

Nieuw: 3000 m wedstrijd in Limbra Baancircuit:

In het komende Limbra baancircuit organiseert ATV traditie getrouw ook een wedstrijd.

Deze wedstrijd vindt plaats op 4 juli op onze accommodatie. Schrijf de datum in je agenda. Er ligt een leuke uitdaging in het verschiet.

Trainingsschema februari

De trainingsschema's voor de maand februari zijn gepubliceerd op onze [website](#)

Het schema voor de dinsdag buitende de baan training, trainer Gerda Top

- Het schema voor de donderdag baantraining, trainer John Klerkx

Vaals-Venlo 2017

Beste lopers/triatleten/fietsers,

Wie heeft er interesse in gezellige dag waarbij we lopend Vaals-Venlo overbruggen.

Vaals Venlo is een estafetteloop van 100 km met een team van acht lopers en een fietsende begeleider.

Op 25 juni 2017 vindt de 33e editie plaats

Enkele jaren geleden liep ATV Venray mee met enkele teams.

Het vorig jaar is initiatief genomen om opnieuw deel te nemen, helaas met net te weinig respons om een compleet team in te schrijven.

Omdat het toch blijft "jeuken" bij enkele oud deelnemers (zij weten als geen ander hoe gezellig deze loop is) kwam de vraag om nog eenmaal het initiatief te nemen.. Bij deze dus..

Een ploeg bestaat uit 8 lopers en/of loopsters

Elke deelnemende ploeg bestaat uit 8 lopers of loopsters die samen de ruim 100 kilometer overbruggen. Dames krijgen een bonificatie van 7½ minuut per herenetape. Heren die de damesetappe (6e en 8e etappe) lopen krijgen een 'boete' van 7½ minuut.

Etappes;

- Etappe 1 VAALS – WIJLRE Parours: heuvelachtig (±15.2 km)
- Etappe 2 WIJLRE-OIRSBEK Parours: Zwaar, heuvelachtig (±16.6 km)
- Etappe 3 OIRSBEK – NIEUWSTADT Parours: Eerste 6 km zwaar, heuvels. Daarna vlak (±15.5km)
- Etappe 4 NIEUWSTADT - ST. JOOST Parours: Vlak, hoofdzakelijk verhard. (±10.9 km)
- Etappe 5 ST. JOOST – HERKENBOSCH Parours: Lang en vlak over verharde wegen en bospaden (±15.2 Km)
- Etappe 6 HERKENBOSCH – SWALMEN Parours: Vlak over verharde wegen en fietspaden (±10,2 km)
- Etappe 7 SWALMEN – BELFELD Parours: Lang en vlak over verharde wegen en bospad (±15,5 km)
- Etappe 8 BELFELD - ATLETIEKBAAAN SCOPIAS (VENLO) Parours: Vlak met heuvel en 4 km over bospaden (±9,2 km)

Voor meer informatie verwijs ik je naar:

<http://www.vaals-venlo.nl>

Is je nieuwsgierigheid gewekt, laat het mij dan even weten.

Wellicht te overvloedig: vele handen maken licht werk, ondersteuning is gewenst en noodzakelijk.

Aanmelden en overige vragen via irene-peter@home.nl

Het betreft hier een eerste inventarisatie, met de geïnteresseerden wil ik de organisatie handen en voeten geven..

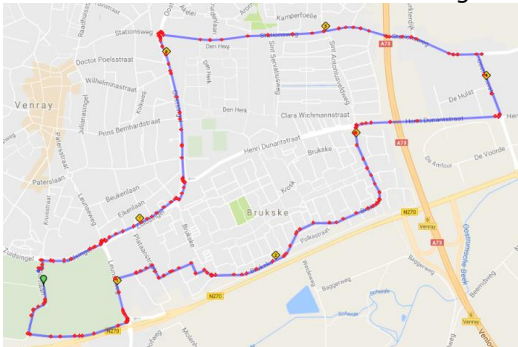
Ik ben benieuwd met hoeveel teams wij aan de start staan op 25 juni 2017 en kijk uit naar reacties!

Peter Gijsen.

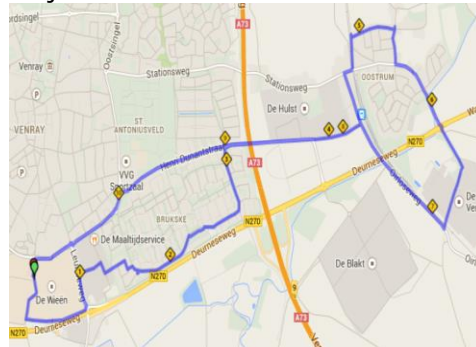
Duurloop donderdag 16-02-2017

Duurloop donderdag 29-9-2016

Begeleiding: Peter Gijsen



7,5 km route



10,5 km route

Uitgangspunten duurloop donderdagavond:

- Veiligheidshesje aan.
- Gezamenlijk vertrek naar de plek voor de oefeningen (locatie wordt door begeleider bepaald)
- Op oefenplek opdelen in de groepen voor 7, 10 (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

Clubkampioenschap: tussenstand 6-2-2017

De tussenstand van het kampioenschappen na 2 maanden.

Uitleg over het clubkampioenschap vindt je op onze site www.atvvenray.nl > hardlopen. Blijf je uitslagen doorgeven!!

Mannen			Vrouwen		
1	Deenen, Frans	2714	1	Jeuken, Lydia	1767
2	Rooij de, John	2189	2	Voets, Rita	1707
3	Thielen, Sjors	1955	3	Classens, Nel	1448
4	Noya, Richard	1710	4	Peeters, Gerda	1439
5	Poels, Jan	1510	5	Selten, Nel	1139
6	Linders, Geert	1507	6	Reintjes, Anne	1055
7	Borg van der, Harry	1464	7	Hebben, Rian	800
8	Dennemans, Roy	1420	8	Wijst van der, Suzanne	764
9	Martens, Marcel	1416	9	Rongen-Bovée, Ingrid	709
10	Brown, Paul	1410	10	Voort van de, José	403
11	Meulendijks, Marcel	949	11	Ginkel-Willems van, Gonny	398
12	Verstappen, Ludy	923	12	Steegh, Yvonne	384
13	Hebben, Jos	923	13	Rens van, Myrna	380
14	Litjens, Ger	881	14	Groffen, Michel	377
15	Weijs, John	881	15	Claessens, Jaimy	348
16	Jansen, André	839	16	Verhaegh, Els	339
17	Holder ten, Nathan	829	17	Postma, Maartje	325
18	Niessen, Jack	535	18	Bouten, Karin	322
19	Wintraecken, Jean-Jacques	497	19	Edwards-Shotton, Angela	320
20	Langen de, John	484	20	Wolters, Ilse	306
21	Bexkens, Herman	477	21	Clephas, Monica	272
22	Steegh, Ralph	474			
23	Rooij van, Mart	472			

24	Boom aan den, Martin	458
25	Dupont, Martien	444
26	Dun van, Dimitri	433
27	Schilders, Bart	419
28	Tepy, Gilbert	411
29	Baars, Harry	396
30	Oosting, Marc	389
31	Duijf, Jan	388
32	Stultiens, Pim	387
33	Jeurissen, Fien	387
34	Groffen, Michel	377
35	Postma, Wilco	348
36	Saämena, Anton	332
37	Rijkema, Erik	318

Uitslagen

Graag uitslagen doorgeven aan lopersgroep@atvvenray.nl en aan info@atvvenray.nl.

Als je graag je uitslag op onze ATV-site wilt zien, moet je die, zo volledig mogelijk, uiterlijk zondagavond mailen naar info@atvvenray.nl. Voor opname in de nieuwsbrief geldt: geef je uitslag door voor maandag 12:00 uur aan lopersgroep@atvvenray.nl

• Februarieloop, Bennekom, 11-2-2017

HM

Paul Brown 1:36:49 22^e plts

• Schoorl, 12-2-2017

HM

Suzanne v.d Wijst 1:50:09

Ingrid Rongen 1:54:09

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
19-2-2017	Sevilla (SP)	M	Marathon Sevilla	Gerda Peeters
12-3-2017	Blerick	7,5 - 15	Berden Voorjaarsloop www.berdenvoorjaarsloop.nl	7.5: Jean-Jacques Wintraecken, Harry van der Borg, Gerda Peeters 15km: Lydia Jeuken
13-3-2017	St Anthonis	5km, HM	Halve Marathon van Sint Anthonis	
19-3-2017	Nijmegen	5, 10 HM	Stevensloop www.stevensloop.nl	10 km: Pim Stultiens, Britte Stultiens, Ineke van der Burg, Marijke Zuidhof, Angela Shotton. HM: Jean-Jacques Wintraecken; Sascha Peeters, Gerda Peeters, Paul Brown
26-3-2017	Venlo	5, 10 km, HM	Venloop	10 km: Kees Moerkerk, Daan van der Einden, Sylvia Wismans, Harry van der Borg; André Jansen, Erna Emonts; Anita Verbeek-Versteegen; Nathan ten Holder. Gerda Peeters HM: Lydia Jeuken, Jose van der Voort, Anton Saämena, Maurice Clabbers, Gonny van Ginkel, Martin aan den Boom; Marcel Martens, Susanne van der Wijst,

				Bart Schilders, Annie Classens
9-4-2017	Rotterdam	¼ M, 10 km. HM. M	Marathon Rotterdam http://www.nnmarathonrotterdam.nl	1/4M: Pim Stultiens, Britte Stultiens
29-4-2017	Horst	5, 10 km	Rund um 't Hondje	5km: Pim Stultiens, Lydia Jeuken
4-7-2017	Venray	3 km	Limbra Baancircuit	
September		Triatlon OD	WK triatlon	Nathan ten Holder

**Slecht weer bestaat niet, slecht geklede lopers wel.
Zo zorg je ervoor dat je in de juiste hardloopkleding
de deur uitstapt.**