

DECATHLON

KORTRIJK



S2T

DECATHLON

Start 2 Trail

2019 - 2020



MET ALS DOEL

**IEDERE TWEEDE ZONDAG VAN DE
MAAND
EEN TRAIL LOPEN**

Begeleiding van twee ambassadeurs Decathlon Kortrijk



Deleu John



Staelgraeve Tom



**Haal het
beste uit
u zelf**

Wat mag je van ons verwachten !!

Professioneel advies en logistieke ondersteuning



Logistieke ondersteuning

Transport carpoolen

Productinfo

Ervaren sporters die van maandag tot zaterdag klaar staan om deskundig advies te geven

Mooie routes



Kluisbos



Cadzand - het zwin



Cap gris blanc nez



Kemmelberg





Alle parcours werden zorgvuldig samengesteld om afwisselend te zijn en verschillende technische niveaus te bieden. Ze werden op het terrein uitgewerkt met behulp van het platform "Sity Trail" en zijn voorzien van **in het oog springende signalisatie**.



TRAILRUNNING IN SPA - EEN ECHTE LOVE STORY TUSSEN SPORT EN NATUUR

Het loont zeker de moeite om naar Spa te komen voor wie graag trailloopt. De streek ligt vlak bij veengebieden en biedt heel gevarieerde loopomgevingen: grote bossen met loof- en naaldbomen, ingesloten valleien en open hoogten, vochtige zones en doorwaadbare vijvers, rivieren en stroompjes ... Het verbaast dan ook niet dat in deze regio befaamde wedstrijden ontstaan zijn zoals de Crêtes de Spa (8, 21 en 55 km) of de Trail des Lac & Châteaux.

De parcours van Spa lopen langs beide kanten van de Wayai-vallei. Die van 5 en 10 km liggen aan de kant van het bos van Staneux, en de parcours van 20 en 30 km liggen langs de skipiste en Bérinzenne. Zo krijgen gebruikers de gelegenheid om de allermostoie plekjes van het kuuroord te ontdekken.

INFORMATIE

Alle routes beginnen vanaf de toeristische dienst van Spa (VV)
1A Rue du Marché in 4900 Spa (België)

Course des dix vins

*** Unieke loopwedstrijd in Zuid-Frankrijk door de wijnvelden. 95% onverhard.**

*** Van do 17/10 tot zon 20/10.**

*** Wedstrijd: zat 19/10 (12km, 21km of 42km).**

*** Geschatte kostprijs: 400 euro**

- Transport (tgv)
- Logement
- Wedstrijd

*** Inschrijvingsmomenten:**

- 15 juli
- 15 augustus



Producten kennis



Tips en ideeën sportvoeding



Verzekering

DECATHLON

	Sporttakken	premie per lid per jaar
categorie 1	atletiek, badminton, basketbal, boogschieten, capoeira, circustechnieken, dansen, fitness, floorbal, golf, g-sport, gymnastiek, hengelsport, hondensport, klimmen, korfbal, modelbouw, omnisport, oriëntatielopen, petanque, reddend zwemmen, rolhockey, ropeskipping, schermen, schietlapschieten, tafeltennis, tai chi, tennis, volleybal, wandelen, waterskiën, yoga, zeilen, zwemmen	€ 5,00
categorie 2	adventure outdoor (binnenland), aikido, baseball, budo, close quarter fighting system, duiken in zwembad, ju-jitsu, judo, handbal, hapkido, hockey, ijshockey, karate, kempo, krav maga, MMA, nunchaku, paardrijden, rugby, softball, skiën, snowboarden, taekwondo, tai jutsu, triatlon-duatlon, voetbal, wielrennen, zelfverdediging en zwerkbal	€ 6,00
uitbreiding alle sporten	uitbreiding voor leden die een 24u/24u verzekering wensen voor 'gezondheidssporten' (= fitness, joggen, wandelen, yoga, paardrijden, fietsen, rolschaatsen, turnen en/of zwemmen (limitatieve opsomming), als deze disciplines niet in hun club beoefend worden.	+ € 10,00
clubbijdrage	éénmalig te betalen per club per jaar (= administratiekost)	€ 20,00



STRAVA

Groepsnaam Start2trail Decathlon Kortrijk

Sportprestaties opslaan. Denk hierbij niet alleen aan afstand, tijd, gemiddelde - en topsnelheid, maar ook aan hartslaggegevens,

Resultaten bekijken en vergelijken van u zelf,

Uw eindballans op het einde van jaar.

Interesse om deel te nemen?

***Vul jouw e-mailadres in, dan mailen we jou deze presentatie nog even door en houden we jou verder op de hoogte.**

***Op basis van het infomoment wordt het concept gefinaliseerd.**

***Lancering: 01/06/19. Vanaf dan zal er ook ingeschreven kunnen worden (gratis) via www.sport-trips.be**

Blijf op de hoogte



Via Facebook

<https://www.facebook.com/Kalenji-team-Decathlon-Kortrijk-786352288111443/>

**Alle informatie, trainingsschema, foto's, workshops kan je terugvinden via
www.sport-trips.be**

Via Whatsapp

**Geef jullie gsm-nummer door en wordt toegevoegd aan de "Running John Club".
Zo wordt je snel op de hoogte gehouden van updates mbt de trainingen.**

Voorprogramma S2T

- *Woensdagavond 19u @ Decathlon Kortrijk: 10 à 15km**
- *Zondagvoormiddag 9u @ Gavers Harelbeke: 7, 14 of 21km**
- *Zomers trainingsloop 20 juli onder begeleiding van Veerle Beernaert**
- *6 juli: trailloop Cap gris nez (13 of 26km)**
- *7 juli: trail Wijtschate (8,5 of 16km)**
- *3 augustus: eerste training start2marathon**
- *8 september: eerste training start2trail**



Vragen

- *Wie heeft ervaring met traillopen?**
- *Hoeveel keer per week ga je lopen?**
- *Bij welke afstand voelt u zich comfortabel?**
- *Hoe sta je tegenover de hoogtemeters die vaak eigen zijn aan een trailloop?**
- *Ben je bereid om een zekere afstand af te leggen tot bij een mooi trailparcours?**
- *Ken je zelf nog leuke traillocaties?**
- *Wil je graag trainen om mee te doen aan een trailwedstrijd? Zo ja, welke?**

Hebben jullie nog vragen voor ons?



DECATHLON

KORTRIJK