



LONU
Loopgroep Nuenen

Nieuwsbrief

[Link naar website](#)



Bosloop de Malpie

Op **zondag 14 april** heeft Janneke een prachtige bosloop door het natuurgebied de Malpie georganiseerd. Er is een route van 13 en één van 8 km, dus geschikt voor alle groepen.

We verzamelen om 09.30 uur bij cafe de Zwaan in Borkel, en na afloop krijg je daar ook koffie/thee met iets lekkers erbij!

NB

Omdat dit prachtige gebied langs de Dommel loopt, kun je je voorstellen dat het nogal nat kan zijn. Dus de mogelijkheid bestaat dat de deze bosloop op het laatste moment wordt afgelast!





Bosloop Leudal

Verscholen in de bossen tussen Weert en Roermond ligt het Leudal, misschien wel één van de mooiste plekjes van Nederland. Op **zondag 26 mei** nemen Maurice en Selma je hier graag mee naartoe voor een LONU Bosloop. De route die we hebben uitgestippeld is circa 12 km. Is dat te ver? In overleg met de aanwezigen kunnen we voor een deel van de groep de route op meerdere plaatsen inkorten. Is 12 km te kort? Neem contact op met Selma voor een aanvullende (GPX) route van circa 13 km die je zelfstandig voor of na de bosloop kan afleggen. Uiteraard staat er na afloop een stuk Limburgse vlaai op ons te wachten in Boscafé De Busjop! Meld je aan in groepsapp binnen onze WhatsApp community om op de hoogte te blijven voor de laatste informatie.

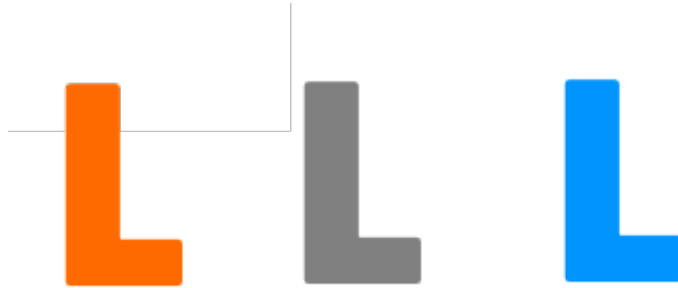
Maurice & Selma



Gulbergen trail 2024

Afgelopen 10 maart heeft LONU samen met drie andere verenigingen, de dertiende editie van de Gulbergen trail georganiseerd. Het was in alle opzichten een zeer geslaagde evenement met bijna

250 inschrijvingen! Alleen het aantal deelnemers vanuit LONU zelf was wel wat mager, maar zeven LONU-ers deden mee, terwijl deze trail geschikt is voor alle nivo's. Dat moet volgend jaar beter!



Op dinsdag 26 maart was de eerste "LONU's leuke/leerzame lezingen avond" van dit jaar. Er waren dit keer maar liefst 3 sprekers, die een vol clubhuis een uur lang in de ban hielden met hun avonturen.

Rinnie en Jos beten de spits af met hun verhaal over een fietstocht volgens de 'Sultans trails'. Zo'n 2300 km van Wenen naar Istanbul.

SULTANS TRAIL 2023
VAN WENEN NAAR ISTANBUL

Sultans Trail
- Van Wenen naar Istanbul
- Afstand: 2.300 km
- Duur: 28-35 dagen
- Bewegwijzerd: nee
- GPS: ja

Route van Iris Bezuijzen en Sedat Çakır

Daarna vertelde Ernst over zijn wandeltocht van 850 km(!), langs een (groot) deel van de 'Via Alpina'. In zijn eentje op trail schoenen waarbij elke dag wel een bergkam werd beklommen.





Achteraf heb ik spijt dat deze schitterende verhalen in één LLL avond heb geprogrammeerd, want ze hadden beiden makkelijk een hele avond kunnen vullen.

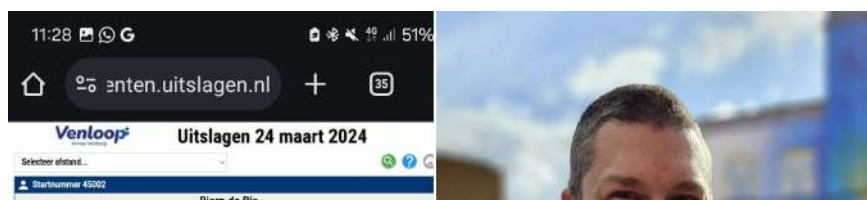


Venloop 2024

Op zondag 24 maart lukte Bjorn het om zijn grote doel te verwezenlijken. Na een lange ziekte heeft hij een heel lang trainingsprogramma gevolgd met als doel het uitlopen van de Venloop in Venlo (waar hij werkzaam is).

En dat is gelukt hij heeft de 5 km net boven de 30 minuten uit gelopen.

Proficiat!





Zandvoort 2024

Behalve in Venlo, was aan de andere kant van het land nog een ander groot hardloop evenement: de 'Zandvoort Circuit Run', daarbij kunnen eens een keer op F1 circuit hardlopen. Helaas was de organisatie niet zo goed als die van bijvoorbeeld de 'vanGoghloop'. Dus heel moeilijk je auto parkeren, een parkoers door de duinen dat niet duidelijk is aangegeven, en heel lange wachttijden na afloop bij het ophalen van je afgegeven tassen. Vooral heel vervelend als het heel waait en er af en toe hagelbuien zijn. Maar verder is het natuurlijk een spektakel om op zo'n circuit, de duinen en het strand te hardlopen. Selma, Ronald en Mieke waren erbij!





Kopij voor de volgende nieuwsbrief emailen naar 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

MailPoet