



Koninklijke Atletiek Club Duffel vzw

aangesloten bij de KBAB en de VAL – stamnummer 183

www.duff.be - info@duff.be

Jan Borremanspiste - Gemeentelijk Sportcentrum, Rooienberg 56, 2570 Duffel

Coach : André Boonen – andre.boonen@telenet.be – 0495 50 58 06
Jeugdcoördinator : Ilse Wilms – ilse.wilms@gmail.com – 0478 27 72 07



Zaterdag 5 januari 2019 : 58ste WALLENLOOP GOES



MIS DEZE UITSTAP NIET !!!!!

Hou het clubleven hoog !

Rij mee met de autobus en neem deel aan deze wedstrijd rond de wallen in het centrum van Goes (Nederland).

Wedstrijden voor kangoeroes tot en met master, vrijetijdslopers en joggers.
Deelname aan de wedstrijd is gratis! **ZIE HET PROGRAMMA OP ACHTERZIJDE**
De autobus vertrekt **stipt om 10.30 u.** – terugkeer uit Goes rond 17.00 u.
Deelname in de reiskosten bus: atleten € 5,00 - supporters € 12,00
Opgelet max. 50 personen, dus tijdig inschrijven!!!!

Start en Finish nabij Café Baarends, Voorstad 17-19, Goes.
Kleedkamers: gymnastieklokaal, Reigerstraat (dus NIET in Café Baarends)
Best in trainingspak vertrekken vanuit Duffel.

Een unieke gelegenheid om het nieuwe jaar in te zetten,
een pannenkoekje te smullen, een witteke te drinken, op shoppingtoer te gaan.

Inschrijven kan met onderstaande strook.
Geld in omslag steken en liefst zo vlug mogelijk afgeven aan Ilse Wilms (jeugdcoördinator), uiterlijk 28 december.



INSCHRIJVINGSTROOK GOES : aandacht max. 50 personen in de autobus

Atleet/jogger geb.jaar..... geslacht

neemt deel en maakt de verplaatsing NIET / WEL mee met de bus. Indien met de bus betaal ik € 5,00.

Volgende supporters gaan mee met de bus en betalen dus x € 12,00 = €

.....
.....

<u>Programma:</u>	13.00 u.	Meisjes / Jongens pup. C (2012 - 2011)	1000m	
	13.10 u.	Meisjes / Jongens pup. B (2010)	1000m	
	13.20 u.	Meisjes / Jongens pup. A1 (2009)	1000m	
	13.30 u.	Meisjes / Jongens pup. A2 (2008)	1000m	
	13.40 u.	Meisjes D (2007 - 2006) / Meisjes C (2005 - 2004)	1260m	1 ronde
	13.50 u.	Jongens D (2007 - 2006) / Jongens C (2005 - 2004)	1260m	1 ronde
	14.00 u.	Meisjes B (2003 - 2002)	2520m	2 ronden
		Jongens B (2003 - 2002) / Meisjes A (2001 - 2000)	3780m	3 ronden
	14.30 u.	Jongens A (2001 - 2000)	7560m	6 ronden
		Vrouwen + V35 - V45	7560m	6 ronden
Mannen + M35 - M45 - M55 - M65		7560m	6 ronden	

Opgelet ! De categorieën worden anders benoemd in Nederland. Baseer je op je geboortjaar voor de juiste wedstrijd.

Er wordt gelopen op verhard parcours, dus **geen spikes**