



Ieper, 30 juni 2024

Beste LOKO-vrienden

Eindelijk, het is zo ver! De vakantie staat voor velen onder ons voor de deur. Hopelijk ook de definitieve start van de zomer '24.

Voor onze club geen valse start. Wij vliegen er meteen in met onze traditionele verlofdrink. We verwachten iedereen om 20.00 uur op de parking van de Crack voor een rondje Ieperse Vestingen; Aansluitend kan je aanschuiven voor de frietjes met brochette, frikandel of kaaskroket, passende sausjes en aangevuld met drankjes dit alles à volonté voor de prijs van €7/pp.

Toch kijken we nog graag even achterom. Juni stond traditioneel in het teken van onze eindrun. Op maandag 17 juni slaagden 20 sportievelingen voor hun eindrun. Ze ontvingen hun 5km-diploma en een welverdiende medaille. Proficiat, allemaal! Vanaf nu zijn jullie volwaardige wagonnetjes van onze LOKO-trein.



Twintig sportievelingen lopen met succes vijf kilometer na Start to Run-lessen

IEPER Twintig lopers volgden dit jaar een Start to Run-initiatie bij de Lokomotief-runners in Ieper. Na tien weken trainen konden ze op maandag 17 juni allemaal met succes vijf kilometer lopen. Voorzitter Roland Outtier van de Lokomotief-runners toonde zich achteraf dan ook een erg tevreden man. In het voorjaar van 2025 zal er opnieuw Start to Run georganiseerd worden. (foto EF)



Juni betekent ook dat onze club een jaartje ouder is geworden. Ondertussen kleurt onze club al 12 jaar lang de loop -en wandelpaden van de Westhoek. Verder mocht de kermisloop in Dikkebus opnieuw een sterke delegatie van onze club verwelkomen.



Ook in juli staan er 2 wedstrijden in het programma, die we je graag aanbevelen.

Franco Belge Run - zondag 7 juli 2024

SPOT FRANCO BELGE RUN

Vooraf
Pré-inscriptions

Dag zelf
Jour même

| | Vooraf Pré-inscriptions | Dag zelf Jour même |
|--------------|----------------------------|-----------------------|
| Kids | 09u00 €2 | €4 |
| 5 km | 09u30 €10 | €12 |
| 10 km | 10u30 €12 | €14 |



Kermisloop Poperinge woensdag 10 juli 2024

- 👤 Evenement van Kermisjogging
- 📍 Vlamingstraat, 8970 Poperinge, België
- 🌐 Openbaar · Om het even wie, met of zonder Facebookaccount

🏃‍♂️🏃‍♂️🏃‍♂️ 44STE KERMISJOGGING AC HOPPELAND WOENSDAG 10 JULI '24 🏃‍♂️🏃‍♂️🏃‍♂️

📅 18 uur: start inschrijvingen in zaal De Kring: Jeugdloop is 2 euro en Kermisjogging 6 euro.

🏃‍♂️ 19 uur: Jeugdloop 400m/1 kleine ronde (6-9 jaar): start in de Vlamingstraat, aankomst bij De Kring.

🏃‍♂️ 19.15 uur: Jeugdloop 800m/2 kleine ronden (9-12 jaar): start in de Vlamingstraat, aankomst bij De Kring.

🏃‍♂️ 19.30 uur: Kermisjogging 5 km/2 grote ronden of 11 km/5 grote ronden (+12): start in de Vlamingstraat, aankomst bij De Kring.

🚪 Kleedkamers in De Kring.

🏆 Iedereen krijgt prijs + gratis voucher voor de kermis! Af te halen in De Kring na afgifte borstnummer.

🏆🏆🏆 Extra prijzen voor top drie dames en heren per wedstrijd. Prijsuitreiking op koertje De Kring.

🍷🍷🍷 Achteraf kan je genieten van een natje aan de bar of een ritje op de kermis! **Minder weergeven**

Poperinge

Wandelen en lopen op donderdag

Onze groep donderdaagse sportievelingen kondigt aan dat hun training op donderdag 11 juli uitzonderlijk niet zal starten in het Hamiltonpark.

De training start die dag om 10 uur aan Hill 60.

Levensloop Westhoek 21 september 2024

Ook dit jaar neemt onze club weer actief deel aan de organisatie van Levensloop 2024. Levensloop Ieper werd intussen omgedoopt tot Levensloop Westhoek.



Levensloop Westhoek 2024 vindt opnieuw plaats in het Hamiltonpark op zaterdag 21 september tussen 10.00 uur en 22.00 uur. Het wordt een heel speciale editie voor 100 jaar Stichting tegen Kanker, maar ook voor onze club. Wij herdenken immers die dag de 10e verjaardag van het overlijden van Willy Lemaire.



Ons team is geregistreerd. Jean Marie Van Cauwenberghe is opnieuw onze teamkapitein. Je kan ons team vervoegen voor de deelnameprijs van 10 euro.



Registreren kan via deze link: <https://forms.gle/3vJMRtekaUJSbck4A>



Levensloop helpende handen

Wil je op donderdag, vrijdag of zaterdag een handje toesteken? Laat het zeker weten!

De link komt binnenkort op de site.

Het LOKO-team wenst iedereen een deugddoende verlofperiode. Ook tijdens de zomerperiode gaan de trainingen op de vertrouwde tijdstippen door.

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>;

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

Koen De Prycker <koen.deprycker@liantis.be>

Geert Ryckaert ryckaert.touquet@telenet.be.

Sportieve groeten

