

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

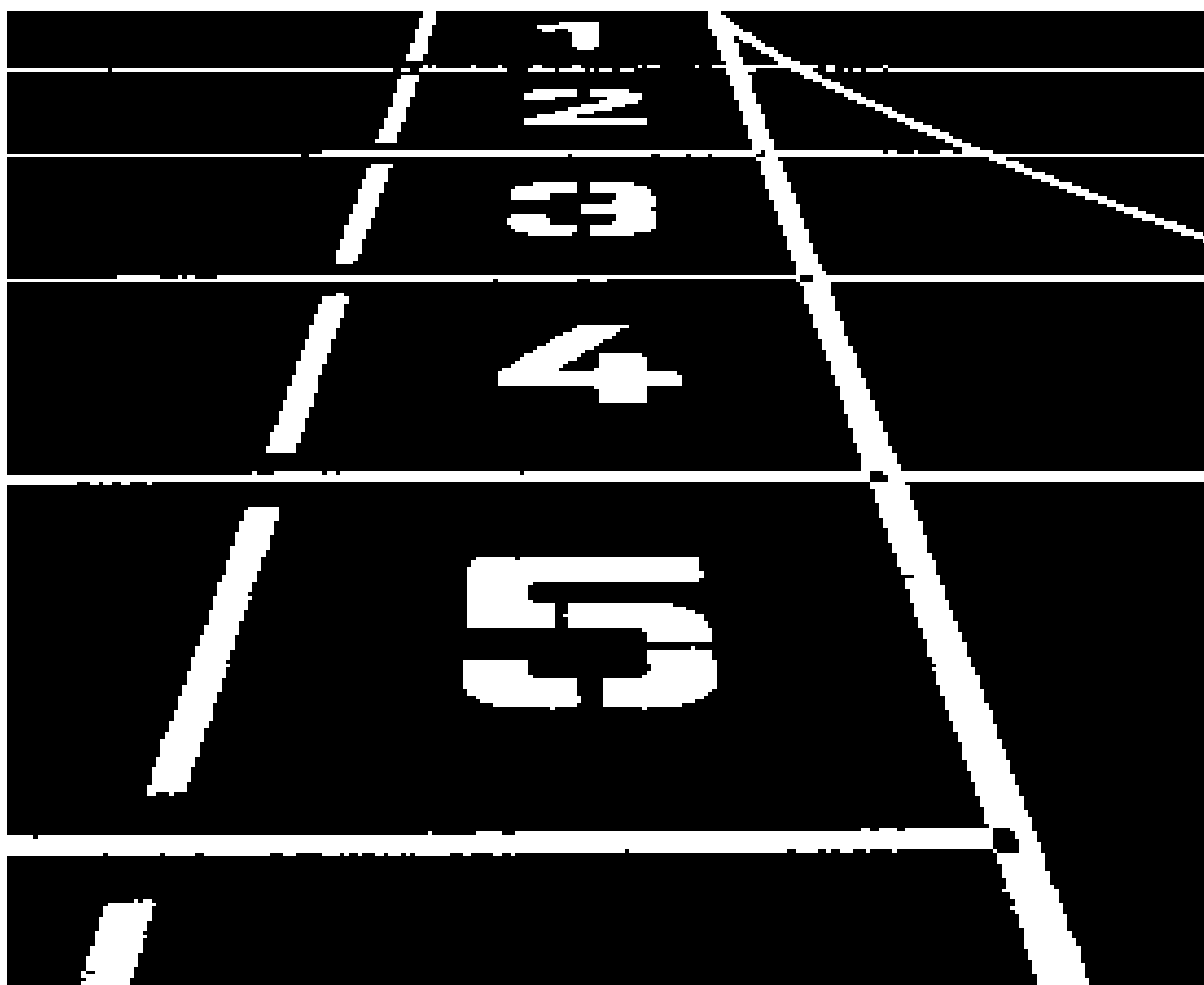
Tweemaandelijks tijdschrift P916975
Masspost Sint-Niklaas Europark Noord 31C
9100 Sint-Niklaas
april - mei 2022



PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE

WALO

W A S E L O P E R S



41^e jaargang

v.u.: Jean-Pierre Verbraeken, J.V. Arteveldestraat 43, 9100 Sint-Niklaas

KEVIN VERGUCHT



SCHILDER- & DECORATIEWERKEN

Heihoekstraat 59, 9100 Nieuwkerken-Waas

Tel: 0486 31 86 59

www.kevin-vergucht.be



Van Eynde Lieven

Puiveldestraat 1

9112 Sinaai

Tel / 03 219 45 64

GSM / 0496 75 56 15

Lievinus is gespecialiseerd in waterpompen, hogedrukpompen, zonnepanelen en inox leidingen.

SCHILDER- EN DECORATIEWERKEN



PAELINCK
ANDRE

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 prijsofferte

a.paelinck@skynet.be



4all cars

Your Mobility. Your Story. Our Solution.

Het eerste woord is aan de voorzitter.

Sint-Niklaas, 22 april 2022

Beste Walo's.

Dit is mijn eerste voorwoord in het boekje. Het is nog wat zoeken, maar ik ga hier een aantal zaken neerschrijven die ik ook mondeling vertelde op de receptie van een tijdje geleden. Vooreerst toch nog een welgemeende dankjewel aan ons aller Rik. Hij heeft van Walo een warme, gezellige en sportieve club gemaakt die tot ver buiten het Waasland gekend is. Ik vermoed dat hij van deze avond genoten heeft en ik hoop dat hij en Liesbeth tevreden waren met de geschenken die we voor hen gekocht hadden. Het ga je nog goed Rik en we zullen je "kindje" blijven koesteren en verzorgen.



Na het vertrek van Rik hebben we er dus 3 nieuwe, jongere bestuursleden bij. Voor wie het nog niet zou weten zijn dit dus Ingrid Senaeve, Laurens Ally en Steven Somers. Ik reken op hen en op onze "anciens" om Walo enthousiast en dynamisch te houden en waar mogelijk nieuwe dingen te introduceren. Ik heb er alle vertrouwen in dat dit goed komt.

Walo moet één geheel vormen. De kinderen, de jongeren en de iets minder jongeren moeten en zullen de kans krijgen om Walo verder als een (h)echte vriendengroep te blijven ontwikkelen. Ook wordt er prima werk geleverd bij de jeugd "de vliegende schoen". Hier is van mij en gans Walo een welgemeende dankjewel aan André en zijn team op zijn plaats. Met Walo zitten we al jaren onder de koepel van het KAVVV & Fedes. De wedstrijden die vanuit deze federatie georganiseerd worden zijn voor veel leden (en terecht) zeer belangrijk. Weet beste leden dat je niet altijd ver moet rijden om een wedstrijd te lopen en dat je elke keer gratis kan deelnemen. Kijk zeker in het programmaboekje en kies je piste-, cross-, of wegwedstrijd. Maar ook regionale of nationale wedstrijden moedigen we aan. Ook al zijn daar geen punten te verdienen, ik weet dat Walo's daar graag van start gaan. Uiteraard blijven doen. Maar ook daar, draag je walo truitje en laat ons jullie ervaring of uitslag weten!

Verder ook belangrijk : de vele medewerkers die we telkens nodig hebben als we zelf onze wedstrijden organiseren. Elke keer zijn er veel helpende handen nodig. Ook hier een dikke, dikke dankjewel voor jullie inzet in het verleden. Voor de toekomst blijven we jullie persoonlijk via iemand van het bestuur vragen of we op jullie kunnen rekenen. Als er leden zijn die een taak op zich willen nemen (zonder dat we aan hen denken) laat maar iets weten. Weet dat je gerust de combinatie meelopen/meehelpen kunt doen.

Wat staat er nog op het programma dit jaar? Vooreerst de meilooop, het weekend, de Wot's, de pistemeetings, de aflossing, Walofeest, de nieuwjaarscorrida. Of er een bbq en buitenlandse reis komt moeten we nog bespreken. Bij al deze organisaties rekenen we op veel enthousiaste leden. Over alles zal tijdig via mail, facebook en het boekje gecommuniceerd worden. Zeker in het oog houden!

We zijn met Walo straks 41 jaar bezig. Ik ben zeker dat we als club nog kunnen groeien en als iedereen zich goed betrokken voelt bij de club gaan we voor de 50 jaar en dan krijgen we de titel van "koninklijke" club. Daar gaan we toch voor hé! Ik hoop velen van jullie te mogen begroeten op 1 mei. Beste groeten en... nog veel plezier bij alles wat jullie tussentijds doen.

Jean-Pierre of Jempi

COLOFON

WALO VZW

ondern. nr.: 0452.637.533

RPR: Gent afd. Dendermonde

Bestuur WALO:

Jean-Pierre Verbraeken, voorzitter

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, secretaris

hans_van_havermaet@hotmail.com

0496/59.88.66

Herman Verplancke,

hermanverplancke@hotmail.com

0485/38.19.26

Ingrid Senaeve

ingrid.senaeve@hotmail.com

0488 47 69 16

Laurens Ally

ally.laurens@gmail.com

0490 42.46.45

Steven Somers

somers-steven@telenet.be

Bankrekeningnummer: **NIEUW**

BE10 3632 1754 8004

WALO VZW

WALO-Jeugd:

Andre Martens,

amarten460@gmail.com

0475/98.34.74



Website:

www.walo.tk



Facebook:

WALO volwassenen

WALO jeugd

WALO-kledij (Bij Hans):

singlets: €30 – wintertruien (lange mouw): €40

trainingsvest: €50 trainingsbroek: €40 windjack: €40

t-shirt: €15

Lidgeden WALO:

voor 2022 hernieuwing lidmaatschap: €15

(coronakorting)

→nieuw lid betaalt €45,

na 01/09/22 betaal je €55 EUR (lid tot eind 2023)

kansenpas: €15 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
<i>Jean-Pierre Verbraeken</i>	
Mededelingen	p. 5
<i>WALO-bestuur</i>	
Meiloop	p. 6
<i>WALO-bestuur</i>	
WALO-Weekend	p. 7
<i>WALO-bestuur</i>	
WOT 2022!	p. 8
<i>Hans Van Havermaet</i>	
Stercross	p. 9
<i>Hans Van Havermaet</i>	
AV en huldiging Rik	p. 11
<i>Marc Van Hove / Herman Verplancke</i>	
De Jasperse halve	p. 12
<i>Chris Schelkens</i>	
Wolvenloop	p. 13
<i>Chris Schelkens</i>	
He's Back	p. 14
<i>Rudy Van Daele</i>	
Jelle is fan van Nederland	p. 15
<i>Jelle Van Stappen</i>	
Verder grasduinen in de geschiedenis vd OS	p. 16
<i>André Martens</i>	
niet-KAVVV&Fedes-Uitslagen	p. 18
<i>Herman Verplancke</i>	
Uitslagen KAVVV&Fedes	p. 19
<i>Herman Verplancke</i>	
Puntentabel	p. 23
<i>Herman Verplancke</i>	
Jeugdverslagen	p. 26
<i>André Martens</i>	
Mededelingen jeugd & Jeugdklassement	p. 33
<i>André Martens</i>	
Vliegende Schoen in de kijker	p. 35
<i>Jesse Stappers</i>	
WALO in de kijker	p. 36
<i>Marijke Dhollander</i>	
Kalender KAVVV&Fedes	p. 37
<i>KAVVV&Fedes</i>	
Kalender buiten KAVVV	p. 39
<i>Walter Senaeve</i>	



Mededelingen WALO, 14/04/2022

Algemene vergadering + receptie Huize De Meerleer vrijdag 25/03/2022

Er werd een wat grotere opkomst verwacht, maar desondanks was dit toch een geslaagde avond. Waarschijnlijk houden we deze locatie aan voor de toekomst. We gaan ons nog beraden over de formule. Houden we zoals in het verleden een nieuwjaarsreceptie of vervangen we deze door een jaarlijkse lentedrink ?

Zie ook artikel verder in dit boekje.

Programma eigen wedstrijdorganisaties lente-zomer 2022

Zaterdag 01/05/2022: Mei loop (Nieuwkerken) : Aanwezigheidstombola wordt behouden (niet-betalend)

zaterdag 02/07/2022: 1^{ste} pistemeeting (De Ster): Met o.a. hordenloop

zondag 07/08/2022: 2^{de} pistemeeting (De Ster): met o.a. Kampioenschap aflossing 4 x 400 + Kampioenschap steeple

zaterdag 24/09/2022: Aflossing van WALO (De Ster)

Walo weekend 13-14-15 Mei 2022 Koksijde

We hebben ongeveer 35 deelnemers.

Programma:

Vrijdag: fietsen en avondwandeling

Zaterdagvoormiddag: strandloop en/of wandeling, tafeltennis...

Zaterdagnamiddag: strandspelen o.a. kubb, petanque, frisbee, eventueel balspelen.

Zaterdagavond: kwis i.s.m. Jong Walo

Zondagvoormiddag: strandloop, wandeling, Kubb, tafeltennis

Zondagnamiddag: huiswaarts fietsers, eventuele namiddagactiviteit indien interesse.

Walo on Tour (WOT)

Lopen (keuze tussen verschillende afstanden en aangepaste tempo's) of wandelen "op verplaatsing" met een gezellige nadrink. Telkens op een woensdagavond: we starten om 19u30

Details worden nog gecommuniceerd.

Weerhouden datums:

18/05 Kruibeke

08/06 Sint-Gillis Waas

06/07 Moerzeke

27/07 Sint-Gillis Dendermonde

10/08 Sinaai

31/08 Nieuwkerken

Levensloop Beveren 15/10/22 en 16/10/22

Walo-leden kunnen zich inschrijven en deelnemen onder Walo-vlag maar we hebben momenteel geen echte teamverantwoordelijke. Dit is niet echt nodig, maar indien iemand zich mocht geroepen voelen zich hiervoor te engageren en de zaken wat te organiseren (wat betreft timing, samen lopen etc...), mag diegene het bestuur contacteren.



Meiloop

zondag 1 mei 2022

Inschrijven: *Centrum Ten Bos*, Ten Bos 33 vanaf 12u00

Kleedkamers/Douches: Sporthal *De Mispelaer*, Gyselstraat

Afstanden: Benj.: 675m - Pup.: 900m - Min.: 1225m

Vanaf Cadet: 5km of 10km

Starttijden: 13u45 Jeugdreeksen

14u15: 5km

15u00: 10km

Podia, dorpsplein: Eerste drie van Ben j, Ben m, Pup j, Pup m, Min j en Min m

Eerste drie vrouwen 5km, eerste drie vrouwen 10km

Eerste drie mannen 5km, eerste drie mannen 10km

Prijzen: Voor elke aankomst, onmiddellijk na de wedstrijd in *Centrum Ten Bos*.

EHBO: Wase Hulpdienst

Kom na je wedstrijd nog iets drinken in Centrum ten Bos en wie weet misschien win je wel een mooie prijs bij de aanwezigheidstombola.

Walo weekend – 13/14/15 mei 2022 – Reigersnest Koksijde



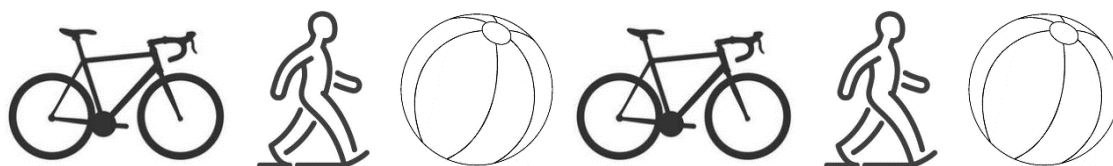
Over een aantal weken trekken we dus met een mooie groep naar de kust. We zitten daar goed, het eten is er lekker en de activiteiten zullen op maat van iedereen zijn.

Programma:

- Wie met de fiets gaat meerijden : vertrek om 10.00 uur – hier bij mij thuis. We rijden een tempo dat voor iedereen in orde is en er wordt een tussenstop voorzien. Diegenen die met de koersfiets dus meerijden, geef vooraf een seintje aan mij.
- De anderen kunnen in de namiddag of 's avonds toekomen en vanaf 16.00 uur kunnen we op de kamers.
- Avondeten en daarna nog een avondwandeling. Het is mei, dus licht genoeg om nog even buiten te komen. Bezoek aan de bar voor de liefhebbers.
- Zaterdag: na het ontbijt is er lopen of wandelen voorzien. Het zou fijn zijn als de lopers en wandelaars er samen op uit trekken.
- Na het middageten: bij goed weer strandspelen voor jong en minder jong. Is goedkoop, we moeten ons niet ver verplaatsen en er is leute voor iedereen. Wie petanque ballen, een kubb spel, een frisbee, een vlieger, schepjes, een voetbal, vouwzeteltjes, ...heeft breng dit dan zeker mee. Als het weer toch niet zo goed zou zijn voorzien we een plan B.
- Daarna even uitblazen op het terras en avondeten.
- Na het avondeten zal er een fijne, verrassende quiz zijn. Ingrid zal deze presenteren.
- Nakaarten in de gezellige bar tot...
- Zondag: na het ontbijt, voor de meesten nog een wandeling. Na het middageten zullen de fietsers direct vertrekken. De anderen kunnen nog wat kuieren in Koksijde of direct huiswaarts rijden.

Ik ben zeker dat dit weer een top weekend zal worden. We zijn met 37 !

Jempi



WOT 2022!

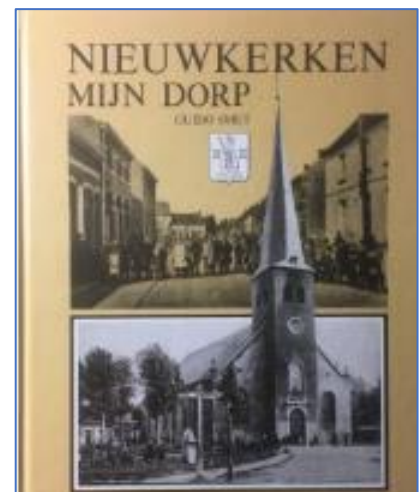
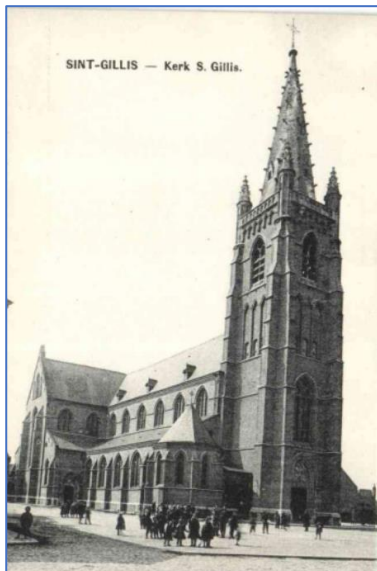
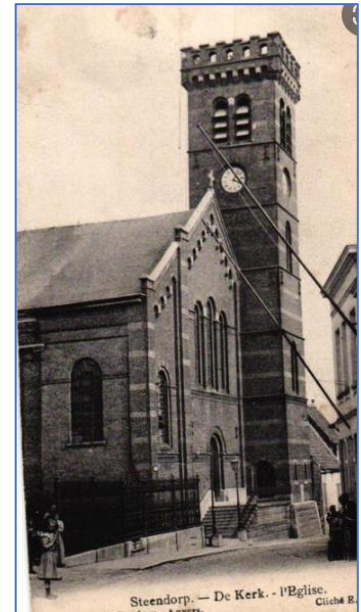
5 data voor Walo On Tour (WOT)

= Lopen in een andere omgeving op volgende woensdagen om 19u30:

- 18/05: Herman (Steendorp).
- 08/06: Albert en Francine (Sint-Gillis-Waas).
- 06/07: Hans (Moerzeke).
- 27/07: Kris (Sint-Gillis-Dendermonde).
- 10/08: Danny (Sinaai).
- 31/08: Rik (Nieuwkerken).

Verschillende tempo's (wandelaars, joggers en atleten).

Douche en drankje achteraf.



STERCROSS 2022



Na onze nieuwjaarscorrida eind december 2021, stond als volgende 'echte' wedstrijd de Stercross geprogrammeerd. De covid-restricties leken van die aard dat een 'gewone' wedstrijd georganiseerd kon worden.

Toch werd het nog even spannend. Er was nood tot een vergunning van de Stad en die leek even op zich te wachten. Bijna werd de cross afgelast maar dankzij contacten bij de Stad werd het verlossende antwoord tijdig verkregen.

Het draaiboek van de vorige edities werd afgestoft en de taken werden verdeeld en uitgevoerd. Zoals voorheen, werd op vrijdag het parcours reeds opgebouwd t.h.v. de atletiekpiste. De vele handen maakten deze taak draagbaar.

Op zaterdag werd het Ster betreden. De parcoursbouwer Rik, zette de omloop uit in het bos. Naar verluide werd er tijdens zijn laatste taak als voorzitter nog duchtig gesleuteld aan de opbouw. Maar naar gewoonte, viel alles in zijn plooi. Door een beperkt aantal aanwezigen, werd het wel krap om het parcours op tijd vrij te geven. Maar eind goed, al goed.

Met extra parcourscontrole voor het CST (wat is dat nu alweer?) kon de Stercross op gang geblazen worden. De jeugd van AC Waasland en Volharding Beveren waren ook nu weer in grote getale aanwezig. Dit enthousiasme maakt ons fier.

Bij de volwassenen leek het enthousiasme wat getemperd. Mogelijk is de traditie doorbroken en dient dit opnieuw opgebouwd te worden. Onze leden zelf lieten zich niet onbetuigd. Zeker in de herenreeks 50+ en 60+ kleurde de kop van de wedstrijd rood-wit.

Deze editie was alweer een bevestiging van onze loopfilosofie. Sportief strijden in een gezellig sfeertje. Deze lijn zullen we blijven

doortrekken, ook na het afscheid van Rik als voorzitter. Zijn officieel afscheid zal later gevierd worden, maar bij deze nogmaals: **Bedankt Rik!**

Op de volgende,

*tekst: Jacques Trappist.
foto's: Marc Van Hove*



ING



BVBA Nooranja

FSMA-nr 110637cA-cB | BE 0847.203.344.

Kerkstraat 36 - 9120 Vrasene

Tel: 03 750 29 60

Mail: nooranja-vrasene@ing.com

Web: www.ing.be

Pieter-Jan, Ronny, Kjell, Veronique, Valerie, Jolien

Openingsuren van het agentschap:

Maandag	09:00 – 12:30	13:30 – 16:30
Dinsdag	09:00 – 12:30	13:30 – 16:30
Woensdag	09:00 – 12:30	13:30 – 16:30
Donderdag	09:00 – 12:30	13:30 – 18:00
Vrijdag	09:00 – 12:30	13:30 – 16:30



ONGHENA

— since 1973 —

Dorpsplein 5 . B-9100 Nieuwkerken-Waas
T 03 780 90 80 . www.onghena.com

Textiel
Carwrap
Ontwerp
Drukkerwerk
Publiciteit
Belettering
Kopie & Print



PRINTHINGS.be

Tersele | Sint-Niklaas | Lokeren | Dendermonde



www.printhings.be

DRANKENHANDEL

B.V.B.A.



Pastorijstraat 17 - 9100 NIEUWKERKEN - Tel. 03.766.20.09

Openingsuren:

di-woe: 8.00u-17.30u
vr: 8.00u-18.00u
za: 8.00u-17.00u
zon-ma: gesloten

Bloemensierkunst
Guylène



Pastorijstraat 31
9100 Nieuwkerken-Waas
Tel 03 766 10 68

Openingsuren

Maandag gesloten
Di t/m za 9.00 - 18.00
Zondag gesloten

guylene@skynet.be
www.bloemenguylene.be

FLEUROP



DE GROENEN
BOOMGAARD

VERHOFSTEDEROMBOUT
STEFAN & ANNELIES

Peren-Appelen-Aardappelen-Fruitsop

VRASENENSTRAAT 248
9100 NIEUWKERKEN-WAAS

0472/52.80.68 - 03/775.84.31

stefanverhofstede@hotmail.com

BTW BE 0894.058.502

HOEVEWINKEL DE GROENEN BOOMGAARD
MAANDAG TOT VRIJDAG: 8U30-19U
ZATERDAG: 8U30-18U

algemene lood-, koper- en zinkwerken,
asfaltwerken en sanitaire installaties



BVBA SANITAIR
DE ROP WIM

De Rop Wim
zaakvoerder

VLASBLOEMSTRAAT 30 - 9100 NIEUWKERKEN WAAS - TEL : 03/777.78.77
GSM : 0496 26 67 69

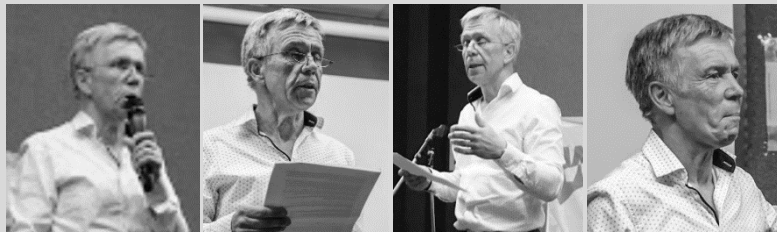
Vrijdagavond 25 maart, niet zomaar een avond...



De avond begon heel serieus... Algemene Vergadering, statuten, jaarrekening, enzovoort.



Het verjongde, nieuwe bestuur werd voorgesteld.



De versbakken nieuwe voorzitter stak zijn maidenspeech af. Het enthousiasme spatte ervan af.



En de oud-voorzitter werd gehuldigd, moest de ene na de andere speech aanhoren, en werd bedolven onder de cadeautjes. Hij mocht ook nog even zelf het woord nemen. Rik glunderde, tevreden terugblikkend op zijn lange WALO-carrière. Van Hendrik Conscience wordt gezegd: "Hij leerde zijn volk lezen", van Rik zal gezegd worden: "Hij leerde de Nieuwkerkenaar lopen"



En daarna mocht jong en minder jong WALO doen waar ze goed in zijn: gezellig als vrienden bijpraten bij een natje en -mag ik het zeggen- overheerlijke hapjes



foto's: Marc Van Hove
tekst: Herman Verplancke

De Jasperse Halve (Axel) kon na twee jaar terug van start en levert meteen top-10 plaats op

De vorige editie dateert al van 22 februari 2020. Niemand kon toen vermoeden dat het coronavirus ons leven zo lang zou verstoren. Maar nu lukte het terug. Zij het wel in een beperkte versie.

-Chris Schelkens-

Aangepast

Traditiegetrouw zijn er in het criterium van "Stichting Sport Promotie" (SSP) steeds drie afstanden. In Axel is dat niet anders. Maar dit jaar dwongen de toen nog geldende coronamaatregelen tot enige aanpassing. De kortste afstanden sneuvelden op het corona-altaar en enkel de halve marathon bleef over. Op die manier kon men uiteraard het aantal deelnemers beperken. Kort voor de wedstrijd versoepelden de maatregelen bij onze noorderburen. En dat was duidelijk te merken. Geen CST, geen mondkmaskers....

Het leek wel terug zoals twee jaar geleden!

Grote ronde

Aan ruimte is er in Zeeuws Vlaanderen geen gebrek. Eén grote ronde uittekenen van 21.1 km in de uitgestrekte polders is dus niet meteen een probleem. Kort na de start beland je al in de mooie lange dreven en wegeltjes met prachtige vergezichten. Het valt telkens op dat de Nederlandse organisatie weinig seingeverers in stelling moet brengen. De nodige pijltjes zorgen ervoor dat iedereen probleemloos de weg naar de eindmeet vindt. Dit jaar leek SSP een extra bericht naar de weergoden gestuurd te hebben. De storm van de week ervoor ruimde plaats voor een staalblauwe

hemel en schitterende winterzon. Het maakte het parcours nog mooier.

WALO op post

Precies 130 atleten trokken naar Axel en gingen de uitdaging aan. Vier Walo's stonden startensklaar. Filip finishte knap op de negende plaats. Ook de andere clubgenoten deden het goed. Christophe kwam als 29^{ste} over de meet, Joakim als 51^{ste} en Chris als 74^{ste}.

De organisaties van SSP blijven een gezellige bedoening. Jammer dat het criterium dit jaar bijna volledig de mist inging. Voor amper €5 inschrijvingsgeld krijg je een goed georganiseerde wedstrijd. Iets wat nog moeilijk te vinden is.

Hopelijk krijgen we volgend seizoen terug een volledige editie!

Resultaat

9	Filip Mortier	1:18:46
29	Christophe de Grande	1:26:54
51	Joakim Van Gasse	1:36:58
74	Chris Schelkens	1:46:59

De volledige uitslag en foto's zijn te vinden op de Facebookpagina

<https://www.facebook.com/roadrunningaxel>



© Jaap Overdulve



Wolvenloop in Wachtbeke levert podiumplaatsen op.

Na twee jaar coronamiserie pakte JC Moerbeke op 2 april terug uit met hun jaarlijkse Wolvenloop in het provinciaal domein Puyenbroek. Ieder jaar kon de organisatie een mooi aantal deelnemers inschrijven. Zou dit na de coronapauze terug het geval zijn?

- Chris Schelkens -

Herfst in de lente

Bij het begin van de paasvakantie zou men al wat zon kunnen verwachten. Maar in deze editie leek het eerder winters met een ijskoude wind.

Nagenieten op een terrasje was dan ook niet aan de orde. Maar gelukkig was er binnen voldoende plaats om nog wat na te praten. En de ijzige koude schrikte de deelnemers duidelijk niet af.

Net zoals in de pré-corona tijd ging de inschrijvingsteller vlot boven de 400. Een heel mooi resultaat. Corona liet hier dus geen sporen na.

Natuur

Verwonderlijk is het natuurlijk niet.

De drie mogelijke afstanden van 5, 10 of 16 km slingeren zich door de mooie natuur van het domein

Puyenbroek. Alle paden zijn prima onderhouden en perfect beloopbaar. En ook met de rest van de organisatie zit alles in de haak.

Het succes komt dus zeker niet onverwacht.

De drie afstanden starten op hetzelfde uur en plaats. De langere afstanden splitsen zich dan af en tonen je de mooiste plaatsjes van het domein.

Podia

Vijf Walo's tekenden present in Wachtbeke.

En drie konden nadien het podium op. Marita Hofmans, Ronny Wagenaer en Christophe De Grande kregen een medaille rond de nek. Ook voor Danny Van Damme en Chris Schelkens was het een succesvolle en gezellige namiddag.

Afspraak dus opnieuw volgend jaar!



Nieuw WALO-lid: Marita H op 1! © Chris Schelkens



Ronny W (l) en Christoph DG (r) © Gessy Roelandts



Chris S (l) en Danny VD (r) © Yves Van Hoeck



Bijna twee jaar corona, een hardnekkige kwetsuur, maar hij is terug! En hoe? Rudy Van Daele, ultraloper, vindt zowaar zijn tweede adem: op en over de 300 marathons. De redactie mocht het volgende relaas vinden in de WALO-mailbox:

In maart 2020 liep ik mijn 3e marathon van het jaar 2020, en daar is het ook bij gebleven. Na de 50K in Stein in maart was het mijn bedoeling om mijn 300ste te lopen in Hamme. Het was ook zo aangekondigd op de website, maar Corona stak er een stokje voor. En bleef er ook een stokje voor steken, niet enkel in 2020 maar ook in 2021. Ondertussen bleef ik trainen, maar kreeg vanaf september 2020 problemen met mijn linker achilles. Ik herkende het probleem (5 jaar er voor scheurde ik mijn rechter achilles, met lange revalidatie van dien, en liet me, tevergeefs, behandelen.

Uiteindelijk ging snelheid en afstand zodanig achteruit dat ik koos voor een chirurgische aanpak in juni 2021, met de bedoeling om in Flanders Fields (IFF-) marathon drie maanden erna te kunnen lopen. "Gelukkig" werd IFF afgelast door corona, zodat de ononderbroken reeks van de IFF niet in het gevaar kwam. Uiteindelijk waren er nog drie mogelijkheden later in 2021, maar het herstel van de achilles was te traag om hierop in te gaan. Ik liep m.a.w. geen enkele marathon in 2021.

In januari dit jaar doe ik een langere training met voldoende kwaliteit, en ik besluit om een poging te wagen om mijn 300ste te lopen: de M&M tweedaagse in Aalter op 20 februari. Mijn eigen corona is even een

bedreiging, maar dat viel goed mee. Twee weken voor de geplande marathon loop ik een 30-ger, en de achilles houdt het!

Ik vertrek met volle moed, maar lopen tussen twee zware stormen zal een uitdaging zijn, en dat was het ook. 6BF met rukwinden, op een geaccidenteerd parcours van 944m lang, op en af trottoirs en met de veelvoudige regen vol met plassen. Halverwege is het beste eraf, en gaat het bergaf. De achilles doet geen pijn, tot mijn verbazing, maar ik merk toch dat ik anders loop. Blijkbaar begin ik ongewild te compenseren, en wordt de rechterkuit overbelast. Ik had nog verder kunnen lopen, maar telkens trager. De aankomsttijd is precies de tijd die ik vooraf als mogelijk achtte 3h42, een behoorlijke tijd in dergelijke omstandigheden. Terwijl mijn kleindochter juicht voor haar opa, kom ik meer dan tevreden aan: eindelijk staat die drie er voor. 't is maar een nummer, maar als je er twee jaar op wacht, dan wordt dat ene nummertje hoog tijd. Ik kan nu, zonder druk, de draad van twee jaar terug trachten op te nemen. Ondertussen staan er drie mogelijke marathons op de looplijst (voor maart). Dit zal afhankelijk zijn van het herstel van de kuit en achilles. Dicht bij de drie uur zal me niet meer lukken, maar dicht bij de 3h15 moet wel nog lukken, mits totaal herstel van achilles.

Tot slot nog iets met getallen. De 300 marathons zijn gelopen vanaf 1999 tot nu. Ik liep nooit meer dan 24 marathons per jaar, maar wel enkele jaren 24 per jaar na elkaar. De verdeling is toevallig verdeeld in 200 marathons en 100 ultra's. Slechts drie keer in blijvende, gietende regen gelopen, en de marathon in Aalter was zo'n editie. De laatste tien jaar zijn er heel wat langere trails bij gekomen, gaande van 55K tot 125K. In totaal ben ik 15 keer de 100k gepasseerd. En neen, ik liep nooit de dodentocht van Bornem, noch liep ik in New York. De langste duurtijd was 28 u, toen ik in Madeira in het noorden om 00h vertrok, om twee dagen erna om 4u 's ochtends in het zuiden aan te komen. Deze wedstrijd had ook de meeste positieve hoogtemeters 5500m. Mijn beste tijd op de marathon was 2h57 en in totaal ben ik 7 keer (net) onder de drie uren gedoken. Qua temperaturen was de Festival Trail de Semois (56k) de warmste met een max temperatuur van 36°C. De koudste was de 50K van Soerendonk toen het -2°C was. Tot slot: de meeste ronden die ik liep op een marathon waren er 105 nl op de Piste van Schaarbeek. Een heel aangename verrassing, want je zit zowel tussen de traagste lopers als de snelste lopers te lopen, en dan zie je dat iedereen wel minder snel/soepel loopt op het einde.

Sportieve groeten, Rudy

Jelle is fan van Nederland



Ik moet iets bekennen. Ik ben nogal fan van Nederland. Van de rechttoe-rechtaan mentaliteit van de Nederlanders. Van de Nederlandse ruimtelijke ordening. Van zijn natuur en van zijn fietspaden. En ook van zijn loopwedstrijden. Zo gebeurde het dat ik in maart twee weekends aantrad in Nederlandse wedstrijden in plaats van deel te nemen aan Vlaamse crossen. Ik liep twee halve marathons, in Gorinchem en in Berkel en Rodenrijs (dat laatste is weldegelijk één gemeente) en mijn hoge verwachtingen werden ingelost.



Ik verscheen wel bijna te laat aan de start van de Vestingloop in Gorinchem.

Dat kwam doordat ik eigenlijk veel te vroeg was.

Daarom besliste ik om nog op het gemakje een

theetje te gaan drinken in een gezellige gelegenheid in het aangename stadje. En ik bestelde me nog een tweede theetje omdat ik dacht nog meer dan tijd

genoeg te hebben. Tot ik plots helemaal achteraan stond van een wel erg lange rij aan de bagagestand. En die ging verdikken maar niet vooruit. En de omroeper bleef maar herhalen dat we zo dadelijk gingen starten. En elke 10 seconden keek ik naar mijn horloge want nu begon de tijd toch écht wel te dringen. Ik keek zo vaak op mijn horloge dat de tijd amper veranderde, maar mijn hartslag ging wel al de hoogte in nog voor de start. En toen het dan eindelijk aan mij was om mijn tas af te geven, weerklonk het startschot al!

Ik keek verschrikt op en een vloek ontsnapte uit mijn mond. Miljaar! Ik spurtte van de bagagestand naar de start, zo had ik meteen toch nog ingelopen ook, of toch ongeveer. Om vervolgens in een stilstaande massa terecht te komen die net in beweging kwam, helemaal achteraan in het startvak. Redelijk vlot kon ik de tragere lopers voorbij steken in de eerste 500 meters door het stadje, waarna ik soepel mijn eigen tempo kon lopen op de mooie dijk van de bekende rivier de Waal.

Nou ja, soepel. Er stond een strakke tegenwind, dus zo soepel ging dat nu ook weer niet. Dus ja, ik ben fan van Nederland. Behalve dan van zijn wind. Al zeker tijdens loopwedstrijden.

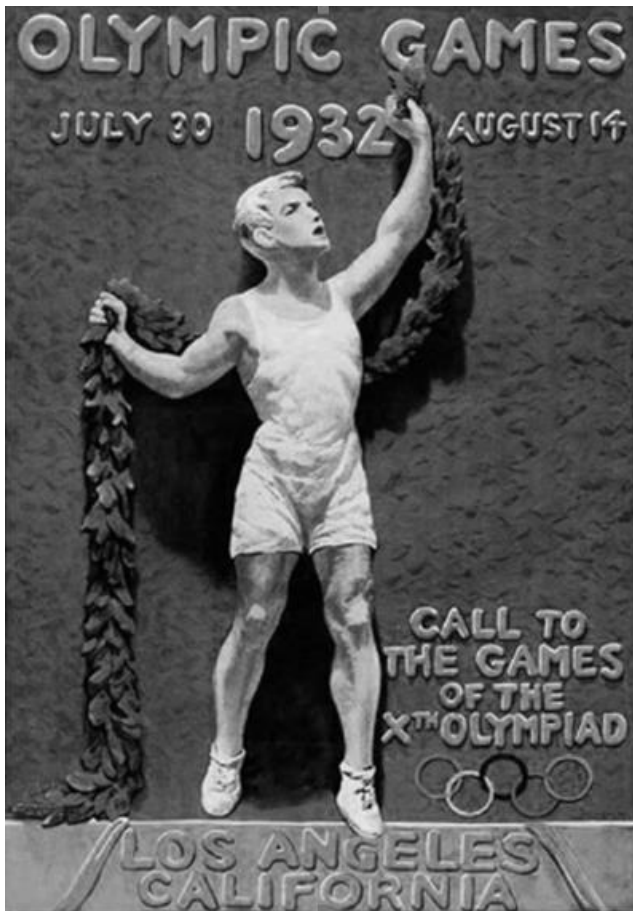
Jelle.

6 maart 2022 – Vestingloop Gorinchem (Nederland) – Halve marathon (en een paar 100 meter) – 1:30:24

20 maart 2022 – Lansingerland Run (Nederland) – Halve marathon (gehomologeerd) – 1:25:55

03 april 2022 - Marathon Hannover (Duitsland) - 2:59:20

Verder grasduinen in de geschiedenis van de Olympische zomerspelen.



Hoogtepunten:

Atletiek

Bij de atletiekwedstrijden werd een nieuwigheid toegevoegd: voor het eerst werd gebruikgemaakt van een fotofinish.

De Amerikaanse Babe Zaharias was de ster van de vrouwen atletiek competitie en kunnen we een beetje als voorloper van Naffi Thiam beschouwen: alhoewel de zevenkamp nog niet bestond wint ze twee gouden medailles: bij het speerwerpen en de 80 meter horden. Ze wordt daarnaast ook tweede bij het hoogspringen omdat haar techniek op het laatste moment als onreglementair wordt aangemerkt. Ze had kans gemaakt op meer medailles, maar vrouwen mochten slechts aan 3 individuele atletieknummers deelnemen. Ze was een uitzonderlijke atlete: na haar atletiek carrière nam ze op hoog niveau deel aan baseball wedstrijden en wist 10 golftoernooien

Los Angeles was de enige stad die zich kandidaat had gesteld voor de organisatie van de OS. Het was de periode van een zware economische crisis en mede door de lange reis die vele atleten moesten maken, was het deelnemersveld niet zo groot als in Amsterdam 4 jaar eerder.

De Spelen vonden plaats in het Memorial Coliseum, dat te dier gelegenheid tot een capaciteit van 105000 toeschouwers werd opgevoerd.

Er was een ruime publieke belangstelling vermits er dagelijks circa 75000 bezoekers waren.

Voor het eerst werd er een olympisch dorp gebouwd. Dit was alleen bedoeld voor de mannelijke deelnemers. De vrouwen werden ondergebracht in het Chapman Park Hotel.

Lacrosse en American football waren demonstratiesporten op deze Spelen.

(zogenaamde majors) op haar palmares te zetten!! Wat een veelzijdigheid!!

Door een fout bij de organisatie moesten de deelnemers van de 3000 m steeple een ronde extra lopen. De fin Volmari Iso-Hollo won de wedstrijd met 13 seconden voorsprong op de nr 2 in een tijd van 10'33.4, terwijl hij in de voorronde al een nieuw Olympisch record had gelopen in 9'14"6.

De Finse atleet Paavo Nurmi kreeg ter plaatse te horen dat hij niet mocht deelnemen aan de marathon omwille van vermeend professionalisme. Dit gold ook voor de Franse atleet Jules Ladoumège.

De Amerikanen hadden de snelste atleten op de korte sprintnummers. De 100 en 200 meter werden gewonnen door Eddie Tolan. Hij liep een WR op de 100m in 10.3". De 400 meter werd gewonnen door Bill Carr, die meteen ook een nieuw wereldrecord liet optekenen (46.2).

Ierland was nog maar enkele jaren onafhankelijk en stuurde drie atleten. Twee ervan wonnen goud: Pat O'Callaghan in het kogelslingeren en Bob Tisdall op de 400m horden. Patrick Fitzgerald, de derde Ier, werd vierde in het hinkstap-springen. Van een succesratio gesproken!!

Zwemmen

Eveneens een Amerikaanse: Helene Madison wint drie gouden medailles bij het zwemmen. En het mannenzwemtoernooi werd volledig gedomineerd door de Japanners, zij wonnen op een na alle onderdelen.

De Amerikaanse Eleanor Holm werd olympisch kampioene in het zwemmen op de 100 m rugslag

en zou later, net als Johny Weissmuller, in Tarzanfilms meespelen. Zij speelde daarin de rol van Jane.

België

België kwam er bekaaid vanaf: het was vertegenwoordigd met amper 7 atleten, allemaal actief in het schermen met de degen, het floret of de sabel. Er werd geen enkele medaille behaald.

Gelukkig werden er nog steeds medailles uitgereikt voor kunstdisciplines; het was dan ook een magere troost voor ons land dat ene A. Verbeke brons haalde in de bouwkunst...



Babe Zacharias



Eleanor Holm, alias Jane uit de Tarzan films!



Memorial Coliseum

Uitslagen niet-KAVVV&Fedes

Marathon van Kruibeke, zat. 05/03/2022		
21km	Danny Heyndrickx	1:40:46
	Pascal Van Strydonck	1:48:16
	Kris Vercauteren	1:48:43
	Luc Smet	1:58:36
	Bart Roelant	1:59:45
	Veerle Hofman	2:13:41

½ marathon Gentbrugge, zat 13/03/2022		
21km	Valerie Tack	1:37:45
	Cathérine De Moor	1:45:36
	Dirk Adriaenssens	1:55:18



© Veerle Hofman

Endurance Day Hamme, zondag 20/03/2022		
marathon	Rudy Van Daele	3:30:57

North-C Trail, Koksijde, zat 13/03/2022		
42km	Saskia Vercammen	4:18:21
	Veerle Hofman	4:21:23
29km	Bart Roelant	3:19:55
13km	Roland Syvertsen	1:22:35



Marathon Gent, zondag 27/03/2022	
Cathérine De Moor	3:49:22
Kris Vercauteren	3:59:33
Dirk Adriaenssens	3:58:56
Rudy Van Daele	3:29:29
Luc Smet	4:15:09

Wolvenloop, Puyenbroeck Wachtebeke, zat 2/04/2022			
5km	Ronny Wagenaer	18:57	9 ^e /97
10km	Chris Schelkens	49:21	37 ^e /151
	Marita Hofmans	52:41	53 ^e
10mijl	Christophe De Grande	1:06:27	13 ^e /161
	Danny Van Damme	1:18:56	52 ^e

Marathon Rotterdam, zon 10/04/2022	
Roland Syvertsen	3:45:37
Saskia Vercammen	3:45:37

Marathon Zoniënwood, Hoeilaart zon 10/04/2022		
Marathon	Veerle Hofman	4:01:49
21km	Bart Roelant	2:06:10
	Luc Smet	2:10:11

Beste lezer,

WALO-redactie is niet altijd op de hoogte van waar WALO's lopen. Een kleine wedstrijd een grote wedstrijd? Elke wedstrijd in WALO t-shirt gelopen kan hier vermeld worden. Stuur een miltje naar waloredactie@hotmail.com

Dankjewel.

UITSLAGEN KAVVV&Fedes

Stercross van WALO, Sint-Niklaas, zat. 12/02/2022			
3300m	Lies Frencken	18:24	1 ^e /1 Jun D
	Lore Gheeraert	13:42	1 ^e /4 Sen D
	Melissa Van Eetvelt	14:45	3 ^e
	Saskia Vercammen	14:28	2 ^e /5 Mas 45+ D
	Sandrina Smet	18:05	2 ^e /3 Mas 55+ D
6600	Yente Syvertsen	34:08	1 ^e / 1 Jun H
	Joakim Van Gasse	27:36	13 ^e /16 Sen H
	Christof Van Geeteruyen	28:21	14 ^e
	Elias Moons	28:49	15 ^e
	Filip Mortier	24:36	5 ^e /16 M40+ H
	Bart Coppens	25:18	7 ^e
	Jelle Van Stappen	26:19	11 ^e
	Hans Van Havermaet	32:58	15 ^e
	Steven Somers	33:12	16 ^e
	Guy Van Damme	26:02	1 ^e /12 M50+ H
	Dirk Brynaert	26:16	2 ^e
	Frederic Lesdanon	26:49	3 ^e
	Danny Heyndrickx	28:55	6 ^e
	Luc Smet	31:54	10 ^e
4950m	Herman D'Hondt	19:12	1 ^e /16 M60+ H
	Benny Van Geeteruyen	22:15	3 ^e
	Maurits Verbeeck	22:46	4 ^e
	Herman Van De Mergel	22:50	5 ^e
	André Martens	22:55	6 ^e
	Luc Van Wolvelaer	23:00	8 ^e
	Roland Syvertsen	23:04	9 ^e
	Paul Smet	23:47	12 ^e
	Chris Schelkens	23:51	13 ^e
	Jozef Claessens	23:14	2 ^e /17 M70+ H
	Rik Dhollander	28:36	9 ^e
	Roger Nys	35:57	16 ^e



© Marc Van Hove



AA 1 ^e Veldloop Park Groot Schijn, Deurne, zat. 19/02/2022			
3240m	Sandrina Smet	18:06	3 ^e /8 Mas55+ D
6480m	Christof Van Geeteruyen	29:27	7 ^e /9 Sen H
4060m	Herman D'Hondt	16:30	1 ^e /10 M60+ H
	Benny Van Geeteruyen	18:48	4 ^e



©Dennieve - (Dan Vandenhoute)

SAV Schoten, Memorial Jos De Borger, cross zat.26/02/2022			
3200m	Lore Gheeraert	13:21	1 ^e /4 Sen D
	Sandrina Smet	17:23	1 ^e /4 Mas55+ D
4800m	Benny Van Geeteruyen	21:45	3 ^e /12 Mas60+ H
	André Martens	22:59	4 ^e

ZWAT Burcht, criterium cross, zat. 5/03/2022			
3080m	Lore Gheeraert	13:37	1 ^e /9 Sen D
	Joke David	13:42	2 ^e
	Sandrina Smet	17:58	4 ^e /6 Mas55+ D
	Rita Van Beek	21:47	3 ^e /4 Mas65+ D
6160m	Christof Van Geeteruyen	29:10	10 ^e /14 Sen H
	Steven Somers	33:31	6 ^e /6 Mas40+ H
	Frederic Lesdanon	25:03	5 ^e /11 Mas50+ H
	Herman D'Hondt	23:12	1 ^e /12 Mas60+ H
	André Martens	26:52	3 ^e

APSO Zandhoven, criterium cross, zat. 12/03/22			
3200m	Lies Frencken	17:40	1 ^e /1 Jun D
	Lore Gheeraert	12:01	1 ^e /9 Sen D
	Joke David	12:44	3 ^e
	Sandrina Smet	15:10	2 ^e /6 M55+ D
	Rita Van Beek	19:20	5 ^e /6 M65+ D
6450m	Christof Van Geeteruyen	25:56	8 ^e /11 Sen H
	Steven Somers	30:35	8 ^e /8 M40+ H
	Frederic Lesdanon	22:24	4 ^e /12 M50+ H
	André Martens	23:14	2 ^e /12 M60+ H
	Maurits Verbeeck	23:26	3 ^e

Eindklassement Criteriumcrossen 2021-2022				
categorie	naam	aant. wedstr.	totaal punten	plaats
Jun D	Lies Frencken	1	100	3 ^e /5
Sen D	Joke David	5	496	1 ^e /21
	Lore Gheeraert	3	300	8 ^e
	Melissa Van Eetvelt	1	95	13 ^e
M45+ D	Sara Wuytack	2	198	9 ^e /23
	Sonja Van Hul	1	93	20 ^e
M55+ D	Sandrina Smet	5	481	3 ^e /17
M65+ D	Rita Van Beek	2	197	4 ^e /4
Sen H	Steven Somers	5	425	7 ^e /38
	Christof Van Geeteruyen	4	356	11 ^e
	Jari De Nocker	1	88	30 ^e
	Elias Moon/s	1	86	33 ^e
M40+ H	Bert Foubert	1	97	12 ^e /22
M50+ H	Frederic Lesdanon	5	471	4 ^e /27
	Guy Van Damme	3	283	14 ^e
M60+ H	Herman D'Hondt	5	500	1 ^e /22
	André Martens	5	482	3 ^e
	Maurits Verbeeck	2	193	16 ^e
	Herman Verplancke	1	90	21 ^e
M70+ H	Jozef Claessens	3	292	12 ^e /24

ACSS KAVVV&Fedes Veldloopkampioenschap, Stabroek, zat 19/03/22			
3000m	Lore Gheeraert	11:56	1 ^e /7 SenD
	Kristien Servotte	20:03	2 ^e /2 M45+D
	Sara Wuytack	13:29	2 ^e /4 M50+D
	Sandrina Smet	15:01	2 ^e /4 M55+D
4500m	Rita Van Beek	19:14	1 ^e /2 M70+D
	Herman D'Hondt	16:50	1 ^e /6 M60+H
	André Martens	20:19	1 ^e /3 M65+H



© Dan Vandenhoute

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

Looptechnische analyse

Sportrevalidatie

Postoperatieve revalidatie



Vlasbloemstraat 90A

info@backtivity.be

9100 Nieuwkerken-Waas

www.backtivity.be

03 827 84 27



Frank Mertens bv

Vijfstraten 157 - 9100 Sint-Niklaas
frank.mertens@argenta.be

ROUWCENTRUM

GRAFZERKEN



Begravenissen

Rouwcentrum

Van de Velde Dirk

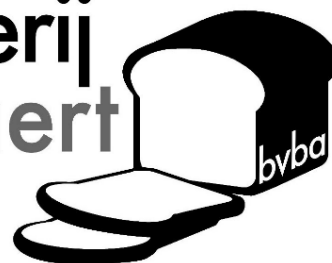
Rouwcentrum in Kieldrecht met aula.
Rouwcentrum in Nieuwkerken.
Zalen voor koffietafels.
Uitvaartverzekeringen.

Wij leveren, plaatsen en herstellen grafzerken.

Marktplein 73 - 75 • 9130 Kieldrecht - 03 773 30 02.
Ten Bos 12 • 9100 Nieuwkerken - 03 777 19 49.

www.vandeveldedirck.be
uitvaart@vandeveldedirck.be
Van de Velde Dirk bv

Bakkerij Valaert



Broodautomaat 24/24u

LINGERIE EN BADMODE • NACHTKLEDIJ VOOR HEM EN HAAR
Professionele begeleiding bij borstprothese en protheselingerie



Vrasenestraat 64 9100 Nieuwkerken

Openingsuren:

maandag: 13u30-18u

dinsdag-vrijdag: 10u-18u

zaterdag: 10u-17u

Mogelijkheid tot afspraak na openingsuren

Jessy De Grootte: 0472/60.58.21

ACSS Stratenloop, Stabroek, zat 26/03/22			
5,2km	Sandrina Smet	27:05	1 ^e /4 M55+ D
	Van Geeteruyen Christof	21:26	2 ^e /4 Sen H
	Van Geeteruyen Benny	25:00	4 ^e /6 M60+ H

APSO Kastelenloop, Zandhoven, zat 02/04/2022			
5,5km	Sara Wuytack	25:09	1 ^e /6 M45+ D
	Rita Van Beek	36:18	3 ^e /6 M65+ D
	Guy Van Damme	23:23	6 ^e /9 M50+ H
	Paul Smet	26:27	6 ^e /12 M60+ H
	Jozef Claessens	26:17	1 ^e /8 M70+ H
10km	Rik Dhollander	59:16	9 ^e /11 M70+ H

SAV Schoten Loopt, zat 09/04/22			
5,2km	Sandrina Smet	27:23	1 ^e /3 M55+ D
	Christof Van Geeteruyen	21:03	2 ^e /5 Sen H
	Guy Van Damme	20:30	5 ^e /10 M50+ H
	Jozef Claessens	23:51	1 ^e /8 M70+ H
10lm	Frederic Lesdanon	40:51	5 ^e /11 M50+ H
	Herman D'Hondt	38:40	1 ^e /6 M60+ H



advertentie

advocatenkantoor
JP BUSSCHAERT



Nieuwkerkenstraat 265
9100 Sint-Niklaas
Tel. 03 777 77 62
Fax 03 766 24 72
advocaat.busschaert.jp@telenet.be



**BONNE
TARTE**

Lepelhoekstraat 2 - 9100 Sint Niklaas
03 776 28 78
www.bonnetarte.be



Juwelier **DE CAUWER** by **DIBRAGO**
Raapstraat, 119
9100 Sint Niklaas

Tel: +32 03 776 21 49 | info@dibrago.be
Tel: +32(0)475 69 99 31 | www.de-cauwer.be

— ○ —

JUWELEN, GOUD, ZILVER en PARELS
KLOKKEN, WEKKERS en HORLOGES
AANKOOP OUD GOUD
ALLE HERSTELLINGEN IN EIGEN ATELIER
DINS-WOENS-VRIJDAG 10 - 12.30u en 13.30 - 17.30u
ZATERDAG 10 - 12.30u en 13.30 - 17.00u

punten 2021-2022	Weekend Koksijde, 1-3/10/21																aantal wedstrijden		totaal punten										
	crit.cross Berendrecht, 2/10/21	cross Brasschaat, 9/10/21	Crit. Cross Wormelgem, 16/10/21	Boscross De Klinge, 17/10/21	Crit. cross Schoten, 23/10/21	Cross Wuustwezel, 30/10/21	Cross Zandhoven, 6/11/21	3de crit.cross, Stabroek, 20/11/21	Walo van het Jaar, 13/11/21	aflossingscross Schoten, 11/12/21	Nieuwjaarscross, WALO, 5km, 26/12/21	Nieuwjaarscor., WALO, 10km, 26/12/21	4de crit.cross Kalmthout, 5/02/2022	Stercross van WALO, zat 12/02/2022	Veldi. Groot Schijn, Deurne, 19/02/2022	Memorial J D Berger, Schoten, 26/02/22	criteniumcross ZWAT, Burcht 5/03/2022	Crit. Cross Zandhoven, APSO, 12/03/2022	Crosskamp, ACSSS Stabroek, zat 19/03/22	Stratenl., Stabroek, ACS, 5,2km 26/03/22	Kastelenloop APSO, Zandhoven, 5,5km	Kastelenloop APSO, Zandhoven, 10km	Schoten Loopt, SAV, 5,2km zat 9/04/22						
Lesdanon Frédéric	5	2			9		7	6				7	3			5	4							5			10	62	
	6	7			5		6	6					6	7			6	7						6					
Pereira Munoz Angel													0														1	5	
												5																	
Roelant Bart											14																1	5	
										5																			
Smet Luc				32							15	10															3	15	
			5								5	5																	
Van Damme Guy	3	3	8		6	6	5	4		7	2		1								6		5			12	81		
	7	6	6		6	6	7	7		8	8		9								5		6						
Wagenaer Ronny										4																	1	7	
										7																			
Masters Heren 60+	12	15	17	45	19		17	14		44	12	7	13	16	10	12	12	12	9	6	12		6						
Adriaenssens Dirk												6															1	5	
											5																		
Bogaert Patrick	1									1		0															3	15	
	5									5		5																	
Bosman Marc	1																										1	5	
	5																												
D'hondt Herman		1	1	1		1	1		7	1	1	1	1	1		1		1					1			14	122		
		9	9	9		9	9		8	8	9	9	9			9		8					8						
Maes Joseph	1								30																	2	10		
	5								5																				
Martens André	7		5	5		7	3		32	4		5	6		4	3	2	5								13	84		
	5		7	8		6	7		5	7		6	6		7	7	8	5											
Schelkens Chris									32	5		13														3	16		
									5	6		5																	
Senaeve Walter	1									1																2	10		
	5									5																			
Smet Paul	1		7					7	8			12									6					6	32		
	5		6					5	5			5									6								
Syvertsen Roland													9													1	5		
												5																	
Van Damme Danny	1			29				6				0														4	20		
	5			5				5				5																	
Van de Mergel Herman											3	5														2	13		
										6		7																	
Van Geeteruyen Benny												3	4	3					4							4	26		
												8	6	7					5										
Van Havere Bo	1																									1	5		
	5																												
Van Wolvelaer Luc	1									3		8														3	18		
	5									7		6																	
Verbeeck Maurits												4	4				3									3	21		
												7	7				7												
Verbraeken Jean-Pierre	1									1		0														3	15		
	5									5		5																	
Verplancke Herman	1						10	3	29	1																5	27		
	5						5	7	5	5																			
Masters Heren 70+	13	18	21	6	17	15	19	11	44	9			17								8	11	8						
Claessens Jozef	2	2	2		3	2	3	3	29	1		2									1		1			12	93		
	8	8	9		8	8	8	7	5	8		8									8		8						

Jeugdverslagen

4^{de} criteriumcross: Kalmthout 5/02/2022

Kalmthout heeft de reputatie van een bijzonder zwaar en modderig parcours te hebben voor de criteriumcross. Geen nood echter, het parcours was verplaatst, maar evengoed was het zwaar: een BMX parcours met heel wat heuveltjes en kort draaien en keren. Onze jeugd vond het fantastisch; ikzelf iets minder... Paulien De Beleyr liet het niet aan haar hart komen en liep een mooie wedstrijd die ze knap als 2^{de} kon afsluiten. Ook voor Obe Vaerewyck en Lennert Boeykens leken de heuveltjes maar molshopen: zo gezwind gingen ze erover met als resultaat een zege voor Obe en een 3^{de} plek voor Lennert!



Lennert daalt gezwind de heuvel af!

Sterk! Lune Vaerewyck voelde zich eveneens thuis op dit circuit en werd prachtig 2^{de}. Even verder zagen we Anaïs Vandeleur op een knappe 8^{ste} plaats (op 26) binnenlopen. Een plaatsje verder in de uitslag (9^{de} op 23) was dan weer weggelegd voor pupil en vaste waarde Jakob Boes!



Jakob smijt zich in de bocht naar beneden.

Met Mila Vincke, Oona Van Eynde en Hanne De Beleyr waren we goed en sterk vertegenwoordigd bij de 26-koppige miniemen meisjes reeks. Mila kon er haar mooie foulé niet ronddraaien, maar wist toch beslag te leggen op een mooie 4^{de} plaats. Oona volgde even verder als 12^{de} en Hanne werd 15^{de}. Luca Boeykens wist zich goed uit de slag te trekken op dit parcours en werd mooi 10^{de} op 27.



Luca aangemoedigd door de supporters.

Je ziet onze miniemen deden het uitstekend! Bij de kadetten jongens zagen we Enzo Boeykens nog eens de start, en hij liep met de vingers in de neus naar de overwinning. De tweede volgde op bijna een minuut! Een ware demonstratie dus. Na een lange en ernstige blessure met de ermee gepaard gaande revalidatie deed het ons plezier om Jinte Vaerewyck nog eens aan de start te zien. Samen met Laïs De Vries, en beide luid aangemoedigd door Enzo en trainer Cedric, liepen ze zich beiden op het podium: Laïs 2^{de} en Jinte 3^{de}. Een goed heroptreden voor Jinte en een sterke prestatie van Laïs!

Ik kan hier meer een conclusie aan vastknopen: met onze Vliegende Schoenen moet rekening gehouden worden!!

WALO cross op de Ster: 12/02/2022

Onze jaarlijkse cross op de Ster was terug een schot in de roos: een massa deelnemers met o.a. lopertjes van Volharding Beveren, AC Waasland en AC Hamme in de jeugdreksen, en mooi weer ondanks de sterke wind; dat moest voor mooie wedstrijden zorgen.

En mooie wedstrijden kregen we!! Om te beginnen bij de benjamins meisjes. Pauline, gewoontegetrouw niet te snel gestart, maar goed mee in de eerste gelederen, liep na één van de twee af te leggen ronden in 4^{de} positie met de koploopster toch 30m voorsprong. Wie Pauline kent weet dat ze in de 2^{de} wedstrijdhelpt telkens oprukt en dat gebeurde

ook nu. In de laatste rechte lijn remonteerde ze de 2^{de} en kreeg de koploopster alsnog in het vizier. Met een ferme sprint liep ze meer en meer in en op zowat 5m voor de finish remonteerde ze ook de 1^{ste}. Wat een wedstrijd!



Pauline op weg naar een schitterende zege!

Tussen al dat geweld wist ook Lux Van den Bergh zich goed staande te houden in haar eerste wedstrijd ooit werd ze mooi 17^{de}. Knap gelopen van Lux.



Ook Lux was goed op dreef!

Er waren 35 starters. Bij de jongens zagen we Obe Vaerewyck, Siebe De Wolf, Lennert Boeykens, Bent Verhelst en Mathieu Van Der Linden aan het werk in de 46-koppige groep! Obe werd net voor de meet geremonteerd, maar werd toch mooi 4^{de}, Siebe, een van de jongsten van de groep met zijn 6 jaar liep zich naar een zeer mooie 7^{de} plaats.

Lennert werd deze keer 15^{de} en kleine Bent liep zich naar een knappe 29^{ste} plaats en Mathieu deed het uitstekend met een 40^{ste} plaats!

Lune Vaerewyck was opnieuw goed op dreef; deze keer wist ze een prachtige 3^{de} plaats te behalen na een fel bevochten wedstrijd.

Anais Vandeleur kon zich nog net in de eerste helft lopen met een mooie 16^{de} plaats op 33. Met Jakob

Boes, Robin Van De Vijver, Lenno Wullaert en Thibault Tritsmans hadden we een degelijk viertal aan de start bij de jongens pupillen.



Siebe werd knap 7^{de} in de sterk bezette wedstrijd!!



Bent liep sterk!



En ook Mathieu deed zijn best!

Jakob en Robin maakten er een onderling mooi duel van ze werden 10 en 11^{de} met 1 seconde verschil!

Lenno was voor zover ik me kan herinneren aan zijn eerste cross toe en wist een mooie 20^{ste} plaats te behalen.



Robin met heel veel inzet!



Mila ziet het duidelijk nog zitten!



Lenno: goed op dreef!



Eva met een mooie loopstijl.

Thibault, die nogal snel gestart was, moest dat wat bekopen in de 2^{de} wedstrijdheft, maar liep uiteindelijk toch mooi als 25^{ste} binnen. Er waren 32 aankomsten! De miniemen moesten een grote ronde op het domein De Ster doen en bij de meisjes waren ze met 6 Walo's! 't Was een heel sterk deelnemersveld in deze reeks waar Mila toch maar mooi 6^{de} werd. Eva Van De Vijver werd na een sterke wedstrijd mooi 10^{de} en op 11 volgde dan Hanne De Beleyr (uitstekend gelopen!), op 12 een eveneens sterk presterende Naobi Van Camp, Oona werd mooi 14^{de} en finishte daarmee ook in de eerste heft.

Liesl tenslotte liep haar wedstrijd rustig uit: zij kijkt met verlangen uit naar het pisteseizoen, maar toch fijn dat ze af en toe een crossje meepikt!



Naobi met veel flair!



Fijn dat ook Liesl er weer bij was!

Eerstejaarsminieme Vince Verhulst had het moeilijk in zijn wedstrijd maar liep zich toch naar een niet onaardige 10^{de} plaats.



Vince op weg van het domein naar de piste!

Enzo Boeykens en Josse Maes kregen een wedstrijd van 3,3km voorgeschoteld. Enzo werd mooi 2^{de} en Josse was tevreden met zijn 7^{de} plaats in zijn eerste veldloopwedstrijd!



Josse maakt hier ook kennis met het veldlopen.

Lais en Jinte stofferden mee de scholierenreeks en ze doen dat uitstekend: Lais werd mooi en afgetekend 2^{de} en Jinte 3^{de}.



Jinte op weg naar plaats 3.

Zeg nu zelf, de prestaties van onze jeugd mogen toch gezien worden!!

Schoten:

22 februari 2022

Ik denk niet dat we in het verleden al deelgenomen hadden aan de Memorial Jos De Borger in Schoten, maar dit jaar paste het in onze kalender en dus waren we met 9 Vliegende Schoenen afgezakt naar het park. Bingo! Dat was het meteen in de eerste wedstrijd: Pauline won met sprekend gemak!

Bingo! Obe wou niet onderdoen en herhaalde dat nummertje met een eveneens ruime zege.

Bingo! Lais had de jongste jeugd aan het werk gezien en dacht; "dat moet ik ook kunnen". En ja hoor; na een spannend duel met Jinte wist ook zij de zege binnen te halen!

Verder boekten we nog mooie resultaten met Jakob (5^{de}), Thibault (10^{de}), Hanne (4^{de}) en Lune (3^{de}). Hier komen we terug!

5^{de} Criteriumcross: Burcht:

5 maart 2022

De week voor de wedstrijd was het heel zonnig en droog geweest en dus dachten velen dat het doorgaans zware en modderige parcours in Burcht er deze keer goed beloopbaar bij zou liggen. Niets was minder waar! Op vele plaatsen lag er nog een zompige, zuigende modder en dus was het iets voor de sterken onder ons. Ik reken mezelf daar niet bij – het ging van geen meter -, maar onze jeugd had er geen moeite mee. Lichtgewicht Pauline leek over de modder te zweven en werd mooi 2^{de} op 21 lopertjes.

Obe deed nog beter en won zijn wedstrijd. Het lijkt wel of hij elke week nog beter wordt! En wat dan gezegd van Lennert. Dat hij een krachtig lopertje is wisten we al, maar dat hij hier een mooie 3^{de} plek in de wacht sleepte was zonder meer van het mooiste dat we zagen! In al dat geweld was ook Mathieu aan het werk. Goed gestart viel hij echter in de eerste modderige bocht en kon pas opstaan als het hele peloton voorbij was geracet. Hij liet het niet aan zijn hart komen en zette prompt de achtervolging in. Met succes overigens: als jongste van de bende werd hij nog 19^{de} op 24 lopertjes!

Lune, op haar beurt, bevestigde nog maar eens haar goede vorm met een 3^{de} plaats!

Jakob Boes, Seth De Vogel, Robin Van De Vijver en Thibault Tritsmans vertegenwoordigden ons bij de pupillen. Thibault nam een blitzstart en ging als leider de eerste bocht in. Hij kon dat vrij lang vol houden, maar moest toch die snelle start bekopen: hij werd 16^{de} (op 21). Jakob mag misschien fouten hebben – ik weet het niet-, maar een gebrek aan karakter is daar zeker niet bij: in zijn gekende verbeterde stijl liep hij naar een sterke 5^{de} plaats. En ook Robin weet door te bijten als het moet: hij werd knap 9^{de}! Van Seth was het al lang geleden dat we hem aan het werk zagen en dus keken we uit naar zijn prestatie. Het moet gezegd: als eerstejaars, en in deze zware omstandigheden kwam hij goed uit de verf: hij werd 13^{de}!

Indien er een clubklassement zou opgemaakt worden bij de miniemen meisjes, dan denk ik dat we met WALO vaak de overwinning zouden behalen: ons 4-tal: Mila, Eva, Hanne en Oona lopen zich elke keer in de eerste helft van het deelnemersveld. Ook nu was dat weer het geval. Mila, knap 4^{de}; Eva, Oona en Hanne liepen als 9, 10 en 11 over de finish met amper een paar seconden verschil tussen hun drieën na een spannende strijd!

Luca Boeykens zat de hele tijd op de wip om net binnen de eerste helft te eindigen of net niet. Het was net niet, maar dat neemt niet weg dat hij liep voor wat hij waard was: een sterke wedstrijd! Enzo kwam, zag en overwon! Met een halve minuut voorsprong op de 2^{de}! Moet er nog zand zijn??

Laïs en Jinte waren ook van de partij. Laïs deed het uitstekend met een 2^{de} plaats. Jinte kon haar potentieel niet ten volle aanspreken en nam denkkelijk wat voorzichtigheid in acht op dit zware en hobbelige parcours; niettemin werd ze mooi 4^{de}!

Op naar de laatste criteriumcross in Zandhoven volgende week!

6^{de} Criteriumcross Zandhoven: 12/03/2022

De laatste criteriumcross is steeds sterk gestoffeerd; in Zandhoven komt immers de beloning voor wie aan 3 van de 6 criterium crossen heeft deelgenomen. Ook onze rood witte brigade was sterk aanwezig. Pauline en Lux waren de eersten die aan de start kwamen. Pauline werd 3^{de} en Lux zorgde voor een aangename verrassing met een schitterende 8^{ste} plaats. Van haar hebben we het laatste nog niet gezien!

Voor Obe was deze wedstrijd van cruciaal belang: hij moest voor een atleetje van ACSS eindigen om het eindklassement van de criterium crossen te winnen. Hij ging er dan ook als een speer vandoor in de start. Gaat hij dit volhouden? Ja hoor, meer zelfs, hij vergrootte zijn voorsprong stelselmatig en won met overmacht deze cross en daarmee ook het eindklassement! Proficiat Obe! Ik had voorspeld dat onze 3 benjamins jongens met naast Obe, ook nog Lennert en Siebe bij de eerste 5 zouden eindigen. Mijn voorspelling kwam uit: Lennert werd mooi 5^{de} en Siebe 4^{de}.

Wat een weelde! Lune wist bij de pupillen meisjes opnieuw een prachtige 3^{de} plaats te behalen en Anaïs bleek terug haar vroegere hoge vormpeil te benaderen en bevestigde dat met plaats 8 op 24.



Lune heeft een abonnement op de top 3!

Bij de miniemen meisjes wist Mila zich eens te meer in de kopgroep te handhaven en werd mooi 4^{de}. En ook Hanne kon zich met een 12^{de} plaats (op 26) terug vlot in de eerste helft lopen. Ze maakte dit seizoen een mooie progressie in de uitslagen!



Anaïs raakt terug op dreef!



Hanne loopt een sterk winterseizoen.

Enzo was terug outstanding! Met meer dan een halve minuut voorsprong en met de glimlach op het gezicht wist hij een makkelijke zege te behalen.



Enzo, gezwind aan de leiding.

En Laïs kon bij de scholieren meisjes na een sterke wedstrijd voor het eerst de smaak van de overwinning proeven!

In het algemeen eindklassement van alle criterium crossen konden we ons verheugen in een mooie overwinning van Obe bij de benjamins jongens, een knappe 3^{de} plaats van Mila bij de miniemen meisjes en een 4^{de} plaats (met evenveel punten als de derde) Lune.

In totaal konden toch een 12-tal atleten met een mooie trofee naar huis gaan. Die krijgt zeker een mooi plaatsje!!



Laïs op weg naar een mooie overwinning!



Lennert, Obe en Siebe met hun mooie trofee!



En ook Lune, Mila, Hanne en Pauline pronken met hun beker!

Veldloop kampioenschap in Berendrecht 19/03/2022

De verwachtingen waren hooggespannen! Onze Vliegende Schoenen hadden zich tijdens de laatste crossen laten opmerken met mooie overwinningen en ereplaatsen. Benieuwd of dit zou resulteren in één of meerdere kampioenstitels. Pauline De Beleyr en Lux Van den Bergh beten samen de spits af bij de benjamins meisjes. Pauline paste het voor haar kenmerkende procedé toe: goed starten, maar niet te snel en dan in de 2^{de} helft oprukken naar voor. Ik hield mijn hart vast want de koploopster had toch al zo'n 30m voorsprong toen Pauline aan haar inhaalrace begon. Maar gezwind liep ze meer en meer in en in de laatste rechte lijn maakte ze het verbluffend af: kampioen! Lux moest een beetje toekijken bij al dat geweld maar wist zich toch mooi naar een 9^{de} plek te lopen na een puike wedstrijd!

Met Obe, Lennert en Siebe gokte ik op 3 WALO's bij de top 5 bij de benjamins jongens. Het resultaat was zelfs beter. Een overtuigende zege voor Obe, een heel knappe 2^{de} plaats voor Siebe en Lennert werd sterk 4^{de}.



Obe gaat resoluut aan kop en ook Siebe zit mee in de kopgroep.

Leuk om zien hoe onze rood-witte armada deze reeks beheerst!

Lune en Anaïs zijn 2 atletes waar eveneens rekening mee gehouden moet worden bij de pupillen meisjes. Dat bleek ook nu weer: Lune liep heel snel in 2^{de} positie en gaf die zilveren plek niet meer af: weer een medaille! Anaïs had lange tijd uitzicht op de 3^{de} plaats, maar moest op het einde nog een plaatsje inleveren

en werd 4^{de}. Toch knap na een seizoen waarin ze af te rekenen had met een ernstige blessure! Geen pupillen jongens, en dus was het uitkijken naar Mila en Hanne bij de miniemen meisjes. Het was een zeer gesloten wedstrijd met een kopgroep van 5 atletes waarbij Mila. In de 2^{de} ronde barstte de strijd echt los, maar het bleef koffiedik kijken wie nu het laken naar zich zou toehalen. Mila, niet van de snelste op het einde beet toch aardig van zich af en wist een mooie 3^{de} podiumplaats te behalen. Hanne, die dit seizoen heel wat voortuitgang boekte liep knap als 8^{ste} binnen. Bij de jongens miniemen startte Luca voor WALO. De top 3 was te snel voor hem, en dus liet hij een fraaie 4^{de} plek optekenen. De kadetten jongens maakten er de eerste ronde werkelijk een jogging van: de voltallige groep bleef als een druppel water bij elkaar. Bij de ingang van de 2^{de} ronde echter versnelde Enzo en daar was geen kruit tegen gewassen: hij won uiteindelijk met spreken gemak en met een kleine 30 seconden voorsprong: nummer 3 was binnen!

Jinte was tenslotte onze laatste atlete die we aan het werk zagen. Ze had nooit uitzicht op een overwinning, maar werd toch mooi 2^{de}!

Als we de medaillestand van de jeugdreeksen (benjamin tot scholier) erbij nemen, zien we volgend resultaat:

Club	Goud	Zilver	brons
WALO	3	3	1
ZWAT	3	1	1
ACSS	2	2	4
WAV	1	1	2
SAV	1		
ACK		2	1

Ook in de breedte waren we dus top!

Ik kan niet anders dan vaststellen dat onze verwachtingen overtroffen zijn!

Hiermee is het veldloopseizoen afgelopen, is het tijd voor een beetje wedstrijdruist om dan vol goede moed het piste seizoen in te gaan.

De eerstvolgende wedstrijd waar we aan deel zullen nemen is onze eigen WALO stratenloop op 1 mei in Nieuwkerken!

*tekst: André Martens
foto's Stercross 12/02: Marc Van Hove
foto Berendrecht 19/03: ACSS Dan Vandenhoute
Alle andere foto's: Kristien Blendeman*

Mededelingen jeugd:

- **Onze jeugdafdeling blijft in trek** voor heel wat jongeren, zo konden we Paulien Gorleer en Ketsia Bangala Lobeya ook in de club verwelkomen. We hebben ze al aan het werk gezien op de trainingen; hopelijk zien we ze ook eens in een van de komende pistemeetings aan de start verschijnen. We hopen in elk geval dat ze zich snel thuis zullen voelen in onze club!
- **Het WALO jeugdweekend gaat door!!** Van 27 tot 29 mei trekken we terug naar het Sport Vlaanderen centrum in Herentals. Niet minder dan 53 jeugdathleten en trainers zijn ingeschreven!!! De uitnodigingen en het programma zijn apart opgestuurd.
- **Bijscholing:** jeugdtrainers Vicky en Franky volgden onlangs met succes een cursus reanimatie met o.a. gebruik van een AED (automatisch externe defibrillator). We hopen dat ze het toestel nooit moeten gebruiken, maar het is toch weer een mooie stap voor de veiligheid van onze jeugd!
- **Barbecue:** Na het succes van vorig jaar in september kunnen we niet anders dan ook dit jaar een barbecue voor onze jeugdleden en hun ouders organiseren. Die zal doorgaan op **zaterdag 10 september**. En net als vorig jaar zullen we er terug een spelnamiddag aan koppelen. Over de locatie later meer. Maar hou alvast de datum vrij!
- **Kampioenviering:** we hopen dat de kampioenviering dit jaar wel kan doorgaan. In tegenstelling tot vorige jaren, waarbij we die telkens organiseerden tijdens de kerstvakantie willen we dit jaar reeds **op 10 november** onze kampioenviering houden. Ook hier over de locatie later meer. Maar hou ook alvast deze datum vrij.
- **Terug training op de piste van AC Waasland.** Na 2 jaar onderbreking wegens de pandemie kunnen we sinds 1 april op zaterdagen terug op de piste van AC Waasland terecht. Zo kan onze jeugd opnieuw kennis maken met of zich vervolmaken in de verschillende kampnummers. Ondertussen is onze eerste training daar achter de rug en het voelde goed! Op woensdagavond gaat de training nu gewoon door op het domein De Ster!
- De werking van onze jeugdafdeling wordt gewaardeerd; Dat blijkt eens te meer uit het feit dat we van niet minder dan 3 sponsors een mooi bedrag mochten ontvangen om onze werking te ondersteunen.

Het zijn achtereenvolgens:

OXFORD, het wel bekende fietsenmerk uit Sint-Niklaas, Industriepark Noord 24/24A, 9100 Sint-Niklaas Tel: +32 (0)3/778.77.91

IQIT, een IT bedrijf dat o.a. software en toepassingen ontwikkeld om bedrijfsprocessen te ondersteunen, websites bouwt... Tel: +32 473 71 00 14 Mail: info@iqit.be

LIEVINUS, een bedrijf dat alles met betrekking tot hoge druk levert en daarnaast ook zonnepanelen legt. Fax/Tel.03/219.45.64 Mail: Lieven@lievinus.be

We danken deze sponsors van harte voor hun steun!

Jeugdklassement 2021 – 2022

Met het veldloop kampioenschap in Berendrecht is het crosseizoen afgesloten. Na een ietwat aarzelende start was de opkomst van onze jeugd op de wedstrijden goed: niet minder dan 37 verschillende Vliegende Schoenen met daarbij een aantal nieuwe jeugdleden, namen aan 1 of meerdere wedstrijden deel! In de tussenstand van het klassement zien we dat Obe zich na een reeks overwinningen op kop heeft gezet. Pauline volgt dan in zijn onmiddellijk spoor op amper 4 puntjes. Lune, Mila en Jakob vervolledigen de top 5. Het komende pisteseizoen kan daar natuurlijk nog veel verandering in brengen; het belooft in elk geval spannend te worden voor wie uiteindelijk kampioen wordt.

Er zijn al een tiental atleten die de kaap van de 40 punten bereikt hebben in ons klassement. Wie op het einde van het zomerseizoen in september 2022 minimum 40 punten heeft behaald kan rekenen op een mooie beloning bij onze kampioenviering!

Wedstrijd	Berendrecht 02/10	Wommelgem 16/10	Schoten 23/10	Zandhoven 6/11	Stabroek 20/11	Schoten afl 11/12	Nieuwerkerken 26/12	Kalmthout 5/2	Sint- Niklaas 12/02	Schoten 26/2	Burcht 05/03	Zandhoven 12/03	Berendrecht 19/03	9 Beste
Naam														
Vaerewijck Obe		8	8		10		8	10	9	9	10	10	9	<u>83</u>
De Beleyr Pauline	8		9	8		7	9	9	10	8	9	8	9	<u>79</u>
Vaerewijck Lune		8	8		7		9	9	9	7	8	8	8	<u>74</u>
Vincke Mila	8	8	9	8	7		7	8	7		8	8	8	<u>72</u>
Boes Jakob	7	8	7		6	7	7	6	7	6	7			<u>62</u>
De Beleyr Hanne	5		5	7		7	5	5	6	5	6	6	5	<u>52</u>
De Wolf Siebe		8	9		8				8			8	8	<u>49</u>
Boeykens Enzo							6	8	7		9	9	8	<u>47</u>
Boeykens Lennert							7	8	7		8	8	6	<u>44</u>
Van Eynde Oona	7		6		6		6	6	6		6			<u>43</u>
De Vries Laïs Mai								8	7	7	7	8		<u>37</u>
Vandeleur Anais							6	8	6			7	6	<u>33</u>
Vaerewijck Jinte								7	6	6	5		5	<u>29</u>
Tritsmans Thibault				5			5		5	5	5			<u>25</u>
Boeykens Luca							8	6			5		5	<u>24</u>
Van Den Bergh Lux							5		6			6	5	<u>22</u>
Aelbrecht Liesl	5		5				5		5					<u>20</u>
Van de vijver Eva							6		6		6			<u>18</u>
Van de vijver Robin							6		6		6			<u>18</u>
Van Der Linden Mathieu									5	5	5			<u>15</u>
Bangala Lobeya Zakia					5	7								<u>12</u>
Bangala Lobeya Noadia					5	7								<u>12</u>
Van Camp Naobi							6		6					<u>12</u>
Wullaert Lenno							6		5					<u>11</u>
Vonck Lars			5	5										<u>10</u>
Verhulst Vince							5		5					<u>10</u>
Verhelst Bent							5		5					<u>10</u>
Maes Josse							5		5					<u>10</u>
Van Eynde Argus							8							<u>8</u>
Van Roeyen Staf						7								<u>7</u>
Van Eynde Otis							6							<u>6</u>
Foubert Sam							6							<u>6</u>
Abbeel Jo							6							<u>6</u>
Van Peteghem Meryem					5									<u>5</u>
Van Den Bergh Lola							5							<u>5</u>
Maes Arthur							5							<u>5</u>
De Vogel Seth										5				<u>5</u>

Vliegende schoen in de kijker: Jesse Stappers

Hoe Lang ben je al bij WALO?

Ik ben al 6 jaar bij Walo

Wat vind je leuk aan de Vliegende Schoenen?

De spelletjes die we elke week spelen

Wat is je favoriete atletiekdiscipline?

Sprint

Wie is je atletiekidool?

Usain Bolt

Wat is je beste prestatie als vliegende schoen?

De ballonloop 2 jaar geleden. Ik eindigde als 2e jongste over de meet na 24 min.

Welke activiteit zou je graag eens willen doen met de club/groep?

Het hele uur voetbal zonder bal spelen :-)

Met wie zou je graag eens op stap gaan en waarom?

Elon Musk, ik ben grote fan van hem en wil graag mijn eigen Tesla bouwen

Wie is jouw favoriete muzikidool en waarom?

Ik hou van Japanse anime muziek

Hoe ziet jouw ideale vakantiedag/ weekend eruit?

Een hele dag gamen

Heb je nog andere talenten en/of hobby's?

Ik kan heel goed gamen en hou van anime strips te lezen en anime series kijken

Wie mag er de volgende in de



kijker zijn?

Iemand die nog niet geweest is.



WALO In de kijker: *Marijke Dhollander*



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

Mijn grootste sportidool is mijn vader, de erevoorzitter van WALO. Dankzij zijn doorzettingsvermogen en oneindig aantal trainingsuren heeft hij heel wat mooie tijden gelopen!

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

Ik heb bewondering voor alle mensen die vol passie hun hobby beoefenen.

3) Wat is je beste sportprestatie ooit?

Mijn deelnames aan de stadslopen waaronder die van Antwerpen, Gent, Mechelen, Oostende, enzovoort. Samen met vrienden maken we er dan een leuke dag van!

4) Heb je nog andere hobby's/talenten? Welke?

Ik speel piano in mijn vrije tijd, een hobby uit mijn jongere jaren die ik weer opgepikt heb.

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

Binnenkort gaan we met de familie op weekend en er staat een deathride op de planning... dat telt toch al qua uitdaging zou ik zeggen?

6) Welke positieve/negatieve gebeurtenis in de wereld is je het best bijgebleven? Waarom?

De oorlog in Oekraïne grijpt me momenteel enorm aan, het leed van die mensen daar is zo oneerlijk.

7) Beschrijf je ideale droom/dag...

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

Patrick Swayze... mocht hij nog in leven zijn...natuurlijk zou ik dan eerst danslessen volgen.

9) Wat zijn voor jou de positieve eigenschappen van WALO?

De looptrainingen zijn ideaal om even stoom af te blazen na een werkdag. Je loopt samen een mooie toer, al dan niet met een stevige versnelling... voor ieder wat wils.

10) Wat wil je veranderd zien bij WALO?

De 'verjonging' zal er nu wel komen met het nieuwe bestuur

→ **Welke WALO-atleet wil je volgende keer in 'WALO in de kijker'? Pieter Dhollander**

KAVVV&Fedes Zomerkalender

zondag 01 mei 2022	MEILOOP jeugd: 675 - 900 - 1225 m vanaf cadet, dames en heren: 5 en 10km	WALO	Centrum Ten Bos, Ten Bos 33, Nieuwkerken 13u45 14u15
zaterdag 07 mei 2022	Pistemeeting Ben/Pup/Min/Kad: hoog Schol/Jun/Sen/Mas: kogel Ben t.e.m. Mas: 600m Kad/schol: 1500m Jun/Sen/Mas: 5000m	SAV	Gemeentepark Braamstraat 161, Schoten 13u30 14u00
vrijdag 13 mei 2022	Pistemeeting Ben/Pup: 100m - kogel Min: 100m - ver - speer Kad/Schol: 100m - kogel - speer Jun t.e.m. Mas: 100m - 800m - speer	WAV	Recreatiedomein Fort II Fort II straat, Wommelgem 18u30
zaterdag 14 mei 2022	Pistemeeting Ben/Pup: 60m - 400m - ver Min: 100m - 400m - ver Kad/Schol: 100m - 800m - ver Jun t.e.m. Mas: 100m - 800m - kogel Jun t.e.m. Mas: Vr: 3000m - Man: 5000m	AA	Sportpark Deurne Ruggeveldlaan 480, Deurne 13u30
zaterdag 21 mei 2022	Pistemeeting Ben: 60m - Hockey - Kogel Pup: 80m - Hockey - Kogel Min: 80m - Kogel - ver Kad/Schol: 100m - 800m - ver - kogel Jun t.e.m. Mas: 200m - ver- speer Jun t.e.m. Mas: Vr: 3000m - Man: 5000m	GAV	Sportpark Koch Eikendreef 70, Gooreind 13u00
donderdag 26 mei 2022	Pistemeeting Ben: 60m - 600m - kogel Pup: 60m - 600m - hoog Min: 80m - 600m - ver Kad: 200m - 1000m - vr: Ver man: Hoog Schol: 200m - 1000m - Discus - vr: Ver Jun t.e.m.: 200m - 2 mijl - Kogel -Discus	ZWAT	De Wallen Heirbaan 76, Burcht 13u30
zaterdag 28 mei 2022	Pistemeeting Ben/Pup/Min: 60m - 800m - m: Hoog j: ver Kad/Schol: 100m - 800m - vr: Hoog man: Ver Jun t.e.m. Mas: 100m - Discus - vr: 3000m man: 5000m	ACK	De Heikant Heikantstraat 60, Kalmthout 13u30
zaterdag 04 juni 2022	Pistemeeting Ben/Pup/Min/Schol: Ver Jun/Sen/Mas: Speer Ben t.e.m. Mas: 800m Jun/Sen/Mas: 3000m	SAV	Gemeentepark Braamstraat 161, Schoten 13u30 14u00

zaterdag 11 juni 2022	Stratenloop Ben/Pup: 1km Kad t.e.m. Mas: 5km - 10km jogging voor Min t.e.m. Mas: 2,5km	WAV	Gemeentelijke feestzaal Fort II Straat, Wommelgem 19u00 19u15 19u20
zaterdag 18 juni 2022	Pistemeeting Ben/Pup/Min: 100m - 800m - ver Kad t.e.m. Mas: 150m - 1500m - hoog Jun/Sen/Mas: vr:3000m man: 10 000m	ACSS	Gemeentelijke atletiekpiste Sportweg 1, Stabroek 13u30
zondag 19 juni 2022	Stratenloop Neerlandgeitenloop jeugd: 400m - 800m - 1200m Kad t.e.m. Mas: 5km - 10km	AVI	Neerlandhof Edenplein 15, Wilrijk 12u45 13u00
zaterdag 25 juni 2022	Pistemeeting Ben: 60m - Hoog Pup: 60m - Hockey Min: 80m - Kogel Kad/Schol: 300m - 1 mijl - vr: HSS man: Hoog Schol: kogel Jun t.e.m. Mas: 300m - 2000m - Speer + vrouwen jun t.e.m. Mas: kogel	ZWAT	De Wallen Heirbaan 76, Burcht 13u30
vrijdag 01 juli 2022	Pistemeeting Ben/Pup/Min:/Kad/Schol: 800m - ver - kogel Jun t.e.m. Mas: 100m - 1500m - ver - kogel	WAV	Recreatiedomein Fort II Fort II straat, Wommelgem 18u30

advertentie

OXFORD
fietsen gemaakt voor jou

Oxford, het Belgische merk sinds 1925 (Bijna 100 jaar!!), gemaakt voor Belgische wegen!

Reeds 3 generaties sterk in fietsen!

Fietsen maken zit in ons bloed! Voor ons betekent 'sterk in fietsen' ook meer dan het bekwaam maken van fietsen. Het betekent dat we sterke fietsen maken, zoals we er zelf een zouden willen: degelijk, betrouwbaar, duurzaam, comfortabel en veilig! Een fiets bestendig tegen alle omstandigheden. Ja zelfs tegen de Belgische buien en wegen...

Van Den Berghe N.V./ Oxfordbikes/VDB Parts N.V.

Industriepark Noord 24/24A, 9100 Sint-Niklaas

Tel: +32 (0)3/778.77.91

Kalender Wedstrijden buiten het KAVVV Circuit				
zondag 24 april 2022	10 Miles Antwerpen	<i>Antwerpen</i>	6 Km 10 M	12u00 14u00
zondag 8 mei 2022	Dwars Door Brugge	<i>Brugge</i>	5 Km 15 Km	10u15 10u45
zondag 8 mei 2022	Great Breweries Marathon	<i>Puurs</i>	25 Km 42 Km	11u15 09u15
zondag 15 mei 2022	RTS Bokkeloop*	<i>Sinaai</i>	5,4 Km 10,8 Km 10 Mi	14u00 14u00 14u00
zaterdag 21 mei 2022	Verrebroek loopt*	<i>Verrebroek</i>	7 Km 14 Km 21 Km	14u00 14u00 14u00
zondag 29 mei 2022	Aardbeirun *	<i>Melsele</i>	5 Km 10 Km	14u00 15u00
zondag 29 mei 2022	20 Km van Brussel	<i>Brussel</i>	20 Km	10u00
zondag 19 juni 2022	Reynaertloop *	<i>Belsele</i>	4 Km 8 Km 12 Km	14u30 14u30 15u30
zaterdag 25 juni 2022	Tien Mijl van Waasmunster*	<i>Waasmunster</i>	7 Km 10 Mi	14u30 16u00
zondag 26 juni 2022	Boksrún*	<i>Kallo</i>	5 Km 10 Km	14u45 16u00
zondag 26 juni 2022	Bollekensloop	<i>Berchem (A'pen)</i>	5 Km 10 Km	14u00 15u00

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.