

Clubblad



december 2011

Spiridon Aalst vzw • Vrije loopvereniging, opgericht op 19 september 1986.
Aangesloten bij Sporta federatie vzw onder nr.: OV216. • www.spiridonaalst.be

Spiridon Aalst : Wie zijn we en wat zijn onze doelstellingen

Spiridon Aalst is een vrije loopvereniging, opgericht op 19 september 1986, met als doel het propageren van het afstandslopen als onderdeel van een gezonde en ontspannen levenswijze. Het overwinnen van de afstand blijft het belangrijkste oogmerk waarbij ieders prestatie wordt gewaardeerd.

Daarnaast willen wij:

Mogelijkheden aanreiken om liefst gezamenlijk en dit in de loopuitrusting van Spiridon Aalst deel te nemen aan binnen- en buitenlandse wedstrijden.

Aan haar leden de ruimst mogelijke informatie verstrekken over alle aspecten van het afstandslopen.

Gezamenlijke trainingssessies aanmoedigen.

De nadruk leggen op lopen in de natuur.

Een sportieve, respectvolle samenwerking onderhouden met andere atletiekclubs.

Naast het lopen ook de andere gezinsleden bij het clubleven betrekken.

Het Bestuur

Voorzitter & penningmeester : LUCIEN VERMAEREN

Oude Dendermondse steenweg 47, 9300 Aalst. Tel. 053/78 29 19

e-mail : lucien.vermaeren@skynet.be

Secretaris : FREDDY DE BOECK

Ronsevaaldreef 24, 9320 Erembodegem. Tel. 053/ 21 68 50

e-mail : fred.deboeck@skynet.be

Verantwoordelijke regelmatigheids criterium en uitslagen : JAN VINCK

Borrekent 119, 9450 Denderhoutem. Tel. 054/ 32 07 35

e-mail : jan.vinck@asz-aalst.be

Clubtrainer : IWEIN BACKAERT

Koolstraat 155, 9300 Aalst. Tel. 053/ 77 53 92.

Public relations en verantwoordelijke cross: HERMAN PERSOONS

Sluisken 30, 9300 Aalst. Tel. 053/78 99 08

e-mail : herman.persoons@pandora.be

Materiaal beheerder : HERMAN PARMENTIER

Jasmijnstraat 3, 9300 Aalst. Tel. 053/ 78 00 60 e-mail :herman.parmentier@telenet.be

Redactie clubblad en website : PATRICK VERMAEREN

Rodekruislaan 4, 9340 Lede. Tel. 053/80 65 17

e-mail : patrick.vermaeren@pandora.be

Vertegenwoordigster van de dames en wedstrijdverantwoordelijke :

MARINA STEPPE

Snoekstraat 21, 9300 Aalst. Tel 053/78 51 32

e-mail marinasteppe@hotmail.com

Financiële gegevens

IBAN CODE : BE79 0011 7565 3033

BIC CODE : GEBABEBB

Spiridon : loopuitrusting

Loopshort : 20 euro

Tight (kort) : 25 euro

Topje (dames) : 20 euro

Singlet : 15 euro

Spiridontraining : 50 euro

T-shirt : 15 euro

Ons clublokaal

Ons clublokaal bevindt zich in de Osbroekkantine, Frans Blanckaertdreef te Aalst. Het is vooral een ontmoetingsplaats, waar in een gezellige sfeer vriendschapsbanden gesmeed worden. Je vindt er ook een informatiebord met onze geplande activiteiten

Trainingen

Woensdagavond : Spiridon huurt de piste in het Osbroekstadion op woensdagavond van 19.30 u tot 21 u. Onder leiding van onze trainer wordt er een intervaltraining afgewerkt. De training begint om 19.40 u.

Trainingen op andere dagen : Spiridon organiseert op andere dagen geen begeleide groepstrainingen. Wie (en zeker op zaterdag- en zondagvoormiddag) in het Stadspark of de Osbroek loopt, ontmoet wel altijd iemand van Spiridon. Leden maken onderling afspraken om samen te trainen.

Trainingslopen : Op initiatief van het bestuur en/of de leden worden een aantal trainingslopen ingericht.

**Voor 2012 wensen wij jullie
12 maanden gezondheid
52 weken geluk
366 dagen wijsheid
8 784 uren vriendschap
527 040 minuten liefde en
31 622 400 seconden energie**



De pijpekop

De pijpekop is een nieuwe rubriek die bericht over het wel en wee van MMR. MMR staat voor Monday Morning Runners , oftewel Maandag Morgen Lopers .

Geef toe : MMR klinkt beter dan MML (medium medium large ?) en geeft minder aanleiding tot zogezegd grappige naamvorming . Een praktijk waar aspirant – leden zich wel eens willen aan bezondigen .

Voor onze jonge lezertjes niet ouder dan 50 jaar , hier een proevertje uit het romantische vers “ De Pijpekop “ , waarschijnlijk geschreven omstreeks het jaar 1865 .Of een kleine twee eeuwen geleden .

De pijpekop

Zeg oudje , smaakt je pijpje goed ?
Wat rookt die kop mooi door !
't is echte meerschium naar het schijnt .
Zeg op , wat vraag je er voor !
Mijnheer , die kop is niet te koop ...

(vervolg pagina 5)

Inhoudstafel

Algemene informatie	2
Wensen 2012	3
De pijpekop	4
Lidgeld 2012	6
Doucheabonnement 2012	6
Algemene ledenvergadering	6
Gezinsweekend	7
Diverse mededelingen	9
Snelheidstabel Aalsters stadspark	9
Foto's cross	10
Wedstrijden regelmatigheids criterium 2012	11
Anneke dotes in Amsterdam	13
Spiridon in Actie	17
Fiets- en looptalent Carla Godeau	22
Regelmatigheids criterium 2011	23
Oilsjteneers zemmen - jeanetten	26

Kalender Spiridon Aalst

01	januari	Nieuwjaarsloop
02	januari	Nieuwjaarsloop MMR
15	januari	Dirk Martenscorrida
20	januari	Algemene ledenvergadering
05	februari	Midwinterloop Bosvoorde
25	februari	Spiridon Cross
04	maart	Herdenkingsloop Paul Van hauermeiren
18	maart	Zwinstedenloop
28	maart	Eerste testmeeting
09	april	Molenjogging Roosdaal
18	april	Vo2max testloop
01	mei	Ekiden
16	mei	Tweede testmeeting
21	september	Gezinsweekend

(vervolg artikel De Pijpekop)

Ziezo , het vervolg op aanvraag . Maar samen met de blz. 86 van het jubileumboek Spiridon Aalst 1986-2011 die handelt over MMR en die van de hand is van MMR-lid Lucien Vermaeren , moet dit voldoende zijn om de licht archaïsche sfeer te schetsen waarin MMR het best gedijt .

Vergis u echter niet: onder de inspirerende leiding van Paul Putteman , President , werden reeds meer dan 20 lidkaarten aangemaakt met daarbij één voor de eerste vrouwelijke MMR . Twaalf actieve MMRrunners zijn geregeld terug te vinden in de Osbroek op maandagmorgen om 9 uur 30' en nog eens de helft heeft dorst en zakt rond 11 uur 15' af naar het clublokaal " The Corner " waar een papegaai en Rita op hen wacht .

Niet zo op maandag 28 november ! Die dag begaven de president , Freddy en ik ons met paard en kar naar Berlare om daar een verkenningstocht te maken op het parcours van de Winterzonnewendeloop die doorgaat op 19.12.2011 .

Niet van de partij was Lucien Vermaeren die snottebellen moest vegen en pampers verversen bij het zieke kleine grut , noch Etienne Van Wezemael die de dag voordien te Nisse in Zeeland 42ste eindigde op 372 deelnemers in de 12e Zakloop in een tijd van 1 h 32'21" .

De winterzonnewende is trouwens de pasgeboren tegenhanger van de Zomerzonnewendeloop en zal voor de eerste maal doorgaan op maandag 19.12.2011 , start om 9 uur .

De MMRrunners zullen deze eerste maal de spits afbijten samen met enkele geïnteresseerden die zich kunnen vrijmaken op deze maandagmorgen . Er zijn twee afstanden (13 km en 17 km) op een gelijkaardig parcours als 's zomers maar toch verschillend.

De winterzonnewende wordt in vele culturen op het noordelijk halfrond gevierd omdat dit het ogenblik is waarop de dagen weer gaandeweg beginnen te lengen en het licht als het ware terugkeert . De datum van Kerstmis gaat wellicht terug op de datum van de winterzonnewende .

Maar dit alles verbleekt bij de " Monday Morning New Year Run " die zal doorgaan op maandag 2 januari in de Osbroek om 9 uur 30' . Elke runner of runster is welkom en een bubbeltje wordt na afloop aangeboden door de President .

Overigens is hij ook de creatieveling die het mooiste loop T-shirt van de lage landen heeft ontworpen . Bikkembergs is geïnteresseerd en bittere tranen worden geplengd omdat men nog geen 60 is !

Geen nood : ook aspirant-leden kunnen het bekomen tegen kostprijs . Het is een hebbeding !

De MMRrunners dragen het trots en gratis .

Hoe wordt je aspirant-lid ? Je kan vordertje tijd zijn werk laten doen of op een mooie maandag samen met ons de pantoffels aantrekken en de Osbroek in duikelen . Geen verplichtingen . Rumoerige aspiranten krijgen een ietwat strengere begeleiding . Dan wordt het stil en we lopen ...(MMRR)

Lidgeld 2012

Een nieuw jaar dat wenkt betekent ook tijd voor het vernieuwen van het lidgeld. Mogen wij u vragen de som van 40 € te storten op de Spiridonrekening 001-1756530-33 (IBAN: BE79 0011 7565 3033). In mededeling wordt vermeld "**lidgeld 2012**". Graag het lidgeld uitsluitend via overschrijving betalen, maakt voor ons de boekhoudkundige verwerking makkelijker.

Gelieve dit zo spoedig mogelijk te doen, liefst vóór 15 januari 2012. Lidgeld niet tijdig ontvangen is niet verzekerd en sporten op eigen risico.

Opgelet !! :

Wie te laat stort zal pas in de maand april worden doorgegeven en slechts van dan verzekerd zijn.

Wist je dat verschillende mutualiteiten tussenkomen in het lidgeld van de sportvereniging. Voor meer info raadpleeg je mutualiteit of consulteer hun website, waar je meestal het nodige document kan downloaden. Dit document laat je dan ondertekenen en afstempelen door de voorzitter of secretaris.

Doucheabonnement

Voor de mensen die jaarlijks een abonnement nemen voor het gebruik van de kleedkamers (naast de woensdagavondtraining) in het Osbroekstadion.

Zij storten hiervoor **60 €** (idem als vorig jaar) op de Spiridonrekening, met vermelding "doucheabonnement".

Opgelet, de storting dient zo snel mogelijk te gebeuren zodat we tijdig de gegevens aan de Aalsterse sportdienst kunnen doorgeven.

Algemene ledenvergadering - vrijdag 20 januari 2012

Bij het begin van het nieuwe jaar nodigen wij alle Spiridonleden en hun partner uit op onze jaarlijkse algemene ledenvergadering met nieuwjaarsreceptie.

Deze zal dit jaar opnieuw doorgaan in **Taverne Osbroek op vrijdag 20 januari 2012 om 20u.**

Programma:

- Verwelkomingswoord voorzitter.
- Terugblik op 2011.
- Planning 2012.
- Spiridon na 25 jaar naar de toekomst toe.
- Uitreiking prijzen regelmatigheids criterium 2011.
- Het woord aan de leden.
- Receptie met broodjes.

Voor de mensen die nog niet zo lang aangesloten zijn is het een ideale gelegenheid om kennis te maken met de andere leden en de sfeer op te snuiven binnen de club. Het is een democratisch beginsel dat leden de gelegenheid krijgen om hun visie en opmerkingen kenbaar te maken. Voor het bestuur is het leerrijk om te voelen en te horen wat de wensen en verwachtingen van de leden zijn.

Voor allen is het een uitnodiging tot dialoog en communicatie in een gezellige sfeer.

Inschrijving:

Graag ontvangen wij een bevestiging van jullie aanwezigheid. Liefst via een e-mail, uiterlijk tot 16 januari, naar lucien.vermaeren@skynet.be met vermelding van het aantal personen a.u.b. Wie inschrijft en achteraf om een of andere reden dient verstek te geven, vragen wij ook om dit te melden.

Wij hopen jullie zeer talrijk te mogen begroeten. We maken er zoals steeds een echte Spiridonavond van.

Het bestuur.

Ontspanningsweekend 2012
21-22-23 september
Schoorbakkehoeve te Middelkerke-Schore



Het bestuur is al ijverig bezig met organisaties in 2012, zo ook voor ons ontspanningsweekend. Tijdens de voorbije zomer brachten Lucien, Patrick en Herman Persoons tijdens een fietstocht een bezoek aan de Schoorbakkehoeve. Dit hotel in Oud Vlaamse hoevestijl is vredig gelegen dichtbij de rivier De IJZER. De mooie en ruime binnentuin met fontein en zonneterras stralen een en al rust uit. Met zijn 26 kamers is dit een ideale formule voor een vereniging om er een ontspannen weekend door te brengen.

Wij konden een optie nemen op 20 kamers en dit tot 20 januari. Dat hier snel moet beslist worden komt door het grote succes van deze locatie. Alle weekends zitten snel vol.

Kostprijs:

Van vrijdagmiddag (of avond) tot zondagnamiddag: twee overnachtingen in half pension met 2x ontbijtbuffet en 2x gastronomisch 4-gangenmenu: **150 euro per persoon.**

Van zaterdagmorgen tot zondagnamiddag: één overnachting in half pension met 1x ontbijtbuffet en 1x gastronomisch 4-gangenmenu: **85 euro per persoon.**

Kinderen: kunnen à la carte eten.

Verblijf op kamer van ouders.

Kinderen -10 jaar: 20 euro per overnachting, kamer + ontbijt.

Kinderen +10 jaar: 25 euro per overnachting, kamer + ontbijt.

Middagmaal:

Voor het middagmaal kan gekozen worden voor o.a. broodjesmaaltijd met soep: 15 euro per persoon.

De ligging van Schoorbakkehoeve is ideaal voor een rustige fietstocht en/of wandeling. Fietsen kunnen gehuurd worden aan 11 euro per dag, uiteraard kan je ook je eigen fiets meebrengen, het hotel beschikt over een fietsenstalling. De Westhoek is eveneens een uitgelezen streek voor een cultureel/historisch bezoek. Ook de kust is vlakbij en biedt vele mogelijkheden.

Tijdens de komende maanden zal een delegatie van het bestuur een dag ter plaatse gaan om de organisatie op punt te zetten en o.a. een rustig fietstochtje, **waar iedereen meekan**, voor te bereiden.

Wie er wil bij zijn stort vóór 15 januari een voorschot van 40 euro per persoon op de Spiridonrekening: 001-1756530-33 (Ibanr BE79 0011 7565 3033 Bicnr GEBABEBB) met vermelding “ Weekend september vanaf vrijdag of zaterdag “

Zoals steeds wil het bestuur er opnieuw een gezellig en ontspannen weekend van maken, waar iedereen aan zijn trekken komt.

Neem eens het kijkje op www.schoorbakkehoeve.be

Het bestuur kijkt de inschrijvingen belangstellend tegemoet.

Spiridoncross - zaterdag 25 februari 2012

Op 25 februari 2012 organiseren we onze vijfde cross. Op basis van het werkschema van Herman Persoons zijn de voorbereidingen reeds gestart (diverse contacten met de Stad Aalst, aanvraag bij het Vlaams Kruis, contacten met Kibsu.....)

Op vrijdag 24 februari starten de voorbereidingen aan het parcours. Zaterdag, vanaf 7 uur zijn we opnieuw in de weer om van onze cross een geslaagde organisatie te maken.

We rekenen op jullie om een handje toe te steken. En wat zeer belangrijk is : WE REKENEN ER OP DAT VEEL SPIRIDONNERS DEELNEMEN AAN DE CROSS

Eerst Testmeeting 2012

De eerste testmeeting vindt plaats op woensdag 28 maart 2012.

Afstand : 3 000 meter

Piste Osbroek.

Deelname gratis voor leden en niet leden.

Eerste start (snelste reeks) om 19 u 30.

Inschrijven : Op de piste vanaf 18 u 45 tot 19 u 20.

Volgorde : 1 – 2 – 3

Subsidie Stad Aalst

De Stad Aalst heeft ons een subsidie toegekend van 530,16 euro. Om deze subsidie te verkrijgen moest Lucien heel wat formulieren invullen. Maar het werk loont.

Vooraankondiging vo2max testloop

Ook in 2012 zullen we opnieuw individuele testlopen organiseren.

Onze eerste test zal doorgaan op woensdag 18 april 2012. De test zal ons opnieuw een goede indicatie geven over de voorjaarsconditie en ons toelaten de trainingsgroepen optimaal samen te stellen.

De test zal plaatsvinden op het jaagpad langs de Dender. Deze keer zullen we ons eerst met de wagen verplaatsen naar Hofstade (Doe het zelf Van Den Nest – voldoende parkeermogelijkheid).

Daar starten voor 5 Km richting Wiezebrug biedt het voordeel dat we geen enkele rijweg moeten dwarsen (veiliger). Het principe blijft hetzelfde, om de minuut zal er een loper vertrekken.

Verdere details zullen nog via de woensdagavondtraining en via e-mail bekendgemaakt worden.

De trainers

Snelheidstabel Aalsters stadspark

Hier een tabel met de snelheid en overeenstemmende tijd voor de par-kronde (1 640 meter, zonder de spiegelvijver)

Snelheid in Km/u Tijd

10 9' 50"

10,5 9' 22"

11 8' 56"

11,5 8' 33"

12 8' 12"

12,5 7' 52"

13 7' 34"

13,5 7' 17"

14 7' 01"

14,5 6' 47"

15 6' 33"

15,5 6' 20"

16 6' 09"

16,5 5' 57"

17 5' 47"

17,5 5' 37"

18 5' 28"

Personalia

Peter Lievens en Geert de Potter sloten zich de voorbij maanden aan of opnieuw aan bij Spiridon Aalst. We wensen hen van harte welkom in onze club.

Op 12 september 2011 werd Hugo De Wael grootvader van Jente. Het bestuur en de leden wensen Hugo en zijn familie van harte proficiat.

1 januari 2012 om 10 uur

Ergens anders in dit clubblad kan je lezen dat er op maandag 2 januari al een gezamenlijke loop wordt georganiseerd. Op zondag 1 januari wordt er ook reeds in groep gelopen en dit vanaf 10 uur.

Iedereen welkom op deze traditionele nieuwjaarsloop.

Interessante websites

<http://aalst.courant.nu/>
(aangebracht door Roger de Sutter)
http://belgica.kbr.be/nl/coll/cp/cpFerraris_nl.html
(aangebracht door Katrien Buysse)



Foto's cross Dexia

Met dank aan
Johnny De Ceulaerde



WEDSTRIJDEN REGELMATIGHEIDSCRITERIUM 2012

HET REGLEMENT

Het bestuur selecteert 16 wedstrijden.

Leden die aan 9 wedstrijden deelnemen, ingeschreven onder Spiridon Aalst, ontvangen op de algemene ledenvergadering (januari) een geschenk.

Gelopen marathons of halve marathons in het buitenland geven eveneens recht op 1 punt met een maximum van 2.

Iedereen heeft recht op 2 vervangingswedstrijden, d.w.z. op de datum van een geselecteerde wedstrijd deelnemen aan een andere wedstrijd naar keuze en eveneens ingeschreven onder Spiridon Aalst.

Wie moet opgeven, wegens kwetsuur, na 1/3 van de wedstrijd van het regelmatigheids criterium krijgt ook 1 punt.

Wie aan een niet "niet-geselecteerde" wedstrijd deelneemt, bezorgt een kopie van de uitslag aan Jan Vinck, die de resultaten van het regelmatigheids criterium bijhoudt.

Nr. 1 Dirk Martenscorrida AALST

Zondag 15 januari

uur : 3 km om 15 u
6 km om 15 u 30
12 km om 16 u 15
waar : Grote Markt Aalst

Er zijn nog geen officiële gegevens beschikbaar. Juiste afstanden, starttijden en inschrijvingsbedrag zullen terug te vinden zijn op www.eendrachttaalst.be en op www.spiridonaalst.be.

Nr. 2 Midwinterloop BOSVOORDE (door het mooie Zoniënwoud)

Zondag 5 februari

uur : om 10 u 30
Afstanden : 9,6 en 19,3 km
start en douches : Internationale school, Foresterielaan,
Bosvoorde
vertrek : Osbroek om 8 u 15

Online voorinschrijving – 6 euro (tot 31 januari) :

<http://www.rcb-gal.be/site/neeerlandais.htm>

Wacht niet te lang

Inschrijving ter plaatse : 9 euro (indien nog beschikbare plaatsen)

Nr. 3 Herdenkingsloop Paul Van hauwermeiren

Zondag 4 maart om 9 uur

Start : sporthal Appels

Afstanden : Het parcours zal zo uitgepeild zijn dat men ofwel 21 km kan lopen ofwel 12 km.

Waarschijnlijk zullen er twee groepen zijn voor de 21 km en één groep voor de 13 km..

Spiridon huurt de kleedkamers. We blijven nog iets drinken in cafetaria van de sporthal.

Nr. 4 Zwinstedenloop te Sluis

Zondag 18 maart **uur :** 10,4 km om 12 u 45

21 km om 13 u

Start en aankomst : Grote Markt, Sluis

Voorinschrijving tot 4 maart : <http://www.zwinstedenloop.nl/inschrijven.html>

8 euro voor de 10,4 km en 11 euro voor de 21 km

INSCHRIJVEN ONDER SPIRIDON AALST

De borstnummers van de vooringschrevenen worden naar huis opgestuurd

Ter plaatse inschrijven : + 3 euro, tot een half uur voor de start in de Sporthal De Keure.

We vertrekken om 10 u 15 in de Osbroekdreef.

Nr. 5 Molenjogging ROOSDAAL (ONDER VOORBEHOUD)

Maandag **9 april** (tweede Paasdag) **uur :** om 10 u 15

start : lokaal Den Broebel, Gustaaf Ponchastraat 4A

6 en 12 km

!! vertrek : Osbroek om 9 uur

Deelname : 5 euro ter plaatse

Nr. 6 Ekiden EVERGEM

Dinsdag 1 mei

Meer info volgt later

Nr. 7 Tweede testmeeting : Herdenkingsloop

Woensdag 16 mei

uur : Eerste reeks om 19 u 30

waar : Piste Osbroek

5000 m - 3 reeksen

volgorde 2 -3 -1

Deelname : Gratis

Inschrijven vanaf 18 u 45 tot 19 u 20

Vanaf 2012 worden de uitslagen van het regelmatigheids criterium en van de crossen opgemaakt door Marina en Jan. Uitslagen van andere wedstrijden worden bij voorkeur overgemaakt aan Jan. Gelieve ook aan Jan mede te delen welke spiridonners er aan die wedstrijd hebben deelgenomen. Dit vergemakkelijkt het werk van Jan en draagt bij tot betere informatie.

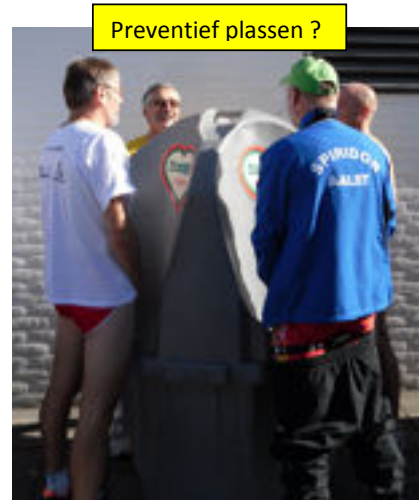
Anneke Dotes in Amsterdam (Chris R.)

De (halve) marathon in Amsterdam gaf de Spiridondeelnemers niet alleen uitstekende prestaties, prachtig weer en een schitterend verblijf maar ook leuke anekdotes die we de lezers onzer club niet willen onthouden, deze keer geen traditioneel verslag :



- De eerste dag al bij de groepswandeling kon Patrick V. zich niet meer houden als we de Amsterdamse walletjes met de aanlokkelijke sexshops passeerden. Plotseling had Patrick en vrouw een vreemde opdracht, ze moesten voor een familielid ergens ter stede een pot zeldzame confituur ophalen ... ? Lucien stelde voor dat de groep eventueel meewandelde maar uitdrukkelijk niet nodig, alleen moesten ze deze heel moeilijk te vinden klus klaren! Afgesproken, het haastige stel kreeg een half uur om de met wenkbrauwen gefronste groep te verlaten, na een uur toch een sms'je gestuurd of de jam in de pocket was. Neen was het antwoord, "winkel" gesloten maar op zoek naar een andere locatie. Na anderhalf uur met gebel, berichtjes en een ietwat wachten kwam het kwieke paar met brede glimlach afgewandeld zonder die mysterieuze lekkernij. Onze humorfantasie brak los maar bij het koppel bleven de lippen stijf op elkaar ...
- Als we toch de "uitnodigende" walletjes vernoemen, ondergetekende wilde een prachtige fotoshoot maken van voorbijtrekkende Spiridonners met op de achtergrond een schaars geklede raamvrouw. Kwestie van later ons strak clubledenblad aantrekkelijker te maken met een leuk ogende afdruk, de redactie wenst immers aan haar ouder leespubliek tegemoet te komen. Echter de blonde deerne had het zo niet begrepen en schoot in een Franse colère, zwierde met één agressieve ruk haar gordijn dicht. Teleurgesteld besliste de fotograaf van dienst maar het digitale apparaat af te zetten, ogenblikkelijk vloog het veelbekeken gordijn met een zelfde snelheid weer open en het meisje van plezier veranderde in een op het raam bonkende en tierende furie. Gelukkig zich bevindend achter dik glas want ik had al enigszins knikkende knieën wetende geen gezonde voorbereiding voor de loop 's anderendaags", zich uit de voeten makend want als de onvermijdelijke pooier uit zijn sportsloffen schiet begint een ruime snelle opwarming al de dag ervoor.

- In Van Dale verschijnt binnenkort een nieuwe uitdrukking. Deze prachtige vondst kwam uit de mond van een vrouwelijke deelnemster eveneens behorend tot het Spiridonbestuur (ze heeft me uitdrukkelijk gevraagd haar naam niet te vernoemen gezien het persoonlijk karakter van deze speciale activiteit). De auto geparkeerd in een parkeergarage aan de stadsrand, vooraleer ons begevend naar de metro drong bij de immer sympathieke hardloopster een voor het mannelijk publiek vreemde gedachte op. Ze vroeg even te wachten want ze wilde “preventief plassen”. Nu mag iedere Spiridonna me trachten eens uit te leggen wat ik dit schijnbaar typisch vrouwelijk fenomeen betekent. Ofwel is je blaas gevuld en komt het drukgevoel vanzelf, ofwel leeg en weg enige behoefte. Wat een scherpe reactie uitlokte bij een aanwezige seksegenote “voor een paar druppels doe ik mijn broek niet af”.



- We stellen ons dikwijls vragen bij het Belgisch openbaar vervoer maar in Nederland kennen ze er ook iets van. Na een vruchtbare Amsterdamse dag echter zonder confituur beslisten we de tram nr. 2 te nemen richting geparkeerde auto kwestie van nog te genieten van het Amsterdams bovengronds leven. De tramhalte bood ons een duidelijk informatiebord, zeer hoopvol vermeldend dat de eerstvolgende twee (!) aankomende trams het nr 2 zouden dragen. Het modern digitale bord ontpopte zich tot op het zwaar proef stellen van brave geduldige Vlamingen. Het aantal keer dat tram 2 werd aangekondigd en kort daarna afgekondigd was niet meer op twee handen te tellen. Pas als we de ruime moed hadden verloren en drie kwartier later en beslisten om toch maar de metro te nemen na alle niet2-trams de revue meermaals passeerden verscheen eindelijk het ijzeren gevaarte.

- De wedstrijd zelf leverde geen problemen op maar wachten op de metro en daarna schonk ons toch leuke taferelen. Een bleke voorzitter met benen omhoog in metrohalte en in metro zelf gaf de veelvuldige blauwe spiridontrainingspakken de nodige aandacht bij andere deelnemers, wat originele publiciteit voor onze club kan geen kwaad.



Verkeerstip : Als je gps in je rijdende auto je niet direct lokaliseert is de oplossing om het rond punt nogmaals helemaal te hernemen.

- Op stap gaan met D. uit Haaltert dat weten we is altijd een belevenis. Op dag 1 kocht hij een tweetal verfpotten, zich overpeinzend 's nachts wikkend en wegend 't is toch wat weinig, op dag 2 er nog ene verfpot bijgekocht, museum van Gogh dan bezocht en waarschijnlijk inspiratie opgedaan, nadien in de shop nog ne pot aangeschaft. Als je D. verwacht op een winterse woensdagavond maar niet ziet opdagen, geen paniek, 't is maar dat de verfpotten worden verwerkt tot iets kleurrijks. Zal ons weten te zeggen hoeveel "D.-manuren" dit vergde.
- Na een stevige wedstrijd hoort een even stevige avondmaaltijd. Dirk D. L. voelde zich onmiddellijk ongegeneerd thuis bij het ruim avondbuffet in het kwaliteitsvolle hotel. De leuk uitzierende blondineserveuse werd door hem direct aangesproken als "lieverd". Hij heeft ze niet meer weer gezien. Dus mannen schrap dit woord uit je vocabularium als scorende opener voor meer.
- Een uitstap in de Hollandse hoofdstad kan tot hilarische situaties leiden, dat ondervond Gerrit al te zeer. Onze voorzitter onderhandelt als ne echte Hollander om tot een beste prijs te komen voor een boottocht op de A'damse kanalen. Vooraf even wiskunde-economie : een groepstarief van (minimum) 15 personen kost per persoon 10 € dus in totaal 150 €, ticketkosten individueel voor 13 personen kost per ticket 14 € in totaal 182 €.

Lekkers op de boot



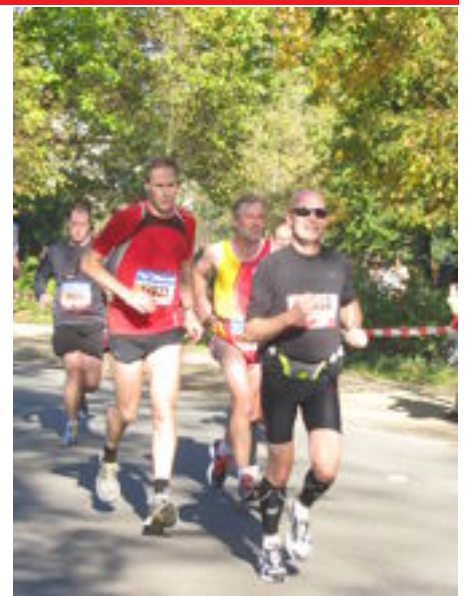
Onze president koopt op zijn voordeligst bij het toerismekantoor 15 tickets aan groepstarief, heeft twee tickets over maar Gerrit zorgt er wel voor dat bij de boot nog twee tickets aan de toerist worden gebracht voor een redelijk prijsje, in de sacche. De Indisch uitzierende man aan de bootkassa – zat opgesloten in een barakske - wat verderop had dit Leeds gesjacher meteen door. Onze Papegemnaar trachtte met handen en voeten de ronde maar zelfverzekerde allochtoon van het wederzijds voordeel te overtuigen maar de Hollandse mayonaise pakte niet. Dan maar op zijn specialiteit zijnde de sociale toer overgeschakeld maar 't was er enen van de hogere kaste, zijnen

bruine kop evolueerde naar groter en roder, ook het stemgeluid dikte aan. Onze Gerrit liet niet af als een echt piket, Britse toeristen taal onbegrijpend begonnen het een leuke bedoening te vinden.

- Zelfde Gerrit al wandelend voorbij een gestalde brommer aan verkeerspaal, maakte ons duidelijk dat het wat roestige vehikel aan een reuze ketting met bakje vastlag. Om zichzelf en de groep te overtuigen van de degelijkheid van de afschrikkende veiligheidsconstructie toch even een klein shotje met de voet. Het vervaarlijk uitzierende ding begint ietwat oorverdovend geluid te produceren, wat verderop staat een politiecombi. Met de geschrokken veroorzaker op kop de grote onschuld etalerend slenterde de groep met een mister Bean-gezicht verder richting station.



Foto's halve marathon Amsterdam - met dank aan Danny Van Keymeulen



SPIRIDON IN ACTIE

Flanders Field Marathon – 12 september 2010

DE WAEL Christophe 3.36.21

Marathon Antwerpen – 17 april 2011

DE BROUWER Geert 2.57.03
DUMONT Tom 3.29.43

Marathon Madrid – 17 april 2011

DE WAEL Christophe 3.58.13

15e jogging brandweer Asse – 17 september 2011 – 153 aankomsten

5. MATTENS Gunther 23.07 M-50 2

Halve marathon Gent – 25 september 2011 – 795 aankomsten

153. DE VEYLDER Jan 1.45.06 HV2 9
154. BUYSSE Katrien 1.45.07 SV 4

Cross KBC – 01 oktober 2011 – Kessel-Lo

1/10 **GODEAU Carla** 12.43 VA 3.460 meter **WINNAAR !!!!**
11/21 DE WAEL Christophe 21.52 HS 5.780 meter
20/21 SEGHERS Gunther 25.24 HS
4/18 VANDENBRANDEN Rudy 20.25 VA
1/29 **MEERT Dary** 19.26 VB **WINNAAR !!!!**
10/29 HUYLEBROECK Marc 20.29 vb

12e Moryloop Herzele – 01 oktober 2011 – 12,3km. – 77 aankomsten

32. COPPENS Linda 54.50 VMAS 2
41. VAN DEN HAUTE Tuur 57.37 MMAS 26
49. MAESSCHALCK Gilbert 1.00.20 MMAS 32
50. HANSSENS Ides 1.01.24 MMAS 33

Marathon Keulen – 02 oktober 2011

DUMONT Tom 3.51.40

Halve marathon Eindhoven – 09 oktober 2011

1199/6830 VAN DEN HAUTE Tuur 1.39.42 M55 51/417

Marathon Eindhoven – 09 oktober 2011

154/1278 STEENHAUT Kathleen 3.00.27 V45 3/42

Cross Electrabel – 15 oktober 2011 - Tervuren

10/24	DE WAEL Christophe	22.42	HS	5.300 meter
14/24	DUMONT Peter	24.36	HS	
20/24	SEGERS Gunther	25.40	HS	
3/27	VANDENBRANDEN Rudy	21.10	VA	
8/27	DE RIDDER Ivo	21.56		
12/27	DE GELDER Yves	22.34		
18/27	VAN BELLE Joris	25.11		
2/42	MEERT Dary	20.48	VB	
5/42	DE BOECK Freddy	21.38		
7/42	HENDERICKX Jan	21.57		
16/42	DE VEYLDER Jan	23.07		
17/42	HUYLEBROECK Marc	23.17		

Mizumo halve marathon Amsterdam – 16 oktober 2011 – 11381 aankomsten

130.	DE GOLS Dirk	1.23.17	M	120
159.	MATTENS Gunther	1.24.13	M	147
585.	VAN WESEMAEL Etienne	1.31.49	M	539
789.	DE LEEUW Dirk	1.33.59	M	719
1749.	VERMAEREN Lucien	1.40.24	M	1584
1877.	STEPPE Marina	1.41.06	V	177
2310.	VAN LANCKER Freddy	1.43.19	M	2075
2796.	ROTTIERS Chris	1.45.25	M	2796
6288.	DE BRUYNE Katia	1.55.03	V	1289

Marathon Amsterdam – 16 oktober – 9633 aankomsten

1314. VERMAEREN Patrick 3.15.29 M50 98

Halve bosmarathon Buggenhout – 16 oktober 2011 – 156 aankomsten

3.	DE PETTER Peter	1.18.27		
64.	HANSENS Ides	1.45.05		

14^e halve marathon des Vallons de Herve – 22 oktober – 367 aankomsten

54.	DE BOECK Freddy	1.30.28	V1	23
59.	DE GELDER Yves	1.31.09	V1	25
107.	VERHAEGHE Luc	1.37.47	V2	19
193.	BRUYLANT Marc	1.45.57	V2	42

2^e Omega pharma halve marathon Nazareth-Eke – 23 oktober 2011

198/576 VAN DEN HAUTE Tuur 1.38.30 V2H 22

Marathon Etten-Leur – 30 oktober 2011

DUMONT Tom 3.25.40

Cross Dexia – 05 november 2011 - Evere

4/12	DE SCHRIJVER Els	16.51	DAA	3.880 meter
19/30	DE WAEL Christophe	25.44	HS	6.380 meter
26/30	DUMONT Tom	27.04	HS	
27/30	MOENS Joris	27.27	HS	
2/22	VANDENBRANDEN Rudy	22.40	VA	
7/22	DE GOLS Dirk	24.42	VA	
8/22	DE GELDER Yves	24.47	VA	
9/22	DE RIDDER Ivo	24.50	VA	
18/22	VAN BELLE Joris	28.12	VA	
2/41	MEERT Dary	23.08	VB	
4/41	DE BOECK Freddy	23.49	VB	
11/41	HENDERICKX Jan	24.59	VB	
15/41	VAN WESEMAEL Etienne	26.04	VB	
16/41	DE VEYLDER Jan	26.07	VB	
17/41	HUYLEBRECK Marc	26.39	VB	
2/37	HEREMANS Dirk	24.34	VC	
9/37	DE WITTE Gustaaf	29.04	VC	
19/37	PERSOONS Herman	32.04	VC	

Cross Activ8 – 12 november 2011 - Halle

2/16	STEENHAUT Kathleen	12.13	DB	3.101 meter
14/24	DE WAEL Christophe	20.53	HS	5.229 meter
1/19	VANDENBRANDEN Rudy	18.55	VA	WINN A A R !!!
9/19	DE GOLS Dirk	20.46	VA	
1/39	MEERT Dary	18.38	VB	WINN A A R !!!
15/39	VAN WESEMAEL Etienne	21.14	VB	
20/39	HUYLEBROECK Marc	21.52	VB	
1/32	HEREMANS Dirk	20.11	VC	WINN A A R !!!
13/32	VAN LANCKER Freddy	24.50	VC	

1e Priester Daensvredeloop – Aalst – 13 november 2011

4.950 meter – 165 aankomsten

54.	PERSOONS Herman	22.29	
77.	VAN DER BIEST Danny	25.30	
100.	MEERT Andre	27.33	

101.	PUTTEMAN Paul	27.34
119.	JACOBS Guido	28.54

9.900 meter – 183 aankomsten

12.	HENDERICKX Jan	38.04		
14.	DE BOECK Freddy	38.29		
15.	MATTENS Gunther	38.36		
16.	SCHOCKAERT Hedwig	39.09		
20.	DE POTTER Geert	39.29		
25.	VAN WESEMAEL Etienne	39.56		
36.	VAN HECKE Patrick	41.48		
42.	MOENS Joris	42.53		
44.	STEPPE Marina	43.11	D	4
46.	VAN OVERMEEREN Bernard	43.16		
52.	VAN GINDERACHTER Nele	44.08	D	5
53.	VAN DEN HAUTE Tuur	44.10		
59.	PARMENTIER Herman	44.38		
68.	HANSENS Ides	45.35		
78.	DE VEYLDER Jan	47.12		
103.	MUYLAERT Gerrit	50.03		
112.	DE BRUYNE Katia	52.14	D	13
118.	DE BACKER Barbara	52.59	D	16
120.	HEYVAERT Kathleen	53.09	D	18
172.	JANSSENS Lieve	1.03.02	D	44
173.	BOVYN Alex	1.03.12		

14.850 meter – 117 aankomsten

10.	VANDENBRANDEN Rudy	55.27		
12.	LIEVENS Peter	56.26		
16.	DE RIDDER Ivo	57.41		
17.	BERGMANS Stefaan	57.57		
18.	DE GOLDS Dirk	58.12		
19.	DE GELDER Yves	58.46		
22.	VERMAEREN Patrick	1.00.45		
36.	COPPENS Linda	1.04.14	D	3
39.	DE LEEUW Dirk	1.05.27		
41.	VERMAEREN Lucien	1.06.38		
48.	VAN BELLE Joris	1.07.48		
81.	ROTTIERS Chris	1.15.15		
82.	BAEYENS Griet	1.15.16	D	10

Cross Sabena – 26 november 2011 - Leuven

3/17	COPPENS Linda	15.30	DAB	
4/29	VANDENBRANDEN Rudy	21.48	VA	
8/29	LIEVENS Peter	22.52	VA	
10/29	DE GELDER Yves	23.27	VA	
1/37	MEERT Dary	21.04	VB	W I N N A A R!!!
7/37	HENDERICKX Jan	23.28	VB	

12e zakloop Nisse (Nederland) – 27 november 2011 – halve marathon

372 aankomsten

42.	VAN WESEMAEL Etienne	1.32.21
-----	----------------------	---------

Cross NBB – 03 december 2011 - Koekelberg

4/13	STEPPE Marina	11.19	DAB	2.800 meter
23/30	MOENS Joris	18.09	HS	4.700 meter
25/30	DE VEYLDER Stijn	19.06	HS	
2/23	VANDENBRANDEN Rudy	15.19	VA	
9/23	DE GELDER Yves	16.45	VA	
13/23	DE RIDDER Ivo	17.15	VA	
16/23	VAN BELLE Joris	18.18	VA	
2/36	MEERT Dary	15.23	VB	
4/36	HENDERICKX Jan	16.12	VB	
10/36	VAN WESEMAEL Etienne	17.20	VB	
11/36	DE VEYLDER Jan	17.36	VB	
10/39	VAN LANCKER Freddy	19.03	VC	

Foulées hivernales – Auderghem – 11 december 2011 – 801 aankomsten

25.	VANDENBRANDEN rudy	40.56
45.	HENDERICKX Jan	43.23
48.	MATTENS Gunther	43.36
57.	STEENHAUT Kathleen	44.36
66.	SCHOCKAERT Hedwig	45.20
70.	VAN HECKE Patrick	45.35
89.	VAN WESEMAEL Etienne	46.35
126.	VERMAEREN Patrick	48.44
130.	VERMAEREN Lucien	48.53
148.	DE VEYLDER Jan	49.16
156.	DE LEEUW Dirk	49.38
166.	STEPPE Marina	49.52
221.	VAN LANCKER Freddy	51.34
223.	PARMENTIER Herman	51.36
236.	VAN DEN HAUTE Tuur	51.59
247.	DE SUTTER Roger	52.18
259.	VAN OVERMEEREN Bernard	52.33
356.	HANSSENS Ides	55.07
368.	MAES Bert	55.34
425.	BAEYENS Griet	57.32
426.	ROTTIERS Chris	57.33

Fiets- en looptalent Carla Godeau

Carla is sedert 2009 lid van onze loopvereniging.

Tijdens haar jeugd deed Carla aan hardlopen, paardrijden en fietsen.

Op haar 19de trok ze de bokshandschoenen aan en heeft ze gedurende 3 jaar aan competitie kickboksen gedaan. Carla werd Belgisch kampioene bij de lichtgewicht.



Nadien kon ze haar energie kwijt in het cyclocrossen en in het mountainbiken, gecombineerd met hardlopen. In 2010 en 2011 werd ze Belgisch kampioene mountainbike in de D categorie van de Vlaamse Wielervederatie.

Carla, die evenveel houdt van lopen als van fietsen, waagde zich vorig jaar aan de sprintduathlon (5km lopen, 32 km mountainbiken en 5 km lopen). Na een paar wedstrijden stond ze in oktober 2011 op het hoogste schavotje in de duathlonwedstrijd van Wichelen.

Door de combinatie duurlopen-intervaltraining (met Iwein en Freddy) en een doorgedreven training mountainbiken verbeterde Carla haar conditie dit jaar aanzienlijk. Haar tijden op de testmeeting verbeterde ze dit jaar zowel op de 3000 meter (12'05) als op de 5000 meter (20'38). Ze won dit zomerseizoen de stratenloop van Ninove, Grimminge, Lede en Denderleeuw. Haar eerste interbankencross (seizoen 2011-2012) was meteen goed voor een gouden medaille !

Op 18 december 2011 staat de duathlon "DE HEL VAN KASTERLEE" op haar programma : 15 km lopen, 105 km mountainbiken en 30 km lopen !

Carla, van harte proficiat en doe zo verder !

Vanwege het bestuur.



REGELMATIGHEIDSCRITERIUM SPIRIDON 2011

	Aalst	Bos- voorde	Mem Paul	Sluis	Test een	Roos daal	Ever gem	Test twee	Haal tert	Ber- lare	Welle Korten berg	Den Haas	Ever gem	Schep daal	Alva Aalst	Ouder gem	1. mar	2. mar
	16.01	06.02	27.02	20.03	06.04	25.04	01.05	11.05	04.06	22.06	29.07	07.08	23.08	03.09	25.09	13.11	11.12	
Baevegems Willy	1	1	1	1						1								5
Bayens Griet	1		1	1	1	1	1		1	1	1	1	1		1	1	1	14
Bergmans Stiefaan															1			1
Bovyn Alex															1			1
Bruylant Marc	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1	1	1	1			1	12
Bruyninckx Rudy				1			1			1		1					1	5
Buyle Kelly							1	1										2
Buysse Katrien	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1	1			1	13
Cannau Bart	1																	1
Cobbaert Anne						1	1											2
Coppens Linda	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				14
Cornelis Olivier			1							1								2
D'Hooghe Marcel										1								1
de Backer Barbara	1														1			2
De Boeck Freddy					1		1	1		1		1			1			6
De Bruyne Katia	1		1				1								1		1	5
De Cremer Myriam			1							1								2
Decoene Jan																		1
De Cuyper Christel	1		1				1										1	5
De Gelder Yves	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			1	1	1	1	14
De Gols Dirk	1	1			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				12
De Leeneer Steven	1																	1
De Leeuw Dirk	1	1		1			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
De Meyst Erwin										1								1
De Nil Kurt		1		1	1	1	1	1		1			1					8
De Petter Peter			1															1
De Potter Geert															1			1
De Ridder Ivo	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15

Aalst	Bos-voorde	Mem Paul	Sluis	Test een	Roos daal	Ever gem	Test twee	Haal tert	Ber-lare	Welle berg	Korten berg	Den Haas	Ever gem	Schep daal	Alva Aalst	Ouder gem	1. mar	2. mar
16.01	06.02	27.02	20.03	06.04	25.04	01.05	11.05	04.06	22.06	29.07	07.08	23.08	03.09	25.09	13.11	11.12		
Roelandt Ingrid		1																1
Roelandt Rudy				1														1
Roels Marc						1												1
Rotliers Chris	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16
Schockaert Hedwig	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13
Schollaert Norbert	1		1	1			1		1									5
Steenhaut Kathleen	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
Steppe Marina	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
Teirlinck Marcia	1																	1
Vandenbranden Rudy	1	1				1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
Van Belle Joris	1			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11
Van Biesen Anja	1			1														2
Van den Einde Joris				1			1		1								1	4
Van den Haute Tuur		1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13
Van der Biest Danny															1			1
Van der Meeren Lut	1																	1
Van de Velde Lucien				1			1											2
Van Elst Bart									1									1
Van Ginderachter Nele	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Van Hecke Patrick		1		1										1	1	1		5
Van Hoezen Thomas							1											1
Van Hooren Alain							1											1
Van Keymeulen Danny	1			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Van Kut Stefaan	1			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
Van Lancker Freddy	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13
Van Overmeeren Bernard	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14
Van Steen Jhony									1									2
Van Wesemael Etienne	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
Van Wingham Dirk	1																	2
Vermaeren Lucien	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13
Vermaeren Patrick	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14
Vijverman Jan							1		1									5
38																		576

Oilsjteneers Zemmen

Jeannetten!

Weir van Oilsjteneers Zemmen zen altoid al begoon geweist me mensjen die 't wa minder goed emmen. Sosjool bewoegen, de goedhed zelve! Is 't er iemand van Deiremonne in ons gebieren, dan vraugen weir altoid oit kompasje oe da ze dat door kennen oitagen, me da peird, da kopvlies en dennen gralekken stank. Zeje van Lee, dan kommen weir altoid ne kier on de grensj me Oilsjt koiken of daje niks vandoeng etj. En, zet mor gerest, miestal emmen ze veil vandoeng...Mensjen oit Oiltjert zemmen zelf, vraugen weir of da ze nog isj willen vertellen oever eiren BIYP. Mor oigenlek emmen we me de rest van Spiridon oigenlek foitelek woineg weirk.

Mor de lesten toid es da spoiteg genoeg on 't veranderen! De loeipers van vandaug zen gewoein nimmer kontent. Tes altoid iet. Een ganse boon loopen ze te zaugen, te kreften en te memmen. Ge zoltj 't er koppoin van kroigen!

Azoë eje een benje da door nekiejr nen beirg eet opgeloeipen. Den helft van ons redakse is door oeik boi, en dormei zemmen verplicht om door allien nen hoeip respect veer 't emmen.

Mor vanaf da ze vedrom zen, is Vlonjern gewoein te plat gewerren. Elk bontjen is nie stoil genoeg, der liggen gien stiënen... Om ver ieuwig en altoid van da gezaug oever da beirgloeipen in de zjaar van "goje goi vandejoor" of "es da noig omhoeig?" vanaf te zen, zal de redakse binnenkert seleksewedstroiden agen op de Jandoekusbeirg. Ver de gelegenheid werd da ten de "Jungdoekusbeirg". Iederien kaan meidoeng, mor tes ni gemakkelek ver mensjen me oegtevreijs of kerte bintjes.

Allei, lotj ons zeggen da ze 't ewa noig in eir steire gekreigen emmen. Ze goon ten zelfs de Oilsjterse grens oever, om wettelen te goon raupen in Ninofbos. Door werren ze nog geprepareerd deer ne lokolen swanjeur FVL, ne vrinjeleken jongen oit Appelteirre die altoid vanachter nen boeim sprinkt mé een baksen matotten as ge bekanst tobbel-t'hoeip schoit.

Doine FVL es zelf nog een deftig loeiperken geweist, wie dat door on twoifelt, moe mor nekiejr meiloeipen en ge kroigt direct een schoëin wedstroidverslag van ne marathon van voiventwintjig joor geleën. Mor 't es giënen echten miejr. E loeipt ni geren in den donkeren, e bloift liever op de pist, en zen slasjkes werren voil van op den taluu te loeipen. Ter es verlies op...

Oever voil slasjen gesproeken... Weir woren we nog getoige van een oistspraak van ne Spiridonner die geiren zenne paraf in boekskes zetj. Saumen me een ander benje goon ze nie geiren miejr in den Osbroek loeipen, want 't es te voil. Oigenlek gon ze liever in den Broinen Dreif rondtabberen. Kwesjte van de proepertoit! Astablieft hein zeg!



Weir van OZ zeggen ten oopenlek en oprecht: 't zen Jeannetten! Ni da weir iet tegen jeannetten emmen. Boilange ni. Weir zollen ni geiren het Centrum ver Geloike Kansen en Mismokte Mensjen Oit Oiltjert, Lee of Deiremonne op ons dek kroigen vermits da de artikelkes van OZ oeveral geleizen werren. De voltallige redakse van OZ es zelfs op ne deirdeweekse doisdag op a peu pres 40 daugen veiren Posen zelf een (Voil) Jeannet. Mor der zen Jeannetten en Jeannetten en oiek nog Elio Di Rosso Pappillone. Weir emmen wel iet teigen "strandjeannetten" die loeipen te zaugen te kreften en te memmen.

Dus, wa es de morool van 't verhoel : makt eir slasjen gralek voil, loeipt nekiej op een voil of een plat bontjen, goot nekiej bergop, goot ne kiej van de grond, klapt nekiej van vroeger en zijvert mor ne goeien gank oon. Want van zijeveren kroigde dest en gelek da ne Groite Oisjtersen Toegfilosoef van OZ altoid pleegt te zeggen :

Nen Orval A Day Keeps The Doctor Away ! (x 3)

Retouradres:
Spiridon Aalst vzw
Patrick Vermaeren
Rodekruislaan 4
9340 Lede

Driemaandelijks tijdschrift P912529
Afgiftekantoor 9550 HERZELE

België - Belgique
P.B.
9550 HERZELE
3/1354

