

Afz.: H. Verplancke  
Passtraat 352  
9100 Sint-Niklaas

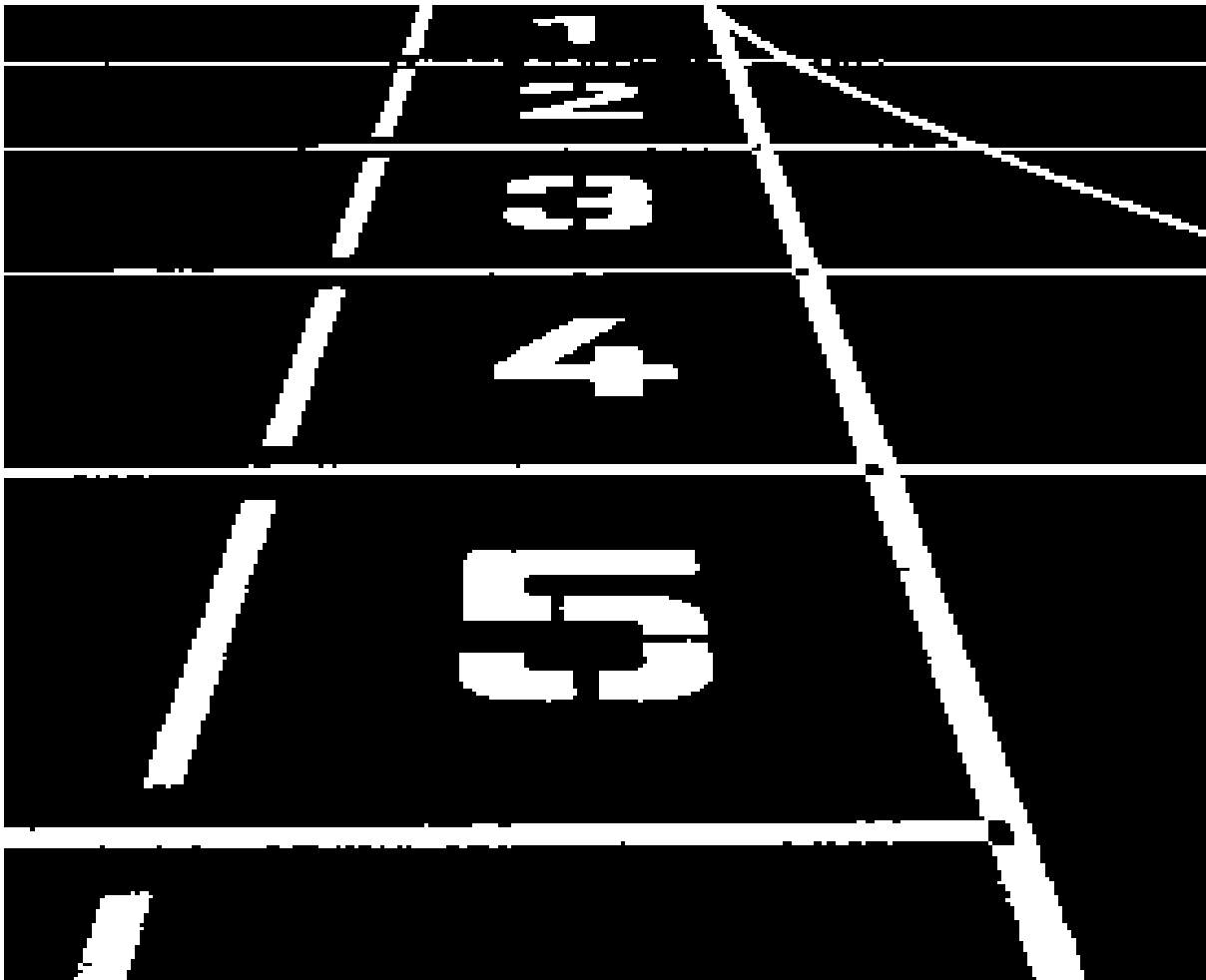
Tweemaandelijks tijdschrift P916975  
Afgiftekantoor 9100 Sint-Niklaas  
Februari - Maart 2017



PB-PP  
BELGIE(N) - BELGIQUE

# WALO

W A S E L O P E R S



36<sup>e</sup> jaargang

v.u.: Rik Dhollander, Vrasenestraat 62, 9100 Nieuwkerken, 03 776 85 02

## Architecture

*gardens by Kristof Swinnen*



[www.kristofswinnen.be](http://www.kristofswinnen.be)

## Begravenissen - Rouwcentrum

**VAN DE VELDE DIRK**

Ten Bos 12  
9100 Nieuwkerken  
Tel. : 03 777 19 49

Marktplein 73  
9130 Kieldrecht  
Tel. : 03 773 30 02

Stijlvol verzorgde diensten met ceremoniebegeleiding.  
Voorafregeling uitvaart  
Corona uitvaartverzekeringen

Rouwcentra in Kieldrecht en Nieuwkerken.  
Zaal voor koffietafels

E-mail: [uitvaart@vandeveldedirk.be](mailto:uitvaart@vandeveldedirk.be)  
Website: [www.vandeveldedirk.be](http://www.vandeveldedirk.be)

## Grafzerken

Wij zijn gespecialiseerd in het plaatsen  
en onderhouden van grafmonumenten.

Een grafmonument is een persoonlijke keuze  
van de nabestaanden. Bij dit monument kan men  
tot rust komen en de herinneringen bovenhalen.

Voor meer informatie over alle mogelijkheden kan u  
steeds met ons contact op nemen.  
Dit is uiteraard vrijblijvend

# **BUROTEC**

## **MFP - Copier - Fax - Printers**

**Nieuwe Molenstraat 70 - 9100 Sint-Niklaas**

**Tel. : 03 766 25 10 - Fax : 03 766 65 78**

**e-mail : [info@burotec.be](mailto:info@burotec.be)**

# **[www.burotec.be](http://www.burotec.be)**

## Het eerste woord is aan de voorzitter.

---



Beste Walo's,

Nieuwkerken-Waas, 07/02/2017

Nieuwjaar is voorbij en ook onze nieuwjaarsreceptie behoort alweer tot het verleden. Zonder meer, behoorlijke opkomst. En goed dat Walter, die veel meer muzikaal talent heeft dan hij zelf vermoedt, samen met ritmisch wonder Johan, een opmerkelijke klasseflits ten beste bracht. Het niveau van de avond kreeg daarmee nog een extra boost. Goed dat we in het oud gemeentehuis van Nieuwkerken terecht kunnen. Het mooie interieur ademt geschiedenis uit en roept zeker voor de (beperkt aanwezige) Nieuwkerkenaren nostalgische gevoelens op. De nieuwelingen op onze receptie konden genieten van een rondleiding in de kelderruimten van het gemeentehuis en even een rilling over zich laten gaan bij een vluchtige blik in 'den bak'.

Met onze als steeds goed verzorgde receptie is ook het sportieve jaar alweer van start geschoten. Voorlopig komen de crossers onder ons met volle teugen aan hun trekken. Nog een goede maand en het kampioenschap in Berendrecht komt eraan. Goed om weten is wel dat elk bij het AVVV aangesloten lid mag deelnemen. Om op het podium te komen, moet men evenwel minstens 5 crossen in het huidige seizoen op zijn actief hebben. Met kleppers als Herman, Patrick, Jozef, Paul, Frederic, Irina, Melissa en André moet dit laatste zeker lukken. Met gevaar enkele banbliksems op te lopen, vergeet ik er nog wel enkelen,

Ook onze jongeren zullen zich zeker niet onbetuigd laten.

Op 18 februari volgt dan alweer onze eigen Sterloop. Wij hopen op een ruime opkomst ook en vooral van onze eigen leden. Eigenlijk moeten die massaal aanwezig zijn. Want ge weet, die van over 't water weten de weg naar het Waasland moeilijk te vinden.

Ondertussen trekken onze maandag- en woensdagavondtrainingen behoorlijk wat volk. Wie er nog niet heen kwam, moet het zeker eens proberen. We hebben voor elk wat wils, op het sportieve vlak en op het terrein van de horeca. Eenieder kan kiezen tussen een snellere of wat tragere training. Na afloop is er douchegelegenheid en wie er dan nog niet genoeg van heeft, kan zowel in Nieuwkerken als op 't Ster nog een pint of ander lekkers drinken.

En voor de mannen van de Tournée Minerale zetten we alvast een frisse cola klaar.

Ondertussen wens ik aan al onze leden nog veel loopse pret.

Rik Dhollander

## COLOFON

### Bestuur WALO:

Rik Dhollander, Voorzitter,  
rikdhollander@msn.com  
0474/20.14.19-03/776.85.02

Jean-Pierre Verbraeken,  
jean-pierre.verbraeken@telenet.be  
0479/91.73.33

Patrick Bogaert,  
patrick.bogaert@telenet.be  
03/766.43.06

Walter Senaeve,  
walter.senaeve@telenet.be  
0485/39.11.36

Hans Van Havermaet,  
hans\_van\_havermaet@hotmail.com  
0490/44.98.83

Herman Verplancke,  
hermanverplancke@hotmail.com  
0485/38.19.26

Bankrekeningnummer:  
BE68 6526 5016 6834  
WALO Dhollander

WALO-Jeugd:  
Andre Martens,  
amarten10@outlook.com  
03/775.12.91

Website:  
www.walo.tk

Facebook:  
WALO volwassenen  
WALO jeugd

WALO-kledij (Bij Hans):  
singlets: 30 EUR – wintertruien (lange mouw): 40 EUR  
trainingsvestje: 40 EUR

Lidgelden WALO:  
voor 2017: 35 EUR, 3<sup>e</sup> gezinslid: 10 EUR korting  
→nieuw lid betaalt 40 EUR,  
na 30/09/17 betaal je 45 EUR (lid tot eind 2018)  
kansenas: 15 EUR korting (geen cumul van kortingen)

Advertenties:  
1/8 blz: 50 EUR, 1/4 blz 80 EUR, 1/2 blz 120 EUR

WALO redactie:  
Bijdragen (ideale lengte 1 blz.), foto's, advertenties  
sturen naar WALOredactie@hotmail.com

## Inhoud:

Voorwoord	p. 3
Mededelingen	p. 5
Reigersnest, Walo-weekend	p. 6
Meilooop	p. 7
Nieuwjaarscorrida	p. 8
Nieuwjaarsreceptie	p. 9
Uitslagen KAVVV-wedstrijden	p. 10
Uitslagen niet-KAVVV-wedstrijden	p. 13
Overwinteren in Barcelona	p. 14
Puntentabel	p. 15
De 250 <sup>ste</sup>	p. 18
Joakim Van Gasse Verkeersveiligheid	p. 21
Lopen bij -15, goed GEK?	p. 23
Interview Veerle Dejaeghere	p. 24
Jeugdverslagen	p. 27
Jeugdmededelingen	p. 31
Punten jeugd	p. 32
Walo in de kijker	p. 33
KAVVV-kalender	p. 34
Kalender niet-KAVVV	p. 35

# Mededelingen WALO, 07/02/17

## **Kledij:**

Ter gelegenheid van ons 35 jaar bestaan konden onze leden een nieuwe trainingsvest kopen aan absolute gunstprijs. Vermits WALO ter gelegenheid van haar jubileum €25 bijlegde kostte een vest slechts €25. Een bijpassende broek kon gekocht worden voor €30.

Het moet gezegd, er werd massaal ingetekend op dit aanbod.

Maar gelukkig, onze clubkas heeft het overleefd.

Vanaf 1 januari kost de vest wel de normale prijs van €50 en de broek van €40.

Onze singletjes kunnen nog steeds aangekocht worden voor €30.

Voor bestelling, één adres: Hans!

## **De lidgelden blijven onveranderd!**

De lidgelden zijn nu wel ongeveer allemaal betaald. 165 leden hernieuwden tot nu toe hun lidmaatschap. Enkele onverbeterlijke telatkomers, komen nog wel over de schreef!

## **Walo-on-Tour**

We kiezen met enig voorbehoud voor de bestemmingen en data van 2016

Woensdag 31 mei, met Herman in Bazel

Woensdag 5 juli, met Francine en Albert in St-Gillis

Woensdag 2 augustus, met Hans in Waasmunster

Woensdag 30 auguastus, met Rik in Nieuwkerken.

**Buitenlandse reis:**                      **op zondag 15 of 29 oktober.**                      Naar Nederland!

## **Dag van WALO, zaterdag 11 november**

**Nieuwjaarscorrida 2017**                      op zaterdag 30 december:

**Nieuwjaarsreceptie**                      op zaterdag 21 jan.                      In het oud gemeentehuis in Nieuwkerken.

Hapjes en drank werden uitgebreid voorzien en vielen zeker in de smaak.

Volgend jaar terug op een vrijdagavond! **19 januari 2018**

## **Walo-weekend 2017**

We mikken terug op de kust. We gaan naar 'Reigersnest', het huis van de gezinsbond in Koksijde. Dit is een zusterhuis van Bosberg. **Van 12 tot 14 mei.**

Wie wenst mee te gaan, laat dit zo vlug mogelijk weten.

### **WALO-kalender**

zaterdag 18 februari 2017  
maandag 01 mei  
vrijdag 12 – zondag 14 mei  
zondag 9 juli  
zondag 6 augustus  
zaterdag 30 september  
zaterdag 11 november  
zaterdag 30 december

### **seizoen 2016-17:**

Stercross  
Meiloo van WALO  
Weekend Koksijde  
Pistewedstrijd WALO  
Pistewedstrijd WALO  
Aflossing WALO  
Dag van WALO  
Nieuwjaarscorrida

# Reigersnest 2017 WALOWEEKEND 12 tot 14 mei



## Vakantieoord "Reigersnest"

Prins Boudewijnlaan 39, 8670 Koksijde

Het 'Reigersnest' biedt een waaier van interessante recreatiemogelijkheden waar wij in gezamenlijk overleg gebruik van maken:

ontspanningsruimte met verschillende pingpongtafels. Breng wel zelf paletten en balletjes mee.

mogelijkheid tot fietsenverhuur

Er is een stedelijk zwembad in de onmiddellijke buurt.

Er is vooral het strand, de duinen en de zee. Met eindeloze mogelijkheden voor lopen en wandelen.

## De kostprijs voor volpension :

Lakens en verblijfstaks zijn inbegrepen	<u>14j en +</u>	<u>3-6j</u>	<u>7-13j</u>	<u>0-2j</u>
Handdoeken zelf meebrengen	€120	€60	€85	€0

## WALO-leden krijgen korting:

€10 Alle leden van Walo en alle kinderen

€25 aan eind vorig seizoen minstens 50 punten of: 15 of meer dozen truffels verkocht  
geen optelling van kortingen!!

## Ontmoeting:

Vrijdagavond check-in vanaf 16.00 u

Wij eten gezamenlijk om 18 à 19.00 u.

De vegetariërs worden op hun wenken bediend!

We blijven tot zondagmiddag in Bosberg (met middagmaal)

## Fietsen:

De fietsers vertrekken om 11.00 u bij Rik thuis.

Er wordt in 2 groepen gefietst, één wat sneller, één wat trager.

Francine en Christel zorgen voor een stopplaats in de gekende café aan het Leopoldkanaal.

## Programma:

Op vrijdagavond plannen we een eerste wandeling

Zaterdagmorgen om 9.00 u botsbal of fitness, om 10.15 u lopen.

Op zaterdagnamiddag plannen we een groepsactiviteit (??)

Er zijn ter plaatse fietsen beschikbaar.

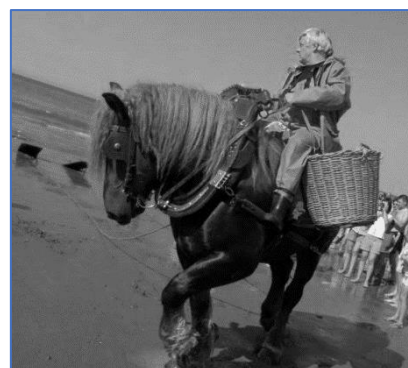
Zaterdagavond quiz met Hans.

Zondagmorgen om 9.30 u lopen, om 10.45 u golf of petanque.

In de namiddag wandelen naar een cafeetje in de buurt, dit voor de achterblijvers.

## Opmerking:

Laat zo vlug mogelijk weten of je mee gaat. Een maand op voorhand moeten we het aantal deelnemers laten weten.



# MEI-loop WALO

## Programma en reeksen:

13.45 u	Jeugdreeksen	benj.	450 m
		pup.	675 m
		min.	900 m
14.15 u	Dam & Her	Kad, Sch, Jun, Sen, Mas	5 km
15.00 u	Dam & Her	Kad, Sch, Jun, Sen, Mas	10 km

- Inschrijvingen: Polyvalente zaal, Gijsselstraat, Nieuwkerken, vanaf 12.45 u
 

jeugd	€ 2,5
vanaf kadet	€ 5
leden KAVVV	gratis
- Naturaprijzen: voor alle deelnemers
- Omkleden en stortbaden: Sporthal, Gijsselstraat, Nieuwkerken
- Verzorging: De Wase Hulpdienst

Na afloop is er een aanwezigheidsstombola met onder meer een **BALLONVAART**



**Wij rekenen op een talrijke aanwezigheid van onze leden!!**



## Nieuwjaarscorrida 18 december 2016

Deze editie zal door de datumperikelen een tijdje in het geheugen blijven hangen. Nadat Stekene de handdoek had geworpen, was WALO er als de kippen bij om deze interessante datum in te pikken. Deze zondag was de laatste zondag van 2016 voor de feestdagen. Tevens hoopten we op deze manier de Wase lopers richting Nieuwkerken te lokken. Een nieuw parcours werd uitgetekend zodat een perfecte 5 en 10 km aangeboden kon worden. Er werd ook propaganda gevoerd. Affiches, facebook-event, aankondiging in de Rondon, inlichtingborden en een actie voor het goede doel. Walo was trots met zijn inspanningen en profileerde zich als een bijzonder ambitieuze club. Moeite noch kosten werden gespaard, zelfs een mooie prijzentafel werd bij elkaar gescharreld.

Dat uiteindelijk toch nog medewerkers voor de loop in Stekene bereid waren om de traditierijke wedstrijd nieuw leven in te bazen, kon ons niet deren. Vol goede moed werd de dag ingezet. De feestzaal werd heringericht tot een schitterend inschrijvingslokaal. In het vernieuwde parcours werden 2 wedstrijdbogen uitgetekend. De ballonloopboog werd met enige moeite opgezet maar zorgde toch voor een extra cachet. Ook aan de supporter werd gedacht. De ouders van de walo-jeugd zorgde voor spijs- en versnaperingen en een privé hamburgerkraam kon nog enig gaatje vullen.

De jeugdwedstrijd werd op gang gefloten en deze jonge bende kon hun energie kwijt rond de kerktoeren. Met verschillende snelheden was het dan ook een huzarenstukje voor de

scheidsrechters van dienst om een correcte uitslag vast te leggen. Proficiat heren!

De verwachte toestroom van atleten bleef uit, maar er verscheen toch een mooi aantal atleten aan de startlijn, die inderhaast nog getrokken diende te worden. De wedstrijden verliepen vlekkeloos en de uitslagen liegen nooit.

In de zaal was het een gezellige drukte en met de party-tafeltjes werd een gemoedelijke sfeer gecreëerd. Ondertussen werd het parcours met de enthousiaste vrijwilligers in een mum van tijd afgebroken. De nieuwe wedstrijdboog zorgde nog voor enige animo (zie foto).

Moe maar voldaan, werd tegen zessen de zaal opgeruimd en werden de sandwiches bovengehaald. Deze geslaagde editie werd dan ook vrolijk afgesloten.



Op de volgende, Jacques Trappist.

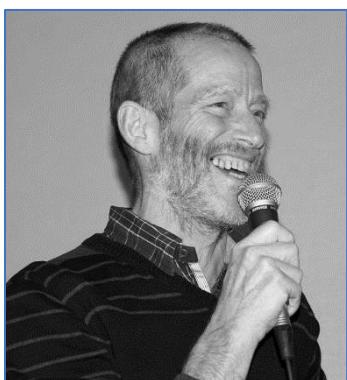




## Nieuwjaarsreceptie van Walo op zaterdag 21 januari 2017.

Wat is nu nog een dag, een week, een maand, een jaar. Voor we het goed en wel beseften was de corrida aan ons voorbij gevlogen en kwamen we weer eens in Nieuwkerken samen voor de Nieuwjaarsreceptie. In het statig oud gemeentehuis zitten we nu al enkele jaren om samen gezellig te keuvelen en uiteraard om elkaar het beste toe te wensen voor weer eens een nieuw jaar. Soms denk ik met enige nostalgie nog wel eens terug aan de recepties bij "Lieve in de poort", maar de formule die we nu hebben is een waardige vervanger. Ook nu was het een aangename, fijne avond waarbij de atleten weerom plannen gesmeed hebben om er in 2017 volop tegen aan te gaan. Ook alle activiteiten die Walo organiseert zullen onderwerp van gesprek geweest zijn.

Maar toch even nog dit: kort voor het einde van 2016 kwam het onheilspellende bericht dat ons



aller voorzitter Rik in de kliniek was opgenomen. Wat zou die voor hebben? Had hij weer eens in één andere sportdiscipline overdreven? Was hij gevallen met de fiets? Maar 't

was een rugprobleem... Als er één ding is dat mij van het begin van het nieuwe jaar zal bijblijven is zijn wonderbaarlijke genezing! Lourdes lag even in Nieuwkerken... In de kliniek was hij een figuurlijk

"dood vogeltje", op de receptie gaf hij ons een raad van vroeger: "als 't niet meer gaat, begint het pas" en nu traint en sport hij weer als daarvoor. Rik is er "ene van staal", John Massis (wie kent die nog?) is er niets tegen.

Genoeg over Rik, op de receptie konden we met zijn allen mee genieten van een bijzonder goed muzikaal duo. Walter heeft echt wel talent, goed zingen en meer dan voortreffelijk gitaar spelen is geen evidentie. Met de goede ondersteuning van Jo waren de songs die ze brachten voltreffers. Bedankt boys voor deze gesmaakte act en weet dat ik altijd manager wil zijn... Tot een volgende gelegenheid. We gaan jullie zeker nog laten terug komen!

Ook het nuttigen van een biertje viel in de smaak en dit tezamen met een knabbeltje zorgde er voor dat het snel laat was. Fijn dat jullie erbij waren. Aan iedereen het allerbeste voor de komende maanden en voor we het door hebben zal het snel 2018 zijn. Tot bij een volgende gelegenheid.

Jempi

Foto's: Marc Van Hove

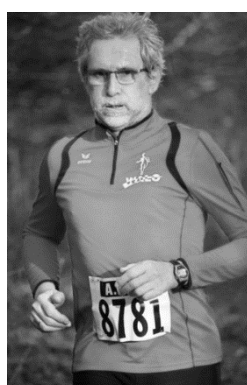
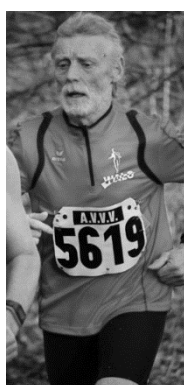


# Uitslagen KAVVV

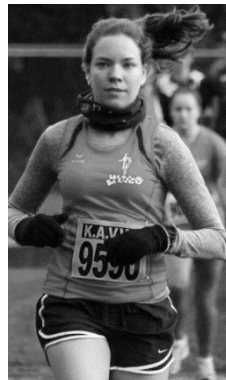
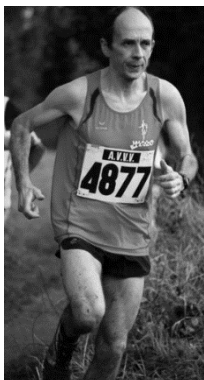
WALO, Nieuwkerken Nieuwjaars-corrída Zon 18/12/16			
5km 89dln	Melissa Van Eetvelt	21:28	Sen 1 <sup>e</sup> /9
	Annemie Leemans	23:42	M35+ 1 <sup>e</sup> /8
	Kristien Servotte	28:22	M35+ 3 <sup>e</sup> /8
	Irina Pieters	22:19	M45+ 1 <sup>e</sup> /16
	Nancy D'Hondt	24:30	M45+ 3 <sup>e</sup>
	Kristel De Souter	26:35	M45+ 5 <sup>e</sup>
	Sandrina Smet	26:43	M45+ 6 <sup>e</sup>
	Sonja Van Hul	28:45	M45+ 10 <sup>e</sup>
	Viviane Syvertsen	30:27	M55+ 5 <sup>e</sup> /6
	Hans Van Havermaet	19:14	Sen 4 <sup>e</sup> /14
	Christof Van Geeteruyen	19:19	Sen 5 <sup>e</sup>
	Yannick Rottier	23:09	Sen 7 <sup>e</sup>
	Ronny Wagenaer	19:48	M40+ 1 <sup>e</sup> /3
	Guy Van Damme	19:55	M50+ 1 <sup>e</sup> /9
	Benny Van Geeteruyen	20:07	M50+ 2 <sup>e</sup>
	André Martens	22:30	M60+ 2 <sup>e</sup> /10
	Rik Dhollander	22:56	M60+ 3 <sup>e</sup>
	Patrick Van Gysel	25:45	M60+ 6 <sup>e</sup>
	Freddy Verstichel	27:03	M60+ 8 <sup>e</sup>
	Roger Nys	26:58	M70+ 1 <sup>e</sup> /5
10km 88 dln	Veerle Hofman	43:26	M35+ 1 <sup>e</sup> /5
	Sara Wuytack	46:07	M45+ 1 <sup>e</sup> /7
	Filip Mortier	36:01	Sen 2 <sup>e</sup> /17
	Joakim Van Gasse	41:33	Sen 4 <sup>e</sup>
	Bert Foubert	41:51	Sen 6 <sup>e</sup>
	Laurens Ally	43:46	Sen 9 <sup>e</sup>
	Pieter Verbraeken	46:00	Sen 12 <sup>e</sup>
	Bart Roelant	43:50	M40+ 5 <sup>e</sup> /17
	Dirk Brynaert	35:50	M50+ 1 <sup>e</sup> /23
	Herman D'Hondt	37:48	M50+ 3 <sup>e</sup>
	Frederic Lesdanon	38:01	M50+ 4 <sup>e</sup>
	Patrick Roelandt	39:25	M50+ 6 <sup>e</sup>
	Luc Van Wolvelaer	42:18	M50+ 11 <sup>e</sup>
	Marc Bosman	42:54	M50+ 13 <sup>e</sup>
	Walter Senaeve	44:26	M50+ 14 <sup>e</sup>
	Roland Syvertsen	45:28	M50+ 16 <sup>e</sup>
	Luc Smet	48:30	M50+ 19 <sup>e</sup>
	Rudy Reynaert	58:16	M50+ 23 <sup>e</sup>
	Paul Smet	43:25	M60+ 2 <sup>e</sup> /15
	Albert Van Bunder	47:58	M60+ 8 <sup>e</sup>
Joseph Maes	51:04	M60+ 12 <sup>e</sup>	



Foto's: Marc Van Hove

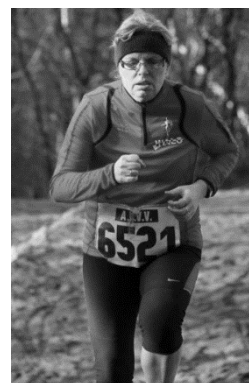
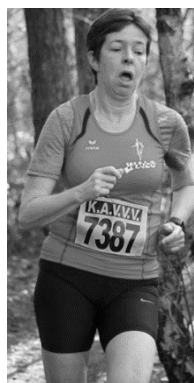
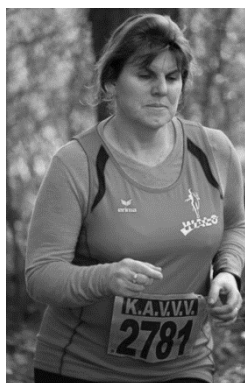


WAV Wommelgem, Sint-Elooi-cross, Zat 14/01/17			
3000m	Melissa Van Eetvelt	13:11	Sen 4 <sup>e</sup> /8
	Sara Wuytack	16:12	M45+ 5 <sup>e</sup> /11
6200m	Joakim Van Gasse	27:15	Sen 10 <sup>e</sup> /13
	Herman D'Hondt	23:00	M50+ 1 <sup>e</sup> /23
	Frederic Lesdanon	23:49	M50+ 3 <sup>e</sup>
	Guy Van Damme	25:13	M50+ 6 <sup>e</sup>
	Marc Bosman	26:32	M50+ 10 <sup>e</sup>
	Rudy Reynaert	37:44	M50+ 21 <sup>e</sup>
	André Martens	28:41	M60+ 4 <sup>e</sup> /22
	Herman Verplancke	29:38	M60+ 7 <sup>e</sup>
	Albert Van Bunder	29:52	M60+ 8 <sup>e</sup>
	Roger Nys	35:41	M60+ 17 <sup>e</sup>



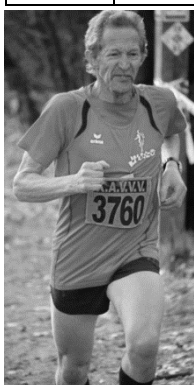
LVL Fotografie, Wommelgem

AVI Wilrijk, 16 <sup>e</sup> Geitencross, Zat 21/01/17			
3000m	Kristel De Souter	17:11	M45+ 2 <sup>e</sup> /12
	Sandrina Smet	18:01	M45+ 5 <sup>e</sup>
	Sonja Van Hul	19:06	M45+ 10 <sup>e</sup>
6000m	Hans Van Havermaet	23:48	Sen 6 <sup>e</sup> /17
	Christof Van Geeteruyen	24:37	Sen 10 <sup>e</sup>
	Bruno Wittock	26:45	Sen 14 <sup>e</sup>
	Frederic Lesdanon	23:44	Mas50+ 4 <sup>e</sup> /20
	Guy Van Damme	25:06	Mas50+ 6 <sup>e</sup>
	Rudy Reynaert	37:47	Mas50+ 20 <sup>e</sup>
	Paul Smet	26:50	Mas60+ 1 <sup>e</sup> /19
	André Martens	28:02	Mas60+ 3 <sup>e</sup>
	Albert Van Bunder	30:21	Mas60+ 8 <sup>e</sup>



LVL fotografie, Rijkevorsel

ACR Rijkevorsel, Veldloop, Zat. 28/01/17			
3070m	Melissa Van Eetvelt	13:03	Sen 7 <sup>e</sup> /22
	Kristien Servotte	17:53	M35+ 11 <sup>e</sup> /18
	Nancy D'Hondt	15:49	M45+ 9 <sup>e</sup> /27
	Kristel De Souter	17:19	M45+ 15 <sup>e</sup>
	Sandrina Smet	17:29	M45+ 16 <sup>e</sup>
	Sonja Van Hul	18:49	M45+ 22 <sup>e</sup>
6140m	Hans Van Havermaet	25:17	Sen 13 <sup>e</sup> /28
	Christof Van Geeteruyen	26:23	Sen 16 <sup>e</sup>
	Joakim Van Gasse	28:48	Sen 21 <sup>e</sup>
	Herman D'Hondt	24:18	Mas50+ 2 <sup>e</sup> /36
	Frederic Lesdanon	25:30	Mas50+ 5 <sup>e</sup>
	Guy Van Damme	26:41	Mas50+ 11 <sup>e</sup>
	Johan Hebbinckuys	31:41	Mas50+ 20 <sup>e</sup>
	Rudy Reynaert	41:04	Mas50+ 33 <sup>e</sup>
	Jozef Claessens	28:10	Mas60+ 2 <sup>e</sup> /23
	Paul Smet	28:58	Mas60+ 5 <sup>e</sup>
	Herman Verplancke	32:17	Mas60+ 11 <sup>e</sup>



ACK Kalmthout, 5 <sup>e</sup> criteriumcross, Zat 04/02/17			
3000m	Joke David	13:29	Jun 2 <sup>e</sup> /2
	Melissa Van Eetvelt	12:34	Sen 2 <sup>e</sup> /7
	Kristel De Souter	16:36	Mas45+ 7 <sup>e</sup> /14
	Sandrina Smet	16:52	Mas45+ 8 <sup>e</sup>
6000m	Hans Van Havermaet	23:49	Sen 14 <sup>e</sup> /24
	Christof Van Geeteruyen	24:47	Sen 16 <sup>e</sup>
	Joakim Van Gasse	26:56	Sen 19 <sup>e</sup>
	Bart Van Bogaert	26:56	Mas40+ 12 <sup>e</sup> /16
	Herman D'Hondt	21:25	Mas50+ 1 <sup>e</sup> /23
	Guy Van Damme	23:21	Mas50+ 7 <sup>e</sup>
	Marc Bosman	23:58	Mas50+ 9 <sup>e</sup>
	Rudy Reynaert	37:11	Mas50+ 23 <sup>e</sup>
	André Martens	23:47	Mas60 6 <sup>e</sup> /31
	Paul Smet	24:03	Mas60+ 7 <sup>e</sup>
	Albert Van Bunder	24:19	Mas60+ 9 <sup>e</sup>
	Roger Nys	29:08	Mas60+ 21 <sup>e</sup>

# Uitslagen

XXIX cursa MAR I Murtra, Blanes, Spanje, Zon 15/01/17			
20km	Christophe De Grande	1:22:52	2e M5, 10e / 539
	Walter Senaeve	1:38:33	19e M6, 164e
	Kristof Swinnen	1:42:35	103e M5, 223e
10km	Michel De Grande	0:52:33	2e M7, 92e

Eugene Vinck Memorial, Westdorpe, NL, Zat 28/01/17			
4,8km	Ronny Wagenaer	17:55	4e / 54
	Yente Syvertsen	19:31	10e
	Freddy Verstichel	25:01	30e
	Sander Wagenaer	26:27	33e
8,4km	Luc Van Wolvelaer	34:58	6e / 59
	Marc Bosman	34:59	7e
14,5km	Joris De Schepper	49:01	1e / 71
	Patrick Roelandt	58:46	11e
	Roland Syvertsen	1:05:01	22e
	Danny Van Damme	1:05:32	24e

Cadzand-Bad NL, Midwinter Halve Marathon, Zon 05/02/17			
5km	Ronny Wagenaer	19:01	4e / 127
21km	Laurens Ally	01:42:02	233e / 882

Les Hivernales, Watermaal-Bosvoort, Zon 05/02/17			
19,2km	Pieter Stas	1:28:11	143e / 789



Cadzand, 05/02/17



Blanes (Spanje), 15/01/17

advertenties

	<p>algemene lood-, koper- en zinkwerken, asfaltwerken en sanitaire installaties</p> <p><b>SANITAIR</b></p> <p><b>BVBA SANITAIR DE ROP WIM</b></p> <p>De Rop Wim zaakvoerder</p> <p>VLASBLOEMSTRAAT 30 – 9100 NIEUWKERKEN WAAS – TEL : 03/777.78.77 GSM : 0496 26 67 69</p>
--	--

# Overwinteren in Barcelona 13/01/17 – 16/01/17

## Vrijdag 13/01/17

België ontvlucht, hier is het toch iets warmer, 14° beter dan -3°, denken we dan. Sportief weekend zit eraan te komen dus vanavond tonic... Een bakje tonic onder 4 man in één of andere bar, wat doet kinine met een mens? Of hadden ze daar toch nog iets anders bijgegoten? Die Catalanen zijn voor geen haar te betrouwen... Op de rekening stond iets van Hendricks...en dat was zeker niet den Jimi...

## Zaterdag 14/01/17

Een training loopje langs de strandboulevard met de overlevenden van gisterenavond. The place to be en to be seen in Barcelona op een zaterdagochtend, en als je dan nog iedereen voorbij sloft ben je helemaal de man. Een ding was zeker: Limburgers liepen daar die ochtend niet rond...

Camp Nou dan maar, een droge 5-0 voor Barça, Messi had maar 2 versnellingen nodig, Suarez deed de rest, Zuid-Amerikanen in Catalonië, in voetbal steekt dat zo nauw niet...

## Zondag 15/01/17

Wedstrijddag: Voor ACW een top 10 plaats overall in de 20 km, en 1°pl 65+ voor de 10 km.

Walo iets bescheidener..En toch: als je op dit parcours op onze leeftijd nog in het eerst derde van de wedstrijd zit en dit zonder speciale training, dan kunnen we hier nog wel een paar jaar mee...

Meer moet dat niet zijn, een Walo met een beetje talent en wat training kan hier misschien zelfs winnen...

## Maandag 16/01/17

Cultuurdag: als de zon schijnt is het altijd prachtig binnen in de Sagrada Familia, het wordt toch wel eens tijd dat dat spel afgewerkt geraakt (2025 wordt gefluisterd...) Bon, dan kunnen we er nog bij zijn...

*Walter & Kristof*



advertenties

<p><b>YARO</b> kranten - tijdschriften - lotto brood &amp; banket - delicatessen - traiteur</p> <p>Vrasenestraat 36 9100 Nieuwkerken-Waas Tel : 03 / 336 12 19</p>	<p>CHOCOLADE CONFISERIE</p> <p><b>Elise</b></p> <p>TV-nootjes - Studentenhaver - Ecorces - Truffels - Pralines - Gevulde diertjes - Paaseitjes</p> <p>AMBACHTELIJKE ZONE KLUIZENMOLEN Kluizenhof 13 B-9170 ST.-GILLIS - WAAS BELGIE www.chocolise.be Tel +32 / 3 707 04 90 Fax +32 / 3 707 01 69 info@chocolise.be</p>
--	--

Openingsuren:  
ma: 5u30 – 12u30  
di-vrij: 5u30 – 12u30 en 14u00 – 18u00  
za: 7u00 – 15u00  
zon: 7u00 – 13u00

Wenst u krant of tijdschrift aan huis geleverd te hebben?  
Geen probleem, ook daar zorgen wij voor!

# Puntenklassement 2016-2017

Spannende strijd voor de punten. Bij de heren voor Herman en Guy, bij de dames voor Melissa en Sandrina. Guy inderdaad steeds op kop, maar op de hielen gevolgd door Herman D. André en Frederic vormen een duo dat strijdt voor de 3<sup>e</sup> plaats. Rudy sluit de top-5 af.

Bij de dames is de strijd zo mogelijk nog spannender. Melissa staat amper 4 puntjes voor Sandrina.

Het seizoen is nog maar goed en wel uit de startblokken geschoten en toch staan reeds 10 Walo's boven de 70-puntengrens genoteerd.

Punten 2016-2017	Boscross De Klinge, 02/10/16	Walo van het Jaar	cross zandhoven, 12/11/16	J. Schramcross Hoboken, 19/11/16	critcross Stabroek, 26/11/16	critcross Burcht, 03/12/16	cross Brasschaat, 10/12/16	Burcht, 11/12/16, 5 km	Burcht, 11/12/16, 10 km	Corrida WALO, 5 km	Corrida WALO, 10 km	Cross Wommelgem, 14/01/17	Cross Wilrijk, 21/01/17	Cross Rijkevorsel, 28/01/17	Critcross Kalmthout, 04/02/17	X	Y	Z	aantal wedstrijden	totaal punten
<b>Jun. Her</b>			5																	
Van Hooste Timon			5																1	5
<b>Sen. Her</b>	26	25	21	16	44	14	17	13	17	28	24									
Ally Laurens										9									1	5
Foubert Bert										5									1	6
Mortier Filip	0		13					3		2									4	27
Rottier Yannick	5		5					9		8									2	11
Slock Andy	15								7										1	5
	5								6										1	5
Van Gassen Joakim	0	4			11		15		4	10		21	19						8	46
	5	8			5		6		7	5		5	5						11	62
Van Geeteruyen Chr			16	11	7		5		5			10	16	16					5	29
			5	5	6		6					5	5	5					5	24
Van Havermaet Hans	21								4			6	13	14					5	29
	5								7			6	6	5					5	24
Wittock Bruno												14							4	24
												5							4	24
<b>Vet. Her, 40+</b>			27	22	21	17	14	28	3	17				16						
Herwegh Pascal			24	20			14	25		5									6	32
			5	5			6	5		7									1	6
Roelant Bart							6												2	12
							6												2	12
Stas Pieter																			2	12
Swinnen kristof	6																		2	12
	7																		2	12
Van Bogaert Bart	10		16	17	12									12					6	31
	6		5	5	5									5					6	31
Wagenaer Ronny							7	1											2	14
							7	7											2	14

Punten 2016-2017	Boscross De Klinge, 02/10/16	Walo van het Jaar	cross zandhoven, 12/11/16	J. Schramcross Hoboken, 19/11/16	critcross Stabroek, 26/11/16	critcross Burcht, 03/12/16	cross Brasschaat, 10/12/16	Burcht, 11/12/16, 5 km	Burcht, 11/12/16, 10 km	Corrida WALO, 5 km	Corrida WALO, 10 km	Cross Wommelgem, 14/01/17	Cross Wiirijk, 21/01/17	Cross Rijkevorsei, 28/01/17	Critcross Kalnouthout, 04/02/17	X	Y	Z	aantal wedstrijden	totaal punten
	Vet 50+	26	36	20	25	22	11	36	9	23	23	20	36	23						
Bogaert Patrick	22									0									2	
	5									5										10
Bosman Marc	6			15				17	13	10				9					7	
	7			5				6	5	6				6						40
Brynaert Dirk	26							3	1										5	
	5							9	10											38
D'hondt Herman	0		1	1	1			5	3	1				2	1					13
	5		10	10	10			8	8	10				9	10					114
Hebbinckuys Johan	23						4							20						3
	5						6							5						16
Lesdanon Frédéric	13	3	2		2				4	3	3	6								11
	6	9	9		9				8	8	8	8								90
Reynaert Rudy		24	36	20	25	21		33	23	21	20	33	23							16
		5	5	5	5	5		5	5	5	5	5	5	5	5					80
Roelandt Patrick			7					7	6											3
			8					8	7											23
Senaeve Walter	11								14											3
	6								5											16
Smet Luc									19											1
									5											5
Syvertsen Roland									16											1
									5											5
Van Damme Guy	0	4	6	6	6	6	8	1		6	6	11	7							17
	5	8	8	8	7	7	7	8		7	7	7	7							121
Van Geeter. Benny	8	14	9		11			2												8
	7	6	6		6			7												49
Van Wolvelaer Luc		10	11				18		11											6
		6	7				6		6											36
Verbraeken Jempi	20						28	0												3
	5						5	5												15
<b>Vet 60+</b>		<b>28</b>	<b>31</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>28</b>	<b>1</b>	<b>20</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>22</b>	<b>19</b>	<b>22</b>	<b>31</b>						
Bartholomeeussen								11												1
								5												5
Claessens Jozef		2	2		3			4					2							8
		9	9		8			8					9							72
Dhollander Rik	5				10			3												6
	8				6			8												40
Maes Joseph	18						16	12												6
	5						5	5												30
Martens André		5	6	4	10			2		4	3		6							12
		8	8	8	6			8		8	8		8							93
Nys Roger	0	19			19	1		9	17				21							8
	5	5			6	5		5	5	5			5							41
Smet Paul	13	3					1	2		1	5	7								7
	6	9					10	8		9	7	7								56
Van Bunder Albert	17	16	6	9			12	8	8	8			9							12
	5	5	7	6			5	5	6	6			7							69
Van Gysel Patrick								6												1
								6												6
Verplancke Herman	23		12	14					0	7		11								7
	5		6	5					5	7		6								39
Verstichele Freddy								10												3
								5												15



Punten 2016-2017	Boscross De Klinge, 02/10/16	Walo van het Jaar	cross zandhoven, 12/11/16	J. Schramcross Hoboken, 19/11/16	critcross Stabroek, 26/11/16	critcross Burcht, 03/12/16	cross Brasschaat, 10/12/16	Burcht, 11/12/16, 5 km	Burcht, 11/12/16, 10 km	Corrida WALO, 5 km	Corrida WALO, 10 km	Cross Wommelgem, 14/01/17	Cross Wilrijk, 21/01/17	Cross Rijkevorsel, 28/01/17	Critcross Kalmthout, 04/02/17	X	Y	Z	aantal wedstrijden	totaal punten
<b>Dam Jun</b>			4		4	5									2					
David Joke			3		4	3									2					7
Christiaens Charlotte			5		5	5									5					36
Van Bogaert Inge						5													2	11
						5													4	20
<b>Dam Sen</b>					10	10	11		9	8	22	7								
Van Eetvelt Melissa	1			3	3			1	4	7	2									11
	10			7	7			8	6	7	7									76
Wuytack Diewertje						4													1	6
						6														6
<b>Dam Mas</b>			11	10	6		10	11	8	5		18								
Hofman Veerle							2		1											3
							8		8											21
Leemans Annemie	8	5		4					4											5
	7	0		5					8											25
Servotte Kristien	15	10	9					10	4			11								11
	5	0	5					5	6			5								51
<b>Dam 45+</b>			16	27	18	12	11	11	16	7	11	12	27	14						
De Souter Kristel	11	10	13	11	7			7	5			2	15	7						11
	6	0	6	5	5			5	7			8	5	6						58
D'hont Nancy			10					4	3			9								6
			6					6	8			7								40
Pieters Irina		1	2						1											5
		9	9						9											43
Smet Sandrina	2		12	10	7			6				5	16	8						13
	9		6	5	5			6				6	5	5						72
Van Hul Sonja	3		17	12	11			10				10	22							10
	8		5	5	5			5				5	5							54
Wuytack Sara			4	4	3			2		1	5									7
			8	7	7			8		8	6									50
<b>Dam 55+</b>			20		17	8														
De Vleeshouwer M						6														1
						5														5
Rottier Francine	15				17															2
	5				5															10
Syvertsen Viviane						5														3
						5														15
Van Beek Rita			15																	3
			5																	15

# De 250<sup>ste</sup>

*Wie doet het hem na? Wie kan (blijven) lopen als 'Rudy de Grote'.*

*Hij zat er al een tijdlang op gebrand, maar kwetsuren hielden hem even in hun ban. Maar hij zou hem lopen, zijn 250<sup>ste</sup> marathon!! En hij heeft het gedaan. In Genk. En hoe?! In 3u 13'. Vele van onze leden willen onmiddellijk tekenen voor een eenmalige marathonprestatie van dat gehalte. Maar 250 keer, niet te geloven. En 2 dagen na afloop fris als een hoentje op de training van WALO. Proficiat Rudy!! (RD)*



*De 249<sup>e</sup> met Jean-Pierre, december 2016, Spijkenisse*

**E**ind vorig jaar liep ik Spijkenisse als tempomaker voor 3h30, en als persoonlijke haas van Jean Pierre Dullaert die zijn tweede (en laatste?) marathon wou lopen in 3h30.

Toen hij 55 was, was ik er ook bij en liepen we met hetzelfde objectief in gedachten een 3h34 tijd. Nu hij 60 geworden is, wilde hij nog een laatste poging ondernemen. Hij liep een correcte wedstrijd maar kwam (even) in problemen op de 40<sup>ste</sup> km. Hij komt aan in 3h31 op een afstand van 42,7km, dus geslaagd in het opzet. Hij staat meteen op het podium want hij is 3<sup>e</sup> M60.

Voor mij was het een test om te zien of ik reserve had om sneller te kunnen lopen. Ik kan marathons lopen met een gemiddelde hartslag van 160, en dat was in Spijkenisse slechts 137. Veel reserve.

Ik loop Genk voor de 11<sup>e</sup> keer in januari 2017, de eerste wedstrijd sinds 4/2014 waar ik nog eens voor snelheid kon gaan zonder geremd te worden door achillespijnen; Ik liep toen Antwerpen in 3h12.

Genk zou tegelijkertijd ook mijn 250<sup>ste</sup> marathon worden, die ik eigenlijk al wilde lopen in 12/2015. In 2014 en 2015 maar matig gelopen door aanhoudende achillespeesproblemen totdat die eindelijk scheurde waarna een revalidatie volgde van acht maanden. Ik had beter een rustperiode ingebouwd om die kwetsuur op natuurlijke wijze te laten genezen. Toch net op tijd hersteld om de onafgebroken reeks van In Flanders Fields (3h29) te kunnen verderzetten. Hierna volgde een 50k wedstrijd en de marathon in Spijkenisse om eind januari de marathon van Genk te kunnen lopen en dat wordt nr 250, een

mijlpaal waar ik lang had naar uitgekeken. Vooraf had ik een tijd van 3h12 – 3h18 voor ogen, maar temperde mijn ambitie wegens een opgestoken verkoudheid. Blijkt dat ongeveer de helft van het deelnemersveld er mee te maken had.

De weersomstandigheden waren prima : geen regen, een temperatuur van 6°C en een matige wind.

Genk is 7 ronden van 6km en een aanloopronde, gelopen in Kattevennen, waar meerdere Walo's hun sportief weekend al doorbrachten. Geen écht klimwerk, maar zeker geen biljart ! Zeven keer dezelfde helling oplopen vraagt constante aanpassing om je ritme en vooral je hartslag onder controle te houden. Toptijden kan je er niet lopen vanwege die 240 positieve hoogtemeters, maar toch waren mijn verwachtingen hoog. Mede-walo's hielden het op 3h15-3h20.

Halverwege kom ik door in 1h34'50", dus in het slechtste geval kom ik binnen op 3h18 , indien ik 10 minuten verlies in mijn tweede helft. Op 30km zie ik 2h15'14" , dus als ik sneller loop dan 12km/u kom ik binnen in 3h15. Het ziet er beter en beter uit.

Uiteindelijk word ik 11<sup>e</sup> in 3h13'07", een veel beter dan verwacht resultaat en met marge op verbetering, we zijn tenslotte nog in het begin van het jaar. We komen uit de winter en ik heb nauwelijks andere wedstrijden of snelheidstrainingen gelopen.

Als ik aankom word ik ontvangen door mijn familie , met een T-shirt met de namen van alle 250 marathons of ultralopen die ik liep.

Meteen ook een overzicht met alle prestaties, en ik kan niet laten even te controleren met mijn tijden van 10 jaar geleden toen ik ook Genk liep , toen in 3h18. Ooit komt dat verval, maar dat is nu (nog) niet aan de orde.

Gezien blessure vrij , neem ik dit jaar opnieuw deel aan de marathon-en ultracup, met een volgende wedstrijd maart in de Schelde-Durme marathon die nu ook als 50K loop georganiseerd wordt. Bij enkele van deze lopen zal ik haas zijn voor 3h30.

*Rudy Van Daele*



*Spijkenisse,  
december  
2016, met  
'haas' Rudy*

# Marathon



[www.giec.be](http://www.giec.be) • Contact: [info@giec.be](mailto:info@giec.be)

Tel +32 (0)9 355 95 72 • Fax +32 (0)9 355 96 17

Giec N.V. - Industriepark 17/3 – Mosten, 8 - B-9160 Lokeren

**Uw partner voor:**

**Installatiewerkzaamheden:** industriële elektrische installaties, midden- en laag- en hoogspanning, instrumentatie, domotica, beveiligingstechniek.

**Bordenbouw:** gespecialiseerd in het ontwerp en de bouw van industriële schakelkasten op maat  
(vb. sturborden, PLC- en synoptische borden, ...)

**Engineering:** hardware engineering (studie, schemaontwerp ...), industriële automatisering (procesbesturing, visualisatie, programmering)

**Totaalprojecten:** uitwerken van totaaloplossingen op elektrisch, mechanisch en stuurtechnisch gebied vanaf studie tot bouw, inbedrijfname, training en onderhoud.

## HAARMODE JOHAN

American crew for man

Nieuwstraat 13  
9170 SINT-GILLIS WAAS  
Tel : 03/770.72.91

Uw kapper is nu online : [www.haarmodejohan.be](http://www.haarmodejohan.be)



## BAKKERIJ VALAERT

B.V.B.A.

Vrasenstraat 31  
NIEUWKERKEN-WAAS

Tel. 03/776.05.41  
GSM. 0495/23.89.59 - 0479/55.48.17

### BROODAUTOMAAT

## Service-Station

**TOTAL**   
Bettens - Van Hove

24u/24u  
van 7.00 tot 19.00  
met bediening

Klapperbeekstraat 148

9100 Sint-Niklaas

## Joakim Van

**Gasse** deed van zich spreken. En nog wel met een foto in de krant. Hij ontpopte zich tot wedstrijdloper nr 1 van RTS en werd daarom ook passend gelauwerd in Sinaai.

Dit seizoen zien we Joakim samen met zijn vrouw Melissa ook dikwijls op de wedstrijden van AVVV. Mooi dat hij ook bij ons zijn talenten etaleert.

Voor uw verkiezing tot wedstrijdtalet van het jaar bij RTS, Proficiat Joakim!!



*Foto, Nieuwsblad*

Het stadsbestuur hecht veel belang aan de verkeersveiligheid van schoolomgevingen en schoolroutes.



In eerste plaats omdat ze de kinderen van onze stad ten allen tijde willen beschermen, en omdat ze het recht hebben om zich te (leren) verplaatsen op een zelfstandige manier. Kinderen zijn de meest kwetsbare groep in het verkeer. Dit onder meer omwille van hun postuur en de motorische en fysieke beperkingen die eigen zijn aan hun leeftijd. Het traject dat kinderen het vaakst afleggen is dat tussen

hun huis en de school.

Het was onze **Kristof** opgevallen dat schoolkinderen in de donkere herfst- en wintermaanden op weg naar school bijzonder kwetsbaar zijn omdat ze vaak nauwelijks opvallen in het drukke verkeer. Hij wist onze voorzitter dan ook onmiddellijk warm te maken om ter gelegenheid van onze nieuwjaarscorrida een actie op poten te zetten ter bescherming van de kinderen. Per 'niet-aangesloten' deelnemer zou een bedrag gestort worden om fluohesjes of fluorescerende boekentasstickers aan te kopen. Het is dan ook met enige trots dat **Rik** een cheque van 200 EUR kon overhandigen aan de bevoegde diensten in het bijzijn van schepen Sofie Heyrman.



Promoties op al onze modellen 2011

**Alle modellen 2011 aan nooit geziene prijzen!!!!**

**Op de merken Corratec, Granville, Willier, BH, Cannondale, Ridley,.....**

**Re. Si Bike**

**Vrasenestraat 40 te Nieuwkerken - Waas**

**03/776 27 17**



**Hersteldienst van fietsen van alle merken.**

**10% korting op onderdelen voor Walo op vertoon van lidkaart**

*Wij maken gebruik van het cyclefit systeem om u nieuwe fiets zo goed mogelijk aan te passen.*

BE0670504823

SCHILDER- EN DECORATIEWERKEN



Vrouweneekhoekstraat 54 • 9100 Sint-Niklaas

Tel. 03 777 34 69

- Alle binnen- en buitenschilderwerken
- Behang- en decoratiewerken
- Nieuwste schildertechnieken
- Volledige raamgarniering
- Alle vloerbekleding ook laminaat
- Gyprocwanden en plafonds
- Isoleren van zolders

zelfwerkende  
patroon  
25 jaar ervaring  
gratis prijsopfferte

[a.paelinck@skynet.be](mailto:a.paelinck@skynet.be)

## Feestzalen Roxy

Familie Daelman-Smet Nieuwkerkenstraat 297 9100 Nieuwkerken  
03/776 09 09 of fax 03/766 40 15

- Drie prachtige zalen met airco
- Volledig vernieuwde chalet in unieke tuin voor allerlei feesten, recepties en fotoreportages
- Eigen keuken en vakkundige bediening

Elke zondag vanaf 13 uur familiemenu of een menu naar keuze (enkel mits reservatie)

Inlichtingen en reservaties op maandag, woensdag en donderdag van 10 tot 20 uur of na afspraak

Dinsdag gesloten

[feestzalen.roxy@telenet.be](mailto:feestzalen.roxy@telenet.be)

# HERWIGSPORT.BE

**Voetbal & Teamwearspecialist  
Werkkledij - Promotiekledij  
Grote Markt 61**

**Reinaertgalerij 36 - 38 Sint-Niklaas**

**03.778.13.21 - 0475.81.67.99**



**A**llereerst en vooral aan iedereen mijn beste wensen voor 2017! Dat het een jaar vol sportieve uitdagingen en succes mag worden!

Terwijl ik dit hier neerpen dwaalt mijn blik even af naar buiten. Een stralende zon en blauwe lucht doen me het beste verhoppen en met de warmere temperaturen (lees: rond het vriespunt) van de laatste week leek het alsof het ergste van deze winter achter de rug zou zijn maar niks is minder waar. We kijken deze week weer tegen -16 overdag en nachten tot -23 aan.

Maar we klagen niet! En al zeker niet wat sporten in de winter betreft. Buiten sporten bedoel ik dan. Recent trokken we er met een bevriend koppel nog op uit om een wandeling te maken op één van de bevroren meren in de buurt en ik verzeker je, je bent er niet alleen. Je kan je verwachten aan een horde wandelaars, schaatsers en skiërs. Zelfs een groep mountainbikers maakte de oversteek over het met sneeuw bedekte meer. Het heeft zijn charmes, de Finse winter. De wandelaars vinden overal hun weg, sneeuw of geen sneeuw, terwijl voor de skiërs en schaatsers er altijd wel een traject onderhouden wordt. Zo kan je je schaatsen aanbinden om in één lange lus de contouren van het meer te volgen, goed voor iets meer dan 50 km. Finnen zijn zelfs zo gek om op zo'n bevroren privémeren een parcours uit te werken om er dan met afgedankte wagens op te gaan racen. Pret verzekerd!

Dat een Fin verlekkerd is op zijn schaatsen, ski's en wandelschoenen, is ondertussen vrij duidelijk. Lopers daarentegen zie je in de winter minder al is er niet meteen een reden voor vind ik. Al zijn er wel limieten, dat geef ik grif toe. Tot een -15 lukt nog perfect maar

eens de temperaturen naar -20 gaan hou ik het toch ook voor bekeken. Goed gek zou je denken maar de droge lucht en veelal windstille dagen zorgen er voor dat de koude toch net iets anders aanvoelt dan wat we gewoon zijn in België. Op vlak van kledij maak ik me al helemaal geen zorgen: met spierverwarmende gel, een collant onder een iets minder strak aansluitende loopbroek, 4 tot 5 bovenlagen, een goede muts en handschoenen en dikkere sportsokken in een paar loopschoenen die een maatje groter gekocht zijn red je het wel voor een duurloop van een uurtje zonder het gevoel te hebben dat je al na 10 minuten begint af te koelen.

Wat de natuur betreft is lopen in de winter puur zen. Zoals ik schreef, veel lopers zie je niet en als je de rustige baantjes opzoekt ben je veelal alleen. Stel je dan even voor: alleen onderweg in een winters bevroren landschap, rustig je training afwerken terwijl je naast wat verkeer in de verte (als je dat al hoort) enkel maar je eigen ademhaling en het krispend geluid van de sneeuw onder je voeten hoort. Recent werd ik dan nog vergezeld door een redelijke sneeuwbus waarbij de sneeuw recht naar beneden kwam in dikke vlokken. Bij mij zorgt dit meestal dan voor een ferme glimlach op mijn gezicht en een training die zo voorbij lijkt. Er zijn ergere dingen in de wereld dan de Finse winter al sportend te moeten trotseren.

En wat met gladde wegen hoor ik je luidop denken. Klopt, in Vlaanderen kan je bijna niet buiten eens het sneeuwt en ijzelt. Geen zorgen, hier buiten komen staat niet gelijk aan het potentieel breken van armen of benen. Het doodlopend straatje waar wij in wonen wordt meestal wel vergeten (er staan och arme maar 4 huizen) maar voor de rest zorgt een leger aan onderhoudsvoertuigen dat de wegen, inclusief de van de banen afgescheiden voetpaden, berijdbaar en bewandelbaar blijven. Geen tonnen zout zoals wij Belgen dat gewoon zijn maar het wegwerken van overtollige sneeuw op de wegen in combinatie met spijkerbanden op de wagen en het strooien van fijne kiezelziltjes op de wandelpaden zorgen er voor dat je met een gerust geweten buiten kan. Grip verzekerd.

Je merkt het, zelfs in de winter is er geen reden om in Finland een 'sohvaperuna' te zijn. Letterlijk vertaald: sofa-aardappel, je-weet-wel, het soort mensen dat altijd een excuus hebben om toch maar niet de zetel uit te moeten :-). Reden te meer om vanachter de laptop te verdwijnen en de loopschoenen aan te trekken vooraleer het donker is en de temperaturen nog verder onder nul zakken.

Tot schrijfs en groeten vanuit het Hoge Noorden.

Bart De Westelinck

## Interview Veerle Dejaeghere - deel 2



**In ons vorig nummer verscheen het eerste deel van het interview die Jempi afnam van Veerle Dejaeghere tijdens ons clubfeest. In dit nummer presenteren we jullie het tweede en laatste deel.**

**JP:** Beste Veerle bij WALO hebben we heel wat amateur- atleten...

**Veerle:** ...Ik heb heel veel respect voor die amateurs die 's morgens vroeg moeten opstaan om te gaan werken en dan na hun dagtaak nog de goesting hebben om te gaan trainen. Ikzelf ben een tijdje profatleet geweest. Als prof krijg je het eigenlijk allemaal een beetje cadeau, sommige profs hebben het daardoor ook wat verspeeld. Amateurlopers doen er vaak meer voor, ze verdienen er financieel niets mee, maar toch blijft die begeestering voor hun sport levendig.

**JP:** Je bent nu 43 jaar, je hebt al heel wat meegemaakt in de atletiekwereld, je bent ook niet gespaard gebleven van kwetsuren, maar je combineert nu je werk met je sport.

**Veerle:** Ik sta in het onderwijs. Ik geef voltijds les aan kinderen: anderstalige nieuwkomers. Zo hebben we op school bijvoorbeeld kinderen uit Afghanistan. Die komen anderhalf uur bij mij om hun Nederlands te oefenen. Het is een heel intensieve job: je moet niet alleen het kind Nederlands bijbrengen, maar het gebeurt ook heel vaak dat je voor de ouders kleine problemen moet oplossen: uitleggen hoe je bijvoorbeeld de meterstand voor eandis moet opnemen, enzovoort. Ik doe het heel graag, ik zou niet meer gewoon voor de klas willen staan. Ik krijg heel veel energie terug van die mensen.

**JP:** Hoe sta jij eigenlijk tegenover de vluchtelingenproblematiek?

**Veerle:** De mensen die naar hier komen hebben het echt wel niet gemakkelijk. 't Is heel moeilijk om werk te vinden, vaak kunnen ze niets vinden waarvoor ze gestudeerd hebben, of de job uitoefenen die ze in hun thuisland hadden. Financieel hebben ze het zwaar. Ze volgen een inburgeringscursus waar ze Nederlands leren, maar op straat en op het werk wordt er vaak dialect gesproken waardoor de inburgering heel moeizaam verloopt. En dan kan ik me soms echt boos maken op Vlamingen die vinden dat deze mensen 'voorgetrokken' worden. Zo organiseren wij bijvoorbeeld op een vrije dag een uitstap naar zee voor de anderstalige kindjes van onze school. Ik vind het dan heel erg als je aan de schoolpoort moet horen hoe sommige Vlamingen deze uitstapjes bekritisieren.

**JP:** Chapeau Veerle voor je maatschappelijke betrokkenheid. Het siert je! Maar nu even terug naar de atletiek. Je bent ook actief geweest in het indoorgebeuren. Smaakte je dat?

**Veerle:** Indoor vond ik heel leuk, omdat het maar heel korte rondjes waren. Ik combineerde het crossgebeuren en de indoor. Qua training ging dat wel. Ik wou eigenlijk alles doen: Europees indoorkampioenschap, crosscup, Belgische kampioenschappen enzovoort

**JP:** In 2009 kondigde je je afscheid aan de atletieksport aan. Maar enige tijd later was je er toch weer bij.

**Veerle:** In 2008 nam ik deel aan de olympische spelen in Peking. Ik had er me heel goed op voorbereid. Maar de dag zelf dat ik moest presteren lukte het aan geen kanten. Ik had zo graag finale gelopen, maar dat lukte niet en ik was heel erg teleurgesteld. Normaal zou ik stoppen na de Spelen maar mijn trainer zei me dat ik niet mocht stoppen met een negatieve noot. Hij raadde me aan om op het Europees kampioenschap cross, te



*Brussel, goed te presteren en daarna zouden we wel zien. Te Brussel werd ik twaalfde. Ik stond toen ook aan de leiding van de crosscup, wat ik ook zomaar niet wou laten schieten en dus heb ik dat cross-seizoen ook nog afgewerkt. In 2009 werd ik ook nog Belgisch kampioen cross .. Daarna ben ik dan gestopt met atletiek... voor een tweetal weken denk ik.*

**JP:** ..vreemd toch, het jaar dat je afscheid wou nemen werd je pas voor het eerst Belgisch kampioen cross. Wie was de voorgaande jaren dan je grote rivale?

**Veerle:** *Vooral Anja Smolders. Mijn trainer wou vooral dat ik op de crosscup goed voor de dag kwam en het Belgisch kampioenschap was toen nooit mijn doel. Vroeger telde het Belgisch kampioenschap niet mee voor de crosscup, die eindigde in februari met de cross in Dour. Daarna begon ik aan mijn rustperiode omdat de piste voor mij het belangrijkste was. Pas in 2008 telde het BK ook mee voor de crosscup*

**JP:** Jij als topsportster, wat hou je daar eigenlijk aan over aan zo'n carrière: een prijzenkast of een rijk gevulde portefeuille?

**Veerle:** *Ik moet nog altijd voltijds gaan werken dus zo dik zal mijn portefeuille ook wel niet zijn. Als je één manche van de crosscup wint heb je 600 EUR, als je de hele crosscup wint had je in mijn tijd 3000 EUR gewonnen, nu is dat 5000 EUR..*

**JP:** .. en hoeveel maal heb je de crosscup gewonnen?

**Veerle:** *13 maal, als je kunt rekenen ... en voor de geïnteresseerden: "ik ben nog vrijgezel". Maar je moet wel weten dat je op die bedragen die we wonnen wel nog belastingen moesten betalen.*

*Mijn bekens die ik won staan allemaal, ik woon in een oude boerderij, opgestapeld in de vroegere varkensstal. Mijn medailles bewaar ik in een grote doos ergens op zolder bij mij thuis. Maar de laatste tijd geef ik meestal mijn medaille weg aan een kindje die daar op de wedstrijd voor mij staat te supporteren*

**JP:** Je bent ook in de politiek gegaan: was dat omdat je in je regio een bekendheid was en heb je ambitie om die draad na je carrière weer op te pikken?

**Veerle:** *In 2009 stopte ik met atletiek en toen waren er net verkiezingen. Wouter Devriendt van Groen was voor Peking al bij mij geweest omdat wij niet akkoord waren met de mensenrechten die geschonden werden in China. We wilden met Groen en Ecolo daar iets aan doen. Maar het BOIC heeft ons toen op het matje geroepen. We konden dat echt niet doen, want de Chinezen zouden, bijvoorbeeld bij de sporten waar er gejureerd werd, zoals turnen, ons kunnen benadelen daarvoor. In 2009 is Wouter mij dan terug komen*

*opzoeken met de vraag of ik me verkiesbaar wou stellen, wat ik dan ook heb gedaan. Hij stelde me voor om op de stratenlopen te flyeren voor de partij en toen was ik vertrokken op het stratencircuit. Ondertussen zetel ik in de gemeenteraad van het landelijke Ardoioe voor Groen, wat niet altijd evident is. Maar ik blijf wel gemotiveerd en wil me blijven inzetten voor de natuur en de mensen*

**JP:** Alle respect voor jou Veerle hoe jij op je leeftijd gefocust blijft om atleten van 20 jaar jonger en meer te blijven kloppen. Hoe doe je dat?

**Veerle:** *Moeilijke vraag. Ik weet het eigenlijk niet. Het is een soort drive die ik heb om de beste te willen zijn. Ook op mijn werk, in het onderwijs, wil ik de beste juf zijn. Vorig jaar verloor ik de crosscup van Louise (Carton). Na zo'n verlies ben ik niet echt de aangenaamste persoon. Ik vraag me af hoe kan dat nu. Stilletjes aan neem ik daar vrede mee, maar het blijft toch nog altijd moeilijk om te verliezen.*

**JP:** We zijn nu bijna 2017. Wat nu verder? Klopt het dat je nu voornamelijk actief bent in het Nederlandse stratencircuit?

**Veerle:** *In Nederland is het financieel wel wat interessanter om te lopen dan in België. Vroeger had Golazo een mooi circuit bij ons maar nu mikken ze meer op de massa en niet meer op de toppers. Ik liep de cross in Mol niet, omdat ik eigenlijk na de marathon van Rio te snel opnieuw een marathon wou lopen en ik luisterde te weinig naar mijn lichaam, en dat op mijn leeftijd. Ik voel ik nog altijd de weerslag van de heel zware marathon in Rio. Ik weet echt nog niet wat de toekomst zal brengen, mijn club zou heel graag hebben dat ik over twee weken deelneem aan de cross in Roeselare, maar er is nog niets beslist.*

**JP:** Dankjewel Veerle!



crosscup-relays Gent 23.10.16, podium dames.  
Veerle (uiterst rechts)

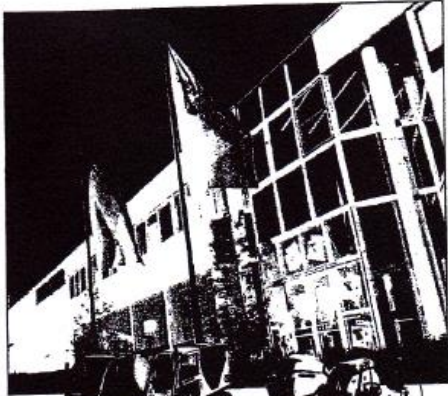
# DRANKENHANDEL

B.V.B.A.



Pastorijstraat 17 • 9100 NIEUWKERKEN • Tel. 03.766.20.09

Openingsuren: di - vr. 8.00 u - 17.30 u  
Zat. 8.00 u - 17.00 u  
Zon - maa gesloten



Samen met u zoeken wij naar de oplossing voor uw reinigingsproblemen...

DE  **KARCHER SPECIALIST**

**N.V. KARCHER CENTER L. VAN MOL**

Nieuwe Steenweg 109 • 9140 Elversele-Temse  
Tel.: **052 46 04 07** Fax: 052 46 03 21

[www.karchervanmol.be](http://www.karchervanmol.be)

## Bloemsierkunst *Guylène*



*Van Landeghem Helena*  
*Nieuwkerkenstraat 41*  
*9100 Nieuwkerken-Waas*  
*Tel. + Fax 03/766.10.68*

*E-mail: [guylene@skynet.be](mailto:guylene@skynet.be)*

*Bloemenabonnements*

*Bloemen voor bedrijven*

*Neurop-Interflora*



Openingsuren:  
Dinsdag tot zaterdag 9 u tot 18 uur  
Zondag van 9 uur tot 12 uur 30 uur

## petites etoiles



een hippe kinderkledingzaak voor  
eigenzinnige kids van 2 tot 16 jaar.

Nieuwkerkenstraat 131 • 9100 Nieuwkerken • ☎ 03/776.24.95  
info@petitesetoiles.be • www.petitesetoiles.be

openingsuren:

ma: 13-18u • di-vrij: 10-18u • za: 10u - 17u • do: gesloten

omge merken:

lin jo • patrizia pepe • molo • lapin • play up • vingino • tommy hilliger • take two • funfun • blomor • antony morato  
circle of trust • geisha • converse • mima juweeltjes • Zizi ZaZa juweeltjes • aston martin • andy richardson

# Jeugdverslagen

## **Cross in Burcht 03 december 2016**

14 Vliegende Schoenen hadden de verplaatsing gemaakt naar het dichtbijge Burcht voor de 4<sup>de</sup> criteriumcross. Het parcours lag er goed droog bij; nergens modder en ook de wind viel mee langs de Schelde. We zijn het anders gewoon. Paulien en Liesl mochten de spits afbijten en ze deden het beiden uitstekend: Paulien werd mooi 10<sup>de</sup>, terwijl Liesl een beresterke wedstrijd liep met een mooie 22 plaats als resultaat.



**Liesl in volle zwier!**

Er waren 34 benamins meisjes. Ook bij de jongens 34 starters en Lars Vonck kon zich net in de eerste helft lopen met een mooie 16<sup>de</sup> plaats. Knap van Lars!

Bij de pupillen meisjes zagen we Elise, Jinte, Marie, Manon, Jente en Julie aan het werk. Marie was snel gestart en liep in het begin erg vooraan. Jinte en Manon deden het dan weer iets rustiger maar zetten sterk op in de 2<sup>de</sup> wedstrijd helft.



**Jinte is goed bezig!**

Dat deed ook Elise die erg sterk naar voren kwam en mooi 12<sup>de</sup> werd. Jinte liep zich naar de 14<sup>de</sup> plaats en Marie werd 17<sup>de</sup> en moest zich reppen om een sprintende Manon (18<sup>e</sup>) achter zich te houden. Even verder volgden dan Jente (20<sup>ste</sup>) en

Julie (25<sup>ste</sup>). Toch mooi van onze meisjes als je weet dat er 27 starters waren.

Een mooie strijd was er te zien bij de pupillen tussen Nicola en Tibault, waarbij Tibault deze keer het laken naar zich toe kon halen: hij werd 19<sup>de</sup>, Nicola 22<sup>ste</sup>. Even verder volgde dan Jens na een goede wedstrijd 30<sup>ste</sup>. Hier waren 34 vertrekkers.

Van de 16 miniemen meisjes waren er 2 Walootjes bij: Lorien die mooi 6<sup>de</sup> werd en Linde die met veel inzet knap op plaats 12 eindigde.

Nu hij ook voetballen zien we hem minder, en 't deed ons dus veel plezier om Gilles nog eens aan de start van een wedstrijd te zien. Dat het talent niet zomaar verdwijnt bleek uit zijn mooie 8<sup>ste</sup> plaats in een sterk bezette wedstrijd.

Bij de kadetten meisjes was ook Shari nog eens aan de start: ze was niet echt in haar sas op het toch zware parcours en moest vrede nemen met een 14<sup>de</sup> plaats. Jasper tenslotte, liep van bij het begin van de wedstrijd autoritair aan de leiding bij de scholieren en kon gaandeweg zijn voorsprong uitbouwen. Het resultaat: een knappe overwinning en daarmee 4 x winst in de al gelopen criteriumcrossen.

Het was goed in Burcht!

## **WALO-corrída in Nieuwkerken 18 december 2016**

Ons WALO-bestuur had voor een primeur gezorgd: voor de eerste keer moesten alle jeugdlopers van benjamin tot miniem in één wedstrijd van 1km samenlopen. Voor de kleintjes is dat toch al vrij ver en sommigen van onze kleinsten hadden dan ook gekozen om niet deel te nemen. Dat is jammer! Te meer er toch een klassement per categorie werd opgesteld.

In deze omstandigheden hoeft het dan ook niet te verwonderen dat onze miniemen Gilles en Cedric de eerste 2 plaatsen bezetten in de totaaluitslag. Al moest Cedric er een deftig sprintje uitpersen op het einde.

Lorien won knap bij de miniemen meisjes en bij de pupillen jongens zagen we een mooie strijd met Tijn als winnaar, Owen mooi 2<sup>de</sup>, Nicola (5<sup>de</sup>) die deze keer Tibault (6<sup>de</sup>) achter zich kon laten, Lars Heeman (7<sup>de</sup>) – fijn om hem ook eens aan het werk te zien – en Jens (8<sup>ste</sup>).



Elise werd mooi 2<sup>de</sup> bij de meisjespupillen voor een sterke Noa De Jonghe (3<sup>de</sup>) – fijn dat ze na een jaar van blessureleed terug aan de start stond – Hanne Smet (4<sup>de</sup>), Jinte Vaerewijck (5<sup>de</sup>) en dan verder tot plaats 8: Manon, Jente en Julie. Een sterke rood-witte meisjesbrigade dus!



De verassing van de dag werd mijns inziens geleverd door Arne Smet die mooi 3<sup>de</sup> werd bij de benjamins jongens, en dit in een sprintje met Noah Nkoranigwa gevolgd door Lars Vonck die 5<sup>de</sup> werd. Onze nieuw aangesloten Vince Verhulst deed het eveneens goed in zijn eerste wedstrijd en werd 9<sup>de</sup>, net voor Jesse Stappers 10<sup>de</sup>.

Ook bij de meisjes zagen we voor het eerst nieuw aangeslotene Lise Van Cotthem aan het werk. Zij bevestigde wat we al op training hadden gezien: dat ze snelle benen heeft. Zij won deze reeks voor Paulien die 2<sup>de</sup> werd.

Al bij al puike prestaties van onze jeugd voor eigen volk. Onze kadetten Shari, Inthe en Chloë kregen hier 5km voorgeschoteld en ze haalden in die volgorde alle 3 het podium. Ook Jasper won; niet moeilijk zal je zeggen: hij was immers de enige scholier, maar als je weet dat hij op alle deelnemers een 4<sup>de</sup> plaats kon behalen kunnen we niet anders dan van een schitterende prestatie te spreken! glunderen!



*Inthe (5953) en Chloë (7391) vooraan in de start van hun 5km.*

## WALO-jeugd clubfeest en kampioenviering

Op de valreep van het jaar, op vrijdagavond 30 december, hielden we met de Vliegende Schoenen ons clubfeest en werden de verdienstelijke jeugdleden in de bloemetjes gezet. In tegenstelling tot vorige jaren waar we met de jeugd een namiddagactiviteit deden werd nu voor het eerst iedereen verwelkomd met een glaasje cava of fruitsap, terwijl de fotomontage van het seizoen 2015-2016 ondertussen op het grote scherm geprojecteerd werd. Het deed de jeugdtrainers enorm veel plezier dat niet minder dan 97 jeugdleden of ouders en supporters op onze uitnodiging waren ingegaan. Rondten we volgend jaar de kaap van 100? We waren ook blij een afvaardiging van het WALO-bestuur te mogen begroeten.

Na het aperitief was het aanschuiven voor de traditionele koffiekoeken met chocolademelk die door Rita en de trainers waren klaargemaakt. En gesmuld dat er werd!!

Het hoogtepunt van de avond draait toch elk jaar rond de kampioenen van het voorbije seizoen en bij uitbreiding voor iedereen die 40 punten had behaald in ons klassement, en dat waren er niet minder dan 23: het hoogste aantal in de geschiedenis. Deze 23 kregen als geschenk een gepersonaliseerde sporttas en konden ook een mooie beker mee naar huis nemen. Dat het er het voorbij seizoen heel spannend aan toe ging blijkt uit het feit dat Lorien Aelbrecht en Elise Vankerhove met een gelijk aantal punten algemeen kampioen werden. Elise behaalde de meeste punten tijdens het crossseizoen en Lorien remonteerde haar dank zij uitstekende pisteprestaties. Op de 3de plaats in het algemeen klassement volgde dan Cedric Haentjens die daarmee tegelijkertijd kampioen bij de jongens werd.



***Cedric kampioen bij de jongens en Elise en Lorien ex aequo algemeen jeugdkampioen!***



***Sara, Hanna en Arne: fier met hun medaille!***



***Lynn met een stralende glimlach!***

Een dikke proficiat voor iedereen. De aanwezige jeugdleden die geen 40 punten haalden werden niet vergeten: zij ontvingen allemaal een mooie medaille!

Hierna werden alle trainers nog eens bedacht met een leuk geschenk dat hen door de ouders werd aangeboden: het hoefde niet, maar het is met heel veel dank aanvaard!

De jaarlijkse quiz mocht ook nu niet ontbreken op het programma. Acht ploegen, met namen als 'BOB 4 ever', 'BOBETTE 4 ever' en 'Jordi and his chicks' streden voor de overwinning. Na 3 rondes van 10 vragen was het een nek-aan-nek tussen 'de chips zijn op' en de 'Favorieten' die beide 26 punten hadden. De laatste ronde waarbij de bijnamen van verschillende nationale sportteams aan de juiste sport moest gelinkt worden bepaalde dus de overwinning. Het waren uiteindelijk 'de favorieten' met Guido, Manon, Tibault en Nicola Thoen, en Roeland en Lars Heeman met echtgenote Tine die met een perfecte score van 10 op 10 de overwinning konden behalen. Eeuwige roem is hun deel!! Zo rond 21.30h konden we een perfect verlopen avond afsluiten! Wellicht zullen we volgende jaar dezelfde formule behouden!

### **Sint-Elooi-cross in Wommelgem 14 januari 2017**

De eerste wedstrijd na Nieuwjaar is voor ons altijd de Sint-Elooi-cross in Wommelgem: een wedstrijd met een lange traditie en met een mooi prijsje voor iedereen: een T-shirt!

't Was vrij koud en killig en de weersvoorspellingen spraken van mogelijke sneeuw; wellicht was dat de reden dat er niet zo veel Vliegende Schoen waren opgedaagd.

Liesl Aelbrecht begint meer en meer plezier te vinden in de wedstrijden en zij was onze enige benjamin aan de start: ze werd als een van de

jongste van de groep 12<sup>de</sup>. Ook Lars Vonck moest als enige jongensbenjamin de rood-witte kleuren verdedigen en Lars deed het uitstekende: hij werd 13<sup>de</sup> op 23 lopertjes.

Jinte en Jente startten bij de pupillen meisjes. Dankzij een prachtige 2<sup>de</sup> wedstrijdheft liep Jinte zich naar een uitstekende 4<sup>de</sup> plaats. Jente deed het eveneens goed en werd even verder 8<sup>ste</sup>! Een knap resultaat voor beide meisjes. Bij de jongens keken we uit naar een weder optredende Maxim De Gendt. Vorig seizoen was hij onbedreigd de snelste van de benjamins, maar nu moest hij als eerstejaars aantreden bij de pupillen. En het moet gezegd; Maxim heeft nog niks aan capaciteiten ingeboet; na een zeer attente wedstrijd sprintte hij zich naar een heel knappe 3<sup>de</sup> plaats! Hopelijk is hij nu weer goed gestart! Iets verder in de achtergrond zagen we ook een prima Jens Vonck aan het werk: na een regelmatige wedstrijd wist hij in de laatste rechte lijn nog 2 of 3 lopers te remonteren en werd zo mooi 11<sup>de</sup>. Het leverde hem tevens de titel van Vliegende Schoen van die week op!

Lorien heeft nog nooit zo makkelijk een wedstrijd gewonnen als hier en ze was tegelijkertijd nooit zo mooi laatste: er was immers maar 1 minieme aan de start!

Cedric moest wel vechten voor zijn plaats! En hoe: in zijn karaktervolle stijl werd hij knap 5<sup>de</sup> en kon zich zo opnieuw in de eerste helft van het deelnemersveld lopen!

Onze jeugd liet in Wommelgem opnieuw van zijn beste kant zien! Op naar de Geitencross in Wilrijk!

## **Geitencross in Wilrijk 21 januari 2017**

Het parcours in de Geitencross in Wilrijk kunnen we beschouwen als een van de lastigste in het KAVVV-circuit; zeker voor alle reeksen vanaf pupil die telkens een of meerdere hellingen moeten overwinnen.

Liesl was opnieuw de eerste Vliegende Schoen die aan de start verscheen en ze liep zich naar een mooie 11<sup>de</sup> plaats. Hiermee was de 1<sup>ste</sup> van de 6-jarigen!

Sem Lippens zien we niet zo vaak aan de start, maar nu veel jeugdwedstrijden in het voetbal afgelast waren greep hij de kans om nog eens een wedstrijdje te lopen. Dat hij uit het goede hout gesneden is hadden we al gezien op training, maar dat hij zo sterk zou lopen had ik toch niet verwacht. Na een goede start schoof hij attent

mee met de eerste zes zeven; in de 2<sup>de</sup> ronde schoof hij een beetje op en in de laatste ronde wist hij zich naar een heel knappe 4<sup>de</sup> plaats te sprinten. En dan te weten dat Sem volgend jaar nog een jaartje benjamin is!

Ook Jesse liep hier weer een goede wedstrijd en werd 24<sup>ste</sup>. Bij de pupillen meisjes vroeg ik me af wat Marie Poppe 's middags gegeten had; immers ze nam een kanonstart en liep zowaar in 2<sup>de</sup> positie na de eerste kleine ronde. Tijdens de middelgrote ronde over de heuvel verzwakte ze wel wat, maar kon toch een uitstekende 7<sup>de</sup> plaats lopen. Jinte Vaerewijck start altijd rustig maar remonteert dan in de 2<sup>de</sup> wedstrijdheft steevast een hele boel lopertjes: ze strandde op de hielen van Marie en werd zo 8<sup>ste</sup>. Manon en Jente vochten iets verder een onderling duel uit, waarbij Manon 14<sup>de</sup> werd en Jente 15<sup>de</sup>. Ook 4 Vliegende Schoenen aan de start bij de jongens pupillen. Hier nam Owen autoritair de koppositie in en Maxim volgde als 2<sup>de</sup>. Op de heuvel kon hen echter nog 1 lopertje remonteren zodat Owen uiteindelijk 2<sup>de</sup> werd en Maxim (als eerstejaars!) 3<sup>de</sup>. Een uitstekende wedstrijd voor beiden! Tweeling Tibault en Nicola vechten in elke wedstrijd een onderling duel uit; deze keer kon Nicola (11<sup>de</sup>) Tibault (13<sup>de</sup>) achter zich laten.



***Nicola aan de slag in de geitencross!***

Bij de miniemen zagen we vervolgens een in de laatst rechte lijn sterk opzittende Lorien toch mooi 2<sup>de</sup> worden, terwijl Cedric een eveneens uitstekende 4<sup>de</sup> plaats opeiste en daarmee ruim in de eerste helft liep.

Anke Van Bogaert tenslotte werd na een goede wedstrijd eveneens 4<sup>de</sup> bij de scholieren meisjes. Iedereen kon na afloop met een leuke herinnering: een AVI Wilrijk soepkom naar huis!

## Mededelingen jeugd

- Nieuwe aansluitingen.
  - Onze werking blijft in trek en door mond-aan-mond reclame kunnen we toch regelmatig een nieuw lid inschrijven. In de loop van januari konden we zo Ava Brijs als benjamin inschrijven. We hebben op training al kunnen zien dat ze snelle beentjes heeft en we hopen haar af en toe eens in een wedstrijdje aan het werk te zien. Maar nog belangrijker is dat ze zich goed zou voelen in de club!
- Jeugdweekend in Herentals.
  - Zoals elk jaar gaan we terug op sportweekend naar het Sport Vlaanderen (vroeger BLOSO) sportcentrum in Herentals. Dat weekend zal dit jaar doorgaan van vrijdag 7 tot zondag 9 april. Hou dit weekend alvast vrij in jullie agenda; wie er reeds bij waren weet dat dit een topweekend is! Meer informatie en een uitnodiging zal in maart uitgestuurd worden.



Nog een knappe foto van de start van de 1km op de corrida! (met dank aan Marc Van Hove)

### Tussenstand klassement WALO jeugd seizoen 2016-2017.

Het crosseizoen zit er al voor meer dan de helft op en er is momenteel weinig gewijzigd aan de top van het klassement: de eerste 5 blijven dezelfde namen waarbij Lorien nu wel Julie heeft verdrongen van de 4<sup>de</sup> plaats. Jasper nog steeds aan de leiding, gevolgd door Paulien. Wat ons plezier doet is te zien dat nu al 34 Vliegende Schoenen aan 1 of meerdere wedstrijden hebben deelgenomen. Met onze eigen cross op 18 februari op de Ster in Sint-Niklaas hopen we dat dat aantal nog sterk groeit!

Tot slot nog even herhalen dat wie op het einde van het zomerseizoen (in 2017 dus) 40 punten haalde in ons klassement zal daarvoor op ons clubfeest in 2017 (maar dat is nog veraf) beloond worden.

Wedstrijd	Berendrecht 8/10	Wommelgem 15/10	Schoten 22/10	Zandhoven 12/11	Hoboken 19/11	Stabroek 26/11	Burcht 3/12	Nieuwkerken 19/12	Wommelgem 14/1	Wijk 21/1	9 Beste	Totaal cross
<b>Naam</b>												
De Grave Jasper	8	9	9	7	7	9	9	5				63
Martens Paulien	7	8	8	5	8	6	7	5				54
Haentjens Cedric	5	6	6	5	7	5		5	6	6		51
Aelbrecht Lorien	6	6	5		7		6	6	5	5		46
Martens Julie	5	5	5	5	5	5	5	5				40
Vonck Lars		5	5		5	5	6	6	5			37
Vankerkhove Elise	5	6	6		6		6	7				36
Aelbrecht Liesl	5	5	5		5		5		5	5		35
Aelbrecht Jente	5	5	5				5	5	5	5		35
Thoen Nicolai				6	6	6	5	5		5		33
Thoen Tibault				5	5	6	5	5		5		31
Vaerewijck Jinte			5	5			5	5	6	5		31
Vonck Jens		5			5	5	5	5	5			30
Thoen Manon				5	5	5	5	5		5		30
Van Bogaert Anke	5	5	5			5				5		25
Stappers Jesse		5		5		5		5		5		25
Nkoranigwa Owen				7				7		8		22
Courtens Shari		5	5				5	6				21
Poppe Marie		5			5		5			6		21
Van Hooste Tijn					8			8				16
De Gent Maxim									8	8		16
Vankerkhove Gilles							5	6				11
Vanderghote Chloe			5					5				10
Lippens Sem										8		8
Van Hooste Malou					7							7
Nkoranigwa Noah								7				7
Smet Arne								7				7
Smet Hanna								6				6
Van Cotthem Lise								6				6
De Jonghe Noa								6				6
D'Hooghe Inthe								5				5
Heeman Lars								5				5
Schelfaut Linde							5					5
Verhulst Vince								5				5



## WALO In de kijker: Ronny Wagenaer

### Wie is je (sport)idool? Waarom?

Ik ben niet iemand die met idolen dweept maar als ik toch iemand moet kiezen dan kies ik voor een voetballer. Niet CR7 of Messi maar iemand van de "goede oude tijd" van SK Beveren: Heinz Schönberger. Een voor velen minder gekende, maar een goede en bescheiden voetballer met een fluwelen baltoets (iets wat ikzelf nooit had). Met hem is Beveren eind jaren '70, begin jaren '80 2 x kampioen geworden en heeft het 2 x de beker van België gewonnen.

### Voor welke sporttak heb je het meeste/minste bewondering? Waarom?

Ik bewonder alle sporten en sportievelingen maar misschien heb ik nog het meeste bewondering voor diegenen die intensief en professioneel een sport beoefenen en er niet rijk van worden (denk maar aan zwemmers, judoka's of zeilers).

### Wat is je beste sportprestatie ooit?

De marathon lopen in minder dan 3 uur. Dat is me vorig jaar eindelijk gelukt (in Eindhoven op 9 oktober 2016). Op de 2e plaats komt het lopen van de Dodentocht: 100 km aan één stuk lopen, dat is niet niks.

### Heb je nog andere hobby's/talenten? Welke?

Vroeger speelde ik ook voetbal (vooral minivoetbal en zaalvoetbal) maar dat is verleden tijd. Ik heb sinds 2 jaar een koersfiets en rijd daar in de zomer graag mee rond. Ik heb ook al eens aan een duathlon en een kwarttriathlon meegedaan. En in de winter ga ik skiën.

### Welke (sportieve) uitdaging wil je ooit nog aangaan?

Ik kan er niet onmiddellijk één verzinnen, ik vrees dat ik met de marathon van Eindhoven mijn "bucket list" afgewerkt heb (waarop ook de Dodentocht en de beklimming van de Mont Ventoux stonden). Gewoon genieten van het lopen en blessurevrij blijven, misschien?

### Welke positieve/negatieve gebeurtenis in de wereld is je het beste bijgebleven? Waarom?

Negatief, de aanslagen door IS in het Westen omdat het zo zinloos is en zo dichtbij is, het kan dus iedereen van ons overkomen. Positief, de solidariteit tussen mensen die zich bij dergelijke aanslagen en rampen manifesteert.

### Beschrijf je ideale droom/dag...

Samen met mijn gezin (vrouw en 3 zonen) ergens op een warme en zonnige plaats genieten van de gewone dingen des levens. Het hoeft niet op een tropisch eiland te zijn, Spanje of Portugal volstaat.

### Wie is je ideale date? Bij uitzondering mag je je partner niet vernoemen...

Net zoals ik geen sportidolen heb, heb ik ook geen andere idolen. Ik kan er dus geen naam op plakken. Gewoon een knappe vrouw die sportief is, dezelfde interesses heeft ...

### Wat zijn voor jou de positieve eigenschappen van WALO?

De vriendschap tussen de leden en de ongedwongenheid waarmee alles gebeurt. We zijn geen club van "moeten" maar van "mogen" en van "willen".

### Wat wil je veranderd zien bij WALO?

Niks in het bijzonder, alleen moet er misschien werk worden gemaakt van de instroom van nieuwe en jonge leden. Anders verworden we op termijn tot een club van oude mannen en vrouwen. Hoe dit moet gebeuren? Daar heb ik jammer genoeg ook niet onmiddellijk een pasklaar antwoord voor.

### Welke WALO-atleet wil je volgende keer in 'WALO in de kijker'?

Bruno Wittock



# Winterkalender KAVVV

Datum		Club	Plaats	Uur
Zaterdag 18 feb	Stercross	WALO	recreatiedomein "De Ster" Lange Rekstraat Sint-Niklaas	13.30u
Zaterdag 25 feb	Memorial Jos De Borger Cross	SAV	Gemeentepark Braamstraat Schoten	13.30u
Zaterdag 04 mrt	6 <sup>e</sup> criteriumcross	APSO	Voetbalstraat Zandhoven	13.30u
Zaterdag 18 mrt	Veldloopkampioenschappen	KAVVV	Camping De Watertoren Steenovenstraat 137 Berendrecht	13.30u
Zaterdag 25 mrt	13 <sup>e</sup> Pito Polderloop 3 <sup>e</sup> criterium stratenloop D/H 5km – D/H 10 km	ACSS	Laageind 19 Stabroek	13.30

Voor meer details zie "AVVV Officiële winterkalender 2016-17" of <http://www.kavvvv-atletiek.eu/home.htm>

# Zomerkalender KAVVV

Datum		Club	Plaats	Uur
Zaterdag 01 april	Kastelenloop 4 <sup>e</sup> criterium stratenloop D/H 10 km	APSO	Voetbalstraat Zandhoven	14.00u
Zaterdag 08 april	Stratenloop 5 <sup>e</sup> criterium stratenloop D/H 5 km – D/H 10 km	SAV	Braamstraat Schoten	14.10u
Zaterdag 22 april	Pistemeeting V: 110m – 1500m – kogel M: 100m – 3000m - ver	APSO	Gemeentelijke atletiekpiste Voetbalstraat Zandhoven	14.30u
Maandag 01 mei	Mei-loop Stratenloop D/H 5km – D/H 10 km	WALO	Dorpsplein Nieuwkerken-Waas	14.15u
Woensdag 10 mei	Pistemeeting (avond) V: 200m - 3000m – kogel H: 200m – 3000m - kogel	SAV	Gemeentepark Braamstraat Schoten	19.00u
Vrijdag 12 mei	Pistemeeting (avond) V: 100m – 800m – speer H: 100m – 800m - speer	WAV	Recreatiedomein Fort II Wommelgem	18.30u

Voor de pistemeetings zijn in bovenstaande tabel enkel de nummers opgenomen voor jun/sen/mas

Voor meer details zie "AVVV Officiële zomerkalender 2017" of <http://www.kavvvv-atletiek.eu/home.htm>

## Kalender Wedstrijden buiten het KAVVV Circuit

Datum	Wedstrijd	Plaats	Afstand	Start
zaterdag 18 februari 2017	Leopoldsloop	<i>Watervliet</i>	28 Km	14u00
zondag 5 maart 2017	Oostende- Brugge Ten Miles	<i>Brugge</i>	10 Mijl	11u00
zondag 12 maart 2017	Endurance Day	<i>Hamme</i>	100 Km 50 Km 42,195 Km 21 Km	7u30 9u00 11u00 13u00
vrijdag 17 maart 2017	Avondloop voor Guinee *	<i>Tielrode</i>	4,2 Km 8,4 Km 12,6 Km 16,8 km	20u00 20u00 20u00 20u00
zondag 19 maart 2017	Dwars door Dendermonde	<i>Dendermonde</i>	5 Km 10 Km	14u00 15u00
zaterdag 25 maart 2017	25 Km van Hulst	<i>Hulst</i>	7,1 Km 12,8 Km 25 Km	14u00 14u00 14u00
zaterdag 26 maart 2016	Marathon van Lier	<i>Lier</i>	42,195 Km 5 Km 10 Km	10u00 14u30 14u30
zaterdag 8 april 2017	Wolvenjogging	<i>Wachtebeke</i>	5 Km 10 Km 10 Mijl	15u00 15u00 15u00
zondag 9 april 2017	Vlaanderens Mooiste Marathon	<i>Zwalm</i>	42,195 Km 21 Km	10u00 10u00
zondag 9 april 2017	Marathon Van Rotterdam	<i>Rotterdam</i>	42,195 Km	10u00
zaterdag 15 april 2017	Logus De Hoop Marathon Zeeuws Vlaanderen	<i>Terneuzen</i>	42,195 Km	11u00
zondag 23 april 2017	10 Miles Antwerpen	<i>Antwerpen</i>	42,195 Km 5 Km 10 Mijl	9u00 12u00 14u30
zaterdag 6 mei 2017	Jogging Verloren Bos *	<i>Lokeren</i>	5 Km 10 Km	14u30 15u30

In elk van deze wedstrijden lopen wel WALO's mee. Spreek eventueel onder elkaar af om gezamenlijk op te trekken. Bij deelname aan wedstrijden gemarkeerd met een \* worden er 5 Walo-punten toegekend. De "extra-punten" van Walo worden toegekend indien men aan deze vermelde wedstrijden of organisaties meeloopt in WALO-kledij en is ingeschreven onder WALO. Starturen zijn louter indicatief op basis van de gegevens waarvoor wij momenteel beschikken. Gelieve deze dan ook steeds te verifiëren via de websites van de organisaties.