



Break Nieuwsbrief

VU: Walter Dobbels, Groot Hagelkruis 141, 2030 Antwerpen 0475 / 400 154

Nieuwsbrief maximaal per E-mail.

Deze nieuwsbrieven worden maximaal verspreid via E-mail. Daartoe is het belangrijk dat we over het juiste mailadres beschikken van onze leden, ouders, medewerkers, sympathisanten, enz.... Meerdere mailadressen per lid zijn ook mogelijk. De vorige editie is eveneens per post verzonden naar die leden en/of medewerkers die niet over E-mail beschikken, maar ook naar de mailadressen die foutmeldingen gaven. Dit waren er wel een heel aantal. Het opzoeken en verzenden hierbij was een zeer tijdrovend werk wat we toekomstgericht willen vermijden. Daarom vragen we aan iedereen die dit nog niet gedaan heeft om spontaan hun juiste mailgegevens waarop de nieuwsbrief mag verzonden worden te bezorgen. Dit werkt een snelle informatiestroom in de hand. Degenen die echt niet over E-mail beschikken krijgen de brief per post toegestuurd, maar moeten wel rekening houden met een weekje vertraging.

Provinciale Crosstroofe 2009

We hadden het er reeds over in de vorige nieuwsbrief en inmiddels is de eindstand van de Provinciale crosstroofe definitief. 10 jonge atleten van Break konden zich plaatsen in de top 10 van hun respectievelijke categorieën. Zij mogen zich dus aan een uitnodiging verwachten om op vrijdag 13 maart hun beloning te gaan ophalen in Duffel.

De te lauweren atleten van Break zijn:

Jongens:

Benjamins jongens °2000:

2° plaats: **Bal Jaan** (57pt)

Pupillen jongens °99

2° plaats: **Peeters Dries** (58pt)

6° plaats: **Geudens Tijs** (41pt)

10° plaats: **Van Stokkum Arno** (29pt)

Pupillen jongens °98

8° plaats: **Roeykens Gilles** (30pt)

Meisjes:

Pupillen meisjes °99

2° plaats: **Van Stokkum Eline** (58pt)

Pupillen meisjes °98

2° plaats: **De Rooy Eva** (55pt)

9° plaats: **Bal Loran** (33pt)

Miniemen meisjes °96

2° pl: **Van Steenvoort Lotte** (55pt)

6° plaats: **Boeykens Lien** (44pt)



Receptie 40 jaar Atletiek Club Ekeren

Zaterdag 7 maart geeft kern Ekeren een receptie ter gelegenheid van het 40 jarig bestaan van Atletiek Club Ekeren (opgericht 9 december 1968) en tevens uit dank voor uw inzet tijdens de veldloop. Plaats van het gebeuren is in het Koninklijk Atheneum, Pastoor Vosstraat 19 te 2180 Ekeren.

Voor de receptie graag uw aanwezigheid bevestigen (= voor de hapjes en de drankjes).

tomnagels@versateladsl.be

peeters.degruyter@euphony.net.be

Party-time

Aansluitend aan de receptie is het Party-time voor iedereen.

Tijdens deze party worden de beloningen overhandigd aan de actieve jongeren van het sportseizoen 2008. Indien zij aan 10 wedstrijden hebben deelgenomen (zowel indoor als outdoor komt hiervoor in aanmerking) gedurende het seizoen 2008 komen zij hiervoor in aanmerking. Zij ontvangen een waardevol en bruikbaar gadget om hun geliefde atletiek-sport te kunnen beoefenen.

Voor de party hoeft u zich niet op voorhand in te schrijven, gewoon langskomen en deelnemen is meer dan voldoende.

De afwezigen hebben ongelijk: **WEES ERBIJ**

Nieuwe sessies start-to-Run

Niet vergeten: Nieuwe sessies starten op dinsdag 10 maart in Brasschaat en op woensdag 11 maart in Ekeren.

Ook de huidige leden die deelnemen aan een nieuwe (vervolg)sessie dienen zich in te schrijven.

Info voor Ekeren:

Lucien Wuyts: 0473 / 48 58 21

Info voor Brasschaat:

Fabienne Laenen: 0496 / 05 22 92

Kaas en Wijnavond

De afwezigen hadden ongelijk.

Zaterdag 21 februari had een geslaagde tweede editie plaats van de kaas-en wijnavond in kern Brasschaat. Volgende afspraak een barbecue tijdens de zomermaanden. Datum nog te bepalen.

Kampioenschap na kampioenschap na kampioenschap na kampioenschap na

Atletiek hangt aan elkaar van de kampioenschappen. Provinciale, Vlaamse en Belgische kampioenschappen kleuren het atletieklandschap. Zopas was er in Oostende nog het nationaal veldloopkampioenschap, voorbij zaterdag stond ook het nationaal kampioenschap indoor masters op het programma. Volgend weekend is er op zaterdag het BK indoor voor juniors en beloften, en een dag later het nationaal indoorkampioenschap cadetten en scholieren. 1 week later dan (op 15 maart) het laatste kampioenschap van de wintercampagne, namelijk het BK veldlopen voor masters. Op al deze kampioenschappen treden atleten van Break aan, en velen niet zonder succes. Om niemand oneer aan te doen, en ook om niet te vroeg te juichen, brengen we in de volgende nieuwsbrief een volledig overzicht van de hele wintercampagne van onze Break-atleten. Het belooft een lijvig overzicht te worden met naast een hoop eremetaal, ook vele mooie prestaties van degenen die het podium (net) niet haalden.

Wedstrijden 2009, voor het AAS-criterium:

(competitie voor benjamins, pupillen en miniemen)

Maandag 13 april: Aartselaar

Zondag 17 mei: Lier (te Schilde)

Zaterdag 30 mei: Essen

Zondag 14 juni: Ekeren

Zaterdag 8 augustus: Aartselaar

Zondag 30 augustus: Boechout

Zaterdag 5 september: Kapellen

Zaterdag 26 september: Essen (finale)

En we blijven de feeststemming erin houden:

Zaterdag 28 maart

Joggersfuif

ingericht door joggers kern Ekeren

Dit in het cafetaria van de sporthal in Brasschaat

Op het programma:

18u15 buffet (Italiaans buffet)

Vanaf 21u00 fuif

Inschrijvingen, info en betalingen voor 15 maart:

Lucien Wuyts 0473 / 48 58 21

Atletiekstage

6 tot 10 juli te Brasschaat

Ter promotie van de atletieksport. Dit op basis van initiatie niveau, maar toch met de nadruk op het kennismaken en aanleren van enkele moeilijkere atletiek disciplines. Met gespecialiseerde trainers van Break.

De doelgroep richt zich tot jongens en meisjes van 10 tot 15 jaar, met of zonder aansluitingsnummer.

De technische disciplines zijn voor de werpnummers speer en kogel. Voor de springnummers ver, hoog en polsstok. Voor de loopnummers spurt en spurttechnieken, horden technieken en middenafstand.

De trainingen gebeuren van 10u00 tot 12u00 en van 13u30 tot 15u30. Middaglunch (mee te brengen) heeft plaats in de kantine. Drank aldaar te verkrijgen.

Kostprijs wordt geraamd op 100 Euro.

Info: André Croux, 0486-881319

Andre.croux@telenet.be

Wedstrijden ingericht door of met medewerking van Atletiek Club Break

Een klein zetfoutje in een vorige Nieuwsbrief:

Interclub vrouwen is wel degelijk op **zaterdag 16 mei** (ipv 10 mei)

Hierbij nogmaals het volledige overzicht voor de zomer 2009:

Zondag 15 maart: Finale superkrack te Hoboken - 10u00

Zaterdag 16 mei: interclub KBAB vrouwen te Brasschaat - 14u00

Zondag 24 mei: Lions 10 miles van Brasschaat (tevens kinderloop - 4 en 8 km)

Zondag 14 juni - AAS criterium te Ekeren - 13u30

Zaterdag 27 juni: Provinciaal Kampioenschap ben/pup/min te Brasschaat - 10u00

Zondag 12 juli - Open meeting met jeugd te Brasschaat - 14u00

Zondag 26 juli - Flanders Cup te Brasschaat met voorprogramma jeugd

Zondag 9 augustus - Open meeting met jeugd te Brasschaat - 14u00

Zaterdag 29 augustus - Kapittelloop te Brasschaat (12km) met tevens kinderloop, 4 en 8 km.

Vrijdag 19 september - Kom op tegen Kankerloop (10km) te Ekeren (tevens kinderloop en 5 km)

