



Ieper, 15 november 2017

Beste LOKO-vrienden

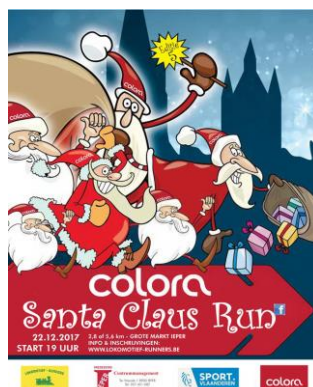
Vorige woensdag kwam Sint-Maarten ons al verrassen op training. Vrijdag mochten onze voorzitter en secretaris de officiële intrede van "de heilige man" van op de boot meemaken. SMOCY, het organiserende comité, nodigde ons nu al uit als dank voor de steun die we aan hun projecten geven met de mogelijke opbrengst van onze komende Colora Santa Claus Run. In deze nieuwsbrief lichten we de drie goede doelen nader toe.



1. colora Santa Claus Run 22-12-2017

De inschrijvingen voor onze 5e editie van **colora Santa Claus Run** lopen momenteel als een trein. We moeten nog een 200-tal pakken aan de kerstman/-vrouw brengen. Stuur aarzelende familieleden, vrienden, collega's zo vlug mogelijk naar onze website

<http://www.lokomotief-runners.be/Colora%20Santa%20Claus%20Run>.





2. Voorstelling goede doelen

Dit jaar zullen we met de mogelijke opbrengst van onze Colora Santa Claus run 3 projecten steunen.

- ❖ **De Fonkel** - buddywerking voor mensen met jongdementie in de Zuidelijke Westhoek

De Fonkel is een gloednieuwe organisatie, opgericht eind 2016. De vereniging heeft een dubbel doel: enerzijds zorgt ze voor de individuele begeleiding van mensen met jongdementie; anderzijds organiseert ze gezamenlijke activiteiten met buddy's. Iemand met jongdementie (<65 jaar) kan geleidelijk aan activiteiten die immers vanzelfsprekend lijken, niet meer zelfstandig uitvoeren. Om te vermijden dat deze mensen in een isolement terechtkomen, gaan ze met een buddy (vrijwilliger) op stap (wandeling, fietstocht, sporten, culturele activiteiten ...)

- ❖ **Den Ommeloop** - vzw Centrum voor woonondersteuning

Den Ommeloop te Ieper is samen met De Pelgrim (Wulvergem), de milieuboerderij (Zillebeke), de Fakkel (Wervik), het Minnehuis (Wervik) en Begeleid wonen Westhoek (Ieper) een onderdeel van de vzw Vondels. Zij bieden ondersteuning aan volwassenen met een verstandelijke beperking op vlak van wonen, werken en vrije tijd.

Den Ommeloop bestaat uit twee leefgroepen:

Leefgroep Merellaan: Deze woning biedt plaats aan 7 personen. Er is 24 op 24 uur een begeleider aanwezig.

Leefgroep Fazantenlaan: Deze woning biedt plaats aan 5 personen. 's Nachts is een begeleider telefonisch bereikbaar.

In beide woningen zou men een douche willen installeren die aan de behoeften van de bewoners voldoet, rekening houdende met hun tekortkomingen.



❖ **Sint-Maarten Ommegang Comité Ieper (SMOCY)**

Bij het grote publiek is het comité vooral bekend door de jaarlijkse organisatie van de intrede van Sint-Maarten in het centrum van Ieper op 10 november. Veel minder bekend is het bezoek van Sint-Maarten aan tehuizen in de regio (Vereniging Ons Tehuis, De Loods vzw in Loker). De Sint brengt de kinderen in hun leefgroep snoep en de instelling zelf krijgt een toelage om ieder kind een passend geschenk te geven. Tot slot krijgt ook de Welzijnsschakel Tegoare een bedrag door het comité overhandigd.

3. Komende wedstrijden

 Langemark Milcobel Run 25-11-2017

ZATERDAG 25 NOVEMBER 2017			TARIEVEN	
PROGRAMMA	START	VOORAF vóór 18/11/17	DAG- INSCHRIJVING	
3,5 km	JOGGING	13u45	€ 7	€ 9
7 km	MILCOBEL RUN DAMES	14u30		
10,5 km	MILCOBEL RUN HEREN	14u30		

Vergeet niet:

Inschrijven kan tot woensdag 15 november.

Je bent pas definitief ingeschreven na betaling!

BE20 6528 4543 9756 LOKOMOTIEF-RUNNERS IEPER



 Zonnebeke - Natuurloop 17-12-'17



- Mini Trail 5,6km 7€
- WarTrail 12,2km 10€
- Trail XL 26,3km 15€

Vergeet niet:

Inschrijven kan tot woensdag 6 december.

Je bent pas definitief ingeschreven na betaling!

BE20 6528 4543 9756 LOKOMOTIEF-RUNNERS IEPER

4. Ter info

Sportwinkel "De Peperstraat" (Peperstraat 2 in Poperinge) vroeg ons volgend bericht met onze leden te delen.

Vrijdagmiddag 17-11-2017 komt ON RUNNING naar sportwinkel "De Peperstraat" in Poperinge. Ze zullen aanwezig zijn met hun Tech-Rep in samenwerking met de sportpodoloog van de zaak.

Altijd al eens met ON RUNNING willen lopen? Dan is dit je kans! Kom een paar testen op ons unieke Zebris loopanalysesysteem of ga er eens mee lopen. Volledig vrijblijvende actie mochten er van jullie loopclub geïnteresseerd zijn om deze eens te testen.

Bij aankoop van een paar ON RUNNING loopschoenen op 17-11 krijg je ook nog een kleine attentie van ON RUNNING.

Meer informatie vind je via onderstaande link:

<https://www.facebook.com/events/143126296324127/>

Met sportieve groeten

Arne



5. Kerstmis/Nieuwjaar

De jaarwissel nadert met rasse schreden. 25 december 2017 en 1 januari 2018 vallen op een maandag. Er wordt op deze dagen geen training door de club ingericht. Wie toch de beentjes wil strekken, moedigen we aan een bericht op onze besloten Facebookgroep te plaatsen. Je zal zeker gelijkgestemden treffen.

6. Agenda 2018

Op woensdag 3 januari lopen we het nieuwe jaar officieel in. Na een rondje te hebben gelopen, klinken we op 2018.

Op vrijdag 23 februari gaat ons nieuwjaarsfeest door. Meer info volgt in de volgende LOKO-letter.

7. Kalender

woensdag	15 november	Deadline inschrijvingen Milcobel Run
zaterdag	25 november	Langemark - Milcobel Run
woensdag	6 december	Deadline inschrijvingen Zonnebeke
zondag	17 december	Zonnebeke - Natuurloop
vrijdag	22 december	5e Colora Santa Claus Run
maandag	25 december	geen officiële training
maandag	1 januari	geen officiële training
woensdag	3 januari	1e training + nieuwjaarsdrink
zondag	28 januari	Toost Toast Run - Boezinge
vrijdag	23 februari	Nieuwjaarsfeest



LOKO-letter 2017/10



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

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

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

Philip Soetaert <soetaertp@hotmail.com>;

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

Geert Ryckaert <ryckaert.touquet@telenet.be>

Sportieve groeten

Het LOKO-Team