

KEMPER

België - Belgique

P.B - P.P.

2220 Heist-op-den-berg 1

BC 7795

Tweemaandelijks clubblad Atletiekvereniging Zuiderkempen (AVZK) * V.U.: Hendrik Lekens, Broekmansstraat 121, 2221 Booischoot * Verschijnt 6 maal per jaar. * Afgiftekantoor: 2220 Heist o/d Berg 1 P004836





Heidi delicatessen
Schrieksesteenweg 38
2221 Booischot (Pijpelheide)
info@heidi-delicatessen.be
www.heidi-delicatessen.be



HEYLEN n.v.
sleutel-op-de-deur:
éénggezinswoningen en
appartementen dakwerken *
buitenschrijnwerk in pvc,



Brood en Banket Yves
Warme bakker
Schrieksesteenweg 86 - 2221
Pijpelheide
Tel.: 015/22 23 21



VLOEREN EN
WANDTEGELS
Jaarmarktstraat 2 A
2221 Booischot

Bakkerij CHRISTINE

Schrieksesteenweg 74
2221 Booischot (Pijpelheide)
Tel. + Fax: 015/22 44 04
Openingsuren: Maandag t/m vrijdag: 8u tot



Van Loock
Westmeerbeeksesteenweg 43
2221 Booischot



Tiels Tuincentrum
Liersesteenweg 68
2221 Booischot
Tel.: 015/22 27 52 - Fax:
015/22 57 19

BEHANG - DECOR DE LENTE

Molenstraat 69
2220 Heist-op-den-Berg
Tel.: 015/24 19 29

De KOOPJES hoek

Liersesteenweg 2
2221 Booischot
Tel.: 015/24 02 33
Openingsuren: woensdag t/m zaterdag van 10u



Bosmans Slaapcomfort
Center
Liersesteenweg 147
2220 Heist-op-den-Berg
Tel.: 015/24 90 28



Stationstraat 155
2235 Westmeerbeek
Tel. 016-68 99 40

Fax. 016-69 75 92
www.michiels-



kopiëren
printen
faxen
scannen



J. PEETERS TRANSPORT
NV
Pleinstraat 18 - 2221 Booischot
Tel.: 015/22 28 33
info@nvpeeters.be



DELHAIZE
Het beste aan de beste prijs
Pastoor Mellaertsstraat 63
2220 Heist-op-den-Berg (Goor)
Tel.: 015/24 12 00 - Fax: 015/24

Jaarlijkse vernieuwing startnummers en betaling lidgeld voor seizoen 2023-2024

Het nieuwe atletiekseizoen begint op 1 november 2023 en dat betekent dat je een nieuw startnummer dient aan te vragen.

Aansluiten kan vanaf :

Kangoeroes 2018 (één maal per week training)

Kangoeroes 2017 (tweemaal per week training)

Benjamins 2016 -2015

Pupillen 2014 – 2013

Miniemen 2012 – 2011

Cadetten 2010 – 2009

Scholieren 2008 – 2007

Juniors 2006 – 2005

Seniors vanaf 2004

Masters vanaf 1989 (de dag dat men 35 jaar wordt)

Voor de nieuwelingen is het belangrijk om weten dat dit jaarlijks dient te gebeuren. Na 20 oktober mag je niet meer met je huidige startnummer lopen.

De fiches kun je bekomen bij Monique Naets, Hendrik Lekens (secretaris) en de trainers

De fiches dienen door iedereen (wedstrijdloper en recreant) duidelijk te worden ingevuld. Duidt vooral ook aan of je recreant of wedstrijdathleet bent.

Let vooral op bij je mail-adres. Punten en/of streepjes zijn heel belangrijk. Vooral het streepje is soms onduidelijk (is het tussen of onder de letters).

Ook dien je aan te duiden of je het clubblad op papier of per mail wilt ontvangen.

Het preventief sportmedisch onderzoek is voor het aanvragen van een vergunning niet meer verplicht. Het onderzoek wordt wel sterk aangeraden aan een aantal personen.

U mag vooral niet vergeten om de kaart zelf te ondertekenen en indien u nog geen achttien bent, is ook de handtekening van één van de ouders of voogd verplicht.

Breng je fiche tijdig binnen indien je eind oktober wil starten.

Vergeet ook je lidgeld niet te betalen. Je startnummer wordt pas aangevraagd wanneer het lidgeld is betaald of wanneer het op de rekening van de club staat.

Je kan enkel nog betalen aan Monique. Zij zal elke dinsdag tussen 19u30 en 20u15 aanwezig zijn in de gang van de sporthal.

Indien je je lidgeld overschrijft vergeet dan niet de namen te vermelden voor wie het bestemd is. Indien ze kan zal ze ook op donderdag aanwezig zijn ofwel zal zij iemand vragen om haar te vervangen die dag.

Het rekeningnummer van de club is BE39 7332 0712 3019 van AVZK

Je brengt best de documenten van de mutualiteit mee.

Lidgeld 2023-2024

Het lidgeld voor het nieuwe seizoen blijft hetzelfde als vorig seizoen :

* Kangoeroes °18	€ 70.00 vanaf 1 april € 50.00 vanaf 1 juni € 45.00
* kangoeroes °17 en benjamins (°16 en °15)	€110,00 € vanaf 1 april € 70.00 vanaf 1 juni €55.00
* pupillen (°14 en °13) en miniemen (°12 en °11)	€130.00 vanaf 1 april €80.00 vanaf 1 juni €60.00
* Cadetten tot en met masters	€ 150,00 vanaf 1 april € 90.00 vanaf 1 juni € 65.00
* Recreanten	€ 110.00 vanaf 1 april € 70.00 vanaf 1 juni € 55.00

Een huisgezin met verschillende leden betaalt maximum **420,00 €**

Vanaf de derde atleet van hetzelfde gezin is er een korting van 20 % voorzien op het laagste bedrag

Je kunt je lidgeld best betalen bij het afgeven van de ingevulde fiche.

Indien je het lidgeld wenst over te schrijven, kan dat op rekeningnummer : **BE39 7332 0712 3019 van AVZK**

Jaarverslag van AVZK over het afgelopen jaar 2022 – 2023

Sinds de vorige jaarvergadering (11.10.2022) tot nu (11.08.2023) sloten 59 nieuwe atleten aan. Dat zijn er 11 minder dan het jaar voordien.

Startvergunningen

	vrouwen	mannen	totaal	2021/2022	verschil
kangoeroes	10	14	24	14	+10
benjamins	17	22	39	42	-3
pupillen	16	15	31	36	-5
miniemen	11	20	31	34	-3
cadetten	9	10	19	25	-6
scholieren	2	14	16	13	+3
juniors	4	6	10	9	+1
seniors	10	17	27	30	-3
masters	13	30	43	60	-17
totaal	92	148	240	263	-23

De atleten die lidgeld betaalden als jogger waren met 26 (dat is er 1 meer dan vorig seizoen).

Elk jaar is het ook opvallend hoeveel atleten er afhaken, dit wordt meestal gecompenseerd met nieuwe aansluitingen. Dit jaar is er bij de jeugd een grote terugloop. Ook bij de volwassenen zijn er minder aansluitingen. Dit komt omdat vroeger meer mensen een startnummer aanvroegen omdat ze dan gratis binnen konden bij bvvd veldlopen. Maar nu door de voorschriften kan dat niet meer. Ook gaan er meer en meer verder studeren en gaan ze op kot na het middelbaar. Sport komt dan niet meer op de eerste plaats. De terugloop komt ook grotendeels door het overaanbod van andere sporten. De jeugd kiest meer.

Beste atleten, trainers en bestuursleden van de Koninklijke Atletiekvereniging Zuiderkempem (AVZK)

U wordt hierbij vriendelijk uitgenodigd op de jaarlijkse algemene ledenvergadering van

dinsdag 10 oktober 2023 in het cafetaria van het sportcentrum De Lichten te Booischoot met aanvang om 20u00.

Dagorde :

- *Verwelkoming door de voorzitter
- *verslag van het afgelopen jaar (zie clubblad juli/augustus 2023)
- *interpellaties in verband met het verslag van het afgelopen jaar
- *Financieel verslag (zie clubblad juli/augustus 2023)
- *interpellaties betreffende financiën
- *goedkeuring rekeningen 2022-2023
- *kwijting van het afgelopen jaar
- *voorstel begroting 2023-2024 (zie clubblad juli/augustus 2023)
- *goedkeuring voorstel van begroting 2023-2024
- *verkiezing twee rekeningtoezichters
- *bestuurswijziging
- *varia en algemene interpellaties
- *slotwoord door de voorzitter

#interpellaties en toegevoegde variapunten dienen schriftelijk toe te komen bij de secretaris uiterlijk op 26 september 2023

Verjaardagen

AVZK wenst al de jarigen van harte geluk met hun verjaardag.

Nys Emilie	1/09/2003	Blockx Tristan	6/10/2000
Maertens Vincent	1/09/1978	Heremans Karin	6/10/1970
Van Den Broeck Sarah	2/09/1998	Everdepoel Menno	6/10/2012
De Vries Debby	4/09/1984	De Coninck Ilse	7/10/1969
Yskout Alexander	4/09/2013	Hantschel Herbert	8/10/2007
De Valck Anke	5/09/2008	Willems Oscar	9/10/2013
Verreth Alexander	5/09/2013	Sweeck Janne	9/10/2013
Coremans Maya	7/09/2008	Van Look Feline	12/10/2012
Van Aelst Linde	12/09/2000	Van Look Mayla	12/10/2012
Van Olmen Pippa	13/09/2014	Van Horenbeeck Nore	13/10/2016
Van den Broeck Robert	14/09/1959	Kempnaers Hanne	13/10/2005
Van den Broeck André	14/09/1959	Huybrechts Sara	15/10/2010
Laporte Sten	17/09/1986	De Wever Pol	15/10/2014
Swyngedaauw Kira	18/09/2009	Leferink Bram	16/10/2011
Lambrechts Tine	19/09/2005	Wuyts Liesbeth	21/10/1979
Vets Olivia	20/09/2014	Naets Ilan	22/10/2004
Lambrechts Lise	21/09/2007	Blondé Len	22/10/2016
Lemmens Steve	22/09/1973	De Vries Wim	23/10/1951
Vrancx Seija	24/09/2020	Peeters Juline	23/10/2013
Uytterhoeven Nette	24/09/2012	Van Hoof Fenne	23/10/2017
Bosmans Bas	25/09/2016	Wuyts Arianne	25/10/2007
Van Dyck Michel	28/09/1964	Vermeulen Lauren	25/10/1995
Henderickx Dries	30/09/2010	Aertgeerts Siebe	26/10/2008
D'Helft Noah	30/09/2010	Firlefijn Jakke	26/10/2008
Haemels Arnout	30/09/1997	Habets Mario	26/10/1972
Vaes Alexander	1/10/2015	Van Calster Toon	27/10/2008
Peeters Nadine	3/10/1970	Heremans Joris	27/10/2000
De Haes Cas	4/10/2014	Huybrechts Edward	28/10/2004
Van Beersel Elise	5/10/2012	Geens Rik	28/10/2010

Nieuwe atleten

Kangoeroes

Brems Warre

Recreanten

Verhaegen Sandra

Voor info over wedstrijden ga je naar www.avzk.be

Klik bovenaan in de balk op 'organisaties' daar vind je de nodige informatie ivm eigen wedstrijden, kalender jeugd, kalender vanaf cadetten, inschrijvingen kampioenschappen

Voorlopige AVZK kalender 2023 - 2024

*van vrijdag 13 oktober 2023 tot en met zondag 15 oktober 2023 trainingsweekend vanaf cadetten in Maasmechelen

*van vrijdag 20 oktober 2023 tot en met zondag 22 oktober 2023 trainingsweekend voor de jeugd en de G-atleten

*zaterdag 28 oktober 2023 ledenfeest Zaal Magneet in Grootlo

*zondag 10 december 2023 veldloop van AVZK

*zaterdag 10 februari 2024 4^{de} Internationaal Highjumpgala Elmos, sporthal De Lichten

Inschrijven voor een pistemeeting

Wie wil deelnemen aan een pistemeeting dient zich verplicht in te schrijven via 'atletiek.nu'.

Hier kun je in 'kalender' al de pistemeetings vinden.

Je gaat naar inschrijvingen. Hier tik je al de gevraagde gegevens in en de proeven waar je voor kiest.

Vergeet ook niet te betalen, want anders ben je niet ingeschreven. Als je alles correct hebt ingevuld en betaald, krijg je een bevestiging..

Ook als je gratis mag deelnemen, meestal bij meetings in je eigen club, dien je voorin te schrijven.

Hou de einddatum van inschrijven in het oog, deze kan verschillen van club tot club.

Voor het criterium van AVZK komen alle pistemeetings in aanmerking en zijn goed voor 1 punt.

Heb je een artikel, een foto, een interessant item voor ons clubblad dan kun je dit doormailen naar :

redactie.dekemper@gmail.com

Met dank bij voorbaat.

Zin, tijd en veel enthousiasme om atleten kennis te laten maken met de atletiek? Word trainer bij AVZK!

Avzk is in volle groei! Dus zijn wij op zoek naar extra trainers voor onze jeugdgroepen (5 -12 jaar).

Zin om in familiale sfeer mee te bouwen aan onze toekomst?
Zin om na een trainingsdag allemaal lachende gezichtjes te zien?
Dan zijn wij op zoek naar u!

Bij interesse kan je ons bereiken op het nummer:
0475 92 42 37 (Steven)
of 0499 98 49 34 (Peter)

Uitslagen meetings, afgesloten op 24.06.2023

AC DUFFEL Duffel 25/06/2023 Athl. Classic meeting

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Schol j	1500m	4	Sleeckx Godwin	4.24.66
Jun m	100 m	2	Henderickx Sander	11.68
Jun m	200 m	2	Henderickx Sander	23.65
Sen m	10000m	1	Coremans Tibo	33.59.89
Mas m	10000m	6	Sleeckx Gijsbrecht	39.46.93
Jun d	Discus	1	Flerackers Britt	31m10
Mas d	Kogel	2	Mondelaers Katrien	7m70

RAM Mechelen 28/06/2023 Open meeting

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Cad j	100 m	2	Dirkx Desmo	12.81
Cad j	Hoogs	2	Dirkx Desmo	1m50
Schol j	200 m	4	Swyngedauw Gino	27.48
Schol j	Speer	2	Swyngedauw Gino	30m81
Mas m	400 m	3	De Raet Jan	1.05.35
Mas m	3000 m	10	Sleeckx Gijsbrecht	10.14.55
Mas m	3000 m	23	Van Den Acker Paul	12.56.43
Mas m	3000 m	24	Nevelsteen Staf	14.17.01
Mas d	100 m	2	De Veuster Ilse	15.21
Mas d	400 m	2	De Coninck Ilse	1.22.61
Mas d	Discus	4	Van Winckel Lieve	25.88

SPBO Bornem 30/06/2023 Open meeting

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Sen m	150 m	2	Lambrechts Maarten	17.14
Sen m	300 m	1	Lambrechts Maarten	36.46
Jun m	150 m	1	Van Aelst Kobe	18.95
Jun m	300 m	2	Van Aelst Kobe	40.67
Mas d	Discus	2	Van Winckel Lieve	25m25
Mas d	Kogel	2	Van Winckel Lieve	7m08

SPBO Bornem 01/07/2023 jeugdmeeting

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Min m	80 m	15	Van der Sanden Emma	12.47
Min m	1000 m	8	Van der Sanden Emma	3.57.31

AVLL Lier 01/07/2023 Flanders Cup

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
AC m	1500 m	63	Sleeckx Godwin	4.21.42
AC m	Polshoog7		Henderickx Sander	3m62

LOOISE AV Tessenderlo 02/07/2023 Open PK meerkamp

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Mas m	Ver		Smets René	2m86
Mas m	Speer		Smets René	25m60
Mas m	200 m		Smets René	52.33
Mas m	Discus		Smets René	18m87
Mas m	Meerkamp11		Smets René	1045 p

VOLH Beveren 02/07/2023 Open meeting

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Schol j	Discus	1	De Voeght Jitser	38m55
Schol j	Kogel	1	De Voeght Jitser	12m11

AVKA Aartselaar 02/07/2023 jeugdmeeting

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Min j	80 m	8	Everdepoel Alec	11.44
Min j	1000 m	14	Everdepoel Alec	3.36.04
Min j	Discus	3	Everdepoel Alec	24m80
Min j	Ver	6	Everdepoel Alec	4m63
Pup j	60 m	21	Everdepoel Menno	10.44
Pup j	Discus	3	Everdepoel Menno	20m71
Pup j	Vortex	5	Everdepoel Menno	34m83

ZWAT Zwijndrecht 8/07/2023 Open meeting

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Mas m	150 m	3	Verelst Wim	20.64

Mas m	600 m	5	De Raet Jan	1.41.80
Jun m	150 m	2	Henderickx Sander	17.04
Jun m	Discus	2	Henderickx Sander	37m97
Jun m	Kogel	2	Henderickx Sander	12m32
Jun m	Ver	3	Henderickx Sander	5m78
Cad j	100 m	9	Dirkx Desmo	13.24
Cad j	150 m	8	Dirkx Desmo	19.49
Cad j	Discus	4	Dirkx Desmo	24m31
Mas d	150 m	1	De Veuster Ilse	23.00
Mas d	600 m	3	De Coninck Ilse	2.17.91
Cad m	100 m	4	Henderickx Lien	14.10
Cad m	150 m	4	Henderickx Lien	21.31
Cad m	Kogel	2	Henderickx Lien	9m40

AS RIEME Ertvelde 11/07/2023 Athletics Classic

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Schol j	3000 m	4	Sleeckx Godwin	9.21.95

AVLO Lokeren 16/07/2023 Open meeting

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Mas d	Discus	4	Van Winckel Lieve	26m03

VABCO Mol Mol 21/07/2023 Open meeting

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Mas m	Speer	5	Smets René	27m12
Schol j	100 m	3	Swyngedauw Glenn	13.18
Mas d	300 m	2	De Coninck Ilse	58.20
Sen d	100 m	3	Laporte Morgan	13.28
Sen d	300 m	3	Laporte Morgan	43.19

AC BEERNEM Beernem 22/07/2023 Open meeting

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Mas m	400 m	6	De Raet Jan	1.05.80
Mas d	400 m	2	De Coninck Ilse	1.25.69

AVT Heusden-Zolder 23/07/2023 Open meeting

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Schol j	100 m	6	Swyngedauw Glenn	13.02
Schol j	Discus	6	Swyngedauw Glenn	31m63
Cad j	100 m	4	Dirkx Desmo	12.64
Cad j	300 m	3	Dirkx Desmo	45.36
Cad j	Ver	3	Dirkx Desmo	4m72

KBAB Brugge 29/07/2023 Belg. Kamp.

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
AC m	800 m	25	Van den Schoor Senne	1.58.56
AC v	400 m	23	Laporte Morgan	1.02.66

AC HAMME Hamme 30/07/2023 Meeting pup/min

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Min j	1000 m	14	Everdepoel Alec	3.57.71
Min j	Discus	4	Everdepoel Alec	24m13
Min j	Hoog	1	Everdepoel Alec	1m55
Min j	Ver	3	Everdepoel Alec	4m46
Pup j	Discus	3	Everdepoel Menno	18m85
Pup j	Kogel	7	Everdepoel Menno	7m01
Pup m	Kogel	15	Thijssen Jade	3m39
Pup m	Ver	16	Thijssen Jade	2m53

ACHL Herentals 02/08/2023 Open meeting

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Mas m	Speer	3	Smets René	22m21
Cad j	200 m	1	Dirkx Desmo	26.85
Cad j	Hoog	2	Dirkx Desmo	1m60
Jun m	400 m	6	Verbeeck Jesse	59.33
Mas d	Discus	2	Van Winckel Lieve	26m02
Sen d	Discus	2	Gyselinckx Elke	24m37
Sen d	Kogel	6	Gyselinckx Elke	7m48

VABCO Mol Mol 05/08/2023 Open meeting

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Mas m	200 m	3	Verelst Wim	28.60

Jun m	200 m	3	Henderickx Sander	23.91
Jun m	800 m	1	Henderickx Sander	2.24.82
Mas d	Discus	2	Van Winkel Lieve	24m41
Mas d	Discus	5	Mondelaers Katrien	19m35
Jun d	Discus	3	Fleerackers Britt	28m48

DCLA Leuven 05/08/2023 Flanders Cup

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
AC m	300 m	18	De Raet Jan	50.35
AC m	1500 m	28	Van Den Schoor Senne	3.54.05
AC m	3000 m	72	Sleeckx Godwin	9.43.27
AC v	300 m	22	De Coninck Ilse	59.94
AC v	400 m	21	Laporte Morgan	1.01.95

AVLL Lier 06/08/2023 Open meeting met jeugd

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Schol j	Discus	5	De Voeght Jitser	32m13
Schol j	Discus	9	Swyngedauw Glenn	22m70
Schol j	Kogel	2	De Voeght Jitser	11m19
Schol j	Speer	6	Swyngedauw Glenn	22m45
Pup j	1000 m	15	Verreth Alexander	4.36.72
Schol m	800 m	1	Huybrechts Anna	2.34.69
Pup m	60 m	7	Thijssen Jade	10.95
Pup m	Ver	5	Thijssen Jade	2m64

RUHAC Hannuit 23/07/2023 Jeugdmeeting

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Ben j	60 m	1	D'Helft Finn	10.33
Ben j	Ver	4	D'Helft Finn	3m25

Samenvatting van de reserveringen tussen 01.07.2023 en 29.06.2024

***volledige sporthal Booischot**

Frequentie : elke week op dinsdag van 19.00 tot 20030

Periode : 07.11.2023 t/m 26.03.2024

Met uitzondering van : 26.12.2023

Voetbalterrein Booischot

Frequentie : elke week op dinsdag en donderdag 18.30 tot 20.00

Periode : 01.08.2023 t/m 27.06.2023

Met uitzondering van :

26.12.2023/09.05.2024

Atletiekpiste

Frequentie : elke week op maandag, dinsdag, woensdag, donderdag van 18.30 tot 20.00

Elke week op vrijdag van 19.00 tot 20.00

Periode : 03.07.2023 t/m 28.06.2024

Met uitzondering van : 01.11.2023 / 25.12.2023 / 26.12.2023 / 01.01.2024 / 01.05.2024 / 09.05.2024 / 31.05.2024

Kogelstand

Frequentie : elke week op zaterdag van 10.00 tot 12.00

Periode : 01.07.2023 t/m 29.06.2024

Met uitzondering van : 11.11.2023 / 30.03.2024 / 22.06.2024

Graspiste

Frequentie : elke week op maandag, dinsdag en donderdag van 18.30 tot 20.00

Periode : 03.07.2023 t/m 27.06.2024

Met uitzondering van : 25.12.2023 / 26.12.2023 / 01.01.2024 / 01.04.2024 / 09.05.2024 / 20.05.2024

Enkelvoudige reserveringen (onder voorbehoud van datumwijzigingen)

Atletiekpiste

Zaterdag 30 maart 2024 : trainingsdag jeugd en G-atleten

Vrijdag 31 mei 2024 pistemeeting : avondmeeting

Zaterdag 22 juni 2024 : pistemeeting jeugd (Antwerps jeugd criterium)

Graspiste :

Zaterdag 9 december 2023 : klaarzetten veldloop

Zondag 10 december 2023 : veldloop

Ben j	Kogel	8	D'Helft Finn	7m18
Min j	80 m	6	D'Helft Noah	11.51
Min j	Hoog	12	D'Helft Noah	1m20
Min j	Kogel	4	D'Helft Noah	8m72

LOOISE AV Tessenderlo 09/08/2023 Jeugdmeeting pup/min

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Min j	Speer	4	Everdepoel Alec	28m89
Min j	Polshoog3		Everdepoel Alec	2m60

OEH Huizingen 12/08/25023 EA Challenger meeting

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
AC m	1500 m	39	Van den Schoor Senne	3.56.22
AC v	400 m	16	Laporte Morgan	1.01.21

VAL Heusden-Zolder 15/08/2023 KVV cad/schol

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Schol j	Discus	10	De Voeght Jitser	36m63
Schol j	Kogel	8	De Voeght Jitser	11m90
Cad j	200 m	13	Dirkx Desmo	27.05
Cad j	Hoog	8	Dirkx Desmo	1m60

ACW Sint-Niklaas 16/08/2023 Jeugdmeeting pup/min

Groep	Proef	Pl	Naam	prestatie
Min j	80 m	8	Everdepoel Alec	11.57
Min j	Discus	3	Everdepoel Alec	26m14
Min j	Ver	6	Everdepoel Alec	4m26
Pup j	Discus	6	Everdepoel Menno	19m38
Pup j	Kogel	9	Everdepoel Menno	6m89

Paardenpiste :

Zaterdag 9 december 2023 : klaarzetten veldloop

Zondag 10 december 2023 : veldloop

Voetbalterrein Booischot

Zaterdag 9 december 2023 : klaarzetten veldloop

Zondag 10 december 2023 : veldloop

Volledige sporthal Booischot

Zaterdag 10 februari 2024 : klaarzetten highjumpgala en meeting

Volledige sporthal Sint-Lamberts

Elke maandag van november 2023 tot en met maart 2024 van 18u30 tot 20u00.

33^{ste} stratenloop van Booischot-Statie

*Op 7 augustus 2023 richtte onze club AVZK voor de 33^{ste} keer haar stratenloop in aan Booischot-Statie ter gelegenheid van de kermis. De weergoden waren ons gunstig gezind want met de vele regen van de voorbije dagen werden de weersvooruitzichten met argusogen gevolgd. Het was de hele dag droog en het zonnetje deed moeite om door de wolken te breken. Voor de atleten ideaal weer om aan de start te komen.

*Albert van brasserie 't Stationneke had alle aanvragen voor zijn rekening genomen, waarvoor dank.

*De mensen van het Rode Kruis konden tijdelijk hun intrek nemen in de garage van Staf en Monique.

*Er daagden weer heel wat atleten en supporters op. Het waren er een 15tal meer dan de voorgaande editie.

*In de voorwedstrijden konden de jongeren en de G-atleten zich uitleven. Zij kregen aan de aankomst een zakje met leuke dingen en een medaille. Van deze wedstrijdes werd geen uitslag gemaakt.

*Voor de wedstrijd van de 4.5 km kwamen er 144 in de uitslag. De wedstrijd werd opnieuw gewonnen door Pieter Verschoren voor Siebe Philips en AVZK-atleet Godwin Sleeckx. Bij de dames werd Vicky Liekens eerste voor Lauren Vermeulen en Anna Huybrechts (Beiden aangesloten bij AVZK).

*Bij de jogging van de 7.5 km stonden 68 atleten in de uitslag. Deze wedstrijd werd gewonnen door Michiel Nijs voor Steve Mans en AVZK-atleet Jurgen Huybrechts. Bij de dames was Charlotte Van Hese opnieuw de snelste voor alweer Els Huybrechts en Veerle Vandamme.

*De wedstrijd van 10.5 km werd gewonnen door Kenneth Laureys voor Glen Laurens en onze atleet Jasper Mannaerts. Bij de dames was Ruth Van Campen de snelste voor Karen Peeters en Renée Grauls. Hier noteerden we 54 aankomsten.

*Alle atleten werden bedacht met een busje douche-gel en een drankje aan de aankomst. Onderweg konden ze zich verfrissen aan twee bevoorradingsposten.

*Het klaarmaken en opruimen voor en na de wedstrijden verliep heel vlot. Ook de wedstrijden kenden een vlot verloop.

*Het bestuur wenst alle helpers van harte te bedanken voor de geboden hulp. Noteer al vast dat de 34^{ste} stratenloop zal doorgaan op maandag 5 augustus 2024. Hopelijk is iedereen dan terug op post.

Uitslag stratenloop Booischot-Statie

07.08.2023 (atleten AVZK)

Bij de jeugd en G-atleten werden geen uitslagen gemaakt.

Kangoeroes

Vervloet Midas
Geukens Vince
Thijssen Ibe
Boeckstaens Charlotte
Van Den Bergh Leo
Goris Matz
Van Hoof Fenne
Janssens Isaï
Janssens Joshua
Laporte Aline
Gijsemans Leon
Van Horenbeeck Nore

Benjamins

Van Hoof Minne
Janssens Kesia
Yskout Léonore
Aerts Wolf
D'Helft Finn
Meulders Ferre
Gijsemans Louise
Van Horenbeeck Kobe

Pupillen

Vandille Anna
Goossens Matz
Verreth Alexander
Thielemans Lucas

Moris Jesse
Van Tricht Bern

Miniemen

Aerts Geike
Aerts Ram

G-atleten

Beullens Wesley
Peeters Nadine
Habets Enrique
Van Pelt Juan
Van Den Broeck Sarah
Daelemans Niels
Van Dyck Flore
Aertgeerts Siebe

Uitslag AVZK-atleten Jogging 4km530

03.Sleeckx Godwin
05.Naets Oby
21.Vermeulen Lauren
24.Huybrechts Anna
25.Laporte Sten
27.Rits Jonas
28.Lemmens Steve
30.Van Aelst Kobe
33.Verbeeck Jesse
34.Henderickx Sander
40.Derdin Simon
42.Huybrechts Sara
45.Helsen Wim
65.Dirkx Desmo
66.Valenne Brent
68.D'Helft Noah
79.Laporte Finn
80.Dirkx Lukas

84.Gullentops Aalex
88.Henderickx Dries
98.Van Dyck Michel
112.Thomas Eef
114.Verelst Wim
118.Goovaerts Jef
119.Van De Water Geert
123.Smets René
129.Mondelaers Katrien
131.Verscheuren Anne
134.Henderickx Lien
135.De Valck Anke
138.Janssens Shifra
139.Janssens Febe
141.Verhaegen Sandra
142.Nevelsteen Staf

Uitslag AVZK-atleten jogging 7km520

03.Huybrechts Jurgen
07.Sleeckx Gijbrecht
13.Matthys Tom
32.Van den Acker Paul
51.Verelst Wim
54.Vekemans Ellen
58.Henderickx Steven

Uitslag AVZK-atleten jogging 10km510

03.Mannaerts Jasper
05.Valckx Stefan
07.Verschoren Senne
11.Bellekens Jonas
34.Knapen Dennis
46.Naets Ivo
54.Nevelsteen Staf

Tussenstand na 2 meetings van het Antwerps jeugd criterium 2023

Om in aanmerking te komen voor de naturaprijs dien je aan 3 wedstrijden mee te doen. Bijgewerkt t.e.m. 03/09/2023

Naam	01-05 DUFF	24-06 AVZK	03-09 OLSE	09-09 ABES	30-09 AVLL	AANTAL DLN
KANGOEROES MEISJES						
Van Beersel Ameline		1				1
Gysemans Anna		1				1
Bellekens Lili		1				1
Van Horenbeeck Nore	1	1	1			3
Gorris Emma		1				1
Nevelsteen Mona		1				1
Laporte Aline		1				1
Eggers Lize-Marie	1	1	1			3
Gorris Mona		1				1
Van de Put Lilou		1				1
KANGOEROES JONGENS						
Thijssen Ibe		1				1
Geeraerts Senne	1	1	1			3
Vervloet Midas		1				1
Goris Mats		1	1			2
Nijs Elliot		1				1
Meylemans Cyriel		1	1			2
Van Hoof Fenne		1				1
Gysemans Leon		1				1
Nijs Esper		1				1
BENJAMINS MEISJES						
Goris Sofie		1				1
Van Hoof Minne		1				1
Yskout Léonore		1				1
Gysemans Louise		1				1
Knapen Julie	1					1
BENJAMINS JONGENS						
Van Oost Lukas	1	1				2
De Preter Jesse		1				1
De Preter Warre		1				1
Vaes Alexander		1				1
Van de put Sem		1				1
Dhelft Finn	1	1	1			3
Bellekens Mil		1				1
Van Horenbeeck Kobe	1	1	1			3
Nijs Oliver		1				1
Meulders Ferre		1	1			2
PUPILLEN MEISJES						
Straetmans Maya		1				1
Laenen Lize		1	1			2
Van Beersel Elise	1	1				2
Thijssen Jade		1				1
Vandille Anna	1	1				2
Van Goolen Maud		1				1
Van den Wyngaert Maïte		1				1
Eggers Ella-Louise	1	1	1			3
Goris Nette	1					1
PUPILLEN JONGENS						
Verbeeck Jens	1	1				2
Aerts Wolf		1				1
Thielemans Lucas	1	1				2
Everdepoel Menno		1				1
Van Tricht Bern	1	1				2
Goossens Matz	1		1			2
Verreth Alexander	1		1			2
Roelandt Alexander	1					1
MINIEMEN MEISJES						
Aerts Geike		1				1
Claes Onah		1				1
Van der Sanden Emma	1	1				2
Heremans Linde		1				1
Vermaelen Lore		1				1
Verbeke Pauline		1				1
Schellekens Thalia	1					1
Huybrechts Sara			1			1

MINIEMEN JONGENS						
Laporte Finn	1	1				2
Goris Cis		1				1
Aerts Ram		1				1
Claes Vic		1				1
Dirckx Lukas	1	1				2
Everdepoel Alec		1				1
Henderickx Dries		1				1
D'Helft Noah	1	1				2
Gullentops Aalex	1	1				2
Buts Henok		1				1
Heiremans Tijl		1				1
Knapen Dries	1					1

Sponsoring AVZK 2023

- *Running Store, Duffel
- *Gregoor Trucks Herentals
- * Open Analytics NV Berchem
- * DATA TEC Rumst
- * Transport Michiels, Hulshout

sponsoring AVZK 2022

- * We Solve IT Willebroek
- *Transport Michiels, Hulshout
- *Dierenarts Vosters Roger, Pijpelheide
- *Boekhandel Verstraeten, Pijpelheide
- *Elektro Van Look en Co, Booischot
- *Spar Imavo, Wuyts Mario, Booischot
- *Air Service Center , Aarschot
- *PDH groep, AXA Ivo Janssens/Dirk Hoefkens, Booischot
- *Apotheek Hendriks, Booischot
- *Jacobs ramen bvba, Booischot
- *Behang decor De Lente, Heist-op-den-Berg
- *Bouw De Roover en zoon BVBA, Pijpelheide
- *J. Peeters Transport NV, Booischot
- *Elektro Exellent Van Eyken BVBA, Booischot
- *Autohandel Baestaens, BVBA Pijpelheide
- *Banden Chris Van Woensel, Schriek
- *Bakkerij Ives, Pijpelheide
- *Heidi delicatessen, Pijpelheide
- *Brasserie IJssalon 't Stationneke, Booischot
- *VH Aviation Consultancy BV, Booischot
- *Dr Jos Desmedt, Booischot
- *Dr Erik Bijdekerke, Pijpelheide
- *Johnny Boexstaens, Heist-op-den-Berg
- *Bosmans slaapcomfort BVBA, Heist-Goor
- *Elektro Van Dessel, Schriek
- *Bouwonderneming Heylen nv, Heist-op-den-Berg*Kinesist Danny Lemmens, Pijpelheide
- *Drs Bart en Marc Mariën, Pijpelheide
- *Juwelen Clem Vercammen, Heist-op-den-Berg
- *De Cock-Peeters en partners DCCP 2220 Heist-op-den-Berg
- *Beenhouwerij David Meys, Booischot
- *Bouwonderneming De Cock-Van Steen, Heist-Goor
- *Apotheek Pijpelheide, Anouk Ritzen, Pijpelheide
- *Vloeren Paul De Preter, Pijpelheide
- *Architectenbureau Heremans-Manshoven, Heist-Goor
- *Trofeeland Boutersem
- *Wijnen Van Genechten, Heist-Goor
- *De koopjeshoek, Laeremans Linda, Pijpelheide
- *Thiels tuincentrum, Pijpelheide
- *Voeding Christine, Pijpelheide
- *Firma Steenkens BV (voorheen Canoncenter Michiels), Westmeerbeek
- *Kapsalon Monique, Booischot
- *BVBA Mineur, Delhaize, Heist-Goor

Sponsors via DATA TEC 2023

- Bistro De Parlé, dorpsstraat 36 Booischot
- Bistro Maginique, Kerkhofstraat 4 Heist-op-den-Berg 0470/414885
- Advocaten Karel Peeters, Lichtelei 12, Booischot
- De Fritbox, Schrieksesteenweg 74 A, Pijpelheide
- Venti construct Jeroen Dewit Peerdekerkhofstraat 31 2235 Hulshout 0484/807213
- Architectenbureau Van Dyck Jean-Paul, Pijpelstraat 37 2221 Booischot, 015/222098
- JECON, Perzikstraat 8, Heist o/d Berg 0497/664148
- Straalwerken Stroobants.BE 0494/443282
- Betonvloeren Chris Verstappen Wiekevorst dorp 37 2222 Wiekevorst 0477/7000019
- Karman nachtwinkel Wiekevorst
- 'T Knipsalon, Hof Van Riemenstraat 15 A Heist-op-den-Berg
- De Cuyper carwash en wasboxen Liersesteenweg 259 2220 Heist-op-den-Berg 015/241137
- Garage Philip, Industriepark zone B/7, Heist-op-den-Berg 015/246153
- Autoglas Clinic, Mechelsesteenweg 1, Heist-op-den-Berg 015/242879
- Charlies Wild en gevogelte Pastoor Mellaertsstraat Heist-Goor 0477/312574
- Dierenarts Steven De Smedt Paul Van Roosbroecklaan 46 2220 Heist-op-den-Berg 015/762764
- KP Renovation, schilder- en behangwerken, Mechelbaan 69 2220 Heist-op-den-Berg 0473/429204
- Running Store, Duffel - Kontich
- Jasper Van Calster schrijnwerkerij en renovatie 0493/637063
- De Cock, Peeters en Partners
- Second Story, 2^{de} handsshop, Oude Mechelbaan 2 B Heist-op-den-Berg 0472/407206
- Café Baa de Sven, Wersterlosesteenweg 93 Heist-op-den-Berg
- GVL-technics airco, domotica enz. Kasteelstraat 2 D 2220 heist-op-den-Berg 015/257672
- Frituur Fille Brenda Goossens Dorpsstraat 68 2221 Booischot
- Asian Kitchen, Bergstraat 42, Heist o/d Berg 015/243484
- Peeters Pro-jects BV Baeske Broeckstraat 40 Booischot
- Gereedschappen Marco, Houtvennesteenweg 20 Ramsel – Herselt 016/699201
- R&N Royal kebab pizza grill pasta Bergstraat 73 2220 Heist-op-den-Berg 015/411154
- J. Peeters transport nv Pleinstraat 18 2221 Booischot
- Dakwerken Van Loo, www.dakwerkenvanloo.be
- De Wolf-Durnez ramen en deuren 015/422805 www.dewolf-durnez.be
- Van Elsacker machines voor tuin, park, bos en landbouw Lossing 15 2260 Westerlo

AVZK wenst alle sponsors te danken voor hun steun aan de club

VERSLAG TRAINERSVERGADERING 4

JULI 2023

Aanwezig: Guido Van Roie, Eef Thomas, Jurgen Van Lent, Gilles Coeckelberghs, Sten Laporte, Seppe van Lent, Samantha Van Ermen, Peter Vervloet (verslag)

TRAINING

- Tijdens eerste half uur was Samantha aanwezig vanuit bestuur voor aantal vragen. 1ste was om de regeling voor miniemen die al eens meedoen bij disciplinetrainers naar volgend seizoen scherp te stellen. 1 regel daarvan is nochtans helder en is nooit veranderd: het gaat enkel over 2de jaarsminiemen waarvoor dat kan (met uitzondering van polsstok).

Verder is ook helder dat het enkel kan op donderdag en niet op dinsdag.

En dat het enkel kan voor wedstrijdleten (minstens 3 wedstrijden voorbij jaar, uiteraard tellen 5 wedstrijden die je ooit eens bij de pupillen deed daarvoor niet mee). Minder duidelijk is hoe het zit dan op andere trainingdagen (maandag, woensdag). Er zouden miniemen zijn die bijna enkel bij disciplinetrainers gaan en bv dinsdag vaak skippen.

- 2 de vraag is over er extra nood is aan wedstrijdbegeleiding (extra naast de trainers).

Enkele trainers begeleiden niet zo veel en Peter wil en kan ook niet meer elke wedstrijd begeleiden.

In de zomer is tot nu de begeleiding wel goed gelukt (Peter heeft alle wedstrijden begeleid en daarnaast was er meestal nog 2de trainer, zij het niet altijd).

Ook voor de kangoeroes en benjamins was er altijd wel iemand (1 volstaat daar).

Naar de winter wordt het allicht moeilijker (omdat opwarming minie-men en pupillen niet combineerbaar is). Dus antwoord is ja: als een sportieve ouder opwarming kan geven voor 1 van die 2 groepen is dat zeer welkom. Ook september (nog 3 wedstrijden) is nog niet duidelijk of we voldoende begeleiding hebben.

- Bij de werpers op maandag (Seppe en/of Lieve) is de groep soms wel wat groot. Hiervoor geldt alvast dat atleten vanaf cadet voorrang hebben op eventuele 2de jaars miniemen. De Spond app (in gebruik bij jeugd, nog niet echt bij groteren) zou inzicht kunnen geven hoeveel atleten er zouden komen.
- Samantha wil in noodgevallen wel eens bijspringen (enkel bij kangoeroes of benjamins)
- Zoektocht naar extra trainer staat nog steeds open. Denk eens na over mogelijke kandidaten in je je kennissenkring.

Al vaker opgemerkt is dat bij vele clubs dit veel meer gedaan wordt door eigen jeugdleten (scholieren, juniors). Daar lukt dit beter omdat veel clubs aaneensluitend trainen. Eerste uur jeugd en nadien vanaf cadetten pas. Of deels andere dagen

- Herinnering jeugdtrainers: onze gedeelde excel is nog steeds de basis om aanwezigheid op trainingen (en wedstrijden) aan te duiden. Uiteraard kunnen last minute wijzigingen best nog steeds via de messenger groep gemeld worden.
- Aantal trainers worden vaak aangesproken door ouders voor begin training (terwijl er dan weinig tijd is want moeten opstellen). Vraag is

of er niemand van bestuur (beurtrol) ter beschikking kan zijn voor vragen allerlei. En dit 10 minuten aan het begin van de training of 10 voor einde van de training. Kan ook gaan over nieuwe kinderen en de regels daarover (qua aansluiting laat op het seizoen: hoeveel kost dat). Die regels zijn ook niet echt duidelijk (en staan nergens beschreven, zou bij in infobrochure moeten).

- De infobrochure jeugd moet eens gereviseerd worden (laatste versie 2021). Die kan ook aan nieuwkomers bezorgd worden.

WEDSTRIJDEN

- Oproep om toch proberen wat meer ploegen bijeen te krijgen voor PK aflossing. Is dichtbij (Mechelen) en op een zaterdag dit jaar (26/8). Waarom bv geen 4*1500m ploeg of 4x200m?
- Voor de jeugdtrainers: gelieve de wedstrijden aan te geven in september die je kan begeleiden
- BVV voor masters : enkele van de betere masters (afstand) vonden het jammer dat ze niet gevraagd werden. Reden is dat Jurgen dit vrij laat heeft overgenomen van René. Naar volgend seizoen toe voorstel dat Jurgen of Sten dit van begin af aan trekken.
- Meenemen van de tent naar de crossen (eventueel ook pistewedstrijden, als is de nood daar veel kleiner, bv Lier, Duffel, Merksem, Mechelen hebben overdekte plaatsen). Hoe kunnen we dat beter regelen? Idee is dat een van jeugdtrainers of jeugddouders die meeneemt in een beurtrol. De enkele tent volstaat (wel die met AVZK op), want de dubbele is niet evident om mee te nemen.

Versie: 25 maart 2022 Maar het kan niet de bedoeling zijn dat meenemers moeten blijven tot einde om die mee terug naar Heist te brengen.

- De organisatie voor de indeling van de groepen voor kangoeroes en benjamins op onze wedstrijd was niet echt ideaal. Kinderen stonden 20 minuten te wachten tegen de muur sporthal. En het was voor kinderen en ouders helemaal niet duidelijk wie naar welke groep moest. Zou wat visueler moeten (bord met letter op?). Andere clubs laten atleetjes aan de opwarming beginnen op middenterrein (per categorie apart) en doen daar ter plaatse de indeling van de groepen.

KAMP

- Hoge Rielen. Zoals al besproken met Agnes gaan we dit jaar de G-atleten niet uitnodigen. We zijn door verbouwingen aan ons vertrouwde paviljoen immers verhuisd naar 2 aaneengesloten gebouwen (die echter samen pak minder plaats bieden dan waar we meestal zaten). Guido kan mee (tot zondagmiddag) Ook Sten kan meegaan. Kookploeg is al geregeld!
- Maasmechelen gaat door. Sten zal dit nu coördineren (Jurgen kan bijstaan en gaat ook al zeker mee). 1ste actie: contract opvragen bij Bart (want die heeft nog de reservatie gedaan).

MATERIAAL/INFRASTRUCTUUR/VARIA

- Werpgroep zijn eens met metaaldetector op zoek gegaan naar be-graven kogels. Er was een sterk vermoeden dat een deel verstopt was, omdat er veel sporen van putten waren en bv die speciale gekleurde 7kg kogel vermist was. Ze hebben er een aantal kunnen opgraven die vrij diep verstopt zaten. Quasi zeker dat die verstopt zijn door schoolkinderen tijdens hun "les" op de Lichten. Die leerkrachten zouden toch eens wat strikter moeten toezien op hun leerlingen en wat respect voor materiaal bijbrengen.

VOLGENDE VERGADERING 5 SEPTEMBER, 20U00

Verslag bestuursvergadering van donderdag 06.07.2023

Aanwezig: Henderickx Steven, Vervloet Guido, Naets Monique, Leks Hendrik, Busschodts René, Heremans Agnes, Verelst Wim, Van Roie Guido, Van Ermen Samantha

Woord van de voorzitter.

De voorzitter heet iedereen welkom.

Hij deelt mee dat Nathalie een mail heeft gestuurd waarin zij meldt dat zij ontslag neemt uit het bestuur. Steven, de voorzitter, heeft hierop geantwoord dat het bestuur haar beslissing respecteert en bedankt haar voor de inzet.

Wim gaat een kleine attentie kopen en het persoonlijk afgeven.

Afvaardiging G-atleten

*De trainers betreuen het dat de G-atleten die jaar niet meekunnen naar Kasterlee voor het jaarlijkse trainingsweekend.

Ook de ouders waren ontgoocheld.

Agnes heeft navraag gedaan of er een bepaalde periode een kleine bungalow vrij is. Ze wacht nog op een antwoord.

Er wordt ook voorgesteld om de G-atleten met de groep vanaf cadetten mee naar Maasmechelen te laten gaan. Agnes gaat dit voorleggen aan de ouders tijdens de hoevejogging van Wiekevorst.

*Agnes deelt ook mee dat de subsidie van het feest van de burge-meester in orde zou zijn en binnenkort zal het tweede gedeelte hiervan uitbetaald worden.

Goedkeuring vorig verslag

Iedereen heeft het verslag van de bestuursvergadering van 13 juni 2023 ontvangen. Er zijn geen opmerkingen binnengekomen. Het verslag wordt goedgekeurd.

sportieve gedeelte + trainersverslag

*Voor de winter van 2023 en 2024 zijn de veldloop van 10/12/23 en het Highjumpgala van 10.02.2024 doorgegeven aan de VAL;

Van 5 juli tot 19 juli dienen alle gegevens verder te worden ingevuld.

*Steven deelt mee dat hij nog steeds geen kaartje voor 2023 heeft ontvangen. Er zal navraag gedaan worden bij de VAL.

*Trainersverslag van 04.07.2023 wordt overlopen. Samantha, die de vergadering heeft bijgewoond geeft de nodige uitleg.

*Bij de veldlopen ouders vragen om de opwarming mee te doen..

Steven en Samantha spreken hier mensen over aan.

*Er dienen ook extra trainers te worden gezocht.

*Tent opzetten en afbreken is soms een probleem. Navraag doen bij ouders en trainers. Voor het vervoer moet men beschikken over een tamelijk grote koffer.

*De kinderen nog meer motiveren om aan wedstrijden mee te doen.

*De lidgelden tegen september op punt stellen. Op de bestuursvergadering van augustus 2023 gaan we de lidgelden bepalen voor 2023-2024.

*De trainers zouden een lijstje dienen op te maken van wie waar aanwezig zal zijn. Desnoods aan ouders vragen om in te vallen indien nodig.

*René meldt dat hij lang op voorhand had gezegd dat hij de opstelling van de beker Van Vlaanderen voor masters de ploeg niet meer ging samenstellen. Hij was dan ook verbaasd dat dit niet zo stond in het verslag.

Voorlopige kalender van AVZK voor 2023

*maandag 7 augustus 2023 stratenloop van Booischot-Statie

*zaterdag 28 oktober 2023 ledenfeest in zaal Magneet te Grootlo.

*Trainingskamp Maasmechelen van 13.10.2023 tot 15.10.2023 vanaf cadetten.

*Trainingskamp De Hoge Rielen (Kasterlee) van 20.10.2023 tot 22.10.2023 voor de jeugd en G-atleten.

*zondag 10 december 2023 dames- en herenveldloop Running Store van AVZK

*Highjumpgala 10.02.2024 (onder voorbehoud)

Evaluatie pistemeeting van zaterdag 24 juni 2023

*Het was een jeugdmeeting van kangoeroes, benjamins, pupillen en miniemen.

*Het was de tweede van de vijf jeugdmeetings die tellen voor het Antwerps Jeugd criterium.

*Zoals vorig jaar uitgetest werd er dit jaar ook gezamenlijk gestart.

*De meetings kenden een vlot verloop. Hier en daar zijn er nog zaken die voor verbetering vatbaar zijn. Zo best een groot blad met groep aan de muur van de sporthal hangen. Niet te vlug de namen beginnen af te roepen en wachten na elke groep.

Bij het hoogspringen voor pupillen en miniemen op de twee matten beginnen.

Er werd overeengekomen dat elke atleet bij bvb ver, kogel en discus drie pogingen kregen.

*Bij het hoog van de benjamins dient men een aanvangshoogte in te vullen want zij mogen maar 4 pogingen doen.

*Opnieuw werden er bij het verspringen foutieve gegevens ontdekt. Hoe dit komt is nog niet achterhaald.

*Er waren weer problemen met de WIFI. Deze is niet sterk genoeg. We gaan dat terug aanklaarten bij de schepen van Sport. Het best kan men momenteel met 4G werken.

*De tablets die de provincie had aangekocht om verder door te verhuren aan de clubs voldoen eigenlijk niet aan de huidige nodige vereisten wat natuurlijk wel spijtig is vermits ze nog maar 2 jaar in gebruik zijn.

*Er waren bij de kangoeroes en benjamins 119 inschrijvingen. Bij de benjamins hebben we een stop moeten invoeren want die hadden hun maximum van 75 bereikt. Bij de kangoeroes waren er 44 inschrijvingen.

Van AVZK waren er 33 atleetjes ingeschreven, van ROBA 20 en van OLSE 14.

Voor het Antwerps jeugd criterium waren 71 atleetjes ingeschreven.

*Bij de pupillen en miniemen telden we 223 inschrijvingen. Van ROBA schreven 62 atleten in, gevolgd door AVZK 30 en ABES 21.

Voor het Antwerps jeugd criterium telden we 106 atleten bij de pupillen en miniemen.

*De meetings zijn vlot verlopen en liepen een halfuurtje uit.

*In de tent was het hard werken want er waren croques, hamburgers en ijsjes te verkrijgen.

*Agnes, Willy en Gilbert zorgden ervoor dat de helpers en de juryleden 's middags een lunchpakket kregen. Ze hadden er 75 voorzien en die waren op.

*Er werd veel met payconicq betaald.

*Bij de brouwer waren er geen koeltogen meer voorhanden. Ze waren allen verhuurd voor de braderij. We konden gelukkig terecht bij 't Stationneke voor twee koelers en een oude frigo. Hiermee hebben we ons goed kunnen behelpen. We danken Albert van 't Stationneke hiervoor.

*Het bestuur wenst iedereen te danken voor de hulp en de aanwezigheid.

Vorbereiding stratenloop van maandag 7 augustus 2023

*De medailles voor de jeugd en de G-atleten zijn toegekomen.

*Albert Van Craen heeft de wedstrijd aangevraagd, alsook het Rode-Kruis en de nadar. Hij zorgt ook voor flesjes water.

*In het verleden heeft hij ook voor de geschenkmanden gezorgd voor de eerste drie van de familie-joggings mannen en vrouwen.

*De affiches zijn klaar en al voor een groot stuk rondgedeeld.

*Vanuit de dienst sport en jeugd is een boekje verspreid. Monique heeft het rekeningnummer van de club doorgeven aan deze dienst.

*Het podium ter plaatse brengen.

*In de loop van de laatste week alles afhalen bij de dienst sport en jeugd.

*Er zal weer een brief klaargemaakt worden voor de mensen die aan de omloop wonen.

*Ook hier een werkschema klaarmaken.

Roger Van Rompaey en Maurice Ooms zullen via de mail gevraagd worden of zij kunnen komen helpen.

*Aan Wim wordt gevraagd om contact op te nemen met Linda van de koopjeshoek om shampoo te reserveren.

*Steven neemt contact op met de eigenaar van de boomkwekerij om toelating te vragen om door zijn domein te mogen lopen.

Vorbereiding ledenfeest van 28.10.2023

*Het zal een pasta-avond worden. Men zou kunnen kiezen uit vier soorten pasta à volonté.

Is hier bediening en afwas in voorzien ?

Achteraf zouden er desserts worden voorzien. Zoals vorig jaar : ijs, rijstpap, tiramisu en Michel zal ook weer voor een aantal taarten zorgen.

Steven vraag de gegevens op bij Nathalie en informeert ook naar de

afspraken die er zijn gemaakt.

*De vraagprijs wordt bepaald op € 25.00 vanaf cadetten; € 15.00 van kangoeroes tot miniemen; Kleuters eten gratis mee.

In de prijs is ook de inkomdrank en de frisdrank tijdens het eten inbegrepen. Bier en wijn is altijd te betalen.

Varia

*De volgende vergadering zal uitzonderlijk doorgaan op donderdag 9 augustus 2023 en vangt aan om 20u00 in het aankomstgebouw of buiten.

*Guido vraagt of er afstandsbakens voor discus, kogel en speer dienen besteld te worden. Hij gaat de gegevens doormailen.

*Normaal zou de piste tijdens de zomervakantie in de diepte gereinigd worden. Hier hebben we nog niets verder over vernomen.

*Kortelings gaan we moeten beslissen welke polsstokmat we gaan bestellen. Het advies van Liesbet zal gevraagd worden.

*Er wordt voorgesteld om een beurtrol op te stellen om in september en oktober de nieuwe atleten en ouders op te vangen en hen wegwijs te maken.

Ook de info-brochure heeft een update nodig.

*Het zou ook nuttig zijn om aan verjonging te denken binnen het bestuur. Er wordt gedacht om meer met werkgroepen te werken.

*De gemeente heeft een nieuwe soort subsidie in het leven geroepen nl. projectsubsidies. Steven en Samantha gaan bekijken wat hiervoor in aanmerking zou kunnen komen. Het moeten wel zaken zijn die haalbaar zijn voor de club.

*De voorzitter bedankt iedereen voor zijn aanwezigheid en zijn medewerking.

Lekens Hendrik,

Verslaggever

*Om deel te nemen aan een pistemeeting is het verplicht vooraf in te schrijven en te betalen via Atletiek.nu.

*Wij willen de trainers en atleten danken voor hun inzet gedurende het voorbije jaar.

*Hendrik Lekens nam het secretariaat waar, verwerkte alle meeting gegevens, maakte alles klaar voor de subsidies en klopte aan bij de sponsors. Dit jaar kreeg hij weer hulp van Steven Henderickx, die ook een aantal sponsors benaderde. Ook Guido Vervloet en Michel Van Dyck brachten sponsors aan.

*Voor de kemper konden we rekenen op Lien Henderickx en Steven Henderickx, die de taken van Marc De Belder hebben overgenomen. Hendrik Lekens zorgde voor artikels voor de Kemper.

*Lieve Van Winckel, Steven Henderickx, en nog enkelen zorgden voor de foto's in het clubblad en het jaarboek.

*Monique Naets beheerde ook als een goede huismoeder de clubkas. Haar leuze is : niet meer uitgeven dan dat er inkomsten zijn. Zij stelde ook de begroting op voor het volgende seizoen. Iedereen kan ook op haar beroep doen tijdens de trainingen.

*Een aantal bestuursleden kweten zich van de lastige taak om helpers aan te spreken voor de verschillende activiteiten.

*Peter Vervloet nam de taak op zich om het jaarboek te maken, om de website geregeld bij te werken, om de inschrijvingen te doen voor de kampioenschappen en om de lijst op te stellen voor de A-en B-atleten;

*Voor de G-atleten zorgden Agnes Heremans en René Busschodts dat alles tijdig werd aangevraagd en voor de begeleiding van de pistemeetings en joggings.

*Guido Vervloet, Ann Dermaux, Wim Verelst en Samantha Van Ermen zorgden voor de kledij. Er werd van dit jaar in zee gegaan met Running Store.

*Om al onze activiteiten te kunnen organiseren, dienen we regelmatig beroep te doen op jullie hulp, want zonder kan niet.

Nieuwe initiatieven zijn ook altijd welkom.

Het bestuur houdt er ook aan iedereen van harte te bedanken voor de deelname, de geleverde prestaties, de inzet en de hulp bij onze activiteiten. We hopen uiteraard dat wij in de toekomst nog een beroep mogen doen op jullie allemaal.

Lekens Hendrik,

secretaris AVZK

Overzicht activiteiten

Maandelijke trainersvergaderingen

Elke eerste dinsdag van de maand vergaderen de trainers. De ene maand vergaderen de trainers van de jeugd, de andere maand de trainers vanaf cadetten.

Het verslag van deze vergaderingen kunt u maandelijks lezen in het clubblad.

Maandelijke bestuursvergaderingen

*Elke tweede dinsdag van de maand vergadert het bestuur. Uitzonderlijk wordt de bestuursvergadering naar een andere dag verschoven. Dit wordt dan wel voorgesteld op de vorige vergadering. Het verslag van deze vergaderingen kunt u ook tweemaandelijks lezen in het clubblad.

*Elk bestuurslid ontvangt bij de uitnodiging van de bestuursvergadering ook het financieel overzicht van de voorbije maand.

*Iedere maand is een delegatie van de G-atleten aanwezig die hun punten naar voor kunnen brengen.

*Iedereen die dat wenst mag zijn zeg komen doen op de bestuursvergadering. Zijn of haar punten worden dan eerst behandeld.

*De vergaderingen gaan door in het cafetaria of in het aankomstgebouw.

Trainingen

*Bijna elke dag van de week huurt AVZK de atletiekpiste af voor de trainingen. Op dinsdag en donderdag worden ook het voetbalveld en de gras piste afgehuurd.

*De G-atleten trainen op woensdag en vrijdag.

*Met de dienst sport en jeugd is overeengekomen dat individuele atleten van de club op andere momenten mogen komen trainen op de atletiekpiste als ze niet bezet is door scholen of andere groepen.

*Hiervoor is er een kastje voorzien met een code waarin zich de sleutel bevindt om de deur van het oude cafetaria te openen. Hier bevindt zich de sleutel om de poort van de piste te openen.

*In de winterperiode wordt ook op dinsdag de sporthal in Booischot afgehuurd en op maandag de sporthal van Sint-Lambertus omdat de sporthal in Booischot alle avonden wordt bezet door volleybalclub Mendo. De groep van de werpers maakt hier gebruik van. De verhuringen lopen van november tot en met maart.

Evaluatie algemene ledenvergadering van dinsdag 11 oktober 2022

*Er waren 20 aanwezigen.

*De agenda werd afgewerkt en daarna kon iedereen zijn zeg doen.

*Het verslag van de vergadering is in het clubblad verschenen. Het is ook doorgemaild naar de VAL, samen met de rekeningen. Het is ook doorgestuurd naar het kantoor van Luc De Cock om het naar de rechtbank van koophandel te sturen.

*Het verslag diende te worden ondertekend door elk bestuurslid.

Evaluatie ledenfeest van 08 oktober 2022

*Dit ledenfeest ging door op zaterdag 8 oktober 2022 in zaal Centrum in Houtvenne.

*Er waren 126 personen ingeschreven zijnde 94 volwassenen en 32 kinderen.

*Voor het eerst werd er met foodtruck gewerkt.

*De fritjes en de bijhorende gerechten waren goed maar het grote probleem was de wachtrij. Gelukkig was het niet te koud en droog. We hebben dit geprobeerd maar we moeten toegeven dat het geen gelukte organisatie was.

*Ondertussen werden de atleten die aan voldoende wedstrijden hadden deelgenomen gehuldigd. De jeugd kreeg buiten een beker en een T-shirt ook nog een lichtje en een frisbee. De G-atleten kregen een trofee, een lichtje en een bloemetje. De atleten vanaf cadetten werden beloond met een sporttas en een lichtje. Na het eten was er tijd voor de dessertjes. Dan was het tijd voor onze plaatselijke DJ om zijn muziek af te vuren op de schare danslustigen.

Start to run sessie najaar

*De nieuwe start to run sessie is gestart voor atleten die op het einde 5 km zouden aankunnen. Er waren een tiental geïnteresseerden. Patrick en An zorgden voor de begeleiding.

Weekend vanaf cadetten van 14.10.2022 t.e.m 16.10.2022

*Dit weekend werd georganiseerd door Bart Heylen voor cadetten, scholieren en junioren. Ook seniors en masters waren van de partij

*De groep telde weer ongeveer 30 personen,

*Het weekend werd gehouden in Maasmechelen.

*Er werd met veel enthousiasme getraind .

*Het was een geslaagd weekend.

Weekend in de Hoge Rielen 21.10.2022 t.e.m 23.10.2022

*Dit weekend werd georganiseerd voor de jeugd en de G-atleten en werd georganiseerd door Peter Vervloet.

*Er was voldoende belangstelling van de jeugd en de G-atleten.

*Er werd getraind en ook het spel ontbrak niet.

*Het was ook een geslaagd weekend.

Bezoek van Sinterklaas aan AVZK

*Het bezoek ging door op donderdag 1 december 2022, tijdens de training.

*Er werden 150 zakjes voorzien. Deze werden in het cafetaria klaargemaakt door 7 Personen, waarvoor dank.

*De pieten deden mee aan de training, terwijl de Sint de piste overschouwde.

*Om de zakjes uit te delen, trok hij naar het cafetaria.

*Het was een geslaagd evenement.

Veldloop van zondag 11 december 2022

*Er schreven 649 atleten in waaronder 134 van AVZK. Door ziekte en andere toestanden zijn er een klein aantal niet opgedaagd.

*Dank aan iedereen die zorgden voor het werkschema, de bestellingen en/of ophalen van het bestelde en al diegenen die hun steentje hebben bijgedragen tot het welslagen van dit even

*Zaterdagmorgen zorgden een flinke groep dat de omloop in orde kwam, de tenten gezet en ook het cafetaria boven werd in orde gebracht.

*Zaterdag dienden we ook naar Aartselaar te rijden om de wafels op te halen.

*Zondagmorgen rond 8 uur werd begonnen met alles in orde te brengen en kon men in de tent en in het cafetaria aan de slag gaan.

*De geluidsinstallatie werd geleverd door Paul. Hij was tevens de speaker van dienst geholpen door assistenten waarover hij heel tevreden was.

*Goed op tijd trokken de mensen die de inkom zouden bemannen, naar hun post ondanks de gure koude.

*Ook de mensen die aan de aankomst stonden en aan het podium zorgden er ook voor dat alles vlekkeloos verliep.

*Ondertussen werden de uitslagen in het aankomstgebouw vlot verwerkt.

*De prijsuitreiking beneden en boven verliepen vlot.

*De Kloosterveldstraat werd die dag een éénrichtingsrijbaan. De bewoners werden hier op voorhand van verwittigd. De verkeersdienst zorgde voor de nodige borden.

*De juryleden werden in de voormiddag ontvangen in het cafetaria. Ze kregen soep en broodjes. Wegens plaatsgebrek werden er geen broodjes en koffiekoeken voorzien voor de juryleden achteraf.

*Het opruimen ging ook vlot, spijtig van die sneeuwbus die alles nat maakte.

*Voor de helpers werden er na afloop koffiekoeken voorzien.

*De veldloop in 2023 gaat normaal door op zondag 10 december 2023.

*Het bestuur wenst nogmaals iedereen hartelijk te bedanken voor de hulp, de deelname en de aanwezigheid.

Kampioenviering Heist-op-den-Berg 2022 : 01.03.2023

*De kampioenviering kon weer doorgaan in het cultureel centrum Zwanenberg.

*Iedereen werd getrakteerd op een glaasje cava of fruitsap.

*dit jaar werd een andere procedure gevolgd die later werd geëvalueerd door de sportraad..

*Na de viering kon men nog wat blijven drinken en kon er geproefd worden van de lekkere hapjes die de leerlingen van instituut Maria Goovaerts hadden klaargemaakt.

Volgende atleten kwamen in aanmerking :

Wim Verelst
 Kris Hoefkens
 Dirk Van Aelst
 Elisabeth Dévière
 Ilse De Veuster
 Ilse De Coninck
 Lieve Van Winkel
 Lotte Van Lent
 Sarie Milloen
 Tegge Verschaeren
 Brent Wayaert
 Jitsier De Voeght
 Sander Henderickx
 Kato Luyten
 Nadine Peeters
 Wesley Beullens
 Enrique Habets
 Juan Van Pelt
 Paul Van Den Acker
 Jan De Raet
 Jurgen Van Lent
 Giel Vanderghinste

Verder werden ook drie ploegen ingeschreven : Juniors mannen 4 x 400 m; Heilig Hart college met 3 atleten van AVZK 4 x 100 m en een pupillen jongens ploeg voor de 4 x 200 m

nieuwjaarsreceptie 11.01.2023

*Er waren een 40-tal aanwezigen.

*Het was een heel verzorgde receptie.

*De aanwezigen konden kiezen bij het binnenkomen tussen een balpen of een lichtje.

*Agnes, Willy en Guido hadden goed hun best gedaan om lekkere broodjes, warme hapjes en croques klaar te maken.

*Zij worden alle drie bedankt voor hun werk.

Derde Highjumps gala Elmos 11.02.2023

*Jens Laporte organiseerde voor de derde maal een internationaal hoogspringgala. Dit ging door in de sporthal De Lichten in Booischoot.

*Er schreven heel wat atleten in met daarbij het kruim van de Belgische hoogspringwereld. Het was een vlotte meeting. Voor 2024 is er ook reeds een datum vooropgesteld voor het vierde Internationaal highjumps gala Elmos nl 10.02.2024.

Crosstroofe provincie Antwerpen 2023-2024

Volgende atleten van AVZK kwamen hiervoor in aanmerking :

Emma Van der Sanden : miniemen meisjes 2011
 Sarah Huybrechts : miniemen meisjes 2010
 Matz Goossens : pupillen jongens 2013
 Alexander Roelandt : pupillen jongens 2013
 Lucas Thielemans : pupillen jongens 2013
 Vic Claes : miniemen jongens 2011
 Lukas Dirx : miniemen jongens 2010

Veldlopen 2022-2023

Tijdens het veldloopseizoen 2022 – 2023 werden er een aantal overwinningen en podiumplaatsen behaald door atleten van AVZK.

Zo konden we 4 overwinningen optekenen : Jurgens Huybrechts (2) en Godwin Sleeckx en Jonas Bellekens (elk 1)

Een zilveren medaille (4) was er voor : Jonas Bellekens (2), Jurgen Huybrechts en Sem van de Put.

Een bronzen medaille (8) was er voor Jurgen Huybrechts (3), Senne Van de Schoor (1), Anna Huybrechts (3) en Jonas Bellekens (1)

Trainingsdag 01.04.2023

Voor deze jaarlijkse trainingsdag schreven zich 42 atleetjes in. Zij konden zich met elkaar meten en al eens testen hoever ze stonden. De dag is vlot verlopen alleen de weergoden lieten het afweten.

Special Olympics 18/19/20.05.2023

Deze spelen gingen door in Mechelen. Van AVZK namen 8 atleten deel olv Agnes en René.

Zij brachten 11 gouden, 4 zilveren en 2 bronzen medailles mee naar huis. Dank ook aan de ouders die mee hielpen bij de begeleiding

Bekers Van Vlaanderen (BVV)

*Alle categoriën mannen en vrouwen : AVZK 3^{de} plaats
 *pupillen en miniemen meisjes en jongens: AVZK 5^{de} plaats
 *cadetten en scholieren meisjes en jongens :AVZK 4^{de} plaats
 *masters mannen en vrouwen : AVZK 8^{ste} plaats

Start to run sessie voorjaar

*er werd opnieuw een sessie voor start to run opgestart in samenwerking met de gemeente. Staf Nevelsteen en Guido Vervloet namen de nieuwkomers onder hun hoede. Ann Dermaux en Wim Verelst ontfermden zich over de joggers van 5 naar 10 km.

Pistemeeting van 02.06.2023

*Er waren 216 inschrijvingen dat zijn er een 45 meer dan vorig jaar. Van AVZK waren er 59 inschrijvingen, van ROBA 46 en van AVLL 24.

*Er waren liefst 83 cadetten ingeschreven, verder 39 scholieren, 18 juniors, 27 seniors en 36 masters.

*Bij de G-atleten waren er 13 inschrijvingen.

*Het uurschema liep een half uur uit.

*Sommige proeven volgend jaar splitsen zoals het verspringen en discuswerpen bij de vrouwen.

*Bij de loopnummers liep het uit omdat er meerdere reeksen waren van bepaalde categorieën.

*Bij het verspringen voor dames staan de 5^{de} en 6^{de} poging niet in de uitslag. We vrezen dat dit niet meer in orde zal komen. De uitlagen werden op de tablet ingevuld maar op het einde werkte de tablet niet meer naar behoren en werd een andere meegenomen. De resultaten van de mannen werden op papier ingevuld en die zijn wel in orde.

*Er was behoorlijk wat publieke belangstelling.

*De mensen in de tent hadden goed hun werk. In het cafetaria boven was het rustig tot na de wedstrijd.

*Het bestuur wenst iedereen te danken voor zijn deelname, hulp en aanwezigheid.

*GSM functioneert blijkbaar beter dan de tablets. Aan de rechterkant van het aankomstgebouw hangt een antenne. Misschien aan de andere kant van het gebouw ook een antenne plaatsen. Bij andere clubs werkt de wifi blijkbaar wel goed. Michel gaat contact opnemen met de schepen van sport hierover.

Ontbijtactie 2023

*De ontbijtactie ging door op zondag 11 juni 2023.

*Er werden 207 standaardontbijten; 30 luxe-ontbijten (voor 2 personen) en 94 kidsontbijten besteld. Er wordt voorgesteld om nog meer reclame te voeren via verschillende kanalen.

*De aankopen en afhalingen gebeurden door verschillende personen.

*Zaterdagavond werd alles klaar gemaakt wat er al in de zakken kon. Zondagmorgen om 6 uur was de bakker present en konden de andere producten bijgevoegd worden. Tegen 8 uur konden de leveringen aan huis beginnen en kon men ook met de afhalingen starten.

*Alles is vlot verlopen al bleek er op het einde dat de levering van de ham niet juist was. Een telefoontje naar de bakkerij Christine loste dit probleem op.

*Volgend jaar een pistolet of een malse sandwich ipv chocolade broodje voorzien. Croissant wel behouden.

*Het bestuur wenst iedereen te danken voor hun inzet en ook dank aan diegenen die een bestelling geplaatst hebben.

Pistemeeting van zaterdag 24 juni 2023

*Het was een jeugdmeeting van kangoeroes, benjamins, pupillen en miniemen.

*Het was de tweede van de vijf jeugdmeetings die tellen voor het Antwerps Jeugd criterium.

*Zoals vorig jaar uitgetest werd er dit jaar ook gezamenlijk gestart.

*De meetings kenden een vlot verloop. Hier en daar zijn er nog zaken die voor verbetering vatbaar zijn. Zo best een groot blad met groep aan de muur van de sporthal hangen. Niet te vlug de namen beginnen af te roepen en wachten na elke groep. Bij het hoogspringen voor pupillen en miniemen op de twee matten beginnen. Er werd overeengekomen dat elke atleet bij bv ver, kogel en discus drie pogingen kregen.

*Bij het hoog van de benjamins dient men een aanvangshoogte in te vullen want zij mogen maar 4 pogingen doen.

*Opnieuw werden er bij het verspringen foutieve gegevens ontdekt. Hoe dit komt is nog niet achterhaald.

*Er waren weer problemen met de WIFI. Deze is niet sterk genoeg. We gaan dat terug aankaarten bij de schepen van Sport. Het best kan men momenteel met 4G werken.

*De tablets die de provincie had aangekocht om verder door te verhuren aan de clubs voldoen eigenlijk niet aan de huidige nodige vereisten wat natuurlijk wel spijtig is vermits ze nog maar 2 jaar in gebruik zijn.

*Er waren bij de kangoeroes en benjamins 119 inschrijvingen. Bij de benjamins hebben we een stop moeten invoeren want die hadden hun maximum van 75 bereikt. Bij de kangoeroes waren er 44 inschrijvingen. Van AVZK waren er 33 atleetjes ingeschreven, van ROBA 20 en van OLSE 14. Voor het Antwerps jeugd criterium waren 71 atleetjes ingeschreven.

*Bij de pupillen en miniemen telden we 223 inschrijvingen. Van ROBA schreven 62 atleten in, gevolgd door AVZK 30 en ABES 21. Voor het Antwerps jeugd criterium telden we 106 atleten bij de pupillen en miniemen.

*De meetings zijn vlot verlopen en liepen een halfuurtje uit.

*In de tent was het hard werken want er waren croques, hamburgers en ijsjes te verkrijgen.

*Agnes, Willy en Gilbert zorgden ervoor dat de helpers en de juryleden 's middags een lunchpakket kregen. Ze hadden er 75 voorzien en die waren op.

*Er werd veel met payconniq betaald.

*Bij de brouwer waren er geen koeltogen meer voorhanden. Ze waren allen verhuurd voor de braderij. We konden gelukkig terecht bij 't Stationneke voor twee koelers en een oude frigo. Hiermee hebben we ons goed kunnen behelpen. We danken Albert van 't Stationneke hiervoor.

*Het bestuur wenst iedereen te danken voor de hulp en de aanwezigheid.

BEGROTING 2023/2024	
inkomsten	
allerlei	3000,00
gemeente	6500,00
kledij + materiaal	6000,00
lidgeld	30000,00
organisatie	31500,00
sponsoring	4000,00
totaal:	81000,00
uitgaven	
allerlei	5600,00
clubblad	1300,00
gemeente+subsidie	10500,00
kledij + materiaal	11000,00
kopieerm. + zegels	500,00
lidgeld	100,00
organisatie	18500,00
prijzen + A-B atleten	6000,00
trainersvergoeding	19500,00
VAL	8000,00
totaal:	81000,00

FINANCIEEL JAAROVER- ZICHT 2022- 2023	
inkomsten	€
allerlei	2615,78
gemeente+subsidie	8210,87
kledij + materiaal	7369,50
lidgeld	29596,00
organisatie	34319,57
sponsoring	6350,00
trainersverg.	720,00
totaal:	89181,72
uitgaven	
allerlei	5694,38
clubblad	1243,56
gemeente	10044,04
kledij + materiaal	17154,31
kopieer + zegels	497,02
lidgeld	178,00
organisatie	18835,43
prijzen + A-B atleten	6363,80
trainersvergoeding	17846,20
VAL	6503,79
totaal:	84360,53

Op zoek
naar een sport
met veel
variatie?

Dan is
ATLETIEK
zéker iets voor
jou!



AVZK

ATLETIEK VERENIGING ZUIDERKEMPEN

WIE

Iedereen vanaf geboortjaar 2018
met G-werking vanaf 8 jaar

WAT

Trainen op disciplines zoals sprint - verspringen - hordelopen - discuswerpen
- kogelstoten - speerwerpen - polsstokspringen - ...

WAAR

Sportcomplex "De Lichten"
Kloosterveldstraat 7, 2221 Booischoot

WANNEER

Di & Do van 18:30u - 19:30u
G-werking Woe & Vrij van 19:00u - 20:00u
Kom gerust een paar keer gratis proberen!



fotografie: Walter Verheyden

Meer info op www.avzk.be



AMO SPORT

MAKES YOU MOVE

Spelaanstraat 1B,
9620 Zottegem

info@amosport.be
09 328 34 18

WE'RE MORE
THAN A ...
RUNNING STORE

LOOPSCHOENEN - WANDELSCHOENEN - STEUNZOLEN

LAAT JE ADVISEREN DOOR ONS
GEPASSIONEERD TEAM EN ONTVANG:

GRATIS*

LOOPANALYSE
ADVIES
SERVICE

*U KAN OOK EEN FOOTSCAN LATEN UITVOEREN ZONDER
AANKOOP VAN SCHOENEN OF STEUNZOLEN
EEN ANALYSE ZONDER AANKOOP KOST 25 EURO

R Running
Store

EEN **SPORTSPECIAALZAAK** WAAR U TERECHT
KAN VOOR LOOPSCHOENEN & WANDELSCHOENEN OP MAAT,
ORTHOPEDISCHE STEUNZOLEN UIT EIGEN ATELIER.

BEZOEK ONZE **RUNNING STORES**:

KAPELSTRAAT 41 - 2570 DUFFEL
E: INFO@RUNNINGSTOREDUFFEL.BE
T: 015 32 35 38

DRAABSTRAAT 205 - 2550 KONTICH
E: INFO@RUNNINGSTOREKONTICH.BE
T: 03 457 67 03

GEELSEWEG 3 - 2200 HERENTALS
E: INFO@RUNNINGSTOREHERENTALS.BE
T: 014 70 00 47

  [@RUNNINGSTORE.BE](https://www.instagram.com/runningstore.be)

OPENINGSUREN:

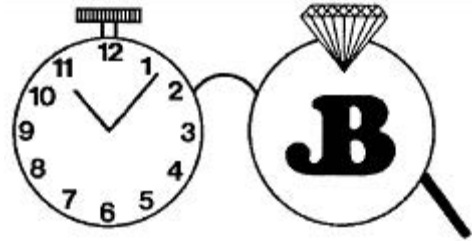
MA. 15U00 - 18U00
DI. 09U30 - 18U00
WOE. 09U30 - 18U00
DO. 09U30 - 18U00
VR. 09U30 - 18U00
ZA. 09U30 - 18U00

ZO- EN FEESTDAGEN
GESLOTEN

WWW.RUNNINGSTORE.BE



Elektro Van Dessel
elektrische apparaten -
zonnebanken
kachelbijverwarming -
inbouwtoestellen



OPTIEK - UURWERKEN - JUWELEN

Johny Boexstaens

Bergstraat 4-6



DE ROOVER & Zn bvba
Waar een klant nog klant is
Schrieksesteenweg 160
2221 Booischot
015/23 31 10



**WIJNEN VAN
GENECHTEN**

P. MELLAERTSSTRAAT 10
2220 HEIST OP DEN BERG
0497 48 75 00

KWALITEITSWIJNEN

BIJZONDER GAMMA VERSCHILLENDE LANDEN o.a.
Z. AFRIKA - CHILI - ARGENTINIE - FRANKRIJK
SPANJE - ITALIE - BELGIE ...
WIJKASTEEL GENOELSELDEN en/of ALDENEYCK
SCHORPION



BVBA IMAVO
Kleine Steenweg 5
2221 Booischot
Tel.: 015/22 24 36
Open alle dagen van 9u-12u



BVBA Clem Vercammen
Bergstraat 151
B-2220 Heist op den Berg



**VERZEKERINGEN
SPAREN - BELEGGEN**
IVO JANSSENS - DIRK
HOEFKENS
Dorpsstraat 56 - 2221



**HEREMANS MANSHOVEN
ARCHITECTEN**
Grote Braamstraat 47E
2220 Heist-op-den-Berg
Tel.: 015/24 82 30

VH AVIATION CONSULTANCY BV
Broekmansstraat 36
2221 Booischot
Tel.: 015/22 23 52 - Fax: 015/22 34 28
info@booischotse-metalen.be



Leden van
**AVZK krijgen
10% korting
bij een
aankoop.**

criterium AVZK 2022 - 2023

Het criterium valt nu samen met het atletiekseizoen

voor de kangoeroes en benjamins: zij moeten 8 punten bijeenprokkelen om het criterium te behalen

de masters 10 punten

vanaf pupillen tot seniors 12 punten

2 punten zijn te behalen op:

veldloop AVZK en alle pistemeetings van AVZK

De bekercups van Vlaanderen (ook voor de reserves als ze aanwezig zijn).

alle andere veldlopen, kampioenschappen, pistemeetings indoor en outdoor leveren 1 punt op

Ook stratenloop van Booischoot-statie is goed voor 1 punt

Voorlopige tussenstand criterium AVZK 2022-2023

Deze tussenstand is bijgewerkt tot zondag 18 augustus 2023

V = Veldloop, I = Indoor, O = Outdoor, BS = Booischoot—Statie, T = Totaal

Kangoeroes meisjes 2017	V	I	O	BS	T
Laporte Aline	6		2	1	9
Goris Mona			2		2
Van de Put Lilou			2		2
Kangoeroes meisjes 2016	V	I	O	BS	T
Van Beersel Ameline	5		3		8
Gysemans Anna	2		2		4
Bellekens Lili	7		2		9
Van Horenbeeck Nore	2		4	1	7
Gorris Emma		4	2		6
Nevelsteen Mona		2	3		5
Boeckstaens Charlotte				1	1
Eggers Lize-Marie			3		3
Benjamins meisjes 2015	V	I	O	BS	T
Fabry Marie	2				2
Yskout Léonore		6	2	1	9
Gysemans Louise		7	2	1	10
De Win Ona	3				3
Verschueren Ama Ri Lis	3				3
Benjamins meisjes 2014	V	I	O	BS	T
Goris Sofie		2	2		4
Goris Arwen	5				5
Van Hoof Minne		6	2	1	9
Loubani Lina					
Dhondt Paige	2				2
Vets Olivia	2				2
Janssens Kesia	2			1	3
Bussche Esther					
Knapen Julie		8	1		9
T'Syen Nore	2				2
Pupillen meisjes 2013	V	I	O	BS	T
Straetmans Maya			4		4
Laenen Lize	5	2	7		14
Bockx Tess					
Thijssen Jade		5	7		12
Vandille Anna	4	3	6	1	14
Jacobs Jozefien		5	2		7
Joossen Mera	4				4
Van den Wijngaert Maïte		6	4		10
Sweeck Janne					

Rombouts Isolde					
Eggers Ella-Louise			6		6
Pupillen meisjes 2012	V	I	O	BS	T
Van Beersel Elise	5		6		11
Bruyndonckx Noa	2				2
Van Goolen Maud			2		2
Goris Nette			1		1
Miniemen meisjes 2011	V	I	O	BS	T
Claes Onah	4	6	7		17
Van der Sanden Emma	11	1	10		22
Verbeke Pauline			5		5
Miniemen meisjes 2010	V	I	O	BS	T
Huybrechts Sara	5		3	1	9
Laeveren Pauline	2				2
Aerts Geïke	2	1	5	1	9
Schellekens Thalia			3		3
Heremans Linde	10	1	6		17
Vermaelen Lore	2		2		4
Ziraoui Imene					
Cadetten meisjes 2009	V	I	O	BS	T
Maertens Norah			4		4
Swyngedaauw Kira					
Van Dijck Nohre			2		2
Janssens Febe	2			1	3
Knapen Amber	10		6		16
Cadetten meisjes 2008	V	I	O	BS	T
Luyts Kato			6		6
Van Dessel Marie	2	3	5		10
De Valck Anke			4	1	5
Henderickx Lien	2	3	7	1	13
Janssens Shifra				1	1
Scholieren meisjes 2007	V	I	O	BS	T
Huybrechts Anna	10		6	1	17
Scholieren meisjes 2006	V	I	O	BS	T
-					
Juniors dames 2005	V	I	O	BS	T
Fleerackers Britt		4	6		10
Van Dyck Flore	2		3	1	6
Creemers Esra			2		2
Milloen Sarie					

Juniors dames 2004	V	I	O	BS	T	Nijs Oliver	4	2	6		
-						Meulders Ferre	2	3	1 6		
Seniors dames	V	I	O	BS	T	De Wever Pol	2		2		
Van Lent Lotte			6		6	Bruynseels Floran	2		2		
Van Oosterwyck Lotte			4		4	Pupillen jongens 2013	V	I	O	BS	T
Bassleer Katinka	1				1	Goossens Matz	11	6	1	18	
Vermeulen Lauren	3		2	1	6	Verbeeck Jens	3	5	8		
Van Den Broeck Sarah	2		2	1	5	Verreth Alexander	6	6	1	13	
Van Aelst Linde						Aerts Wolf	2	4	1	7	
Oost Morgan			2		2	Thielemans Lucas	7	6	1	14	
Laporte Morgan		4	12		16	Van Tricht Bern	6	7	1	14	
Gyselinckx Elke			5		5	Roelandt Alexander	11	2	13		
Masters dames	V	I	O	BS	T	Labro Sander	7		7		
De Coninck Ilse	4	2	11		17	Yskout Alexander			1	3	
Mondelaers Katrien		3	2	1	6	Moris Jesse	2		1	3	
Van De Water Geert			2	1	3	Pupillen jongens 2012	V	I	O	BS	T
Van Winckel Lieve		2	14		16	Coremans Bram		2	2		
Peeters Nadine	2		3	1	6	Daelemans Niels	2	2	1	5	
Smets Kim						Everdepoel Menno		2	9	11	
De Veuster Ilse		1	4		5	Loubani Khaled					
Van Roie Liesbet			2		2	Weckhuysen Mil		2	2		
Dévière Elisabeth		1	2		3	Miniemen jongens 2011	V	I	O	BS	T
Teniers Iris				1	1	Van Genechten Kor	5		5		
Thomas Eef				1	1	Van Genechten Vic	3		3		
Van Peer Ingrid	1				1	Laporte Finn	10	1	6	1	18
Verschuere Anne				1	1	Goris Cis	2		3	5	
Verhaegen Sandra				1	1	Goris Finn	4	4	1	9	
Vekemans Ellen				1	1	Aerts Ram	2		2	1	5
Kangoeroes jongens 2017	V	I	O	BS	T	Claes Vic	9	6	8	23	
Van Hoof Fenne	6		2	1	9	Everdepoel Alec	2	12	12	26	
Nijs Esper			2		2	Pauwels Kamiel					
Gysemans Leon			2	1	3	Knapen Dries	10	1	11		
Janssens Isaï				1	1	Miniemen jongens 2010	V	I	O	BS	T
Janssens Joshua				1	1	Vanderghinste Giel	5	5	4	14	
Kangoeroes jongens 2016	V	I	O	BS	T	Van Winckel Lander	2		2		
Geukens Vince	2			1	3	Dirkx Lukas	10	8	10	1	29
Thijssen Ibe	4		2	1	7	Henderickx Dries	2	1	5	1	9
Geeraerts Senne	3		3		6	D'Helft Noah	2	5	10	1	18
Vervloet Midas	5		4	1	10	Cobbaut Xander			6	1	7
Goris Mats	3		2	1	6	Gullentops Aalex			4	4	
Van den Bergh Leo	2			1	3	Buts henok			4	4	
Nijs Elliot	5		2		7	Joseph Bent			2	2	
Meylemans Cyriel	5				5	Heiremans Tijl					
Janssens Isaï	2				2	Cadetten jongens 2009	V	I	O	BS	T
Benjamins jongens 2015	V	I	O	BS	T	Hantschel Roland	2		2	4	
De Preter Jesse	6		3		9	Dirkx Desmo	9	9	17	1	36
De Preter Warre	7		3		10	Verbeke Pierre	3		3		
Vaes Alexander	7		3		10	De Heel Michiel	3	3	6		
Van de put Sem	8		2		10	Cadetten jongens 2008	V	I	O	BS	T
Bellekens Mil	7		4		11	Goris Wies		1	4	5	
Beyens Sander						Verschaeren Tegge		3	9	12	
Benjamins jongens 2014	V	I	O	BS	T	Waeyaert Brent		3	6	9	
Coremans Kobe			4		6	Aertgeerts Siebe			2	1	3
Van Oost Lukas	2				6	Firlefijn Jakke			1	1	
Claessen Tomas	8		1		9	Van Calster Toon			4	4	
D'helft Finn	2		6	1	9	Scholieren jongens 2007	V	I	O	BS	T
Van Horenbeeck Kobe	2		4	1	7	Swyngedaauw Glenn		1	12	13	
De Langh Bence						Sleeckx Godwin	10	1	12	1	24
Docx Kobe						Laurens Kevin	4		4		
Hermans Mauro	2				2	De Valck Lars		1	4	5	
Vandekerckhove Willem	2				2	Pauwels Kobe			2	2	
Anthonis De Pré Aaron						Rits Jonas	6	4	1	11	
						Verlinden Timo	3	2	5		

Valenne Brent			6	1	7
Scholieren jongens 2006	V	I	O	BS	T
Heremans Mil					
De Voeght Jitser		2	8		10
Juniors mannen 2005	V	I	O	BS	T
Verbeeck Jesse			5	1	6
Henderickx Sander		1	10	1	12
Juniors mannen 2004	V	I	O	BS	T
Huybrechts Edward	3				3
Helsen Robin	3				3
Naets Ilan			2		2
Van Aelst Kobe	4		3	1	8
Seniors mannen	V	I	O	BS	T
De Preter Niels	2				2
Verschoren Senne	6	1	3	1	11
Van Lent Seppe			4		4
Van Den Schoor Senne	3	1	10		14
Mannaert Jasper	8		2	1	11
Vanpelt Juan	2		3	1	6
D'Hooghe Zico			3		3
Naets Obry	5	2	4	1	12
Naets Yari			2		2
Blockx Tristan					
Van Aelst Milo					
Matthys Tom				1	1
Habets Enrique	9		3	1	13
Zehmour-Habets Victor	8				8
Coremans Tibo	2	1	4		7
Derdin Simon	4		4	1	9
Blockx Tristan	2				2
Lambrechts Maarten		1	7		8

Masters mannen	V	I	O	BS	T
Laporte Sten			2	1	3
De Raet Jan	4	3	7		14
Huybrechts Jurgen	11		5	1	17
Van Den Acker Paul	13	1	1	1	16
Lemmens Steve	3			1	4
Verschaeren Geert	5		2		7
Vervloet Peter					
Sleeckx Gijsbrecht	8		10	1	19
Goovaerts Joseph				1	1
Van Lent Jurgen			2		2
Buellens Wesley	2		3	1	6
De Valck Nathan					
Van Dyck Michel	11		2	1	14
Van Den Schoor Bart	8				8
Bellekens Jonas	8			1	9
Nevelsteen Staf	11	1	3	1	16
Verbeke Tobias					
Valckx Stefan	8	1	3	1	13
Helsen Wim	2			1	3
Maertens Vincent	2				2
Naets Ivo	10		4	1	15
Verelst Wim			6	1	7
Nevelsteen Kristof	1				1
Smets René	4		5	1	10
Van Aelst Dirk	8		2		10
Knapen Dennis	9		4	1	14
Habets Mario	10				10
Henderickx Steven				1	1

Heist joggingcriterium 2023

Deze naam vervangt het criterium 'Rondom netedal' van de vorige jaren. Je kunt hieronder de data al lezen van de verschillende joggings in Groot Heist die deelnemen aan dit criterium. Elders in dit clubblad vind je meer gegevens ivm dit joggingcriterium. Om in aanmerking te komen voor de extra prijs, dien je aan 5 joggings deel te nemen.

Averegtenjogging	19/05/2023
Spar Schriek Uyleloop	27/05/2023
Groentejogging	17/06/2023
Hoevejogging	07/07/2023
10 km van Wiekevorst	29/07/2023

Info andere stratenlopen van het Heist joggingcriterium 2023

Alle info : www.heist-op-den-berg@heists.joggingcriterium Wie deelneemt aan 5 joggings uit dit criterium ontvangt een mooie criteriumprijs.

De hei loopt (09.09.2023)

Plaats : Dophei 1 A 2221 Pijpelheide-Booischoot

Organisatie : Gidsen Pijpelheide

Afstanden : 4.4 km – 8.8 km

Jeugdreeksen : 200 m (1^{ste} – 2^{de} en 3^{de} leerjaar)
400 m (4^{de} - 5^{de} – 6^{de} leerjaar)

Inschrijven :

Voor iedere jogging kan je inschrijven via : www.heist-op-den-berg.be / heists-joggingcriterium of ter plaatse.

Groepsinschrijvingen kunnen door het invullen van het excel-document dat terug te vinden is op de website.

Deelnameprijs

Categorie	Voorinschrijving	Inschrijving ter plaatse
Joggings	€ 5.00	€ 6.00
Kinderlopen en G-lopen	€ 2.00	€ 2.00

Criteriumprijs

Deelnemen is belangrijker dan winnen en dat geldt ook voor dit joggingcriterium. Maar de echte die-hard joggers die worden beloond met een mooie criteriumprijs : een Heistse geschenkcheque ter waarde van € 10.00, te gebruiken in alle handelszaken van Heist-op-den-Berg.

Algemene informatie

*Er wordt niet meer gewerkt met een stempelkaart, maar met een digitaal systeem voor het behalen van de criteriumprijs.

*De criteriumprijs kan afgehaald worden in De Sporthal tijdens de openingsuren van 11 september 2023 tot 30 oktober 2023.

*De criteriumprijs is enkel voorzien voor volwassen lopers vermits niet elke jogging een jeugdreeks heeft.

*Er worden bij elke jogging prijzen voorzien voor de 3 podiumplaatsen per reeks.

*Iedere deelnemer krijgt een prijs of gadget van de organisatie.

*Voorinschrijven kan via www.heist-op-den-berg.be/heist-joggingcriterium.

*uitslagen kan je na de jogging terugvinden op de website.

Meetings van het Antwerps jeugd criterium 2023

Maandag 1 mei 2023	AC Duffel	Duffel
Zaterdag 24 juni 2023	AVZK	Booischoot
Zondag 3 september 2023	OLSE	Merksem
Zaterdag 9 september 2023	ABES	Edegem
Zaterdag 30 september 2023	AVLL	Lier

Wij vragen aan de ouders van de kangoeroes, benjamins, pupillen en miniemen om zo veel mogelijk in te schrijven voor deze meetings omdat AVZK in dit criterium participeert en er ook een jaarlijkse bijdrage aan betaald wordt voor het aankopen van naturaprijzen. Je kunt de wedstrijden vinden op atletiek.nu. Je bent verplicht om op voorhand in te schrijven via atletiek.nu. Je moet ook verplicht betalen op atletiek.nu.

Noteer dus alvast deze data aub.

Zondag 03.09.2023 Olse Merksem

De Rode Loopstraat 2 2170 Merksem
Inschrijven tot 01.09.2023

Aanvang voor benjamins en kangoeroes 12u30
Kangoeroes meisjes en jongens : meerkamp 30 m – 500 m – stoten – ver
Benjamins meisjes en jongens : meerkamp 40 m – 600 m – vortex – hoog

Voor pupillen en miniemen is het beginuur 13u30.
Pupillen jongens : 60 m – 60 m horden – 4 x 60 m – kogelstoten – speerwerpen – hoog
Miniemen jongens : 150 m – 80 m horden – 4 x 80 – kogelstoten – speerwerpen – hoog
Pupillen meisjes : 60 m – 6.0 m horden – 4 x 60 m -vortex – verspringen
Miniemen meisjes : 150 m – 60 m horden – 4 x 80 m – kogelstoten - speerwerpen- ver

Zaterdag 09.09.2023 ABES Edegem

Jan Verbertlei 2650 Edegem
Inschrijven tot 08.09.2023

Aanvang voor kangoeroes en benjamins 10u00 tot 12u00
Kangoeroes meisjes en jongens : meerkamp 40 m hindernissen – team estafette – stoten – ver
Benjamins meisjes en jongens : meerkamp 30 m – team estafette - vortex – hoog

Voor pupillen en miniemen is het aanvangsuur 13u30.
Pupillen jongens : 60 m – 1000 m – 60 m horden – kogelstoten – hoogspringen
Miniemen jongens : 80 m – 1000 m – 80 m horden – discuswerpen – kogelstoten – hoogspringen
Miniemen meisjes : 80 m – 1000 m- 60 m horden – discuswerpen – hoogspringen - verspringen

Zaterdag 30 september 2023 finale en uitreiking extra naturaprijs AVLL (Lier)

Aarschotsesteenweg 3 2500 Lier
Nog geen einddatum vermeld voor inschrijvingen.

Aanvang voor kangoeroes en benjamins 11u00
Kangoeroes meisjes en jongens : meerkamp 30 m – 500 m – stoten - ver
Benjamins meisjes en jongens : meerkamp 40 m – 600 m – vortex – hoog

Voor pupillen en miniemen is het aanvangsuur 14u00.
Pupillen jongens : 60 m – 1000 m -60 m horden – 4 x 60 m – discuswerpen – verspringen
Miniemen jongens : 80 m- 300 m – 80 m horden – 4 x 80 m – discuswerpen – hoogspringen – verspringen
Pupillen meisjes : 60 m – 1000 m – 60 m horden - 4 x 60 m – discuswerpen – verspringen
Miniemen meisjes : 80 m – 1000 m – 60 m horden – 4 x 80 m – discuswerpen – hoogspringen - verspringen

***Belgische, Vlaamse en provinciale kampioenschappen op de piste, Kampioenschappen marathon, halve marathon, veldlopen, beker van Vlaanderen, Belgische records enz.**

Provinciaal kampioenschap estafetten 27.08.2022

- *gouden medaille 4 x 400 m juniors mannen (Lambrechts Maarten, Van Aelst Kobe, Huybrechts Edward en Sanders Millan).
- *zilveren medaille 4 x 80 m miniemen jongens (Hantschel Ronald, Dirck Desmo, D'Helft Noah en Vanderghinste Giel)

Kampioenschap van Vlaanderen masters Brugge 17.09.2022

- *gouden medaille : Elisabeth Dévière op de 100 m en de 200 m masters W40
- *gouden medaille : Ilse De Coninck op de 1500 m masters dames W50.
- *gouden medaille : Humberto Jacobs bij het hoogspringen en hinkstapspringen masters mannen M65.
- *zilveren medaille : Lieve Van Winckel bij het discuswerpen masters dames W40.
- *bronzen medaille : Jan De Raet op de 800 m en de 1500 m masters mannen M55.

Belgisch kampioenschap beloften 18.09.2022

- *bronzen medaille : Lotte Van Lent op de 100 m

Nationaal criterium Nijvel (officieus Belgisch kampioenschap) 24.09.2022

- *gouden medaille : Alec Everdepoel bij het hoogspringen en verspringen bij de pupillen jongens.
- *bronzen medaille : Giel Vanderghinste op de 300 m bij de miniemen jongens

Provinciaal kampioenschap indoor polsstokspringen Mol 17.12.2022

- *bronzen medaille : Onah Claes bij polsstokhoogspringen miniemen meisjes

Provinciaal kampioenschap indoor pupillen en miniemen Hoboken 18.12.2022

- *zilveren medaille : Alec Everdepoel hoogspringen miniemen jongens
- *bronzen medaille : Alec Everdepoel verspringen miniemen jongens

Provinciaal kampioenschap indoor vanaf cadetten, Gent 07.01.2023

- *gouden medaille : Jitsier De Voeght bij het kogelstoten scholieren jongens
- *gouden medaille : Senne Van Den Schoor op de 1500 m seniors mannen
- *zilveren medaille : Brent Waeyaert bij het kogelstoten cadetten jongens
- *zilveren medaille : Godwin Sleenckx op de 800 m scholieren jongens
- *bronzen medaille : Marie Van Dessel bij het kogelstoten cadetten meisjes

Provinciaal kampioenschap veldlopen Hulshout 15.01.2023

- *bronzen medaille : Jonas Bellekens masters mannen M35-40-45.

Belgisch kampioenschap veldlopen Brussel 26.02.2023

- *zilveren medaille : Sem Van de Put benjamins jongens 2015.

Provinciaal kampioenschap masters Gent

- *gouden medaille : Paul Van den Acker 800 m masters mannen M60
- *zilveren medaille : Staf Nevelsteen 800 m masters mannen M65
- *zilveren medaille : Lieve Van Winckel kogelstoten masters dames W40

Provinciaal kampioenschap PCA + TUAC Turnhout 22.04.2023 dag 1

- *bronzen medaille : Desmo Dirck 400 m cadetten jongens
- *bronzen medaille : Sander Henderickx polsstokhoogspringen juniors mannen
- *bronzen medaille : Kato Luyts discuswerpen cadetten meisjes
- *zilveren medaille : Britt Flerackers discuswerpen juniors dames
- *zilveren medaille : Lotte Van Lent 100 m seniors dames

Provinciaal kampioenschap PCA + OLSE Merksem 23.04.2023 dag 2

- *bronzen medaille: Tegge Verschaeren 100 m cadetten jongens
- *bronzen medaille : Brent Waeyaert discuswerpen cadetten jongens
- *bronzen medaille : Brent Waeyaert kogelstoten cadetten jongens
- *zilveren medaille : Jitsier De Voeght discuswerpen scholieren jongens
- *zilveren medaille : Jitsier De Voeght kogelstoten scholieren jongens
- *gouden medaille : Anna Huybrechts 3000 m scholieren meisjes

Provinciale kampioenschap MOEV (schoolsport) 03.05.2023 Hulshout (prov. Antwerpen)

- *zilveren medaille : Michiel De Heel hoogspringen miniemen jongens
- *bronzen medaille : Michiel De Heel 800 m miniemen jongens
- *gouden medaille : Tegge Verschaeren 100 m cadetten jongens

*gouden medaille : Brent Waeyaert kogelstoten cadetten jongens

*zilveren medaille : Wies Goris kogelstoten cadetten jongens

*gouden medaille : S. Lambertus Instituut 4 x 100 m cadetten jongens (Tegge Verschaeren, Coeckelbergh Warre, Brent Waeyaert en Vander Veecken Seppe)

*gouden medaille : S. Lambertus Instituut 4 x 100 m miniemen jongens (Henderickx Dries, Michiel De Heel, Quinten Wielockx, Nand Verheyen)

*zilveren medaille : Jitser De Voeght kogelstoten scholieren jongens

*gouden medaille : Sander Henderickx 100 m scholieren jongens

*gouden medaille : Sander Henderickx kogelstoten scholieren jongens

*gouden medaille : Kato Luyts 100 m cadetten meisjes

*bronzen medaille : Kato Luyts kogelstoten cadetten meisjes

*bronzen medaille : Lien Henderickx 100 m cadetten meisjes

*zilveren medaille : Lien Henderickx kogelstoten cadetten meisjes

*gouden medaille : Marie Van Dessel kogelstoten cadetten meisjes

*gouden medaille : H. Hartcollege 4 x 100 m cadetten meisjes (Lien Henderickx, Lentel Dhadamus, Marie Van Dessel, Luyts Kato).

Provinciaal kampioenschap MOEV (schoolsport) Leuven 10.05.2023 (provincie Vlaams-Brabant)

*bronzen medaille : Desmo Dirx 100 m miniemen jongens

*gouden medaille : Britt Flerackers kogelstoten scholieren meisjes

Kampioenschap van Vlaanderen VAL Gent 18.05.2023

*bronzen medaille : Lotte Van Lent 100 m AC vrouwen.

Provinciaal kampioenschap pupillen en miniemen AVLL + PCA 29.05.2023

*zilveren medaille : Giel Vanderghinste 300 m miniemen jongens

*zilveren medaille : Menno Everdepoel vortexwerpen pupillen jongens

*zilveren medaille : Linde Heremans speerwerpen miniemen meisjes

*zilveren medaille : Onah Claes polsstokhoogspringen miniemen meisjes

*bronzen medaille : Lize Laenen 60 m pupillen meisjes

Belgisch kampioenschap masters 11.06.2023

*bronzen medaille : Ilse De Coninck 400 m masters dames W50

DEADLINEKALENDER VLAAMSE ATLETIEKLIGA

Augustus 2023

Do 31 Einddatum eenzijdig afschrijven van leden die voor het huidige ('22-23) en het vorige ('21-22) sportjaar geen vergunning hebben bekomen

September 2023

Vr 15 Begindatum indienen opzeg van lidmaatschap

Vr 22 Einddatum indienen aanvraag WA-meeting/EA-meeting/Flanders Cup voor het zomerseizoen 2024 **Oktober 2023**

Zo 15 Einddatum indienen aanvraag Athletic Classic Meeting voor het zomerseizoen 2024

Zo 15 Einddatum indienen van opzeg van lidmaatschap

Ma 16 Begindatum aansluiten leden die opzeg van lidmaatschap hebben gegeven (via de knop "overname lid")

Voor de sluitingsdata van de kampioenschappen op de piste: zie website

Voor de sluitingsdata van de kampioenschappen buiten piste: zie website

Nog te bepalen:

- Einddatum indienen aanvraag ondersteuning jeugdsportfonds
- Deadline voor deelname aan Recreatiesportfonds

Trail de Fantôme in La Roche en Ardenne/Nisramont

Ondertussen is de deelname aan de Trail des Fantômes uitgegroeid tot een jaarlijks weerkerende traditie. We koppelen het aangename (de wedstrijd) aan het hmm ... nog aangename (een weekendje Ardennen met aanhang). Een harde kern houdt het jaar na jaar vol. Jaarlijks zijn er ook enkele in- en uitgaande wissels. Traditioneel starten we op vrijdagavond met de pasta-party als voorbereiding op de wedstrijden van zaterdag. Tactische besprekingen zijn het onderwerp van de avond. Zaterdag is de belangrijkste wedstrijddag alleen Tom liep op zondag. Het logistieke huzarenstukje, elke afstand vertrekt op een ander tijdstip, wordt perfect geklaard dankzij de ondersteuning van de aanhang waarvoor ook onze oprechte dank. Onze topper stelde weerom niet teleur. Jasper won de 29 km met een ruime voorsprong en herhaalt daarmee zijn prestatie van voorgaande jaren. Enkele andere in het oog springende prestaties zijn zeker het vermelden waard. Anna en Lauren vielen met een 4^{de} en 5^{de} plaats in hun wedstrijden net naast het podium. Ook Godwin hield met zijn 15^{de} plaats goed stand tussen al dat macho manngeweld. Kristof, na bijna een jaar met blessureleed, kon met een 17^{de} plaats terug kijken op een mooi resultaat. Na de inspanning volgt de ontspanning. Een bezoekje met de kids aan een wildpark in de buurt en een BBQ als afsluiter van alweer een geslaagd weekend. De plannen voor volgend jaar zijn reeds gesmeed.

12 km (230 deelnemers)

Anna Huybrechts, 4^{de} (dame)

Kristof Nevelsteen, 17^{de} (algemeen)

18 km (342 deelnemers)

Lauren Vermeulen, 5^{de} (dame)

Godwin Sleenckx, 15^{de} (algemeen)

Geens Pieter, 49^{ste} (algemeen)

Ward Huybrechts, 100^{ste} (algemeen)

Simon Derdin, 107^{de} (algemeen)

22 km (205 deelnemers)

Niels de Preter, 10^{de} (algemeen)

Tom Matthys, 47^{ste} (algemeen)

29 km (273 deelnemers)

Jasper Mannaert, 1^{ste} (algemeen)

Jurgen Huybrechts, 15^{de} (algemeen)



REGLEMENT VELDLOPEN 2023-2024

Algemeen

Het veldloopseizoen loopt vanaf zaterdag 28 oktober 2023 tot en met zondag 17 maart 2024. De technische directie van de Vlaamse Atletiekliga kan in functie van selectiewedstrijden de toelating geven om van dit reglement af te wijken.

Afstanden

De organisator mag vrij kiezen tussen een minimum- en maximumafstand. Deze afstanden gelden, behalve voor de kampioenschappen, voor het hele veldloopseizoen. Voor jeugd zie verder bij specifieke reglementering.

	<u>Jongens/mannen</u>	<u>meisjes/vrouwen</u>
CAD °09-10	2500 m – 3500 m	2500 m – 3500 m
SCH °07-08	3500 m – 4500 m	3500 m – 4500 m
JUN °05-06	4000 m – 6000 m	4000 m – 6000 m
MAS: de dag waarop hij/zij 35 jaar wordt	4000 m – 6000 m	4000 m – 6000 m
MAS 50+(vrijblijvend)	4000 m – 5000 m	4000 m – 5000 m
SEN °04 en vroeger	7500 m – 9500 m	7500 m – 9500 m
JUN-SEN-MAS		5000 m – 8000 m
Korte veldloop voor JUN-SEN-MAS	2000 m – 3000 m	2000 m – 3000 m

Aantal ronden

Meisjes, jongens, vrouwen en mannen: maximum 7 (eventuele kleine ronde inbegrepen).

De aanloop mag maximum 500 m bedragen; anders wordt hij beschouwd als een gewone ronde.

Minimum-afmeting startzone: 50m breed, 100m rechte lijn.

Categorieën

CAD-SCH: steeds samen (= eerstejaars + tweedejaars). Geen afzonderlijke rangschikking per geboortjaar.

KORTE VELDLOOP: JUN-SEN-MAS: steeds samen. Geen afzonderlijke rangschikking.

JUN-SEN-MAS vrouwen: samen over dezelfde afstand (indien SEN vrouwen afzonderlijk lopen moet de afstand tussen 7500m en 9500m liggen). Afzonderlijke rangschikking.

JUN-MAS mannen: steeds samen. Zie ook punt MAS mannen. Afzonderlijke rangschikking. SEN mannen: afzonderlijk. MAS: mogen steeds aan de veldloop van de SEN deelnemen.

MAS vrouwen: de organisator gaat ervan uit dat iedere MAS vrouw start in haar eigen categorie. Indien zij toch wenst uit te komen in de Seniors-categorie dient zij dit op voorhand te melden aan het secretariaat.

MAS: de organisator mag opteren voor twee veldlopen = gesplitst in leeftijdscategorieën:

- Mannen: een groep M35-40-45 én een groep met M50+. De JUN lopen samen met de M35-40- 45. De M50+ lopen bij de SCH?.
- Vrouwen: een groep W35-40-45 én een groep met W50+. De SCH lopen samen met de W50+?. De W35-40-45 lopen bij de JUN/SEN.

Er dient een afzonderlijke rangschikking te worden gemaakt.

Opgelet: bij opsplitsing van de Masterscategorieën, dient een Master steeds uit te komen in zijn eigen leeftijdsgroep. Niet aangesloten deelnemers mogen worden toegelaten. Een atleet mag aan maximum 1 wedstrijd per dag deelnemen.

Volgorde

De organisatie is vrij om de volgorde te bepalen, bij voorkeur wordt het blok KAN tem MIN samengehouden. Hieronder is er een indicatief voorstel van volgorde.

Mannen: KAN-BEN-PUP-MIN-CAD-SCH-SEN-JUN+MAS-KORTE VELDLOOP

Vrouwen: KAN-BEN-PUP-MIN-CAD-SCH-JUN+SEN+MAS-KORTE VELDLOOP

Aankomsttijden

Minimum 10 tijden, maar het is aangewezen om iedere atleet een aankomsttijd te geven.

Aanvangsuur

Aanvangsuur vrij te bepalen.

De organisator dient bij het opstellen van het tijdschema te vermijden dat twee of meerdere wedstrijden tegelijk worden gelopen.

Er mag niet worden afgeweken van het tijdschema.

Inschrijvingsgeld veldlopen

Er is geen verplichting om inschrijvingsgeld te vragen. De keuze is vrij aan de organiserende vereniging om inschrijvingsgeld te vragen en te differentiëren per categorie.

Inschrijvingen

Voorinschrijvingen zijn verplicht voor alle categorieën.

Verplicht aanmelden op het secretariaat (vanaf JUN) is noodzakelijk ivm mogelijke dopingcontrole.

Enkel vooraf ingeschreven atleten kunnen deelnemen aan de veldloop.

Aan de clubs wordt gevraagd om te werken met elektronische rangschikking door middel van scanning van de startnummers.

Herinnering:

- alle atleten die niet in het bezit zijn van een startnummer kunnen enkel starten met een papieren startnummer. Aangesloten CAD-SCH-JUN-SEN-MAS zonder vergunning en niet aangesloten CAD-SCH-JUN-SEN-MAS betalen een dagvergunning van 10,00 euro (exclusief het eventuele inschrijvingsgeld).

- buitenlanders kunnen een gratis dagvergunning krijgen om te starten indien ze aangesloten zijn bij een buitenlandse federatie.

- buitenlanders, aangesloten bij de VAL, dienen steeds op te treden voor hun VAL-vereniging en niet voor hun buitenlandse vereniging

Provinciale Kampioenschappen:

ENKEL aangesloten atleten bij een vereniging van de eigen provincie mogen deelnemen.

AMH-veldlopen

- dienen plaats te vinden vóór het officiële programma, afstand vrij te bepalen.

Aanvraagprocedure

via Alabus:

1. Van vrijdag 19 mei tot en met woensdag 12 juli dient de organiserende vereniging naam, plaats en datum van haar veldloop op te geven via 'Event'.

2. Vanaf woensdag 19 juli tot en met woensdag 2 augustus dienen alle gegevens over de veldloop te worden ingevuld. (+ tijdschema én plan van omloop als bijlage toevoegen aan het event)

3. Geen andere veldloop in het weekend van het KvV veldlopen, de Provinciale en de Belgische veldloopkampioenschappen A.C. en Masters (er mag wel een veldloop worden georganiseerd maar dan niet voor Masters).

Prijsuitreiking

Indien er een prijsuitreiking is, dient deze uiterlijk 90 minuten na de aankomst afgehandeld te zijn.

Plan van de omloop

De controle zal gebeuren door de hoofdscheidsrechter. .

Voorschriften dopingcontrole

Verplichte deelnemerslijsten bij wedstrijden Op basis van het antidopingdecreet van de Vlaamse Gemeenschap dient elke vereniging bij de organisatie van wedstrijden een deelnemerslijst te voorzien van de Junioren, de Senioren en de Masters.

Atleten van deze categorieën moeten zich dus vóór de wedstrijd aanmelden op het secretariaat. Atleten die niet aangesloten zijn bij één van beide federaties (niet aangeslotenen en buitenlanders) dienen ook hun gegevens (GSM-nr. en/of adres) voor de wedstrijd op een formulier te noteren.

Indien de dopingarts gegevens wenst te bekomen van atleten die aangesloten zijn bij de Vlaamse Atletiekliga of de Waalse atletiekliga kan de organisator terecht via info@atletiek.be.

Dopingcontrole

De organisator dient in de nabijheid (binnen de 200 meter) van de plaats waar de wedstrijd plaatsvindt, een afzonderlijke ruimte ter beschikking te houden die aan de vereisten voldoet om er een dopingcontrole te kunnen laten doorgaan.

In het dopingcontrolestation, of in een afzonderlijke ruimte ernaast, is een toilet aanwezig, dat uitsluitend gebruikt mag worden voor de monsterafname, en een wachtruimte. De organisator moet zorgen voor voldoende ongeopende flessen niet-alcoholische dranken om de voor controle opgeroepen sporters de mogelijkheid te geven zich te hydrateren, en moet de controlearts en de chaperons vrije toegang geven tot alle lokalen en plaatsen waar de sporters zich kunnen begeven, inclusief de kleedkamer. Bij afwezigheid van een door de organisator ter beschikking gestelde voldoende ingerichte ruimte bepaalt de controle-arts de plaats van de monsterneming, in overeenstemming met de vereisten van privacy, hygiëne en veiligheid.

De organisator kan een boete opgelegd worden voor het niet nakomen van zijn decretale verplichting om zelf in een passend lokaal te voorzien.

Veldlopen voor kids & co. 2023 - 2024

Specifieke reglementering voor jeugdwedstrijden

Afstanden

De organisator mag vrij kiezen tussen een minimum- en maximumafstand. Deze afstanden gelden voor het hele veldloopseizoen (met een marge van 50m).

	<u>Jongens</u>	<u>meisjes</u>
KAN °17-18	500 m - 800 m	500 m - 800 m
BEN °15-16	700 m - 1000 m	700 m - 1000 m
PUP °13-14	1000 m – 1500 m	1000 m – 1500 m
MIN °11-12	1500 m – 2250 m	1500 m – 2250 m

Categorieën

KAN-BEN: samen (eerstejaars + tweedejaars en/of M + J) of apart, zonder rangschikking, géén podium. Het samenvoegen van de geslachten wordt sterk aangemoedigd maar houd er rekening mee dat het ideale deelnemersaantal per groep rond de 30 atleetjes ligt.

PUP-MIN: samen (= eerstejaars + tweedejaars), met afzonderlijke rangschikking, podium per geboortjaar. Het is toegelaten beide geboortejaren afzonderlijk te laten starten.

Inschrijvingen

Voorinschrijvingen zijn verplicht voor alle categorieën.

Aan de clubs wordt gevraagd om te werken met elektronische rangschikking door middel van scanning van de startnummers. (niet van toepassing voor KAN-BEN)

Herinnering:

- Alle atleten (vanaf PUP) die niet in het bezit zijn van een startnummer kunnen enkel starten met een papieren startnummer.
- Aangesloten KAN-BEN-PUP-MIN zonder vergunning en niet aangesloten KAN-BEN-PUP-MIN betalen een dagvergunning van 5,00 euro (exclusief het eventuele inschrijvingsgeld).
- KAN-BEN lopen met hun gepersonaliseerde startnummer.
- Buitenlanders kunnen een gratis dagvergunning krijgen om te starten indien ze het bewijs van hun nationaliteit kunnen leveren aan de hand van hun identiteitskaart.
- buitenlanders, aangesloten bij de VAL, dienen steeds op te treden voor hun VAL-vereniging en niet voor hun buitenlandse vereniging

Provinciale Kampioenschappen:

ENKEL aangesloten atleten bij een vereniging van de eigen provincie mogen deelnemen. Ook voor KAN-BEN kan er een veldloop voorzien worden op het Provinciale kampioenschap, evenwel zonder podium of resultaat.

Voorwaarden Kids-veldloop (KAN en BEN):

- De loop voor de Kangoeroes dient mét voorlopers én achterlopers te gebeuren. Er is geen startsignaal, de voorlopers vertrekken op een rustig looptempo. De atleten lopen de eerste 200m aan een rustig tempo, nadien drijven de voorlopers langzaam het tempo op. Ongeveer de helft van de atleten moet het tempo van de voorlopers kunnen volgen tot aan het punt waar de voorlopers de atleten vrij laten lopen. Dit laatste deel mogen de atleten vrij lopen tot aan de aankomst. Kangoeroes mogen 1/3de van de totale afstand vrij lopen. De achterlopers lopen de volledige afstand mee zodat ze de tragere lopertjes kunnen aanmoedigen en motiveren om vol te houden.
- De loop voor Benjamins dient enkel met achterlopers te gebeuren, deze lopen de volledige afstand mee zodat ze de tragere lopertjes kunnen aanmoedigen en motiveren om vol te houden.
- Het is aangewezen om de voor- en achterlopers met een fluohesje te laten lopen, zo zijn ze voldoende duidelijk zichtbaar.
- Het gebruik van linten is eerder gevaarlijk omdat atleten dit willen vastnemen. Voorlopers die de kinderen vriendelijk aanmoedigen om achter hen te blijven is de meest efficiënte oplossing.
- Géén podium/géén resultaten opmaken.
- Iedereen hetzelfde aandenken .

Prijzentafel

De prijzentafel of het uitreiken van een aandenken voor PUP en MIN dient te gebeuren volgens een vooraf vastgelegde procedure (bij voorkeur een identieke prijs voor de eerste tot de laatste). De prijsuitreiking dient uiterlijk 90 minuten na de aankomst afgehandeld te zijn.

REGLEMENT INDOORMEETINGS 2023-2024

1. Algemeen

Het indoorseizoen loopt vanaf zaterdag 28 oktober 2023 tot en met zondag 17 maart 2024.

2. Inschrijvingsgeld

- o De organisator mag vrij zijn inschrijvingsgeld bepalen.

3. Toegangsgeld

- o De organisator mag vrij zijn toegangsgeld bepalen, gratis t/m 13j.
- o KVV Cad/Sch: €5,00 – KVV A.C.: €6,00.

4. Elektronische tijdopname verplicht voor alle meetings. Elektronisch startsignaal verplicht.

Aanbeveling om ook voor valse start elektronisch signaal te gebruiken.

5. Programma

o Bij elke aanvraag dient een tijdschema te worden bijgevoegd. Bij een OMJ dient er rekening mee gehouden te worden dat het jeugdgedeelte is afgewerkt alvorens te beginnen met de nummers vanaf scholier (uitgezonderd PSS). Nummers voor cadetten kunnen geïntegreerd worden tijdens het jeugdprogramma of Open meeting gedeelte.

o Organisatoren mogen de tijdsduur tussen de nummers aanpassen afhankelijk van het aantal inschrijvingen (na het afsluiten van de inschrijvingen). Zij moeten het aangepaste tijdschema ten laatste 48u voor de start van de meeting publiceren.

Rekenregels

Aan de hand van de voorziene tijd per nummer (verschil startuur eerste wedstrijd en startuur volgende wedstrijd) kan je het maximaal aantal deelnemers berekenen (opwarming is inbegrepen in deze tijden):

- 3 minuten per reeks voor loopnummers in banen: vb. op een piste met 6 banen kunnen 60 atleten per half uur starten (10 reeksen van 6 deelnemers per reeks)
- 5 à 20 minuten per reeks voor loopnummers niet in banen afhankelijk van de geprogrammeerde afstand (800m - 5000m)
- 10 minuten per deelnemende atleet in hoogspringen: vb. op 2u kunnen 12 atleten deelnemen
- 15 minuten per deelnemende atleet in polsstokspringen: vb. op 2u kunnen 8atleten deelnemen
- 6 minuten per deelnemende atleet in alle andere kampnummers: vb. op 1u kunnen 10 atleten deelnemen
- Geen hoogspringen voorzien tijdens de 60h wanneer de aanloopzone van het hoogspringen de banen voor de 60h overlapt.
- Wanneer in het tijdschema **twee of meer standen** vermeld staan, dienen deze ook **effectief gebruikt te worden** voor de verschillende nummers.
- De organisator heeft de mogelijkheid om bij alle kampnummers het nummer te splitsen bij veel deelnemers. De tweede groep mag pas starten met opwarmen nadat de wedstrijd van de eerste groep volledig is afgewerkt.
- Polsstok:
 - Vanaf Cad t/m A.C. mogen jongens en meisjes samen springen.
 - De organisator dient bij zijn aanvraag te vermelden welke categorie hij samenvoegt (min. tijdsduur van 2u voorzien per groep).
 - De organisator dient bij zijn aanvraag te vermelden dat hij de wedstrijd opsplijt in twee of drie groepen, volgens hoogten.
 - Nadat de eerste groep gedaan heeft, mag de tweede groep inspringen en aan haar wedstrijd beginnen.
 - De laatst overgebleven atleet van elke groep mag zijn hoogte kiezen.
- Startdetectie: voor 60m/60h en 200m/400m, vanaf cadet.
- Aanvragen indoormeetings dienen te gebeuren via Alabus.
- Lunchpakket voorzien ('s middags) voor jury, hulpdiensten en medewerkers voor een

volledige dag en 's avonds indien meeting later eindigt dan 18.00u.

6. Baanindeling Reeksen/Finale (alleen van toepassing bij kampioenschappen)

Tijd in reeks	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Nummer
	4	5	3	6	2	7	1	8		60 / 60H
	5	6	4	3	2	1				200 / 400
	5	6	4	3	2	1				300
	5	6	6	4	4	3	2	2	1	800

Finaleprincipe loopnummers: winnaar van elke reeks + beste verliezende tijden. Als er meer dan 4 reeksen zijn, worden enkel de beste tijden weerhouden voor de finales.

7. Inschrijvingen

- Provinciale Kampioenschappen: ENKEL aangesloten atleten bij een vereniging van de eigen provincie mogen deelnemen, tenzij het een open Provinciaal Kampioenschap betreft.
- men mag aan maximum 2 individuele nummers deelnemen per PK, ook indien dit gespreid is over meerdere dagen.
- alle atleten die niet in het bezit zijn van een startnummer kunnen enkel starten met een papieren startnummer. Aangesloten CAD-SCH-JUN-SEN-MAS zonder vergunning en niet aangesloten CAD-SCH-JUN-SEN-MAS betalen een dagvergunning van 10,00 euro (exclusief het eventuele inschrijvingsgeld).
- buitenlanders kunnen een gratis dagvergunning krijgen om te starten indien ze aangesloten zijn bij een buitenlandse federatie.
- buitenlanders, aangesloten bij de VAL, dienen steeds op te treden voor hun VAL-vereniging en niet voor hun buitenlandse vereniging.
- voorinschrijvingen verplicht! Let wel: voorinschrijvingen worden verplicht, daarom niet per definitie betaalde voorinschrijvingen.
- verplichte aanmelding van atleten.

Proefsificaties: WA-reglement vanaf art. 40

NOTA: de technische directie van de Vlaamse Atletiekliga kan in functie van selectiewedstrijden de toelating geven om van dit reglement af te wijken

reglementen indoormeedings kids en Co 2023-2024

Specifieke reglementering voor jeugdwedstrijden (Kan/Ben)

1. inschrijvingsgeld

o De organisator mag vrij zijn inschrijvingsgeld bepalen.

2. Programma

o Het programma wordt steeds georganiseerd als meerkamp (specifieke bepalingen in het handboek op de website). De competitie wordt gemengd (jongens en meisjes samen) georganiseerd en er kunnen maximaal 3x25 kinderen per categorie inschrijven.

o De competitie voor kangoeroes en benjamins kan gelijktijdig of achtereenvolgend aangeboden worden.

o De totale duur van de wedstrijd mag max. 2u in beslag nemen. Indien KAN en BEN na elkaar worden ingericht is de maximale duur 4u.

o Kangoeroes-Benjamins meerkamp vrije keuze disciplines (1 per disciplinegroep):

- KAN: 30m sprint – hoogspringen of verspringen – stoten – 10x30m aflossing
- BEN: 40m of 40m hindernis – hoogspringen of verspringen – stoten – 10x40m aflossing

3. Inschrijvingen

o Voorinschrijvingen verplicht! Let wel: voorinschrijvingen worden verplicht, daarom niet per definitie betaalde voorinschrijvingen.

o Aangesloten KAN-BEN zonder vergunning en niet aangesloten KAN-BEN betalen een dagvergunning van 5,00 euro (exclusief het eventuele inschrijvingsgeld).

4. Bescherming Jeugddag: geen wedstrijden op zaterdag 16 maart 2024.

Specifieke reglementering voor jeugdwedstrijden (Pup/Min)

Aanvangsuur

o Apart aanvangsuur voor jeugd (Pup/Min) en andere categorieën vermelden.

o Geen nummers voor jeugd (Pup/Min) tijdens avondmeetings (uitgezonderd tijdens vakantieperiodes).

Inschrijvingsgeld

De organisator mag vrij zijn inschrijvingsgeld bepalen.

Programma

- a. Bij een OMJ dient er rekening mee gehouden te worden dat het jeugdgedeelte is afgewerkt alvorens te beginnen met de nummers vanaf scholier (uitgezonderd PSS). Nummers voor cadetten kunnen geïntegreerd worden tijdens het jeugdprogramma of Open meeting gedeelte.
- b. Organisatoren mogen de tijdsduur tussen de nummers aanpassen afhankelijk van het aantal inschrijvingen (na het afsluiten van de inschrijvingen). Zij moeten het aangepaste tijdschema ten laatste 48u voor de start van de meeting publiceren.

Rekenregels Jeugdwedstrijden (pup/min)

Voor loopwedstrijden:

Aan de hand van de voorziene tijd per loopnummer (verschil tussen startuur eerste wedstrijd en startuur volgende wedstrijd) kan je het maximaal aantal deelnemers berekenen:

- o 2,5 minuten per reeks voor loopnummers in banen: vb. op een piste met 6 banen kunnen 72 atleten per half uur starten (10 reeksen van 6 deelnemers per reeks), op een piste met 8 banen kunnen 96 atleten per half uur starten (10 reeksen van 8 deelnemers per reeks)
- o 6 minuten per reeks voor loopnummers niet in banen: indien je wedstrijden met 15 atleten per reeks laat lopen kunnen er 75 atleten per half uur starten (5 reeksen van 15 deelnemers per reeks)

Voor kampnummers:

Voor de bepaling van het aantal deelnemers dat kan worden toegelaten aan een kampnummer moet er rekening gehouden worden met 2 tijdsindicaties.

o Opwarmtijd: Bij kampnummers krijgen atleten enkele oefenpogingen voor aanvang van de wedstrijd. Om de wedstrijden tijdig te kunnen starten moet bij de opmaak van het uurschema rekening worden gehouden met de tijd nodig om te kunnen opwarmen. Houd hierbij rekening met volgende tijdindicatie:

- hoogspringen: 1 minuut/atleet
- polsstokspringen 2 minuten per atleet
- andere kampnummers: 30 seconden per atleet.

o Wedstrijdtijd: Om te bepalen hoe lang een wedstrijd zal duren bij x-aantal deelnemers of hoeveel deelnemers kunnen worden toegelaten bij x-aantal tijd gebruik je volgende rekenregels:

- 6 5 minuten per deelnemende atleet in hoogspringen: vb. op 2u kunnen 24 atleten deelnemen
- 10 minuten per deelnemende atleet in polsstokspringen: vb. op 2u kunnen 12 atleten deelnemen
- 2 minuten per deelnemende atleet in alle andere kampnummers: vb. op 1u kunnen 20 30 atleten deelnemen

Voorbeeld: wedstrijd 14u verspringen: 20 deelnemers

o Start opwarming (ten laatste): 13u50 -> 20 x 0,5 minuten = 10 minuten.

o Einde wedstrijd: 14u40 -> 20 x 2 minuten = 40 minuten

o Opwarming voor volgende wedstrijd kan (neem best altijd minstens 5 minuten marge) om 14u45 starten. Indien voor deze wedstrijd 30 deelnemers kunnen inschrijven dan hebben zij 15 minuten opwarmtijd nodig en kan de wedstrijd om 15u starten. Einde wedstrijd om 16u.

c. De organisator is verplicht altijd 3 pogingen toe te kennen bij de kampnummers.

d. De organisator heeft de mogelijkheid om bij alle kampnummers het nummer te

De organisator mag dus de atleten in twee of meer groepen laten presteren waarbij voor hoogspringen en polsstokspringen bij voorkeur met 2 verschillende aanvangshoogtes wordt gewerkt. De tweede groep mag pas starten met opwarmen nadat de wedstrijd van de eerste groep volledig is afgewerkt.

e. Polsstok: Miniemen jongens en meisjes mogen samen springen (min. tijdsduur van 2u voorzien).

f. Indien er meer dan driemaal hoogspringen op het programma staat dient de organisator een tweede stand te voorzien.

g. Bij een indoor-jeugdmeerkamp waar de accommodatie geen afstandsnummer toelaat, kan ter vervanging geopteerd worden voor een alternatieve discipline.

4. Begeleiding van jeugdathleten op het terrein

a. Startgebeuren Pup & Min: de organisator voorziet twee personen die helpen met het plaatsen van de startblokken.

b. De inrichtende vereniging voorziet minimum 2 eigen medewerkers per kampnummer. Om een vlot verloop van de wedstrijd te kunnen garanderen wordt voor aanvang van de kampnummers door de organisatie begeleiding voorzien zodat de opwarming is afgelopen tegen het startuur van de wedstrijd. Ook minimaal 1 jurylid per kampnummer is tijdig aanwezig. Te voorziene tijd opwarming: hoogspringen: 1 minuut/atleet, polsstokspringen 2 minuten per atleet, andere kampnummers: 30 seconden per atleet. Zie ook bij punt 3.b. rekenregels jeugdwedstrijden.

5. Elektronisch startsignaal verplicht. Aanbeveling om ook voor valse start elektronisch signaal te gebruiken.

6. Inschrijvingen

a. Voorinschrijvingen verplicht! Let wel: voorinschrijvingen worden verplicht, daarom niet per definitie betaalde voorinschrijvingen.

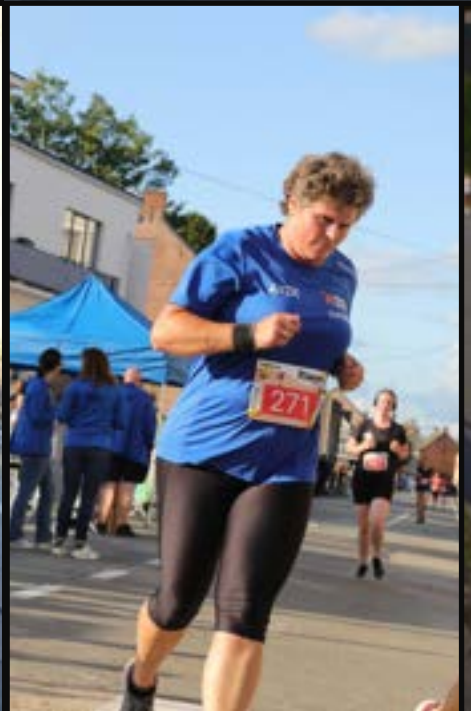
b. Aangesloten PUP-MIN zonder vergunning en niet aangesloten PUP-MIN betalen een dagvergunning van 5,00 euro (exclusief het even-

Stratenloop Booschoot-Statie 07/08/2023

Foto's gemaakt door Lifke foto's, Geert Wijns en Jean Bollaerts



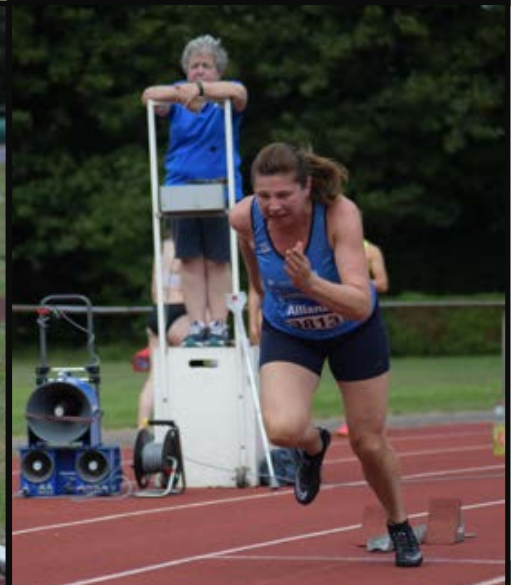








Grote prijs De Wallen 08/07/2023



Atletiekvereniging Zuiderkempen

Redactie:

Lien Henderickx

't Kapmes 1

2221 Booischot

Tel. 0475/ 92 42 37

Email : redactie.dekemper@gmail.com

Hendrik Lekens

Broekmansstraat 121

2221 Booischot

Telefoonnr.: 015 34 87 86

E-mail: lekens.andre@telenet.be

www.avzk.be

Voorzitter

Steven Henderickx

Ondervoorzitter

Guido Vervloet

Secretaris

Hendrik Lekens (015/34.87.86 en 0486/42.42.08)

Penningmeester

Monique Naets (015/22.44.12 en 0484/76.45.34)

Vertrouwenspersonen AVZK

Nathalie Baeten, Katrien Mondelaers

Bestuursleden

Agnes Heremans, René Busschodts, Michel Van Dyck,
Wim Verelst, Guido Van Roie,
Samantha Van Ermen

Materiaalmeester

Guido Van Roie

Clubtrainers

René Busschodts, Iris Teniers, Jurgen Van Lent,
Liesbet Van Roie, Lieve Van Winckel, Peter Vervloet,
Eef Thomas, Seppe Van Lent, Sten Laporte, Lotte Van Oosterwyck,
Guido Van Roie, Britt Fleerackers, Katrien Mondelaers,
Agnes Heremans, Jitser De Voeght, Zico D'Hooghe, Jana Spallier

Ere-jurylid

André Reniers, Vic Florenty, Monique Pelgrims

Juryleden

Agnes Heremans, Monique Naets, Willy De Fyn, Guido Van Roie,
Hendrik Lekens, Deborah Van Es, Wim De Vries, Gino Swyngedauw,
Samantha Van Ermen

Kidsjuryleden

Guido Van Roie, Agnes Heremans, Deborah Van Es,
Esra Creemers

Clubjuryleden

René Busschodts, Guido Vervloet, Ann Dermaux, Nathalie Baeten,
Debbie De Vries, Annemie Schellens, Marijke Goris, Nele Evens,
Steven Henderickx, Geert Van De Water

Verantwoordelijke G-atletiek

René Busschodts, Agnes Heremans

Trainers G-atletiek

Agnes Heremans, René Busschodts

E-mail redactie

lekens.andre@telenet.be

Lidgeld

Kangoeroes - Benjamins	€ 110
Pupillen - Miniemen	€ 130
Cadetten - Masters	€ 150
Joggers, sympathisanten	€ 110
Families	€ 420 (max.)
Vanaf 3de gezinslid	- 20% op laagste categorie



De Cock - Van Steen
Algemene bouwwerken

Lange Molenstraat 20
2220 Heist-op-den-Berg (Goor)

Tel.: 015/22 05 24 en 015/22 05 49



Open Analytics

Jupiterstraat 20

2600 Berchem

www.openanalytics.eu

TROFEEEN TROFEEEN



TROFEELAND
BOUTERSEM

TROFEEËN
BEKERS
MEDAILLES

T-SHIRTS
TIN & KRISTAL BADGES & PINS



COMPUTERGRAVURE ZANDSTRALEN FOTODRUK

WWW.TROFEELAND.BE

Trofeeland
Leuvensesteenweg, 81 3370 BOUTERSEM
Tel.: 016/75.50.58 email: info@trofeeland.be
Zaterdag, Zondag en Maandag gesloten

TROFEEEN TROFEEEN



AIR SERVICE
Center

luchtverwarming
airconditioning
ventilatie

Nieuwlandlaan 13 A - industriezone B
3200 Aarschot Tel.: 016/55 05 40
www.airservice.be

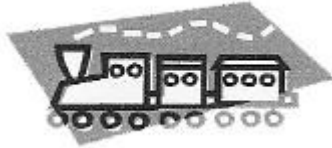


TRANSPORT MICHIELS

Zuidgoordijkstraat 1
Tel. +32 15 22 25 54

B-2235 Hulshout
Fax +32 15 22 54 66





BVBA 't STATIONNEKE

Brasserie - Ijssalon - Feestzaal - Traiteur - Catering

Kleine Steenweg 153 - 2221 Booischot
Tel.: 015/22 25 45



Groenbedrijf Baeck bvba

Liesdonk 15
2440 GEEL



David Coremans
9de Liniestraat 12E
3200 Aarschot
www.audioworks.be



De Cock Peeters & Partners
www.dccp.be
info@dccp.be
Bedrijfsadvies - Boekhouding - Fiscaliteit