

# Programma

## 14 uur : MLSO-KINDERLOOP

vanaf 5 jaar - 700 m

### MAATSCHAPPIJ LINKER SCHELDEOEVER

alle deelnemers ontvangen

een medaille en een verrassing



## 14.15 uur: FAMILIEJOGGING - 2,5 km

alle deelnemers ontvangen een attentie en  
een tombolaticket voor de aanwezigheidsstombola

## 15.00 uur : MEMORIAL HERWIN PULS - WEDSTRIJD 5 en 10 km

(5 km vanaf 12 jaar - 10 km vanaf 16 jaar)

alle deelnemers ontvangen een attentie en  
een tombolaticket voor de aanwezigheidsstombola + geldprijzen

### Vorig jaar noteerden we :

194 aankomsten op de 10 km,

136 aankomsten op de 5 km,

94 aankomsten op de 1 km.

Met dank aan alle medewerkers, sponsors,  
politie Zwijndrecht, het Rode Kruis,  
het gemeentebestuur Zwijndrecht, de KAVV,...



Inschrijvingen  
en start :  
Sint-Martinusschool,  
Idsteinlaan, Burcht

Officiële  
K.A.V.V.V.-wedstrijd

Open voor  
alle deelnemers

ZONDAG  
10/12  
2017

meer info:  
ZWAT.BE

Kerst  corrida  
ZWAT



In onze jeugdwerking vinden wij het belangrijk dat de atleten plezier beleven aan hun sport en dit ieder op zijn eigen niveau en binnen de eigen mogelijkheden. Afhankelijk van de leeftijdscategorie varieert het evenwicht tussen (atletiek gericht) spel en atletiek specifieke training.

Onze club is ingedeeld in volgende categorieën :

**KANGOEROE** (2011 - 2012)

training maandag en woensdag 18 tot 19 uur

**BENJAMINS** (2009 - 2010) - **PUPILLEN** (2007 - 2008)

**MINIEMEN** (2005 - 2006)

training maandag en woensdag 18 tot 19 uur

zondag 10 tot 11 uur

Pistetrainingen vanaf **CADET** (VANAF 2004) **TOT MASTER** trainingen vinden plaats op maandag, dinsdag, donderdag van 18.30 tot 20 uur - zaterdag van 10 tot 12 uur op de **atletiekpiste De Wallen** te Burcht of in de sporthal te Zwijndrecht .

Als je wil, kan je twee weken gratis komen "proeven" van atletiek. Indien het je bevalt dan vragen we je om aan te sluiten ivf verzekeringen ed.

### PROGRAMMA JOGGERS:

Maandag: winter: 19 uur rond punt "Verbrandendijk" -

zomer: 19 uur ingang Middenvijver:

Dinsdag: 19 uur: kantine piste De Wallen: rustige duurloop

Woensdag: winter: 19 uur Sporthal Zwijndrecht

zomer: 19 uur kantine piste De Wallen

Donderdag: 19 uur: kantine piste De Wallen: rustige duurloop

Vrijdag: winter: 19 uur piste De Wallen -

zomer: 19 uur: St.Annabos (vroegere manège).

### PROGRAMMA AFSTANDSLOPERS:

Dinsdag: 19.30 uur: rond punt "Verbrandendijk":

lange interval - 18.30 uur: piste

Donderdag: 19.30 uur: rond punt "Verbrandendijk":

korte interval - 18.30 uur: piste

Zondag: 10 uur: rond punt "Verbrandendijk" of 10.15 uur:

St.Annabos: duurloop op snelheidsniveau

(zie ook trainingschema's op de ZWAT-website).

## Deelnameprijs

	kids	2,5 km	5 km	10 km
vóór 1/12	GRATIS	€ 2,00	€ 4,00	€ 4,00
ter plaatse	GRATIS	€ 2,00	€ 6,00	€ 6,00

Voorinschrijving enkel geldig bij storting vóór 1/12 op rekening BE67 1030 4072 2587 (met vermelding Kerst Corrida 2017 en naam).

### KAVV-LEDEN GRATIS

**ZWAT-leden lopen gratis**  
enkel bij voorinschrijving vóór 1/12 !!!

## Geldprijzen

### 5 km

	Jun/sen H	Vet H+40	Vet H+50	Vet H+60
	Jun/Sen D	Vet D+35	Vet D+45	Vet D+55
1	€ 15,00	€ 15,00	€ 15,00	€ 15,00
2	€ 10,00	€ 10,00	€ 10,00	€ 10,00
3	€ 5,00	€ 5,00	€ 5,00	€ 5,00
<b>totaal-</b>	<b>1ste : + € 15,00</b>			
<b>klassement :</b>	<b>2de : + € 10,00 - 3de : + € 5,00</b>			

### 10 km

	Jun/sen H	Vet H+40	Vet H+50	Vet H+60
	Jun/Sen D	Vet D+35	Vet D+45	Vet D+55
1	€ 30,00	€ 30,00	€ 30,00	€ 30,00
2	€ 20,00	€ 20,00	€ 20,00	€ 20,00
3	€ 10,00	€ 10,00	€ 10,00	€ 10,00
<b>totaal-</b>	<b>1ste : + € 30,00</b>			
<b>klassement :</b>	<b>2de : + € 20,00 - 3de : + € 10,00</b>			

MEER INFO EN VOORINSCHRIJVINGEN :

[www.zwat.be](http://www.zwat.be)