

Steepleproject 2013-2014



Om het steeplelopen te promoten worden tijdens de wintermaanden en in de zomerperiode 2014 een 30-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:

DATUM	UUR	PLAATS
Vr 09/05	van 18u30 tot 20u30	Brugge (atletiekpiste Olympic Brugge - Bloso-centrum)
Wo 14/05	van 19u tot 21u	Betekom (atletiekpiste ROBA, Past. Pitetlaan, 3130 Betekom)
Vr 16/05	van 18u30 tot 20u30	Brugge (atletiekpiste Olympic Brugge - Bloso-centrum)
Zo 18/05	Van 10u tot 12u	Hasselt (atletiekpiste Kiewit, Tulpinstraat 42, 3500 Hasselt)
Vr 23/05	van 18u30 tot 20u30	Brugge (atletiekpiste Olympic Brugge - Bloso-centrum)
Ma 26/05	van 18u30 tot 20u30	Gentbrugge (atletiekpiste RCG,Em. Hielstraat 106, 9050 Gentbrugge)
Do 29/05	Van 10u tot 12u	Hasselt (atletiekpiste Kiewit, Tulpinstraat 42, 3500 Hasselt)
Wo 04/06	van 19u tot 21u	Vilvoorde (atletiekpiste VAC, Brusselsestwg 80, 1800 Vilvoorde)
Ma 23/06	van 18u30 tot 20u30	Gentbrugge (atletiekpiste RCG,Em. Hielstraat 106, 9050 Gentbrugge)
Wo 25/06	van 19u tot 21u	Vilvoorde (atletiekpiste VAC, Brusselsestwg 80, 1800 Vilvoorde)
Za 28/06	van 10u tot 12u	Beveren (atletiekpiste Volharding, Klapperstraat 103, 9120 Beveren)
Wo 02/07	van 19u tot 21u	Betekom (atletiekpiste ROBA, Past. Pitetlaan, 3130 Betekom)
Zo 06/07	Van 10u tot 12u	Hasselt (atletiekpiste Kiewit, Tulpinstraat 42, 3500 Hasselt)
Za 12/07	van 10u tot 12u	Beveren (atletiekpiste Volharding, Klapperstraat 103, 9120 Beveren)
Vr 18/07	van 18u30 tot 20u30	Brugge (atletiekpiste Olympic Brugge - Bloso-centrum)
Ma 28/07	van 18u30 tot 20u30	Gentbrugge (atletiekpiste RCG,Em. Hielstraat 106, 9050 Gentbrugge)
Wo 30/07	van 19u tot 21u	Betekom (atletiekpiste ROBA, Past. Pitetlaan, 3130 Betekom)
Vr 08/08	van 18u30 tot 20u30	Brugge (atletiekpiste Olympic Brugge - Bloso-centrum)
Za 09/08	van 10u tot 12u	Beveren (atletiekpiste Volharding, Klapperstraat 103, 9120 Beveren)
Ma 18/08	van 18u30 tot 20u30	Gentbrugge (atletiekpiste RCG,Em. Hielstraat 106, 9050 Gentbrugge)
Wo 20/08	van 19u tot 21u	Betekom (atletiekpiste ROBA, Past. Pitetlaan, 3130 Betekom)
Vr 22/08	van 18u30 tot 20u30	Brugge (atletiekpiste Olympic Brugge - Bloso-centrum)
Za 23/08	van 10u tot 12u	Beveren (atletiekpiste Volharding, Klapperstraat 103, 9120 Beveren)
Wo 27/08	van 19u tot 21u	Betekom (atletiekpiste ROBA, Past. Pitetlaan, 3130 Betekom)

Doelgroep:

Jongens en meisjes 2001 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** (november 2013-oktober 2014) 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