



SPIKE

CLUBBLAD AC BREE

Nr 4 - Oktober 2015 - Jaargang 40

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



Met dank aan onze hoofdsponsor:



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

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,

Eerst en vooral een welkom aan onze nieuwe atleten.

Het seizoen 2014-2015 zit erop en dit geeft mij de kans om eens even terug te blikken. Verschillende atleten van Bree AC hebben mooie dingen laten zien. Zo hebben verschillende atleten uit onze club mooie provinciale en nationale titels behaald. Ook onze andere atleten hebben schitterende resultaten behaald in zowel winter- als zomerwedstrijden. Onze club heeft weer verschillende initiatieven mee ondersteund zoals de Fit Free, scholenveldloop en boslopen te Bree, Meeuwen en Bocholt. Ook eigen organisaties zoals onze sinterklaasveldloop, PK veldloop, PK meerkampen voor alle categorieën en olympic waren een succes.

“De groene 10 mijl van Bree” die we samen met de J.E.M. organiseren, is ondertussen ook een traditie aan het worden. Bij deze vijfde editie mochten we ondanks het mindere weer, toch een 500-tal atleten ontvangen in Bree.

Ook het jaarlijkse atletiekkamp is uitgegroeid tot een succes waar we zelfs kinderen moesten weigeren wegens volzet. Zo hadden we afgelopen editie meer dan 60 jongeren die vier dagen aan atletiek zijn komen doen. Bovenstaande duidt alleen maar aan dat onze club nog steeds aan het groeien is. Dit kan uiteraard alleen maar door enthousiaste bestuursleden, trainers, ouderraad, atleten en uiteraard ook de ouders. Merci hiervoor.

Genoeg achterom gekeken en tijd om een blik te werpen op het seizoen 2015 - 2016. Dit kondigt zich aan als een rustig seizoen. Dit geeft ons de ruimte om nog meer aandacht te besteden aan onze atleten. Zo hebben wij samen met groep Sam een overeenkomst om onze atleten te screenen om preventief te werk te gaan tegen blessures. Sam engageert zich samen met zijn team om onze wedstrijdathleten en trainers de nodige ondersteuning te verlenen waarvoor dank.

Dit jaar gaan we ook weer met de club naar het BK veldloop te Wachetebeke dat doorgaat op 13 maart 2016. De overnachtingsplaats is idem aan die vorig jaar en is ook reeds vastgelegd. Vervolgens staat er nog ons jaarlijks ledenfeest op het programma en in augustus staat het atletiekkamp weer gepland, gevolgd door de olympic in september.

Wij organiseren ook weer een infomoment, dat doorgaat op 28 oktober om 19 uur voor alle atleten en ouders om het atletiekgebeuren verder te verduidelijken en waar jullie uiteraard ons alle vragen kunnen stellen die jullie hebben. Hetzelfde gaan we ook nog eens doen in de maand maart naar aanleiding van het zomerseizoen.

Verder ga ik niet veel meer zeggen, want dan is de spike te klein!!!!!! Behalve dan het feit dat er in deze editie een aantal nuttige dingen staan met betrekking tot lidgelden, aansluitingen, trainingen, etc.

Tot op training

Voorzitter
Maesen Carlo

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

Jo Vermeire
jo@acbree.be



Sonja Frederix
089 47 24 89
sonja@acbree.be

Claudia Wellens
0477 25 14 06
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

Lotte Smeets
Benja Maesen
Hendrik Heylen

TRAINERS PISTE MEEUWEN, FINSE PISTE BOCHOLT

Lambert Verstraeten
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
0477 / 25 14 06

Redactie Spike : spike@acbree.be

KBC nacht van de atletiek

Op zaterdag 18 juli was het eindelijk zo ver. De KBC nacht van de atletiek in Heusden. Volgens TV Limburg omschreven als het tweede grootste atletiekevenement van het land. Als club zijn we trots dat er 4 atleten waren geselecteerd om deel te nemen aan het voorprogramma. Goele Noels kwam speciaal vroeger terug van haar kamp. Nadat de opwarming was gebeurd tussen alle grote atleten, waaronder de broers Borlée, was het als eerste de beurt aan **Benja Maesen** op de 800 m. Er was zware concurrentie, maar ze hield een goed gevoel over aan haar deelname.

Na een tijdje was het de beurt aan **Mirthe Drijkoningen**. Zij kon op de 1000 m haar persoonlijk record nog een beetje scherper stellen. **Klaas Broekmans**, die als een speer vertrok op de 600 m, kon ook zijn pr met enkele tienden verbeteren. Als laatste atleet van Bree kwam **Goele Noels** in actie. De vele supporters moedigden haar aan zodat ook zij tevreden was met haar deelname.

Na het voorprogramma konden we de professionele atleten van dicht bij bewonderen. Er waren sommige supporters die ogen opentrokken. Na de wedstrijden konden onze jeugdathleten nog heel wat handtekeningen van Tia Hellebaut, de Borlées, Louise Carton, Anne Zagré, Pieter-Jan Hannes en nog veel meer verzamelen.



PK meerkamp

Op zaterdag 8 augustus richtte onze eigen club het pk meerkamp in. Omwille van onze gebrekkige infrastructuur moesten we ons verplaatsen naar het Duinenstadion in Hechtel.

17 Breese atleten schreven zich in voor de verschillende disciplines. Even zag het er naar uit dat het weer ideaal was. Tot de zon met momenten toch iets te fel haar best deed zodat paraplu's en een natte handdoek geen overbodige luxe waren voor de wachtende atleten.

De benjamin heren **Klaas Broekmans** en **Jef Buteneers** werkten mooi hun nummers van de vierkamp af. Op de 60 m werd Klaas 2de en bij het verspringen 3de. Het hockeywerpen ging Jef dan weer beter af met een 4de plaats. Ook bij de 600 m liet Jef Klaas achter zich en werd hij 6de. In de eindstand werd Klaas knap 4de en Jef mooi 6de.

Ook onze 2 benjamins dames **Lore Drijkoningen** en **Goele Noels** deden mee aan deze 4 nummers. Goele behaalde zowel bij verspringen als het hockeywerpen een 2de plaats. Op de 60 m werd ze 3de en bij 600 m 4de. Dit leverde haar een mooie bronzen medaille op! Het lopen ging Lore ook goed af. Ze werd 2de in haar reeks van de 60 m en 10de op de 600 m. Knap hoor! In totaal werd ze 27ste.





Bij de pupillen heren namen **Jasper Schuermans** en **Gijs Noels** het tegen elkaar op. Bij het kogelstoten werd Gijs 4de en met verspringen 6de. Jasper kwam als 5de aan in zijn reeks van de 60 m en werd mooi 6de bij het kogelstoten. De 1000 m zagen ze niet meer echt zitten maar Gijs beet toch door en kwam als 7de over de finish. Dit resulteerde in een knappe 5de plaats voor Gijs in de eindstand. Jasper werd 11de. De pupillen dames waren het best vertegenwoordigd, maar **Mirthe Drijkoningen** deed als enige alle nummers mee. Een mooie 2de plaats bij hoogspringen, het 3de op de 1000 m, 5de bij kogel leverde haar een mooie 5de plaats in de eindstand op. Na een vermoeiende week atletiekkamp aan de kust heeft ze dat weer ferm gedaan. **Anna Jehoul**, **Lieze Nijsen** en **Michelle Cardinaels** deden ook aan enkele disciplines mee. Trainster Wendy kreeg Anna nog net op tijd overtuigd om ook kogel te stoten. Ook al had ze dit nog niet onder knie...ze heeft het tenminste geprobeerd! Zij werd ook 3de in haar reeks op de 60 m en 10de op de 1000 m. Goed gedaan! Lieze werd 5de in haar reeks van de 60 m en 11de op de 1000 m. Michelle kwam enkel voor de 1000 m en werd mooi 7de.



Voor de miniemen heren was het een vijfkamp. **Davy Nulens** deed mee aan 4 nummers. Met kogelstoten werd hij 6de en 9de met speerwerpen. Ook aan het verspringen en de 80 m deed hij mee. In totaal werd hij 18de. En plots was daar **Martijn Ceysens**. Hij kwam even zijn conditie checken na een week kamp. En we zagen dat het goed zat. Hij liep zich verrassend snel naar een 5de plaats. Super!



De miniemen dames **Leen Hertogs**, **Marie Nijsen** en **Sien Bernard** namen het tegen elkaar op. Het kogelstoten lieten ze alle drie links liggen. Het hoogspringen ging Marie het beste af met een 7de plaats. Op de 80 m werd Sien 5de en Leen 6de in hun reeks. Op de 1000 m moest Sien even het onderste uit de kan halen, maar ze liep het mooi uit. Hier werd Marie 11de.



Ashley Aandekerk deed mee aan al de 5 nummers bij de scholieren dames. Zowel op horden, kogel, hoog en ver werd zij 2de. Op de 800m haalde ze een 4de plaats. Deze prestaties waren goed voor zilver! En als kers op de taart behaalde haar papa **Davy Aandekerk** de provinciale titel bij de masters.

We mogen weer zeer trots zijn op onze Breese atleten en een dikke proficiat voor onze medaillewinnaars!



Stratenloop Bocholt

Op 14 augustus organiseerde de gemeente Bocholt hun 22ste avondloop. Doordat we ook een kern in Bocholt hebben met een groot aantal leden, werden een aantal bestuursleden opgetrommeld om mee te helpen met de organisatie. Zij hebben dat weer prachtig gedaan. Het warme weer zorgde voor een record aantal deelnemers. Ook de atleten van Bree AC waren talrijk aanwezig. De straten van Bocholt kleurde groen.

Als eerste kwamen de kleinste aan de beurt. Wendy was aangenaam verrast dat er zo veel kangoeroes, die elke woensdag met haar trainen, meededen. Er waren zelfs een aantal kangoeroes die het podium haalde.

De iets oudere deelnemers liepen met hun clubtruitje. Dit maakte de Breese atleten heel herkenbaar. Ook door deze atleten werden verschillende podiumplaatsen behaald.

Daarna was het de beurt aan de 5 en 10 km lopers. In totaal waren er 382 deelnemers voor de verschillende afstanden. Het was een drukte van je welste aan de start.

De uitslag en vele foto's zijn te vinden op onze website. www.acbree.be



Een heel tof atletiekkamp

Van 17 tot en met 20 augustus was er weer een tof atletiekkamp. 63 atleetjes hebben deelgenomen aan dit geweldige kamp. Heel wat atleten van de club hebben 4 dagen allerhande disciplines kunnen oefenen. Voor heel wat deelnemers was het de eerste keer dat zij aan atletiek deden. Er zijn er zelfs een aantal die zich na het atletiekkamp lid willen maken van onze club.

Elke dag was er heerlijke soep en broodjes. Deze werden mooi klaargezet door Josee, Sonja, Lindsey en Saar.

Iedere dag waren er verschillende oefeningen en spelletjes. De trainers hebben er weer een heel leuk atletiekkamp van gemaakt. Dank je wel Ruth, Dries, Wendy, Jeffrey, Sylvie, Erik, Lotte, Benja en Hendrik.

Dit jaar was er zelfs een leuke verrassing voor elke atleet. Iedere deelnemer kreeg een t-shirt van de club met als toepasselijk opschrift "fun@acbree".

Voor meer foto's kan je een kijkje nemen op onze website www.acbree.be onder de rubriek foto's 2015.



Davy Aendekerk Belgisch kampioen meerkamp



Op 22 augustus vond in Heusden het Belgisch kampioenschap meerkampen plaats. Voor Bree nam Davy Aendekerk hieraan deel. Tijdens zijn proeven kon hij enkele persoonlijke records neerzetten. Nadat hij enkele weken voordien provinciaal kampioen was geworden, wist hij zich tot Belgisch kampioen meerkamp in de categorie masters M40 te kronen.

Proficiat Davy !!

PK estafette in Neerpelt

Op 30 augustus was het weer zo ver. De volgende begeleide wedstrijd stond op het programma. Deze keer moest er niet individueel gestreden worden voor de medailles, maar stond het provinciaal kampioenschap estafette op het programma. Na heel wat gepuzzel konden we 10 ploegjes afvaardigen met in totaal 20 atleten. Het was broeierig warm en daarom werd een plekje in de schaduw gezocht. Nadat iedereen geïnstalleerd was kon de opwarming onder leiding van Chris en Wendy beginnen. De spieren werden losgemaakt en de stokwissels nogmaals ingeoeffend.

Als eerste kwam de benjamin meisjes (Lore, Kayleigh, Sanae en Goele) aan de start voor hun 4 x 60m. In de eerste reeks liepen zij in baan 5 een sterke tijd. Toen was het afwachten wat de 2 de reeks zou brengen. Al snel werd duidelijk dat ze over de 2 reeksen mooi 3de eindigde. De eerste medaille was binnen!

Daarna was het de beurt aan de benjamin jongens (Dieter, Federico, Jef en Klaas). Voor Dieter en Federico was het hun eerste wedstrijd. Zij waren toch wel een beetje zenuwachtig. Na een goede start van de eerste 3 lopers was het de beurt aan Klaas om het af te maken. Met een ultieme eindjump, werden de jongens 2de. Zo ging het vlot met het behalen van de medailles.

Bij de pupillen meisjes (Mirthe, Marie B., Michelle en Marie V.) liep er iets fout, waardoor zij gediskwalificeerd werden. Volgende keer lukt het wel.

Na de jeugdreeksen was het de beurt aan onze cadetten dames (Kyara, Joyce, Diète en Gitte) om het beste van zich zelf te geven tijdens de 4 x 100 m. In een goede race liepen zij een tijd van 54,99 s, wat maar net boven het clubrecord was.

Toen kreeg een van de papa's een gedacht om te verplaatsen naar een plekje met wat meer schaduw (en dichterbij de toog), want het was wel heel warm geworden. Niet ideaal om 3 x 600 m te lopen. Na een korte plaspauze van de jongens (die de Dommel bijna deden overstomen), kon iedereen zich klaarmaken voor de 3 x 600 m. In de eerste reeks liepen de benjamin meisjes (Goele, Kayleigh en Sanae) heel alleen naar een zeer scherpe tijd (6:31,60 s). De leverde hen een nieuw clubrecord op. In de tweede reeks was het de beurt aan Lore, Amber en Anouk. Ook zij leverde een knappe prestatie. Na enkele spannende minuten, waar we moesten wachten op de tijden van de tweede





reeks, behaalden de meisjes uit de eerste reeks de 2de plaats.

Bij de benjamin jongens stonden 2 ploegen van Bree aan de start. De eerste ploeg met Jef, Federico en Klaas kon tweede ploeg met Dieter, Daan en Jules maar net voor blijven. De pupillen meisjes (Marie V., Michelle en Mirthe) liepen nog naar een 5de plaats.

Na een lange pauze, waarin de medailles werden uitgereikt was het eindelijk de beurt aan het laatste nummer waarvoor we ons ingeschreven hadden. De 4 x 200 m voor cadetten dames (Kyara, Joyce, Diète en Gitte). Zij waren gebrand op een goede prestatie. Na een sterke wedstrijd finishte zij op een 5de plaats in een nieuw clubrecord van 1:57,23 s. Proficiat dames.

Olimpic in Bree (05/09/2015)

Omdat het zonnetje niet altijd kan schijnen gingen de hemelsluizen regelmatig open op onze eigen Olimpic in Bree. Toch lieten 34 van onze clubleden zich niet kennen en werkten een mooie vier- of vijfkamp af.

Eerst de benjamin heren. Matisse Jennen werd met 7,52m het 4de bij kogelstoten. Klaas Broekmans won de 60m en Jef Buteneers 4de met hockeywerpen. Ook het verspringen ging Klaas en Jef goed af. Hier werden ze 3de en 5de. Lars Segers en Dieter Schouteden deden ook goed hun best in al de onderdelen. In de eindstand leverde dit voor Klaas een mooie 4de plaats op. Jef en Matisse volgden op een 5de en 6de plaats.

9 meisjes vertegenwoordigden onze club bij de benjamin dames. Goele Noels en Kayleigh Maestripiri werden 3de en 4de met hockeywerpen. Beide wierpen ze meer dan 25m. Ook het verspringen ging Goele weer goed af. Met 3,62m werd ze 3de en Céline Dirckx werd 6de met 3,45m. Goele werd 2de op de 60m en Lore Drijkoningen ook knap 2de in haar reeks. Als laatste nog het kogelstoten. Met 7,73m werd Goele weer 3de en de volgende clubgenoot werd Lore met 5,19m. In de eindstand werd Goele 3de! Ook voor onze andere Breese atleetjes, waarvan sommige hun eerste wedstrijd deden, een dikke proficiat!

Bij de pupillen heren sprong Sten Janssen 3,43m ver en werd hiermee 6de. Gijs Noels waagde zich als enige Breese pupil aan de 60m horden. En het ging hem ook nog goed af. Lennie Segers werd mooi 4de bij hockeywerpen met 32,32m. Ook op de 60m liepen Lennie, Gijs en Lennert Lipkens mee. In de eindstand kwam Sten op een mooie 8ste plaats.

De pupillen meisjes waren ook weer talrijk aanwezig. Mirthe Drijkoningen werd 3de op de 60m horden. Liesl Goossens wierp 21,57m met de hockeybal en werd 8ste. Anna Jehoul en Marie Verslegers deden het goed op de 60m. Ook met verspringen deed Marie het beter als haar clubgenoten. Zij werd 8ste. In de eindstand werd Mirthe als eerste van Bree het 8ste.

Voor de miniemen heren stond er een vijfkamp op het programma. Davy Nulens en Beau Jennen deden aan 4 disciplines mee. In het kogelstoten werd Davy 3de met 7,36m. Beau werd knap 2de op de 80m. Davy sprong 1,15m hoog en Beau werd nog eens 5de met verspringen.



Als laatste nog de miniemen dames. Voor hen ook een vijfkamp. Zowel op de 60m horden, hoogspringen, kogelstoten als op de 80m kwam Marie Nijsen er als beste Breese atleet uit. Het verspringen ging Noor Vanhemel dan weer beter af. Ook Leen Hertogs deed mee in deze categorie.

Op deze druilerige dag smaakte de heerlijke hot-dogs nog beter dan anders. Natuurlijk nog een applaus voor al de medewerkers waardoor deze olympic weer kon plaatsvinden.

Nu op naar de Groene 10 mijl!



Atleten die deelnamen aan de olympic in Bree

Klaas Broekmans (4)

Jef Buteneers (5)

Matisse Jennen (6)

Dieter Schouteden (11)

Lars segers (12)

Goele Noels (3)

Kayleigh Maetripiri (11)

Céline Dirkx (17)

Lore Drijkoningen (20)

Amélie Van Dijk (21)

Anouk Parren (22)

Geike Janssen (24)

Amber Parren (26)

Kaat Hertogs (28)

Lennie Segers (8)

Gijs Noels (10)

Sten Janssen (9)

Jelle Awouters (15)

Teun Walther (18)

Lennert Lipkens (19)

Jasper Schuermans (20)

Mirthe Drijkoningen (8)

Anna Jehoul (11)

Liesl Goossens (13)

Marie Verslegers (14)

Lieze Nijsen (15)

Marie Broekmans (18)

Michelle Cardinaels (19)

Janne Mundus (20)

Beau Jennen (10)

Davy Nulens (11)

Marie Nijsen (12)

Noor Vanhemel (16)

Leen Hertogs (17)

Memorial Van Damme in Brussel



De kleinste atleten van onze club kunnen zich tijdens de zomer amuseren tijdens het atletiek-kamp. Maar voor de grotere atleten wordt er niet zo veel georganiseerd. Vandaar dat Theo en Ludo zich ingezet hebben om met de grotere atleten op 11 september naar de grootste atletiekmeeting van België (nl. de Memorial Van Damme) te gaan. Na de gebruikelijke files op de Brusselse ring kon iedereen zijn zitje opzoeken. Eerst nog wat mensen weggagen en dan konden we allemaal samenzitten. Naast Hendrik waren er heel wat cadetten meisjes. Diète, Toke, Liese, Griet, Kyara, Joyce, Gitte en Marie konden heel wat leuke fotootjes en filmpjes maken met hun smartphone. De 100 m spurt voor de mannen met Justin Gatlin en de

200 m bij de vrouwen met Daphne Schippers waren enkele hoogtepunten. Maar toen de broertjes Borlée in actie kwamen werd er toch wel heel luid gegild.

Naar het einde van de meeting toe konden we ook nog de spannende finale van het polsstokhoogspringen van dichtbij volgen. Toen alle nummers gedaan waren was er nog een schitterend vuurwerk. Daarna volgde een lange rit huiswaards.

We hebben er allemaal van genoten. Hopelijk kunnen Ludo en Theo dit volgend jaar weer organiseren.

Groene 10 mijl van Bree

Op zaterdag 19 september was de Groene 10 mijl van Bree reeds aan haar 5de editie toe. De dag startte druilerig met flinke buien, maar bij aanvang van de wedstrijd klaarde het op. Al de 449 atleten konden nagenoeg droog finishen, uitgezonderd het vele zweet natuurlijk.

Om 16u30 vuurde Josée het startschot af voor de allerkleinsten. Leuk om te zien hoe de ukjes 100m aflegden. Snel, traag, met of zonder begeleider,... zelfs iemand vond nog de tijd om even te gaan zitten onderweg. Oma's, mama's, papa's en vele supporters stonden hen luid aan te moedigen.

Daarna volgde de 300, 500, 800 en 1000m. Hier werden mooie podiumplaatsen behaald door onze Breese atleten. Lore Drijkoningen werd derde op 500m en kwam als eerste meisje aan. Een volledig groen podium bij de 800m. Goud voor Klaas Broekmans, zilver voor Marie Verslegers en brons voor Michelle Cardinaels. Zij liepen even later ook nog eens de 4km.

Ook 2 medailles voor de meisjes op de 1000m. Anna Jehoul werd eerste en Lieze Nijssen tweede. Natuurlijke deden er ook nog andere leden en broertjes of zusje mee in deze reeksen. Ook voor hen een dikke proficiat!



Daarna gingen de 2 handbikers van start voor de 10 mijl. Zij reden beiden na ongeveer 45 minuten over de finish.

Daarna volgden maar liefst 96 starters voor de 4km waaronder ongeveer 20 eigen atleten. Er werden weer zeer mooie resultaten neergezet. Bij de heren onder de 21 jaar finishte Martijn Ceyskens als 2de. Ook Beau Jennen (6), Klaas Broekmans(8) en Jef Buteneers(10) konden een plaats binnen de top 10 bemachtigen. En in dezelfde categorie bij de dames ging Mirthe Drijkoningen met goud aan de haal. Super! Hier ook nog mooie top 10 plaatsen voor Marie Nijssen(4), Gitte Noels(6), Joyce Van Der Vorst(7), Griet Hertogs(8), Liesl Goossens(9) en



Marie Verslegers (10).



Bij de 8 km zagen we Hendrik Heylen, Kyara Maestriperi en Danny Drijkoningen aan de start. Superfit als ze waren zetten ze alle drie een knappe tijd neer. En als kers op de taart wonnen ze ook nog elk in hun leeftijdscategorie. Geweldig toch! Ook Toke Vanden Eynde zetten een knappe prestatie neer op de 8 km.

En wie zagen we daar netjes voorbij lopen op de 10 mijl...? Jan Schuermans, papa van Jasper en Sandy en man van Claudia, die iedereen onder-tussen wel kent van o.a. onze ouderraad. Na goed 1u10min finishte Jan. Wat een prestatie!



Voor de lopers die vele kilometers in de benen hadden stond Groep Sam weer paraat voor een goede



massage. Ook mochten Eef en Sam de prijzen uitrijken. Vooral de jongere atleten waren niet allemaal even blij dat er de nodige 3 kussen bij hoorden, hé Martijn. Natuurlijk kon dit alles niet doorgaan zonder een goede organisatie, heel veel medewerkers en de fantastische atleten met hun supporters! Aan iedereen een



welgemeende merci!
Tot volgend jaar.

Atleten in de kijker

Regelmatig staan er atleten van onze club in het belang van Limburg. Deze keer was het de beurt aan **Jef Buteneers**. Hij kreeg een vermelding in de krant door zijn goede prestaties op de pistewedstrijden.



Officieuze BK voor jeugd

Op zaterdag 26 september vond het officieuze Belgisch kampioenschap voor benamins, pupillen en miniemen plaats in Nijvel. Om hieraan deel te kunnen nemen moet je in het zomerseizoen een zeer goede prestatie in een bepaalde discipline neergezet hebben. Enkel de beste atleten van het land mogen hier immers aan deelnemen. Voor onze club werden er 4 atleten geselecteerd. Bij de benamins mochten **Klaas Broekmans**, **Goele Noels** en **Sanae Ait Faraji** deelnemen. Bij de pupillen was **Mirthe Drijkoningen** geselecteerd. Al van bij de aankomst was te merken dat het wat drukker was dan op een gewone meeting.

Nadat we een plaatsje hadden gezocht, kon de opwarming beginnen voor de bejamins. Mirthe had nog wat tijd, want zij zou pas in de namiddag in actie komen. Als eerste kwam Sanae aan de beurt bij het hockeybal werpen. Met een worp van 25,88 m wist zij een bronzen medaille te behalen. Ondertussen was Danny even naar de auto gelopen om een drankje te halen. Toen hij terug kwam was hij wat vergeten en kon hij weer terug.

Goele was reeds begonnen met het hoogspringen. De eerste sprongen waren veelbelovend. Haar doel was immers het clubrecord van 1,17 m te verbreken. De sprongen gingen vlot tot over 1,13 m. Maar op de volgende hoogte ging het mis. In de stand werd zij tweede en mocht zij een zilveren medaille in ontvangst nemen.

Daarna was het de beurt aan Klaas op de 60 m spurt. Hier werden eerst reeksen gelopen. De beste werden verwezen naar de finale later op de dag. Klaas kwam in de laatste reeks uit. Met een tijd van 9,10 s was hij de snelste van alle deelnemers en wist hij het clubrecord te verbreken.

Wendy merkte op dat Mirthe haar spikes nog in de auto waren blijven liggen. En weer kon Danny naar de auto wandelen. Deze keer was er wat meer animo. Er stond namelijk een houten chalet in brand en de brandweer kwam net aan om te blussen.

Na een korte pauze, waar de podia werden gehuldigd was het de beurt aan Mirthe voor het hoogspringen. Na een moeizame start met enkele missers over 1,26 m wist zij uiteindelijk over 1,31 m te springen. Zelf was Mirthe een beetje ontgoocheld over haar sprongen. Gelijktijdig was Goele met het verspringen begonnen. Na een discussie over haar vertrekpositie kon ze inspringen. Voor haar was het wel een beetje speciaal, want we waren in Wallonië, en daar gelden andere regels dan in Vlaanderen. Ze moest tijdens deze wedstrijd rekening

houden met de afstootbalk. Met een sprong van 3,32 m werd ze uiteindelijk vierde.

Na de kampnummers was het de beurt aan de lange afstandsnummers. De 600 m voor benjamin meisjes ging snel van start. Met een goede eindsprint kon Sanae beslag leggen op een derde plaats. Ook wist zij het clubrecord te breken. Haar tijd was 1:58,90 s. Spijtig voor Sanae hield dit record slechts 1 dag stand.

Als laatste kwam Klaas aan de beurt in de finale van de 60 m sprint. Na een zeer spannende finale werd hij vijfde in een tijd van 9,23 s.

Op het einde van de dag keerden we huiswaarts met 3 medailles, wat toch wel een zeer mooie prestatie is voor onze club. Degene die geen medaille hebben gewonnen, mogen best ook fier zijn op hun aanwezigheid, tijdens deze sterk bezette meeting.

Proficiat aan alle deelnemers en meegereisde supporters.



5 atleten in het eindklassement Olimpique zomerwedstrijden

Net zoals er in de winter de LCC-wedstrijden zijn, zijn er in de zomer de Olimpique meerkampen. **Goele** en **Gijs Noels**, **Mirthe** en **Lore Drijkoningen** en **Davy Nulens** hebben het gepresteerd aan voldoende Olimpique wedstrijden deel te nemen om in het eindklassement terecht te komen. Bij de benjamin dames behaalde Goele een 2de plaats en Lore een 15de plaats. Bij de pupillen werd Mirthe 7de en Gijs 8ste. Ten slotte werd Davy 6de bij de miniemen. Dikke proficiat aan alle vijf de atleten.

Nieuwe outdoor clubrecords

Tijdens het voorbije zomerseizoen namen veel atleten deel aan verschillende pistemeetings. Een aantal onder hen konden zelfs een nieuw clubrecord vestigen.

Benjamins meisjes

Ver : Goele Noels (3,81 m)

Hoogspringen : Goele Noels (1,20 m)

600 m : Goele Noels (1:58,19 s)

4 - kamp : Goele Noels (1830 punten)

3 x 600 m : Goele Noels, Kayleigh Maestriperi, Sanae Ait Faraji (6:31,60 s)

Benjamin jongens

60 m : Klaas Broekmans (9,10 s)

Pupillen dames

Hoogspringen : Mirthe Drijkoningen (1,38 m)

Cadetten dames

Hamerslingeren : Lindsey Nulens (22,28 m)

4 x 200 m : Kyara Maestriperi, Joyce Van Der Vorst, Diète Parren, Gitte Noels (1:57,23 s)

Scholieren dames

5 - kamp : Ashley Aendekerk (831 p)

Masters heren

Hamerslingeren : Davy Aendekerk (19,62 m)

Gewichtwerpen (15,88kg) : Davy Aendekerk (6,33 m)

Proficiat aan al deze atleten! Doe zo verder en misschien verbreek je volgende seizoen weer een clubrecord. Vanaf nu kan je op onze website ook de beste prestaties per atleet per seizoen en de top 10 prestaties vanaf 2009 terugvinden. Dit alles kan je vinden onder de rubriek clubrecords.

Start seizoen 2015 - 2016

Nu het zomerseizoen weer voorbij is, is het weer tijd om onze startnummerkaarten (vergunningaanvragen) te laten invullen. Nieuwe leden moeten hiernaast ook nog een aansluitingskaart invullen. Dit is dan ook meteen de start van het atletiekseizoen 2015 - 2016. De kaart bestaat uit 2 delen (Luik A en Luik B).

LUIK A

- Luik A moet duidelijk worden ingevuld en afgegeven worden op de training.
- Dit kan aan een van de bestuursleden of aan een van de trainers.
- Startnummerkaart: De club sluit alle atleten aan als wedstrijdathleet.
- Het stamnummer wordt (als niet gekend) aangevuld door de clubsecretaris.
- Indien je een e-mail adres invult kan het secretariaat gericht informatie doorsturen. Dit vergemakkelijkt sterk het werk van het secretariaat en beperkt de kosten voor het drukwerk.
- Deze kaarten moeten door de atleet ondertekend worden, voor minderjarigen moet een van de ouders mee ondertekenen.
- Niet ondertekende kaarten worden niet aangenomen. Startnummers worden enkel aangevraagd na betaling van het lidgeld!

LUIK B

- Aansluitingskaart nieuwe leden vullen naast de startnummerkaart ook een aansluitingskaart in.
- Gelieve beide zijden van de kaart in te vullen. Het bespaart de secretaris veel extra werk.
- Naam en voornaam in drukletters invullen.
- Ouders: controleer vooral de geboortedatum indien je je kind de kaart zelf laat invullen.
- De wedstrijdcategoryen zijn gebaseerd op het geboortjaar. Fouten zijn moeilijk recht te zetten.
- Deze kaarten moeten door de atleet ondertekend worden, voor minderjarigen moet een van de ouders mee ondertekenen.

MINIMUM LEEFTIJD

- Bij aanvang van het seizoen kan iedereen geboren in 2009 en 2010 aansluiten.
- Zij vallen onder de categorie van KANGOEROES.
- Iedereen geboren in 2008 en vroeger kan aangesloten worden als wedstrijdathleet.

LIDGELDEN

De tarieven voor het seizoen 2015 - 2016 zijn : Atleten die regelmatig wedstrijden meedoen blijven we hiervoor, meer nog dan vroeger belonen!

- eerste lid van het gezin betaalt 100 €
- tweede lid van het gezin betaalt 95 €
- derde lid en volgende betalen 90 €

Kangoeroes (geboren in 2009 en 2010): 65€ (1 training per week op woensdag van 17h00 tot 18h00)

OPGELET

- Atleten die op het einde van het atletiekseizoen voldoen aan de reglementen van het zomer - of wintercriterium worden hiervoor beloond tijdens ons jaarlijks ledenfeest.
- Betalingen gebeuren best per overschrijving op het volgende rekeningnummer: **BE94 2350 0504 4214** van de Breese Atletiekclub. (BIC: GEBABEBB)
- Te vermelden bij mededeling: **LIDGELD 2015 - 2016, VOORNAAM + NAAM VAN DE ATLEET**

INBEGREPEN IN HET LIDGELD

- Aanvraag startnummer en bijdrage lidgeld VAL
- Trainingen
- Val verzekering. Iedereen is verzekerd tijdens wedstrijden, trainingen, dus alles wat door Bree AC of door een andere club wordt ingericht.
- Gebruik van het sportmateriaal tijdens de trainingen
- Het clubboekje SPIKE met allerlei nuttige informatie (4 keer per jaar)

BELANGRIJK

- We hebben nog steeds een winter- en een zomercriterium. Wie de reglementen volgt kan dan een bijkomend deel van zijn lidgeld terug verdienen. Deze geldprijzen worden enkel uitgereikt tijdens het clubfeest (aanwezigheid vereist).
- Bij de meeste ziekenfondsen bestaan er ook tegemoetkomingen bij aansluiting bij een sportclub (CM-sport, ...). Indien dit zo is bij het ziekenfonds waarbij je aangesloten bent en je wil zo een attest ontvangen, stuur dan een mailtje naar het secretariaat (bree@val.be) met naam atleet + gewenste attest (welk ziekenfonds). Het ingevulde attest wordt dan bezorgd.
- Nummers worden uitgedeeld op de ledeninfoavond van woensdag 28 oktober om 19 u. Bij afwezigheid op de trainingen in de weken nadien.

Eigen wintercriterium Bree AC

Ook wij als club willen onze wedstrijdathleten belonen. Op het clubfeest in 2016 ontvangen de atleten die aan volgende voorwaarden voldoen een geldprijs. Het reglement is als volgt:

1. Er moet aan minstens **VIJF WEDSTRIJDEN** deelgenomen worden om van onze prijzenpot te kunnen genieten.
2. Voor de atleten die aan meer dan 5 wedstrijden hebben deelgenomen, worden aan maximaal de 10 beste wedstrijden punten gegeven.
 - Deelname aan het Provinciaal kampioenschap geeft **dubbele punten**.
 - Deelname aan het Belgische kampioenschap geeft **dubbele punten**.
 - Deelname aan de Sinterklaasveldloop in Bree geeft **dubbele punten**.
3. Aanwezigheid op de prijsuitreiking (tijdens clubfeest) is verplicht. Men moet op het moment van de prijsuitreiking ook nog lid zijn van Bree AC.
4. Volgende punten worden per wedstrijd toegekend:
 - 1) 100 pt. 2) 90 pt. 3) 85 pt. 4) 80 pt. 5) 75 pt. 6) 70 pt. 7) 65 pt. 8) 60 pt. 9) 55 pt. Vanaf 10) 50 pt. Vanaf 20) 40 pt.

Indoorwedstrijden tijdens komende winter

Dit jaar zullen we vanuit de club ook begeleiding van een trainer voorzien voor enkele indoorwedstrijden in Limburg. De begeleide wedstrijden zullen aangegeven worden op de website onder de rubriek wedstrijden > winter > indoor.

Op de website kan je ook de disciplines per categorie terugvinden.

Op volgende data zijn indoorwedstrijden in Limburg gepland.

- 07/11/2015 : Jeugdmeeting in Heusden (B/P/M/C)
- 28/11/2015 : Open meeting in Heusden (P/M/C/S/JS)
- 12/12/2015 : Open meeting in Heusden (B/P/M/C/S/JS)
- 28/12/2015 : Sprintersgala in Heusden (C/S/JS)
- 09/01/2016 : PK alle categorieën (lange afstand) in Gent
- 10/01/2016 : PK alle categorieën (overige nummers) in Heusden

- 23/01/2016 : Open meeting in Heusden (P/M/C/S/JS)
- 13/02/2016 : Open meeting in Heusden (B/P/M/C/S/JS)
- 27/02/2016 : Sprintersineterclub in Heusden (B/P/M/C)
- 05/03/2016 : PK jeugd in Heusden (B/P/M)
- 12/03/2016 : PK masters in Gent
- 20/03/2016 : spurt + polstok in Heusden (B/P/M/C/S/JS)

Winterwedstrijden LCC 2015 - 2016

Wat is het LCC?

Het LCC – Crosscriterium is het Limburgs veldloopseizoen voor de komende winter waarbij de meeste Limburgse atletiekclubs elk een veldloopwedstrijd organiseren.

Voor elke categorie wordt een klassement bijgehouden met prijzen (prijzen in natura voor de kleinste – geldprijzen voor de grote). Enkel indien je aan minstens 6 wedstrijden deelneemt kom je in aanmerking voor het eindklassement.

Ook na iedere wedstrijd zijn er voor iedereen naturaprijzen te winnen. (De 1ste mag kiezen van de prijzetafel en zo in volgorde naar onder.)

Meer info: www.pclimburgatletiek.be, zie LCC

Waar gaan de wedstrijden van het LCC dit jaar door?

Alle crossen beginnen om 12.30 u met de kleinste categorie nl. de benjamins. Sommige clubs organiseren ook een veldloop voor de kangoeroes. Deze zullen starten voor de lopen van de benjamins.

Wedstrijd 1: 8 november 2015;	ADD: Tongeren: Sportstadion "De Motten", Kastanjewal
Wedstrijd 2: 15 november 2015;	SACN: Neerpelt: Dommelhof, Toekomstlaan 5
Wedstrijd 3: 29 november 2015;	GENK: Stedelijk Sportcentrum, Emiel Van Dorenlaan 144
Wedstrijd 4: 6 december 2015;	BREE: De Boneput, Watertorenstraat 14
Wedstrijd 5: 20 december 2015;	MACD: Dilsen: Kasteelpark "Ter Motten", Europalaan 25
Wedstrijd 6: 10 januari 2016;	ATLA, Lanaken: H. Hartcollege, Stationstraat 232
Wedstrijd 7: 17 januari 2016;	ACA: Alken: Speelplein "De Alk", Koutermanstraat 2
Wedstrijd 8: 31 januari 2016;	TACT, St.-Truiden: Domein "Het Speelhof", Speelhoflaan 5
Wedstrijd 9: 21 februari 2016;	DALO, Lommel: Provil, Duinenstraat

Wedstrijd PK: 7 februari 2016; ACA: Alken: Speelplein "De Alk", Koutermanstraat 2

Wedstrijd BK masters: 6 maart 2016; Dour

Wedstrijd BK: 13 maart 2016; Wachtebeke, Domein "Puyenbroeck"

Daarnaast organiseerd Looi ook een veldloop op 27 december 2015 aan hun piste. Deze wedstrijd telt niet mee voor het LCC, maar wel voor ons eigen wintercriterium, waarover later in dit nummer meer.

Begeleiding door Bree AC

Dit jaar zal er bij elke LCC - veldloop een begeleiding voorzien worden door de trainers. De uren van samenkomst aan de piste van Bree staan vermeld op de website en zullen ook aan jullie bezorgd worden via mail. We proberen steeds 45 min voor de eerste start (12h30) aanwezig te zijn, zodat er nog voldoende tijd is voor de inschrijving, de opwarming en het verkennen van het parcours. Onze secretaris Ludo zal steeds aanwezig bij het gezamenlijk vertrek.

Als je pas later op de namiddag moet lopen, en de weg al weet, kan je natuurlijk ook afzonderlijk rijden.

Wie kan deelnemen aan de LCC-wedstrijden?

Voor alle aangesloten atleten van Bree AC die aan een wedstrijd veldlopen willen deelnemen, van benjamin tot en met master.

Wat te doen als je aan een wedstrijd wil deelnemen

- Vul het inschrijvingskaartje al bij je thuis in (deze kaartjes zijn verkrijgbaar tijdens de infoledenavond)
- Geen ramp als je geen kaartjes op voorhand hebt. Bij de inschrijvingen van de veldloop zelf kan je deze nog verkrijgen en dan invullen.
- Zorg dat je minstens 1 uur voor de start van jouw reeks bij de inschrijvingen bent. Zodoende heb je nog even tijd op je op te warmen en het parcours even te verkennen. Zie op onze website naar het benaderend uurschema en de omloop.
- Je betaalt je deelname bij de inschrijvingen, daarna wordt je kaartje afgestempeld. Dit kaartje krijg je terug en moet je dragen tijdens de wedstrijd.
- Zorg dat je je clubtruitje aantrekt met je Val wedstrijdnummer goed vastgespeld. Achter je nummer bevestig je het inschrijvingskaartje met een veiligheidssped. Dit kaartje wordt bij de aankomst door de juryleden afgehaald.
- Voor veldlopen loop je best op “spikes” (het parcours is soms modderig waardoor je op gewone loopschoenen zeer snel zult uitglijden) met pinnen van 9 of 12 mm (in de zomer is dit 6 mm).
- Nu ben je volledig klaar en kan je starten. En denk eraan: vooral niet zenuwachtig zijn. Deelnemen is immers belangrijker dan winnen.

Reglement LCC 2015 - 2016

Deze LCC bestaat uit NEGEN wedstrijden, gelegen in Belgisch Limburg. Eveneens geeft de deelname aan het Provinciale Kampioenschap (onafhankelijk van de provincie) aanleiding tot extra bonuspunten.

1. De organiserende clubs zijn in alfabetische volgorde: ACA (Alken), AC GENK (Genk), ADD (Tongeren), ATLA (Lanaken), BREE AC (Bree), DALO (Lommel), MACD (Dilsen), SACN (Neerpelt) en TACT (Sint-Truiden).
2. De Crosscup heeft aparte klassementen voor: JEUGD, JUNIORS, SENIORS DAMES, SENIORS HEREN, MASTERS DAMES - 45, MASTERS DAMES +45, MASTERS DAMES +55, MASTERS HEREN -45, MASTERS HEREN -55 en MASTERS HEREN +55.

Volgende prijzen zijn voorzien:

- **Benjamins, pupillen en miniemen:** een authentieke herinneringsmedaille voor de eerste drie atleten van elke categorie en volgens wedstrijdconfiguratie (2x Ben H, 2 x Ben D, 2 x Pup H, 2 x Pup D, 2 x Min H en 2 x Min D). Een waardevol geschenk voor de eerste 5 atleten van elke categorie (wedstrijdconfiguratie) en per geboortejaar. (20 voor benjamins, 20 voor pupillen en 20 voor miniemen)
- **Cadetten en scholieren :** een authentieke herinneringsmedaille voor de eerste 3 atleten van elke categorie en volgens de wedstrijdconfiguratie, (Cad D, Cad H, Sch D en Sch H). Vervolgens wordt de einduitslag van de Cad en Sch opgesplitst volgens het geboortejaar, en is er voor de eerste 3 atleten van elke categorie en van elk geboortejaar een waardevol geschenk. (2xCad D, 2xCad H, 2xSch D en 2xSch H).
- **Juniors:** Een authentieke herinneringsmedaille voor de eerste 3 atleten van elke categorie een waardevol geschenk voor de eerste 5 atleten.
- **Seniors:** Een authentieke herinneringsmedaille voor de eerste 3 atleten van elke categorie zowel dames als heren en verdeling van waardevolle prijzen op basis van de voorziene prijzenpot.
- **Masters:** Een authentieke herinneringsmedaille voor de eerste 3 atleten van elke categorie zowel dames als heren (-45, +45 en +55) en verdeling van waardevolle prijzen op basis van de voorziene prijzenpot.

3. Een kangoeroeloop die voorafgaand op dezelfde dag georganiseerd wordt, maakt geen deel uit van het LCC - criterium.

4. Zowel binnen- als buitenlandse atleten komen in aanmerking voor de puntentelling en de eindrangschikking.

5. De puntentelling per wedstrijd gebeurt als volgt:

plaats	punten	plaats	punten	plaats	punten
1	200	21	107	41	47
2	190	22	104	42	44
3	185	23	101	43	41
4	180	24	98	44	38
5	175	25	95	45	35
6	170	26	92	46	32
7	165	27	89	47	29
8	160	28	86	48	26
9	155	29	83	49	23
10	150	30	80	50	20
11	146	31	77	51	18
12	142	32	74	52	16
13	138	33	71	53	14
14	134	34	68	54	12
15	130	35	65	55	10
16	126	36	62	56	9
17	122	37	59	57	8
18	118	38	56	58	7
19	114	39	53	59	6
20	110	40	50	60	5

Vanaf de 61ste plaats ontvangen alle daarop volgende atleten die aankomen eveneens 5 punten

6. Het eindklassement wordt gemaakt door de punten, behaald in iedere wedstrijd, samen te tellen.
7. Voor het eindklassement komen enkel die atleten in aanmerking die aan minstens **ZES VAN DE NEGEN** wedstrijden (**dus PK niet inbegrepen**) deelgenomen hebben en aangesloten zijn op de dag van de laatste LCC wedstrijd. Voor die atleten die aan zeven, acht of negen wedstrijden deelgenomen hebben, worden de punten van de minst goede wedstrijden geschrapt.

Met andere woorden, enkel de punten van de **ZES beste wedstrijden komen** in aanmerking. Er dient echter uitdrukkelijk rekening gehouden te worden met het feit dat de volgende **bonuspunten**, buiten de wedstrijdprestaties, worden toegekend.

5 bonuspunten voor een 7de deelname

10 bonuspunten voor een 8ste deelname

15 bonuspunten voor een 9de deelname

15 extra bonuspunten voor deelname aan het Provinciale Kampioenschap (deelnemers van buiten de provincie Limburg, of atleten geselecteerd door de VAL voor een buitenlandse wedstrijd (veldloop) op dezelfde dag als dit PK bezorgen de LCC verantwoordelijken zelf een bewijs van hun deelname via de uitslag van betrokken wedstrijd.

Opmerking: Buitenlandse atleten, waarvoor hun PK samenvalt met een andere LCC-wedstrijd, kunnen toch de bonuspunten voor deze LCC-wedstrijd ontvangen indien ze aan alle andere LCC-wedstrijden hebben deelgenomen.

Indien door onvoorziene (weers-)omstandigheden een of meerdere wedstrijden wegvallen wordt in eerste instantie geprobeerd een nieuwe datum te vinden. Lukt dit organisatorisch niet dan blijft het minimum van 6 deelgenomen wedstrijden behouden en vervallen bonuspunten voor de 9de deelname (en de 8ste, 7de indien er 2 of 3 wegvallen).

8. In geval van gelijkheid van punten, (bonuspunten inbegrepen), beslist in de eerste plaats het aantal deelgenomen LCC - Crossen. In geval van gelijkheid, qua deelnames beslist de plaats, behaald in hun laatste confrontatie, in een LCC-Cross 2015 - 2016.

9. De definitieve rangschikking wordt tijdig verspreid naar de deelnemende clubsecretariaten en bestuursverantwoordelijken van het LCC. Aan elk clubsecretariaat wordt gevraagd om iedere atleet die in aanmerking komt voor de prijsuitreiking en deel uitmaakt van hun club schriftelijk te verwittigen. De prijsuitreiking zal plaatsvinden op **vrijdag 4 maart 2016** in Kortesseem (Cultureel centrum Mozaïek - Kerkplein 14; 3720 Kortesseem) **vanaf 19.00u**. Tijdens deze zal de nodige animatie verzorgd worden door een entertainer.
10. Aanwezigheid op de prijsuitreiking is verplicht, daarom zal er geen enkele geldprijs meegegeven worden aan iemand anders dan betrokken atleet zelf. Bij afwezigheid vervalt de geldprijs. De vrijgekomen som zal als reserve dienen voor het prijzengeld van de volgende editie van het LCC.
11. Er zal geen enkele premie betaald worden aan atleten die zondigen tegen de I.A.A.F.-dopingsregels.
12. In geval van oneerlijkheid of onsportief gedrag (vb: duwen, opzettelijk hinderen, meelopen op parcours enz..) van een atleet of begeleider welk vastgesteld en gemeld werd door een jurylid, kan het overkoepelende LCC - bestuur disciplinaire maatregelen nemen en de betrokken atleet sancties opleggen, gaande van puntenverlies tot en met schrapping uit de wedstrijd en uit het criterium en zelfs weigering tot een verdere deelname aan toekomstige edities van het LCC.
13. De atleten, die het criterium aanvoeren, kunnen eventueel bepaalde verplichtingen opgelegd worden (bvb. om podiumplaatsen te bezetten met een logo van de sponsor)
14. Een atleet, die om een of andere reden de wedstrijd niet beëindigd heeft, (opgave) moet zijn wedstrijdkaartje aan de scheidsrechter of dienstdoend jurylid afgeven, indien hij/zij deze wedstrijd wil laten meetellen om het minimum aantal deelnames te verzekeren. (zes van de negen wedstrijden) Voor deze prestatie ontvangt de betreffende atleet echter **geen punten**. Bonuspunten worden evenmin toegekend.
15. In geval van geschil of klachten, is alleen het overkoepelende LCC - bestuur bevoegd om beslissingen te nemen.
16. Prijzenpot en verdelingsnormen van de geldprijzen in Euro's.

SeniorsHeren 865€

plaats	bedrag	plaats	bedrag
1	250	6	50
2	170	7	40
3	130	8	30
4	75	9	30
5	60	10	30

Seniors Dames 575€

plaats	bedrag	plaats	bedrag
1	190	4	60
2	130	5	50
3	105	6	40

17. Een senior, die, gedurende het LCC-seizoen, van de seniorklasse naar de master klasse overstapt, neemt zijn/haar punten, verdient bij de seniors, mee naar het master klassement en komt enkel voor in de eindrangschikking van de masters. Iedere deelnemer aan dit LCC-Criterium verklaart zich voorafgaandelijk akkoord met deze noodgedwongen maatregel. Indien de betreffende atleet echter wenst verder aan te treden bij de seniors, is dit toegelaten. De betreffende atleet moet in dit geval echter zijn senior-nummer verder blijven gebruiken.

18. Identiek dezelfde reglementering zal gelden voor die atleten, die gedurende het LCC-seizoen bij de masters heren en dames overstappen naar een hogere categorie. Aan de hand van hun inschrijvingsetiket bepalen deze masters zelf in welke categorie zij wensen gerangschikt te worden.

19. De atleten, die aan 6 wedstrijden hebben deelgenomen, en desondanks buiten de prijzen vallen, ontvangen een exclusief LCC-geschenk. Atleten, die aan ALLE ingerichte LCC - wedstrijden deelgenomen hebben komen in aanmerking voor de tombola van 10 waardevolle naturaprijzen verdeeld over de diverse categorieën. Men moet wel aanwezig zijn tijdens de verloting.



Fit Free



Tijdens de huidige editie van Fit Free, waar volwassene op een zeer laagdrempelige manier aan atletiek proberen te doen, zijn er 14 deelnemers. Er zijn weer heel wat nieuwe gezichten, die allen even enthousiast proberen mee te doen. De huidige sessie van 20 lessen loopt op zijn einde op 28 oktober.

Vanaf het nieuwe atletiekseizoen zullen de deelnemers van Fit Free op een andere basis trainingen volgen. De deelnemers zullen niet meer per kwartaal aangesloten zijn bij Bree AC, maar ze zullen in het begin van het seizoen lid worden van onze club en kunnen het ganse atletiekseizoen trainingen volgen.

Kan ik het niveau van de trainingen wel aan? Welke soorten disciplines worden er getraind? Wordt er veel gelopen? Met al dit soort vragen kan je terecht bij onze trainerscoördinator Ruth. Dit voor of na de trainingen of via ruth@acbree.be

Puzzelplezier

De oplossing van de cijfercode in de vorige puzzelplezier was: "atletiek bij AC Bree is super leuk voor groot en klein". 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: **Marie Broekmans**.

De volgende puzzelplezier is kruiswoordraadsel. Als je de spike goed gelezen hebt kom je vast wel achter de antwoorden. Weet jij het antwoord? Dan mag je het sturen naar spike@acbree.be. En wie weet ben jij wel de volgende winnaar.

Hoeveel nieuwe clubrecords zijn gevestigd tijdens het voorbije zomerseizoen ?

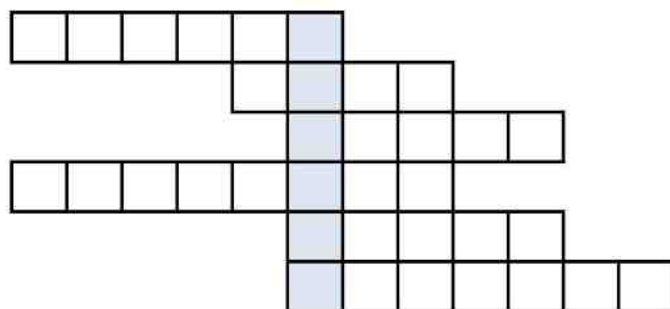
Hoeveel atleten hebben deelgenomen aan het BK jeugd ?

Hoeveel LCC veldlopen zijn er komende winter ?

Wat is de achternaam van de vrouwelijke redactrice van de spike ?

Wat is de snelste atletiekdiscipline ?

War is de voornaam van de trainer die schrik heeft van de atleten ?



Resterende boslopen

Op de voorbije boslopen waren de atleten van onze club talrijk aanwezig. We hopen jullie ook te mogen verwelkomen op de resterende boslopen voor de afstanden van 1 - 3 - 6 - 9 of 12 km. Er wordt geen uitslag opgemaakt en iedereen kan op zijn tempo de bosloop uitlopen.

- 25 oktober : **Kinrooi** (De Steenberg, Dalerweg)
- 8 november : **Maaseik** (voetbal Opoeteren, Dorperheideweg 2)
- 22 november : **Bree** (voetbal Opitter, Opstraat)
- 29 november : **Peer** (skipiste Peer, Deusterstraat 74)
- 13 december : **Meeuwen - Gruitrode** (voetbal Gruitrode, Groenstraat 38)

Kampioenschappen tijdens het komende winterseizoen

- PK indoor (lange afstand): 09/01/2016, Gent vanaf cad t.e.m. sen (*)
- PK indoor (overige nummers): 10/01/2016, Heusden vanaf cad t.e.m. sen (*)
- PK veldloop: 07/02/2016, Alken voor benj tot en met masters
- BK indoor: 28/02/2016, Gent voor cad/schol (*)

- PK indoor jeugd: 05/03/2016, Heusden voor benj-pup-min
- BK veldlopen masters: 06/03/2016, Dour voor masters (*)
- PK indoor master: 12/03/2016, Gent voor masters (*)
- BK veldlopen: 13/03/2016, Wachtebeke voor benj tot en met senior (*)

(*) met voorinschrijving via secretariaat BREE: sluitingsdata inschrijvingen nog niet gekend
Verdere info: www.val.be

Familie Smeets breidt uit

Bij de familie Smeets is iets heel wonderlijks gebeurd. Dirk Smeets, een atleet die vooral in de winter actief is, is voor de eerste keer vader geworden van een flinke dochter. Voor Jan Smeets en bestuurslid Anneke Pinxten was het ook een hele aanpassing, nu zij voor de eerste keer oma en opa zijn geworden. Vanuit de redactie van de spike wensen wij Dirk, mama Femke, Jan en Anneke een dikke proficiat met hun dochter en kleindochter Marthe.

Liefde werd leven

Wil je Marthe komen bewonderen?

We verwelkomen je met plezier bij ons thuis
(Ruisbroekstraat 35, Bierbeek). Graag wel eerst even
bellen naar de trotse mama (0494/808829) of fiere papa
(0495/801646).

Vrijblijvende cadeautip:
Pamperrekening: BE21 7350 3238 0103
Dreambaby.be: Lijstnr: 744581 / Paswoord: FD2015

Dochter van Femke en Dirk
Geboren op
3 september 2015
weegt 3.980 kg en meet 50 cm
Meter: Eefie Vanschoonlandt
Peter: Bart Smeets



Wist je dat?

- Kyara en Hendrik bij mensen aan huis gaan aanbellen tijdens de duurloopjes om naar toilet te kunnen gaan.
- Daar krijgen ze dan ook nog van alles aangeboden.
- Tijdens het zeer warme Pk aflossingen sommige mama's hun broek niet meer uit kregen toen ze naar toilet moesten.
- Er tijdens de olympic wedstrijd in Bree een nieuw clubrecord gevestigd is door de familie Noels.
- Namelijk het hoogste aantal hot-dog's eten op één meeting.
- In het Koning Boudewijnstadion in Brussel pizza's zeer lekker zijn.
- Je vanuit dit stadion zelfs de bovenste bol van het atomium kan zien. Sommige hier héél erg verrast van waren !!
- Guy Nulens zijn provinciale titel in het hamerslingeren bij de juniors heeft kunnen verlengen. Proficiat Guy!
- Daarnaast behaalde Jeffrey Nulens en Davy Aendekerk ook nog een podiumplaats wisten te behalen op dit PK.
- Davy Aendekerk is zelfs naar het BK hamerslingeren geweest in Ciney. Zou hij daar ook een lekkere trappist zijn gaan proeven?
- Onze trainer in spé (Hendrik), als hij de kinderen niet meer de baas kan, hoog wegkruipt op de zolder in het materiaalhok.
- 5 van onze trainers een actieve bijscholing hebben gevolgd in Meeuwen.
- Sommige van hen hier niet de juiste outfit voor aanhadden.
- Tijdens de voorbereiding van onze olympic heeft Angilique weer heel wat tranen gelaten. Dit tijdens het snijden van de ajuin voor de hot-dogs.
- De intergemeentelijke boslopen terug van start zijn gegaan.
- Er weer veel atleten van onze club hieraan deelnemen. Dit een ideale voorbereiding is voor de veldlopen van het komend winterseizoen.
- Jan Smeets ook weer 2 x Limburgs kampioen is geworden op de 800 m en de 1500 m in de categorie Masters M60.
- Danny tijdens het BK voor de jeugd in Nijvel graag terug naar de auto loopt.
- Je tijdig je lidgeld moet betalen, zodat je nieuwe borstnummer kan aangevraagd worden en je de eerste veldloop in Tongeren of de indoorwedstrijd in Heusden probleemloos kan deelnemen.
- De groep van de kangoeroes ondertussen is uitgegroeid tot 25 deelnemers.
- Een groot deel hiervan is klaar om over te gaan naar de benjamins.
- Het een zéér leuke verrassing was dat de atleten een mooi t-shirt kregen tijdens het atletiekkamp.
- We zien deze t-shirts regelmatig terug tijdens de wedstrijden en boslopen.
- Naast het maken van materialen om tijdens de trainingen te gebruiken, waagt Erwin zich ook wel eens aan een kleine Salsa dans.
- Wendy tijdens de bosloop in Opglabbeek kennis heeft gemaakt met het zachte zand van de oudsberg.
- Na afloop van dezelfde bosloop Gijs N. zijn kapsel er plots veel moderner uitzag.
- Het bestuur, de trainers en de redactie jullie een heel sportief winterseizoen toe wensen.



Werkten mee aan deze spike:

Carlo Maesen, Ludo Leijnen, Veerle Gregoire, Danny Drijkoningen

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*