



MAGAZINE

nummer 12 • juli 2022

In deze editie

LOGO heeft 5 nieuwe trainers,
Strabrechtse Heide loop,
LOGO feest en meer!



Sportchiropractie Avalon
persoonlijk en resultaatgericht

Beste wandelaars en lopers,

Deze week is de zomervakantie weer begonnen en kunnen we wat tot rust komen. Na een jaar dat nog met coronaperikelen begon zijn we de laatste maanden toch langzaamerhand weer in ons gewone doen teruggevallen. Helaas nog niet helemaal omdat we als vereniging nog steeds niet genoeg trainers en vrijwilligers hebben om al onze activiteiten op te pakken.

Toch kijk ik met trots terug op wat we als vereniging allemaal voor elkaar hebben gekregen in de eerste helft van dit jaar. Zonder uitpuddend te zijn wil ik hier toch een aantal evenementen noemen: Gulbergentrail, Midwintertrail, de Trimloopcyclus in aangepaste vorm en super geslaagd en als laatste, samen met Thalassa en TML de Triathlon! Waarbij we voor de laatste de Sportinnovatieprijs 2021 hebben gewonnen.

Het trainersteam is ook weer aangevuld met een aantal nieuwe trainers. Begin dit jaar hebben een aantal leden zich opgegeven om de trainerscursus te volgen en in mei hebben we aan vijf nieuwe trainers hun certificaten mogen uitreiken. Met dank aan Yvar die de opleiding heeft verzorgd. Verder zijn we als bestuur superblij dat Robin de Krijger zich bereid heeft getoond om als secretaris het bestuur compleet te maken en is Marian Kolhorn zeer content met haar nieuwe poetsmaatje Tanya!

Ook voor de rest van het jaar staan weer de nodige activiteiten op het programma waaronder in oktober ons eigen LOGO-feest. Gelukkig zijn er een aantal leden opgestaan die de organisatie hiervan op zich hebben genomen.

Al met al kijken we als bestuur terug op een goed eerste half jaar en kijken we uit naar de komende periode waarin we met de hulp van veel van onze leden weer mooie activiteiten gaan organiseren (dus schroom niet en meld je aan voor een van de vacatures).

Voor nu wensen we jullie allemaal een hele fijne en zonnige vakantie toe!

Liesbeth Sjouw



LOGO heeft 5 nieuwe trainers!

In de afgelopen maanden hebben 5 vrijwilligers de opleiding Looptrainer 2 gevolgd. Op zaterdag 21 mei hebben Helena, Dick, Sivanne, Jorian en Hans de opleiding succesvol afgerond en konden ze hun welverdiende diploma in ontvangst nemen!

Proficiat! Fijn dat er mensen opstaan om hun steentje bij te dragen om onze club door te laten draaien.





Strabrechtse Heide loop

De Strabrechtse Heide loop is sinds de oprichting van LOGO in 1986 een begrip geworden. Ook dit jaar gaan we er weer een mooi evenement van maken met hopelijk veel enthousiaste deelnemers. Dinsdag 30 augustus kun je wandelend of hardlopend genieten van het mooie Brabantse landschap, de heide staat dan prachtig in bloei.

Er is keuze uit 4 verschillende afstanden.

Programma:

18.45 uur: Wandelen 9,2 km

19.00 uur: Hardlopen 10 km

19.03 uur: Hardlopen 6,2 km

19.10 uur: Hardlopen 3,3 km

Inschrijven kan vanaf zaterdag 30 juli via www.inschrijven.nl.

Kosten:

Voorinschrijving : €5,00

Na-inschrijving : €7,00

Locatie:

Ruitersportcentrum Manege Meulendijks

Strabrechtseheideweg 6 Heeze

een
gelukkige hond



ARTIDOR



GogGlas.nl

AUTO EN BANDENSERVICE
TH. SLAATS

carprof[®]
Garage voor alle merken



VAKGARAGE[®]
GELDROP



VAN DEN BUIJS

GARANTIEMAKELAARS

Administratie
Advieskantoor

J. van de Winkel B.V.



Veel fun tijdens LOGO Bootcamp Special

Zaterdag 25 juni jl was het weer tijd voor een Bootcamp Special! Deze keer is getraind in de omgeving van de Hut van Mie Pils. Wauw wat is het daar mooi bootcampen, veel zand, heuveltjes en water!

Met een flinke groep zijn we op de fiets naar de hut gereden. Na 90 minuten planken, squaten, jumpen, sprinten, klimmen, zandzwemmen, lunges, opdrukken en nog veel meer konden we genieten van een welverdiend drankje in de hut. Top allemaal! Leuke mensen, uitdagende training en veel fun!



Kom dit ook een keer proeven! Elke zaterdagmorgen om 9.30 uur is er een bootcamptraining, je bent welkom bij de LOGO accommodatie!

Inwoners van Geldrop Mierlo op weg naar blessurevrij sporten

Een ruim gevulde zaal met belangstellenden was op donderdag 21 juli afgekomen op de oproep om deel te nemen aan de interactieve avond "Zolang mogelijk blessurevrij sporten" in de Weeffabriek (voormalig Hofdael).

Het initiatief is ontstaan vanuit LOGO, waar blessurepreventie al langer een thema is. De gedachte was om dit breder uit te zetten, aansluitend op een van de speerpunten in het beleid van de gemeente Geldrop-Mierlo; Het bevorderen van de vitaliteit van haar inwoners. Het initiatief werd ondersteund door de Sportraad van de gemeente GM en Triathlon Geldrop.

Er wordt veel geschreven over de noodzaak om te bewegen, maar vaak wordt niet verteld hoe je kunt starten en hoe men blessures voorkomt. Daarbij komt dat inactiviteit leidt tot vermindering van vitaliteit en extra zorgkosten.

Met de deskundige hulp van Laan7 werd de avond voorbereid. Zo nodigden Iris Hagelaar (Msc. Musculoskeetaal Manueel therapeute), Imke Couteaux (Podotherapeute), Wijnand Hollander (trainer en sportzorgmasseur), en Yvar de Weerd (vitaliteitscoach) de aanwezigen uit om hun brandende vragen te stellen. In de interactie tussen de inleiders en zaal vlogen voorbeelden, uitleg en vragen heen en weer. Ondersteund met beelden en voorbeelden van blessures en fysieke testen kwam voor iedereen zijn of haar antwoord over de bühne.

Aan de orde kwamen onderwerpen van houding, bewegen en verschillende blessures, tot herkennen van pijnsignalen. De rode en gele vlaggen, kortom wanneer en hoe moet ik actie nemen kwam duidelijk aan de orde. Van schoenenadvies voor wandelen en hardlopen, tot kleding en voeding, een volledig pakket aan informatie.

Gelet op het enthousiasme van het publiek, waarbij de wens was om dit soort avonden meer te organiseren, kijkt de organisatie tevreden terug op een geslaagde avond. Een mogelijkheid om een dergelijke avond weer te organiseren in het voorjaar van 2023 wordt overwogen.



LOGO- feest op zaterdag 15 oktober!

Zaterdag 15 oktober is er weer een logo-feest. We vieren het feest in de Weeffabriek (nieuwe naam voor Hofdael), Molenstraat 23 in Geldrop. Van 20.00 tot 01.00 uur. Het feest is alleen voor leden van LOGO.

Bij binnenkomst voor 21.00 uur ontvangt iedereen 2 consumptiebonnen. Overige consumpties zijn voor eigen rekening.

Informatie over inschrijven volgt.

We spelen die avond de 'grote LOGO-quiz'.
Neem daarvoor je mobiele telefoon mee. De winnaar ontvangt een leuke prijs.

We hopen dat jullie allemaal komen!

Sandra de Koning en Betty van Rooij





Freedom Run - Liberty Loop

De zomervakantie is begonnen. Genietend van alle vrijheden van een ontspannen schoolvakantie loert daarna de sportieve uitdaging.

Binnenkort kun je voelen wat echt in vrijheid bewegen betekent. Tenminste als jij je inschrijft voor de Freedom Run & Liberty Loop en mee gaat hardlopen in Geldrop-Mierlo.

De derde editie gaat direct na de zomervakantie van start. Een hele bijzondere recreatieve loop waar jij deelgenoot van kunt zijn. De run vindt plaats op zondag 18 september 2022. Het eerste startschot klinkt om 10.30 uur voor de kids runs van ½ mile (800 meter) en 1 mile (1600 meter). Als volwassenen start jij vanaf 11.00 uur en kun je kiezen uit maar liefst drie afstanden de 4, 8 en 10 miles. Joe Cattini, 99 jaar, is weer van de partij om alle lopers aan te moedigen.

KINDEREN IN DE HOOFDROL MET HUN OUDER

De Kidsruns staat weer op het programma. Daar zijn we bijzonder blij mee. Kinderen ontwapenden met hun super blij gezichten, allemaal heel ingenomen met hun medaille. Jazeker, dit jaar krijgen zij weer een hele mooie medaille.

Kinderen met hun begeleiders nemen gratis deel aan de Kidsrun. Voor de overige afstanden bedraagt het inschrijfgeld slechts 5 euro. Het maximaal aantal inschrijvingen bedraagt 500 personen, dus wees op tijd en schrijf je nu in op www.inschrijven.nl.

Tweede editie Triathlon Geldrop groot succes!

Zaterdag 16 juli werd in en om zwembad de Smelen de tweede editie van de Triathlon Geldrop gehouden. Vorig jaar nog een bescheiden aantal deelnemers, maar dit jaar bereikten we het maximaal aantal deelnemers. Op een zonovergoten parcours volbrachten meer dan 110 atleten de Triathlon Geldrop, Naast de ruimt 90 volwassen deelnemers waren er meer dan twintig

jeugd atleten die een mini triathlon afwerkten. Door de lekkere temperaturen voorafgaand aan de wedstrijd had het water een prettig temperatuur om te zwemmen. Het aansluitende fietsen en lopen werd in de ochtend afgewerkt waardoor het voor de sporters aangenaam weer was. De organisatie zorgde voor voldoende verkoeling met sponzen, waterzakjes en drinken.



Tweede editie Triathlon Geldrop groot succes! (vervolg)

Dank aan de bijna 60 vrijwilligers die ervoor zorgden dat het sporters hun prestatie konden leveren. LOGO was zeer goed vertegenwoordigt in het wedstrijdveld en in het team vrijwilligers, dank voor jullie hulp!!! Rond het bad, op het fiets parcours en langs het looptraject stonden overal begeleiders om de wedstrijd in goede banen te leiden. Vanuit LOGO werd het hardloopparcours bewaakt, de waterpost bemand, de rondjes baan geteld en de tijdregistratie en uitslagen gerealiseerd. Klasse!

Voor onze LOGO leden Jack Ernest, Eric Bekkering, Roos Koopman en Hans van Es was het de eerste kennismaking met de triathlon in Geldrop. Cees Erkelens, Sivanne te Braake, Jorian van Dongen en Kayley Leijten stonden voor de 2e keer aan de start. De organisatie van de triathlon Geldrop was in handen van stichting Triathlon Geldrop. Een samenwerkingsverband van Wielrenvereniging TML Dommelstreek, LOGO en zwemvereniging Thalassa en sinds dit jaar officieel erkend door de Nederlandse Triathlon Bond.

Ondanks dat het parcours wat aangepast was t.o.v. van 2021 zijn er prachtige tijden gerealiseerd.

Volgend jaar juli staat de derde editie op de planning.

Sportzorg Massagepraktijk
Wijnand Hollander



Ton van den Boomen
LoopbaanAdvies & TalentOntwikkeling

VAN DE WEIJER
wassen | drogen | koelen | inbouw



**Samen lopen met
beleving en plezier!**

Heb jij nieuws voor ons LOGO magazine?

Stuur dan een mail naar pr@logogeldrop.nl

Jouw logo in het LOGO magazine? Dat kan!

Neem voor meer informatie contact met ons op
en stuur een mail naar pr@logogeldrop.nl

**Het LOGO magazine verschijnt 5 keer per jaar en
is tevens terug te vinden op www.logogeldrop.nl**

