



DGLA

Nieuwsbrief

Maart 2020

Zondag 29 maart 2020

Hallo lieve leden,

Daar zitten we dan: veel van ons zitten gedwongen thuis. Anderen zijn extra druk in de zorg. Als postbode kom ik (Wibe) veel lopers tegen. Wat een geluk dat we naar buiten kunnen en dat we kunnen lopen en sportwandelen! In deze nieuwsbrief lees je wat de coronacrisis betekent voor onze club.

Trainingen en clinics gaan niet door tot 1 juni

Alle DGLA-trainingen zijn tot 1 juni geschrapt: zowel de looptrainingen als de sportwandeltrainingen. Dat geldt ook voor de clinics en de competities. Ook de Roze Loop gaat niet door. De veiling wordt verschoven naar het najaar. We hopen dat het DGLA-rondje eind juni wél doorgaat, maar dat is nu nog niet duidelijk. Ook is nog niet duidelijk of de Pride Run kan doorgaan.

Trainingschema voor lopers

Maar gelukkig kunnen we wel blijven lopen! Vanaf maandag 30 maart krijgen alle lopers elke week een DGLA-trainingschema, speciaal opgesteld door trainer Sisca. Daarmee kun je twee dagen per week zelf trainen: een intervaltraining en een duurlooptraining. We doen dit 9 weken lang tot 1 juni. We hopen dat jullie lekker blijven lopen. Volg wel de adviezen van de overheid: houd 1,5 meter afstand en loop zoveel mogelijk alleen.

Korte baan-atleten

Heb je behoefte aan een aangepast schema als korte baan-atleet? Laat het ons weten, dan maakt Sisca voor jou een ander trainingschema.

Sportwandelaars: blijf wandelen!

Via de Whatsappgroep voor sportwandelaars zal trainer Karen regelmatig een wandeling in de groep zetten. De eerste wandeling - 12 km door de Rivierenbuurt - is inmiddels gelopen door twee sportwandelaars. Ook nu geldt het advies: houd 1,5 meter afstand tijdens het wandelen en loop alleen of in duo's.

Whatsapp: zit je al in een groep?

DGLA heeft 5 Whatsapp-groepen. Zit je nog niet in een Whatsapp-groep en wil je toegevoegd worden? Stuur een berichtje naar dgl.a.atletiek@gmail.com. Dan regelen we dit meteen! Een groot deel van de informele communicatie bij DGLA vindt plaats via deze groepen. Belangrijke berichten stuurt het bestuur uiteraard via de mail.

Dit zijn de 5 DGLA-Whatsapp-groepen

1. Woensdag-borrelgroep voor mannen
2. Whatsapp-groep voor vrouwen
3. Whatsapp-groep voor de lopers op vrijdag
4. Sportwandelaars op woensdag
5. DGLA weekend Bremen oktober 2020.

Digitale borrels

Een uniek moment afgelopen woensdag: zowel de mannenborrel als de vrouwenborrel ging gewoon door. Nee niet live maar digitaal via de app Zoom. Een fijne manier om toch contact met elkaar te houden. Wil je ook meeborrelen? Stuur een mail naar het bestuur en wij regelen dat je een link krijgt.



Gevolgen financiën en contributie 2020

Is het nodig om contributie terug te storten als leden een kwartaal niet kunnen trainen? Als bestuur hebben we hier afgelopen week over vergaderd. De Atletiekunie adviseert om dit nog niet te doen. Wij volgen dat advies. We weten immers niet hoe lang het gaat duren en of we als DGLA bijvoorbeeld de baanhuur moeten doorbetalen. We wachten tot de corona-crisis onder controle is en we goed inzicht hebben op de financiële gevolgen voor DGLA.

DGLA-kalender 2020

- april en mei: clinics: GAAN NIET DOOR
- 26 april: Roze loop: GAAT NIET DOOR
- 3 mei: Veiling WORDT VERPLAATST
- competitie in het voorjaar: GAAT NIET DOOR
- 27 juni: rondje Oost
- 27 juli: Pride in the Park, Amsterdam
- 2 augustus: Pride Run
- 28-30 augustus: Trainingsweekend Haarlem
- 4 oktober: Bremen Marathon weekend

Alle leden: sterkte in deze coronatijd!

DGLA-bestuur:

Annemies Gort (voorzitter)

Eric de Rouw (penningmeester)

Wibe van Gent (secretaris)

Angelique Toonen

Robert Klaasen

mail ons op dgla.atletiek@gmail.com

check ons op [facebook](#), [instagram](#) of onze [website](#)