Driemaandelijkse verschijning van

JOGGINGCLUB ERWETEGEM

Jaargang 16
Nr. 16/061
April 2013

HET LOPEND VUURTJE

open vld

Bruno DE WACHTER,

OCMW-raadslid,

Nelekouter 16,
9620 Erwetegem

www.brunodewachter.be

http://openzone.be/brunodewachter

UIT SYMPATHIE

Apothekers
Stephan Van Holder
Patricia De Smet

Leonce Roelstraat 20
9620 Zottegem
tel 09/360 17 22

Woe- & za-namiddag
GESLOTEN

TRAITEUR - SLAGERIJ

ALLEGRO

TEN EDE 8 – 9620 ZOTTEGEM
TEL. 09/360.20.64
Specialiteit : Huisbereide gerechten

BARBECUES
GOURMET & FONDUE
KAASSCHOTELS
WARME EN KOUDE BUFFETTEN

ALLE DAGEN OPEN
VAN 8u00 TOT 12u30 EN VAN 14u00 TOT 18u30
ZATERDAG DOORLOPEND OPEN TOT 18u00
ZONDAG VAN 8u00 TOT 12u30

GESLOTEN OP DINSDAG

Apotheek Desseyn
UW GEZONDHEID. ONZE ZORG

Uit Sympathie

Kloosterstraat 92

9620 Erwetegem

Tel. 09/360.23.89

1. Algemene informatie

Verantwoordelijke uitgever:	Van Breusegem Paul, Terbiest 2, 9550 Herzele Tel. 054/24.30.79
Secretariaat:	Van Caenegem Geert, Meire 44, 9620 Zottegem Tel. 09/339.16.05
Redactie:	Jonathan Vanooteghem, Kloosterstraat 55 9620 Zottegem Tel. 0497/90.71.34 Nadine De Clercq, Steenakkerweg 8 9620 Zottegem Tel. 0498/80.82.21
Website:	http://www.joggingcluberwetegem.weebly.com/
E-mail:	hetlopendvuurtje@hotmail.com
Rekeningnummer:	068-8945276-60 IBAN BE73 0688 9452 7660
Aangesloten bij Sportcrea vzw:	Atletiek nr. 1074025

2. Redactie

Werkten mee aan dit nummer: Jonathan (Vanooteghem)
Nadine (De Clercq)
Dirk (Machtelings)
Willy (Watte)
Luc (Declercq)

3. Voorwoord van de redactie

Beste leden,

Het zomeruur is terug ingegaan twee weken geleden. Dat wil zeggen dat de trainingen op dinsdag- en donderdagavond niet meer in het donker zullen zijn. Na een zware winter wordt het hopelijk ook wat warmer de volgende weken zodat we weer met veel goesting kunnen trainen..

Wat ook samen gaat met de lente, is de start van ons regelmatigheidscriterium op 7 april in Zwalm (Vlaanderens Mooiste Marathon) en op 28 april in Oosterzele. Enkele weken terug werden de deelnemers van het regelmatigheidscriterium van vorig jaar nog gehuldigd. Een kort verslag van het ledenfeest en andere activiteiten vinden jullie terug in dit boekje, net als de inschrijvingsstrook voor Dwars door Brugge (5 mei) en heel wat andere zaken.

Jonathan

www.deluchtbal.be

CAFE
DE LUCHTBAL
ZOTTEGEM

Café DE HERT
Bij Bartel

Kattenberg 4
0477/78.61.75

Café

'n Haze

Faliestraat 122
Sint-Maria-Oudenhove

Tel. 09/360.88.84

Dinsdag gesloten

Zink - Koper - Roofing

Franky Van Damme

Ten Ede 167
9620 Zottegem - Erwetegem

Tel. : 09/360.77.02
GSM: 0494/89.11.86

4. Regelmatigheidscriterium 2013:

Deelnemen aan een jogging opgenomen in het regelmatigheidscriterium, levert 4 punten op; aanwezig zijn op een wekelijkse training levert 1 punt op.
Wie op jaarbasis 50 punten verzamelt is laureaat, wie het hoogste aantal punten heeft is na Jogging Strijpen is clubkampioen. De laureaten en clubkampioenen krijgen een attentie tijdens het ledenfeest van 2013.

Volgende joggings zijn geselecteerd voor het regelmatigheidscriterium:

1. Vlaanderens Mooiste Marathon Zwalm: 07/04/13
2. Oosterzele: 28/04/13
3. Bottelare: 03/05/13
4. Dwars door Brugge: 05/05/13
5. Haaltert: 01/06/13
6. Gavere: 21/06/13
7. Schendelbeke: vrijdag 05/07/13 (nog niet bevestigd)
8. Brakel: 07/07/13
9. Welle: 26/07/13
10. Erpe-Mere: 09/08/13
11. Zottegem: 17/08/13
12. Zwalm: 14/09/13
13. Aalst: september 2013, maar nog geen concrete datum
14. Herzele: 05/10/13
15. Nederhasselt: november 2013
16. Strijpen: 01/12/13

Nog even de richtlijnen op een rijtje om in aanmerking te komen voor punten.

Voor deelname aan een vooropgestelde jogging (4 punten):

1. Inschrijven onder de clubnaam “JOGGINGCLUB ERWETEGEM”
2. Lopen in de clubuitrusting (te bekomen bij het bestuur)
3. Starten op de voorziene startplaats en het voorziene startuur.

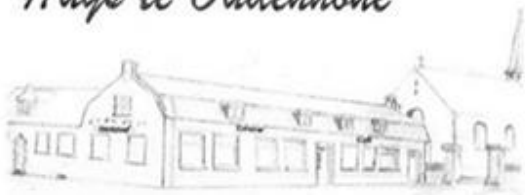
Voor aanwezigheid op de training (1 punt):

1. Elke maand een aanwezigheidsformulier invullen op de website van de club.

5. Trainingen op verplaatsing:

Ook deze zomer zijn er verschillende trainingen op verplaatsing:

Huys te Oudenhove



Kruiswaterplein 1
9620 St.-Goriks-Oudenhove Tel 09-361 33 85

Café open alle dagen vanaf 10 uur
Taverne open vrijdag: 17 – 22 uur
Zaterdag – zondag: 12 – 21 uur

Dinsdag gesloten

Feestzaal voor alle gelegenheden
www.sintgoriks.be

Rhonny & Marianne

Hamburgers - Braadworsten Hotdogs - Pensen - Escargots

Frans De Beckstraat 18, bus 3

9620 Zottegem

0476/63.03.86

MITSUBISHI MOTORS

Garage De Cnijf NV

Officiële verdeler Mitsubishi
Steenweg 249
9572 Lierde

Tel. 055/42.43.07

E-mail:
decnijf@dealer-mitsubishi-motors.be

BVBA SCHRIJNWERKERIJ

PERSOONS

Ramen, deuren, trappen
Timmerwerken
Binnenhuisinrichtingen

Ten Bosse 67, 9620 Zottegem
Sint-Goriks-Oudenhove
09/3605668 – Fax 09/3612186

Dinsdag 4 juni: Steenhuize (Holmanstraat 37b)

Dinsdag 2 juli: Onkerzele (nog niet bevestigd)

? juli: Hillegem

Dinsdag 13/08: Sint-Lievens-Esse

6. Ledenfeest 2013

Op zaterdag 23 februari vond in de zaal van " Huys te Oudenhove" in Sint-Goriks-Oudenhove het jaarlijkse ledenfeest van joggingclub Erwetegem plaats. Die nieuwe locatie werd alvast positief onthaald door de aanwezigen.

Na een uitgebreid aperitief met hapjes gevolgd door een voorgerecht, hoofdmenu en koffie werden de laureaten gevierd van het clubcriterium 2012 (zie foto's hieronder). Om laureaat te worden moest men tijdens het vorige joggingseizoen 50 punten behalen. Alle 26 laureaten mochten een kleine attentie in ontvangst nemen. Toch een speciale vermelding voor Rita DS, Rita R, Frans, Willy en Emmy die de top 5 van de lijst vormen met meer dan 100 punten.

Na de uitreiking van de enveloppen werd het woord gegeven aan onze eigen Dj Geert., hij kon met aangepaste muziek voor jong en oud de aanwezigen op de dansvloer krijgen .Tevens werd het feest een paar keer onderbroken door optredens van enkele clubleden, waardoor de ambiance nog meer toenam. Dezelfde locatie en formule zijn zeker aan te bevelen voor volgend jaar en een dikke merci voor de organisator Willy.

Café 't Kelderke
JEMPY & ANOUSKA
Kattenberg 1 Erwetegem

brood-banket
DSVD
09/360.07.23
JOHAN
ERWETEGEM
Specialiteit : boterkoeken en fijngebak
JOHAN & CHRISTEL DE SMET VAN DAMME - VAN DE VELDE

Uitvaartcentrum De Varen
Traveins 61
9620 Zottegem

Tel. 09 336 82 15
www.devaren.be
24u op 24 u bereikbaar

voor een verzorgde en betaalbare uitvaart !

+ foto's achteraan (p. 16)

7. Één jaar bij joggingclub Erwetegem

Zoals een aantal van jullie wel weten, heb ik vroeger bijna nooit aan sport gedaan. Gezien mijn conditie ver te wensen over liet, ben ik in de zomer van 2011 begonnen met "start to run". Ik heb toen dat programma kunnen afwerken en besloten om toch regelmatig een loopsessie in te lassen. Maar als ik dit op mijn eentje deed, dan had ik toch regelmatig eens geen zin, of de weersomstandigheden waren niet goed, of er kwam wel eens iets tussen …. eigenlijk had ik niet voldoende motivatie om een regelmatig loopschema te volgen. En toen viel in 2012 de folder van "start to run" van de joggingclub in de bus en zei ik bij mezelf: "Tiens, het zou toch wel eens de moeite lonen om je aan te sluiten bij de joggingclub, niet?".

Het is nu een jaar geleden dat ik ben aangesloten. Ik heb enkele toffe mensen leren kennen en het is echt een verrijking geweest op loopgebied. Wat ik voordien ietwat beschouwde als een verplichting, dan is dit nu zeker niet meer het geval. Het is nu echt een plezier en iets om naar uit te kijken om, afhankelijk van het werk en al of geen ziekte, toch tweemaal in de week mee te doen aan de trainingen op dinsdag en donderdag. Gezien ik ook niet wist wat het

Sierschouwen
Diranto
De Boever

SPAR

Uw SPAR Supermarkt

Jo & Caroline

Opstalstraat 1a, Velzeke, TEL: 09/3606160

Sterk in VERS!!

Open:

di-vr: 8u30-19u

za: 8u30-18u

zo: 8u30-12u

La Dolce Vita
Beauty & wellness

Terbiest 2 – 9550 Herzele (Sint-Lievens-Esse)

Tel. 054/24.30.79 www.ladolcevita-spa.be

Alle schoonheidszorgen en Wellnessarrangementen.

Eigen Lasertoestel voor permanente ontharing.

Privé verhuur van Wellnesspalace ook op zondag

loopniveau was van de clubleden, liep ik in het begin mee met de “tragere” lopers, en dat was toen ook wel voldoende voor mij, hoor. Toch kon ik heel geleidelijk aan het looptempo wat verhogen en door eveneens meer deel te nemen aan de trainingen, kon blijkbaar een verbetering van de conditie alsook de fitheid niet achterwege blijven.

Ik zal nooit of te nimmer een echte hardloper zijn. Bijna vijftiger zijnde en nooit eerder gesport zijn de oorzaken dat ik geen hoge basissnelheid heb. Als ik een snelheid kan halen en behouden van 10 à 12km/h, dan zou ik daar zeer tevreden mee zijn. Maar toch kan ik nu vaststellen dat ik zo goed als het kan probeer mee te doen met de snellere lopers onder ons. Ik kan nog geen volle trainingssessie mee met hen tot op het einde, maar er wordt aan gewerkt en dit is een doel dit jaar. Hiervoor probeer ik ook zoveel als mogelijk een extra training op zaterdag in te lassen. Het is nu ook éénmaal het feit dat hier in de streek de hellinkjes niet weg te denken zijn. Echter moet dit een pluspunt zijn in de verdere opbouw van de conditie en de beenspiermassa wat een voordeel kan bieden in eventuele wedstrijden. In het begin, en trouwens nu nog steeds, is dit inderdaad lastig, maar mits een goede dosis volharding en doorzettingsvermogen zijn deze "bergskes" te overwinnen.

Ik stond vorig jaar ook niet echt stil bij het feit dat er ook wedstrijden zijn in het weekend die meetellen voor het regelmatigheidscriterium. Dit was voor mij van minder belang maar vanaf dit jaar zal dit ook veranderen en heb me al ingeschreven voor de aflossingsmarathon van Zwalm op 7 april en “dwars door Brugge” op 9 mei. Ik kijk ook uit naar de trainingen op verplaatsing. Vorig jaar heb ik slechts aan eentje ervan deelgenomen en hopelijk zullen er het dit jaar meer worden.

Samenvattend: een leuke en toffe club, aangename mensen en ik heb nog geen halve seconde spijt gehad dat ik ben toegetreden tot de joggingclub. Dit zowel op sociaal als op loopgebied.

Ik dank jullie allen voor de aangename tijden die ik tot hiertoe met jullie heb mogen beleven.

Tot een volgende training.

Luc Declercq

8. Clubwandeling zondag 3 maart

Van Beneden naar Boven en terug. (volgende pagina)

VAN VIJLE
UITVAARTVERZORGING

VOLLEDIGE & VERZORGDE ROUWBEGELEIDING

9620 Zottegem, Godveerdegemstraat 87
☎09 360 11 15

9620 Zottegem, Europaweg 68
☎09 360 75 60

Uit sympathie

NVA
NODIG IN VLAANDEREN.NUTTIG IN EUROPA.

Vlaams volksvertegenwoordiger

Matthias DIEPENDAELE

BOUWWERKEN MONSECOUR

KATTENBERG 22 - ZOTTEGEM
TEL. 09/ 360 45 68

BOUWWERKENMONSECOUR.BE

Sien & Paul Van Breusegem
Uit Sympathie
Kloosterstraat 16, 9620 Zottegem
Tel. : 09/360.25.76

Bij het parkeren van onze voertuigen om 13u30 wisten we het al: een kerkje met een paar drankgelegenheden in de buurt en een toffe groep van een vijftigtal deelnemers; dit wordt terug een gezellige en leuke namiddag.

Geschoeid en gelaarsd vertrokken we aan de kerk van Everbeek-Beneden, warm ingeduffeld om ons te beschermen tegen een noordoosten wind. De sfeer zat goed van zodra we de echte natuurpaadjes onder de voeten geschoven kregen. Gelukkig was de zon en de wind de voorbije dagen van de partij geweest, zodat het parcours er toch betrekkelijk goed bij lag. Iedereen wist het al, maar toch blijft de verwondering en bewondering steeds bestaan: een streek met heuvelruggen die het weidse landschap doorklieven en een stilte, die rust brengt in ons toch zo drukke bestaan.

Stilte was er, maar die verdween voor een stuk van zodra we onze tussenstopplaats in Everbeek-Boven hadden verlaten. Ja, na het nuttigen van één (of meer) alcoholische versnaperingen waren de meesten niet meer te stoppen.

De gezelligheid steeg ten top toen we in de taverne “Het portret” een lekkere spaghetti of een croque monsieur voorgeschoteld kregen. De uitbundigheid waarmee onze deelnemers deze prachtige namiddag afsloten deed ons weerom verlangen naar de wandeling van volgend jaar.

prachtige namiddag afsloten deed ons weerom verlangen naar de wandeling van volgend jaar.
Met dank aan de organisator Manuel De Vuyst.

Willy

9. Start-to-run 2013

Ook dit jaar mag onze joggingclub een twintigtal start-to-runners verwelkomen. Hieronder vinden jullie een schema voor de volgende weken:

Start to run schema

+ lopen
0 stappen

Week 1
Dinsdag 20/03/2012
+0+0++00++00+++000 **18 min**
Donderdag 22/03/2012
+0++00++00+++000+++000 **22 min**

Week 2
Dinsdag 27/03/2012
++00+++000+++000+++000 **22 min**
Donderdag 29/03/2012
+0++00+++000+++000+++000 **24 min**

Week 3 en 4
Dinsdag 03/04/12 en 10/04/12
++00++0++0++0++0++0++0++0 **25 min**
Donderdag 05/04/12 en 12/04/12
+0++00++++000++++000+++++0 **26 min**

Week 5 en 6
Dinsdag 17/04/12 en 24/04/12
++00+++00+++++000+++++000+++++00 **32 min**
Donderdag 19/04/12 en 26/04/12
++00++++00+++++00++++++00+++++++00 **34 min**

Week 7
Dinsdag 01/05/12
++++++++0++++++++00++++++++0++++++++0 **37 min**
Donderdag 03/05/12
++++++++++00++++++++++00++++++++++++0 **37 min**

Week 8 en 9
Dinsdag 08/05/12 en 15/05/12
++++++++++0++++++++++++0++++++++++++0 **37 min**
Donderdag 10/05/12 en 17/05/12
++++++++++0++++++++++++++++++++0 **32 min**

Week 10
Dinsdag 22/05/12
++++++++++++++++++++++++++++++00 **32 min**
Donderdag 24/05/12
5 KM lopen aan 1 stuk!

10. Wandeling Hans Vanooteghem

Het is in juni drie jaar geleden dat oud-lid Hans Vanooteghem gestorven is. Zoals vorig jaar willen we met een wandeling een eerbetoon aan hem brengen. Daarom nodigen we jullie allen op vrijdag 14 juni 2013 uit om die avond met ons 6 km te wandelen vanuit Onkerzele.
Achteraf is er gelegenheid om vrijblijvend iets te drinken in de BB den Ahthayet.
Ook niet wandelaars van harte welkom!

Vrijdag 14 juni 2013 om 19u aan de parking kerk te Onkerzele.
Gratis deelname.

11. Enkele mopjes…

Trots vertelt Karel tegen zijn vriend: “Moet je horen, ik ben vader geworden!”
Zegt de vriend enthousiast: “Gefeliciteerd!”. En gaat het goed met je vrouw?
Zegt Karel: “Nu nog wel, ik heb het haar nog niet verteld.”

De spierkracht van vrouwen wisselt in de loop van de dag!
Overdag kunnen ze nog geen pot appelmoes openkrijgen
Maar ’s nachts is het onmogelijk om een stuk dekbed van ze los te trekken!

Een man stapt een kroeg binnen en bestelt een pintje. Na wat rondgekeken te hebben, neemt hij plots zijn oog uit zijn oogkas en gooit het via de vloer en het plafond tegen het raam waarna zijn oog weer in zijn hand botst. De kerel naast hem kijkt ervan op maar zegt niets. Vijf minuten later pakt die man weer zijn oog en gooit het alweer tegen het raam waarna het weer in zijn hand botst. Weer wordt er niks gezegd. Na de derde keer vraagt de kerel naast hem: “Waarom gooi je zo met je oog tegen het raam?” De man zegt:” Ik kijk of m’n fiets nog buiten staat.”

Jantje komt thuis van school en vraagt aan zijn ouders: “Wat voor spel is overspel?”
Zegt zijn moeder: “Overspel is geen spel, want bij overspel zijn er geen winnaars, alleen maar verliezers.”
Waarop zijn vader zegt: “Maar… meedoen is belangrijker dan winnen!”

Een man komt een politiekantoor binnen en zegt tegen de agent: “Ik heb begrepen dat de inbreker die in ons huis heeft ingebroken gearresteerd is. Ik wil graag even een woordje met hem spreken.” De agent antwoordt: “Ik begrijp dat u kwaad bent meneer, maar dat kan ik natuurlijk niet toestaan.” “U begrijpt mij verkeerd”, antwoordt de man , “ik wil alleen maar van hem weten hoe hij binnen gekomen is zonder mijn vrouw wakker te maken.”

12. Eetinge 2013

In het weekend van 23 en 24 maart vond in de zaal “Le Miracle” in Erwetegem onze jaarlijkse eetinge plaats. Dit jaar hadden we rond de vijfhonderd eters die konden kiezen uit kalkoen, steak of een vispannetje met lekkere kroketjes of frietjes. Dank aan Frans Perreman voor de organisatie van de eetinge en natuurlijk aan alle eters en leden die een of twee dag(en) kwamen helpen.

13. Nog wat foto’s van het ledenfeest

14. Inschrijven Dwars door Brugge

Traditiegetrouw plannen we een **busreis** naar Brugge

DWARS DOOR BRUGGE
Zondag 5 mei 2013
Inschrijven: ten laatste op ***donderdag 18 april***
mits betaling van:

Kids Run: 1 km (6 tot 12j): € 5 (met T-shirt)

Wedstrijd: 5km: €9 15 km: € 15

Functioneel T-Shirt: €10 extra

Herinneringsmedaille: €5
Busreis niet-leden: €5

Inschrijven op de dag zelf kost €18 !!!!
De verplaatsingskosten voor leden en hun gezin worden door de club betaald.
Start: Scholencampus Ter Groene Poorte (Spoorwegstraat 14)
13u30 : 1 km 14u00: 5km 15u00: 15 km
Vertrek: 11:30 uur op het Kerkplein van Erwetegem

http://sport.be.msn.com/runningtour/dwarsdoorbrugge/2013/nl/

DWARS DOOR BRUGGE
Af te geven **ten laatste op** donderdag 18 april 2012

Naam:

Borstnummer + busreis + T-shirt 1 km: ..... x € 5 = € .....
Borstnummer + busreis 5 km: ..... x € 9 = € .....
Borstnummer + busreis 15 km: ..... x € 15 = € .....
Borstnummer + busreis + T-shirt 15 km: ..... x € 25 = € .....
Herinneringsmedaille: ..... x € 5 = € .....
Busreis niet-leden: ..... x € 5 = € .....

_____
TOTAAL : € .....

Af te geven bij Sien en Paul Van Breusegem (Kloosterstraat 16, 9620 Zottegem) of iemand anders van het bestuur.