

Een keer meetraining?

Zin om eens mee te trainen? Kom gerust eens langs. Belangstellenden kunnen de eerste maand gratis en vrijblijvend meetraining om te kijken of atletiekvereniging Pallas'67 ook iets voor ze is.

Neem ook eens een kijkje op www.pallas67.nl

Meer weten?

Op onze website www.pallas67.nl staat alle informatie: actuele adressen en telefoonnummers van trainers, ledenadministratie, wedstrijdsecretariaat, bestuursleden, contactpersonen van de diverse commissies, etc. Bovendien vindt u hier de wedstrijdkalender, clubrecords, uitslagen, foto's, nieuws en de agenda.

Ook is lid worden van Pallas'67 mogelijk via de website.

Contributie

Jeugd	€ 90,00
Volwassenen	€ 105,00
Bosgroep	€ 47,50

Nieuwe leden betalen eenmalig inschrijfkosten van € 7,50 (bedragen voor het jaar 2008, incl. Atletiekunie contributie).

Accommodatie

Sportpark de Bongerd
Bornsesteeg 2
6708 PE Wageningen

Secretariaat

postadres: Bornsesteeg 2, 6708 PE Wageningen
website: www.pallas67.nl
e-mail: secretaris@pallas67.nl



Atletiek in Wageningen

natuurlijk bij Pallas '67

AV Pallas '67



Wageningen

Welkom

De Wageningen atletiekvereniging Pallas'67 is op 1 april 1967 opgericht. De vereniging is aangesloten bij de Atletiekunie (KNAU), staat open voor leden van 6 jaar en ouder en wil haar leden zo breed mogelijk atletiek aanbieden. Pallas verwelkomt recreatief ingestelde sporters, maar ook de meer prestatiegerichten.

Leeftijdsindeling

De atletiek kent pupillen, junioren, senioren en masters. Ze worden ingedeeld in leeftijdscategorieën volgens geboortjaar.

De onderverdeling is als volgt:

Pupillen

Pupillen mini	- 6 en 7 jaar
Pupillen C	- 8 jaar
Pupillen B	- 9 jaar
Pupillen A	- 10 en 11 jaar

Junioren

Junioren D	- 12 en 13 jaar
Junioren C	- 14 en 15 jaar
Junioren B	- 16 en 17 jaar
Junioren A	- 18 en 19 jaar

Volwassenen

Senioren	- 20 tot en met 34 jaar
Masters	- 35 jaar en ouder

Gezelligheid

Plezier beleven is het belangrijkste aan sport, en dus ook aan atletiek. De sfeer op de trainingen op de baan en in het bos is goed; buiten de trainingen worden er regelmatig dingen samen gedaan. Pallas'67 kent een bloeiend verenigingsleven, met buiten de trainingen en de wedstrijden talloze andere activiteiten voor jeugd en volwassenen, die worden voorbereid en georganiseerd door commissies van Pallasleden.

Trainingen

Pallas'67 biedt de leden trainingen met gekwalificeerde trainers.

Voor **volwassenen** zijn er drie categorieën trainingen:

1. Technische trainingen. Hier worden de sprintnummers tot 400m getraind, en hordenlopen, discus- en speerwerpen, kogelstoten, ver- en hoogspringen.
2. Looptrainingen. Deze zijn op of vanaf de atletiekbaan op de Bongerd. Pallas heeft de volgende groepen: Basisgroep, Half-negengroep, Middengroep (5-21 km), twee Wedstrijdgroepen (een tot 15 km, een daarboven), en de Bosgroep.
3. Bostraining. De Bosgroep verzamelt zich op zaterdagochtend in het bos om daar te lopen. Daar wordt ook loopscholing gegeven.

Jeugdleden hebben hun eigen trainingen en trainers, die de kinderen zo breed mogelijk laten kennismaken met veel onderdelen van de atletiek.

De pupillen trainen op maandag- en woensdagmiddag, in de zomer op de baan, in de winter één keer in de zaal.

Ook de D-junioren en de recreatieve groep A-, B- en C-junioren hebben hun trainingen op maandag en woensdag.

De wedstrijdgroep A-, B- en C-junioren traint daarbij ook op donderdag. Vanaf de A-pupillen kunnen jeugdleden meedoen met een bostraining op zaterdagochtend.

Kijk voor de precieze trainingstijden op www.pallas67.nl.

Trainingstijden

Op onze website www.pallas67.nl staat alle informatie: actuele adressen en telefoonnummers van trainers, leden-administratie, wedstrijdsecretariaat, bestuursleden, contactpersonen van de diverse commissies, etc. Bovendien vindt u hier de wedstrijdkalender, clubrecords, uitslagen, foto's, nieuws en de agenda.

Ook is lid worden van Pallas'67 mogelijk via de website.