

Clubblad



september 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

Borrekeent 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) : 20 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.

Evaluatie feest 25 jaar Spiridon Aalst

Op ons jubileumfeest in de Daenszaal van ontmoetingscentrum De Brug op zaterdag 17 september mochten we niet minder dan 137 aanwezigen verwelkomen.

Het bestuur had voor dit historische clubgebeuren niets aan het toeval over gelaten. Een degelijke organisatie die ruim 6 maanden geleden werd opgestart heeft bewezen dat een goede voorbereiding steeds onontbeerlijk is om te slagen. Zo was onder impuls van Herman Persoons de zaal mooi aangekleed en versierd.

Dat we konden beroep doen op Louis De Pelsmaeker om het geheel aan elkaar te praten was een echte luxe. Louis is een vakman en zorgt er voor dat de aanwezigen geboeid worden en blijven.

(vervolg pagina 4)

Kalender Spiridon Aalst

16	oktober	Marathon Amsterdam
22	oktober	Halve marathon Herve
13	november	Priester Daens Vredesloop
11	december	Wedstrijd Oudergem
16	december	Verkiezing Sportlaureaat
21	september 2012	Ontspanningsweekend

Inhoudstafel

Algemene informatie	2
Evaluatie feest 25 jaar Spiridon Aalst	3
Boek 25 jaar Spiridon Aalst	6
Stand regelmatigheids criterium	7
Veldloopseizoen	10
Indeling leeftijdsgroepen	10
Crossafstanden	10
Uitnodiging verkiezing sportlaureaat	10
Kalender interbankencrossen	11
Aansluitingen Kibsu Spiridon Aalst	11
Halve marathon Herve	12
Wedstrijden regelmatigheids criterium	13
Jungfraumarathon	14
Ontspanningsweekend 2012	16
Spiridon in Actie	17
Uitslag 10 km-test	22
Barbecue 2011	23
Oilsjteneers Zemmen	24
Twee natuurmarathons in Nederland	26
Marathon van Zeeland	26

Vervolg artikel evaluatie 25 jaar Spiridon Aalst

Onze drie ere-gasten Tom Van Hooste, Véronique Collard en opkomend talent Mats Lunders waren een prima keuze. Het werd een gezellige babbel die naast een blik op hun eigen carrière ook de verschillende aspecten van het afstandslopen onder de loep nam. Door de organisaties voor sociale doelen te benadrukken heeft Spiridon getoond dat we naast het zuivere sportieve ook openstaan voor kameradschap en sociaal engagement. Daarom ook dat ik mijn boek de titel meegeef "25 jaar Spiridon Aalst, meer dan lopen alleen". Van de 100 exemplaren zijn er al 80 verkocht. Wie nog een exemplaar wil bestellen moet zich dus haasten. Stort hiervoor 15 euro op de rekening van de club en het wordt je bezorgd.

De negen leden die van bij het opstarten van onze club in 1986 onafgebroken de rangen vervoegen werden eveneens gehuldigd. Zij hebben een kwart-eeuw Spiridon Aalst kunnen meemaken.

Het ganse gebeuren werd keurig en professioneel in beeld gebracht door Chris Rottiers. Niet alleen de vele foto's en bewegende beelden maar ook de begeleidende mooie muziek was prima werk.

Het totale officiële programma werd bewust op een duurtijd van zo'n anderhalf uur gehouden. Ik denk dat dit eveneens een goede keuze was. Daardoor bleef de aandacht aanwezig en was er voldoende tijd om achteraf gezellig te babbelen en herinneringen op te halen tussen leden, oud-leden en

genodigden. De lekkere broodjes, waar Gunther Mattens voor gezorgd had, vielen duidelijk in de smaak.

Aan iedereen die zijn/haar steentje bijgedragen heeft (we vergeten de mensen achter de schermen niet): een welgemeend dankwoord.

Van de verschillende genodigden, leden en oud-leden kregen we als bestuur felicitaties voor deze mooie organisatie. Het doet deugd.

Ter gelegenheid van 25 jaar clubleven wil ik als voorzitter alle leden en oud-leden bedanken voor hun positieve inbreng in het bestaan van Spiridon. Laat ons zo verder doen en gezonde sportbeoefening blijven koppelen aan vriendschap.

Lucien

25 JAAR SPIRIDON AALST

Spiridonners van het eerste uur - eregasten - initiatiefnemers sociale activiteiten - genodigden





Boek : 25 jaar Spiridon Aalst "Meer dan lopen alleen"

Een van de hoofdpunten op de jubileumviering "25 jaar Spiridon Aalst" was de voorstelling van het boek "25 jaar Spiridon Aalst Meer dan lopen alleen...".

Het boek werd geschreven door onze

voorzitter Lucien, die reeds bij de oprichting van Spiridon betrokken was. Er wordt zowel aandacht besteed aan de sportieve prestaties als aan de niet-loopactiviteiten. De georganiseerde sociale organisaties worden in de kij-

ker gezet. Onze overleden spiridonleden worden ook niet vergeten, aan elk van hem wordt er aandacht besteed. Het boek is nog verkrijgbaar door overschrijving van vijftien euro op de spiridonrekening.



Veldloopseizoen 2011-2012

Hierbij enige informatie omtrent het komende veldloopseizoen. Naast de indeling van de leeftijdscategorieën vinden jullie ook de afstanden voor het seizoen 2011-2012. Ik heb een overzicht opgesteld van alle borstnummers die aan Spiridon zijn uitgereikt alsook de categorie waarin dient gelopen te worden. Tot slot een overzicht van de veldloopkalender.

Om deel te nemen heb je een officieel borstnummer en een kaartje nodig, te bevestigen aan je borstnummer. Je kan ook als individueel deelnemen, maar dan betaal je telkens 3 euro inschrijvingsgeld (pupillen en miniemen gratis). De kaartjes zijn ter beschikking op het wedstrijdsecretariaat maar je kan ze ook op voorhand downloaden en personaliseren via de site KIBSU-URSIB--Cross. Op deze site verschijnt ook alle informatie omtrent de eerstkomende veldloop.

We durven een warme oproep te doen om zoveel mogelijk aan de veldlopen deel te nemen. We beschikken over een sterke ploeg en zijn in staat hoog te eindigen in de eindinterclubrangschikking en wie weet zelfs een individuele gouden-spikewinnaar. Net zoals vorig jaar zal er voor het veldloopseizoen een regelmatigheids criterium worden ingericht. Deelnemen aan 5 veldlopen volstaat om recht te hebben op een waardevol geschenk.

Ook tijdens de woensdagtraining zal rekening worden gehouden met het veldloopseizoen.

Wie nog niet over een borstnummer beschikt kan dit bekomen door 3 euro (éénmalige bijdrage) te overhandigen aan Herman Persoons of Lucien Vermaeren samen met een recente pasfoto en een fotocopie recto-verso van de identiteitskaart.

Veel succes, Freddy.

SPORTAVOND AALSTERSE SPORTLAUREATEN

Op vrijdag 16 december organiseren de Sportdienst en de Sportraad tijdens een grootse sportavond de 52e verkiezing van de Aalsterse sportlaureaten. In de schouwburg van cultuurcentrum De Werf worden zes sportlaureaten aangeduid.

Ook Spiridon Aalst heeft zijn kandidatuur ingediend in de categorie "Sportpromotie Club" in het teken van "25 jaar loopsport promoten".

Deze sportavond zal opnieuw gepresenteerd worden door Louis De Pelsmaecker.

Leden die wensen aanwezig te zijn kunnen in de loop van de komende maanden een seintje geven aan een van de bestuursleden. De deelname is gratis.

Indeling van de leeftijdsgroepen 2011-2012

PUPILLEN	geboren (op) na 01-10-2002
MINIEMEN	geboren (op) na 01-10-1997 en voor 01-10-2002
HEREN SENIORS	geboren (op) na 01-10-1972 en voor 01-10-1997
HEREN VETERANEN A	geboren (op) na 01-10-1962 en voor 01-10-1972
HEREN VETERANEN B	geboren (op) na 01-10-1952 en voor 01-10-1962
HEREN VETERANEN C	geboren (op) na 01-10-1942 en voor 01-10-1952
HEREN VETERANEN D	geboren (op) voor 01-10-1942
DAMES SENIORS	geboren (op) na 01-10-1977 en voor 01-10-1997
DAMES VETERANEN A	geboren (op) na 01-10-1967 en voor 01-10-1977
DAMES VETERANEN B	geboren (op) na 01-10-1957 en voor 01-10-1967
DAMES VETERANEN C	geboren (op) na 01-10-1947 en voor 01-10-1957
DAMES VETERANEN D	geboren voor 01-10-1947

Afstanden voor het seizoen 2011 - 2012

PUPILLEN	300 tot 600 meter
MINIEMEN	600 tot 1 500 meter
HEREN	5 000 tot 7 000 meter
DAMES	2 000 tot 4 000 meter

Kalender interbankencrossen 2011-2012

1/10/2011	KBC	14:00	Kessel-Lo
15/10/2011	ELECTRABEL	14:00	Tervuren
5/11/2011	DEXIA	10:30	Evere parc St Vincent
12/11/2011	ACTIV8 (OEH)	14:00	Halle
26/11/2011	SABENA	14:00	Leuven
10/12/2011	NBB / BNB	10:00	Koekelberg
17/12/2011	ING	10:00	Jabbeke
7/01/2012	BNP Paribas Fortis	14:00	Grimbergen
28/01/2012	AXA	10:00	Oudergem
11/02/2012	MIVB / STIB	10:00	Haren
25/02/2012	SPIRIDON AALST	10:00	Aalst Osbroeck
3/03/2012	Memorial Fr. Desmet	10:00	Liedekerke
10/03/2012	BPOST	13:00	Ottignies

Rechtzetting, 31 jaar na datum

Soms komt in de gesprekken de snelste marathon van Herman Parmentier ter sprake. Dan wordt altijd de tijd van 2:12:31 vernoemd. Herman houdt eraan om enige toelichting te geven omtrent deze gelopen tijd. Zie hierna



Aansluitingen Spiridon Aalst bij KIBSU

Borstnummer	Geb.	NAAM
HEREN		
MINIEMEN		
3426	3/10/98	KLAAS DE VEYLDER
SENIORS		
3427	29/07/96	STIJN DE VEYLDER
3441	17/10/96	JENS DE RIDDER
3424	11/05/73	PIETER BORREMANS
3438	20/05/79	JORIS MOENS
3614	9/11/85	BART DE TROCH
3622	9/07/77	TOM DUMONT
3623	29/10/75	CHRISTOPHE DE WAEL
3624	5/02/73	GUNTHER SEGERS
VETERAAN A		
3429	30/03/64	YVES DE GELDER
3434	26/11/69	JORIS VAN BELLE
3435	5/01/63	DANNY VAN KEYMEULEN
3440	28/12/68	IVO DE RIDDER
3447	24/07/67	DIRK DE LEEUW
3453	1/09/70	GUNTHER MATTENS
3451	20/05/66	JORIS VAN DEN EINDE
3458	21/12/64	RUDY VANDENBRANDE
3615	9/07/67	THIERRY DUQUET
3616	14/04/65	BERNARD VAN OVERMEEREN

Personalia

Op 2 september huwde Yvan de Vulder met Veerle. Op vrijdag 23 september was het de beurt aan Danny Van Keymeulen en Martine om elkaar het ja-woord te geven.

Het bestuur en de leden wensen hen van harte geluk.

3619	25/11/63	YVAN DE VULDER
VETERAAN B		
3425	20/06/61	JAN DE VEYLDER
3430	4/08/54	ETIENNE VAN WESEMAEL
3433	22/12/60	PATRICK VERMAEREN
3436	4/02/62	FREDDY DE BOECK
3442	15/07/59	BART MERTENS
3444	20/08/62	DARY MEERT
3445	17/09/61	GUIDO JACOBS
3446	13/07/60	HEDWIG SCHOCKAERT
3452	1/09/59	WILFRIED DUBOIS
3457	4/01/61	MARC ROELS
3460	20/07/61	LUC VERHAEGHE
3613	29/07/62	JAN HENDERICKX
3621	27/05/62	GEERT DE BROUWER

VETERAAN C

3421	7/06/52	LUC KERCKHOFS
3422	19/04/47	HERMAN PARMENTIER
3431	26/02/48	FREDDY VAN LANCKER
3449	10/05/52	LUCIEN VERMAEREN
3450	21/12/48	HERMAN PERSOONS
3455	30/07/52	NORBERT SCHOLLAERT
3611	25/07/52	ROGER VAN LIERDE
Borstnummer	Geb.	NAAM

DAMES

SENIORS

3617	5/10/81	NELE VAN GINDERACHTER
------	---------	-----------------------

VETERAAN A

3456	14/01/74	KATRIEN BUYSSE
3625	10/07/75	CARLA GODEAU

VETERAAN B

3423	13/08/59	MARINA STEPPE
3428	15/09/64	GRIET BAEYENS
3620	25/08/66	KATHLEEN STEENHAUT
3439	15/05/60	LINDA COPPENS
3443	19/10/64	KATHLEEN HEYVAERT
3612	6/03/60	ANNE COBBAERT
3618	13/02/64	CHRISTEL DE CUYPER

14de halve marathon des vallons de Herve

Uitnodiging

Zaterdag 22 oktober nemen Freddy De Boeck en Luc Verhaeghe deel aan de

“14de halve marathon des vallons de Herve” (310 hoogtemeters).

Deze prachtige natuurloop in de herfst, deels over onverharde wegen, gaat in één lus.

We moeten niet altijd rond de kerktoren lopen.

Deze toch wel zware halve marathon geldt als een ideale voorbereidingswedstrijd op de befaamde “4 cimes des pays de Herve” (33 Km) te Battice die enkele weken later doorgaat en reeds gekend door enkele Spiridonners.

Praktische info:

Gezamenlijk vertrek om 11u stipt bovenaan de Osbroekdreef
 Inschrijving ter plaatse
 Start en aankomst in het atletiekstadion te Herve
 Startuur 14u
 Afstand Aalst-Herve ongeveer 150 Km
 Vorig jaar 367 aankomsten

Wie wenst mee te gaan graag een seintje: deboeck.deschrijver@gmail.com of 0475/831447 (Freddy).

WEDSTRIJDEN REGELMATIGHEIDSCRITERIUM 2011

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. 16 1^{ste} Priester Daens Vredesloop

Zondag 13 november

uur : 15 u

waar : SMI Vrijheidsstraat 19, Aalst
5 – 10 - 15 km

Deelname : 5 euro ter plaatse

Meer info via <http://www.atletieklandvanaalst.be/>

Nr. 17 Foulées hivernales te Oudergem

Zondag 11 december

uur : 11 u

waar : Adeps-center, Oudergem
11 km

Deelname : inschrijven via <http://www.axa-running.be/foulees/nl/>

Vertrek Osbroek : 9 uur

Opgelet : Er worden maar een bepaald aantal deelnemers toegelaten.

DIT JAAR UITZONDERLIJK 17 WEDSTRIJDEN





Ontspanningsweekend 2012 Schoorbakkehoeve in de Westhoek



Alhoewel 2011 nog niet voorbij is denkt het bestuur al aan volgend jaar. In 2012 plannen we het ontspanningsweekend op het voorlaatste weekend van september (21-22-23 september).

Een delegatie van het bestuur bracht al een bezoekje aan Hotel-Restaurant Schoorbakkershoeve in Schore-Middelkerke. We trekken dus naar de Westhoek. Het hotel ligt zeer rustig vlakbij de boorden van de IJzer.

Neem alvast eens een kijkje op www.schoorbakkershoeve.be

Zoals steeds zal er kunnen gekozen worden uit één of twee overnachtingen. Het hotel beschikt over 26 kamers. Het zal er op aankomen om snel te boeken. Tegen Nieuwjaar zullen wij een optie nemen op een aantal kamers. Wat de prijs betreft: Twee overnachtingen in half pension komt op 150 euro per persoon, één overnachting kost 85 euro.

In het volgend clubblad (december) ontvangt u verder nieuws. Wie er bij wil zijn mag reeds een mailtje doen (lucien.vermaeren@skynet.be). Dit laat ons toe op tijd te peilen naar jullie interesse.

Zoals op elk ontspanningsweekend zullen we gezelligheid koppelen aan natuurbeleving. Een fietstochtje staat zeker op het programma. Het hotel beschikt over prima fietsen die kunnen gehuurd worden (11 euro per dag), maar je kan natuurlijk ook je eigen fiets meebrengen.

Van mensen die er al te gast waren vernamen we dat het culinaire eveneens hoge toppen scheert.

Dus dit wordt een weekend dat je best nu reeds aankruist op jullie agenda.



SPIRIDON IN ACTIE

32^e nacht van Vlaanderen – Torhout – 17 juni 2011

10 km. – 1777 aankomsten

75. MATTENS Gunther 38.40 M40 8

2e jogging Relegem – 24 juni 2011 – 12km. – 33 aankomsten

2. MATTENS Gunther 45.17

3^e tussen Yzer en Blanckaert Diksmuide/BK Halve Marathon 10 juli 2011-265 aank.

155. VAN DEN HAUTE Tuur 1.42.24 M+55 8

Adelboden – 17 juli 2011 – 350 aankomsten – 13,4 km.

Hoogteverschil : 824 meter

104. DE RIDDER Ivo 1.18.06

179. DE VEYLDER Jan 1.25.43

17^e solidariteitsloop Welle – 29 juli 2011

2.850 meter – 118 deelnemers

39. DE VULDER Yvan 13.12 M+40 3

60. PERSOONS Herman 16.04 M+60 1 WINNAAR !!!!!

92. VAN KEYMEULEN Danny 21.27 M+40 8

93. PUTTEMAN Paul 21.28 M+60 3

5.700 meter – 206 deelnemers

39. STEPPE Marina 23.37 V+45 2

49. HUYLEBROECK Marc 24.14 M+50 4

50. MOENS Joris 24.17 MSEN 15

59. VAN GINDERACHTER Nele 24.57 VSEN 3

62. PARMENTIER Herman 25.08 M+60 2

66. BRUYLANT Marc 25.42 M+50 6

11.400 meter – 147 deelnemers

9. MEERT Dary 40.29 M+40 5

21. DE GELDER Yves 42.56 M+40 11

23. DE RIDDER Ivo 43.24

30. MATTENS Gunther 44.27 M+40 16

33. STEENHAUT Kathleen 44.57 V+45 1 WINNAAR !!!!!

34. VERMAEREN Patrick 45.04 M+50 4

42. VAN WESEMAEL Etienne 45.56 M+55 1 WINNAAR !!!!!

49. MERTENS Bart 46.58 M+50 12

55. COPPENS Linda 47.56 V+45 2

60. VERMAEREN Lucien 49.00 M+50 14

62. HEYMANS Mario 49.13 M+50 15

64. DE LEEUW Dirk 49.19 M+40 28

69. VAN KUT Stefaan 49.42 M+40 31

75. VAN LANCKER Freddy 50.19 M+60 3

76.	VAN DEN HAUTE Tuur	50.27	M+50	19
78.	VAN BELLE Joris	50.49	M+40	35
90.	DE SCHRIJVER Els	52.20	V+35	2
93.	MAES Bert	53.14	M+50	21
95.	ROTTIERS Chris	53.20	M+50	22
97.	MAESSCHALCK Gilbert	53.34	M+60	5
103.	DE SUTTER Roger	54.02	M+60	6
124.	BAEYENS Griet	57.43	V+45	3

4^{de} stratenloop Erondegem – 05 augustus 2011

10 km. – 49 aankomsten

6.	HENDERICKX Jan	39.25	M+40	5
----	----------------	-------	------	---

15 km. – 31 aankomsten

3.	DE GELDER Yves	59.34	M+40	1	WINNAAR !!!!
5.	MATTENS Gunther	1.00.18	M+40	2	
9.	VERMAEREN Patrick	1.02.11	M+50	1	WINNAAR !!!!
12.	VAN WESEMAEL Etienne	1.03.17	M+50	2	
17.	VAN OVERMEEREN Bernard	1.08.33	M+40	8	
19.	VAN DEN HAUTE Tuur	1.09.11	M+50	4	
20.	BRUYLANT Marc	1.09.32	M+50	5	
26.	MAESSCHALCK Gilbert	1.12.48	M+50	7	

12^e jogging Impe – 07 augustus 2011 – 12,7 km. – 65 aankomsten

29.	GODEAU Carla	54.57	VMAS	2
37.	VAN DEN HAUTE Tuur	58.00	MMAS	24

6^e excuusjogging Kortenberg – 07 augustus 2011

5.500 meter – 157 deelnemers

61.	PUTTEMAN Paul	28.13	HVC	4
-----	---------------	-------	-----	---

12.600 meter – 401 deelnemers

21.	VANDENBRANDEN Rudy	50.28	HVA	8
53.	DE GOLS Dirk	54.34	HVA	18
94.	DE LEEUW Dirk	57.36	HVA	29
95.	COPPENS Linda	57.44	DVB	2
101.	VERMAEREN Lucien	58.18	HVB	16
283.	BAEYENS Griet	1.11.13	DVB	16
284.	STEPPE Marina	1.11.45	DVB	17

5e Steenbergjogging – Erpe-Mere – 12 augustus 2011.

7 km. – 84 aankomsten

25.	COPPENS Linda	29.55	DM	1	WINNAAR !!!!
41.	DE VULDER Ivan	32.54	HM+40	16	
83.	VAN DEN EINDE Joris	49.21	HM+40	26	

10,5 km - 74 aankomsten

11.	DE GELDER Yves	40.13	HM	6
22.	VERHOEVEN Kris	43.03	HS	5
34.	VAN OVERMEEREN Bernard	46.25	HM+40	15
25.	DE VEYLDER Jan	44.25	H+50	3
35.	BRUYLANT Marc	46.30	H+50	5
37.	VAN DEN HAUTE Tuur	46.37	H+50	6

1^e jogging Denderleeuw – 12 augustus 2011 – 10km – 120 aankomsten

22.	MATTENS Gunther	38.07		
27.	DE GOLDS Dirk	39.20		
42.	GODEAU Carla	41.29		W I N N A A R !!!!!
59.	MOENS Joris	44.33		

28e sirenejogging Middelkerke – 21 augustus 2011

15,946 meter – 221 aankomsten

70.	VAN DEN HAUTE Tuur	1.15.19	M+55	2
-----	--------------------	---------	------	---

1^{ste} Muur Challenge Geraardsbergen –27 augustus 2011

10 km. – 105 aankomsten

61.	VAN DEN HAUTE Tuur	48.54	M40	28
-----	--------------------	-------	-----	----

23^e Runners Evergem – 03 september 2011

6.680 meter – 118 aankomsten

15.	VERMAEREN Lucien	28.53		
26.	HANSSENS Ides	31.42		

Halve marathon – 357 aankomsten

25.	STEENHAUT Kathleen	1.22.23	VMAS 1	W I N N A A R !!!!!
37.	DE GOLDS Dirk	1.31.51	MMAS 29	
62.	VERMAEREN Patrick	1.36.01	MMAS 49	
65.	HENDERICKX Jan	1.36.40	MMAS 51	
82.	VAN WESEMAEL Etienne	1.39.25	MMAS 65	
83.	VANDENBRANDEN Rudy	1.39.26	MMAS 66	
115.	DE RIDDER Ivo	1.45.07	MMAS 92	
116.	MATTENS Gunther	1.45.08	MMAS 93	
127.	DE LEEUW Dirk	1.46.08	MMAS 100	
139.	VAN KUT Stefaan	1.47.54	MMAS 111	
140.	BRUYLANT Marc	1.47.55	MMAS 112	
151.	BUYSSSE Katrien	1.49.15	VMAS 3	
152.	DE VEYLDER Jan	1.49.16	MMAS 121	
204.	VAN LANCKER Freddy	1.56.33	MMAS 161	
231.	BAEYENS Griet	1.59.09	VMAS 9	
232.	ROTTIERS Chris	1.59.10	MMAS 181	
278.	MAES Bert	2.06.14	MMAS 210	
287.	BAEVEGEMS Willy	2.08.37	MMAS 212	

Parkloop Aalst – 03 september 2011

Dames 3.300 meter (3ronden van 1.100 meter) – 6 deelnemers

2.	HEYVAERT Kathleen	16.59		
----	-------------------	-------	--	--

Heren 5.500 meter (5 ronden van 1.100 meter) – 20 deelnemers

6.	HUYLEBROECK Marc	25.24		
9.	DE SUTTER Roger	26.16		
10.	MAES Bert	27.53		
16.	VAN KEYMEULEN Danny	32.54		

4^e chicken run Meldert – 03 september 2011**5 km. – 129 aankomsten**

19. MOENS Joris 21.43 SEN 7

10 km. – 56 aankomsten

13. COPPENS Linda 43.46 VM 1 WINNAAR !!!!!
24. DE WITTE Gustaaf 49.25 VET 5

Jungfraumarathon Interlaken – 09 september 2011**Vrouwen – 825 aankomsten**

179. BUYSSE Katrien 5.06.12 F20 79
420. STEPPE Marina 5.42.56 F50 38
727. BAEYENS Griet 6.28.33 F45 166

Mannen – 3342 aankomsten

207. BRUYNINCKX Rudy 4.11.54 M40 49
433. VANDENBRANDEN Rudy 4.29.36 M45 88
507. DE RIDDER Ivo 4.34.49 M40 113
725. DE GELDER Yves 4.45.29 M45 159
916. DE VEYLDER Jan 4.53.42 M50 115
921. DE WAEL Hugo
1452. VAN KUT Stefaan 5.15.28 M45 346
1718. BRUYLANT Marc 5.25.30 M55 116
2278. VAN DEN EINDE Joris 5.48.47 M45 530
2317. MAES Bert 5.50.40 M50 330
2943. ROTTIERS chris 6.30.11 M50 427

1^e semi-marathon de Binche – 10 september 2011 – 269 aankomsten

22. DE GOLS Dirk 1.33.46 VE1 10
58. HENDERICKX Jan 1.44.08 VE1 23

6^e GVA dwarS door Mechelen – 25 september 2011**9,7 km. – 1949 aankomsten**

61. DE GELDER Yves 38.55 M45 8

Hoyax Trailrun – Pollare – 25 september 2011**15km. – 26 aankomsten**

13. MOENS Joris 1.14.46

Stratenloop Lede – 23 september 2011**7000 meter – 215 aankomsten**

6.	MEERT Dary	25.25
9.	DE GELDER Yves	25.53
17.	MATTENS Gunther	27.46
39.	VAN GINDERACHTER Nele	31.15

14.000 meter – 90 aankomsten

14.	DE GOLS Dirk	53.50
16.	HENDERICKX Jan	54.53
22.	DE RIDDER Ivo	57.06
23.	VERMAEREN Patrick	57.07
29.	SCHOCKAERT Hedwig	59.18
31.	GODEAU Carla	59.29
34.	BRUYLANT Marc	1.00.11
36.	VAN HECKE Patrick	1.00.50
40.	COPPENS Linda	1.02.07
55.	VAN DEN HAUTE Tuur	1.04.17

16^e Jogging Schepdaal – 25 september 2011 – 9,65 km. – 66 aankomsten

7.	VANDENBRANDEN Rudy	36.18	M40	2
11.	MATTENS Gunther	37.52	M40	4
19.	SCHOCKAERT Hedwig	39.51	M50	4
21.	VAN HECKE Patrick	41.42	M50	6
23.	DE LEEUW Dirk	42.01	M40	7
29.	VAN DEN HAUTE Tuur	43.58	M50	9
34.	MERTENS Bart	45.42	M50	11

Resultaten testloop 10.000 meter - 10.08.2011 en 28.09.2011 (jaagpad Dender)

	Naam	10.000	1ste 5.000	2de 5.000	Km/h
10 augustus	Kris Verhoeven	42' 19"	20' 57"	21' 22"	14,18
	Linda Coppens	46' 17"	23' 24"	22' 53"	12,96
	Ides Hanssens	46' 56"	23' 35"	23' 21"	12,78
	Lucien Van De Velde	47' 52"	24' 00"	23' 52"	12,53
	Bernard Van Overmeeren	43' 17"	21' 51"	21' 26"	13,86
	Mario Heymans	42' 51"	21' 17"	21' 34"	14,00
	Raf Deschacht	40' 03"	19' 29"	20' 34"	14,98
	Rudy Roelandt	41' 32"	20' 53"	20' 39"	14,44
	Etienne Van Wesemael	40' 38"	20' 02"	20' 36"	14,76
	Patrick Vermaeren	40' 23"	19' 55"	20' 28"	14,85
	Freddy De Boeck	39' 27"	19' 26"	20' 01"	15,20
	Thierry Duquet	39' 08"	19' 44"	19' 24"	15,33
	Rudy Bruyninckx	38' 53" 39' 25"	19' 22" 19' 34"	19' 31" 19' 51"	15,43 15,22
	Dirk De Gols	39' 15"	19' 25"	19' 50"	15,28
	Gunther Mattens	38' 37" 39' 38"	19' 04" 19' 30"	19' 33" 20' 08"	15,53 15,14
	Jan Henderickx	39' 07"	19' 33"	19' 34"	15,33
	Ivo De Ridder	38' 41" 39' 28"	19' 22" 19' 35"	19' 19" 19' 53"	15,51 15,20
Yves De Gelder	38' 35"	19' 00"	19' 35"	15,55	
28 september	Nele Vanginderachter	45' 16"	21' 42"	23' 34"	13,25
	Norbert Schollaert	46' 36"	23' 12"	23' 24"	12,87
	Pieter Borremans	45' 41"	22' 50"	22' 51"	13,13
	Tuur Vandenhaute	45' 45"	23' 06"	22' 39"	13,11
	Carla Godeau	44' 21"	21' 52"	22' 29"	13,53
	Katrien Buysse	43' 36"	21' 50"	21' 46"	13,76
	Jan De Veylder	42' 30"	20' 58"	21' 32"	14,12
	Dary Meert	37' 26"	18' 52"	18' 34"	16,03

Jaarlijkse barbecue

Op onze jaarlijkse barbecue mochten we 611 eters verwelkomen. Het bestuur wenst iedereen die heeft bijgedragen tot het slagen van ons jaarlijks eetfestijn te bedanken.

Jens Schollaert (zoon van Kathleen Steenhaut) was de winnaar van de prijsvraag. Het juiste aantal was 1 594 nic-nacjes. Jens telde er 1 595. Er zaten 355 formulieren in de wedstrijdbox.



Oilsteneers Zemmen

Dynamo Spartak Spiridon

Weir zen der gralek van gedoon en vriet van gepakt. En weir emmen van “ontrausje” geschried gelek klein kinjeren. Merci ver de ontelbore mails en SMS-kes die weir van aal de Spiridoneizen de letste mondjen gekreigen emmen. Ze getoigden immers allemool van verschrikkeleke bezergdhoid oever 't foit dat er in 't veirig boekskenen niks te vinnen was van Oilsteneers Zemmen. 't Was inderdood gralek spoittig. Naa da weir azoei een sjik toidschrift emmen da vol koleirenfoto's stoot en da de wa oongepast is on de modernenen toid, mankeirde der toch wel een artikelken van Oilsteneers Zemmen zeiker! Het peiper en 't zaat van 't boekskenen. De veiroit miesjt geleizen rubriek... Me ander woerden : de echten Oilstersen Spiridoneis bleef op zennen kiltireilen en littereiren hunger zitten. Ter was zelfs boi sommigen paniek : Is Oilsteneers Zemmen oitien? Zitj er een hoor in de boeter? Is 't misschieng een vraankwestje? Es ter ambras omdat 't bestier van Spiridon Oilsteneers Zemmen ni op toid betoljd? Est ter ienen oevergeloeipen nor Spiridon Lei? Emmen ze een oonbod ghad oit 't boitenland? Niks van. Allemool zjiever in pakskes. De ienige juste explikausje is gielegans anders. Mor doorveir moeten we e stiksen vedrom in de geschiedenis...

In den toid dat t'Oizeren Gordoin nog bestond, woren der collega's van ons die in Rusland af en toe oeik ne kiejr een artikelken in een boekskenen of een gazet schreiven. Mor nogal dikkes was da ni me 't gedacht van doi teppes in 't Kremlin. En zoei wierten doi maanen “gesensureird”. Ik peis dorboi on moinen persoeinlekke moot, Alexander Solzjenitsin (Alex me zennen langen boord, gelek da weir zeggen).Ver de minder kiltireil ontwikkelde mensjen oit Lei, Oiljtert., Deiremonne en andere derpen : da was dienen van den bekendjen klassieker oit de weireldliteratier “De Goulasj Archipel” (alhoewel da ze dor woinig goulasj gezien emmen in de weirkampen). Doinen braven mensj es zelfs moeten verhoizen. Ge moetj ni vraugen wa ver zeiventienen da da door woren op 't Roei Ploin.

Awel, iet in dezelfste zjaar is ter gebeird me ons veirig artikelken (zeg mor miesterweirk). Weir hadden een graleke schoein fotoreportaasj gemokt – 't gat van Spiridon – een betjen gelek alle weiken in den Humo. Weir hoin een ferme frielansereres-fotografe in de persoein van Katrien B. in diensjt gepakt om doi fotoreportaasj wa profesjoneel te mauken en da eit ons serieus wa sengen gekost. Weir kreigen zelfs felicitausjes van verschillende leiden van 't bestier. 't Was 't beste da weir vanzeleven al gemokt oin, wierd er ons zelfs der ienen gemaild. Gralek ver te lachen. Mor 't heit ni meigen zen. Woorschoinlek was ter toch “ne zaten” die ni onderschoid ni kost mouken tissen ludieken Oilstersen humor en de realitoit. En zoei es Oilsteneers Zemmen, just gelek indertoid onzen kamerood Alex me zennen langen boord, gesensureird.

Na wetj iederien da me aal doi moderne spellementen van teigenwoerdig, gelek as internet en feesboek en van die ander klodden, der den dag van vandaug niks nimmer voilig es. Vrauget mor on ons Ilse. Zoei zemmen tot de konstatausje gekommen da de gesensureirde OZ-fotoreportaasj van de weik is verscheinen in de Pravda. Op 't ieste blad. In koleiren. 't Es pertank ni gelect via Spiripedia want alle eksemploren van die fotoreportaasj zen grondig vernietigd en ondertissen al geresikleird in plakses ver de volgende cross, in de bindjtesten van Lowie De Vellefrakmauker en in onderleggerkes ver 't eeffestoin. Veraal de foto van Jan Vinck (*int Russisch vertoldj as Janosj Vinkovitsj*) me neigen fleskes Duvel is e groeit succes in de Pravda . Perfect herkenboor. De oplauge was door a la minut verdroidobbeld. Wa da dus oigelek foitelek wiltj zeggen da de “sensuurkommisje” van Spiridon e stiksken eirger is als die boi de Russen. Tes doorom da we de naum van ons nog altoid tiejrgeliefde club zoun willen veranderen nor “Dynamo Spartak Spiridonski”. Da past ver de moment beiter as Spiridon Oilsjt, want Oilsjt is de stad van de ludieke spot en den herteleke lach. Mor woor da noeit

gelachen werd me de mensjen zelf, mor wel me sommige situausjes gelek as “hoig van den toeren blozen mor ondertissen me a broek op a knoeselen zitten”.

Moeten weir na oek verhoizen?

Misschien emmen ze in Lei nog ieveranst wa plosj ver ons? Boi veerkeer woor da ze ne groeite binnenkoer hemmen om toerkes te loeipen. Want da des 't prinsjtepolsjte.

Woerdverklering :

Ontrausje : As ge a noig moetj inagen ver ni te schriën

Koleirenfoto's : Tiekeningeskes in 't boekesken, die deir 't bestier werren gekleurd

Explikausje :Oitgebroiden oitleg

Vedrom : let wa da al is gepasseird

't Oizeren Gordoin : Simboel van de Kaän Oerlog, afgebroeken in de mondj moi van 1989.

Teppes : Zeiventien

Zeiventien : Teppes

Katrien B. :Hoisfotograaf van Oilsjteneers Zemmen. In eren vroientoid lupt ze oek geren nor omhoeig.

Feesboek : Door zittek noeit ni op

Konstatausje : Oitink van e zeldzaam moment dat ge dagge a verstand beizigt.

Lowie De Vellefrakmauker : BV oit Eiremboedegem die geren e klapken doet.

Pravda : De Libelle oit Rusland

't Prinsjtepolsjte : Woor dat hem in 't leven oigelek om te doeng is.

Bestierski Dynamo Spartak Spiridon



H. Parmentier,
Koerier



N. Bukharin
Politburo



H. Pensonjki
Censuurcommissie



J. Stalin
General Secretary



L. Vermaeren,
Presidentski



F. Boeckx, Ouderskas
Trainingskamp



L. Trotsky
Commissar Red Army



J. Vinkovitsj
Rode Brigade



V. Lenin
Soviet Premier



M. Steppowa,
Mbroesjka



F. Vermaeren, Editor
Partijblad



L. Beckaert, oit
Trainingkamp

Twee marathons door de mooie natuur in Nederland

Velen onder ons hebben reeds één of meerdere marathons in Nederland gelopen. Het is niet ver, de organisatie is piek fijn in orde en er heerst een gezellige sfeer.

In november 1997 nam ik deel aan de marathon op het Waddeneiland Terschelling, meer gekend onder de naam "Berenloop".

Op zaterdag 1 oktober dit jaar stond ik aan de start van de Marathon van Zeeland. Beide marathons zijn geen stadsmarathons maar mooie natuurlopen die de deelnemers laat genieten van strand, zee en beschermde natuurgebieden in de duinen.

De marathon van Zeeland wordt telkens georganiseerd op de eerste zaterdag van oktober en wordt in één lijn gelopen van Burgh-Haamstede naar Zoutelande. Driemaal wordt een strook zand aangedaan. In het totaal zijn er 9 strandkilometers.

De Berenloop wordt gelopen de eerste zondag na 1 november op het Waddeneiland Terschelling. Terschelling is dertig kilometer lang en drie tot vier kilometer breed. De brede strandvlaktes, duinen, bossen, kwelders, polder en wad zorgen voor een uniek natuurlandschap. Zo'n tachtig procent van het eiland is natuurgebied en wordt beheerd door Staatsbosbeheer. Terschelling kent een aantal officiële natuurmonumenten, zoals de Boschplaat en de Noordvaarder. De Boschplaat is een belangrijk broedgebied en is dan ook in het broedseizoen (het voorjaar en vroege zomer) gesloten voor publiek. De Noordvaarder is vooral bekend vanwege de zeer gevarieerde plantengroei.

De marathon loopt gedeeltelijk door deze mooie natuurgebieden en vanaf km 33 t.e.m. km 36 loopt men op het strand. Meer informatie vind je op :

www.marathonzeeland.nl

www.berenloopterschelling.nl

Patrick

De marathon van Zeeland : Een ontdekkingsreis voor de zintuigen

(dit artikel is een bewerking van een artikel dat door enkele deelnemers werd geschreven)

Je ruikt de zeelucht, proeft het zoute zeewater, hoort de wind ruisen en voelt het zand langs de benen schuren. De zintuigen maken overuren tijdens het hardlopen, wandelen of fietsen van de Zeeuwse Kustmarathon. Wie hier de strijd met de elementen aan gaat, wordt één met de natuur. In het eerste weekend van oktober gaan veel Zeeuwen de uitdaging aan. En ook van buiten de provincie weten steeds meer sporters het evenement te vinden. Voor een enkeling is de Kustmarathon een tocht vol ontberingen, voor veel anderen het ultieme genot. Deelnemers raken niet uitgesproken over de schoonheid van het parcours en de

omgeving.

In Zoutelande, waar in oktober de finish al acht jaar lang ligt te wachten op vele sportievelingen, wordt door de hardlopers met ontzag over de Kustmarathon gesproken. Maar eer het ultieme doel - d'n allerzwaarsten uitlopen - is bereikt, wordt er af en toe ook flink gevloekt en gescholden. Op het mulle zand, op gemene kuitbijters, op de wind en die altijd onvoorspelbaar langs de Zeeuwse kust raast.

Dit jaar op 1 oktober had men voor één keer die onvoorspelbare wind vervangen door een stralende zon die zorgde voor een temperatuur van 27 graden en die de steun kreeg van een hoge

luchtvochtigheid om de titel "de zwaarste marathon van Nederland" te bevestigen.

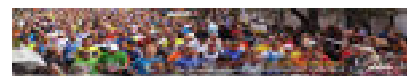
Als we de deelnemers mogen geloven, is het van start tot finish genieten. „Het is zwaar maar o zo mooi", Het is ook elk jaar weer anders." Het genieten begint al bij de start in Burgh-Haamstede. Wanneer de kerkklok op de eerste zaterdag van oktober twaalf keer slaat, zet het peloton zich in beweging om te beginnen aan een tocht van ruim 42 kilometer. Na een paar kilometer bos en strand nadert in de verte een imposant bouwwerk waar de Zeeuwen trots op zijn: de Stormvloedkering. Terwijl links toeterende auto's met supporters

passeren, kun je rechts tussen de pijlers door zeilboten en schepen aan de horizon zien verdwijnen.

Op naar de Veersedam en het lange stuk strand bij Vrouwenpolder. „Hier begint de Kustmarathon pas écht“, het is er gezellig druk. Op het strand zie je altijd mooie waaiers van lopers ontstaan. Je loopt door een enorme haag van mensen. Het strand van Vrouwenpolder is één van de lastigste stukken. Het is elk jaar een verrassing hoe 't er bijligt. Een biljartlaken is het zelden, meestal zak je tot de enkels weg in het mulle zand. Langs de branding, voeten nat, Na zo'n zeven kilometer ploeteren bereiken de lopers Oostkapelle waar het publiek opnieuw rijen dik staat om de deelnemers de strandovergang op te schreeuwen. Mooi ook voor de foto's: zwoegende atleten die door het

mulle zand naar boven moeten. Als je dan ook nog omhoog moet, is dat echt wel even bijten. Vanaf het strandpaviljoen De Piraat krijgt men een prachtig stuk door de duinen en de doorkomst bij Domburg. Vanuit de populaire badplaats is het nog zo'n tien kilometer tot de finish en dus kan het aftellen beginnen. Maar eerst wacht nog de dijk bij Westkapelle. Dat lijkt een peulschil. Een prachtig geasfalteerde weg met zicht op zee, dat is heel wat anders dan dat mulle zand en die steile duinen. Schijn bedriegt. Op 'd'n diek' heeft de wind altijd vrij spel en houdt de sporters in zijn greep. Je hebt 'm er altijd op de kop. En dat na ruim 35 kilometer lopen. Veel lopers noemen het de hel van Westkapelle, omdat het er regelmatig kan spoken. Je hebt er een uniek uitzicht, met het laaggelegen dorp achter

de zeevering. Wie denkt dat ie nu bijna bij de finish is, komt bedrogen uit. De duinen tussen Westkapelle en Zoutelande zijn de volgende scherprechter. Ze behoren tot de steilste van Zeeland. En daar moeten de deelnemers toch echt overheen. Het is de moeite waard, vinden veel lopers. Het hoogste topje van de duinen (op km 39,7), met rechts de zee en links Walcheren, is prachtig". De muziek is dan al hoorbaar en je ziet de vlaggen van de finish. Nog éénmaal het strand op voor een afstand van 600 meter en daarna de dijk op en dan nog een stukje doorlopen om uiteindelijk die knik naar links te mogen maken richting de finish.



Retouradres:
Spiridon Aalst vzw
Patrick Vermaeren
Rodekruislaan 4
9340 Lede

Driemaandelijks tijdschrift P912529
Afgiftekantoor 9550 HERZELE

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

