

Nog even geduld KLG

25 maart stond groot in mijn agenda: laatste training bij "Spijkers"! Ik heb de woensdagavonden tijdens het winterseizoen afgeteld. Wat hebben we veel regen gehad! En wat had ik zin in de eerste woensdagavond in het duin. Die eerste nog wat koele training, waarbij het aan het einde al een klein beetje donker wordt en het vooruitzicht dat dit zomerseizoen een eeuwigheid gaat duren. Gerard Cox had hier zo een lied over kunnen schrijven.

Helaas moeten we nog even geduld hebben voordat we weer met ons allen samen het bos in kunnen. Voorlopig is de datum van 28 april genoemd en ook het advies van NOC*NSF is tot die datum "geen georganiseerde sportactiviteiten plaats te laten vinden, ook niet in kleine groepen". Als Kennemer Loopgroep volgen wij dit advies. Voorlopig zet ik woensdag 29 april dus met potlood in mijn agenda. Ondertussen: blijf gezond, we houden jullie natuurlijk weer op de hoogte.

Contributie 2^e kwartaal

Kees had de incasso's voor het 2^e kwartaal al klaar staan, toen vorige week de persconferentie kwam met de nieuwe datum. Na kort overleg met het bestuur is Kees sneller dan het dataverkeer naar de bank gerend en heeft alle incasso's tegen kunnen houden. Voor dit kwartaal, waarvan we het grootste deel niet samen trainen, wordt dus geen contributie betaald.

Core Stability les van Es

Neem de uitdaging aan! Een echte aanrader tijdens deze Lock down. Na een try-out van Esther op maandag 30 maart (een ingerichte thuisstudio, de camera op een emmer en het beeld overdwars want dat gaf technisch gezien het beste beeld) worden deze online lessen wegens groot succes geprolongerd - iedere maandag van 19-20 uur.



Alle oefeningen zijn zeer goed te volgen en op ieders eigen niveau te doen zoals we van Esther gewend zijn. En wat het extra leuk maakt, is dat alle gezinsleden - jong en oud - mee kunnen doen. Wat zegt Esther er zelf over: "Het is mijn bedoeling om jullie in deze tijd te steunen

en ik hoop dat we met z'n allen zo kunnen blijven sporten, Natuurlijk had ik dit veel liever buiten gedaan met jullie allemaal dicht om me heen maar helaas moeten we het op deze manier doen. "

Het is een meer dan acceptabel alternatief. Het is alsof je bij elkaar in de kamer staat. Dus neem de uitdaging aan en volg de lessen via de facebookpagina: "Kennemerloopgroep Core Stability". <https://www.facebook.com/Kennemerloopgroep-Core-Stability-101633751503450/>



KLG Strava

Nog een ander initiatief van Henk Bleeker (één van de 5 KLG-Henken) is om elkaar te "ontmoeten" op Strava. Op deze manier kunnen we elkaar stimuleren om te blijven bewegen. Henk heeft op Strava de club "Kennemer loop groep" aangemaakt. Heb je Strava? Zoek deze club op door op "Ontdekken" te klikken en wordt lid via "Clubs".

Het bestuur gaat door

We wilden even kort overleggen hoe we als hardloopervereniging omgaan met de veranderde werkelijkheid en wat we bijvoorbeeld zouden doen met de start van de beginnersgroep.

Omdat we voor ons werk inmiddels steeds meer gewend raken met Skype- en Teams vergaderingen wilden we dit met het bestuur ook proberen. Na wat hilariteit en veel lol lukte het uiteindelijk om bijna het hele bestuur in een sessie te krijgen. En zoals je kunt zien hebben we daarna zeer serieus vergaderd.



(rechts boven zie je Kees de foto maken 😊)

Agenda

27 mei: Waterdrinkercross
14 juni: MaartenBonEstafette
28 juni: Marquetteloop
5 oktober: Ledenvergadering

