



Welkom nieuwe beginners

Kijk! Dit zijn ze dan: onze nieuwe collega lopers. Maar liefst 37 aanmeldingen kwamen er op de oproep om bij ons te komen lopen!

Ze zijn nu misschien nog niet zo snel, maar "Pas op!" over een paar maanden kunnen ze je zomaar ineens voorbij lopen. We wensen hen heel veel plezier bij de KLG toe!

Tonny is ook dit jaar weer vol enthousiasme begonnen met de trainingen. Ze wordt bijgestaan door Annet en Lyanda: twee geweldige hulptrainers.

Helaas blijkt de blessure van Esther Raateland, die samen met Tonny de beginners zou trainen, veel ernstiger dan gehoopt. Daardoor kan zij geen training geven. Gelukkig hebben de andere KLG-trainers dit gezamenlijk opgelost en wisselen ze elkaar af om Tonny te ondersteunen bij deze trainingen.

Wissel-de-trainerdag

Afgelopen zondag werden we ineens verrast: het was wissel-de-trainerdag! Iedere groep werd door een andere trainer dan normaal getraind.

En iedere trainer wilde zijn (of haar) nieuwe groep laten zien dat hij (of zij) toch echt de leukste trainer van de KLG is, dus alle lopers werden getraakteerd op een geweldige training. Ik heb alleen maar enthousiaste verhalen gehoord van zowel de lopers als de trainers dus dit gaat zeker nog een keer gebeuren.

Dit was trouwens een idee van de contactgroep-leden uit jullie eigen groep. Heb je ook een leuk idee? Breng het in via hem of haar. Je vindt op de site wie dat is voor jouw groep en anders vertelt de trainer het jou.

Waterdrinkercross

Op woensdag 16 mei om 19:00 uur organiseren wij weer de Waterdrinkercross. Het is weer mogelijk om 1, 2 of 3 rondjes van 3,5 km te lopen. Komt allen! Aan het eind wacht een verdiende, koele traktatie!

MaartenBon-Estafette

Wat een prachtige uitnodiging hebben we allemaal gekregen voor weer een nieuwe editie van de MaartenBon-Estafette op zondag 6 mei.

Een heerlijk ontspannen loop-fiets-evenement waar natuurlijk ontspanning en plezier voorop staat. Alle lopers van de Kennemer Loopgroep kunnen hieraan meedoen, ook als je nog maar een paar minuten achter elkaar kunt lopen! Door de gemengde groepjes kan iedereen net zo lang en vaak lopen als hij of zij zelf wil en kan. De rest van de tijd fiets je gewoon lekker mee. En dan die heerlijke lunch na afloop ... alleen daarvoor zou je je al opgeven.

Doe dat dan nu meteen maar door een e-mail te sturen naar activiteitencommissieklg@outlook.com

Vrijdagavond trainingen

Kom je ook een keer naar de vrijdagavond trainingen? Dat is een goed idee!

Die zijn eind maart weer begonnen, gewone tijd, gewone plaats en voor iedereen van de KLG die ongeveer 5 km (of meer) achter elkaar kan lopen. Een leuke manier om lopers van andere groepen te leren kennen. Deze trainingen worden steeds door een andere KLG-trainer gegeven.