



**LONU**

Loopgroep Nuenen

*Nieuwsbrief*

Link naar website

Juni 2020



## Voorwoord

### **We lopen weer!**

Hopelijk is iedereen gezond gebleven - of snel opgeknapt. En hopelijk zijn ook jullie naasten de coronatijd goed doorgekomen. De regels van het RIVM zijn nog streng, maar we kunnen weer samen hardlopen, aan de conditie werken en elkaar motiveren.

LONU is "on the road", een goede doorstart gewenst!!

*Hartelijke groet,*

*Irma*



---

## Contributie 2020

Het lijkt erop dat onze sportbeoefening straks weer op een redelijke manier uitgevoerd kan worden. Binnen het bestuur hebben we besproken of de contributie aangepast zou moeten worden over de periode dat we niet hebben kunnen trainen. We hebben besloten voorlopig af te wachten hoe het dit jaar verder gaat met de Corona-maatregelen. Maar dan nog stellen we ons de vraag of we überhaupt de contributie zouden moeten aanpassen. Heb je daar argumenten voor of tegen: laat het ons weten.

*Anne Joustra*



---

## Processierupsen

Het is weer de tijd dat de processierupsen er weer zijn. Ook in de eiken rond ons veld hebben we weer nesten kunnen vinden. Ondanks biologische bestrijding eerder dit jaar moesten we via de Gemeente een firma laten komen om de rupsen uit de bomen te zuigen. Medewerkers van dat bedrijf adviseerden ons mezenkastjes in de bomen op te hangen ...

[Meer lezen](#)



---

## De zomervakantie komt eraan!

Vanaf 11 juli zijn de scholen gesloten en start de zomervakantie! Gedurende deze 6 weken biedt LONU zoals andere jaren, trainingen aan op dinsdag. Voornamelijk voor lopers van groep 1 en 2. We vertrekken om 19:15 uur vanaf hoek Noorderklamp/Donkervoort. Een fijn vertrekpunt om de bossen te verkennen. De regels (zoals opgeven via WhatsApp en max 12 lopers per groep ...

[Meer lezen](#)



---

## Prestatieloop en zomerborrel

Helaas, dit jaar geen prestatiloop.... Vanwege de maatregelen van de overheid is het niet

toegestaan om wedstrijden te organiseren. De prestatie-loop was gepland in de laatste week voor de zomerstop, dus op dinsdag 7 juli. In plaats daarvan hebben we die avond een verkorte training en vanaf 20.30 uur ben je van harte welkom op het LONU-veld voor: De zomerborrel! ...

[Meer lezen](#)



---

## Alleen lopen tijdens Corona

Tijdens de Coronacrisis waren er geen trainingen en moest je dus alleen lopen. Het valt dan niet altijd mee om motivatie te houden en te variëren in looproutes. Sinds twee jaar woon ik in Geldrop en dat was een mooie gelegenheid om vanuit diverse kanten Geldrop te verkennen. Voorheen liep ik 1x per week in het weekend een rondje Geldrop en dat was meestal een standaard rondje. Er waren hierin twee of drie variaties maar daar hield het wel bij op.

De afgelopen maanden ben ik op plekken gekomen waar ik nog nooit ben geweest, soms kwam ik op plekken waarvan ik dacht wow 😊😊. En het is ook weleens gebeurd dat ik vooraf een bepaalde richting koos, maar uiteindelijk de afstand niet helemaal juist had ingeschat. Maar al met al, heb ik er diverse leuke routes bij die ik kan lopen zo in het Geldropse. Lopen in Geldrop is best leuk, maar alleen lopen is op lange termijn minder motiverend, ook doe ik te weinig rek en strekoefeningen en dan vooral voordat de training begint.

*Groetjes Bram*



TENNISSEN  
JULI & AUGUSTUS

€25,-

# ZOMER LIDMAATSCHAP 2020

● Alleen voor 19 jaar en ouder.

Voor meer informatie bezoek onze website: [www.tvwettenseind.nl](http://www.tvwettenseind.nl)

Logo | Huisstijl | Webdesign

25 twaalf  
COMMUNICATIE & CREATIE

Grafisch drukwerk | Visualisatie

Uitschrijven | Abonnement beheren

Voeg je postadres hier toe!

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.



**LONU**  
Loopgroep Nuenen

*Nieuwsbrief*

[Unsubscribe](#) | [Manage subscription](#)  
LONU clubgebouw  
Wettenseind 28, Nuenen  
[www.lonu.nl](http://www.lonu.nl)

