



**LONU**

Loopgroep Nuenen

*Nieuwsbrief*

[Link naar website](#)  
Extra nieuwsbericht mei 2020



## Voorwoord

De vakantieperiode is voor de meeste leden weer voorbij. Voor de meeste van ons staat het werk weer te wachten. Maar echt "normaal" zijn de omstandigheden nog niet te noemen. Wederom zijn de maatregelen aangescherpt. Daarover hieronder de gevolgen voor de activiteiten van onze vereniging.

Let op je gezondheid en op die van je collega-hardloper. Ik wens je weer een gezonde, blessurevrije start!

Anne

---

## Trainingen: let op!

Vanaf 25 augustus gaan we weer op dinsdag én donderdag trainingen verzorgen. Om veilig en gezond te trainen organiseren we dit, tijdelijk, anders.

Op de **donderdag**en starten alle groepen vanuit ons LONUgebouw; het gebouw is alleen voor "noodgevallen" open, dus ga thuis van te voren naar het toilet.

Op de **dinsdag**en starten we vanuit verschillende locaties zoals we dat al enige tijd gewend zijn.

Startplaatsen staan hieronder. Eventuele wijzigingen laten we weten via WhatsApp zodat er geen misverstanden ontstaan.

Heb je klachten of gezinsleden met klachten kom dan **niet** naar de training.

- Aanmelden per training is gewenst.
- Maximale groepsgrootte is verruimd naar 20 lopers.
- Maximaal 2 lopers naast elkaar.
- Houd 1,5 meter afstand van je voorganger.
- We vragen niet te vroeg te komen maar wel op tijd!
- Neem zelf water mee.
- Ga na de training meteen naar huis.

Zit je nog niet in LONU whatsapp meld je dan aan via [info@lonu.nl](mailto:info@lonu.nl)

**Alleen op dinsdagavond wordt vanaf verschillende locaties gestart; te weten:**

**PR** start vanaf Schout Diercklaan;

**R1** vanaf het gemeentehuis;

**R2** hoek Noorderklamp/Donkervoort en

**R3** vanaf LONUgebouw.



Bovenstaande maatregelen gelden in ieder geval tot en met oktober. Invulling van het trainingsprogramma wordt bepaald door de trainer van de bewuste avond. Een en ander natuurlijk in overleg met de aanwezige leden.

---

## Veiligheid / hesjes

Het is weer zover!

Vanaf half september is het dragen van een veiligheidshesje tijdens de clubtrainingen weer

**verplicht.** Aanvullen met verlichting is aan te raden. De zichtbaarheid van de groep is voor de veiligheid zeer belangrijk.



---

## Afgelasting clubfeest

Helaas, helaas, het clubfeest dat gepland stond op 10 oktober, kan niet doorgaan. We hadden een mooie locatie gereserveerd en een leuk programma voorbereid. Echter, na de persconferentie van afgelopen week waarin het kabinet de aangescherpte regels bekend maakte, heeft onze gastheer besloten alle feestelijke activiteiten op zijn locatie tot 1 januari a.s. te schrappen.



Uiteraard hebben we gedacht aan alternatieven. Vanwege de maatregelen wordt het echter erg moeilijk een groepsactiviteit te organiseren die corona-veilig is. Gezondheid staat voorop en daarom hebben we besloten het clubfeest dit jaar niet door te laten gaan.

We hopen op jullie begrip en we richten onze pijlen op 2021. Hopelijk kunnen we dan weer een echt feestje vieren.

Anne, Frank, Cyriel, Bram, Irma

---

## Rondje Eindhoven 2020

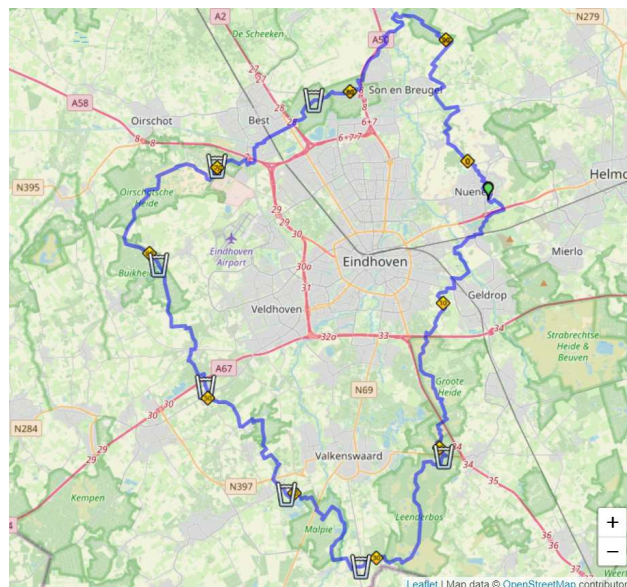
Dit jaar is een bijzonder jaar! Bijna alle wedstrijden zijn afgelast vanwege Corona. We hadden dit jaar in Juni de 102km van de Zugspitze Ultratrail willen rennen. Hier stak Corona een stokje voor. Het zou de eerst 100km trail voor Mark, Sjef, Pepijn en mijzelf worden. Dus hebben we gezocht naar een nieuwe uitdaging met in achtneming van de corona regels.

Hier is het plan voor een rondje Eindhoven. De route gaat rondom Eindhoven zonder maar 1 keer het bordje Eindhoven te passeren. Ik heb geprobeerd de route zo uit te zetten dat we zoveel mogelijk onverhard en door natuurgebieden lopen. Totale afstand iets meer dan 100km. Je kan natuurlijk ook een deel van de route lopen. Door familie/vrienden support en lopers die een gedeelte lopen, kunnen we verzorging posten regelen, zodat we volgens mij een fantastische loop dag hebben. Iedereen loopt op persoonlijke titel. Wij gaan dit zaterdag 19 september hardlopen.

Het is natuurlijk altijd leuk als meer LONU leden meelopen of een deel. Vooral voor het laatste deel kunnen we zeker support gebruiken. We willen dit low-profile houden, je loopt onder je eigen verantwoordelijkheid en is zelfvoorzienend (het is geen LONU evenement). Er is dus geen website en geen officiële inschrijving. Iedereen moet natuurlijk de Corona regels in acht blijven houden. Als je meer informatie wilt hebben of een stuk mee wilt lopen neem dan contact met mij op ([Olav.boiten@gmail.com](mailto:Olav.boiten@gmail.com)) of stuur me een appje (0622341495)

Ongeveer een week voor de ronde maak ik de route definitief en kan ik ook GPX files delen. We lopen een rustig looptempo van gemiddeld 8Km/uur (met pauzes). Effectief loop tempo zal rond de 9-10km/uur zijn. Door middel van WhatsApp zul je weten waar we hoe laat zijn, zodat je niet onnodig hoeft te wachten op dat we eraan komen.

Olav



	km	tijd	naam	adres
start	0	06:00	Huize Boiten	de vlos 1
V1	21	08:37	Familierestaurant De Clown	Valkenswaardseweg 31A, 5595 XB Leende
V2	31	09:52	Eetcafé Zomerhof	Maastrichterweg 265, 5556 VB Valkenswaard
V3	41	11:07	Valentinuskapel	Loverensdijk 5-1, 5563 BG Westerhoven
V4	51	12:22	Mariakapel	Knegselseweg 22-24, 5524 AA Knegsel
V5	59	13:22	Boshut de Meren	Merenweg 2A, 5513 NZ Wintelre
V6	70	14:44	Parkeerplaats Wandelen kazerne Oirschot	Eindhovensedijk Oirschot
V7	78	15:44	Joe Mann Paviljoen	Joe Mannweg 4, 5681 PT Best
V8	87	16:51	bij vreselsebos	Vresselseweg 4-8, 5491 PC Sint-Oedenrode
V9	96	17:58	Stad van Gerwen Ophaalbrug	Stad van Gerwen, 5694 PB Breugel
finish	103	18:50	Huize Boiten	de vlos 1

---

Kopij voor de volgende nieuwsbrief moet binnen zijn op de 10e van de maand. Help ons met het maken van een interessante nieuwsbrief en breng anderen op leuke ideeën wat betreft hardlopen.

*Marieke IJsendoorn & Bram Stoop*

---



**LONU**  
Loopgroep Nuenen

*Nieuwsbrief*

[Unsubscribe](#) | [Manage subscription](#)

LONU clubgebouw

Wettenseind 28, Nuenen

[www.lonu.nl](http://www.lonu.nl)

MailPoet