

INFOBROCHURE 2025-2026



Plaats

Alle trainingen hebben plaats in het Gerard Bontinckstadion gelegen aan het Recreatieoord "De Ster" Lange Rekstraat te Sint-Niklaas.

Lidgeld

Nieuwe atleet 300 euro (wedstrijdtenue inbegrepen)

Nieuwe recreant (zonder wedstrijdnummer) 180 euro (T-shirt inbegrepen)

Nieuwe atleet vanaf 1 april '26 (200 euro) – vanaf 1 juli '26 (150 euro)

Bestaande atleet 250 euro

Bestaande recreant 150 euro

Tweede lid en volgende leden met VAL-nummer uit hetzelfde gezin hebben 50 euro vermindering.

Vanaf 5^{de} lid (met VAL-nummer): gratis voor het jongste lid.

ACW Waasland : BE97 7476 2017 1749 met vermelding van de naam van de atleet.

Sportjaar

Een sportjaar loopt doorlopend van 1 november tot en met 31 oktober.

Trainingen jeugdafdeling

categorie	geboortejaar	Trainingsdagen en uren
KANGOEROE	2020 (vanaf 6 jaar) – 2019	woensdag 16.30 – 18.00 zondag 10.00 – 11.30
BENJAMIN	2018 – 2017	woensdag 16.30 – 18.00 zondag 10.00 – 11.30
PUPIL	2016 – 2015	woensdag 16.30 – 18.00 vrijdag 18.00 – 19.30 zondag 10.00 – 11.30
MINIEM	2014 – 2013 Zondag speer/vortex (voor gevorderden) 10.30 – 12.00	woensdag 16.30 – 18.00 vrijdag 18.00 – 19.30 zondag 10.00 – 11.30 bij Eddy Verdonck

INFOBROCHURE 2025-2026



Trainingen vanaf cadet

	Trainingsdagen	Uren	Trainers
Spurt A en B	Dinsdag Donderdag Zondag	18.15 – 20.30 18.15 – 20.30 10.00 – 12.00	Michiel Willaert (din-don-zon) Isabel Roggeman (don+zon) Pascal Puylaert (din) Steven Van de Gender (din horden)
Spurt C	Woensdag Vrijdag Zondag	18.30 – 20.15 18.30 – 20.15 10.00 – 12.00	Eva Van Ginderen (woe/vrij/zon) Isabel Roggeman (zon)
Afstand	Woensdag Vrijdag Zondag	19.00 – 20.30 19.00 – 20.30 10.00 – 11.30	Boudewijn Van Hooste Dirk Nicque
Ver	Donderdag nov-maart Gent april-sept ACW	18.30 - 20.15/20.30	Pascal Puylaert
Hoog	Dinsdag Donderdag	19.00 – 20.30 19.00 – 20.30	Benny Annecour
Kogel/Discus	Dinsdag Vrijdag	18.00 – 20.00 18.00 – 20.00	Nathalie De Bode
Speer	Woensdag Vrijdag Zaterdag	18.00 – 20.00 18.00 – 20.00 10.00 - 11.30	Bart Pauwels
Polssnok	zomer: tot eind okt. Woensdag/Zaterdag winter: tot eind febr. Woensdag/Zaterdag (indoorhal Beveren)	17.30 – 19.00 10.00 – 12.00 17.30 – 20.00 14.00 – 16.00	André Croux

Benaming	Geboortejaar
Cadetten	2012 - 2011
Scholieren	2010- 2009

Benaming	Geboortejaar
Junioren	2008 - 2007
Senioren	2006 en vroeger
Masters	de dag waarop hij/zij 35 jaar wordt

* Er is mogelijkheid tot powertraining mits afspraak met de trainer en beschikbaarheid.

Sleutel of whatsapp Ingrid Vos 0497 05 63 10

* In de winter zijn er ook trainingen indoor in Gent en Beveren, o.l.v de trainers.

INFOBROCHURE 2025-2026



Recreanten

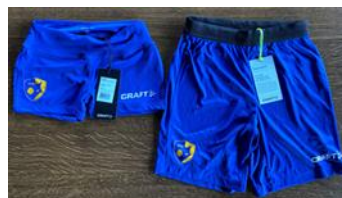
De recreanten worden ingedeeld naargelang hun kunnen. Een training duurt gemiddeld een uur tot een uur en een kwart.

Men is vrij over te stappen naar een hogere of lagere groep.

Trainingsdagen en uren	Coördinatie: Roland Van Daele: roldimac@skynet.be 0474 72 68 31	Trainers:
Woensdag 19.00 – 20.00 Vrijdag 19.00 – 20.00 Zondag 10.00 – 11.00		Roland Van Daele Jean Pierre Van Boven Veerle Herygers Franky Van Havere, Bart Vermeulen Freddy Van Hove Ellen Raes

kledij

wedstrijdkledij: afspraak via Christine: acw@atletiek.be



Extra kledij kan besteld worden via een link op onze website

INFOBROCHURE 2025-2026



Enkele praktische gegevens

voorzitter Rudy Verlaeckt: ac.waasland@telenet.be

secretaris: Marc Van Hoey: acw@atletiek.be

verantwoordelijke recreanten: Roland Van Daele: roldimac@skynet.be

communicatie jeugdtraining en aansluiting: Els Van Lysebetten:
acw.elsvanly@gmail.com

communicatie (andere) ac.waasland@telenet.be

vertrouwenspersoon: Inge Geers: geers.inge@skynet.be

website: <http://www.acwaasland.be/>

verplichte voorinschrijving wedstrijden via: www.atletiek.nu

altijd welkom in 'de jeugdcel/het feestcomité' voorzitter: Sofie Smet