

Vaals Venlo estafette,

Zoals beloofd word je regelmatig op de hoogte gehouden via de nieuwsbrief.

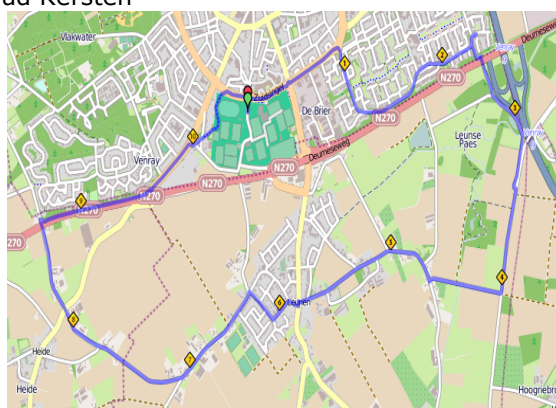
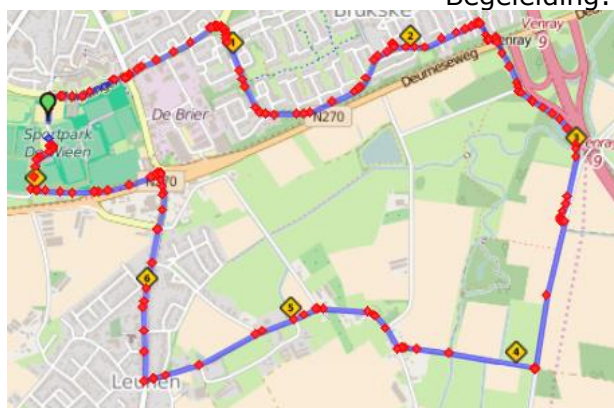
Helaas nu met de mededeling dat vanwege gebrek aan deelnemers het initiatief wordt gecancelld.

Jammer, maar het is zoals het is..

Peter Gijsen

Duurloop donderdag 28-4-2016

Begeleiding: Ruud Kersten



[7 km:route](#)

[10 km route](#)

Uitgangspunten duurloop donderdagavond:

- Gezamenlijk vertrek naar de plek voor de oefeningen (locatie wordt door begeleider bepaald)
- Op oefenplek opdelen in de groepen voor 7, 10 km (er is ook ruimte voor een snelle en rustigere groep op de afstanden)
- De groepen nemen de gezamenlijke verantwoordelijkheid voor de groep
- Het is een training en geen wedstrijd, pas het tempo daarop aan en houdt rekening met het tempo van je medelopers: Duur gaat voor tempo.
- Gebruik de link in de route afstanden voor een grotere afbeelding

Uitslagen

Graag uitslagen doorgeven aan lopersgroep@atvvenray.nl met cc aan info@atvvenray.nl, voor maandag 12:00 uur.

• Rundje um ut Hundje Horst, 23-4-2015 Bakensbosloop 17-4-2016 Tegelen

5 km:		
Kay Peeters	18:02	2 ^e MNEO
Lydia Jeuken	21:27	1 ^e V45
Milou Peeters	24:05	7 ^e VSEN
Rita Voets	26:09	4 ^e V55

Jan Duijf	28:45	112 ^e MREC
Britte Stultiens	29:07	21 ^e V45
Anita Verbeek	31:24	26 ^e V45

10 km:

Marco Jans	36:44	2 ^e M50
Marcel Martens	37:37	1 ^e v M35
Roy Dennemans	37:58	2 ^e M35
Mart van Rooij	38:44	5 ^e M50
Suzanne van der Wijst	45:28	7 ^e VREC
John Weijs	45:34	13 ^e M50
Yvonne Steegh	47:23	9 ^e VREC
Ingrid Rongen	51:58	31 ^e VReC
Jo Klerken	1:00:50	7 ^e H65

Wedstrijden

Wij vragen de leden om als vereniging de naam "ATV Venray" te gebruiken.

Neem je deel aan een wedstrijd laat het weten aan: lopersgroep@atvvenray.nl.

Dag	Plaats	Afstand	Info	Deelnemers ATV Venray
13-14-15-16 Mei (pinksterwekend)	Apeldoorn	60 of 100 km verdeeld over 4 dagen	www.hardloop4daagse.nl Apeldoorn. Wordt dit jaar de 15 x (en tevens laatste keer) dat het wordt georganiseerd.	100 km: Ingrid Ronden 60km: Rita Voets, Gerda Peeters
21-5-2016	Helmond	5,10,15	Nightrun	
29-5-2016	Den Bosch	15 km	Vestingloop De Bosch	Jean Jacques Wintraecken
26-6-2016	Bemelen	7,5 en 15 km	Bemels Beste Boeren Bergloop	
25-6-2016	Merselo	5, 10 km	Merseloop	
25-09-2016	Velp	10, 15 km	Posbankloop	
02-10-2016	Venray	5, 10 km	Singelloop	
06-11-2016	Terschelling	HM	Berenloop	Lydia Jeuken



Finish



Rondje de Hamert, Zoek de Verschillen in de groepsfoto.

