



Ieper, 15 januari 2017

Beste LOKO-vrienden

2017 is uit de startblokken geschoten. Het LOKO-team vergaderde een eerste keer en wenst je een sportief jaar toe. De loopschoenen werden door velen al eens aangetrokken voor een training en enkelen lieten zich al verleiden tot een wedstrijd. Ondanks het regenachtige weer waren er meer dan 50 leden aanwezig op onze nieuwjaarsreceptie. Jullie hebben er duidelijk zin in. Jammer genoeg was er ook al minder goed nieuws. Danny Decreus opende het jaar immers met een blessure waardoor hij enkele maanden "uit de running" zal zijn.



Neem deze eerste nieuwsbrief zeker even volledig door en check of je de gewenste ticketjes hebt, zodat je de LOKO-trein 2017 niet mist!

1. Lid 2017

Vergeet het niet! Je kan je lidmaatschap nog verlengen tot 31 januari.



Voor slechts 20 euro garanderen we je **een jaar lang loopplezier** bij de grootste recreatieve loopclub van de Westhoek en ver daarbuiten!



Bovendien ontvang je **onze unieke LOKO-rugzak**. Je kan je lidmaatschap verlengen tot uiterlijk 31 januari 2017 door storting van 20 euro op rekening BE20 6528 4543 9756 van de LOKOMOTIEF-RUNNERS IEPER met als mededeling lidgeld 2017 + naam.

Vanaf 1 februari 2017 betaal je zoals ieder nieuw lid 25 euro. Je ontvangt echter geen clubshirt als welkomstgeschenk. Dus zeker niet twifelen en stort vandaag nog je bijdrage van 20 euro voor 2017. Een nieuw jaar met veel loopplezier verzekerd!

2. Nieuwjaarsfeest vrijdag 17 februari 2017

L O K O



17/02/'17 – 19 uur

Locatie: Sint-Maartenskring

Aanvang: vanaf 19 uur

Formule: aperitief + pastabuffet + dans

Deelnemeprijs : 22 euro

Code: enkel clubleden toegelaten

Inschrijven : BE20 6528 4543 9756 -
LOKOMOTIEF-RUNNERS IEPER

Locatie : Sint-Maartenskring, Lange Meersstraat 26 - Ieper

17-02-'17 is nu al een magische datum om in je nieuwe agenda te noteren. Dan pakken we immers opnieuw uit met ons nieuwjaarsfeest. Na de vele positieve reacties vorig jaar behouden we dezelfde succesformule.



uitnodiging :



Beste Lokomotief-runner,

Naar jaarlijkse gewoonte nodigen we onze leden uit voor een Nieuwjaarsfeest.

Wij verwachten je op vrijdag 17 februari vanaf 19 uur
(zaal Sint-Maartenskring - Lange Meersstraat 26 te 8900 Ieper)

Formule : Aperitief + Pastabuffet + dessert + discobar => €22 per persoon
(dranken bij het eten en het dessert zijn in de prijs inbegrepen, daarna is de drank betalend)

Inschrijven kan via onze website <http://www.lokomotief-runners.be/>

(inloggen met eigen account) en te kiezen voor :

- Pastabuffet
- Vegetarische schotel
- Glutenvrij dieet

Daarna stort je 22 euro met vermelding van uw naam + Nieuwjaarsfeest
op rekeningnr. BE20 6528 4543 9756 LOKOMOTIEF-RUNNERS IEPER. Je
betaling moet ons ten laatste op 10 februari bereiken!

LET'S PARTY!

Het LOKO-team

3. Rondje service

Voor ons nieuwjaarsfeest zijn we op zoek naar een vijftal vrijwilligers, die willen instaan voor de bediening van de dranken, het eten en nadien de afwas willen voor hun rekening nemen. Als appreciatie voor het geleverde werk mogen ze gratis aanschuiven aan het pastabuffet. Zin om de handen uit de mouwen te steken?
roland.outtier@gmail.com





4. Sessie "Joggen voor Beginners 2017"

Ook in 2017 organiseren we terug een sessie "Joggen voor Beginners". Het startschot wordt gegeven op de Ieperse atletiekpiste op maandag 20 maart 2017. Tien weken later op maandag 22 mei 2017 is er de ultieme 5km-test rond Dikkebusvijver.

Zijn er familieleden, vrienden of collega's met sportieve voornemens? Aarzel dan niet om hen onze sessie "Joggen voor Beginners" aan te bevelen.

Flyer :



Joggen voor Beginners 2017

In navolging van Mieke Boeckx, www.miekeboeckx.be, de bedenker, grondlegster van Start To Run en nog steeds de promotor van het eerste uur om mensen aan te zetten om te sporten, organiseert de loopclub Lokomotief-runners van KWB St. Maartens – St Niklaas Ieper, voor de 10e maal een loopsessie over 10 weken.

De trainingen gebeuren onder begeleiding van ervaren begeleiders, iedere maandag en woensdag om 20u00

Op maandag 20 maart 2017 gaan we van start.

Samenkomst en inschrijving in Sporthal 2 vanaf 19u00, Leopold III-laan te Ieper.

De deelnameprijs bedraagt € 20 + € 10 dagkaart piste met waarborg.

HYPERLINK "<http://www.lokomotief-runners.be/>" www.lokomotief-runners.be of

5. Komende wedstrijden (met inschrijvingen via onze club)

~ Een eerste afspraak voor 2017

 Toost Toast Run Boezinge 29 januari 2017



Praktisch

Wanneer?

Zondag 29 januari 2017

Start Kindsrun 400m: 13u45u

(1 kleine ronde) voor 5 tot 8 jarigen (geb. 2012 tot 2009)

Start Kindsrun 800m: 14u00

800m (1 grotere ronde) voor 9 tot 12 jarigen (geb. 2008 tot 2005)

Start Jogging Start to Run: 14u15

4 km (1 kleine ronde + 1 normale ronde)

Start Wedstrijdloop: 15u00

12 km

Wat kost het?

Kidsrun: €3 VVK / €4 ADD

Jogging Start to Run: €4 VVK / €6 ADD

Wedstrijdloop: €8 VVK / €12 ADD



Inschrijven kan tot 20 januari 2017 via onze club.

Vergeet niet:

Je bent pas definitief ingeschreven na betaling!
BE20 6528 4543 9756 LOKOMOTIEF-RUNNERS IEPER

~ Een verdere kijk in de loopagenda voor het voorjaar 2017

(mogelijkheid tot inschrijven via de club volgt in de komende LOKO-letters)

Beselare - Warden Oom loop 04-03

Poperinge - Run for Laubia 12-03

Zwalm - Vlaanderens Mooiste 09-04

Ieper - Nightrun 25-4

6. Decathlon

Vanaf heden kan uw klantenkaart bij Decathlon opnieuw worden gelinkt aan onze clubkaart via deze link <http://bit.ly/2io2Xel>

De club kan de verzamelde punten gebruiken bij de aankoop van clubkledij.

Een woordje uitleg :



DECATHLON

Vanuit Decathlon werd ons volgend voorstel gedaan:

De clubkaart:

- Een clubkaart is GRATIS en kan in iedere Decathlon winkel gebruikt worden.
- Aangesloten klantenkaarthouders behouden hun puntensaldo bij elke aankoop, dus bij hen veranderd er niets.
- De club krijgt de helft van de punten van het bedrag dat de leden aankopen in onze winkels. Bijvoorbeeld: klant koopt voor 300 euro aan, club krijgt hiervan 150 punten en de klant krijgt 300 punten
- Aangesloten klantkaarthouders krijgen éénmalig een e-cheque van 6 euro (opgelet: leden kunnen maar bij 1 club aansluiten.)
- De club spaart punten en verdient hiermee een e-cheque van 6 euro per 400 punten
- Via deze link (<http://bit.ly/2io2Xe1>) kan iedere Lokomotief-runner zijn bestaande Decathlonkaart linken aan de clubkaart,

De nieuwe clubleden krijgen een klantenkaart opgestuurd via de post.

(de leden die vroeger aangesloten waren aan de clubkaart zullen dit ook nog eens moeten doen)

Noot: De club kan in geen geval zien welke aankopen door derden worden gedaan.

7. Ledennieuws

Overlijdens

†06-01-2017 : Oscar Couchez - vader van Johan Couchez

Onze oprechte deelneming



8. Colora Santa Claus Run

Tot slot komen we nog eenmaal terug op onze Colora Santa Claus Run 2016. Het werd opnieuw een geslaagde editie. We danken je nogmaals voor je inzet.

Tijdens de nieuwjaarsreceptie voor de Ieperlingen werden cheques overhandigd aan Ons Tehuis (€3.000), de Voedselbank (€1.500) en het Huis aan de Vaart (€500).



Noteer nu alvast vrijdag 22 december 2017
voor de 5e editie van de Colora Santa Claus Run

9. Kalender

vrijdag	20 januari	Deadline inschrijvingen Toost Toast Run - Boezinge
zondag	29 januari	Toost Toast Run - Boezinge
dinsdag	31 januari	Deadline om je lidmaatschap te verlengen aan 20 euro + nieuwjaarsgeschenk
vrijdag	10 februari	Deadline inschrijvingen nieuwjaarsfeest



vrijdag	17 februari	Nieuwjaarsfeest
zaterdag	4 maart	Beselare - Warden Oom loop
zondag	12 maart	Poperinge - Run for Laubia
maandag	20 maart	Start sessie "Joggen voor Beginners"
zondag	9 april	Zwalm - Vlaanderens Mooiste
zaterdag	22 april	Ieper - Nightrun
maandag	22 mei	5km test sessie "Joggen voor Beginners"
maandag	3 juli	5 jaar LOKOMOTIEF-RUNNERS
vrijdag	22 december	5 ^e Colora Santa Claus Run

Voor suggesties en opmerkingen kan je steeds bij het LOKO-team terecht:

Roland Outtier <roland.outtier@gmail.com>;

Claude Pottel <lokomotief.runners@gmail.com >;

Evelien Leterme <evelienleterme@hotmail.com>;

Ivan Martin <martin.huygelier@gmail.com>;

Philip Soetaert <soetaertp@hotmail.com>;

Gerard Vandoolaeghe<vandoolaeghe-desmet@skynet.be>;

Geert Ryckaert <ryckaert.touquet@telenet.be>

Zin om het LOKO-team te versterken?

Neem vrijblijvend contact op met een van de leden!

Sportieve groeten
Het LOKO-Team