

Naam: \_\_\_\_\_

Categorie: \_\_\_\_\_

Trainer: \_\_\_\_\_



<b>Winterkalender Olympia Londerzeel 2023-2024: Veldlopen Kan - Mas</b>				
X	Dag	Datum	Wedstrijd	Cat.
	Zondag	22/10/2023	Oefencross Kapelle-op-den-Bos Of Crosscup relay Berlare	Kan - Mas
	Zaterdag	11/11/2023	22e Grote prijs stad Mechelen	Kan - Mas
	Zondag	19/11/2023	BK Veldlopen, Hulshout	Kan – Jun + korte cross
	Zaterdag	25/11/2023	40ste Sparta Dubbelcross Sparta Vilvoorde	Kan - Mas
	Zondag	03/12/2023	70ste Platina veldloop ROBA Wespelaar	Kan - Mas
	Zaterdag	09/12/2023	BK Veldlopen Masters - Brussel	Mas
	Zaterdag	23/12/2023	ACP Kerstcross Gooik	Kan - Mas
	Zondag	07/01/2024	Cross Grimbergen	Kan - Mas
	Zondag	14/01/2024	Cross VAC Vilvoorde	Kan - Mas
	Zondag	21/01/2024	31e dames- en herencross SPBO Bornem	Kan - Mas
	Zondag	25/02/2024	Memorial Jef Bogaerts ACKO Kortenberg	Kan - Mas

<b>Winterkalender Olympia Londerzeel 2023-2024: Joggings</b>			
X	Dag	Datum	Wedstrijd
	Zondag	5/11/2023	Zonientrail – Overijse 5km, 15km en 25km -www.zonientrail.be
	Zaterdag	11/11/2023	11.11.11. Jogging Vossem 5KM, 11KM OF 20KM
	Zaterdag	18/11/2023	Stars 2 run - Londerzeel
	Zondag	28/01/2024	Halve Marathon Aalst : 5km, 10km en de 21km - www.trailrun.be/halve-marathon-aalst/
	Zondag	10/03/2024	BK halve Marathon AC en Masters, Gentbrugge, RGC
	Zondag	24/03/2024	Pegasusloop - Steenhuffel

<b>Winterkalender Olympia Londerzeel 2023-2024: Indoor</b>				
<b>X</b>	<b>Dag</b>	<b>Datum</b>	<b>Wedstrijd</b>	
	Zondag	19/11/2023	SUPERKRACK 1 - EXPRESS 1 Hoboken	Pup - Mas
	Zondag	03/12/2023	SUPERKRACK 2 - EXPRESS 2 Hoboken	Pup - Mas
	Zaterdag	16/12/2023	Aalsterse Indoormeeting - Gent	Cad - Mas
	Zondag	07/01/2024	PK Indoor Vlaams-Brabant en Antw. Gent	Pup - Mas
	Zondag	14/01/2024	SUPERKRACK 3 - EXPRESS 3 Hoboken	Pup - Mas
	Zondag	28/01/2024	SUPERKRACK 4 - EXPRESS 4 Hoboken	Pup - Mas
	Zaterdag	17/02/2024	Werpersmeeting - Mechelen	Cad - Mas
	Zondag	18/02/2024	SUPERKRACK 5 - EXPRESS 5 Hoboken	Pup - Mas
	Zaterdag	24/02/2023	BK indoor Masters,Louvain La Neuve	Mas
	Zondag	25/02/2024	Belfius Orpsy Aflossings meeting Gent	Pup - Mas
	Zondag	10/03/2024	SUPERKRACK FINALE Hoboken (enkel op uitnodiging gebaseerd op prestatie in Supercrack 1-5)	Pup - Mas

Extra info:

- Om als atleet van de club een beloning te krijgen,
  - o Kan en Ben aan 4 crossen deelnemen.
  - o Pup en Min aan 5 crossen en/of indoor,
  - o Cad en Schol aan 6 crossen en/of indoor.
  - o Iedereen vanaf Jun moet deelnemen aan 7 wedstrijden naar keuze vermeld op de kalender (cross, indoor of stratenloop).
  - o Bij verlaten van Olympia vervalt het recht op de beloning van het afgelopen seizoen.
  - o De deelname moet ingediend worden ten laatste 1 maand na de laatste vermelde wedstrijd op de kalender.
- Neem je deel aan een kampioenschap dan mag je deze 1x meerekenen voor een dubbel kruisje.
- Voorinschrijving is verplicht voor alle veldlopen en indoor via [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu), hier vinden jullie ook de afstanden, tijdschema, adres . Voor Jogging kijk op de desbetreffende websites.
- Opwarming begint 1u voor de start. Zorg dat je op tijd bent!
- Spreek je trainer aan wanneer je een probleem hebt met vervoer, spikes, singlet,
- Singlet *moet* je zichtbaar dragen tijdens de wedstrijd. Het dragen van clubkledij is verplicht tijdens de wedstrijd. Draag je geen singlet of T-shirt van de club dan telt deze wedstrijd niet mee voor het criterium.
- Vergeet zeker jullie officieel wedstrijdnummer niet mee te brengen.
- Check de websites van de joggings voor de laatste info.

Tel Jos en Gerda 052 30 37 07

GSM Kelly 0479 82 12 03 (Indoor, indien begeleiding  
gewenst, check haar aanwezigheid)

GSM Peter 0487 71 58 13

GSM Tiny 0499 41 09 91