



Ieper, 14/02/2014

Beste Lokomotief-runner,

Op 13 februari vergaderde het **LOKO-TEAM**. Zoals beloofd wensen wij onze leden via deze weg steeds te informeren over besproken punten en genomen beslissingen.

1. Lidgelden

Opgelet, het tijdstip om je lidmaatschap te verlengen is bijna verstreken!

Op 1 maart 2014 wordt de ledenlijst opgemaakt. Zo krijgen we een duidelijk beeld van het aantal effectieve leden alvorens opnieuw een sessie "Joggen voor beginners" op te starten.

Van wie wij op deze datum het lidgeld niet hebben ontvangen veronderstellen wij dan ook dat hij niet langer wenst deel uit te maken van onze club.

Bijgevolg zal deze persoon :

- geschrapt worden uit de ledenlijst
- schrapping uniek aansluitingsnummer
- schrapping uit de mailinglist
- schrapping toegang tot de facebook vriendengroep
- weigering van deelname aan de gezamenlijke trainingen

Vanaf 1 maart 2014 zal het lidgeld voor nieuwe leden 25 euro bedragen.
Voor leden die bij het jaareinde hun lidmaatschap verlengen binnen de vooropgestelde termijn blijft het lidgeld 20 euro.



De 5 euro extra voor nieuwe leden aanzien wij als een administratiekost voor onder meer de aanmaak van een lidkaart met uniek aansluitingsnummer. Daar dit ook opnieuw zal moeten gebeuren voor leden die hun lidmaatschap te laat hernieuwen zullen wij ook hen deze extra kost aanrekenen.

Enkel wie zich voor het eerst bij onze club aansluit heeft recht op een gratis clubshirt!

Wij zijn er zeker van dat je het niet zover laat komen en tijdig 20 euro zal storten op IBAN nr : BE92 1430 8376 1423, KWB-LOKOMOTIEF-RUNNERS, p.a. Masscheleinlaan 27, 8900 Ieper. Je krijgt er bovendien nog steeds gratis onze muts bij!



2. Lidkaarten

Zoals beloofd in de vorige LOKO-letter zal iedereen binnenkort zijn persoonlijke lidkaart ontvangen.



3. Gegevens fiche

Samen met je lidkaart ontvang je ook een gegevensfiche. Gelieve deze in te vullen en ons terug te bezorgen. Zo beschikken wij over de recentste gegevens van onze leden.



4. Trainingen

- Op vrijdag 21 februari wordt de training afgelast. Iedereen wordt immers verwacht voor ons jaarlijks nieuwjaarsfeest in De Zeeparel. Je diende hiervoor wel reeds vooraf in te schrijven.
- Op zaterdag 22 februari gaat er wel een speciale training door op het parcours van de Warden Oom Loop in Beselare. Geïnteresseerden verzamelen om 16.30 uur aan de Crack en rijden dan gezamenlijk met de auto naar Beselare.
- Nog tot en met vrijdag 28 maart gaan de trainingen door op het winterparcours.

5. Wedstrijden

Momenteel kunt u zich nog steeds inschrijven via de club voor volgende wedstrijden.

- *Zaterdag 8 maart 2014 : WARDEN OOM LOOP - BESELARE*
(uiterste betalingsdatum 21/02/2014) - 6 euro
5 km : start om 15u00 '
8 km - 10 miles : starten samen om 15u45'
- *Zaterdag 29 maart 2014 : BRIGANDSLOOP - INGELMUNSTER*
(uiterste betalingsdatum 14/03/2014) - 7 euro
De jogging van 6 km : start om 14u30' - inschrijving 7 euro
De Prestatieloop van 11,5 km : start om 15u15' - inschrijving 7 euro
- *Zondag 13 april 2014 : VLAANDERENS MOOISTE MARATHON - ZWALM* (uiterste betalingsdatum 20/03/2014)
Halve marathon : 15 euro - marathon 25 euro
Start om 10u00'



Inschrijven voor deze wedstrijden kan heel eenvoudig door een e-mail te sturen aan Geert Lahoutte (geert.lahoutte@telenet.be). Betalingen gebeuren enkel via overschrijving met vermelding van je naam, de wedstrijd en de gekozen afstand. IBAN nr : BE92 1430 8376 1423, KWB-LOKOMOTIEF-RUNNERS, p.a. Masscheleinlaan 27, 8900 Ieper.

Uiteraard worden de wedstrijden die via de clubinschrijvingen gebeuren steeds in de clubtrui gelopen.

6. Uitslagen wedstrijden

Uitslagen gelopen via clubinschrijvingen zullen op onze facebookpagina worden gepubliceerd. Indien je zelf andere wedstrijden loopt en wenst dat deze ook worden gearchiveerd kan je deze steeds doormailen aan Geert Ryckaert (ryckaert.touquet@telenet.be)

7. Joggen voor beginners

Vertel het voort! Op 24 maart start een nieuwe sessie van "Joggen voor Beginners". Tijdens deze 10 weken durende opleiding worden onervaren lopers begeleidt naar hun eerste 5 km lopen. Een start van nog vele komende kilometers. Er wordt in groep getraind iedere maandag en woensdagavond om 20 uur op de atletiekpiste van Ieper.

8. Trainen op de atletiekpiste

Zoals je merkt gaan de sessies "Joggen voor beginners" door op de atletiekpiste. Sommigen zouden misschien van deze gelegenheid wensen gebruik te maken om ook eens mee te trainen op de piste. Wie wenst gebruik te maken van de piste dient echter over een persoonlijke toegangskaart te beschikken. Alle deelnemers voor de startsessies betalen bij hun inschrijving 5 euro (+ 5 euro waarborg) voor een dagkaart.



Indien je zelf een kaart wenst aan te schaffen kan je terecht bij de balie van het zwembad. Als club wensen wij de goeie banden met de Stad Ieper te onderhouden en zullen dan ook geen clubleden zonder toegangkaart toelaten op de piste.

9. Clubkledij

Wie nieuwe clubkledij wenst aan te schaffen kan steeds een afspraak maken met Marjan Vermeulen (0475/606837)

- Zomer- en wintertruien zijn te verkrijgen voor 15 euro.
- Muts voor 7 euro
- Windjacks voor 18 euro.

Wie reeds zijn lidgeld betaalde en nog geen muts kreeg zal deze ofwel tijdens het nieuwjaarsfeest of op een van de volgende trainingen ontvangen.

Daar we opnieuw een schitterende en warme loopzomer verwachten, hebben we de intentie om ons gamma uit te breiden met loopsinglets. Momenteel loopt hiervoor een marktprospectie.

10. Project Stefaan Engels - My Challenge 14 - route 2272

Nadat hij in 2012 iedere dag een marathon liep en in 2013 a hero for one day project opzette, waar iedere dag iemand rond de Gentse Watersportbaan 42,195 km liep. Loopt hij onder andere in mei 2014 - 2272 kilometer dwars door België.

Op maandag 5 mei loopt Stefaan Engels 50 km van de zeedijk in De Panne over Veurne naar de Grote Markt in Ieper. Door de goede relatie die tussen Stefaan en Yves Lagage (Hero for one day 346 op 12/12/2013) ontstond, groeide het idee om onder begeleiding van de



Lokomotief-runners Ieper binnen te lopen, waarna er een ontvangst voorzien is op het stadhuis.

Yves en Roland hebben het plan opgevat om Stefaan het ganse parcours te vergezellen. Wie zich geroepen voelt mag gerust mee! De start is om 12 uur op de zeedijk van De Panne (looptempo 9,5 -10 km/h). Met de groep zouden we de runners opwachten aan het Sas van Boezinge. Als de planning blijft zoals die nu is zouden we daar moeten verzamelen om 16 uur. Het meelopen is gratis! Toch dient men zich te registreren op de website. Momenteel wordt onderzocht of dit ook via onze normale inschrijvingsprocedure kan gebeuren. Meer info kan je vinden op onderstaande link. Hou alvast deze datum vrij!

<http://www.mychallenge14.be/images/stories/content/5%20mei.pdf>

Je kan steeds terecht bij het LOKO-team voor opmerkingen, correcties, suggesties en veel meer...

Veel sportieve groeten,

Het LOKO-Team