

KLG in ALD

Het was weer even normaal. En daar hebben we van genoten! Blijkbaar vindt het virus het erg gezellig bij ons en heeft het besloten om nog wat langer te blijven. Jammer, het had niet persee hoeven ...

Gelukkig hebben we kunnen genieten van een heerlijk zomerseizoen met heel veel duintrainingen en een gezellige Duin-tot-duinloop. We hebben een feestelijke jubileumloop gehad met lekkere taartjes en een prachtig shirt als cadeau.

De woensdagavondtrainingen zijn nu weer even gepauzeerd door de avondlockdown (ALD). Gelukkig kunnen we de zondagen nog wel met elkaar het bos in en doen de trainers hun best om ons door de week fit te houden met trainingen via WhatsApp en mail. Ook zorgen een paar trainers op de woensdag overdag voor een training zodat ze toch met een groepje kunnen rennen. Blijf dus lekker rennen en vooral: blijf gezond!



Jubileumfeest 9 april

Helaas hebben we ons jubileumfeest in november niet kunnen vieren. Zet de nieuwe datum alvast in jouw agenda: **9 april 2022, 17-21.00u.**

Leuk om weer iets te hebben om naar uit te kijken!

Nieuwe beginnersgroep

Op 3 april start weer een nieuwe beginnersgroep.

Geef het nu alvast door aan vrienden, familie en burens. Het is ook een mooie kans om weer terug te komen na een blessure of time-out. Opgeven kan bij [Miriam](#).

Eigen inbreng

Jullie kunnen ook eigen stukjes aanleveren voor de nieuwsbrief en de website.

Dit kan door een mailtje te sturen naar redactie@kennemerloopgroep.nl. Heb je iets leuks beleefd op hardlooplegebied? Doet jouw groep een activiteit waar je trots op bent? Deel het met ons en inspireer jouw loopmaatjes.

Den Helder - Maastricht Rennen voor het goede doel

Op 21 en 22 mei doet Team De Henkies mee aan de estafetteploeg van Den Helder naar Maastricht. Team De Henkies bestaat uit twaalf lopers uit de groep van Henk van Dijk, en zij rennen voor de goede doelen: Kika en Villa Expert Care.

Wat houdt deze estafetteploeg in? Het team bestaat uit twee groepen van zes lopers. De route is opgedeeld in 6



etappes. De eerste groep start met de eerste etappe in Den Helder. De groepsleden lopen beurtelings ongeveer 1,5 km tot de eerste etappe is volbracht. De eerste groep wordt dan afgewisseld door de tweede groep. Groep 1 heeft dan een paar uur rust en rijdt naar het volgende wisselpunt, zodat zij na een aantal uur Groep 2 weer af kunnen lossen. Dit proces gaat door tot aan de finish in Maastricht. Er wordt tijdens deze estafetteploeg dag en nacht doorgelopen. Van start tot finish leggen zij als team 438 km af.

Om zoveel mogelijk geld op te halen voor de goede doelen, hebben wij een wijnactie opgezet. We verkopen flessen (rood en wit) voor 10 euro per stuk waarvan er 5 euro naar de goede doelen gaat. Informatie over de wijnen vind je verderop.

Wil je wijn bestellen? Stuur dan een mail met jouw bestelling naar Mike Geijsen: mike.geijsen@gmail.com.

Wil je geen wijn kopen, maar toch graag sponsoren? Dat kan natuurlijk ook! Jouw donatie mag je overmaken op NL56 ASNB 8831 5280 17 t.n.v. J.M. Geijsen te Heemskerk o.v.v. DHM KLG donatie.

Wij hopen op jullie steun.

Met sportieve groet,
Agnes Gankema

Agenda

Zet nu alvast in je agenda:

- 9 januari: ~~Nieuwjaarsborrel~~ (gecanceled)
- 30 maart: 1^e avondtraining in het duin
- 1 april: 1^e vrijdagavondtraining
- 3 april: Start beginnersgroep
- 9 april: Jubileumfeest 35 jaar

www.kennemerloopgroep.nl





Witte wijn: MONTPLO SIGNATURE BLANC Ugni-Blanc – Colombard. Dit is een fruitige, aangename wijn waar de Ugni-Blanc in de blend zorgt voor een wijn met tonen van frisgroene appel met een licht exotisch bouquet.



Rode wijn: CAMPI RUDI Rosso Puglia IGT Italia. Dit is een geweldige wijn voor echte liefhebbers. Uitstekend met hartige gerechten en gegrild vlees, maar mag ook gewoon zo per glas, want deze wijn staat garant voor een zachte doordrinkbaarheid.