



Wedstrijden atletiek

- 5/04 open PK hamerslingeren
-> Alken
- 6/04 meeting met jeugd kan/ben
-> Sint-Truiden
- 6/04 meeting met jeugd pup/min
-> Sint-Truiden
- 6/04 pannenkoekenmeeting kan/ben pup/min
-> Westerlo
- 9/04 Golazo jeugdmeeting
-> Tessenderlo - Ham
- 12/04 Geelse open meeting met jeugd
-> Geel
- 19/04 jeugdmeeting
-> Genk
- 21/04 open meeting met jeugd
-> Diepenbeek
- 21/04 paaseierenmeeting kan/ben pup/min
-> Herentals
- 26/04 PK alle categorieën Limburg - dag 1
-> Lommel
- 26/04 PK alle categorieën Limburg - dag 2
-> Lommel
- 27/04 Rotary G-meeting
-> Tessenderlo - Ham

Algemene info, weetjes

Volgend jaar wordt onze club **50** jaar!
Hiervoor is een nieuw logo nodig.

Heb jij een leuk idee?

Stuur het maar door naar
marc.knaepen@telenet.be

Het leukste logo wint een toffe prijs!

Benjamien Mathijs

-Geboren op 26/07/1993

-Favoriete discipline:
spurt (100 & 400m)

-Favoriete atleet: Usain Bolt

-Waarom atletiek? Benjamien doet al van kinds af aan atletiek. Zijn ouders en zussen deden toen ook nog atletiek.

-Trainer sinds: 2016

-Het leukste aan training geven: 'Progressie zien bij de atleten. Bv wanneer ze een bepaalde techniek onder de knie krijgen. Als ze een PR bereiken en hierdoor een succeservaring beleven.'

-Dit wil ik nog delen: 'Ook wanneer de progressie iets minder goed gaat, blijven volhouden om uiteindelijk mooie resultaten te bereiken. En natuurlijk blijven genieten en plezier hebben in het bewegen.'

Stratenlopen

- 21/04 Bloesemrun -> Zepperen
- 26/04 Velmse bloesemloop

Estafette lopen

- 18/04 Parkstad estafetteloop -> Tongeren - Borgloon
- 25/04 estafette -> Kortesseem



Benjamien

