

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 Look
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



Ontbijtactie

Zondag 11 juni 2023

Nog op zoek naar een leuk ideetje voor vaderdag? Of zelf geen zin om op zondag aan te schuiven bij de bakker? Geen probleem, wij stellen voor jullie graag een gezond en smakelijk ontbijt samen!

Standaard ontbijt (1p)

15€

2 pistolets - 1 croissant - 1 chocoladebroodje - zoet en hartig beleg - fruit - fruitsap - actimel - yoghurt

Luxe ontbijt (2p)

38€

Standaard ontbijt (2p) + extra beleg - 1 fles cava - extra versnapering

Kids ontbijt (1p)

10€

1 pistolet - 1 sandwich - 1 donut - zoet en hartig beleg - fruit - chocomelk - actimel - yoghurt - ontbijtgranen



Afhalen tussen 8u - 10:30u | Cafetaria Sporthal De Lichten

Levering* tussen 8u - 10u | 3€ per adres

*Heist-op-den-Berg en deelgemeenten, Hulshout en deelgemeenten, Ramsel, Tremelo en Baal, Begijnendijk en Betekom, Keerbergen, Putte en deelgemeenten



Bestel vóór 2 juni via de QR code of op <https://bit.ly/ontbijt2023>



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.

Het bestuur van AVZK wenst je een vruchtbaar zomerseizoen toe. Het bestuur hoopt dat jullie talrijk aan pistemeetings zullen deelnemen. Voor het criterium van AVZK komen alle pistemeetings in aanmerking en zijn goed voor 1 punt.

De avondmeeting vanaf cadetten + jeugdmeeting en de BVV's zijn goed voor 2 criterium punten.



Veldloop Duffel

19/02/2023

Ibe Thijssen, Louise Gysmans, Sem Van de Put, Ameline Van Beersel, Warre de Preter en veel andere atleten van AVZK waren aanwezig op de veldloop in Duffel. Ze hebben allemaal een zeer mooie prestatie geleverd.

Proficiat!



Verjaardagen

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

Van Aelst Milo	1/05/2002
Lambert Evenlien	1/05/2013
Vervloet Midas	1/05/2016
Bussche Esther	2/05/2014
Nevelsteen Mona	2/05/1955
Warmenhove Daniëlle	3/05/1994
Luyts Kato	5/05/2008
Laporte Aline	5/05/2017
De Langh Bence	7/05/2014
Van Hoof Minne	7/05/2014
Naets Obry	8/05/1998
Coremans Bram	9/05/2012
De Valck Lars	10/05/2007
Smets René	10/05/1953
Geens Pieter	12/05/1986
Laenen Lize	13/05/2014
Van Es Debora	15/05/1981
Verkuylen Louise	15/05/2010
Claes Onah	16/05/2011
Claes Vic	16/05/2011
Knapen Dries	17/05/2011
Labro Sander	17/05/2013
Heremans Mil	18/05/2006
Daelemans Niels	18/05/2012
Verschaeren Tegge	18/05/2008
Nijs Oliver	19/05/2014
Helsen Robin	20/05/2004
Lambert Charlotte	20/05/2011
François Sibe	22/05/2006
Weckhuysen Karsten	22/05/2013
De Nijn Marie	22/05/2014
Thomas Eef	25/05/1976
Van Hoof Sien	26/05/2000
Claes David	27/05/1978
Adams Fien	27/05/2015
Boexstaens Johny	28/05/1948
Helsen Ward	28/05/2011
Verbraeken Liam	29/05/2011
Van Den Acker Paul	30/05/1961
De Belder Fleur	30/05/2012
De Win Ona	30/05/2015

Verjaardagen

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

Pyck Marie	31/05/2010
Verwilt Elias	1/06/2000
De Heel Michiel	2/06/2009
Gorris Tessy	2/06/1977
Mannaert Jasper	3/06/1994
Goris Mats	3/06/2016
Boeren Matt	4/06/2004
De Proost Steven	4/06/1974
Heylen Bart	6/06/1966
Wuyts Eline	6/06/2011
Geens Seth	7/06/2012
Coremans Maite	8/06/2009
Lambrechts Maarten	10/06/2003
Van Damme Elise	10/06/2010
Verslegers Tijds	12/06/2008
Van Dyck Seth	13/06/2011
Diallo Maï-Mona	13/06/2008
Van Loon Jules	13/06/2013
Dévière Elisabeth	14/06/1979
Van Hamme Hannelore	14/06/1983
Diallo Camilla	14/06/2010
Van Ermen Samantha	14/06/1981
Habets Maité	15/06/2000
Matthys Tom	17/06/1997
Van Dyck Flore	17/06/2005
Voets Johan	18/06/1984
Van Roie Guido	19/06/1952
Laporte Morgan	19/06/2000
Waeyaert Quinn	19/06/2011
Goossenaerts Elisabeth	19/06/1960
Laporte Finn	20/06/2011
Milloen Gunther	21/06/1969
Goris Nette	21/06/2012
Vandekerckhove Willem	21/06/2014
Milloen Sarie	22/06/2005
De Langh Vince	25/06/2012
Wouters Vince	26/06/2009
Van Aecken Hasse	28/06/2011
Bruyndonckx Kato	29/06/2010
Warpy Alexia	29/06/2014
Van Winckel Lander	30/06/2010
Dhondt Paige	30/06/2014
Nijs Elliot	30/06/2016

Nieuwe atleten

Kangoeroes

De Decker Finn

Gorris Mona

Benjamins

Loubani Leah

Buts Hekon

Recreanten

Warmenhove Daniëlle

Jurylid niveau 2

Samantha Van Ermen slaagde in haar examen voor jurylid niveau 2. Proficiat!

Jaarlijkse wafel-, gebakjes-, truffels- en pralinesverkoop

AVZK dankt alle mensen die dit lekkers hebben verkocht en gekocht.

Personalia

Op 5 april 2023 overleed op 93-jarige leeftijd de heer Achiel De Cleyn, weduwe van Josee Van Looy. Achiel was vroeger bij Booischot AC een zeer gewaardeerde en bekwame trainer, die er altijd stond voor zijn atleten.

*Op 12 april 2023 overleed op 82-jarige leeftijd mevrouw Maria De Cleyn, weduwe van de heer Armand De Raet. Zij was de moeder en schoonmoeder van Jan De Raet en Ilse De Coninck.

Langs deze weg willen wij onze oprechte deelneming betuigen aan de families.

Graspiste

Door de gemeente zijn we op de hoogte gebracht dat door inzaaiingen en bewerken :

De gras piste niet mag gebruikt worden van 1 april 2023 tot 31 mei 2023 en het voetbalveld van 1 juni 2023 tot 31 juli 2023.

Gelieve hier rekening mee te houden aub.

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 (6-12 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 veldlopen

Uitslag veldloop in Lommel 05/02/2023

Benjamins jongens 2015

Van de Put Sep

Benjamins jongens 2014

Claessen Tomas

Pupillen jongens 2013

10. Goossens Matz
17. Roelandt Alexander

Miniemen jongens 2011

18. Knapen Dries

Seniors mannen

11. Zehmour-Habets Victor

Masters mannen +M50

22. Habets Mario

Benjamins meisjes 2014

Knapen Julie

Cadetten meisjes

27. Knapen Amber

Uitslag veldloop in Diest 12/02/2023 (Crosscup + KVV veldlopen)

Scholieren jongens

68. Sleenck Godwin

Seniors mannen lange cross

36. Mannaert Jasper

Masters mannen + M50

54. Van Den Acker Paul
61. Van Dyck Michel

Masters mannen M35-40-45

32. Valckx Stefan

Uitslag veldloop in Duffel 19/02/2023

Kangoeroes jongens

Thijssen Ibe

Benjamins jongens 2015

De Preter Warre

Vaes Alexander

Van de Put Sem

Pupillen jongens 2013

21. Goossens Matz
22. Roelandt Alexander
33. Verreth Alexander
34. Thielemans Lucas

Miniemen jongens 2011

14. Claes Vic
21. Knapen Dries
27. Laporte Finn

Miniemen jongens 2010

18. Dirckx Lukas

Cadetten jongens

24. Dirckx Desmo

Scholieren jongens

08. Verlinden Timo
09. Rits Jonas

Masters mannen +M50

22. Nevelsteen Staf

Kangoeroes meisjes

Van Beersel Ameline

Benjamins meisjes 2015

Gysemans Louise

Benjamins meisjes 2014

Knapen Julie

Pupillen meisjes 2013

07. Laenen Lize
18. Van den Wyngaert Maité
19. Thijssen Jade

Pupillen meisjes 2012

23. Van Beersel Eline

Miniemen meisjes 2011

17. Van der Sanden Emma

Miniemen meisjes 2010

16. Heremans Linde

Cadetten meisjes

20. Knapen Amber

Uitslag crosscup Brussel (26.02.2023)

Benjamins jongens 2015

02. Van De Put Sem (zilver)

Uitslag 10 km van Mechelen 19.03.2023

11. Valckx Stefan

26. Verschoren Senne

Uitslagen indoormeetings, afgesloten op 31.03.2023

AVT Heusden-Zolder 11/02/2023 open meeting met jeugd

groep	proef	pl naam	prestatie	medaille
MIN M	60m	30 Aerts Geike	10.54	
MIN M	ver	24 Aerts Geike	2m70	

EA Gent 11/02/2023 open meeting met jeugd

groep	proef	pl naam	prestatie	medaille
SEN D	400m	14 Laporte Morgan	1.01.69	

MOHA Mons 18/02/2023 jeugdmeeting + cadetten

groep	proef	pl naam	prestatie	medaille
MIN J	ver	2 Everdepoel Alec	4m53	
MIN J	kogel	6 Everdepoel Alec	7m77	
MIN J	polshoog	2 Everdepoel Alec	2m55	
MIN J	kogel	12 Dirckx Lukas	6m20	
MIN J	ver	10 Dirckx Lukas	3m85	
MIN J	polshoog	3 Dirckx Lukas	2m15	
MIN J	ver	16 Claes Vic	3m59	
MIN J	60m H	6 Claes Vic	11.79	
MIN J	kogel	9 Claes Vic	6m74	
MIN M	polshoog	1 Claes Onah	2m35	
CAD J	60m	8 Dirckx Desmo	8.20	
CAD J	kogel	6 Dirckx Desmo	6m86	
CAD J	ver	7 Dirckx Desmo	4m91	

HAKI Hoboken 19/02/2023 open meeting met jeugd

groep	proef	pl naam	prestatie	medaille
MIN J	60m	10 Everdepoel Alec	8.97	
MIN J	60m H	7 Everdepoel Alec	10.62	
MIN J	kogel	4 Everdepoel Alec	7m94	
MIN J	ver	8 Everdepoel Alec	4m38	

EA Gent 11/02/2023 open meeting met jeugd

groep	proef	pl naam	prestatie	medaille
SEN D	200m	54 Laporte Morgan	28.19	

KBAB Gent 25/02/2023 BK en PK masters

groep	proef	pl naam	prestatie	medaille
MAS M	800m	7 Van Den Acker Paul	3.07.20	
MAS M	800m	1 Van Den Acker Paul	3.07.20	PK goud
MAS M	800m	5 Nevelsteen Staf	3.36.07	
MAS M	800m	2 Nevelsteen Staf	3.36.07	PK zilver
MAS D	kogel	6 Van Winckel Lieve	6m82	
MAS D	kogel	2 Van Winckel Lieve	6m82	PK zilver

KAAG Gent 26/02/2023 jeugdmeeting met aflossing

groep	proef	pl naam	prestatie	medaille
MIN J	60m	12 Vanderghinste Giel	8.63	
MIN J	60m	54 Dirckx Lukas	9.48	
MIN J	kogel	31 Dirckx Lukas	6m65	
MIN J	60m H	6 D'Helft Noah	10.70	
MIN J	kogel	13 D'Helft Noah	7m69	
MIN J	kogel	33 Claes Vic	6m56	
MIN J	4x200m	8 AVZK 2	2.03.07	
		Everdepoel Alec		
		Laporte Finn		
		Goris Finn		
		Claes Vic		
MIN J	4x200m	DQ AVZK 1	DQ	
		Vanderghinste Giel		
		Dirckx Lukas		
		D'Helft Noah		
		Knapen Dries		
PUP M	60m	20 Laenen Lize	9.76	

groep	proef	pl	naam	prestatie	medaille
PUP M	ver	17	Laenen Lize	6m65	
PUP M	60m	30	Vandille Anna	10.70	
PUP M	ver	24	Vandille Anna	7m69	
MIN M	60m H	44	Van der Sanden Emma	12.16	
MIN M	4x200m	23	AVZK 1	2.10.56	
			Claes Onah		
			Heremans Linde		
			Vandille Anna		
			Van der Sanden Emma		

KBAB Gent 05/03/2023 BK juniors en beloften

groep	proef	pl	naam	prestatie	medaille
JUN D	kogel	8	Fleerackers Britt	10m08	

AVT Heusden-Zolder 12/03/2023 open meeting met jeugd

groep	proef	pl	naam	prestatie	medaille
MIN J	60m	11	D'Helft Noah	8.77	
MIN J	60m H	4	D'Helft Noah	10.55	
MIN J	kogel	2	D'Helft Noah	8m46	

Bekers van Vlaanderen 2023

Wie aan deze wedstrijden deelneemt, krijgt twee punten voor het AVZK criterium. De aangeduide reserven die aanwezig zijn krijgen ook punten.

Het bestuur rekent op je deelname.

***Beker van Vlaanderen pupillen en miniemen meisjes en jongens : zaterdag 13 mei 2023**

Organisator ROBA (Betekom) match 5

Ploegen : ROBA – AVZK – DCLA – ACHL – ACKO – ATLE – RCT – VAC – SPVI – DAC

***Beker van Vlaanderen cadetten en scholieren jongens en meisjes : zondag 14 mei 2023**

Organisator ATLA (Lanaken) landelijke 3 B

Ploegen : ATLA – ARAC – TUAC – SACN – AVZK – ESAK – BVAC – ACBR – KAPE – ZWAT – HAKI

Beker van Vlaanderen mannen en vrouwen : zondag 7 mei 2023

Organisator RAM (Mechelen) landelijke 3 B

Ploegen : RAM – HAKI – ACA – GENK – AVZK – SACN – BVAC – DALO – ARAC – PEGA – ACKO – TUAC

***Beker van Vlaanderen masters dames en heren : zondag 4 juni 2023**

Organisator ARAC (Arendonk) afdeling 2 B

Ploegen : ARAC – OLSE – ABES – AVLL – VMOL – AVZK – AVT – ZWAT – RCT – TACT – ADD – LOOI

Warre en Jesse De Preter
paaseierenmeeting ACHL Herentals 10/04/2023



MIN J	60m	27	Dirkx Lukas	9.55
MIN J	60m H	10	Dirkx Lukas	11.61
CAD J	60m	13	Dirkx Desmo	8.12
CAD J	ver	8	Dirkx Desmo	5m00
SEN M	60m	13	Lambrecht Maarten	7.66
SEN D	kogel	1	Mondelaers Katrien	7m70
SEN D	kogel	2	Van Winckel Lieve	7m00

HAKI Hoboken 12/03/2023 open meeting met jeugd

groep	proef	pl	naam	prestatie	medaille
MIN J	60 m	2	Vanderghinste Giel	8.51	
MIN J	60m finale	3	Vanderghinste Giel	8.54	
MIN J	ver	12	Vanderghinste Giel	3m88	
MIN J	60m	8	Everdepoel Alec	8.95	
MIN J	60m H	4	Everdepoel Alec	10.55	
MIN J	kogel	8	Everdepoel Alec	7m56	
MIN J	hoog	1	Everdepoel Alec	1m58	
MIN J	ver	9	Everdepoel Alec	4m27	



ADVIES & ANALYSE OP MAAT

Bent u op zoek naar een specialist in loopschoenen? Bent u een fervent wandelaar en wilt u nieuwe wandelschoenen aanschaffen? Hebt u lichamelijke klachten die door orthopedische steunzolen verholpen kunnen worden? Bij Running Store kan u terecht voor een uitgebreide analyse van diverse sportschoenen (lopen, wandelschoenen) en orthopedische steunzolen. Een professioneel team staat voor u klaar om u met het juiste materiaal en een verregaande knowhow op weg te helpen. Hierbij wordt er gebruik gemaakt van een looppiste met Footscan analyse, HD camera en de jarenlange ervaring van het team aan specialisten.

UITGEBREID AANBOD

Niet enkel doorleefde sporters, maar ook niet-sporters met fysieke klachten zijn steeds welkom om uit te zoeken of een aangepast paar schoenen of orthopedische steunzolen aan de basis kunnen liggen van de remedie. Bij Running Store kan u terecht voor een brede waaier aan: loopschoenen, wandelschoenen, steunzolen en schoenherstellingen.

STEUNZOLEN OP MAAT IN EIGEN ATELIER

Onze orthopedische steunzolen worden dynamisch opgemeten, waardoor we een heel duidelijk beeld van afrol en drukopname krijgen van uw voeten.

De opmetingen gebeuren door onze Footscan® technologie en Quintec HD Camera.

Voor het te laten opmeten van steunzolen moet je bij Running Store geen afspraak maken. Er is tijdens de openingsuren steeds een bewegingsanalist in huis. Het vervaardigen van de steunzolen zal ongeveer 2 weken in beslag nemen.

Hebt u nog vragen? Aarzel dan niet om contact op te nemen. Daarnaast bieden wij zowel in de winkel als op de webwinkel een uitgebreid gamma aan loopkledij en andere loopartikelen aan. Denk maar aan hartslagmeters, verlichting en andere technische hulpmiddelen zoals headphones. Bovendien kan je bij ons ook terecht voor sportvoeding, energiegels en sportdranken. Na uw (online) aankoop, bieden wij een service na verkoop in de winkel zelf. Hebt u nog vragen? Wilt u iets laten aanpassen of zijn er producten die u wenst om te ruilen? Geen probleem.

FOOTSCAN® ADVIES OP MAAT

Wanneer u op zoek bent naar de juiste sportschoenen is een gedetailleerde analyse van uw voet en looptechniek van groot belang. Laat daarom een Footscan en videoanalyse uitvoeren in één van onze stores zelf om uw voet op te meten en de juiste ondersteuning te bepalen. Wanneer u nadien een paar sportschoenen aankoopt, is de Footscan analyse volledig gratis. In andere gevallen wordt er een kost van 25 euro aangerekend die in mindering wordt gebracht bij een volgende aankoop.

PERSOONLIJK ADVIES DOOR ONZE ADVISEURS

Bij Running store hechten wij veel belang aan een gepersonaliseerde aanpak van al onze klanten. Een luisterend oor naar het verhaal achter iedere klant. Zo krijgen onze adviseurs meer background informatie en kunnen ze hiermee aan de slag tijdens analyse en hebben we al het nodige om je verder op weg te helpen met je nieuwe uitdagingen.

Leden van AVZK Krijgen een rechtstreekse korting (-10%) op alle schoenen & kledij.

Vanaf begin april wordt er ook een vestiging geopend in Herentals.

Vestiging Duffel
Kapelstraat 41
2570 Duffel
015/32.35.38
info@runningstoreduffel.be

Vestiging Kontich
Drabstraat 205
2550 Kontich
034 57 67 03
info@runningstorekontich.be

Vestiging Herentals
Geelseweg 3
2200 Herentals
014 70 00 47
info@runningstoreherentals.be

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 Loock 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 Wiekevorstdorp 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

Voorlopige tussenstand criterium AVZK 2022-2023

Deze tussenstand is bijgewerkt tot zondag 31 maart 2023

V = Veldloop, I = Indoor, O = Outdoor

Kangoeroes meisjes 2017 V I O

Laporte Aline 6

Kangoeroes meisjes 2016 V I O

Van Beersel Ameline 5

Gysemans Anna 2

Bellekens Lili 7

Van Horenbeeck Nore 2

Gorris Emma 4

Nevelsteen Mona 2

Boeckstaens Charlotte

Benjamins meisjes 2015 V I O

Fabry Marie 2

Yskout Léonore 6

Gysemans Louise 7

De Win Ona 3

Verschueren Ama Ri Lis 3

Benjamins meisjes 2014 V I O

Goris Sofie 2

Goris Arwen 5

Van Hoof Minne 6

Loubani Lina

Dhondt Paige 2

Vets Olivia 2

Janssens Kesia 2

Bussche Esther

Knapen Julie 8

T'Syen Nore 2

Pupillen meisjes 2013 V I O

Straetmans Maya

Laenen Lize 5 2

Bockx Tess

Thijssen Jade 5

Vandille Anna 4 3

Jacobs Jozefien 5

Joossen Mera 4

Van den Wijngaert Maïte 6

Sweeck Janne

Rombouts Isolde

Pupillen meisjes 2012 V I O

Van Beersel Elise 5

Bruyndonckx Noa 2

Van Goolen Maud

Miniemen meisjes 2011 V I O

Claes Onah 4 6

Van der Sanden Emma 11 1

Verbeke Pauline

Miniemen meisjes 2010 V I O

Huybrechts Sara 5

Laeveren Pauline 2

Aerts Geike 2 1

Schellekens Thalia

Heremans Linde 10 1

Vermaelen Lore 2

Ziraoui Imene

Cadetten meisjes 2009 V I O

Maertens Norah

Swyngedauw Kira

Van Dijck Nohre

Janssens Febe 2

Knapen Amber 10

Cadetten meisjes 2008 V I O

Luyts Kato

Van Dessel Marie 2 3

De Valck Anke

Henderickx Lien 2 3

Scholieren meisjes 2007 V I O

Huybrechts Anna 10

Scholieren meisjes 2006 V I O

-

Juniors dames 2005 V I O

Fleerackers Britt 4

Van Dyck Flore 2

Creemers Esra

Milloen Sarie

Juniors dames 2004 V I O

-

Seniors dames V I O

Van Lent Lotte

Van Oosterwyck Lotte

Bassleer Katinka 1

Vermeulen Lauren 3

Van Den Broeck Sarah 2

Van Aelst Linde

Oost Morgan

Laporte Morgan 4

Masters dames V I O

De Coninck Ilse 4 2

Mondelaers Katrien 3

Van De Water Geert

Van Winckel Lieve 2

Peeters Nadine 2

Smets Kim

De Veuster Ilse 1

Van Roie Liesbet

Dévière Elisabeth 1

Teniers Iris

Thomas Eef

Van Peer Ingrid 1

Kangoeroes jongens 2017 V I O

Van Hoof Fenne 6

Kangoeroes jongens 2016 V I O

Geukens Vince 2

Thijssen Ibe 4

Geeraerts Senne 3

Vervloet Midas 5

Goris Mats 3

Van den Bergh Leo 2

Nijs Elliot 5

Meylemans Cyriel 5

Janssens Isai 2

Benjamins jongens 2015 V I O

De Preter Jesse 6

De Preter Warre 7

Vaes Alexander 7

Van de put Sem 8

Bellekens Mil 7

Beyens Sander

Benjamins jongens 2014 V I O

Coremans Kobe

Van Oost Lukas 2

Claessen Tomas 8

D'helft Finn 2

Van Horenbeeck Kobe 2

De Langh Bence

Docx Kobe

Hermans Mauro 2

Vandekerckhove Willem 2

Anthonis De Pré Aaron

Nijs Oliver 4

Meulders Ferre 2

De Wever Pol 2

Bruynseels Floran 2

Pupillen jongens 2013 V I O

Goossens Matz 11

Verbeeck Jens 3

Verreth Alexander 6

Aerts Wolf 2

Thielemans Lucas 7

Van Tricht Bern 6

Roelandt Alexander 11

Labro Sander 7

Yskout Alexander

Moris Jesse 2

Pupillen jongens 2012 V I O

Coremans Bram

Daelemans Niels 2

Everdepoel Menno 2

Loubani Khaled

Weckhuysen Mil

Miniemen jongens 2011 V I O

Van Genechten Kor 5

Van Genechten Vic 3

Laporte Finn 10 1

Goris Cis 2

Goris Finn 4 4

Aerts Ram 2

Claes Vic 9 6

Everdepoel Alec 2 12

Pauwels Kamiel

Knapen Dries 10 1

Miniemen jongens 2010 V I O

Vanderghinste Giel 5 5

Van Winckel Lander 2

Dirkx Lukas 10 8

Henderickx Dries 2 1

D'Helft Noah 2 5

Cobbaut Xander

<u>Cadetten jongens 2009</u>	V	I	O	<u>Juniors mannen 2004</u>	V	I	O	De Raet Jan	4	3
Hantschel Roland	2			Huybrechts Edward	3			Huybrechts Jurgen	11	
Dirkx Desmo	9	9		Helsen Robin	3			Van Den Acker Paul	13	1
Verbeke Pierre	3			Naets Ilan				Lemmens Steve	3	
De Heel Michiel	3			Van Aelst Kobe	4			Verschaeren Geert	5	
<u>Cadetten jongens 2008</u>	V	I	O	<u>Seniors mannen</u>	V	I	O	Vervloet Peter		
Goris Wies	1			De Preter Niels	2			Sleeckx Gijbrecht	8	
Verschaeren Tegge	3			Verschoren Senne	6	1		Goovaerts Joseph		
Waeyaert Brent	3			Van Lent Seppe				Van Lent Jurgen		
Aertgeerts Siebe				Van Den Schoor Senne	3	1		Buellens Wesley	2	
Firlefijn Jakke				Mannaert Jasper	8			De Valck Nathan		
<u>Scholieren jongens 2007</u>	V	I	O	Vanpelt Juan	2			Van Dyck Michel	11	
Swyngedauw Glenn	1			D'Hooghe Zico				Van Den Schoor Bart	8	
Sleeckx Godwin	10	1		Naets Obry	5	2		Straetmans Gilbert	5	
Laurens Kevin	4			Naets Yari				Bellekens Jonas	8	
De Valck Lars	1			Blockx Tristan				Nevelsteen Staf	11	1
Pauwels Kobe				Van Aelst Milo				Verbeke Tobias		
Rits Jonas	6			Matthys Tom				Valckx Stefan	8	1
Verlinden Timo	3			Habets Enrique	9			Helsen Wim	2	
<u>Scholieren jongens 2006</u>	V	I	O	Zehmour-Habets Victor	8			Maertens Vincent	2	
Heremans Mil				Coremans Tibo	2	1		Naets Ivo	10	
De Voeght Jitser	2	1		Derdin Simon	4			Verelst Wim		
<u>Juniors mannen 2005</u>	V	I	O	Blockx Tristan	2			Nevelsteen Kristof	1	
Verbeeck Jesse				Lambrechts Maarten		1		Smets René	4	
Henderickx Sander	1			<u>Masters mannen</u>	V	I	O	Van Aelst Dirk	8	
				Laporte Sten				Knapen Dennis	9	
								De Proost Steven		
								Habets Mario	10	

Verslag bestuursvergadering

14.02.2023

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

Woord van de voorzitter.

De voorzitter heet iedereen welkom.

Afvaardiging G-atleten

Er is een uitnodiging gekomen van een G-meeting ingericht door Looise op 23.04.2023.

Verder hadden de afgevaardigden geen punten.

Goedkeuring vorig verslag

Iedereen heeft het verslag van de bestuursvergadering van 10 januari 2023 ontvangen. Er zijn geen opmerkingen binnengekomen.

Het verslag wordt goedgekeurd.

Sportieve gedeelte+ voorbereiding zomerseizoen 2023

*Kampioenviering Heist-op-den-Berg woensdag 1 maart 2023.

De individuele kampioenen hebben ondertussen een uitnodiging ontvangen. Alle aanvragen van AVZK werden door de sportraad goedgekeurd en zijn inmiddels ook goedgekeurd door het schepencollege.

Verder zijn er drie ploegen ingeschreven : Juniors mannen werden provinciaal kampioen 4 x 400m; Het Heilig Hart College met oa 3 AVZK atleten en één meisje van Hulshout werden provinciaal kampioen 4 x 100 m bij de miniemen meisjes.

En via Sten Laporte is er ook een ploeg pupillen jongens ingeschreven die eerste werden tijdens een meeting in Gent op de 4 x 200m. Zij verbeterden ook het provinciaal record.

Deze ploeg werd ook aanvaard.

De ploegverantwoordelijken en individuele atleten krijgen de uitnodiging via de post.

De mail werd enkel verstuurd naar de aanvragers.

Gisteren is ook de uitnodiging gekomen voor de aflossingsploegen. Hier moeten de verantwoordelijken zelf de uitnodiging doorsturen naar de atleten.

*Start-to-Run 2023 : Deze sessie zou op maandag 27 februari 2023 starten.

Guido deelt mee dat er momenteel 5 inschrijvingen zijn.

Wim stelt voor om de deelnemers van de vorige sessie aan te schrijven voor de volgende reeks van 5 tot 10 km en deze op hetzelfde moment in te richten.

*Tijdens het provinciaal kampioenschap veldlopen te Hulshout op zondag 15 januari 2023 werd Jonas Bellekens derde bij de masters M35-40-45.

*Een week later tijdens de veldloop in Herentals behaalde Jonas Bellekens de eerste plaats bij de jonge masters.

*In Geel op 29.01.2023 werd Jurgen Huybrechts derde in de veldloop van de masters M35-40-45.

*Bart Heylen heeft alle gegevens doorgemailed ivm het trainingsweekend van Maasmechelen. Hij vraagt een spoedig antwoord of dit weekend wordt overgenomen, zo niet gaat hij het annuleren. Monique heeft gevraagd om hier nog even mee te wachten. Zij gaat na deze vergadering met Bart contact nemen.

Jurgen en Sten gaan dit overnemen. Wel nog het mailadres aanpassen.

Uit de mail van Bart blijkt ook dat er nog 4 atleten (Obry Naets, Morgan Oost, Esra Creemers en Kato Luyts) zijn die hun bijdrage van vorig jaar nog niet hebben gedaan. Zij zullen hierop worden aangesproken.

*Aan de juryleden wordt gevraagd om hun jaarplanning voor het zomerseizoen in orde te maken.

-Avondmeeting Running store van vrijdag van 02.06.2023 start 18u30

AMH 100 m en hockeybal

Cadetten jongens en meisjes : 100 m – 200 m – 800 m - kogel – discus – ver – hoog

Scholieren jongens en meisjes : 100 m – 200 m – 800 m – kogel – discus – ver – hoog

Juniors, seniors dames en mannen : 100 m – 200 m - 800 m – uurloop – kogel-

discus – ver – hoog

Masters mannen en vrouwen : 100 m – 200 m – 800 m – uurloop – kogel-

discus – ver – hoog

-Jeugdmeeting Antwerps jeugdcriterium running store zaterdag 24 juni 2023

start : 10u00

Kangoeroes jongens en meisjes : 30 m – ver – stoten – teamestafette

Benjamins jongens en meisjes : 40 m – 600 m - hoog – vortexwerpen

Pupillen jongens en meisjes : 60 m – 60 m horden (0.686 m) – 3 x 600 m –

kogel – ver

Miniemen meisjes : 80 m – 150 m horden (0.686 m) – 3 x 600 m – speer – hoog

– polsstok

Miniemen jongens : 80 m – 150 m horden (0.762 m) – 3 x 600 m – speer –

hoog - polsstok

Binnenkort zullen de uurschema's worden opgemaakt.

*Bekers van Vlaanderen 2023 :

-Zondag 7 mei 2023 AC mannen en vrouwen; landelijke 2 B In Mechelen (RAM)

-Zaterdag 13 mei 2023 pupillen/ miniemen jongens en meisjes ; match 5 Bete-kom (ROBA)

-Zondag 14 mei 2023 cadetten/scholieren jongens en meisjes ; landelijke 3 B Lanaken (ATLA)

-Zondag 4 juni 2023 masters mannen en vrouwen ; afdeling 2 B Arendonk (ARAC).

*Wat met de aanschaf van nieuwe polsstokmat en startblokken ?

Guido Van Roie heeft een offerte gevraagd voor de polsstokmat en de startblokken.

Er dienen ook dringend nieuwe startblokken te worden aangeschaft.

Ivm de aanschaf van de polsstokmat en de startblokken zal een onderhoud gevraagd worden aan de dienst sport en jeugd. Er zal ook voorgesteld worden dat de schepen van sport aanwezig kan zijn.

*Bart Heylen heeft te kennen gegeven dat hij met onmiddellijke ingang stopt met training te geven. Hij wordt bedankt voor zijn grote inbreng in de club.

Ook Iris Teniers heeft te kennen gegeven dat zij stopt met training te geven omdat de combinatie trainen, studeren en werken moeilijk is. Ook zij wordt bedankt voor de inbreng in de groep.

Sten Laporte zal hun plaats innemen.

*Er dient opnieuw gezocht te worden naar jeugdtrainers. Steven gaat een oproep zetten in het clubblad en op messenger.

*Bij het highjumpgala van 11.02.2023 dat werd ingericht door Jens Laporte was er een goede opkomst van het publiek. Ook het aantal deelnemers was in orde.

De meeting kende een goed verloop.

Voorlopige kalender van AVZK voor 2023

*wafels, truffels en gebakjesverkoop januari en februari 2023. Afhalen 9 maart 2023

*zaterdag 1 april 2023 trainingsdag voor de jeugd en de G-atleten.

*pistemeeting Running Store vanaf cadetten (ook voor G-atleten) vrijdag 2 juni 2023

*zondag 11 juni 2023 ontbijtactie (onder voorbehoud)

*zaterdag 24 juni 2023 jeugdmeeting Running Store kangoeroes tot en met miniemen

*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

Vorbereiding wafel-, truffel-, gebakjes- en zeevruchtenpralinesverkoop.

*De bestellingen komen stilaan binnen. Dit kan nog gebeuren tot 27 februari 2023.

*Daarna volgt de bestelling en betaling.

*De producten worden geleverd op donderdag 9 maart 2023 in de inkomhal van de sporthal en kunnen daar tussen 19u00 en 20u30 worden afgehaald.

*Iedereen heeft nog een herinnering gekregen via de mail. Steven gaat het ook nog eens in Messenger zetten.

Evaluatie 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.

Vorbereiding kledijverkoop

De pasdagen zijn voorzien op dinsdag 28/02; donderdag 02/03 en dinsdag 07/03.

Er kan worden besteld en betaald met payconiq en via overschrijving.

Er wordt gedacht aan een systeem zodat men kan zien wie besteld en betaald heeft.

Tijdens de pannenkoekenbak zijn er folders uitgedeeld. Ook in het clubblad van januari-februari 2023 staat er een artikel ivm aanschaf kledij.

Een idee voor de criteriumprijs 2023 zou kunnen zijn : een spikezakje en een muts.

Voor de jeugd zou het gaan om een T-shirt of muts en trofee.

Misschien tegen volgende vergadering een beslissing nemen.

Vorbereiding ledenfeest

*Het ledenfeest zal doorgaan op zaterdag 28 oktober 2023 in zaal Magneet in Grootlo. De zaal werd vastgelegd en er werd een voorschot betaald.

Soep : tomatensoep met balletjes

Hoofdschotel : pensen; frikadellen; kippenbil; rauwkost groentenschotel;

broodjes; puree; krieken; appelmoes

Dessert : taart; rijstpap; ijsje (caramel, chocolade, room).

Binnenkort zal Steven de werkgroep samen roepen om een beslissing te nemen.

Varia

*De volgende vergadering zal doorgaan op dinsdag 14 maart 2023 en vangt aan om 20u00 in het cafetaria.

*Wat met uittreksel van goed gedrag en zeden.

Dit geldt alleen voor nieuwe trainers die met de jeugd werken. Het document mag alleen gelezen worden door een aangeduide vertrouwenspersoon en mag niet worden bijgehouden. Enkel de datum van raadpleging dient te worden genoteerd.

*Steven deelt mee dat het clubblad zo goed als klaar is. Hij zal een proefdruk meebrengen naar de training.

*Zaterdag is er weer een cursus voor juryleden olv Guido Van Roie voor juryleden van niveau 3 en 4 cursus en examens.

*Er wordt voorgesteld om ook iets te doen voor de bestuursleden. Over het wat en hoe meer op volgende vergadering.

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

Lekens Hendrik,

Verslaggever

Verslag trainersvergadering

10.01.2023

Aanwezig: : Katrien Mondelaers, Eef Thomas, Britt Fleerackers, Jitser De Voeght, Peter Vervloet (verslag)

TRAINING:

- Trainingsdag gaat op zaterdag 1 april door. Met G-atleten ook (Agnes en/of René). Kunnen begeleiden: Peter, Sten, Guido, Jitser. Zoals vorig jaar vanaf kangoeroes. Van 10u tot 16u. Ook aan een aantal disciplinetrainers vragen of die 2-tal uren kunnen bijspringen (Liesbet, Lotte). Al 23 inschrijvingen en nog 5 g-atleten
- Peter geeft op dinsdag miniemen training, donderdag pup; Britt omgekeerd
- Extra training voor pup & min vanaf 4 april. Af en toe kan Sander H bijspringen.
- Jitser zal op dinsdag werptraining miniemen in bijtraining geven
- Er is een vacature voor bijkomende trainer, maar nog geen interesse
- Graag al vakantieplanning invullen

WEDSTRIJDEN

- zomerprogramma samengesteld (zie jeugdkalender en schema trainingen). Herentals op paasmaandag wordt extra toegevoegd. Lier begin augustus nog onder voorbehoud. Trainers graag al beginnen invullen welke je kan begeleiden. Voor benj/kan samen volstaat 1 trainer (zelfs niet absoluut nodig), liefst 1 begeleider voor pup en 1 voor miniemen.
- Ook info mail daarover rondsturen aan ouders
- BVV voorbereiding. Gaat door op 13 mei. Binnen enkele weken zal Peter mail daarover rondsturen. Blijkbaar zijn er beperkingen qua aantal inschrijvingen bij hoog en ver.

MATERIAAL & INFRASTRUCTUUR

- Graag bestellen
 - o Touw, om dingen mee op te hangen
 - o Parachute, zo een veelkleurige, 3m diameter
 - o Aantal extra lichte ballen (plastic)
- Eef stelt voor om eens naar app Twizzit te kijken. Is gemaakt voor clubs, niet gratis, maar uiterst geschikt om info uit te wisselen, per groep, maar ook om aanwezigheid om trainingen aan te kondigen (zodat we beter een zicht hebben op hoeveel er naar training komen).

VOLGENDE VERGADERING

Dinsdag 2 mei, 20u00

Verslag bestuursvergadering

14.03.2023

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

Woord van de voorzitter.

De voorzitter heet iedereen welkom.

Afvaardiging G-atleten

- *De G-meeting ingericht door Looise op 23.04.2023 gaat niet door wegens werken aan de piste.
- *De betaling voor deelname aan de Special Olympics in Mechelen van 17 mei 2023 tot 19 mei 2023 is uitgevoerd.
- *Woensdag 8/3 was er een online vergadering ivm de Special Olympics.
- *Op 26.04 is er een verkenning in Mechelen en ook wordt het stadion van KV Mechelen aangedaan omdat daar de openingsceremonie plaats vindt.
- *Een dikke merci van Agnes en René aan de G-atleten voor de verkoop tijdens de wafelactie.

Goedkeuring vorig verslag

Iedereen heeft het verslag van de bestuursvergadering van 14 februari 2023

ontvangen. Er zijn geen opmerkingen binnengekomen. Het verslag wordt goedgekeurd.

sportieve gedeelte+ voorbereiding zomerseizoen 2023

*Kampioenviering Heist-op-den-Berg heeft plaatsgevonden op woensdag 1 maart 2023. De meeste atleten van AVZK die in aanmerking kwamen waren aanwezig.

*Start-to-Run 2023 : Deze sessie is gestart op maandag 27 februari 2023 .

*Er is ook een sessie gestart voor joggers van 5 km tot 10 km. Guido gaat navragen bij de gemeente ivm de verzekering. Anders dient de familiepolis te worden aangesproken.

*Tijdens het Belgisch kampioenschap veldlopen te Brussel op zondag 26 februari 2023 werd Sem Van de Put tweede bij de benjamins jongens 2015.

Hier werd wel een uitslag van de benjamins opgemaakt.

*Tijdens het provinciaal kampioenschap masters behaalde Paul Van Den Acker goud op de 800 m bij de masters M60. Staf Nevelsteen behaalde zilver op de 800 m bij de masters M65. Lieve Van Winkel won zilver bij het kogelstoten bij de masters dames W40.

*Op 3 maart 2023 is er een mail toegekomen ivm de eindstand van de cross-trofee van de provincie Antwerpen. Dit evenement gaat door op vrijdag 24 maart 2023 in zaal 'De Kompanie' in Mortsel. De pupillen worden verwacht tegen 19u30, de miniemen tegen 20u30.

Atleten dienen persoonlijk aanwezig te zijn.

Van AVZK komen volgende atleten in aanmerking : Emma Van der Sande (miniemen 2011); Sara Huybrechts (miniemen 2010); Matz Goossens (pupillen 2013) ; Alexander Roelandt (pupillen 2013); Lucas Thielemans (pupillen 2013); Vic Claes (miniemen 2011) en Lukas Dirckx (miniemen 2010) De atleten en de ouders zijn verwittigd via mail.

*Er dient opnieuw gezocht te worden naar jeugdtrainers. Steven gaat een oproep zetten in het clubblad en op messenger. Peter gaat nog eens alle ouders aanschrijven.

*Aan de juryleden wordt gevraagd om hun jaarplanning voor het zomerseizoen in orde te maken.

*Binnenkort zullen zij ook gevraagd worden of zij kunnen jureren op de meetings die AVZK inricht. er zijn al een viertal mensen die op de oproep gereageerd hebben.

*De proeven voor de twee meetings van AVZK zijn doorgegeven via alabus. De uurschema's zijn ook klaar gemaakt. Voor de jeugdmeeting kunnen er nog aanpassingen komen omdat we niet weten hoeveel kangoeroes en benjamins er zullen inschrijven. Er mogen maximaal 75 kangoeroes en 75 benjamins ingeschreven worden. Dit zal ook in de info vermeld worden.

Voor de 500 m (kangoeroes) en de 600 m (benjamins) zullen er twee groepen gemaakt worden.

*Agnes deelt mee dat zij de cursus van hulpstarter heeft gevolgd op zaterdag 11.03. Het was een gratis cursus.

-Avondmeeting Running store van vrijdag van 02.06.2023 start 18u30

AMH 100 m en hockeybal

Cadetten jongens en meisjes : 100 m – 200 m – 800 m - kogel – discus – ver – hoog

Scholieren jongens en meisjes : 100 m – 200 m – 800 m – kogel – discus – ver – hoog

Juniors, seniors dames en mannen : 100 m – 200 m - 800 m – uurloop – kogel-discus – ver – hoog

Masters mannen en vrouwen : 100 m – 200 m – 800 m – uurloop – kogel-discus – ver – hoog

-Jeugdmeeting Antwerps jeugd criterium running store zaterdag 24 juni 2023 start : 10u00

Kangoeroes jongens en meisjes : 30 m – 500 m - ver – stoten

Benjamins jongens en meisjes : 40 m – 600 m - hoog – vortexwerpen

Pupillen jongens en meisjes : 60 m – 60 m horden (0.686 m) – 3 x 600 m – kogel – ver

Miniemen meisjes : 80 m – 150 m horden (0.686 m) – 3 x 600 m – speer – hoog – polsstok

Miniemen jongens : 80 m – 150 m horden (0.762 m) – 3 x 600 m – speer – hoog - polsstok

*Bekers van Vlaanderen 2023 :

-Zondag 7 mei 2023 AC mannen en vrouwen; landelijke 2 B In Mechelen (RAM)

-Zaterdag 13 mei 2023 pupillen/ miniemen jongens en meisjes ; match 5 Bete-kom (ROBA)

-Zondag 14 mei 2023 cadetten/scholieren jongens en meisjes ; landelijke 3 B Lanaken (ATLA)

-Zondag 4 juni 2023 masters mannen en vrouwen ; afdeling 2 B Arendonk (ARAC).

*Het trainersverslag wordt overlopen.

*Alec Evendepoel heeft 1m58 hoog gesprongen tijdens een meeting in Hoboken op 12/03/2023. Dit is alleszins een provinciaal record. Het zou ook een beste Belgische en zelfs Benelux prestatie kunnen zijn. Er zal navraag naar gedaan worden.

*Er wordt gevraagd om gebruikt materiaal terug op zijn plaats te leggen na gebruik.

*Er wordt gevraagd dat de trainers die hun aanwezigheid op begeleide wedstrijden bevestigen, dat zij ook effectief aanwezig zouden zijn.

*Er is vroeger afgesproken dat de tweedejaars miniemen éénmaal in de week mogen trainen met een disciplinetrainer

*Stand van zaken ivm aanschaf van nieuwe polsstokmat en startblokken.

Stand van zaken overkapping hoogspringmat.

Steven heeft een mail gestuurd naar Wendy en Eva.

Op 15/03/2023 is er een bijeenkomst op de gemeente ivm het subsidiebeleid van de gemeente. Steven gaat deze vergadering volgen. Misschien kan hij daar meer info vergaren.

*Wat staat er allemaal op het lijstje :

-8 startblokken

-1 nieuwe blok hoogspringmat van de gemeente

-polsstokmat

-overkapping van de hoogspringmat via Sint-Lambertusinstituut

Verder nog het onderhoud van de piste (is zeer vuil) en het goed leggen van binnenkant van de piste.

*sponsoring van amo-sport.

*Er is een mail gekomen van de sportdienst dat van 1 april tot 31 mei de gras-piste niet beloopbaar zal zijn wegens onderhoud en bijwerken. Van 1 juni tot 31 juli zal het voetbalveld niet gebruikt mogen worden.

Voorlopige kalender van AVZK voor 2023

*zaterdag 1 april 2023 trainingsdag voor de jeugd en de G-atleten.

*open avondmeeting Running Store vanaf cadetten (ook voor G-atleten) vrijdag 2 juni 2023

*zondag 11 juni 2023 ontbijtactie.

*zaterdag 24 juni 2023 jeugdmeeting Running Store kangoeroes tot en met miniemen

*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

Evaluatie wafel-, truffel-, gebakjes- en pralines-verkoop.

*Er werden 425 dozen besteld, dat zijn er 150 minder dan vorig jaar maar toch nog altijd de moeite om het instant te houden.

*De bedeling is vlot verlopen. Op het einde waren er 3 bestellingen niet afgehaald. Deze personen werden per mail gevraagd om hun bestelling vanaf dinsdag 14.03.2023 af te halen in het cafetaria. Van 2 heb ik een antwoord gekregen. De bestellingen zijn ondertussen allemaal afgehaald.

*De 3 kinderen die het meest verkocht hebben en in aanmerking kwamen voor de naturaprijs waren : Alexander Vaes, Dries Henderickx en Minne en Fenne Van Hoof.

*Nadine Peeters (G-atlete) verkocht wel het meeste dozen van de ganse club. Ook een woord van lof voor de G-atleten want zij verkochten samen heel veel dozen. Proficiat.

*Er wordt voorgesteld om nog meer reclame te voeren via de trainers. Dit kan zijn effect hebben, kijk maar naar de G-atleten waar de trainers veel reclame hebben gemaakt.

*Ook meer gebruik maken van het bord buiten aan de piste.

*Het bestuur bedankt iedereen die dit lekkers heeft verkocht en gekocht.

Vorbereiding ontbijtactie 2023

*De ontbijtactie zal die jaar doorgaan op zondag 11 juni 2023.

*Binnenkort zal de werkgroep bijeen komen om alles te bespreken. Er kan misschien al uitgekeken worden naar drie soorten zakken die kunnen gebruikt worden.

*Aan Mendo zal de cafetaria gevraagd worden om alles klaar te zetten en klaar te maken de dag zelf.

*In het clubblad van maart-april 2023 zou het formulier ook moeten verschijnen.

*Steven gaat er werk van maken en zal binnenkort de werkgroep samen roepen.

Varia

*De volgende vergadering zal uitzonderlijk doorgaan op dinsdag 18 april 2023 en vangt aan om 20u00 in het cafetaria.

*Binnenkort de werkgroep voor het ledenfeest bijeen roepen om te beslissen aan wie het zal gegund worden en wat er verwacht wordt.

*er wordt gevraagd om organigrammen op te maken van de verschillende werkgroepen.

*Er wordt ook gevraagd om singletjes bij te bestellen. Er zal bekeken worden of hetzelfde ontwerp bij Running Store mogelijk is. Het ontwerp dient wel hetzelfde te blijven. Eventueel kunnen er andere sponsors op.

*Tegen de jeugdmeeting snoepzakken voorzien. Wim gaat hiervoor het nodige doen.

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

Lekens Hendrik,

Verslaggever

Verslag trainersvergadering 4/4/2023

Aanwezig: : Jurgen Van Lent, Lieve Van Winckel, Sten Laporte, René Buschodts, Peter Vervloet (verslag)

TRAINING:

• Sten Laporte geeft nu sinds kleine 2 maanden training aan afstandslopers. Het is een redelijk klein groepje met vooral jeugd en enkele seniors en masters. Meer het vlot wel goed.

WEDSTRIJDEN

• vergadering ging quasi volledig over voorbereiding BVV ploegen. Bij de cadetten en scholieren komen we maar nipt aan het minimum aantal atleten dat vereist is om geldig mee te mogen doen. Veel afwezig door schoolreizen buitenland en gekwetsten. Hier en daar zijn er nog wel onduidelijkheden. Bv lange afstand AC laten we de finale keuze aan Gilles

• Peter past het bestand aan voor AC mannen en vrouwen. Het uurschema is voor deze wedstrijd helemaal gewijzigd. Jurgen voor cadetten en scholieren. Later kan dit nog eens aan atleten rondgestuurd worden.

• Inschrijven op atletiek.nu zal Jurgen doen voor AC en Sten voor cadetten en scholieren

• Later moet begonnen worden aan BVV voor masters (in juni gaat dat door)

MATERIAAL & INFRASTRUCTUUR

• Niet besproken

VOLGENDE VERGADERING

Dinsdag 6 juni

FEDERALE KALENDER ZOMER

2023

April 2023

Za 22 Provinciale kampioenschappen

Zo 23 Provinciale kampioenschappen

Za 29 BK 10.000m A.C. en Masters Huizingen (OEH)

Zo 30 BK berglopen A.C. en Masters Membre-sur-Semois (ARCH)

Mei 2023

MA 1 Athletics Classic Meeting ACHL Herentals

Zo 7 Interclub vrouwen + mannen

Za 13 – Zo 14 WK Relays (UITGESTELD !!!) Guangzhou (CHN)

Za 13 BvV Pup/Min meisjes + jongens

Za 13 BK Trail (klassiek en ultra) (Le Grand Trail des Lac & Châteaux) Ovifat (HF)

Zo 14 BvV Cad/Sch meisjes + jongens

Do 18 Allianz KVV Alle Categorieën Gent (KAAG)

Za 20 Flanders Cup AVLO Lokeren

Zo 21 Prov. kamp. Pup/Min

Zo 21 BK 24u A.C. en Masters Brugge (OB)

Za 27 WA Continental Tour Challenger Meeting EA - IFAM Oordegem

Juni 2023

Za 3 European 10.000m Cup Pacé (FRA)

Za 3 BK AMH VE Oordegem-Lede

Za 3 Flanders Cup OLSE Merksem

Zo 4 BvV Masters vrouwen + mannen

Di 6 – Za 10 WK Trail & Berglopen Innsbruck-Stubai (AUT)

Za 10 – Zo 11 BK Masters Sint-Niklaas (ACW)

Za 10 Flanders Cup VS Oordegem-Lede

Di 20 – Zo 25 European Team Championships Silesia (POL)

Za 24 Athletics Classic Meeting ACW Sint-Niklaas

Zo 25 BK snelwandelen 10.000 A.C.-V/Mas-V en 20.000 A.C.-M/Mas-M Gosselies (GOSP)

Zo 25 Athletics Classic Meeting DUFF Duffel

Juli 2023

Za 1 Flanders Cup AVLL Lier

Za 1 BK werpvijfkamp Masters Sint-Niklaas (ACW)

Zo 2 BK + KvV 100km A.C. en Masters Veldegem (HAC)

Za 8 WA Continental Tour Bronze MOORE – Guldensporenmeeting KKS Kortrijk

Di 11 Athletics Classic Meeting RIEM Ertvelde

Wo 12 WA Continental Tour Bronze - Internationale meeting Luik Luik

Do 13 – Zo 16 EK U23 Espoo (FIN)

Za 15 WA Continental Tour Bronze - Nacht van de atletiek Heusden-Zolder

Za 22 Flanders Cup VITA Ninove

Di 25 – Za 29 European Youth Olympic Festival (EYOF) Maribor (SVN)

(Vr 28) - Za 29 – Zo 30 Allianz BK Alle Categorieën + BK AMH FYS/VI Brugge (OB)

Augustus 2023

Di 1 – Zo 6 Universiade Chengdu (CHN)

Za 5 Flanders Cup DCLA Kessel-Lo

Za 5 BK 10 Km A.C. en Masters op de weg Lokeren (AVLO)

Ma 7 – Do 10 EK U20 Jerusalem (ISR)

Za 12 WA Continental Tour Challenger – BMW Louyet Meeting OEH Huizingen

Di 15 KvV Cad/Sch Heusden (AVT)

Di 15 BK hamerslingeren en gewichtwerpen Masters Sint-Niklaas (ACW) Versie: 3 maart 2023

Za 19 – Zo 20 BK Meerkampen (Cad/Sch/Jun/Sen/Mas) Herve (HERV)

Za 19 – Zo 27 WK atletiek Budapest (HUN)

Zo 20 KvV Masters Merksem (OLSE)

Za 26 Prov. kamp. Estafetten

September 2023

Za 2 – Zo 3 BK Cad/Sch + est. Jun Gentbrugge (RCG)

Vr 8 Wanda Diamond League Meeting - Allianz Memorial Van Damme Brussel

Za 9 Athletics Classic Meeting DEIN Deinze

Zo 10 BK Jun/Bel Jambes (SMAC)

Za 16 BK hamer Cad/Sch/Jun/Bel Torhout (HAC)

Zo 17 BK estafetten + BK AMH estafetten Braine L'Alleud (USBW)

Za 23 Finale BvV Pup/Min meisjes + jongens

Oktober 2023

Zo 1 KvV hamerslingeren Cad/Sch/Mas Merksem (OLSE)

Zo 1 BK snelwandelen 20km V en 35km M Tilburg

Za 7 BK 5.000m AMH Lier (AVLL)

Later te bepalen:

- BK Verticale Kilometer A.C. en Masters
- KVV Meerkampen
- BK + KvV Marathon A.C. en Masters
- Brussels Ekiden

Provinciaal record hoogspringen van Alec Everdepoel. 1,58m zondag 12 maart 2023



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 Booischot-statie is goed voor 1 punt

Meetings van het Antwerps jeugd criterium 2023

Maandag 1 mei 2023	AC Duffel	Duffel
Zaterdag 24 juni 2023	AVZK	Booischot
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.

19de meeting Antwerps Jeugd criterium

24 juni 2023 Booischot

Eerste start: 10u00 - 11u45 (kangoeroes en benjamins)

Eerste start: 10u00 - 13u30 (pupillen en miniemen)

Inschrijvingsgelden: kangoeroes en benjamins: meerkamp 5 euro
pupillen en miniemen: 3 euro per proef

Inkom: 4 euro

Kangoeroe jongens: 30 m- ver-stoten-500 m

Kangoeroe meisjes: 30 m- ver-stoten-500 m

Benjamins jongens: 40 m-600 m-hoog-vortexwerpen

Benjamin meisjes: 40 m-600 m-hoog-vortexwerpen

Pupillen jongens: 60-60h-kogel-ver-3x600

Pupillen meisjes: 60-60h-kogel-ver-3x600

Miniemen jongens: 80--150h-speer-hoog-polsstok-3x600

Miniemen meisjes: 80--150h-speer-hoog-polsstok-3x600

uurrooster kan/ben 24/06/2023 (bij benadering)

10u00: kangoeroes groep A: 30m

kangoeroes groep B: verspringen

kangoeroes groep C: stoten

benjamins groep A: 40m

benjamins groep B: hoogspringen

benjamins groep C: vortexwerpen

10u30: kangoeroes groep A: stoten

kangoeroes groep B: 30m

kangoeroes groep C: verspringen

benjamins groep A: vortexwerpen

benjamins groep B: 40m

benjamins groep C: hoogspringen

11u00: kangoeroes groep A: verspringen

kangoeroes groep B: stoten

kangoeroes groep C: 30m

benjamins groep A: hoogspringen

benjamins groep B: vortexwerpen

benjamins groep C: 40m

11u30: kangoeroes groep A: 500m

11u35: kangoeroes groep B: 500m

11u40: benjamins groep A: 600m

11u45: benjamins groep B: 600m

Deze uurrooster zal worden aangepast naargelang het aantal groepen. Achteraf krijgt iedere benjamin en kangoeroe een medaille.

uurrooster pup/min 24/06/2023 (bij benadering)

10u00: 150 m horden miniemen jongens (0,762)

kogel (2 kg) pupillen jongens

ver pupillen meisjes

polsstok miniemen meisjes en jongens

10u20: 150 m horden miniemen meisjes (0,686)

hoog miniemen jongens

10u35: 60 m horden pupillen jongens (0,686)

10u45: speer (400 gr) miniemen meisjes

10u50: 60 m horden pupillen meisjes (0,686)

11u10: kogel (2 kg) pupillen meisjes

11u20: ver pupillen jongens

hoog miniemen meisjes

11u45: speer (400 gr) miniemen jongens

11u55: 60 m pupillen meisjes

12u10: 60 m pupillen jongens

12u25: 80 m miniemen meisjes

12u40: 80 m miniemen jongens

13u00: 3 x 600 m pupillen meisjes

13u10: 3 x 600 m pupillen jongens

13u20: 3 x 600 m miniemen meisjes

13u30: 3 x 600m miniemen jongens

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 Verbortlei 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

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
33 ^{ste} stratenloop van Booischoot Statie	07/08/2023
De Hei loopt	09/09/2023



AVZK

ATLETIEK VERENIGING ZUIDERKEMPEN

33^{ste} stratenloop van Booischoot-Statie

Wanneer : maandag 7 augustus 2023 eerste start 18u30.

Waar : Booischoot – Statie; start Kleine Steenweg 127; aankomst Kleine Steenweg 153

Inschrijvingen : Voorinschrijvingen tot 05.08.2023 via sport en jeugd . Inschrijven ter plaatse is mogelijk (Brasserie 't Stationneke, in de witte tent).

Familiejoggings : voorinschrijvingen : € 5.00; ter plaatse : € 6.00

Kinderjoggings en G-loop : € 2.00 (zowel voorinschrijving als ter plaatse)

Atleten aangesloten bij AVZK lopen gratis mee, maar dienen wel te worden ingeschreven.

Kleedkamers en douches : Sportcentrum De Lichten, Kloosterveldstraat 7 2221 Booischoot (ongeveer 1 km van de omloop)

Afstanden, starturen en leeftijden en prijzen.

18u30	kinderjogging	°2018 en jonger	200 m	pakket en medaille
18u35	kinderjogging	°2017 - °2016	200 m	pakket en medaille
18u40	kinderjogging	° 2015-°2014-°2013	400 m	pakket en medaille
18u50	kinderjogging	°2012-°2011-°2010	800 m	pakket en medaille
18u55	g-loop	vrouwen en mannen	400 m	pakket en medaille
19u05	familiejogging	vrouwen en mannen	4,5 km	naturaprijs en podiumprijs M/V
19u45	familiejogging	vrouwen en mannen	7,5 km	naturaprijs en podiumprijs M/V
19u45	familiejogging	vrouwen en mannen	10,5 km	naturaprijs en podiumprijs M/V

Atleten van AVZK kunnen gratis meelopen bij de stratenloop van Booischoot-Statie. Inschrijven is wel verplicht voor iedereen.

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 criterium-prijs.

Averegtenjogging (19.05.2023)

Plaats : terreinen KFCM Molenzonen, Spekstraat 28 2220 Hallaar

Organisatie : Heistse Berglopers www.berglopers.be

Afstanden : 5 km / 10 km

Jeugdreeksen : 100 m (2020-2017)
400 m (2016 – 2014)
800 m (2013 – 2011)
400 m (G-atleten)

Spar Schriek Uyleloop (27.05.2023)

Plaats : Kerkplein 2223 Schriek

Organisatie : Schriekse verenigingen

Afstanden : 5 km / 10 km / 15 km / aflossing (3 x 5 km)

Jeugdreeksen : 100 m (6 jaar en jonger)
400 m (7 – 9 jaar)
800 m (10 – 12 jaar)

Groentejogging (17.06.2023)

Plaats : Gemeentelijke basisschool – Leuvensebaat 40 2223 Schriek

Organisatie : KWB Schriek

Afstanden : 3.4 km / 6.7 km / 10 km / 13.3 km

Jeugdreeksen : balonnenrace (tot 6 jaar)
250 m (6 – 8 jaar)
250 m (9 – 10 jaar)
500 m (11 – 12 jaar)
500 m (G-atleten)

Hoevejogging (07.07.2023)

Plaats : Tent “De witte Lelie” Itegemsesteenweg 98 2222 Wiekevorst

Organisatie : Landelijke Gilde Wiekevorst

Afstanden : 3.7 km – 7.3 km – 10.8 km

Jeugdreeksen : 150 m – 300 m – 600 m - G-loop

10 km van Wiekevorst (29.07.2023)

Plaats : Voetbalterreinen KSC Wiekevorst Dalstraat 2222 Wiekevorst

Organisatie : Team Wikkeveust

Afstanden : 5 km – 10 km

Jeugdreeksen ; 100 m – 500 m – 1 km – karamelloop

Stratenloop van Booischoot-Statie (07.08.2023)

Alle info over deze jogging elders in het clubblad.

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	Voorin- schrijving	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 openinguren 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.

Verslag clubs Antwerps Jeugd criterium

-Data van de wedstrijden :

*AC Duffel Duffel maandag 1 mei 2023

*AVZK Booischot zaterdag 24 juni 2023

*OLSE Merksem zondag 3 september 2023

*ABES Edegem zaterdag 9 september 2023

*AVLL Lier zaterdag 30 september 2023 (finale). Diegenen die aan genoeg wedstrijden hebben deelgenomen krijgen een naturaprijs.

-overeengekomen bedragen :

Prijs meerkamp kangoeroes/benjamins : € 5.00

Prijs per proef pupillen/ miniemen : € 3.00

Prijs inkom : € 5.00

AVLL (Lyra-Lierse) verzorgt de finale. Alle clubs storten € 200,00 aan AVLL. ABES stort de resterende € 400,00 door.

-Er worden medailles voorzien voor alle kangoeroes en benjamins.

Medailles voor alle podia bij de pupillen en miniemen, ook voor de aflossingen.

Best catering vermelden bij overzicht op atletiek.nu

Voorlopers sneller laten starten bij kangoeroes en benjamins.

**Vermits VMOL heeft laten weten om uit het criterium te stappen, dient er nog overleg te worden gehouden of aan drie of vier wedstrijden moet worden deelgenomen om in aanmerking te komen voor de naturaprijs.

Verslag van An Cammaerts (jeugdcoördinator ABES)

Beker van Vlaanderen Pupillen-Miniemen

1.Toelichting

In navolging van de andere bekercompetities zal de organisatie van de Beker van Vlaanderen voor Pupillen en Miniemen vanaf 2023 een gemengde competitie zijn.

De atleten werken hun competitie wel nog steeds per geslacht en categorie af en de punten worden ook toegekend per wedstrijd. De punten worden opgeteld tot één gezamenlijk eindresultaat die de rangschikking per club bepaald.

2. Organisatie

Er worden jaarlijks 6 matches samengesteld met 10 tot 12 ploegen (wijzigingen onder voorbehoud van het aantal inschrijvingen). De verdeling van de clubs gebeurt zoveel mogelijk op geografische ligging om de verplaatsingen beperkt te houden. De clubs kunnen in het najaar hun kandidatuur insturen voor de organisatie van een match.

3. Puntentelling

De best gerangschikte atleet of ploeg van elke vereniging krijgt punten, d.w.z.: een atleet of ploeg kan slechts 1 maal punten bekomen per discipline.

De winnaar krijgt 13 punten, de tweede krijgt twee punten minder dan de winnaar en de volgende krijgt steeds één punt minder, ongeacht het aantal deelnemende verenigingen. Bij Pup/Min zijn er NOOIT barrages

Bij ex aequo in de rangschikking van de match of finale, zal de beste plaats toegekend worden aan de vereniging die de meeste overwinningen behaalde, zowel in de individuele nummers als in de estafettes. Als ook dit geen uitsluitsel geeft dan zullen de tweede plaatsen in aanmerking komen, vervolgens de derde plaatsen, enz.

4. Bepalingen deelnemers

Elke club kan een onbeperkt aantal atleten inschrijven.

- Er is geen minimaal aantal atleten nodig om te kunnen deelnemen.

- Elke atleet treedt aan in zijn eigen categorie.

- Elke atleet kan maximaal 2 individuele nummers combineren met een aflossing. Wij raden af om in te schrijven voor nummers die gelijktijdig plaatsvinden (je dient de tijd te rekenen tot de start van het volgende nummer op de competitiestand).

- Een atleet kan aan maximaal 1 loopnummer van 150m of meer deelnemen (combinatie van 150m en/of 300m en/of 1000m is dus niet toegelaten).

- Voor de springnummers is er een beperking op het maximale aantal atleten dat een club per categorie kan inschrijven, voor hoogspringen kunnen maximaal 2 atleten deelnemen, voor verspringen maximaal 3 atleten.

Opgelet :

Indien je wil deelnemen aan een wedstrijd outdoor pistemeeting, indoor pistemeeting, veldloop of stratenloop dan moet je je altijd vooraf inschrijven via 'atletiek.nu'. Indien er dient betaald te worden dan dien je dit ook te doen.

Voor de stratenlopen en joggings verschilt dit van wedstrijd tot wedstrijd.

Hou ook de einddatum in het oog.

Bij problemen wend je tot de trainer en/of één van de bestuursleden.

Veel succes!

5. Tijdschema

				Verspringen	Miniemen meisjes
10:00	80m	Miniemen meisjes	14:10	60m Horden	Miniemen meisjes
	Hoogspringen	Pupillen jongens	14:30	80m Horden	Miniemen jongens
	Kogelstoten	Miniemen meisjes	14:50	300m	Miniemen meisjes
	Verspringen	Miniemen jongens	15:10	300m	Miniemen jongens
	Vortexwerpen	Pupillen meisjes	15:30	1000m	Pupillen meisjes
10:30	80m	Miniemen jongens	15:45	1000m	Pupillen jongens
11:00	60m	Pupillen meisjes		Kogelstoten	Pupillen meisjes
11:40	60m	Pupillen jongens		Speerwerpen	Miniemen meisjes
				Verspringen	Pupillen jongens
11:45	Kogelstoten	Miniemen jongens	16:00	1000m	Miniemen meisjes
	Verspringen	Pupillen meisjes		Hoogspringen	Miniemen jongens
	Vortexwerpen	Pupillen jongens	16:15	1000m	Miniemen jongens
12:00	Hoogspringen	Miniemen meisjes	16:30	4x60m	Pupillen meisjes
12:20	150m	Miniemen meisjes	16:50	4x60m	Pupillen jongens
12:40	150m	Miniemen jongens	17:10	4x80m	Miniemen meisjes
13:30	60m Horden	Pupillen meisjes	17:30	4x80m	Miniemen jongens
13:50	60m Horden	Pupillen jongens			
14:00	Hoogspringen	Pupillen meisjes			
	Kogelstoten	Pupillen jongens			
	Speerwerpen	Miniemen jongens			

Het tijdschema kan aangepast worden indien de organiserende vereniging de mogelijkheid heeft om te ontdebellen. Het voorstel voor aanpassing moet minimaal 2 maand voor de wedstrijd aan de federatie kenbaar worden gemaakt en minimaal 1 maand voor de wedstrijd finaal worden bevestigd in

6. Hoogten lat

Verplichte hoogten van de lat bij hoogspringen:

Pupillen meisjes:	0.90-1.00-1.05-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28 + 3 cm
- finale	0.95-1.05-1.10-1.15-1.20-1.25-1.30-1.33-1.36 + 3 cm
Miniemen meisjes:	1.00-1.10-1.15-1.20-1.25-1.30-1.35-1.38 + 3 cm
- finale	1.05-1.15-1.20-1.25-1.30-1.35-1.40-1.43 + 3 cm
Pupillen jongens:	1.00-1.10-1.15-1.20-1.25-1.30-1.35-1.38 + 3 cm
- finale	1.05-1.15-1.20-1.25-1.30-1.35-1.40-1.43 + 3 cm
Miniemen jongens:	1.10-1.20-1.25-1.30-1.35-1.40-1.45-1.48 + 3 cm
- finale	1.15-1.25-1.30-1.35-1.40-1.45-1.50-1.53 + 3 cm

7. Finale

Nieuw vanaf 2023 is dat elke vereniging zich plaatst voor een finale, op zaterdag 23 september 2023. Op basis van de resultaten bij de schiften worden de finales samengesteld:

- A-Finale met 12 ploegen: 1ste en 2de van elke match
- B-Finale met 12 ploegen: 3de en 4de van elke match
- Vanaf de C-Finale wordt de verdeling opnieuw regionaal gemaakt en onafhankelijk van de rangschikking tijdens de schiften
 - o Er kunnen tot 14 clubs in een finale gedeeld worden zodat er maximaal 5 finales georganiseerd worden

Verzaken aan deelname finale

Clubs die zich plaatsen voor de A-finale worden geacht hieraan deel te nemen. Bij forfait wordt de boete zoals bepaald in de bijlage van de begroting aangerekend.

De clubs die aantreden in de andere finales zijn niet verplicht hieraan deel te nemen.

Bevestiging deelname finale

Clubs die zich plaatsen voor de A finale moeten hun deelname niet bevestigen, zij worden geacht deel te nemen. Zie vorig punt.

Clubs die zich plaatsen voor B, C,... finale bevestigingen hun deelname bij Josefen ten laatste tegen 29 mei 2023.

Oproep naar organisatoren voor organiseren finales

Clubs die zich plaatsen voor een finale kunnen zich ook kandidaat stellen voor de organisatie hiervan op zaterdag 23 september. De kandidatuur moet samen met de bevestiging van deelname ten laatste op 29 mei 2023 worden doorgegeven aan Josefen. De toekenning van de finales en de samenstelling hiervan gebeurt ten laatste op 15 juni 2023.

8. Beloningen

Trofeeën voor de eerste drie verenigingen in de A finale. Voor de andere finales krijgt enkel de eerste in het klassement een trofee.

9. Begeleiders

De begeleiders verkrijgen toegang tot de wedstrijdinstallaties vóór aanvang van de disciplines voor Pupillen en Miniemen om de atleten te begeleiden. Bij aanvang van de wedstrijd gaan deze begeleiders terug achter de omheining.

Startblokken Begeleiders mogen helpen bij het plaatsen van de startblokken. Zij dienen dit zo te doen dat ze de werking van de jury niet belemmeren. Nadat de startblokken klaarstaan verlaten ze terug de piste. Zij volgen steeds de instructies van de jury.

Het grasveld (middenterrein) is voor iedereen, behalve organisatoren en jury, verboden terrein en mag dus in geen geval doorkruist worden.

De organiserende vereniging is verantwoordelijk voor het vrijhouden van het terrein

Wijzigingen in reglement wedstrijden Kangoeroes-Benjamins

Er zijn een aantal wijzigingen in de reglementen voor het organiseren van KAN-BEN wedstrijden. Deze kunnen het organisatoren makkelijker maken om de wedstrijd (eventueel) in combinatie met een PUP-MIN meeting te organiseren.

Alle wijzigingen worden opgenomen in een nieuwe versie van het handboek. De aangepaste versie is momenteel nog in opmaak maar zal gepubliceerd en verspreid

De belangrijkste wijzigingen worden hieronder opgesomd:

Wijziging in disciplines per set. De eindproef wordt voor beide categorieën dezelfde (muv de afstanden). Bij het doorgeven van de programma's in Alabus moeten de disciplines goed nagekeken worden (zeker indien de meeting werd gekopieerd)

Set 1: KAN: 30m, hoog, vortex, 10x30m

BEN: 40mH, ver, stoten, 10x40m

Set 2: KAN: 30m, ver, stoten, 500m

BEN: 40m, hoog, vortex, 600m

Dagnummers: elke atleet krijgt nog steeds een dagnummer toegewezen via de groepverdeling in atletiek.nu, evenwel dragen de kinderen als borstnummer nu hun voornaam. Om duidelijk te maken in welke groep een kind zit en wat zijn dagnummer is zijn er een aantal opties:

o Voorzie een sticker met de groep en dagnummer (vb A. 1) Kleef sticker op wedstrijdtrui (beter niet op de startnummer want die kan daardoor beschadigd raken)

o Noteer met een uitwisbare stift (geen alcoholstift) de groep en dagnummer op de startnummer. Deze wordt na de wedstrijd uitgeveegd

o Noteer de groep en dagnummer op de hand met een stift (dit is niet schadelijk voor de huid of gezondheid)

Gebruik SPIKES: Het gebruik van Spikes tijdens pistewedstrijden is niet langer toegelaten. Alle kinderen nemen deel aan de wedstrijd op normale sportschoenen. Bij veldlopen kunnen spikes wel nog gedragen worden.

Voorwaarden: groepen lopen weg van elkaar én met ruimte tussen de groepen van minimaal 10m + volledige sprintafstand moet op rechte lijn kunnen. Uitloop na 'finish' bij voorkeur ook nog minimaal 5m rechtdoor (om botsingen bij uitlopen te voorkomen)

De tijdopname mag gedaan worden met ET, wel verplicht elektronisch startsignaal te gebruiken in dit geval.

Het aantal benodigde Kidsjuryleden en medewerkers werd aangepast naar een strikt minimum, gebaseerd op een wedstrijd met volledige bezetting. Raadpleeg hiervoor het aangepaste handboek (publicatie hiervan volgt)

Scheidsrechter: op elke KAN-BEN wordt een scheidsrechter aangeduid.

o De provinciale aanduider duidt 1 scheidsrechter aan die de aanwezigheid van de juryleden registreert en het onkostenformulier laat invullen. Daarnaast controleert de scheidsrechter of de disciplines correct zijn opgesteld en worden uitgevoerd en volgt de scheidsrechter het algemene vlotte verloop van de wedstrijd op. Dit kan in samenspraak met de coördinator van de club gebeuren.

o Indien de wedstrijd van Pupillen en Miniemen aansluitend of overlappend doorgaat ligt de hoofdtaak van de scheidsrechter wel bij de PUP-MIN wedstrijd. De scheidsrechter is geen lid van de organiserende vereniging.

o De documentatie op de website onder 'voor de clubs' – 'nuttige info' – 'wedstrijdorganisatie' – 'Kangoeroe Benjamin wedstrijd organiseren? Alle info hier!' krijgt nog een update in aanloop naar het zomerseizoen. Van zodra de documentatie is aangepast zal hierover bericht worden.

Oproep kandidaat organisatoren opleiding Kidsjury

o Organiseert je club in 2023 een wedstrijd voor Kangoeroes en Benjamins? Weet dat deze wedstrijden worden begeleid door Kidsjuryleden. Dit is een (extra) zeer laagdrempelige (3u) opleiding voor bestaande of nieuwe juryleden die specifiek voor deze wedstrijden wordt ingericht.

o Weet dat indien je als club zelf over voldoende Kidsjuryleden beschikt, de jurykosten voor een wedstrijd stevig beperkt kunnen blijven.

o Wil je als club graag (extra) Kidsjuryleden laten opleiden dan kan je je kandidaat stellen voor de organisatie van deze opleiding.

Voorwaarden:

o Minimaal 8 deelnemers (mag uiteraard ook aangevuld worden met geïnteresseerden van andere clubs). Alle opleidingen worden open gesteld voor alle geïnteresseerden.

o De organisator staat zelf in voor de locatie, met beschikbaarheid van leslokaal en piste voor praktijkdeel

o Organisator voorziet de mogelijkheid om een drankje aan te bieden, al dan niet tegen betaling door de deelnemers.

Docent wordt vergoed door federatie..

-Toekenning opleiding:

Bij meerdere geïnteresseerden in de regio zal 1 organisator bepaald worden waar alle deelnemers dan op worden verwelkomd.

o De organisator staat zelf in voor de locatie, met beschikbaarheid van leslokaal en piste voor praktijkdeel

o Dag van opleiding wordt bepaald op basis van doorgegeven beschikbaarheden club én docent.

o Opleidingen gaan bij voorkeur door voor aanvang zomerseizoen

o Stel je als club kandidaat bij Liesl voor maandag 6 februari, stuur een mail naar liesl@atletiek.be

o Afhankelijk van het programma (uurschema) kunnen 2 scheidsrechters worden aangeduid voor de deelwedstrijden.

Extra Oproep voor juryleden van AVZK

Indien er mensen zijn die zich geroepen voelen om als jurylid op te treden in eigen club en/of op verplaatsing dan kunnen zij contact opnemen met Guido Van Roie.

Hij zal u de modaliteiten kunnen toelichten.

Voordelen zijn o.a. dat u gratis binnen mag op de activiteiten van de clubs. Indien u aangeduid wordt op een wedstrijd dan krijgt u daar een vergoeding voor.

Voor een club is het ook belangrijk om juryleden te hebben en nu met de nieuwe regeling voor kangoeroes en benjamins zijn er meer helpers nodig.

Protocol aantal benodigde (Kids)juryleden en clubmedewerkers voor organisatie van baan(piste)

wedstrijden

Jeugdwedstrijden (KAN-BEN)

1. Algemeen:

- Het jury- en medewerkers organisatieschema voor KAN-BEN jeugdmeetings is terug te vinden in het handboek wedstrijden Kangoeroes en Benjamins.
- Het organisatie schema is van toepassing op alle jeugdmeetings voor KAN-BEN. Het organisatie schema is tevens van toepassing op alle jeugdmeetings voor KAN-BEN die plaatsvinden als een onderdeel van een KAN-BEN/PUP-MIN wedstrijd. Verschillende taken kunnen worden uitgevoerd door medewerkers. Per actieve discipline moet minimaal 1 Kidsjurylid worden opgesteld en bij de sprint/hindernisloop minimaal 2.
- Kidsjuryleden mogen enkel geconvoceerd worden voor KAN-BEN wedstrijden.

Jeugdwedstrijden (PUP-MIN)

1. Algemeen:

- Dit organisatie schema is van toepassing op alle jeugdmeetings voor PUP-MIN met uitzondering van de BVV's en de provinciale kampioenschappen. Verschillende taken, waaronder ook jurytaken, worden uitgevoerd door medewerkers.
- Bij de BVV's en de Provinciale kampioenschappen wordt een uitgebreidere jury voorzien. Alle jurytaken worden daar uitgevoerd door juryleden en de hieronder opgesomde medewerkers die een jurytaak vervullen worden vervangen door een jurylid. **Indien de club over onvoldoende medewerkers beschikt kunnen deze vervangen worden door juryleden Niveau 1.**
- Er kan ook provincie-overschrijdend gewerkt worden. Bij gebrek aan juryleden voor een welbepaalde functie is het mogelijk dat de provinciale juryaanduiders in samenspraak met zijn collega's beroep doet op juryleden van een andere provincie.
- Alle hieronder opgelijste juryleden en medewerkers dienen ten laatste 1 uur voor aanvang van de wedstrijd exclusief ter beschikking te staan van de scheidsrechter en dit tot aan het einde van de wedstrijd. Onder wedstrijd wordt verstaan: het geheel van proeven die op het programma staan van die dag.
- Alle hieronder opgelijste juryleden en medewerkers worden voor aanvang van de wedstrijd over hun taakomschrijving gebriefd door de scheidsrechter of door het jurylid aangeduid als chef voor de desbetreffende proef.
- Iedere medewerker oefent slechts 1 taak uit. Er is geen beurtrol tussen de taken voorzien.
- Bij gebrek aan voldoende door de club te voorziene en aanwezige medewerkers is het de plicht en exclusieve bevoegdheid van de scheidsrechter om één of meerdere proeven te annuleren. De keuze van de te annuleren proeven gebeurt in samenspraak met de wedstrijdleader.
- Het uurrooster dient realistisch opgemaakt te zijn. Hiervoor gelden volgende standaardtijden: 3 minuten per reeks voor loopnummers in banen, 6 minuten per reeks voor loopnummers niet in banen, 6 minuten per deelnemende atleet in hoogspringen, 10 minuten per deelnemende atleet in polsstokspringen, 4 minuten per deelnemende atleet in lange werpnummers, 3 minuten per deelnemende atleet in alle andere kampnummers. Bij lange werpnummers wordt elke poging onmiddellijk gemeten. Opwarmingstijd is inbegrepen in deze tijden.
- Indien een kampnummer ontdubbeld wordt (bijv. 2 maal verspringen op hetzelfde tijdstip op 2 standen) dient het aantal juryleden en medewerkers verdubbeld te worden.

2. Wedstrijdleiding:

- 1 jurylid Hoofdscheidsrechter (**minstens jurylid Niveau 2 met de behaalde specialisatie tot Scheidsrechter**)
- 1 of meerdere medewerkers voor het secretariaat (beheer atletiek.nu; tablets en reeksindelingen)

3. Loopwedstrijden:

3.1 Loopwedstrijden in banen

- 2 juryleden Starter (**minstens jurylid Niveau 2 met de behaalde specialisatie Starter**)
- Deze personen zijn tevens ook terugroepstarter
- 1 medewerker Hulpstarter: controle van borstnummers, oproepen van atleten, aanduiden reeksen en banen, verplaatsen startblokken
- 1 jurylid Fotofinish-operator (**geconvoceerd jurylid moet de specialisatie Fotofinish-operator behaald hebben**)
- Geen juryleden of medewerkers aan aankomst en chrono

3.2 Hordewedstrijden

- Minimum 2 medewerkers bovenop de medewerkers van loopwedstrijden in banen voor het plaatsen, rechtzetten, verwijderen horden. Deze medewerkers mogen voor en na de hordewedstrijden andere medewerkerstaken opnemen.

3.3 Loopwedstrijden niet in banen

- Minimum 1 jurylid bovenop de medewerkers van loopwedstrijden in banen voor het luiden bel laatste ronde en het noteren plaatsen aankomst
- Minimum 2 medewerkers bovenop de medewerkers van loopwedstrijden in banen voor het noteren plaatsen aankomst. (De 2 medewerkers voorzien bij hordewedstrijden voor het plaatsen, rechtzetten, verwijderen horden mogen deel uitmaken van deze 2 medewerkers)

3.4 Aflossingswedstrijden

- 6 juryleden minimum bovenop de juryleden van loopwedstrijden in banen voor het controleren van de aflossingen. Bij de 4 x 600m kunnen deze ook dienst doen voor het luiden bel laatste ronde en het noteren plaatsen aankomst. Deze juryleden mogen voor en na de aflossingswedstrijden andere jurytaken opnemen
- 3 groepen van 2 medewerkers bovenop de medewerkers van loopwedstrijden in banen voor het begeleiden van de atleten naar de start- en aflossingszones. (De 2 medewerkers voorzien bij hordewedstrijden voor het plaatsen, rechtzetten, verwijderen horden en de 2 medewerkers voorzien bij loopwedstrijden niet in banen voor het luiden bel laatste ronde en het noteren plaatsen aankomst mogen deel uitmaken van deze 4 medewerkers). Deze medewerkers mogen voor en na de aflossingswedstrijden andere medewerkerstaken opnemen.

4. Springnummers

4.1 Hoogspringen

- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): oproepen atleten, aanduiden gelukte/mislukte pogingen op tablet, meten hoogte lat
- 2 medewerkers opleggen en verhogen

4.2 Polsstokspringen

- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): oproepen atleten, aanduiden gelukte/mislukte pogingen op tablet, meten hoogte lat
- 2 medewerkers opleggen en verhogen lat en verplaatsen staanders

4.3 Verspringen

- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): oproepen atleten, aanduiden gelukke/mislukte pogingen op tablet, voetfouts (plasticine), aflezen en noteren gesprongen afstand op tablet
- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): bepalen landingspunt
- 1 of 2 medewerkers: klaarleggen landingsplaats (harken, enz...)
- 1 medewerker: vasthouden meter aan afstootplaats, herstellen plasticine afstootplank

5. Werpnummers

- 1 jurylid (**geconvoceerd jurylid moet de specialisatie Technical Manager behaald hebben**): wegen tuigen

5.1 Kogelstoten

- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): oproepen atleten, aanduiden gelukke/mislukte pogingen op tablet, voetfouts, aflezen en noteren geworpen afstand op tablet
- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): bepalen valpunt
- 1 of 2 medewerkers: kogels oprapen en terugrollen kogel
- 1 medewerker: vasthouden meter aan cirkel

5.2 Vortexwerpen (Pup) / Speerwerpen (Min)

- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): oproepen atleten, aanduiden gelukke/mislukte pogingen op tablet, voetfouts, aflezen en noteren geworpen afstand op tablet
- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): bepalen valpunt. Elke worp wordt direct gemeten
- 2 medewerkers: vortexen/speren uit sector halen en terug dragen naar afwerpplaats
- 1 medewerker: vasthouden meter aan afwerpplaats

5.3 Discuswerpen

- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): oproepen atleten, aanduiden gelukke/mislukte pogingen op tablet, voetfouts, aflezen en noteren geworpen afstand op tablet
- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): bepalen valpunt. Elke worp wordt direct gemeten
- 2 medewerkers: discussen uit sector halen en terug dragen naar afwerpplaats
- 1 medewerker: vasthouden meter aan afwerpplaats

Open wedstrijden (Cad/Sch/Jun/Sen/Mas) (met of zonder jeugd)

Algemeen:

- Dit schema is van toepassing op alle open meetings met uitzondering van VAL Kampioenschappen, Belgische Kampioenschappen, Flanders Cups, Athletics Classic Meetings en wedstrijden op de internationale kalender van European Athletics of World Athletics.
- Bij VAL Kampioenschappen, Belgische Kampioenschappen, Flanders Cups, Athletics Classic meetings en wedstrijden op de internationale kalender van European Athletics of World Athletics worden de in dit schema opgenomen teams uitgebreid en worden tevens extra jurytaken voorzien (bijv. call room enz...) en worden hiervoor extra juryleden aangeduid door de provinciale/federale/nationale aandeider. Alle jurytaken worden daar uitgevoerd door juryleden en de hieronder opgesomde medewerkers die een jurytaak vervullen worden vervangen door een jurylid (**minstens Niveau 2 met een behaalde specialisatie in een hoger niveau**)
- Er kan ook provincie-overschrijdend gewerkt worden. Bij gebrek aan juryleden voor een welbepaalde functie is het mogelijk dat de provinciale juryaandeider in samenspraak met zijn collega's beroep doet op juryleden van een andere provincie.
- Alle hieronder opgelijste juryleden en medewerkers dienen ten laatste 1 uur voor aanvang van de wedstrijd exclusief ter beschikking te staan van de scheidsrechter en dit tot aan het einde van de wedstrijd. Onder wedstrijd wordt verstaan: Het geheel van proeven die op het programma staan van die dag.
- Alle hieronder opgelijste juryleden en medewerkers worden voor aanvang van de wedstrijd over hun taakomschrijving gebiefd door de scheidsrechter of door het jurylid aangeduid als chef voor de desbetreffende proef.
- Iedere medewerker oefent slechts 1 taak uit. Er is geen beurtrol tussen de taken voorzien.
- Bij gebrek aan voldoende door de club te voorziene en aanwezige medewerkers is het de plicht en exclusieve bevoegdheid van de scheidsrechter om één of meerdere proeven te annuleren. De keuze van de te annuleren proeven gebeurt in samenspraak met de wedstrijdleader.
- Het uurrooster dient realistisch opgemaakt te zijn. Hiervoor gelden volgende standaardtijden: 3 minuten per reeks voor loopnummers in banen, 5 à 20 minuten per reeks voor loopnummers niet in banen afhankelijk van de geprogrammeerde afstand (800m → 5.000m), 10 minuten per deelnemende atleet in hoogspringen, 15 minuten per deelnemende atleet in polsstokspringen, 8 minuten per deelnemende atleet in lange werpnummers, 6 minuten per deelnemende atleet in alle andere kampnummers. Bij lange werpnummers wordt elke poging onmiddellijk gemeten. Opwarmingstijd is inbegrepen in deze tijden.
- Indien een kampnummer ontubbeld (bijv. 2 maal verspringen op hetzelfde tijdstip op 2 standen) dient het aantal juryleden en medewerkers verdubbeld te worden.

2. Wedstrijdleiding:

- 1 jurylid: Hoofdscheidsrechter (**bij voorkeur jurylid Niveau 3 of 4 met de behaalde specialisatie tot Scheidsrechter**)
- minimum 2 medewerkers voor het secretariaat (beheer atletiek.nu; tablets en reeksindelingen)

3. Loopwedstrijden:

3.1 Alle loopwedstrijden met minimum 1 bocht:

- 2 juryleden commissaris

3.2 Loopwedstrijden in banen:

- 2 juryleden Starter (**minstens jurylid Niveau 2 met de behaalde specialisatie tot Starter**). Deze personen zijn tevens ook de Terugroepstarters
- 1 medewerker **of jurylid Niveau 1 (op eigen terrein)**: Hulpstarter: controle van borstnummers, oproepen van atleten, aanduiden reeksen en banen
- 1 medewerker startblokken: verplaatsen startblokken
- 1 jurylid Fotofinish-operator (**geconvoceerd jurylid moet de specialisatie Fotofinish-operator behaald hebben**)
- Geen juryleden of medewerkers aan aankomst en chrono
- Geen jurylid of medewerker aan wind. Deze dient verplicht gekoppeld te zijn aan ET

3.3 Hordewedstrijden in banen

- Minimum 2 medewerkers bovenop de medewerkers van loopwedstrijden in banen voor het plaatsen, rechtzetten, verwijderen horden. Deze medewerkers mogen voor en na de hordewedstrijden andere medewerkerstaken opnemen.

3.4 Loopwedstrijden niet in banen

- Minimum 1 jurylid bovenop de medewerkers van loopwedstrijden in banen voor het luiden bel laatste ronde en het noteren plaatsen aankomst
- 1 jurylid voor het plaatsen van de kegeltjes aan de breakline 800 m
- Minimum 2 medewerkers bovenop de medewerkers van loopwedstrijden in banen voor het noteren plaatsen aankomst. (De 2 medewerkers voorzien bij hordewedstrijden in banen voor het plaatsen, rechtzetten, verwijderen horden mogen deel uitmaken van deze 2 medewerkers)

3.5 Loopwedstrijden niet in banen met hindernissen (steeple/horden)

- Minimum 1 jurylid bovenop de medewerkers van loopwedstrijden in banen voor het luiden bel laatste ronde en het noteren plaatsen aankomst
- Minimum 2 medewerkers bovenop de medewerkers van loopwedstrijden in banen voor het noteren plaatsen aankomst. (De 2 medewerkers voorzien bij hordewedstrijden in banen voor het plaatsen, rechtzetten, verwijderen horden mogen deel uitmaken van deze 2 medewerkers)
- Minimum 4 medewerkers bovenop de medewerkers van loopwedstrijden in banen voor het plaatsen van de hindernissen. (De 2 medewerkers voorzien bij hordewedstrijden in banen voor het plaatsen, rechtzetten, verwijderen horden mogen deel uitmaken van deze 2 medewerkers). Deze medewerkers mogen voor en na de steeple/hordewedstrijden andere medewerkerstaken opnemen.

3.6 Aflossingswedstrijden

- 6 juryleden minimum (bij voorkeur 9) bovenop de juryleden van loopwedstrijden in banen voor het controleren van de aflossingen. Vanaf de 4 x 200m en langer kunnen deze ook dienst doen voor het luiden bel laatste ronde en het noteren plaatsen aankomst. Deze juryleden mogen voor en na de aflossingswedstrijden andere jurytaken opnemen. Deze juryleden kunnen daarnaast bijv. ook als bochtcommissaris voor 200m/400m/800m wedstrijden dienst doen

4. Springnummers:

4.1 Hoogspringen

- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): oproepen atleten, aanduiden gelukke/mislukte pogingen op tablet, meten hoogte lat
- 2 medewerkers opleggen en verhogen lat

4.2 Polsstokspringen

- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): oproepen atleten, aanduiden gelukke/mislukte pogingen op tablet, meten hoogte lat
- 1 jurylid opleggen en verhogen lat en verplaatsen staanders
- 1 medewerker opleggen en verhogen lat

4.3 Verspringen/Hinkstapspringen

- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): oproepen atleten, aanduiden gelukke/mislukte pogingen op tablet, voetfouten (plasticine), aflezen en noteren gesprongen afstand op tablet
- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): bepalen landingspunt
- 1 of 2 medewerkers: klaarleggen landingsplaats (harken, enz...)
- 1 medewerker: vasthouden meter aan afstootplaats, herstellen plasticine afstootplank
- 1 jurylid: opneming windmeting (niet bij indoor)

5. Werpnummers:

- 1 jurylid (**geconvoceerd jurylid moet de specialisatie Technical Manager behaald hebben**): wegen tuigen

5.1 Kogelstoten/Gewichtwerpen

- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): oproepen atleten, aanduiden gelukke/mislukte pogingen op tablet, voetfouten, aflezen en noteren geworpen afstand op tablet
- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): bepalen valpunt
- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): controle voetfout + vasthouden meter aan cirkel
- 1 of 2 medewerkers: kogels/gewicht oprapen en terugrollen/terugbrengen kogel/gewicht

5.2 Speerwerpen/Vortexwerpen (indien met jeugd)

- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): oproepen atleten, aanduiden gelukke/mislukte pogingen op tablet, voetfouten, aflezen en noteren geworpen afstand op tablet
- 2 juryleden (**minstens Niveau 2**): bepalen valpunt (wegens grootte valsector). Elke worp wordt direct gemeten
- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): controle voetfout + vasthouden meter aan afwerpplaats
- 2 medewerkers: speren uit sector halen en terug dragen naar afwerpplaats

5.3 Discuswerpen/Hamerslingeren

- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): oproepen atleten, aanduiden gelukke/mislukte pogingen op tablet, voetfouten, aflezen en noteren geworpen afstand op tablet
- 2 juryleden (**minstens Niveau 2**): bepalen valpunt (wegens grootte valsector). Elke worp wordt direct gemeten
- 1 jurylid (**minstens Niveau 2**): controle voetfout + vasthouden meter aan afwerpplaats
- 2 medewerkers: discussen/hamers/gewichten uit sector halen en terug dragen naar afwerpplaats

Opzoeken van wedstrijden en wedstrijdgegevens

Ga naar de website van de Vlaamse Atletiekliga

Klik op 'atletiek & co'

Bij atleten klik je op 'wedstrijdaanbod'

Vervolgens klik je wedstrijdkalender aan en heb je de keuze uit : outdoor, indoor, veldlopen en weg.

Zo kun je alle gegevens bekijken van een wedstrijd en ook de programma's.

Samenvatting van de reserveringen van AVZK op het sportcentrum De Lichten, Kloosterveldstraat 7 **2221 Booischot : periode van 01.07.2022 tot en met 30.06.2023**

***voetbalterrein Booischot sportcentrum**

Frequentie : elke week op dinsdag en donderdag van 18u30 tot 20u00 periode van 05.07.2022 tot en met 29.06.2023

Periode : van 05.07.2022 tot en met 29.06.2023

Met uitzondering van : 18.05.2023

Atletiekpiste Booischot

Frequentie : Elke maandag, dinsdag, woensdag en donderdag van 18u30 tot 20u00

Elke vrijdag van 19u00 tot 20u00

Periode : 01.07.2022 tot en met 30.06.2023

Met uitzondering van 01.05.2023 / 18.05.2023 / 29.05.2023 / 02.06.2023

Stand hamer – discus

Frequentie : elke week zaterdag van 10u00 tot 12u00

Periode : 02.07.2022 tot en met 24.06.2023

Met uitzondering van : 17.06.2023

Graspiste

Frequentie : elke week op maandag, dinsdag en donderdag van 18u30 tot 20u00

Periode : 04.07.2022 tot en met 29.06.2023

Met uitzondering van : 10.04.2023 / 01.05.2023 / 18.05.2023 / 29.05.2023

Enkelvoudige reserveringen (allen onder voorbehoud)

Atletiekpiste

Zaterdag 1 april 2023 trainingsdag voor de jeugd

Vrijdag 2 juni 2023 pistemeeting

Zaterdag 24 juni 2023 pistemeeting

Voorlopige AVZK kalender 2023:

*vrijdag 2 juni 2023 open avondmeeting van AVZK

*zondag 11 juni 2023 ontbijtactie van AVZK

*zaterdag 24 juni 2023 jeugdmeeting van AVZK Antwerps jeugd criterium

*maandag 7 augustus 2023 stratenloop van Booischot-Statie

*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 2022 trainingsweekend voor de jeugd en de G-atleten

*zaterdag 28 oktober 2023 ledenfeest Zaal Magneet in Grootlo

*zondag 10 december 2023 veldloop van AVZK

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

G-atleten zomerwedstrijden (voorlopig)

1 mei: Vilvoorde (hele dag)

17-20 mei: special Olympics Mechelen

2 juni: AVZK, vanaf 18u30 100m, hockey

11 juni: ROBA (hele dag)

23 september: Herentals (hele dag)

7 oktober: Lier (hele dag)

14 oktober: Mechelen (hele dag)

Laat tijdig weten welke wedstrijden jullie meedoen, zodat Agnes tijdig kan inschrijven

Trainingsdag jeugd 01/04/2023







Werptraining indoor 20/02/2023







Werpers weekend Westende 14-16 april 2023

Hallo allemaal,

Wij, de werpers van AVZK, zijn het weekend van 14 t.e.m. 16 april op werpers weekend geweest naar Westende aan de zee. We reden met de auto naar zee in groepjes. Na een lange autorit, met af en toe wat file, kwamen we aan aan de zee. Er waren al een paar auto's vroeger vertrokken dus die waren al aan zee en zijn al op verkenning geweest op het strand en op de dijk. Om 16 uur mochten we in het huisje en dan hebben we allemaal rustig uitgepakt. We hebben lekkere spaghetti gegeten met dank aan de kookouders. 's Avonds zijn we gaan bowlen met het geld dat we verdiend hebben met de verkoop van de paaseitjes. We wouden net naar het huisje vertrekken toen we een boks machine ontdekten. We hebben ons allemaal eens kunnen afreageren met allemaal zeer mooi resultaat. "Zo verdienen die dus hun geld" was uiteindelijk het besef. Na de bowling hebben we nog gezelschapsspelletjes gespeeld en dan zijn we gaan slapen.

De volgende ochtend werden we vroeg gewekt met een muziekje. Na een lekker ontbijt vertrokken we naar de atletiekpiste in Nieuwpoort. Nadat we onze kracht al eens moesten gebruiken om het discussnet omhoog te tillen, gingen we inlopen, stretchen en loopoefeningen doen. Nadien werden we in 2 groepen verdeeld. Één groep onder leiding van Lieve en de andere werd begeleid door Jitser en Sander. Na de middag gingen we rustig naar het strand en gingen we op zoek naar gocarts. In 3 groepjes van 6 gingen we een half uurtje rijden met de gocarts en dan werden we getrakteerd op een ijsje. Na een lekker ijsje gingen we met z'n allen op het strand. Er werd gevliegerd, gekubd, een mooie zeemeermin gemaakt in het zand. Op het einde gingen we nog met een deel van de groep de frisse zee trotseren. Na een frisse duik vertrokken we terug naar het huisje om even tot rust te komen. Na het eten hebben we een leuke quiz gedaan die gemaakt werd door Jitser met als assistent Lieve. Onze algemene kennis en kennis over atletiek werden op de proef gesteld. Daarna kwam er nog een actie-ronde met een aantal leuke doe-opdrachten zoals bijvoorbeeld zo veel mogelijk pompen in 5 minuten (hier hadden sommigen de dag nadien al wat last van).

De volgende ochtend was het weer vroeg opstaan om onze valiezen al in te pakken want we moesten na de middag al vertrekken. Als de valiezen ingepakt waren vertrokken we terug naar de atletiekpiste. Deze keer hing het discussnet wel nog omhoog dus konden we sneller aan de training beginnen. De trainers wisselden van groep. We deden terug kogel en discus afgewisseld. Er lag een surprise op de kogelstand waar een geurtje aan hing. Groep 1 had dit verborgen onder het zand en de 2de groep wijs gemaakt dat het een spelletje was om op het hoopje te gooien. Lukas was de gelukkige die met de hoofdprijs mocht gaan lopen. Een beetje humor moet kunnen tijdens de training. Op het einde van de training lieten we het discussnet terug naar beneden. Na de training zijn er al 2 auto's rechtstreeks naar huis gereden. De andere 2 auto's zijn nog terug naar het huisje gereden om de laatste opkuis te doen, nog een keer te eten en uiteindelijk ook naar huis te vertrekken.

Het was een onvergetelijk weekend met een heel toffe groep en de beste begeleiders. Dankjewel allemaal!











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, Nathalie Baeten, 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,
Tomas Eef, 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 Swynge-
dauw, 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

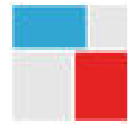
Kangoeroes - Benjamins	€ 110
Pupillen - Miniemen	€ 130
Cadetten - Masters	€ 150
Joggers, sympathisanten	€ 110
Families	€ 420 (max.)
Vanaf 3de gezinslid	- 20% op laagste categorie



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



TROFEEELAND
BOUTERSEM

TROFEEËN
BEKERS
MEDAILLES

T-SHIRTS
TIN & KRISTAL BADGES & PINS



COMPUTERGRAVURE ZANDSTRALEN FOTODRUK

WWW.TROFEEELAND.BE

Trofeeland
Leuvensesteenweg, 81 3370 BOUTERSEM
Tel.: 016/73.50.88 email: info@trofeeland.be
Zaterdag, Zondag en Maandag gesloten

TROFEEEN TROFEEEN



AUDIOWORKS
the α and ω in event technology



AIR SERVICE
Center

luchtverwarming
airconditioning
ventilatie

Nieuwlandlaan 13 A - industriezone B
3200 Aarschot



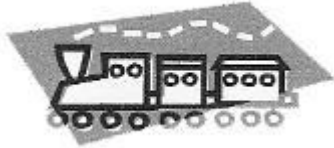
TRANSPORT MICHIELS

Zuidgoordijkstraat 1
Tel. +32 15 22 25 54

B-2235 Hulshout
Fax +32 15 22 54 66



Transport Michiels
Zuidgoordijkstraat 1
2235 Hulshout



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

G K L

AFSLUITINGEN

Kattestraat 25a

2580 Beerzel

Tel.: 015/24 79 17

www.gklafsluitingen.be

info@gklafsluitingen.be



De Cock Peeters & Partners

www.dccp.be

info@dccp.be

Bedrijfsadvies - Boekhouding - Fiscaliteit