



Ieper 08/08/2015

Ook midden de zomervakantie stak het LOKO-team de koppen bij elkaar. Het najaar kondigt zich immers als zeer druk aan!

In september bundelen we immers deelnames aan Dwars door Ieper, De IFF-marathon & triatlon, de inrichting van ons familiefeest en de herdenkingsloop voor "MarathonWilly" binnen de week van de sportclub.

Er werd ook reeds gestart met de voorbereidingen voor onze 3^e Santa Claus Run op vrijdag 18 december. Om er opnieuw een geslaagde editie van te maken rekenen we natuurlijk op ieder clublid zijn medewerking.

En,... er wordt ook reeds gebrainstormd rond ons eerste lustrumjaar, 2017.

1. LOKO-team

Heb je vragen of suggesties? Je kan steeds terecht bij onze teamleden. Tijdens de voorbije vergadering werden de functies binnen het LOKO-team nog eens onder de loep genomen.



Roland Outtier
voorzitter



Gerard Vandoolaeghe
joggen voor Beginners



Yves Lagage
logistiek evenementen



Veerle Sabbe
kledijverantwoordelijke



Evelien Leterme
sociale media



Emily Deroo
persverantwoordelijke



Philip Soetaert
Webmaster



Geert Ryckaert
secretaris



Claude Pottel
penningmeester

2. Leden op 1 augustus 2015

Mede dankzij het blijvend enthousiasme van onze nieuwe lichter "Joggen voor Beginners" hebben we op 1 augustus de kaap van 160 leden bereikt! Ons record van vorig jaar van meer dan 50 aanwezigen op een training sneuvelde dan ook de laatste weken meerdere malen! Zo'n grote groep vraagt niet alleen een goed geolied bestuursteam, maar ook enige discipline van jou als lid.

Wij vragen je dan ook de nieuwsbrieven grondig na te lezen en vooral tijdig in te tekenen voor de activiteiten én de betaling te voldoen vóór de vooropgestelde deadline! Bijkomende inschrijvingen zullen wij in de toekomst dan ook niet meer toestaan! Wij hopen hierbij op uw begrip en medewerking.

3. Uitnodiging familiefeest zondag 20/09/2015





3^e LOKO-familiefeest

Zondag 20 september 2015 - vanaf 11 uur

Sint-Maartenskring - Lange Meersstraat 26, Ieper

Programma :

11 uur: vertrek wandeling van ongeveer ± 4 km

12-12.30 uur: aankomst wandeling

wie niet deelneemt aan de wandeling wordt ook tegen dit tijdstip verwacht in de Sint-Maartenskring

Vervolgens wordt iedereen uitgenodigd op :

- de receptie
- barbecue: worst, witte pens, gestoomde kotelet, ribbetjes en kippenfilet met groentjes, sausen en aardappelen (1 drankje inbegrepen)
of vegetarische schotel (te vermelden bij inschrijving)
- dessert: taart + koffie

De kostprijs voor dit familiefeest bedraagt 20 euro per persoon.

(kinderen -12 jaar betalen 10 euro)

Inschrijven kan tot vrijdag 11 september 2015 door te mailen naar lokomotief.runners@gmail.com EN het juiste bedrag over te schrijven op BE92 1430 8376 1423, BIC-code: GEBABEBB van KWB-LOKOMOTIEF-RUNNERS p.a. Masscheleinlaan 27-8900 Ieper, met de vermelding van het aantal personen die aan het feest deel nemen.

Wij hopen met dit familiefeest eens elkaar op een ontspannende manier te ontmoeten en er een leuke dag van te maken.

Smakelijk!



4. trainingen

Ons zomerparcours op woensdag langs de Vestingen wordt een klein beetje aan gepast. Voortaan worden de vestingen niet meer verlaten via de trappen nabij de Aalmoezeniersstraat. We lopen verder richting Rijselpoort om dan via het hellend vlak nabij de Bukkerstraat de vestingen te verlaten.

5. wedstrijden



Koksijde Runaway - woensdag 26/08/2015 (5,5 km-10 km)

Mooie wedstrijd op de vliegbasis waar we vorig jaar ook met enkelen naartoe trokken.

Inschrijven via de organisatie

<http://www1.lopenvoorhetgoededoel.be/nl/Koksijde/algemeen.php>

Inschrijvingen kost 5,5 km - 10 euro, 10 km - 11 euro

Opgepast! na 10 augustus betaal je 2 euro extra!!

Indien ingeschreven stuur een mailtje naar

lokomotief.runners@gmail.com zodat afspraken rond het vervoer kunnen worden gemaakt.



Zedelgem - 40^{ste} Groene Meersenloop - zondag 30/08/2015 (5km-10 km)

De 5 km start om 14u15 en de 10 km start om 15u30

Inschrijven via de organisatie of via roland.outtier@gmail.com

Inschrijven kan op voorhand (5 EUR) op het rekeningnummer 979-5243458-31, met vermelding van de naam en wedstrijd.

Indien ingeschreven stuur een mailtje naar

lokomotief.runners@gmail.com zodat afspraken rond het vervoer kunnen worden gemaakt.



 **Rijsel halve marathon/10 km - zaterdag 5/09/2015**

Inschrijvingen afgesloten

 **In Flanders Fields marathon zondag 13/09/2015**

Inschrijven via de organisatie

 **Dwars door Ieper zondag 13/09/2015**

WEDSTRIJDEN

1 km-MINI-JOGGING: start om 15.35 uur

5 km-WEDSTRIJDLOOP: start om 15.30 uur

7 km-WEDSTRIJDLOOP: start om 16.00 uur

14 km-WEDSTRIJDLOOP: start om 16.15 uur

Voor de mini-jogging bedraagt de deelnameprijs 2 euro voor de andere wedstrijden 7 euro. Bovendien moet een waarborg worden betaald voor de elektronische chip die zorgt voor de tijdsregistratie. Deze bedraagt 10 euro en krijg je terug bij het inleveren van je borstnummer.

Inschrijven kan via de club tot en met woensdag 2 september.

Vergeet niet:

Je bent pas definitief ingeschreven na betaling!

Mini-jogging 12 euro, 5-7-14 km 17 euro

IBAN nr : BE92 1430 8376 1423, KWB-LOKOMOTIEF-RUNNERS,

p.a. Masscheleinlaan 27, 8900 Ieper.



In Flanders Fields triatlon zaterdag 19/09/2015

4 teams ingeschreven (afgesloten)



KBC Trail Ieper zondag 18/10/2015

54 inschrijvingen via de club (afgesloten)

6. Herdenkingsloop Willy Lemaire maandag 21 september 2015' - Fenix

Zoals je reeds weet organiseren wij op maandag 21 september een open training ter nagedachtenis van "MarathonWilly". Wij verwachten jullie dan ook allemaal die avond en rekenen erop dat je zoveel mogelijk mensen warm maakt voor ons initiatief.

Het parcours bedraagt 5,4 km en is toegankelijk voor lopers en wandelaars. Deelname is gratis. Het is geen wedstrijd en er wordt geen uitslag opgemaakt. Iedereen krijgt wel een aandenken. Achteraf kan tegen betaling iets worden gedronken in zaal Fenix.

7. 3^e editie Santa Claus Run vrijdag 18 december 2015

Op vrijdag 18 december richten we voor de 3e maal onze Santa Claus Run in. Opnieuw verwachten we 850 Kerstmannen/vrouwen in Ieper.

Wij hopen alvast dat je deze datum vet hebt aangekruist in uw agenda.

Als lid zie ik af van eigen deelname aan de wedstrijd, maar draag mijn steentje bij tot de perfecte organisatie van ons clubevenement.

8. Week van de Sportclub

Onze club doet opnieuw mee aan de "week van de sportclub" van 12 tot 21 september.



9. Website

Met de start van het nieuwe schooljaar zal ook onze nieuwe website worden gelanceerd.

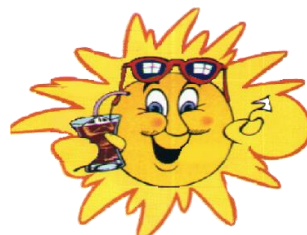
10. Kledijshop

Heb je nog nood aan een zomeroutfit of denk je reeds aan de winterse trainingen? Je kan steeds terecht bij Veerle Sabbe, Ambachtenstraat 1A te Ieper. Graag vooraf contacteren via het gsm nr. 0476/50.28.74 of vsabbe@telenet.be



11. Looptip

Warme dagen zijn geen excuus om niet te lopen. Ik ga wel enkel op pad met mijn beste loopvriend bij warm weer, mijn drinkbus!





12. Data om te onthouden

Woensdag	26 augustus		Koksijde - Runaway
Zondag	30 augustus		Zedelgem - Groene Meersenloop
Woensdag	2 september		Deadline inschrijvingen Dwars Door Ieper
Zaterdag	5 september		Halve marathon -Lille
Vrijdag	11 september		Deadline inschrijvingen familiefeest 20/09
	12-21 sept.		Week van de Sportclub
Zondag	13 september		IFF Marathon (inschrijvingen via de organisatie)
Zondag	13 september		Dwars Door Ieper
Zaterdag	19 september		IFF Triatlon
Zondag	20 september	11u00	Familiefeest Lokomotief-runners
Maandag	21 september	20u15	Herdenkingsloop Willy Lemaire
Zondag	18 oktober	10u00	Urban Trail Ieper
Zondag	6 december	10u00	Cooper-test voor de leden op de atletiekpiste
Vrijdag	18 december	19u00	3 ^e editie SANTA CLAUS RUN

Veel sportieve groeten,
en een deugddoende vakantie

Het LOKO-Team