



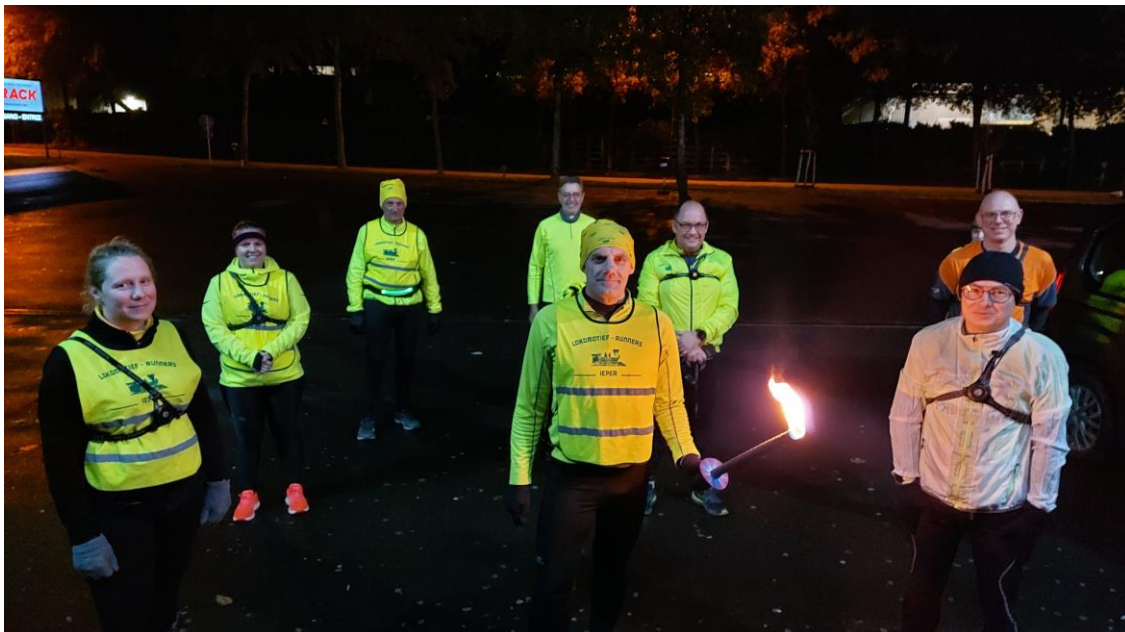
Ieper, 12 december 2021

Beste LOKO-vrienden

De finish van het geaccidenteerde parcours van 2021 is in zicht. We kunnen enkel hopen dat 2022 ons weer dichterbij elkaar zal brengen.

Het vredeslicht

We willen onze club toch nog eenmaal in de schijnwerpers plaatsen. Zaterdagmorgen starten we om 8.30 uur op de markt van Ieper met het vredeslicht in de hand en we lopen richting Lo-Renninge. Het wordt een tocht van 21 km. We zijn nog steeds op zoek naar lopers die Jean-Marie, Philip en Geert tot in Boezinge of Steenstraete willen vergezellen. Roland en Gerard zorgen voor de begeleiding op de fiets. Daarnaast zijn we nog op zoek naar mensen die onze lopers met de wagen naar Ieper kunnen terugbrengen.



Nieuw jaar

2022 komt eraan! Ons LOKO-team heeft veel plannen op tafel liggen. De uitwerking en lancering volgt de komende maanden. Helaas laat de huidige situatie een nieuwjaarsreceptie niet toe. We willen ons vooral concentreren op het weer lopen in groep, het uiteindelijke doel waarvoor onze club werd opgericht.

Een nieuw jaar betekent ook dat we vragen om jouw lidmaatschap te verlengen. Het lidgeld bedraagt nog steeds €30, een heel schappelijke prijs voor één jaar loopplezier. Er zijn bovendien nog zekerheden in deze tijden: we zorgen ook dit jaar voor een nuttig nieuwjaarsgeschenk.

Betaal je lidgeld ten laatste op 31-12-2021.

Dan maak je in 2022 een goede start en een mooi loopjaar "verzekerd"!

30 euro

rekening BE20 6528 4543 9756

LOKOMOTIEF-RUNNERS IEPER

Vergeet niet dat we ook op donderdagmorgen lopen en wandelen.

Senioren in beweging



Heb je nood aan beweging en je bent op **donderdagvoormiddag tussen 10.00 en 11.00 uur** vrij, dan ben je welkom in het **Hamiltonpark**. Je kan kiezen tussen **wandelen** en **joggen** op een matig tempo.

Misschien ben je wel iemand die wat sociale druk nodig heeft om door te zetten? We helpen jou graag! Alles gebeurt immers onder begeleiding van ervaren coaches.

Lokomotief-runners Ieper startte dit najaar met dit initiatief. Senioren en gepensioneerden die meer willen bewegen in de gezonde buitenlucht zijn onze doelgroep. Er is een vastgelegd parcours, maar je kiest je eigen tempo.

De **inschrijving en lidmaatschap** bedraagt **€30**, waarbij je **volledig verzekerd** bent via de sportfederatie SPORTA.

Levensloop

Over één project in 2022 willen we al een tipje van de sluier lichten. Levensloop komt in 2022 naar Ieper. Het organisatieteam vroeg ons als loopclub het sportieve luik uit te werken.

Levensloop gaat door op 24 september 2022 met het Hamilton-park als prachtige locatie. Het is de bedoeling om als team 12 uur onafgebroken in beweging te zijn. Lopers en wandelaars lossen elkaar in teamverband af, terwijl kankerpatiënten extra in de watten worden gelegd.

Binnenkort meer info in de pers.

Het LOKO-team wenst je een prettig eindejaar.

Op vrijdagavond 24 december en 31 december is er geen groepstraining!

Voor suggesties en opmerkingen kan je steeds bij het LOKO-team terecht:

Roland Outtier <roland.outtier@gmail.com>;

Claude Pottel <lokomotief.runners@gmail.com>;

Philip Soetaert <soetaertp@hotmail.com>;

Gerard Vandoolaeghe <vandoolaeghe-desmet@skynet.be>;

Jean Marie Van Cauwenberghe <jm.vancauwenberghe@gmail.com>;

Geert Ryckaert ryckaert.touquet@telenet.be.

Zin om het LOKO-team te versterken?

Neem vrijblijvend contact op met een van de leden!

Sportieve groeten

Het LOKO-team