

## Een nieuwe werkelijkheid

Toen ik vorig jaar de beginnersgroep trainde vroeg een loper aan mij: "Worden de trainingen wel eens afgelast?" Ik antwoordde toen: "Ze gaan altijd door behalve bij gladheid of onweer, onveilige loopsituaties dus." Inmiddels zijn we een extreem hete zomer verder en hebben we nu door COVID-19 de trainingen zelfs voor langere tijd moeten afgelasten.

Voorlopig zijn alle trainingen tot 6 april afgelast. Of het hierbij blijft, valt niet te voorspellen. Wij volgen de adviezen van het NOC NSF en houden je op de hoogte via de trainers, internet en Facebook. Blijf ondertussen gezond, doe af en toe zelf een rustige training en geniet er ook gewoon even van dat je op zondagochtend kunt uitslapen.

Zo gauw de trainingen weer doorgaan, starten ook de **vrijdagsavond trainingen** weer. Gewone tijd, gewone plaats, steeds een andere trainer en voor alle lopers van de KLG: er wordt met iedereen rekening gehouden. Leuk om lopers van een andere groep te leren kennen.

## Nieuwe voorzitter

**Per 1 januari heeft Agnes het stokje doorgegeven aan Marco. Hij stelt zich graag even voor en vertelt over zijn eerste ervaringen als voorzitter.**

"Vereerd voelde ik me toen Agnes me bij de Nieuwjaarsbijeenkomst vroeg of ik 'in' was voor deze rol. Inmiddels heb ik geen spijt van het aannemen ervan. Ik heb de afgelopen maanden ervaren dat we als KLG'ers al jaren ontzettend boffen met zo'n gedreven en enthousiaste trainers- en bestuurdersgroep.

En daar draag ik graag ook mijn steentje aan bij, om zo achter de schermen het gezellig en gezond hardlopen nog jaren lang mogelijk te maken.

Zie voor een meer persoonlijke introductie alsjeblieft de KLG website. Een hartelijke groet," Marco Weel

## MaartenBon-Estafette

**De activiteiten commissie is alweer bezig met de op nieuwe editie van de MaartenBon-Estafette. Die vindt dit jaar plaats op zondag 14 juni.**

Een heerlijk ontspannen loop-fiets-evenement waar ontspanning en plezier voorop staan. 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. Zet hem alvast in je agenda! Meer informatie van onze activiteitencommissie volgt snel.

## Nieuwe beginnersgroep

**De start van de nieuwe beginnersgroep is uitgesteld naar zondag 7 juni om 8.30u.**

Al 19 lopers hebben zich aangemeld en Esther en Miriam hebben er zin in om te starten met de groep. Helaas moeten ze nog even wachten. Vind je het leuk om een keer als hulptrainer mee te lopen en jouw ervaringen bij de Kennemer Loopgroep met de nieuwe lopers te delen? Laat het weten!

## KLG-groepen

**Zoals bij de meeste lopers wel bekend is, hebben we binnen de Kennemer Loopgroep 5 verschillende trainingsgroepen. Ieder groep heeft een eigen doelstelling zodat iedere loper van de KLG bij een groep kan lopen die bij zijn of haar interesse en niveau past.** Er zijn drie recreatieve groepen met een op elkaar afgestemd niveau. Een loper die wat sneller gaat kan zo vrij eenvoudig overlopen naar een andere groep. De overstap naar één van de twee prestatie groepen lijkt misschien iets minder voor de hand te liggen. Toch zijn ook hier de trainingen echte KLG-trainingen en de lopers, net als bij de andere groepen, heel leuk om mee te rennen. Hieronder vertelt Richard iets over de duurloopgroep.

## Prestatie Groep Duurloop

**Hallo loopmaatjes, zoals vele van jullie weten, loop ik in de duurloopgroep met trainster Linda. We staan bekend als een eigenwijze loopgroep en dat klopt ook.** We zijn echter ook een gezellige groep met een rijke diversiteit aan lopers. Helaas is er weinig nieuw aanwas en wordt onze groep, mede door wat lopers die in andere groepen zijn gaan lopen, steeds kleiner. Het zou leuk zijn als je eens een keer met ons meeloopt en misschien de overstap waagt. Dan kun je ook zien dat we helemaal niet zo snel en zo veel kilometers lopen als vele denken. De trainingen zijn afwisselend en voor een ieder te doen. Zondags doen we vaak een duurloopje, zwerfend door het duin of richting het strand. Wie weet tot ziens bij een volgende training. Groet Richard Bijl

## Agenda

Zet de nu alvast in je agenda:

- 27 mei: Waterdrinkercross
- 14 juni: MaartenBonEstafette
- 5 oktober: Ledenvergadering