

Kalender

Van de PR commissie

Pilates:

Van september tot en met juli elke maandag om 18.45 uur.



Zaterdag 8 juli: Beverloop

Er is dan géén reguliere training

Aanmelden vóór 1 juli



www.lopersgroepbrandevoort.nl



Volg ons op facebook. Kijk hier ook voor foto's en spontane activiteiten waar leden naar toe gaan.

www.facebook.com/Lopersgroepbrandevoort

Beverloop - zaterdag 8 juli 2017 Naar "Domein de Bever" in België

Door: Willem Hendriks

In plaats van de reguliere training organiseren we op zaterdag 8 juli De Beverloop. **Iedereen kan meedoen, er zijn géén kosten aan verbonden!** Schrijf dus massaal in. Er is plaats voor 100 lopers. Er moeten minimaal 60 deelnemers zijn anders gaat het niet door.

Informatie voor hardlopers:

Je kunt kiezen uit 5 afstanden: 6½, 9, 13, 21 of 30 km en 2 snelheden: 9 of 10 km per uur.

Lopers, die 30 km willen lopen met een snelheid van 9 km per uur, starten om 9.00 uur vanaf het sportpark.

Lopers, die 30 km willen lopen met een snelheid van 10 km per uur, starten om 9.15 uur vanaf het sportpark.

Onze buschauffeur Frans vertrekt om 9:20 uur en brengt de overige hardlopers naar de startplaatsen van de 21, 13, 9 en 6½ km.



Informatie voor wandelaars:

Je kunt kiezen uit 6½ en/of 8½ km.

We starten om 8.15 uur vanaf het sportpark.

Dan wandelen we 8½ km naar Geldrop en gaan dan met de bus verder. Wie wil kan de laatste 6½ km vanaf de "Achelse Kluis" naar "Domein de Bever" wandelen, de rest blijft in de bus zitten.

Aanmelden vóór zaterdag 1 juli:

Stuur een mail naar willem.hendriks@hetnet.nl en geef aan of je start om 8:15 uur met wandelen, 9:00 of 9:15 uur met hardlopen of om 9:20 uur in de bus stapt voor een andere startplaats.

HELLUP!!

Door Anita Janssen – PR commissie

Lopersgroep Brandevoort wordt semiprofessioneel in haar PR. Geen PR van persoonlijk record, neen PR van Public Relations. En daar hebben we jullie hulp bij nodig! Kijk, we zijn natuurlijk allemaal enthousiaste hardlopers, wandelaars, kortom sportievelingen.

En het is leuk om sportievelingen om je heen te hebben, toch? Daarom moeten we zorgen dat Lopersgroep Brandevoort blijft groeien. En hoe doen we dat? Juist! Public Relations!

We zoeken jullie hulp, dat wil zeggen, jullie foto's en jullie verhalen om de onze website en facebookpagina te laten 'exploderen'. Foto's van lachende mensen, teleurgestelde gezichten die later toch ook weer opgewekt kijken. Foto's van bossen en heide, van het wandelen en het hardlopen. Schrijf er een kort verhaaltje, een gedichtje, of alleen maar een korte zin bij je foto. Dat je zo trots was toen je de finish bereikte, dat je de balen had dat je toch niet zo snel was. De blessure die in de weg zat of de gigantische giller van een uitglijder bij een mud run. Of over de contacten die je hebt gemaakt, de gezellige loop- en wandeluitstapjes en wat al niet meer.

De website van LGB, de facebookpagina en de nieuwsbrief bieden een geweldig platform om jullie verhalen en foto's te laten stralen. Ik kan niet wachten om de uitpuilende website en facebookpagina's te zien.

Oh ja, waar naar toe?

Mail naar: info@lopersgroepbrandevoort.nl

Maastrichts Mooiste

Door Hans van Kilsdonk

Met campers, auto's en met de trein, op 11 juni ging de lopersgroep familie, 12 man sterk, Maastricht bevolken voor een loop van 16 km! Wij gingen met een groepje van 5 personen met de trein naar Maastricht. Kedeng Kedeng, kilometers spoor schieten onder mij door (je kent het wel). In Maastricht wist de lopersfamilie elkaar snel te vinden, maar ons gezelschap raakte al snel weer verdeeld en werd deels ingepikt door sponsor Meeus! Ons mooie blauw werd vervangen door het blauw en wit van de sponsor - ik noemde de overgelopen lopers dan maar Meeuwtjes, want het voelde even niet meer hetzelfde. Ze cirkelden rond in het Meeus-paviljoen en deden zich tegoed aan gratis salades, pasta's, smoothies, yoghurtjes en nog veel meer lekkers!

Ik moest mij daar echt even over heen zetten en lekker gaan lopen om te genieten. Enigszins

gekortwiekt begon ik dan toch aan de race, het was zo warm... maar Maastricht is mooi en het bleef genieten ondanks de hitte. Mooie omgeving en vergezichten, dat laatste is wat minder van toepassing als er opeens een berg in je vergezicht komt en het verandert in een 'zo kort mogelijk voor je uit kijken (net voor de voeten) zicht', zodat je niet hoeft te kijken hoe ver je nog moet ploeteren om boven te komen. Daar boven op die bergdaar stond een Meeuwtje! Ze vroeg of we samen zouden kunnen lopen en ik vond dat eerlijk gezegd geen slechte optie in deze omstandigheden. Al slingerend door de paden op de bergen en door de straten van Maastricht, zo veel mogelijk rond kijkend en proberen te genieten, soms met zweet in de ogen, van schaduw naar tuinslang/sproeier, naar natte sponsjes en bekers met drinken. Op weg naar de finish met een kletsnat shirt, vlaai eten en hop naar het terras! Wij lopers uit Brandevoort gaan nooit meteen naar huis! We vinden het gewoon gezellig om nog wat sportdrankjes tot ons te nemen, van die drankjes waar je in de regel niet beter van gaat lopen. En dat hielden we best wel wat uurtjes vol. Maar toch, het moment dat je naar huis moet breekt altijd weer aan!

De trein net gemist, dan maar weer een half uur wachten met een bakkie koffie. Eenmaal in de trein begon ik een telling: drie trouwe clubgenootjes en twee meeuwtjes! Dit was de kans om ze op hun nummer te zetten! Wij trouwe Brandevoordertjes hebben af moeten zien, en toe moeten kijken hoe de Meeuwtjes het er van namen, daar in dat sponsor-paviljoen! Na het plagen was het hoofdstuk Meeus afgesloten, ik was er klaar mee! Klaar met Meeus!Maar niet met Guus Meeuwis! Kedeng Kedeng! Station Eindhoven! Guus Meeuwis had juist nu besloten om hier zijn fans los te laten! Net op het moment dat wij op ons treintje aan het wachten waren ... Dat

Colofon

Nieuwsbrief	Lopersgroep Brandevoort
Redactie en vormgeving:	PR commissie
Redactieadres:	Vriezenbeemden 5 5706 GM Helmond

De volgende nieuwsbrief verschijnt eind juli 2017. Inleveren kopij: vóór 15 juli.