

KEMPER

België - Belgique

P.B - P.P.

2220 Heist-op-den-berg 1

BC 7795

Tweemaandelijks clubblad Atletiekvereniging Zuiderkempen (AVZK) * V.U.: Hendrik Lekens, Broekmansstraat 121, 2221 Booischoot * Verschijnt 6 maal per jaar. * Afgiftekantoor: 2220 Heist o/d Berg 1 P004836





Heidi delicatessen
Schrieksesteenweg 38
2221 Booischot (Pijpelheide)
info@heidi-delicatessen.be
www.heidi-delicatessen.be



HEYLEN n.v.
sleutel-op-de-deur:
ééngeswoningen en
appartementen dakwerken *
buitenschrijnwerk in pvc,



Brood en Banket Yves
Warme bakker
Schrieksesteenweg 86 - 2221
Pijpelheide
Tel.: 015/22 23 21



VLOEREN EN
WANDTEGELS
Jaarmarktstraat 2 A
2221 Booischot

Bakkerij CHRISTINE

Schrieksesteenweg 74
2221 Booischot (Pijpelheide)
Tel. + Fax: 015/22 44 04
Openingsuren: Maandag t/m vrijdag: 8u tot



Van Loock
Westmeerbeeksesteenweg 43
2221 Booischot



Tiels Tuincentrum
Liersesteenweg 68
2221 Booischot
Tel.: 015/22 27 52 - Fax:
015/22 57 19

BEHANG - DECOR DE LENTE

Molenstraat 69
2220 Heist-op-den-Berg
Tel.: 015/24 19 29

De KOOPJES hoek

Liersesteenweg 2
2221 Booischot
Tel.: 015/24 02 33
Openingsuren: woensdag t/m zaterdag van 10u



Bosmans Slaapcomfort
Center
Liersesteenweg 147
2220 Heist-op-den-Berg
Tel.: 015/24 90 28



Stationstraat 155
2235 Westmeerbeek
Tel. 016-68 99 40

Fax. 016-69 75 92
www.michiels-

kopiëren
printen
faxen
scannen



J. PEETERS TRANSPORT
NV
Pleinstraat 18 - 2221 Booischot
Tel.: 015/22 28 33
info@nvpeeters.be



DELHAIZE
Het beste aan de beste prijs
Pastoor Mellaertsstraat 63
2220 Heist-op-den-Berg (Goor)
Tel.: 015/24 12 00 - Fax: 015/24

Wij wensen alle atleten, ouders, sponsors en sympathisanten van AVZK een leuke, aangename en kommerloze vakantie toe. Voor de leerlingen en studenten hopen we van ganser harte dat de exams en eindproeven succesvol zijn verlopen en dat zij kunnen genieten van een leuke vakantie.

Pistemeetings van AVZK van 02.06.2023 en 24.06.2023

Het is een jaarlijkse traditie geworden onze twee pistemeetings in de maand juni. Dit jaar stond de open avondmeeting gepland op vrijdag 2 juni 2023. Vermits er op verplicht dient te worden ingeschreven, wisten we op voorhand dat er 216 waren ingeschreven. Dat zijn er 46 meer dan vorige jaar. Van AVZK waren er 59 inschrijvingen, van ROBA 46 en AV Lyra-Lierse 24. Vooral de cadetten waren met velen. Het opgestelde uurschema kon daardoor niet aangehouden worden en liep wat uit. Maar het bleef binnen de perken. Voor de tweede keer werd ook een uurloop georganiseerd en hier daagden 25 deelnemers voor op. Het was een geslaagde avond. AVZK wenst alle atleten, juryleden, helpers en toeschouwers van harte te danken.

Op zaterdag 24 juni 2023 werd de jeugdmeeting van het Antwerps jeugd criterium georganiseerd. Dit is een criterium met vijf clubs uit de provincie (AVZK-Olse Merksem-AV Lyra-Lierse-Duffel en ABES (Edegem)). Voor de tweede keer gingen de kangoeroes/benjamins en de pupillen/miniemen samen om 10u00 van start.

Er schreven ongeveer 223 pupillen en miniemen in en 119 kangoeroes en benjamins in. Vermits er vanuit de VAL is opgelegd dat er maximum 75 benjamins en 75 kangoeroes mogen inschrijven dienden we voor de benjamins een stop in lassen. Dit zijn een heel deel inschrijvingen meer dan vorig jaar.

Voor deze meeting waren ook veel helpende handen nodig. Agnes, Willy en Gilbert maakten 74 lunchpakketjes klaar voor 's middags en die waren allemaal op. De meeting kende een vlot verloop en liep op het einde een beetje uit en dat kwam door het grote aantal atleten en de vele loopseries.

Ook hier wenst het bestuur iedereen te danken voor de deelname, de aanwezigheid en de hulp.

De volgende organisatie is onze stratenloop van Boischot-statie van maandag 7 augustus 2023. Meer info in dit clubblad.

Foto cover: Een gelukkige Mona Gorris (benjamin meisje) na de medailleuitreiking op de jeugdmeeting van AVZK op 24 juni 2023!

Criterium AVZK 2022 - 2023

Het criterium valt nu samen met het atletiekseizoen

voor de kangoeroes en benjamins: zij moeten 8 punten bijeenprokkelen om het criterium te behalen

de masters 10 punten

vanaf pupillen tot seniors 12 punten

2 punten zijn te behalen op:

veldloop AVZK en alle pistemeetings van AVZK

De bekercups van Vlaanderen (ook voor de reserves als ze aanwezig zijn).

alle andere veldlopen, kampioenschappen, pistemeetings indoor en outdoor leveren 1 punt op

Ook stratenloop van Booischot-statie is goed voor 1 punt

[Elders in dit clubblad vind je de voorlopige tussenstand](#)

Inschrijven voor een pistemeeting

Wie wil deelnemen aan een pistemeeting dient zich verplicht in te schrijven via 'atletiek.nu'.

Hier kun je in 'kalender' al de pistemeetings vinden.

Je gaat naar inschrijvingen. Hier tik je al de gevraagde gegevens in en de proeven waar je voor kiest.

Vergeet ook niet te betalen, want anders ben je niet ingeschreven. Als je alles correct hebt ingevuld en betaald, krijg je een bevestiging..

Ook als je gratis mag deelnemen, meestal bij meetings in je eigen club, dien je voorin te schrijven.

Hou de einddatum van inschrijven in het oog, deze kan verschillen van club tot club.

Het bestuur van AVZK wenst je een vruchtbaar zomerseizoen toe. Het bestuur hoopt dat jullie talrijk aan pistemeetings zullen deelnemen.

Voor het criterium van AVZK komen alle pistemeetings in aanmerking en zijn goed voor 1 punt.

Opgelet

De atleten die wensen deel te nemen aan Belgische kampioenschappen en Vlaamse kampioenschappen kunnen uitsluitend inschrijven via Alabus. Je dient je te wenden tot Peter Vervloet. Hij doet de inschrijvingen via Alabus.

Het mailadres van Peter is vervloet.peter@gmail.com. Op de website staat een item ivm de inschrijvingen. Gelieve hier bij inschrijving naar toe te gaan en de nodige stappen te volgen aub. Gelieve steeds de einddatum in het oog te houden.

Extra Oproep voor juryleden van AVZK (clubjurylid, kidsjurylid of niveau 2)

Indien er mensen zijn die zich geroepen voelen om als jurylid op te treden in eigen club en/of op verplaatsing dan kunnen zij contact opnemen met Guido Van Roie.

Hij zal u de modaliteiten kunnen toelichten.

Voordelen zijn o.a. dat u gratis binnen mag op de activiteiten van de clubs. Indien u aangeduid wordt op een wedstrijd dan krijgt u daar een vergoeding voor.

Voor een club is het ook belangrijk om juryleden te hebben en nu met de nieuwe regeling voor kangoeroes en benjamins zijn er meer helpers nodig.

Verjaardagen

AVZK wenst al de jarigen van harte geluk met hun verjaardag.

Creemers Esra	1/07/2005
Decaluwé Elouise	2/07/2013
Anthonis De Pré Aaron	2/07/2014
Volckaerts Sandra	3/07/1973
Thiels Katrien	3/07/1975
Smekens Michiel	5/07/1988
Shveyn Nicolas	5/07/2011
Henderickx Sander	6/07/2005
Van Goethem Maya	9/07/2005
Thielemans Lucas	9/07/2013
Boeckxstaens Charlotte	9/07/2016
Van Winkel Lieve	10/07/1980
Goovaerts Hilde	10/07/1968
Moris Jesse	11/07/2013
Verschueren Anne	11/07/1966
Naets Ivo	13/07/1962
Nevelsteen Kristof	14/07/1984
Van Den Schoor Bart	16/07/1970
Schellekens Thalia	16/07/2010
De Raet Jan	16/07/1965
Goossens Matz	16/07/2013
De Vocht Nancy	17/07/1966
Hermans Mauro	18/07/2022
De Veuster Ilse	19/07/1970
De Decker Finn	21/07/2016
Van Aelst Dirk	22/07/1964
Bruynseels Christiaan	23/07/1993
Ceulemans Vincent	23/07/2002
Van Woensel Pieter	23/07/2001
Van Aelst Kobe	24/07/2004
Eggers Lize-Marie	25/07/2016
Pauwels Kamiel	26/07/2011

Verjaardagen

AVZK wenst al de jarigen van harte geluk met hun verjaardag.

Van Lent Lotte	27/07/2001
De Valck Nathan	27/07/1977
Reniers André	28/07/1933
Henderickx Steven	28/07/1977
Knapen Amber	30/07/2009
Vermaelen Lore	4/08/2010
Bruynseels Floran	4/08/2014
Bigaré Thiebe	5/08/2011
Van Den Bulck Nore	7/08/2013
Blondé Kor	9/08/2014
Manshoven Sophie	11/08/1975
Verschaeren Geert	11/08/1977
Naets Monique	13/08/1958
Swyngedauw Glenn	13/08/2007
Vanderhoeft Kieran	17/08/2012
Van Genderen Jasper	18/08/2009
Laurens Kevin	20/08/2007
Aerts Petra	21/08/1977
Derdin Simon	22/08/2003
Vergauwen Rube	23/08/2011
Thijssen Ibe	23/08/2016
Van Goolen Maud	24/08/2012
Wouters Bruce	25/08/2010
Laporte Dany	26/08/1965
Van den Schoor Sara	26/08/1997
Aerts Geike	26/08/2010
Vaes Charlotte	28/08/2012
Beyens Sander	28/08/2015
Van der Sanden Emma	29/08/2011
Van Rompaey Roger	31/08/1944

Nieuwe atleten

Kangoeroes

Blondé Len
Bosmans Bas
Van de Put Lilou
Gysemans Leon

Benjamins

Vercammen Lowie
Blondé Kor

Recreanten

Verschueren Anne

Personalialia

Op 25 april 2023 overleed op 88-jarige leeftijd de heer Fons Flerackers, weduwnaar van mevrouw Nora Mariën. Fons was de schoonvader en grootvader van trainsters Katrien Mondelaers en Britt Flerackers. Langs deze weg bieden wij onze oprechte deelneming aan.

Door de gemeente zijn we op de hoogte gebracht dat door inzaaiingen en bewerken :

het voetbalveld kan niet gebruikt worden van 1 juni 2023 tot 31 juli 2023.

Gelieve hier rekening mee te houden aub.

Samenvatting van de reserveringen van AVZK op het sportcentrum De Lichten, Kloosterveldstraat 7 2221

Booischot : periode van 01.07.2023 tot en met 30.06.2024

Tot nu is er nog geen mail gekomen met de reservaties van de periode 01.07..2023 tot 30/06/2024.

De trainingsuren blijven tot zolang hetzelfde als de voorbije periode.

Voor info over wedstrijden ga je naar www.avzk.be

Klik bovenaan in de balk op 'organisaties' daar vind je de nodige informatie ivm eigen wedstrijden, kalender jeugd, kalender vanaf cadetten, inschrijvingen kampioenschappen

Ontbijtactie 11.06.2023

361 keer bedankt aan allen die onze ontbijtactie steunden. Er werden 207 standaardontbijten; 30 luxe-ontbijten (voor 2 personen) en 94 kidsontbijten besteld.

Zin, tijd en veel enthousiasme om atleten kennis te laten maken met de atletiek? Word trainer bij AVZK!

Avzk is in volle groei! Dus zijn wij op zoek naar extra trainers voor onze jeugdgroepen (5 -12 jaar).

Zin om in familiale sfeer mee te bouwen aan onze toekomst?
Zin om na een trainingsdag allemaal lachende gezichtjes te zien?
Dan zijn wij op zoek naar u!

Bij interesse kan je ons bereiken op het nummer:
0475 92 42 37 (Steven)
of 0499 98 49 34 (Peter)

Jeugdmeeting Booischot

02/06/2023

Foto's gemaakt door
Sven Janssens









Voorlopige tussenstand criterium AVZK 2022-2023

Deze tussenstand is bijgewerkt tot zondag 31 maart 2023

V = Veldloop, I = Indoor, O = Outdoor

<u>Kangoeroes meisjes 2017</u>	V	I	O
Laporte Aline	6	2	
Goris Mona		2	
Van de Put Lilou		2	
<u>Kangoeroes meisjes 2016</u>	V	I	O
Van Beersel Ameline	5	1	
Gysemans Anna	2	2	
Bellekens Lili	7	2	
Van Horenbeek Nore	2	4	
Gorris Emma	4	2	
Nevelsteen Mona	2	3	
Boeckstaens Charlotte			
Eggers Lize-Marie		3	
<u>Benjamins meisjes 2015</u>	V	I	O
Fabry Marie	2		
Yskout Léonore	6	2	
Gysemans Louise	7	2	
De Win Ona	3		
Verschueren Ama Ri Lis	3		
<u>Benjamins meisjes 2014</u>	V	I	O
Goris Sofie	2	2	
Goris Arwen	5		
Van Hoof Minne	6	2	
Loubani Lina			
Dhondt Paige	2		
Vets Olivia	2		
Janssens Kesia	2		
Bussche Esther			
Knapen Julie	8	1	
T'Syen Nore	2		
<u>Pupillen meisjes 2013</u>	V	I	O
Straetmans Maya		4	
Laenen Lize	5	2	7
Bockx Tess			
Thijssen Jade	5	5	
Vandille Anna	4	3	6
Jacobs Jozefien	5	2	
Joossen Mera	4		
Van den Wijngaert Maïte	6	4	
Sweeck Janne			
Rombouts Isolde			
Laporte Aline		6	
Eggers Ella-Louise			
<u>Pupillen meisjes 2012</u>	V	I	O
Van Beersel Elise	5	6	
Bruyndonckx Noa	2		
Van Goolen Maud		2	
Goris Nette	6	1	
<u>Miniemen meisjes 2011</u>	V	I	O
Claes Onah	4	6	7
Van der Sanden Emma	11	1	9
Verbeke Pauline			5

<u>Miniemen meisjes 2010</u>	V	I	O
Huybrechts Sara	5	3	
Laeveren Pauline	2		
Aerts Geike	2	1	5
Schellekens Thalia			
Heremans Linde	10	1	6
Vermaelen Lore	2	2	
Ziraoui Imene			
<u>Cadetten meisjes 2009</u>	V	I	O
Maertens Norah			4
Swyngedauw Kira			
Van Dijck Nohre			2
Janssens Febe	2		
Knapen Amber	10	6	
<u>Cadetten meisjes 2008</u>	V	I	O
Luyts Kato			6
Van Dessel Marie	2	3	5
De Valck Anke			4
Henderickx Lien	2	3	6
<u>Scholieren meisjes 2007</u>	V	I	O
Huybrechts Anna	10	5	
<u>Scholieren meisjes 2006</u>	V	I	O
-			
<u>Juniors dames 2005</u>	V	I	O
Fleerackers Britt		4	4
Van Dyck Flore	2	3	
Creemers Esra			2
Milloen Sarie			
<u>Juniors dames 2004</u>	V	I	O
-			
<u>Seniors dames</u>	V	I	O
Van Lent Lotte			4
Van Oosterwyck Lotte			4
Bassleer Katinka	1		
Vermeulen Lauren	3	2	
Van Den Broeck Sarah	2	2	
Van Aelst Linde			
Oost Morgan			2
Laporte Morgan		4	8
Gyselinxck Elke			4
<u>Masters dames</u>	V	I	O
De Coninck Ilse	4	2	6
Mondelaers Katrien		3	
Van De Water Geert		2	
Van Winckel Lieve		2	9
Peeters Nadine	2	3	
Smets Kim			
De Veuster Ilse	1	2	
Van Roie Liesbet		2	
Dévière Elisabeth	1	2	
Teniers Iris			
Thomas Eef			
Van Peer Ingrid	1		
<u>Kangoeroes jongens 2017</u>	V	I	O
Van Hoof Fenne	6	2	
Nijs Esper		2	
Gysemans Leon		2	

<u>Kangoeroes jongens 2016</u>	V	I	O
Geukens Vince	2		
Thijssen Ibe	4	2	
Geeraerts Senne	3	3	
Vervloet Midas	5	4	
Goris Mats	3	2	
Van den Bergh Leo	2		
Nijs Elliot	5	2	
Meylemans Cyriel	5		
Janssens Isai	2		
<u>Benjamins jongens 2015</u>	V	I	O
De Preter Jesse	6	3	
De Preter Warre	7	3	
Vaes Alexander	7	3	
Van de put Sem	8	2	
Bellekens Mil	7	4	
Beyens Sander			
<u>Benjamins jongens 2014</u>	V	I	O
Coremans Kobe			
Van Oost Lukas	2	4	
Claessen Tomas	8	1	
D'helft Finn	2	5	
Van Horenbeek Kobe	2	4	
De Langh Bence			
Docx Kobe			
Hermans Mauro	2		
Vandekerckhove Willem	2		
Anthonis De Pré Aaron			
Nijs Oliver	4	2	
Meulders Ferre	2	3	
De Wever Pol	2		
Bruynseels Floran	2		
<u>Pupillen jongens 2013</u>	V	I	O
Goossens Matz	11	6	
Verbeek Jens	3	5	
Verreth Alexander	6	5	
Aerts Wolf	2	4	
Thielemans Lucas	7	6	
Van Tricht Bern	6	7	
Roelandt Alexander	11	2	
Labro Sander	7		
Yskout Alexander			
Moris Jesse	2		
<u>Pupillen jongens 2012</u>	V	I	O
Coremans Bram			2
Daelemans Niels	2	2	
Everdepoel Menno		2	6
Loubani Khaled			
Weckhuysen Mil			2
<u>Miniemen jongens 2011</u>	V	I	O
Van Genechten Kor	5		
Van Genechten Vic	3		
Laporte Finn	10	1	6
Goris Cis	2	3	
Goris Finn	4	4	1
Aerts Ram	2	2	
Claes Vic	9	6	8
Everdepoel Alec	2	12	8
Pauwels Kamiel			
Knapen Dries	10	1	

<u>Miniemen jongens 2010</u>	V	I	O	Valenne Brent	6	Blockx Tristan	2
Vanderghinste Giel	5	5	4	<u>Scholieren jongens 2006</u>	V	I	O
Van Winckel Lander	2			Heremans Mil		Lambrechts Maarten	1 6
Dirkx Lukas	10	8	10	De Voeght Jitser	2	5	<u>Masters mannen</u>
Henderickx Dries	2	1	5	<u>Juniors mannen 2005</u>	V	I	O
D'Helft Noah	2	5	9	Verbeeck Jesse	4		Laporte Sten
Cobbaut Xander				Henderickx Sander	1	6	De Raet Jan
Gullentops Aalex		6		<u>Juniors mannen 2004</u>	V	I	O
Buts henok		4		Huybrechts Edward	3		Huybrechts Jurgen
Joseph Bent		4		Helsen Robin	3		Van Den Acker Paul
Heiremans Tijl		2		Naets Ilan		2	Lemmens Steve
<u>Cadetten jongens 2009</u>	V	I	O	Van Aelst Kobe	4	2	Verschaeren Geert
Hantschel Roland	2	2		<u>Seniors mannen</u>	V	I	O
Dirkx Desmo	9	9	12	De Preter Niels	2		Vervloet Peter
Verbeke Pierre	3			Verschoren Senne	6	1 3	Sleeckx Gijbrecth
De Heel Michiel	3	3		Van Lent Seppe		4	Goovaerts Joseph
<u>Cadetten jongens 2008</u>	V	I	O	Van Den Schoor Senne	3	1 7	Van Lent Jurgen
Goris Wies		1		Mannaert Jasper	8	2	Buellers Wesley
Verschaeren Tegge		3		Vanpelt Juan	2	3	De Valck Nathan
Waeyaert Brent		3		D'Hooghe Zico		3	Van Dyck Michel
Aertgeerts Siebe				Naets Obry	5	2 4	Van Den Schoor Bart
Firlefijn Jakke				Naets Yari		2	Straetmans Gilbert
<u>Scholieren jongens 2007</u>	V	I	O	Blockx Tristan			Bellekens Jonas
Swyngedauw Glenn		1	4	Van Aelst Milo			Nevelsteen Staf
Sleeckx Godwin	10	1	8	Matthys Tom			Verbeke Tobias
Laurens Kevin	4			Habets Enrique	9	3	Valck Stefan
De Valck Lars		1	4	Zehmour-Habets Victor	8		Helsen Wim
Pauwels Kobe			2	Coremans Tibo	2	1 3	Maertens Vincent
Rits Jonas	6	4		Derdin Simon	4	4	Naets Ivo
Verlinden Timo	3	2					Verelst Wim
							Nevelsteen Kristof
							Smets René
							Van Aelst Dirk
							Knapen Dennis
							Habets Mario
							10

Verslag bestuursvergadering

18.04.2023

Aanwezig: Henderickx Steven, Vervloet Guido, Lekens Hendrik, Naets Monique, Heremans Agnes, Verelst Wim, Baeten Nathalie, Van Roie Guido

Woord van de voorzitter

De voorzitter heet iedereen welkom.

De secretaris deelt het overlijden mee van Achiel De Cleyn. Hij was vroeger een zeer gewaardeerde trainer van Booschoot AC. Hij is 93 jaar geworden.

Er werd ook een berichtje van deelname gestuurd naar de familie Vermeulen voor het overlijden van de heer Frans Vermeulen, schoonbroer van Guido Van Roie.

Verder werd er ook een condolatie verstuurd voor Maria De Cleyn, moeder en schoonmoeder van Jan De Raet en Ilse De Coninck.

Afvaardiging G-atleten

*Special Olympics gaan door in Mechelen van 17 mei 2023 tot 19 mei 2023.

*Op 26/04/2023 is er een laatste vergadering voor de special olympics. Hier zullen allerlei zaken worden uitgedeeld. De openingsceremonie zal in het voetbalstadion van KV Mechelen zijn.

*Er is een mail toegekomen dat er binnenkort een bijeenkomst zal zijn ivm de verdeling van de sponsorgelden nav de nieuwe festiviteiten van het bal van de burgemeester. De mail is doorgestuurd naar Agnes. Zij heeft daarop gereageerd.

*Er is ook een uitnodiging toegekomen voor een G-recrea-wedstrijd

in Vilvoorde op 1 mei 2023.

Goedkeuring vorig verslag

Iedereen heeft het verslag van de bestuursvergadering van 14 maart 2023 ontvangen. Er zijn geen opmerkingen binnengekomen.

Het verslag wordt goedgekeurd.

sportieve gedeelte + voorbereiding zomerseizoen 2023

*Guido Van Roie deelt mee dat Samantha Van Ermen geslaagd is voor haar examen van jurylid. Zij wordt hiervoor gefeliciteerd.

*Voor de provinciale kampioenschappen vanaf cadetten zijn er de eerste dag in Turnhout 11 atleten ingeschreven. Voor de tweede dag zijn er ook 7 ingeschreven in Merksem.

Het merendeel van het bestuur en ook van de trainers vindt dat er meer atleten aan wedstrijden zouden mogen deelnemen en zijn een beetje teleurgesteld.

Er wordt voorgesteld om eventueel een werkgroep op te richten met enkele bestuursleden en enkele trainers en atleten om hierover in gesprek te gaan en naar oplossingen te zoeken.

*Op maandag 24 april 2023 is er de algemene vergadering van de sportraad.

*De urschema's en de lijst met juryleden die de secretaris heeft ontvangen zijn naar de provinciale aanduider gestuurd.

*Binnenkort beginnen aan het werkschema van de twee meetings.

*De secretaris gaat binnenkort een aangepaste lijst doorsturen van mensen die aangeduid hebben op hun aanvraag voor een nieuw startnummer dat zij wensen te helpen op een activiteit van de club.

*De proeven voor de twee meetings van AVZK zijn doorgegeven via

alabus.

De uurschema's zijn ook klaar gemaakt. Voor de jeugdmeeting kunnen er nog aanpassingen komen omdat we niet weten hoeveel kangoeroes en benjamins er zullen inschrijven. Er mogen maximaal 75 kangoeroes en 75 benjamins ingeschreven worden. Dit zal ook in de info vermeld worden.

Voor de 500 m (kangoeroes) en de 600 m (benjamins) zullen er twee groepen gemaakt worden.

-Avondmeeting Running store van vrijdag van 02.06.2023 start 18u30

AMH 100 m en hockeybal

Cadetten jongens en meisjes : 100 m – 200 m – 800 m - kogel – discus – ver – hoog

Scholieren jongens en meisjes : 100 m – 200 m – 800 m – kogel – discus – ver – hoog

Juniors, seniors dames en mannen : 100 m – 200 m - 800 m – uurloop – kogel-discus – ver – hoog

Masters mannen en vrouwen : 100 m – 200 m – 800 m – uurloop – kogel- discus – ver – hoog

-Jeugdmeeting Antwerps jeugd criterium running store zaterdag 24 juni 2023 start : 10u00

Kangoeroes jongens en meisjes : 30 m – 500 m - ver – stoten

Benjamins jongens en meisjes : 40 m – 600 m - hoog – vortexwerpen

Pupillen jongens en meisjes : 60 m – 60 m horden (0.686 m) – 3 x 600 m – kogel – ver

Miniemen meisjes : 80 m – 150 m horden (0.686 m) – 3 x 600 m – speer – hoog – polsstok

Miniemen jongens : 80 m – 150 m horden (0.762 m) – 3 x 600 m – speer – hoog - polsstok

*Bekers van Vlaanderen 2023 :

-Zondag 7 mei 2023 AC mannen en vrouwen; landelijke 2 B In Mechelen (RAM)

-Zaterdag 13 mei 2023 pupillen/ miniemen jongens en meisjes ; match 5 Betekom (ROBA)

-Zondag 14 mei 2023 cadetten/scholieren jongens en meisjes ; landelijke 3 B Lanaken (ATLA)

-Zondag 4 juni 2023 masters mannen en vrouwen ; afdeling 2 B Arendonk (ARAC).

*De trainers zijn bezig met de ploegen samen te stellen.

*Het trainersverslag wordt overlopen.

*Evaluatie trainingsdag van 1 april 2023

Er waren 42 atleten ingeschreven.

De dag is vlot verlopen, spijtig van het minder goede weer.

*Er zijn ook info-boekjes beschikbaar van het Heists-joggingcriterium 2023. Ze zullen zeker in het cafetaria en aan de ingang van de sporthal gelegd worden.

De gegevens komen ook in het clubblad.

*Er wordt gevraagd om aan de gemeente te melden dat de douches in de laatste 3 kleedkamers koud water geven en dat er ook geen verwarming is. Vorige week was er ook geen licht.

De inkomdeur van de cafetaria die AVZK gebruikt sleurt heel erg en dient ook te worden nagekeken.

*Wat met training 5-jarigen ? Er wordt voorgesteld dat zij mogen meetrainen op het moment dat zij naar het eerste leerjaar gaan.

Er zijn wel enkele 5-jarige die door de mazen van het net geglijpt zijn

en het lidgeld hebben betaald.

*Vraag oprichting werkgroep voor jeugdathleten die aan wedstrijden meedoen.

Er wordt geconcludeerd dat er te weinig atleten meedoen aan wedstrijden. Het is daarom nuttig dat er een werkgroep wordt opgericht die hierrond zou werken.

*voor het inschrijven van provinciale kampioenschappen wordt voorgesteld dat de trainers de atleten inschrijven, de betaling doen en de rekening doorgeven aan Monique die het geld dan zal terug betalen. Dit telt enkel voor de provinciale kampioenschappen. Voor de Belgische en Vlaamse kampioenschappen worden de inschrijvingsgelden via de club geregeld.

*Stand van zaken ivm aanschaf van nieuwe polsstokmat en startblokken.

Stand van zaken overkapping hoogspringmat.

Steven heeft een mail gestuurd naar Wendy en Eva.

*Wat staat er allemaal op het lijstje :

-8 startblokken

-1 nieuwe blok hoogspringmat van de gemeente

-polsstokmat

-overkapping van de hoogspringmat via Sint-Lambertusinstituut. De School is hiermee bezig.

Alles is nogmaals doorgegeven aan de dienst sport en jeugd. Hopelijk zien we al resultaat voor onze eerste meeting.

Verder nog het onderhoud van de piste (is zeer vuil) en het goed leggen van binnenkant van de piste.

*Op maandag 24 april 2023 is er de algemene vergadering van de sportraad en gaan we proberen om een gesprek te hebben met Wendy Mortelmans, hoofd van de dienst sport en jeugd.

*Lieve vraagt 5 discussen van 1 kg.

Voorlopige kalender van AVZK voor 2023

*open avondmeeting Running Store vanaf cadetten (ook voor G-atleten) vrijdag 2 juni 2023

*zondag 11 juni 2023 ontbijtactie.

*zaterdag 24 juni 2023 jeugdmeeting Running Store kangoeroes tot en met miniemen

*maandag 7 augustus 2023 stratenloop van Booischoot-Statie

*zaterdag 28 oktober 2023 ledenfeest in zaal Magneet te Grootlo.

*Trainingskamp Maasmechelen van 13.10.2023 tot 15.10.2023 vanaf cadetten.

*Trainingskamp De Hoge Rielen (Kasterlee) van 20.10.2023 tot 22.10.2023 voor de jeugd en G-atleten.

*zondag 10 december 2023 dames- en herenveldloop Running Store van AVZK

Vorbereiding ontbijtactie 2023

*De ontbijtactie zal die jaar doorgaan op zondag 11 juni 2023.

*De werkgroep is bijeengekomen om alles te bespreken.

*Er is een formulier opgesteld dat aan de bestuursleden is doorgemaild. Het voorstel wordt goedgekeurd.

Nu is het de bedoeling om deze flyer zo veel mogelijk rond te sturen of rond te delen.

*Aan Mendo zal de cafetaria gevraagd worden om alles klaar te zetten en klaar te maken de dag zelf.

*In het clubblad van maart-april 2023 zou het formulier ook moeten verschijnen.

*Zakjes gewone en grote via running store.

Varia

*De volgende vergadering zal doorgaan op dinsdag 9 mei 2023 en vangt aan om 20u00 in het cafetaria.

*Er wordt voorgesteld om croques te voorzien op de twee meetings.

*De voorzitter bedankt iedereen voor zijn aanwezigheid en zijn medewerking.

Lekens Hendrik,

Verslaggever

VERSLAG TRAINERSVERGADERING

2 MEI 2023

Aanwezig: Guido Van Roie, Eef Thomas, Britt Fleerackers, Jitser De Voeght, Peter Vervloet (verslag)

TRAINING:

In de week van 24 en 31 juli geen jeugdtrainingen, omdat er veel trainers afwezig zijn. De trainers vervolledigen nog hun vakantieplannen in de gedeelde excel.

- Evaluatie van SPOND app is positief. Wordt goed ingevuld en goede gerichte communicatie app over trainingen en wedstrijden. We weten toch goed op voorhand hoeveel kinderen er per groep aanwezig zijn (op enkelen na).

De 2 PKs van mei zal Peter eerstdaags ook toevoegen.

- Eef en Britt hebben op zaterdag 6 mei examen van hun trainerscursus

WEDSTRIJDEN

- Voor BVV jeugd missen we nog enkele deelnemers en kandidaten voor enkele proeven, vooral bij de meisjes.
- Begeleiding andere wedstrijden. Britt en Jitser vullen verder aan.

Ook voor de ben/kan bekijken de trainers wie begeleidt (1 voor die 2 categorieën volstaat)

MATERIAAL & INFRASTRUCTUUR

- Eef zou graag nog extra licht plastic ballen hebben. De speelkaarten liggen blijkbaar boven in cafetaria. Voor kogeltraining graag het kogel terrein gebruiken en niet op het gras. Maakt nogal diepe putten, zeker nu de grond door de vele regen wat zachter is.

VOLGENDE VERGADERING

Dinsdag 4 juli, 20u00

Verslag bestuursvergadering

9.05.2023

Aanwezig: Henderickx Steven, Vervloet Guido, Lekens Hendrik, Naets Monique, Busschodts René, Heremans Agnes, Verelst Wim, Van Roie Guido

Woord van de voorzitter.

De voorzitter heet iedereen welkom.

Afvaardiging G-atleten

*Special Olympics gaan door in Mechelen van 17 mei 2023 tot 19 mei

2023.

*Op 10 mei 2023 is er een vergadering gepland voor de ouders van de G-atleten waarop alle info van de specials zal worden meege-deeld.

*Woensdag 17.05.2023 en vrijdag 19.05.2023 is er geen training voor de G-atleten. Dit zal doorgegeven worden aan de dienst sport en jeugd.

Goedkeuring vorig verslag

Iedereen heeft het verslag van de bestuursvergadering van 18 april 2023 ontvangen. Er zijn geen opmerkingen binnengekomen.

Het verslag wordt goedgekeurd.

sportieve gedeelte + trainersverslag

*Tijdens de provinciale kampioenschappen van de MOEV (schoolsport) op woensdag 3 mei in Hulshout werden er door atleten van AVZK verschillende medailles behaald.

Miniemen jongens

-Michiel De Heel zilver bij het hoogspringen en brons bij de 800 m
-miniemen jongens Sint-Lambertus 4 x 100 m goud : Quinten Wierlockx, Verheyen Nand, Dries Henderickx en Michiel De Heel

Cadetten jongens :

-Tegge Verschaeren goud op de 100 m

-Cadetten jongens Sint-Lambertus 4 x 100 m goud : Tegge Verschaeren, Coeckelbergh Warre, Waeyaert Brent en Vander Veecken Seppe

-Brent Waeyaert goud bij het kogelstoten

-Wies Goris zilver bij het kogelstoten.

Scholieren jongens

-Jitser De Voeght zilver bij het kogelstoten

-Sander Henderickx goud bij de 100 m en in het kogelstoten

Cadetten meisjes

-Kato Luyts goud op de 100 m en brons bij het kogelstoten

-Lien Henderickx brons op de 100 m en zilver bij het kogelstoten

-cadetten meisjes HHH 4 x 100 m goud : Lien Henderickx, Lentel Dhadamus , Marie Van Dessel en Kato Luyts

-Marie Van Dessel goud bij het kogelstoten

Provinciaal kampioenschap MOEV van Vlaams Brabant 10.05.2023

*Desmo Dirx behaalde een derde plaats op de 100 m finale en een tweede plaats bij het hoogspringen.

*Britt Fleerackers behaalde een eerste plaats bij het kogelstoten;

*Beker Van Vlaanderen AC M+V landelijke 2 B in Mechelen op

07.05.2023

Vanaf dit jaar worden de dames en heren samengevoegd.

Bij de dames was AVZK 5de. Bij de heren was AVZK 3de. In het totaal klassement werd AVZK mooi derde. Vanwege het bestuur een dikke proficiat.

De uitslagen zullen in het clubblad van mei-juni 2023 staan.

*Bekers van Vlaanderen 2023 :

-Zaterdag 13 mei 2023 pupillen/ miniemen jongens en meisjes ; match 5 Betekom (ROBA)

-Zondag 14 mei 2023 cadetten/scholieren jongens en meisjes ; landelijke 3 B Lanaken (ATLA). Voor deze wedstrijd is het weer spijtig dat er een deel van onze atleten met hun school op uitstap zijn naar Bretagne en Normandië. De trainers doen hun uiterste best om een ploeg samen te stellen.

-Zondag 4 juni 2023 masters mannen en vrouwen ; afdeling 2 B Arendonk (ARAC).

- *De trainers zijn bezig met de ploegen samen te stellen.
- *Het trainersverslag wordt overlopen.

Onderhoud gesprek met gemeente op dinsdag 2 mei 2023

Van AVZK waren aanwezig : Steven Henderickx, Guido Vervloet, Monique Naets en Lekens Hendrik.

Van de gemeente waren aanwezig : Eva Van Den Brande (schepen van sport) en Jessie Meuris (dienst sport en jeugd).

*De gemeente heeft plannen om de atletiekpiste meer open te stellen voor de Heistenaren. Er dienen hier duidelijke afspraken te worden gemaakt want AVZK huurt de piste bijna dagelijks af gedurende een bepaalde tijd.

*Er wordt gevraagd om de mankementen door te geven.

*Voor het eventueel aankopen van een nieuwe polsstokmat stelt men voor om dit in te brengen bij de aanvraag voor infrastructuur subsidies. Ook voor de aankoop van startblokken zouden we via de infrastructuur subsidies een deel kunnen recupereren.

*Momenteel wordt er op het Sint Lambertuscollege een bak gemaakt om over de hoogspringstand te plaatsen. De bedoeling is om volgend schooljaar voor de andere hoogspringstand ook zo'n overkapping te voorzien via de school.

Er wordt ook voorgesteld om een blok van deze stand te vervangen omdat hij versleten is.

*Er zal ook bekeken worden om tijdens de zomer aan het aankomstgebouw een "zomerterras" te voorzien omdat het dan een stille periode is en er dan geen volk in het cafetaria komt. Er zou dan één frigo in het aankomstgebouw komen te staan.

*Er wordt ook gevraagd om de piste proper te maken. De piste en de boorden liggen er heel vuil bij. Er is hier al initiatief genomen door de gemeente. Dit werk zal niet meer kunnen voor de meetings.

*Op de overkapping van de polsstokmat mag eventueel reclame komen. Maar dit is nog niet voor het eerstkomende jaar.

*Er wordt meegedeeld dat de gras piste is heraangelegd en ingezaaid. Door het natte weer van de voorbije dagen zal het gras vlugger groeien. Op het eerste zicht is de piste goed heraangelegd.

*Er werd ook gevraagd om één paal van de polsstokstand te repareren. Dit is inmiddels gebeurd. Voor de herstelling van de deur van het cafetaria gaat men beroep doen op schrijnwerkers van de technische dienst.

Voor het reinigen van de piste ging men nog uitkijken voor een geschikte periode.

Voorlopige kalender van AVZK voor 2023

- *maandag 7 augustus 2023 stratenloop van Boischot-Statie
- *zaterdag 28 oktober 2023 ledenfeest in zaal Magneet te Grootlo.
- *Trainingskamp Maasmechelen van 13.10.2023 tot 15.10.2023 vanaf cadetten.
- *Trainingskamp De Hoge Rielen (Kasterlee) van 20.10.2023 tot 22.10.2023 voor de jeugd en G-atleten.
- *zondag 10 december 2023 dames- en herenveldloop Running Store van AVZK

Vorbereiding pistemeetings van 02.06.2023 en 24.06.2023

- *Steven is bezig met het opstellen van een werkschema.
- *De kogelstand ligt er redelijk vuil bij en ook de lijnen dienen bijgewerkt te worden.
- *één of twee dagen voor de meeting zal de belijning worden aangebracht.

*Agnes zal bij de bakker bestellen en Guido doet een bestelling bij de brouwer.

*Voor de meeting van 24.06 dienen medailles te worden voorzien. Ook zullen dan de medailles voor de stratenloop ook worden besteld want deze firma is tijdens de maanden juli en augustus gesloten.

*Op 24.06 zullen er croques en hamburgers worden voorzien. Indien er warm weer wordt voorspeld, zullen er ook ijsjes worden voorzien.

*Steven heeft aan Samantha gevraagd om het werkschema van 24.06 op te stellen.

*Er is al een eerste voorstel van de jury toegekomen voor de meeting van 02.06.2023.

*Voor deze meeting zijn ook tablets gevraagd van het PCA.

Vorbereiding ontbijtactie 2023

*De ontbijtactie gaat door op zondag 11 juni 2023.

*De werkgroep is bijeengekomen om alles te bespreken.

*De opgestelde flyer zal zo veel mogelijk rondgestuurd of rondgedeeld worden via verschillende kanalen.

*Aan Mendo zal de cafetaria gevraagd worden om alles klaar te zetten en klaar te maken de dag zelf.

*In het clubblad van maart-april 2023 is het formulier meegestuurd; diegenen die het clubblad per mail krijgen is het inschrijvingsformulier toegevoegd in bijlage.

*De bestellingen beginnen al binnen te komen.

*De ontbijtactie zal ook te zien zijn op een drietal infoborden in Boischot en Pijpelheide.

*Er wordt voorgesteld om op zaterdagavond rond 18u30 samen te komen om alles wat kan al in de zakjes te doen.

*Eventueel vragen aan KBC voor het bekomen van papieren zakken zodat elk soort ontbijt een aparte zak heeft.

Varia

*De volgende vergadering zal doorgaan op dinsdag 13 juni 2023 en vangt aan om 20u00 in het cafetaria.

*In het clubblad van maart-april 2023 ontbreekt een blad met sponsors. Steven en Lien gaan dit nakijken en het tegen volgend clubblad in orde maken.

*Op dinsdag 16 mei 2023 komt werkgroep ledenfeest samen om 19u45 in het cafetaria.

*Er gaat onderzocht worden of er via Running Store singletjes kunnen besteld worden zoals de huidige singletjes..

*Eef Thomas en Britt Flerackers hebben de cursus voor initiator gevolgd en inmiddels ook examen gedaan. Vanuit het bestuur worden ze gefeliciteerd.

*Op 23.05.2023 is er een testmoment voor schoenen van Sauconay voorzien via Running Store op het sportcentrum. Er dient wel vooraf te worden ingeschreven. Elke vooringeschrevene ontvangt een T-shirt. Via verschillende kanalen zullen de atleten worden verwittigd.

*Staf wil start to runners verder begeleiden. Diegenen die willen aansluiten wordt gevraagd om € 40.00 te betalen voor de rest van het seizoen.

*Wim heeft een mail ontvangen van Eef ivm training van kangoeroes van 5-jarigen.

Ze stelt voor om deze te laten komen trainen op donderdag van 18u30 en 19u30 (dus éénmaal in de week). De start hangt af van het aantal atleetjes. Liefst minstens 6 atleetjes van 5 jaar.

Nadruk zal liggen op plezier hebben in het trainen.

*De voorzitter bedankt iedereen voor zijn aanwezigheid en zijn me-

dewerking.

Lekens Hendrik, verslaggever

Verslag bestuursvergadering

13.06.2023

Aanwezig: Henderickx Steven, Vervloet Guido, Lekens Hendrik, Naets Monique, Van Dyck Michel

Woord van de voorzitter.

De voorzitter heet iedereen welkom. Het bestuur is maar met 5 personen aanwezig

Afvaardiging G-atleten

*In de periode van 18 mei tot 20 mei hebben 8 G-atleten deelgenomen aan de Special Olympics in Mechelen. Zij wonnen 11 gouden, 4 zilveren en 2 bronzen medailles.

De begeleiders worden ook van harte bedankt voor hun inzet en aanwezigheid.

*Op 11 juni 2023 hebben een aantal G-atleten deelgenomen aan de G-meeting in Aarschot.

*De tombola tijdens de open avondmeeting kende een mooi succes.

Goedkeuring vorig verslag

Iedereen heeft het verslag van de bestuursvergadering van 9 mei 2023 ontvangen. Er zijn geen opmerkingen binnengekomen.

Het verslag wordt goedgekeurd.

sportieve gedeelte + trainersverslag

*Beker van Vlaanderen pupillen en miniemen : AVZK 5de plaats met 276 punten.

*Beker van Vlaanderen cadetten en scholieren : AVZK 4de plaats met 244 punten

*Beker van Vlaanderen masters dames en heren : AVZK 8ste plaats met 140 punten

*Kampioenschap van Vlaanderen AC : Lotte Van Lent derde plaats en bronzen medaille

*Provinciaal kampioenschap pupillen en miniemen :

-miniemen jongens : 300 m Giel Vanderghinste PK zilver

-pupillen jongens : vortexwerpen Menno Everdpoel PK zilver

-miniemen meisjes : speerwerpen Linde Heremans PK zilver

-miniemen meisjes : polsstokhoogspringen Onah Claes PK zilver

-pupillen meisjes : 60 m finale Lize Laenen PK brons.

*Bij het BK masters dag 2 (11.06.2023) behaalde Ilse De Coninck bij de masters dames W50 een bronzen medaille op de 400 m .

*Op 4 juli 2023 zou er een trainersvergadering zijn met alle trainers. Hier zou ook een uitgebreide delegatie van het bestuur op aanwezig zijn. Bedoeling is om in alle sereniteit te overleggen. Misschien vooraf een korte bijeenkomst houden met een aantal geïnteresseerde ouders.

*Gisteren is de mail met de reserveringen voor de periode van 01/07/2023 tot 30/06/2024 toegekomen. We kunnen in de winterperiode weer enkel op dinsdag van 19u00 tot 20u30 beschikken over de ganse sporthal.

Er is een mail gestuurd naar Lieve Van Winckel wanneer de sporthal van Sint-Lambertus dient te worden afgehuurd.

Ondertussen is ook een mail gestuurd naar Sint-Lambertus om vol-

gende winter van november tot en met maart de sporthal af te huren op maandag van 18u30 tot 20u00.

*Voor 28.06.2023 dienen de evenementen voor de winter aan de VAL te worden doorgegeven. De veldloop van 10/12/23 en het Highjumpgala van 10.02.2024 zijn doorgegeven aan de VAL; Van 5 juli tot 19 juli dienen alle gegevens te worden ingevuld.

*Er was geen trainersvergadering gepland.

Voorlopige kalender van AVZK voor 2023

*maandag 7 augustus 2023 stratenloop van Booischoot-Statie

*zaterdag 28 oktober 2023 ledenfeest in zaal Magneet te Grootlo.

*Trainingskamp Maasmechelen van 13.10.2023 tot 15.10.2023 vanaf cadetten.

*Trainingskamp De Hoge Rielen (Kasterlee) van 20.10.2023 tot 22.10.2023 voor de jeugd en G-atleten.

*zondag 10 december 2023 dames- en herenveldloop Running Store van AVZK

*Highjumpgala 10.02.2024 (onder voorbehoud)

Evaluatie pistemeeting van 02.06.2023

*Er waren 216 inschrijvingen dat zijn er een 45 meer dan vorig jaar.

Van AVZK waren er 59 inschrijvingen, van ROBA 46 en van AVLL 24.

*Er waren liefst 83 cadetten ingeschreven, verder 39 scholieren, 18 juniors, 27 seniors en 36 masters.

*Bij de G-atleten waren er 13 inschrijvingen.

*Het uurschema liep een half uur uit.

*Sommige proeven volgend jaar splitsen zoals het verspringen en discusswerpen bij de vrouwen.

*Bij de loopnummers liep het uit omdat er meerdere reeksen waren van bepaalde categorieën.

Ook de reeksen van de 200 m zorgden voor vertraging. Hier duurde de wachttijd tussen twee reeksen nogal lang.

Monique had bij de 800 m de reeksen ingedeeld maar de hoofdscheidsrechter had ze persoonlijk veranderd zodat daar ook meer reeksen waren met uitlopen van de meeting als resultaat.

*Bij het verspringen voor dames staan de 5de en 6de poging niet in de uitslag. We vrezen dat dit niet meer in orde zal komen. De uitlagen werden op de tablet ingevuld maar op het einde werkte de tablet niet meer naar behoren en werd een andere meegenomen.

De resultaten van de mannen werden op papier ingevuld en die zijn wel in orde.

*Er was behoorlijk wat publieke belangstelling.

*De mensen in de tent hadden goed hun werk. In het cafetaria boven was het rustig tot na de wedstrijd.

*Het bestuur wenst iedereen te danken voor zijn deelname, hulp en aanwezigheid.

*GSM functioneert blijkbaar beter dan de tablets. Aan de rechterkant van het aankomstgebouw hangt een antenne. Misschien aan de andere kant van het gebouw ook een antenne plaatsen. Bij andere clubs werkt de wifi blijkbaar wel goed.

Michel gaat contact opnemen met de schepen van sport hierover.

Evaluatie ontbijtactie 2023

*De ontbijtactie ging door op zondag 11 juni 2023.

*Er werden 207 standaardontbijten; 30 luxe-ontbijten (voor 2 personen) en 94 kidsontbijten besteld.

Er wordt voorgesteld om nog meer reclame te voeren via verschillende kanalen.

*De aankopen en afhalingen gebeurden door verschillende personen.
*Zaterdagavond werd alles klaar gemaakt wat er al in de zakken kon.
Zondagmorgen om 6 uur was de bakker present en konden de andere producten bijgevoegd worden.
*Tegen 8 uur konden de leveringen aan huis beginnen en kon men ook met de afhalingen starten.
*Alles is vlot verlopen al bleek er op het einde dat de levering van de ham niet juist was. Een telefoontje naar de bakkerij Christine loste dit probleem op.
*Volgend jaar een pistolet of een malse sandwich ipv chocolade broodje voorzien. Croissant wel behouden.
Misschien ook de brie vervangen want die was nogal duur.
*Het bestuur wenst iedereen te danken voor hun inzet en ook dank aan diegenen die een bestelling geplaatst hebben.

Vorbereiding pistemeeting van zaterdag 24 juni 2023

-Jeugdmeeting Antwerps jeugd criterium running store zaterdag 24 juni 2023 start : 10u00
Kangoeroes jongens en meisjes : 30 m – 500 m - ver – stoten
Benjamins jongens en meisjes : 40 m – 600 m - hoog – vortexwerpen
Pupillen jongens en meisjes : 60 m – 60 m horden (0.686 m) – 3 x 600 m – kogel – ver
Miniemen meisjes : 80 m – 150 m horden (0.686 m) – 3 x 600 m – speer – hoog – polsstok
Miniemen jongens : 80 m – 150 m horden (0.762 m) – 3 x 600 m – speer – hoog - polsstok
*De medailles zijn besteld. Iedere kangoeroe en benjamin krijgt op het einde een medaille. Bij de pupillen en miniemen zijn er medailles voor de eerste drie, ook voor de aflossingen.
*Francis Grietens is gevraagd als omroeper.
*De juryleden zijn aangeschreven door de provinciale aanduiders. Er zou nog een kidsjurylid dienen bij te komen omdat we mogelijks 6 groepen hebben bij de benjamins/kangoeroes. Dit wordt doorgegeven aan de provinciale aanduiders.
*Samantha zal het werkschema opstellen. Voor de groepen van benjamins en kangoeroes genoeg helpers voorzien.
*Agnes doet de bestellingen bij de bakker. Zij dient op voorhand te weten hoeveel lunchpakketten zij moet voorzien en dat ze de bestellingen kan doen.
*Er zullen croques en hamburgers worden voorzien. Indien het weer er voor is, zullen er ook ijsjes voorzien worden.
Ook een flesje water voorzien bij de lunchpakketten.
Guido zorgt voor de bestelling van de brouwer.
Wie doet de andere bestellingen ?
*Guido zorgt er voor dat de bijkomende standen voor de benjamins en kangoeroes in orde geraken.
Voor de 30 en 40 m en vortex en stoten, extra standen voorzien. De extra vortex stand moet opschuiven want zoals hij vorig jaar is getekend ligt de aanloop gelijk met de start van de 150 m horden.
*Voor de horden genoeg mensen voorzien om de horden te plaatsen en op de juiste hoogte en daarna na de miniemen jongens om ze te verlagen en na de miniemen meisjes om ze te verplaatsen.
Het verspringen kan aan de andere kant van de verspringbak gebeuren en het hoogspringen komt naast de discussstand.
Voor de 500 m en de 600 m maximum twee groepen voorzien
Voor de andere proeven zullen we het aantal inschrijvingen afwachten.
De benjamins en kangoeroes een half uur voor het begin samenroep-

pen. De startnummers laten uitdelen en dan een korte opwarming doen zodat ze om 10 uur kunnen starten.
*Er zijn weer tablets gehuurd van het provinciaal comité.
*Michel zal na het einde van de inkom met de lunchpakketten rond gaan.
*Het werkschema wordt overlopen en aangevuld.

Vorbereiding stratenloop van maandag 7 augustus 2023

*De medailles voor de jeugd en de G-atleten zijn besteld.
*Albert Van Craen heeft de wedstrijd aangevraagd, alsook het Rode Kruis en de nadar. Hij zorgt ook voor flesjes water.
*In het verleden heeft hij ook voor de geschenkmanden gezorgd voor de eerste drie van de familie-joggings mannen en vrouwen.
*De affiches zijn binnenkort klaar.
*Vanuit de dienst sport en jeugd is een boekje verspreid. Monique gaat het rekeningnummer van de club doorgeven aan deze dienst.
*Het podium ter plaatse bezorgen.
*In de loop van de laatste week alles afhalen bij de dienst sport en jeugd.
*Ook hier een werkschema klaarmaken.
*Aan Wim wordt gevraagd om contact op te nemen met Linda van de koopjeshoek om shampoo te reserveren.

Varia

*De volgende vergadering zal uitzonderlijk doorgaan op donderdag 6 juli 2023 en vangt aan om 20u00 in het aankomstgebouw of buiten.
*Op de eerste training van de 5-jarige kangoeroes waren er 8 kinderen aanwezig.
*Mendo zal verwittigd worden dat AVZK geen gebruik zal maken van het cafeteria tijdens de periode van 15 juni 2023 tot 15 september 2023 omdat er dan heel weinig atleten aanwezig zijn en er bijna geen volk naar het cafeteria komt.
Op zaterdag 24 juni 2023 maken we wel eenmalig gebruik van het cafeteria.
*Aan Jesssie Meuris melden dat de lamp in de lift stuk is. Het is er pikdonker.
De draad van de omheining bij het aankomstgebouw is los van de palen.
*Imke Castelyn heeft gevraagd of onze club kan helpen bij een sportdag op 7 juni 2024. Helpers en materiaal zouden welkom zijn.
*Er wordt voorgesteld om de EHBO-koffer na te kijken en eventueel aan te vullen. Er wordt ook een kijkje genomen in de EHBO koffer van de sporthal. Er blijken een paar dingen niet aanwezig te zijn. Steven gaat dit overmaken aan Jessie.
*Er zouden singletjes van Craft zijn die het huidige dicht benadert. Ze zijn wel duurder dan die van bioracer. De vraag is of er van de opgegeven prijs nog 30 percent afgaat of niet.
*De vraag wordt gesteld of AVZK volgend jaar zijn kandidatuur wenst te stellen voor de BVV cadetten en scholieren. Misschien kan hier eens over nagedacht worden.
*De voorzitter bedankt iedereen voor zijn aanwezigheid en zijn medewerking.

Lekens Hendrik,
verslaggever

Uitslagen indoormeetings, afgesloten op 24.06.2023

ACHL Herentals 10/04/2023 open meeting met jeugd

groep	proef	pl	naam	prestatie
MIN J	80 m	9	D'Helft Noah	11.84
MIN J	80 m H	3	D'Helft Noah	14.49
MIN J	kogel	3	D'Helft Noah	7m95
MIN J	ver	4	D'Helft Noah	4m23
MIN J	1000 m	6	Claes Vic	3.28.30
MIN J	80 m H	7	Claes Vic	15.57
MIN J	kogel	12	Claes Vic	6m61
MIN J	1000 m	19	Dirkx Lukas	3.58.94
MIN J	80 m h	8	Dirkx Lukas	15.81
MIN J	kogel	9	Dirkx Lukas	6m69
MIN J	ver	13	Dirkx Lukas	3m75
PUP J	60 m	7	Goossens Matz	9.86
PUP J	vortex	20	Goossens Matz	20m85
PUP J	hoog	15	Goossens Matz	1m05
PUP J	60 m	19	Van Tricht Bern	10.66
PUP J	60 m H	21	Van Tricht Bern	15.04
PUP J	vortex	28	Thielemans Lucas	17m96
PUP J	hoog	19	Thielemans Lucas	1m05
MIN M	80 m	13	Claes Onah	12.56
MIN M	speer	4	Claes Onah	19m29
MIN M	80 m	20	Huybrechts Sara	13.50
MIN M	ver	14	Huybrechts Sara	3m51
MIN M	1000 m	9	Van der Sanden Emma	3.59.80
MIN M	60 m H	10	Van der Sanden Emma	12.13
MIN M	speer	12	Van der Sanden Emma	14m03
PUP M	60 m	11	Vandille Anna	10.26
PUP M	60 m H	9	Vandille Anna	13.19
PUP M	hoog	14	Vandille Anna	1m05

ACHL Herentals 10/04/2023 jeugdmeeting kan/beni

groep	proef	pl	naam	prestatie
KAN J	30 m		Vervloet Midas	6.73
KAN J	vortex		Vervloet Midas	7m60
KAN J	hoog		Vervloet Midas	0m52
KAN M	30 m		Nevelsteen Mona	7.94
KAN M	vortex		Nevelsteen Mona	6m80
KAN M	hoog		Nevelsteen Mona	0m60
BEN J	40 m		De Preter Jesse	8.86
BEN J	stoten		De Preter Jesse	3m70
BEN J	ver		De Preter Jesse	2m05
BEN J	40 m		De Preter Warre	8.75
BEN J	stoten		De Preter Warre	4m40
BEN J	ver		De Preter Warre	1m70
BEN J	40 m H		Vaes Alexander	8.20
BEN J	stoten		Vaes Alexander	4m50
BEN J	ver		Vaes Alexander	1m85
BEN J	40 m H		D'Helft Finn	7.73
BEN J	stoten		D'Helft Finn	6m20
BEN J	ver		D'Helft Finn	2m70

ADD Diepenbeek 10/04/2023 open meeting

groep	proef	pl	naam	prestatie
CAD J	100 m	7	Dirkx Desmo	13.10
CAD J	800 m	2	Dirkx Desmo	2.31.47
CAD J	ver	6	Dirkx Desmo	4m91

GENK AC Genk 16/04/2023 jeugdmeeting pup/min

groep	proef	pl	naam	prestatie
PUP M	60 m	12	Vandille Anna	10.15
PUP M	60 m H	6	Vandille Anna	13.46
PUP M	ver	10	Vandille Anna	3m10

TUAC + PCA Turnhout 22/04/2023 PK vanaf cadetten dag 1

groep	proef	pl	naam	prestatie	medaille
-------	-------	----	------	-----------	----------

CAD J	ver	7	Dirkx Desmo	4m89	
CAD J	400 m	3	Dirkx Desmo	59.81	PK brons
SCHOL J	1500 m	7	Sleeckx Godwin	4.26.63	
JUN M	speer	4	Henderickx Sander	46m63	
JUN M	polshoog3		Henderickx Sander	3m10	PK brons
SEN M	ver	7	D'Hooghe Zico	5m93	
SEN M	speer	10	D'Hooghe Zico	37m76	
SEN M	400 m	4	Lambrechts Maarten	59.26	
MAS M	5000 m	9	Sleeckx Gijsbrecht	17.34.93	
CAD M	100 m	9	Luyts kato	13.65	
CAD M	100 m f	7	Luyts kato	13.57	
CAD M	discus	3	Luyts kato	23m69	PK brons
CAD M	discus	5	Henderickx Lien	20m59	
CAD M	kogel	5	Henderickx Lien	9m51	
JUN D	kogel	6	Fleerackers Britt	9m07	
JUN D	discus	2	Fleerackers Britt	30m13	PK zilver
SEN D	100 m	2	Van Lent Lotte	12.00	
SEN D	100 m f	2	Van Lent Lotte	11.82	PK zilver
MAS M	discus	5	Van Winkel Lieve	23m79	

OLSE + PCA Merksem 23/04/2023 PK vanaf cadetten dag 2

groep	proef	pl	naam	prestatie	medaille
CAD J	100m	4	Verschaeren Tegge	12.49	
CAD J	100m finale3		Verschaeren Tegge	12.21	PK brons
CAD J	discus	3	Waeyaert Brent	32m88	PK brons
CAD J	kogel	3	Waeyaert Brent	10m32	PK brons
CAD J	discus	4	Goris Wies	32m24	
CAD J	kogel	4	Goris Wies	9m11	
CAD J	discus	6	Dirkx Desmo	26m14	
CAD J	hoog	5	Dirkx Desmo	1m50	
SCHOL J	discus	2	De Voeght Jitser	35m57	PK zilver
SCHOL J	kogel	2	De Voeght Jitser	11m75	PK zilver
SCHOL J	discus	7	Swyngedauw Glenn	25m27	
SEN M	800m	7	Lambrechts Maarten	2.05.29	
SCHOL M	3000m	1	Huybrechts Anna	11.07.02	PK goud

RAM Mechelen 30/04/2023 jeugdmeeting pup/min

groep	proef	pl	naam	prestatie	medaille
MIN J	80m	13	Claes Vic	12.30	
MIN J	discus	6	Claes Vic	18m27	
MIN J	hoog	9	Claes Vic	1m30	
MIN J	hoog	1	Everdepoel Alec	1m61	
MIN J	polshoog	3	Everdepoel Alec	2m40	
MIN J	polshoog	7	Goris Cis	1m70	
PUP J	60m	7	Goossens Matz	9.54	
PUP J	vortex	5	Goossens Matz	25m90	
PUP J	ver	6	Goossens Matz	3m71	
MIN M	80m	11	Claes Onah	12.54	
MIN M	polshoog	2	Claes Onah	2m10	
MIN M	150m H	12	Van der Sanden Emma	26.11	
MIN M	discus	3	Van der Sanden Emma	18m56	
PUP M	60m	4	Laenen Lize	9.53	
PUP M	ver	9	Laenen Lize	3m22	

ACHL Herentals 1/05/2023 open meeting

groep	proef	pl	naam	prestatie	medaille
CAD J	100m	3	Verschaeren Tegge	12.16	
SCHOL J	3000m	13	Sleeckx Godwin	9.39.92	
SEN M	3000m	17	Van Den Schoor Senne	8.28.49	
MAS M	3000m	7	Sleeckx Gijsbrecht	10.15.80	
SEN D	300m	4	Laporte Morgan	43.26	

DUFF Duffel 1/05/2023 jeugdmeeting pup/min AJC

groep	proef	pl	naam	prestatie	medaille
MIN J	80m	4	D'Helft Noah	11.18	
MIN J	hoog	28	D'Helft Noah	1m05	
MIN J	80m	28	Dirkx Lukas	12.27	
MIN J	1000m	26	Dirkx Lukas	3.46.21	

MIN J	hoog	25	Dirkx Lukas	1m10
MIN J	80m	29	Laporte Finn	12.31
MIN J	1000m	21	Laporte Finn	3.43.92
MIN J	hoog	23	Laporte Finn	1m15
MIN J	80m	43	Gullentops Aalex	13.38
MIN J	1000m	31	Gullentops Aalex	3.56.89
MIN J	1000m	23	Knapen Dries	3.44.57
MIN J	4x80m	4	AVZK	46.58

			Gullentops Aalex	
			Laporte Finn	
			Dirkx Lukas	
			D'Helft Noah	

PUP J	60m	21	Goossens Matz	9.65
PUP J	vortex	25	Goossens Matz	23m49
PUP J	ver	19	Goossens Matz	3m65
PUP J	60m	36	Roelandt Alexander	10.27
PUP J	vortex	19	Roelandt Alexander	25m86
PUP J	ver	25	Roelandt Alexander	2m74
PUP J	60m	37	Verbeeck Jens	10.32
PUP J	1000m	21	Verbeeck Jens	3.54.25
PUP J	ver	22	Verbeeck Jens	2m82
PUP J	60m	38	Thielemans Lucas	10.40
PUP J	vortex	41	Thielemans Lucas	10m05
PUP J	60m	39	Van Tricht Bern	10.41
PUP J	vortex	37	Van Tricht Bern	16m11
PUP J	60m	44	Verreth Alexander	10.91
PUP J	vortex	33	Verreth Alexander	19m13
PUP J	4x60m	7	AVZK	38.74

			Verbeeck Jens	
			Van Tricht Bern	
			Thielemans Lucas	
			Goossens Matz	

MIN M	80m	24	Schellekens Thalia	12.54
MIN M	ver	30	Schellekens Thalia	3m00
MIN M	80m	27	Van der Sanden Emma	12.74
MIN M	1000m	19	Van der Sanden Emma	4.03.21
MIN M	kogel	9	Van der Sanden Emma	6m93
PUP M	60m	9	Vandille Anna	9.70
PUP M	ver	6	Vandille Anna	3m15
PUP M	60m	20	Eggers Ella-Louise	10.09
PUP M	60m	29	Goris Nette	10.60
PUP M	ver	14	Goris Nette	2m71
PUP M	vortex	6	Van Beersel Elise	18m41
PUP M	ver	24	Van Beersel Elise	2m39
PUP M	4x60m	5	AVZK	41.04

			Eggers Ella-Louise	
			Vandille Anna	
			Van Beersel Elise	
			Goris Nette	

DUFF Duffel 1/05/2023 jeugdmeeting kan/ben

groep	proef	pl	naam	prestatie
KAN J	30 m		Geeraerts Senne	6.8
KAN J	stoten		Geeraerts Senne	2m50
KAN J	ver		Geeraerts Senne	1m20
BEN J	40 m		Van Oost Lukas	7.4
BEN J	vortex		Van Oost Lukas	14m00
BEN J	hoog		Van Oost Lukas	0m95
BEN J	40 m		D'Helft Finn	7.4
BEN J	vortex		D'Helft Finn	17m20
BEN J	hoog		D'Helft Finn	0m85
BEN J	40 m		Van Horenbeek Kobe	7.9
BEN J	vortex		van Horenbeek kobe	11m60
KAN M	30 m		Van Horenbeek Nore	6.6
KAN M	stoten		Van Horenbeek Nore	2m30
KAN M	ver		Van Horenbeek Nore	1m30

KAN M	30 m		Eggers Lize-Marie	6.6
KAN M	stoten		Eggers Lize-Marie	3m00
KAN M	ver		Eggers Lize-Marie	0m80
BEN M	40 m		Knapen Julie	8.8
BEN M	vortex		Knapen Julie	5m80

HULS + MOEV Hulshout 3/05/2023 PK MOEV (schoolsport)

groep	proef	pl	naam	prestatie	medaille
MIN J	100 m	4	Henderickx Dries	15.54	
MIN J	ver	5	Henderickx Dries	3m76	
MIN J	hoog	2	De Heel Michiel	1m40	PK zilver
MIN J	800 m	3	De Heel Michiel	2.48.85	PK brons
MIN J	4x100 m	1	SLIH	1.01.16	PK goud
			Wielockx Quinten		
			Verheyen Nand		
			Henderickx Dries		
			De Heel Michiel		

CAD J	100 m	16	Firlefyn Jakke	14.08	
CAD J	ver	8	Firlefyn Jakke	4m39	
CAD J	100 m	1	Verschaeren Tegge	12.29	
CAD J	100 m f	1	Verschaeren Tegge	12.36	PK goud
CAD J	kogel	1	Waeyaert Brent	10m31	PK goud
CAD J	kogel	2	Goris Wies	9m06	PK zilver
CAD J	4x100 m	1	SLIH	52.62	PK goud
			Verschaeren Tegge		
			Coeckelbergh Warre		
			Waeyaert Brent		
			Vander Veecken Seppe		

SCHOL J	kogel	2	De Voeght Jitser	12m24	PK zilver
SCHOL J	100 m	1	Henderickx Sander	11.77	PK goud
SCHOL J	kogel	1	Henderickx Sander	13m61	PK goud
CAD M	100 m	1	Luyts kato	13.42	
CAD M	100 m f	1	Luyts kato	13.36	PK goud
CAD M	kogel	3	Luyts kato	9m74	PK brons
CAD M	100 m	4	Henderickx Lien	14.20	
CAD M	100 m f	3	Henderickx Lien	14.04	PK brons
CAD M	kogel	2	Henderickx Lien	9m76	PK zilver
CAD M	kogel	1	Van Dessel Marie	10m13	PK goud
CAD M	4x100 m	1	HHH	55.46	PK goud
			Henderickx Lien		
			Dhadamus Lentel		
			Van Dessel Marie		
			Luyts kato		

ACA Alken 6/05/2023 jeugdmeeting pup/min

groep	proef	pl	naam	prestatie
MIN J	150 m	5	Vanderghinste Giel	20.71
MIN J	ver	6	Vanderghinste Giel	4m25

AVI Hechtel 7/05/2023 jeugdmeeting pup/min

groep	proef	pl	naam	prestatie
MIN J	80 m	4	Goris Finn	11.76
MIN J	1000 m	4	Goris Finn	3.43.54
MIN J	kogel	3	Goris Finn	6m48
MIN J	speer	5	Goris Finn	20m06
MIN J	hoog	2	Goris Finn	1m22

RAM Mechelen 7/05/2023 BVV AC M+V landelijke 2B

groep	proef	pl	naam	prestatie	punten
AC m	100 m	3	Henderickx Sander	11.69	10 punten
AC m	200 m	6	Verschaeren Tegge	24.58	7 punten
AC m	400 m	4	Lambrechts Maarten	52.17	9 punten
AC m	800 m	1	van den Schoor Senne	1.55.05	13 punten
AC m	1500 m	8	Naets Obry	4.33.64	5 punten
AC m	3000 m	4	Mannaert Jasper	9.11.40	9 punten
AC m	5000 m	6	Valckx Stefan	17.14.36	7 punten
AC m	400 m H	7	Derdin Simon	1.10.96	6 punten
AC m	4x100 m	6	AVZK	48.04	7 punten

			Valenne Brent			
			Dirkx Desmo			
			Verschaeren Tegge			
			Verbeeck Jesse			
AC M&V 4x400 m	4	AVZK		3.59.16	9 punten	
			Lambrechts Maarten			
			Van Dessel Marie			
			Henderickx Sander			
			Laporte Morgan			
AC m discus	1	Van Lent Seppe		33m03	13 punten	
AC m kogel	2	Van Lent Seppe		10m74	11 punten	
AC m speer	3	Henderickx Sander		46m75	10 punten	
AC m hoog	11	Dirkx Desmo		1m50	2 punten	
AC m ver	11	Swyngedauw Glenn		4m99	2 punten	
AC v 100 m	1	Van Lent Lotte		11.95	13 punten	
AC v 200 m	1	Van Lent Lotte		24.46	13 punten	
AC v 400 m	2	Laporte Morgan		1.00.84	11 punten	
AC v 800 m	9	De Coninck Ilse		3.09.27	4 punten	
AC v 1500 m	11	Knapen Amber		6.47.81	2 punten	
AC v 3000 m	9	Vermeulen Lauren		12.31.45	4 punten	
AC v 4x100 m	1	AVZK		50.37	13 punten	

			Henderickx Lien			
			Oost Morgan			
			Luyts Kato			
			Van Lent Lotte			
AC v discus	6	Van Winckel Lieve		26m69	7 punten	
AC v kogel	3	Oost Morgan		9m38	10 punten	
AC v speer	7	Gyselinckx Elke		21m08	6 punten	
AC v hoog	4	Van Oosterwyck Lotte		1m45	9 punten	
AC v ver	4	Laporte Morgan		4m97	9 punten	

stand vrouwen			stand mannen			
1, SACN (Pelt)	118.50 p.		1 SACN	160.00 p.		
2, RAM (Mechelen)	111.50 p.		2 TUAC	123.50 p.		
3, TUAC (Turnhout)	110,00 p.		3 AVZK	120.00 p.		
4, Genk AC	110,00 p.		4 BVAC	113.00 p.		
5, AVZK 101,00 p,			5 ACA	110.00 p.		
6, ACA (Alken)	87,00 p.		6 RAM	106.50 p.		
7, ACKO (Kortenber)	84.00 p.		7 PEGA	95.00 p.		
8, ARAC (Arendonk)	75.50 p.		8 ARAC	94.50 p.		
9, PEGA (Londerzeel)	78.50 p.	9 ACKO	92;00 p.			
10 BVAC (Beerschot)	56,00 p.		10 GENK	90.00 p.		
11, DALO (Lommel)	45.00 p.		11 DALO	49.00 p.		

Eindstand						
1 SACN	278.50 p.					
2 TUAC	233.50 P.					
3 AVZK	221.00 p.					
4 RAM	218.00 p.					
5 GENK	200.00 p.					
6 ACA	197.00 p.					
7 ACKO	176.00 p.					
8 ARAC	170.00 p.					
9 BVAC	169.00 p.					
10 PEGO	168.50 p.					
11 DALO	94.50 p.					

DCLA+MOEV Kessel-Lo 10/05/2023 PK MOEV

(schoolsport)

groep	proef	pl	naam	prestatie	medaille	
MIN J	100 m	3	Dirkx Desmo	13.03		
MIN J	100 m f	3	Dirkx Desmo	12.93	PK brons	
MIN J	hoog	2	Dirkx Desmo	1m55	PK zilver	
SCHOL M	kogel	1	Fleerackers Britt	11m14	PK goud	

DCLA Kessel-Lo 13/05/2023 mastermeeting

groep	proef	pl	naam	prestatie	
MAS M	3000 m	2	Sleeckx Gijsbrecht	10.27.47	

MAS M 3000 m 3 De Proost Steven 10.35.40

ROBA Betekom 13/05/2023 BVV pup/min

groep	proef	pl	naam	prestatie	punten	
MIN J	80 m	4	Vanderghinste Giel	11.07	9P	
MIN J	300 m	1	Vanderghinste Giel	43.97	13p	
MIN J	80 m	33	Gullentops Aalex	13.18		
MIN J	1000 m	21	Gullentops Aalex	3.38.21		
MIN J	150 m	6	Buts Henok	21.47	9p	
MIN J	150 m	14	Dirkx Lukas	22.58		
MIN J	speer	10	Dirkx Lukas	23m14	8p	
MIN J	300 m	9	Laporte Finn	49.59		
MIN J	speer	17	Laporte Finn	19m58		
MIN J	1000 m	12	Claes Vic	3.27.65	6p	
MIN J	80 m H	7	Claes Vic	15.05		
MIN J	80 m H	5	D'Helft Noah	14.58	8p	
MIN J	kogel	2	D'Helft Noah	9m30	11p	
MIN J	kogel	18	Joseph Bent	5m47		
MIN J	speer	19	Joseph Bent	18m95		
MIN J	speer	16	Henderickx Dries	19m82		
MIN J	ver	15	Henderickx Dries	3m62		
MIN J	hoog	1	Everdepoel Alec	1m54	12p	
MIN J	ver	4	Everdepoel Alec	4m48	9p	
MIN J	ver	14	Goris Cis	3m63		
MIN J	hoog	13	Goris Cis	1m25		
MIN J	4x80 m	4	AVZK ploeg A	44.91	9p	
			Buts Henok			
			Everdepoel Alec			
			D'Helft Noah			
			Vanderghinste Giel			
MIN J	4x80 m	10	AVZK ploeg B	47.88		
			Henderickx Dries			
			Dirkx Lukas			
			Laporte Finn			
			Claes Vic			
PUP J	60 m	14	Goossens Matz	9.52	6p	
PUP J	ver	10	Goossens Matz	3m39	7p	
PUP J	60 m	21	Thielemans Lucas	10.04		
PUP J	kogel	12	Thielemans Lucas	5m56		
PUP J	60 m	23	Van Tricht Bern	10.26		
PUP J	60 m H	15	Van Tricht Bern	14.19		
PUP J	60 m	29	Verreth Alexander	10.62		
PUP J	60 m	30	Aerts Wolf	10.70		
PUP J	1000 m	22	Coremans Bram	3.55.92	5p	
PUP J	hoog	7	Coremans Bram	1m10	8p	
PUP J	kogel	2	Everdepoel Menno	7m12	11p	
PUP J	vortex	3	Everdepoel Menno	37m90	10p	
PUP J	4x60 m	8	AVZK ploeg A	39.04	7p	
			Coremans Bram			
			Verreth Alexander			
			Thielemans Lucas			
			Goossens Matz			
MIN M	80 m	6	Verbeke Pauline	11.48	7p	
MIN M	ver	8	Verbeke Pauline	3m70	8p	
MIN M	80 m	23	Aerts Geike	13.17		
MIN M	150 m	10	Heremans Linde	22.51	8p	
MIN M	speer	3	Heremans Linde	20m66		
MIN M	kogel	4	Claes Onah	8m60	9p	
MIN M	speer	2	Claes Onah	22m06	11p	
MIN M	60 m H	19	Schellekens Thalia	12.90		
MIN M	150 m	19	Schellekens Thalia	23.47		
MIN M	1000 m	15	Huybrechts Sara	3.50.35	5p	
MIN M	ver	9	Huybrechts Sara	3m62		
MIN M	60 m H	18	Van der Sanden Emma	12.41	6p	
MIN M	300 m	10	Van der Sanden Emma	53.42	5p	
MIN M	4x80 m	6	AVZK ploeg A	47.71	8p	

Van der Sanden Emma
Schellekens Thalia
Verbeke Pauline
Heremans Linde

PUP M	60 m	3	Laenen Lise	9.39	10p
PUP M	ver	9	Laenen Lise	3m20	7p
PUP M	60 m	11	Van den Wyngaert Maïte	9.67	
PUP M	60 m H	16	Van den Wyngaert Maïte	13.92	6p
PUP M	60 m	19	Eggers Ella-Louise	9.97	
PUP M	ver	17	Eggers Ella-Louise	2m86	
PUP M	60 m	37	Straetmans Maya	10.84	
PUP M	hoog	11	Straetmans Maya	0m90	5p
PUP M	1000 m	23	Van Beersel Elise	4.25.36	4p
PUP M	vortex	11	Van Beersel Elise	16m00	8p
PUP M	60 m H	21	Thijssen Jade	14.44	
PUP M	kogel	13	Thijssen Jade	4m22	
PUP M	kogel	11	Jacobs Jozefien	4m71	7p
PUP M	4x60 m	8	AVZK ploeg A	39.30	8p

Straetmans Maya
Van den Wyngaert Maïte
Jacobs Jozefien
Laenen Lise

eindstand

min. M	Min. J	pup. M	pup. J	eindstand
1. ROBA 128	1.ROBA 107	1.ACHL 97	1.ROBA 91	1.ROBA 413
2. ACHL 93	2.DCLA 101	2.ROBA 87	2. ACHL 86	2.ACHL 369
3. DCLA 92	3.AVZK 94	3.DCLA 76	3.RCT 73	3.DCLA 340
4. VAC 81	4.RCT 93.5	4.SPVI 62	4.DCLA 71	4.RCT 296,5
min. M	Min. J	pup. M	pup. J	eindstand
5. DAC 76	5.ACHL 93	5.RCT 60	5.AVZK 60	5.AVZK 276
6. RCT 70	6. VAC 71	6.VAC 56	6.ACKO 59	6.DAC 237,5
7. AVZK 67	7. DAC 63.5	7.AVZK 55	7.DAC 54	7.VAC 233
8. SPVI 53	8. ATLE 39	8. DAC 44	8.VAC 25	8.SPVI 15
9. ATLE 33	9.SPVI 36	9. ACKO 21	9.ATLE 20	9.ACKO 1
10. ACKO 10	10.ACKO 23		10. ATLE 8	10.ATLE 100

ATLA Lanaken 14/05/2023 BVV cad/schol 3de land. B

groep	proef	pl naam	prestatie	punten
SCHOL J	100 m	1 Valenne Brent	12.02	12p
SCHOL J	200 m	2 De Valck Lars	26.48	10p
SCHOL J	800 m	5 Rits Jonas	2.19.73	7p
SCHOL J	1500 m	3 Sleecx Godwin	4.37.54	9p
SCHOL J	400 m H	2 Valenne Brent	1.04.58	10p
SCHOL J	4x100 m	2 AVZK	49.39	10p
		Valenne Brent		
		Pauwels Kobe		
		Swyngedauw Glenn		
		De Valck Lars		
SCHOL J	kogel	2 Swyngedauw Glenn	9m16	10p
SCHOL J	speer	2 Swyngedauw Glenn	27m70	10p
SCHOL J	hoog	3 De Valck Lars	1m65	9p
SCHOL J	ver	3 Pauwels Kobe	4m27	9p
CAD J	100 m	3 Verschaeren Tegge	12.32	9p
CAD J	200 m	3 Verschaeren Tegge	24.47	9p
CAD J	800 m	4 Hantschell Roland	2.39.66	8p
CAD J	1500 m	4 Van Calster Toon	5.51.75	8p
CAD J	300 m H	2 Hantschell Roland	46.72	10p
CAD J	4x100 m	2 AVZK	49.62	10p
		Dirkx Desmo		
		Waeyaert Brent		
		Verschaeren Tegge		
		Hantschell Roland		
CAD J	kogel	2 Waeyaert Brent	10m07	10p
CAD J	speer	2 Waeyaert Brent	30m69	10p
CAD J	hoog	1 Dirkx Desmo	1m58	12p
CAD J	ver	3 Dirkx Desmo	4m74	9p

SCHOL M	800 m	4 Huybrechts Anna	2.38.06	8p
CAD M	100 m	7 De Valck Anke	15.25	5p
CAD M	200 m	7 De Valck Anke	31.78	5p
CAD M	800 m	8 Knaepen Amber	2.54.20	6p
CAD M	1500 m	6 Knaepen Amber	7.51.74	6p
CAD M	300 m H	5 Maertens Norah	54.99	7p
CAD M	kogel	5 Van Dyck Nohre	7m20	7p
CAD M	speer	3 Maertens Norah	18m95	9p

eindstand

schol. m	schol. J	cad. M	cad. J	eindstand
1. SACN 102	1. SACN 112	1, ZWAT 107	1. SACN 108	1. SACN 414
2. TUAC 94	2. AVZK 96	2. SACN 92	2. AVZK 95	2. TUAC 314
3. ARAC 90	3. TUAC 79	3. ATLA 89	3. ZWAT 74	3. ATLA 250
4. ATLA 88	4. ARAC 68	4. TUAC 81	4. TUAC 60	4. AVZK 244
5. ESAK 16	5. ATLA 51	5. ESAK 76	5. ESAK 32	5. ARAC 213
6. ZWAT 12	6. ESAK 17	6. AVZK 45	6. ATLA 22	6. ZWAT 19
7. AVZK 8		7. ARAC 37	7. ARAC 18	7. ESAK 141

VAL Gent 18/05/2023 KVV AC

groep	proef	pl naam	prestatie	medaille
AC v	100 m	3 Van Lent Lotte	11.65	
AC v	100 m f	3 Van Lent Lotte	11.65	KVV brons

AVLO Lokeren 20/05/2023 Flanders Cup

groep	proef	pl naam	prestatie	
SEN M	1500 m	9 Van den Schoor Senne	3.52.96	
SEN D	400 m	3 Laporte Morgan	1.00.31	
MIN J	300 m	2 Vanderghinste Giel	44.78	PK zilver
MIN J	300 m	7 Laporte Finn	50.08	
MIN J	discus	9 Laporte Finn	18m39	
MIN J	1000 m	10 Claes Vic	3.21.72	
MIN J	speer	9 Claes Vic	21m69	
MIN J	discus	5 Dirkx Lukas	20m10	
MIN J	speer	10 Dirkx Lukas	21m67	
MIN J	discus	6 D'Helft Noah	20m05	
MIN J	speer	13 Joseph Bent	19m11	
MIN J	discus	14 Joseph Bent	13m96	
MIN J	speer	4 Everdepoel Alec	25m45	
MIN J	hoog	2 Everdepoel Alec	1m57	
PUP J	60 m	26 Verbeeck Jens	10.10	
PUP J	vortex	19 Verbeeck Jens	18m20	
PUP J	60 m	31 Verreth Alexander	11.05	
PUP J	vortex	18 Verreth Alexander	20m94	
PUP J	discus	4 Everdepoel Menno	18m79	
PUP J	vortex	2 Everdepoel Menno	36m22	PK zilver
MIN M	80 m	7 Verbeke Pauline	11.59	
MIN M	80 m f	6 Verbeke Pauline	11.57	
MIN M	80 m	11 Heremans Linde	11.99	
MIN M	speer	2 Heremans Linde	23m56	PK zilver
MIN M	80 m	20 Aerts Geike	13.39	
MIN M	150 m	15 Aerts Geike	25.24	
MIN M	300 m	12 Van der Sanden Emma	52.32	
MIN M	discus	5 Van der Sanden Emma	17m40	
MIN M	speer	4 Claes Onah	19m85	
MIN M	polshoog	2 Claes Onah	2m35	PK zilver
PUP M	60 m	3 Laenen Lize	9.31	
PUP M	60 m f	3 Laenen Lize	9.33	PK brons
PUP M	ver	7 Laenen Lize	3m43	
PUP M	60 m	12 Eggers Ella-Louise	10.04	
PUP M	ver	13 Eggers Ella-Louise	3m14	
PUP M	60 m	15 Thijssen Jade	10.76	
PUP M	60 m H	9 Thijssen Jade	14.93	

AVT Hechtel 28/05/2023 open meeting

groep	proef	pl naam	prestatie
SCHOL J	200 m	6 Swyngedauw Glenn	27.66
SCHOL J	discus	4 Swyngedauw Glenn	28m85

SCHOL J ver 4 Swyngedaauw Glenn 4m90

ACHL Herentals 27-28/05/2023 open PK meerkamp

groep	proef	pl	naam	prestatie	punten
CAD J	100 m	20	Dirkx Desmo	13.19	436p
CAD J	1000 m	15	Dirkx Desmo	3.12.15	550p
CAD J	100 m H	24	Dirkx Desmo	18.12	433p
CAD J	kogel	19	Dirkx Desmo	8m14	375p
CAD J	speer	18	Dirkx Desmo	24m21	227p
CAD J	hoog	15	Dirkx Desmo	1m55	426p
CAD J	polshoog	18	Dirkx Desmo	2m20	179p
CAD J	ver	17	Dirkx Desmo	5m04	390p
CAD J	eindstand	20	Dirkx Desmo		3016p

EA Lede 27/05/2023 EA challenge meeting

groep	proef	pl	naam	prestatie
AC m	1500 m	73	Van den Schoor Senne	3.52.22
AC v	100 m	19	Van Lent Lotte	11.69

AVLL Lier 29/05/2023 jeugdmeeting kan/ben

groep	proef	naam	prestatie
KAN J	30 m	Vervloet Midas	6.15
KAN J	vortex	Vervloet Midas	8m40
KAN J	hoog	Vervloet Midas	0m60
KAN M	30 m	Van Beersel Ameline	6.36
KAN M	vortex	Van Beersel Ameline	5m00
KAN M	hoog	Van Beersel Ameline	0m52
KAN M	30 m	Van Horenbeeck Nore	7.08
KAN M	vortex	Van Horenbeeck Nore	8m20
KAN M	hoog	Van Horenbeeck Nore	0m45
BEN J	40 m h	Van Oost Lukas	7.39
BEN J	stoten	Van Oost Lukas	6m90
BEN J	ver	Van Oost Lukas	2m85
BEN J	40 m h	Claessen Tomas	9.37
BEN J	stoten	Claessen Tomas	3m60
BEN J	ver	Claessen Tomas	1m90
BEN J	40 m h	D'Helft Finn	7.70
BEN J	stoten	D'Helft Finn	7m20
BEN J	ver	D'Helft Finn	2m85
BEN J	40 m h	Van Horenbeeck Kobe	8.02
BEN J	stoten	Van Horenbeeck Kobe	5m70
BEN J	ver	Van Horenbeeck Kobe	2m70
BEN J	40 m h	Meulders Ferre	8.09
BEN J	stoten	Meulders Ferre	4m10
BEN J	ver	Meulders Ferre	2m30

AVLL Lier 29/05/2023 PK meerkamp pup/min

groep	proef	pl	naam	prestatie
MIN J	80 m		D'Helft Noah	11.20
MIN J	1000 m		D'Helft Noah	3.43.55
MIN J	kogel		D'Helft Noah	8m96
MIN J	hoog		D'Helft Noah	1m20
MIN J	ver		D'Helft Noah	4m62
MIN J	5-kamp	20	D'Helft Noah	2581p
MIN J	80 m		Claes Vic	12.09
MIN J	1000 m		Claes Vic	3.32.70
MIN J	kogel		Claes Vic	6m35
MIN J	hoog		Claes Vic	1m30
MIN J	ver		Claes Vic	3m85
MIN J	5-kamp	25	Claes Vic	2214p
MIN J	80 m		Dirkx Lukas	11.85
MIN J	1000 m		Dirkx Lukas	3.58.29
MIN J	kogel		Dirkx Lukas	7m66
MIN J	hoog		Dirkx Lukas	1m10
MIN J	ver		Dirkx Lukas	4m00
MIN J	5-kamp	39	Dirkx Lukas	1996p
MIN J	80 m		Gullentops Aalex	12.57
MIN J	1000 m		Gullentops Aalex	3.44.28

MIN J	kogel		Gullentops Aalex	4m86
MIN J	hoog		Gullentops Aalex	1m15
MIN J	ver		Gullentops Aalex	3m52
MIN J	5-kamp	52	Gullentops Aalex	1715p
PUP J	60 m		Goossens Matz	9.64
PUP J	1000 m		Goossens Matz	3.51.07
PUP J	kogel		Goossens Matz	4m50
PUP J	ver		Goossens Matz	3.38
PUP J	4-kamp	30	Goossens Matz	1359p
PUP J	60 m		Roelandt Alexander	10.13
PUP J	1000 m		Roelent Alexander	4.09.11
PUP J	kogel		Roelandt Alexander	4m74
PUP J	ver		Roelandt Alexander	3m19
PUP J	4-kamp	52	Roelandt Alexander	1101p
PUP J	60 m		Verbeeck Jens	10.17
PUP J	1000 m		Verbeeck Jens	3.52.97
PUP J	kogel		Verbeeck Jens	4m34
PUP J	ver		Verbeeck Jens	2m70
PUP J	4-kamp	55	Verbeeck Jens	1091p
PUP J	60 m		Van Tricht Bern	10.39
PUP J	1000 m		Van Tricht Bern	4.04.98
PUP J	kogel		Van Tricht Bern	4m95
PUP J	ver		Van Tricht Bern	3m09
PUP J	4-kamp	57	Van Tricht Bern	1069 p
PUP J	60 m		Verreth Alexander	10.52
PUP J	1000 m		Verreth Alexander	4.05.72
PUP J	kogel		Verreth Alexander	4m01
PUP J	ver		Verreth Alexander	2m52
PUP J	4-kamp	63	Verreth Alexander	882 p
PUP M	60 m		Laenen Lize	9.41
PUP M	1000 m		Laenen Lize	4.28.65
PUP M	kogel		Laenen Lize	3m82
PUP M	ver		Laenen Lize	3m24
PUP M	4-kamp	23	Laenen Lize	1244p
PUP M	60 m		Vandille Anna	9.68
PUP M	1000 m		Vandille Anna	4.28.65
PUP M	kogel		Vandille Anna	3m98
PUP M	ver		Vandille Anna	3m51
PUP M	4-kamp	31	Vandille Anna	1102p
PUP M	60 m		Van Beersel Elise	11.96
PUP M	1000 m		Van Beersel Elise	4.58.48
PUP M	kogel		Van Beersel Elise	4m30
PUP M	ver		Van Beersel Elise	2m57
PUP M	4-kamp	55	Van Beersel Elise	421p

AVZK Booischoot 2/06/2023 open avondmeeting

groep	proef	pl	naam	prestatie
CAD J	100 m	5	Verschaeren Tegge	12.21
CAD J	200 m	2	Verschaeren Tegge	24.57
CAD J	100 m	7	Waeyaert Brent	12.96
CAD J	kogel	2	Waeyaert Brent	10m42
CAD J	discus	2	Waeyaert Brent	31m71
CAD J	hoog	2	Waeyaert Brent	1m64
CAD J	100 m	9	Dirkx Desmo	13.06
CAD J	800 m	2	Dirkx Desmo	2.25.35
CAD J	ver	2	Dirkx Desmo	5m07
CAD J	100 m	11	Van Calster Toon	13.42
CAD J	200 m	8	Van Calster Toon	28.58
CAD J	800 m	10	De Heel Michiel	2.43.09
CAD J	ver	3	De Heel Michiel	4m37
CAD J	kogel	3	Goris Wies	10m29
CAD J	discus	4	Goris Wies	28m25
SCHOL J	100 m	3	Valenne Brent	12.00
SCHOL J	200 m	2	Valenne Brent	23.86
SCHOL J	100 m	8	De Valck Lars	12.62
SCHOL J	hoog	1	De Valck Lars	1m64

SCHOL J 100 m	12	Swyngedauw Glenn	13.28
SCHOL J discus	4	Swyngedauw Glenn	29m41
SCHOL J 800 m	2	Sleeckx Godwin	2.11.26
SCHOL J 800 m	4	Verlinden Timo	2.16.21
SCHOL J 800 m	6	Rits Jonas	2.17.01
SCHOL J discus	2	De Voeght Jitser	36m40
SCHOL J kogel	1	De Voeght Jitser	12m02
JUN M 100 m	8	Verbeeck Jesse	12.83
JUN M 200 m	6	Van Aelst Kobe	25.32
JUN M discus	1	Henderickx Sander	37m57
JUN M kogel	1	Henderickx Sander	12m48
JUN M hoog	2	Henderickx Sander	1m52
JUN M uurloop	19	Naets Ilan	11824 m
SEN M 100 m	2	Lambrechts Maarten	11.54
SEN M 200 m	2	Lambrechts Maarten	23.25
SEN M 100 m	6	Derdin Simon	12.68
SEN M 200 m	9	Derdin Simon	26.74
SEN M 100 m		D'Hooghe Zico	DNF
SEN M 800 m	1	Van den Schoor Senne	2.03.05
SEN M 800 m	2	Coremans Tibo	2.03.35
SEN M uurloop	1	Verschoren Senne	16604 m
SEN M uurloop	10	Naets Obry	15118 m
SEN M uurloop	15	Naets Yari	12930 m
SEN M discus	2	Van Lent Seppe	34m64
SEN M kogel	2	Van Lent Seppe	11m04
groep proef pl naam prestatie			
MAS M 100 m	10	Verelst Wim	13.80
MAS M 800 m	14	De Raet Jan	2.40.85
MAS M 800 m	15	Van Aelst Dirk	2.42.17
MAS M uurloop	2	Verschaeren Geert	15739 m
MAS M uurloop	7	Sleeckx Gijsbrecht	15367 m
MAS M uurloop	9	Huybrechts Jurgen	15203 m
MAS M uurloop	14	Knapen Dennis	13601 m
MAS M uurloop	16	Naets Ivo	12679 m
MAS M uurloop	17	Nevelsteen Staf	12555 m
MAS M uurloop	18	Van Dyck Michel	12213 m
MAS M uurloop	20	Smets René	9490 m
MAS M kogel	4	Smets René	7m43
AMH 100 m	1	Van Pelt Juan	13.36
AMH hockey	5	Van Pelt Juan	13m04
AMH 100 m	4	Habets Enrique	18.95
AMH hockey	6	Habets Enrique	12m92
AMH 100 m	5	Weckhuysen Mil	19.04
AMH hockey	1	Weckhuysen Mil	23m07
AMH 100 m	6	Beullens Wesley	19.43
AMH hockey	3	Beullens Wesley	15m17
AMH 100 m	7	Daelemans Niels	21.09
AMH hockey	9	Daelemans Niels	8m82
AMH 100 m	8	Aertgeerts Siebe	21.26
AMH hockey	7	Aertgeerts Siebe	12m72
CAD M 100 m	4	Luyts Kato	13.36
CAD M discus	2	Luyts Kato	29m63
CAD M kogel	3	Luyts Kato	9m43
CAD M 100 m	8	Henderickx Lien	14.14
CAD M discus	5	Henderickx Lien	22m31
CAD M kogel	1	Henderickx Lien	9m93
CAD M 100 m	12	Van Dessel Marie	14.24
CAD M discus	3	Van Dessel Marie	26m19
CAD M kogel	2	Van Dessel Marie	9m50
CAD M 100 m	19	Maertens Norah	14.83
CAD M 200 m	15	Maertens Norah	30.51
CAD M 100 m	26	De Valck Anke	19.89
CAD M 800 m	13	Knapen Amber	3.42.68
SCHOL M800 m	4	Huybrechts Anna	2.35.45
JUN V discus	2	Fleerackers Britt	28m55

JUN V kogel	1	Fleerackers Britt	9m33
JUN V discus	7	Creemers Esra	21m52
JUN V kogel	5	Creemers Esra	7m10
SEN V 100 m	3	Van Oosterwyck Lotte	14.42
SEN V hoog	1	van Oosterwyck Lotte	1m48
SEN V kogel	4	Gyselinckx Elke	7m70
SEN V discus	6	Gyselinckx Elke	22m18
MAS V discus	4	Van Winckel Lieve	25m67
MAS V kogel	6	Van Winckel Lieve	7m01
AMH 100 m	1	Van Dyck Flore	16.18
AMH hockey	1	Van Dyck Flore	17m64
AMH 100 m	2	Van Den Broeck Sarah	23.26
AMH hockey	2	Van Den Broeck Sarah	11m60
AMH 100 m	3	Peeters Nadine	35.07
AMH hockey	3	Peeters Nadine	7m30

OLSE Merksem 3/06/2023 Elanders Cup OLSE

groep	proef	pl naam	prestatie
AC v	200 m	10 Laporte Morgan	27.06

DALO Lommel 3/06/2023 jeugdmeeting pup/min

groep	proef	pl naam	prestatie
MIN J	80 m	4 Evendepoel Alec	11.58
MIN J	150 m	5 Evendepoel Alec	23.13
MIN J	discus	2 Evendepoel Alec	27m28
MIN J	speer	3 Evendepoel Alec	25m78
MIN J	hoog	1 Evendepoel Alec	1m55
MIN J	ver	3 Evendepoel Alec	4m60
MIN J	discus	4 Joseph Bent	16m51
MIN J	speer	10 Joseph Bent	15m90

ROBA Betekom 3/06/2023 open PK meerkamp min/pup

groep	proef	pl naam	prestatie	punten
MIN J	80 m	19 Dirx Lukas	12.07	526p
MIN J	1000 m	22 Dirx Lukas	3.53.66	436p
MIN J	speer	6 Dirx Lukas	24m68	400p
MIN J	hoog	21 Dirx Lukas	1m18	350p
MIN J	ver	9 Dirx Lukas	3m97	347p
MIN J	5-kamp	17 Dirx Lukas	2059p	

ABAC Arendonk 4/06/2023 BVV masters afd. 3B

groep	proef	pl naam	prestatie	punten
MAS M	100 m	7 Verelst Wim	13.85	6p
MAS M	400 m	9 Knapen Dennis	1.13.15	5p
MAS M	1500 m	8 De Raet Jan	5.11.06	5p
MAS M	3000 m	7 Sleeckx Gijsbrecht	10.27.69	6p
MAS M	5000 m	1 Huybrechts Jurgen	17.04.39	13p
MAS M	4x400 m	8 AVZK	4.36.17	5p
		Laporte Sten		
		De Raet Jan		
		Verelst Wim		
		Knapen Dennis		
MAS M	discus	9 Van Lent Jurgen	24m92	4p
MAS M	kogel	6 Van Lent Jurgen	9m16	7p
MAS M	speer	10 Naets ivo	13m25	3p
MAS M	hoog	9 Laporte Sten	1m35	5p
MAS M	ver	8 Laporte Sten	4m20	5p
MAS V	100 m	4 De Veuster Ilse	15.40	9p
MAS V	200 m	3 Dévière Elisabeth	29.53	10p
MAS V	800 m	9 De Veuster Ilse	3.51.10	4p
MAS V	1500 m	10 De Coninck Ilse	6.29.80	3p
MAS V	3000 m	9 Van De Water Geert	17.14.52	4p
MAS V	4x100 m	3 AVZK	1.01.05	10p
		De Veuster Ilse		
		De Coninck Ilse		
		Van Roie Liesbet		
		Dévière Elisabeth		
MAS V	discus	1 Van Winckel Lieve	24m41	13p

MAS V kogel	4	Van Winckel Lieve	7m31	9p
MAS V speer	8	Van Roie Liesbet	14m16	5p
MAS V ver	3	Dévière Elisabeth	4m04	10p

eindstand

MAS V	MAS M	eindstand
1. ZWAT 101 p	1. VMOL 100 p	1. ZWAT 183 p
2. AVLL 95 p	2. ARAC 93 p	2. ARAC 174 p
3. ARAC 81 p	3. ABES 93 p	3. AVLL 171 p
4. LOOI 78 p	4. LOOI 92 p	4. LOOI 170 p
5. AVZK 77 p	5. ADD 87 p	5. VMOL 165 p
6. ADD 71 p	6. ZWAT 82 p	6. ADD 158 p
7. VMOL 65 p	7. RCT 76 p	7. ABES 141 p
8. OLSE 64 p	8. AVLL 76 p	8. AVZK 140 p
9. RCT 62 p	9. OLSE 74 p	9. OLSE 139 p
10. ABES 48 p	10. AVZK 63 p	10. RCT 138 p

KBAB Sint-Niklaas 10/06/2023 BK masters dag 1

groep	proef	pl	naam	prestatie
MAS M	5000 m	8	Sleeckx Gijsbrecht	18.25.28
MAS D	discus	4	Van Winckel Lieve	23m82

ACHL Herenthout 10/06/2023 jeugdmeeting pup/min

groep	proef	pl	naam	prestatie
MIN J	80 m	4	Everdepoel Alec	11.75
MIN J	discus	2	Everdepoel Alec	25m80
MIN J	speer	5	Everdepoel Alec	23m81
MIN J	hoog	3	Everdepoel Alec	1m50
MIN J	80 m	7	Dirckx Lukas	12.32
MIN J	discus	5	Dirckx Lukas	22m85
groep	proef	pl	naam	prestatie
MIN J	speer	4	Dirckx Lukas	24m51
MIN J	hoog	9	Dirckx Lukas	1m12
MIN J	discus	3	D'Helft Noah	23m99
MIN J	speer	2	D'Helft Noah	26m42
PUP J	60 m	12	Everdepoel Menno	10.91
PUP J	discus	1	Everdepoel Menno	20m66
PUP J	kogel	7	Everdepoel Menno	6m75
PUP J	ver	9	Everdepoel Menno	3m30
MIN M	80 m	5	Heremans Linde	12.16
MIN M	speer	6	Heremans Linde	15m89
MIN M	speer	4	Van der Sanden Emma	17m21
MIN M	hoog	9	Van der Sanden Emma	1m17

Vlierleze sportief Lede 10/06/2023 Flanderscup

groep	proef	pl	naam	prestatie
AC m	800 m	98	Sleeckx Godwin	2.11.87
AC v	400 m	27	Laporte Morgan	1.00.39

KBAB Sint-Niklaas 11/06/2023 BK masters dag 2

groep	proef	pl	naam	prestatie	medailles
MAS v	400 m	3	De Coninck Ilse	1.23.23	BK brons

ROBA betekom 11/06/2023 3de Robelympics

groep	proef	pl	naam	prestatie
G-recr	100 m	13	Beullens Wesley	19.27
G-recr	kogel	2	Beullens Wesley	5m78
G-recr	ver	11	Beullens Wesley	2m50
G-recr	100 m	15	Habets Enrique	20.48
G-recr	kogel	3	Habets Enrique	5m21
G-recr	ver	15	Habets Enrique	1m81
G-recr	100 m	2	Van Pelt Juan	13.31
G-recr	200 m	1	Van Pelt Juan	26.12
G-recr	ver	7	Van Pelt Juan	4m26
G-recr	60 m	1	Peeters Nadine	16.74
G-recr	balw	5	Peeters Nadine	7m76
G-recr	ver	1	Peeters Nadine	0m80
G-recr	100 m	1	Van Dyck flore	15.75
G-recr	balw	2	Van Dyck flore	13m42
G-recr	ver	1	Van Dyck flore	3m48

VAC Vilvoorde 16/06/2023 open meeting

groep	proef	pl	naam	prestatie
AC m	1500 m	9	Coremans Tibo	4.09.16
AC m	1500 m	31	Sleeckx Godwin	4.26.54
AC v	400 m	9	Laporte Morgan	1.00.25

LOOI Tessenderlo 24/06/2023 mastersmeeting

groep	proef	pl	naam	prestatie
MAS M	kogel	8	Smets René	7m76
MAS M	speer	8	Smets René	26m26
MAS V	800 m	3	De Coninck Ilse	3.07.80
MAS V	discus	5	Van Winckel Lieve	22m99

AVZK Booischoot 24/06/2023 jeugdmeeting kan/ben

groep	naam	30 m	stoten	ver
KAN J	Thijssen Ibe	6.5	2m30	2m00
KAN J	Geeraerts Senne	6.0	2m70	2m00
KAN J	Vervloet Midas	6.0	3m00	2m40
KAN J	Goris Mats	6.0	2m80	1m80
KAN J	Nijs Elliot	6.8	2m50	1m85
KAN J	Van Hoof Fenne	6.8	1m80	1m70
KAN J	Esper Nijs	7.0	2m10	1m40
KAN J	Gysemans Leon	6.6	2m10	1m90
KAN M	Anna Gysemans	6.2	2m40	2m35
KAN M	Bellekens Lili	6.2	2m80	2m45
KAN M	Van Horenbeeck Nore	6.5	2m50	1m95
KAN M	Goris Emma	6.1	3m00	1m60
KAN M	Nevelsteen Mona	6.4	3m10	1m60
KAN M	Laporte Aline	7.1	1m70	1m25
KAN M	Eggers Lize-Marie	6.8	2m50	1m25
KAN M	Gorris Mona	6.7	2m30	1m50
KAN M	Van de Put Lili	7.9	1m00	1m00
groep	naam	40 m	vortex	hoog
BEN J	Van Oost Lukas	6.8	25m00	1m00
BEN J	De Preter Jesse	7.3	19m80	0m80
BEN J	De Preter Warre	7.5	12m20	0m80
BEN J	Vaes Alexander	7.9	13m00	0m75
BEN J	Van de Put Sem	6.8	13m40	0m90
BEN J	D'Helft Finn	7.2	20m20	0m95
BEN J	Bellekens Mil	6.8	11m20	
BEN J	Van Horenbeeck Kobe	7.5	17m60	0m90
BEN J	Nijs Oliver	7.7	14m60	0m80
BEN J	Meulders Ferre	8.00	11m60	0m90
BEN M	Goris Sofie	8.5	8m40	0m75
BEN M	Van Hoof Minne	7.3	9m60	0m80
BEN M	Yskout Léonore	7.0	7m40	0m80
BEN M	Gysemans Louise	8.5	8m00	0m65

AVZK Booischoot 24/06/2023 jeugdmeeting pup/min

groep	proef	pl	naam	prestatie
MIN J	80 m	8	D'Helft Noah	11.47
MIN J	150 m H	5	D'Helft Noah	23.16
MIN J	speer	14	D'Helft Noah	23m07
MIN J	80 m	13	Heiremans Tijl	11.76
MIN J	80 m	14	Everdepoel Alec	11.82
MIN J	150 m H	7	Everdepoel Alec	23.27
MIN J	speer	5	Everdepoel Alec	28m18
MIN J	hoog	2	Everdepoel Alec	1m50
MIN J	80 m	17	Buts Henok	12.10
MIN J	80 m	18	Dirckx Lukas	12.19
MIN J	speer	9	Dirckx Lukas	25m75
MIN J	polshoog	3	Dirckx Lukas	2m20
MIN J	80 m	22	Laporte Finn	12.38
MIN J	150 m H	14	Laporte Finn	25.50
MIN J	speer	15	Laporte Finn	22m24
MIN J	hoog	23	Laporte Finn	1m20
MIN J	80 m	26	Henderickx Dries	12.53

MIN J	150 m H	14	Henderickx Dries	26.78	MIN M	speer	15	Van der Sande Emma	17m60
MIN J	speer	20	Henderickx Dries	20m22	MIN M	speer	17	Claes Onah	16m89
MIN J	80 m	35	Aerts Ram	13.25	MIN M	hoog	18	Vermaelen Lore	1m25
MIN J	150 m H	12	Gullentops Aalex	26.75	PUP M	60 m	10	Laenen Lize	9.45
MIN J	speer	28	Gullentops Aalex	14m95	PUP M	kogel	22	Laenen Lize	4m73
MIN J	hoog	24	Gullentops Aalex	1m20	PUP M	ver	20	Laenen Lize	3m22
MIN J	speer	16	Claes Vic	22m08	PUP M	60 m	16	Van Goolen Maud	9.79
MIN J	polshoog	8	Claes Vic	1m80	PUP M	ver	28	Van Goolen Maud	3m04
MIN J	polshoog	7	Goris Cis	1m90	PUP M	60 m	25	Vandille Anna	10.01
MIN J	3x600 m	3	AVZK A	6.00.96	PUP M	60 m H	10	Vandille Anna	13.43
			Everdepoel Alec		PUP M	kogel	28	Vandille Anna	4m39
			Laporte Finn		PUP M	ver	25	Vandille Anna	3m10
			Claes Vic		PUP M	60 m	29	Van den Wyngaert Maité	10.34
MIN J	3x600 m	6	AVZK B	6.12.66	PUP M	ver	30	Van den Wyngaert Maité	3m00
			Buts Henok		PUP M	60 m	33	Eggers Ella-Louise	10.45
			D'Helft Noah		PUP M	ver	26	Eggers Ella-Louise	3m08
			Dirkx Lukas		PUP M	60 m	37	Thijssen Jade	10.84
PUP J	60 m	29	Thielemans Lucas	10.02	PUP M	60 m H	17	Thijssen Jade	14.08
PUP J	kogel	21	Thielemans Lucas	5m31	PUP M	kogel	34	Thijssen Jade	3m44
PUP J	60 m	30	Verbeecq Jens	10.03	PUP M	ver	39	Thijssen Jade	2m52
PUP J	60 m	36	Van Tricht Bern	10.26	PUP M	60 m	40	Straetmans Maya	11.08
PUP J	60 m H	23	Van Tricht Bern	14.68	PUP M	ver	38	Straetmans Maya	2m61
PUP J	kogel	24	Van Tricht Bern	5m22	PUP M	60 m	43	Van Beersel Elise	11.54
PUP J	ver	24	Van Tricht Bern	2m80	PUP M	kogel	26	Van Beersel Elise	4m42
PUP J	60 m	38	Everdepoel Menno	10.36	PUP M	ver	37	Van Beersel Elise	2m71
PUP J	kogel	7	Everdepoel Menno	6m71	PUP M	3x600 m	7	AVZK A	7.05.56
PUP J	ver	24	Everdepoel Menno	3m36				Vandille Anna	
PUP J	60 m	40	Aerts Wolf	10.44				Laenen Lize	
PUP J	kogel	22	Aerts Wolf	5m28				Thijssen Jade	
PUP J	3x600 m	12	AVZK A	6.47.85					
			Thielemans Lucas						
			Verbeecq Jens						
			Everdepoel Menno						
MIN M	80 m	9	Verbeke Pauline	11.54					
MIN M	80 m	19	Heremans Linde	12.07					
MIN M	speer	11	Heremans Linde	19m48					
MIN M	80 m	34	Aerts Geike	13.41					
MIN M	150 m H	33	Van der Sande Emma	26.36					

Uitslag marathon van Rotterdam van 16.04.2023, tevens ook Belgisch kampioenschap marathon

214.	Coremans Tibo	2.35.49
419.	Verschoren Senne	2.44.36
668.	Huybrechts Jurgen	2.50.48
726.	Valckx Stefan	2.51.57

Training mini's en kangoeroes

Jong geleerd is oud gedaan! Onder dit motto is AVZK gestart met FUN-training voor 5-jarigen.

Het accent ligt op FUN met een lichte atletiek-touch! Onze mini's krijgen training van trainster Eef.

Vanaf 6 jaar horen deze kapoenen bij de kangoeroes. Zij krijgen training van trainster Katrien.









Meetings van het Antwerps jeugd criterium 2023

Maandag 1 mei 2023	AC Duffel	Duffel
Zaterdag 24 juni 2023	AVZK	Booischoot
Zondag 3 september 2023	OLSE	Merksem
Zaterdag 9 september 2023	ABES	Edegem
Zaterdag 30 september 2023	AVLL	Lier

Wij vragen aan de ouders van de kangoeroes, benjamins, pupillen en miniemen om zo veel mogelijk in te schrijven voor deze meetings omdat AVZK in dit criterium participeert en er ook een jaarlijkse bijdrage aan betaald wordt voor het aankopen van naturaprijzen.

Noteer dus alvast deze data aub.

Programma's van de verschillende jeugdmeetings van het Antwerps Jeugd criterium

Je kunt de wedstrijden vinden op atletiek.nu.

Je bent verplicht van op voorhand in te schrijven via atletiek.nu.

Je moet ook verplicht betalen op atletiek.nu.

Wij verwachten een grote deelname van onze clubatleten omdat AVZK hierin participeert met een jaarlijkse bijdrage om extra prijzen aan te kopen.

Zondag 03.09.2023 Olse Merksem

De Rode Loopstraat 2 2170 Merksem

Inschrijven tot 01.09.2023

Aanvang voor benjamins en kangoeroes 12u30

Kangoeroes meisjes en jongens : meerkamp 30 m – 500 m – stoten – ver

Benjamins meisjes en jongens : meerkamp 40 m – 600 m – vortex – hoog

Voor pupillen en miniemen is het beginuur 13u30.

Pupillen jongens : 60 m – 60 m horden – 4 x 60 m – kogelstoten – speerwerpen – hoog

Miniemen jongens : 150 m – 80 m horden – 4 x 80 – kogelstoten – speerwerpen – hoog

Pupillen meisjes : 60 m – 60 m horden – 4 x 60 m -vortex – verspringen

Miniemen meisjes : 150 m – 60 m horden – 4 x 80 m – kogelstoten - speerwerpen- ver

Zaterdag 09.09.2023 ABES Edegem

Jan Verbertlei 2650 Edegem

Inschrijven tot 08.09.2023

Aanvang voor kangoeroes en benjamins 10u00 tot 12u00

Kangoeroes meisjes en jongens : meerkamp 40 m hindernissen – team estafette – stoten – ver

Benjamins meisjes en jongens : meerkamp 30 m – team estafette - vortex – hoog

Voor pupillen en miniemen is het aanvangsuur 13u30.

Pupillen jongens : 60 m – 1000 m – 60 m horden – kogelstoten – hoogspringen

Miniemen jongens : 80 m – 1000 m – 80 m horden – discuswerpen – kogelstoten – hoogspringen

Miniemen meisjes : 80 m – 1000 m- 60 m horden – discuswerpen – hoogspringen - verspringen

Zaterdag 30 september 2023 finale en uitreiking extra naturaprijs AVLL (Lier)

Aarschotsesteenweg 3 2500 Lier

Nog geen einddatum vermeld voor inschrijvingen.

Aanvang voor kangoeroes en benjamins 11u00

Kangoeroes meisjes en jongens : meerkamp 30 m – 500 m – stoten - ver

Benjamins meisjes en jongens : meerkamp 40 m – 600 m – vortex – hoog

Voor pupillen en miniemen is het aanvangsuur 14u00.

Pupillen jongens : 60 m – 1000 m -60 m horden – 4 x 60 m – discuswerpen – verspringen

Miniemen jongens : 80 m- 300 m – 80 m horden – 4 x 80 m – discuswerpen – hoogspringen – verspringen

Pupillen meisjes : 60 m – 1000 m – 60 m horden - 4 x 60 m – discuswerpen – verspringen

Miniemen meisjes : 80 m – 1000 m – 60 m horden – 4 x 80 m – discuswerpen – hoogspringen - verspringen

Heist joggingcriterium 2023

Deze naam vervangt het criterium 'Rondom netedal' van de vorige jaren. Je kunt hieronder de data al lezen van de verschillende joggings in Groot Heist die deelnemen aan dit criterium. Elders in dit clubblad vind je meer gegevens ivm dit joggingcriterium. Om in aanmerking te komen voor de extra prijs, dien je aan 5 joggings deel te nemen.

Averegtenjogging	19/05/2023
Spar Schriek Uyleloop	27/05/2023
Groentejogging	17/06/2023
Hoevejogging	07/07/2023
10 km van Wiekevorst	29/07/2023
33 ^{ste} stratenloop van Booischot Statie	07/08/2023
De Hei loopt	09/09/2023

WE'RE MORE
THAN A ...
RUNNING STORE

LOOPSCHOENEN - WANDELSCHOENEN - STEUNZOLEN

LAAT JE ADVISEREN DOOR ONS
GEPASSIONEERD TEAM EN ONTVANG:

GRATIS*

LOOPANALYSE
ADVIES
SERVICE

*U KAN OOK EEN FOOTSCAN LATEN UITVOEREN ZONDER
AANKOOP VAN SHOENEN OF STEUNZOLEN
EZE ANALYSE ZONDER AANKOOP KOST 25 EURO

R Running
Store

EEN **SPORTSPECIAALZAAK** WAAR U TERECHT
KAN VOOR LOOPSCHOENEN & WANDELSCHOENEN OP MAAT.
ORTHOPEDISCHE STEUNZOLEN UIT EIGEN ATELIER.

BEZOEK ONZE **RUNNING STORES**:

KAPELSTRAAT 41 - 2570 DUFFEL
E: INFO@RUNNINGSTOREDUFFEL.BE
T: 015 32 35 38

DRABSTRAAT 205 - 2550 KONTICH
E: INFO@RUNNINGSTOREKONTICH.BE
T: 03 457 67 03

GEELSEWEG 3 - 2200 HERENTALS
E: INFO@RUNNINGSTOREHERENTALS.BE
T: 014 70 00 47

  @RUNNINGSTORE.BE

OPENINGSUREN:

MA. 13U00 - 18U00
DI. 09U30 - 18U00
WOE. 09U30 - 18U00
DO. 09U30 - 18U00
VR. 09U30 - 18U00
ZA 09U30 - 18U00

ZO- EN FEESTDAGEN
GESLOTEN

WWW.RUNNINGSTORE.BE

33^{ste} stratenloop van Booischoot-Statie

Wanneer : maandag 7 augustus 2023 eerste start 18u30.

Waar : Booischoot – Statie; start Kleine Steenweg 127; aankomst Kleine Steenweg 153

Inschrijvingen : Voorinschrijvingen tot 05.08.2023 via sport en jeugd . Inschrijven ter plaatse is mogelijk (Brasserie 't Stationneke, in de witte tent).

Familiejoggings : voorinschrijvingen : € 5.00; ter plaatse : € 6.00

Kinderjoggings en G-loop : € 2.00 (zowel voorinschrijving als ter plaatse)

Atleten aangesloten bij AVZK lopen gratis mee, maar dienen wel te worden ingeschreven.

Kleedkamers en douches : Sportcentrum De Lichten, Kloosterveldstraat 7 2221 Booischoot (ongeveer 1 km van de omloop)

Afstanden, starturen en leeftijden en prijzen.

18u30	kinderjogging	°2018 en jonger	200 m	pakket en medaille
18u35	kinderjogging	°2017 - °2016	200 m	pakket en medaille
18u40	kinderjogging	° 2015-°2014-°2013	400 m	pakket en medaille
18u50	kinderjogging	°2012-°2011-°2010	800 m	pakket en medaille
18u55	g-loop	vrouwen en mannen	400 m	pakket en medaille
19u05	familiejogging	vrouwen en mannen	4,5 km	naturaprijs en podiumprijs M/V
19u45	familiejogging	vrouwen en mannen	7,5 km	naturaprijs en podiumprijs M/V
19u45	familiejogging	vrouwen en mannen	10,5 km	naturaprijs en podiumprijs M/V

Atleten van AVZK kunnen gratis meelopen bij de stratenloop van Booischoot-Statie. Inschrijven is wel verplicht voor iedereen.

Info andere stratenlopen van het Heist joggingcriterium 2023

Alle info : www.heist-op-den-berg@heists.joggingcriterium

Wie deelneemt aan 5 joggings uit dit criterium ontvangt een mooie criterium-prijs.

Averegtenjogging (19.05.2023)

Plaats : terreinen KFCM Molenzonen, Spekstraat 28 2220 Hallaar

Organisatie : Heistse Berglopers www.berglopers.be

Afstanden : 5 km / 10 km

Jeugdreeksen : 100 m (2020-2017)
400 m (2016 – 2014)
800 m (2013 – 2011)
400 m (G-atleten)

Spar Schriek Uyleloop (27.05.2023)

Plaats : Kerkplein 2223 Schriek

Organisatie : Schriekse verenigingen

Afstanden : 5 km / 10 km / 15 km / aflossing (3 x 5 km)

Jeugdreeksen : 100 m (6 jaar en jonger)
400 m (7 – 9 jaar)
800 m (10 – 12 jaar)

Groentejogging (17.06.2023)

Plaats : Gemeentelijke basisschool – Leuvensebaat 40 2223 Schriek

Organisatie : KWB Schriek

Afstanden : 3.4 km / 6.7 km / 10 km / 13.3 km

Jeugdreeksen : balonnenrace (tot 6 jaar)
250 m (6 – 8 jaar)
250 m (9 – 10 jaar)
500 m (11 – 12 jaar)
500 m (G-atleten)

Hoevejogging (07.07.2023)

Plaats : Tent “De witte Lelie” Itegemsesteenweg 98 2222 Wiekevorst

Organisatie : Landelijke Gilde Wiekevorst

Afstanden : 3.7 km – 7.3 km – 10.8 km

Jeugdreeksen : 150 m – 300 m – 600 m - G-loop

10 km van Wiekevorst (29.07.2023)

Plaats : Voetbalterreinen KSC Wiekevorst Dalstraat 2222 Wiekevorst

Organisatie : Team Wikkeveust

Afstanden : 5 km – 10 km

Jeugdreeksen ; 100 m – 500 m – 1 km – karamelloop

Stratenloop van Booischoot-Statie (07.08.2023)

Alle info over deze jogging elders in het clubblad.

De hei loopt (09.09.2023)

Plaats : Dophei 1 A 2221 Pijpelheide-Booischoot

Organisatie : Gidsen Pijpelheide

Afstanden : 4.4 km – 8.8 km

Jeugdreeksen : 200 m (1^{ste} – 2^{de} en 3^{de} leerjaar)
400 m (4^{de} - 5^{de} – 6^{de} leerjaar)

Inschrijven :

Voor iedere jogging kan je inschrijven via : www.heist-op-den-berg.be / heists-joggingcriterium of ter plaatse.

Groepsinschrijvingen kunnen door het invullen van het excel-document dat terug te vinden is op de website.

Deelnameprijs

Categorie	Voorin- schrijving	Inschrijving ter plaatse
Joggings	€ 5.00	€ 6.00
Kinderlopen en G-lopen	€ 2.00	€ 2.00

Criteriumprijs

Deelnemen is belangrijker dan winnen en dat geldt ook voor dit joggingcriterium. Maar de echte die-hard joggers die worden beloond met een mooie criteriumprijs : een Heistse geschenkcheque ter waarde van € 10.00, te gebruiken in alle handelszaken van Heist-op-den-Berg.

Algemene informatie

*Er wordt niet meer gewerkt met een stempelkaart, maar met een digitaal systeem voor het behalen van de criteriumprijs.

*De criteriumprijs kan afgehaald worden in De Sporthal tijdens de openingsuren van 11 september 2023 tot 30 oktober 2023.

*De criteriumprijs is enkel voorzien voor volwassen lopers vermits niet elke jogging een jeugdreeks heeft.

*Er worden bij elke jogging prijzen voorzien voor de 3 podiumplaatsen per reeks.

*Iedere deelnemer krijgt een prijs of gadget van de organisatie.

*Voorinschrijven kan via www.heist-op-den-berg.be/heist-joggingcriterium.

*uitslagen kan je na de jogging terugvinden op de website.

Wijzigingen in reglement wedstrijden Kangoeroes-Benjamins

Er zijn een aantal wijzigingen in de reglementen voor het organiseren van KAN-BEN wedstrijden. Deze kunnen het organisatoren makkelijker maken om de wedstrijd (eventueel) in combinatie met een PUP-MIN meeting te organiseren.

Alle wijzigingen worden opgenomen in een nieuwe versie van het handboek. De aangepaste versie is momenteel nog in opmaak maar zal gepubliceerd en verspreid

De belangrijkste wijzigingen worden hieronder opgesomd:

Wijziging in disciplines per set. De eindproef wordt voor beide categorieën dezelfde (muv de afstanden). Bij het doorgeven van de programma's in Alabus moeten de disciplines goed nagekeken worden (zeker indien de meeting werd gekopieerd)

Set 1: KAN: 30m, hoog, vortex, 10x30m

BEN: 40mH, ver, stoten, 10x40m

Set 2: KAN: 30m, ver, stoten, 500m

BEN: 40m, hoog, vortex, 600m

Dagnummers: elke atleet krijgt nog steeds een dagnummer toegewezen via de groepverdeling in atletiek.nu, evenwel dragen de kinderen als borstnummer nu hun voornaam. Om duidelijk te maken in welke groep een kind zit en wat zijn dagnummer is zijn er en aantal opties:

o Voorzie een sticker met de groep en dagnummer (vb A. 1) Kleef sticker op wedstrijdtrui (beter niet op de startnummer want die kan daardoor beschadigd raken)

o Noteer met een uitwisbare stift (geen alcoholstift) de groep en dagnummer op de startnummer. Deze wordt na de wedstrijd uitgeveegd

o Noteer de groep en dagnummer op de hand met een stift (dit is niet schadelijk voor de huid of gezondheid)

Gebruik SPIKES: Het gebruik van Spikes tijdens pistewedstrijden is niet langer toegelaten. Alle kinderen nemen deel aan de wedstrijd op normale sportschoenen. Bij veldlopen kunnen spikes wel nog gedragen worden.

Voorwaarden: groepen lopen weg van elkaar én met ruimte tussen de groepen van minimaal 10m + volledige sprintafstand moet op rechte lijn kunnen. Uitloop na 'finish' bij voorkeur ook nog minimaal 5m rechtdoor (om botsingen bij uitlopen te voorkomen)

De tijdopname mag gedaan worden met ET, wel verplicht elektronisch startsignaal te gebruiken in dit geval.

Het aantal benodigde Kidsjuryleden en medewerkers werd aangepast naar een strikt minimum, gebaseerd op een wedstrijd met volledige bezetting. Raadpleeg hiervoor het aangepaste handboek (publicatie hiervan volgt)

Scheidsrechter: op elke KAN-BEN wordt een scheidsrechter aangeduid.

o De provinciale aanduiding duidt 1 scheidsrechter aan die de aanwezigheid van de juryleden registreert en het onkostenformulier laat invullen. Daarnaast controleert de scheidsrechter of de disciplines correct zijn opgesteld en worden uitgevoerd en volgt de scheidsrechter het algemene vlotte verloop van de wedstrijd op. Dit kan in samenspraak met de coördinator van de club gebeuren.

o Indien de wedstrijd van Pupillen en Miniemen aansluitend of overlappend doorgaat ligt de hoofdtaak van de scheidsrechter wel bij de PUP-MIN wedstrijd. De scheidsrechter is geen lid van de organiserende vereniging.

o De documentatie op de website onder 'voor de clubs' – 'nuttige info' – 'wedstrijdorganisatie' – 'Kangoeroe Benjamin wedstrijd organiseren? Alle info hier!' krijgt nog een update in aanloop naar het zomerseizoen. Van zodra de documentatie is aangepast zal hierover bericht worden.

Oproep kandidaat organisatoren opleiding Kidsjury

o Organiseert je club in 2023 een wedstrijd voor Kangoeroes en Benjamins? Weet dat deze wedstrijden worden begeleid door Kidsjuryleden. Dit is een (extra) zeer laagdrempelige (3u) opleiding voor bestaande of nieuwe juryleden die specifiek voor deze wedstrijden wordt ingericht.

o Weet dat indien je als club zelf over voldoende Kidsjuryleden beschikt, de jurykosten voor een wedstrijd stevig beperkt kunnen blijven.

o Wil je als club graag (extra) Kidsjuryleden laten opleiden dan kan je je kandidaat stellen voor de organisatie van deze opleiding.

Voorwaarden:

o Minimaal 8 deelnemers (mag uiteraard ook aangevuld worden met geïnteresseerden van andere clubs). Alle opleidingen worden open gesteld voor alle geïnteresseerden.

o De organisator staat zelf in voor de locatie, met beschikbaarheid van leslokaal en piste voor praktijkdeel

o Organisator voorziet de mogelijkheid om een drankje aan te bieden, al dan niet tegen betaling door de deelnemers.

Docent wordt vergoed door federatie..

-Toekenning opleiding:

Bij meerdere geïnteresseerden in de regio zal 1 organisator bepaald worden waar alle deelnemers dan op worden verwelkomd.

o De organisator staat zelf in voor de locatie, met beschikbaarheid van leslokaal en piste voor praktijkdeel

o Dag van opleiding wordt bepaald op basis van doorgegeven beschikbaarheden club én docent.

o Opleidingen gaan bij voorkeur door voor aanvang zomerseizoen

o Stel je als club kandidaat bij Liesl voor maandag 6 februari, stuur een mail naar liesl@atletiek.be

o Afhankelijk van het programma (uurschema) kunnen 2 scheidsrechters worden aangeduid voor de deelwedstrijden.

Heb je een artikel, een foto, een interessant item voor ons clubblad dan kun je dit doormailen naar : redactie.dekemper@gmail.com.

Special Olympics Mechelen 2023

Acht atleten van AVZK hebben deelgenomen aan de driedaagse van de Special Olympics in Mechelen. Hieronder lees je hun prestaties. Gefeliciteerd met de uitslagen. Ook dank aan de begeleiders die tijdens deze 3 dagen het beste van zichzelf moesten geven.

proef	pl	naam	prestatie	medaille
50m	4	Nadine Peeters	13.16	
st versp	5	Nadine Peeters	?	
softbal	4	Nadine Peeters	7m72	
100m	2	Wesley Beullens	19.40	zilver
kogel	1	Wesley Beullens	5m60	goud
versp	4	Wesley Beullens	2m31	
800m	3	Sarah Van Den Broeck	3.43.47	brons
1500m	3	Sarah Van Den Broeck	7.33.93	brons
versp	1	Sarah Van Den Broeck	1m64	goud
100m	1	Juan Van Pelt	12.88	goud
200m	1	Juan Van Pelt	25.34	goud
versp	2	Juan Van Pelt	4m22	zilver
100m	1	Flore Van Dijck	16.15	goud
200m	1	Flore Van Dijck	33.89	goud
versp	1	Flore Van Dijck	3m09	goud
100m	2	Siebe Aertsgeerts	20.37	zilver
200m	1	Siebe Aertsgeerts	39.88	goud
versp	1	Siebe Aertsgeerts	2m36	goud
100m	7	Enrique Habets	20.95	
versp	2	Enrique Habets	2m08	zilver
kogel	6	Enrique Habets	4m75	
100m	1	Tristan Blockx	13.84	goud
200m	5	Tristan Blockx	29.26	
versp	1	Tristan Blockx	4m57	goud

Goud 11x

Zilver 4x

Brons 2x

4e pl 3x

5e pl 2x

6e pl 1x

7e pl 1x

Totaal 24x



Mei 17-05-2023

Op woensdag 17-05-2023 was eindelijk de dag aangebroken waarvan elke atleet naar uit keek

In hun agenda stond deze datum met rood onderstreept.

De Specials Olympicks gingen een aanvang nemen.

Een jaar op voorhand ging deze datum al over de lippen van onze gasten.

Op de trainingen was dat het onderwerp dat nadrukkelijk besproken werd.

Hoe dichter dat we naar deze datum vorderde hoe zenuwachtiger ze werden.

17-05-2023

Het is zover.

De openingsceremonie was een voltreffer. We hadden ogen te kort om te zien wat er allemaal voor ons afspeelde.

Genieten wat onze atleten deden.

En ja hoor, wij wisten waarvoor we dit deden.

De dagen die volgden waren nog meer indrukwekkender. Elk uur van de dagen werden er medailles veroverd.

Vanuit ons plekje en voor de podiums konden we meegenieten van wat er op de podiums gebeurde. Iedereen mocht weten hoe fier dat ze waren..

Bij de valide atleten zou dit een Olympische diploma opleveren.

En dat wij fier waren op hun prestaties en medailles

Nu gaan we een paar maanden stillekes deze uitslagen verwerken.

Maar niet getreurd. In september mogen de trainers al terug aan de slag om de nodige documenten in te dienen voor de Specials 2024.







START TO RUN





Masters op hun BVV naar plaats 8

Overwinningen waren daar in Arendonk voor Jurgen Huybrechts op de 5000m en voor Lieve Van Winckel bij het discus. 3de plaatsen waren er voor Elisabeth Dévière zowel bij 200m als ver en zij was er ook bij op de 4x100m samen met Ilse De Veuster en Ilse De Coninck en Liesbet Van Roie.

Provinciaal Kampioenschap jeugd in Merksem

Zilver was de kleur voor AVZK. We hebben tal van medailles behaald op deze prachtige wedstrijd. Lize een mooie plaats met de 60 m bij de pupillen meisjes, Menno bij vortex, Onah met polsstokhoogspringen, Linde met speer, Giel op de 300m en Alec bij hoogspringen. Ook onze andere wedstrijd toppers hebben weer het beste van hun zelf laten zien vandaag! Proficiat AVZKers!
[NathalieB]

Vlaams kampioenschap - Lotte eerst goud, dan brons

Wat een rare dingen gebeurden daar in Gent op het Vlaams kampioenschap alle categorieën. In mijn atletiecarrière van 45 jaar heb ik dit nog nooit gehoord of gezien. Lotte Van Lent deed mee met de 100m. In de voormiddag liep ze al heel snel in haar reeks naar de 3de tijd van allemaal 11"65, zij het wel met teveel rugwind. Heel recent heeft Lotte in overleg met trainer (en haar papa) Jurgen aan haar startpositie gewerkt en dit blijkt een echte verbetering voor haar start te zijn. Maar het rare gebeurde dus in de finale. Alles lijkt correct te verlopen, Lotte is goed weg, maar favoriete Rani Rosius blijft in haar blok zitten. Lotte sprint fluks door, en helemaal aan de andere kant komt Rani Vincke sterk opzetten zodat op de beelden niet zo duidelijk is wie wint. Lotte wint, opnieuw 11"65 en geldige wind. Ik dacht dat Rosius bewust bleef zitten omdat ze nog finale 200m moest lopen (4 sprints op 1 dag is zeer pittig). Maar Rosius dient klacht in omdat er een probleem zou geweest zijn met de startblok (zeker niet zichtbaar op de beelden). Klacht aanvaard en er wordt opnieuw gelopen met wie wil (zeer vreemd). Lotte kon niet meelopen want zat bij dopingcontrole. Uiteindelijk hebben ze uitslag gemaakt met de tijden van die 2 gelopen wedstrijden samengevoegd (dit staat in geen enkel reglement dat dit zou mogen of kunnen) en dan blijkt Lotte 3de te zijn, nog net voor Elise Mehuys (die vorig jaar in Munchen op EK meeliep met de Belgische ploeg 4x100). Alleszins heeft Lotte reële kans om mee te mogen naar EK beloften in Finland (Espoo) en zelfs naar WK seniors in Boedapest, als de ploeg geselecteerd geraakt tenminste, wat geenszins simpel is omdat maar 16 landen aflossing mogen meedoen. [PeterV]

Beker van Vlaanderen cadetten en scholieren

Onze cadetten en scholieren trokken naar Lanaken voor hun BVV met slechts 7 aanwezige ploegen. Met heel wat afwezige meisjes (weg met school) en een eenvrouwploeg bij de scholieren meisjes was het podium moeilijk haalbaar. Op het einde werden ze 4de.

Overwinningen waren er voor Brent Valenne op de 100m en Desmo Dirckx bij het hoog. 2de plaatsen waren er in overvloed: Brent Waeyaert zowel bij kogel als speer, idem voor Glenn Swyngeauw maar dan bij de cadetten. Brent opnieuw op de 400m horden. Roland Hantschel op de 300m horden. De 2 aflossingsploegen bij de jongens (4x100). Lars de Valck tenslotte op de 200m. Hij haalde ook 3de plek bij hoog. Godwin Sleeckx deed dat op de 1500m en nieuwkomer Kobe Pauwels bij verspringen. Tegge Verschaeren 2 keer op 100m en 200m, telkens tegen de snelste cadet van het land (denk ik). Desmo bij verspringen en dan toch 1 meisje: Norah Maertens bij speerwerpen.

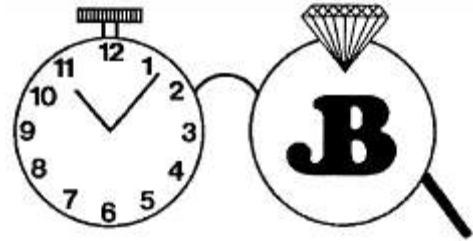
Beker van Vlaanderen pupillen en miniemen

Wat een mooie lentedag in Betekom op de Tumkens. Maar ook de prestaties van onze 32 atleten mochten gezien worden. De PRs (persoonlijke records) vlogen ons om de oren, maar ook de atleten die voor het eerst een wedstrijd deden lieten mooie dingen zien. We zaten daar ook in sterke wedstrijd met enkele van de grootste clubs van het land als tegenstander (ROBA en Herentals). Voor het eindklassement waren die onbereikbaar wisten we op voorhand, maar individueel waren toch enkele van onze atleten uitblinkers. Giel Vanderghinste won op een prachtige manier de 300m. Alec Everdepoel won ex-aequo het hoogspringen. 3de miniem op het podium was Noah D'Helft, 2de bij kogel. Bij de meisjes miniemen op speer zelfs met 2 op podium: Onah Claes en Linde Heremans. Pupil Menno Everdepoel was de enige die zijn beide proeven op het podium eindigde: 2de bij kogel en 3de bij vortexwerpen. tenslotte was er lize Laenen, 3de in de 60m sprint. Dit en alle punten van de anderen samengegeld bracht ons dat op plaats 5 op 10 aanwezige clubs

[PeterV]



Elektro Van Dessel
elektrische apparaten -
zonnebanken
kachelbijverwarming -
inbouwtoestellen



OPTIEK - UURWERKEN - JUWELEN

Johny Boexstaens

Bergstraat 4-6



DE ROOVER & Zn bvba
Waar een klant nog klant is
Schrieksesteenweg 160
2221 Booischot
015/23 31 10



**WIJNEN VAN
GENECHTEN**

P. MELLAERTSSTRAAT 10
2220 HEIST OP DEN BERG
0497 48 75 00

KWALITEITSWIJNEN

BIJZONDER GAMMA VERSCHILLENDE LANDEN o.a.
Z. AFRIKA - CHILI - ARGENTINIE - FRANKRIJK
SPANJE - ITALIE - BELGIE ...

**WIJNKASTEEL GENOELSELDEN en/of ALDENEYCK
SCHORPION**



BVBA IMAVO
Kleine Steenweg 5
2221 Booischot
Tel.: 015/22 24 36
Open alle dagen van 9u-12u



BVBA Clem Vercammen
Bergstraat 151
B-2220 Heist op den Berg



**VERZEKERINGEN
SPAREN - BELEGGEN**
IVO JANSSENS - DIRK
HOEFKENS
Dorpsstraat 56 - 2221



**HEREMANS MANSHOVEN
ARCHITECTEN**
Grote Braamstraat 47E
2220 Heist-op-den-Berg
Tel.: 015/24 82 30

VH AVIATION CONSULTANCY BV
Broekmansstraat 36
2221 Booischot
Tel.: 015/22 23 52 - Fax: 015/22 34 28
info@booischotse-metalen.be



**Leden van
AVZK krijgen
10% korting
bij een
aankoop.**

DEADLINEKALENDER VLAAMSE ATLETIEKLIGA

Juli 2023

Wo 5 Begindatum aanvullen gegevens winterorganisaties 2023-2024 via Alabus

Di 11 VAL gesloten

Wo 19 Einddatum aanvullen gegevens winterorganisaties 2023-2024 via Alabus

Vr 21 VAL gesloten

Ma 31 Einddatum betaling 3de voorschot op rekening van de VAL. Niet op rekening = boete

Augustus 2023

Di 15 VAL gesloten

Do 31 Einddatum eenzijdig afschrijven van leden die voor het huidige ('22-23) en het vorige ('21-22) sportjaar geen vergunning hebben bekommen

September 2023

Vr 15 Begindatum indienen opzeg van lidmaatschap

Vr 22 Einddatum indienen aanvraag WA-meeting/EA-meeting/Flanders Cup voor het zomerseizoen 2024

Oktober 2023

Zo 15 Einddatum indienen aanvraag Athletic Classic Meeting voor het zomerseizoen 2024

Zo 15 Einddatum indienen van opzeg van lidmaatschap

Ma 16 Begindatum aansluiten leden die opzeg van lidmaatschap hebben gegeven (via de knop "overname lid")

Voor de sluitingsdata van de kampioenschappen op de piste: zie website

Voor de sluitingsdata van de kampioenschappen buiten piste: zie website

Nog te bepalen: • Einddatum indienen aanvraag ondersteuning jeugdsportfonds

Beker van Vlaanderen alle categorieën

Voortreffelijke prestaties van onze atleten in Mechelen. Voor het eerst vormden de heren en dames 1 team.

De ploeg werd in feite getrokken door de familie van Lent. Trainer Jurgen stelde de ploegen op en leidde alles in goede banen. Zijn 2 kinderen zorgden voor topprestaties. Dochter Lotte won zowel de 100m als 200m (sterk nieuw clubrecord van 24"46) en leidde de 4x100m ploeg ook naar winst. Zoon en werptrainer Seppe won het discus en was 2de bij de kogel. Maar met 2 heb je uiteraard geen ploeg en elk puntje was welkom om aan het eind van de namiddag op een knappe 3de plaats te eindigen. Ook Senne Van den Schoor bracht 13 punten in het laatje, als winnaar van de 800m in een nieuw PR. Sander Henderickx stond 2 keer op het virtuele podium. 3de bij zowel de 100m als het speerwerpen. Morgan Laporte liep mooi PR op de 400m en plek 2. Veel punten bij het werpen dus want ook Morgan Oost werd 3de bij kogel. Maar ook bij lopen heel wat punten nog met 4de plaatsen voor Maarten Lambrechts (400m), Jasper Mannaert (3000m) en de 4x400m mix, nieuw nummer en voor het eerst gelopen door een clubteam en dus record.

[PeterV]



Sponsoring AVZK 2023

- *Running Store, Duffel
- *Gregoor Trucks Herentals
- * Open Analytics NV Berchem
- * DATA TEC Rumst
- * Transport Michiels, Hulshout

sponsoring AVZK 2022

- * We Solve IT Willebroek
- *Transport Michiels, Hulshout
- *Dierenarts Vosters Roger, Pijpelheide
- *Boekhandel Verstraeten, Pijpelheide
- *Elektro Van Loock en Co, Booischot
- *Spar Imavo, Wuyts Mario, Booischot
- *Air Service Center , Aarschot
- *PDH groep, AXA Ivo Janssens/Dirk Hoefkens, Booischot
- *Apotheek Hendriks, Booischot
- *Jacobs ramen bvba, Booischot
- *Behang decor De Lente, Heist-op-den-Berg
- *Bouw De Roover en zoon BVBA, Pijpelheide
- *J. Peeters Transport NV, Booischot
- *Elektro Exellent Van Eyken BVBA, Booischot
- *Autohandel Baestaens, BVBA Pijpelheide
- *Banden Chris Van Woensel, Schriek
- *Bakkerij Ives, Pijpelheide
- *Heidi delicatessen, Pijpelheide
- *Brasserie IJssalon 't Stationneke, Booischot
- *VH Aviation Consultancy BV, Booischot
- *Dr Jos Desmedt, Booischot
- *Dr Erik Bijdekerke, Pijpelheide
- *Johnny Boexstaens, Heist-op-den-Berg
- *Bosmans slaapcomfort BVBA, Heist-Goor
- *Elektro Van Dessel, Schriek
- *Bouwonderneming Heylen nv, Heist-op-den-Berg*Kinesist Danny Lemmens, Pijpelheide
- *Drs Bart en Marc Mariën, Pijpelheide
- *Juwelen Clem Vercammen, Heist-op-den-Berg
- *De Cock-Peeters en partners DCCP 2220 Heist-op-den-Berg
- *Beenhouwerij David Meys, Booischot
- *Bouwonderneming De Cock-Van Steen, Heist-Goor
- *Apotheek Pijpelheide, Anouk Ritzen, Pijpelheide
- *Vloeren Paul De Preter, Pijpelheide
- *Architectenbureau Heremans-Manshoven, Heist-Goor
- *Trofeeland Boutersem
- *Wijnen Van Genechten, Heist-Goor
- *De koopjeshoek, Laeremans Linda, Pijpelheide
- *Thiels tuincentrum, Pijpelheide
- *Voeding Christine, Pijpelheide
- *Firma Steenkens BV (voorheen Canoncenter Michiels), Westmeerbeek
- *Kapsalon Monique, Booischot
- *BVBA Mineur, Delhaize, Heist-Goor

Sponsors via DATA TEC 2023

- Bistro De Parlé, dorpsstraat 36 Booischot
- Bistro Maginique, Kerkhofstraat 4 Heist-op-den-Berg 0470/414885
- Advocaten Karel Peeters, Lichtelei 12, Booischot
- De Fritbox, Schrieksesteenweg 74 A, Pijpelheide
- Venti construct Jeroen Dewit Peerdekerkhofstraat 31 2235 Hulshout 0484/807213
- Architectenbureau Van Dyck Jean-Paul, Pijpelstraat 37 2221 Booischot, 015/222098
- JECON, Perzikstraat 8, Heist o/d Berg 0497/664148
- Straalwerken Stroobants.BE 0494/443282
- Betonvloeren Chris Verstappen Wiekevorstdorp 37 2222 Wiekevorst 0477/7000019
- Karman nachtwinkel Wiekevorst
- 'T Knipsalon, Hof Van Riemenstraat 15 A Heist-op-den-Berg
- De Cuyper carwash en wasboxen Liersesteenweg 259 2220 Heist-op-den-Berg 015/241137
- Garage Philip, Industriepark zone B/7, Heist-op-den-Berg 015/246153
- Autoglas Clinic, Mechelsesteenweg 1, Heist-op-den-Berg 015/242879
- Charlies Wild en gevogelte Pastoor Mellaertsstraat Heist-Goor 0477/312574
- Dierenarts Steven De Smedt Paul Van Roosbroecklaan 46 2220 Heist-op-den-Berg 015/762764
- KP Renovation, schilder- en behangwerken, Mechelbaan 69 2220 Heist-op-den-Berg 0473/429204
- Running Store, Duffel - Kontich
- Jasper Van Calster schrijnwerkerij en renovatie 0493/637063
- De Cock, Peeters en Partners
- Second Story, 2^{de} handsshop, Oude Mechelbaan 2 B Heist-op-den-Berg 0472/407206
- Café Baa de Sven, Wersterlosesteenweg 93 Heist-op-den-Berg
- GVL-technics airco, domotica enz. Kasteelstraat 2 D 2220 heist-op-den-Berg 015/257672
- Frituur Fille Brenda Goossens Dorpsstraat 68 2221 Booischot
- Asian Kitchen, Bergstraat 42, Heist o/d Berg 015/243484
- Peeters Pro-jects BV Baeske Broeckstraat 40 Booischot
- Gereedschappen Marco, Houtvennesteenweg 20 Ramsel – Herselt 016/699201
- R&N Royal kebab pizza grill pasta Bergstraat 73 2220 Heist-op-den-Berg 015/411154
- J. Peeters transport nv Pleinstraat 18 2221 Booischot
- Dakwerken Van Loo, www.dakwerkenvanloo.be
- De Wolf-Durnez ramen en deuren 015/422805 www.dewolf-durnez.be
- Van Elsacker machines voor tuin, park, bos en landbouw Lossing 15 2260 Westerlo

AVZK wenst alle sponsors te danken voor hun steun aan de club

Voorlopige AVZK kalender 2023

- *maandag 7 augustus 2023 stratenloop van Booischot-Statie
- *van vrijdag 13 oktober 2023 tot en met zondag 15 oktober 2023 trainingsweekend vanaf cadetten in Maasmechelen
- *van vrijdag 20 oktober 2023 tot en met zondag 22 oktober 2023 trainingsweekend voor de jeugd en de G-atleten
- *zaterdag 28 oktober 2023 ledenfeest Zaal Magneet in Grootlo
- *zondag 10 december 2023 veldloop van AVZK

Avondmeeting Booischot 02/06/2023

Tijdens de avondmeeting heeft Marc Schrevens een filmpje gemaakt. Hierbij de link

https://youtu.be/YsEyXfs_Rsk

Foto's gemaakt door
Sven Janssens













AMO SPORT

MAKES YOU MOVE

Spelaanstraat 1B,
9620 Zottegem

info@amosport.be
09 328 34 18

Atletiekvereniging Zuiderkempen

Redactie:

Lien Henderickx

't Kapmes 1

2221 Booischot

Tel. 0475/ 92 42 37

Email : redactie.dekemper@gmail.com

Hendrik Lekens

Broekmansstraat 121

2221 Booischot

Telefoonnr.: 015 34 87 86

E-mail: lekens.andre@telenet.be

www.avzk.be

Voorzitter

Steven Henderickx

Ondervoorzitter

Guido Vervloet

Secretaris

Hendrik Lekens (015/34.87.86 en 0486/42.42.08)

Penningmeester

Monique Naets (015/22.44.12 en 0484/76.45.34)

Vertrouwenspersonen AVZK

Nathalie Baeten, Katrien Mondelaers

Bestuursleden

Agnes Heremans, René Busschodts, Michel Van Dyck,
Wim Verelst, Nathalie Baeten, Guido Van Roie,
Samantha Van Ermen

Materiaalmeester

Guido Van Roie

Clubtrainers

René Busschodts, Iris Teniers, Jurgen Van Lent,
Liesbet Van Roie, Lieve Van Winckel, Peter Vervloet,
Tomas Eef, Seppe Van Lent, Sten Laporte, Lotte Van Oosterwyck,
Guido Van Roie, Britt Fleerackers, Katrien Mondelaers,
Agnes Heremans, Jitser De Voeght,
Zico D'Hooghe, Jana Spallier

Ere-jurylid

André Reniers, Vic Florenty, Monique Pelgrims

Juryleden

Agnes Heremans, Monique Naets, Willy De Fyn, Guido Van Roie,
Hendrik Lekens, Deborah Van Es, Wim De Vries, Gino Swynge-
dauw, Samantha Van Ermen

Kidsjuryleden

Guido Van Roie, Agnes Heremans, Deborah Van Es,
Esra Creemers

Clubjuryleden

René busschodts, Guido Vervloet, Ann Dermaux, Nathalie Baeten,
Debbie De Vries, Annemie Schellens, Marijke Goris, Nele Evens,
Steven Henderickx, Geert Van De Water

Verantwoordelijke G-atletiek

René Busschodts, Agnes Heremans

Trainers G-atletiek

Agnes Heremans, René Busschodts

E-mail redactie

lekens.andre@telenet.be

Lidgeld

Kangoeroes - Benjamins	€ 110
Pupillen - Miniemen	€ 130
Cadetten - Masters	€ 150
Joggers, sympathisanten	€ 110
Families	€ 420 (max.)
Vanaf 3de gezinslid	- 20% op laagste categorie



De Cock - Van Steen
Algemene bouwwerken

Lange Molenstraat 20
2220 Heist-op-den-Berg (Goor)

Tel.: 015/22 05 24 en 015/22 05 49



Open Analytics

Jupiterstraat 20

2600 Berchem

www.openanalytics.eu

TROFEEEN TROFEEEN



TROFEELAND
BOUTERSEM

TROFEEËN
BEKERS
MEDAILLES

T-SHIRTS
TIN & KRISTAL BADGES & PINS



COMPUTERGRAVURE ZANDSTRALEN FOTODRUK

WWW.TROFEELAND.BE

Trofeeland
Leuvensesteenweg, 81 3370 BOUTERSEM
Tel.: 016/73.50.88 email: info@trofeeland.be
Zaterdag, Zondag en Maandag gesloten

TROFEEEN TROFEEEN



AIR SERVICE
Center

luchtverwarming
airconditioning
ventilatie

Nieuwlandlaan 13 A - industriezone B
3200 Aarschot Tel.: 016/55 05 40
www.airservice.be

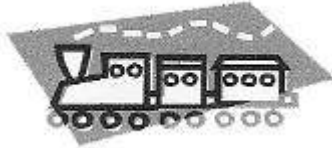


TRANSPORT MICHIELS

Zuidgoordijkstraat 1
Tel. +32 15 22 25 54

B-2235 Hulshout
Fax +32 15 22 54 66





BVBA 't STATIONNEKE

Brasserie - Ijssalon - Feestzaal - Traiteur - Catering

Kleine Steenweg 153 - 2221 Booischot
Tel.: 015/22 25 45



Groenbedrijf Baeck bvba

Liesdonk 15
2440 GEEL



David Coremans
9de Liniestraat 12E
3200 Aarschot
www.audioworks.be



De Cock Peeters & Partners
www.dccp.be
info@dccp.be
Bedrijfsadvies - Boekhouding - Fiscaliteit