

VZW SPOA organiseert voor de 18<sup>e</sup> keer, in samenwerking met Aarschotse verenigingen, het Aarschots joggingcriterium.

Elke jogging biedt aan de deelnemers een uitgebreid prijzenpakket, wie deelneemt aan minstens 4 joggings krijgt een extra aandenken.

### **Vrijdag 12 april**                      **Appelbloesemjogging**

Plaats:                Sportschuur Gelrode, Pastoor Dergentstraat 46, 3200 Gelrode  
Afstanden:        4 km - 8 km - 12 km  
Start:                19u00  
Parcours:          Heuvelachtige natuurjogging (ook voor wandelaars)  
Deelname:        6 euro  
                         Voorinschrijving groep (min. 10): 5 euro per persoon  
Organisatie:      GSG Aarschot  
Info:                [www.gsga.be](http://www.gsga.be) – facebook Appelbloesemjogging

### **Vrijdag 3 mei**                              **Meetshovenloop**

Plaats:                Gemeentelijk sportpark / Zaal Verhaegen, Grote Baan Betekom  
Afstanden:        3 km - 5 km - 10 km  
Start:                3 km: 18u45; 5 en 10 km: 19u15  
Parcours:          Vlak, door Meetshovenbos  
Deelname:        6 euro  
                         Voorinschrijving groep (min. 10): 5 euro per persoon  
Organisatie:      Roba Betekom  
Info:                [atletiekroba@gmail.com](mailto:atletiekroba@gmail.com) - [www.roba-atletiek.be](http://www.roba-atletiek.be)

### **Maandag 20 mei**                      **Aarschotse stratenloop**

Plaats:                Schaluin Aarschot - De Knoet  
Afstanden:        3 km - 6 km - 12 km  
                         Jeugdreeksen: kleuterloop: 200m, kinderloop: 600m, jeugdloop: 1,2 km  
Start:                3 km: 14u30 - 6 km: 15u00 - 12 km: 16u00  
                         kleuterloop: 14u00, kinderloop: 14u05, jeugdloop: 14u15  
Parcours:          Vlak, verhard, straat  
Deelname:        6 euro (voorinschrijvingen: 5 euro, jeugd: 3 euro)  
Organisatie:      Roba Betekom - OKKE - De Knoet  
Info:                [atletiekroba@gmail.com](mailto:atletiekroba@gmail.com) - [www.roba-atletiek.be](http://www.roba-atletiek.be)  
                         [knoet@knoet.be](mailto:knoet@knoet.be) - [www.knoet.be](http://www.knoet.be)

### **Zondag 16 juni**                      **Gelro(n)de**

Plaats:                Sportschuur Gelrode, Pastoor Dergentstraat 46, 3200 Gelrode  
Afstanden:        5,3 km - 10 km - 15 km - 22,7 km  
Start:                Vrije start tussen 9u00 en 12u00 (joggers) of tussen 8u00 en 10u00 (wandelaars)  
Parcours:          Heuvelachtige natuurjogging, 80% onverharde wegen, niet verkeersvrij  
Deelname:        Online voorinschrijvingen: 8 euro (5,3 km en 10 km: 6 euro)  
                         Dagschrijvingen: 11 euro (5,3 km en 10 km: 9 euro)  
                         Per deelnemer gaat er 2 euro naar Kommaraf vzw  
Organisatie:      Sportiva Gelrode vzw

Info: [www.loopclub-sportiva.be/gelronde.php](http://www.loopclub-sportiva.be/gelronde.php) - [info@loopclub-sportiva.be](mailto:info@loopclub-sportiva.be)

### **Zaterdag 3 augustus**                      **Stratenloop Gelrode**

Plaats:            Gelrode - L. Verlindenplein  
Afstanden:       2 km - 6 km - 12 km (jeugdreeksen: 250m - 500m - 1000m)  
Start:             2 km: 15u30 - 6 km: 16u00 - 12 km: 17u00 (jeugdreeksen: 14u30)  
Parcours:        Vlak, straat  
Deelname:       6 euro (jeugd: 3 euro)  
                     Voorinschrijving groep (min. 10): 5 euro per persoon  
Organisatie:    Sportiva Gelrode vzw  
Info:              [www.gelrode.be/stratenloop](http://www.gelrode.be/stratenloop)  
                     [www.loopclub-sportiva.be](http://www.loopclub-sportiva.be)

### **Vrijdag 6 september**                      **Waterloop**

Plaats:            Voetbalterrein S.C. Aarschot, Grote Laakweg  
Afstanden:       4 km - 9 km - 14 km  
Start:             14km: 19u15 - 9km: 19u20 - 4km: 19u30  
Parcours:        Vlak, deels onverhard  
Deelname:       6 euro  
                     Voorinschrijving groep (min. 10): 5 euro per persoon  
Organisatie:    Knoet vzw  
Info:              [www.knoet.be](http://www.knoet.be)

### **Vrijdag 13 september**                      **Wijnbergloop**

Plaats:            B-terrein FC Rillaar Sport, Langestraat 100  
Afstanden:       5 km - 10 km (jeugdreeksen: 200m - 400m - 600m)  
Start:             19u00  
Parcours:        Heuvelachtig, straat  
Deelname:       6 euro  
                     Voorinschrijving groep (min. 10): 5 euro per persoon  
Organisatie:    RWL Sport  
Info:              [verhaegen\\_marleen@hotmail.com](mailto:verhaegen_marleen@hotmail.com) - 0497 20 72 18  
                     [www.rwlsport.be](http://www.rwlsport.be)

Foto's en nieuws:  
[www.facebook.com/AarschotsJoggingcriterium](https://www.facebook.com/AarschotsJoggingcriterium)

# Start met lopen

**0 naar 5 km** in 10 weken

of

**5 naar 10 km** in 10 weken

**Start:** 8 april 2024 om 20u00

**Infoavond:** 4 april 2024 om 20u00

**Eindtest:** 14 juni 2024 om 19u30

Domein Elzenhof Aarschot  
(Nieuwland 3, 3200 Aarschot)

*Foto 'Voorblad' als (gedeelte) achtergrond*

*Logo SPOA*

*Logo Stad Aarschot*

Inschrijven: [reservaties.aarschot.be](https://reservaties.aarschot.be)

Een gezonde geest in een gezond lichaam	Start nu met bewegen	Hoog tijd om aan je gezondheid te werken	Sporten is gezond
-----------------------------------------	----------------------	------------------------------------------	-------------------

**WAT?** Joggen voor beginners en gevorderden

**WAAR?** Domein Elzenhof in Aarschot (Nieuwland 3 – 3200 Aarschot)

**WANNEER?** Elke maandag, woensdag en vrijdag om 20u00 gedurende 10 weken

**VOOR WIE?** Van 0 naar 5 km voor iedereen zonder basisconditie

Van 5 naar 10 km voor gevorderde joggers

**KOSTPRIJS?** € 15 (30 sessies, begeleiding, luxe badhanddoek en infobrochure inbegrepen)

Tip: de mutualiteit biedt een tegemoetkoming in het deelnamegeld

**MEER INFO?** Infoavond: donderdag 4 april 2024 om 20u00 (aula muziekschool – Elzenhof)

Sportiva Gelrode vzw

*Logo sportiva Gelrode*

www.loopclub-sportiva.be

info@loopclub-sportiva.be

Eerste loopsessie: maandag 8 april 2024 om 20u00 - Domein Elzenhof

Eindtest: vrijdag 14 juni 2024 om 19u30 - Meetshovenbos

Receptie voor de geslaagden: dinsdag 18 juni 2024 om 20u00 - Domein Elzenhof

**INSCHRIJVEN?** **reservaties.aarschot.be**

## Heropstart organisaties joggen

In 2022 werden de organisaties van het **Aarschots Joggingcriterium** en **Start met lopen** opnieuw opgestart.

Veel joggers hebben de weg nog niet teruggevonden naar het georganiseerde aanbod, er was een terugval van ongeveer 30% in het deelnemersaantal.

De stad Aarschot en de lokale organisatoren blijven een **aantrekkelijk programma** samenstellen om de loopsport in de kijker te zetten en extra beleving te creëren voor de deelnemers.

De sociale contacten en de samenhangigheid wordt verder gestimuleerd, want alleen het fysieke aspect is belangrijk.

**Start met lopen** vindt plaats in domein Elzenhof, soms wordt er ook gebruikt gemaakt van de natuurlopen in Meetshovenbos. Iedereen kan op eigen niveau deelnemen en lopen, met als doel 5 kilometer of 10 kilometer te lopen op het einde van de 10 weken.

Sportiva Gelrode begeleidt de lessenreeks en volgt elke deelnemer op tijdens het lopen.

Het **Aarschots joggingcriterium** telt in 2023 nog 7 joggings, jammer genoeg zijn er een aantal lokale organisatoren afgehaakt. Naast joggen wordt er ook ingezet op lopen voor kinderen en de mogelijkheid om het traject te wandelen, hierdoor vergroten we de toegankelijkheid en kunnen er zoveel mogelijk mensen genieten van deze organisaties.

Loop samen met je gezin, familie of vrienden en deel je beste en leukste ervaringen of foto's op sociale media met **#sportersbelevenmeer #aarschot**

Veel loopplezier!

*Foto Kurt Lemmens*

*Foto Burgemeester*

Kurt Lemmens  
Schepen van Sport

Bert Van der Auwera  
Burgemeester wnd.

*Logo Gezonde Gemeente*

vzw SPOA  
Demervallei 8  
3200 Aarschot  
Tel: 016 56 20 15  
E-mail: sportdienst@aarschot.be