



V.Z.W.  
SPORTLAAN 24 BUS 1  
1700 DILBEEK

...www.DilbeekAC.be

426-2104921-96

DACvzw@yahoo.com

## KONTAKT-INFO

woensdag, 23 juni 2010.

*Dit clubblad verschijnt elke tweede en vierde woensdag van de maand.  
Het wordt door de trainers uitgedeeld. De atleten en andere lezers mogen ook zelf initiatief nemen: vraag naar uw exemplaar van Kontakt-Info, haal het in het clublokaal of de atletiekgang, laat Kontakt-Info opsturen naar uw e-adres (zend uw vraag naar [DACvzw@yahoo.com](mailto:DACvzw@yahoo.com)) of kijk op de webstek [www.DilbeekAC.be](http://www.DilbeekAC.be).*

## Kalender

Wanneer	Wat	Plaats
25/jun/10	Kampioenviering	Westrand
26/jun/10	outdoor (PK Ben, Pup & Min)	
3/jul/10	outdoor (KVV Meerkampen)	Nieuwpoort
4/jul/10	outdoor (KVV Meerkampen)	Nieuwpoort
14/jul/10	Kontakt Info	
17/jul/10	outdoor (BK AK)	Koning Boudewijn stadion
18/jul/10	outdoor (BK AK)	Koning Boudewijn stadion
20/jul/10	Mem. Vilja Tytgat	Roelandsveld
28/jul/10	Kontakt Info	

## Kampioenviering

"Vrijdag 25 juni heeft de jaarlijkse Kampioenviering plaats. De viering zal plaatsvinden op vrijdag 25 juni 2010 om 19u30 in de accommodaties van Westrand te Dilbeek. Nadien is er een receptie aangeboden door het gemeentebestuur in de grote zaal van de Westrand. Normaal hebben alle kampioenen van onze club een persoonlijke uitnodiging ontvangen van de gemeente."

## Verloren kledij ?

Op het Roelandsveld (in het clublokaal) ligt een grote hoeveelheid verloren en achtergelaten kledij. Einde juni wordt deze stapel naar de klerencontainer gevoerd. Kom vandaag nog kijken of er niets van jou tussen ligt.

## BK alle categorieën : inschrijvingen

Even herinneren aan de inschrijvingsdata voor alle categorieën:

De inschrijvingen voor de 10000m en 3000steple voor vrouwen en masters (7 juli kampioenschappen) moeten binnen zijn op vrijdagavond 25 juni om 20.00uur

Alle andere proeven (kampioenschappen 17 en 18 juli) moeten binnen zijn op vrijdagavond 2 juli om 20.00uur

Inschrijvingen uitsluitend via [dirk.janssens@online.be](mailto:dirk.janssens@online.be) met copie aan [dacvzw@yahoo.com](mailto:dacvzw@yahoo.com).

Dirk Janssens

Stc dac vzw



Normaal zouden wij op zondag 27 juni op verplaatsing lopen, maar de Start-to-run heeft die dag zijn finale en daarom blijven wij in Dilbeek.

Na de training nodigen wij iedereen uit op een hapje en een (sportief)drankje. Ook voor de kinderen is er extra-animatie.

## Nieuwe clubrecords outdoor

benjamin jongens

600m

1.58.38

Ilan Patiny

19/06/10



## Kampioenen zomer 2010

benjamin jongens

ILAN PATINY

Provinciaal kampioen meerkampen

masters vrouwen

LIEVE DE ROOCK

Belgisch kampioen 100 en 200 m

## Trainingschema en afwijkingen

Wijzigingen trainingenrooster Piet VV:

Wo. 23/06: 18.15 u.

Ma. 28/06: 16.00 u.

Wo. 30/06: 18.15 u.

Vr. 02/07: 15.00 u.

Ma. 05/07: 10.00 u.

Wo. 07/07: 18.15 u.

Vr. 09/07: 10.00 u.

*Piet Van Vaerenbergh*

0486/53 74

## Ben-Min: Wedstrijd Vilvoorde, zaterdag 26 juni 2010

Op zaterdag 26 juni 2010 gaat de vijfde wedstrijd van het zomerseizoen door te Vilvoorde. We spreken deze dag af om 10u30 aan het Roelandsveld. Deze wedstrijd geldt voor het zomercriterium Ben/Pup/Min.

Afspraak Roelandsveld: 10u30

Startuur wedstrijd: 12u00

Plaats: Atletiekstadion Drie Fonteinen, Brusselsesteenweg 80, 1800 Vilvoorde

Uurrooster: zie [www.dilbeekac.be](http://www.dilbeekac.be), rubriek BPM-info

	Jongens	Meisjes
<b>BEN</b>	60-600-hoog-ver-kogel-hockeybal	60-600-hoog-ver-kogel-hockeybal
<b>PUP</b>	60-1000-60H-hoog-ver-kogel-discus-hockeybal	60-1000-60H-hoog-ver-kogel-discus-hockeybal
<b>MIN</b>	80-300-1000-80H-150H-hoog-pols-ver-kogel-discus-speer	80-300-1000-60H-150H-hoog-pols-ver-kogel-discus-speer

**OPGELET: Je kan maximum aan 2 proeven deelnemen!**

Wat moet je zeker meenemen naar de wedstrijd

- 1) het blauwe wedstrijdtruitje
- 2) je borstnummer, samen met 4 veiligheidsspelden
- 3) spikes (max 6mm)
- 4) je goede humeur

Nog vragen?

- Email: [dacvzw@yahoo.com](mailto:dacvzw@yahoo.com)

- Website: [www.dilbeekac.be](http://www.dilbeekac.be) BPM-info → wedstrijden

- Bart Hoogwijs: 0473/89.05.55

## Ben - Cad : Atletiekweek : Augustus 2010

Naar goede jaarlijkse gewoonte organiseert Dilbeek Atletiek Club vzw een atletiekweek op en rond het Roelandsveld. Voor de zeventiende keer op rij organiseren wij ook dit jaar deze sportstage voor jongeren van 6 tot 16 jaar. Je zal er vooral atletiek beoefenen maar ook andere sporten komen aan bod zoals zwemmen, balsporten en fietsen. Ook dit jaar biedt Dilbeek Atletiek Club 3 weken aan waaruit je kan kiezen:

- van maandag 10 t/m vrijdag 14 augustus 2010
- van maandag 17 t/m vrijdag 21 augustus 2010
- van maandag 24 t/m vrijdag 28 augustus 2010

**OPGELET: De atletiekweek is bijna volzet. Aarzel niet om in te schrijven indien je nog wil deelnemen! Aantal vrije plaatsen op 21 juni 2010:**

- week 1: 28 vrije plaatsen
- week 2: 33 vrije plaatsen
- week 3: volzet

Praktisch:

Elke dag is er opvang voorzien vanaf 8u00 en tot 17u00.

- Geschikte sport- en regenkleding is aangewezen.
- Je brengt zelf je lunchpakket mee; een stuk fruit, een drankje en een 'vieruurtje' wordt aangeboden door Dilbeek Atletiek Club.

Prijs:

De deelnameprijs bedraagt 85,00 euro per week.

Voor leden van Dilbeek Atletiek Club: 65,00 euro per week.

10,00 euro korting vanaf het 3<sup>de</sup> kind binnen hetzelfde gezin.

**Betalingen uiterlijk 01 juli 2010 op rekening 426-2104921-96 van Dilbeek Atletiek Club vzw, met vermelding atletiekweek + naam en voornaam van de deelnemer/deelnemster.**

Inschrijven? (vóór 1/07)

Inschrijven kan op 2 manieren:

- Ofwel door onderstaand inschrijvingsformulier in te vullen en op te sturen / af te geven aan Bart Hoogwijs.
- Ofwel door het elektronische inschrijvingsformulier in te vullen op de website ([www.dilbeekac.be](http://www.dilbeekac.be)).



### INSCHRIJVING ATLETIEKWEEK DILBEEK

#### Deelnemer/deelneemster

Voornaam + Naam: \_\_\_\_\_

Geboortedatum: \_\_\_\_\_ Geslacht: jongen / meisje

Adres: \_\_\_\_\_

**Kies je week:**

**0 van 9 t/m 13 augustus 2010**

**0 van 16 t/m 20 augustus 2010**

**0 van 23 t/m 27 augustus 2010**

Telefoonnr: \_\_\_\_\_

E-adres: \_\_\_\_\_

Vader/moeder (naam): \_\_\_\_\_, is overdag bereikbaar op

telefoonnummer: \_\_\_\_\_, en verklaart dat de hierboven vermelde deelnemer

/ deelneemster lichamelijk geschikt is om aan de atletiekweek deel te nemen.

Datum: \_\_\_\_\_

Handtekening vader/moeder: \_\_\_\_\_

Deze contact-info kwam tot stand dank zij de medewerking van Els De Bot, Harry De Win, Dirk Janssens, Piet Van Vaerenbergh, Guido Rooselaer, Bart Hoogwijs



kopij voor volgend nummer, **uiterlijk op ma 12 juli 2010 - 20u00:** elektronisch ([harry.de.win@telenet.be](mailto:harry.de.win@telenet.be) met kopie naar [dacvzw@yahoo.com](mailto:dacvzw@yahoo.com))

**VOLGENDE KONTAKT-INFO: woensdag, 14 juli 2010**

