

# VOORJAAR 2026

## Webinars & workshops

georganiseerd door de Klim- en Bergsportfederatie ism Atletiek Vlaanderen

Maandag 2 februari om 20u – Webinar: [Trainingsopbouw en periodisering](#)

Zaterdag 7 februari om 9u – Workshop: [Kracht in Leuven](#)

Maandag 30 maart om 20u – Webinar: [Trailrunnen in een veranderend berglandschap](#)

Woensdag 13 mei om 20u – Webinar: [Train en eet volgens je cyclus](#)

## Trainingsmomenten trail- en skyrunning (gratis)

Woensdag 21 april om 9u30 – [Training skyrunning in Marche-les-Dames](#) (Ardennen)

## Voorjaarsstage 4-6 april 2026 in Stoumont – open voor startende en meer ervaren trailrunners

Samen met coach Aron Verhaeghe organiseert de KBF een 3-daagse stage in de Ardennen waarin ze ingaan op training, looptechniek, voeding en veel andere aspecten. De regio van Stoumont biedt heel wat mogelijkheden en is ook gewoon prachtig om te vertoeven. Er worden 2 niveaugroepen voorzien.

Inschrijven kan [via deze link](#).

## Trailrunstage 31 juli-4 augustus in het Wipptal, Tirol – open voor ervaren trailrunners die de stap naar de bergen willen zetten

Tijdens deze trailrunningweek leer je niet alleen hoe je efficiënt bergop en veilig bergaf loopt – je ontdekt ook de kunst van trailrunning als een totaalervaring. Tussen krachtige beklimmingen, technische afdalingen en rustige momenten in de natuur leer je je lichaam beter begrijpen en de Alpen met al je zintuigen te ervaren.

Inschrijven kan [via deze link](#).



*Een samenwerking tussen  
de Klim- en Bergsportfederatie  
en Atletiek Vlaanderen*