



Uitnodiging

ATLETIEKSTAGE

ATAC ATLETIEKCLUB

30 juni 2016

**28 tot en met 30
Oktober'16**

Verblijfsdomein De Hoge Rielen
Lichtaart

De zomervakantie 2016 staat voor de deur, en dus hoog tijd om jullie uit te nodigen voor deelname aan onze ATAC Herfstatletiekstage editie 2016. Dit jaar hebben we een stageplaats dicht bij huis gekozen en is de keuze gevallen op het fantastische domein van de Hoge Rielen, te Lichtaart.

Tussen veel groen en bos, hebben we 2 grote paviljoenen gereserveerd, zodat we er gemakkelijk met meer dan 100 personen kunnen verblijven.

Het finale trainingsprogramma zal later worden medegedeeld.



3 daagse Atletiekstage voor alle ATAC'ers

Training & Fun !

3 dagen samen op stage, met je trainer/begeleider en alle andere atleten, als een optimale voorbereiding voor het komende winterseizoen. Dit mag je gewoon niet missen, training en fun !

Wat kan je zoal verwachten tijdens de stage ?

Gevarieerde trainingen in de volle natuur

Brede waaier aan trainingen gaande van snelheid, afstand, kampnummers enz...

Sport en ontspanning achteraf met je collega's atleten en trainers

Heerlijk eten gemaakt door ons team van kookouders

Een geschenk/herinnering voor elke deelnemer

En zo veel meer...

Wanneer?

Het vertrek is gepland op vrijdagavond 28 oktober 2016(uur en plaats volgt later nog wel - alle atleten vanaf cadet verplaatsten zich wel met de fiets) en op zondagnamiddag 30 oktober ter plaatse ronden we samen met alle ouders en jeugd de stage af, met een mini-veldloop. Meer gegevens zullen hierover later nog wel volgen.

Wat is de kostprijs?

Voor deze stage rekenen we een bedrag aan van 60 Euro, all-in.



Hoe kan ik me inschrijven?

Je kan je inschrijven via deze email, gevolgd door de betaling van 60€ per deelnemer op het rekeningnummer AMEYE-KEUPPENS -IBAN BE22 4093 0277 6147 - BIC : KREDBEBB met vermelding van je voornaam, naam en ATAC Atletiekstage (alsook of je vegetarisch eten wenst). Na betaling is je inschrijving pas definitief, maar deze moet gebeuren voor 15 oktober 2016 Je ontvangt dan per mail een bevestiging met meer informatie.

Je mag ook het onderstaande strookje aan je trainer afgeven. Van zodra je bent ingeschreven, volgt er in de laatste week nog een brief met alle verdere details en praktische afspraken ivm het weekend.

We rekenen op je deelname. en

Inschrijving ATAC Stage 2016

Naam:.....

Voornaam:..... M/V :.....

Geboortjaar:

Schrijft zich in met personen voor de ATAC Herfststage van 2016