



Ieper, 2 december 2022

Beste LOKO-vrienden

December is ingezet en het is meteen de laatste rechte lijn richting finish 2022. Sint en Zwarte Piet brachten ons een bezoek op onze training en ze hebben ons weer met lekkers verwend. We beloofden ons mooie pad verder te zetten.

Ook in deze donkere en koude dagen kan een loopje voor de nodige verlichting zorgen. Laagjes zorgen voor de nodige warmte en bij donker weer blijft het belangrijk om fluorescerende kledij te dragen zodat we goed zichtbaar zijn voor de andere weggebruikers.



Eindrun 'Joggen voor beginners'

Op maandag 12 december lopen onze deelnemers aan onze eindejaarsessie 'Joggen voor Beginners' hun eindrun. Kom hen aanmoedigen en vergezellen tijdens hun 5km-run. Om aan de jongsten, die in de examenperiode zitten, tegemoet te komen, starten we uitzonderlijk om 19.00 uur met deze eindrun.

Onze traditionele clubtraining op maandag start zoals gewoonlijk om 20 uur.



Het vredeslicht

Ook dit jaar gaan we weer op pad met het vredeslicht vanuit Ieper richting Lo. Op zaterdag 17 december starten we om 8 uur stipt op de binnenkoer van de markt. Het wordt een tocht van 21 km. We zijn nog steeds op zoek naar lopers, die ons tot in Boezinge of Steenstraete willen vergezellen. Roland en Gerard zorgen voor de begeleiding op de fiets.

Wil je meelopen of fietsen? Schrijf je via onze site in:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSehyu5hc3Mg6WhAPpFi7sA6sjVKAcDiTHxCOJj_Udl1yhGORg/viewform

Alle info: <https://vredeslicht.be/evenementen-in-ieper/>



Lidmaatschap 2023

Een nieuw jaar betekent ook dat we vragen je lidmaatschap te verlengen. Het lidgeld bedraagt nog steeds €30, een heel schappelijke prijs voor één jaar loopplezier. Bovendien krijg je er ook dit jaar weer een mooi en nuttig nieuwjaarsgeschenk bovenop.

Betaal je lidgeld ten laatste op 31-12-2022.

Dan maak je in 2023 een goede start en is een mooi loopjaar "verzekerd"!

Via deze link kan je je lidmaatschap verlengen:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdABf2vFjCoBRzQJhq-LGc1-FqXJ6uXm1BgfivSNHjRTu8Jnw/viewform>

+

30 euro

rekening BE20 6528 4543 9756

LOKOMOTIEF-RUNNERS IEPER

Nieuwjaarsdrink

Op woensdag 4 januari om 20 uur houden we onze traditionele nieuwjaarsloop en -drink. Na een rondje opwarming verzamelen we in de cafetaria van Sporthal 2. Dan klinken we samen op het nieuwe loopjaar! We hopen dat je erbij bent.



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