



Nieuwsbrief nummer 93

Jaargang 9

September 2020



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



Belangrijke data

Zaterdag 3 okt	Start nieuwe cursus Fun2Run
Zaterdag 10 okt	Heidelooop (start Hoijsse Hoeve)
Dinsdag 13 okt	Ledenvergadering
Zaterdag 28 nov	Ontbijtloop
Donderdag 26 dec	Kerstwandeling

Marathon Valencia 2020

Door: Jan Loots

Alweer een hele tijd geleden werd besloten om de marathon van New York een vervolg te geven met het lopen van de marathon van Valencia. We hadden er best even over gedaan om tot een keuze te komen wat de volgende mooie stad zou zijn om met een groep naar toe te gaan. Een heuse "enquête" is er zelfs aan vooraf gegaan. Voornaamste criterium was deze keer betaalbaarheid, zodat iedereen die het leuk leek ook mee zou kunnen gaan. Uiteindelijk werd het dus Valencia.

De aanmeldingen van geïnteresseerden stroomden binnen op de inmiddels aangemaakte Valencia App. Met maar liefst 25 lopers en 2 supporters die zich ingeschreven hadden na de info-avond. We zouden begin december 2020 afreizen naar Spanje. Het trainingsschema was klaar.

Tapas- en paella-avondjes ter voorbereiding zouden worden ingepland.....en toen kwam corona. Alle evenementen werden al snel afgelast. Er was nog even hoop dat corona zou verdwijnen na enkele maanden, maar helaas. De ene na de andere grote marathon werd afgelast en sinds deze week ook Valencia. We hielden er al rekening mee. Met het trainingsschema dat in juli zou beginnen is geen aanvang meer gemaakt.

Jammer, erg jammer. Iedereen keek toch uit naar de gezamenlijke trainingen, de reis, de gezelligheid. De marathon, daar zagen we wel tegenop maar ach....! De meesten zullen er wellicht voor kiezen om in 2021 te gaan. Mits corona dan geen rol meer speelt. Dat is echter niet te voorspellen. Men verwacht medio volgend jaar wel een werkend vaccin te hebben. Laten we het hopen.

Treinenloop 5 september 2020

Door: Sylvia Hermsen

Als ik door het raam kijk zie ik grijze wolken en het miezert ook nog eens. Maar goed, het is pas kwart over 7 en om 9.12 uur vertrekt de trein. Op dat tijdstip vertrekt de grootste groep. Een half uur ervoor is de groep van 21 km vertrokken.

De treinenloop is anders dan anders dit jaar. Over inschrijvingen hebben we niets te klagen, met 3 vrijwilligers hebben we een totaal van 57 deelnemers. Wat anders maakt is dat we in deze tijd, de coronatijd, allemaal een mondkapje op hebben als we de trein instappen. Daarnaast heeft onze loop ook een bijzonder randje gekregen. Bart heeft deze loop gebruikt om geld op te halen voor het KWF. Hij loopt 21 km. Natuurlijk heb ik gedoneerd, niet alleen voor Bart, maar ook voor Frances. Maar ook anderen in mijn vriendenkring.

Onderweg naar het station is het droog. Iedereen is op tijd. Voordat we de trein instappen worden er nog foto's gemaakt.



Daar zitten/staan we dan in de trein. Op weg naar het startpunt: Helmond Centraal. We lopen naar de kasteeltuin en hebben met z'n allen een korte warming up. 12,5 km hebben we voor de boeg. De groep verdeelt zich in drieën. We lopen een stuk langs het kanaal. Even van het harde pad af, want er zijn wegwerkzaamheden. Langs de golfbaan en richting Warande. Daar is onze stop. Goed herkenbaar doordat onze vlaggen daar parmantig wapperen. We worden door Ellen en Ria ontvangen, water, cola, bananen, appels, snoepjes... het is weer top. De wolken zijn inmiddels verdwenen en de zon schijnt volop.

Na onze stop vervolgen we onze weg door Stiphout, langs de oude toren, door nog een klein stukje bos, langs onze collega's HAC en alweer op weg naar ons eindpunt. Vanwege corona is ons eindpunt niet bij het Sportpark, maar bij het plein voor OBS Brandevoort.

De groepen voor ons zijn gearriveerd, wij worden ook hartelijk ontvangen met applaus. Na de cooling down gaan we aan de kant van de weg staan. De 21 km groep moet nog binnenkomen. Met een luid applaus halen we ze binnen. De kinderen van Bart hebben een spandoek gemaakt. Geweldig om te zien, saamhorigheid, onze club. En als ik Bart zie dan ben ik trots, net zoals op Frances. En denk ik nog aan Marco en Gerrie die niet meer onder ons zijn....

Met z'n allen gaan we vervolgens naar het Brandpunt. Mariëlle staat ons op te wachten met koffie, thee, cake, krentenbolletje en eiwit drank. Ook krijgen we een consumptie uitgereikt. De vrijwilligers worden bedankt. En voor Bart en Frances is er een bloemetje vanuit de club. Een steuntje in de rug, trots op allebei. En trots op onze club! En ik, ik kijk weer terug op een mooie treinenloop. Op naar 2021.

Samen lopen voor KWF

Door: Bart Lauwers

Woensdag 26 augustus werd ik midden in de nacht wakker en wist het meteen: ik wil een actie opzetten voor het KWF. Ik heb toch niets te doen. De volgende dag meteen in het trainersoverleg gemeld en er een GO op gekregen. Direct gemaild met het KWF, een collectebus aangemaakt, shirts en een vlag besteld en een verhaal op Facebook geschreven. Vanaf dat moment stroomden de reacties, motiverende berichten en donaties binnen. Ik had nog maar een week om me voor te bereiden op 5 september... Als dat maar goedkomt. Ik loop vaker met een T-shirt 'Giving up is not an option', en dat moest ik nu werkelijk gaan waarmaken. Zaterdagochtend stonden we met z'n allen bij het station, trots in onze KWF-shirts. Vincent Knoops (wat een verrassing!) maakte meerdere foto's en wij stapten snel op de trein naar Deurne.

De eerste paar kilometer in de regen, maar daarna werd het gauw genoeg droog zodat we konden genieten van een geweldige tocht door weilanden, bossen, en langs de kanalen en diverse wijken in Helmond. De zon ging schijnen, de hartslag ging langzaam omhoog. Ik begon mijn benen te voelen, dus moest iets zakken in tempo. Het begon erop te lijken dat ik dit zou gaan halen, maar ik zei nog niets tegen mijn medelopers/-fietsers, want al ken ik mijn lichaam... de afgelopen weken doet het wat het zelf wil.

De Warande kwam in zicht, maar de plek waar ik hoopte dat Ellen en Ria zouden staan werd 1 kilometer verder. Na lekker wat gegeten te hebben, en een beker water en een slokje Red Bull, begonnen we aan de laatste 5 kilometer. Iets gaf me vleugels, want vanaf dit moment voelde ik niets meer. In mijn hoofd wilde ik naar de finish en mijn lichaam zei: 'Ga nu alleen nog je eigen tempo lopen.' Dus het gaf me de bekende vleugels die me hielpen tot aan de finish.



De ontvangst was niet normaal. Mariëlle had deze finish samen met heel LGB, familie, vrienden en kennissen super goed geregeld. We kwamen als echte winnaars als een groep over de finish, aangevuld met applaus en bloemen. In 't Brandpunt nog lekker nagepraat en namens LGB kregen de organisatie, Frances en ik nog een bos bloemen. Prachtig toch?



Ik kan terugkijken op een geweldig geslaagd evenement, waarvan ik alleen maar had kunnen dromen dat het zo'n succes zou worden. Er is meer dan 4300 euro opgehaald. Ik zeg JA om het jaarlijks te gaan organiseren en dan weer gekoppeld aan een loopevenement. Ik hoop dat we dit met z'n allen tot een succes kunnen maken. Nogmaals dank voor jullie geweldige steun en vele donaties. Natuurlijk niet te vergeten het halve marathongroepje met fietsers. Jullie waren er echt voor me! Super!

Niet vergeten: algemene Ledenvergadering 13 oktober, laat je stem horen!

Door: Marlou



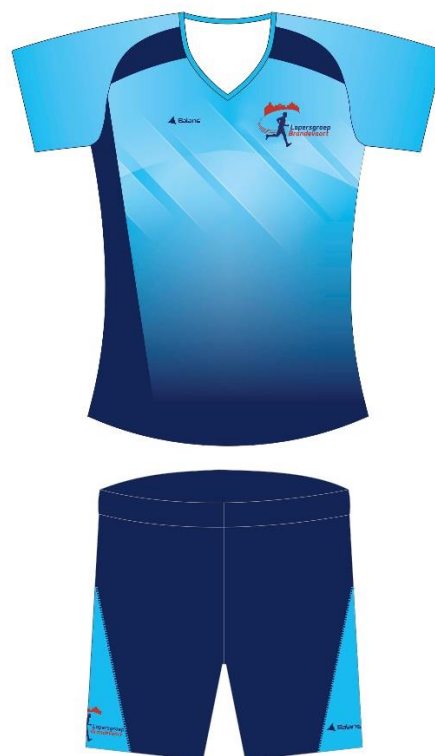
Hebben jullie 13 oktober a.s. al genoteerd in de agenda? Dan vindt de eerstvolgende Algemene Ledenvergadering (ALV) 'coronaproof' plaats in het Brandpunt! Er volgt nog een uitnodiging van het bestuur, inclusief agenda. Een tipje van de sluier kunnen we wel oplichten. Op de agenda staan onder meer een bestuurswisseling en het voorstel om een contributieverhoging door te voeren.

Last but not least worden de bevindingen uit de enquête, die jullie enige tijd geleden hebben ingevuld, gepresenteerd. Dus: kom luisteren en vooral meepraten!

Nieuwe clubkleding

Door: de kledingcommissie

Zoals jullie wellicht weten zijn we al een tijdje bezig met nieuwe clubkleding. Nu is het dan zover! In samenwerking met Balans hebben we een uitgebreid assortiment voor dames en heren. En niet alleen de clubkleding is in een nieuw jasje gestoken (ontwerp én materiaal), ook hebben we van deze gelegenheid gebruik gemaakt om het logo op te frissen, het is weer helemaal bij de tijd.



Er zijn drie momenten om de kleding te passen:
Dinsdag 6 oktober van 19.00 - 21.00 uur
Donderdag 8 oktober van 19.00 - 21.00 uur
Zondag 11 oktober van 10.00 - 12.00 uur

De pasrondes vinden 'coronaproof' plaats in de kleedkamers van het sportpark. Let op: de maten wijken af van de huidige clubkleding, dus kom vooral even passen!

3 oktober Start Fun2Run

Door: werkgroep Fun 2 Run



(WEER) BEGINNEN MET HARDLOPEN?

Op zaterdag **3 oktober 2020** starten we weer met onze cursus

FUN2RUN

In 6 weken tijd leer je 3 km hardlopen. Meer weten? Kom dan naar onze info-avond!

SPORTPARK BRANDEVOORT

WOENSDAG	23 SEPTEMBER	20.30u
WOENSDAG	30 SEPTEMBER	20.30u

TRAININGSTIJDEN

SPORTPARK BRANDEVOORT	17.00 - 20.15u
WOENSDAG	19.00 - 20.15u
ZATERSDAG	19.15 - 19.30u

meer info | inschrijven > www.lopersgroepbrandevoort.nl

Voor beginnende hardlopers of hardlopers die bijvoorbeeld door een blessure lang uit de running zijn geweest, organiseren we twee keer per jaar de cursus Fun 2 Run. De volgende cursus start op zaterdag 3 oktober.

Fun 2 Runners leren in 6 weken tijd om een afstand van 3 kilometer aaneengesloten te hardlopen. Daarna kan deze afstand nog verder uitgebouwd worden. Hiervoor bieden we een vervolgcursus aan. Deze werkt toe naar een afstand van 5 kilometer. Vervolgens kunnen deelnemers instromen in het reguliere trainingsprogramma voor het hardlopen.

Woensdagavond 30 september is er de tweede informatiebijeenkomst. Deze vindt plaats in het Sporthuis en start om 20.30 uur. Voor meer informatie en inschrijven kunnen geïnteresseerden terecht op onze website.

3

2

Colofon

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

De volgende nieuwsbrief verschijnt eind oktober 2020. Inleveren kopij: vóór 15 oktober via pr@lopersgroepbrandevoort.nl

