



>> HARDLOPEN

>> SPORTIEF WANDELEN // NORDIC WALKING

>> BAANATLETIEK

**KOM
KENNIS
MAKEN**

De eerste 3 weken
kun je **gratis** deelnemen
aan een training
naar keuze!

VOOR EEN SPORTIEF GEVOEL!

Samen trainen in clubverband
werkt motiverend!

gecertificeerde trainers / meerdere trainingen
per week / groepen op verschillende niveaus
goede sociale sfeer / diverse clubevenementen

ATLETIEK MAASTRICHT IS EEN VAN MAASTRICHTS GROOTSTE SPORTVERENIGINGEN.

ZE BIEDT ACTIVITEITEN VOOR DIVERSE DOELGROEPEN:

HARDLOPEN

De recreatieve hardlopers kunnen vijf dagen per week (overdag en 's avonds) trainen met duurlopen en intervaltrainingen. De trainingen worden op alle niveaus aangeboden. Beginners kunnen via "Samen leren hardlopen" kennismaken. Jaarlijks organiseren we een clubcross, de ENCI-bergloop en de Treechloop en zijn we als club partner bij diverse (sport)evenementen.

WANDELSPORT

De afdeling wandelsport biedt vijf dagen per week twee soorten wandel-trainingen aan: Sportief wandelen en Nordic walking. We organiseren ieder jaar open dagen met een 3-weeks Wandelfit-programma, mogelijk als voorbereiding van de avondvierdaagse in het voorjaar en de Jekerdalmarathon in het najaar. Ook zijn er regelmatig klaverbladwandelingen op zondag. Meer informatie op onze website.

BAANATLETIEK

Baanatletiek voor de jeugd vanaf 7 jaar en volwassenen. Baan-atletiek kent de disciplines lopen (sprint, horden, middenlange en lange afstanden), springen (verspringen, hoogspringen en polsstok-hoogspringen), werpen (kogelstoten, kogelslingeren, discuswerpen en speerwerpen) en meerkamp (alle onderdelen). AM-atleten doen mee aan competities voor teams en aan indivi-duele wedstrijden, enkelen tot op nationaal en internationaal niveau.

BIJZONDERE DOELGROEPEN

Op donderdagavond trainen de verstandelijk beperkte sporters oftewel VB-sporters. Zij vormen een actieve club binnen de vereniging. Studenten zijn lid van Atletiek Maastricht via de studentenatletiekvereniging UROS. Zij hebben eigen trainings-groepen. Studenten kunnen echter ook meedoen aan de reguliere trainingen van Atletiek Maastricht.

LOCATIE

Alle activiteiten vinden plaats op of starten op de atletiekbaan van sportpark Jekerdal aan de Mergelweg waar zich ook het recent opgeknapte en gemoderniseerde sportcafé bevindt. De hardlopers en wandelaars maken vooral gebruik van het prachtige natuurgebied op de St. Pietersberg en in het Jekerdal. Ook het Maasdal en het Albertkanaal zijn geliefde bestemmingen.

INFORMATIE

Kijk voor meer informatie op onze website:



> VOLG ONS <

WWW.ATLETIEKMAASTRICHT.NL