



Van het bestuur

In nieuwsbrief nummer 5 meldden we dat onze vice-voorzitter Jacqueline het dusdanig goed maakte dat ze het ziekenhuis mocht verlaten. Inmiddels gaat het zo goed met haar, dat ze alweer op de baan gesignaleerd is! Met dank aan Cindy konden haar trainingen op de maandagavond gewoon doorgaan en inmiddels pakt ze zelf weer de draad op. Over trainingen gesproken. De vakantieperiode komt eraan. Dit betekent met name voor de pupillen en junioren een aangepast trainingschema. Hierover lees je meer verderop in deze nieuwsbrief. Er staat nog een aantal leuke activiteiten op het programma, maar op 20 juli gaan de trainers even in de 'ruststand' om de batterij op te laden voor de tweede helft van het seizoen. Voor nu wensen wij iedereen een heel fijne vakantie!

Isala'96 activiteiten

Voordat de vakantie begint, aan het einde van de vakantie én na de vakantie staat nog een aantal leuke activiteiten op het programma.

Run Bike Run

Op donderdag 4 juli klinkt om 19:00 uur het startschot voor de traditionele Run Bike Run. Het concept is eenvoudig: met twee personen leg je een route af van ongeveer 12 kilometer. De een fietst, de andere rent. Je mag zo vaak als je wilt wisselen. Er zijn lekkere prijzen te verdienen!

Prutloop

Niet weg te denken van de Isala-kaledier: de Prutloop. Dit jaar is de Prutloop op donderdag 29 augustus.

Coopertest

De coopertest is een mooi meetmoment om te kijken hoe je ervoor staat. De eerstkomende coopertest is op donderdag 12 september. Deelname staat open voor junioren, senioren en masters. Wil jij weten welke afstand je kan afleggen in 12 minuten? Zorg dat je erbij bent!

Clubkampioenschappen

Noteer ook alvast 27 en 28 september in de agenda. Dat is namelijk het weekend van de clubkampioenschappen!

Vakantieperiode

De trainingen liggen in de basis tijdens de schoolvakantie - van 22 juli tot 2 september - stil voor pupillen en junioren. Mocht hiervan afgeweken worden, dan zal de trainer dit meedelen aan de groep. Ook de maandag jeugdlooptgroep traint niet tijdens de schoolvakantie. Bij de looptgroepen gaan de trainingen in principe gewoon door, zo niet dan laat de trainer dit weten.

Vrienden van Isala'96

Het heeft even geduurd, maar er is nu een mogelijkheid op de website gecreëerd waar 'vrienden van Isala'96' een vrijwillige donatie voor de club kunnen doen. Informaite over 'vrienden van Isala' en de QR-code die je kan scannen om een donatie te doen vind je hier.

Pupillen en junioren kamp

Van 12 tot en met 14 juli vindt het Isala'96 pupillen en junioren kamp plaats. Deze keer wordt het kamp niet op de baan gehouden maar in Hattem.. Naast dat er geslapen wordt (dat is de bedoeling althans) staan leuke, uitdagende activiteiten op het programma. Wij wensen alle deelnemers - **het zijn er maar liefst 90** - veel plezier!

Framerunning

Samen met de trainers van de VB-atletengroep onderzoeken we of we het 'framerunning' kunnen toevoegen aan het aanbod van onze vereniging. Frame Running is een para-atletiek sport waarbij de atleet met een running frame op een atletiekbaan verschillende afstanden loopt of rent. Een running frame is een driewielig loopframe zonder pedalen en met een borststeun en stuur. Kinderen en volwassenen met een lichamelijke beperking kunnen zich hiermee voortbewegen door te lopen of te rennen. Heb je een vraag over framerunning of ken je iemand die mogelijk geïnteresseerd is in deze tak van sport? Laat het ons weten!

Terugblik

De afgelopen weken zijn meerdere atleten in actie gekomen bij verschillende wedstrijden. Mooi om te zien dat in alle gelederen van de club actief wordt deelgenomen aan wedstrijden. Een korte terugblik:

NK U18

Prachtige medailles van Lars (zilver op hink stap sprong) en Hugo (brons op 400mH) en mooie prestaties op verschillende onderdelen van Julynn en Naëll.

Special Olympics

Alle Isala atleten hebben één of meerdere medailles gehaald. Goudhaantje was Wijnold met 2x goud en 1x zilver. Symon en Nathan behaalden beide 2x goud, Anco ging met 1x goud naar huis en Cheyenne liep ondanks een vervelende blessure, op haar onderdelen naar 2x zilver en 1x brons.

Mini Olympiade Pápa

Maar liefst 30 Isala'96 junioren hebben deelgenomen aan de Mini Olympiade in partnerstad Pápa, Hongarije. Naast dat het weekend super gezellig was, werd er ook nog goed gepresteerd en zo ging er heel wat eremetaal mee naar Kampen.

Senioren competitie

Inmiddels behoren de drie clubcompetitie dagen tot het verleden. De damesploeg kwam uit in de tweede divisie. Ondanks dat het team enigszins gehavend was, wisten ze zich te handhaven en komen in 2025 wederom uit in de 2e divisie. De herenploeg kwam uit in de 3e divisie. Op enkele punten na hebben ze de promotie-degradatie wedstrijd misgelopen. Dit betekent dat ze nog een jaartje in de 3e divisie uitkomen. De prestatie van Lars tijdens de competitie viel extra op. Op het onderdeel hoogspringen evenaarde hij het Kamper record van opa Reinier. Voor het eerst ging Lars over 1,95 meter! Hij liet de lat daarna op 2.04 meter leggen, de limiet voor deelname aan het EK U18. Ondanks dat twee van de drie sprongen bijna goed waren, lukte het nèt niet om deze hoogte te bedwingen. Toch tevreden met zijn PR verliet Lars de hoogspring arena.

NK senioren

Dit weekend vond in het FBK stadion in Hengelo het NK senioren plaats. Namens Isala'96 stonde n Naëll Huijsmans en Hugo Visser aan de start. Naëll liep de 400 meter en eindigde met een tijd van 61.16 sec. op een keurige 21e plaats. Hugo liep een geweldige 400mH race, Hij werd 13e van Nederland in een persoonlijk record van 56.69 sec.

Looptgroepen

Ook de atleten uit de looptgroepen kwamen de afgelopen weken in actie, onder andere bij de Slachtemarathon en Schoklandloop.

Ouder-Kind training

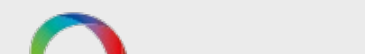
De onlangs gehouden Ouder-Kind trainingen waren een groot succes. Ondanks dat het Nederlands elftal op de dinsdag moest spelen, kwamen er zo'n 15 ouders af op de pupillentraining. Donderdag waren er maar liefst rond de 50 ouders die met hun kroost meetrainden. Deze Ouder-Kind training krijgt zeker een vervolg!



Looptips

13 juli Kolkloop, Blokzijl
13 juli Singelloop, Hollandscheveld
20 juni Run Bike Run, Kampen
27 juli Otterlo Trailrun, Otterlo
29 juli Vrieling Varia Run, Dedemsvaart
21 aug 4 Mijl van Staphorst
29 aug Prutloop, Kampen
3 sept Hulckesteijnloop, Zeewolde
7 sept Plinq Loopfestijn, Dalfsen
12 sept Coopertest, Kampen
13 sept Landgoed Morren Run, Oosterwolde
27/28 sept Clubkampioenschappen, Kampen

SPONSOREN



Vakantietraining

De trainingen liggen in de basis tijdens de schoolvakantie - van 22 juli tot 2 september - stil voor pupillen en junioren. Ook de maandag jeugdlooptgroep traint niet tijdens de schoolvakantie. Bij de looptgroepen gaan de trainingen in principe gewoon door, zo niet dan laat de trainer dit weten.



E-MAIL BESTUUR

bestuur@avisala96.nl



Deze e-mail is verstuurd aan [{{email}}](#). • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich hier afmelden. • Voor een goede ontvangst voegt u nieuwsbrief@avisala96.nl toe aan uw adresboek.

