

Absolute Beginners

Absolute Beginners zijn al weer over de helft van hun cursus en gaan erg goed, weinig afvallers. De trainers Fred, Maranka, Ruud en John zijn zeer tevreden. Tijden zijn: zie trainingsrooster.

Snelle Jelles en Nellies

2 nieuwe wedstrijdgroepen zijn gestart: Snelle Jelles en Snelle Nellies. Iedere maandag start 19:30 uur. Het zijn enthousiaste groepen met grote opkomst (ca. 17 lopers en loopsters) en met enorme vooruitgang van de lopers.

Enkele wedstrijdresultaten van deze groep:

Ruud: 3e in de Leemkuil-cross en 3e in de Rusheuvel-cross in Oss, proficiat!
Hanno: 5e in de Rusheuvel-cross (korte afstand), mooi resultaat!
Esmee: 4e op de korte damescross in de Leemkuil-cross, keigoed!
John: 2e in de Leemkuilcross en 1e in de Rusheuvel-cross, prachtig!

Wedstrijden

Er zijn 3 lopers (Karin, Astrid en Peter) aan het trainen voor [Rotterdam](#) (13 april) en al 12 aanmeldingen voor de 35^e Marathon van Berlijn op 28 september! Er zal ook een grote groep supporters aanwezig zijn.

Bij de [Nico de Witt Marathon](#) (ook vandaag) in Beek gaan een aantal mensen de ½ Marathon lopen. John gaat de hele Marathon lopen voor een tweetal goede doelen. Deze zijn [stichting SOVON](#) (opvang voor vogels) en [stichting Cultuurlandschap \(Beek-Ubbergen\)](#). Iedereen kan John sponsoren (per km, per tijd of een vast bedrag...) John: "Wij lopen allemaal veel in de bossen. Allemaal vinden we de mooie natuur belangrijk. Ik neem samen met de Loopschool wat verantwoordelijkheid en kan zo een stukje bijdragen aan het behoud van onze loopomgeving.

De sponsorbijdrage kan gestort worden op giro nr. 49.28.532 t.n.v. J.Aalbers/Loopschool o.v.v. SPONSORLOOP BEEK

Vandaag is er ook in het Openlucht Museum in Arnhem [Rondje Nederland](#). Hier doen NLS'ers aan mee die starten op de 5 en 10 km.

Op 30 maart starten er bij de [Venloop Halve Marathon](#) in Venlo een flink aantal lopers van de Nijmeegse Loopschool.

Aan alle kanten bruist het dus van de loopplannen binnen de muren van de Loopschool

Crosstraining

Er gaat 1x per maand een crosstraining plaatsvinden op de zondagochtend, reguliere tijd, voor iedereen. John, kers-verse Nederlands Kampioen Cross, geeft deze training. Dit zal zijn in de maanden maart en april. Data volgen nog, zie loopschool.

Jaargang 2, nummer 1
(maart 2008)

Kampioen N.K. Cross

John Aalbers is zondag 2 maart Nederlands kampioen geworden bij de [Nederlandse Kampioenschappen Cross in Gilze Rijen](#). In zijn klasse (M40) was hij met overmacht te sterk voor de nummer 2.



Runnersworld

[Runnersworld Nijmegen](#) is tot beste sportketen van Nederland gekroond! Gefeliciteerd en ga zo door. Runnersworld is sponsor van de Loopschool en heeft alle trainers van een nieuwe outfit voorzien!

Duurloop Parcours op Website

Vanaf nu is het mogelijk om te [bekijken](#) waar de zondag duurloop groep heeft gelopen. Voorlopig als experiment maar als het bevalt definitief.

ROPARUN

Tot slot een oproep voor degene die aan de [ROPARUN](#) willen meedoen bekijk hiervoor de [website van de Verenigde Runners](#). Zij zijn met de organisatie bezig en kunnen nog mensen gebruiken.

Start: 10 en 11 mei 2008 in Parijs!