

CONTACTBLAD

Uitgave oktober 2021



Koninklijke Atletiek Vrienden Roeselare

AVRAS - Afdeling Staden AVRAHG – Afdeling Hooglede Gits





In deze uitgave

01	Voorwoord	4
02	Varia.....	4
03	Reglement Avr Top 25/Top10.....	5
	A Door deelname aan wedstrijden.....	5
	B Door prestaties.....	5
	C Vergoedingen	6
04	Topsportkader AVR	8
	INDOOR.....	9
	VELDLOPEN	10
05	Reglementen winterseizoen	10
06	Crosscup Relays en crosscup wedstrijden	11
07	Reglement Running Center West-Vlaams CrossCriterium	11
08	Uitslagen pistewedstrijden	13
09	Stratenlopen	14
10	Inschrijvingen seizoen 2021-2022.....	17
11	Artikels.....	18
	Alexander op de Olympische Spelen in Tokio	18
	Hanna Vandebussche is meer dan een atlete.....	19
	Kampioenschap van Vlaanderen cad & schol Deinze 15 – 08 – 2021	20
	Belgisch kampioenschap meerkamp 21 & 22 -08 – 2021	20
	Provinciaal kampioenschap aflossingen Waregem 28 – 08 – 2021.....	20
	Belgisch kampioenschap cad & schol Lier 11&12 -09 – 2021	20
	Provinciaal kampioenschap pup & min Tielt 18 – 09 – 2021	20
	Belgisch kampioenschap junioren Herve 18 – 09 – 2021	21
	Belgisch kampioenschap masters Ninove 18 – 09 – 2021	21
	Vittel stage 19 tot 25 – 07 – 2021	21
12	Verjaardagen.....	22
13	Familienieuws	23

Colofon

Redactie:

Eindredactie:

Jürgen Cneut

Redactiemedewerkers:

Norbert Dewulf

Willy Ligneel

Henri Lefevere (avras nieuws)

Agnes Eggermont (recreanten)

Bart Lezy

Jürgen Cneut

Foto's

Sport #vanRsl

Veloman

Sportdienst Middelkerke

Stratenloop Ruddervoorde(Lode Desmet)

Verantwoordelijke uitgever:

Jürgen Cneut

Adres:

Koninklijke Atletiek Vrienden Roeselare

Mgr. Dehaerestraat 89

8800 Roeselare

e-mail: jurgen@kavr.be

tel. 0478 67 70 82

website: www.kavr.be

Verschijnt driemaandelijks

Foto voorpagina:

Alexander Doom
Olympische spelen 2021
Tokio

01 Voorwoord

Het seizoen 2020-2021 loopt op zijn laatste benen. Het was voor de wedstrijdathleten maar een half jaar want de winter viel door de Covid-pandemie helemaal in het water. Voor de recreanten duurde het nog langer vooraleer ze terug in groep op training konden samen komen.

Intussen kijken we al vooruit naar het nieuwe seizoen. Sedert vorige week hebben we de groepen al opgedeeld volgens de leeftijden van het nieuwe seizoen want dat nieuwe seizoen komt er al snel aan.

Binnen AVR zijn we heel druk bezig om de komende weken en maanden vorm te geven. De secretaris en de penningmeester draaien op volle toeren om alle inschrijvingen vlot te verwerken, de trainers maken kennis met heel wat nieuwe atleten, er worden ploegen gevormd voor de Crosscup-relays in Berlare.

Nu er terug meer mogelijk is, herstarten we de vaste activiteiten terug op.

Agnes is met de recreanten een nieuwe sessie van Start to Run opgestart en de groep rond Norbert en Noël zijn druk in de weer voor de Westlaanrun op zaterdag 13/11 en de Crosscup op zondag 28/11.

Er worden later deze maand nog nieuwsbrieven verstuurd ivm de wedstrijden waar we met AVR zullen aan deelnemen. Er komt zeker en vast ook nog een update met informatie ivm de Westlaanrun en de Crosscup. We hopen op beide organisaties heel wat AVR-atleten te zien onder de deelnemers.

Sportieve groeten

02 Varia

Kledij

Naar de ouders: zorg dat in de kledij van uw kind(eren) steeds de naam vermeld staat.

Zo kunnen we snel vergeten spullen terugbezorgen.

Gevonden!!!

Er werd een AVR T-shirt met lange mouwen maat 158-164 gevonden op het sportstadion.

De rechtmatige eigenaar kan het terugkrijgen bij Willy op de training of op 0494 51 11 85



2e hands spikes



Naar nieuwe leden toe: spikes zijn loopschoenen waar men onderaan pinnetjes kan indraaien.

Deze schoenen(spikes) gebruikt men om wedstrijden mee te lopen. Op de piste zijn dit kleine pinnetjes van 6 mm. Voor veldlopen varieert dit van 6 tot 15mm.

Goede 2^e hands spikes, die te klein zijn voor de vroegere eigenaar(es) zijn te koop bij Willy op training.

Goede 2e hands spikes zijn beschikbaar bij Willy. Informeer op training of bel 0494-51 11 85.

Spikes die te klein zijn (tot max maat 40) kan men ook afgeven aan Willy om door te verkopen. Na verkoop wordt het ontvangen bedrag aan de vroegere eigenaar teruggegeven.

atletiek.nu

Sinds juli kan men her en der terug vrij deelnemen aan wedstrijden mits men nu wel vooraf ingeschreven is via atletiek.nu .

Algemeen liggen de deelname cijfers lager dan voorheen, we zien dat nu ook bij AVR. Alleen de pupillen meisjes bij AVR vielen op door hun aantal bij meerdere wedstrijden. Hopelijk worden ze in de nabije toekomst bijgebeend door hun leeftijdsgenoten bij de jongens en door de miniemen meisjes en jongens die toch reeds van vóór corona weten wat wedstrijden zijn.

03 Reglement Avr Top 25/Top10

Hoe verdienen je punten?

A Door deelname aan wedstrijden

1 Deelname als atleet of deelname aan de organisatie van eigen wedstrijden: max 2x5pt

Winter: Cross-Cup Roeselare of Westlaanrun = 5pt

Zomer: pistemeetings = 5pt

Als het gaat om een PK, KvV, BK, BvV, enz... als eigen organisatie worden de punten toegekend voor het desbetreffend kampioenschap. Niet bij eigen organisatie.

2 Deelname aan Provinciale Kampioenschappen: max 3x1pt

3 deelnames aan verschillende PK's te kiezen uit veldlopen, piste indoor en outdoor, wegwedstrijden, aflossingen.

Een PK over meer dan één dag telt als één PK

3 Deelname aan Kampioenschap van Vlaanderen: max 2x4ptn

2 deelnames aan verschillende KvV te kiezen uit veldlopen, piste indoor en outdoor, wegwedstrijden.

Een KvV over meer dan één dag telt als één KvV

4 Deelname aan Belgisch Kampioenschap: max 3x8ptn

3 deelnames aan verschillende BK's te kiezen uit veldlopen, piste indoor en outdoor, wegwedstrijden, aflossingen.

Een BK over meer dan één dag telt als één BK

Ekiden Brussel wordt niet gezien als BK.

5 Deelname aan internat. kampioenschappen waarvoor een selectieminimum vereist is (vb EK, WK, OS):

8ptn per kampioenschap

Komen niet in aanmerking voor deelnamepunten:

Interland, Europabeker

6 Deelname aan de Beker van Vlaanderen(interclub): max 6ptn

slechts 1 deelname mag in rekening gebracht worden.

ook de aangeduide reserve atleten krijgen punten.

B Door prestaties

1 clubkampioenschap per categorie (zomerseizoen): 1=5pt/2=4pt/3=3pt/4=2pt/5=1pt

Zie reglement clubkampioenschappen.

2 Verbetering records:

Belg. record: 10ptn voor iedere discipline waarvan het record verbeterd wordt.

(geen punten voor prov. record en clubrecord)

Prov. record: 5ptn voor iedere discipline waarvan het record verbeterd wordt.

(geen punten voor clubrecord)

Clubrecord: 2ptn voor iedere discipline waarvan het record verbeterd wordt.

(meerdere keren hetzelfde record verbeteren door dezelfde persoon in één jaar = max 2pt)

3 Belgische top 10 ranking outdoor: (niet voor masters)

1=15pt/2=13pt/3=12pt/4=11pt/5=10pt/6=9pt/7=8pt/8=7pt/9=6pt/10=5pt

Voor senioren geldt de alle categorieën ranking

Alleen de hoogste ranking wordt in rekening gebracht.

4 PK: max 3x volgende punten

1=5pt/2=4pt/3=3pt/4=2pt/5=1pt

5 KvV: max 2x volgende punten

1=8pt/2=7pt/3=6pt/4=5pt/5=4pt/6=3pt/7=2pt/8=1pt

6 BK: max 3x volgende punten

Aflossingen: 1=15pt/2=12pt/3=9pt/4=6pt/5=3pt

Individueel: 1=17pt/2=12pt/3=9pt/4=7pt/5=6pt/6=5pt/7=4pt/8=3pt

Indien op een BK minder dan 5 atleten deelnemen worden de punten gehalveerd

7 EK, WK, OS: onbeperkt

1=17pt/2=12pt/3=9pt/4=7pt/5=6pt/6=5pt/7=4pt/8=3pt

C Vergoedingen

prijzen TOP 25

1-250€	2-200€	3-150€	4-125€	5-100€	6-80€	7-75€
8-70€	9-60€	10-60€	11-55€	12-55€	13-50€	14-50€
15-50€	16-45€	17-45€	18-40€	19-40€	20-40€	21-35€
22-35€	23-30€	24-30€	25-30€			

prijzen TOP 10

1-150€	2-125€	3-100€	4-75€	5-50€
6-40€	7-30€	8-30€	9-25€	10-25€

Bij de senioren worden de prijzen verdubbeld.

Een medaillewinnaar op een Belgisch kampioenschap (brons, zilver, goud) betaalt het volgend seizoen GEEN lidgeld.

D Reglement

- 1 Iedereen vanaf cadet tot senior, zowel mannen als vrouwen, komen in aanmerking voor een plaats in de TOP 25. Iedereen vanaf master komt in aanmerking voor de TOP 10.

Iedereen neemt deel in zijn eigen categorie.

Uitzondering: masters die een volledig seizoen wensen deel te nemen bij alle categorieën maken dit voor het seizoen kenbaar aan de clubsecretaris.

- 2 Alle disciplines komen in aanmerking.

Uitzondering: voor de Belgische top 10 ranking komen alleen de nummers in onderstaande lijst in aanmerking (gebaseerd op Olympische disciplines).

Alleen met de outdoor ranking wordt rekening gehouden.

	CAD D	CAD H	SCH D	SCH H	JUN D	JUN H	SEN D	SEN H
100m	x	x	x	x	x	x	x	x
200m	x	x	x	x	x	x	x	x
400m	x	x	x	x	x	x	x	x
800m	x	x	x	x	x	x	x	x
1500m	x	x	x	x	x	x	x	x
5000m					x	x	x	x
10000m					x	x	x	x
110horden	80h	100h	100h	x	100h	x	100h	x
400horden	300h	300h	x	x	x	x	x	x
3000steeple	1500st	1500st	2000st	2000st	x	x	x	x
marathon							x	x
hinkstap	x	x	x	x	x	x	x	x
hoog	x	x	x	x	x	x	x	x
polstok	x	x	x	x	x	x	x	x
ver	x	x	x	x	x	x	x	x
discus	x	x	x	x	x	x	x	x
kogel	x	x	x	x	x	x	x	x
hamer	x	x	x	x	x	x	x	x
speer	x	x	x	x	x	x	x	x
meerkamp	6k	8k	7k	10k	7k	10k	7k	10k

- 3 Alle behaalde punten van een volledig seizoen (nov-okt) worden samengeteld.
- 4 Alleen door de atletiekbond gehomologeerde prestaties komen in aanmerking (uitgezonderd Westlaanrun)
Alle prestaties behaald op wedstrijden die niet in de VAL kalender vermeld zijn moeten via mail (norbert@kavr.be) aan de resultatenverwerking van AVR gemeld worden (vb wedstrijden van de LBFA kalender of wedstrijden in het buitenland)
- 5 Enkel beëindigde wedstrijden komen in aanmerking.
- 6 Het is niet toegelaten, indien op dezelfde dag georganiseerd, deel te nemen aan Cross-Cup Roeselare en Westlaanrun.
- 7 Het eindklassement omvat de 25/10 beste resultaten die beloond worden met een financiële aanmoediging.
- 8 Bij gelijkheid van punten tellen we het daaraan verbonden bedrag samen en delen het door 2 of 3 naargelang de gelijkheid.
- 9 De aanmoediging zal niet uitbetaald worden indien de atleet de club verlaat voor een andere club.
- 10 De aanmoediging is alleen voor atleten die van 1/11 tot 31/10 een trainingsboekje bijhouden. Daarin worden alle trainingen en wedstrijden nauwgezet bijgehouden.
De trainingsboekjes worden tussen 31/10 en 15/11 aan de hoofdtrainer(Willy) overhandigd. Bij niet indienen voor 15/11 wordt de atleet onherroepelijk geschrapt uit de lijst en schuiven de volgende atleten één plaats omhoog. Opgepast: strikte toepassing van het reglement.
- 11 Iedere atleet vertegenwoordigt de club tijdens wedstrijden (KBAB, VAL en LBFA) in de officiële clubuitrusting. Daar hoort de broek ook bij. Bij niet naleving wordt de atleet geschrapt in de uitslag van de top 25/10. Het startnummer moet steeds zo opgespeld worden dat de sponsors op de kledij zichtbaar zijn.
- 12 Een senior wordt master tijdens het seizoen. Hij of zij komt in het TOP 10 klassement met behoud van de punten verdiend als senior. Uitzondering zie punt 1.
- 13 Alle vragen of opmerkingen worden via het secretariaat overgemaakt aan het dagelijks bestuur van AVR. De beslissingen daar genomen zijn onherroepelijk.
- 14 Ieder jaar wordt een evaluatie, eventueel bijsturing, gemaakt aangaande het reglement.
- 15 Ieder atleet wordt verwacht het reglement gelezen te hebben.
- 16 De premies worden persoonlijk in ontvangst genomen tijdens de nieuwjaarsreceptie na het afgelopen seizoen.



KENNY VANDENBROUCKE
 schrijnwerk • interieur maatwerk
 0496 541 937 • kenny-vdb@telenet.be

timmer- en schrijnwerken
 ramen • deuren • gevelbekleding • interieur maatwerk
 dressing • kasten op maat
 parketvloeren • isolatiewerken

bezoek onze nieuwe site www.vandenbrouckekenny.be

KOESTRAAT 198 - 8800 RUMBEKE

04 Topsportkader AVR

- Het topsportkader voorziet in een financiële tegemoetkoming voor atletiek gerelateerde onkosten zoals materiaal, stages, medische kosten, enz...

- Ieder jaar bij opmaak van de begroting wordt een budget voorzien voor het topsportkader. Dit budget kan variëren van jaar tot jaar al naar gelang de financiële mogelijkheden op dat moment.

Het maximum budget wordt vastgelegd op €5000.

- De tegemoetkomingen worden uitbetaald aan de atleten mits voorlegging van een onkostennota met bewijs van betaling.

- Atleten komen in aanmerking voor een financiële tegemoetkoming het jaar volgend op het jaar waarin de selectiecriteria behaald zijn.

- Scholieren, juniors en seniors komen in aanmerking, zowel dames als heren.

Masters komen alleen in aanmerking als de selectiecriteria behaald zijn in wedstrijden bij de seniors.

- Selectiecriteria:

1 veldlopen

Scholieren dames en heren: top 10 plaats op Belgisch kampioenschap

Juniors dames en heren: top 10 plaats op Belgisch kampioenschap

Seniors dames: top 15 plaats op Belgisch kampioenschap lange cross

top 10 plaats op Belgisch kampioenschap korte cross

Seniors heren: top 25 plaats op Belgisch kampioenschap lange cross

top 15 plaats op Belgisch kampioenschap korte cross

2 pistewedstrijden outdoor

75% van het Belgisch record behalen op een officieel nummer (zie onderstaande tabel)

De beste prestatie van een atleet op een nummer en het Belgisch record van dat nummer worden omgezet in punten volgens de tabellen van de IAAF. De vereiste is 75% behalen.

Voor de eerstejaars scholieren wordt rekening gehouden met de prestaties gelukt als tweedejaars cadet.

	CAD D	CAD H	SCH D	SCH H	JUN D	JUN H	SEN D	SEN H
100m	x	x	x	x	x	x	x	x
200m	x	x	x	x	x	x	x	x
400m	x	x	x	x	x	x	x	x
800m	x	x	x	x	x	x	x	x
1500m	x	x	x	x	x	x	x	x
5000m			3000m	3000m	x	x	x	x
10000m					x	x	x	x
110horden	80h	100h	100h	100h	100h	x	100h	x
400horden	300h	300h	x	x	x	x	x	x
3000steeple	1500st	1500st	2000st	2000st	x	x	x	x
marathon							x	x
hinkstap	x	x	x	x	x	x	x	x
hoog	x	x	x	x	x	x	x	x
polsstok	x	x	x	x	x	x	x	x
ver	x	x	x	x	x	x	x	x
discus	x	x	x	x	x	x	x	x
kogel	x	x	x	x	x	x	x	x
hamer	x	x	x	x	x	x	x	x
speer	x	x	x	x	x	x	x	x
meerkamp	6k	8k	7k	10k	7k	10k	7k	10k

3 pistewedstrijden indoor

75% van het Belgisch record behalen op een officieel nummer (zie onderstaande tabel)

De beste prestatie van een atleet op een nummer en het Belgisch record van dat nummer worden omgezet in punten volgens de tabellen van de IAAF. De vereiste is 75% behalen.

Voor de eerstejaars scholieren wordt rekening gehouden met de prestaties gelukt als tweedejaars cadet.

	CAD D	CAD H	SCH D	SCH H	JUN D	JUN H	SEN D	SEN H
60m	x	x	x	x	x	x	x	x
200m	x	x	x	x	x	x	x	x
400m	x	x	x	x	x	x	x	x
800m	x	x	x	x	x	x	x	x
1500m	x	x	x	x	x	x	x	x
3000m			x	x	x	x	x	x
60mH	x	x	x	x	x	x	x	x
Hinkstap	x	x	x	x	x	x	x	x
Hoog	x	x	x	x	x	x	x	x
Polsstok	x	x	x	x	x	x	x	x
Ver	x	x	x	x	x	x	x	x
Kogel	x	x	x	x	x	x	x	x
meerkamp	5k	6k	5k	7k	5k	7k	5k	7k

- Geschillen of discussiepunten worden enkel door het AVR bestuur behandeld.

- Iedere atleet vertegenwoordigt de club tijdens wedstrijden (KBAB, VAL en LBFA) in de officiële clubuitrusting. Daar hoort de broek ook bij. Bij niet naleving komt de atleet niet in aanmerking voor het topsportkader. Het startnummer moet steeds zo opgespeld worden dat de sponsors op de kledij zichtbaar zijn.

Wedstrijden winterseizoen

Tijdens de winter zullen alle wedstrijden (zowel indoorwedstrijden als veldlopen) met voorinschrijvingen gebeuren. Voor de gewone wedstrijden (indoor en veldlopen) en het PK moet je inschrijven via de website atletiek.nu. Uitzondering daarbij zijn de crosscupwedstrijden waarvoor je moet inschrijven via de website van de crosscup.

Om je in te schrijven via Atletiek.nu moet je je eerst registreren met een emailadres. In het begin is het misschien een beetje zoeken, maar eens je het systeem begrijpt, gaat het wel vlot. Voor alle indoorwedstrijden moet je per discipline betalen om deel te nemen. Heb je vragen of problemen om je in te loggen of je aan te melden, stuur zeker een mailtje naar jurgen@kavr.be

Voor Vlaamse en Belgische kampioenschappen moet je op tijd inschrijven via het secretariaat van AVR – jurgen@kavr.be. De inschrijvingstermijnen worden later per mail bezorgd.

INDOOR

De volgende kampioenschappen staan op de agenda:

PK : Provinciaal Kampioenschap

KVV: Kampioenschap van Vlaanderen

BK: Belgisch Kampioenschap

zo 09/01	PK vanaf cadet tem alle categorieën	Gent
zo 23/01	KVV cadetten en scholieren	Gent
zo 30/01	KVV alle categorieën	Gent
za 12/02- zo 13/02	KVV en BK meerkampen	Gent
zo 20/02	BK cadetten en scholieren	Gent
za 26/02	BK alle categorieën	Louvain-La-Neuve
zo 27/02	PK en BK masters	Louvain-La-Neuve
za 12/03	BK Junioren en beloften	Louvain-La-Neuve
za 12/03	Jeugddag	Gent

VELDLOPEN

De volgende kampioenschappen staan op de agenda:

16/01	Provinciaal Kampioenschap Eernegem
13/02	KVV Diest
06/03	BK (niet voor de masters) Brussel
13/03	BK Masters Poperinge



05 Reglementen winterseizoen

Tijdens het winterseizoen organiseren we 2 kampioenschappen.

Crosskampioenschap

In de winter gaan we met AVR naar verschillende crossen. Voor het seizoen bepalen we een aantal crossen waar er punten te verzamelen zijn. Men mag ook andere crossen lopen, maar hierbij zijn er geen punten te verdienen. Ze tellen dus niet mee voor ons crosskampioenschap.

Voor het AVR-crosskampioenschap bij de pupillen en miniemen tellen de 4 beste resultaten mee. Vanaf cadet tellen de beste 5 resultaten mee.

Als er korte crossen voor junioren, senioren en masters zijn, dan kunnen er maximum 2 meetellen voor ons crosskampioenschap.

Bij gelijke stand zijn het de rechtstreekse confrontaties die doorslaggevend zijn. Bij crossen kan men volgende punten winnen: 20 – 18 – 16 – 15 – 14 - ...

Als er per geboortjaar wordt gelopen, verrekenen we de uitslag naar 100 lopers. bvb: Eerstejaars miniem: 6^e plaats op 25 lopers = 24^e op 100 lopers. Tweedejaars miniem: 5^e plaats op 20 lopers = 25^e op 100 lopers. De eerste heeft de beste uitslag en krijgt dus 20 punten, de tweedejaars krijgt 18 punten. Cadetten en scholieren lopen op kampioenschappen per jaar. De punten voor kampioenschappen worden dus ook verrekend zoals bij de pupillen en miniemen

Volgende wedstrijden tellen mee:

07/11	Waregem
14/11	Brugge en Aalter
21/11	Deinze
28/11	Crosscup Roeselare
16/01	PK Eernegem
23/01	Veurne
13/02	Crosscup en KVV Diest (vanaf cadet)
06/03	Crosscup en BK alle categorieën Brussel (vanaf cadet / geen masters)
13/03	Belgisch Kampioenschap Masters Poperinge met wedstrijden vanaf pupil

Indoorkampioenschap

Hoe gaat alles in zijn werk?

Op het einde van het seizoen raadplegen we de officiële ranglijsten van de VAL per categorie. We nemen drie verschillende disciplines nl. Spurt - Spring- en Werpnummers.

Nummers die in aanmerking komen :

Spurt zijn: 60m / 60mH(vanaf cadet) / 150m (min) 200m (vanaf cadet) en de 400m (vanaf cadet)

Springnummers: Hoog – ver – polsstok en hinkstap (vanaf cadet)

Werpen: de enige mogelijkheid is: Kogelstoten

De eerste atleet van AVR op de lijsten krijgt 20p, de tweede 18p, de derde 17p enz... De beste score in iedere discipline telt, je kan dus maximum 20p verzamelen per discipline. De atleet die het meeste aantal punten verzameld op de drie disciplines is indoorkampioen. Bij gelijke stand is de plaats op de Belgische ranglijst van doorslag over de drie disciplines heen.

06 Crosscup Relays en crosscup wedstrijden



Op zondag 24 oktober start het nieuw Crosscup seizoen met de Relays in Berlare. In de Relays lopen teams van 3 atleten een aflossingswedstrijd.

Alle praktische info vindt u op www.crosscup.be.

Alle ploegen dienen zich vooraf in te schrijven.

De ploegen worden ingeschreven door de trainers. Graag aan je trainer laten weten of je wil deelnemen in een aflossingsploeg. Verwittig je trainer voor zondagavond 17/10.

Voor jeugdathleten (geboortejaren 2016-2009) die geen volledige ploeg kunnen vormen is een individuele wedstrijd, Running Stars, voorzien. Ook zij schrijven vooraf in.

Afhalen van nummers en aflossingsstokken gebeurt op de wedstrijddag door de trainers.

Ook voor de manches van Mol (7/11) en Roeselare (28/11) kan reeds ingeschreven worden. Hiervoor moet je individueel inschrijven

07 Reglement Running Center West-Vlaams CrossCriterium

1. Alle veldlopen die opgenomen zijn in de veldloopkalender, door de Vlaamse Atletiek Liga uitgegeven, en die georganiseerd worden door een West-Vlaamse vereniging aangesloten bij de Vlaamse Atletiek Liga komen in aanmerking voor het West-Vlaams CrossCriterium.. Iedereen (van cadet tot master) kan deelnemen aan het CrossCriterium vanaf het moment dat men lid is van een West-Vlaamse vereniging aangesloten bij de Vlaamse Atletiek Liga, en op voorwaarde dat de atleet beschikt over een wedstrijdnummer en de deelname gebeurt in de officiële clubuitrusting. Naast de West-Vlaamse wedstrijden worden ook het Vlaams en Belgisch kampioenschap (masters) in aanmerking genomen voor de eindstand
2. De uitgestippelde kalender wordt gepubliceerd op de website van het Provinciaal Comité (www.atletiek-westvlaanderen.be). Eenmaal de kalender is opgemaakt zal die niet meer gewijzigd worden, tenzij een wedstrijd door de plaatselijke organisatie, hetzij door overmacht of om een andere reden, wordt afgelast. Deze kan eventueel door het Provinciaal Comité vervangen worden uiterlijk op woensdag voorafgaand op de nieuw aangeduide wedstrijd. Indien dit niet mogelijk is, wordt de bewuste wedstrijd uit het West-Vlaams crosscriterium geschrapt en niet vervangen.
3. Alle wedstrijden die in aanmerking komen worden herleid naar een deelnemersaantal van 100 atleten zodat iedere wedstrijd even zwaar doorweegt in de eindstand. De puntenberekening gebeurt als volgt : Iedere deelname geeft recht op 100 punten, vermeerderd met het verschil tussen 100 en de behaalde plaats. Voorbeeld : je bent 5^e op 20 deelnemers, na herrekening komt dit overeen met 25^e op 100 deelnemers. Je krijgt dus 100 punten voor de deelname en daarbovenop $100 - 25 = 75$ punten voor de behaalde plaats, totaal 175 punten.
4. Voor deelname aan het provinciaal kampioenschap krijg je 75 punten extra toegewezen, terwijl deelname aan het Vlaamse en Belgische kampioenschap respectievelijk recht geeft op 25 en 50 extra punten. Atleten die een resultaat neerzetten bij alle West-Vlaamse wedstrijden die in aanmerking komen, ontvangen een bonus van 100 punten.
5. Een atleet moet aan minimum 5 van de in aanmerking komende wedstrijden deelgenomen hebben om in aanmerking te komen voor het eindklassement. De 5 beste resultaten worden in aanmerking genomen voor het eindklassement per categorie/geslacht. In geval van gelijk aantal punten, is de hoogste individuele score doorslaggevend. Indien daarna nog steeds geen afscheiding is, wordt de prijzenpot evenredig verdeeld.
6. Masters kunnen slechts in één categorie (Senior OF Master) in aanmerking komen voor het eindklassement . Zij dienen ook in deze categorie hun prestaties neergezet te hebben.
7. Een atleet mag slechts aan één wedstrijd per dag deelnemen. De korte cross of sprintcross wordt eveneens in rekening genomen.
8. De tussenstand wordt na iedere wedstrijd gepubliceerd op de website van het Provinciaal Comité (www.atletiek-westvlaanderen.be)

9. De bekendmaking van de winnaars en de uitreiking van de prijzen gebeurt op het einde van het atletiekseizoen op vrijdag 21 oktober 2022, locatie nog nader te bepalen. Iedere atleet die in aanmerking komt voor de prijzenpot ontvangt hiervoor een uitnodiging via zijn club. Iedere aanwezige deelnemer die minstens aan 5 wedstrijden deelnam in het afgelopen seizoen komt in aanmerking voor een aandenken, naturaprijs of geldprijs volgens onderstaande verdeling. Indien de atleet niet persoonlijk aanwezig is doet men op deze wijze afstand van de toegekende prijzen. Verontschuldigen via mail naar pcwestvlaanderen@atletiek.be ten laatste 1 week voor de prijsuitreiking (of telefonisch op 0475741758)
10. Het Provinciaal Comité West-Vlaanderen behoudt zich het recht voor om atleten die om welke reden dan ook in opspraak komen, of atleten die om welke reden dan ook een (voorlopige) schorsing ondergaan op het ogenblik van de prijsuitreiking, te schrappen uit de eindrangschikking. Deze atleten komen bijgevolg niet in aanmerking voor huldiging en kunnen geen aanspraak maken op bijhorende prijzenpot.
11. Eventuele klachten of opmerkingen kunnen gericht worden aan pcwestvlaanderen@atletiek.be
12. Door deelname aan de in aanmerking komende wedstrijden, aanvaardt elke deelnemer het reglement en elke wedstrijdbeslissing van de organisatoren. In geval van betwisting, neemt het Provinciaal Comité West-Vlaanderen de eindbeslissing, zonder dat hiertegen verhaal mogelijk is.

Wedstrijden seizoen 2021-2022

- 7 november 2021 : 63^{ste} Jongerencross Waregem – AZW
- 14 november 2021 : 3^e Brugse veldloop - OB
- 28 november 2021 : Crosscup Roeselare – AVR
- 16 januari 2021 : PK veldlopen Eernegem - HAC (75 bonuspunten)
- 23 januari 2021 : 17^e Westhoekcross Veurne - MACW
- 13 februari 2021 : KVV Veldlopen Diest (25 bonuspunten)
- 6 maart 2021 : BK Veldlopen Brussel (50 bonuspunten)
- 13 maart 2021 : BK Veldlopen Masters Poperinge (50 bonuspunten)
- 13 maart 2020 : Veldloop van het Hoppeland Poperinge - FLAC

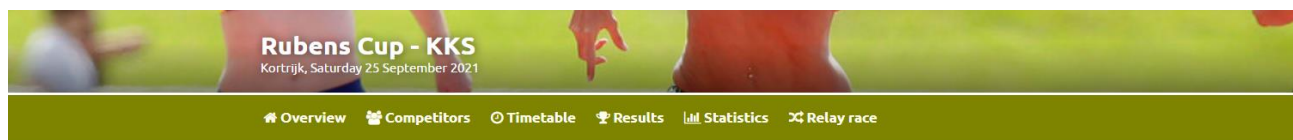
Prijzenpot seizoen 2021-2022

Zowel voor de dames als voor de heren wordt onderstaande prijzenpot, deels cash, deels in waardebonnen, voorzien.

	CAD	SCH	JUN	SEN	MAS
1 ^e plaats	30 € + Natura	30 € + Natura	40 € + Natura	60 € + Natura	40 € + Natura
2 ^e plaats	25 € + Natura	25 € + Natura	35 € + Natura	55 € + Natura	35 € + Natura
3 ^e plaats	20 € + Natura	20 € + Natura	30 € + Natura	50 € + Natura	30 € + Natura
4 ^e plaats	15 € + Natura	15 € + Natura	25 € + Natura	45 € + Natura	25 € + Natura
5 ^e plaats	10 € + Natura	10 € + Natura	20 € + Natura	40 € + Natura	20 € + Natura
6 ^e - ... plaats	Natura	Natura	Natura	Natura	Natura



08 Uitslagen pistewedstrijden



Rubens Cup - KKS > Clubs > KAV Roeselare

Club 'KAV Roeselare'

Prices

	Ewoud Lagrou Miniem Mannen - 80m - 10,98
	Staf Vanderiviere Miniem Mannen - HJ - 1,53
	Fran De Pauw Miniem Vrouwen - 80m - 11,22
	Lena Reddé Pupil Vrouwen - 60m - 9,04
	Noor De Witte Pupil Vrouwen - 60m - 9,29

Alle komende VAL-wedstrijden en
afgelopen resultaten zijn te volgen op:
Atletiek.nu

BV



CARROSSERIE

DEPREITER FRANCKY



**Thuisverpleging
Isabel Victor**

0497 39 30 98

isabel.victor@live.be

www.roeselaarsethuisverpleging.be

09 Stratenlopen

Movement Beach run 10/07/2021

3 Davy Stieperaere 33:51.192 1

Strandloop Zeebrugge 02/07/2021

34 Jolien Ballegeer 27:37.239

35 Matthias Deprez 27:38.491

Strandloop Zeebrugge 02/07/2021

4 Davy Stieperaere 34:51.253

24 Kristof Huyghe 41:49.774

33 Lies Deruddere 43:38.271

Kustcriterium Nieuwpoort 12/07/2021

4 Davy Stieperaere 34:54.405

Beach run Koksijde 22/07/2021

3 Davy Stieperaere 33:50.504

De Panne Beach Run 04/08/2021

2 Davy Stieperaere 26:44.166 1

Twins Beach Run 13/08/2021

1 Davy Stieperaere 29:23.252 1

Coastrun - Middelkerke 10km 20/08/2021

3 Mathias Hoornaert 33:53.194

4 Davy Stieperaere 34:03.947

7 Warre Bouckaert 36:10.950



Coastrun – Middelkerke 5km 20/08/2021

19 Tom Hoornaert 21:36.539

Mem. Diether Cornaer Wingene - 21 /08/ 2021

19 Maddelein, Jean-Claude 43:25

De 10 km van Koolskamp - 4 /09/ 2021

5. Steven Vanderiviere 0:38:24

13. Gilbert Walraedt 0:39:12.

17. Kristof Huyghe 0:40:11

20. Wouter Lambert 0:41:17

Forme Half Marathon, RSL 10,6 04/09/2021

5 Huvaere Jordy 00:39:29,44

9 Haelewijn Nicolas 00:49:01,00



Forme Half Marathon, RSL Mannen 04/09/2021

1 Stieperaere Davy 01:09:45,04

6 Vallé Kurt 01:15:34,00

18 Maddelein Jean-Claude 01:25:43,00

19 Lezy Bart 01:25:44,87

23 Vandermeersch Henk 01:31:33,30

36 Verbrugge Stefan 01:35:33,20

55 Bruneel Tom 01:43:48,22

57 Labaere Martin 01:44:53,88(-11 min ;-)

61 Clément David 01:50:18,44

62 Dehem Kris 01:51:07,39

Forme Half Marathon, RSL Dames 04/09/2021

8 Vanhecke Séverine 01:43:46,00

14 Seys Sylvia 01:52:36,81

Rumbeke loopt Kids run 400m fun 11 /09/ 2021

1. Vandemoortele Cerial

2. Segers Arno

6. Van Eenoo Jelte

10. Pattyn Simon

14. Devoldere Mats

16. Vanneste Roos

24. Huysentruyt Casper



Rumbeke loopt Kids run 800m fun 11 /09/ 2021

7. Deleersnyder Matthias

9. Segers Robbe

15. Huysentruyt Cara

19. Vermeulen Mathis

Rumbeke loopt Just for fun 3,3 km fun 11 /09/ 2021

4. Spriet Alex	00:12:06
7. Vermote Didier	00:12:48
11. Vermote Gillian	00:13:31
12. Lagrou Jonas	00:13:51
13. Parmentier Loïc	00:13:52
17. Lagrou Ewoud	00:14:34
22. De Baecke Flore	00:16:18

Rumbeke loopt 10 km fun 11 /09/ 2021

4. Keersebilck Frederik	00:38:08
5. Vens Saskia	00:40:01
7. Timperman Felix	00:40:12
9. Lambert Wouter	00:40:39
10. Maddelein Jean-Claude	00:40:52
14. Labaere Martin	00:42:54
16. Frickelo Geert	00:43:39
33. Deruddere Lies	00:48:43



Veloman stratenloop 5 km 18/09/2021

4. Deprez, Matthias	0:16:59,1
12. Suffys, Chase	0:19:37,2
16. Vermote, Gillian	0:20:15,3
19. Haelewijn, Nicolas	0:20:45,6
39. Ballegeer, Jolien	0:25:13,2

Veloman stratenloop 10 km 18/09/2021

1. Stieperaere, Davy	0:30:54,0
4. Keirsebilck, Frederik	0:34:31,4
6. Lezy, Bart	0:35:06,2
10. Huvaere, Jordy	0:36:17,7
11. Timperman, Felix	0:36:22,7
14. Huyghe, Kristof	0:37:40,9
15. Maddelein, Jean-Claude	0:38:04,8
22. Vander Meiren, thijs	0:39:58,5
36. Deruddere, Lies	0:46:14,2



Stratenloop Ruddervoorde Uitslag 12km 24/09/2021

6. Emma Boone	0:45:46,5
---------------	-----------

Stratenloop Ruddervoorde Uitslag 4km 24/09/2021

7. Hilde Hindryckx	0:16:29,5
--------------------	-----------



Sterrebosloop Rumbeke - Just for fun 25 /09/ 2021

5 Spriet Alex	19:05
6 Claus Jesse	19:20
8 Depont Niels	19:42
12 Vermote Didier	20:41
13 Vermote Gillian	21:03
18 Parmentier Loïc	21:44
19 Sinnesael Peter	21:45
31 Lezy Rune	24:02
32 Maelegheer Louis	24:02
41 Masselus Lien	25:02
42 Huughe Ynesta	25:24
47 Masselus Emma	26:33
51 Praat, Willemijn	26:59
60 Ghesquiere Bavo	28:10
62 De Baecke Flore	28:29
02 Desot Caroline	35:06

Sterrebosloop Rumbeke – 10 km 25 /09/ 2021

1 Vandermeersch Henk	32:39
2 Hoornaert Mathias	34:17
6 Lezy Bart Roeselare	35:47
13 Verdonek Arend	38:52
14 Vens, Saskia	39:11
15 Maddelein, Jean-Claude	39:25
22 Frickelo Geert	41:06
23 Hoornaert Tom	41:17
24 Van de Walle Steven	42:06
29 Clement David	42:31
57 Gruyaert Gino	47:05
64 Lievrouw Chris	48:14
82 Vanhecke Séverine	51:13
83 Verbrugge Stefan	51:13
100 Tuerlinckx Flor	55:57



Alpro Leimarathon 26/09/2021

9 Servaas Gryp	3:00:34.622
38 Kris Dehem	3:26:14.405



10 Inschrijvingen seizoen 2021-2022



Er komen al heel wat inschrijvingen binnen via de link op de website.

Maar er moeten zich nog heel wat atleten en recreanten opnieuw aansluiten voor komend seizoen.

Dat kan via: <https://www.kavr-atletiek.be/clubinfo/lid-worden-1>

Koninklijke Atletiek Vrienden Roeselare

WWW.KAVR.BE

HOME

NIEUWS

CLUBINFO

WEDSTRIJDEN

FOTO'S

KLEDIJ - WEBSHOP

CLUBKALENDER

CONTACT

RUNNING RESULTS

De eerste borstnummers en recreantenkaarten zijn al aangevraagd. Wanneer die zullen worden geleverd is nog onduidelijk, maar wellicht niet voor 15/10. Borstnummers en recreantenkaarten worden aangevraagd wanneer het inschrijvingsformulier is ingevuld en het lidgeld correct betaald werd.

Let op: er is een speciale coronakorting van €25 voor de wedstrijdathleten geboren in 2007 of eerder die vorig jaar volledig jaar aangesloten waren. Voor de recreanten die vorig jaar aangesloten waren is er een korting van €20.

De borstnummers en de recreanten kaarten worden op training verdeeld. Kom je niet op training, stuur dan een mail naar jurgen@kavr.be en dan zorg ik dat die opgestuurd of bezorgd worden.

Jullie krijgen allemaal een enveloppe met daarin een paar documenten:

Kangoeroes en benjamins :

blanco borstnummer, paspoortje, attest voor de mutualiteit en kortingsbon van Running Center

Pupillen en ouder die vorig jaar ook aangesloten waren :

borstnummer, attest voor de mutualiteit, kledijbon voor AVR-kledij en kortingsbon van Running Center

Pupillen en ouder die nog niet eerder aangesloten waren :

borstnummer, attest voor de mutualiteit en kortingsbon van Running Center.

Daarnaast krijgen jullie een wedstrijduitrusting. Vraag er naar op training bij Geert.

Athleten die gratis kunnen aansluiten : borstnummer en kortingsbon van Running Center

Recreanten : recreantenkaartje, attest voor de mutualiteit en kortingsbon van Running Center

We hopen op heel wat inschrijvingen!!

Fieuw

**Koeltechniek
Airconditioning**

**tel.: 051 20 90 73
www.fieuw.be**

11 Artikels

Alexander op de Olympische Spelen in Tokio

Op 14 juli vertrok Alexander richting het verre Oosten voor een nieuwe ervaring. Deel uitmakende van de 4x400m (de Belgian Tornados) was hij 1 van de 6 atleten die in aanmerking kwamen om deel te nemen aan de aflossingen op de Olympische Spelen in Tokio.

Na een lange vlucht, heel veel papierwerk op de luchthaven van Tokio, konden ze naar het trainingskamp in Mito. In de volgende 2 weken konden de atleten wennen aan de temperatuur en vooral aan de hitte en intussen nog goed doortrainen voor de aflossingen. Alexander kon niet veel van de omgeving bekijken want ze mochten enkel het hotel verlaten om naar de piste te gaan trainen.



Op 27 juli mochten de atleten van de aflossing dan naar het Olympisch dorp, een goede 100km van het trainingscentrum. Daar golden er opnieuw strenge maatregelen en veel controles.

Alexander mocht lopen in de reeksen op de 4x400m mixed relays. Dat is een wedstrijd met 2 mannen en 2 vrouwen die elk 400m moeten lopen in een aflossingswedstrijd. In de reeksen moest de ploeg bij de eerste 3 eindigen om rechtstreeks geplaatst te zijn voor de finale. Alexander liep als startloper en met de andere 3 atleten behaalden ze de 3e plaats in hun reeks in een nieuw Belgisch Record. In de finale werden Alexander en Jonathan Borlee vervangen door Dylan en Kevin Borlee en zij liepen in de finale nog iets sneller om uiteindelijk 5e te worden. Deel uitmakende van de ploeg tijdens de reeksen, kreeg Alexander wel zijn Olympisch Diploma.

Een week later en na enkele extra trainingen stonden de reeksen van de 4x400m bij de mannen op het programma. Alexander mocht terug als startloper aan de bak en deed dat voortreffelijk. Hij liep een heel sterke ronde en Jonathan Sacoor, Dylan Borlee en Jonathan Borlee konden de Belgen op de 3e plaats rechtstreeks plaatsen voor de finale op zaterdag in een tijd van 2'59"37. Tijdens de wedstrijd werd duidelijk dat Jonathan Borlee zich blesseerde aan de hamstring, anders zat er zeker een betere tijd in.

Zaterdag 07/08 was dan de grote dag. Alexander mocht in de finale op de Olympische Spelen terug als startloper fungeren met Jonathan Sacoor, Dylan Borlee en Kevin Borlee als andere leden van de Tornados. Toen de startlijsten bekend geraakten, bleek dat heel wat landen hun beste atleet als startloper hadden gezet en dat maakte de taak van Alexander er niet gemakkelijk op. Niettemin liep hij een super wedstrijd (vanuit de buitenbaan) en kon als 4e (van de 8 landen) zijn aflossingsstok afgeven aan Jonathan. De tijd van Alexander zou net iets onder de 45" geweest zijn, wat een absolute toptijd is. Jonathan Sacoor, Dylan Borlee en Kevin Borlee deden er nog alles aan om een plaatsje op te schuiven, maar ondanks een nieuw Belgisch Record van 2'57"88 lukte dat net niet. Uiteindelijk werden ze 4e. Kort na de aankomst passeerden ze alle 4 heel ontgoocheld bij de commentatoren op de perstribune omdat ze zo dicht bij een medaille waren.

De reacties achteraf waren unaniem omtrent de prestaties van Alexander. Zowel de pers, de ex-atleten, de huidige collega's van Alexander als de supporters zijn het er over eens dat Alexander 3 prachtige wedstrijden gelopen heeft.

Dat belooft voor de volgende jaren met eerst volgend jaar een Europees en een Wereldkampioenschap.

Maar eerst een goede terugvlucht en wat uitrusten van deze memorabele Olympische Spelen.

Hanna Vandenbussche is meer dan een atlete.

We kennen Hanna Vandenbussche allemaal als veldloopster en marathonloopster. In het verleden behaalde zo oa de titel van Belgisch Kampioene in het veldlopen en ze mocht ook deelnemen aan het Wereldkampioenschap in Doha op de marathon.

In september verbeterde ze op de marathon van Berlijn nog haar besttijd met iets meer dan 2 minuten. Haar nieuwe besttijd is nu 2u34'44".

Daarnaast is Hanna afgestudeerd als Doctor in de Filosofie en vanuit een filosofische hoek heeft Hanna nu een boek geschreven (uitgeverij Houtekiet). Daarin vertelt ze hoe zij een wedstrijddag beleefd. (€22.99 in boekvorm en €15.99 als e-book)



Het lot van Atalanta

Hanna Vandenbussche

Nederlands | 17-11-2021 |

€ 22,99

! Nog niet beschikbaar

De achterflap klinkt als volgt :

De mythische heldin Atalanta liep sneller dan haar schaduw en versloeg elke man in een loopwedstrijd. Haar ongenaakbaar looptalent inspireerde talrijke schrijvers, kunstenaars en dichters. We kunnen ons afvragen welk lot Atalanta vandaag te wachten zou staan. Misschien zou ze wereldrecords verbreken op vederlichte carbonschoenen na een maandenlange hoogtestage of dankzij een geslaagd ketonendieet. De sportwetenschap heeft de laatste decennia een spectaculaire vooruitgang geboekt. Maar draait het in de loopwereld alleen om meetbare prestaties, nauwkeurig voorspeld door een team van experts? Dit boek biedt een filosofische kijk op de ervaring van de langeafstandsluopster. De lezer volgt Hanna Vandenbussche op een fictieve wedstrijddag, waar ze zich laat inspireren door denkers zoals Sartre, Pascal en Descartes tijdens het loslopen, stretchen of aan de startlijn. Anekdotes uit haar sportieve en academische carrière worden afgewisseld met filosofische thema's zoals verbeelding, emoties en vrijheid.

Kampioenschap van Vlaanderen cad & schol Deinze 15 – 08 – 2021

Door hun prestaties voorafgaand aan dit kampioenschap konden 10 AVR-atleten deelnemen aan dit Vlaams kampioenschap. Er werden heel wat mooie prestaties neergezet waaronder zelfs 3 persoonlijke records.

Op het podium mochten er nog 2 clubgenoten een medaille in ontvangst nemen. Scholier Victor Priem was de allerbeste, hij won het goud, in het polsstokspringen met 4m40 terwijl Joppe Bekaert, ook scholier, brons behaalde in het hinkstapspringen met 11m54.

Proficiat aan alle deelnemers!



Belgisch kampioenschap meerkamp 21 & 22 -08 – 2021

Voor de scholieren bestaat de meerkamp uit 10 verschillende disciplines. Victor Priem stond dan ook net als zijn 16 tegenstanders voor een zware opgave gedurende dit 2 dagen durende kampioenschap.

Op de 1^e dag realiseerde hij op alle 5 de nummers een best-prestatie wat uitzonderlijk is.

Op de 2^e dag moest hij wat gas terugnemen maar na samentelling van de punten bleek hij uiteindelijk de zilveren medaillewinnaar met een totaalscore van 6122p wat tevens ook een nieuw clubrecord is. Proficiat!



Provinciaal kampioenschap aflossingen Waregem 28 – 08 – 2021

Liefst 21 ploegen konden samengesteld worden om deel te nemen aan dit PK. Naast mooie eindtijden mochten er ook 5 ploegen goud in ontvangst nemen op het podium. Daarnaast behaalden er 6 ploegen zilver en 2 teams keerden met brons huiswaarts.

Voor meer info: zie KAVR.be – wedstrijden-uitslagen AVR-atleten.



Belgisch kampioenschap cad & schol Lier 11&12 -09 – 2021

Op de eerste dag van dit nationale kampioenschap konden 7 AVR-atleten hun spikes aantrekken. Allen benaderden ze hun best-prestatie van voorheen maar pr's konden net niet genoteerd worden.

Victor Priem, die medaillekandidaat was bij het polsstokspringen, hield zich goed staande onder de druk die men voelt in dergelijke situaties en behaalde met 4m25 de 3^e plaats en de daarbij horende bronzen medaille. 's Anderendaags werd hij ook nog 4^e bij het speerwerpen op 60 cm van de 3^e plaats.

1^e jaars cadet Lukas Sarrazijn slaagde er op zondag in om een nieuwe best-prestatie te laten optekenen in het speerwerpen net als 1^e jaars scholier Jérôme Kindt op de 1500m. Dat belooft voor beide atleten volgend jaar als 2^e jaars.

Proficiat aan iedereen!



Provinciaal kampioenschap pup & min Tielt 18 – 09 – 2021

Algemeen was er geen grote toeloop van atleten voor dit kampioenschap. Voor AVR hadden we 8 pupillen en 5 min meisjes die deelnamen, **maar ... niet één jongen die de sportieve strijd aanging met andere atleten. Nochtans zijn de huidige miniemen jongens vertrouwt met wedstrijden want 2 jaar geleden bij de pupillen waren ze wel goed vertegenwoordigt. Komaan jongens!!!**

Onze meisjes die elk aan 2 nummers mochten deelnemen behaalden 14 podiumplaatsen en ook 12 nieuwe best-prestaties mochten opgetekend worden. Proficiat!



Belgisch kampioenschap junioren Herve 18 - 09 - 2021

Hier namen Warre De Pauw en Iben Degryse deel.

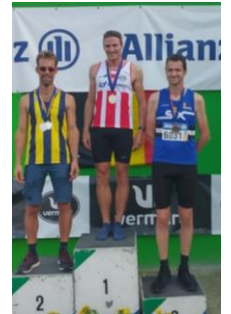
Warre realiseerde 51"95 op de 400m, hij eindigde daarmee net boven zijn p.r. en werd 11^e algemeen.

Iben nam deel aan de 110mH waar hij zijn reeks liep in 14"47, wat een serieuze verbetering was van zijn vorige besttijd. In de finale eindigde hij 2^e in 14"55. Met zijn zilveren medaille en een clubrecord mocht hij ongetwijfeld van een geslaagde dag spreken. Proficiat aan beiden!

Belgisch kampioenschap masters Ninove 18 - 09 - 2021

Dit B.K. voor masters gold ook als kampioenschap van Vlaanderen voor de bij een Vlaamse club aangesloten atleten. Nationaal werden er 8 medailles behaald: 4xgoud – 2 x zilver – 2 x brons door verschillende atleten, Steve – Lucien – Lieve – Sabine – Henk – Gilbert. Daarnaast slaagde Gino erin om met 2 persoonlijke besttijden huiswaarts te keren.

Proficiat iedereen!



Vittel stage 19 tot 25 - 07 - 2021



Met 25 waren we om op maandag 19 juli om 4u45 de verplaatsing aan te vatten richting Vittel (520km) voor de jaarlijkse zomerstage.

De eerste trainingen verliepen vrij rustig maar dan wordt er wel eens een intensievere training tussen genomen.

Een kwetsuur kan spijtig genoeg ook opduiken, wat dit jaar het geval was, en dit reeds in het begin van de stage.

Ontspanning komt ook aan bod met een zwempartij in het vlakbij gelegen Olympisch bad of de mountainbike rit in het bos aan de paardenrenbaan. Een partijtje kaart, met nieuwe spelregels..., hoort er ook bij evenals een bowlingavond. De resultaten achteraf van een aantal deelnemers mogen zeker gezien worden.



PG CREATIONS
maatmeubilair

Koning Boudewijnstraat 141
8930 Lauwe
Tel. +32(0) 477 73 09 94
info@pgcreations.be
www.pgcreations.be

12 Verjaardagen

Oktober

- 1 Cneut Peter
- 1 Goethals Tore
- 1 Verstraete Mart
- 4 Buyse Thiaro
- 4 Geldhof Marc
- 6 De Meulenaere Feel
- 7 Dorme Emile
- 7 Vandekerckhove Veerle
- 8 Suffys Mitch
- 9 Vanwildemeersch Yana
- 10 Goddeeris Fons
- 11 Dewulf Dirk
- 14 Delbeke Sabine
- 15 Gheysens Arthur
- 15 Vijncke Amelie
- 17 Degryse Sabrina
- 17 Dehem Kris
- 18 Ameye Willem
- 18 Arteel Elias
- 18 De Pauw Lieze
- 19 Vanacker Sophie
- 20 Vanlerberghe Katrien
- 21 Wackenier Seppe
- 22 De Deyne Andres
- 22 Sinnesael Peter
- 23 Temmerman Adeline
- 25 Masselus Mauro
- 25 Rousseuw Gert
- 25 Van Oost Loic
- 25 Velle Staf
- 27 Vermeulen Marlies
- 31 Bonte Ivan

November

- 1 Cuvelier Flore
- 2 Maddelein Jean-Claude
- 3 Neiryck Julien
- 3 Vanderiviere Nand
- 5 Kerkhof Natascha
- 5 Vanwalleghem Hanne
- 7 Himbrecht Matteo
- 9 Vanwalleghem Elias
- 11 Deferme Martin
- 12 Josipovic Mila
- 12 Lievrouw Chris
- 14 Swyngedaau Gust
- 15 Depont Brik
- 16 Lagrou Ewoud
- 16 Vanneste Roos

- 17 Maveau Elle
- 18 Bouckaert Warre
- 19 Lambert Wouter
- 21 Deboutte Peter
- 23 Debruyne Steven
- 23 Lagrou Jeroen
- 24 Vermeulen Nathalie
- 25 Dekaezemaker Geert
- 25 Lagrange Marieke
- 25 Volckaert Annelies
- 27 Keirsebilck Charles
- 28 Seynaeve Hieu
- 29 Lievens Ronny
- 29 Wackenier Lomme
- 30 Proot Elegast

December

- 1 Vandepoele Vic
- 1 Verstraete Kurt
- 3 Bruneel Liene
- 3 Pieters Evy
- 4 Huughe Yñesta
- 5 Cattrly Veerle
- 6 Rogiers Katrien
- 6 Vanacker Serafijn
- 7 Vantorre Micha
- 8 Vuylsteke Wouter
- 9 Dewulf Norbert
- 10 Haelewijn Nicolas
- 12 Vanhuysse Warre
- 15 Vanryckeghem Noah
- 18 Louagie Lore
- 19 Boone Emma
- 19 Pattyn Marith
- 20 De Meyere Noel
- 20 Vermeulen Mathis
- 21 Claus Stijn
- 24 Masselus Lien
- 27 De Witte Noor
- 27 Vervaeke Wim
- 28 De Keyser Filip
- 28 Goossens Lore
- 28 Tuerlinckx Flor
- 29 Billen Mathis
- 30 Billiouw Xavier
- 30 Van Renterghem Dominique
- 31 Declair Jeanne
- 31 Depoortere Stijn
- 31 Haghedooren Mattis

13 Familienieuws



Vrijdag 27/08 traden Jurgen Cneut en Evelina Hinojosa Morfe in het huwelijk.