



Atletiekclub Vlierzele Sportief v.z.w.

Zetel: Grote Steenweg 304 B, 9340 Oordegem-Lede
VAL-stamnummer: 457
e-mail: info@vlierzelesportief.be
website: <http://www.vlierzelesportief.be>

Secretaris

Geert Vannieuwenhuyse
Merelstraat 4
9340 Lede

Tel: 053/80.70.13
Gsm: 0476/68.19.44
geert@vlierzelesportief.be

Voorzitter

Paul Van Malderen
paul@vlierzelesportief.be

Beste deelnemer aan de Beker van Vlaanderen
Beste ouder

Zoals elk jaar organiseren we ook in 2010 een ministage ter voorbereiding van de Beker van Vlaanderen.

Deze ministage vindt plaats in Oordegem op dinsdag 13 en woensdag 14 april 2010. De activiteiten beginnen om 9u30 en duren tot 16u30. 's Morgens is er opvang voorzien vanaf 8u30, 's avonds tot 17u30.

Inschrijven kan door onderstaande inschrijvingsstrook vóór woensdag 31 maart ingevuld af te geven aan één van de jeugdtrainers (**deze deadline is belangrijk om een goede organisatie van de stage te waarborgen !**)

Bij dringende vragen mail naar stijn@vannieuwenhuyse.net.

Aangezien het gaat om de voorbereiding van de Beker van Vlaanderen, is de deelname aan deze stage gratis. Er worden dan wel géén gratis drankjes of spaghetti voorzien. Breng dus elke dag je lunchpakket en eventueel eigen drankjes mee.

De VS-cafetaria zal tijdens de pauzes open zijn.

Net zoals vorig jaar, kunnen de ouders aan het begin van de 2-daagse €10 afgeven. In ruil hiervoor krijgt de atleet dagelijks 4 drankjes voor, tijdens en na de trainingen...

Wij hopen op een massale belangstelling van onze BVV-deelnemers !

Met sportieve groeten
Namens het trainerskorps



Stijn Vannieuwenhuyse
Coördinator stage BVV
stijn@vannieuwenhuyse.net

Dieter Dullaers
Jeugdcoördinator
dieter@vlierzelesportief.be



www.topsport.be



www.ostoffice.be

INSCHRIJVINGSSTROOK MINI-STAGE TER VOORBEREIDING BVV

NAAM : CAT : PUP - MIN
wenst deel te nemen aan de extra trainingen ter voorbereiding op de BVV.

Op de BVV zou ik liefst aan volgende proeven deelnemen (max. 3 proeven/atleet) :

60m/80m - horden - 1000m - hoog - ver - kogel - hockey/speer - aflossingen

+ voor de miniemen: 150m - 300m