



## Dinsdag 6 februari: ALV 20.30 uur

Bestuur nodigt alle leden uit om naar de algemene ledenvergadering te komen. In de volgende (ALV) nieuwsbrief komt de agenda staan en ook alle bijlagen.



Behalve de ALV van hierboven, zijn er komende weken nog meer datums om op te slaan :

- Zondag 10 maart Gulbergen trail

- Zaterdag 16 maart, Gerwen-Nederwetten loop
- Zondag 24 maart, Zandvoort aan Zee
- Dinsdag 26 maart, LLL avond!
- Weekend 6/7 april, Dutch Mountain Trail

In de nieuwsbrief medio februari staat alle informatie over bovenstaande events.



# WhatsApp Community

## **WhatsApp groepen komen samen in WhatsApp Community**

Sinds enkele jaren hebben we bij Lonu voor iedere trainingsgroep een aparte WhatsApp groep. Maar wat als je een keer bij een andere trainingsgroep wil aanhaken? Of hoe maak je makkelijk een WhatsApp groep aan voor bijvoorbeeld een Bosloop?

Dit soort vragen lossen we op door binnenkort alle WhatsApp groepen van Lonu in een WhatsApp Community te plaatsen. Alle groepen blijven werken zoals je gewend bent. Echter, de community schil die er als het ware omheen komt, biedt enkele extra voordelen: je kan zien welke groepen er nog meer bestaan en je daarvoor aanmelden of het bestuur kan in één klap naar alle Lonu'ers een berichtje sturen (bv de training gaat niet door vanwege de weersomstandigheden).

In WhatsApp herken je de community aan de vierkante afbeelding links van de naam (groepen hebben een ronde afbeelding). En je kan je de community terugvinden als je klikt op de 3 poppetjes, bovenaan het scherm, links van 'Chats'.



Voor vragen kun je altijd bij mij terecht.



## Houffalize 2024

Op zondag deden Lonu-ers mee aan de (ultra) trail van Houffalize. Dankzij alle sneeuw die de dagen daarvoor was gevallen, liep het parcours door een magnifiek winterlandschap. Maar daardoor was het ook wel glad, en spannend vooral bergafwaarts. Helaas moest Frank dat ondervinden, hij gleed uit en verzwikte zijn enkel. In the middle of nowhere moest hij zien terug te komen. Gelukkig was een ouder bereid helemaal om te rijden en bracht Frank naar de startplaats. Voor een uitgebreid verslag en veel foto's zie [hier](#)







## Urban trail Eindhoven

Op 17 december verzamelden Mieke, Selma, Ronald en Bram samen met nog enkele duizenden hardlopers bij het Evoluon. Dat was deze keer het start- en eindpunt voor de jaarlijkse Urban Trail in Eindhoven. We schoven aan in de rij voor de startstreep. Hierbij geen startschot en een massastart, maar ongeveer elke 30 seconden mochten 10 lopers starten. Vanaf de eerste meters had je dus direct al lekker de ruimte om je heen om je eigen tempo op te kunnen pakken. Het eerste pand waar we binnen doorheen mochten lopen was uiteraard het Evoluon, waarna we richting de Strijp-S verder gingen. Hier kwamen ook een cafe, kantoor en restaurant op ons pad. Daarna door het PSV stadion, helaas niet via het veld, maar er vlak omheen. Uiteraard wel een mooie plek voor een foto.

*Selma*

---



## Drukbezochte nieuwjaarsreceptie

Ondanks de snijdende kou was er weer een drukbezochte en heel gezellige nieuwjaarsreceptie. Met zoals altijd (veel) oliebollen en glühwein. Hoogtepunten waren de uitreiking van de Lonu-er van jaar- oorkondes door Bert aan Henk en Huib, voor hun heldendaad op 5 augustus. En daarna de overhandiging van de AED door Bert aan Lonu.

Deze AED is door Metalor aan Lonu gedoneerd. We willen deze 24/7 beschikbaar stellen en gaan deze binnenkort aan de buitenmuur van het clubgebouw van EMK ophangen.



---

Kopij voor de volgende nieuwsbrief emailen naar [info@lonu.nl](mailto:info@lonu.nl)

Help ons met het maken van een interessante nieuwsbrief en breng anderen op leuke ideeën wat betreft hardlopen.

*Robin, Huib*



**LONU**  
Loopgroep Nuenen  
Nieuwsbrief

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

LONU clubgebouw  
Wettenseind 28, Nuenen  
[www.lonu.nl](http://www.lonu.nl)

MailPoet