



SPIKE

CLUBBLAD AC BREE

Nr 3 - Juli 2015 - Jaargang 40

Verschijnt 3 maandelijks: VU: Ludo Leijnen, Elzenstraat 49, 3950 Bocholt



Met dank aan onze hoofdsponsor:

BOUWWERKEN

SEGGERS

BVBA

MARC & KOEN 0497/46 87 97 of 0473/38 41 96

Sint
Jozeef
Brouwerij anno 1859



BETONVLOEREN

Johan Weltjens

Boshovenstraat 12, Meeuwen-Gruitrode
Tel (089) 46 84 36, GSM (0495) 50 39 79

www.industrievloer.be



Verhuur en Verkoop van luifels, tenten en marktstanden
Opitterkiezel 238 – 3960 Bree Opitter – Tel. 089 86 41 52



Spar Beek

**Genastraat 1A
3960 Bree**



089/46.11.32



J U W E L I E R
LODE TIJSKENS

Opitterstraat 13 -15 • 3960 Bree • Tel. 089-46 19 20

Wil jij hier ook staan ?

Laat het ons weten via

Info@acbree.be



Voorwoord van de voorzitter

Hoi iedereen

Het zomerseizoen is alweer halfweg en we zitten volop in de vakantieperiode. In de atletieksport is vakantie uiteraard niet mogelijk want wedstrijden en PK's volgen elkaar in sneltempo op. Voor onze club is dit niet anders. Tal van onze atleten hebben op diverse provinciale kampioenschappen schitterende resultaten behaald waarvoor een dikke proficiat. Maar zoals ik steeds samen met het bestuur en trainers beoog is deelnemen en de sport graag doen belangrijker dan kampioen worden. Uiteraard is het leuker om een kampioenschap te winnen maar zoals jullie weten zijn er meer gegadigden om de titels of podia te grijpen dan dat er deelnemers zijn. Laat me duidelijk zijn winnen is sjiek maar laat jullie niet ontgoochelen, want vroeg of laat komt er resultaat.

Wij als bestuur waren ook zeer blij vast te stellen dat ons clubfeest zo talrijk werd bezocht door atleten samen met hun ouders. Ik wens langs deze weg ons bestuurslid Anneke, An (mama van Jef en eega van Bernie, bestuurslid), Claudia en Josee van de ouderraad te bedanken voor de fantastische organisatie van ons clubfeest. Ook onze secretaris heeft uitstekend werk geleverd met de telling van ons interclub klassement en de mooie presentatie met foto's. Dames en heren: bedankt.

We kijken uiteraard ook weer verder en er staat voor onze club weer een organisatie van een provinciaal kampioenschap op de agenda. Namelijk het PK meerkamp dat we noodgedwongen in Hechtel moeten organiseren vermits we niet beschikken over een volwaardige piste in Bree. Om de kostprijs te drukken zou ik willen vragen aan de ouders om, wanneer zij samen met hun kinderen naar dit pk komen, de juryleden een klein beetje te helpen met bijvoorbeeld de discussen terugbrengen, zandbak harken, hoogspringlat terug leggen enz..... Dit drukt de kostprijs van juryleden en zo kunnen we misschien de kostprijs voor de accommodatie drukken. Wij, bestuur en trainers, hopen jullie massaal te mogen verwelkomen in Hechtel zodat alles daar mooi groen kleurt en wij er weer een aantal kampioenen bij hebben.

Ook enkele weken later zal het atletiekkamp weer van start gaan. Op aanraden van onze trainers gaan we niet boven de 60 deelnemers en dit omdat het voor iedereen leuk moet zijn. Wel, binnen de eerste week waren wij al bijna volzet. Bij het drukken van deze Spike waren er nog maar enkele plaatsen vrij.

Ik wil jullie ook nog even meegeven dat er op 19 september de vijfde editie van de groene 10 mijl van Bree geprogrammeerd staat en op zaterdag 6 september onze eigen olympic die zal doorgaan op de piste in Bree. Uiteraard hoop ik samen met de bestuursleden en trainers dat jullie hier ook massaal aan zullen deelnemen.

Tot op training, kamp of wedstrijd.

Jullie voorzitter
Carlo Maesen

Huidig Bestuur

VOORZITTER

Carlo Maesen
Millenstraat 33
3960 Bree
0495 22 14 93
voorzitter@acbree.be

SECRETARIS

Ludo Leijnen
Elzenstraat 49
3950 Bocholt
089 46 52 73
bree@val.be

PENNINGMEESTER

Lambert Verstraeten
Schutterijstraat 28
3960 Bree
089 47 37 95
lambert@acbree.be

ONDERVOORZITTER, WEBMASTER

Danny Drijkoningen
0496 44 16 52
info@acbree.be

BESTUURSLID, MATERIAALMEESTER, TRAINER

Jeffrey Nulens
0476 87 44 52
jeffrey@acbree.be

BESTUURSLEDEN

Anneke Pinxten
011 63 38 11
anneke@acbree.be

Bernie Buteneers
0474 99 75 80
bernie@acbree.be



Sonja Frederix
089 47 24 89
sonja@acbree.be

Claudia Wellens
ouderraad-claudia@acbree.be



Huidige trainers

TRAINERS PISTE BREE, FINSE PISTE BOCHOLT

Ruth Bloemen
Dries Molemans
Erik Peeten
Jeffrey Nulens

Theo Hertogs
Werner Schuermans
Wendy Verlaak
Sylvie Aerts

Tijs Schuermans
Lotte Smeets
Benja Maesen
Hendrik Heylen

TRAINERS PISTE MEEUWEN, FINSE PISTE BOCHOLT

Lambert Verstraeten
Frank Vanhemel
Chris Cardinaels

De trainers zijn bereikbaar op
volgend mailadres: hun voor-
naam gevolgd door @acbree.
be, bv. ruth@acbree.be.

De Ouderraad

Josee Nulens-Brouwers
ouderraad@acbree.be
0473/ 37 61 34

Claudia Wellens
ouderraad-claudia@acbree.be

Werkten mee aan deze spike:

Carlo Maesen, Ludo Leijnen,
Veerle Gregoire, Danny
Drijkoningen

Redactie Spike : spike@acbree.be

BVV pupillen en miniemen meisjes

Op 18 april 2015 werd de Beker van Vlaanderen voor pupillen en miniemen meisjes georganiseerd in Lommel. In totaal namen er 9 pupillen en 4 miniemen meisjes deel aan deze wedstrijd. Nadat er een mooi plekje in de zon was uitgezocht om al onze spullen te achter te laten was het de hoogste tijd om aan de opwarming te beginnen. De organisatie had een verrassing in petto, waarbij het verspringen bij de pupillen met een half uurtje vervroegd werd. Dit gooide natuurlijk het tactisch plannetje van onze begeleiders een beetje in de war. Sommigen moesten gelijktijdig gaan kogelstoten en verspringen. Na wat bemiddeling van onze secretaris Ludo kwamen we met het plannetje om de eerste sprong over te slaan. De werpers konden dan eerst gaan kogelstoten en daarna nog 2 keer verspringen.

Als eerste kwamen de pupillen kogelstoters aan de beurt. **Liesl Goossens** (4,66 m), **Lohren Kerkhofs** (4,22 m) en **Sterre Bartels** (3,33 m) konden met de 2 kg zware kogel de eerste punten voor onze club in de wacht slepen. Gelijktijdig liep **Mirthe Drijkoningen** over de horden naar een 5de plaats in 12,56 s. Nadat de kogels gestoten waren konden de meisjes zich bij de verspringers voegen. De 7 pupillen probeerde elk zo ver mogelijk te springen. Voor sommige was dit extra moeilijk omdat ze voor de eerste keer rekening moesten houden met de afstootbalk. **Liesl** (3,50m), **Anna Jehoul** (3,14 m), **Marie Verslegers** (2,84 m), **Floortje Vandeweert** (2,83 m), **Michelle Cardinaels** (2,72 m), **Lohren** (2,55 m), **Sterre** (2,40 m) konden tijdens deze lange wedstrijd springen en tussendoor een beetje bijpraten.

Ondertussen waren onze miniemen **Sien Bernard** (1,00 m) en **Leen Hertogs** (1,15 m) aan het hoogspringen begonnen. **Stiene Geerits** liep in 13,30 s over de 60 m horden. Hierna was voor **Sien** de 300 m een nieuwe uitdaging. Ze liep in een mooie stijl in 57,11 s naar de finish. Na deze langere afstand kwamen de spurtnummers aan de beurt. Eerst mochten de miniemen hun snelheid laten zien. Als eerste kwam **Leen** (13,27 s) aan de beurt. In de volgende reeks mochten **Jana Goossens** (13,48 s) en **Stiene** (13,73 s) het tegen mekaar opnemen.



Net voor hun spurtnummer zijn **Floortje** (14,20 m) en **Marie** (13,43 m) nog even met de hockeybal gaan werpen. Na hun 2de poging werden ze weggeroepen om gaan te spurten. Als eerste kwam **Michelle** (11,20 s) aan de beurt. In de volgende reeks mochten **Lohren** (10,26 s) en **Floortje** (10,65 s) het tegen elkaar opnemen. In reeks 5 mocht **Marie** (9,87 s) twee maal starten. Er was een valse start veroorzaakt door het meisje naast haar. In de laatste reeks was het de beurt aan **Liesl** (9,72 s) en **Anna** (9,87 s).

Gelijktijdig met de spurt van de pupillen waren de miniemen aan het verspringen. **Stiene** (3,44 m), **Jana** (2,93 m) en **Sien** (2,88 m) zette tijdens hun voorlaatste proef hun beste beentje voor.

Mirthe was met flink wat vertraging aan het hoogspringen begonnen. Haar sprong over 1,20 m ging nog vlotjes. Ondertussen startte ook de eerste reeks 1000 m, waarin **Michelle** (4:04,45 s) knap 4de werd. Bij het hoogspringen mistte vervolgens iedereen en won **Mirthe** de wedstrijd. Na haar gemiste sprong moest zij onmiddellijk naar de start van de 2de reeks 1000 m. Hierin werd zij knap 2de in een tijd van 3:37,70 s.

Na de individuele proeven was het tijd voor de aflossing (4x60m). In de eerste reeks liepen **Liesl, Mirthe, Marie** en **Anna** naar de overwinning in 38,94 s. Voor de volgende reeks was **Marie Broekmans** speciaal naar Lommel gekomen om met de anderen de aflossing te lopen. **Marie, Michelle, Floortje** en **Lohren** finishten in een tijd van 42,62 s. Als laatste was het de beurt aan de miniemen die 4 x 80m moesten lopen. **Leen, Stiene, Sien** en **Jana** liepen de afstand in 51,88 s. Door de vele deelnemers en enkele goede prestaties konden de pupillen op een mooie derde plaats eindigen. Bij de miniemen konden we met 4 deelnemers niet alle proeven bezetten. Vandaar dat de club ook een beetje terugviel in de eindstand. Maar op het einde van de dag was iedereen gelukkig. De kleinste hadden zich geamuseerd in de speeltuin, ouders hadden genoten van het zonnetje en de trainers waren tevreden met de resultaten.



BVV pupillen en miniemen jongens

Met veel moeite en zoekwerk van trainster Wendy konden we met 2 teams van 4 pupillen en 4 miniemen jongens op 19 april afzakken naar Sint Truiden voor de Beker van Vlaanderen. Ondanks de kleine opkomst hadden de atleten er toch super veel zin in.

Na een gezamenlijke opwarming onder begeleiding van trainers Jeffrey en Ruth, splitsten de jongens zich op naar hun onderdeel van de wedstrijd. Nog voor het allereerste startschot van de dag liep het voor **Gijs Geerits** al volledig mis. Na enkele sprongetjes over de horden smakte hij tegen de grond. Op het eerste zicht miste hij alleen maar wat vel op zijn knie en elleboog maar daar bleef het jammer genoeg niet bij. De knie nam al snel een mega formaat aan en voor hem zat de wedstrijd er na 5 minuten dus al op. Even later kwam **Seppe Walther** hem al gezelschap houden. Hij kreeg bij het hoogspringen zijn knie in het gezicht. Effe pijnlijk, maar hij heeft stoer de andere nummers afgewerkt.





Bij het verspringen waren er maar liefst 35 deelnemers bij de pupillen. Het was dus even geduld hebben voor **Lennie Segers**, **Gijs Noels** en **Teun Walther**. Zij werden resp. 18de (3,28 m), 21ste (3,15 m) en 33ste (2,79 m). Ook voor de miniemen **Beau Jennen** en **Dean Antoniak** duurde het even voor hun 3 sprongen afgewerkt waren. **Beau** werd knap 9de (3,69 m) en **Dean** 26ste (2,90 m).

Davy Nulens en **Gijs Noels** namen het kogelstoten voor hun rekening. **Gijs** stootte 5,48 m en **Davy** 6,77 m. **Davy** kwam gelukkig zonder kleerscheuren over de horden en werd 5de in zijn reeks. Met speerwerpen werd hij 16de met een worp van 15,08 m. **Teun Walther** wierp 17,06 m met hockeybal.

Op de 60 m hebben we eens goed kunnen lachen toen ze Lennie afriepen als "Leenie". Hij werd 8ste in zijn reeks. Ook **Seppe** werd 8ste maar dan op de 80 m. **Gijs Noels** waagde zich aan het hoogspringen. Hij sprong over 1,10 m en werd 7de.

Op de 300 m werd **Beau** 5de in zijn reeks (52,09 s). Ook **Dean** werd 5de op de 150 m (25,42 s). **Lennie** werd 9de op de 1000 m (3:48,29 s) en in de volgende reeks werd **Seppe** 19de (4:00,63 s).

Tot slot natuurlijk nog de aflossing. Het team van de pupillen kon jammer genoeg niet deelnemen door Gijs zijn val. Maar de miniemen namen een geweldig snelle start door **Beau!** De stokwissel liep iets minder vlot, maar **Dean**, **Davy** en **Seppe** hebben nog het beste van zichzelf gegeven om te finishen in een tijd van 50,97 s.

Rond 18:15u zat er voor vele een vermoeiende dag op. Voor **Gijs** was het natuurlijk heel fijn dat de clubgenoten hem wat gezelschap kwamen houden tussen de nummers door.

We hebben vandaag wel een goede les geleerd. Namelijk...dat een paar reserve atleten op de BVV geen overbodige luxe is. Volgend jaar hopen we op een grotere opkomst.

PK voor cadetten tot en met senioren in Tessenderlo

In het weekend van 25 en 26 april stond het PK voor cadetten tot en met senioren gepland in Tessenderlo. De eerste dag namen 9 atleten van Bree deel aan dit PK op de piste. Als eerste kwamen de cadetten dames aan de beurt. Hierbij namen maar liefs 4 Breese dames deel. **Kyara Maestriperi** (3,94 m) sprong het verst. Daarna volgde **Joyce Van Der Vorst** (3,78 m), **Gitte Noels** (3,23 m) en **Lindsey Nulens** (2,87 m). Ondertussen waren ook de spurtnummers reeds van start gegaan. Hierin kwam **Mattias Rizzo** (14,74 s) als eerste atleet van Bree aan de beurt in de 100 m. Na de reeksen van de 100 m werden de horden opgesteld en kon **Diete Parren** laten kijk wat zij in haar mars had. Zij liep over de 80 m horden in een tijd van 16,30 s.

Nadat ze ver had gesprongen ging **Lindsey** de speer ook nog zo ver mogelijk proberen te werpen. Met een worp van 18,43 m eindigde zij knap 4 de bij het speerwerpen. Tijdens het verspringen bij de scholieren zette **Ashley Aendekerk** haar beste beentje voor en sprong 3,16 m. Daarna was het de beurt aan **Jeffrey Nulens** die bij de senioren de discus 22,98 m ver wist te werpen.

In een sterke bezette reeks van de 800 m liep **Hendrik Heylen** over 2 rondjes op de piste naar een tijd van 2:34,74 s. Aan de start van de 400 m weer 2 Breese atleten. Eentje bij de cadetten en eentje bij de scholieren. **Kyara** finishte in een tijd van 70,75 s en **Ashley** deed 82,49 s over 1 rondje. Als laatste kwam **Benja Maesen** aan de beurt op de 1500 m. Door haar gekneusde ribben, die ze had opgelopen in een pretpark, kon zij zich niet helemaal doorzetten. Zij liep de race uit in een tijd van 5:44.48 s.

Met 9 deelnames aan de eerste dag van dit PK waren er best wel tevreden gezichten. Op hetzelfde moment namen ook nog 8 atleten van Bree AC deel aan de eerste olympic van het seizoen in Neerpelt. Volgens mij gaan de mensen van het bestuur zeer tevreden zijn dat de atleten van Bree AC op de verschillende meetings goed vertegenwoordigd zijn en zo de club weer op de kaart zetten.



Op de tweede dag van dit PK waren een heel wat aantal atleten belet door feestelijke verplichtingen. Als eerste kwamen de broers **Guy** en **Jeffrey Nulens** aan de beurt bij het speerwerpen. Zij wierpen de speer respectievelijk 19,10 m (4de) en 22,65 m ver. Daarna was het de beurt aan de junioren verspringers. Hierin sprongen **Guy Nulens** 3,99 m (4de) en **Mats Vanrompay** 5,55 m ver. Dit leverde **Mats** een bronzen medaille op. Als laatste atleet kwam **Lindsey** nog 2 keer in actie. De discus wist zij 17,60 m te werpen en de kogel stootte zij 7,24 m ver.

Proficiat aan alle deelnemers en in het bijzonder aan **Mats** die voor de enige Breese medaille zorgde op dit PK.

BVV cadetten en scholieren meisjes

Op zaterdag 2 mei werd de beker van Vlaanderen voor cadetten en scholieren meisjes georganiseerd in Kapellen. Onze secretaris Ludo kwam in het begin van het seizoen met het idee om hieraan deel te nemen. Vermits we sinds lang een grote groep cadetten meisjes hadden, wilden we hieraan deelnemen. We moesten in totaal met 7 deelnemers zijn. Ludo en Wendy hebben hier heel wat werk ingestoken om de atleten te motiveren hieraan deel te nemen. Uiteindelijk konden we voor de eerste keer deelnemen aan deze beker van Vlaanderen voor cadetten en scholieren. En dit met een volledige cadettenploeg.

Als eerste kwam **Diete Parren** aan de beurt. Zij moest voor haar een nieuw nummer lopen. Namelijk de 300m horden. Ze werd 3de in haar reeks in een tijd van 55,81 s. Gelijkijdig was het verspringen en het kogelstoten ook reeds begonnen. Bij het verspringen sprong **Stefanie Bloemen** 3,04 m ver. **Lindsey Nulens** stootte de kogel van 3 kg 7,16 m ver.

Hierna kwam **Joyce Van Der Vorst** in actie op de 100 m spurt. Zij werd knap 2de in haar reeks in een tijd van 14,52 s. Daarna was het tijd voor het eerste afstandsnummer van de middag. **Kyara Maestriperi** stak zich niet weg op de 800 m en eindigde knap 5de in een tijd van 2'41,62 s. Tijdens deze race begon **Liese Boogaerts** zonder al te veel verwachting aan het hoogspringen. Met een sprong over 1,40 m werd zij zeer mooi 2de. Ondertussen kwam **Lindsey** voor de 2de keer in actie. Zij wist de speer van 500 gr 19,01 m ver te gooien. Voor het 2de afstandsnummer (1500 m) werd **Benja Maesen** ingeschakeld. Net als **Kyara** kwam zij als 5de over de streep in 5'38,85 s. Als laatste individueel nummer moest er gespurt worden over 200 m. Hierin zette **Gitte Noels**, met een nieuw clubtruitje, haar beste beentje voor. Zij eindigde 3de in een tijd van 31,04 s.

Het mooiste van de dag hadden de meisjes voor het laatst bewaard. Met een reeksoverwinning (57,29 s) in de 4 x 100 m deden **Kyara**, **Diete**, **Joyce** en **Gitte** de delegatie van Bree toch wel even juichen.

Hopelijk kunnen we volgend jaar enkele scholieren bereid vinden om deel te nemen. En dit samen met enkele nieuwe cadetten, zodat we als club een nog mooier resultaat kunnen neerzetten dan dit jaar.





Vriendjesdagen

Op 18 en 20 mei was het tijd voor onze eerste vriendjes en vriendinnetjesdag. Op maandag konden de benjamins hun vriendjes meebrengen en op woensdag waren de kangoeroes en de pupillen aan de beurt. Tijdens deze trainingen konden onze atleten hun vriendjes laten kennismaken met atletiek. We konden heel wat nieuwe gezichten verwelkomen. Sommigen van hen gaan zelfs terugkomen en zich aansluiten bij onze club.



Voorstelling vertrouwenspersoon

Als groeiende sportclub is het psychosociaal welzijn van alle leden een belangrijk gegeven. Optimale communicatie tussen bestuursleden, trainers, ouders en leden blijft de voornaamste manier om problemen, misverstanden of discussies te vermijden of op te lossen. Een goed gesprek is vaak voldoende om een situatie terug op het juiste spoor te brengen.

Ernstig grensoverschrijdend gedrag binnen de club (vb. ongewenste intimiteiten, pesten, agressie, ...) kan ons huidig- en toekomstig welzijn beïnvloeden en de clubsfeer ernstig uit evenwicht brengen. Om hier gepast mee om te kunnen gaan heeft Bree AC een vertrouwenspersoon aangesteld.

Met dit artikel stellen we Brecht voor. Heb je problemen met grensoverschrijdend gedrag binnen de club, dan kan je met hem contact opnemen.

Brecht, hoe is men bij jou terecht gekomen als vertrouwenspersoon?

Dat bleek (te) simpel. Ik heb meermaals geholpen bij evenementen van de club. Daarnaast kennen Ludo en Carlo mij als partner van Sabine (voormalig lid en dochter van Ludo) en als broer van Sylvie (trainster). Ten slotte weten ze dat ik een gedreven hulpverlener ben binnen de geestelijke gezondheidszorg.

Ik vermoed dat deze combinatie ervoor gezorgd heeft dat ik gecontacteerd werd.

Met wat en wanneer kan men bij jou terecht?

Wanneer grensoverschrijdend gedrag (intimiteiten, pesten, agressie, ...) dreigt of plaatsgevonden heeft binnen de club kan het belangrijk zijn om hierover te ventileren. Ik luister vertrouwelijk naar je verhaal. Indien nodig en gewenst zoeken we samen naar een oplossing of bemiddeling.

In sommige situaties kan het nuttig zijn om vb. te bekijken welke dienst jou de nodige info/hulp kan aanbieden.

Gedachten zoals; "wat nu", "dit kan toch niet", veroorzaakt



door grensoverschrijdend gedrag binnen de club kunnen een reden zijn om zaken "uit te praten" met elkaar. Belangrijk is dat dit eerst onderling wordt geprobeerd. Wanneer dit onderling onvoldoende of onmogelijk lukt, kan men bij mij terecht.

Hoe kan men jou bereiken?

Via e-mail ben ik snel bereikbaar. Dit lijkt me ook de meest laagdrempelige communicatie. Iedereen kan mij bereiken via Brecht@acbree.be.

Wat doe je in het dagelijkse leven?

Ik ben als sociaal- en psychiatrisch verpleegkundige voltijds actief in een mobiel team. Het gaat om acute, kortdurende hulp in de thuissituatie bij mensen waar dringend vraag/nood is naar psychische hulp.

Sabine en ik wonen sinds de zomer van vorig jaar in onze eigen woning, huishoudelijke taken behoren nu dus ook meer tot "het dagelijkse leven". De tijd die overblijft gaat naar sport, hobby of ontspanning.

Nu even iets anders. Ben jij ook een sportief persoon?

Absoluut! Mountainbike en wielrennen wisselen elkaar af (afhankelijk van het seizoen). Regelmatig ga ik ook joggen met Sabine.

Hoe vaak kan ik niet heel juist zeggen. In de zomer probeer ik zeker 2-3x per week te sporten. In de winter streef ik naar 2x per week ;-)

Heb je in het verleden nog aan atletiek of andere sporten gedaan?

Atletiek heeft me nooit aangetrokken. In een ver verleden ging ik regelmatig paardrijden. Daarna heb ik ongeveer 5 jaar badminton gespeeld bij Breebad alvorens de microbe van het fietsen toesloeg.

Heb je buiten je werk ook nog hobby's?

“Buiten mijn werk”, die vraagstelling is bewust opgesteld! Feit is dat mijn werk een grote interesse van me is. Lezen doe ik vb. niet graag en zelden tenzij het om vakliteratuur gaat.

Daarnaast ga ik graag eens naar de cinema en kan een actieve zonzvakantie mij bekoren.

Brecht, bedankt voor dit interview. Hopelijk hebben we jou niet te dikwijls nodig, maar indien er zich problemen voor doen ben ik er van overtuigd dat de mensen met vragen i.v.m. grensoverschrijdend gedrag binnen onze club met jou tot een oplossing kunnen komen.

Atletiekkamp van 17 tot en met 20 augustus.

Ook dit jaar hebben de trainers weer een tof atletiekkamp in elkaar gestoken. We twijfelen er niet aan dat het ook dit jaar weer even tof gaat worden als alle voorgaande jaren. Snel inschrijven is de boodschap want de inschrijvingen zijn beperkt. En jullie vriendjes van school of de jeugdbeweging zijn ook altijd welkom.



Pk hamerslingeren

Tijdens het PK hamerslingeren op de piste in Tessenderlo behaalde Lindsey Nulens een zilveren medaille. Zij wist de hamer 22,28 m ver te werpen. Dit leverde haar meteen een nieuw clubrecord op.



ATLETIEKKAMP

17 - 20 AUGUSTUS 2015

Voor iedereen van 5 tot 12 jaar.
Met o.a. springparcours,
estafette, werpcompetitie en
meer fun!

Piste sporthal Bree van 10.00u
tot 16.00u.

's Middags broodjes, soep en
een tussendoortje.

Leden: 55 euro / Niet-leden 65 euro
(fiscaal attest mogelijk)

Betaling: BE94 2350 0504 4214
(met vermelding van naam /
voornaam / geboortedatum).



Inschrijven voor
31 juli via
info@acbree.be

Medaillemeeting Tessenderlo

Op zaterdag 6 juni was het een drukke namiddag voor de Breese atleten. De cadetten en scholieren konden hun hartje ophalen tijdens een meeting in Hechtel. Met **Benja, Kyara, Gitte, Joyce, Lindsey, Hendrik, Ashley** en papa **Davy** namen 8 atleten van Bree deel aan deze meeting.

Op de zelfde middag was er ook een medaillemeeting voor ben/pup/min in Tessenderlo. In totaal namen 12 atleten deel aan deze meeting. Na de opwarming onder leiding van trainers Chris en Wendy konden de benjamin meisjes (**Goele, Kayleigh** en **Lore**) beginnen met het kogelstoten. **Jef**, die net op tijd was, kon van de inschrijvingstafel rechtstreeks naar de verspringbak.

Na hun hordenummer gingen **Mirthe** en **Lieze** hoogspringen. Tijdens dit nummer werd onze nieuwe clubmascotte aan iedereen voorgesteld. **Liesl** had een mooie knuffel voorzien van een clubtruitje. Er werd even gezocht naar een geschikte naam voor onze nieuwe mascotte. Uiteindelijk werd er gekozen voor "BREER". Komende wedstrijden zal hij regelmatig aanwezig zijn om onze atleten aan te moedigen.

Na wat geduld te hebben gehad mocht ook Marie Nijsen aan haar hordewedstrijd beginnen. Het mooiste moment kwam er tijdens de spurtnummers van de pupillen dames. In de eerste reeks mochten **Liesl Goossens** en **Anna Jehoul** hun snelheid laten kijken. In de tweede reeks spurte **Marie Verslegers** naar een persoonlijk record. Met de snelste tijd van de middag behaalde zij, op haar verjaardag, de eerste plaats bij de 60 m spurt.

Gijs Noels zorgde voor de verassing van de dag. Bij het verspringen sprong hij naar een derde plaats met een sprong van 3,88 m of was het nu 3,38 m.

Als laatste kwamen de afstandsnummers aan de beurt. Als eerste verbeterde **Goele** en **Kayleigh** hun record op de 600 m. Daarna was het de beurt aan **Marie Nijsen**, die met een beetje tegenzin aan de start verscheen. Zij finishte in een knappe tijd. Als laatste kwamen **Lieze Nijsen, Marie Verslegers** en **Michelle Cardinaels** in actie op de 1000 m. Na 700 m was er een verschroeiende tussenspurts van Marie en Michelle. Hierdoor konden ze de concurrentie van zich af schudden en een nieuw persoonlijk record lopen.

Op het einde van de middag waren er heel wat persoonlijke records gesneuveld en stonden 9 atleten van Bree op het podium. En BREER, die mocht natuurlijk niet ontbreken voor de foto's.



Atleten in de kijker

Regelmatig staan er atleten van onze club in het belang van Limburg. Deze keer was het de beurt de vriendinnen **Mirthe Drijkoningen** en **Liesl Goossens**. Zij kregen een vermelding in de krant door hun goede prestaties op de piste-wedstrijden.



ATLETIEK

Liesl Goossens springt ver

Liesl Goossens, tweedejaarspupil aangesloten bij BREE AC, behaalde vorige zaterdag op een jeugdmeeting in Tessenderlo enkele mooie ereplaatsen. Zo liep ze de 60m in 9.73 en stootte ze de kogel van 2 kg naar 5m46. In het discuswerpen werd het 12m00. Met 3m61 boekte Liesl Goossens haar beste resultaat in het verspringen. (jast/FOTO MS)



ATLETIEK

Mirthe Drijkoningen wint

Op een jeugdmeeting in Lommel heeft Mirthe Drijkoningen (foto) bij de pupillen het hoogspringen gewonnen. De bij BREE AC aangesloten tweedejaars ging als enige over 1m25. Daarnaast klokte ze ook nog 10.19 in de 60m. Bij de benjamins liep Lore Drijkoningen 11.58. (jast)



FOTO MIST

Ledenfeest 20/06/2015

Ons ledenfeest had dit jaar plaats in de grote zaal van de Boneput. De ouderraad en het bestuur hadden weer alles netjes voorbereid en de tafels voorzien van de nodige decoratie.

Vanaf 17:30u druppelden de leden en hun familie, medewerkers, juryleden, trainers,... binnen. In totaal waren we met 134 personen ingeschreven voor dit feest. Iedereen werd onthaald met een drankje. Even later volgden ook de heerlijke hapjes. Goochelaar Mick toonde ondertussen weer straffe trucs.

Onze voorzitter Carlo opende de avond door vele mensen te bedanken en met enkele mededelingen. Zo neemt Jo Vermeire vanaf nu de fakkel van Bér Verstraeten over als penningmeester. En Claudia Wellens gaat bij haar taken in de ouderraad ook nog zetelen in het bestuur. Met zo'n werkkraacht gaan ze superblij zijn.

Na Carlo nam secretaris Ludo Leijnen het woord. Zoals gewoonlijk heeft hij weer prachtig werk geleverd door al de uitslagen van onze atleten op te zoeken en te rangschikken in het zomer- en wintercriterium van 2014-2015. De uitslag vind je verderop in de spike terug. Daarna werden de prijzen uitgereikt. De behaalde resultaten werden samen met een mooie foto geprojecteerd. Onder luid applaus kwamen de prijswinnaars hun welverdiende enveloppe(s) afhalen. Wat waren ze trots.

Daarna zochten de genodigden een plaats aan tafel, maar waar waren de kinderen...? Inderdaad, op de speeltuin. De locatie was voor hen natuurlijk geweldig. Wat hebben ze weer veel plezier gehad. Een klein ongelukje af en toe namen we er maar bij.



Vervolgens werden de lege magen gevuld. Het 4-landenbuffet viel bij iedereen in de smaak. Het was ook overheerlijk! Terwijl ons eten zakte kwam goochelaar Mick nog een leuke show geven. Wat trokken er velen grote ogen toen hij dingen liet verdwijnen en zelfs een speelkaart uit een sinaasappel tevoorschijn liet komen. Het is ene straffe kerel! Later op de avond stond ons ook nog een heerlijk dessertbuffetje te wachten. Chocomousse, tiramissu, bavarois,... Mmmmmmmmm.

Er werd nog gezellig verder gebabbeld bij een drankje en langzaam vertrokken de eerste gasten naar huis. Tegen 24:00u stond er voor de organisatie nog een hele opkuis te wachten. Maar dankzij hen hebben wij weer kunnen genieten van een leuke, gezellige en smakelijke avond! Tot volgend jaar zou ik zeggen.



Uitslag Wintercriterium 2014-2015

Benjamin - pupil - miniem	Vanaf Cadet
1. Gijs Geerits 1115 p.	1. Jan Smeets 1160 p.
2. Mirthe Drijkoningen 945 p.	2. Anneke Pinxten 750 p.
3. Goele Noels 810 p.	2. Hendrik Heylen 750 p.
4. Noor Vanhemel 785 p.	4. Benja Maesen 740 p.
5. Marie Verslegers 755 p.	5. Kyara Maestriperi 640 p.
6. Michelle Cardinaels 735 p.	6. Dirk Smeets 510 p.
7. Martijn Ceysens 715 p.	7. Lindsey Nulens 330 p.
8. Klaas Broekmans 695 p.	7. Danny Drijkoningen 330 p.
9. Sandy Schuermans 680 p.	9. Bart Smeets 305 p.
9. Imke Goossens 680 p.	
11. Kayleigh Maestriperi 675 p.	
12. Lore Drijkoningen 655 p.	
13. Rens Geussens 645 p.	
14. Céline Dirx 630 p.	
15. Seppe Walther 580 p.	
16. Marie Nijsen 570 p.	
17. Marie Broekmans 510 p.	
18. Teun Walther 500 p.	
19. Liesl Goossens 485 p.	
20. Lieze Nijsen 470 p.	
21. Jef Buteneers 430 p.	
21. Jasper Schuermans 430 p.	
23. Gijs Noels 280 p.	



Uitslag zomercriterium 2014

Rangschikking voor zomerwedstrijden 2014 en indoorwedstrijden 2014-2015

Benjamin - pupil - miniem

Vanaf Cadet

1. Lindsey Nulens	143 p.	10. Liesl Goossens	57 p.	1. Jan Smeets	52 p.
2. Davy Nulens	136 p.	11. Gitte Noels	49 p.	2. Jeffrey Nulens	25 p.
3. Mirthe Drijkoningen	112 p.	12. Lieze Nijsen	48 p.	3. Guy Nulens	22 p.
4. Kyara Maestriperi	82 p.	13. Gijs Noels	44 p.	4. Benja Maesen	12 p.
5. Goele Noels	70 p.	14. Joyce Vandervorst	40 p.		
6. Lore Drijkoningen	65 p.	15. Marie Nijsen	39 p.		
7. Kayleigh Maestriperi	64 p.	16. Anna Jehoul	38 p.		
8. Gijs Geerits	59 p.	17. Rens Geussens	36 p.		
9. Klaas Broekmans	58 p.	18. Diete Parren	26 p.		

Reglement zomercriterium

Reglement geldig voor ZOMERWEDSTRIJDEN 2015 en INDOOR 2015-2016

- Om het aantal atleten dat in aanmerking komt te verhogen werd ook dit jaar het aantal wedstrijden waaraan moet deelgenomen worden laag gehouden. Ook wordt deelname aan de eigen meetings beter gewaardeerd.
- Er worden twee aparte klassemten opgemaakt:
 - één voor BEJAMINS – PUPILLEN – MINIEMEN
 - één voor KADETTEN – SCHOLIEREN – JUNIORS – SENIORS – MASTERS
- Er dient aan minimum 6 meetings deelgenomen te worden.
- Per prestatie (= proef) wordt 1 punt toegekend.
 - 1 punt voor iedere persoonlijke verbetering.
 - 3 punten voor de verbetering van een clubrecord.
 - 2 punten voor deelname aan regionale kampioenschappen.
 - 3 punten voor deelname aan Belgische kampioenschappen.
- Podiumplaatsen op regionale kampioenschappen levert:
 - 3 punten voor 1ste plaats
 - 2 punten voor 2de plaats
 - 1 punt voor 3de plaats
- Podiumplaatsen op Belgische Kampioenschappen levert:
 - 6 punten voor 1ste plaats
 - 4 punten voor 2de plaats
 - 2 punten voor 3de plaats
- Verbetering van een Limburgs record 6 punten.
- Verbetering van een Belgisch record 9 punten.
- De punten van de wedstrijden in Bree worden verdubbeld.
- Alle uitslagen moeten met een officiële uitslag aangetoond worden.
- Aanwezigheid op de prijsuitreiking (tijdens clubfeest) is verplicht.
- Men moet op het moment van de prijsuitreiking ook nog lid zijn van Bree AC.



HADO
www.hado.be info@hado.be
tel: +32(0)11 / 63.23.99 Fax: +32(0)11 / 69.44.68

PARKING

Er is een gelegenheidsparking voor 150 wagens voorzien op 150 meter van het evenement. (Sportlaan, tussen Bocholterkiezel en Kookshofstraat). Deze kan gebruikt worden vanaf 14u30 u tot 20u30.
Gelieve niet op de parking van de Carrefour Market te parkeren, waarvoor dank.

AVEVE
Geerits-Mulders
089-86.32.57

Letto

AVM
www.sportlaanbree.be

STUDIEBUREAU

groep SAM

GUY COLSON
Verzekeringen - Leningen - Inleggingen
Bruglaan 17 - 3900 Bree
www.verzekeringcolson.be - info@guycolson.be
Tel: 089.47.47.45 - Fax: 089.47.70.53

KBC

Paesen **Neyens**

Jaspers BREE

apothek Van Dijck

RADIO LRM
107.6FM (Middel) | 105.1FM (Oost)

Apotheek Vandierendonck - Bouwwerken Marc en Koen Segers - Brasserie Britte - Colruyt - CM - Fietsen Bouchet Belien - Garage Gielkens - Hoeden Ine - JBC - Jehoul Car Consultancy BVBA - KBC verzekeringen - LTM - Sliem Beweging - Stals & Co - VDS electronics

Groene 10 mijl van Bree

19 september 2015

DE BOER Jogging- en marathonclub Bree
&
Atletiekclub Bree
organiseren de vijfde editie van de

NOLIKO

Sint Jozef
Brouwerij

5 jaar jubileum

Groene 10mijl van Bree

19 september 2015
info en inschrijven op:

www.groene10mijlvanbree.be

C&C running

STAD BREE

LIMBURG

ELECTRONISCHE TIJDSREGISTRATIE

INSCHRIJVINGEN

Voorinschrijven tot 12 september op www.groene10mijlvanbree.be
Dag zelf van 14.30 tot 16.00 uur (vitamientjeslopen), en tot 16.30 uur (wedstrijden)
Groepsinschrijvingen: enkel via voorinschrijving

AFSTANDEN

Vitamientjeslopen (kinderen tem 12 jaar, ook voor G-sporters)
Wedstrijden (ook voor G-sporters) 4 km - 8 km - 12 km - groene 10 mijl
Handbikers 12 km - groene 10 mijl




DEELNAMEPRIJS

Vitamientjeslopen: 1 € p.p.
Wedstrijden: voorinschrijving 5 € p.p. / dag zelf 8 € p.p.
Groepsinschrijving (min. 10 personen): scholen 2.5 € p.p. / bedrijven 4 € p.p.




LOCATIE

Inschrijvingen, afhalen borstnummers & chips, start/aankomst, douches, prijsuitreiking ... **Sporthal Bree, Sportlaan 6, 3960 Bree**

PROGRAMMA

16.30 uur: start vitamientjeslopen
17.15 uur: start 4 - 8 km
17.25 uur: start 12 km - 10 mijl
prijsuitreiking: zie website







ANIMATIE

Springkastelen - Schminkstand - Optreden K-boem - Gezellige tent met grote schermen, muziek, verfrissing - hotdogstand - verse soep - uitpufzone - leuke verrassing voor iedere deelnemer





Niet op de operatie Weg Gooien-Sub
VU Jo Vermeire-Barrierstraat 60-3960 Bree

PK voor ben/pup/min in Alken

Zaterdag 27 juni was voor vele benjamins, pupillen en miniemen een spannende dag. Er werd namelijk gestreden voor een provinciale titel.

De namiddag startte al geweldig voor onze benjamin meisjes. **Goele Noels** sprong 1,10m hoog en dat was al onmiddellijk goed voor een gouden medaille. Even later kaapte ze ook nog een derde plaats weg op de 60m. Ook **Lore Drijkoningen** werd op de 60m het 5de in haar reeks en met een sprong van 2,55m eindigde ze 17de.

Bij het hockeywerpen zorgde **Sanae Ait Faraji** voor de verrassing. Zij behaalde zilver met een worp van 23,90m. Ook **Kayleigh Maestriperi** had goed geworpen en werd 8ste.

Ook bij de 600m stonden **Kayleigh** en **Sanae** samen aan de start. Met opnieuw een 2de plaats voor **Sanae!** **Kayleigh** volgde knap en werd 9de.

Enkel de benjamin dames behaalde al 4 medailles. Zouden de jongens het evengoed gaan doen?

Klaas Broekmans en **Jef Buteneers** liepen de 60m. Ze gingen er als een speer vandoor. **Jef** werd 2de in zijn reeks en **Klaas** haalde meteen een provinciale titel binnen in een tijd van 9,33s. Super!

Klaas, **Jef** en ook **Lars Segers** deden mee aan het verspringen. Zij sprongen 3,40m, 3,25m en 3,02m. Zo werden ze 4de, 8ste en 12de. **Lars** werd ook nog mooi 6de op de 600m.



Ook weer mooie prestaties van onze pupillen dames. Het hoogspringen ging **Mirthe Drijkoningen** heel goed af. Met een sprong van 1,38m verbrak ze het 26 jaar oude clubrecord en won ze ook goud!

Aan de start van de 60m zagen we **Marie Verslegers**, **Marie Broekmans** en **Anna Jehoul**. **Marie V.** greep net naast een podiumplaats, spijtig. **Marie B.** en **Anna** werden 6de en 8ste in hun reeks. Ook bij het verspringen zagen we deze 3 dames hun best doen. **Marie V.** werd 6de, **Marie B.** 8ste en **Anna** 14de.

Mirthe en **Michelle Cardinaels** gingen nog eens alles geven op de 1000m. En het was ondertussen lekker warm hoor. In een tijd van 3'34,41 s liep **Mirthe** zich naar een tweede plaats. Haar dag kon niet meer stuk. **Michelle** kwam even later als 11de over de finish.

De tussenstand is ondertussen al 7 medailles!



Nu de pupillen heren nog. **Lennie Segers** sprong 3,75m en werd 6de. Op de 1000m finishte hij 12de. **Gijs Noels** werd 6de in zijn reeks van de 60m. Maar wat deed hij daar met discuswerpen...? Hij haalde een bronzen medaille! Geweldig **Gijs**.



De miniemen dames **Leen Hertogs** en **Sien Bernard** schreven zich in voor hoogspringen. **Leen** sprong 1,10m en werd 6de. **Sien** kwam 1,05m hoog en werd 7de. **Leen** werd ook nog 5de in haar reeks van de 60m en **Sien** werd met verspringen 14de.

Als laatste nog de prestaties van onze miniemen heren, **Martijn Ceyskens** en **Davy Nulens**. **Martijn** werd 5de in zijn reeks op de 60m. Hij liep ook vlot mee in de 1000m en kwam als 13de aan. **Davy** wierp met zijn discus 20,34m er verdiende zo een zilveren medaille. Met kogelstoten werd hij jammer genoeg nipt 4de. Hij kwam slechts 1 cm te kort voor een podiumplaats.

Met maar liefst 9 podiumplaatsen en 3 provinciale titels was dit kampioenschap meer dan geslaagd. AC Bree is zeer trots op al de deelnemende atleten. En we mogen natuurlijk de ouders en supporters niet vergeten. Want een beetje aanmoediging maakt soms een groot verschil.



Belangrijke data in het zomerseizoen 2015

Het zomerseizoen 2015 is reeds halverwege. Er zijn reeds heel wat wedstrijden begeleid door onze trainers. Hieronder vinden jullie een overzicht van de overige zomerwedstrijden waar een trainer van onze club jou zal bijstaan.

25/07/2015 : Jeugdmeeting : ben, pup, min - Heusden

08/08/2015 : Provinciaal kampioenschap meerkamp - Hechtel (organisatie Bree)

15/08/2015 : Kampioenschap van Vlaanderen cad/sch - Lier (geen begeleiding)

Verplicht vooraf in te schrijven via het clubsecretariaat (bree@val.be)

Inschrijven voor 03/08/2015.

17-20/08/2015 : Atletiekkamp

30/08/2015 : Provinciaal kampioenschap estafetten - Neerpelt

05/09/2015 : Olympic voor ben, pup en min - Bree

19/09/2015 : Groene 10 mijl van Bree

Fit Free

Naast de jonge atleten nemen er sinds dit seizoen ook een aantal dames deel aan de trainingen van Fit Free. Deze gaan door op maandag en woensdag van 20h tot 21h en worden begeleid door Wendy en Ruth. Het is de bedoeling om mensen vanaf 14 jaar op een heel laagdrempelige manier aan sport te laten doen. De trainingen omvatten korte loopoefeningen. Maar ook buik- en bilspieroefeningen komen zeker aan bod. Iedere deelnemer doet dit op zijn eigen tempo en naar eigen kunnen.

Begin september zal de volgende module van 20 sessies van start gaan. Als er na deze module nog voldoende deelnemers gevonden worden zullen de trainingen ook volgend seizoen verder gezet worden. De deelnemers zullen dan voor een volledig jaar aangesloten worden zodat ze gedurende een ganse jaar hun lichaam kunnen trainen. Mensen die hiervoor interesse hebben, of bij het begin van de volgende sessie eens willen proberen nemen best contact op met Wendy of Ruth.



Bosloopcriterium

Ook tijdens de komende herfstperiode organiseren de verschillende sportdiensten van de omliggende gemeenten weer het bosloopcriterium. Iedereen kan er op zondagvoormiddag vanaf 10u00 aan zijn conditie werken. Sommige doen een beetje aan beweging en andere zien dit als een ideale training voor de veldlopen in het winterseizoen. Je kan kiezen als je 1 - 3 - 6 - 9 of 12 km wil lopen. En dit op je eigen tempo zonder er een wedstrijd van te maken.

De vertrekplaatsen staan beschreven in de flyer die je op de website van de verschillende sportdiensten terugvindt.

Het inschrijvingsgeld per deelname bedraagt 1,5 €. Je bent enkel verzekerd als je ingeschreven bent.

Locaties :

Bocholt - voetbalplein Reppel
Opglabbeek - het kimpenhof
Kinrooi - de steenberg **nieuw!**
Maaseik - voetbalplein Opoeteren
Bree - voetbalplein Opitter
Peer - skipiste Peer
Gruitrode - voetbalplein Gruitrode

intergemeentelijk recreatief bosloopcriterium

2015



- 13 september : Bocholt
- 4 oktober : Opglabbeek
- 25 oktober : Kinrooi
- 8 november : Maaseik
- 22 november : Bree
- 29 november : Peer
- 13 december : Meeuwen-Gruitrode


Buurtsportdiensten

Atletiekclub Bree presteert goed op het PK jeugd

02/07/2015 om 22:16 door Wendy Verlaak



Foto: Wendy Verlaak

BREE - Vorig weekend op het provinciaal kampioenschap voor de jeugd behaalde de atletiekclub van Bree maar liefst 9 medailles, waarvan 3 atleten zich tot provinciaal kampioen konden kronen.

De kampioenen waren Klaas Broekmans (60 m - benjamin), Goele Noels (hoogspringen - benjamin) en Mirthe Drijkoningen (hoogspringen - pupillen). Zilveren medailles werden behaald door Sanae Ait Faraji (600 m en hockeybal - benjamin), Mirthe Drijkoningen (1.000 m - pupillen) en Davy Nulens (discus - miniem). Goele Noels (60 m - benjamin) en Gijs Noels (discus - pupil) mochten bronzen medailles mee naar huis nemen. Naast deze podiumplaatsen waren er ook nog mooie resultaten van Kayleigh, Lore, Jef, Lars, Lennie, Anna, Marie V., Marie B., Michelle, Siën, Leen en Martijn.

Wist je dat?

- Jeffrey, meetrainend als atleet, een nieuwe grens van "alles geven op training" ontdekt heeft.
- BREER de naam is van onze nieuwe clubmascotte
- Erwin de handjes van ander mama's vastpakt. En deze daar niet van schrikken.
- Gijs Noels zich op het podium graag laat vervangen door BREER.
- Er liefde ontstaat op het ledenfeest.
- Onze atleten genoten hebben van het ledenfeest. Tussen de huldiging door konden zij naar hartelust spelen op de boneput.
- Onze verslaggeefster Veerle, speciaal naar het PK in Alken rijdt om foto's te maken van onze atleten.
- Wij haar hiervoor héél dankbaar zijn.
- Er tijdens de kampioenenviering in Bocholt 3 atleten gehuldigd werden. Proficiat Klaas, Goele en Gijs.
- Er bij Wendy tijdens de training met het warme weer waterspelletjes worden gespeeld !
- Dit een zéér natte, maar aangename training was.
- De jaarlijkse gezellige stratenloop in Bocholt weer doorgaat op 14 augustus.
- Het atletiekkamp deze zomer weer zal doorgaan van 17 t.e.m. 20 augustus.
- Onze club in staat voor de organisatie van de volgende evenementen :
 - PK meerkamp voor iedereen in Hechtel op 8 augustus
 - Olympic voor ben/pup/min in Bree op 5 september
 - Groene 10 mijl van Bree op 19 september
- We rekenen erop dat heel veel atleten van onze club deelnemen.
- Het bestuur deze zomer dus nog heel wat werk te wachten staat.
- Er ook weer een PK estafette plaatsvindt op het einde van de vakantie. Hopelijk kunnen we een aantal ploegen afvaardigen.
- Het bestuur, de trainers en de redactie jullie een goede vakantie toewensen.

Puzzelplezier

De oplossing van de woordzoeker in de vorige puzzelplezier was: "opwarming". Uit de vele deelnemers heeft een onschuldige hand de volgende winnaar naar boven gehaald. De winnaar die ditmaal met een kleine attentie naar huis mag gaan is: **Kayleigh Maestriperi**.

De volgende puzzelplezier is ditmaal een cijfercode. Als het je lukt om hem te ontcijferen, mag je het antwoord sturen naar spike@acbree.be. En wie weet ben jij wel de volgende winnaar.

Ontcijfer de code als je weet dat: 1=a, 2=b, 3=c, 4=d, ...

1 20 12 5 20 9 5 11 2 9 10 1 3 2 18 5 5 9 19 19 21 16 5 18 6 9 10 14 22 15 15 18 7 18 15 15 20

ZONDAG 8 AUGUSTUS 2015

Provinciaal kampioenschap meerkampen

Organisatie: P.C.-Limburg & BREE AC
(en met de gewaardeerde hulp van AVT Hechtel)

Atletiekpiste Duinenstadion Hechtel

Aanvang: 5-kampen vanaf 10u45, 4-kampen vanaf 13u00

INSCHRIJVEN TOT 30' VOOR AANVANG EERSTE PROEF MEERKAMP

Inschrijvingsgeld : € 3,00 / meerkamp; Toegangsgeld: € 3,00

PROGRAMMA:

HEREN

Ben.: 4K (60m-ver-hockey-600m)
Pup.: 4K (60m-ver-kogel-1000m)
Min.: 5K (80m-ver-kogel-speer-1000m)
Cad.: 5K (ver-speer-200m-discus-1500m)
Sch.: 5K (ver-speer-200m-discus-1500m)
Jsm.: 5K (ver-speer-200m-discus-1500m)

DAMES

4K (60m-ver-hockey-600m)
4K (60m-hoog-kogel-1000m)
5K (80m-ver-hoog-kogel-1000m)
5K (80h-hoog-kogel-ver-speer)
5K (100h-kogel-hoog-ver-800m)
5K (100h-kogel-hoog-ver-800m)

BENADEREND TIJDSHEMA :

10u45	Ver	JSM heren (S1ofS2)	13u45	60m Kogel Kogel	Pup dames Cad/W50/70 dames (3kg) W75+ dames (2kg)
11u15	80H 80H 80H 100H 100H Kogel Speer	Cad/W40/45 dames W50/55 dames W60+ dames Sch Dames J/S/W35 Dames Min dames (2kg) Min heren (400gr)	14u00	60m Ver Hoog	Ben dames Pup heren (S1) Sch/JSM dames
11u30	Ver	Cad/Sch heren (S1of S2)	14u15	Ver	Ben dames (S2)
12u00	Hoog	Cad dames	14u45	200 200 200 Ver Hoog Hockey Kogel	Cad heren Sch heren JSM heren Min dames (S1) Pup dames (0,90m) Ben heren Pup heren (2kg)
12u15	Kogel Kogel	Sch dames (3kg) J/S/W35/45 dames (4kg)	15u30	600m Ver Kogel Discus Discus Discus	Ben dames Cad/Sch/JSM dames (S1) Min heren (3kg) Sen/M35/45 heren (2kg) Jun heren (1,75kg) Sch/M50/55 heren (1,5kg) Cad/M60+ heren (1kg)
12u30	Speer Speer Speer Speer Speer	J/S/M35/45 heren (800gr) Sch/M50/55 (700gr) Cad/M60/65 (600gr) M70/75 (500gr) M80+ (400gr)	15u40	600m	Ben heren
12u40	80m	Min dames	15u50	1000m	Pup dames
12u50	80m	Min heren	16u00	1000m	Pup heren
13u00	60m Ver Kogel Hoog	Ben heren Min heren (S1) Pup dames (2kg) Min dames (1m00)	16u10	1000m Speer	Min dames Cad meisjes (500gr)
13u15	Hockey	Ben dames	16u20	1000m	Min heren
13u30	60m Ver	Pup heren Ben heren (S2)	16u30	1500m	heren
			16u45	800m	dames



ZATERDAG 5 september 2015 14.00 u.

JEUGD-OLimPIC

BREE

Programma:

JONGENS

BEN 4K. (60-ver-kogel-hockey)
 PUP 4K. (60-60h-ver-hockey)
 MIN 5K. (80-80h-hoog-ver-kogel)

MEISJES

4K. (60-ver-kogel-hockey)
 4K. (60-60h-ver-hockey)
 5K. (80-60h-hoog-ver-kogel)

Inschrijvingsgeld: € 3/meerkamp

BENADEREND TIJDSHEMA:

UUR	LOOPNUMMERS	KAMPNUMMERS
14.00	80 m H. 60 m H. 60 m H.	Min. Jongens Min. Meisjes Pup. Meisjes
		Ver Hockey Kogel Hoog
		Pup. Jongens Ben. Meisjes Ben. Jongens Min. Jongens
14.30	60 m H. 60 m	Pup. Jongens Ben. Jongens
		Ver Hockey Kogel
		Ben. Meisjes Pup. Meisjes Min. Meisjes
15.00	60 m 60 m	Ben. Meisjes Pup. Meisjes
		Ver Hockey Kogel Hoog
		Ben. Jongens Pup. Jongens Min. Jongens Min. Meisjes
15.30	60 m 80 m 80 m	Pup. Jongens Min. Jongens Min. Meisjes
		Ver Hockey Kogel
		Pup. Meisjes Ben. Jongens Ben. Meisjes
16.00		
		Ver Ver
		Min. Jongens Min. Meisjes

Bouwwerken Johan Goossens

Algemene ruwbouwwerken

L.Lambrechtsstraat 4
3670 Gruitrode

0473/980738 089/853238

BTW nr. BE0705667080

Bouwwerkenjohangoossens@gmail.com



CBFA nr. 44190CA-C8

ARGENTA

KERKHOF'S & CO vof

Witte Torenwal 36 - 3960 Bree - (089) 47 33 20

**CLIJSTERS
ARNOLD** BVBA

Industrieterrein 1408
3960 BREE
Tel.nr. 089/48.10.63



Interieurs op maat - keukens - badkamers - kasten algemeen



2 PRAKTIJKEN, TOEGANKELIJK VOOR IEDEREEN

www.sportkaffee-bree.be



feesten, vergaderruimte, lounge, speeltuintje



Bakkerij Buntinx

*Weg naar Bree 7
3660 Opglabbeek
Tel. 089 61 13 07*