



Belangrijke data

- * zondag 12 maart 2023
Gulbergentrail
- * zaterdag 18 maart 2023
Speciale training Bakel
- * woensdag 22 maart 2023
Algemene Ledenvergadering

Van het bestuur

De Algemene Ledenvergadering

De ALV staat gepland op woensdag 22 maart a.s. om 20.30 uur in het Sporthuis. De uitnodiging hiervoor ontvang je binnenkort per mail.

Indienen declaraties

Kosten die voorgeschoten worden kunnen gedeclareerd worden via het formulier op de website. Hiervoor gelden de volgende regels:

- Declaraties dienen binnen één maand ingediend te zijn
- Declaraties dienen in hetzelfde boekjaar ingediend te zijn zodat ze in hetzelfde boekjaar verwerkt kunnen worden
- Declaraties dienen te allen tijde voorzien te zijn van een pinbon of een factuur. Bij het ontbreken hiervan kan de declaratie niet in behandeling worden genomen

Ledenenquête

De ledenenquête is door maar liefst 69 leden ingevuld (57 hardlopers en 12 wandelaars). Nogmaals bedankt! Wij vinden het heel fijn om feedback te krijgen.



Bij de enquête zijn vooral vragen gesteld over jullie motivatie om lid te worden en te blijven en over de populariteit van de verschillende trainingen en evenementen. Als vervolgstap gaan we eerst met de betreffende commissies in gesprek over de uitslag en dan komen we terug bij jullie over het vervolg. Hieronder zie je vast de top 3 van de antwoorden op een aantal van de gestelde vragen.

De top 3 van de motivatie om lid te blijven van Lopersgroep Brandevoort:

1. plezier/ontspanning (53%)
2. fit/gezond blijven (27%)
3. sneller, verder, beter leren lopen (7%)

92% herkent zich in de doelstelling dat we een sportieve en gezellige vereniging zijn waar een ieder aan zijn trekken komt.

51% zet zich in meerdere of mindere mate in voor de club.

De top 3 van de populariteit van de trainingen voor de hardlopers:

1. Duurloop
2. Blokduurloop
3. Crossloop / interval / piramideloop

Opvallend is dat de training Home Sweet Home bij alle 5 van de mogelijke antwoorden bijna evenveel stemmen krijgt. De Gulbergen training heeft evenveel 😊 als ☹️.

De top 3 van de populariteit van de evenementen:

1. De Heidelberg
2. Het jubileumfeest en de BBQ
3. De treinenloop / ontbijtloop / Halve van Helmond en Eindhoven

33% van de wandelaars is heel tevreden over het wandeltempo tijdens de trainingen. De andere wandelaars zijn hier in meerdere of mindere mate tevreden over. Dat geldt ook voor het wandeltempo en de frequentie van de trainingen.



Speciale training

vanuit Grotel's Genieten in Bakel

Zaterdag 18 maart hebben we weer een speciale training. Deze komt in plaats van een reguliere training. Het vertrekpunt is om 9.15 uur vanaf het restaurant "Grotel's genieten", Grotel 5 in Bakel.

De training zelf zal volgens trainingsschema worden ingedeeld:

- ▶ Hardlopers groep 1:
75 min tempo 1
- ▶ Hardlopers groep 2, 3, 4 en 5:
100 min tempo 1
- ▶ Wandelaars:
route van 7 km

Na de inspanning kunnen we met z'n allen genieten van een stukje gebak en een drankje in het

restaurant. (P.S. neem wel droge kleren mee!)

Aan- en afmelden kan tot 3 dagen van te voren via de [website](#).

Lavans Halve van Helmond op 16 april

Door Elly Rijkers

Heb je al een startnummer bemachtigd voor de Halve van Helmond? Op 16 april zijn er weer verschillende afstanden voor hardlopers en wandelaars.

Nieuw dit jaar zijn het Healthy food festival en het kidsfestival!

Lopers en wandelaars kunnen na hun loop genieten van de heerlijke versnaperingen op het food festival bij de Veste in Brandevoort.

Voor de kinderen wordt er op het terrein van HAC een spetterend event georganiseerd met springkussens, spelletjes en muziek.

Lees er alles over op de website van de Lavans Halve van Helmond www.halvevanhelmond.nl.



Wil je meehelpen als vrijwilliger bij het event? Neem dan contact op met Kitty van der Heijden via vrijwilligers@halvevanhelmond.nl.

Colofon

Nieuwsbrief Lopersgroep Brandevoort

Is er een wijziging in je adres, telefoonnummer, emailadres of bankrekeningnummer? Geef het door via www.lopersgroepbrandevoort.nl/contact

Redactie en vormgeving van deze maandelijkse nieuwsbrief worden verzorgd door de PR & Communicatiecommissie van Lopersgroep Brandevoort. Kopij wordt altijd op persoonlijke titel aangeleverd door leden, commissies of afdelingen van de vereniging. De verantwoordelijkheid voor de inhoud van de tekst ligt bij degene die de tekst aanlevert.

Inleveren kopij volgende editie: vóór 15 maart via pr@lopersgroepbrandevoort.nl