

Steepleproject 2014-2015



De Vlaamse Atletiekliga zal het steeplelopen ook in 2015 promoten. Daarom worden er tijdens de wintermaanden en in de zomerperiode een 15-tal federale steepletrainingen georganiseerd.

Trainers

Gewezen topatleten zullen de steepletrainingen begeleiden en hun ervaringen delen:

- William Van Dijck
- Paul Thys
- Jos Maes
- Peter Daenens

De volgende trainingen worden voorzien in de winterperiode (december 2014 - maart 2015):

DATUM	UUR	PLAATS
DI 30/12	van 10u tot 12u	Gent (Topsportal, Zuiderlaan 14, 9000 Gent)
ZO 11/01	van 10u tot 12u	Houthalen (sporthal Lakerveld, Guldensporenlaan 16A, 3530 Houthalen)
ZA 31/01	Van 10u tot 12u	Leuven (indoorzaal sportkot KUL, Tervuursevest 1010, 3001 Heverlee)
ZO 08/02	van 10u tot 12u	Houthalen (sporthal Lakerveld, Guldensporenlaan 16A, 3530 Houthalen)
ZA 14/02	Van 10u tot 12u	Leuven (indoorzaal sportkot KUL, Tervuursevest 1010, 3001 Heverlee)
DI 17/02	van 10u tot 12u	Gent (Topsportal, Zuiderlaan 14, 9000 Gent)
ZO 08/03	van 10u tot 12u	Houthalen (sporthal Lakerveld, Guldensporenlaan 16A, 3530 Houthalen)
ZA 28/03	Van 10u tot 12u	Leuven (indoorzaal sportkot KUL, Tervuursevest 1010, 3001 Heverlee)

In de **zomerperiode** (april-september) zullen de trainingen gelinkt worden aan de provinciale, Vlaamse en nationale kampioenschappen. Atleten die dan deelnemen aan de trainingen worden ook verwacht minimaal deel te nemen aan een minimum aantal steeplewedstrijden* tijdens het seizoen.

Doelgroep:

Jongens en meisjes 2002 en vroeger (vanaf tweedejaarsminiem)

Trainingsinvulling

De trainingen zijn zowel gericht naar beginners als naar gevorderde atleten

- Initiatietrainingen → geen hordenervaring / geen steeple-ervaring
- Trainingen voor gevorderden

Inschrijving

Atleten betalen een jaarbijdrage van **20 euro/sportjaar** (december 2014-oktober 2015) voor deelname aan de diverse steepletrainingen, vooraf te storten op rekeningnummer BE07 4300 0512 9166 van de Vlaamse Atletiekliga met vermelding "steeple + naam van de atleet".

+

Daarnaast moet elke deelnemer zijn deelname melden via **mail** naar Paula Vanhoovels, paula@val.be met vermelding van de gekozen trainingsplaats, de datum van de sessie en het niveau (initiatie of vervolmaking).

Wedstrijddeelname = geld terug!

Zij die deelnemen aan voldoende wedstrijden tijdens de zomerperiode 2014 krijgen aan het eind van het seizoen hun geld teruggestort.

*Cadetten: na deelname aan minstens 2 steeplewedstrijden

Vanaf scholier: na deelname aan minstens 3 steeplewedstrijden

Meer info

Paula Vanhoovels – 02/474 72 22 – paula@val.be