



Aan de laatstejaars miniemen, cadetten, scholieren en junioren

Stage open voor atleten:

Olse, Antwerp Athletics, Brabo, Beerschot, SAV, Haki, Kape, Acw en Ram.

Uitnodiging tot deelname aan zomerstage 2024 te Nieuwpoort!

Vanuit trainers organiseren we **zomer 2024** terug onze atletiekstage in **Nieuwpoort**.

We werken hiervoor terug samen met de lokale **atletiekclub MACW**, <https://www.macwnieuwpoort.be/>

Hun piste in Dudenhofenlaan 2b, ligt op slechts een kleine 3,4 km van het **groepsverblijf Isara - Les Pommiers, Brugsesteenweg 19**: <https://www.kampas.be/nl/verblijf/isara>

Atletiekstage van maandag 19 tot vrijdag 23 augustus 2024.

Wij wensen atletiekbeoefenaars mee te nemen die **aan min. 3 wedstrijden** voor de stage deelnemen: indoor meetings of crossen of stratenlopen of outdoor piste wedstrijden inbegrepen.

We trainen dagelijks op een **professionele Mondo piste**, waar **alle accommodatie voor werp-, loop-, horde- en springnummers** beschikbaar is. Voor de dagelijkse verplaatsingen is het nodig dat jullie de **eigen fiets** meebrengen, we kunnen deze samen met de bagage mee opladen in een ruime vrachtwagen, dankzij de hulp van de papa en mama van Yasmina.

We vragen we dat de atleten, zo veel mogelijk onderling samengezeten, **gebracht worden met de auto van de ouders** naar Nieuwpoort. Zo krijgen we iedereen, plus haar/zijn bagage, fiets en alle materiaal zeker ter plaatse. Dus gelieve aan te duiden of u als chauffeur wel of niet onze atleten kan brengen en/of ophalen? Laat ons zeker weten of je hiervoor kan rijden, plus als je over een fietsenrek beschikt, is dit zeker meegenomen of de vracht te spreiden.

We vertrekken die **maandag ochtend om 8u30 vanaf de parking aan de Rode Loop**. Plannen tegen 10u30 aan te komen aan de piste in Nieuwpoort. **Vrijdag sluiten** we aan de piste ook terug de stage af tegen **12u30**, met een kleine snack voor iedereen. We bieden jullie elke dag gezonde voeding aan om met voldoende kracht goed te kunnen trainen. De vijf trainers die iedereen in haar/zijn discipline professioneel begeleiden zijn: André (polstok), Kathleen (werpen), Serge (horde, springen), Luc (spurt, lopen), Jonas (polstok, springen). Wij en de gezonde zeelucht zorgen samen voor een toffe stage-ervaring om nooit te vergeten.

Voor dit alles vragen we het ronde bedrag van **300 euro** om uit de kosten te komen. Je kan je inschrijving verzekeren door de helft 150 euro als voorschot, de andere helft tegen juni, van de 300 euro over te schrijven op de **OLSE AC rekening BE51 7895 0362 8462 (Belfius)**.

We hebben maximaal 50 plaatsen voor atleten, naast de begeleiders, dus wees er snel bij! + Breng het strookje hieronder zo snel mogelijk terug binnen bij iemand van ons, zodat wij weten dat jij meegaat.

Groetjes, Kathleen, André, Luc, Serge en Jonas

Naam 2ejMin O - Cad O – Schol O – Junior O

Wenst mee te gaan naar Nieuwpoort van 19 tot 23 augustus.

Ik schrijf 150 euro voorschot over, nadien tegen juni tweede deel van het totaal v 300 euro over.

Ik kan een fiets meebrengen, mijn email: GSM:

Mijn ouders kunnen mee helpen in het transport naar Nieuwpoort.

(kruis O aan)