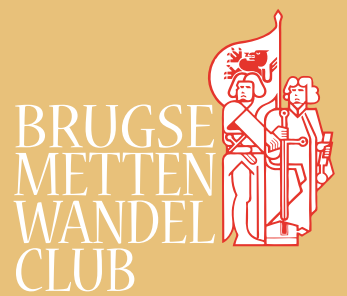


Wandel Nieuws



september-oktober '24



Voorwoord

Goede vrienden wandelaars,

De zomer is helaas voorbij. De laatste weken hebben we kunnen genieten van schitterende zonnige dagen. Ideaal weer om een mooie wandeltocht te maken. Onze wandelclub heeft reeds drie van de vier van zijn wandeltochten achter de rug.

De Breydel en De Coninck wandeltocht bracht 612 wandelaars naar Brugge.

Op zaterdag 21 september start onze Vierde Tocht in Assebroek en gaat door de prachtige Meersen. Zie de Gratis Wandelbon op pagina 4.

In de startplaats kan je ook onze befaamde Leitjes pannenkoeken proeven!

Op zaterdag 30 november krijgen onze leden de gelegenheid om hun lidmaatschap te hernieuwen. Wil je kennis maken met andere leden, dit kan bij een drankje op kosten van de club.

Leg ook maar vast in jullie agenda **1 februari 2025!** Dan is er ons **jaarlijks ledenfeest**. Meer info volgt nog.

Leuke wandelgroeten,

Aagje Merlevede, Voorzitter

→ Voor uw agenda ←

Noteer alvast onze Ledendag 2024!

Deze gaat zoals elk jaar door in
Petanque Club "de Gulden Kamer Brugge" - Blauwkasteelweg 28 A - 8310 Brugge Sint-Kruis
op zaterdag 30 november 2024 van 9 uur tot 12 uur.

Dit is het moment om uw lidmaatschap 2025 te regelen.
Wij ontvangen u graag met een drankje!

GRATIS TOCHTEN IN 2024 aangeboden aan de leden van de Brugse Metten Wandelclub

zaterdag 21-09-2024	Assebroek	41 ste Arsebrouc wandeling	4-6-10-14-22 km	Brugse Metten Wandelclub
zondag 20-10-2024	Passendale	7e Rondon kaasdorp Passendale	5-10-12-15-20-26 km	Drevestappers Zonnebeke
zaterdag 02-11-2024	Woumen	Herfsttocht	6-12-18 km	Wandelclub Diksmuide
zondag 01-12-2024	Gits	Kerstmarkttocht Dominiek Savio	4-10-13-15-18-21 km	Gitse Wandelclub Voetje voor Voetje

Onze vier wandeltochten in 2024 op een rij:

zaterdag	06-04-2024	17e Zeehaven Brugge wandeling	5-6-10-16-22 km
maandag	20-05-2024	22ste Brugse Metten Wandeling	4-6-8-14-26-32 km
zaterdag	06-07-2024	21ste Breydel en De Coninck wandeling	5-8-12-19 km
zaterdag	21-09-2024	41ste Arsebrouc wandeling	4-6-10-14-22 km

Inhoud :

Voorwoord van de voorzitter	2	Terugblik 45ste Kastelentocht - Vinderhoute	11
Verjaardagskalender September 2024	3	Verjaardagskalender Oktober 2024	12
41ste Arsebrouctocht Gratis Wandelbon	4	Zo kies je de beste wandelkledij	13
Wandelkalender September	5	Wandelkalender Oktober	14
Terugblik 21ste Breydel en De Conincktocht	9	Rondon Kaasdorp Passendale Gratis Wandelbon	17
		Onze Voorzitter neemt deel aan Dodentocht	18

VERJAARDAGSKALENDER

September

We starten deze maand met de verjaardag van ons nieuwe lid Rik Maene op 3 september. Proficiat en welkom in onze wandelclub.

Op donderdag, 5 september vieren we de verjaardag van Koenraad Lecluyse. En in het eerste weekend van september vieren we op zaterdag, 7 september Eric Quintens.

*Een dame gaat binnen in de bank en vraagt de bediende :
Kan ik van u een nieuw bankbiljet van 50 euro krijgen? Het is een geschenk.
Zeker mevrouw, zegt hij, zal ik de prijs verwijderen?*

Om op zondag, 8 september het weekend af te sluiten met het vieren van Wim Debruyne en Anne Claerbout.

*Wanneer ik me laat beïnvloeden door het probleem, word ik deel van het probleem.
Als ik kalm blijf, word ik een deel van de oplossing.*

Op woensdag, 11 september vieren we Clara da Silva Fraga. En op vrijdag, 13 september zeggen we proficiat aan Ingrid van Rie. Het tweede weekend op zaterdag, 14 september zetten we kaarsjes op de taart voor Geert Vanneste en op zondag, 15 september zeggen we proficiat aan de dames Magda Hillewaert en Rita Monbalieu.

*Als je praat, herhaal je vaak wat je al weet.
Als je luistert, leer je vaak iets nieuws.
(Dalai Lama)*

En dan volgen vele dames op rij. Aan allen dikke proficiat en nog vele jaren:

Op woensdag, 18 september zeggen we proficiat aan Ellen Busschaert. Op donderdag, 19 september proficiat aan Rita Ryckebusch op vrijdag, 20 september is het feest voor Thérèse Desmet en zaterdag, 21 september hip hip hoera voor Marycke Degryse.

*Twee jongens bij het begin van het nieuwe schooljaar :
Mijn vader is boekhouder. Wat doet jouw vader?
Hij is advocaat.
Eerlijk ?
Nee, zoals de rest.*

En om de maand september af te sluiten op maandag, 30 september nog vele jaren gewenst aan Rita Eligius.

PROFICIAT aan ALLE JARIGEN

41ste ARSEBROUCTOCHT

GRATIS
TOCHT

Datum : 21 september 2024

Startzaal : Zaal Sparrenhof, Keurlingenweg 2 , 8310 Assebroek. Er kan ingeschreven worden vanaf 8u en de aankomst dient voor 18u bereikt te worden.

Info parking : parking Daverlo in de Dries (op 0,2 km van startplaats). Auto : via ring Brugge tot Gentpoort en dan pijlen volgen. Openbaar vervoer : trein en bus De Lijn nr 6, halte Daverlo Dries.

Rustpost : OLVA De Meersen Astridlaan Ver-Assebroek.

Afstanden : 4-6-10-14-22 km.

Parcours en bijlagers van dienst : Busschaert Guido en Van Eeghem Nikolaas. Werkelijke afstanden : 4,07 – 5,79 -9,61 -13,63 -20,98 km. Alle afstanden geschikt voor kinderwagens, 4 en 6 voor rolstoelen.

Direct bij het verlaten van het Sparrenhof, volgt een splitsing. De 4-6-14 1x en 22 1x gaan linksaf doorheen de sportvelden naar de Daverlostraat. De 10-14 2x en 22 2x lopen over de Daverloparking richting rond punt met De Dries.

De 4-6-14 1x en 22 1x doen het Reinold Haesebrouck-park aan en via Rozenstraat ronden we het Grootstedelijk Kerkhof. De 4 en 14 1x lopen doorheen domein Zeventorentjes en gaan via Weidestraat, Zandberg en Dries retour startzaal. Net voor de ingang domein Zeventorentjes splitsen 6 en 22 1x af richting AZ Lucas. Via Sint-Trudoledeken en Abdijenroute gaat het terug richting Weidestraat en via een ommetje doorheen park

Bergjesbos keren we terug naar startzaal.

De 10-14 2x-22 2x gaan richting Astridlaan via Prinses Paolalaan en passage aan Maria Assumptakerk. Via Lindenlaan zoeken we het domein Gemene Weidebeek op. Vooraleer we doorheen Rijkevelde stappen, wordt een stuk Abdijenpad onder de voeten geschoven. Na dwarsen Astridlaan, gaan we eufkes verpozen voor een droogje en natje in de rustpost OLVA De Meersen. Voorzien van verse calorieën, gaan de 10 en 14 km via Mispelaar en Assebroekse Meersen naar de Abdijenroute en ontmoeten we de wandelaars op de retour van de 6 en 22 1x.

Voor de 10-14 en 22 2x is nog ommetje voorzien in het Bergjesbos via de Olmendreef vooraleer de startzaal opgezocht wordt. De 22 km doet na OLVA De Meersen nog een lokale lus van 6 km in de Assebroekse Meersen, kwestie van de beoogde km te halen. Na tweede passage rustpost, gaan we terug naar het Sparrenhof via 10-14 retour.

Als afsluiter van dit wandelaar, wensen we alle deelnemers veel wandelplezier en vergeet niet te genieten van onze gekende "Leitjes pannenkoeken" in de startzaal. Indien interesse in een pakket pannenkoeken, graag bestellen voor je start met de tocht.

Onze volgende wandeltocht is in het voorjaar 2025 in Zeebrugge.

Parcoursmeester Busschaert Guido

Bij het afgeven van de **Gratis Wandelbon** dien je er steeds een **naametiket** op te kleven. (teneinde inkt en papier te besparen kun je meerdere etiketten op één wandelbon kleven.)

Indien je er geen meer hebt, contacteer dan Hilde De Herdt op

hildebrugsemettenwandelclub@gmail.com.

Zij zorgt er dan voor dat deze aanwezig zijn in de startzaal.

GRATIS WANDEL BON

ZATERDAG 21 SEPTEMBER 2024

41e ARSEBROUCTOCHT

Zaal SPARRENHOF

KEURLINGENWEG 2 - 8310 ASSEBROEK-BRUGGE

STARTEN TUSSEN 8 EN 15 UUR

AFSTAND : 4-6-10-14-21 km

GRATIS
TOCHT

BRUGSE
METTEN
WANDEL
CLUB



Bon afgeven bij de start en naametiket(ten) opkleven

Wandelkalender September 2024

REGIO West- en Oost-Vlaanderen

dinsdag	03-09-2024	Ardooise weekdagtocht	
		5391 De Spartastappers Ardooise vzw	06.30-15.00 - 18u00
		OC De Tassche - Roeselaarsestraat 157 - 8850 Ardooise	4-7-12-18 km
		Filip Savat - +32(0)485 59 34 44 - filipsavat.2@gmail.com	1,5 € - 3 €
donderdag	05-09-2024	Broukentocht	
		5295 Michiel Mispelonvrienden	07.00-15.00 - 18u00
		Hemeldal - Vladslostraat - 8610Werken (Kortemark)	4-6-12-16 km
		Marc Bohez - +32(0)499 81 43 53 - johan.bohez@hotmail.be	1,5 € - 3 €
donderdag	05-09-2024	Vennetocht - 3e tocht Donkmeertrofee 2024	
		3450 Boerenkrijgstappers vzw	07.00-15.00 - 18u00
		Voetbalkantine SKV Overmere - Baron Tibbautstraat 38 - 9290 Overmere (Berlare)	6-12-18 km
		Eveline Baeyens - +32(0)485 82 38 67 - secretaris@boerenkrijgstappers.be	1,5 € - 3 €
vrijdag	06-09-2024	Kermistocht	
		5009 Wandelclub Beernem vzw	07.30-15.00 - 17u30
		Zaal Sinjo - Lattenklieversstraat 28 - 8730 Sint-Joris (Beernem)	4-6-11-18 km
		Roger De Schuyter - +32(0)474 41 78 96 - info@wandelclubbeernem.be	1,5 € - 3 €
zaterdag	07-09-2024	Dwars door het Beverhoutsveld	
		5297 vzw Vredeseilanden	07.00-15.00 - 18u00
		Zaal Zuidleie - Valentijn Hennemanstraat 1 - 8020 Oostkamp	6-9-12-15-18-24-32 km
		Dirk Verduyn - +32(0)476 59 08 73 - dirk.verduyn@skynet.be	1,5 € - 3 €
zaterdag	07-09-2024	Elfbergentocht	
		5089 De Heuvellandstappers vzw	06.30-15.00 - 18u00
		OC Utendoale - Sulferbergstraat 11 - 8954 Westouter (Heuvelland)	7-10-15-20-25 km
		Karine D'Haene - +32(0)472 51 07 36 - dhaene.karine@telenet.be	1,5 € - 3 €
zaterdag	07-09-2024	19e Scheldevalleitocht	
		3105 Wandelclub Scheldestappers Zingem vzw	07.00-15.00 - 18u00
		Sporthal Scaldis - Sportdreef 1B - 9890 Gavere	6-10-15-21-30 km
		David Denis - +32(0)477 73 04 33 - david@scheldestappers.be	1,5 € - 3 €
zondag	08-09-2024	12e Nazomertocht	
		5393 De Hanestappers	08.00-15.00 - 18u00
		Wielingencentrum - Graaf Jansdijk - 8420 Wenduine (De Haan)	7-14-21 km
		V. Van Wonterghem - +32(0)474 26 94 02 - eric.van.den.broucke@skynet.be	1,5 € - 3 €
zondag	08-09-2024	30e Prutsketochten	
		5361 De Textieltrekkers vzw Vichte	06.00-15.00 - 18u00
		Escolys - Heirbaan 73 - 8570 Anzegem	4-6-9-12-18-24-36-42-60 km
		Jean-Pierre Verriest - +32(0)474 57 43 01 - secretaris@de-textieltrekkers.be	1,5 € - 3 €
zondag	08-09-2024	Indian Summer wandeltocht	
		3159 De Kouterstappers KFCO	07.30-15.00 - 17u30
		Parochiezaal Sint-Hubertus - Kerkstraat 1B - 9080 Zaffelare (Lochristi)	7-13-18-23 km
		Luc Verschraegen - +32(0)479 38 03 44 - lverschr@feestcomiteoosteinde.be	1,5 € - 3 €
zondag	08-09-2024	44e Acht-Dorpentocht	
		3218 Wandel Team Beveren-Waas	07.00-15.00 - 18u00
		Sportzone Braderick - Kantine HvARTS - Smisstraat - 9120 Vrasene (Beveren)	4-7-14-21-30 km
		Wim Bomhals - +32(0)498 59 57 39 - wim.bomhals@skynet.be	1,5 € - 3 €
zondag	08-09-2024	Jubileumtocht 50 jaar Kadees	
		3063 WSV De Kadees vzw	07.00-15.00 - 18u00
		Trefcentrum - Bergsken 1 - 9310 Moorsel (Aalst)	6-8-12-16-20-26-30 km
		Gerda Vandenbroucke - +32(0)472 56 94 27 - gerda_vandenbroucke@skynet.be	1,5 € - 3 €

dinsdag	10-09-2024	Meerhoektocht	5323 De Winkelse Stappers De Meerhoek - Zuidhoekstraat 22 - 8880 Sint-Eloois-Winkel (Wevelgem) Jeroen Vanneste - +32(0)479 49 49 20 - jvanneste@live.be	07.00-15.00 - 17u00 6-12-18-22 km 1,5 € - 3 €
dinsdag	10-09-2024	De Vrijheid in Zicht	3065 KKRO Gent vzw Mars Leger-Natie Militair vliegveld - Urselseweg z/n - 9910 Ursel (Knesselare) Johan De Smet - +32(0)497 81 50 40 - desmetjo2@gmail.com	08.00-14.00 - 18u00 6-12-18-24 km 2 € - 3,5 €
woensdag	11-09-2024	21e Nazomertocht	5245 WSV De Brigandtrotters vzw Jeugd- en Ontmoetingscentrum (JOC) - Bollewerpstraat 3 - 8770 Ingelmunster Geert De Paepe - +32(0)496 96 67 68 - depaepe.degroote@telenet.be	07.00-15.00 - 18u00 7-12-18 km 1,5 € - 3 €
woensdag	11-09-2024	19e Midweektocht	3294 CSC-Lierde vzw / Club voor Sport en Cultuur Kantine KVC Eendracht Deftinge - Geraardsbergsestraat 30 - 9570 Deftinge (Lierde) Bert Wastyn - +32(0)495 31 00 59 - secretariaat@csclierde.be	07.30-15.00 - 18u00 6-12-18 km 1,5 € - 3 €
zaterdag	14-09-2024	54e Duin- en Poldertocht	5008 Koninklijke Wandelclub De Duintrappers Westende VZW Sporthal De Bamburg - Baronstraat 25 - 8434 Lombardsijde (Middelkerke) Roy Vandergunst - +32(0)474 88 80 45 - ronald.vandergunst@telenet.be	07.30-15.00 - 17u30 6-10-15-20-25 km 1,5 € - 3 €
zaterdag	14-09-2024	Memorialtocht	5412 Kreketrekkers Kortemark OC Albatros - Staatsbaan 241d - 8610 Zarren (Kortemark) Francky Beernaert - +32(0)468 50 67 40 - franckybeernaert@icloud.com	07.00-15.00 - 18u00 5-10-15-20-25 km 1,5 € - 3 €
zaterdag	14-09-2024	Septembertocht	5500 De Curieusneuzen Pittem CC De Wissel - Tramstraat 6-8 - 8750 Zwevezele (Wingene) Marnix Vermeulen - +32(0)479 75 62 83 - marnix.vermeulen@fulladsl.be	07.00-15.00 - 18u00 6-12-18 km 1,5 € - 3 €
zaterdag	14-09-2024	Langeledetocht	3304 Wandelclub Al Kontent Groot Evergem vzw Feestzaal 't Kringenhof - Kerkstraat 10 - 9185 Wachtebeke Peggy Haerinck - +32(0)476 26 33 60 - info@wandelclubalkontent.be	07.00-15.00 - 17u30 4-6-10-14-16-18-22-25-32-42 km 1,5 € - 3 €
zaterdag	14-09-2024	Scheldemeersentocht	3233 Hanske de Krijger Oudenaarde vzw Bernardustechnicum Campus Hoogstraat - Hoogstraat 20 - 9700 Oudenaarde J. Deschaumes - +32(0)478 64 28 86 - info@hanskedekrijger.be	07.00-15.00 - 17u30 5-12-18-24 km 1,5 - 3
zondag	15-09-2024	27e Kroenkelen	5177 Brugsche Globetrotters vzw Sint-Lodewijkscollege - Magdalenastraat 30 - 8200 Brugge Luc Vermeersch - +32(0)478 91 14 40 - luc@brugsche-globetrotters.be	07.00-15.00 - 18u00 4-6-12-18-24-30-36 km 1,5 - 3
zondag	15-09-2024	CM Urban Walk Aalst	6030 We Are Walking Grote Markt - Grote Markt - 9300 Aalst Lex Vranken - +32(0)11459900 - info@golazo.com	09.00-12.00 - 17u00 11 km 22 - 24
zondag	15-09-2024	Bevrijdingstocht	3398 WV De Ijsbrekers Haaltert vzw Centrum De Kouter - Middelkouter 10 - 9450 Haaltert Kevin Van Huffel - +32(0)474 39 99 65 - wvijsbrekers@hotmail.com	06.15-15.00 - 18u00 6-12-18-21 km 1,5 - 3
zondag	15-09-2024	42e Canteclaermarsen - De Gordel der Leiestreek	3140 vzw Wandelclub Natuurvrienden Deinze VTI - Leon Declercqstraat 1 - 9800 Deinze Luc Beels - +32(0)472 57 22 50 - secretariaat@wnd140.be	07.00-15.00 - 18u00 4-8-12-16-20-25-30-35 km 1,5 - 3
dinsdag	17-09-2024	Met vlasboer Bavo op de buiten	5504 Bavostappers Bavikhove CC Torengalm - Kervijnstraat 1b - 8531 Bavikhove (Harelbeke) Danny Derveaux - +32(0)496 95 37 78 - danny.derveaux@gmail.com	07.00-15.00 - 18u00 5-7-8-10-17-23 km 1,5 - 3

woensdag	18-09-2024	Herdenkingstocht overleden leden		
		3163 WSV Egmont Zottegem vzw	07.00-15.00 - 18u00	
		OC Leeuwegem - Gentse Steenweg 307 - 9620 Leeuwegem (Zottegem)	6-10-14-18-21 km	
		Patrick De Corte - +32(0)474 21 01 97	1,5 € - 3 €	
donderdag	19-09-2024	53e Wuitensmarsen		
		3541 Toerisme Hamme	13.00-19.00 - 22u00	
		Tentendorp - Dorp - 9220 Moerzeke (Hamme)	8-15 km	
		Toerisme Hamme vzw - +32(0)52 47 55 30 - toerisme@hamme.be	1,5 € - 3 €	
donderdag	19-09-2024	Flabbaerttocht		
		3003 WSV De Lachende Wandelaars Aalter vzw	08.00-15.00 - 17u30	
		GOC Knesselare - Kloosterstraat 42 - 9910 Knesselare (Aalter)	6-12-18 km	
		Chantal Banckaert - +32(0)475 97 31 46 - wandelclubaalter@gmail.com	1,5 € - 3 €	
vrijdag	20-09-2024	Poldertocht		
		5127 Wandelclub Koekelare vzw	06.30-15.00 - 17u00	
		Zaal d'Oude Pastorie - Sint-Andriesstraat 8 - 8680 Zande (Koekelare)	4-7-10-14-20-24 km	
		Jacques Jongbloet - +32(0)494 72 67 43 - info@wandelclub-koekelare.be	1,5 € - 3 €	
vrijdag	20-09-2024	53e Wuitensmarsen		
		3541 Toerisme Hamme	09.00-19.00 - 22u00	
		Tentendorp - Marktplein - 9220 Hamme	6-8-15-32 km	
		Toerisme Hamme vzw - +32(0)52 47 55 30 - toerisme@hamme.be	1,5 € - 3 €	
zaterdag	21-09-2024	41e Arsebrouctocht		
		5429 Brugse Metten Wandelclub	08.00-15.00 - 18u00	
		Sparrenhof - Keurlingenweg 2 - 8310 Assebroek (Brugge)	4-6-10-14-22 km	
		Aagje Merlevede - +32(0)468 18 44 86 - aagje.merlevede@telenet.be	1,5 € - 3 €	
zaterdag	21-09-2024	Rhodesgoed wandel 2-daagse Kachtem		
		5544 DWP - De Wandelende Pekkars	07.00-15.00 - 18u00	
		Brasserie Rhodesgoed - Rhodesstraat 2 - 8870 Kachtem (Izegem)	5-10-15-20-25 km	
		Dieter Devoldere - +32(0)478 44 01 31 - dewandelendepekkars@outlook.be	7 € - 10 €	
zaterdag	21-09-2024	53e Wuitensmarsen		
		3541 Toerisme Hamme	08.30-14.00 - 17u00	
		Tentendorp - Marktplein - 9220 Hamme	8-15-25 km	
		Toerisme Hamme vzw - +32(0)52 47 55 30 - toerisme@hamme.be	1,5 € - 3 €	
zondag	22-09-2024	33e Torenhoftocht		
		5318 Pasar Oostkamp	07.00-15.00 - 18u00	
		Zaal Zuidleie - Valentijn Hennemanstraat 1 - 8020 Oostkamp	7-12-20 km	
		Gerard Verhenne - +32(0)499 31 59 85 - gerard.verhenne@telenet.be	1,5 € - 3 €	
zondag	22-09-2024	Rhodesgoed wandel 2-daagse Kachtem		
		5544 DWP - De Wandelende Pekkars	07.00-15.00 - 18u00	
		Brasserie Rhodesgoed - Rhodesstraat 2 - 8870 Kachtem (Izegem)	5-10-15-20-25 km	
		Dieter Devoldere - +32(0)478 44 01 31 - dewandelendepekkars@outlook.be	7 € - 10 €	
zondag	22-09-2024	47e Tabakstocht		
		5061 Wervikse Wandelsport Vereniging vzw	07.00-15.00 - 18u00	
		Oosthove - Speiestraat 32 - 8940 Wervik	6-12-18-24 km	
		Pasquien Dorny - +32(0)472 66 41 32 - quin.prodassney@gmail.com	1,5 € - 3 €	
zondag	22-09-2024	Gezellige Herfstwandeling		
		3539 WSV Gezellige Blommes	07.00-15.00 - 18u00	
		OC Wanzele - Watermolenstraat 11 - 9340 Wanzele (Lede)	6-12-15-18-24 km	
		Thomas Blomme - +32(0)494 23 49 19 - wsvgezelligelblommes@gmail.com	1,5 € - 3 €	
zondag	22-09-2024	Euraudax Haaltert		
		4258 Euraudax België	10.00 - 15u00	
		Voetbalkantine KRC Haaltert - Huytstraat 43 - 9450 Haaltert	25 km	
		Paul Van Herreweghe - +32(0)476 87 54 83 - paulvanherreweghe@telenet.be	3,5 € - 5 €	
dinsdag	24-09-2024	Aviflorawandeltocht - Nazomertocht		
		5493 Aviflorastappers Ingelmunster	06.30-15.00 - 18u00	
		Voetbalkantine SV Ingelmunster - Bollewerpstraat 92a - 8770 Ingelmunster	6-9-12-18 km	
		Gabriël Gevaert - +32(0)473 30 26 43 - heuberdebie@hotmail.com	1,5 € - 3 €	



woensdag	25-09-2024	2e Sanapolistocht - Herdenkingstocht Nicky Snauwaert	
		5463 Levenslijnteam Damme vzw	08.00-15.00 - 18u00
		't Oud Sanatorium - Gentse Steenweg 132 - 8340 Sijsele (Damme)	4-6-10-12-15-18-21-25 km
		Roger Snauwaert - +32(0)478 28 17 87 - roger.snauwaert@skynet.be	1,5 € - 3 €
woensdag	25-09-2024	Duivenboswandeling - Herinneringstocht J. Stevens	
		3002 Burchtstappers Herzele vzw	07.00-15.00 - 18u00
		Parochiezaal - Ransbeekstraat 3 - 9550 Sint-Antelinks (Herzele)	3-6-10-14-18-21 km
		M. Goossens - +32(0)473 53 33 38 - parcoursmeester@burchtstappersherzele.be	1,5 € - 3 €
zaterdag	28-09-2024	Kermistocht	
		5463 Levenslijnteam Damme vzw	07.30-15.00 - 18u00
		Cultuurfabriek - Stationsstraat 22 - 8340 Sijsele (Damme)	5-9-12-16-20-24 km
		Roger Snauwaert - +32(0)478 28 17 87 - roger.snauwaert@skynet.be	1,5 € - 3 €
zaterdag	28-09-2024	Bachten de Kupetocht	
		5547 De IJzerstappers	07.00-15.00 - 17u00
		OC De Concorde - Pollinkhovestraat 5 - 8647 Pollinkhove (Lo-Reninge)	6-8-10-14-23 km
		Marleen Masson - +32(0)485 38 87 23 - ijzerstappers@gmail.com	1,5 € - 3 €
zaterdag	28-09-2024	24e Deliriumtocht - 22e 50 km door het Land van Rode	
		3196 WSV Land van Rhode vzw	07.00-15.00 - 18u00
		College Paters Jozefieten - Brusselsesteenweg 459 - 9090 Melle	6-12-18-21-25-35-50 km
		Erik Lievens - +32(0)475 78 11 96 - erik-lievens@skynet.be	1,5 € - 3 € / 13 € - 16 € (50 km)
zaterdag	28-09-2024	Eleneboswandeling	
		3441 vzw 'Op Stap Door Nukerke'	07.00-15.00 - 18u00
		Parochiezaal Zulzeke - Zulzekestraat 17a - 9690 Zulzeke (Kluisbergen)	4-7-11-15-18-22 km
		Marc De Zitter - +32(0)499 25 55 54 - opstapdoornukerke@gmail.com	1,5 € - 3 €
zondag	29-09-2024	Moereveldtocht	
		5100 W.S.J.V. Nacht van Vlaanderen vzw	07.30-15.00 - 17u30
		Zaal De Bosgalm - Pastoriestraat 5 - 8820 Torhout	7-12-18-22 km
		Freddy Lannoo - +32(0)478 39 65 43 - info@nachtvanvlaanderentorhout.be	1,5 € - 3 €
zondag	29-09-2024	37e Helletochten	
		3149 Wandelclub De Smokkelaars Stekene vzw	07.00-15.00 - 17u00
		Zaal 't Helleken - Preekekeplein 8 - 9190 Stekene	6-12-17-23-30 km
		Marleen Van Havermaet - +32(0)475 60 86 24 - marleen@desmokkelaars.be	1,5 € - 3 €
zondag	29-09-2024	Nonnenbostocht	
		3494 Wandelclub 'De Schooiers' Wichelen vzw	07.00-15.00 - 18u00
		Voetbalkantine KVV Schelde - Bruin Kruis 1 - 9260 Serskamp (Wichelen)	4-7-12-18-25 km
		Annie Maddens - +32(0)495 26 51 34 - omabus@hotmail.com	1,5 € - 3 €
zondag	29-09-2024	Natuurreservatentocht - Priortrofee	
		3135 Padstappers Geraardsbergen vzw	07.30-15.00 - 18u00
		Prov. Dom. De Gavers - Onkerzelestraat 280 - 9500 Onkerzele	7-10-14-18-22-26-32 km
		Kurt Martens - +32(0)479 41 09 20 - info@padstappers.be	1,5 € - 3 €
zondag	29-09-2024	Picontocht	
		5550 Wandelclub D&A	07.00-15.00 - 18u00
		Salle Dany Boon - Rue Pierre Decock - 59123 Bray-Dunes	6-12-18-24-30 km
		Herman Debert - +32(0)478 57 22 70 - info@wandelclubda.be	1,5 € - 3 €



TERUGBLIK GRATIS WANDELTOCHT 21STE BREYDEL en De Conick wandeltocht

Onze derde eigen wandeltocht met 612 deelnemers en 63 eigen leden.
Het was een rustig parcours in de omgeving van

Brugge, binnen- en buiten de stadswallen en langs het domein Koude Keuken.





TERUGBLIK GRATIS WANDELTOCHT 45ste Kastele ntocht – Vinderhoute

Het was een prachtige natuurtocht door Vinderhoute met zijn verschillende kastelen en kerk, door de Vinderhoutse bossen naar de rustpost in Maria-

kerke, door de groene natuurgebieden rond Gent. Met 1869 deelnemers aan absolute aanrader.



VERJAARDAGSKALENDER

Oktober

Deze maand starten we op de Internationale dag van de leerkracht op zaterdag, 5 oktober met de verjaardag van Servaas Dereeper.
Op donderdag, 10 oktober nog vele jaren gewenst aan Ronald De Brabander.

*Het is zonde
Om te blijven hangen in woede, jaloezie of verdriet,
Want intussen is het leven wonderbaarlijk.*

Op zaterdag, 12 oktober zeggen we proficiat aan Tine Carlier. Op maandag, 14 oktober nog vele jaren bij voor Karin Borloo. En op dinsdag, 15 oktober vieren we Miet Desender.

*Eerst was er communicatie ,
Daarna taal.
Nu is er heel veel taal,
maar weinig communicatie.*

Op de dag van de verzorgende en zorgkundige - woensdag, 16 oktober - vieren we Lucien Vanhoutte. We starten het derde weekend met op vrijdag, 18 oktober de verjaardag van Liliane Van Mechelen. Op zaterdag, 19 oktober vieren we Filip Brys, en om het weekend af te sluiten op zondag, 20 oktober een hele dikke proficiat aan onze voorzitter Aagje Merlevede.
Op vrijdag, 25 oktober nog vele jaren gewenst aan Linda Naessens.



**Omschakeling naar de wintertijd op zondag 27 oktober:
3 uur wordt 2 uur**



Op maandag, 28 oktober een verjaardagstaart(je) voor Caroline Staelens. En om deze tiende maand af te sluiten vieren we de verjaardagen op woensdag, 30 oktober van Wilfried Pattyn en Christine Van De Weghe.

*Twee blondjes doen een terrasje.
Is dat nu de zon of de maan? vraagt de ene.
Geen idee, antwoordt de andere, laten we het aan iemand vragen.
Een derde blondje passeert. Ze vragen het haar en ze antwoordt :
Sorry, ik weet het niet, ik ben niet van hier.*

PROFICIAT AAN ALLE JARIGEN

Zo kies je de beste wandelkledij

Hoe trek je er het best op uit tijdens een wandeling?

Is een speciale wandelbroek echt nodig?

Of is een jeansbroek even goed?

*Ann Reymen vraagt het aan Simon Favresse,
expert in outdoor kledij*

Is een jeansbroek een goed idee?

"Er zijn verschillende nadelen aan jeans. Het is een stof die makkelijk schuurt en die weinig stretch heeft. Je kan er dus moeilijk grote stappen mee nemen", legt Simon uit. "Een jeansbroek houdt vocht ook makkelijk vast, er is toch niet veel erger dan met een natte jeans stappen?"

Wat met een trainingsbroek of een legging?

"Een trainingsbroek kan zeker, maar daarmee moet je opletten dat je niet overal blijft achterhaken. Van leggings bestaan er speciale trekkingleggings. Die zijn doorgaans gemaakt uit goed ademende stofjes, die het vocht goed reguleren."

Is een speciaal T-shirt om te wandelen echt nuttig?

"De wandel-T-shirts bestaan meestal uit synthetische stoffen of merinowol. Synthetische stoffen gaan heel makkelijk vocht afdrijven, maar worden ze toch nat, dan gaan ze heel fris aanvoelen. Het voordeel van merino is dat het vocht warm houdt. Je blijft zelf dus ook langer een warm gevoel aanhouden."

Hoe dik kleed je je het best aan?

"In onze Belgische temperaturen zijn drie lagen meer dan genoeg. Een T-shirt, een fleecetruï en een jas."

Wat is het verschil tussen waterafstotend en waterdicht?

"Waterafstotende kledij gaat water echt 'afstoten', zoals het woord dat zelf zegt. Je ziet de druppeltjes dan letterlijk op je jas. Waterdichte kledij doet hetzelfde, maar dat zal na verloop van tijd het water beginnen te absorberen in het textiel. Een tweede laag binnenin je jas houdt het water dan effectief tegen."

Wat voor sokken draag je het best in je wandelschoenen?

"Ik raad vooral katoenen sokken af. Die gaan al het vocht absorberen. Het belangrijkste bij wandelsokken is dat ze geen naad hebben, dat ze vochtafdrijvend zijn en dat ze een demping hebben die trillingen en schokken helpen op te vangen."

Wat zijn de voordelen van wandelstokken?

"Met wandelstokken wordt je postuur veel rechter en ga je je meer optrekken met je armen, waardoor je de last op je benen vermindert."

Radio 2 di 9 apr. - 2:42





Wandelkalender OKTOBER

REGIO West- en Oost-Vlaanderen

donderdag	03-10-2024	Wandel- en sneukeltocht	5009 Wandelclub Beernem vzw PC Sint-Amandus - Reigerlostraat 10 - 8730 Beernem Roger De Schuyter - +32(0)474 41 78 96 - info@wandelclubbeernem.be	10.00-15.00 - 17u30 4-6-10 km 2,5 € - 4 €
donderdag	03-10-2024	4e Nazomertocht	5534 Baekelandtstappers Lendeledede GC Den Tap - Pastoor de Beirstraat 1 - 8860 Lendeledede Annelies Borry - +32(0)478 91 51 17 - sportdienst@lendeledede.be	07.30-15.00 - 17u00 6-9-12-18-24 km 1,5 € - 3 €
zaterdag	05-10-2024	Veldtocht	5276 De Margrietestappers vzw OC De Schouw - Statiestraat 115 - 8810 Lichtervelde Johan Allemeersch - +32(0)478 26 41 92 - johan.allemeersch5@telenet.be	07.00-15.00 - 18u00 6-9-13-16-24 km 1,5 € - 3 €
zaterdag	05-10-2024	3e Schelgedorpenwandeling	6021 Beat the trail Domein De Ghellinck - Kortrijkstraat 74 - 9790 Wortegem-Petegem Frank De Ketele - +32(0)472 82 93 19 - deketelefrank@gmail.com	06.30-15.00 - 18u00 6-12-15-19-25-32-39 km 1,5 € - 3 €
zaterdag	05-10-2024	4e Beat The Trail Walk & Run	6021 Beat the trail Domein De Ghellinck - Kortrijkstraat 74 - 9790 Wortegem-Petegem Frank De Ketele - +32(0)472 82 93 19 - info@beatthetrail.be	06.30-08.00 - 18u00 42-50 km 1,5 € - 3 €
zondag	06-10-2024	21e Waterhoektocht	5345 De Waterhoekstappers Heestert OC Otegem - Scheldestraat 14 - 8553 Otegem (Zwevegem) G. Lievens - +32(0)474 32 62 58 - germain.lievens@telenet.be	07.30-15.00 - 18u00 4-8-12-18-25-30 km 1,5 € - 3 €
zondag	06-10-2024	Buencamino Herfstwandeling	5533 Buencamino vzw Step Forward De Boare - Koningsplein 1 - 8660 De Panne Damienne Beernaert - +32(0)479 21 98 66 - info@buencamino.be	07.00-15.00 - 17u00 4-7-11-14-18-25-28 km 2 € - 3,5 €
zondag	06-10-2024	Rondom Onledemolen	5216 Gitse wandelclub 'Voetje voor Voetje' vzw Dominiek Savio Instituut - Koolskampstraat - 8830 Gits (Hooglede) B. D'Hoop - +32(0)51 20 95 82 - bernard.rika@skynet.be	06.30-15.00 - 18u00 4-7-12-18-24 km 1,5 € - 3 €
zondag	06-10-2024	Mercatortocht	3182 Wandelclub Temse Sint-Jan Berchmansinstituut - Zoete Moederstraat 30 - 9150 Rupelmonde Patrick Pepermans - +32(0)473 33 26 19 - peerensroland@gmail.com	08.00-15.00 - 17u00 5-10-15-20 km 1,5 € - 3 €
zondag	06-10-2024	Herfsttocht	3304 Wandelclub Al Kontent Groot Evergem vzw Parochiezaal Oosteeklo - Koning Albertstraat - 9968 Oosteeklo Peggy Haerinck - +32(0)476 26 33 60 - info@wandelclubalkontent.be	07.30-15.00 - 17u00 4-6-10-14-20-25-30 km 1,5 € - 3 €
dinsdag	08-10-2024	Tweede-dag-van-de-week-tocht	3140 vzw Wandelclub Natuurvrienden Deinze Zaal Knipperlicht - Gaston Martensplein 5 - 9870 Zulte Luc Beels - +32(0)472 57 22 50 - secretariaat@wnd140.be	07.00-15.00 - 18u00 4-8-12-16-20-25-30 km 1,5 € - 3 €
zaterdag	12-10-2024	Natuurwandeling	5127 Wandelclub Koekelare vzw Sportcentrum Ichtegem - Keibergstraat 32 - 8480 Ichtegem Jacques Jongbloet - +32(0)494 72 67 43 - info@wandelclub-koekelare.be	06.30-15.00 - 17u00 5-10-15-18-24 km 1,5 € - 3 €

zaterdag	12-10-2024	Grimmertocht	5347 Velodroomvrienden Moorslede Levet Scone - Iepersestraat 26 - 8890 Moorslede Houari Malfait - +32(0)493 71 13 96 - houari.malfait@skynet.be	07.30-15.00 - 18u00 6-12-16-22 km 1,5 - 3
zaterdag	12-10-2024	Euraudax Lede	4258 Euraudax België Café 't Kantientje - Nachtegaallaan 10 - 9340 Lede Jeroen Godefroidt - +32(0)498 70 12 16 - jeroengodefroidt@hotmail.com	10.00 - 16u00 25 km 3,5 - 5
zondag	13-10-2024	41e Zilleghemtocht	5137 Wandelclub 'Vier op een Rij' Groot-Zedelgem vzw Dienstencentrum De Braambeier - Loppemsestraat 14a - 8210 Zedelgem Wim Verhelst - +32(0)475 32 64 46 - info@4op1rij.be	07.00-15.00 - 18u00 4-6-12-18-21-30 km 1,5 - 3
zondag	13-10-2024	3e Pompoentjestocht	5546 DSF - Kloenstappers Triporteur - Armoedestraat 11 - 8800 Rumbekke (Roeselare) Hans Dewulf - +32(0)476 93 42 61 - dewulf.hans@telenet.be	07.00-15.00 - 17u00 6-12-18-24 km 1,5 - 3
zondag	13-10-2024	51e Oktober- en Kastanjetochten	3029 Roosenberg wandelclub Waasmunster vzw Sint-Janskring - Sijpstraat 80 - 9250 Waasmunster W. Thuy - +32(0)477 61 27 17 - william.thuy@skynet.be	08.00-15.00 - 18u00 6-12-20 km 1,5 - 3
zondag	13-10-2024	Muziekboswandeling	3233 Hanske de Krijger Oudenaarde vzw Zaal De Spil - Loretestraat 186 - 9600 Ronse José Deschaumes - +32(0)478 64 28 86 - jose@hanskedekrijger.be	07.30-15.00 - 17u30 5-10-15-20-25 km 1,5 - 3
zaterdag	19-10-2024	Jeanne Pannetocht	5303 Wandelclub Nieuwpoort v.z.w. Feestzaal van de Vismijn - Kaai - 8620 Nieuwpoort Hans Vandamme - +32(0)477 59 62 20 - bakkerijvandammehans@hotmail.com	07.00-15.00 - 18u00 6-9-14-18-24-30 km 1,5 - 3
zaterdag	19-10-2024	Ardooise Veldbostocht	5391 De Spartastappers Ardoois vzw VBS Sint-Antonius - Sint-Antoniusstraat 3 - 8760 Meulebeke Filip Savat - +32(0)485 59 34 44 - filipsavat.2@gmail.com	07.00-15.00 - 18u00 5-7-10-12-15-20-22-26 km 1,5 - 3
zaterdag	19-10-2024	Groenhovebostocht	5100 W.S.J.V. Nacht van Vlaanderen vzw Zaal Rozendale - Rozeveldstraat 34 - 8820 Torhout Marc Verplancke - +32(0)474 30 01 58 - info@nachtvanvlaanderentorhout.be	07.30-15.00 - 17u30 7-14-18-22 km 1,5 - 3
zaterdag	19-10-2024	Grenstocht	5217 De 12 uren van Lauwe vzw GBS Zaal Barthel - Moeskroenstraat 525 - 8930 Rekkem (Menen) M. Vancauwenberghe - +32(0)499 26 87 06 - vancauwenberghe.mnx@gmail.com	08.00-15.00 - 17u00 4-7-14-21 km 1,5 - 3
zaterdag	19-10-2024	Herfsttocht	3105 Wandelclub Scheldestappers Zingem vzw PC De Zwaluw - Decoenestraat 12 - 9630 Zwalm David Denis - +32(0)477 73 04 33 - david@scheldestappers.be	07.00-15.00 - 18u00 6-10-15-21-30-36 km 1,5 - 3
zaterdag	19-10-2024	Meetjesland... maak het mee - Boerentocht	3506 De Marchmannekes Waarschoot Polyvalente zaal Sporthal Den Boer - Den Boer 17 - 9930 Zomergem Ivan Van Laere - +32(0)495 47 10 23 - ivan.vanlaere@skynet.be	07.00-15.00 - 17u00 6-12-18-24 km 1,5 - 3
zondag	20-10-2024	Westhoek Trail	6040 Westhoek Trail Provinciedomein IJzerboomgaard - IJzerdijk 41 - 8600 Diksmuide Nele Saint Germain - +32 (0)495 35 13 77 - info@rlwesthoek.be	06.00-10.30 - 18u00 10-20-30-40 km 30 € - 32 €

Afstand 30 km: € 25 | 20 km: € 20 | 10 km: € 10
Afstand 30 km: € 27 | 20 km: € 22 | 10 km: € 12

zondag	20-10-2024	7e Rondon kaasdorp Passendale		5542 Drevestappers Zonnebeke PC De Craeye - Kraaiveldstraat 7 - 8980 Passendale Majo Bostyn - +32(0)494 81 90 35 - info@drevestappers.be		07.30-15.00 - 17u30 5-10-12-15-20-26 km 1,5 € - 3 €
zondag	20-10-2024	Herfstwandeling in de Kalkense Meersen		3536 vzw Equicura Zaal Breughel - Kalkendorp 58 - 9270 Kalken (Laarne) Rita Moentjens - +32(0)478 77 12 83 - rita.moentjens@hotmail.com		08.00-15.00 - 18u00 6-7-8 km 2 € - 3,5 €
zondag	20-10-2024	Nazomertocht		3063 WSV De Kadees vzw Parochiaal Centrum Sint-Martinus - Kerkstraat - 9420 Burst (Erpe-Mere) Gerda Vandenbroucke - +32(0)472 56 94 27 - gerda_vandenbroucke@skynet.be		08.00-15.00 - 18u00 6-10-14-20 km 1,5 € - 3 €
zondag	20-10-2024	Trage wegen wandeltocht		3034 Omloop Kluisbergen vzw Sint-Corneliuskerk - Ruienplein - 9690 Ruien (Kluisbergen) Gaby Roelens - +32 (0-475 67 44 76 - gaby.roelens@telenet.be		13.00-15.00 - 17u30 4-8 km 1,5 € - 3 €
zondag	20-10-2024	Sint-Hubertustocht - Randonnée de Saint-Hubert		5344 Vlaemsch Huiseke Godewaersvelde Feestzaal/Salle de Fêtes - Rue de Callicanes - 59270 Godewaersvelde Jean-Paul Pladys - +33(0)684 95 15 42		07.30-15.00 - 18u00 6-12-18 km 1,5 € - 3 €
dinsdag	22-10-2024	Aviflorawandeltocht		5493 Aviflorastappers Ingelmunster Voetbalkantine SV Ingelmunster - Bollewerpstraat 92a - 8770 Ingelmunster Gabriël Gevaert - +32(0)473 30 26 43 - heuberdebie@hotmail.com		06.30-15.00 - 18u00 6-9-12-18 km 1,5 € - 3 €
vrijdag	25-10-2024	Halloweentocht		5009 Wandelclub Beernem vzw Middenschool Sint-Lutgart - Rollebaanstraat 10 - 8730 Beernem Roger De Schuyter - +32(0)474 41 78 96 - info@wandelclubbeernem.be		13.30-16.30 - 21u30 4-10 km 1,5 € - 3 €
zaterdag	26-10-2024	Halloweentocht		5363 Spoetnikstappers vzw Sporthal De Branding - Populierenlaan 1 - 8430 Middelkerke Marc Devos - +32(0)485 20 78 16 - info@spoetnikstappers.be		07.00-15.00 - 17u00 4-6-12-14-18-20 km 1,5 € - 3 €
zaterdag	26-10-2024	Seven Summits		6999 Flanders Trails Sanicomfort - Kerkstraat 131 - 8570 Anzegem Jean-Pierre Verriest - +32(0)474 57 43 01 - info@sevensummits.be		06.00-10.00 - 18u00 15-25-35-50 km 15 € - 35 € (15 km) € 19,00 (25 km), € 22,00 (35 km), € 28,00 (50 km) € 39,00 (25 km), € 42,00 (35 km), € 48,00 (50 km)
zaterdag	26-10-2024	15e Pompoentocht		5507 De Buskanters Houthulst Markthuis - Markt 1 - 8650 Houthulst Johan Beeckaert - +32(0)489 40 42 26 - johan@buskanters.be		12.00-21.00 - 23u00 4-6-10 km 1,5 € - 3 €
zaterdag	26-10-2024	Herfsttocht		5205 Wandelclub 'De Westhoekstappers' OC Kasteelwal - Dorp 8 - 8902 Voormezele (Ieper) Dirk Vangheluwe - +32(0)479 07 53 41 - dirk.vangheluwe@live.nl		08.00-15.00 - 18u00 7-14-21 km 1,5 € - 3 €
zaterdag	26-10-2024	9e Herfsttocht		3150 Reynaertstappers vzw Basisschool Gavertje Vier - Gavermolenstraat 83 - 9111 Sint-Niklaas Marc Bellens - +32(0)486 79 52 48 - marc_bellens@hotmail.com		08.00-15.00 - 17u00 5-10-15-20-25 km 1,5 € - 3 €
zaterdag	26-10-2024	16e Heizijdetocht		3226 Wandelclub Denderklokjes Lebbeke Heidehof - Heizijdestraat 20 - 9280 Lebbeke Ludo Pissens - +32(0)474 99 56 45 - denderklokjes_lebbeke@hotmail.be		08.00-15.00 - 18u00 6-12-18-24 km 1,5 € - 3 €

zondag	27-10-2024	38e R.B.S.-tocht	5178 Rustige Bosstappers Jabbeke vzw De Schelpe - Eernegemweg 34 - 8490 Snellegem (Jabbeke) Marie-Paule De Visch - +32(0)498 22 03 39 - devisch-mp@belgacom.net	07.00-15.00 - 17u00 4-7-10-13-16-19-24-27 km 1,5 € - 3 €
zondag	27-10-2024	33e Wandeltocht Herdenking Marcel Verstraete	5012 WSK Marke vzw OC De Zuiderkouter - Speltstraat -8530 Stasegem (Harelbeke) Rik Bulckaen - +32(0)486 75 04 71 - info@wsk-marke.be	08.00-15.00 - 18u00 6-12-18-24 km 1,5 € - 3 €
zondag	27-10-2024	Herfsttocht	5423 Watewystappers Tielt OC Aarsele - Schoolstraat 1A - 8700 Aarsele (Tielt) D. Van Nieuwenhuysse - +32(0)476 96 56 68 - info@watewystappers.be	07.00-15.00 - 17u00 6-12-18-24 km 1,5 € - 3 €
zondag	27-10-2024	33e Frontieretocht	5180 Witsoonestappers Krombeke vzw OC De Bollaard - Winnezelestraat 18 - 8978 Watou (Poperinge) Martin Hommez - +32(0)472 21 27 01 - huyghe.erik@telenet.be	08.00-15.00 - 17u30 7-12-18-24-28 km 1,5 € - 3 €
zondag	27-10-2024	68e Voettochten der Tuinbouwstreek	3010 WSV Wetteren Scheppersinstituut - Coopallaan 128 - 9230 Wetteren Rudy Van der Heyden - +32(0)478 47 79 54 - rudy.vanderheyden1@skynet.be	07.30-15.00 - 18u00 6-12-15-21-30 km 1,5 € - 3 €
dinsdag	29-10-2024	25e Handzaamsetocht	5295 Michiel Mispelonvrienden OC Gildezaal - Schoolwegel 5 - 8610 Handzame (Kortemark) Marc Bohez - +32(0)499 81 43 53 - johan.bohez@hotmail.be	07.00-15.00 - 18u00 4-6-12-20-25 km 1,5 € - 3 €
donderdag	31-10-2024	Halloween Pompoentocht	3163 WSV Egmont Zottegem vzw Feestzaal Bevegemse Vijvers - Bevegemse Vijvers 1 - 9620 Zottegem Patrick De Corte - +32(0)474 21 01 97	14.00-21.00 - 24u00 7-10-14-21 km 1,5 € - 3 €

Bij het afgeven van de **Gratis Wandelbon** dien je er steeds een **naametiket** op te kleven.
(teneinde inkt en papier te besparen kun je meerdere etiketten op één wandelbon kleven)
Indien je er geen meer hebt, contacteer dan Hilde De Herdt op
hildebrugsemettenwandelclub@gmail.com.
Zij zorgt dan ervoor dat je deze ontvangt.

GRATIS WANDELTOCHT

GRATIS WANDELBON

Zondag 20 oktober 2024

GRATIS
TOCHT

7e Rondom Kaasdorp Passendale

PAROCHIAAL CENTRUM DE CRAEYE
KRAAIVELDSTRAAT 7 - 8980 PASSENDALE

STARTEN TUSSEN 7.30 en 15 UUR
AFSTAND : 5 - 10 - 12 - 15 - 20 - 26 km

BRUGSE
METTEN
WANDEL
CLUB



Bon afgeven bij de start en naametiket(ten) opkleven

Voorzitster neemt deel aan de Dodendocht Bornem 8-9 augustus 2024



Voor de corona in 2019 heb ik me voor de eerste keer laten overtuigen om mee te stappen in de Dodendocht. Deze heb ik dan ook mooi binnen tijd uitgestapt.

In het voorjaar van 2024 heb ik me opnieuw laten overtuigen door mijn broer. Dus heb ik me ingeschreven om na vijf jaar nog eens deel te nemen. Mijn voorbereiding was wat minder maar de goesting en de wil was groot! Het weer zat mee, misschien wat warm maar mooi droog.

Om 21u07 werd de start geregistreerd op mijn horloge.

Met een gemiddelde van 4,8 km gingen we de nacht in. Langs de weg stonden massa inwoners ons aan te moedigen. Met muziek, een hapje en een drankje werd je vooruit getrokken. Door dorpen en langs kanalen, ik stapte maar door.

Na 38 km begon de zon zijn eerst stralen te tonen.





Toen ik deze banner zag, was ik blij. We zitten halfweg !!!!

Maar ik begon last te krijgen van mijn voeten. Dus in Buggenhout eventjes langs gaan bij het rode kruis. Toen ik mijn voeten zag, vol met blaren dacht ik dat zal wel gaan om verder te stappen. Maar mijn grote tenen waren blauw en er zat bloed onder dus...

Toch vertrok ik na 45 minuten in de hulp-post nog tot de volgende rustpost. Mentaal zag ik het nog volledig zitten. Maar mijn tenen protesteerden. Mijn zoon zei me de dag vooraf, "moeke je moet luisteren naar je lichaam".

Dus met pijn in het hart en mentaal moeilijk aanvaardbaar heb ik na 58 km mijn wandelschoenen uitgetrokken!

Toch trots op mezelf dat met weinig voorbereidingtoch die 50 km heb gehaald!

OUDE KALE

We lopen in de vallei
van de Oude Kale
of is dit een pleisterplaats
op weg naar het aards
paradijs ?

Hier willen we blijven
wonen en lief hebben.

We wandelen langs
kouters en bulken
langs knottige wilgen
en bottende meidoorns.
We zakken enkeldiep weg
in drassige weiden.
We ademen en ruiken de aarde.
Het landschap, bedachtzaam
als water zuivert het lijf
en de zinnen.

Maartse viooltjes
sleutelbloemen
en pollen narcissen
groeien door eeuwen
gestaag en alom.
We zochten te ver
naar een Eden.

Lut de Block