

WEDSTRIJDKALENDER
WINTERSEIZOEN 2019-2020

Veldlopen - Indoor - Natuurlopen

A.C. LYRA

Ontwerp: Gery FOLLENS

1. VELDLOPEN / NATUURLOPEN

- + De kalender werd **chronologisch** opgesteld en bevat de geplande veldlopen. De atleten maken zelf hun keuze en lichten hun trainer in om hun deelname te bevestigen.
- + Dit winterseizoen stipten wij 14 prioritair veldlopen voor de jeugd aan, waarbij wij een MASSALE opkomst verwachten van onze clubleden !!! (in het vet aangeduid - zie volgende bladzijde). **Je beste 6 toptienplaatsen komen in aanmerking voor de crosscup van de Provincie Antwerpen die wordt uitgereikt in maart 2020. (Enkel voor benjamins tem miniemen)**
- + Voor het achtste jaar op rij is er de 'Lyra-sterrencross' voor de jeugd (benjamin tem miniem). Naar analogie met de 'Sterrenslag' voor de zomercompetitie kan ELKE deelnemer per veldloop 'sterren' verdienen. Je krijgt DRIE sterren voor een prioritair wedstrijd en ÉÉN ster voor de andere. Als je op 15 maart 2020 ACHTTIEN sterren hebt behaald, krijg je een origineel en exclusief 'Lyra sterrencross aandenken'!!! Ook voor de Natuurlopen geven we vanaf dit jaar 3 STERREN en indoor-meetings sterren (1 of 3) verdienen. **OPGELET: Om overbelasting tegen te gaan, telt slechts 1 wedstrijd (met hoogste punten) per weekend voor de 'Sterrenslag'. Zowel crossen, Natuurlopen als indoormeetings tellen mee voor de korting op je lidgeld voor volgend seizoen... !!!**
- + Bij de in het **vet aangeduide** veldlopen of indoormeetings zal er **begeleiding** worden voorzien van één of meer trainers. De **overige veldlopen zijn facultatief** !!! Een routebeschrijving naar de omloop kan steeds bekomen worden bij de trainers.
- + De veldlopen staan steeds open voor **ALLE categorieën, van kangoeroes (K) tem tem masters !!**
- + Bij elke veldloop is de **deelname GRATIS** en zijn er **natura-prijzen voor ALLE DEELNEMERS en medailles voor de eerste drie per categorie !!!**
- + Het kan dat de eerstejaars en tweedejaars per categorie samen lopen; er wordt wel een aparte klassering gemaakt !!!
- + Wij hopen je enkele keren te mogen ontmoeten op een veldloop want je **legt hiermee een goede basis voor het komend zomerseizoen** en denk er aan : **'Deelnemen is even belangrijk als winnen'** !!!

Categorieën

Afkorting	Voluit	Leeftijd / Geboortejaar
K	Kangoeroes	2013-2014 (Minimum 5 jaar oud!)
B	Benjamins	2011-2012
P	Pupillen	2009-2010
M	Miniemen	2007-2008
C	Cadetten	2005-2006
Sch	Scholieren	2003-2004
J	Juniores	2001-2002
S	Seniores	Geboren in en voor 2000
G	Alle categorieën	Atleten met beperking
Mas	Masters	Dames en Heren : vanaf 35 jaar

Wat je moet weten om zonder kleerscheuren (of beter gezegd zonder verkoudheid) deel te nemen aan een veldloop ...

- Inschrijvingen : in tegenstelling tot pistewedstrijden moet je voor een cross niet inschrijven op voorhand; het volstaat een speciaal wedstrijdkaartje in te vullen en dit samen met je NIEUWE borstnummer (voor het seizoen 2019-2020) - vooraan op je clubtruitje (**LYRA-singlet is VERPLICHT!!!**) te spelden. Deze kaartjes worden bij aankomst afgenomen en dienen om de uitslag op te maken. Blanco wedstrijdkaartjes kan je bekomen bij Gery (Secretaris) of je trainers. **De deelname is STEEDS GRATIS !!!**
- Zorg er steeds voor dat je **TIJDIG aanwezig bent (Minimum 45 minuten voor aanvang)** bij de veldlopen voor de **gezamenlijke** opwarming en parcoursverkenning.
- Opwarming : het is erg belangrijk om voor de wedstrijd het parcours te verkennen. Dit kan gebeuren via het loslopen. De begeleidende trainer(s) zal (zullen) je hierbij helpen. Laat je nieuwste loopschoenen of je mooiste trainingspak thuis en neem bij regenweer extra rubberen laarzen mee. Voorzie ook steeds een dikke vest, jas of polar (fleeze) en eventueel regenkledij. **Alles graag genaamtekend.**
- Tijdens de koers dien je in je **clubuitrusting** te lopen : **wedstrijdtruitje** (+ eventueel een T-shirt (al dan niet met lange mouwen) of een sous-pull), een short of lange 'spannende' broek. **Spikes** zijn geen overdreven luxe op een modderig parcours. Tweedehands spikes zijn zeer frekwent te krijgen in het torengedouw (op de trainingsuren)...
- Na de wedstrijd is er meestal mogelijkheid tot het nemen van een douche. Dit kan - gezien de modder... - soms aangeraden zijn. Vergeet dan ook je droge reservekleding niet (inclusief ondergoed en kousen), een handdoek en douchezeep en shampoo !!!
- Als beloning krijgt **IEDEREEN** bij aankomst een **natura-prijs**. Een **medaille voor de eerste 3 per geboortejaar**. **VEEL SUCCES !!!**

PRIORITAIRE VELDLOPEN (3 sterren voor 'Sterrenslag')

DATUM	PLAATS AARD	VERTREKUR (aanvangsuur)	Proeven Jongens	Proeven Meisjes
VERMELDE UUR = UUR AANVANG!!! GELIEVE STEEDS STIPT AANWEZIG TE ZIJN (liefst 45 minuten voor aanvang)!!! Gelieve steeds uw trainer op de hoogte te brengen indien je wenst mee te rijden: (Gery: 0486/72.07.84 / Ken: 0475/20.86.14 / Paul: 0495/87.40.70 / Dirk Verst : 0497/54.38.69 / Jurgen W. : 0497/9726 84/ Dirk Verm: 0486/10.00.51 / Jean : 0494/91.92.35 /Ilse: 0477/66.61.76 / Wim A.: 0490/11.81.96 Ann: 0498/41 22 65 / Wim G: 0474/81 76 19 / Simon: 0490-58.10.14)				
Veldloop = benjamins tem masters / +K= Kangoeroes +G= G-atleten				
Vr 18/10/2019	LIER, (Org. AC LYRA) Oefenveldloop met medailles	18.30 uur (Aanvang)	Veldloop Kangoeroes- Benjamins-Pupillen-Miniemen Enkel AC-LYRA	Veldloop Kangoeroes- Benjamins-Pupillen-Miniemen Enkel AC-LYRA
Zon 03/11/2019	BONHEIDEN Domein 'BERENTRODE'	1145 uur	Veldloop Jongens/Heren + G/K	Veldloop Meisjes/Dames + G/K
Zat 09/11 tem Ma 11/11/2019	SPORTKAMP A.C. LYRA te HERENTALS - 'BLOSO-CENTRUM' (Aparte info + programma werd verspreid)			
Zon 17/11/2019	DUFFEL Sportcentrum 'Rooienberg'	1200 uur	Veldloop Jongens/Heren + G/K	Veldloop Meisjes/Dames + G/K
Zon 24/11/2019	KESSEL (Org. AC LIERSE) 'Fort van Kessel' - Puttingbaan	1130 uur	Veldloop Jongens/Heren + K	Veldloop Meisjes/Dames + K
Zon 08/12/2019	BOOISCHOT Sportcentrum 'De Lichten'	1145 uur	Veldloop Jongens/Heren + G/K	Veldloop Meisjes/Dames + G/K
Zon 22/12/2019	LILLE, Lilse Bergen Org: ATAC	1115 uur	Veldloop Jongens/Heren + G/K	Veldloop Meisjes/Dames + G/K
HET JAAR 2020				
Zon 05/01/2020	HULSHOUT, Industriepark 3	1130 uur	Veldloop Jongens/Heren + G/K	Veldloop Meisjes/Dames + G/K
Zon 12/01/2020	ESSEN College Eucharist. Hart PROVINCIAAL KAMPIOENSCHAP	1030 uur	Veldloop Jongens/Heren + K	Veldloop Meisjes/Dames + K
Zon 19/01/2020	HERENTALS, 'Netepark' - BLOSO, Vorselaarsebaan	1200 uur	Veldloop Jongens/Heren + G/K	Veldloop Meisjes/Dames + G/K
Zon 26/01/2020	GEEL Recreatie Lissenvijver 10, GEEL	1200 uur	Veldloop Jongens/Heren + K	Veldloop Meisjes/Dames + K
Zon 23/02/2020	BRUSSEL Park van Laken, Dikke Lindelaan, 1020 Brussel <u>BELGISCH</u> <u>KAMPIOENSCHAP</u>	1040 uur	Veldloop Jongens/Heren	Veldloop Meisjes/Dames
EINDE WINTERSEIZOEN 2019-2020				

16° POWERPLUS-NATUURLOPEN AC LYRA (3 'sterren' voor de Sterrenslag)

Het aangeduide uur is het **STARTUUR (VERNIEUWD PARCOURS)**
INSCHRIJVEN TER PLAATSE (CC De Mol) KAN REEDS VANAF 12.00 uur !!!
Abonnement 5 Natuurlopen : €14
Voorinschrijvingen: €3 Daginschrijvingen: €6 per Natuurloop (tarief Lyra-leden)
G- en Kidsrun: GRATIS - Verwarmde tent

DATUM	PLAATS AARD	Uur Samenkomst	Afstanden
Zat 23/11/2019	Lier, Atletiekpiste 'Netestadion'	13.30 uur	5 Km / 10 Km / 10 Mijl
Zat 14/12/2019	Lier, Atletiekpiste 'Netestadion'	13.00 uur	5 Km / 10 Km / 10 Mijl + G- en Kidsrun
HET JAAR 2020			
Zat 25/01/2020	Lier, Atletiekpiste 'Netestadion'	13.30 uur	5 Km / 10 Km / $\frac{1}{2}$ marathon
Zat 15/02/2020	Lier, Atletiekpiste 'Netestadion'	13.30 uur	5 Km / 10 Km / 25 Km
Zat 28/03/2020	Lier, Atletiekpiste 'Netestadion'	13.00 uur	G- en Kidsrun / 5 Km / 10 Km / $\frac{1}{2}$ marathon

OVERIGE VELDLOPEN (1 ster voor 'Sterrenslag')

Het aangeduide uur is het uur van **AANVANG**
GELIEVE STEEDS STIPT AANWEZIG TE ZIJN (liefst 45 minuten voor aanvang)!!!

DATUM	PLAATS AARD	Aanvangsuur	Proeven Jongens	Proeven Meisjes
<u>Veldloop = benjamins tem masters / +K= Kangoeroes +G= G-atleten</u>				
Zon 10/11/2019	MOL - Crosscup Prov. Domein 'Zilvermeer'	1040 uur	Veldloop Jongens/Heren + G/K	Veldloop Meisjes/Dames + G/K
Ma 11/11/2019	MECHELEN 'Sportpark DE NEKKER'	1200 uur	Veldloop Jongens/Heren + K	Veldloop Meisjes/Dames + K
Zat 30/11/2019	ARENDONK Sportpark 'Heikant'	1050 uur	Veldloop Jongens/Heren + K/G	Veldloop Meisjes/Dames + K/G
HET JAAR 2020				
Zon 26/01/2020	BORNEM Sportcentrum 'BREEVEN'	1200 uur	Veldloop Jongens/Heren + K	Veldloop Meisjes/Dames + K
Zon 09/02/2020	ROTSELAAR Sportoase 'De Toren' Belg. Kamp. G-atletiek Kampioenschap van Vlaanderen (vanaf cadet)	1015 uur	Veldloop Jongens/Heren + K/G	Veldloop Meisjes/Dames + K/G
EINDE WINTERSEIZOEN 2019-2020				

2. INDOOR (1 ster of 3 sterren (Prioritair))

- + Anderzijds kunnen onze atleten ook deelnemen aan indoorwedstrijden in HOBOKEN (Fort 8) of GENT (Topsporthall).
- + De indoormeetings zijn goed voor 1 ster of 3 sterren (prioritair **(vet gedrukt)**).
- + Bij de meetings voor de 'Superkrack' te Hoboken kan je voor de **exacte uurrooster** van de meetings te Hoboken surfen naar: www.haki-team.be
- + Bent u geïnteresseerd in het volledig programma, kijk dan op de volgende bladzijden welke disciplines er voorzien zijn. Het uurschema kan je steeds opvragen bij de trainers of raadplegen in de winterkalender van de VAL (te raadplegen bij de trainers of de site van de val : www.atletiek.be).

DATUM	PLAATS (+Aard wedstrijd)	AANVANG	PROEVEN MEISJES	PROEVEN JONGENS
VERMELDE UUR = UUR AANVANG!!!!				
GELIEVE STEEDS STIPT AANWEZIG TE ZIJN (liefst 45 minuten voor aanvang)!!!				
Gelieve steeds uw trainer op de hoogte te brengen indien je wenst mee te rijden:				
(Gery: 0486/72.07.84 / Ken: 0475/20.86.14 / Paul: 0495/87.40.70 / Dirk Verst : 0497/54.38.69 / Jurgen W.: 0497/9726 84/ Dirk Verm: 0486/10.00.51 / Jean : 0494/91.92.35 / Ilse: 0477/66.61.76 / Wim A.: 0490/11.81.96 Ann: 0498/41 22 65 / Wim G: 0474/81 76 19 / Simon: 0490-58.10.14)				
Zon 17-11-2019	HOBOKEN SUPERKRACK 1	13.00	B: 60-Hoog-Kogel P: 60-Ver-Kogel M: 60-Ver-Hoog C: 60-Ver	B: 60-Hoog-Kogel P: 60-Ver-Kogel M: 60-Ver-Hoog C: 60-Ver
Zon 24-11-2019	HOBOKEN SUPERKRACK 2 + Express 1	13.00	B: 60-Ver P: 60-60H-Hoog M: 60-60H-Kogel C: 60-60H-Hoog-Kogel Sch: 60-Ver JS: 60-Ver-Kogel	B: 60-Ver P: 60-60H-Hoog M: 60-60H-Kogel C: 60-60H-Kogel-Hoog Sch: 60-Ver JS: 60-Ver-Kogel / Jun: Kogel
Zon 08-12-2019	HOBOKEN Superkrack 3 + Express 2	13.00	B: 60-Ver P: 60-Hoog M: 60-Kogel-Hoog C: 60-60H-Ver-Kogel Sch: 60-60H-Ver-Kogel-HSS J/S: 60-60H-Ver-Kogel-HSS	B: 60-Ver P: 60-Hoog M: 60-Kogel-Hoog C: 60-60H-Ver-Kogel-HSS Sch: 60-60H-Ver-Kogel-HSS JS: 60-60H- Ver-Kogel-HSS
Zon 15-12-2019	HOBOKEN - PROV. KAMP. JEUGD VOORINSCHRIJVEN VERPLICHT	10.00 uur	B: 60-Hoog-Ver-Kogel P: 60-60H-Hoog-Ver-Kogel M: 60-60H-Hoog-Ver-Kogel	B: 60-Hoog-Ver-Kogel P: 60-60H-Hoog-Ver-Kogel M: 60-60H-Hoog-Ver-Kogel
Zat 21-12-2019	GENT Topsporthall- Blaarameersen	09.30 Jeugd 14.00 Vanaf cadet	B: 60-Ver P: 60-1000-60H-Ver M: 60-60H-Hoog-Kogel C: 60-60H-200-800-Kogel-Ver Sch: 60-60H-200-800-Kogel- Hoog JS: 60-200-800-60H-Hoog-Kogel	B: 60-Kogel P: 60-1000-60H-Kogel M: 60-1000-60H-Ver C: 60-60H-200-800-Ver-Kogel Sch: 60-60H-200-800-Kogel-Hoog Jun: 60H-Kogel JS: 60-400-1500-60H-Ver-Kogel- Hoog-HSS
Do 26-12-2019	GENT Topsporthall- Blaarameersen	11.00	C: 60-200-800-60H-Ver-Hoog Sch: 60-200-800-60H-Ver-Kogel J: 60-200-400-Mijl-60H-Ver- Kogel S: 60-200-400-Mijl-60H-Ver- Kogel	C: 60-200-800-60H-Kogel-Hoog Sch: 60-200-800-60H-Ver-Kogel J: 60-200-400-3000-60H-Ver-Kogel S: 60-200-400-3000-60H-Ver-Kogel
Zat 28-12-2019	GENT Topsporthall- Blaarameersen	09.30 Jeugd 13.15 Vanaf cadet	B: 60-Ver P: 60-Kogel M: 60-60H-150-Kogel C: 60-300-1000-60H-Hoog-Ver- Kogel Sch: 60-300-1000-60H-Ver- Kogel-Hoog / Jun: 60H-Kogel JS: 60-300-1000-60H-Kogel-Ver Alle Cat: PSS	B: 60-Kogel P: 60-Ver M: 60-60H-150-Ver C: 60-300-1000-60H-Ver-Kogel Sch: 60-300-1000-60H-Kogel Jun: 60H-Kogel JS: 60-300-1000-60H-Ver-Kogel Mas: 60H Alle Cat: PSS

DATUM	PLAATS (+Aard wedstrijd)	AANVANG	PROEVEN MEISJES	PROEVEN JONGENS
VERMELDE UUR = UUR AANVANG!!!				
GELIEVE STEEDS STIPT AANWEZIG TE ZIJN (liefst 45 minuten voor aanvang)!!!				
Gelieve steeds uw trainer op de hoogte te brengen indien je wenst mee te rijden:				
(Gery: 0486/72.07.84 / Ken: 0475/20.86.14 / Paul: 0495/87.40.70 / Dirk Verst : 0497/54.38.69 / Jurgen W.: 0497/9726 84/ Dirk Verm: 0486/10.00.51 / Jean : 0494/91.92.35 /Ilse: 0477/66.61.76 / Wim A.: 0490/11.81.96 Ann: 0498/41 22 65 / Wim G: 0474/81 76 19 / Simon: 0490-58.10.14)				
HET JAAR 2020				
Zon 05-01-2020	GENT PROV. KAMP. INDOOR (VOORINSCHRIJVEN VERPLICHT)	09.30	C: 60-200-400-800-60H-Ver- Kogel-Hoog-PSS-HSS Sch: 60-200-400-800-60H- Ver-Kogel-Hoog-PSS-HSS JS: 60-200-400-800-60H-Ver- Kogel-Hoog-PSS-HSS	C: 60-200-400-800-60H-Ver-Kogel- Hoog-PSS-HSS Sch: 60-200-400-800-60H-Ver- Kogel-Hoog-PSS-HSS JS: 60-200-400-800-60H-Ver-Kogel- Hoog-PSS-HSS
Zat 11-01-2020	GENT Topsportthall- Blaarameersen	09.30 Jeugd 13.00 Vanaf cadet	B: 60-4X200 P: 60-Ver-4X200 M: 60-Ver-4X200 C: 60-200-800-60H-PSS-Kogel- Ver Sch: 60-200-800-60H-PSS- Kogel-Ver J/S: 60-200-800-60H-PSS- Kogel-Ver Alle Cat: 4X200	B: 60-4X200 P: 60-Kogel-4X200 M: 60-Kogel-4X200 C: 60-200-800-60H-PSS-Ver-Kogel Sch: 60-200-800-60H-PSS-Kogel-Ver J/S: 60-200-800-60H-PSS-Kogel-Ver Jun: 60H-Kogel Alle Cat: 4X200
Zon 12-01-2020	HOBOKEN SUPERKRACK 4 SPRINTFESTIVAL	13.00 Jeugd 15.00 Vanaf cadet	B: 60-Ver P: 60-Kogel M: 60-Hoog C: 60-60H-Ver Sch: 60-60H-Hoog-Ver-Kogel J/S: 60-60H-Hoog-Kogel-Ver	B: 60-Ver P: 60-Ver M: 60-Hoog-Kogel C: 60-60H-Hoog-Ver Sch: 60-60H-Ver-Kogel J/S: 60-60H-Kogel- Hoog-Ver
Zon 19-01-2020	GENT - KVV CADETTEN EN SCHOLIEREN	09.30	Op uitnodiging	Op uitnodiging
Zat 25-01-2020	HOBOKEN SUPERKRACK 5	13.00	B: 60-Kogel P: 60-60H-Ver M: 60-60H-Hoog-Kogel C: 60-60H-Hoog-Ver Sch: 60-Ver-Kogel J/S: 60-Ver-Kogel Jun: 60H	B: 60-Kogel P: 60-60H-Ver M: 60-60H-Hoog C: 60-60H-Ver Sch: 60-Ver J/S: 60-Kogel-Ver J: Kogel
Zon 26-01-2020	GENT - KVV ALLE CAT. (SELECTIE)	13.00	Op uitnodiging	Op uitnodiging
Zat&Zon 01&02-02- 2020	LOUVAIN-LA-NEUVE - BK & KVV MEERKAMPEN (SELECTIE)	09.30	Op uitnodiging	Op uitnodiging
Zat 01/02-2020	GENT Topsportthall- Blaarameersen	09.30 Jeugd 13.30 vanaf cadet	B: 60-Ver P: 60-60H-Ver M: 60-60H-Ver C: 60-60H-200-Hoog-Kogel Sch: 60-200-1000-60H-Hoog- Ver JS: 60-60H-200-1000-Hoog- Ver Alle Cat: PSS	B: 60-Kogel P: 60-60H-Kogel M: 60-60H-Hoog C: 60-60H-200-Ver-Hoog Sch: 60-200-1000-60H-Kogel Jun: 60H-Kogel JS: 60-60H-200-1000-Hoog-Ver- Kogel Alle Cat: PSS
Zat 08-02-2020	GENT Topsportthall IFAM Indoor BK 4X200m	Zie www.val.be	Zie www.val.be	Zie www.val.be
Zon 09-02-2020	HOBOKEN, INTERNATIONAAL JEUGDCRITERIUM	13.00	B: 60-Hoog-Ver-Kogel P: 60-60H-Hoog-Ver-Kogel M: 60-60H-Hoog-Ver-Kogel	B: 60-Hoog-Ver-Kogel P: 60-60H-Hoog-Ver-Kogel M: 60-60H-Hoog-Ver-Kogel

DATUM	PLAATS (+AARD WEDSTRIJD)	AANVANG	PROEVEN MEISJES	PROEVEN JONGENS
<u>VERMELDE UUR = UUR AANVANG!!!!</u>				
GELIEVE STEEDS STIPT AANWEZIG TE ZIJN (liefst 45 minuten voor aanvang)!!!				
Gelieve steeds uw trainer op de hoogte te brengen <u>indien je wenst mee te rijden:</u>				
<i>(Gery: 0486/72.07.84 / Ken: 0475/20.86.14 / Paul: 0495/87.40.70 / Dirk Verst : 0497/54.38.69 /</i>				
<i>Jurgen W. : 0497/9726 84/ Dirk Verm: 0486/10.00.51 / Jean : 0494/91.92.35 /Ilse: 0477/66.61.76 / Wim A. : 0490/11.81.96</i>				
<i>Ann: 0498/41 22 65 / Wim G: 0474/81 76 19 / Simon: 0490-58.10.14)</i>				
Zon 09-02-2020	GENT TOPSPORTHALL- BLAARMEERSEN	13.00	B: 60-Ver-Kogel P: 60-1000-60H-Ver-Kogel M:60-150-1000-60H-Hoog-Ver	B: 60-Kogel-Ver P: 60-1000-60H-Ver-Kogel M:60-150-1000-60H-Hoog-Kogel
Zat 15-02-2020	GENT TOPSPORTHALL- BLAARMEERSEN	13.00	B: 60-Kogel-4X200 P: 60-Ver-4X200 M: 60-Ver-Kogel-4X200 C: 60-PSS-4X200 Sch:60-PSS-4X200	B: 60-Ver-4X200 P: 60-Kogel-4X200 M: 60-Ver-Kogel-4X200 C: 60-PSS-4X200 Sch:60-PSS-4X200
Zon 16-02-2020	GENT BK ALLE CAT	12.00	Op uitnodiging (selectie)	Op uitnodiging (selectie)
Zon 23-02-2020	HOBOKEN SUPERKRACK 7	13.00	B: 60-Hoog P: 60-60H-Kogel M: 60-60H-Ver C: 60-Hoog-HSS Sch: 60-Kogel-HSS J/S: 60-Kogel-HSS	B: 60-Hoog P: 60-60H-Kogel M: 60-60H-Ver C: 60-Hoog-HSS Sch: 60-Hoog-HSS J/S: 60-Hoog-HSS-Kogel J: Kogel
Zat 29-02-2020	GENT BK JUN & BELOFTEN	09.30	Op uitnodiging (selectie)	Op uitnodiging (selectie)
Zon 01-03-2020	GENT BK CAD EN SCH	09.30	Op uitnodiging (selectie)	Op uitnodiging (selectie)
Zat 07-03-2020	GENT TOPSPORTHALL- BLAARMEERSEN	12.30 Jeugd 17.30 Vanaf cadet	B: 60-Ver P: 60-60H-Ver M: 60-60H-Ver-1000 J/S: 60-60H-200-400-800-1500- 3000-Kogel-Ver-Hoog-HSS-PSS	B: 60-Kogel P: 60-60H-Kogel M: 60-150-Hoog J/S: 60-60H-200-400-800-1500- 3000-Kogel-Ver-Hoog-HSS-PSS
Zon 08-03-2020	GENT BK MASTERS INDOOR	09.30	Op uitnodiging (selectie)	Op uitnodiging (selectie)
Zat 14-03-2020	GENT TOPSPORTHALL	Info volgt	JEUGDDAG VAL	
Zon 15-03-2020	HOBOKEN SUPERKRACK FINALE	10.00	B: 60-Hoog-Ver-Kogel P: 60-60H-Hoog-Ver-Kogel M: 60-60H-Hoog-Ver-Kogel	B: 60-Hoog-Ver-Kogel P: 60-60H-Hoog-Ver-Kogel M: 60-60H-Hoog-Ver-Kogel
EINDE WINTERSEIZOEN 2019-2020				

Adressenlijst Veldloopparcours en indoorhallen

1. VELDLOOPPARCOURS

Club	Naam stadion	Straat	Plaatsnaam
AC BREAK (EKEREN)	Recreatiedomein Muisbroek	Via voetgangersbrug over A12	2180 EKEREN
AC HERENTALS	Bloso Rijkssportcentrum	Vorselaarsebaan	2200 HERENTALS
AC VOSSelaar	Domein De Lilse Bergen Afrit 22 van de E 34	Strandweg 6	2275 LILLE-GIERLE
AC ARENDONK	Sportpark 'Heikant'	Heikant	2370 ARENDONK
AVZK (BOOISCHOT)	Sportcentrum 'De Lichten'	Kloosterveldstraat 8	2221 BOOISCHOT
AC BONHEIDEN	Berentode	Grote Doelstraat 1	2820 BONHEIDEN
AC BORNEM	Het Breeven	Breevendreef	2880 BORNEM
BORSBEEK (AC BRABO)	Fort III	Frans Beirenslaan 2a	2140 BORSBEEK
AC DUFFEL	Jan Borremans	Rooienberg	2570 DUFFEL
AC ESSEN	College Eucharistie Hart	Rouwmoer	2910 ESSEN
AC HULSHOUT	Gem. Sportcentrum	Goorwijkstraat, Industriepark 3	2235 HULSHOUT
AC LIERSE	Fort Van Kessel	Grote Puttingbaan	2560 KESSEL
VABCO MOL	Prov. Domein 'Zilvermeer'	Zilvermeerlaan 2	2400 MOL
RAM	De Nekker	Nekkerspoel Borcht	2800 MECHELEN
SGOLA BOECHOUT	Molenveld	Welvaartstraat	2530 BOECHOUT
WACHTEBEKE	Domein Puyenvelde	Puyenbrug 1A	9185 WACHTEBEKE
ROTSelaar	Domein Ter Heide	Torenstraat 115	3110 ROTSELAAR
WESPELAAR	Burgemeester Cloetenstadion	Dijkstraat 1	3150 WESPELAAR
BRUSSEL-LAKEN	Park Van Laken	Dikke Lindelaan	1020 BRUSSEL

2. INDOORZALEN

Club	Naam stadion	Straat	Plaatsnaam
HOBOKEN	Sportschuur Fort 8	Fort VIII - Legerstraat	2660 HOBOKEN
GENT	Topsporthall Bloso	Blaarmeersen, Zuiderlaan 14	9000 GENT