



Nieuwsbrief

MTB skills & core stability

In deze nieuwsbrief

- MTB skills
- Core stability
- Kerstcorrida Deerlijk

BETOPOR



MTB skills

Nu zaterdag **25 november 2017** organiseert Jurgen Soetaert, samen met enkele van zijn fietscompanen, een exclusieve MTB training voor onze NLT atleten.

Praktische info:

- Doel: het aanleren van verschillende MTB skills
- Aantal beschikbare plaatsen: 10
- Gratis
- Start: om 13u00 aan het No Limit House (Zwevegem)
- Trainingslocatie: de Gavers Harelbeke
- Einde: om 15u30 aan het No Limit House

Gelieve uw deelname zo snel mogelijk te bevestigen op soetaertj@gmail.com.
Let wel, er zijn maar 10 plaatsen beschikbaar.

Core stability

Op de infovergadering werd er gepolst naar de mogelijkheid om een core stability sessie te organiseren.

Dit zou kunnen op dinsdagavond, net vóór de zwemtraining (19u15 - 20u15), in de grote vergaderzaal van het zwembad in Zwevegem. Kinesiste, Axelle Delobelle, zou instaan voor de begeleiding.

We zouden opteren voor een startsessie van 5 trainingen, aangevuld met maandelijks één update training.

De kostprijs bedraagt 25 €.

Om te kunnen opstarten hebben we minimum 8 kandidaten nog. Het maximum aantal plaatsen bedraagt 15. Op deze manier kunnen we de kwaliteit waarborgen.

Zij die interesse hebben om hierop in te tekenen melden zich best zo snel mogelijk aan op info@nlt.be

Kerstcorrida Deerlijk

Op zondag **17 december 2017** gaat de 34^e editie van de Kerstcorrida Deerlijk door. Traditie getrouw neemt het No Limit Team massaal deel aan dit loopevent. Door in groep (minimum 15 deelnemers) in te schrijven kunnen we genieten van de volgende voordeeltarieven:

- 2 € voor de jeugdreeksen
- 7 € voor de volwassenen (5 & 15 km)

Zij die hiervan willen genieten dienen volgende gegevens door te mailen naar info@nlt.be en bovenstaand inschrijfbetrag te storten op de NLT rekening BE88 4629 1785 7141 :

- Naam
- Voornaam
- Email
- Postcode
- Gemeente
- Geboortjaar
- Geslacht
- Type wedstrijd (jeugd - 5 km - 15 km)

Deadline groepsinschrijving: **vrijdag 8 december 2017**

Mvg,

Depaepe Stefaan

info@nlt.be
0497/58 7997