



Ieper, 24 april 2023

Beste LOKO-vrienden

Het winterparcours lieten we achter ons. Onze leuke en gemotiveerde groep "Joggen voor beginners" gaat al de vierde week in. Tot slot bracht de paashaas ons al wat lekkers, maar er is meer. Onze nieuwe clubuitrusting zit in de finale designfase. Hoe ze er zal uitzien kunnen we nog niet verklappen. Omdat iedereen ongetwijfeld van een shirt op maat houdt, volgen er volgend weekend pasdagen!



Het nieuwe clubshirt

Ons nieuwe loopshirt wordt ontworpen bij Blue Globe Sports - Gentsesteenweg 166 te 9800 Deinze. <https://blueglobesports.com/>. Het TriTiTan/Jolie loopshirt is van zeer hoge kwaliteit en werd reeds getest en goed bevonden door gerenommeerde sporters.

Pasdagen

De nieuwe T-shirts zijn nog in de ontwerpfase, maar om uiteindelijk iedereen een perfect passend exemplaar te bezorgen, organiseren we pasdagen met gelijkwaardige modellen. Iedereen krijgt één gratis clubshirt. Je kan een extra shirt bestellen voor de prijs van €30.

dag	datum	uren
donderdag	27 april	Van 10.00 uur tot 12.00 uur / van 14.00 uur tot 17.00 uur
vrijdag	28 april	Van 10.00 uur tot 12.00 uur
zaterdag	29 april	Van 10.00 uur tot 12.00 uur / van 14.00 uur tot 17.00 uur
zondag	30 april	Van 10.00 uur tot 12.00 uur
maandag	1 mei	Van 10.00 uur tot 12.00 uur

Pasadres: bij Marijke, Capucienenstraat 31 - Ieper

057 20 80 16 of 0474 53 26 85

Sponsors

Onze nieuwe kledij werd mogelijk gemaakt door vier sponsors die op onze vraag in de eerste LOKO-letter van dit jaar zijn ingegaan. Ze zullen dan ook een mooie plaats krijgen op het nieuwe clubshirt. Daarenboven zullen ze ook de komende drie jaar prominent in beeld worden gebracht. In naam van de club bedanken we hen nu al voor hun engagement.

Onze hoofdsponsor wordt:



<https://loosvelt.be/ieper/>

Sponsors:



<https://optiekporteman.be/>



<https://www.apotheekkestelyn.be/nl/>



<https://nioliving.be/>

Mondirun

Op zondag 4 juni vindt opnieuw de Mondirun plaats. Dit jaar is er keuze uit drie afstanden: 7, 14 en 21 km.

ZONDAG 4 JUNI 2023



Organisatie:

- FLAC (Flanders Atletiek Club) kern Poperinge

Algemene inlichtingen:

- De Mondy Run is een halve marathon, officieel opgemeten op 21,0975 km.
 - **Startuur:** 10u30
 - Eén kleine en één grote lus (zie parcours)
 - **Start en aankomst:** Doornstraat te Poperinge.
 - De editie 2023 is tevens **het West-Vlaams Provinciaal Kampioenschap** voor aangesloten VAL-afelers.
- De 14 km
 - **Startuur:** 10u15
 - Eén grote lus (zie parcours)
 - **Start en aankomst:** Doornstraat te Poperinge
- De Mini Mondy Run (6,5 km)
 - **Startuur:** 9u30
 - Eén kleine lus (zie parcours)
 - **Start en aankomst:** Doornstraat te Poperinge.
- De minimum leeftijd:
 - **halve marathon:** 18 jaar
 - **14 km:** 16 jaar
 - **7 km:** 12 jaar
- Deelname is zowel voor aangesloten VAL – LBFA leden, als voor niet-aangesloten atleten en joggers.

Inschrijvingen en afhalen borstnummers:

- Vooraf inschrijven via [deze link](#) tot en met **zondag 28 mei 2023!!!**
- Dag zelf inschrijven kan ook op 4 juni 2023!
- **Tarieven:**
 - Halve marathon:
 - voorinschrijving : **12 euro**
 - daginschrijving: **14 euro**
 - 14 km:
 - voorinschrijving: **10 euro**
 - daginschrijving: **12 euro**
 - Mini Mondy Run (7 km):
 - voorinschrijving: **8 euro**
 - daginschrijving: **10 euro**
- **Borstnummers**
afhalen:
 - Plaats: Maeke Blydezaal, Doornstraat 43 te Poperinge
 - dag voordien (zaterdag 3 juni 2023): van 9u tot 13u.
 - dag zelf vanaf 8u tot 15 minuten vóór aanvang van wedstrijd.

Alle info: <https://flachoppeland.be/mondi-run/>

Inschrijven via de club kan tot 20 mei via onderstaande link:

[Mondi Run - Lokomotief Runners \(lokomotief-runners.be\)](http://lokomotief-runners.be)

Je bent natuurlijk pas definitief ingeschreven na overschrijving van het inschrijvingsgeld van de gekozen afstand naar het rekeningnummer van de Lokomotief-runners (BE20 6528 4543 9756) met als mededeling: jouw naam, Mondirun en de gekozen afstand.

Mondirun parcoursverkenning

Op zondagmorgen 21 mei om 9.30 uur verzamelen we voor een oefengalop op het parcours (+/- 14 km).

Interesse? Stuur een mailtje naar ryckaert.touquet@telenet.be.

Stationsloop Ommen-Dalfsen



Station tot Station Loop woensdag 31 mei 2023

Jaarlijks organiseren onze Nederlandse vrienden een 10 miles-loop met als startpunt het station van Ommen en eindpunt het station van Dalfsen, nabij Zwolle. Traditiegetrouw trekken we met een aantal lopers naar deze wedstrijd van onze Nederlandse zusterclub.

De wedstrijd vangt om 19.30 uur aan.

Wie er heen wil, moet op woensdagmorgen vertrekken om tijdig de start te halen. Er kan voor overnachting gezorgd worden bij leden van de plaatselijke loopclub.

Wie graag mee wil of bijkomende info wil, kan bij onze "Lokomotief" terecht.

Verlofdrink

Op maandag 3 juli starten we onze vakantie zoals de traditie het wil met onze verlofdrink. Hou alvast deze datum vrij. Meer info en inschrijven kan in de volgende LOKO-letter.

Levensloop

Levensloop Ieper vindt op 23 september in het Hamiltonpark plaats van 10 uur tot 22 uur. Natuurlijk rekenen we weer op jouw bereidwillige medewerking. We zijn op zoek naar lopers en wandelaars zodat onze ploeg Lokomotief-runners/MarathonWilly 12 uur in beweging kan blijven. De ploeg is al geregistreerd. Inschrijven kan vanaf vandaag en de deelnameprijs bedraagt 10 euro. Klik op onderstaande link en jouw deelname is een feit.

[levensloop Ieper 2023 team "Lokomotief-runners/MarathonWilly" \(google.com\)](#)

Jean Marie Vancauwenberghe neemt dit jaar de rol van teamkapitein op zich. Bij hem kan je terecht voor alle info i.v.m. je inschrijvingen en het uiteindelijke tijdschema zal ook door hem worden uitgewerkt.

Naast bewegen met de benen zijn we ook weer op zoek naar personen die de handen uit de mouwen willen steken zowel voor de opbouw vanaf donderdag tot en met de afbraak op maandag. Wie graag een handje wil helpen, neemt contact op met onze 'Lokomotief', tevens het hoofd logistiek van Levensloop Ieper (roland.outtier@gmail.com).

Wie zelfstandig of met collega's/vrienden/familie een eigen team wil samenstellen om aan Levensloop Ieper mee te doen en zo geld in te zamelen voor de Stichting tegen Kanker, kan alle info bekomen bij Geert Ryckaert, verantwoordelijke voor alle deelnemende teams.

Alle info over Levensloop Ieper 2023 vind je via onderstaande link.

<https://www.levensloop.be/relays/ieper-2023>

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>;

Jean Marie Van Cauwenberghe <jm.vancauwenberghe@gmail.com>;

Geert Ryckaert ryckaert.touquet@telenet.be.

Sportieve groeten
Het LOKO-team