

## Kleedkamers opgeknapt!

Sinds enkele weken zijn de kleedkamers en toiletten netjes opgeknapt en geschilderd. Er zijn nu weer zowel een dames als een heren kleedkamer. Maak er gerust gebruik van!

## Aanloop 2007

Vanaf de eerste week van juni gaan we dit jaar weer van start met de Aanloop. Niet iedereen kent die nog maar veel lopers zijn in het verleden hierdoor op de loopschool begonnen. De Aanloop is voor diegene die al een beetje loopervaring hebben en het leuk vinden om dit jaar voor zich zelf een mooie tijd neer te zetten op de [Zevenheuvelenloop](#). Natuurlijk onder deskundige leiding van een van onze trainers. Meer bijzonderheden volgen nog. Voor info mail naar: [aanloop@nijmeegseloopschool.nl](mailto:aanloop@nijmeegseloopschool.nl)

## Marathon Berlijn

In de vorige nieuwsbrief hebben we hem al (voor)aangekondigd: na de enthousiaste verhalen van enkele lopers vorig jaar gaan er dit jaar meer lopers van de NLS naar Berlijn, nu al 6. Heb je interesse, vraag aan Ron en John; overweeg je serieus, schrijf je dan uiterlijk vandaag in om tegen het laagste tarief in te schrijven (via [website](#) of [rechtstreeks](#)). Volgende maand meer.

## Marikenloop

Zondag 20 mei vindt al weer voor de 5e keer de [Marikenloop](#) plaats. Traditioneel doen een groot aantal dames mee en natuurlijk ook van de NLS. Let op de aankondiging, maar Nicole, Maranka en Petra gaan er iets extra leuks van maken. Corné en Maarten passen op de jassen e.d. en moedige aan.

## Enquete: lopen + oppas kinderen

Voor veel ouders met (jonge) kinderen is lopen in het weekend wat lastig. En toch kun je dan bij uitstek genieten van een duurloop in de bossen. Wat zou het dan handig zijn als er rondom de atletiekbaan bij toerbeurt op ze wordt gepast.. Natuurlijk wel in stijl met sport en spel. In eerste instantie denken we dan aan de zaterdag morgen. Is er interesse in, laat het ons dan weten, bij voldoende animo kunnen we wellicht van start gaan. Graag je reactie naar

[Petra@NijmeegseLoopschool.nl](mailto:Petra@NijmeegseLoopschool.nl)

Als u wilt dat we uw naam van onze verzendlijst verwijderen, [klikt u hier](#).

Vragen of opmerkingen? Stuur een e-mail naar [Redactie@NijmeegseLoopschool.nl](mailto:Redactie@NijmeegseLoopschool.nl)

Jaargang 1, nummer 2  
(mei 2007)



### Volgende aflevering:

- Verslag vorderingen en trainingsadvies voor de [Berlijn Marathon](#)
- Vakantie trainingen in juli en augustus: schema trainingstijden
- Trainen in de vakantie

### Wist je dat...

**Petra Kuijpers, Corné van Helteren en Maarten Vlieger zijn geslaagd voor de praktijk van de KNAU diploma [Trainer Loopgroepen \(TLG\)](#). Weer 3 enthousiaste trainers erbij! En Nicole, Bram, Martin, Samira en Bart hebben de assistent trainers opleiding gevolgd.**