



# Kasteelloppers Clubblad

Driemaandelijks



**Interviews en verslagen.**

Jaarverslag 2012 ----- 5  
 Gezellig samenzijn ----- 7  
 Hoe zou het zijn met Nicole Van Hoof ----- 11  
 Op zoek naar Agnes Bakelants ----- 13  
 Ontbijtjogging ----- 14  
 Braassemloop ----- 15  
 Ledenfeest ----- 16  
 Op zoek naar Jos Bouly ----- 17  
 Toertocht ----- 18  
 Werd vervolgd, An Coopmans ----- 19  
 Uit de pers geknipt ----- 26



**Ontbijtjogging.**



**Op zoek naar Jos Bouly.**



**Hoe zou het zijn met Nicole Van Hoof?**



**Op zoek naar Agnes Bakelants**



**Ledenfeest.**



**Werd vervolgd, An Coopmans.**



**Braassemloop.**

**Club- en wedstrijdinfo.**

Activiteitenkalender ----- 4  
 Wist je dat? ----- 6  
 Ledenlijst per 31 december 2012 ----- 8  
 Lidmaatschap 2013 ----- 9  
 Loopkalender en criterium 2012 ----- 10  
 Marathons 2012 ----- 12  
 Uitslagen ----- 20  
 Loopcriteriums ----- 22  
 Wedstrijdinfo ----- 23  
 Contactpersonen en gegevens ----- 27

# Veranderen van bank?

## Snel en efficiënt!



Wij regelen alles voor u.

**Vanessa De Kunst BVBA**  
**Telefoon 014 501701**

**Kerkstraat 12**

**2290 Vorselaar**  
**RPR 0502683890**

Sparen en betalen - Beleggen  
Verzekeren - Lenen

Al meer dan 50 jaar uw veilige thuishaven.

  
**ARGENTA**  
[www.argenta.be](http://www.argenta.be)

## Activiteitenkalender.

### **Zondag 15 september 2013: Grote Prijs AVEVE 18<sup>e</sup> Monumentenloop**

**Sportcentrum, Oostakker 1, 2290 Vorselaar**

**13:30 uur: kinderlopen over 100 / 200 / 400 / 1000 meter (2€)**

**14:15 uur: jogging over 6 km (1 ronde door kasteeldomein (6€)**

**15:00 uur: 14 km Monumentenloop over 1 ronde (6€) en 28 km loop over 2 ronden (6€). Prachtige loop langs de mooiste monumenten van Grobbendonk en Vorselaar, deels asfalt en deels bosgrond. Natura prijzen voor elke deelnemer. Speciale prijzen voor diverse podia (<40 / +40 / +50). Voorinschrijving tot 8 september 2013 is 4€.**

### **Zaterdag 28 december 2013: 9e Kersttoertocht**

**Keuze uit 5, 10 of 15 km met vrij vertrek tussen 08:30 en 12 uur (4€, 1 consumptie inbegrepen) aan Buurthuis, Oostakker 16.**

**Afgepijld parcours over grotendeels natuurpaden. Gratis hapje en drankje onderweg. Ook voor wandelaars en nordic-walking.**

**Meer dan 600  
Belgische bieren**



[info@bierhandelwillens.be](mailto:info@bierhandelwillens.be)

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

Openingsuren

Van maandag tot vrijdag

van 8u30 - 12u30 en 13u30 - 19u00

zaterdag doorlopend van 8u30 - 18u00

Dinsdag, zondag en feestdagen gesloten

**Bierhandel Willems en Zoon  
Leopoldstraat 26  
2280 Grobbendonk**

Tel: 014 51 17 74

Gsm: 0475 76 77 38

Fax: 014 51 83 99

# Jaarverslag 2012 KASTEELLOPERS vzw.

“Het jaar van de Maya’s “.

Alles zegt ons dat er weer een jaar voorbij is. Winter, koude en korte dagen.

2012 was een jaar vol bewegingen, economische crisis, natuurrampen, het al dan niet voorspelde einde van de wereld (dat er gelukkig niet kwam) ... het einde van de Maya kalender ...

Maar ook van de Olympische Spelen in Londen, en het jaar van Tom Boonen, Philippe Gilbert en Marieke Vervoort.

Voor onze club werd 2012 vooral het jaar van de derde Monumentenmarathon en eerste biermarathon, dat laatste werd ook daadwerkelijk zichtbaar met de degustatie van echte trappist tijdens de wedstrijd. Zondag 16 september was een schot in de roos, de laatste echte na-zomerdag, veel volk (meer dan 600 lopers) en de Belgische marathonkampioenen die naar Vorselaar kwamen afgezakt (Els Rens en Bart Verschooren), onze noorderburen die talrijk aanwezig waren. We maakten er samen een dag van om nooit te vergeten. Onze tweede grote loopactiviteit werd eigenlijk nog een groter succes. De looptoer-tocht van 29 december sloot af met maar liefst 415 lopers en wandelaars, een absoluut record!

Daarnaast vierden we een jaar geleden ook weer feest in zaal ‘Den Engel’, gingen we wandelen in februari, organiseerden we onze jaarlijkse algemene vergadering in oktober met het prachtige verhaal van onze “hoge toppenscheerder” Urbain Lenaerts. Op het gezellig samenzijn in november mochten we een mooie gift uitreiken aan “Artsen zonder Grenzen” en de ontbijtjogging was weer top, deze keer aan het begin van de winter, op 2 december.

Tot slot tekenden we ook present voor de fietshappening “De Schakel” en de kerstboomverbranding.

Activiteiten die telkens zeer gesmaakt werden door onze leden.

Onze leden bleven ook niet onopgemerkt. In ons eigen regelmatigheidscriterium wordt de ranglijst aangevoerd door Josée Bertels met 13 gelopen wedstrijden, gevolgd door Nele Jacobs, Marc Van Loock en Marc Van Tendeloo met elk 12 stuks achter hun naam. Ook dit jaar gaat dit criterium nog even verder met nog drie wedstrijden voor de boeg.

René Jacobs voegde in 2012 nog een Belgische titel toe aan zijn prachtig

palmares, die van het berglopen. Onze voorzitter schittert ook naast de loopsport, want René is in de filmzalen te zien in de Vlaamse film “Kid”. Met zijn zoon Stijn en Erwin Coopmans beklom hij ook vorige zomer al lopend Alpe Dhuez.

Tien leden van onze club zegevierden in de Ronde Van België een estafette wedstrijd die maar liefst vier dagen duurt, een prestatie van formaat, met daarenboven een verslag van deze onderneming in Gazet van Antwerpen. We waren ook weer talrijk aanwezig op de jaarlijkse Kardinaalsjogging in eigen dorp. Monik Van Loock, Herman de Sobrie en Louis Hufkens bedwongen de 4 Cimes in Battice, één van de zwaarste wedstrijden van het land. Laatstgenoemde startte ook in 2012 weer aan de Mont Ventoux en liep zelfs een marathon op de kale berg. Mia Nuyts en André Verlinden wandelden in het Scheldeland 100km met start en finish in Bornem.

Veertien leden kwamen aan de start én de finish van een marathon het voorbije jaar (zie verder in dit ledenblad).

Heuglijk nieuws kwam er ook van Jeff Laenen die in het huwelijksbootje trad en van Maarten Van der Donck die voor de tweede keer papa werd. Verder schittert ons ledenblad “nieuwe stijl” als nooit tevoren, een dikke pluim aan de samenstellers ervan.

Intussen kijken we vooruit naar 2013:

Louis Hufkens heeft het bestuur versterkt in december, onze dank daarvoor. De website zal dit voorjaar helemaal vernieuwd worden, waardoor er meerdere personen de site kunnen updaten en vervolledigen, iets om naar uit te kijken.

Onze Monumentenloop gaat dit jaar door op zondag 15 september, alvast een datum om vast te leggen in jullie agenda.

Er zijn ook plannen om een busreis te organiseren naar een loopwedstrijd, die naast het lopen zelf ook iets te bieden heeft voor leden die willen wandelen of de streek ontdekken. Suggesties hieromtrent zijn zeker welkom!

Er is ook terug wedstrijd of trainingskledij beschikbaar, te bevragen bij Mia Nuyts.

Tot slot wensen we nog een oproep te doen aan een PR man/vrouw. We zijn op zoek naar iemand die de public relations van onze club wil uitvoeren en uitbouwen.

We willen iedereen van harte danken voor de hulp en de inzet bij onze activiteiten en wensen jullie veel loopplezier toe, zowel in de wedstrijden als de trainingen en de looptochtjes dicht bij huis. Laat het vooral een blessurevrij en gezond jaar worden.

Dirk Vissers, secretaris Kasteellopers vzw .

**Van den Broeck**  
Begrafenissen - Crematies - Funerarium

Riemenstraat 1-3, 2290 Vorselaar  
Tel. 014/51 16 96 Fax. 014/51 16 58

Nederrij 15, 2200 Herentals  
Tel. 014/23 10 67

[info@vandenbroeckbegrafenissen.be](mailto:info@vandenbroeckbegrafenissen.be)

## Wist je dat.

**Rudy de Pauw** heeft in december de competitie weer opgenomen. Na wat blessureleed is hij als eerste in de reeks Supermasters (65+) over de eindmeet gelopen in de cross in Goes (NL).

Op zaterdag 5 januari wou **Rudy de Pauw** in de 52<sup>e</sup> Wallenloop te Goes (NL) zijn stunt van 25 jaar geleden overdoen en deze keer winnen bij de masters 65+, maar dat was buiten de waard in casu Joop Laseur gerekend (persoonlijk record van 18'36" op de 5000 meter als 65+) en werd 2<sup>e</sup> in zijn categorie.

Bestuurslid **Jeff Laenen** en zijn vrouwtje **Belphy** verwachten een eerst kindje.

**Fotoverantwoording** dit ledenblad: Marcel Leysen (pagina 1, 2, 7, 10, 16, 20, 21), Marc Van Tendeloo (pagina 2, 8, 14), Gust Lievens (pagina 2, 11, 16, 19, 28), nl.wikipedia.org (pagina 2, 15), www.filmfestival.be (pagina 6), Agnes Bakelants (pagina 13), Louis Hufkens (pagina 15, 18), Anne Jacobs (pag 17), André Verlinden (pagina 20), www.valentijnjogging.be (pag 23),

www.joggingdemarsin.vermaelenproject.net (pagina 24).

De knipsels uit het Nieuwsblad (pg 26) werden ons bezorgd door André Verlinden.

**Het veldloopseizoen is in volle gang. Nele, René en Stijn Jacobs** boekten al enkele mooie resultaten. Zo werd Nele (seniors) 9de in Betekom en 10de in Herentals. René (masters +60) staat na Mol (2de), Roeselare (1ste), Brussel (1ste) en Hannuit (2de) aan de leiding in de Cross Cup. Stijn (masters) won in Boechout en werd zowel in Kortenberg als Arendonk 3de.

**Stijn Jacobs** veroverde op 5 januari in Gent **2 provinciale titels** (400 en 800 meter indoor).

**Toneelgroep Oud-KLJ Vorselaar** (met An Coopmans, Luc Struyfs, Luc Mols, Stijn Jacobs, René Jacobs en de dochter van Marc Van Tendeloo) brengt de tragiklucht "ARME PAPA" van de auteur Luuk Hoedemaekers. Omwille van het taalgebruik is de voorstelling niet geschikt voor kinderen.

De voorstellingen gaan door op vrijdag 15 en 22 februari en op zaterdag 9, 16 en 23 februari, telkens om 20 u in zaal 'De Dreef' (Oostakker 1). Genummerde kaarten zijn in voorverkoop verkrijgbaar in café Den Engel, Kerkstraat 17 of kunnen gereserveerd worden op telefoonnummer 014.51.40.35 (tussen 18 en 22u) of via e-mail [fransbakelants@telenet.be](mailto:fransbakelants@telenet.be).

**Onze voorzitter** valt momenteel ook te bewonderen op het witte doek. Hij is 1 van de acteurs in de film 'KID' van regisseur Fien Troch, een drama over 2 jongens die opgroeien op een Kempische boerderij.



De film wordt o.a. gespeeld in Cartoon's Antwerpen, UGC Antwerpen, Utopolis Turnhout en Utopolis Mechelen.

**Tel: 014.51.21.40      Fax: 014.50.24.07**  
**Reizen Poelman**  
**Goorbergenlaan 45**  
**2290 Vorselaar**

## Gezellig samenzijn.

Op vrijdag 9 november verzamelden de Kasteelopers in het Buurthuis voor het jaarlijkse 'Gezellig Samenzijn'.

Waar het gezellig samenzijn de vorige jaren vooral in het teken stond van



'Kampioenviering', was de bijeenkomst dit jaar vooral de afsluiter van een jaar werken rond de 1<sup>e</sup> Biermara-

thon en de schenking van een financiële bijdrage aan het goede doel.

Rene Jacobs, Louis Hufkens en Georges De Smul van de Sporters voor Artsen Zonder Grenzen gaven een dankrede. Alle sponsors, medewerkers, helpers, het bestuur van de Kasteelopers, de Sporters voor Artsen zonder Grenzen werden hartelijk bedankt voor de inzet. Een speciale vermelding was er voor de bestuurders van Trap-pist Westmalle voor de steun aan de 1<sup>e</sup> Biermarathon van de Benelux.

Aan Artsen Zonder Grenzen werd 3.595 Euro overhandigd.

En ja, er werd ook nog een kampioen gevierd. René Jacobs verlengde zijn Belgische titel in het kampioenschap berglopen in de reeks 60+.



K

A

P

S

A

L

O

N

**"AN"**



**014/51.62.52**

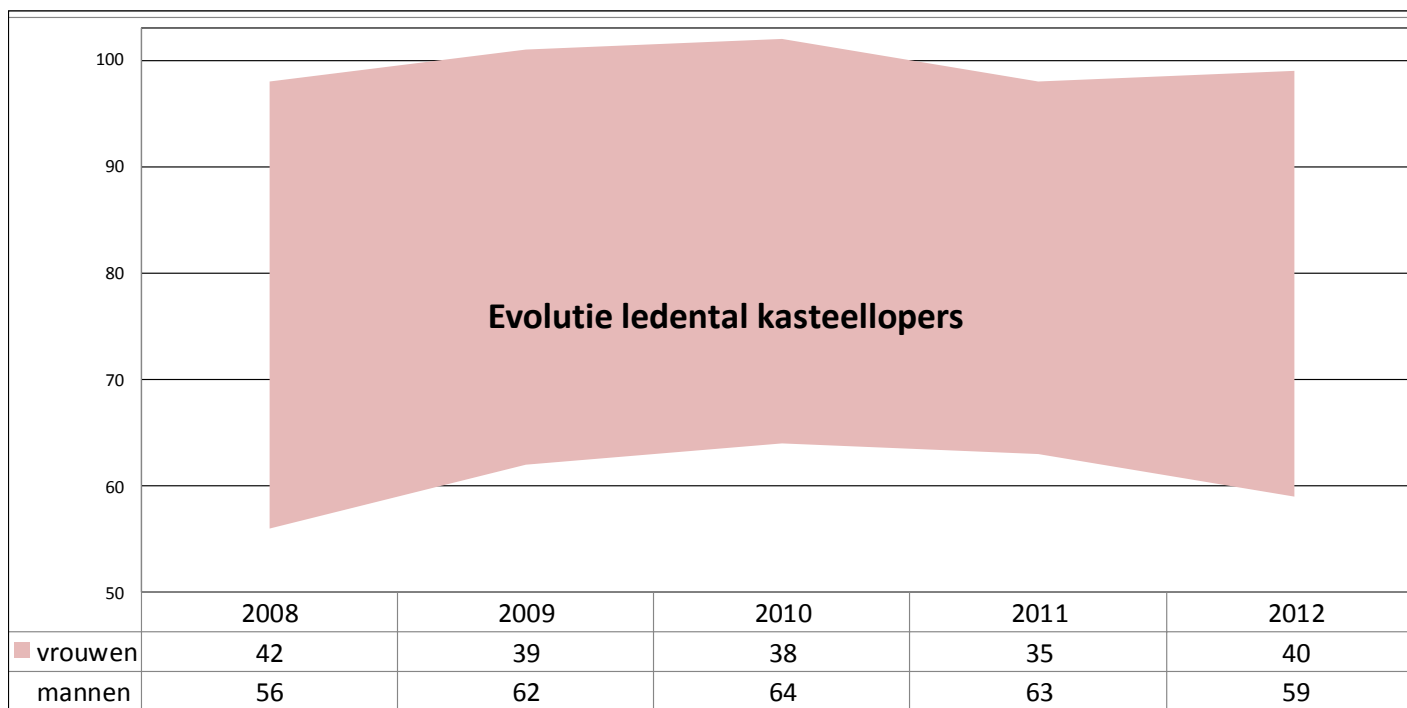
**Enkel op afspraak**

**Groenstraat 19  
2290 Vorselaar**

# Ledenlijst 2012.

*De Kasteelopers: 99 leden op 31 december 2012.*

|                                     |                                      |                                      |
|-------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| Bakelants Agnes                     | Dirckx Luc en Geerts Hilde           | Mulkens Paul                         |
| Bertels Josée en Leysen Marcel      | Geerts Alfons                        | Nelis Andre                          |
| Biron Hilde                         | Geerts Ferre                         | Nuyts Diane en Van Doninck Luc       |
| Bleys Rudi                          | Geluykens Anneleen en Weyers Carl    | Op De Beeck Garry / Van de Water Ann |
| Bluys Wilfried                      | Gijsemans Linda                      | Stevens Roel                         |
| Bouly Jos                           | Glasse Eric                          | Struyfs Luc                          |
| Celis Herman en Nuyts Mia           | Hufkens Louis / Vermeulen Jacqueline | Van De Pol Eddy                      |
| Claes Linda en Verlinden Andre      | Jacobs Anne en Myny Dries            | Van der Donck Chris                  |
| Claes Roger en Van Hove Heidi       | Jacobs Dries                         | Van der Donck Karen                  |
| Coenen Jan en Van Oeckel Linda      | Jacobs Nele en Leysen Robin          | Van der Donck Maarten                |
| Coenen Lien en De Keyzer Bart       | Jacobs Rene en Van Loock Chris       | Van Gestel Ludwig                    |
| Coopmans An en Lenaerts Urbain      | Jacobs Roel                          | Van Gestel Tom                       |
| Coopmans Erwin                      | Jacobs Stijn                         | Van Hoof Anita                       |
| Covent Dirk                         | Jansens Mirande en Moons Ivan        | Van Loock Marc                       |
| De Becker Eduard                    | Janssens Lea en Van der Donck Jos    | Van Looy Ronny                       |
| De Beuckeleer Lieve en Van Hoof Luc | Kelders Staf                         | Van Opstal Nancy                     |
| De Bie Sofie                        | Laenen Jeff en Van Looy Belpy        | Van Rooy Jef                         |
| De Cnodder Jef en Huysmans Chris    | Lievens Christy                      | Van Rooy Kristof                     |
| De Cnodder Tine                     | Lievens Gust                         | Van Soom Maria                       |
| Dekkers Carine en Vissers Dirk      | Lievens Penny                        | Van Tendeloo Marc                    |
| Denolf Paul                         | Mannaerts Karel                      | Verhaert Martine                     |
| De Pauw Rudy                        | Marien Marleen en Poelmans Louis     | Vermeerbergen Vicky                  |
| De Ridder Jef                       | Mols Becky                           | Verstappen Willy                     |
| De Sobrie Herman / Van Loock Monik  | Mols Luc                             | Vincx Wilfried                       |
| Dhanis Jan en Verbeeck Martine      | Mols Martine en Vancampenhout Guy    |                                      |



In 1995, het jaar van de oprichting van de Kasteelopers VZW, telde de vereniging 114 leden en 15 aspiranten.

Topjaar qua ledental was 1996 met 137 leden en 20 aspiranten

Gemiddeld telden we de voorbije 5 jaar net geen 100 leden (99,6). Gemiddeld bestond het ledenbestand uit 39% vrouwen en 61% mannen.





## Lidmaatschap 2013.

Na de start van een nieuw jaar wordt aan de leden gevraagd om het lidmaatschap bij de Kasteellopers te vernieuwen.

OF ben je nog geen lid en wil je ook graag bij onze toffe loopvereniging horen?

Het lidgeld overschrijven is voldoende om je lid te maken of je lidmaatschap te hernieuwen. Het lidgeld voor 2013 bedraagt €14. Dit bedrag kan overgemaakt worden op rekeningnummer 979-1717396-16. **Graag voor 15 maart.**

We vragen om bij mededeling je naam, adres, emailadres en geboortedatum te vermelden en deze gegevens ook door te mailen naar [dvissers@skynet.be](mailto:dvissers@skynet.be).

**Ziekenfondsen** ondersteunen gezonde beweging. De ziekenfondsen komen daarom tegemoet in het lidmaatschap van een sportclub.

Afhankelijk van het ziekenfonds wordt het **lidgeld van de Kasteellopers geheel of gedeeltelijk terugbetaald.**

Wat moet je doen om terugbetaling van uw lidgeld via uw ziekenfonds te bekomen?

Haal of download het aanvraagformulier bij uw ziekenfonds. Dit formulier vul je deels zelf in en laat ge deels invullen door de voorzitter van onze club. Na indiening van het formulier bij uw ziekenfonds zorgt dit voor terugbetaling.

**WOK@HOME**  
Wij verzorgen al uw tuin-, straat-, communie-, verenigingsfeestjes,...

Wok  
zarzuela  
paëlla  
brunch  
barbecue  
pasta-gerechten  
mixed grill  
...

Rudi Bleys - 014 50 11 03  
Grensstraat 8a - 2290 Vorselaar

**WOK@HOME**  
wok.home@telenet.be - 0474 91 42 74

## Cyberjoke.

*Via cyberspace (de digitale snelweg) krijgen we regelmatig moppen toegestuurd. Oude en nieuwe moppen, zowel goede als minder goede.*

*Als we nog ergens een gaatje moeten vullen in het ledenblad willen we dat voor u opvullen met een en ander dat we in onze mailbox vinden..*

Een aantrekkelijke vrouw heeft een mooie kledingkast gekocht bij Ikea. Na een paar dagen belt ze de meubelzaak en klaagt ze dat de kast een paar keer per dag spontaan in elkaar stort. Een mannetje van Ikea komt eens kijken en constateert dat iedere keer er een trein passeert de kast inderdaad instort.

Omdat hij niet kan zien wat precies gebeurt, gaat hij in de kast staan om met een zaklamp, alle boutjes, moertjes en schroefjes in de gaten te houden. Plots hoort hij gestommel.

De kast wordt opengetrokken en de Ikeaman staat oog in oog met een gespierde kerel. Het blijkt de vriend van

de vrouw te zijn en deze wil weten wat de man in de kledingkast van zijn vriendin uitspookt.

“Tja”, zegt de Ikeaman, “u gelooft het vast niet, maar ik sta hier op de trein te wachten.”

*Een parkwachter gaf instructies aan een groep wandelaars. Hij waarschuwde: “Het is niet uitgesloten dat u een grizzlybeer tegenkomt. Maar grizzly’s gaan mensen meestal uit de weg. Daarom is het goed dat u een aantal belletjes aan uw rugzak bevestigt. Dan horen ze u aankomen en krijgen ze de kans om te vluchten.*

*In deze winkel kunt u belletjes kopen voor twee euro per stuk. En als u uitwerpselen van een grizzly op uw pad vindt, kunt u maar beter maken dat u wegkomt!”*

*“Maar hoe weten we of het de uitwerpselen van een grizzly zijn?” vroeg één van de wandelaars.*

*“Oh, geen probleem. Dat ziet u meteen.*

*Uitwerpselen van grizzly’s zitten namelijk vol met belletjes.”*

Er zitten twee zwervers op een bank in het park.

De ene legt een euro op de bank.

Waarop de andere vraagt: “waarom doe je dat?”

Waarop de eerste antwoordt: “ik wil eens voelen hoe het is om geld op de bank te hebben.”

*Twee domme blondjes lopen in een groot bos te zoeken naar een kerstboom.*

*Ze zijn al twee uur aan het zoeken wanneer het langzaam donker begint te worden. Inmiddels vriest het dat het kraakt en in de verte horen ze de wolven huilen.*

*Dan zegt het ene blondje, bang, koud en moe: “Nu ben ik het beu! De eerste de beste spar die ik zie, hak ik om, of hij nu versierd is of niet!”*

# Loopkalender en CRITERIUM 2012.

- \* In de loopkalender 2012 werden 20 organisaties opgenomen. De 100 km van Hulshout werd afgelast zodat er 19 joggings in aanmerking komen.
- \* Het is de bedoeling om ons op deze joggings duidelijk te laten zien. Dus we verwachten er een groot aantal Kasteellopers om onze kleuren te tonen.
- \* Elke deelname wordt beloond met € 1.
- \* Kasteellopers moeten aan volgende 4 voorwaarden voldoen om recht te hebben op de beloning:
  - 1) lidgeld betaald hebben
  - 2) in clubkledij gelopen hebben (singlet of T-shirt of singlet van onze marathon)
  - 3) afstand uitgelopen hebben en in de uitslag opgenomen zijn
  - 4) deelgenomen hebben aan minstens 5 organisaties uit de loopkalender

**Iedereen is natuurlijk vrij om zijn loopkledij te kiezen, maar weet dat er voor joggings die niet in clubkledij worden gelopen er ook geen beloning wordt uitbetaald. Door ons als Kasteelloper kenbaar te maken op joggings en wedstrijden trachten we andere clubs naar onze organisaties te krijgen.**

- \* De uitslagen worden door Stijn Jacobs verzameld en gecontroleerd.
- \* De uitslagen worden telkens vermeld in het ledenblad.
- \* Wie tekortkomingen of fouten ontdekt in de uitslagen in het ledenblad, meldt dit aan Stijn. Hij kijkt de uitslag na en zorgt voor de rechtzetting in het volgende ledenblad.
- \* Per organisatie kan men slechts 1 maal € 1 verdienen.
- \* De uitbetaling van de loopkalender 2012 gebeurt in mei 2013 op uw rekeningnummer als het lidgeld voor 2013 betaald is.

Volgende leden lieten minstens 3 deelnames noteren tot en met de AVN veldloop in Wortel Kolonie (17 joggings):

16 deelnames: Josée Bertels

15 deelnames: Nele Jacobs, Marc Van Loock

14 deelnames: Robin Leysen

13 deelnames: Marc Van Tendeloo

12 deelnames: Monik Van Loock, Stijn Jacobs

10 deelnames: Chris Van Loock, Herman De Sobrie

9 deelnames: Guy Vancampenhout, René Jacobs

8 deelnames: Luc Van Doninck, Erwin Coopmans

6 deelnames: Dirk Covent

5 deelnames: Eddy Van de Pol, André Verlinden, Louis Hufkens

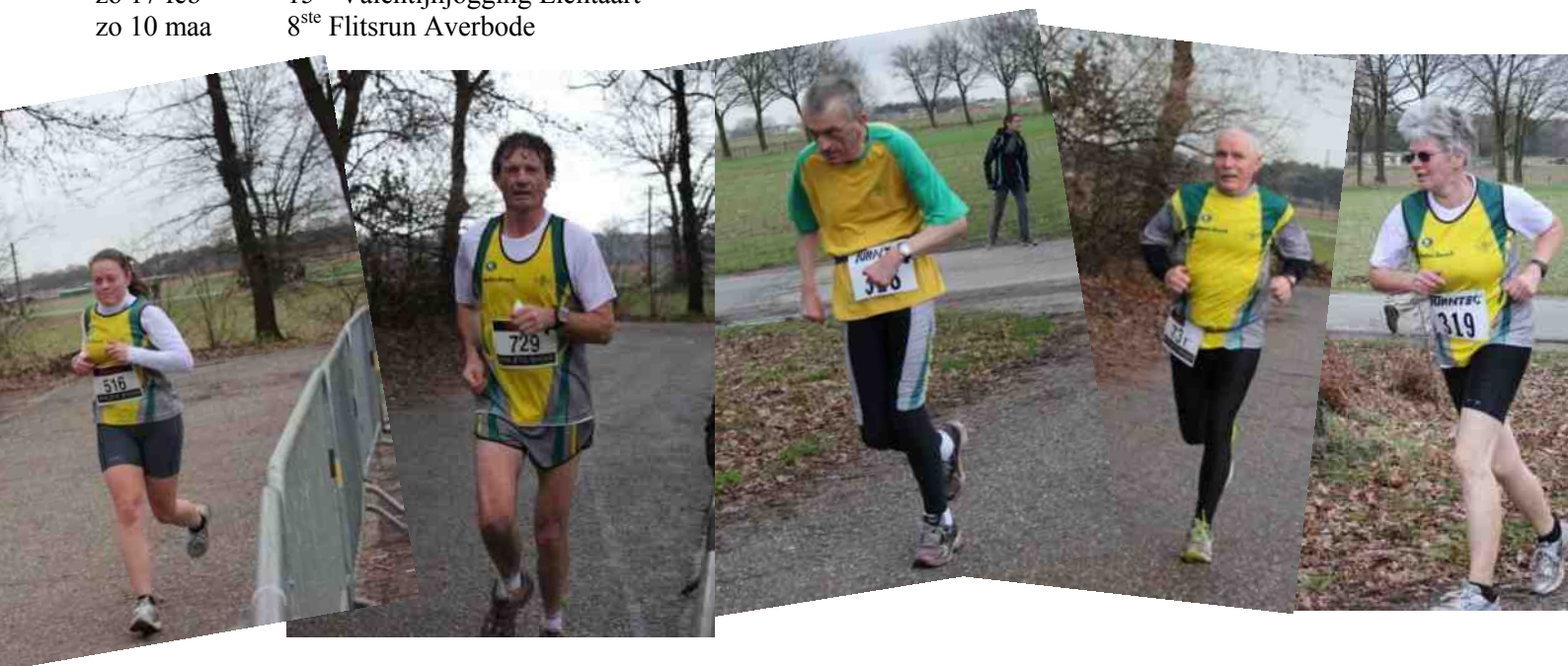
4 deelnames: Luc Mols, Tom Van Gestel

3 deelnames: Mirande Jansens, Ann Van De Water, Garri Op de Beeck, Ferre Geerts, Roel Jacobs, Jeff Laenen

Volgende organisaties staan nog op de kalender:

zo 17 feb 15<sup>de</sup> Valentijnjogging Lichtaart

zo 10 maa 8<sup>ste</sup> Flitsrun Averbode



## Hoe zou het zijn met Nicole Van Hoof?

*In de nieuwe rubriek 'hoe zou het zijn met' gaan we nog eens praten met mensen die ooit lid waren van onze club.*

*In de Fazantenlaan vonden we Nicole Van Hoof terug.*

**Nicole, ooit zagen we je, samen met je man Marc Carlier, regelmatig op de trainingen van de Kasteellopers. Je liep halve marathons, de 20 km van Brussel, marathons.**

**Je was beginnen lopen om je te ontspannen, om er tussenuit te zijn.**

Ja, samen met mijn zus. We gingen dan naar de Dreef, rookten een sigaret, wandelden wat, liepen dan een tijdje en wisselden dat weer af met wandelen, lopen, wandelen.

We gingen er vanuit dat we een rondje Kasteel - Kerkebos (3200 meter, nvd) nooit volledig aan één stuk konden lopen.

Toen we bij de Kasteellopers kwamen, leerden we van Lea (Janssens) dat we altijd veel te snel liepen. En inderdaad, door ons tempo naar beneden bij te stellen, lukte het ons om volledige ronden te lopen.

**Sport je nog?**

Lopen kan al jaren niet meer, letsel en enkele noodzakelijke operaties verhinderen het lopen.

We wandelen wel veel. Marc en ik stappen al eens, we gaan wekelijks wandelen met ons petekind, op maandag in groep met de ziekenkas, een dag fietsen of wandelen met vrienden.

**In 1997 vertelde je ons dat je, als je 1 miljoen zou winnen met de lotto, je rustiger zou gaan leven en meer op reis zou gaan. Nog veel gereisd sindsdien?**

We hadden een caravan waarmee we soms trokken.

Nadien zijn we enkele keren mee op busreis geweest en dat viel, in tegenstelling tot verhalen die we hoorden van anderen, heel goed mee. Op die reizen viel het contact met de medereizigers ook altijd reuze mee.

We reisden eens met het vliegtuig, maar we hadden een plaatsje helemaal achteraan en het reiscomfort was zo slecht (veel te krappe zitplaats) dat dit niet echt voor herhaling vatbaar was.

**15 jaar geleden vertelde je dat de plezantste vakantie tot dan naar Schotland was. Intussen een plezan-**

**tere reis gemaakt?**

Nee, dat is voor ons nog altijd de beste reisbestemming.

**Heb je die trip met de caravan gedaan?**

Nee, met de auto en op kamers.

**Caravan je veel?**

Sinds enkele jaren hebben we, op vraag van ons petekind, opnieuw een caravan die we gebruiken om er met de klein mannen op uit te trekken.

Die mannen vinden dat fantastisch. We waren al eens op camping geweest in een stacaravan, maar de mannen vinden het echte kamperen met alles er op en er aan (zelf koken in plaats van gaan eten, zelf koffie zetten in plaats van in een wegrestaurant koffie te drinken) met een trekcaravan fantastisch.



**Wil je nog iets kwijt?**

We amuseren ons met ons twee, met de vrienden, met de klein mannen. Op zaterdag gaan we al eens uit. We gaan tegenwoordig naar de Nieuwe Viaduct, daar speelt op zaterdag een orkest of band en de muziek en de sfeer daar is altijd goed.

Als het kon, dan ging ik graag 20 jaar terug.

Het kunnen werken en sporten is een gemis als ge dat niet meer kunt.

We waren er bij vanaf de opstart van de Kasteellopers. Jos Van der Donck was een collega van Marc en omdat we toen al regelmatig liepen was aansluiten bij de Kasteellopers vanzelfsprekend.

We hebben veel bijgeleerd via de club. We hebben ons altijd reuze geamuseerd en als ik na een wedstrijd tegen Marc of andere lopers vertelde over wat er allemaal te zien geweest was naast het parcours, konden ze mijn verhalen niet volgen. Ik heb me tijdens het lopen nooit geforceerd, altijd een gemakkelijk tempo gelopen en ik kon genieten van alles wat rond mij gebeurde en rond mij te zien was.

Toen we nog aangesloten waren, kwamen we altijd wel iemand tegen voor een babbel. We kregen op straat of in het dorp regelmatig toffe reacties. Je

kreeg altijd wel een vraag of een verhaal over het lopen van het voorbije weekend of je kwam iemand tegen die spontaan riep, "hey, heb in de krant gelezen dat je de eerste vrouw van 't dorp was in de uitslag".

Marc: Ben altijd graag bij de club geweest. Heb, nadat ik gestopt ben met lopen, nog een hele tijd het blaadje rondgedragen. Als er te helpen viel bij een activiteit, was ik op post.

**Geweldig bedankt voor dit gesprek.**

## Marathons 2012.

Zoals ieder jaar vermelden we ook dit jaar weer onze marathonlopers.

|                 |                       |              |
|-----------------|-----------------------|--------------|
| Louis Hufkens   | Gran Canaria (E)      | 22 januari   |
|                 | Lier                  | 25 maart     |
|                 | Roelofarendsveen (NL) | 1 april      |
|                 | Düsseldorf (D)        | 29 april     |
|                 | Hulst Terneuzen (NL)  | 12 mei       |
|                 | Mont-Ventoux (F)      | 2 juni       |
|                 | Torhout               | 22 juni      |
|                 | Rijkevorsel           | 7 juli       |
|                 | Amstelveen (NL)       | 18 augustus  |
|                 | Vorselaar             | 16 september |
|                 | Beloel                | 13 oktober   |
|                 | St. Oedenrode (NL)    | 4 november   |
|                 | Leens (NL)            | 17 november  |
|                 | Boxmeer (NL)          | 12 december  |
|                 | Kampenhout            | 15 december  |
| Hilde Geerts    | Lier                  | 25 maart     |
| Luc Dirckx      | Lier                  | 25 maart     |
|                 | Vorselaar             | 16 september |
| Monik Van Loock | Lier                  | 25 maart     |
|                 | Vorselaar             | 16 september |

|                       |                |              |
|-----------------------|----------------|--------------|
| Herman De Sobrie      | Lier           | 25 maart     |
|                       | Vorselaar      | 16 september |
| Ferre Geerts          | Lier           | 25 maart     |
|                       | Eindhoven (NL) | 24 oktober   |
|                       | Kasterlee      | 18 november  |
| Jef Van Rooy          | Rotterdam (NL) | 15 april     |
|                       | Vorselaar      | 16 september |
| Maarten Van der Donck | Antwerpen      | 22 april     |
|                       | Vorselaar      | 16 september |
| Garri Op De Beeck     | Antwerpen      | 22 april     |
| Anneleen Geluykens    | Vorselaar      | 16 september |
| Stijn Jacobs          | Vorselaar      | 16 september |
| Eddy Van de Pol       | Vorselaar      | 16 september |
| Dirk Vissers          | Keulen (D)     | 14 oktober   |
| Josée Bertels         | Kasterlee      | 18 november  |

### **Aan allen een dikke proficiat !!!**

Hopelijk zijn we niemand vergeten. Indien dit toch zou zijn, graag dan een seintje aan Herman De Sobrie, tel 014 516008.



# ABG groep

## VERZEKERINGEN & BANK

### BVBA Olieslagers & Broeckx

Markt 8 – 2290 VORSELAAR

Telefoon: 014/513507 – Fax: 014/502410

E-mail: [dirk.olieslagers.11117@axa-bank.be](mailto:dirk.olieslagers.11117@axa-bank.be)

## Op zoek naar Agnes Bakelants.

### Stel jezelf eens voor.

Bakelants Agnes, getrouwd met Bellens Stefaan. We hebben een zoon Kristof en twee kleinkinderen Seppe en Lore.

### Wat zijn je sterkste en zwakste eigenschappen als mens?

Altijd bereid om te helpen.

### Wat is je lievelingsgerecht en -drank?

Koffie, rauwkost en vispannetje.

### Wat zou je doen als je 1 miljoen euro wint met de lotto?

Een ander huis bouwen en een deel aan kind en kleinkinderen schenken.

### Welke andere hobby's heb je?

Koken en fat burning.

### Wie zijn je idolen?

Dat was Kim Clijsters en is Kevin Pauwels.

### Wie of wat haat je?

Liegen en bedriegen.

### Welke muziek hoor je het liefst?

Vlaamse.

### Welk zijn je lievelingskleur en -dier?

Blauw en paarden.

### Van welke sport heb je een afkeer?

Vissen en boksen.

### Wat zijn je favoriete TV-programma's?

Thuis, Pappenheimers, Aspe.

### Met wie zou je graag eens een avondje op stap gaan?

Gewoon met vrienden.

### Wat neem je mee naar een onbewoond eiland?

Loopschoenen en mijn gezin.

### Waar ga je het liefst op vakantie?

Ik ben het liefst in de Kempen.

### Wat zijn tot nu toe de mooiste dagen van je leven?

De geboorte van mijn kleinkinderen Seppe en Lore.

### Welk zijn de grootste stommeitens die je ooit begaan hebt?

Twee maal een GSM in de wasmachine gedaan

### Probeer jezelf samen te vatten in 6 woorden.

Bezige bij, sportief, ongeduldig, behulpzaam.

### Wanneer en waarom ben je begonnen lopen?

Ben altijd sportief geweest. Heb eerst gevoetbald, daarna beginnen te lopen.

### Hoe vaak en hoeveel loop je?

Normaal tweemaal in de week. Elke keer 10 km.

### Wat is je favoriete loopafstand?

Tussen de 10 en 12 km.

### Heb je een looptip voor de andere leden?

Blijven volhouden en naar je lichaam luisteren.

### Welke joggings of wedstrijden vind je het mooist of het best georganiseerd?

Monumentenloop en Bierloop.

### Wat zijn je beste prestaties?

10 km in 48 minuten.

### Wat wil je nog bereiken?

Dat ik nog lang zal kunnen lopen.

### Wat vind je van ons ledenblad?

Dat het in goede zin verbeterd is.

### Wat zou je veranderen als je het in onze club voor het zeggen had?

Niets, ik zou het niet beter kunnen.

### Kies 1 van de 2.

*bergop of bergaf*

bergaf

*tegenwind of meewind*

meewind

*zand of beton*

beton

*kort en snel of lang en traag*

lang en traag

*voetbal of wielrennen*

voetbal

*spannende of losse broek*

spannende

*muts of pet*

muts

*douche of ligbad*

ligbad

*Leffe of Westmalle*

koffie

### Wil je nog iets kwijt?

Dat we nog lang kunnen lopen, genieten van mijn kleinkinderen en een goede gezondheid blijven behouden.



## Ontbijtjogging zondag 2 december 2012.

Door Marc Van Tendeloo.

Acht uur, Sportcentrum, 11 vertrekkers.



Druilerige ochtend, vorige nacht veel regen. Misschien toch beter dicht bij het vrouwtje blijven liggen in het warme nest.

Veel plassen in de dreef met natte voeten als resultaat. Dirk Vissers komt ook nog aansluiten. In tegengestelde richting komen we Roger Claes tegen. Ondanks het vroege uur wordt er al veel gebabbeld en kan ik al enkele leugens vertellen.

Enkelen haken al af na de eerste ronde, maar wij gaan voor een tweede. Samen met Louis Hufkens nog een ommetje gemaakt langs enkele monumenten, ter uitbreiding van de kerstlooptocht.

Dan gaan we in de omkleedruimte onder de douche en kan ik van de gelegenheid gebruik maken een heuse photoshoot te doen met de twee mooiste mannen van de club (de anderen waren niet door de preselecties geraakt! ja sorry daarvoor hé).



Toch wel mooie en ruime kleedkamers en heerlijk warm water. Een enkel minpuntje zou kunnen zijn dat er veel druk staat op de waterstralen en bij de vrouwen pijn kan doen aan de tutters.

Met de fiets vertrokken door de dreef richting "De Roskam" en al enkele groepen kasteellopers te voet tegengekomen.



Op het fietspad naar het Vispluk een koppeltje niet direct kunnen passeren, heb tegen de vrouw gezegd dat het was omdat haar achterwerk te dik was. (Ze kon het wel beamen maar absoluut niet appreciëren!) In het gasthof aangekomen waren al velen aanwezig.



Met 37 leden in een gezellige huiselijke omgeving. Het ontbijt was zeer lekker - spek met ei - en nog andere dingen.



Maar voor mij persoonlijk is het gezelschap belangrijker dan het eten.



Louis heeft dan nog een snelcursus gegeven aan mij: "fotografie voor dummies" en tussen de croissants en de koffiekoeken door nog enkele wereldproblemen opgelost.

Na een trappist en een trippel gedronken te hebben werden we nogal luidruchtig. Het werd tijd om naar huis te gaan en dan kon de rust terugkeren in deze mooie rustige taverne.



Op weg naar de Krokuslaan nog maar eens kletsnat geworden.

Toch hadden de afwezigen weer eens ongelijk.

## Braassemloop in Roelofarendsveen.

Louis Hufkens kreeg van zijn vrienden uit **Roelofarendsveen** de uitnodiging om op **zondag 7 april** deel te nemen aan de **Braassemloop**.

Loopafstanden zijn 5000, 10000 en 21100 meter. Er wordt gelopen langs de oevers van het Braassemermeer, door de Polders en langs de Wetering.

De organisatie van de Braassemloop is in handen van de mensen die een volle autocar Veenders bij hadden op onze Kersttoertocht.



De Braassem natuurloop is een echte aanrader. Voor de niet-lopers willen de organisatoren een begeleide wandeling voorzien.

Roelofarendsveen is een dorp in de gemeente Kaag en Braassem, in de Nederlandse provincie Zuid-Holland. Het dorp levert 25% van de Nederlandse tulpenproductie.

De gemeente Kaag en Braassem bestaat naast Roelofarendsveen uit nog 9 andere dorpen en is met 20 molens de gemeente met de meeste molens in Nederland.

Roelofarendsveen ligt 12 km van Leiden, 20 km van het strand van Katwijk aan Zee, 21 km van het strand van Noordwijk aan Zee en 20 km van attractiepark Duinrell in Wassenaar.

Louis Hufkens roept, in het kader van het aanhalen van vriendschapsbanden (De Veenders kwamen, en komen mogelijk nog, met een volle bus naar Vorselaar) de kasteellopers op om in groten getale mee te rijden naar De Veen.



Wie geïnteresseerd is in de Braassemloop neemt contact op met Louis Hufkens. (louis.hufkens@hotmail.com)

In het jaarverslag over 2012 lezen we dat er plannen zijn om een busreis te organiseren naar een loopwedstrijd, die naast het lopen zelf ook iets te bieden heeft voor leden die willen wandelen of de streek ontdekken en dat suggesties hieromtrent zeker welkom zijn.

Hier dan een suggestie vanwege de redactie van het ledenblad: met de bus naar de Braassemloop.



Sportmedische  
Studio

Olympia

*"bewegen is leven"*

Cardijnlaan 12, 2290 Vorselaar

Telefoon 014 502578

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

# Ledenfeest.

Zaterdag 26 januari 2013, 19.30 uur, Zaal Den Engel.

De beelden spreken voor zich.





## Op zoek naar Jos Bouly.

### Stel jezelf eens voor.

51 jaar, geboren in Lommel, vader van 4 kinderen, getrouwd met Els Piron en ondertussen ingeburgerd in de leukste gemeente van de Antwerpse kempen.



### Wat zijn je sterkste en zwakste eigenschappen als mens?

Zet hier een Joker in.

### Wat is je lievelingsgerecht en -drank?

Ik eet graag pasta maaltijden en slaatjes

### Wat zou je doen als je 1 miljoen euro wint met de lotto?

Een goede beleggingsadviseur zoeken en hopen dat ze mijn winst geheim houden.

### Welke andere hobby's heb je?

Politiek, vrijdagavond met de vrienden de voorbije week overlopen in mijn stamcafé, fietsen, lezen.

### Wie zijn je idolen?

Ik verafgood niemand maar ik heb wel veel respect en bewondering voor succesvolle mensen die rustig blijven bij hun successen.

### Wie of wat haat je?

Onoprechtheid, dubbele agenda's.

### Welke muziek hoor je het liefst?

Ik heb een brede smaak maar ooit was ik fan van Steely Dan. Ik geniet er ook van hoe mijn kinderen snuisteren in mijn collectie en mijn favorieten ook blijken te smaken al is dit omgekeerd minder waar. "Je wordt ouder papa geeft het maar toe."

### Welk zijn je lievelingskleur en -dier?

Blauw en Bever.

### Van welke sport heb je een afkeer?

Ik heb van geen enkele sport een afkeer maar je zal me niet gemakkelijk betrappen bij het kijken naar een gemotoriseerde sport.

### Wat zijn je favoriete TV-programma's?

Ik heb enorm genoten van Quiz me Quick, de serie waar mijn schoonbroer

Pieter Piron Lennon speelde en waar we met het ganse gezin elke week samen naar uitkeken.

### Met wie zou je graag eens een avondje op stap gaan?

Nicole Kidman zie ik wel zitten maar mijn Engels is, vrees ik, niet indrukwekkend genoeg.

### Wat neem je mee naar een onbewoond eiland? Mijn Ipad.

### Waar ga je het liefst op vakantie?

De combinatie - nabij, leuke stad, natuur, mooi weer, fiets of jog mogelijkheden - is gegarandeerd een voltreffer en dat komen we met Toscane aardig in de buurt al is Zuid Frankrijk ook OK.

### Wat zijn tot nu toe de mooiste dagen van je leven?

Zeer cliché, huwelijk, de geboorte van mijn kinderen maar meer recent heb ik erg genoten van de (feest) avond na de jongste gemeenteraad verkiezingen.

### Welk zijn de grootste stomiteiten die je ooit begaan hebt?

Die heb ik uit mijn geheugen geband.

### Probeer jezelf samen te vatten in 6 woorden.

Relativeren, amuseren, combineren, filosoferen, presteren en socialiseren.

### Wanneer en waarom ben je beginnen lopen?

Met heel veel ups en downs loop ik al 30 jaar maar de laatste jaren loop ik met veel meer regelmaat.

Gewicht en gezondheid waren toen de belangrijkste beweegredenen en zijn dit nog steeds, alleen is genieten van de natuur erbij gekomen.

### Hoe vaak en hoeveel loop je?

Gemiddeld loop ik 3 keer per week en de afstand varieert van 6 tot 14 km met hier en daar een uitschieter naar boven of onder.

### Wat is je favoriete loopafstand?

14 km

**Heb je een looptip voor de andere leden?** Vergeet nooit toiletpapier mee te nemen vooral in de winter wanneer er geen blaren aan de bomen hangen en reken niet op de eeuwig groene naaldbomen.

### Kan je een loopanekdote vertellen?

Ik herinner mij een looptocht aan de Schelde in Hingene waar we de Schelde overstaken in Temse en terug in de richting van ons vakantiedomein liepen

en met de bedoeling bij de volgende brug terug over te steken.

We gingen voor een tochtje van 1 uur maar het werden er 3 want de bruggen bleken zeer dun gezaaid.

Afgepeigerd en gered door een veerpont kwamen we terug thuis waar boze echtgenotes ons stonden op te wachten.

### Welke joggings of wedstrijden vind je het mooist of het best georganiseerd?

Ik beleef het meest plezier aan de Kardinaalsjogging omdat dit meestal de start is van de Vorselaarse sportieve hoogdagen en ook het begin van de grote vakantie. Iedereen loopt er vrolijk bij en dikwijls prachtig weer.

### Wat zijn je beste prestaties?

Ik heb in mijn beste dagen bijna een gemiddelde gehaald van 15 km per uur op bijvoorbeeld de Monumentenjogging maar dit lijkt nu heel ver weg.

Toen mijn transfer naar de plus 50 rond was heb ik even hoop gehad op een sprongetje in de klasseringen maar het tegendeel is gebleken.

### Wat wil je nog bereiken?

Ooit zou ik me uitgebreid willen voorbereiden op de Monumentenloop volgens de regels van de kunst inclusief 10 kg lichter, en mijn limieten aftasten. Maar dit droom ik al jaren maar nu staat het op papier en dat kan helpen.

### Wat vind je van ons ledenblad?

Ik lees het diagonaal en digitaal maar de interviews lees ik meestal helemaal en daarom ben ik ook ingegaan op jullie verzoek.

### Wat zou je veranderen als je het in onze club voor het zeggen had?

Doe zo verder en probeer iedereen gemotiveerd te houden, de belangrijkste uitdaging voor elk bestuur van elke vereniging.

### Kies 1 van de 2.

|                                      |               |
|--------------------------------------|---------------|
| <i>bergop of bergaf</i>              | bergop        |
| <i>tegenwind of meewind</i>          | meewind       |
| <i>zand of beton</i>                 | zand          |
| <i>kort en snel of lang en traag</i> | lang en traag |
| <i>voetbal of wielrennen</i>         | voetbal       |
| <i>spannende of losse broek</i>      | losse         |
| <i>muts of pet</i>                   | muts          |
| <i>douche of ligbad</i>              | douche        |
| <i>Leffe of Westmalle</i>            | Leffe         |

### Wil je nog iets kwijt?

Ik hoop dat nog meer mensen van lopen hun hobby gaan maken en hier reken ik ook mijn echtgenote bij.

# Kersttoertocht.

Het organiseren van de Kersttoertocht tijdens het weekend werd een meevaller van formaat.

Meer dan 400 wandelaars en lopers kwamen op 29 december naar het Buurthuis afgezakt.

Onder hen een volle touringcar wandelaars uit Roelofarendsveen en 36 ingeschreven Kasteellopers (we danken vooral de Kasteellopers die niet de kans hadden om de toertocht te lopen omdat ze op een of andere manier actief betrokken waren bij de organisatie van dit evenement).

Louis Hufkens hield zich bezig met het entertainen van zijn vrienden uit De Veen en hij liet ons de bijgevoegde foto's na.



## Werd vervolgd.

*Sinds ledenblad nummer 2 leren we, via de rubriek 'op zoek naar', onze leden beter kennen.*

*In de nieuwe rubriek 'werd vervolgd' breien we een vervolg aan die 'oude' interviews.*

*Het eerste interview werd afgenomen van An Coopmans. Wat vertelde An in januari 1996? Wordt hier vervolgd.*

**An, je bent beginnen lopen omdat je tot dan niets gevonden had dat je beviel. Intussen beoefen je meerdere sporten.**

Ja, ik doe ook aan bergsport, maar niet extreem.

regelmatig samen en ik keek echt naar haar op.

**We vroegen ook wat je zou doen als je de lotto wint. Je zou blijven voortwerken, veel reizen en kopen wat je anders niet zou kopen. Denk je daar nu, 17 jaar later, nog hetzelfde over?**

Ik zou nog altijd blijven werken, maar minder. Ik zou zeker meer tijd maken om te lopen.

**In januari 1996 liep je een half jaar. Je zou zeker de 20 km van Brussel gaan lopen en liefst nog datzelfde jaar. Je gaf ook aan dat je misschien wel eens een marathon wou lopen.**

Toneel en andere bezigheden houden mij van het lopen. Normaal loop ik nog altijd 20 tot 25 kilometer per week, verspreid over 3 dagen

**Wil je nog iets kwijt? Over het lopen? Over kwetsuren? Over de club?**

Verschillende Kasteelopers zijn er al lang bij. Die worden allemaal ouder. We hebben wel een mooie bende.

Wat me aanspreekt is de gezelligheid en het plezier dat we samen maken. Samen trainen, praten en lachen onderweg, minder op snelheid trainen.

Kwetsuren heb ik nooit gehad. In het begin was ik wel bang voor beenvlies-



**Niet extreem, maar je beklom toch al enkele toppers.**

Ja, we beklommen de Plattkofel (Italië, 2969 meter), Wildspitze (Oostenrijk, 3774 meter), Jaufenspitz (Italië, 2481 meter), Mont Blanc (Frankrijk, 4810 meter), Gran Paradiso (Italië, 4061 meter), Kilimanjaro (Tanzania, 5892 meter), ...

**Uw voorbeeld in 1996 binnen de club was Nicole Van Hoof. Waarom deze uitspraak?**

Ik was toen een beginnende loper. Nicole liep wedstrijden, ze was goed en had een mooie loopstijl. We trinden

De 20 km van Brussel heb ik intussen meerdere keren gelopen.

En misschien wel eens een marathon zijn er intussen 5 of 6 geworden.

De marathon van Eindhoven is 3 keer gelopen, ook Vorselaar en de marathon van de Medoc werden gelopen.

Volgend jaar wil ik in het najaar nog een marathon lopen en, als dat meevalt, de daaropvolgende zomer nog een (Eindhoven of Echternach).

**In 1995 trainde je gewoonlijk 20 à 23 kilometer, verspreid over 2 à 3 trainingdagen. Welk trainingsniveau haal je momenteel?**

ontsteking, maar door de trainingsarbeid in te perken heb ik nooit kwetsuren opgelopen.

Ook in de aanloop naar de marathons heb ik zo veel mogelijk mijn normale trainingsniveau aangehouden.

Door minder te lopen, ouder te worden, iets zwaarder van gewicht, voel ik tegenwoordig wel wat pijn in de knieën.

**Bedankt voor dit interview, tot op training.**

# Uitslagen.

\* (aantal deelnemers = opgenomen in uitslag)

## Za 3 november 2012: Zilvermeerloop Mol

### 5 km (215 deelnemers):

|      |                   |        |
|------|-------------------|--------|
| 4.   | Stijn Jacobs      | 17'10" |
| 48.  | Marc Van Tendeloo | 21'17" |
| 90.  | Jeff Laenen       | 24'18" |
| 116. | Luc Van Doninck   | 26'01" |
| 208. | Chris Van Look    | 33'36" |

### 10 km (242 deelnemers waarvan 54 vrouwen):

|      |                                        |          |
|------|----------------------------------------|----------|
| 1.   | Kristof Van Rooy                       | 33'49"   |
| 89.  | Robin Leysen                           | 44'09"   |
| 92.  | Rudy De Pauw                           | 44'23"   |
| 135. | Nele Jacobs (9 <sup>e</sup> vrouw)     | 47'37"   |
| 138. | Monik Van Look (11 <sup>e</sup> vrouw) | 47'53"   |
| 178. | Josée Bertels (22 <sup>e</sup> vrouw)  | 51'34"   |
| 205. | André Verlinden                        | 55'27"   |
| 235. | Marc Van Look                          | 1u02'54" |



## Za 17 november 2012: halve marathon Cohe Herentals

### Halve marathon (70 deelnemers):

|     |                       |          |
|-----|-----------------------|----------|
| 3.  | Maarten Van der Donck | 1u16'53" |
| 12. | Dirk Vissers          | 1u35'00" |
| 33. | Jos Bouly             | 1u45'08" |
| 58. | Nele Jacobs           | 1u57'36" |
| 59. | Guy Vancampenhout     | 1u57'40" |



## Zo 18 november 2012: marathon Kasterlee

### 21,0975 km (1085 deelnemers):

|     |                  |          |
|-----|------------------|----------|
| 52. | Kristof Van Rooy | 1u28'33" |
|-----|------------------|----------|

### 42,195 km (403 deelnemers):

|      |               |          |
|------|---------------|----------|
| 60.  | Ferre Geerts  | 3u19'48" |
| 374. | Josée Bertels | 4u40'36" |

## Za 24 november 2012: natuurloop Lier

### 5 km (188 deelnemers):

|      |               |        |
|------|---------------|--------|
| 149. | Marc Van Look | 31'12" |
|------|---------------|--------|

### 10 km (324 deelnemers):

|      |                   |        |
|------|-------------------|--------|
| 26.  | Dirk Vissers      | 39'21" |
| 30.  | Eddy Van de Pol   | 40'17" |
| 68.  | Guy Vancampenhout | 43'34" |
| 74.  | Dirk Covent       | 44'12" |
| 201. | André Verlinden   | 54'44" |

## Wo 5 december 2012: leerkrachtenloop Vorselaar

### 3,2 km dames (29 deelnemers):

|     |                     |        |
|-----|---------------------|--------|
| 1.  | Nele Jacobs         | 14'59" |
| 3.  | Monik Van Look      | 15'41" |
| 9.  | Josée Bertels       | 17'17" |
| 16. | Martine Mols        | 18'18" |
| 20. | Mirande Janssens    | 20'28" |
| 27. | Chris Van Look      | 25'10" |
| 28. | Chris Huysmans      | 25'12" |
| 29. | Chris Van der Donck | 25'13" |



### 6,4 km heren (34 deelnemers):

|     |                   |        |
|-----|-------------------|--------|
| 1.  | Stijn Jacobs      | 23'18" |
| 3.  | Erwin Coopmans    | 24'58" |
| 4.  | Roel Jacobs       | 25'13" |
| 7.  | Ferre Geerts      | 25'55" |
| 10. | René Jacobs       | 27'06" |
| 13. | Guy Vancampenhout | 28'45" |
| 19. | Dirk Covent       | 31'58" |
| 21. | Gust Lievens      | 33'00" |
| 24. | André Verlinden   | 35'18" |
| 32. | Marc Van Look     | 44'00" |



## Za 15 december 2012: marathon Kampenhout

### marathon (56 deelnemers):

|     |               |          |
|-----|---------------|----------|
| 54. | Louis Hufkens | 4u51'50" |
|-----|---------------|----------|

### aflossingsmarathon (73 ploegen):

|     |                 |          |
|-----|-----------------|----------|
| 38. | Marc Van Look   |          |
|     | Eddy Van de Pol |          |
|     | Josée Bertels   |          |
|     | Robin Leysen    |          |
|     | Nele Jacobs     |          |
|     |                 | 3u31'14" |

## Za 22 december 2012: natuurloop Lier

### 5 km (142 deelnemers):

|      |               |        |
|------|---------------|--------|
| 114. | Marc Van Look | 31'09" |
|------|---------------|--------|

### 10 km (255 deelnemers):

|      |                 |        |
|------|-----------------|--------|
| 19.  | Dirk Vissers    | 38'49" |
| 23.  | Ferre Geerts    | 39'28" |
| 41.  | Eddy Van de Pol | 42'17" |
| 63.  | Dirk Covent     | 44'40" |
| 148. | André Verlinden | 52'25" |

## Zo 23 december 2012: 1e Kerstjogging Lilse Bergen

### 5,2 km:

|     |               |        |
|-----|---------------|--------|
| 44. | Marc Van Look | 34'21" |
|-----|---------------|--------|

### 10,3 km:

|     |                |        |
|-----|----------------|--------|
| 28. | Monik Van Look | 50'22" |
|-----|----------------|--------|



**Wo 26 december 2012: Kerstcorrida Herenthout**3,2 km (211 deelnemers):

|                     |        |
|---------------------|--------|
| 2. Kristof Van Rooy | 9'55"  |
| 165. Marc Van Look  | 19'05" |
| 193. Chris Van Look | 20'46" |

6,5 km dames (57 deelnemers):

|                         |        |
|-------------------------|--------|
| 17. Nele Jacobs         | 28'38" |
| 25. Monik Van Look      | 30'52" |
| 33. Josée Bertels       | 33'27" |
| 39. Vicky Vermeerbergen | 35'54" |

9,8 km heren (176 deelnemers):

|                      |        |
|----------------------|--------|
| 18. Stijn Jacobs     | 33'23" |
| 65. Erwin Coopmans   | 38'32" |
| 68. Ferre Geerts     | 38'44" |
| 93. René Jacobs      | 40'29" |
| 95. Eddy Van de Pol  | 40'52" |
| 107. Robin Leysen    | 42'53" |
| 143. Dirk Covent     | 46'53" |
| 161. André Verlinden | 51'18" |

**Za 29 december 2012: 8e Looptoertocht**

Roel Jacobs  
Guy Vancampenhout  
Martine Mols  
Marc Van Look  
Chris Huysmans  
Paul Mulkens  
Garri Op De Beeck  
Ann Van De Water  
Monik Van Look  
Ludwig Van Gestel  
Jeff Laenen  
Rudi Bleys  
Robin Leysen  
Nele Jacobs  
Dirk Vissers  
Lief De Beuckeleer  
Linda Claes  
Chris Van Look  
Josée Bertels  
René Jacobs  
Luc Dirckx  
Hilde Geerts  
Herman Celis  
Karen Van der Donck  
André Verlinden  
Jef Van Rooy  
Fons Geerts  
Christy Lievens  
Gust Lievens  
Marc Van Tendeloo  
Tom Van Gestel  
Chris Van der Donck  
Mirande Jansens  
Stijn Jacobs  
Louis Hufkens  
Erwin Coopmans

**Za 12 januari 2013: natuurloop Lier**5 km (136 deelnemers):

|                    |        |
|--------------------|--------|
| 101. Marc Van Look | 30'27" |
|--------------------|--------|

10 km (283 deelnemers):

|                       |        |
|-----------------------|--------|
| 19. Ferre Geerts      | 39'43" |
| 30. Eddy Van de Pol   | 41'20" |
| 57. Dirk Covent       | 43'55" |
| 59. Guy Vancampenhout | 43'57" |
| 166. André Verlinden  | 51'47" |

**Wo 23 januari 2013: leerkrachtenloop Mechelen**2,8 km dames:

|                    |        |
|--------------------|--------|
| 1. Nele Jacobs     | 12'18" |
| 21. Chris Van Look | 19'43" |

5,6 km heren:

|                   |        |
|-------------------|--------|
| 12. Dirk Covent   | 26'30" |
| 30. Marc Van Look | 36'37" |

**Za 26 januari 2013: 24e AVN veldloop Wortel Kolonie**3,4 km seniors dames:

|                |        |
|----------------|--------|
| 2. Nele Jacobs | 16'30" |
|----------------|--------|

3,4 km masters +45 dames:

|                  |        |
|------------------|--------|
| 9. Josée Bertels | 20'51" |
|------------------|--------|

6,4 km seniors heren:

|                  |        |
|------------------|--------|
| 12. Robin Leysen | 29'32" |
|------------------|--------|

6,4 km masters +40 heren:

|                   |        |
|-------------------|--------|
| 20. Marc Van Look | 49'47" |
|-------------------|--------|



# Bakkerij Hendrix

Kuiperstraat 3  
2290 Vorselaar  
014/51.11.27



Open op  
Ma, Di, Woe & Zat van 6<sup>30</sup> - 18<sup>00</sup>  
Zondag van 6<sup>30</sup> - 17<sup>00</sup>  
Feestdagen tot 15<sup>00</sup>  
Donderdag en vrijdag gesloten

bakkerijhendrix@telenet.be

bakkerijhendrix.handelsgids.be

## Loopcriteriums.

Elk jaar stellen we een lijst samen van 20 wedstrijden waar we graag zo veel mogelijk Kasteellopers in onze eigen kleuren zien lopen. Deze lijst is in elk ledenblad opgenomen onder de titel 'Loopkalender en criterium'.

In de rubriek 'Wedstrijdinfo' nemen we zoveel mogelijk wedstrijden op die georganiseerd worden in de provincie Antwerpen.

Een deel van die wedstrijden zijn ook onderdeel van een of ander criterium.

Vanaf heden gaan we bij de wedstrijden onder 'Wedstrijdinfo' vermelden van welk criterium (indien bij ons gekend) bepaalde wedstrijden deel uit maken.

Zo kennen we buiten ons eigen criterium, de veldlopen voor Personeel Onderwijs, de Natuurlopen in Lier ook het 'criterium Noordloper' en de 'KWB joggings'.

---

In het **Criterium Noordloper 2013** zijn 35 wedstrijden opgenomen. Twee wedstrijden vinden net over de grens plaats in Noord Brabant, 33 wedstrijden worden georganiseerd in de provincie Antwerpen.

De eerste wedstrijden van dit criterium werden reeds gelopen op 23 december in Vosselaar, op 29 december onze eigen Kersttoertocht en op 26 januari in Hoogstraten.

Het criterium 'De Noordloper' is een open criterium voor recreanten, gevorderde lopers en aangesloten VAL-leden.

De lopers die aan het criterium wensen deel te nemen, kopen eenmalig een criteriumkaart aan 3,5€, jongeren -16 jaar betalen 2€. Hiervoor krijgen ze een persoonlijke kaart die ze elke jogging, waaraan ze deelnemen, laten afstempelen. De criteriumkaart wordt afgestempeld na de plaatselijke inschrijving.

Elke loop dient nog afzonderlijk betaald te worden.

Bij verlies van de criteriumkaart moet een nieuwe kaart aangekocht worden.

Criteriumprijs: elke criteriumloper ontvangt een loopshirt of korte loopbroek (bij deelname aan minimum 8 joggings voor volwassenen, 5 voor jongeren) OF een lange loopbroek (bij deelname aan minimum 15 joggings voor volwassenen, 10 voor jongeren).

Na de laatste loop vindt de prijsuitreiking plaats van de tombola. Deze tombola wordt gehouden onder alle houders van een criteriumkaart.

---

In de kalender 2013 van het '**KWB Joggingcriterium provincies Antwerpen en Limburg**' zijn 25 joggings opgenomen.

De eerste jogging wordt georganiseerd op 3 maart in Putte-Grasheide en de afsluitende jogging wordt gelopen op 26 oktober in Westerlo.

Op de joggings in de provincie Antwerpen wordt dezelfde inschrijvingsprijs gehanteerd. Niet-leden betalen 5€, KWB-leden op vertoon van lidkaart 3€. Kinderen die deelnemen aan kinderjoggings betalen 1€.

Voor de joggings in Limburg verieren de deelnameprijzen van 2 tot 7€, afhankelijk van het soort jogging en geschenken.

Deelname aan het criterium betekent dat dezelfde persoon op verschillende joggings een door hem of haar gekozen afstand uitloopt. Tijd en plaats spelen geen rol.

Controle gebeurt door op elke jogging de criteriumkaart te laten afstempelen. Deze criteriumkaarten zijn te bekomen bij de inschrijving van elke jogging.

Deelname aan 9 van de 25 joggings geeft recht op een criteriumprijs.

Deelname aan 13 van de 25 joggings geeft recht op een supercriteriumprijs.

Deze prijzen kunnen in ruil voor de afgestempelde criteriumkaart afgehaald worden op de Cross der Jongeren in Westerlo (oktober). De prijs kan ook opgehaald worden op de eerste twee joggings van het volgende seizoen.



**Zondag & Maandag gesloten**  
**Di - Woe - Do - Vrij**  
**10u - 12u & 13u30 - 18u00**  
**Zaterdag**  
**09u30 - 17u30**

*Analyses van uw loopstijl.*  
*Advies en aangepaste loopschoenen.*  
*Aanpassingen en correcties van sportsteunzolen bij sportblessures.*  
*Eigen atelier.*  
*Sportieve en technische outfits.*

**Lichtaartseweg 49 2200 Herentals**

**info@runwalk.be**  
**Tel : 014700004**  
**www.runwalk.be**

## Wedstrijdinfo FEBRUARI 2013.

De organisatie die behoort tot onze loopkalender is omkaderd.

|                  |                                                                       |                |                 |              |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------|--------------|
| <b>Geel</b>      | <b>zondag 3 februari 2013</b>                                         | <b>Afstand</b> | <b>startuur</b> | <b>prijs</b> |
| Naam:            | <b>Geelse Kajakjogging</b>                                            | 14,0 km        | 14:00           |              |
| Jeugdlopen:      | om 13:30 uur 500 meter (-7 jarigen) en 1500 meter (-12 jarigen)       | 10,5 km        | 14:00           |              |
| Adres:           | Oude Kastelseweg 1a                                                   | 7,0 km         | 14:00           |              |
| Info:            | koendebie@hotmail.com / www.geelsekajakvaarders.be                    | 3,5 km         | 14:00           |              |
| <b>Kasterlee</b> | <b>zondag 10 februari 2013</b>                                        | <b>Afstand</b> | <b>startuur</b> | <b>prijs</b> |
| Naam:            | <b>Grote prijs Boer Van Ballaer</b>                                   | 13,2 km        | 14:00           | 3€           |
| Parcours:        | start en aankomst aan het clublokaal van de Kayakclub                 | 9,9 km         | 14:00           | 3€           |
| Adres:           | Houtum 23A                                                            | 6,6 km         | 14:00           | 3€           |
| Info:            | www.kastelsekayakklub.be                                              | 3,3 km         | 14:00           | 3€           |
| <b>Westerlo</b>  | <b>zondag 10 februari 2013</b>                                        | <b>Afstand</b> | <b>startuur</b> | <b>prijs</b> |
| Naam:            | <b>Vrije Natuurloop De Beeltjens</b>                                  | 12,0 km        | 8 - 11 u        | 4 €          |
| Criterium:       | <b>De Noordloper 2013</b> (4 van 35)                                  | 9,0 km         | 8 - 11 u        | 4 €          |
| Parcours:        | vrij vertrek tussen 8 en 11 uur                                       | 6,0 km         | 8 - 11 u        | 4 €          |
| Adres:           | Sporthal De Beeltjens, Kasteeldreef 6                                 | 3,0 km         | 8 - 11 u        | 4 €          |
| Info:            | Frans Cools 014 549067 / frans.cools@telenet.be / www.tongerlopers.be |                |                 |              |

### Lichtaart Zondag 17 februari 15<sup>de</sup> Valentijnjogging



Adres: VV Molenkring, Dressenstraat  
Info: 0478 510343 / www.valentijnjogging.be

Jeugdlopen vanaf 14:00 uur (2€).  
Om 14:30 uur: 4, 8 en 12 km (4€)



|                  |                                                    |
|------------------|----------------------------------------------------|
| <b>Lichtaart</b> | <b>woensdag 20 februari 2013</b>                   |
| Naam:            | <b>Veldloop Personeel Onderwijs</b>                |
| Criterium:       | <b>Veldlopen voor onderwijspersoneel</b> (4 van 5) |
| Parcours:        | Camping Floreal                                    |
| Adres:           | Camping Floreal (organisatie van Toermalijn Olen)  |
| Info:            | Frans Coenen 0474 250067 / 03 3375687              |

|             |                                                                     |                |                 |              |
|-------------|---------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------|--------------|
| <b>Lier</b> | <b>zaterdag 23 februari 2013</b>                                    | <b>Afstand</b> | <b>startuur</b> | <b>prijs</b> |
| Naam:       | <b>Natuurloop</b>                                                   | 5 km           | 13:30           | 3,5€         |
| Criterium:  | <b>10e Natuurlopen AC Lyra</b> (4 van 5)                            | 10 km          | 13:30           | 3,5€         |
| Adres:      | Atletiekpiste Netestadion, Aarschotsesteenweg 3                     | 25 km          | 13:30           | 3,5€         |
| Info:       | Rony Becquet 0478 594393 / rony.becquet@aclyra.com / www.aclyra.com |                |                 |              |

## Wedstrijdinfo MAART 2013.

De organisatie die behoort tot onze loopkalender is omkaderd.

|                        |                                                                                        |                |                 |              |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------|--------------|
| <b>Putte-Grasheide</b> | <b>zondag 3 maart 2013</b>                                                             | <b>Afstand</b> | <b>startuur</b> | <b>prijs</b> |
| Naam:                  | <b>29e Volksloop Putte-Grasheide</b>                                                   | 2,42 km        | 14:00           | 5€ (kwb 3€)  |
| Criterium:             | <b>KWB Joggingcriterium 2013</b> (1 van 25)                                            | 5,22 km        | 14:30           | 5€ (kwb 3€)  |
| Jeugdlopen:            | vanaf 13:30 uur: 60, 100, 300, 500, 700 meter (1€)                                     | 10,39 km       | 15:15           | 5€ (kwb 3€)  |
| Adres:                 | Parochieplein (achter de kerk), Kerkhoflei                                             |                |                 |              |
| Parcours:              | volledig autovrij, wisselende ondergrond (bos, 15% asfalt, akkerland)                  |                |                 |              |
| Info:                  | Francis Goossens 0496 521096 / goossensmichiels@scarlet.be / www.volksloopgrasheide.be |                |                 |              |

**Kasterlee**                      **zondag 3 maart 2013**  
 Naam:                            **Boslooptocht**  
 Adres:                            Geelsebaan 50  
 Info:                              www.marathonkasterlee.be

**Afstand**   **startuur**   **prijs**  
 5 km        8 - 11  
 10 km      8 - 11  
 20 km      8 - 11

**Averbode**  
**Zondag 10 maart**  
**8<sup>ste</sup> Flitsrun**



Om 10:00 uur: 4 km  
 Om 10:30 uur: 8 en 12 km



Adres: sporthal Vorststraat 55  
 Info: bestuur@vermaelenprojects.net  
 www.joggingdemarsin.vermaelenprojects.net



**Sint-Jozef Olen**

**zondag 10 maart 2013**  
**28e KWB-jogging en halve marathon St-Jozef OLEN**  
 Naam:                            **KWB Joggingcriterium 2013** (2 van 25)  
 Criterium:                      Vanaf 13:30 uur: 150, 300, 500, 700 (1€). 2 km (5€, kwb 3€)  
 Jeugdlopen:                    Zaal "De Vrede" (tegenover de kerk), Lichteartsesteenweg  
 Adres:                            Snel, (bijna) verkeersvrij, vlak, volledig verhard, exacte afstanden, duidelijke aanduiding per km  
 Parcours:                      Jan De Kort 014 219972 / 0494 675269 / jan.de.kort@telenet.be  
 Info:                              Jan De Kort 014 219972 / 0494 675269 / jan.de.kort@telenet.be

**Afstand**   **startuur**   **prijs**  
 4,3 km    14:00    5€ (kwb 3€)  
 8,5 km    14:00    5€ (kwb 3€)  
 12,7 km   15:00    5€ (kwb 3€)  
 21,1 km   15:00    5€ (kwb 3€)

**Kessel**

**woensdag 13 maart 2013**  
**Veldloop Personeel Onderwijs**  
 Naam:                            **Veldlopen voor onderwijspersoneel** (5 van 5)  
 Criterium:                      Fort Kessel  
 Parcours:                      Sporthal Putting (organisatie van Githo Nijlen)  
 Adres:                            Frans Coenen 0474 250067 / 03 3375687  
 Info:                              Frans Coenen 0474 250067 / 03 3375687

**Mol**

**zaterdag 16 maart 2013**  
**Rozenbergjogging**  
 Naam:                            Rozenberginstituut, Rozenberg 2  
 Adres:                            Bart Vissers 0495 262468 / vissers.bart@telenet.be  
 Info:                              www.vmol.be/wedstrijdWeg.asp?wedstrijd=rozenberg

**Afstand**   **startuur**   **prijs**  
 2,7 km    14:00    4€  
 5,2 km    14:00    4€  
 7,7 km    14:00    4€  
 10,2 km   14:00    4€

**Meer**

**zondag 17 maart 2013**  
**Klooster-Run**  
 Naam:                            **De Noordloper 2013** (5 van 35)  
 Criterium:                      500 en 1000 meter om 10:30 uur (gratis)  
 Jeugdlopen:                    Donckstraat 13  
 Adres:                            Koen Van Leuven 0474 746120 / koen.van.leuven@pharmanoord.be / www.meetria.be  
 Info:                              Koen Van Leuven 0474 746120 / koen.van.leuven@pharmanoord.be / www.meetria.be

**Afstand**   **startuur**   **prijs**  
 3,5 km    11:00    5€  
 7 km      11:00    5€  
 10,5 km   11:00    5€

**Lier**

**zondag 24 maart 2013**  
**Natuurloop**  
 Naam:                            **10e Natuurlopen AC Lyra** (5 van 5)  
 Criterium:                      Door het centrum van Lier  
 Parcours:                      Atletiekpiste, Netestadion, Aarschotsesteenweg 3  
 Adres:                            Rony Becquet 0478 594393 / rony.becquet@aclyra.com / www.aclyra.com  
 Info:                              Rony Becquet 0478 594393 / rony.becquet@aclyra.com / www.aclyra.com

**Afstand**   **startuur**   **prijs**  
 5 km      13:30    3,5€  
 10 km     13:30    3,5€  
 1/2 mar   13:30    3,5€

**St. Job in 't Goor**

**zondag 24 maart 2013**  
**5e Bosloop**  
 Naam:                            **De Noordloper 2013** (6 van 35)  
 Criterium:                      Om 10 uur 1 km onder begeleiding (1€)  
 Jeugdlopen:                    Sportcomplex Clara Fey, Bethaniëlei 5  
 Adres:                            Erwin Van der Reysen 0473 253235 / erwin@runninbrecht.be / www.bosloopbrecht.be  
 Info:                              Erwin Van der Reysen 0473 253235 / erwin@runninbrecht.be / www.bosloopbrecht.be

**Afstand**   **startuur**   **prijs**  
 3 km      9 - 12    5€  
 6 km      9 - 12    5€  
 12 km     9 - 12    5€

**Reet**

**zaterdag 30 maart 2013**  
**24e Lentejogging Reet**  
 Naam:                            **KWB Joggingcriterium 2013** (3 van 25)  
 Criterium:                      Vanaf 14 uur: 400 en 1150 meter (1€), ook G-loop  
 Jeugdlopen:                    De Sportschuur, Processieweg 6  
 Adres:                            kilometeraanduiding, tijdsweergave, snelle omloop, vlak en verhard  
 Parcours:                      vooringschreven (via website voor 24 maart) groep vanaf 10 personen betaalt 3€ per persoon  
 Info:                              Jef Van den Heuvel 0472 252579 / jefvandenheuvel9@hotmail.com / Luc Geeraerts 0479 492085

**Afstand**   **startuur**   **prijs**  
 3 km      14:30    5€ (kwb 3€)  
 6 km      14:30    5€ (kwb 3€)  
 9 km      15:15    5€ (kwb 3€)  
 14 km     15:15    5€ (kwb 3€)



|                  |                                                                                                                                                                 |                |                 |              |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------|--------------|
| <b>Kasterlee</b> | <b>zondag 31 maart 2013</b>                                                                                                                                     | <b>Afstand</b> | <b>startuur</b> | <b>prijs</b> |
| Naam:            | <b>Verkenningloop</b>                                                                                                                                           | 21 km          | 09.00           | 1€           |
| Parcours:        | trainingsloop op parcours marathon van Kasterlee / tempo +/- 10 km/uur / bevoorrading elke 5 km                                                                 |                |                 |              |
| Adres:           | Technofit, Geelsebaan 50                                                                                                                                        |                |                 |              |
| Info:            | Roger Wils 0498 322289 / <a href="mailto:rogerthon_wils@skynet.be">rogerthon_wils@skynet.be</a><br>www.marathonkasterlee.be/index.php/informatie/verkenningloop |                |                 |              |

## Wedstrijdinfo APRIL 2013.

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                          |                |                 |                |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------|----------------|
| <b>Olmen</b>       | <b>maandag 1 april 2013</b>                                                                                                                                                                                                                              | <b>Afstand</b> | <b>startuur</b> | <b>prijs</b>   |
| Naam:              | <b>26e Paasjogging</b>                                                                                                                                                                                                                                   | 4 km           | 15.00           |                |
| Jeugdlopen:        | vanaf 14.30 uur                                                                                                                                                                                                                                          | 8 km           | 15.00           |                |
| Adres:             | Olmense Markt                                                                                                                                                                                                                                            | 12 km          | 15.00           |                |
| Info:              | Jos Van de Weyer 0494 586224<br>www.ovc.be / <a href="mailto:jozef.van.de.weyer@telenet.be">jozef.van.de.weyer@telenet.be</a>                                                                                                                            | 16 km          | 15.00           |                |
|                    |                                                                                                                                                                                                                                                          | 20 km          | 15.00           |                |
| <b>Niel</b>        | <b>zaterdag 6 april 2013</b>                                                                                                                                                                                                                             | <b>Afstand</b> | <b>startuur</b> | <b>prijs</b>   |
| Naam:              | <b>8e Dijkrun Niel</b>                                                                                                                                                                                                                                   | 5 km           | 14:30           | 5€ (kwb 3€)    |
| Criterium:         | <b>KWB Joggingcriterium 2013</b> (4 van 25)                                                                                                                                                                                                              | 12 km          | 15:30           | 5€ (kwb 3€)    |
| Jeugdlopen:        | Vanaf 13:45 uur: 400 en 1000 meter (1€).                                                                                                                                                                                                                 |                |                 |                |
| Adres:             | Sportcomplex, Jozef Wauterslaan                                                                                                                                                                                                                          |                |                 |                |
| Parcours:          | natuurlijke omloop, jaagpad dijk, asfalt                                                                                                                                                                                                                 |                |                 |                |
| Info:              | Peter Laureys 03 2904166 / <a href="mailto:dijkrun@gmail.com">dijkrun@gmail.com</a>                                                                                                                                                                      |                |                 |                |
| <b>Reusel (NL)</b> | <b>zaterdag 6 april 2013</b>                                                                                                                                                                                                                             | <b>Afstand</b> | <b>startuur</b> | <b>prijs</b>   |
| Naam:              | <b>De Grensloop</b>                                                                                                                                                                                                                                      | 3 km           | zie verder      | 5€ (vooraf 4€) |
| Criterium:         | <b>De Noordloper 2013</b> (7 van 35)                                                                                                                                                                                                                     | 6 km           |                 | 5€ (vooraf 4€) |
| Jeugdlopen:        | 500 en 3700 meter (gratis)                                                                                                                                                                                                                               | 10 mijl        |                 | 5€ (vooraf 4€) |
| Adres:             | Cluibgebouw AVR69, Sportpark 7                                                                                                                                                                                                                           |                |                 |                |
| Info:              | Startuur van de wedstrijden tussen 17:30 en 20:00 uur, zie website in het voorjaar<br><a href="mailto:info@avr69.nl">info@avr69.nl</a> / <a href="http://www.avr69.nl">www.avr69.nl</a> / <a href="http://www.atletiek-arac.be">www.atletiek-arac.be</a> |                |                 |                |
| <b>Ravels</b>      | <b>vrijdag 12 april 2013</b>                                                                                                                                                                                                                             | <b>Afstand</b> | <b>startuur</b> | <b>prijs</b>   |
| Naam:              | <b>Lentejogging KFC Flandria</b>                                                                                                                                                                                                                         | 3,5 km         | 19:00           | 5€             |
| Criterium:         | <b>De Noordloper 2013</b> (8 van 35)                                                                                                                                                                                                                     | 7 km           | 19:00           | 5€             |
| Adres:             | Kantine KFC Flandria, Raafuwinweg 2                                                                                                                                                                                                                      | 10,5 km        | 19:00           | 5€             |
| Info:              | Frans Van Breda 014 65 66 02 / <a href="mailto:F.vanbreda@telenet.be">F.vanbreda@telenet.be</a>                                                                                                                                                          |                |                 |                |
| <b>Hoogstraten</b> | <b>donderdag 18 april 2013</b>                                                                                                                                                                                                                           | <b>Afstand</b> | <b>startuur</b> | <b>prijs</b>   |
| Naam:              | <b>AVN lente-Coopertest</b>                                                                                                                                                                                                                              | 12 min         | 18:30           | gratis         |
| Criterium:         | <b>De Noordloper 2013</b> (9 van 35)                                                                                                                                                                                                                     |                |                 |                |
| Adres:             | Piste Klein Seminarie, via Katelijnestraat                                                                                                                                                                                                               |                |                 |                |
| Info:              | Jan Vlamings 03 3146913 / Jan Vermeiren 03 3150448 / <a href="http://www.avn-atletiek.be">www.avn-atletiek.be</a>                                                                                                                                        |                |                 |                |
| <b>Gierle</b>      | <b>zondag 28 april 2012</b>                                                                                                                                                                                                                              | <b>Afstand</b> | <b>startuur</b> | <b>prijs</b>   |
| Naam:              | <b>11e Gielsbosloop</b>                                                                                                                                                                                                                                  | 3 km           | 8:30 - 11       | 5€             |
| Criterium:         | <b>De Noordloper 2013</b> (10 van 35)                                                                                                                                                                                                                    | 5 km           | 8:30 - 11       | 5€             |
| Adres:             | Het Gielsbos, Vosselaarseweg 1                                                                                                                                                                                                                           | 10 km          | 8:30 - 11       | 5€             |
| Info:              | Kamiel Versmissen 0497 668634 <a href="mailto:kamiel.versmissen@telenet.be">kamiel.versmissen@telenet.be</a><br>www.afstandslopers.be                                                                                                                    | 15 km          | 8:30 - 11       | 5€             |
| <b>Zolder</b>      | <b>zondag 28 april 2013</b>                                                                                                                                                                                                                              | <b>Afstand</b> | <b>startuur</b> | <b>prijs</b>   |
| Naam:              | <b>5e Zolderrun</b>                                                                                                                                                                                                                                      | 2,6 km         | 14:00           | 3€             |
| Criterium:         | <b>KWB Joggingcriterium 2013</b> (5 van 25)                                                                                                                                                                                                              | 5,3 km         | 14:30           | 6€ (kwb 4€)    |
| Adres:             | Sporthal "Sport Inn", Dekenstraat 22                                                                                                                                                                                                                     | 10,6 km        | 14:30           | 6€ (kwb 4€)    |
| Parcours:          | heuvelachtig, deels bos, deels asfalt                                                                                                                                                                                                                    |                |                 |                |
| Info:              | Dirk Van Ouytsel 0496 551258 / <a href="mailto:user165@qet.be">user165@qet.be</a> / <a href="http://www.zolderrun.be">www.zolderrun.be</a>                                                                                                               |                |                 |                |

## Wedstrijdinfo MEI 2013.

|                    |                                                                                         |                |                 |              |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------|--------------|
| <b>Hoogstraten</b> | <b>zondag 5 mei 2013</b>                                                                | <b>Afstand</b> | <b>startuur</b> | <b>prijs</b> |
| Naam:              | <b>AVN Ochtendjogging</b>                                                               | 5 km           | 9 - 10:30       | 6€           |
| Criterium:         | <b>De Noordloper 2013</b> (11 van 35)                                                   | 10 km          | 9 - 10:30       | 6€           |
| Adres:             | Parochiezaal Wortel, Poeleinde 2                                                        | 15 km          | 9 - 10:30       | 6€           |
| Info:              | Jan Vermeiren 03 3150448 / <a href="http://www.avn-atletiek.be">www.avn-atletiek.be</a> |                |                 |              |

Uit de pers geknipt.

## UW NIEUWSFOTO IN DE KRANT

Surf naar [www.nieuwsblad.be/foto](http://www.nieuwsblad.be/foto)



### VORSELAAR

#### Kasteellopers met een hart voor AzG

De Kasteellopers uit Vorselaar organiseerden in september een 'biermarathon' en andere loopwedstrijden voor meer dan vijfhonderd atleten. Initiatiefnemer Louis Huffkens, die zelf zijn 170ste marathon liep, overhandigde in het buurthuis twee cheques, voor een totaal bedrag van 3.595 euro, aan vertegenwoordigers van Artsen zonder Grenzen. (pkk) Foto: pkk



### GIERLE

#### Meer dan vijfhonderd joggers voor GielsBos

De afstandslopers van Vosselaar verwelkomden meer dan vijfhonderd joggers op hun zevende vrije natuurloop langs het domein van GielsBos. De hele voormiddag konden de joggers vrij vertrekken voor afstanden van 3 tot 15 kilometer. De opbrengst van deze natuurloop gaat naar verschillende projecten -ook in het buitenland- van GielsBos. (pkk) Foto: pkk

# Contactpersonen en nuttige gegevens.

## Bestuursleden.

**Voorzitter**  
**René Jacobs**



🏠 Dijkbaan 49  
☎ 014 516613  
✉ rene.jacobs49@hotmail.com

**Ondervoorzitter**  
**Jos Van der Donck**



🏠 Hildering 58  
☎ 014 514281

**Secretaris**  
**Dirk Vissers**



🏠 Tulpenlaan 23  
☎ 014 514570  
✉ dvissers@skynet.be

**Penningmeester**  
**Linda Van Oeckel**



🏠 Tuinweg 4  
☎ 014 517644  
✉ linda.vanoeckel@mail.be

**Kledij**  
**Mia Nuyts**



🏠 Veldstraat 9  
☎ 014 500796  
✉ armandcelis@hotmail.com

**Bestuurslid**  
**Jeff Laenen**



🏠 Leeuweriklaan 11  
☎ 0498 662703  
✉ knolbol2@hotmail.com

**Bestuurslid**  
**Urbain Lenaerts**



🏠 Groenstraat 19  
☎ 014 516252  
✉ urbainlenaerts@skynet.be

**Bestuurslid**  
**Luc Van Doninck**



🏠 Boulevard 62  
☎ 0495 722681  
✉ luc.vandoninck@telenet.be

**Bestuurslid**  
**Louis Hufkens**



🏠 Bovenpad 7c Grobbendonk  
☎ 014 514481  
✉ louis.hufkens@hotmail.com

## Andere nuttige informatie.

### Medewerkers ledenblad

**Herman De Sobrie**  
🏠 Nieuwstraat 43  
☎ 014 516008  
✉ monik.van.loock@pandora.be

**Stijn Jacobs**  
🏠 Keizershofstraat 6  
☎ 0486 386252  
✉ stijnjacobs77@hotmail.com

**Gust Lievens**  
🏠 Tuinweg 11  
☎ 014 515340  
✉ gust.lievens@telenet.be

**Medewerker website**  
[www.kasteellopers.be](http://www.kasteellopers.be)

**Paul Denolf**  
🏠 Fazantenlaan 28  
☎ 014 516752  
✉ paul.denolf@telenet.be

**Trainer**  
**Wilfried Bluys**

🏠 Heikant 87  
☎ 0473 365005  
✉ wilfriedbluys@skynet.be

## Trainingen.

Maandag om 18u55 10 km loop in 55 à 60 minuten  
Maandag om 19u00 10 km loop in minder dan 55 minuten  
Dinsdag en donderdag om 19u00 groepstraining

## Lidmaatschap.

Lidmaatschap nog niet hernieuwd? Of ben je nog geen lid en wil je ook graag bij onze toffe loopvereniging horen? Het lidgeld overschrijven is voldoende om je lid te maken of je lidmaatschap te hernieuwen. Het **lidgeld** voor 2013 blijft ongewijzigd en bedraagt **€14**. Dit bedrag kan overgemaakt worden op **nr 979-1717396-16**.

## Ben je verhuisd?

Mail je adres door aan Linda Van Oeckel en Stijn Jacobs.

**Retouradres:**  
Herman De Sobrie  
Nieuwstraat 43  
2290 Vorselaar

Driemaandelijks tijdschrift P708250  
Afgiftekantoor 2290 Vorselaar

België - Belgique  
**P.B.**  
2290 Vorselaar  
BC 30359



**De Kasteelopers waren ook dit jaar met een stand aanwezig op de Kerstboomverbranding.**