

Atletiekclub ADD Diepenbeek

juli - augustus 2019



PROGRAMMA JULI 2019 BEN - PUP- MIN (zie ook www.jongenfit.be)

dag	datum	activiteit	uur
woensdag	3/07/2019	training	16.30 - 18.00
zaterdag	6/07/2019	training	09.30 - 11.00
woensdag	10/07/2019	training	16.30 - 18.00
zaterdag	13/07/2019	training	09.30 - 11.00
woensdag	17/07/2019	training	16.30 - 18.00
zaterdag	20/07/2019	geen training	
woensdag	24/07/2019	geen training	
zaterdag	27/07/2019	geen training	
woensdag	31/07/2019	geen training	

PROGRAMMA AUG 2019 BEN - PUP- MIN (zie ook www.jongenfit.be)

dag	datum	activiteit	uur
zaterdag	3/08/2019	training	09.30 - 11.00
woensdag	7/08/2019	training	16.30 - 18.00
zaterdag	10/08/2019	training	09.30 - 11.00
woensdag	14/08/2019	training	16.30 - 18.00
zaterdag	17/08/2019	training	09.30 - 11.00
woensdag	21/08/2019	training	16.30 - 18.00
zaterdag	24/08/2019	training	09.30 - 11.00
zondag	25/08/2019	PK estafetten in Hechtel	
woensdag	28/08/2019	geen training wedstrijd in Tongeren	
zaterdag	31/08/2019	training	09.30 - 11.00

PROGRAMMA JULI 2019 CAD - SCHOL- JSM (zie ook www.jongenfit.be)

dag	datum	activiteit	uur
woensdag	3/07/2019	training	18.00 - 19.30
zaterdag	6/07/2019	training	09.30 - 11.30
woensdag	10/07/2019	training	18.00 - 19.30
zaterdag	13/07/2019	training	09.30 - 11.30
woensdag	17/07/2019	training	18.00 - 19.30
zaterdag	20/07/2019	geen training	
woensdag	24/07/2019	geen training	
zaterdag	27/07/2019	geen training	
woensdag	31/07/2019	geen training	

PROGRAMMA AUG 2019 CAD - SCHOL - JSM (zie ook www.jongenfit.be)

dag	datum	activiteit	uur
zaterdag	3/08/2019	training	09.30 - 11.30
woensdag	7/08/2019	training	18.00 - 19.30
zaterdag	10/08/2019	training	09.30 - 11.30
woensdag	14/08/2019	training	18.00 - 19.30
zaterdag	17/08/2019	training	09.30 - 11.30
woensdag	21/08/2019	training	18.00 - 19.30
zaterdag	24/08/2019	training	09.30 - 11.30
zondag	25/08/2019	PK estafetten in Hechtel	
woensdag	28/08/2019	training	18.00 - 19.30
zaterdag	31/08/2019	training	09.30 - 11.30



Onze atletiekclub bestaat dit jaar 40 jaar !

Om dit te vieren organiseren we een gezellig samenzijn met barbecue. Dit zal doorgaan in zaal De Kei op vrijdag 13 september 2019.

Iedereen is uitgenodigd : atleten, ouders, oud-leden, bestuursleden, juryleden, trainers en helpers.

Voor de kinderen zullen er enkele leuke activiteiten voorzien worden.

Hou deze vrijdagavond alvast vrij in je agenda, meer informatie volgt nog via clubblad, website en facebook-pagina.

Voor de barbecue vragen we een bijdrage van 13€ voor de volwassenen en 5€ voor de kinderen (tot 12j). Inschrijven kan door storting van de bijdrage op rek.nr. BE31 7351 0626 0555 van Atletiekclub ADD Diepenbeek, met vermelding van je naam en het aantal personen.

Eigen wedstrijden

Noteer alvast deze wedstrijden in je kalender,
het zijn de wedstrijden op onze piste in Diepenbeek of Tongeren

Wo 28/8 Jeugdmeeting Tongeren (ben-pup-min)
Zo 22/9 OLimPic Tongeren (ben-pup-min)

Andere wedstrijden

zie zomerkalender

Zomerkalender juli - augustus 2019

Sint-Truiden 05/07/2019 19:00	TACT		OM+PK
Trudonacht + PK Uurloop			
Inkom: €3,00 Inschrijving atleet: €1,50/nr.			
CAD	100, 200, 600, kogel	100, 200, 600, ver	
SCH	100, 200, 600, kogel	100, 200, 600, ver	
JUN	100, 200, 600, kogel, uur	100, 200, 600, ver, uur	
SEN	100, 200, 600, kogel, uur	100, 200, 600, ver, uur	
MAS	100, 200, 600, kogel, uur	100, 200, 600, ver, uur	
Sint-Truiden 06/07/2019 13:30	TACT		JMK
Trudo Medaillemeeting			
Inkom: €3,00 Inschrijving atleet: €1,50/nr.			
BEN	60, 600, hockey, ver	60, 600, hockey, ver	
PUP	60, 1000, kogel, hoog	60, 1000, kogel, hoog	
MIN	80, 300, kogel, ver	80, 300, kogel, ver	
Genk 07/07/2019 14:00	GENK		JMK
ORBIX JMK 70 jaar AC Genk			
Inkom: €2,00 Inschrijving BPM: €3,00/meerkamp			
BEN	60, 600, kogel, ver	60, 600, kogel, ver	
PUP	60, 1000, discus, ver	60, 1000, discus, ver	
MIN	80, 1000, kogel, discus, hoog	80, 1000, kogel, discus, hoog	
Alken 12/07/2019 19:00	ACA		JM
Jeugdnacht van Alken			
Inkom: €2,50 Inschrijving atleet: €1,50/nr.			
BEN	60, 600, kogel, ver	60, 600, kogel, ver	
PUP	60, 1000, hockey, hoog	60, 1000, kogel, ver	
MIN	80, 1000, 150H, speer, hoog	80, 1000, 150H, speer, hoog	
Alken 13/07/2019 18:00	ACA		OM
Nacht van Alken			
Inkom: €3,00 Inschrijving atleet: €2,00/nr.			
CAD	100, 300, mijl, speer, hoog	100, 300, mijl, kogel, ver	
SCH	100, 300, mijl, kogel, ver	100, 300, mijl, discus, ver	
JUN	kogel, discus		
SEN	100, 300, mijl, 5000, kogel, discus, speer, ver, hoog	100, 300, mijl, kogel, discus, speer, ver	
Heusden Zolder 20/07/2019 13:30	AVT		BM
Nacht van de Atletiek			
Hoofprogramma nog te bepalen			
Uurschema voorprogramma afhankelijk van aantal geselecteerde atleten			
BEN	600	600	
PUP	1000	1000	
MIN	1000	1000	
CAD	800	800	
SCH	800	800	
SEN	100, 200, 400, 800	100, 200, 400, 800	
Maasmechelen 21/07/2019 09:30	AVT		BM
Polstok 50 jaar AVT NM			
Inkom: gratis Voorinschrijven is verplicht			
AC	pols	pols	

Heusden Zolder 28/07/2019 14:30	AVT	(M)	(V)	OM
Open Meeting				
Inkom: €2,00 Inschrijving atleet: €1,50/nr.				
CAD	100, 300, 1500, 100H, hoog, pols		100, 300, 1500, 80H, speer, ver, pols	
SCH	100, 300, 1500, 110H, hoog, pols		100, 300, 1500, 100H, speer, ver, pols	
JUN	110H, kogel, discus			
SEN	100, 300, 3000, 110H, kogel, discus, pols		100, 300, 3000, 100H, kogel, discus, speer, pols	
MAS	100, 300, 3000, 110H, kogel, discus, pols		100, 300, 3000, 100H, kogel, discus, speer, pols	
Tessenderlo 02-08 19:00	LOOI			JM
BRX-Vastgoed jeugdmeeting - OlimPic				
Inkom: €2,00 Inschrijving atleet: €3,00 (ongeacht aantal proeven)				
BEN	60, 600, kogel, ver, 4x50		60, 600, kogel, ver, 4x50	
PUP	60, 1000, hockey, ver, 4x60		60, 1000, hockey, ver, 4x60	
MIN	80, 1000, kogel, speer, pols, 4x80		80, 1000, kogel, speer, pols, 4x80	
Lommel 03/08/2019 18:00	DALO			OM
Open Meeting				
Inkom: €2,00 Inschrijving vanaf Cad: €1,50/nr.				
CAD	100, 200, 600, 2000, kogel, discus, speer, ver, hoog		100, 200, 600, 2000, kogel, discus, speer, ver, hoog	
SCH	100, 200, 600, 3000, kogel, discus, speer, ver, hoog		100, 200, 600, 3000, kogel, discus, speer, ver, hoog	
JUN	100, 200, 600, 3000, kogel, discus, speer, ver, hoog		100, 200, 600, 3000, kogel, discus, speer, ver, hoog	
SEN	100, 200, 600, 3000, kogel, discus, speer, ver, hoog		100, 200, 600, 3000, kogel, discus, speer, ver, hoog	
MAS	100, 200, 600, 3000, kogel, discus, speer, ver, hoog		100, 200, 600, 3000, kogel, discus, speer, ver, hoog	
AC	4x100		4x100	
Peer 04/08/2019 14:00	AVT			JM
Trofee Pater Vandenberk				
Inkom: €2,00 Inschrijving atleet: €3,00/atleet				
BEN	60, hockey, ver		60, hockey, ver	
PUP	60, 60H, kogel		60, 60H, kogel	
MIN	80, 80H, kogel, ver		80, 60H, kogel, ver	
Lanaken 10/08/2019 16:00	ATLA			OMI
21ste Euregiemeeting Open meeting met jeugd				
Inkom: €2,00 Inschrijving : €1,50/nr.				
BEN	60, 600, ver		60, 600, ver	
PUP	60, 1000 discus		60, 1000 discus	
MIN	80, 1000, kogel, ver		80, 1000, kogel, ver	
CAD	100, 200, 600, 100H, kogel, discus, ver, hoog		100, 200, 600, 80H, kogel, discus, ver, hoog	
SCH	100, 200, 600, kogel, discus, ver, hoog		100, 200, 600, 100H, kogel, discus, ver, hoog	
JUN	100, 200, 600, 5000, kogel, discus, ver, hoog		100, 200, 600, 5000, 100H, kogel, discus, ver, hoog	
SEN	100, 200, 600, 5000, kogel, discus, ver, hoog		100, 200, 600, 5000, 100H, kogel, discus, ver, hoog	
MAS	100, 200, 600, 5000, kogel, discus, ver, hoog		100, 200, 600, 5000, 80H, 100H, kogel, discus, ver, hoog	
Tessenderlo 14/08/2019 19:00	LOOI			OM
Loaise AV open meeting				
Inkom: €2,00 Inschrijving atleet: €1,50/nr.				
CAD	100, 200, mijl, kogel, speer, hamer, hss		100, 200, mijl, kogel, discus, hss	
SCH	100, 200 mijl, kogel, speer, hamer, hss		100, 200, mijl, kogel, discus, hss	
JUN	100, 200, mijl, kogel, speer, hamer, hss		100, 200 mijl, kogel, discus, hss	
SEN	100, 200, mijl, kogel, speer, hamer, hss		100, 200, mijl, kogel, discus, hss	
MAS	100, 200, mijl, kogel, speer, hamer, hss		100, 200, mijl, kogel, discus, hss	

Hechtel - Eksel 25-08 13:00		BREE	PK
PK Estafetten Limburg			
Inkom: €3,00 Inschrijving atleet: €4,00/ploeg			
BEN	4x60, 3x600	4x60, 3x600	
PUP	4x60, 3x600	4x60, 3x600	
MIN	4x80, 3x600	4x80, 3x600	
CAD	4x100, 4x800	4x100, 4x800	
SCH	4x100, 4x800	4x100, 4x800	
JUN	4x100, 4x400, 4x1.500	4x100, 4x800	
MAS	4x100, 4x200, 4x400, 4x800, 4x1.500	4x100, 4x200, 4x400, 4x800	
AC	4x100, 4x200, 4x400, 4x800, 4x1.500	4x100, 4x200, 4x400, 4x800	
Tongeren 28/08/2019 18:30		ADD	JM
Kwadra jeugdmeeting			
Inkom: ADD atleten gratis inschrijving atleet: €1,50/nr.			
BEN	60, 600, kogel, hockey, ver	60, 600, kogel, hockey, ver	
PUP	60, 1000, kogel, hockey, ver	60, 1000, kogel, hockey, ver	
MIN	80, 300, 1000, speer, ver	80, 300, 1000, speer, ver	
Pelt 30/08/2019 19:00		SACN	OM+PK
Geboers meeting + PK 10.000m			
Hoog: Sch M springen samen met de vrouwen vanaf Cad			
Pols: M en V springen samen			
Inkom: €2,00 Inschrijving vanaf Cad: €2,00/nr.			
CAD	150, 600, kogel, discus, speer, pols	150, 600, discus, hoog, pols	
SCH	150, 600, kogel, discus, speer, hoog, pols	150, 600, discus, hoog, pols	
JUN	150, 600, 10.000, kogel, discus, speer, pols	150, 600, 10.000, discus, hoog, pols	
SEN	150, 600, 10.000, kogel, discus, speer, pols	150, 600, 10.000, discus, hoog, pols	
MAS	150, 600, 10.000, kogel, discus, speer, pols	150, 600, 10.000, discus, hoog, pols	
AMH M+V	600		
Hechtel 01/09/2019 14:00		AVT	JM
Trafée Pater Vandenberk			
Inkom: €2,00 Inschrijving atleet: €3,00/atleet			
BEN	60, 600, hockey, ver	60, 600, hockey, ver	
PUP	60, 1000, 60H, kogel, hockey, ver	60, 1000, 60H, kogel, hockey, hoog	
MIN	80, 1000, 80H, kogel, discus, hoog	80, 1000, 60H, kogel, discus, ver	
Tessenderlo 04-09 19:00		LOOI	OM
Time Tronics open meeting			
Inkom: €2,00 Inschrijving atleet: €1,50/nr.			
CAD	100, 400, 2000, discus, speer, hamer, ver	100, 400, 2000, kogel, discus, hamer, ver, hoog	
SCH	100, 400, 2000, discus, speer, hamer, ver	100, 400, 2000, kogel, discus, hamer, ver, hoog	
JUN	100, 400, 2 mijl, discus, speer, hamer, ver	100, 400, 2 mijl, kogel, discus, ver, hoog	
SEN	100, 400, 2 mijl, discus, speer, hamer, ver	100, 400, 2 mijl, kogel, discus, ver, hoog	
MAS	100, 400, 2 mijl, discus, speer, hamer, ver	100, 400, 2 mijl, kogel, discus, hamer, ver, hoog	
AMH M+V	wheelers: 100, Klasse 20-21: 2000		
Tessenderlo 07/09/2019 10:00		LOOI	OM
Speer- en kogel event			
Voorinschrijvingen Looi@atletiek.be, met opgave van werpafstand voor speer. Aantal inschrijvingen beperkt tot 25 deelnemers per categorie.			
Inkom: €3,00 Inschrijving atleet: €2,00/nr.			
CAD	kogel, speer	kogel, speer	
SCH	kogel, speer	kogel, speer	
JUN	kogel, speer	kogel, speer	
SEN	kogel, speer	kogel, speer	
MAS	kogel, speer	kogel, speer	

JARIG IN mei - juni

Vandebosch	Robbe	03.07.02
Moris	Zita	04.07.10
Bouduin	Joppe	07.07.05
Stulens	Jesse	09.07.03
Neven	Celeste	12.07.11
Coninx	Timo	13.07.12
Martens	Thomas	15.07.90
Ghysens	Ella	19.07.02
Gijsen	Maarten	29.07.98
Vanherle	Britt	29.07.03



Ghijsens	Liv	03.08.11
Hermans	Ruben	04.08.02
Slegers	Anne-Sophie	07.08.97
Wissels	Noor	10.08.10
Vanherle	Gilles	13.08.06
Gravina	Mauro	16.08.06
Mees	Janne	17.08.09
Metten	Ivan	22.08.65
Carmans	Hanne	28.08.07
Vestraeten	Katelijne	28.08.07
Collas	Thebe	28.08.10

orbix

MATERIALEN - TECHNOLOGIEËN - DIENSTEN