



# SPIKE

CLUBBLAD AC BREE

Nr 4 - Oktober 2016 - Jaargang 41

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



Met dank aan onze hoofdsponsor:



  
 BROUWERIJ  
**CORNELISSEN**  
 OPITTER 1859



## BETONVLOEREN

### Johan Weltjens

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

**[www.industrievloer.be](http://www.industrievloer.be)**



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



**Chris & Céline**

Oudestraat 40  
 3960 Bree  
 T 089/722565  
 GSM 0499/183834  
[info@ccrunning.be](mailto:info@ccrunning.be)  
[www.ccrunning.be](http://www.ccrunning.be)





CBFA nr 44190CA-CB

**ARGENTA  
 KERKHOFS & CO** vof  
 Witte Torenwal 36 - 3960 Bree - (089) 47 33 20

**Wil jij hier ook staan ?  
 Laat het ons weten via**

**[Info@acbree.be](mailto:Info@acbree.be)**



## Voorwoord van de voorzitter

Hoi iedereen,

Eerst en vooral een welkom aan onze nieuwe atleten.

Het seizoen 2015-2016 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 Meeuwen en Bocholt. Ook eigen organisaties zoals onze sinterklaasveldloop, meeting met jeugd, olympic en eeddag 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 zesde editie mochten we 640 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 80 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 2016-2017. Dit kondigt zich aan als een druk seizoen. Buiten de jaarlijks terugkerende organisaties gaat er dit seizoen ook het PK voor de jeugd bijkomen. Dit PK zal doorgaan in Hechtel op 24 juni 2017. Dit seizoen gaan we ook weer met de club naar het BK Veldloop te Wachtebeke dat doorgaat op 12 maart 2017. 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 in september de olympic. Wij organiseren ook weer een infomoment, dat doorgaat op 26 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.

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

Jo Vermeire  
Barierstraat 60  
3960 Bree  
jo@acbree.be

### ONDERVOORZITTER, WEBMASTER

Danny Drijkoningen  
0496 44 16 52  
info@acbree.be

### MATERIAALMEESTERS

Jeffrey Nulens  
0476 87 44 52  
jeffrey@acbree.be

Erwin Noels  
0495 88 75 31  
erwin@acbree.be

### BESTUURSLEDEN

Anneke Pinxten  
011 63 38 11  
anneke@acbree.be

Sonja Frederix  
089 47 24 89  
sonja@acbree.be

### Bernie Buteneers

0474 99 75 80  
bernie@acbree.be



## Huidige trainers

Ruth Bloemen  
Erik Peeten  
Jeffrey Nulens

Theo Hertogs  
Wendy Verlaak  
Sylvie Aerts

Lotte Smeets  
Benja Maesen  
Hendrik Heylen

Bieke Stinkens  
Joël Clijsters  
Anne Verstraeten

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 Brouwers  
ouderraad@acbree.be  
0473 / 37 61 34

Sylvie Voorter  
ouderraad.sylvie@acbree.be

## Vertrouwenspersoon

brecht@acbree.be

**Redactie Spike : spike@acbree.be**

## PK polsstok

Enkele dagen na het provinciaal kampioenschap voor de jeugd vond het PK polsstok plaats in Tessenderlo. Voor onze club nam Davy Nulens deel aan dit kampioenschap. Met een sprong over 1,86m werd hij provinciaal kampioen.

Proficiat Davy !!!



## Nacht van de atletiek

Op zaterdag 16 juli vond de Nacht van de Atletiek plaats op de atletiekpiste van Heusden. Voor deze wedstrijd waren 4 atleten van Bree geselecteerd. Hendrik had zich niet gekwalificeerd voor deze wedstrijd, maar wilde dit in geen geval missen. Daarom ging hij mee als fotograaf. Even probeerde hij, als volleerd reporter, de opwarmingszone binnen te glippen.

Als eerste kwam **Benja Maesen** aan de beurt bij de scholieren op de 800m. Na een zeer mooie eerste ronde moest Benja de kopgroep lossen. Met een eindsprint kon ze toch nog enkele seconden van haar besttijd afdoen. Ze finishte in een tijd van 2:27,03 s.

Dan was het even wachten op de volgende Breese atleet. **Noor Vanhemel** kwam in actie op de 1000m voor miniemen meisjes. De eerste lopers namen een verschroeiende start. Noor liet een beetje begaan en verbeterde net haar besttijd niet. Ze finishte in een tijd van 3:35,07 s



In de volgende reeks 1000 m voor miniemen kwam **Mirthe Drijkoningen** aan de start. Het zonnetje kwam stevig opzetten. Net iets te warm voor Mirthe dachten velen. Na een zeer sterke wedstrijd finishte ze als 10de in een tijd van 3:15,69 s.

Bij de pupillen meisjes liep **Sanae Ait Faraji** mee. Na een tweestrijd met haar Limburgse concurrente uit Alken won Sanae de wedstrijd in een tijd van 3:24,38 s.

Proficiat aan de 4 Breese deelnemers. Hopelijk kunnen er zich volgend jaar enkele atleten extra kwalificeren, zo kunnen de vele meegereisde supporters genieten van het Breese talent. Na de wedstrijd gingen de atleten en de meegereisde clubgenoten op handtekeningenjacht. En natuurlijk mochten selfies met de internationale atleten niet ontbreken.



## Provinciaal kampioenschap meerkampen

Op 13 augustus vond het provinciaal kampioenschap meerkampen plaats in Sint-Truiden. Hier voelen de Nafi Thiams van deze wereld zich thuis. Voor Bree namen slechts 3 atleten deel. Bij de pupillen meisjes nam **Goele**

**Noels** deel. Na een knappe hoogspringwedstrijd werd **Goele** uiteindelijk 7de met 1540 punten.

Bij de miniemen jongens behaalde **Davy Nulens** na een wat mindere dag in totaal 1462 punten.

**Lindsey Nulens** kwam aan de

start bij de cadetten dames. Met enkele goede resultaten bij het hoogspringen en het kogelstoten behaalde **Lindsey** 1129 punten. Wat goed was voor een zilveren medaille.

Proficiat aan alle 3 de deelnemers.

## Avondloop Bocholt

De jaarlijkse stratenloop in Bocholt vond, zoals elk jaar, plaats op 14 augustus. Deze keer werd de wedstrijd op zondag gelopen. En het zonnetje was ook van de partij. Als eerste mochten de allerkleinste in de verschillende categorieën lopen. Als eerste kwamen de kleinste kleuters aan de beurt voor 200 m. Hier namen enkele van onze kangeroes aan deel. Omdat ze nog niet in clubtruitje liepen waren ze moeilijker te herkennen.

Daarna was het de beurt aan de kinderen geboren in 2008 en 2009. Hier namen ook heel wat Breese atleten deel. De fotograaf was nog net op tijd om het podium met Jorne Cardinaels en Juul Derickx vast te leggen.

In de volgende reeks was het de beurt aan de kinderen geboren in 2006 en 2007. Bij de meisjes was het al Bree dat de klok sloeg. Een volledig groen podium. Céline Dirckx was 1ste, Nieke Lemmens 2de en Kayleigh Maestriperi vervolledigde het podium.

De oudste kinderen moesten de 1000m tot een goed einde brengen. Hier zagen we Lieze Nijsen op het podium verschijnen.





Na de jeugdreeksen was het tijd voor de langere afstanden. Aan de start van de 5 km en de 10 km stonden heel wat Breese atleten op de eerste rij. Zelfs enkele deelnemers van de FitFree namen deel aan de 10km. Zij probeerde tijdens het lopen, de andere atleten van Bree, zo veel mogelijk aan te moedigen. Met als gevolg dat er enkele mooie prestaties geleverd werden. Op de 5 km werd Hendrik Heylen 3de. Op diezelfde afstand liep Mirthe Drijkoningen naar een 2de plaats. Op het podium van de 10 km kleurde het podium zelfs nog wat groener. Benja Maesen werd 1ste en Bieke Stinkens 2de. Proficiat aan al de deelnemers.



## Een heel tof atletiekkamp

Van 16 tot en met 19 augustus was er weer een tof atletiekkamp. 72 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, Sylvie en Lindsey. Iedere dag waren er verschillende oefeningen en spelletjes. De trainers hebben er weer een heel leuk atletiekkamp van gemaakt. Dank je wel Wendy, Jeffrey, Sylvie, Erik, Lotte, Benja, Anne, Joël, Bieke en Hendrik.

Dit jaar was er zelfs een heel groot opblaasbaar hindernissenparcours, waar de deelnemers zich hebben kunnen uitleven.

Voor meer foto's kan je een kijkje nemen op onze website [www.acbree.be](http://www.acbree.be) onder de rubriek foto's 2016.

## Provinciaal kampioenschap estafette

Het was een hele klus om de ploegen voor het provinciaal kampioenschap estafette op 28 augustus in Lanaken samen te stellen. Voor de spurtnummers konden we slechts 1 ploeg afvaardigen. Op de langere afstandsnummers kwamen er toch wat meer groenhemden aan de start.

Tijdens de warme zondag hadden alle clubs heel wat atleten opgetrommeld. Dit zorgde voor een heuse drukte naast de piste. Na een korte opwarming, waar de stokwissels nog snel even werden ingeoeffend, kwamen de miniemen meisjes op de 4 x 80m als eerste Breese ploeg aan de start. **Marie Broekmans** gaf het stokje door aan **Mirthe Drijkoningen**, **Liesl Goossens** gaf het stokje als derde looper aan **Anna Jehoul**. **Anna** kwam over de finish in een tijd van 49,09 s.



Na een korte pauze, waarin alle atleten aankwamen kon de 3 x 600m voor de jeugdathleten van start gaan. Als eerste kwamen de benjamins aan de beurt. **Lore Drijkoningen**, **Soetkin Trippaers** en **Manou Cardinaels** liepen de wedstrijd uit in 7:50,75 s. Als volgende kwamen 3 eerstejaars benjamin jongens aan de start. Na een zeer goede start, moesten **Juul Derickx**, **Giel Lemmens** en **Wannes Ceyskens** hun meerdere erkennen in de iets oudere en grotere atleten. Ze finishte op een mooie 4de plaats in 7:05,26 s. Dat belooft voor volgend jaar.

De volgende waren de pupillen meisjes. Met een tijd van 6:58,76 s eindigde **Céline Dirckx**, **Michelle Cardinaels** en **Nieke Lemmens** knap als 6de. De pupillen jongens kwamen he meest relax aan de start. **Jef Buteneers** liep vlotjes over de piste. Daarna was het de beurt aan **Stan Segers**. Toen hij voorbij nonkel Marc kwam, die hem luid aanmoedigde, schoot hij ineens vooruit. **Klaas Broekmans** kon de wedstrijd uitlopen in een tijd van 6:45,47 s. Een nieuw clubrecord. Een tweede succesje na de 4de plaats van de benjamin jongens.

Bij de miniemen meisjes kwamen zelfs 2 ploegen aan de start. De ploeg met **Lieze Nijsen**, **Marie Broekmans** en **Liesl Goossens** konden met een tijd van 6:52,74 s net de top 10 volmaken. De andere ploeg met **Anna Jehoul**, **Noor Vanhemel** en **Mirthe Drijkoningen** wilden hun kunstje van 2 jaar geleden nog eens overdoen (toen 3de). In een iets andere volgorde vertrok **Anna** als een speer. Net voor **Noor** het stokje aan **Mirthe** moest doorgeven kon ze nog enkele plaatsen goedmaken. **Mirthe** maakte het voorbereidende werk van haar teamgenoten af. Met een tijd van 5:57,06 s behaalde ze de derde plaats binnen. De laatste jeugdathleten die aan de start kwamen, waren de miniemen jongens. Na lang wachten in deze hitte hadden **Martijn Ceyskens**, **Jelle Awouters** en **Sten Janssen** het zwaar.



Na de jeugdathleten was het even wachten op een verrassende deelname. Vol spanning keken we uit naar de 4 x 800 m bij de dames, alle categorieën. De hele week waren **Benja Maesen** en **Bieke Stinkens** op zoek geweest naar enkele atleten die met hen de 4 x 800m wilde lopen. **Marie Nijsen** was vlug overtuigd, maar die 4de deelnemer was moeilijker te vinden. Na kort overleg met Martijn wilde mama **Tine Eerlingen** zich opofferen. Na een snelle start moest **Tine** in het 2de rondje toch was gas terugnemen voor ze het stokje doorgaf aan **Marie**. Als laatste kwamen **Bieke** en **Benja** aan de beurt. Met een tijd van 11:32,42s mogen zij best tevreden zijn met het resultaat. Maar nog belangrijker was de leuke sfeer in de groep. Er werden zelfs afspraken gemaakt om volgend jaar tijdens dit PK nog meer ploegen af te vaardigen. Laat ons hopen dat iedereen zich aan zijn woord houdt. Proficiat aan alle deelnemers. Jullie hebben voor een leuke Breese namiddag gezorgd.



## Olimpic in Bree

Op zaterdag 3 september reed ik met Gijs naar de olympic in Bree. Reeds van op de parking kwam de geur van hot-dogs ons al tegemoet. Maar natuurlijk moest er eerst gepresteerd worden en dan pas gegeten. Voor wat hoort wat!

Tijdens de opwarming zag ik dat er een goede opkomst was van de Breese atleten. Zij werden begeleid door verschillende trainers. Andere trainers werden dan weer ingezet om de jury bij te staan. Ook vele ouders staken hierbij de handen uit de mouwen. Om 14:00u startte de categorieën van benjamin tot en met miniem aan hun meerkamp.

**Jasper, Juul** en **Giel** deden bij de benjamins knap mee aan al de onderdelen. **Jasper** won het kogelstoten en ze werden 1ste, 2de en 3de in hun reeks van de 60m. Voor nieuwkomer **Jasper** leverde dit een fantastische 2de plaats op in de eindstand. **Juul** en **Giel** eindigde ook mooi binnen de top 10!

Onze benjamin meisjes deden het stuk voor stuk prima op de 60m. **Soetkin** en **Floor** wonnen hier hun reeks. **Lore** werd 3de en **Amber** 5de. **Anouk** deed het super met een 7de plaats bij het hockeywerpen. Ook **Soetkin** werd 7de maar dan met verspringen.

Bij de pupillen heren waagde enkel **Jef** zich aan de 60m horden en hij werd al meteen 2de in zijn reeks! **Stan** en **Matisse** liepen als 1ste en 2de over de eindstreep in hun reeks van de 60m. Het verspringen ging **Gijs** en **Klaas** dan weer goed af. Zij sprongen zich naar een 2de en 10de plaats.

Daarna volgde ik natuurlijk de pupillen meisjes waarbij **Sanae** op de 60m horden als 2de finishte in haar reeks. **Kayleigh** en **Marie V.** werden elk 2de in hun reeks van de 60m en **Merel** en **Goele** 3de. **Nieke** was met een 6de plaats het beste van haar clubgenoten bij hockeywerpen. Ook bij het verspringen zat er voor **Sanae** een 6de en voor **Goele** een 10de plaats in.





De miniemen heren moesten een 5-kamp afwerken. **Beau** scoorde goed bij het hoogspringen en werd 5de. Hij won ook zijn reeks van de 80m. **Davy** won dan weer het kogelstoten! **Iman** en **Gijs N.** werden 3de in hun reeks van de 80m.

Tussen het foto's maken en de babbeltjes met supporters door had ik ook nog oog voor de miniemen dames. Zowel **Mirthe**, **Anna** als **Sien** werkte de 5 onderdelen mooi af. **Mirthe** werd met een sprong van 1,40m 3de met hoogspringen en samen met **Anna** werd ze ook nog 2de bij de 80m horden. **Sien** werd hierbij mooi 4de. **Liesl** en **Marie B.** finishten 3de en 4de op de 80m. Er zat voor **Anna** ook nog een 7de plaats in met verspringen.

Rond 17:00u werden de laatste onderdelen afgewerkt en de meeste atleten gingen tevreden naar huis. Ik misde er ook stilletjes tussen uit om de foto's op de site te plaatsen. Nadien was er nog heel wat opruimwerk voor de trainers, bestuursleden, ouderraad en vrijwilligers. Die verdienen weer een dikke pluim!



## Eindstand olympic meerkampcriterium

Het hele seizoen zijn er door gans de provincie veel olympic meerkampen gehouden. Hiervoor is er door het pclimburgatletiek een klassement opgesteld met de behaalde punten tijdens de verschillende meerkampen. Om in het klassement terecht te komen moest je aan minstens 6 wedstrijden deelnemen. Voor Bree kwamen weer enkele bekende voor in de uitslag van dit criterium.

Bij de benjamin meisjes werd **Lore Drijkoningen** 12de. Bij de pupillen meisjes kon **Goele Noels** voldoende punten verzamelen om 11de te eindigen. Bij de miniemen meisjes en jongens behaalden zowel **Mirthe Drijkoningen** en **Davy Nulens** een 3de plaats.

## De ultieme worp

De ultieme worp is een regelmatigheidscriterium voor senioren en masters. Om de nodige punten te verzamelen moet je aan de verschillende wedstrijden in Limburg en Mol meedoen die meetellen voor het criterium. In dit criterium kan je enkel punten scoren bij de volgende kampnummers. Kogel, Discus en Speerwerpen. Voor deze disciplines hebben wij natuurlijk ook een atleet die zich vooral toelegd op het werpen. Namelijk **Jeffrey Nulens**. Tijdens enkele wedstrijden deed hij het zelfs zeer goed. Hieronder kan je zelfs enkele commentaren lezen die in de artikels ivm de ultieme worp verschenen.

23/07/2016 Meeting Alken : "*Jeffrey Nulens krijgt zijn trainingsresultaten nog niet helemaal omgezet in de meetings, maar toch weer veel punten voor hem vandaag. Kogel laat de 9m weer op zich wachten 8.77m , discus 28.16m en speer 23.24. Progressie is duidelijk nog mogelijk.*"

03/08/2016 Meeting Tessenderlo : "*Weer een drukke dag. Maar liefst 11 duw'ers. Jeffrey Nulens zal content zijn. Eindelijk worden de trainingsresultaten omgezet in prestatie. Nieuw pr op kogel met 9.31m.*"

06/08/2016 Meeting Lommel : "*Na zijn Pr vorige keer was het nu wat minder met de kogel 8.70 voor Jeffrey Nulens. Speer wel 3m verder als zijn beste prestatie in het criterium , 27.50m van een puntenkassa gesproken. Ook discus 28.29 is zijn beste in het criterium.*"

20/08/2016 Meeting Lanaken : "*Toch 1 grote winnaar van de dag. Jeffrey Nulens Na het seizoen gestart te zijn met +-8.70 in het kogel zo naar 9.31 nu een fenomenale 10.12m van een vooruitgang gesproken. Discus met 27.67. Ook hij werkte zijn 6de deelname vandaag af.*"



## Groene 10 mijl van Bree

De Groene 10 Mijl had dit jaar plaats op een nieuwe locatie, namelijk de voetbalterreinen van GS Beek. Op een heel klein spatje regen na was het een stralende dag.

Voor de allerkleinsten was er voldoende randanimatie voorzien zoals springkastelen en een grimeerstand . De lange afstandslopers konden dan weer genieten van een massage na hun grote inspanning. Dit werd volledig gratis aangeboden door Groep Sam.

Om 16u15 gingen de jongste lopertjes van start voor de vitamientjesloop. Naargelang hun leeftijd liepen maar liefst 120 kinderen een afstand tussen de 100m en 1000m. Hier zagen we natuurlijk ook atleetjes van ac Bree passeren. Bij aankomst kregen ze allemaal een medaille als aandenken. Op de 1000m werd Lieze Nijsen van onze club trouwens knap 2de!

Na de handbikers ging het startschot af voor de goed getrainde deelnemers van de 10 mijl. Zij mochten als eerste het nieuwe parcours afleggen en liepen minstens 40% over onverharde weg en door een prachtig natuurgebied.

Ondertussen mochten de deelnemers voor de 5km en 10km zich naar de start begeven. Hier zagen we heel wat groene clubtruitjes klaarstaan. Jef waagde zich met papa Bernie zelfs aan de 10 km. Natuurlijk zagen we Benja en Danny ook passeren op deze afstand. Benja liep een knappe wedstrijd en mocht 's avonds het podium op om haar prijs in ontvangst te nemen. Natuurlijk moeten we ook vermelden dat onze "fit free dames" in topconditie waren. Zowel bij de jongens als de



meisjes in de categorie <30 jaar behaalden 5 eigen atleten een top 10 plaats op de 5km. Daar mogen we weer trots op zijn! Hendrik werd mooi 2de, Robbe 5de, Martijn 6de, Niels 9de en Gijs G. 10de. Bij de meisjes hadden ze Mirthe in het klassement van de jongens opgenomen...tjonge jonge toch. Nadat dit werd rechtgezet is ze verdient 3de geworden. Sanae werd 6de, Bieke 7de, Liesl 9de en Marie N. 10de. De volgende clubgenoten liepen de 5km ook netjes uit: Juul, Davy, Nand, Jasper, Stan, Beau, Griet, Merel, Jitske.

Elke deelnemer ging trouwens naar huis met als aandenken een zak gevuld met gadgets en douche crème.

De organisatie mag weer terugkijken op een geslaagde editie! Tot september 2017!



## Atleten in de kijker in het Belang van Limburg

**ATLETIEK**

# De familie met de hamer

**Guy en Lindsey Nulens azen op persoonlijke records op BK hamerslingeren in Mol**

Zondag strijden de kadetten, scholieren, juniors en beloften in Mol om de Belgische titels in het hamerslingeren. De atletiekfamilie Nulens uit Bree vaardigt met junior Guy en kadet Lindsey twee atleten naar het BK af. Zij gaan er in de eerste plaats op zoek naar een verbetering van hun persoonlijke records.

Jacky Stijven

Oudere broer Jeffrey hanteerde een jaar of acht geleden als eerste van de familie de hamer.

“Het was toenmalig provinciaal trainer Danny Vanbrabant die opmerkte dat ik wel potentieel voor het hamerslingeren had. Ik kreeg de vele trainingen in Tongeren en Alken echter niet gecombineerd met mijn studies. Nu fungeer ik zo’n beetje als tweede trainer van mijn broer en zus. Zo moet Guy bijvoorbeeld nog soepeler in zijn benen worden. Een hogere snelheid van uitvoering is voor ons alle drie een belangrijk werkpunt”, zegt Jeffrey, die met 24 jaar te oud is om zondag bij de beloften aan te treden.

Hij bracht dit zomerseizoen zijn persoonlijk record (pr) op 38m53 en mikt nog op het Limburgs kampioenschap, volgende maand in Lanaken. “Ik heb al een tijdje last van mijn rug. Maar dat zal me niet tegenhouden om zondag op de top drie te mikken. Nu staat mijn pr op 34m55. Maar als alles klopt, dan



Jeffrey, Guy, Lindsay en Davy Nulens. FOTO DICK DEMEY

moet een worp van 38 meter mogelijk zijn. Wat mij in hamerslingeren zo aanspreekt? De euforie net na de afworp. Als ik de hamer hoor wegvliegen, dan stopt even de tijd”, vult Guy (19) aan.

### Trainen in Weert

Ook zus en tweedeaarskadet Lindsey (15) - die deze maand in Turnhout haar pr op 29m55 bracht - is in de ban van de hamer. “Lopen kon me niet echt boeien. En hamerslingeren deed bijna niemand. Als je de hamer loslaat,

voel je meteen of het een goede worp is of niet. Ik steek op technisch vlak ook veel op van anderen tijdens wedstrijden op tv. We filmen elkaars worpen ook regelmatig. Die opnames zijn heel leerrijk om foutjes in je techniek bij te schaven. Ik was door een enkelblessure ongeveer anderhalf jaar out en kon pas in mei weer beginnen trainen. Ik mik op een plaats dicht bij het podium en zie het BK als een goede gelegenheid om door de grens van 30 meter te gaan.”

Samen met haar broers trekt ze elke dinsdag voor een specifieke training naar Weert. “Daar hebben ze een terrein alleen voor hamerslingeraars. Daarnaast onderhouden we op de piste in Bree onze conditie.”

Tweedeaarsminiem en benjamin van de atletiekfamilie Davy (13) is de enige die (nog) niet aan hamerslingeren doet.

“Miniemen mogen niet aan hamerslingeren doen. En ik doe eigenlijk ook liever de meerkamp.”

## Officieus BK voor de jeugd in Nijvel

Ook dit jaar konden zich enkele atleten van Bree kwalificeren voor het officieuze Belgisch kampioenschap voor de jeugd. Dit kampioenschap ging door op zaterdag 24 september in het Waalse Nijvel. Voordat de deelnemers konden vertrekken moesten ze een spoedcursus Frans krijgen.

Net zoals vorig jaar wisten zich 4 Breese atleten te plaatsen voor dit kampioenschap. **Lore Drijkoningen** had vorig jaar gezien hoe leuk het was voor haar zus. Door haar goede prestaties van het hoogspringen kwam zij als eerste atleet van Bree in actie. Met enkele zeer goede sprongen kon zij haar clubrecord van 1,05m evenaren. Dit leverde haar een 7de plaats op.

Gelijktijdig met Lore kwam **Gijs Geerits** een eerste keer in actie op de 60m. Gijs was wel wat zenuwachtig. Onder de indruk van de toch wel drukke omstandigheden kon Gijs zich niet plaatsen voor de finales van de 60m.

Na een lange middagpauze was de temperatuur al hoog opgelopen. **Gijs** kwam een 2de keer in actie. Nu bij het verspringen. Van alle 3 zijn sprongen was hij niet zo tevreden, maar het is toch een hele prestatie om hier te mogen meedoen.

Na hun deelname van vorig jaar kwamen voor de 1000m **Sanae Ait Faraji** en **Mirthe Drijkoningen** in actie. Beide voelden ze zich niet zo goed door het warme weer. Beide als eerste jaars in hun categorie moesten ze hun meerdere erkennen in de andere atleten, al zijn ze natuurlijk alle vier weer een ervaring rijker.



## BK hamerslingers

De dag na het officieuze BK voor de jeugd stond het BK hamerslingers van cadet tot beloften geprogrammeerd in Mol. Ook hier namen in dit drukke weekend weer atleten van Bree deel. In de voormiddag kwam **Lindsey Nulens** in actie. Zij kon de hamer 23,41m ver slingeren. Dit leverde haar een 14de plaats op.

In de namiddag kwam broer **Guy Nulens** in actie. Hij slingerde de hamer 29,20m ver en werd knap 4de.

## Nieuwe outdoor clubrecords

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

### Pupillen jongens

3 x 600 m : Jef Buteneers, Stan Segers, Klaas Broekmans (6:45,47 s)

### Minimen dames

150 m Horden : Mirthe Drijkoningen (23,84 s)

### Cadetten dames

Hamerslingers : Lindsey Nulens (29,55 m)

### Scholieren heren

2000 m : Hendrik Heylen (6:13,20 s)

### Senioren heren

Hamerslingers : Jeffrey Nulens (38,53 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 2016 - 2017

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 2016 - 2017. 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 wedstrijdathlet.
- 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 wedstrijdcategorieën 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 2010 en 2011 aansluiten.
- Zij vallen onder de categorie van KANGOEROES.
- Iedereen geboren in 2009 en vroeger kan aangesloten worden als wedstrijdathlet.

### LIDGELDEN

De tarieven voor het seizoen 2016 - 2017 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 2010 en 2011): 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 Breesse Atletiekclub. (BIC: GEBABEBB)
- Te vermelden bij mededeling: **LIDGELD 2016 - 2017, 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 24 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 2017 ontvangen de atleten die aan volgende voorwaarden voldoen een geldprijs. Het wintercriterium bevat alle veldloopwedstrijden, de indoorwedstrijden vallen zoals beschreven in het reglement van het zomercriterium onder de zomerwedstrijden.

Het reglement is als volgt:

1. Er moet aan minstens **VIJF VELDLOOPWEDSTRIJDEN** 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.

## **Kampioenschappen tijdens het komende winterseizoen**

- PK indoor (overige nummers): 07/01/2017, Heusden vanaf cad t.e.m. sen (\*)
- PK indoor (lange afstand): 08/01/2017, Gent vanaf cad t.e.m. sen (\*)
- PK veldloop: 05/02/2017, Lanaken voor benj tot en met masters
- PK indoor jeugd: 26/02/2017, Heusden voor benj-pup-min
  
- BK indoor: 05/03/2017, Gent voor cad/schol (\*)
- PK indoor master: 11/03/2017, Gent voor masters (\*)
- BK veldlopen: 12/03/2017, Wachtebeke voor benj tot en met senior (\*)
- BK veldlopen masters: 19/03/2017, Lokeren voor masters (\*)

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

## Winterwedstrijden LCC 2016 - 2017

### 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](http://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 (zie reglement LCC). Deze zullen starten voor de lopen van de benjamins.

Wedstrijd 1: 6 november 2016;	ADD: Tongeren: Sportstadion "De Motten", Kastanjewal
Wedstrijd 2: 13 november 2016;	SACN: Neerpelt: Dommelhof, Toekomstlaan 5
Wedstrijd 3: 27 november 2016;	GENK: Stedelijk Sportcentrum, Emiel Van Dorenlaan 144
Wedstrijd 4: 4 december 2016;	BREE: De Boneput, Watertorenstraat 14
Wedstrijd 5: 18 december 2016;	MACD: Dilsen: Kasteelpark "Ter Motten", Europalaan 25
Wedstrijd 6: 8 januari 2017;	ATLA, Lanaken: H. Hartcollege, Stationstraat 232
Wedstrijd 7: 15 januari 2017;	ACA: Alken: Speelplein "De Alk", Koutermanstraat 2
Wedstrijd 8: 28 januari 2017;	TACT, St.-Truiden: Domein "Het Speelhof", Speelhoflaan 5
<i>(Opgelet : avondloop op zaterdag)</i>	
Wedstrijd 9: 19 februari 2017;	DALO, Lommel: Provil, Duinenstraat

**Wedstrijd PK:** 5 februari 2017; ATLA, Lanaken: H. Hartcollege, Stationstraat 232

**Wedstrijd BK:** 12 maart 2017; Wachtebeke, Domein "Puyenbroeck"

**Wedstrijd BK masters:** 19 maart 2017; Lokeren

Daarnaast organiseerd Looi ook een veldloop op 20 november 2016 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. Tijdens sommige wedstrijden zijn er ook lopen voor kangoeroes.



## 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 2016 - 2017

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 bij een gehomologeerde atletiekvereniging voor 1 januari 2017. 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 2016 - 2017.

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 **zaterdag 4 maart 2017** in Kortesse (Cultureel centrum Mozaïek - Kerkplein 14; 3720 Kortesse) **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.

JUNIORS HEREN: 150 euro		JUNIORS DAMES: 150 euro	
Plaats	Bedrag	Plaats	Bedrag
1	75	1	75
2	50	2	50
3	25	3	25

SENIORS DAMES : 735 euro (= verhoging in 2016-2017)			
Plaats	Bedrag	Plaats	Bedrag
1	250	4	75
2	170	5	60
3	130	6	50

SENIORS HEREN: 865 euro			
Plaats	Bedrag	Plaats	Bedrag
1	250	6	50
2	170	7	40
3	130	8	30
4	75	9	30
5	60	10	30

17. Een senior, die, gedurende het LCC-seizoen, van de seniorklasse naar de master klasse overstapt, neemt zijn/haar punten, verdiend bij de seniors, mee naar het master klasement 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.

MASTERS HEREN -45J.: 715 euro			
Plaats	Bedrag	Plaats	Bedrag
1	210	6	45
2	140	7	40
3	85	8	30
4	60	9	30
5	45	10	30
MASTERS HEREN +45J.: 715 euro			
Plaats	Bedrag	Plaats	Bedrag
1	210	6	45
2	140	7	40
3	85	8	30
4	60	9	30
5	45	10	30
MASTERS HEREN +55J.: 250 euro			
Plaats	Bedrag	Plaats	Bedrag
1	75	4	40
2	60	5	30
3	45		
MASTERS DAMES -45J.: 350 euro			
Plaats	Bedrag	Plaats	Bedrag
1	130	4	40
2	95	5	30
3	55		
MASTERS DAMES +45J.: 350 euro			
Plaats	Bedrag	Plaats	Bedrag
1	130	4	40
2	95	5	30
3	55		
MASTERS DAMES +55J.: 195 euro			
Plaats	Bedrag	Plaats	Bedrag
1	55	4	30
2	45	5	25
3	40		

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.

## 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.

- 16 oktober : **Bree** (voetbal Opitter, Opstraat)
- 30 oktober : **Maaseik** (voetbal Opoeteren, Dorperheideweg 2)
- 13 november : **Peer** (skipiste Peer, Deusterstraat 74)
- 22 november : **Bree** (voetbal Opitter, Opstraat)
- 27 november : **Opplabbeek** (Kimpenhof, Laerstraat 3)
- 13 december : **Bocholt** (voetbal Reppel, Zandstraat)



## 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 onze website kan je ook de disciplines per categorie terugvinden.  
Op volgende data zijn indoorwedstrijden in Limburg gepland.

- 05/11/2016 : Jeugdmeeting in Heusden (B/P/M/C)
- 20/11/2016 : Jeugdmeeting in Heusden (B/P/M/C)
- 03/12/2016 : Open meeting in Heusden (P/M/C/S/JS)
- 26/12/2016 : Open meeting in Heusden (C/S/JS)
  
- 30/12/2016 : Open met jeugd in Heusden (P/M/C/S/JS)
- 07/01/2017 : PK va cad in Heusden
- 21/01/2017 : Jeugdmeeting in Heusden (B/P/M/C)
- 04/02/2017 : Open met jeugd in Heusden (P/M/C/S/JS)
  
- 26/02/2017 : PK jeugd in Heusden (B/P/M)
- 04/03/2017 : Jeugdmeeting in Heusden (B/P/M/C)
- 26/03/2017 : Open met jeugd in Heusden (P/M/C/S/JS)

## Puzzelplezier

De oplossing van het kruiswoordraadsel in de vorige puzzelplezier was: "deelnemen aan een wedstrijd is belangrijker dan winnen". De winnaar die ditmaal met een kleine attentie naar huis mag: **Gijs Noels**

De volgende puzzelplezier is een cijferpuzzel. 1=A; 2=B; 3=C; enz

Weet jij de oplossing? Dan mag je de naam sturen naar [spike@acbree.be](mailto:spike@acbree.be). En wie weet ben jij wel de volgende winnaar.

22 5 12 4 12 15 16 5 14      5 14      9 14 4 15 15 18      26 9 10 14      12 5 21 11  
15 13      20 5      4 15 5 14

## Werkten mee aan deze spike:

Carlo Maesen, Ludo Leijnen, Veerle Gregoire, Betty Daniels, Danny Drijkoningen, Jan Smeets

## Limburgse kampioenen bij de masters

Op zaterdag 24 september vond het Kampioenschap van Vlaanderen, dat tevens meetelde als Limburgs kampioenschap, voor masters plaats in Wervik. Bree AC was vertegenwoordigd door 2 deelnemers. Op de 100m bij de dames M60 deed **Anneke Pinxten** haar uiterste best. Met een tijd van 19,93 s behaalde ze de Limburgse titel. Ze pakte met deze prestatie ook nog zilver bij het KVV.

Op de 800m heren M60 kwam **Jan Smeets** in actie. Met een tijd van 2:43,26 s behaalde hij brons op het KVV en werd hij Limburgs kampioen. Na de 800m kwam Jan ook nog in actie op de 1500m. Deze wedstrijd liep hij uit in 5:24,63 s. Dit leverde hem een zilveren medaille op bij het KVV. Daarnaast was deze prestatie ook goed voor een Limburgse titel.

Wat een Prestatie van **Jan** en **Anneke**. 3 limburgse titels op 1 dag in het gezin. Dat mag uitgebreid gevierd worden als je het mij vraagt. Proficiat aan beide atleten. Dat jullie nog vele jaren mogen doorgaan.



## Wist je dat?

- Tijdens de kampioenviering in Bree heel wat atleten van AC Bree in de bloemetjes gezet werden.
- Er sommige papa's van onze atleten graag droogzwemmen met duikbril en al, volgens ons lag het niet aan de cola.
- Tijdens het personeelsfeest van de redactie de dames het heel gezellig vonden.
- De opblaasbare hindernissenparcours een groot succes was. Dit voor zowel de atleten als de trainers.
- Het zwemmen tijdens het atletiekkamp op kempenheuveld zeer leuk was.
- De intergemeentelijke boslopen weer van start zijn gegaan op zondagvoormiddag.
- Hier weer veel atleten van onze club aan deelnemen. Dit is de ideale voorbereiding voor het veldloopseizoen.
- Je tijdig je lidgeld moet betalen, zodat je nieuwe borstnummer kan aangevraagd worden en de eerste veldloop in Tongeren of de eerste indoorwedstrijd in Heusden probleemloos kan deelnemen.
- De groep van de kangoeroes ondertussen in uitgegroeid tot 25 deelnemers.
- Een groot deel hiervan klaar is om over te gaan naar de benjamins.
- Nu kunnen ze eindelijk eens deelnemen aan een wedstrijd.
- Er weer enkele nieuwe trainers training komen geven. nl. Tim, Saar en Tori.
- De blauwe piste in Nijvel volgens sommige "rustgevend" is.
- Sommige atleten geschaafd terugkomen van de heuveltraining in Opitteer.
- Danny na zijn schouderoperatie weer in topvorm is voor de veldlopen.
- Er 190 aanwezigen waren tijdens de eeditag.
- Dit waren er enkele minder dan vorig jaar. Hopelijk kunnen we volgend jaar de kaap van de 200 deelnemers halen.
- Het bestuur, de trainers en de redactie jullie een heel sportief winterseizoen toewensen.



## Bouwwerken Johan Goossens

Algemene ruwbouwwerken

L.Lambrechtsstraat 4  
3670 Gruitrode

0473/980738 089/853238

BTW nr. BE0705667080

Bouwwerkenjohangoossens@gmail.com



© **bvba-meerten**

www.bvba-meerten.be  
+32 477 25 16 07

Heesstraat 81  
3640 Kinrooi



Fernanda Manse Inga Medina  
Studio Leyssen photograph

Studio Leyssen photograph B.V.B.A

Dorpsstraat 22 | B-3950 Bocholt

T: +32 (0)89 46 27 77

F: +32 (0)89 46 82 76

www.studioleyssen.be

info@studioleyssen.be



**2 PRAKTIJKEN, TOEGANKELIJK VOOR IEDEREEN**

FOOD & DRINKS  
**Olympia**  
**KOFFEE**  
[www.olympiabree.be](http://www.olympiabree.be)



Kurt  
Snellewindstraat 71  
3950 Bocholt  
0477 475784  
Kris  
Elstrekenweg 25A  
3520 Zonhoven  
0468 245718

**CLIJSTERS**  
**ARNOLD BVBA**

Industrieterrein 1408  
3960 BREE  
Tel.nr. 089/48.10.63



*Bakkerij Buntinx*

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

