



Ieper, 12 oktober 2024

Beste LOKO-vrienden

Zoals aangekondigd staat oktober in het teken van onze pralineverkoop. Aarzel daarom niet langer en bestel een doosje voor je familie, vrienden, collega's ... Vergeet zeker ook jezelf niet! Wie vorig jaar een doosje als nieuwjaarsgeschenk kreeg, weet immers hoe lekker ze zijn en hoe vlug zo'n doosje leeg is.

Plaats nu je bestelling via deze link:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSd2OSk\\_ppnB-GX03jylQ7wunl9eClCj7RZqYb2bUGEr3VGyJw/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSd2OSk_ppnB-GX03jylQ7wunl9eClCj7RZqYb2bUGEr3VGyJw/viewform)



- 18 pralines in een doosje
- 3 smaken (van elk 6 stuks) - geen andere opties mogelijk
- verkoopprijs per doosje: €15
- uiterste besteldatum: 20 oktober 2024
- levering: halfweg december 2024

De bestelling is pas volledig na betaling op rekeningnummer BE20 6528 4543 9756 - LOKOMOTIEF-RUNNERS IEPER, met vermelding 'chocoladeverkoop'.



## Trainingsuren

Ook dit jaar kregen wij de vraag om de trainingen op maandag en woensdag in de winterperiode te vervroegen.

Zowel het uur aanpassen als het uur behouden, heeft pro's en contra's en er zullen altijd voor- en tegenstanders zijn.

Uiteindelijk hebben we ervoor gekozen om een ingeburgerd tijdstip niet te wijzigen.

De aanwezigheid van 26 lopers op training maandagavond heeft ons ervan overtuigd dat heel wat leden zich nog steeds kunnen vinden in het sinds jaar en dag vertrouwde startuur.

## Training 1 november

De training van vrijdagavond 1 november wordt verplaatst naar 10 uur in de voormiddag. Afspraak aan de vertrouwde Crack.

## Training 11 november

Traditiegetrouw wordt de training op 11 november afgelast.

## Loopwedstrijden

Graag kondigen we enkele wedstrijden in de buurt aan. Inschrijven kan via de bijhorende links. Spreek gerust onderling af om er een mooie uitstap van te maken en onze clubkleuren in de verf te zetten.

Vredesloop op 19 oktober 2024: <https://vredesloop.be/>

Course du Souvenir op 11 november 2024: <https://www.mto.be/>

Poppies run op 24 november 2024 <https://www.poppiesrun.be/p/>



Vredeslicht 21 december 2024

Ook dit jaar mogen we het Vredeslicht Ieper uitdragen. De Lokomotief-Runners houden de vlam brandend tot in Poperinge. We starten aan het JOC in Ieper om 8.30 uur. Zin om mee te lopen? Meld je bij [roland.outtier@gmail.com](mailto:roland.outtier@gmail.com).

We eindigen deze LOKO-letter zoals we hem begonnen, met een lekkere praline.

Vergeet je bestelling niet te plaatsen! Merciekes in naam van de club!



Plaats nu je bestelling via deze link:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSd2OSk\\_ppnB-GX03jylQ7wunl9eClCj7RZqYb2bUGEr3VGyJw/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSd2OSk_ppnB-GX03jylQ7wunl9eClCj7RZqYb2bUGEr3VGyJw/viewform)

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

*Roland Outtier* <[roland.outtier@gmail.com](mailto:roland.outtier@gmail.com)>;

*Claude Pottel* <[lokomotief.runners@gmail.com](mailto:lokomotief.runners@gmail.com)>;

*Philip Soetaert* <[soetaertp@hotmail.com](mailto:soetaertp@hotmail.com)>;

*Jean Marie Van Cauwenberghe* <[jm.vancauwenberghe@gmail.com](mailto:jm.vancauwenberghe@gmail.com)>;

*Koen De Prycker* <[koen.deprycker@liantis.be](mailto:koen.deprycker@liantis.be)>

*Geert Ryckaert* [ryckaert.touquet@telenet.be](mailto:ryckaert.touquet@telenet.be).



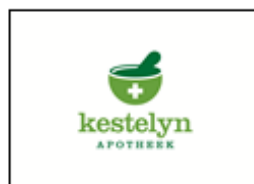
Sportieve groeten



LOKO-letter



2024/10



4