



**OMEGA
ORIENTATI
E
OPEN**

BELGIE-BELGIQUE
PB
3290 DIEST
2/2685

Maandlijks tijdschrift
Afgiftekantoor DIEST
VU: Frans Van de Moortel
Grasbos 40,
3290 Diest
Omega VZW

ORIENTATIECLUB OMEGA: BESTUUR 2009

Voorzitter: Roger Aerts Com. Neyskenslaan 114, 3290 Diest ☎ 013/31.15.31 ✉ roger.aerts@scarlet.be	Karl Keuppens Gilseinde 34, 2380 Ravels ☎ 014/65.88.84 ✉ karl.keuppens@pandora.be
Ondervoorzitter: Jacques Grauls Goudfazantenlaan 20, 3001 Heverlee ✉ jacques.grauls@pandora.be (Schatbewaarder VVO-beheerraad)	Rudi Aerts Galgeveldstraat 59, 3290 Diest ✉ rudi.aerts3@pandora.be
Secretaris: François Vandervelpen Kloosterberg 47, 3290 Diest ☎ 013/31.25.06 ✉ vandervelpen.francois@scarlet.be	Jozef Den Trooster Schoorveldstraat 13, 2260 Westerlo ☎ 014/26.69.27 (en fax) ✉ jozef.den.trooster@pandora.be
Penningmeester: Albert Callens Karel Alenlaan 40, 3293 Diest ☎ 013/31.29.10 (en fax) ✉ albert.callens@telenet.be Rekeningnummer Omega: 001-1776646-70	Roel Van de Moortel Klein Broekstraat 55, 3271 Averbode ☎ 0477/50.41.71 ✉ roel.vandemoortel@telenet.be
Materiaalmeester: Willy Bosmans Postbaan 191, 3290 Schaffen ☎ 013/33.67.78	Diane Volders Karel Alenlaan 40, 3293 Diest ☎ 013/31.29.10 (en fax)
Oriëntatiekledij: Leen Wouters Kontichstraat 211, 2650 Edegem ☎ 03/289.54.49 of 0485/89.53.45 ✉ leen.wouters@kikirpa.be Rekeningnummer: 779-5961474-82	Koen Bosmans ☎ 013/67.16.87 ✉ koen.bosmans@village.uunet.be (VVO ploegencommissie + Omega jeugdbestuur)
Clubblad: Walter Van Krunckelsven Dassastraat 92 B 5, 2100 Deurne ☎ 03/322.47.64 of 0474/77.90.44 ✉ wvankrunckelsven@skynet.be (Secretaris-Generaal ABSO/BVOS) (VVO ploegencommissie)	Bart Van de Moortel Grasbos 40, 3294 Diest ☎ 013/31.22.40 ✉ bart.vandemoortel@village.uunet.be (Raadslid VVO-beheerraad) (ABSO/BVOS ploegencommissie)
Website: Jan Delobel Kammenstraat 83, 2910 Essen ☎ 03/677.13.68 of 0497/41.30.42 ✉ jan@delobel.be (VVO sport- & kaartencommissie)	

JEUGDBESTUUR 2009

Bart Delobel ☎ 0496/85.64.55 ✉ bartdelobel@hotmail.com	Dennis Ducro ✉ dennisducro@hotmail.com
Etienne De Canne, Jan Delobel (VVO S&K commissie + hoofdbestuur Omega)	Koen Bosmans (VVO ploegencommissie + hoofdbestuur Omega)

INSCHRIJVINGEN

Nationale & buitenlandse wedstrijden: Walter Van Krunckelsven ☎ 03/322.47.64 of 0474/77.90.44 ✉ wvankrunckelsven@skynet.be
--

Website: www.olomega.be
E-mail: info@olomega.be

Beste vrienden,

De nationale en de VVO wedstrijden zijn van start gegaan en de behaalde resultaten geven iedereen een eerste idee van zijn plaats in de rangorde.

Het nachtseizoen is voorbij met Vlaamse titels voor Arno en Frans en nationale titels voor Elke, Leen, Lea en nogmaals Frans. Proficiat. Maar de nachtoriëntatie heeft met de voorbije competitie opmerkelijk aan belangstelling ingeboet want het deelnemersveld is fel teruggelopen. Deze discipline vraagt een heel andere instelling tijdens het lopen. De aandacht moet voortdurend op scherp staan bij het uitkijken naar referentiepunten die al of niet opduiken. Het contact met de kaart is van het hoogste belang en het zoeken naar nieuwe aanvalspunten wordt een bijna permanente bezigheid. Wie zonder contact toch doordraaft met de hoop van het lichtpunt te zullen zien, komt dikwijls bedrogen uit. Dat maakt het nachtlopen ook zo spannend: de snelheid is - meer dan bij dagwedstrijden - ondergeschikt aan de waarneming. Het zou nuttig en leerrijk kunnen zijn van binnen de club of VVO te gaan polsen onder de top 5 of 10 van elke leeftijdscategorie waarom zij niet deelnemen aan het nachtgebeuren. Het is weinig waarschijnlijk dat zij allemaal zullen verklaren van in de onmogelijkheid te zijn omwille van familiale of professionele verplichtingen. Andere oorzaken kunnen misschien verholpen worden zoals bijvoorbeeld het transportprobleem bij de jongeren.

De Nationale 1 werd een succes voor de club met maar liefst zeven eerste plaatsen bij de dames en twee bij de heren. Met zulke resultaten kon het ook niet anders dan dat daarmee eveneens beslag gelegd werd op de wisselbeker Oosterlynck. Daarvoor zorgden Joost (HE), Evert (H-14), Guido (H 45), Sien (D-18), Veerle (DE) en Leen (D 45). Hartelijk proficiat.

Tenslotte was er de Middle Distance van Weelde waar de oogst veel kleiner was met overwinningen van Kim bij de Dames open, Wout en Hannah bij de pupillen en Evert bij de Beloften. Een eerste optreden van Wouter bij de Heren open is zeker niet onopgemerkt voorbij gegaan. Samen met Jeroen krijgt hij Pasquasy in het visier. De achtervolging is begonnen.

Vergeet niet om verder deel te nemen. Deze maand staat er een nationale Clubaflossing op het programma waar onze ploegen kunnen getest worden in het vooruitzicht van het echte BK in het najaar.

Roger Aerts

Voorzitter

Belangrijke berichten

- We kregen te horen dat **Albert De Bruyn** een hele poos uit circulatie zal zijn ten gevolge van een ernstig rugletsel. We wensen hem een spoedig herstel en hopen hem zo snel mogelijk terug te zien op onze wekelijkse wedstrijdjes zelfs al is het in den beginne maar om te wandelen. die hun lidgeld niet betaald hebben.
- **Electrabel Trophy**
Voor de Electrabel Trophy (die doorgaat in Cerfontaine van vrijdag 12 juni tot en met zondag 14 juni) kunnen we nog steeds enkele helpende handen gebruiken. Wens je wat meer info, aarzel dan niet om Walter te contacteren.

Wat was



- Over het **Vlaams Kampioenschap nacht** van 27 februari op de Lommelse Sahara kunnen we kort zijn. Enkel Frans (H-VetD) en zijn kleinzoon Arno (H Bel) konden met een gouden plak huiswaarts keren. Daarnaast was er ook nog zilver voor Paulette (D VetB) en Dick (H VetB). Geen al te beste start van het nieuwe seizoen.
- Gelukkig werd de dag nadien al een stukje rechtgezet op de **1e nationale** en dan vooral door onze dames met niet minder dan 7 reekszeges en dit voor Hannah (D10), Charlotte (D14), Sien (D18), Veerle (DE), Ellen (D35), Leen (D45) en Lea (D50). Bij de heren konden enkel Tibo (H10) en Evert (H14) deze prestatie evenaren. Houden de anderen zich misschien nog wat verscholen voor de kampioenschappen?

Ondanks het forfait van enkele van onze toppers bleken we andermaal over een ruime kern van supersnelle lopers en loopsters te beschikken zodat we, voor de 3e maal op rij, de wisselbeker Oosterlynck mee naar Diest mochten nemen en dit jaar kon deze beker effectief uitgereikt worden. De 6 Omegasken die hiervoor zorgden waren Sien, Veerle, Leen, Joost, Evert en Guido. Proficiat, niet enkel aan hen maar aan alle deelnemers die hun beste beentje hebben voorgezet.



- Op de regionale te **Sledderlo** werd gestreden voor de wisselbeker Rik Thys. In tegenstelling tot onze vorige wedstrijd te Sanicole was de opkomst dit keer teleurstellend.



Het wisselvallige weer, het feit dat dit een speciale wedstrijd was, de FRSO wedstrijd in Esneux (nabij Luik), de naweeën van het TROL feest, het feit dat we hier nog niet zo lang geleden nog eens gelopen hadden, ... wat was de oorzaak of is het een combinatie van deze factoren? Ons bestuur zal zich hier in ieder geval even over moeten bezinnen.

Baanlegster Leen had zich toch weer eens overtroffen met een knappe baanlegging waarbij de deelnemers meerdere punten voorgeschoteld kregen

waar een uitstekende kennis van de postenbeschrijving een basisvereiste was om foutenloos rond te komen. Enkel Jan D. en Karl K. slaagden er in om alle gestelde problemen op te lossen. Proficiat.

De wisselbeker Rik Thys bleef andermaal in eigen huis want dank zij Veerle T., Liset H., Wouter L., Karl K., Bart VdM en Evert L. behaalden wij het maximum van de punten.

Eindstand:

1. Omega 6000 pt.
2. K.O.L. 4628 pt.
3. Hamok 4551 pt.
4. Borasca 3370 pt.
5. TROL 668 pt.

- Het eerste **Belgisch Kampioenschap** van het jaar (het BK **nacht**) kregen we het voorgerecht voor een hopelijk succesrijk 2009.

Met 4 keer goud en 2 keer brons mogen we tevreden zijn alhoewel dit niet voldoende was om de medaillestand aan te voeren.

Proficiat aan Elke (D-Bel); Leen (D-VetA), Lea (D-VetB) en Frans (H-VetD) voor hun gouden medaille en Maria (D-VetB) en Evert (H-Bel) voor hun bronzen plak.

- Dat de **Nationale middenafstand** aan een zeer hoog tempo zou gelopen worden wisten we bij voorbaat. Gelukkig hadden we ook enkele supersonische atleten meegenomen zodat er toch enkele Omega atleten het podium behaalden.

Bij de jeugd mochten we eerste plaatsen noteren voor Hannah, Wout en Evert; een tweede plaats was weggelegd voor Magalie en Charlotte terwijl Tibo met een derde plaats naar huis terugkeerde.

Bij de veteranen kon enkel Guido zich een plaatsje verwerven op het podium (2e bij H-VetA).

In de "Open" categorie deden we het dan weer schitterend met een eerste plaats voor Kim bij de dames terwijl junior Wouter op de 3e plaats eindigde (op slechts 1 seconde van nummer 2).

- Een weekje later was er dan het **Vlaams kampioenschap lange afstand**. Ondanks het feit dat het voor sommige categorieën wel zeer lang was (tot 40% meer afstand afleggen dan op een regionale) konden we toch genieten van een mooie wedstrijd.

In de medaillestand moesten we dit keer de duimen leggen voor K.O.L. dat 2 gouden medailles meer behaalde dan wij maar in het totaal aantal medailles stonden we dit keer bovenaan.

Voor het goud zorgden Magalie (D10); Elke (D14); Sien (D18); Liset (D50); Tibo (H10); Wout (H12); Evert (H14); Roel (H35) en Patrick (H50).

Naar huis met zilver gingen Charlotte (D14); Nele (D18); Katleen (D40); Leen (D45); Lea (D50); Arno (H14); Tomy (H21) en Leo (H50).

Tenslotte was er brons voor Lith (D18); Els (D21); Myriam (D40); Maria (D55); Guido (H45) en Frans (H70).

- Om de maand te besluiten was er dan de **2^e Nationale** waarvoor we ver naar het zuiden van België moesten trekken. Was dit de reden dat we met relatief weinig Omegasken waren of waren het de examens van onze jeugdleden die hiervoor verantwoordelijk waren? In ieder geval was hun afwezigheid merkbaar in de uitslag van de SOFT-wisselbeker waarin we met een zesde plaats moesten tevreden zijn. Ook de nadere Vlaamse clubs waren aanwezig met een beperkte delegatie waardoor de Waalse clubs met de drie eerste plaatsen gingen lopen.

Winnaar werd C.O. Liège (12 punten) voor ASUB en ARDOC (allebei 14 punten). Beste Vlaamse club was K.O.L. met 16 punten.

Desalniettemin toch een proficiat aan alle deelnemers maar vooral aan Charlotte en Elisabeth voor hun 1^e plaats, Darius en Guido voor hun 2^e plaats en Els met een 3^e plaats.

Wat komt

- Op zondag 5 april hopen we jullie allemaal te zien op onze wedstrijd in Wilrijk. **Fort 6 en de Universitaire Instellingen van Antwerpen** worden u aangeboden door Lith Lefranc (met enige assistentie van Walter). Voor onze jongere deelnemers hebben we de lintjesloop omgevormd tot een training. Van op jonge leeftijd willen we hen laten inzien dat regionales moeten gebruikt worden om de technische kennis bij te schaven en niet om iedere week tot het uiterste te gaan om bovenaan in de uitslag te staan. Dat moet gebeuren op andere wedstrijden zoals bijvoorbeeld de volgende 2 op dit lijstje.
- Voor de eerste keer in de geschiedenis wordt de **Belgische clubaflossing** georganiseerd. Deze wedstrijd van de nationale kalender gaat door op zondag 19 april in Aarlen. De samenstelling van de ploegen is zo complex dat dit enkel door een ervaringsdeskundige zoals Bart VdM optimaal kan gedaan worden willen we met zekerheid met de beker naar huis terugkeren. Om Bart toe te laten zijn werk optimaal uit te voeren vragen we iedereen om zo snel mogelijk (en zeker voor 4 april) in te schrijven via onze website. Ook als je denkt dat je niet in aanmerking komt voor een ploeg, geef toch maar je naam door want de benodigde leeftijden en geslachten kan anders aanleiding geven tot problemen.



Om jullie te motiveren om aan deze aflossing deel te nemen heeft het bestuur beslist dat zij de inschrijvingskost dragen voor al diegenen die in een Omega ploeg lopen.

Wil je er echter een weekendje van maken, neem dan vlug even een kijkje via de VVO kalender want ASUB biedt jullie de mogelijkheid om zaterdag deel te nemen aan een training en een wedstrijdje alsook om ter plekke te overnachten in het ADEPS-center. Je zal er niet alleen zijn want ook onze jeugd heeft dit weekend op zijn programma staan (zie verder in dit boekje voor meer info).

- Een weekje later, op zondag 26 april, mogen we opnieuw naar de Ardennen maar dit keer naar het Duitstalig landsgedeelte. In Recht kunnen we deelnemen aan het **Belgisch Kampioenschap Middenafstand**. Zoals voor ieder BK moet je ook nu weer op voorhand inschrijven via onze website en wel voor 11 april.

Voor onze 16 en 18 jarigen is dit de laatste selectiewedstrijd voor deelname aan het Europees Jeugdkampioenschap (EYOC) welk in 2009 doorgaat in Servië. Meer details kan je terug vinden op de website van de VVO Ploegencommissie.

- Voor eind april moet je ook inschrijven voor de **3-daagse van België** (3 – 5 juli) tenminste als je gebruik wil maken van het goedkoopste tarief.



- Van 22 tot en met 24 mei kan je deelnemen aan de **3 daagse van Brabant** in de omgeving van Deurne (niet **HET** Deurne waar ik woon maar wel het Nederlandse Deurne). Dit is een organisatie van onze vrienden van KOVZ en in het verleden hebben we hier altijd al gelopen op prachtige kaarten die de moeite van de verplaatsing waard zijn. Wel inschrijven voor 9 mei wil je zeker zijn van een plaats.

Ons jeugdbestuur heeft deze wedstrijd ook uitgekozen om met de jeugd op stage te gaan. Meer info verder in dit boekje.

- Op woensdag 27 mei is er dan onze **lenteloopje**. Door problemen met het Agentschap Natuur en Bos rond het lopen tijdens de sperperiode zijn we genoodzaakt om uit te wijken naar ons eigenste **Diest**. Jeroen Theys heeft het op zich genomen om jullie hoekjes en kantjes van Diest te laten zien waar jullie nog nooit van gehoord hadden (of misschien al wel van gehoord maar dan nog zeker niet gezien).
- Enkele dagen later, op zondag 31 mei organiseren we dan het **Vlaams Kampioenschap aflossing** op de Weyervlakte. Het trio Dick, Joep en Erik hebben zich laten overhalen om de baanlegging op zich te nemen. Hopelijk maken ze er geen Gelukzalige van met gemanipuleerde kaarten, zwemmende posten, straftogen, e.d. Wie wil deelnemen moet inschrijven voor 18 mei. Opgelet: voor dit kampioenschap zijn er nog steeds 2 categorieën namelijk Open en Familie. Raadpleeg wel even het reglement om zeker te zijn dat de vriend van de tante van je schoonmoeder wel de juiste verwantschap heeft.

Inschrijvingen

Inschrijven voor nationale wedstrijden (zowel voor individuele als ploegenwedstrijd) doe je via de Omega website. Voor volgende wedstrijden moet je van tevoren inschrijven tenzij je ter plaatse voor een daginschrijving (met een beperkte diversiteit in mogelijke omlopen en aan een verhoogde deelnameprijs) opteert:

DATUM	INSCHRIJVEN VOOR	WEDSTRIJD
19/04/2009	04/04/2009	Clubaflossing te Arlon
26/04/2009	11/04/2009	BK middel te Recht
3-5/07/2009	30/04/2009	3 Daagse van België
22-24/05/2009	09/05/2009	3 Daagse van Brabant (NL)
31/05/2009	18/05/2009	VK aflossing op de Weyervlakte

Omega Kalender 2009

Zon	05-04-09	R	Wilrijk	Fort 6 - UIA		Lith Lefranc / Walter Van Krunkelsven
	18-19/04		Arlon	Clubaflossing	Jeugdstage	
	22-24/05		Deurne (NL)	3 daagse van Brabant	Jeugdstage	
Woe	27-05-09	L	Diest	Stad / Warande / Citadel		Jeroen Theys
Zon	31-05-09	R	Hechtel	Weyervlakte	dagaflossing	Dick Ducro / Joep De Roeck / Erik Van de Weyer
Zon	05-07-09	I	Maasmechelen	Saanhoeve	3 ^o dag "3 daagse van België	Dirk Fabré / Guido Verdeyen
Zat	25-07-09	R	Tessenderlo	Gerhagen		Jan Delobel
Zon	06-09-09	A	Overpelt	Pijnven	BK aflossing	Stefan Thiels en Karl Keuppens
Zon	25-10-09	R	Dilsen	Schootshei	Herfstwisselbeker	
Woe	18-11-09	SVS	Leuven	Arenbergpark	Kampioenschap Vlaams-Brabant	Miek Fabré / Wouter Leeuws
Vrij	20-11-09	N	Zelem	Bos van Hees		Frederik Loeckx
Zon	06-12-09	R	Meeuwen	Solterheide	Sinterklaascross	Jan Delobel
Din	29-12-09		Leopoldsburg	Sanicol	Sylvester dag 4	Jan Lemmens / Ria Vallee



Buitenlandse wedstrijden

Voor diegenen die nog geen keuze gemaakt hebben presenteren we nogmaals de volledige lijst. Het wordt wel stilaan tijd om je keuze te maken wil je niet voor afgesloten wedstrijden staan (zo blijkt de 5 daagse van de Dolomieten volgeboekt te zijn). Het merendeel van onze vakantiegangers trekken naar Slovenië en wat ze daar gaan tegenkomen kon je op de vorige bladzijde zien. De oplossing van hun probleem vind je door dit blad om te draaien.

Inschrijven doe je door ofwel mij een mailtje te sturen ofwel me telefonisch te contacteren.

E-mail: wvankrunckelsven@skynet.be

Tel. : 03/322.47.64 of 0474/77.90.44

ref	Inchr.	Datum (2009)	Land	Plaats	Event	Afsluiten
		9 - 11 april	Denemarken	Ringkobing	Paskelob	afgesloten
		10 - 12 april	Tsjechië	Zelizy	Prague Easter	afgesloten
		10 - 13 april	Engeland	Newcastle	J.K.-festival	afgesloten
	2	11 - 13 april	Frankrijk	Kaysersberg	Pasen in de Elzas	afgesloten
		11 - 13 april	Hongarije	Bukkszentkereszt	Postas Kupa	afgesloten
		17 - 19 april	Duitsland	Deggendorf	3 daagse van Bayern	afgesloten
		17 - 20 april	Bulgarije	Targovista	Cupa Velikden	afgesloten
		1 - 3 mei	Duitsland	Regenburg	Alpe-Adria Cup	13/4/09
		1 - 3 mei	Hongarije	Gyöngyöstarján	Tipo Cup	10/4/09
		1 - 3 mei	Estland	Prangli	Ilves-3	16/4/09
		15 - 17 mei	Griekenland	Thessaloniki	Chalkidiki Sun Open	
		16 - 17 mei	Italië	Asiago	Highlands Open	
		22 - 24 mei	Nederland	Deurne	3 daagse van Brabant	9/5/09
		22 - 24 mei	Polen	Koleczkowo	Baltic cup	23/4/09
		22 - 24 mei	Frankrijk	Prémanon	3 daagse van de Jura	2/5/09
		23 - 25 mei	Engeland	Ludlow	Springtime in Shropshire	16/4/09
	2	29 mei - 1 juni	Nederland	Breda	Holland-OL	24/4/09
		30 mei - 1 juni	Ierland	Killarney	Shamrock O-ringen	23/4/09
		6 - 10 juni	Finland	Salo	Nordic Championship	
		13 - 14 juni	Finland	Mikkeli	Jukola	8/5/09
		19 - 22 juni	Litauen	Neringa	Takas 2009	24/5/09
		26 - 28 juni	Oostenrijk	Furstenfeld	Thermenland Open	
		2 - 5 juli	Servië	Kopaonik	EYOC	
		3 - 5 juli	Servië	Brus, Raska	Kopaonik Open	13/6/09
		3 - 5 juli	België	Genk	3 daagse van België	30/4/09
		3 - 5 juli	Letland	Usmas meer	Kapa 2009	13/5/09
		3 - 5 juli	Croatië	Crni Lug	Croatia Open	18/6/09
		3 - 5 juli	Hongarije		Pannon 3 daagse	
		4 - 6 juli	Tsjechië	Zdonov	Advanta cup	25/5/09
		4 - 7 juli	Noorwegen	Bodo	Midzomernacht	15/6/09
		5 - 10 juli	Finland	Suomussalmi	Kainuu Oriëntering week	8/6/09
		5 - 11 juli	Italië	Fiera di Primiero	JWOC	
		5 - 11 juli	Italië	Fiera di Primiero	Dolomites 5-daagse	uitverkocht
		5 - 11 juli	Noorwegen	Vestfold	Sorlandsgaloppen	14/6/09
		11 - 13 juli	Frankrijk	Fontainebleau	3 daagse van Frankrijk	24/5/09
		12 - 17 juli	Finland	Hameenlinna	Fin 5	8/6/09

		14 - 16 juli	Slovenië	Mala Lazna	Xtremor	13/6/09
		18 - 24 juli	Zweden	Eksjo	O-ringen	24/5/09
	27	22 - 26 juli	Slovenië	Logatec	Slovenian 5 days (OO-cup)	24/5/09
		30 jul - 2 aug	Slowakije	Dedinky	GP Slovakia / Karst cup	24/5/9
	2	2 - 8 augustus	Schotland	Perth	6 daagse van Schotland	23/4/09
	2	2 - 8 augustus	Zwitserland	Muotatal	Swiss O-week	17/5/09
		5 - 9 augustus	Tsjechië	Novy Bor	5 daagse van Bohemen	23/4/09
		7 - 9 augustus	Zwitserland	Muotatal	Euromeeting (deel v.Swiss)	
		11 - 16 augustus	Spanje	Aguilar de Campoo	5 dias de Espana	8/6/09
		14 - 16 augustus	België	Leopoldsburg	3 daagse van de Kempen	24/6/09
		14 - 16 augustus	Polen	Przemysl	Grote prijs van Polen	
		17 - 23 augustus	Hongarije	Miskolc	Hungaria cup	24/5/09
		18 - 23 augustus	Hongarije	Miskolc	WOC	
		23 - 30 augustus	Portugal	Cantanhede	6 daagse van Portugal	
		28 - 30 augustus	Roemenië	Cluj	Transylvania Open	20/8/09
	1	5 - 9 oktober	Italië	Foggia	5 daagse van Puglia	23/5/09
		24 - 28 oktober	Frankrijk	Aix-en-Provence	Allerheiligen in de Provence	
		4 - 7 november	Turkije	Istanbul	Istanbul 5 days	23/9/09



Omega jeugdstage 22 - 24 mei 2009

3-Daagse Van Brabant

Deurne - Nederland

Hallo jeugdige Omega's en ouders,

VOOR WIE?

Alle Omega jeugdleden (H/D-10tem -20).

WANNEER?

Van vrijdag 22 mei tem zondag 24 mei. Exact uur en plaats van vertrek volgt nog, dit is afhankelijk van onze deelnemers.

WAAR?

Verblijf op camping nabij/op het wedstrijdcentrum van de 3-daagse van Brabant.

*bevestiging hiervan volgt later (maart/april)

PROGRAMMA?

Vrijdag 22-24 mei: deelname aan de 3-daagse van Brabant. 's Namiddags trekken we ruim te tijd uit voor een spel, een partijtje volleybal, een zwembad-bezoek, ...

WAT MEE TE NEMEN?

Info volgt in de loop van mei aan de deelnemers.

KOSTPRIJS?

De kostprijs bedraagt **35 EUR** per persoon. In deze prijs zit alles inbegrepen zijnde:

- Transportkosten
- 2 Overnachtingen, maaltijden
- Deelname aan wedstrijden
- Omega-jeugd-begeleiding

INSCHRIJVEN?

Vul onderstaande inschrijvingsstrook in en bezorg hem ondertekend voor zaterdag 9 mei aan Jan Delobel (Kammenstraat 83, 2910 Essen, jan.delobel@telenet.be, 497/41.30.42 of 03/677.13.68).

Betaling gebeurt via de klassieke Omega-weg.

NOG VRAGEN?

Spreek me aan of bel (0497/41.30.42) of mail naar jan@delobel.be.

INSCHRIJVING omega jeugdstage "3 daagse van Brabant" 22 - 24 mei 2009.

Naam:

Adres:

E-mail:

Tel:

Geboortedatum:

Handtekening ouder:

Omega jeugdstage 18 - 19 april 2009 clubaflossing - Arlon

Hallo jeugdige Omega's en ouders,

VOOR WIE?

Alle Omega jeugdleden (H/D-10tem -20)

WANNEER?

We vertrekken op zaterdagmorgen 18 april, omstreeks 8u00. Einde zondag om 14u00 in Arlon, na de prijsuitreiking, of omstreeks 16u30 terug in Vlaanderen. Exacte uur en plaats van vertrek volgt nog, dit is afhankelijk van onze deelnemers.

WAAR?

We verblijven in het Centre Sportif de l'Hydrion te Arlon, waar we ook eten.

PROGRAMMA?

Za 18 april: +-8u00 heenreis, korte training als terreinverkenning in de voormiddag.
's Namiddags deelname aan een wedstrijd.

's Avonds staat er een verrassing op het programma.

Zo 19 april: vanaf 08u00: clubaflossing. Omstreeks 14u00: terugkeer naar Vlaanderen.

WAT MEE TE NEMEN?

Info volgt in de loop van april aan de deelnemers

KOSTPRIJS?

De kostprijs bedraagt **25 EUR** per persoon. In deze prijs zit alles inbegrepen zijnde:

- Transportkosten
- Overnachting, ontbijt en avondmaal
- Lunchpakket op zondag
- Trainingskaart op zaterdag en deelname wedstrijd op zaterdag en zondag
- Omega-jeugd-begeleiding

INSCHRIJVEN?

Vul onderstaande inschrijvingsstrook in en bezorg hem ondertekend **voor woensdag 1 april** aan Jan Delobel (Kammenstraat 83, 2910 Essen, jan.delobel@telenet.be, 497/41.30.42 of 03/677.13.68).

Betaling gebeurt via de klassieke Omega-weg.

NOG VRAGEN?

Spreek me aan of bel (0497/41.30.42) of mail naar jan@delobel.be.

INSCHRIJVING omega jeugdstage ClubAflossing Arlon 18 - 19 april 2009

Naam:

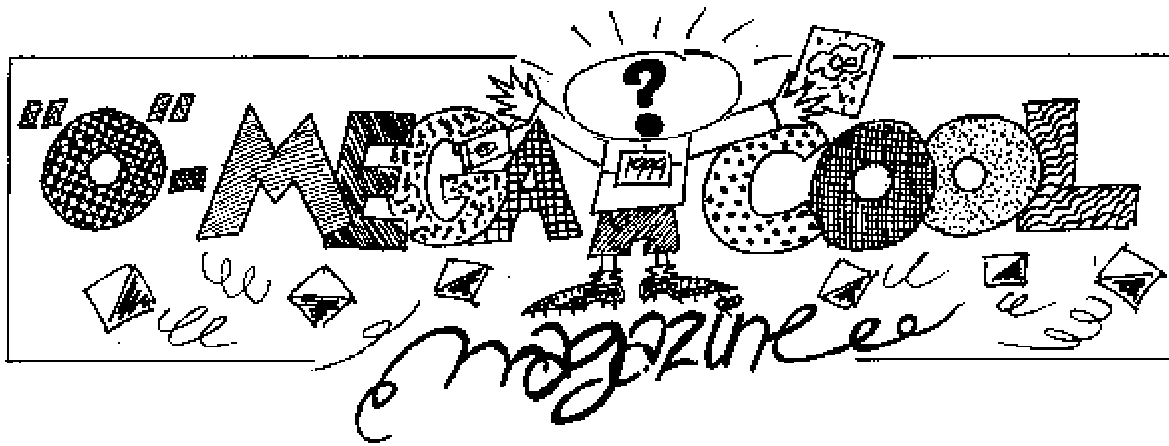
Adres:

E-mail:

Tel:

Geboortedatum:

Handtekening ouder:



Halliiee hallooooooooooooo,

Redacteur Bartie heeft de wijsvinger van zijn rechterhand verstuikt bij het drinken van zijn glaasje (of was het een magnum?) champagne en kan zijn verslag dus niet zelf uittypen.



Hij heeft dan geprobeerd om zijn verslag te dicteren aan onze liefvallige secretaresse maar deze had geen tijd om het uit te typen daar ze continu in de weer is om ijsblokjes aan te sleuren voor zijn verstuite rechterwijsvinger.

Jullie zullen het dus een maandje moeten doen zonder jullie coolste magazine maar niet getreurd, Bartie heeft beloofd om een extra lange bijdrage te schrijven voor ons volgend maandblad.



Vlaams Verbond voor Oriënteringssporten v.z.w.

H. Van Veldekesingel 150/77
3500 Hasselt

Tel: 011/87.08.28

Fax: 011/87.08.26

E-mail: vvo@orientatie.org

www.orientatie.org

Bankrelatie: 000-1648324-03

Openingsuren secretariaat:

Ma/Wo/Vr: van 10.00u - 12.00u

Di/Do: van 12.00u – 16.00u

hamok



K.O.L.



OMEGA



BORASCA



K.O.V.Z.
Verbroederde club

V.V.O. 96



Kantoor Van Erum
Stationstraat
3970 Leopoldsburg



SILVA



V.V.O. vzw

Voorzitter:	Luc Heuninckx	011/34.89.02
Ondervoorzitter:	Jan Van Hees	014/81.27.50
Secretaris:	Jos Thijs	011/42.10.97
Schatbewaarder:	Jacques Grauls	0496/52.65.79
Bestuurders:	Noël Nijsten	0495/90.00.60
	Bart Van de Moortel	013/31.22.40
	Karl Vervoort	03/309.90.06
Ploegencommissie:	Programma en stages VVO-jeugd, junioren en senioren Controle F-omloop	
S&K-commissie:	Opmaak en controle wedstrijdkalender Opmaak en controle reglementering Evaluatie wedstrijden Controle Medisch Verantwoord Sporten	
Sporttechnisch Coördinator (Mireille Vanoosterhout):	0497/46.46.21	
	Aanvragen Agentschap Natuur en Bos, aanvulling kalender, kaartenkadaster Website Tussenpersoon RVB en S&K-commissie Cursus Vlaamse Trainersschool Opstellen beleidsplan Jeugdsport: - realisatie permanente parcours - initiaties Verkoop OL-schoenen	
Sporttechnisch Coördinator voor de recreatie: (Sonia Goossens)	0499/15.00.95	
	Druk OL-kaarten Wedstrijdmateriaal Promotie Opstellen beleidsplan Tussenpersoon RVB en Ploegencommissie Jeugdsport : - Realisatie permanente parcours - initiaties Verkoop OL-schoenen	
Administratief Coördinator: (Lutgart Vanhees 50%)	011/87.08.28	
	Facturatie Financiën Boekhouding Verkoop OL-schoenen	
Administratief Coördinator: (Greet Claes 50%)	011/87.08.28	
	Organisatie administratieve bijscholing Ledenbestand Verzekering VVO-bijlage Verkoop OL-schoenen	
Limburgse Afdeling:		
	Voorzitter: Jean Huygens Secretaris: Lutgart Vanhees	

Bericht van VVO

Beste Oriëntatielopers,

We zijn nu een jaar nadat het nieuwe aansluitingsformulier is ingevoegd. Mag ik de leden die nog geen nieuw aansluitingsformulier hebben ingevuld, erop attent maken dit in te vullen en aan hun clubbestuur te bezorgen. Je kan het aansluitingsformulier terug vinden op de site van vvo: <http://www.orientatie.org/vvo.php> onder update ledenbestand.

Alvast bedankt!!

Bericht van de Ploegencommissie

- **Pupillen/beloften:**

Voor onze pupillen is het eerste kampioenschap (het Vlaams Kampioenschap lang) van het jaar gelopen. Proficiat aan alle kampioenen. Voor de beloften was dit reeds het derde kampioenschap want zij konden zich al eens bewijzen op het Vlaams en het Belgisch Kampioenschap nachtorientatie. Proficiat niet alleen aan diegenen die op het podium stonden maar aan alle deelnemers. We gaan voor meer, dus nog veel oefenen zodat we ons mannetje of vrouwtje kunnen staan tegen onze Waalse vrienden.

De Paasvakantie nadert met rasse schreden en dus ook onze Paasstage. De ingeschreven deelnemers vergeten best niet om hun avondactiviteit voor te bereiden. We rekenen er op dat we voor het ter perse gaan van de VVO bijlage van mei een verslag ontvangen zodat we dit kunnen publiceren.

Tenslotte hebben we voor onze pupillen (D/H-10) nog groot nieuws. Voor hen, en alleen voor hen, houden we een weekendstage van 12 tot 14 juni in Houthalen. Meer info volgt nog. Noteer dit weekend al maar in je agenda.

- **Junioren:**

De eerste activiteit van het jaar (deelname aan een aflossing in Kirel in Duitsland) is ondertussen ook voorbij en was zeer positief te noemen. De "anciens" konden nog wat extra wedstrijdervaring opdoen terwijl het voor de "bleus" een eerste kennismaking was met het juniorenleven.

In de Paasvakantie trekken ze naar Denemarken om daar kennis te maken met de terreinen die ze ook op de JWOC van volgend jaar zullen voorgeschoteld krijgen.

- **Seniors:**

5 dames en 9 heren namen deel aan de fysieke test met wisselend succes. Zij die de limiettijd niet haalden, nog enkele weken goed trainen en op woensdag 22 april de limiet halen.

De eerste gezamenlijke stage: Spring-Cup in Denemarken ligt inmiddels ook achter de rug. Bij deze een oproep of er iemand van de deelnemers even enkele woordjes op papier wil zetten om in de VVO-bijlage van mei te publiceren.

- **EYOC selectie:**

Op het ogenblik dat we deze regels schrijven liggen er 2 van de 4 wedstrijden achter de rug. Diegenen die hier een steekje lieten vallen mogen nog niet in paniek slaan want er blijven nog 2 wedstrijden om alsnog de gestelde limieten te behalen.

- **WOC en JWOC selectie:**

De selectiewedstrijden gaan door in het verlengde weekend van 1 tot en met 3 mei. Wij wensen alle VVO deelnemers veel succes en hopen op zeer goede resultaten zodat we weer eens met een uitgebreide delegatie kunnen deelnemen aan deze wereldkampioenschappen.

- **Veranderingen in de ploegencommissie:**

Na ettelijke jaren van onverdroten inzet (hij is zelf ook de tel kwijt geraakt) heeft Peter zijn functies overgedragen maar hij blijft nog wel actief binnen de ploegencommissie. Langs deze weg willen we hem nogmaals bedanken en dit zowel uit onze eigen naam als uit naam van de honderden VVO-ers waarvoor hij zich rechtstreeks of onrechtstreeks heeft ingezet.

Sofie neemt de taak als jeugdtrainer over en Koen is onze nieuwe voorzitter. Wij wensen hen veel succes met deze nieuwe uitdaging waarvoor ze echter kunnen rekenen op de steun van alle leden van de commissie.

Massawisselbeker 2008

Het bestuur van ABSO/BVOS vond het hoog tijd dat de massawisselbeker terug van onder het stof werd gehaald. Spijtig genoeg lag het stof zo hoog dat we de beker niet terugvonden en op zoek moesten naar een nieuwe beker. We vonden "Synergie Interim" bereid om deze wisselbeker te sponsoren en zij schonken dan ook een prachtige beker (waarvoor nogmaals onze dank).

Dat de strijd zou gaan tussen de Vlaamse clubs was verwacht maar de leidersplaats wisselde regelmatig tussen de diverse clubs. Dank zij een scherpe eindspurt was het finaal K.O.L. dat aan het langste eind trok en het was dan ook penningmeester Frank Aerden die de beker in ontvangst mocht nemen.

De eindstand:

1.	K.O.L.	690 pt.
2.	Omega	653 pt.
3.	Hamok	551 pt.
4.	TROL	503 pt.
5.	ASUB	393 pt.

Ook hier kan je het volledige resultaat bekijken op de ABSO/BVOS website.



Wil je dat jouw club volgend jaar deze beker wint, dan kan je je steentje bijdragen door deel te nemen aan de Belgische Kampioenschappen, de nationales en de 3-daagse van België.

Na 3 van de 15 wedstrijden (Nationale 1; BK nacht en Nationale midden) is het superspannend aan de top van het klassement voor de **Massawisselbeker 2009:**

1.	Omega	130 pt.
2.	K.O.L.	128 pt.
3.	Hamok	127 pt.
	TROL	127 pt.

Je ziet dus, ieder puntje (= deelname) is van groot belang.

Gouden Kompas 2008

Fabien Pasquasy verkozen tot beste Belgische oriënteur van 2008

Door een select gezelschap werden de sportieve prestaties van onze Belgische oriënteurs onder de loep genomen en tegen elkaar afgewogen. Dit alles resulteerde in de verkiezing van de winnaar van het "Gouden Kompas" en net als vorig jaar kwam nu ook deze eer toe aan Fabien Pasquasy. Hij ontving de trofee uit de handen van ABSO/BVOS voorzitter Mark Van Bruggen.

Eindresultaat:

1.	Fabien Pasquasy	40 pt.
2.	Miek Fabré	28 pt.
3.	Thomas van der Kleij	23 pt.
4.	Roger Hendrickx	13 pt.
5.	Greet Oeyen	11 pt.
	Elisabeth Henkes	11 pt.



De volledige uitslag kan je terugvinden op de ABSO/BVOS website.

Wist je dat ...

...VVO elk jaar meewerkt aan Doe Aan Sportbeurzen, promotiedagen, initiaties, ...

Op deze manier willen we de oriëntatiesport promoten en verder bekend maken bij een groter publiek.

In 2009 zijn er al verschillende activiteiten gepland.

01 april: Buitenspeeldag Heusden

09 april: Sportkicks Hoeselt

27-28-29-30 april: Doe aan Sport beurs Vlaams Brabant

23-24-25 juni: Doe aan Sport beurs Oost Vlaanderen

26 juni: initiatie Kessel-Lo

28 juni: Opendeur leger Leopoldsburg

20 september: Antwerpen sport

Tijdens deze activiteiten worden verschillende doelgroepen benaderd. Zowel kleuters als leerlingen van het lager onderwijs als volwassenen komen aan bod.

Voor sommige activiteiten zoeken wij nog medewerkers:

26 juni: initiatie in Kessel-Lo

28 juni: Opendeurdag leger in Leopoldsburg

20 september: Antwerpen Sport in Antwerpen

Heb je interesse om een handje te helpen, geef dan een seintje aan Sonia Goossens:

sonia.goossens@orientatie.org of GSM: 0499/15 00 95

Wintercriterium

Op zondag 22 maart werd de prijsuitreiking gehouden van het wintercriterium. Hieronder vinden jullie de resultaten. Proficiat aan iedereen!!

D-10

1	GELDOP Roxanne	hamok	12	9016
2	THIELS Hannah	OMEGA	11	7908
3	GILLET Magalie	OMEGA	9	6988

D-12

1	OOMS Laura	BORASCA	2	2000
2	VERMEULEN Lisa	TROL	1	1000

D-14

1	THEYS Charlotte	OMEGA	15	14666
2	VERDEYEN Elke	OMEGA	9	7300
3	ROOMAN Claudia	TROL	2	1101

D-16

1	VERSTRAETE Kirsten	hamok	9	6710
2	HERREMANS Amber	hamok	8	6610
3	DEIJGERS Jill	OMEGA	9	5913

D-18

1	VERDEYEN Sien	OMEGA	10	8907
2	LEFRANC Lith	OMEGA	3	2669
3	PUT Nele	OMEGA	3	2541

D-20

1	ERPELS Janna	K.O.L.	3	1835
2	ACHTEN Emma	VVO 96	1	300
3	ALBERS Fiona	VVO 96	2	300

D21

1	STEEGEN Kim	K.O.L.	17	14344
2	VANHOUT Tinne	K.O.L.	18	8322
3	OEYEN Greet	hamok	9	7996

D35

1	JESPERS Leene	TROL	12	5299
2	TULLENEERS Veerle	OMEGA	6	4432
3	KORPI Virpi	OMEGA	6	3550

D40

1	VERBERNE An	hamok	16	12593
2	DE BOCK Greta	hamok	12	7381
3	DIERCKX Karine	OMEGA	12	7165

D45

1	TAFFEIREN Martine	hamok	17	14155
2	DE MEYER Betty	TROL	13	10154
3	VERCAEREN Hilde	K.O.L.	13	10018

D50

1	PUT Els	OMEGA	16	12889
2	SWINNEN Lea	OMEGA	12	9932
3	BRUYNSEELS Godelieve	hamok	17	9024

D55

1	GEENS Lieve	TROL	15	12519
2	BLOMMEN Paulette	OMEGA	12	9421
3	HENDRICKX Maria	OMEGA	11	8011

D60

1	MARIEN Gilberte	K.O.L.	13	8438
2	DELARBRE Maria	hamok	12	7326
3	JANSSENS Juliette	hamok	12	6729

D65

1	VANDEN ABEELE Elizabeth	OMEGA	13	3474
2	GIELEN Hélène	hamok	7	2451
3	VANHEES Ivonne	hamok	1	544

D70

1	GOFFIN Magda	K.O.L.	14	8742
2	GOOS Roza	hamok	10	4194
3	GRAULS Joanna	OMEGA	11	2374

H-10

1	GILLET Tibo	OMEGA	9	6333
2	THIELS Liam	OMEGA	9	4889
3	BUYTAERT Sverre	TROL	6	3200

H-12

1	KREKELS Simon	TROL	3	3000
2	LEFRANC Tobias	OMEGA	4	2594
3	KEUPPENS Wout	OMEGA	4	2300

H-14

1	LEEUWS Evert	OMEGA	8	6589
2	GELDOF Ian	hamok	9	5419
3	FABRÉ Nelis	OMEGA	6	4865

H-16

1	PLESSERS Wouter	K.O.L.	13	10289
2	VERVOORT Tom	TROL	10	8298
3	VERVOORT Ben	TROL	10	7359

H-18

1	MEYNEN Frederik	hamok	14	12423
2	MICHIELS Yannick	K.O.L.	10	8665
3	MELIS Toon	hamok	12	8290

H-20

1	PELCKMANS Adriaan	TROL	5	4640
2	LEEUWS Wouter	OMEGA	5	3921
3	GENAR Jeremy	TROL	5	3285

H21

1	BUYTAERT Frank	TROL	17	14239
2	HENDRICKX Wannas	K.O.L.	15	11393
3	HOEKX Jeroen	hamok	11	10925

H35

1	TIMMERS Ronny	hamok	15	11762
2	WYNEN Kris	K.O.L.	17	8303
3	BOS Bart	hamok	10	7266

H40

1	MELLEBEEK Bart	hamok	15	13200
2	VANHAEREN Patrick	K.O.L.	17	12554
3	TIREZ Guy	K.O.L.	13	10995

H45

1	CLOOSTERMANS Luc	hamok	18	14589
2	TOELEN Jan	K.O.L.	18	12427
3	VAN BRIEL Henri	hamok	15	11828

H50

1	HOEKX Willy	hamok	17	13898
2	BOCKX Roger	K.O.L.	17	12123
3	HERMANS Marc	hamok	16	11838

H55

1	TIMMERMANS Ivo	K.O.L.	17	13892
2	BELMANS Jozef	K.O.L.	15	11997
3	HEUNINCKX Luc	K.O.L.	13	11484

H60

1	TIMMERMANS Georges	K.O.L.	17	12286
2	WENS Frans	TROL	15	11397
3	BUKENBERGS André	hamok	13	10647

H65

1	COURSIER Alex	TROL	17	12162
2	GEUDENS Bert	K.O.L.	14	10504
3	BLOEMEN Remi	TROL	14	9389

H70

1	DE RIJK Adrianus	K.O.L.	17	12400
2	VANDEBERK Henri	K.O.L.	15	10405
3	CEUNEN Georges	K.O.L.	11	7723

H75

1	DUCHESNE Jozef	hamok	8	4152
2	GILLET Felicien	K.O.L.	6	1800
3	DEIJGERS Jean	OMEGA	4	900

H80

1	REYNDERS Denis	K.O.L.	13	9903
2	WOUTERS Louis	K.O.L.	3	600
3	DE COCK Wim	OMEGA	2	303

Initiatorcursus oriëntatielopen

In samenwerking met het Koninklijk Militair Instituut voor Lichamelijke Opvoeding kunnen we u in 2009 de cursus "initiator oriëntatielopen" aanbieden.

Een eerste keer gaat de cursus (enkel specifiek gedeelte) door van 29 juni tem 3 juli. Kan je er dan niet bij zijn, geen nood, een tweede keer wordt de cursus georganiseerd van 24 tem 28 augustus.

De cursus wordt telkens georganiseerd in het KMILO in Eupen.

Een maximum van 4 plaatsen worden opengesteld voor VVO-ers. Inschrijvingen dienen Mireille (info@orientatie.org) te bereiken voor 10 mei. Een financiële bijdrage wordt enkel gevraagd voor eventueel logement en maaltijden. Het cursushandboek dient aangekocht te worden via de Vlaamse Trainersschool. De cursus zal enkel doorgaan indien er voldoende militairen ingeschreven zijn voor de cursus.

VVO-ers die de cursus wensen te volgen, dienen dit jaar ook het algemeen gedeelte te volgen via BLOSO.

Meer info via Mireille: info@orientatie.org of 011/87.08.28

Rechtzetting Interland

In de vorige VVO-bijlage werden de atleten die een podiumplaats behaalde vernoemd. Daar werd echter Frans Laenen vergeten. In zijn categorie werd hij 3^{de}. Proficiat alsnog Wiet!!

M40

1	Quentin Harding	ENG	70:17	8
2	Clive Hallett	ENG	72:04	7
3	Frans Laenen	VVO	72:25	6



Fairplay

Af en toe worden er onregelmatigheden vastgesteld in het bos. De verschillende bestuursleden van zowel de clubs als van VVO en de commissieleden gaan ervan uit dat wanneer een loper aan een post komt waar de balise op de grond ligt, dat deze loper zo vriendelijk is om de balise terug te hangen.

In elke sport wordt er gerekend op de fairplay van de atleten, dat is ook zo bij oriëntatielopen. Daarom doet VVO een oproep aan al de atleten. Loop een eerlijke wedstrijd, laat de balisen hangen of hang ze terug als ze gevallen zijn. Geef iedereen dezelfde kans in de bossen!



Kinder-O

Deelnemers kinder-O

08/03/09: Genk: "Sledderlo"

	Naam	Geboortejaar
1	Deferme Lies	1999
2	Deferme Piet	2001
3	Keuppens Kato	2002
4	Keuppens Wout	1998
5	Loeckx Annelies	2005
6	Loeckx Kato	2002
7	Loeckx Matijs	2001
8	Van Opstal Naomi	2003
9	Van Opstal Tobias	2006





**BELGISCHE MEISTERSCHAFT
CHAMPIONNAT DE BELGIQUE
BELGISCH KAMPIOENSCHAP**

**MIDDLE DISTANCE
26.04.2009**

Karte – Carte – Kaart : [EMMELS-RECHT](#) 2009, IOF 1/10.000, 5m

Bahnleger – Traçeur – Baanlegger : Heinrich EICHER

Kontrolle – Contrôle : BVOS/ABSÖ Iwan VIS

Laufklassen – Catégories – Categoriën

Siehe-Voir règlement ABSÖ-BVOS

Einschreibung vor Ort–Inscription sur place–Inschrijven ter plaatse:

SE + SD 4km & LE + LD 7km

Wanderstecke–Randonneurs–Wandelaar (4 et 7 km sans/ohne/zonder Emit)

Kinderstrecke–Course ficelle–kinderomloop : gratis

Startgebühren – Frais d’inscription – Deelnemingskosten

<H/D-18 : 3 € (+1 € Emit-badge)

>H/D-20 : 5 € (+2 € Emit-badge)

Non Affiliés + 50 %

Rando: 5 €

Einschreibung – Inscription – Inschrijvingen

via club < **12/04/2009** à/an/aan middle@ardoc.be (OL-CO-System)

(Spätmeldungen begrenzt möglich– Inscription tardive limitée – Late inschrijvingen : +25%)

Bezahlung–Paiement–Betaling/: Konto **OLG St.Vith ARDOC**

IBAN: BE81 7310 0176 0624 BIC: KREDBEBB

Zeitplan – Horaire – Tijdschema

09:00 Sekretariat geöffnet – secrétariat ouvert – secretariaat open

10:00 Erster Start – Premier départ – Eerste start (Rando bis 11:30)

Treffpunkt – Rendez-vous – Samenkomst Recht

Ausschilderung ab – Balisage à partir de – Wegaanduiding vanaf

[E42 Ausfahrt – Sortie – Uitrit 13 Kaiserbaracke](#)

P – CC : 0 – 800 m **CC-START:** 1000 m **FINISH – CC:** 100 m

Imbiss und Getränke - Petite restauration et buvette – Cafeteria

Bei Regen bitte Clubzelt mitbringen / Venez avec votre tente de club en cas de pluie / Bij regen met clubtent komen

Infos 80 570482 www.ardoc.be

Startzeiten-Temps de départ-Starttijden www.ardoc.be

Dag 1: Middle distance, omlopen 1,5 tot 6 km, 1^e start 15.00 uur
Kaart, Brouwhuis oost, 1 : 10.000, herzien voorjaar 2009

Dag 2: Omlopen 3 tot 10 km, 1^e start 11.00 uur
Kaart, Galgenberg, 1 : 10.000, herzien voorjaar 2009

Dag 3: Omlopen 3 tot 10 km, 1^e start 10.00 uur
Kaart, Brouwhuisseheide, 1 : 10.000, herzien voorjaar 2009

Inschrijfgeld voor 10 mei 2009: tm D/H-18 € 20
Overigen € 27,50
Inschrijvingen per dag: tm D/H-18 € 7
Overigen € 9,50
Inschrijvingen na 10 mei 2009: € 27,50 / € 35

Elke dag is er voor de kinderen een speciale omloop met gemarkeerde route.

Ter plaatse beperkte na inschrijving op enkele vacante plaatsen, verder op open omlopen!

Inschrijven: a3@oriëntering.nl

Voor accommodatie zie onze website www.oriëntering.nl

07/06 Nationale Longue Distance

Carte-Karte-Kaart :

IOF 1/10000 5 m - Camp Elsenborn 2009

Traceur-Bahnleger-Baanlegger:

Mackels Hermann Josef – Held Klaus

Controleur: Freddy Sillien

Catégories-Laufklassen-Categorieën:

Zie reglement ABSO-BVOS + SE – LE met Emit
+ RandO : 4/7 km idem zonder Emit
Kinder-O van 13.30tot 14.30u

Frais d'inscription-Startgebühren-Deelnemingskosten :

<=D&H-18: 3€ Emit: 1€ >=D&H-20: 5€ Emit: 2€
RandO: 5€ Niet aangeslotenen: + 50%

Inscriptions-Einschreibungen-Inschrijving:

Voor 24.05.2009 via je club – OLCO-systeem

Horaire-Zeitplan-Tijdschema :

Secretariaat : 11.00 – 15.00u

Start: vanaf **12.00u tot 14.30u**

Opgelet : Deze dag zijn het verkiezingen !!!!!

RDV-Treffpunt-Samenkomst :

Salle Omnisport du Camp militaire d' Elsenborn

Info : Held Klaus, Email : klaus.held@swing.be + 080/548451

Kleedkamers-Douches-Toiletten-Cafétaria

Wij proberen maximaal de gewenste starttijden te respecteren

3 Daagse van België 3,4 & 5 juli 2009

Competitiecentrum (CC)
Bloso-centrum "Kattevenia"
Kattevennen 15
3600 Genk

Onthaal: Donderdag, 2 juli: aan CC (13u-22u)

Training:

Donderdag 2 juli, vanaf 13u, vertrek aan CC.
Wedstrijden: (controle Emit Systeem)
Vrijdag 3 juli, 1^{ste} start 13u
Zaterdag 4 juli, 1^{ste} start 10u
Zondag 5 juli, 1^{ste} start 9u

Prijzen:

Voor de winnaars 1^{ste} en 2^{de} dag.
De laatste dag, voor de eerste drie in het eindklassement.

Kinderopvang:

Gedurende de wedstrijden is er gratis kinderopvang. Inschrijven op voorhand is vereist.

Inschrijving – Informatie:

Met het bijgevoegde formulier:
VVO, Mireille Vanoosterhout
H. Van Veldekesingel 150/77
3500 Hasselt (België)
Fax: +32 (0)11.87.08.26
Email: info@orientatie.org
Internet : www.orientatie.org

Deelnameprijs:

(alle kosten ten laste v/d deelnemer)

	H/D 1991 en later	H/D 1990 en vroeger
Tot 1/03/2009	25€	35€
Tot 1/05/2009	35€	45€
Na 1/05/2009*	45€	60€

* Beperkt aantal inschrijvingen na 1/05/2009

De inschrijving zal maar effectief worden na volledige betaling:

Op postrekening: 000-1648324-03

IBAN: BE 21 0001 6483 2403

BIC: BPOTBEB1

Categorieën:

H/D:-12/-14/-16/-18/20/21E/21A/21B/

35/40/45/50/55/60/65/70/75+

H/D-10: lintjesloop

Inschrijvingen ter plaatse:

SE, SD, LD en Kinder-O

Wij hopen u te mogen verwelkomen op onze "3 Daagse van België".

Met vriendelijke groeten,

Vlaams Verbond voor Oriënteringssporten VVO

Datum	Club	Informatie
Zo 05/04	Omega	Regionale Fort 6 / UIA (Wilrijk (Antwerpen)) Samenkomst: clublokaal Para Commando Vriendenkring in Fort 6, Edegemsesteenweg Wegaanduiding: vanaf kruispunt van R11 (thv kilometerpaal 9,8) met J;Meretuslei. Opgelet: geen parking binnen het domein van het Fort Baanlegger: Lith Lefranc & Walter Van Krunckelsven Info: Omloop 6 = lintjesloop = technische training. Rode watervaste stift meebrengen!!! Kinder-O - Cafétaria
Ma 13/04	Hamok	Regionale Baekelandt (Leopoldsburg) Samenkomst: Militaire visvijvers Patria Leopoldsburg Wegaanduiding: vanaf baan Leopoldsburg - Hechtel N73 Baanlegger: Ivan Heyninck Info: Paascross F+
Wo 15/04	Kol	Kinder-O - Cafétaria Lenteloop Zillebos (Genk) Samenkomst: Zaal "De Kastert", Kasterstraat 51 Wegaanduiding: vanaf kruispunt N76/Zuiderring en N750/Zuiderring Baanlegger: JP Kellens Info: 3 omlopen Cafétaria - Douches - Kleedkamers
Za 18/04	Asub	Regionale La Rouge Eau (Chantemelle) Samenkomst: Sport centrum van Chantemelle Wegaanduiding: vanaf de kerk van Chantemelle Baanlegger: Quentin De Neyer Controleur: Jean-Baptiste Colomb Info: Middle distance Inschrijving voor 1 april is wenselijk via het formulier op hun website. Ter plaatse inschrijven kan ook. Mogelijkheid om er een clubweekend van te maken, met 's morgens een training en clubaflossing de dag nadien, en met een overnachting in het Adeps-centrum l'Hydrion in Arlon. Starten tussen 14u30 en 16u. Omlopen: A (6km), B (4,5km), C (3km) Cafétaria - Douches - Kleedkamers
Zo 19/04	Asub	Nat. Afl. Lagland - Trou du Loup (Vance) Samenkomst: Lagland militair domein Wegaanduiding: Vance N83 Baanlegger: JN Debehogne Controleur: Christophe Bernard Info: Inschrijving via het formulier op de website. Mogelijkheid om er een clubweekend van te maken, met training en middle distance op zaterdag, en overnachting in het Adeps-centrum l'Hydrion in Arlon. Kinder-O - Cafétaria
Wo 22/04	Hamok	Inschrijven voor 2 april 2009! Lenteloop Holven (Overpelt) Samenkomst: voetbalterreinen Holven Wegaanduiding: vanaf N715 Lommel - Hechtel thv het kruispunt Napoleonweg - Holvenstraat Baanlegger: Fred Wellens en Tuur Cloostermans Cafétaria - Douches - Kleedkamers
Zo 26/04	Ardoc	BK Middel Emmels - Recht (Recht) Samenkomst: Feckselsborn Wegaanduiding: E42 - afrit 13 Kaiserbaracke Baanlegger: Heinrich Eicheer Controleur: Iwan Vis Info: CO-Sport aanwezig met stand Kinder-O - Cafétaria
Wo 29/04	Slok	Inschrijven voor 12 april 2009! Lenteloop Arenbergpark (Leuven) Samenkomst: Universitair sportcentrum, gebouw De Nayer Wegaanduiding: vanaf afrit 15 op E314 Baanlegger: Ken Peeters Info: 3 omlopen Douches
Vr 01/05	Trol	Regionale Stadspark Blijkhoef (Turnhout) Samenkomst: Stedelijke Basisschool, Parking Wegaanduiding: vanaf N19, uitrit 24 van E34 'Turnhout Centrum' Baanlegger: Mark Van Bruggen Info: 1/2 Stadsoriëntatie, 1/2 park Cafétaria - Kleedkamers

Zo 03/05	Kol	Regionale Helchterenbos (Helchteren) Wegaanduiding: aangeduid vanaf de baan Hechtel-Helchteren N715 thv REMO ingang Baanlegger: Guy Tirez en Eddy Janssen Info: Schaal: 1/10.000 en 1/7.500 In geval van slecht weer, vergeet de clubtenten niet! Het wordt weer een plezierige kinder-O, eentje waarbij er door het zand kan geploeterd worden. BE THERE Kinder-O - Cafétaria - Douches
Wo 06/05	Trol	Lenteloop College Turnhout (Turnhout) Samenkomst: College Turnhout, Oude Beerse Baan Wegaanduiding: Vanaf kruispunt R13 en N12 Baanlegger: Evelien Peeters en Kristof Van Bouwel Info: Er is een omloop speciaal voor diegene die willen trainen voor een sprint (winnaarstijd 15') starten tussen 19u en 21u Cafétaria - Kleedkamers
Wo 13/05	Kol	Lenteloop Lommel Sportvelden (Lommel) Samenkomst: sporthal de Soeverein Wegaanduiding: vanaf voetbalstadion op de baan Lommel-Luykgestel N746 Baanlegger: Yannick Michiels en Gert Claes Cafétaria - Douches
Za 16/05	Trol	Regionale Verloren Bospark (Lokeren) Samenkomst: Piste Atletiek Vereniging Lokeren, Sportlaan Wegaanduiding: vanaf de N47 richting Lokeren-Centrum Baanlegger: Donald Van Boven Info: Dubbele korte wedstrijd. Optellen van de tijd geeft het eindresultaat Info wedstrijd 1: schaal van wedstrijd 1: 1/5000, start tussen 10u en 11u30, CC-start: 200m, aankomst-CC: 1200m, afstand A: 3,5km, B: 3km, C: 2,5km Info wedstrijd 2: schaal van wedstrijd 2: 1/4000, start tussen 10u30 en 12u30, CC-start: 300m, aankomst-CC: 1000m, afstand A: 2,5km, B: 2km, C: 1,5km Cafétaria - Douches
Zo 17/05	Trol	Regionale Puyenbroeck (Wachtebeke) Samenkomst: Inkomhal cafetaria aan zwembad, parking 2, Puyenbrug 1A Wegaanduiding: neem afrit Moerbeke = aan de verkeerslichten links. Pijlen vanaf rondpunt aan suikerfabriek in Moerbeke Baanlegger: Lia De Kerf en Georges Vonck Info: tweede dag van 2-daagse van Oost-Vlaanderen 3 omlopen: 8600m, 6000m en 3720m Cafétaria - Douches - Kleedkamers