



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

VRIJDAG 2 APRIL 2010 OEFENWEDSTRIJD

Op vrijdag 2 april organiseert Vlierzele Sportief zijn traditionele oefenwedstrijd voor benjamins, pupillen en miniemen. Wij hebben met de organisatie van deze oefenwedstrijd 4 doelstellingen voor ogen:

- Nieuwe atleten in hun vertrouwde omgeving kennis laten maken met het wedstrijd-gebeuren (inschrijvingen, opwarming, wedstrijdreglementen, ...),
- Wedstrijdresultaten leren interpreteren en relativeren,
- Nuttige informatie verzamelen voor de trainers (vnl. i.f.v. BVV),
- Ouders betrekken bij de sportactiviteiten van hun kind(eren).

De oefenwedstrijd vindt plaats **tijdens de normale trainingsuren** (van 18u30 tot 19u30 à 20u). Het enige verschil is dat iedereen een half uurtje vroeger wordt verwacht om in te schrijven en op te warmen (onder begeleiding en in groep).

Het programma van deze wedstrijd vind je op de rugzijde.

Wat moet je mee hebben ?

- Volgende kledij doe je best thuis al aan: short, wedstrijdshirt (of een witte T-shirt), trainingspak, sportschoenen
- Mee: spikes (indien je die al hebt), borstnummer (= plasticen nummer die je samen met je lidkaart hebt ontvangen), veiligheidsspelden (om je borstnummer op je truitje vast te maken), een drankje (kan je natuurlijk ook kopen in onze cafetaria) en bij slecht weer : regenkledij, reservekledij, reservekousen, droge schoenen, muts, handschoenen ...

Ouders die willen helpen bij deze organisatie, kunnen zich melden bij Johan De Meyer (johandemeyer.atletiek@skynet.be).

BEDANKT OP VOORHAND !



Het VS-jeugdtrainerskorps

Het VS-bestuur



www.topsport.be



www.ostoffice.be

Tijdens deze oefenwedstrijd kan je doorlopend genieten van

HEERLIJKE SPAGHETTI

aan de democratische prijs van € ...

GRAAG OP VOORHAND INSCHRIJVEN IN DE VS-CAFETARIA !!!

OEFENWEDSTRIJD

Vrijdag 2 april 2010

TIJDSHEMA

	benjamins meisjes geboren in 2003-2002-2001	benjamins jongens	pupillen meisjes geboren in 2000-1999	pupillen jongens	miniemen meisjes geboren in 1998-1997	miniemen jongens
18u30	VER (stand 1)	HOCKEY	60mH	60mH		
18u45			KOGEL	HOOG (stand 1)	60mH	80mH
19u	60m	60m				
19u15			60m	60m	HOOG (stand 2)	VER (stand 2)
19u30	HOCKEY	VER (stand 1)			300m	300m
19u45			HOOG (stand 1)	DISCUS		
20u					KOGEL	SPEER
20u15						

**GRAAG AANWEZIG ZIJN OM 18u VOOR DE INSCHRIJVING &
OPWARMING...**

De jeugdtrainers staan paraat met raad en daad !

Het is de bedoeling dat iedereen aan alle proeven deelneemt !
(behalve misschien de horden...)