

Nieuwsbrief Jaargang 2 Nummer 4 - april 2009

Deze maand hebben we opnieuw vier wedstrijden uitgekozen die we graag aan jullie voorstellen. Even speciale aandacht voor de Watewyloop te Tielt, waarbij we zelf nauw bij de organisatie betrokken zijn. Iedereen is welkom in Evergem (Ekiden), Sint-Kruis Brugge (Hart-Run), Tielt (Watewyloop) en Gentbrugge (Stroppenloop). De 32 wedstrijden van mei zijn de traditionele afsluiter van onze nieuwsbrief.

Vrijdag 1 mei – Evergem - Ekiden

Een Ekiden is een marathon, die in estafette wordt afgelegd. Elke ploeg telt 6 lopers die elkaar telkens aflossen, zowel heren, dames als gemengde ploegen. De eerste loper legt 5 kilometer af, de tweede 10, de derde 5, de vierde ook 10, de vijfde weer 5 en de zesde loper legt de laatste 7,195 km naar de eindstreep af.

Binnen een afloszone geven de lopers geen estafettestok maar een sjerp door, de Tasuki. Die wordt tijdens het lopen schuin over de romp gedragen. Deze Tasuki verwijst naar de oorsprong van de Ekiden, het oude Japan.

'Eki' betekent plaats en 'Den' staat voor bezorgen. In het oude Japan werden verschillende koeriers ingezet om belangrijk nieuws van de ene naar de andere stad te brengen. Sommige trajecten konden te paard worden afgelegd, maar in ruw of bergachtig gebied werd te voet verder gesnel. Om uitputting te voorkomen en tijd te winnen, gaf ieder 'teamlid' de rugtas met documenten, na zijn afstand, door aan de volgende loper.

Traditioneel vindt op 1 mei de Evergem-Ekiden plaats in en om Sportcentrum Hoge Wal. Een organisatie van de Sportdienst, de gangmakers van Evergem Sport! vzw, joggingclub Runners Evergem en atletiekclub A.S. Rieme vzw.

Ekiden: Praktisch

- De eerste loper loopt 5 km, de tweede 10, de derde 5 km, de vierde 10 km, de vijfde 5 km, zesde 7,195 km. Het parcours bestaat uit lokale ronden van 5 kilometer. Zo komt elke ploeg 9 keer over de finishlijn, wat voor een enorme sfeer zorgt.
- Vanaf 12.30 uur kunnen de ploegen zich aanmelden aan het secretariaat: in de rotonde van Sportcentrum Hoge Wal. Secretariaat, kleedkamers en douches, start, wisselzone en finish bevinden zich in Sportcentrum Hoge Wal.
- Afhalen van de borstnummers kan ook vanaf 12.30 uur.
- Alle ploegen worden verzocht zich vanaf 13.15 uur achter het sportcentrum te begeven, gerangschikt volgens borstnummer.
- De ploegvoorstelling start om 13.30 uur.
- Om 14 uur wordt op het voetbalterrein achter het sportcentrum de startgongslag gegeven.
- Alle lopers moeten binnen zijn vóór 18.30 uur. Elke ploeg heeft dus 4,5 uur om de marathon te lopen.
- Om 18.45 uur heeft de prijsuitreiking plaat in de sporthal van het sportcentrum. Voor de damesteams wordt een apart klassement opgemaakt. Iedere deelnemer ontvangt een Evergem-Ekiden T-shirt.

Inschrijven kan vanaf 1 februari 2009: online via www.evergem.be/ekiden of met het inschrijvingsformulier dat je vanaf dan vindt in de infozuilen in diverse gemeentelijke gebouwen. Je bent ingeschreven na betaling (via overschrijving of bij de Sportdienst).

Vrijdag 15 mei/Zaterdag 16 mei Hart-Run – Sint Kruis Brugge

Hart-Run, een recreatieve 20-urenloop t.v.v. vzw Hartekinderen.
Tussen vrijdag 15 mei 14u. en zaterdag 16 mei 10u. kan elke sportieveling, naar keuze, een aantal rondjes volmaken in de groene omgeving van het Paalbos te Sint-Kruis Brugge.

Minister van Sport Bert Anciaux zal het officiële startschot aan Hart-Run komen geven!

Tijdens de loop is er op het trapveld een happening voor jong en oud!
Niet de afstand of de snelheid, maar deelnemen staat centraal !

Afleeft of ietsje minder, volwassene of ietsje jonger, Wij hopen u te mogen ontmoeten op 15 en 16 mei.

De opbrengst gaat integraal naar “vzw Hartekinderen”.

Praktische informatie:

Adres: Paalbos – 8310 Sint-Kruis Brugge

Start: vrijdag 15 mei om 14 uur.

Einde: zaterdag 16 mei om 10 uur.

Bevoorrading: frisdrank en voeding wordt op de omloop voorzien.

De gelopen afstanden van elke deelnemer worden geregistreerd d.m.v. een loopchip.

Ambiance op het Trapveld: tijdens de loops is er op het trapveld een happening voor jong en oud, zijn er bezoeken van bekende gasten.

Inschrijvings:

Volwassenen: 7 euro – gratis T-shirt voor de eerste duizend inschrijvingen!

Kinderen -12 jaar: 3 euro – gratis T-shirt voor de eerste duizend inschrijvingen.

De opbrengst gaat integraal naar “vzw Hartekinderen”.

Alle info op www.hart-run.be en www.hartekinderen.be

Zondag 24 mei 2009: Watewyloop te Tielt

14u30 **Kleuterloop** (geb 2003 en later): 100 m

14u40 **Jeugdlopen** (geb 2001-2002): 350 m – (geb 1999-2000): 700 m – (geb 1997-1998): 1050 m

15u30 **Run4Fun**: recreatieve loop van 2,7 km voor iedereen

16u00 **Jogging**: 5,0 km

17u00 **Watewy-Run 9,7 km** (wedstrijd VDK loopcriterium M-L-S)

tussendoor: springkastelen, trampoline, schminkstand, ijskar, massageteam, diverse stands, ...

start, aankomst, kleedkamers (douches) en prijsuitreiking:

Sport en Recreatiecentrum - Cafeteria Watewy, Hondstraat 100, 8700 Tielt

Deelnameprijs:

Jeugdlopen: vooraf 2 € – ter plaatse 3 €

Run4Fun: vooraf 3 € - ter plaatse 5 €

Jogging: vooraf 4 € – ter plaatse 6 €

Watewy-Run: vooraf 5 € – ter plaatse 7 €

klanten VDK: 2 € vooraf voor alle wedstrijden indien betaling vanaf een persoonlijke VDK-rekening.

Vooraf inschrijven tot uiterlijk 22 mei 2009 ofwel via de website

www.watewyloop.be, ofwel schriftelijk op ons adres: Watewyloop, Brignoleslaan 7, 8700 Tielt

De inschrijving is pas definitief na storting op rek 891-7040008-49.

Prijzen (waarde totale prijzenpot: **5.000 euro**):

- Tombola met waardebonnen onder alle voorafinschrijvingen
- Medaille & naturaprijs voor alle deelnemers aan jeugdlopen
- Aandenken en naturaprijzen voor Run4Fun
- Bekers, aandenken en naturaprijzen voor jogging
- Bekers, aandenken, geld- en naturaprijzen voor Watewy-Run
- Tombola voor alle deelnemers aan Run4Fun, jogging en Watewy-Run
- ***verloting weekendverblijf voor 40 personen in vakantiedomein Les Moines (Ardennen) onder alle verenigingen met minstens 10 aankomsten in jogging (5km) of Watewy-Run (9,7 km). Enkel de voorafinschrijvingen komen hiervoor in aanmerking !!!***

Contact: Luc Vanneste 0498/65.45.75 of Vincent Baert 0498/10.23.26 - e-mail: info@watewyloop.be

alle info op: www.WATEWYLOOP.be

Zaterdag 30 mei 2009 – Stroppenloop te Gentbrugge

Kinderloop (500 & 1000 m) – start om 14u30
Stroppenloop (3-6-12 km) – start om 15u00
Geldprijzen voor podium 12km
Gratis tombola met prachtige naturaprijzen
Tijdsregistratie voorzien

TERREIN: Racing Club Gent Atletiek, E. Hielstraat 108 - 9050 Gentbrugge

ORGANISATIE: Racing Club Gent Atletiek VZW, secr: Jan Van Ryswyckstraat 14,
9050 Gentbrugge, Tel 09 231 31 47 - 0496 17 16 20, E-Mail:
rita.vande.kerckhove@telenet.be, <http://www.rcgent.be>

Inschrijvingen vooraf: Racing Club Gent Atletiek vzw t.a.v. Rita Vande Kerckhove,
Jan Van Ryswyckstraat 14, 9050 Gentbrugge e-mail:
rita.vande.kerckhove@telenet.be

Inschrijvingen ter plaatse: Clubhuis Racing Club Gent Atletiek, E. Hielstraat 108,
9050 Gentbrugge.

STROPPELLOOP : 3 - 6 km
Voorinschrijving . . € 3,00
Inschrijving ter plaatse . . € 4,00

STROPPELLOOP : 12 km
Voorinschrijving . . € 4,00
Inschrijving ter plaatse . . € 5,00

JEUGDLOOP : 500 m - 1000 m € 2,00

Voor alle info:
Racing Club Gent Atletiek vzw – Secr.: Jan Van Ryswyckstraat 14 – 9050
Gentbrugge – Tel. 09.231.31.47 – 0496.17.16.20
www.rcgent.be

Loopkalender mei 2009

- 01 Evergem Ekiden Ertvelde 10 km
- 01 Knokke 10K 10 km
- 01 KWB-Jogging run for fun Bavikhove 10,5 km
- 03 Dwars door Desselgem 10 km
- 03 St-Jansloop Oostende 9,7 km
- 03 KWB Stratenloop Bottelare 9,8 km
- 08 10 mijl van Aalter 16 km
- 09 Bever Run Beveren 10 km
- 09 KWB Jogging Lokeren 10 km
- 09 Lochristi Jogt 10 km
- 10 Dwars door Brugge 15 km
- 10 KRAK Jogging Heikant Zele 11 km
- 15 Katho-Rembertcorrida Torhout 10 km
- 15 Hart Run Sint Kruis Brugge 20 km
- 16 Wijkloop Nieuwe Stad Oostende 11 km
- 16 Marathon Zeeuws-Vlaanderen Hulst 42,2 km
- 16 Meersenloop Elversele 10 km
- 16 Steentjesjogging Laarne 15 km
- 16 't Schoon Toerke Anzegem 6,6 km
- 17 Dwars door Ninove 15 km
- 20 Permekeloop Jabbeke 12,1 km
- 21 Stadsloop Gent 10 km
- 22 Keignaertloop Oostende 9 km
- 22 10 km van Maria Aalter 10 km
- 23 Dwars door Kluisbergen 20 km
- 24 Watewyloop Tielt 9,7 km
- 24 Vredesboomjogging Lebbeke 11,4 km
- 24 Aardbeirun Melsele 10 km
- 27 Dwars door de Zilten Roeselare 14,5 km
- 29 Sinksen Jogging Eiland Harelbeke 11,3 km
- 30 Stroppenloop Gentbrugge 12 km
- 30 Kermisjogging Deinze-Zeveren 12 km

Deze nieuwsbrief en kalender werden met de meeste zorg samengesteld. Het is aangeraden om, alvorens je naar een wedstrijd te verplaatsen, de gegevens eerst nog eens na te zien. Wij zijn niet altijd op de hoogte van de recentste wijzigingen.