

## Nummer 4

Het is tijd voor een nieuw nieuwsblad: alsjeblieft!

Dit is alweer nummer 4. Veel leesplezier!

## Terug bij De Buurvrouw

Afgelopen woensdag is het KLG-winterseizoen bij De Buurvrouw weer begonnen. De hele dag raasde er een storm over Heemskerk. Gelukkig hoefden we de training niet af te lasten en konden wij 's avonds lekker samen uitwaaien. Het wordt wel steeds donkerder dus zorg er zelf voor dat je een reflecterend hesje en actieve verlichting draagt. Dit is echt noodzakelijk voor je eigen veiligheid. De KLG heeft nog een beperkt aantal hesjes met lichtjes beschikbaar die je voor het bescheiden bedrag van 10 euro kunt kopen. Wil je zo'n hesje? Stuur dan een e-mail naar [voorzitter@kennemerloopgroep.nl](mailto:voorzitter@kennemerloopgroep.nl).

Het KLG-winterseizoen duurt tot 22 maart 2018. Daarna trainen we de woensdagen weer in de duinen en starten ook de vrijdagavondtrainingen weer. In het winterseizoen is de trainingstijd op zondag van recreatieve groep 2 gewijzigd. Henno traint de groep dan van 9.15u tot 10.30u.

## Ledenvergadering

Op maandagavond 30 oktober om 19.30u is de jaarlijkse ledenvergadering. Het is altijd weer een ontspannen avond waar we samen luisteren naar een interessante lezing op hardloopgebied (wie dat wordt is nog een verrassing, ook voor mij) en daarna nemen we even een aantal belangrijke KLG-punten door. We sluiten de vergadering gezellig af met een drankje.

## AH sponsoractie

Bij Albert Heijn kunnen klanten zegeltjes sparen om een aantal keer gratis te sporten bij een sportclub in de buurt. De KLG heeft zich hier ook bij aangemeld. Ik ben benieuwd wat dit voor ons gaat betekenen. Natuurlijk mogen mensen die geïnteresseerd zijn in de KLG altijd een paar keer gratis meelopen maar dat weet Albert natuurlijk niet. Het is leuk om de KLG op deze manier te promoten en wie weet komen er wat mensen mee trainen.

## Gevulde Koekenloop

Noteer maar alvast in je agenda: op zondag 5 november om 8.30u is de jaarlijkse traditionele Gevulde Koekenloop. Je loopt op jouw eigen tempo 1, 2 of 3

keer het vertrouwde rondje bij de Kruisberg van 2.5 km en na afloop is er koffie en thee met een heerlijke ... Ja, dáár was dus even een discussie over. Zouden we niet een keer pennywafels doen? Of lange vingers? Gelukkig vonden de meesten van het bestuur "De Langevingerloop" niet zo mooi klinken en krijgen we dus na afloop van de Gevulde Koekenloop een heerlijke gevulde koek! Neem je opa, zus, buurman, dochter, collega of andere gastloper gezellig mee want introducés zijn welkom en ook zij krijgen na afloop een heerlijke ....

## Evaluatie beginnersgroep

De beginnersgroep is inmiddels gestopt en de meeste lopers hebben hun nieuwe plek gevonden in één van de recreatieve loopgroepen. Om van hun ervaringen te leren hebben we hen gevraagd om een evaluatie formulier in te vullen.

Natuurlijk horen we ook graag van de andere leden als er iets binnen de KLG beter of anders kan. Vertel het ons of stuur een e-mail naar [ledenadministratie@kennemerloopgroep.nl](mailto:ledenadministratie@kennemerloopgroep.nl)

Je kunt natuurlijk ook bij jouw contactpersoon binnen jouw loopgroep terecht. Wie dat is kun je vinden op [www.kennemerloopgroep.nl/trainingsgroepen](http://www.kennemerloopgroep.nl/trainingsgroepen).

## Succes

Voor iedereen die dit weekend de Dam tot Damloop of de Kassencross gaat lopen: heel veel succes! En het belangrijkste: vergeet niet te genieten!

## Eigen inbreng

Je kunt ook een eigen stukje aanleveren voor de nieuwsbrief en de website. Dit kan door een mailtje te sturen naar [redactie@kennemerloopgroep.nl](mailto:redactie@kennemerloopgroep.nl)

Kijk ook op onze [website](#)

