



Ieper, 22 maart 2022

Beste LOKO-vrienden

Een nieuwe lente ... een nieuwe LOKO-letter! Voel jij ook dat stille verlangen naar aangename loopjes onder een stralende zon op onze zomerparcours? 4-4 is de date! Dan gaan we op maandag weer richting Zillebekevijver en op woensdag richting de Vestingen. Op 4 april hopen we ook heel wat starters te mogen begroeten op onze nieuwe sessie "Joggen voor Beginners". De gevorderden kunnen dan weer een schema volgen richting een halve marathon. Kortom, er is voor elk wat wils. We hopen dan ook dat onze groep lopers op training weer groeit naar de proporties van voor de coronapandemie.

### Joggen voor Beginners: 4-4-2022

Ken je mensen die meer willen bewegen?

Wil je zelf de draad weer oppikken?

Laat deze unieke kans niet liggen en schrijf vlug in!



## Joggen voor Beginners 2022

Lokomotief-runners Ieper organiseert voor de 15e maal een loopinitiatie over 10 weken. De gezamenlijke trainingen gaan door op maandag en woensdag om 20 uur, nabij meubelwinkel Crack, Steverlyncklaan Ieper.

Deze initiatie is gericht op beginnende sportievelingen die in 10 weken 5 km willen lopen en lopers die uit hun winterslaap ontwaken. De initiatie is geïnspireerd op de Start To Run sessies van Mieke Boeckx.

Op **maandag 4 april 2022** gaan we van start.

Start en inschrijvingen in Sporthal 2 vanaf **19.30 uur: Leopold III-laan Ieper.**

**De deelnameprijs bedraagt € 30, verzekering inbegrepen.**

Info en inschrijven: [www.lokomotief-runners.be](http://www.lokomotief-runners.be)

## Levensloop kick-off: 28 april 2022

Zoals je weet zetten de Lokomotief-runners hun schouders mee onder het Levensloop-project in Ieper.

We nodigen je graag uit naar de kick-off. Om praktische reden vragen we om op voorhand in te schrijven. Dit kan eenvoudig door een mailtje te sturen naar [ryckaert.touquet@telenet.be](mailto:ryckaert.touquet@telenet.be).



The poster features a purple and white color scheme. At the top left is the 'Levensloop' logo with a crescent moon and stars, and the text 'Stichting tegen Kanker'. To the right, the text 'LEVENSLLOOP IEPER' and the website 'www.levensloop.be/ieper' are displayed. The main text describes the event featuring Leander Verdievel and his book 'Gevoel voor tumor'. A photo of Leander Verdievel is shown on the right. The event details include the date 'donderdag 28 april 2022' and the location 'Aanvang 19 uur in Aula stadhuis Auris: Ter Waarde, 1, Ieper'. Registration information and social media links are provided at the bottom, along with logos for the Stichting tegen Kanker, the city of Ieper, and the Lokomotief-runners.

**LEVENSLLOOP IEPER**  
[www.levensloop.be/ieper](http://www.levensloop.be/ieper)

Leander Verdievel, je kent hem misschien van de tv-reeks en het gelijknamige boek 'Gevoel voor tumor'. Hij vertelt openhartig over zijn strijd tegen kanker. Met een lach en een traan. Aansluitend wordt ons Levensloop-project (24 september 2022) voorgesteld aan het grote publiek.

**We hopen je te mogen verwelkomen.**

**GEVOEL VOOR TUMOR**  
donderdag 28 april 2022

Aanvang 19 uur in Aula stadhuis  
Auris: Ter Waarde, 1, Ieper

Het evenement is gratis maar **verplicht inschrijven** via [communicatie.ieper@levensloop.be](mailto:communicatie.ieper@levensloop.be) of via onze website waar je kunt volgen of de voorstelling kan doorgaan (covid)  
Volg ons op Facebook en Twitter: [@levensloopieper](https://www.facebook.com/levensloopieper)

Een samenwerking tussen de Stichting tegen Kanker, stad Ieper, comité Levensloop en de Lokomotief-runners

De loop zelf vindt op zaterdag 24 september plaats. Het is een 12-urenloop. Wie ons team "MarthonWilly" wil versterken door enkele rondjes mee te lopen, stuurt een mailtje naar Geert ([ryckaert.touquet@telenet.be](mailto:ryckaert.touquet@telenet.be)). Iedereen is welkom!



### Levensloop 2022: doe mee!

Ken je een dierbare, een vriend of collega die kanker heeft? Draag dan samen met Levensloop 2022 je steentje bij in deze strijd. Wil je als vereniging, club, school, bedrijf, of evengoed vriendenkring en sponsor je inzetten voor iemand met kanker? Beweeg samen 12 uur aan een stuk waarbij lopers en wandelaars elkaar afwisselen terwijl kankerpatiënten extra in de watten worden gelegd.

Na twee afgelaste edities is er in stad Ieper eindelijk de allereerste Levensloop, deze keer in samenwerking met de Lokomotief-runners en onder de vleugels van Stichting tegen Kanker.



Meer info:

[www.facebook.com/levensloopieper](https://www.facebook.com/levensloopieper)

[www.levensloop.be](http://www.levensloop.be)

[www.lokomotief-runners.be](http://www.lokomotief-runners.be)

### Mondi Run - 5 juni 2022

Mondi Run is een nieuw geluid op de postcoronakalender. Het bedrijf 'Mondi' is de nieuwe sponsor van de vroegere McBride-run. Helaas is er geen start meer in Ieper, maar zowel de start als de aankomst zijn in Poperinge.

Heb je interesse om aan onze trainingen richting deze nieuwe halve marathon deel te nemen, stuur dan een mail naar Geert ([ryckaert.touquet@telenet.be](mailto:ryckaert.touquet@telenet.be)). De trainingen starten op 4 april.

Halve marathon met start en aankomst op Grote Markt - Poperinge  
2 lussen (6,5 & 14,5km) oa via De Lovie & Sixtusbossen

Ook Mini Run van 6,5km om 9:30

## Zomerparcours

Vanaf 4 april trekken we voor onze trainingen op maandag weer richting Zillebekevijver en wie wil kan via de Verdronken Weiden terugkeren. Op woensdag lopen we het Vestingenparcours.

## Verlofdrink / 10 jaar Lokomotief-runners - 4 juli 2022

Niet alleen 4 april, maar ook 4 juli mag je nu al in je agenda aanstippen. Verdere info volgt.

## Onderhoud lokomotief

Beste wagonnetjes, onze lokomotief is aan onderhoud toe. Hij heeft nood aan enkele wisselstukken.

Toch wil dit niet zeggen dat onze wagonnetjes halt houden. Mooi in lijn denderen we verder op het spoor dat we nu al bijna tien jaar volgen om zo onze herstelde lokomotief als een goedgeoliede machine weer te verwelkomen.

We wensen Roland een goeie knieoperatie en een spoedig herstel toe.

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

*Roland Outtier* <[roland.outtier@gmail.com](mailto:roland.outtier@gmail.com)>;

*Claude Pottel* <[lokomotief.runners@gmail.com](mailto:lokomotief.runners@gmail.com)>;

*Philip Soetaert* <[soetaertp@hotmail.com](mailto:soetaertp@hotmail.com)>;

*Gerard Vandoolaeghe* <[vandoolaeghe-desmet@skynet.be](mailto:vandoolaeghe-desmet@skynet.be)>;

*Jean Marie Van Cauwenberghe* <[jm.vancauwenberghe@gmail.com](mailto:jm.vancauwenberghe@gmail.com)>;

*Geert Ryckaert* [ryckaert.touquet@telenet.be](mailto: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