieel wedstrijdnummer niet mee te brengen.

Winterkalender Olympia Londerzeel 2022-2023 : Indoor

X	Dag	Datum	Locatie	Categorieën
	Zondag	20/11/2022	SUPERKRACK 1 - EXPRESS 1 Hoboken	Pup - Mas
	Zondag	4/12/2022	SUPERKRACK 2 - EXPRESS 2 Hoboken	Pup - Mas
	Zaterdag	07/01/2023	PK Indoor Vlaams-Brabant en Antw. Gent	Cad - Mas
	Zondag	15/01/2023	SUPERKRACK 3 - EXPRESS 3 Hoboken	Pup - Mas
	Zondag	12/02/2023	SUPERKRACK 4 - EXPRESS 4 Hoboken	Pup - Mas
	Zondag	12/03/2023	SUPERKRACK FINALE Hoboken	Pup - Mas
	Zondag	19/03/2023	Werpersmeeting Mechelen	Cad - Mas

Winterkalender Olympia Londerzeel 2021-2022 : stratenloop

X	Dag	Datum	Locatie	Afstanden
	Zondag	16/10/2022	Drie Provinciën Natuurloop Malderen	5, 10 en 21 km
	Vrijdag	11/11/2022	11.11.11 Jogging Vossem	5, 11 en 20 km
	Zaterdag	26/11/2022	Natuurlopen van Lier	5, 10 en 16 km
	Vrijdag	30/12/2022	24e eindejaarscorrida Leuven	4, 8 en 12 km
	Zaterdag	21/01/2023	25e Dirk Martens Corrida Aalst	3, 6 en 12 km
	Zondag	05/02/2023	Les Hivernales Bosvoorde	10, 19 en 39 km
	Zondag	26/03/2023	Pegasusloop Londerzeel	3, 7 en 10,5 km

Tel Jos en Gerda 052 30 37 07
GSM Koen 0474 75 51 54

GSM Peter
GSM Tiny

0487 71 58 13
0499 41 09 91