

Clubblad *de 7mijl-stappers Moorsele*

nr. **85** tweemaandelijks (verschijnt niet in juli & augustus) jaargang **2016**

Wandelclub WSVL 5411, Lokaal De Kroone MOORSELE

MRT - APR 2016

Wandelclub



de 7mijl-stappers
M O O R S E L E

België - Belgique

P.B.

8560 Wevelgem 1



zondag 27.03.2016

ZOMERTIJD

**In het VOORjaar
gaat de klok een
uur VOORuit.**

naam clublid

WANDELSPORT VLAANDEREN 5411

P209100

AFGIFTEKANTOOR 8560 WEVELGEM 1 toelatingsnummer

Verantwoordelijke uitgever: Marc Masselis - Bgm. Lesaffrestraat 3 - 8560 MOORSELE E-mail: marc.masselis@busmail.net



16^{de} STEKSELTOCHT te MOORSELE

Zondag 10 april 2016

Startplaats : OC De Stekke , Sint Maartensplein (aan de kerk), MOORSELE

Vrije start vanaf 7u00 tot 15u00 (aankomst vóór 18u00)


Afstanden : 4 - 7 - 10 - 14 - 21 - 25 km **BESCHERMDE TOCHT**

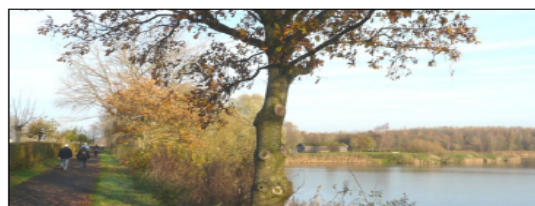


Inschrijvingsgeld : 1,50 euro. Korting voor federatieleden.

Inlichtingen : GEERT VANHAUWAERT 0473/99 09 35

GRATIS ATTENTIE (zolang de voorraad strekt)

Zeer ruime & verzorgde startplaats, dichtbij 'Het Groene Lint', het kasteel Grimaldi en de historische Kerk. **Vernieuwd Provinciaal natuurdomein BERGELEN** (vanaf 7km) via rustige landelijke wandelwegen, genietend van de schoonheid van de natuur. De kleurschakeringen van de velden en akkers zijn een streling voor het oog. 4 & 7 km afzonderlijk parcours  !



LENTE IN HET LAND ... WANDELEN IS PLEZANT !

Bestuur



VOORZITTER

ETIENNE COTTYN
Dr Hemerijckxlaan 34
8560 Moorsele
Tel 056 41 35 63
Gsm 0494 58 27 05



SECRETARIS

MARC MASSELIS
Bgm. Lesaffrestraat 3
8560 Moorsele
marc.masselis@busmail.net
Gsm 0476 30 28 17



PENNINGMEESTER

MARIJKE GHEYSEN
Kraaimeers 65
8560 Moorsele
luc.dumortier3@telenet.be
Gsm 0473 71 20 31
Tel 056 41 70 07

BESTUURSLEDEN



GEERT VANHAUWAERT
S. Vanmarckelaan 20/0201
8560 Moorsele
zefel.rsca@skynet.be
Gsm 0473 99 09 35

ANDRE WITDOUCK
De Linde 24
8560 Moorsele

Tel 056 40 03 60



JAN PEIRS
De Voetweg 9
8560 Gullegem
peirs.jan@gmail.com
Gsm 0470 57 87 63
Tel 056 41 86 80

ANNE VEREECKE
Bgm. Lesaffrestraat3
8560 Moorsele

vereeckeanne@hotmail.com

Gsm 0499 63 68 75

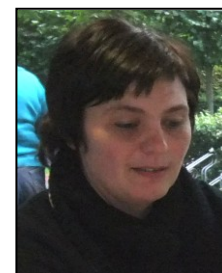


DANNY BULTYNCK
Dr. Hemerijckxlaan 10
8560 Moorsele
danny.bultynck@telenet.be
Gsm 0486 21 97 82
Tel 056 42 11 94

SOPHIE DELANNOY
Noordkouter 37
8560 Moorsele

sophie.delannoy@skynet.be

Gsm 0479 08 13 32



Bankrelatie GKCCBEBB
BE08 8335 1432 7713

website

http://www.bloggen.be/7mijl_stappers/

Neem regelmatig eens een kijkje op onze site. Je verneemt er als eerste de laatste nieuwtjes en je kan er ALLE foto's & uitslagen bekijken van onze organisaties !!!

Lokaal



BVBA DE WULFDAM
CAFE IN DE KROONE MOORSELE

Inhoud

BESTUUR 2

INHOUD 3

SPONSORS een beetje overal ! 3,4,5,7,8,9

WOORD van de voorzitter 5

WAAR WANDELDEN de 7mijl-stappers ? 6 - 9

SPONSORS een beetje overal ! 10,12,14,16

FAMILIEBERICHTEN 11

- > verjaren in maart - april - mei 11
- > 65 op pensioen 11
- > beterschap 12
- > droevig bericht 12

SECRETARIAATSBERICHTEN 13 - 14

- > losse berichten 13
- > welkom in de club 14
- > busreis 29 mei 2016 : POMPOENSTAPPERS Lichtaart 15 - 16

GEZONDHEID : honing - cholesterol - handen wassen 17

WANDELKALENDER 18 - 21

- > 20/03 : 17^{de} Memorial March of peace (Mesen) 18
- > 01/04 : Leietocht (Lauwe) 19
- > 10/04 : 16^{de} STEKSELTOCHT (Moorsele) 19 - 20
- > 26/04 : 6^{de} Lentetocht (Wervik) 20 - 21
- > 13/05 : 11^{de} SINKSENTOCHT (Moorsele) 21

RUG : belangrijke data ! 22

=====

Werkten mee aan dit clubblad : Etienne Cottyn, Anne Vereecke, en eindredactie en lay-out : Marc Masselis

=====

Verzekeringen - Kredieten - Beleggingen

Defraye Luc

zakenkantoor bvba

31396 cA RPR KORTLUK 0438.006.567.

Sint-Maartensplein 6/0001
8560 Moorsele • 056/41.30.77

DVV Raad op mensenmaat

DVV staat voor de Vlaamse Vereniging van Defraye's (VVD) - vereniging van verzekering, krediet en belegging. Sint-Maartensplein 6/0001 - 8560 Moorsele.

<p>Vanwynsberghe Bart Fietsen & Bromfietsen</p>  <p>Narrestraat 72, 8560 Moorsele Tel. 056 41 26 55 - Fax 056 41 66 31 b.vanwynsberghe@skynet.be</p>	<p>Lindeke SFEERCAFE</p>  <p>Warandestraat 65 8560 Moorsele Lindeke@telenet.be Tel. 056 49 48 78</p>	<p>DAMES HEREN ZONNEBANK</p> <p>HAIRSTUDIO Sabine Sabine Demuyneck</p> <p>Warandestraat 156 8560 Moorsele Tel. 056 42 08 85</p>
<p>Brood-en Banketbakkerij 't Vrije</p>  <p>Warandestraat 68, 8560 Moorsele Tel. 056 40 18 31</p>	<p>MICHELINE DECLERCQ medische voetverzorging nagelstyliste-kunstnagels</p>  <p>Warandestraat 31 8560 Moorsele op afspraak: 0472 99 00 48</p>	<p>BLOEMEN FLORAMA</p>  <p>Warandestraat 55, 8560 Moorsele Tel. 056 40 41 50</p>
<p>Commeyne BAKE-OFF & HORECA Commeyne bvba</p> <p>Karrestraat 21 8560 Moorsele Tel. 056 41 32 37 Fax 056 42 03 21 commeyne@commeyne.com</p>	<p>Autocardienservice VLAMINCK</p>  <p>Karrestraat 55, 8560 Moorsele Tel. 056 41 15 55 - Fax 056 42 33 31</p>	<p>Martin Christophe interieur • meubelmeeuwen 0497 37 02 54</p>  <p>Atelier: Heenweg 92 • 8560 Moorsele Factuuradres: Warandestraat 52 • 8560 Moorsele Tel. 056 42 25 91 christophe.martin@leuphony.net.be</p>

VOLGEND CLUBBLAD HALFWEG MEI artikels WELKOM tot 1 mei !

BANDENCENTRALE ANNE

PERSONENWAGENBANDEN
BESTELWAGENBANDEN
VRACHTWAGENBANDEN

**OOK VOOR
LEASE-
WAGENS**

FIRSTSTOP
BANDENSPECIALIST



Noordstraat 6 - 8560 Gullegem - T. 056 42 37 23
tegenover autokeuring te Moorsele

www.bandencentrale-anne.be

**ELEKTRICITEIT-KOELTECHNIEK
AIRCONDITIONING**

**COTTYN
GEERT**

Dotterbloemstraat 13 - 8501 BISSEGEM
tel. 056 35 92 32 - 0475 78 55 12
geert.cottyn@skynet.be

www.geertcottyn.be

G

OPTIEK GRISON

Optometrie - Contactlenzen

Sint-Janstraat 28
8560 Moorsele
Tel. 056 42 06 35
optiek.grison@skynet.be

Maandag gesloten

ZEISS
We make it visible.

sarah 
recour

PODOLOGIEPRAKTIJK

Podologische zolen op maat
Algemene en gespecialiseerde voetzorg
Sportblessures onderste ledematen

Lauwbergstraat 179 - 8930 LAUWE
0472/52 04 67
sarah.recour@telenet.be
www.podologierecour.be

'T Bakkerietje

Krist
Krist Vandewalle

Caesar Gezellestraat 19 - 8560 MOORSELE
Tel. 056 42 25 61 www.bakkerietje-moorsele.be
Gesloten op donderdag en zondag

Meerlandhoeve

GROENTEN & FRUIT

bij Antoon Frits

Meerlaanstraat 10 - 8560 MOORSELE
056/50 95 19 - 0472/61 66 31

Woord van de voorzitter

Beste 7mijl-stappers,

De winter loopt op zijn einde . . . we verlangen hoogdringend naar de lente ! Nieuw leven, alles ontwaakt . . . ook wij worden actiever, komen terug meer buiten, gaan meer wandelen en een goeie gelegenheid is onze **16^{de} STEKSELTOCHT op 10 april**. We starten gewoontegetrouw vanuit OC DE STEKKE aan het Sint-Maartensplein te Moorsele.



Geert zorgt voor een mooi parcours met veel afwisseling. We trekken over Moorsele en Gullegem. Met de 4 km ontdek je vergeten paadjes en het 'Groene Lint' in het centrum van onze Stekselgemeente. De 7 - 10 - 14 - 21 - 25 km stappen door het vernieuwde Provinciaal Domein BERGELEN. Vanaf de 10km komen we aan in de rustpost 'Jongensschool - Gullegem'.

Voor onze eigen leden is er mogelijkheid VOLLE WANDELBOEKJES te laten uitbetalen (enkel boekjes gewandeld als 7mijl-stapper natuurlijk). Je krijgt het wandelboekje vanzelfsprekend terug. Daarnaast is er ook mogelijkheid bij de stand van Sophie, onze CLUBKLEDIJ te passen en te bestellen (kwaliteitsartikelen geleverd via SPORTWINKEL LAUWERS) !

Kort daarna hebben we al onze tweede organisatie : **11^{de} SINKSENTOCHT op vrijdag 13 mei** vanuit de feesttent op de Barakken - Overheulestraat MOORSELE. Elk uur verloting van een fles ambachtelijk streekbier. Bij mooi weer valschermspringers spotten. Rustige landelijke veldwegen, vanaf 14km bewandelen we de oude spoorwegbedding Menen-Roeselare, de moeite waard!

Onze eerste **BUSREIS** volgt kort daarna : **zondag 29 mei trekken we naar Lichtaart**. In februari besloten we tijdens de bestuursvergadering een dubbeldekkerbus te bestellen gezien jullie massale inschrijvingen. Er zijn al 70 deelnemers, en er kunnen er nog enkele bij! Een beschrijving van de parcours vind je verder in dit clubblad.

Alvast bedankt om als nieuw of vertrouwd lid, 2016 mee te wandelen als 7mijl-stapper en hopelijk op één van onze organisaties of andere wandeltocht.

**ALVAST VEEL WANDELPLEZIER
& TOT STAPS !**

jullie voorzitter

Etienne Cottyn



Waar wandelden de 7mijl-stappers?

Het heeft wat geduurd . . . maar hier zijn terug de uitslagen waar onze clubleden wandelden !!
We stopten eind oktober 2015. We gaan nu verder . . . nov-dec 2015 en jan-feb 2016.

datum	Tochtnaam	Naam organisator	nr Club	Totaal	7mijl
31/10/2015	1e Herfsttocht	Reynaertstappers vzw	3150	1626	2
31/10/2015	1e Heksennacht	Op Stap Zwalm	3529	1127	3
31/10/2015	8e Pompoentocht	De Buskanters Houthulst	5507	554	4
31/10/2015	Halloween night	Spoetnikstappers vzw	5363	617	4
31/10/2015	Herfsttocht	Wandelclub 'De Westhoekstappers'	5205	1306	29
1/11/2015	Meetjesland... maak het mee - Allerheiligentocht	WSV Buitenbeentjes Landegem vzw	3120	2103	1
1/11/2015	Allerheiligentocht	De Motestappers Koekelare	5142	1179	4
1/11/2015	13e Soepgroentetocht van Gijope	Comité 2000	3414	1932	5
1/11/2015	8e Curieuze wandeling	De Curieusstappers Westhoek	5511	1140	18
2/11/2015	De Zilveren Vloot	S-Sport Wandelclub Brugge	5352	1552	1
2/11/2015	Rondom Oostnieuwkerke	Sportkring Oostnieuwkerke	5496	874	14
4/11/2015	8e Herfsttocht	Omloop Kluisbergen vzw	3034	1141	1
6/11/2015	Wandel Mee Dag	Gitse wandelclub 'Voetje voor Voetje' vzw	5216	744	5
7/11/2015	40e Mars Leger-Natie	KKRO Gent vzw Mars Leger-Natie	3065	1039	1
7/11/2015	Herfsttocht	W.S.V. Vitales Hoeselt	2067	837	2
7/11/2015	Duivelskuilwandeling	De Pompoenstappers vzw	1050	1082	4
7/11/2015	7e Curieuze Wapenstilstandtocht '14-'18	De Curieusstappers Westhoek	5511	879	8
7/11/2015	11e Waregem Wandelt	Het Wandelend Paard vzw	5477	1035	12
8/11/2015	28e Pannenkoekentocht	Wsv Land van Rhode vzw	3196	2162	5
8/11/2015	Lakebosschentocht	Godelievestappers Ruddervoorde vzw	5059	1729	11
8/11/2015	Hellegattocht	De Heuvelandstappers vzw	5089	1410	21
8/11/2015	25e Brigandrotterstocht	WSV De Brigandrotters vzw	5245	2143	36
11/11/2015	Wandel Mee Dag	Wsv De Lachende Wandelaars Aalter vzw	3003	935	1
11/11/2015	Wandel Mee Dag - Vlaanderen Wandelt!	Wandelclub 't Hoeksken vzw	3040	1844	1
11/11/2015	35e Wandel Mee Dag	Nacht v Vlaanderen Torhout	5100	724	2
11/11/2015	Wandel Mee Dag - Vlaanderen wandelt	Hanske de Krijger Oudenaarde vzw	3233	2360	7
11/11/2015	Wervik Wandelt	Wervikse Wandelsport Vereniging vzw	5061	495	12
11/11/2015	Wandel Mee Dag	Krektrekkers Kortemark	5412	1743	18
11/11/2015	Menen wandelt	De 12 uren van Lauwe	5217	714	26
14/11/2015	11e Sint-Maartenstocht	Presto Ichtegem	5485	756	2
14/11/2015	34e Wandel Mee Dag - Viggaaltocht	vzw Wandelclub Natuurvrienden Deinze	3140	2141	5
14/11/2015	14e PAZOVO Oostende-Westhoek	Palliatieve Zorg Voettocht - PAZOVO	5434	684	9
15/11/2015	Najaarstocht	De Olympic-Stappers vzw	1020	1385	1
15/11/2015	Lippensgoedtocht	Wandelclub Beernem vzw	5009	2018	3
15/11/2015	19e Vredestocht	Wsv De Colliemolen Oostnieuwkerke-Staden	5328	1678	26
16/11/2015	Kanaaltocht	Wsv De Trotters vzw	2021	681	1
17/11/2015	18e Kleine Meertoct	De Winkelse Stappers	5323	637	13
18/11/2015	Midweektocht	Wsv Egmont Zottegem vzw	3163	1122	1
20/11/2015	Novembertoct	De Margriete Stappers vzw	5276	750	6
21/11/2015	34e Sint-Elooiwandelttocht	Wandelclub 'Vier op een Rij' Groot-Zedelgem	5137	1163	2
21/11/2015	26e Bruges by Night - 1e luik van de Vierkunststeden	De Frisse Stappers Brugge	5222	882	3
22/11/2015	Vriendenkring Para-Commando	Anpcv Leuven vzw	4037	853	4
22/11/2015	17e Herfsttocht	Wervikse Wandelsport Vereniging vzw	5061	801	13
24/11/2015	Aviflorawandelttocht	Aviflorastappers Ingelmunster	5493	442	1
28/11/2015	16e Hoevetocht	De 7mijl-stappers Moorseele	5411	1247	125
29/11/2015	Sint-Niklaastocht	Torenvrienden Oostham	2041	1350	2
29/11/2015	Warme Wijntocht	Drevetrotters Zonnebeke vzw	5078	1479	18

Waar wandelden de 7mijl-stappers?

datum	Tochtnaam	Naam organisator	nr Club	Totaal	7mijl
5/12/2015	Sinterklaaswandeling	Watewystappers Tielt	5423	1597	25
6/12/2015	Broekventjestocht - Mühlbach wandeldag	De Vaartlandstappers	1110	1856	2
6/12/2015	26e Brillanttochten	Parel van het Pajottenland	4254	1568	3
6/12/2015	Sint-Niklaasocht	Wandelclub Beernem vzw	5009	1343	4
6/12/2015	Kerstmarkttocht Dominiek Savio	Gitse wandelclub 'Voetje voor Voetje' vzw	5216	1556	15
7/12/2015	Sinterklaasocht	W.S.V. De Schoverik Diepenbeek	2045	1059	2
7/12/2015	Wintertocht rondom Oostnieuwkerke	Sportkring Oostnieuwkerke	5496	1049	15
9/12/2015	8e Wafelentocht	Padstappers Geraardsbergen vzw	3135	1681	1
12/12/2015	Zoutewandeling	WNZB Knokke-Heist vzw	5072	651	1
12/12/2015	Kerst in Lier	De Kleitrappers vzw	1013	635	1
12/12/2015	Gent bij Nacht	Florastappers Gent vzw	3103	3864	2
12/12/2015	12e Wintertocht	De Tervaete Stappers Keiem	5439	665	4
12/12/2015	Kersttocht	W.C. Izemberevrienden	5102	523	10
12/12/2015	Last Post- en Kerstverlichtingstocht	Wandelclub 'Nooit Moe Boezinge' vzw	5207	2064	33
13/12/2015	34e Sint-Bavotocht - Viggaaltocht	Wandelclub Scheldestappers Zingem vzw	3105	1817	3
13/12/2015	De Hoge Blekkertocht	Vzw Wandelclub De Duintrappers Westende	5008	1001	6
13/12/2015	Wintertocht	Godelievestappers Ruddervoorde vzw	5059	1395	7
15/12/2015	Aviflorawandeltocht	Aviflorastappers Ingelmunster	5493	1113	10
19/12/2015	Winters wandelen	Wsv Horizon Donk vzw	2066	1391	2
19/12/2015	Brugge Binnenste Buiten in kerstsfeer	Brugsche Globetrotters vzw	5177	3671	16
19/12/2015	Winterwandeling	't Wandel Voetje vzw	5526	983	29
20/12/2015	Kerstwandeling	Terug Op Stap Post vzw	2071	1340	2
20/12/2015	8e Wandeltocht Oostende met Kerstlicht	Wsv De Keignaerttrippers Oostende vzw	5011	1549	3
20/12/2015	21e August De Maeretoct	Nacht v Vlaanderen Torhout	5100	888	7
20/12/2015	21e Putje Wintertoct	Wsv De Molenstappers Ruiselede vzw	5330	2408	18
20/12/2015	Kersttocht	De Heuvellandstappers vzw	5089	1398	22
23/12/2015	Gheeraerttocht	Wandelclub Nieuwpoort v.z.w.	5303	1475	4
25/12/2015	Kerstmistoct	Wandelclub Beernem vzw	5009	1520	9
26/12/2015	Euraudax Andenne	Euraudax België	4258	118	1
26/12/2015	Meetjesland... maak het mee - Eindejaarstoct	Wandelclub Al Kontent Groot Evergem vzw	3304	1178	5
26/12/2015	Kerstsfeer in Damme	Levenslijnteam Damme vzw	5463	1567	11
26/12/2015	Oudenaarde in kerstsfeer	Hanske de Krijger Oudenaarde vzw	3233	2895	12
27/12/2015	Eindejaarstoct	TTC Smashing Smude vzw	5537	1228	1
27/12/2015	Hooggoedwandeling	Wsv De Lachende Wandelaars Aalter vzw	3003	2350	4
27/12/2015	Rodeneuzentocht	Velodroomvrienden Moorslede	5347	1938	56
29/12/2015	In den Doenkere Zeswekentocht	vzw Rustige Bosstappers Jabbeke	5178	1228	7
29/12/2015	19e Kortrijk Feeëriek	Wsk Marke vzw	5012	3375	78
31/12/2015	Euraudax Torhout	Euraudax België	4258	78	1



Waar wandelden de 7mijl-stappers?

datum	Tochtnaam	Naam organisator	Club nr	Totaal	7mijl
1/01/2016	24e Katertocht	Nacht v Vlaanderen Torhout	5100	1746	7
2/01/2016	Nieuwjaarswandeling	De Warden Oom Stappers vzw	5256	2199	14
3/01/2016	Nieuwjaarstocht - Koffiekoekentocht	Wandelclub Beernem vzw	5009	2227	6
3/01/2016	22e Nieuwjaarstocht	De Winkelse Stappers	5323	1826	78
5/01/2016	Pannenkoekentocht	Sportkring Oostnieuwkerke	5496	1186	23
8/01/2016	Vriestocht	De Motestappers Koekelare	5142	751	8
9/01/2016	7e Aalterse Marathon	Wsv De Lachende Wandelaars Aalter vzw	3003	1516	2
9/01/2016	Moezeltocht	De Spartastappers Ardooie vzw	5391	1183	5
9/01/2016	Putje Wintertocht	Wsv De Colliemolen Oostnieuwkerke-Staden	5328	1251	7
10/01/2016	Cassel, dak van Vlaanderen	Vlaensch Huiseke Godewaersvelde	5344	687	1
10/01/2016	Nieuwjaarswandeling	Postliljon Wandelclub Merelbeke vzw	3091	1676	3
10/01/2016	Strand- en Polderwandeling	WNZB Knokke-Heist vzw	5072	911	4
10/01/2016	Nieuwjaarstocht	Godelievestappers Ruddervoorde vzw	5059	1679	7
10/01/2016	16e Sint-Antoniuswandeltocht	De Streuvelsstappers	5408	1127	35
12/01/2016	Aviflorawandeltocht	Aviflorastappers Ingelmunster	5493	1161	22
16/01/2016	Nieuwjaarstocht	Wandelclub Koekelare vzw	5127	1375	5
16/01/2016	9e Winterwandeling	Omloop Kluisbergen vzw	3034	791	6
17/01/2016	12e Scheldevalleitocht - Viggaaltocht	Wandelclub Scheldestappers Zingem vzw	3105	2267	2
17/01/2016	28e Wintertocht - Brugse Ommeland Wandeltoefee	Wandelclub 'Vier op een Rij' Groot-Zedelgem	5137	2498	13
17/01/2016	Nieuwjaarswandeling	De Klinkerclub	5469	1404	42
21/01/2016	Hapkintocht	Krekretrekkers Kortemark	5412	1125	12
23/01/2016	Rondom Brugge - Brugse Vesten Tocht	Brugsche Globetrotters vzw	5177	2512	11
24/01/2016	Zwintocht	WNZB Knokke-Heist vzw	5072	1136	3
24/01/2016	Scheldebroektocht - Donkmeertrofee 2016	Boerenkrijgstappers vzw	3450	3656	5
24/01/2016	14e Brandweertocht	De Tervaete Stappers Keiem	5439	1835	9
24/01/2016	29e Gaperstocht	Wervikse Wandelsport Vereniging vzw	5061	1588	55
26/01/2016	19e Kleine Meertocht	De Winkelse Stappers	5323	1302	40
29/01/2016	Howitzertocht	De 12 uren van Lauwe	5217	1021	21
30/01/2016	Vredeseilandentocht	vzw Vredeseilanden	5297	614	1
30/01/2016	5e Eierkoekentocht	Guldenbergstappers Wevelgem	5499	728	23
31/01/2016	23e Manneken-Pistochten - Priortrofee	Padstappers Geraardsbergen vzw	3135	1665	1
31/01/2016	Poort Van Haspengouwtocht	W.S.V. Iris Kortessem	2065	882	2
31/01/2016	Warme Wijntocht	Drevetrotters Zonnebeke vzw	5078	1309	22

 <p>Overheulestraat 5, Moorsele - 056/40 22 22</p>	<p>OVERHEULEGROEP MOORSELE</p>	 <p>GRIET VERRIEST 0497 / 99 85 10 DAISY VANHOLLEBEKE 0495 / 18 63 10</p>	<p>FRITUUR MAGALI & DIEGO SABBE-DECROUBELE Overheulestraat 75, 8560 Moorsele Tel. (056) 42 24 84</p>
 <p>www.morentitsolutions.be maarten@morentitsolutions.be</p>	<p>Landmeetkantoor Koen Roelandt uit sympathie Overheulestraat 206, 8560 Moorsele</p>	<p>MAXIMILANO ALLE LICHAAMS- EN GELAATSVERZORGING PEDICURE • ZONNEBANK Cantelaerstraat 3, 8560 Moorsele Tel. 056 40 39 02</p>	<p>OKI • ACER • SAMSUNG Overheulestraat 100 8560 Moorsele Tel. (056) 42 22 94 Fax 056 42 24 84 info@computerhouse.be</p>
<p>Kapsalon Carine Clerck's straat 1, 8560 Moorsele 056/40 16 82</p>	<p>bvba ALAIN LIBBRECHT ijs- en roomijspecialiteiten • diepvriesproducten Overheulestraat 268 8560 Moorsele tel. (056) 50 18 83</p> <p>YSCO</p>	<p>dagbesteding • drukkerij printings Overheulestraat 51-53, 8560 Moorsele • 056 41 68 62</p>	<p>'t Mandeke GROENTEN EN FRUIT Fruitmanden - Rauwkost Overheulestraat 47, Moorsele (0494) 42 46 74</p>

Waar wandelden de 7mijl-stappers?

datum	Tochtnaam	Naam organisator	Club nr	Totaal	7mijl
1/02/2016	Pannenkoekentocht	W.S.V. De Schoverik Diepenbeek	2045	837	2
1/02/2016	Maandagtocht	Sportkring Oostnieuwkerke	5496	1107	11
6/02/2016	29e Sprokkeltocht	Wsv Land van Rhode vzw	3196	1911	1
6/02/2016	Tweedaagse Terriltocht	Samen Uit Samen Thuis vzw	2042	1096	2
6/02/2016	30e Blasiustocht	Gitse wandelclub 'Voetje voor Voetje' vzw	5216	2320	26
7/02/2016	Bloemendaletocht - Brugse Ommeland Wandeltrofee	Wandelclub Beernem vzw	5009	2045	9
7/02/2016	Kruwerstocht	Wandelclub Nieuwpoort v.z.w.	5303	1535	11
10/02/2016	6e Midweektocht	De Trekvogels Boekhoute vzw	3383	421	2
10/02/2016	Krokustocht	Levenslijnteam Damme vzw	5463	606	5
11/02/2016	Valentijntjestocht	Vzw Wandelclub De Duintrappers Westende	5008	981	4
12/02/2016	16e Krokustocht	Reynaertstappers vzw	3150	1197	2
13/02/2016	16e Geutelingentochten	Dwars door Brakel	3107	1862	3
13/02/2016	Wintertocht	De Heuvellandstappers vzw	5089	715	14
13/02/2016	Oliebollentocht	De Margriete Stappers vzw	5276	2155	22
14/02/2016	Valentijntocht	Godeliestappers Ruddervoorde vzw	5059	1242	2
14/02/2016	19e Strandjutterstocht	Spoetnikstappers vzw	5363	448	8
14/02/2016	26e Wintertocht	Wsk Marke vzw	5012	1349	47
16/02/2016	Aviflorawandeltocht	Aviflorastappers Ingelmunster	5493	1621	29
20/02/2016	Valentijnstocht	De Curieusneuzen Pittem	5500	332	2
20/02/2016	15e Rndom Elsegemtocht	Wsc Klavertje Vier Wortegem-Petegem	3447	781	9
21/02/2016	43e Wintertocht	Wsv De Keignaertrippers Oostende vzw	5011	1528	2
21/02/2016	3e Zwalmse 12 Dorpentocht	Op Stap Zwalm	3529	1618	2
21/02/2016	Warme Wijntocht	Drevetrotters Zonnebeke vzw	5078	1153	12
21/02/2016	13e Aktiv-Wandeltochten	De Textieltrekkers vzw Vichte	5361	1230	19
23/02/2016	15e Krokustocht	Wervikse Wandelsport Vereniging vzw	5061	820	17
24/02/2016	11e ROOKOP-wandeling	De Witsoone Stappers Krombeke	5180	838	10
27/02/2016	27e Bibbertocht	vzw Rustige Bosstappers Jabbeke	5178	1406	4
27/02/2016	Krokussentocht	Watewystappers Tielt	5423	1736	9
27/02/2016	Kazemattentochten	De 12 uren van Lauwe	5217	1181	46
28/02/2016	VLAANDEREN WANDELT	Wandelsport Vlaanderen vzw	9999	12102	8

Het doet deugd te zien dat onze club soms SUPERvertegenwoordigd is , van zo'n 10% van het ledenaantal tot zelfs meer dan 25 % !

SPAR





Sint-Janslaan 12 - MOORSELE

alle dagen open, ook op zondag



ALUMES^{bvba}

ALU-PROFIELEN

Millesteenstraat 91 - 8890 Dadizele Tel. 056/50.64.75
info@alumes.be - www.alumes.be



UITVAARTZORG
GHILLEMYN-RADÉ

Bankstraat 31 | 8560 Gullegem
St. Maartensplein 7 | 8560 Moorsele
056 41 11 48 | www.ghillemyn-uitvaartzorg.be

Bruggestraat 220
8930 Menen
T+32 (0)56 51 53 58
F+32 (0)56 53 31 57

Speiestraat 21
8940 Wervik
T+32 (0)56 31 25 85

Elke dag op afspraak,
huisbezoeken ook mogelijk



dierenartsenpraktijk
samyn

 dierenartsenpraktijksamyn
info@dierenartssamyn.be
www.dierenartssamyn.be
BTW BE 0892 869 063



VOETPRAKTIJK LIEN medische voetverzorging

***Huid - en nagelaandoeningen**
eeltvorming - kloven - likdoorn - eeltpit - schimmelinfecties
ingegroeide nagel - verdikte nagel - ...

***Voetzorg bij risicopatiënten**
diabetische, - reumatische - en oncologische voet

***Specialisaties**
Orthoplastie - Onychoplastie - Orthonyxie

***Wondzorg en villtherapie**

Ledegemstraat 101 ' 8560 Moorsele
Op afspraak: 0497 40 25 04 ' 056 29 46 26
Meer info: www.voetpraktijklien.be



LEASING & VERHUUR

DUVELO

BE

Verhuur van volledig uitgeruste trekfietsen
meer info op www.duvelo.be
Wahisstraat 3 - 8930 MENEN +32 473 804 707

nieuw

Timmer- en interieurwerk
Ramen en deuren
Hout - PVC - Alu
Kasten op maat
Plafonds & wanden
Binnendeuren
Parket



VANOOST FILIP BVBA

Pijplap 71 - 8560 GULLEGEM
tel. 0498 50 19 50
e-mail filip.vanoost@telenet.be
btw BE 0808.816.583
www.filipvanoost.be

nieuw

Familieberichten



Familienieuws, geboortes, huwelijken, jubileums, gewoon iemand eens in de bloemetjes zetten . . . het kan allemaal in dit CLUBBLAD van en voor onze clubleden.

Laat het ons weten !

Fijne verjaardag aan :

in **MAART** : 1 JAN COUSSENS, 1 JOOST GHESQUIERE, 2 FILIEP COUCKE, 2 JOHAN CATTEEUW, 2 MAGDA VANDORPE, 3 **ROSETTE DECOCK***, 5 STEFAAN DELPUTTE, 7 BJORN GHESQUIERE, 8 **ERIK VERBRUGGHE***, 8 LIEVE BONTE, 10 CHRISTIANE VANDROMME, 12 MYRIAM DEVODDERE, 12 FRIEDA HENNIN, 12 ILSE D'HAENE, 12 SARAH VAN LERSBERGHE, 14 EMMA CLARYSSE, 15 RIK MOERKERKE, 17 ETIENNE COTTYN, 17 CAROLINE MARTIN, 19 SOPHIE DELANNOY, 20 ANJA DE BRUYNE, 22 **JEAN-PIERRE ACCOU***, 23 DOMINIQUE VANDEWALLE, 25 JOHNNY CATTEEUW, 25 VEERLE MARTIN, 26 FREDDY MAES, 29 JAAK PARMENTIER, 29 MARLEEN VANNESTE, 30 CHRIS BOONE.



in **APRIL** : 1 ARLETTE PATTYN, 1 DIDIER BEKAERT, 2 FRANCINE COOLS, 2 LIESBETH ACCOU, 3 PIET DESIMPELAERE, 6 STEFAAN GYKIERE, 8 LILIANE CAPPON, 10 MIROSE VANBESELAERE, 11 ERIC VERMONT, 11 EDDY VERSTRAETE, 11 CAROLINE VANOOTEGHEM, 12 CHRISTINE VERBEKE, 14 **FREDDY STEVENS***, 15 CHRISTINE NAERT, 15 LINDA DUPONT, 16 ROOS DEMUYNCK, 17 **RONNY DESNOUCK***, 18 ANN DUMORTIER, 19 GINETTE VANLERBERGHE, 20 MARC VANSTEENKISTE, 22 NORBERT LIEPHOUT, 23 MONIQUE VANDERPLANCKE, 23 BART DEVOS, 24 KRISTIEN QUARTIER, 25 **MARC VANDROMME***, 25 SABINE VIERSTRAETE, 26 ANDRE WITDOUCK, 26 ANNIE DEPREZ, 26 ANDRE GHESQUIERE, 27 RITA KINDT, 29 GERDA VANESCHE, 30 JACQUES TANGHE.



in **MEI** : 2 INGRID DELRUE, 3 RAOUL DERUYTERE, 4 MONIKA TANDT, 6 HUBERT FAES, 6 CHRISTINE HUYSENTRUYT, 13 RUDDY VANDENBERGHE, 13 JAN REESINK, 14 ETIENNE FIEVE, 14 ERIC PILLEN, 14 GERDA VANMARCKE, 18 MONIQUE MINNE, 18 KURT VANDEVELDE, 19 MARIE-THERESE DERYCKE, 19 JAN PEIRS, 20 **LUTGART GHESQUIERE***, 20 DORINE DEBAENST, 20 WARD HANSSSENS, 21 TREES VANDENBUSSCHE, 21 GINO CALLENS, 22 JOHAN DECHERF, 23 URBAIN PORTE, 24 FABIENNE DEKEIREL, 27 RHUNE VERMEULEN, 28 RITA COKELAERE, 28 KURT STAELENS, 29 ELISE VINCK, 29 ANITA ACKE, 31 MARNIX COONE.



*



PROFICIAT
met
jullie pensionering !

Van Harte Beterschap

We wensen veel beterschap en/of spoedig herstel toe aan alle leden die ziek zijn, onlangs een operatie ondergingen en/of opgenomen werden in een ziekenhuis.

We hopen dat ze weldra "met volle moed" terug de wandelschoenen kunnen aantrekken om zo de nodige zuurstof op te nemen en zich te ontdoen van de geslotenheid van de ziekenkamer.



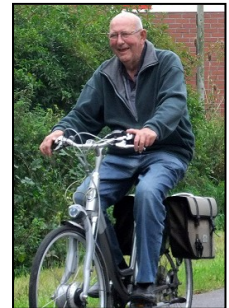
Droevig Nieuws

Veel te vroeg, maar omringd door liefde, is van ons heengegaan **Brigitte VEREECKE** (°15 augustus 1951 - †18 januari 2016), (schoon)zus van **Marc Vereecke - Leen Vandezande, Anne Vereecke - Marc Masselis**, lievelingstante van **Lien Vereecke**.



*Jouw boek ligt dichtgeslagen
maar voor ons zijn alle bladzijden uit dat boek
de liefste en mooiste herinnering aan een vrouw
zo bijzonder die wij nooit zullen vergeten.*

We melden u het overlijden van **Jozef VEREECKE** (°19 maart 1945 - †7 februari 2016), (schoon)broer van **Marc Vereecke - Leen Vandezande, Anne Vereecke - Marc Masselis**, dooppeter van **Lien Vereecke**.



*Denk aan mij terug maar niet in dagen van pijn en verdriet.
Denk aan mij terug in de stralende zon
hoe ik was toen ik alles nog kon.*



Door mooie herinneringen gesterkt nemen wij afscheid van **Joanna SAMYN** (°4 oktober 1926 - †18 februari 2016), (schoon)moeder van **Paul Depuydt - Gerda Opsomer**.

*Ik ben zo moe na deze lange reis...
Al wat ik vraag is een rustige slaap
en dromen van hen die ik liefhad...*

De Klokke Café en feestzaal

Ieperstraat 3, 8560 Moorsele

tel +32 56 41 29 17

info@deklokkemoorsele.be



Secretariaatsberichten

Hallo,

Lente in het land ... hopelijk weten de weergoden wat echt lenteweer is ! Voor de busreis waren jullie er weer héél rap bij, daardoor konden we tijdig uitkijken naar een grotere bus. Er is nu wel nog wat plaats over . . . maar misschien zijn er nog wel enkele kandidaten. Wacht echter niet te lang, want nu is VOL echt vol !

Vrijwilligers worden niet betaald, niet omdat ze waardeloos zijn maar omdat ze onbetaalbaar zijn...



Jullie hebben ook massaal het ziekenfonds-formulier overgemaakt voor de teruggave van het inschrijvingsgeld. Wie het nog niet deed, zorgt er best voor zijn document mee te brengen naar onze eerstkomende organisaties. Die volgen elkaar heel snel op . . . op **zondag 10 april onze Stekseltocht**, en een maand later op **vrijdag 13 mei de Sinksentocht**. Het worden dus drukke dagen voor de **HELPEDE HANDEN** ; *alvast dank voor jullie vrijwilligerswerk !*



Vergeet vooral niet uw volle wandelboekjes mee te brengen op de Stekseltocht. Deze zijn geld waard (wees gerust je krijgt ze terug). Eén van onze ledenvoordelen is de uitbetaling (alleen mogelijk op nieuwjaarsfeest & Stekseltocht!) van de volle wandelboekjes (gewandeld als 7mijl-stapper natuurlijk) à rato van 1 euro per 15 wandelingen.

Onze SPAARKAART 2015 heeft een enorm succes gekend. Vorig jaar kon je één à twee MOB-bonnen ter waarde van 5 euro bekomen door deel te nemen aan één van onze cluborganisaties. In totaal werden **121 spaarkaarten** uitbetaald : 25 ervan waren volle (2x5 euro), 96 onvolledige maar wel goed voor 5 euro. *Een mooi geschenk ter gelegenheid van ons jubileumjaar (15jaar clubbestaan).*

	2 PUNTEN STEKSELTOCHT 12/04/2015	1 PUNT SINKSENTOCHT 22/05/2015
1 PUNT HULPOEFSTOCHT 15/08/2015	1 PUNT HORETOSCHT 28/11/2015	
1 PUNT BUSREIS 1 2015	1 PUNT BUSREIS 2 2015	
SPAARKAART 2015		

Tijdens het KWB-wandelweekend zijn we weer goed vertegenwoordigd met de 7mijl-stappers: onze voorzitter Etienne Cottyn, ikzelf, Jean-Pierre Cappon, Frans Van Wuytswinkel, Geert Masschelein, Geert Opsomer, Georges Porte, Gilbert Dewulf, Marc Vereecke, Willy Desimpelaere, Kurt Staelens en ons nieuw lid Dirk Verduyn !

We voorzien een verslagje in ons volgend clubblad dat je rond halfweg mei mag verwachten.

We hebben recent een **NIEUWE SPONSOR** bij !

Hou rekening met al onze sponsors bij je aankopen en/of diensten. Door hun financiële bijdrage is dit **PAPIEREN CLUBBLAD** nog steeds mogelijk. Véél leesplezier en suggesties zijn altijd **WELKOM !**



Timmer- en interieurwerk
 Ramen en deuren
 Hout - PVC - Alu
 Kasten op maat
 Plafonds & wonden
 Binnendeuren
 Parket

VANOOST FILIP NV

Pipplap 71 - 8560 GULLEGEM
 tel. 0498 50 19 50
 e-mail filip.vanoost@telenet.be
 btw BE 0808.816.583
 www.filipvanoost.be

Op 6 maart 2016 telt onze Club : **320** leden.

Dank aan hen die iets lieten weten, maar de meesten vinden een sms of mailtje de moeite niet om ons op de hoogte te brengen van hun NIET-hernieuwing.

Jammer, want zo zijn we bezig van november TOT februari met de opvolging !!!

Daarnaast ontvingen wij een hele reeks nieuwe leden !

Alvast zijn we goed op weg naar de kaap van 350 leden !

WELKOM in onze club :

GAEREMIJN	FRANKY	K. FABIOLA STRAAT 59	8560	GULLEGEM		0478/37 94 95
D'HAENE	ILSE					0473/70 52 33
COMMEYNE	CHRIST	KARRE STRAAT 24	8560	MOORSELE	056/41 20 34	0494/72 87 54
ACCOU	LIESBETH					
VERDUYN	DIRK	TER GRACHT 72	8560	MOORSELE	056/41 41 62	
VERBEKE	ANN					0477/56 39 14

Veel wandelplezier als 7mijl-stapper !!

=====

VERKOOP VAN GROENTEN & FRUIT
VERSNIJDEN GROENTEN

't mandeke

Koen Grymonprez

Overheulestraat 47 • 8560 MOORSELE

GSM 0494 42 46 74



Lauwers Sport en Advies

Larstraat 98 - 8930 LAUWE

BIERHANDEL
POELVOORDE Dirk

Wezelstraat 14, 8560 WEVELGEM

tel. 056 41 31 90
fax 056 41 85 47
gsm 0476 89 74 94

dirk.poelvoorde@skynet.be





Busreis 29 mei 2016

Pompoenstapperswandeling

🍷 🚶 🦽 📍 6 - 10 - 14 - 16 - 20 - 25 - 30 - 40 - 50 km

2460 Lichtaart (Antwerpen) - De Pompoenstappers vzw

85% door de bossen van Lichtaart en Kasterlee. Wandelen door Koningsbossen, Provinciaal domein Hoge Mouw, Rulheide, Zandschel en naargelang de afstanden Hoge Rielen, Witte Bergen en Weigerbergen !

De Pompoenstappers heten ons op zondag 29 mei van harte welkom ter gelegenheid van de jaarlijkse Pompoenstapperswandeling. Kasterlee is zonder twijfel het Pompoendorp bij uitstek, geen wonder dat de inwoners dan ook heel toepasselijk de spotnaam van Pompoenpapeters met zich meekregen. Jaarlijks slaat de pompoengekte in oktober toe. Een hele maand is de gemeente in de ban van deze reusachtige oranje vrucht. Overal merk je dan pompoenen aan en zijn er talrijke pompoenevenementen. "Oktober pompoenmaand" is uitgegroeid tot een groots volksgebeuren gekoppeld aan een bijzonder culinair aanbod uiteraard in het teken van ...

We reizen uiteraard niet alleen naar Kasterlee/Lichtaart af om er te gaan proeven van de Pompoenpap. Maar bovenal te genieten van een heerlijke bosrijke wandeling. De Pompoenstapperswandeling start in het Ligahof in de Schoolstraat in Lichtaart. Het Ligahof is 50 m verwijderd van de achterkant van de kerk.

Er zijn 3 rustposten voorzien: in Goor, Achterlee en de Molestraat.

Kasterlee het Pompoendorp

Geen Kasterlee zonder pompoenen. Een duik in de tijd leert ons dat de oranje vruchten sterk in de Kastelse geschiedenis ingeworteld zitten. Dat brengt ons naar de jaren 1700. In die periode was pompoenpap de kermiskost van de inwoners van **Kasterlee**. Wanneer later de aardappelooft zwaar tegenviel, kwam stevast **pompoenpap** op tafel van menig Kastelnaar.

Zelfs tot het begin van de 20^{ste} eeuw was pompoenpap iets heel gewoons in het dorp. Dat maakt van Kasterlee het pompoendorp bij uitstek. Kastelnaren worden nog altijd spottend pompoenpapeters genoemd. En daarop zijn we fier! Jaarlijks slaat in oktober de pompoengekte toe. Een hele maand is de gemeente in de ban van deze reusachtige oranje vrucht. Overal liggen pompoenen en zijn er pompoenevenementen.

Met de 40 en 50 km maken we eerst ter plaatse een lus naar de omgeving van de Netevallei. **De 6 en 10 km** stapt daar mee om onderweg te splitsen en naar de rustpost in Goor te gaan. Terug aan de start gaan we met alle afstanden de andere richting uit door de bosomgeving van de Hoge Berg. Dit is de plaats waar de veldrijders een mooi oefenterrein ter beschikking hebben. De Lange afstanden maken daar een splitsing om verder de Witte Bergen te bewandelen, om daarna met de andere afstanden naar de rustpost in Achterlee te gaan. De grote afstanden maken hier dan een lus. Na de rust is het volgende traject richting Molenstraat door de bossen en velden naar de volgende rustpost. Vervolgens stappen we door de Zandschel en de Rulheide en door de omgeving van de Hoge Mouw richting Goor waar de volgende rustpost gelegen is. Na deze welverdiende rust vatten we het laatste gedeelte aan van onze wandeling en stappen door de koningsbossen naar de aankomst in Lichtaart.



Kaliebeek is een klein riviertje in de Antwerpse Kempen en loopt op de grens tussen Tielen en Lichtaart, waar het op de meest zuidelijke punt van Tielen uitmondt in de Aa. In Tielen zelf, in natuurreservaat de Balderij, stromen eerst twee riviertjes in elkaar uit voordat ze de naam Kaliebeek krijgen. Deze zijn de Grote- en Kleine-Kaliebeek die respectievelijk ontspringen in Arendonk en in Oud-Turnhout. Op een 18^{de} eeuwse landkaart van Brabant van de hand van Robert de Vaugondie staat vermeld dat deze beken alleen in de winter stroomden. Kalie, of zoals het origineel en nu ook nog in het dialect gebruikte 'Cale', is Keltisch voor waterloop en kan je ook in namen van andere riviertjes terugvinden. (bijvoorbeeld in de Calene een waterloop in de provincie Oost-Vlaanderen) Tot de 19e eeuw waren er officieel meerdere 'Cale's' in de buurt van de huidige Kaliebeek omdat men ooit op de kaarten van

onbevaarbare waterwegen van de Aa- en Netevallei besliste alle zijriviertjes van beide rivieren gewoon 'Cale' te noemen. Waarschijnlijk gewoon omdat de plaatselijke namen geen belang hadden en het veel gemakkelijker was overal dezelfde naam in te vullen.

Hoge Mouw Is een Provinciaal groengebied in het hartje van de Kempen waar naaldbomen, zandduinen, vennetjes en heidevelden uit uitzicht domineren. Het is een prachtige locatie voor ontspannen wandelingen, ritjes met de mountainbike of te paard. De talrijke paden zijn goed gemarkeerd. Het 104 ha grote domein ligt op de Kempische Heuvelrug en is vooral bekend om zijn 'Kabouterberg' waar kinderen zich helemaal kunnen uitleven tussen de vreemde luchtwortels van de naaldbomen.



De grillige wortels steken ver boven de zandduinen uit waardoor er een sprookjesachtige en zelfs griezelige sfeer ontstaat.

Duivelskuil Over deze put (niet zomaar een put), 15 meter van de wandelroute, zijn al heel wat tot de verbeelding sprekende verhalen geschreven. Het eerste dateert wellicht al uit 1571 toen Lieske Coolbonders zelfmoord pleegde door zich in de put te verdrinken nadat ze door de duivel zelf werd achtervolgd. Lieske was de bastaarddochter van Katrien Coolbonders die door een Spaanse edelman werd verkracht. De edelman werd door Katrien's echtgenoot vermoord. Het lijk werd eerst in de Duivelsput gegooid en later in de buurt ervan begraven.

In 1695 zou een man uit Reusel opgehangen zijn geweest aan een galg op de Hoge Mouw en later in de Duivelskuil begraven. 60 jaar geleden werden in de kuil vele scherven van lijk-urnen opgegraven wat doet vermoeden dat er hier een prehistorische begraafplaats moet geweest zijn. De kuil is niet altijd even goed zichtbaar. Vooral als hij droog staat ben je er voorbij voor je het beseft en veel is er niet aan te zien. Pas als er water in staat valt hij beter op en komt de verbeelding ook makkelijker op gang. Kortom, stof genoeg voor bijgelovige verhalen...

Als we de Pompoenstappers op hun woord mogen nemen : een wandeling die voor 85% door de bossen van Lichtaart en Kasterlee loopt. Alweer een gezellige clubuitstap om niet te missen.

Voor de wandelaars die met de trein komen wordt er de mogelijkheid geboden afgehaald te worden aan het station om 8:10 ; 9:10 ; 10:10 uur. Indien mogelijk een seintje. De Lijn bus 305 (alle uren)

INSCHRIJVEN MET DE BUS KAN NOG ALTIJD. Tegen halfweg februari waren we al met méér dan 60 deelnemers ! We hebben in de bestuursvergadering beslist opnieuw beroep te doen op een dubbeldekkerbus ! Zo zijn er zeker nog enkele plaatsen vrij, maar wees snel en schrijf nu direct in.
LET OP : VOL IS VOL !!!

Inschrijven door storting 12,50 euro per persoon (clubleden voorrang) op de clubrekening BE08 8335 1432 7713, melding BUSREIS 29/05/2016.

=====



**AUTOCARS
VLAMINCK**

**Karrestraat 57
8560 MOORSELE
Tel. 056/41 15 55
Fax 056/42 33 31**

Gezondheid

Honing tegen verkoudheid en hoest

Amerikaanse wetenschappers hebben via een klinische studie aangetoond dat honing een veel veiliger en gezonder antihoeftmiddel is dan de meeste medicinale siropen. Professor Ian Paul en zijn team van de universiteit van Pennsylvania deden een onderzoek bij 105 verkouden patiëntjes, die door de hoest niet konden slapen. De 105 kinderen werden onderverdeeld in drie groepen. Groep 1 kreeg voor het slapengaan een lepel biologische, vloeibare honing. Groep 2 nam een lepel medicinale hoestsiroop in. Groep 3 kreeg niets. Uit het onderzoek bleek dat de kinderen die de vloeibare honing hadden ingenomen de beste nachtrust hadden.



Waarom is honing zo goed?

Honing in vloeibare vorm lijkt op hoestsiroop, maar het is zeer rijk aan antioxidanten en stoffen die microben op natuurlijke wijze doden. Op de vraag hoeveel honing de kinderen gedurende de test kregen was het antwoord de eenvoud zelf. "Kinderen tussen 2 en 5 jaar kregen een halve koffielepel, jongens en meisjes in de leeftijdscategorie tussen 6 en 11 jaar consumeerden een volledige koffielepel. Oudere kinderen kregen 2 koffielepels.", zeggen de onderzoekers.

Cholesterol en eieren



Veel mensen denken dat eieren niet zo gezond zijn omdat ze veel cholesterol bevatten. Dit is onterecht: wetenschappers hebben nooit een verband kunnen aantonen tussen het eten van eieren en hart- en vaatziekten. Zelfs het verband tussen het eten van cholesterolhoudende voeding en het voorkomen van hart- en vaatziekten is bijna nooit aangetoond.

De minderheid van de bevolking (25 %) krijgt een verhoogde cholesterolwaarde in het bloed door cholesterol te eten. Zelfs voor die mensen is er geen groot probleem: zowel de goede (HDL) als de slechte cholesterol (LDL) nemen toe. Het schadelijke effect wordt gecompenseerd door een gunstig effect: netto is er geen risicoverhoging.

Handen wassen om infecties te voorkomen

Regelmatig je handen wassen is de basisregel om allerhande infecties te vermijden. Veel mensen weten echter niet hoe ze hun handen moeten wassen en drogen. De wereldgezondheidsorganisatie (WGO) raadt iedereen aan handen te wassen met zeep. Zonder zeep verdwijnen de ziekmakende bacteriën en virussen onvoldoende van de huid. Het volstaat volgens de WGO om je handen gedurende 30 seconden te wassen en er voor te zorgen dat er voldoende gereinigd wordt tussen de vingers en onder de nagels.



Ook op het vlak van het drogen van de handen bestaan er nogal wat misverstanden. Je handen drogen met warme lucht resulteert in nieuwe besmetting van de handen door de aanvoer van ziekmakende stofjes die in de warme lucht zitten. Droog je handen gewoon af met een ongebruikte, droge handdoek of papieren zakdoek.



De gegevens op deze site zijn zuiver van informatieve aard en pas bruikbaar na een diagnose door een geneeskundige, therapeut of voedingsdeskundige. Raadpleeg eerst een deskundige en sla nooit professioneel advies in de wind.

WANDELKALENDER



Voor een volledig en uitgebreid aanbod van wandeltochten verwijzen wij heel graag naar het gloednieuwe boek **Walking in Belgium** ! Of via www.wandelsportvlaanderen.be . Daar vind je niet alleen alle tochten, maar ook alle uitslagen !

Vergeet niet ons **CLUB-NUMMER 5411** te vermelden op je inschrijvingskaart.

GEBRUIK vanaf 1/1/2016 uitsluitend de nieuwe BLAUWE klevers !

Heb je een nieuwe voorraad klevers nodig ? Bestel ze een week vóór onze Stekseltocht of SINKSENTOCHT en kom ze afhalen tijdens je deelname !

=====

17° Memorial March of Peace
Zondag 20 maart 2016
Mesen




STARTPLAATS : Ontmoetingscentrum,
Korte Mooiestraat 7, MESEN

AFSTANDEN : 4-6-12-18-25-32 km

STARTUREN : 8.00 - 15.00u

INFO : Frans Malengier
Klijtstraat 14 - 8940 Wervik
Tel. 056/31.27.90
www.wandelclubwervik.be

Vanuit de kleinste Vlaamse stad Mesen, wacht de deelnemers een unieke zwerftocht, waarbij het oorlogsverleden die de streek tekent als een rode draad door de diverse trajecten loopt. Meer dan welke oorlog ook, de Grote Oorlog '14 - '18 heeft hier duidelijk zijn sporen nagelaten. Diverse militaire begraafplaatsen, oorlogsobeliskken en talrijke monumenten zoals **Messines Ridge Memorial to the Missing**, de mijnkrater **Pool of Peace**, restanten van het **Bayernwald te Wijtschate** of **Wulverghem-Lindenhoek Road Military Cemetery** herinneren er aan de gruwel van een nutteloze oorlog.

Mesen is vandaag de dag meer dan ooit een Vredestad. Peace Village Messines, een internationaal verblijf- en educatief centrum staat symbool voor de vrede. De wandeling komt er onder meer langs de Sint-Niklaaskerk (in de volksmond "den Dikkop" genaamd) met haar vredesbeiaard, de Ierse Vredestoren en het vredespark. Neem hierbij de prachtige vergezichten op de getuigenheuvels van het Heuvelland, de lichtglooiende Douvevallei, de groene lentecontouren van het Wijtschaatse Bayernwald en fenomenale zichten op West-Vlaanderen hoogste getuige heuvel 'de **Kemmelberg**' en men bekommt de ideale mix van deze 17de Memorial March of Peace.

Daar waar de twee kleinste afstanden (4 & 6km) Mesen en het omliggende hinterland verkennen, trekken de langere afstanden richting Wijtschate. Het Heuvellanddorp staat vandaag de dag bekend als opnamelocatie van de televisiereeks "**Eigen Kweek**". Tijdens de Grote Oorlog vormde Wijtschate, gezien de ideale ligging op een heuvelrug, een cruciale rol tijdens de slag om Mesen in 1917. De Duitsers hechtten veel belang om Wijtschate in handen te houden, ze zaten in een ideale positie om de Britten te observeren. Gruwelijke oorlogstaferelen speelden zich alhier af in het **Bayernwald**. Ook de **Spanbroekmolenkrater**, beter gekend als de Pool of Peace herinnert aan de gruwelijke mijnschlag. Thans vormt dit stukje natuur midden het glooiend landschap van Heuvelland een vredige herdenkingsplaatsje to never forget. Wat verder gelegen de begraafplaatsen Lone Tree Cemetery en Spanbroekmolen Cemetery. Het uniek stukje groen vormt het voortouw van serieuzer wandelwerk.

De verende wandelpaden leiden naar het kleinste Heuvelland dorp Wulvergem. We krijgen een prachtige inblik op het wat verderaf gelegen provinciaal natuurdomein de Kemmelberg en de glooiende Douvevallei. Achter elke hoek, voorbij elke heuvel wacht een beleving of valt er iets te ontdekken. Ook hier is het oorlogsverleden nooit veraf.

Deze wandeltocht steekt dus weer vol verrassingen. Wij zorgen tevens voor goede en ruime rustposten en een gratis versnapering voor elke wandelaar. En onze befaamde Picon als opwarmertje of achterafje zal zeker niet ontbreken. Daarnaast kan elkeen nog een bezoekje brengen aan het TIP gelegen in het voormalig stadhuis. Je krijgt er een volledig beeld van Mesen door de eeuwen heen, maar centraal staat de Eerste Wereldoorlog.

Lundi de Parques
KAIN
MONT SAINT AUBERT
Lundi Maandag **28-03-2016**
Marche - Wandeling
6km - 12km - 20km

Inschrijvingen opentoe van 20h à 21h
Gratis inschrijving van 7 tot 27 uur

TOON RESPECT VOOR DE WANDELCLUB EN
HOUD JE AAN DE STARTUREN

TOON SPONTAAN
UW LIDKAART
BIJ INSCHRIJVING

Wandelclub de 12 uren van Lauwe nr 5217
Vrijdag 1 april 2016
Leietoicht
 7 - 14 - 21-km
WANDELLEN DOOR DE GROENE LEIE STREEK

START. WONDERWIJZER
 HOSPITAALSTRAAT 14 LAUWE Info. Marie-Madeleine
 insch 8u tot 16u aankomst tot 18u tel 0474/475881

Op vrijdag 1 april, en dit is geen aprilgrap, organiseren we terug onze Leietoicht in Lauwe. Starten kan vanuit de Gemeentelijke Basisschool, die als nieuwe naam 'De Wonderwijzer' meekreeg, gelegen in de Hospitaalstraat te Lauwe. Alle afstanden starten gezamenlijk en volgen eerst de 'Handboogwegel' om vervolgens naar de wijk Opstal te trekken. Zo gaat het via de Schonekeer en de 'Biezeveldwegel' naar de Voegelwijk waar we afscheid nemen van de 4 en 7 km. Deze afstanden gaan dan onmiddellijk via de 'Leiekantwegel' de Golden River een bezoekje brengen om dan via enkele nieuw aangelegde wandelpaadjes in de Koningin Astridlaan te belanden.

Het 'Kemmelbeekpad' brengt hen tot in de Menenstraat en via Lauweplaats terug naar De Wonderwijzer dit is het eindpunt voor de 4km en een rustpost voor de 7km. Na de rust neemt de 7km

de 'Klaphoekwegel' om dan via de Steenovenstraat en de Larstraat de 'Statiewegel' te nemen die hen tot op het Kraaiveld brengt. Na genoten te hebben van het prachtige panorama die hen werd aangeboden op het Kraaiveld zakken ze terug af richting dorpskern. Het pad langs het oefenveld van White Star Lauwe brengt hen zo terug naar de Hospitaalstraat en het einde van de wandeling. De grotere afstanden (13 en 21 km) stappen na de splitsing Naar het Biezeveld om er wat genieten van de rustige natuur rond de visvijvers. Een oud asfaltwegeltje brengt hen naar de Lauwbergstraat en een aardeweg brengt hen onder de spoorwegbrug door naar de Preshoek en zo via enkele natuurgebieden tot in de buurgemeente Marke. Hier kunnen ze even rusten in het plaatselijke schooltje. Na de rust maken de wandelaars op de grootste afstand hier nog een extra lus die hen langs het 'Markebekepad' naar de boorden van Leie brengt. 'Het Prikkelpad' biedt hen de gelegenheid om met volle teugen te genieten van de prachtige, groene natuur. Zo bereiken ze voor een tweede keer het schooltje voor een rustpauze. Na deze rust stappen de 13 en 21 km terug samen via het 'Debopad' naar de Klarenhoek.

Het Preshoekbos vormt vervolgens het decor voor nog wat meer natuurschoon en enige rustige wandelpaadjes stuurt hen zo terug richting Lauwe. Nog is het niet gedaan want nog een stukje natuurgebied en de 'Preshoekwegel' brengt hen terug naar de Lauwse dorpskern en zo terug naar De Wonderwijzer. Hier worden ze verwelkomd met de geur van versgebakken wafels.



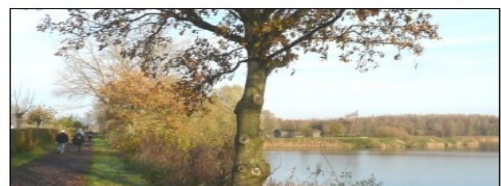
Wandelclub
 de 7mijl-stappers
 MOORSELE
 WSVL 5411

16^{de} STEKSELTOCHT
te MOORSELE
Zondag 10 april 2016





GRATIS ATTENTIE (zolang de voorraad strekt)

Zeer ruime & verzorgde startplaats, dichtbij 'Het Groene Lint', het kasteel Grimaldi en de historische Kerk. **Vernieuwd Provinciaal natuurdomein BERGELEN** (vanaf 7km) via rustige landelijke wandelwegen, genietend van de schoonheid van de natuur. De kleurschakeringen van de velden en akkers zijn een streling voor het oog. 4 & 7 km afzonderlijk parcours !



LENTE IN HET LAND ... WANDELLEN IS PLEZANT !

rustpost	Jongensschool Gullegem		Hoeve MAES	aankomst DE STEKKE	Totaal
	1° x	2° x			
4				4,300	4,300
4 				4,000	4,000
7			5,300	2,210	7,510
7 			4,100	2,210	6,310
10	5,670		3,870	2,210	11,750
14	5,670	3,830	3,870	2,210	15,580
21	7,220	5,850	7,150	2,210	22,430
25	7,220	5,850	7,150	6,000	26,220

-> 4 km = centrum met Groen Lint en Kasteel, Rustoord.

-> 7 km = van startzaal door natuurdomein BERGELEN - rust op Hoeve Maes - terug naar de Stekke.

Parcours 4 en 7 km zijn volledig afzonderlijk te bewandelen en toegankelijk voor rolstoelgebruikers, ze zijn aldus te combineren tot 11km rolstoelvriendelijk parcours! (is NIET de voorgestelde 10km)

-> 10 km = van start door natuurdomein BERGELEN tot aan rustpost Jongensschool Gullegem.

Vandaar terug door domein Bergelen naar rustpost Hoeve Maes, om dan samen met de andere afstanden terug naar de startzaal te wandelen.

-> 14 km = parcours 10 km met in rustpost Gullegem een kleine LUS langs Natuurhoeve richting watertoren.

-> 21 km = verlaat de kortere afstanden om het natuurdomein iets uitgebreider te bewandelen. Ook de lus naar 't Hoge (watertoren) is iets uitgebreider. Ze verlaten de 2x de rustpost te Gullegem om via Schoonwater, Aardappelhoek het natuurdomein Bergelen te bereiken en zo aan de rustpost Hoeve Maes te geraken. Van daar met de andere afstanden terug naar startzaal.

-> 25 km = parcours 21 km met uitgebreide terugweg vanaf de laatste rustpost (Hoeve Maes), over 't Vrije, Ter Gracht en een stuk GROEN LINT.

DE PARCOURSKAARTJES VERSCHIJNEN EERSTDAAGS OP ONZE WEBSITE + FACEBOOK

WSV DE BRIGANDTROTTERS VZW
INGELMUNSTER

Organiseert op
ZATERDAG 23 april 2016

3^{de} PEKKERSTOCHT

Start : VTI Izegem
Italianenlaan 30 IZEGEM
(± 2 km van het station)

Starturen : 7 - 15 uur

Afstanden : 7 - 13 - 18 - 21 km

Inschrijving: € 1,50
€ 0,40 ledenkorting





PRIMEUR voor alle afstanden: MOGELIJKHEID TOT
BEZOEK AAN EPERON D'OR
PAS VERNIEUWD NATIONAAL BORSTEL- EN
SCHOEISELMUSEUM!

De kleinste afstanden wandelen door het Merelbos,
het natuurwandelpad wandel op de Mandel, langs
kasteel Blauwhuis en Trassenskapel.

De grootste afstanden wandelen richting Kachtem
met het bos Rhodesgoed, langs de Sasbrug met
haventje en kanaal Roeselare-Leie.



6° Lentetocht dinsdag 26 april 2016

Eind april staan we alweer present voor een heerlijke midweekse wandeling. Vanuit de ruime zaal Oosthove presenteren we tochten van 6-12-15 en 21 km waarbij men in alle rust kan genieten van het ontluikend lente landschap rond het natuurgebied 'De Balokken', de oevers van de Leie en zelfs een prachtig stukje natuurwandelen bij onze zustergemeente Wervicq-Sud.

De wandeling kent een rustige aanvang, waarbij de kleine typische groene landschapselementen dat Wervik rijk is volop aan bod laat komen.

De **Molenmeersen** vormen één der groenste woonwijken van Wervik, waarbij de Sint-Jansbeek zich kronkelt langs een diep ingesneden vallei. Aldaar torent de houten **Kruisekemolen**, ook wel Ma Campagne molen genaamd torenhoog

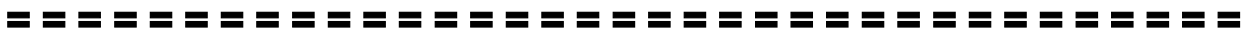


boven de huizen uit. Aan de andere kant van de stad leiden de wandelpaden naar de vallei van de **Hoge Plankenbeek**. Knotwilgen, elzenbroek, struweel vormen de hoofdtoon. Aan de rand van de nieuwe begraafplaats wenkt het natuur-reservaat "**De Balokken**", een 36ha groot park geklemd tussen de nieuwe en de oude Leie. Het halfopen karakter van het domein biedt talrijke mooie uitzichten op de Leievallei. De statige Sint-Medarduskerk waakt als een baken boven de stad.

We trekken naderhand terug de "**Golden River**" over, een naam dewelke herinnert aan de destijds floreerende vlasnijverheid op de Leie. "Wervicq-Sud jumelée avec Roetgen" staat af te lezen op een aftands signalisatiebord. Het doet er ons aan herinneren dat vóór 1713 beide Wervik(ken) nog één vormden. Het verdrag van Utrecht zorgde ervoor dat we in tweeën werden gedeeld.

Het '**Circuit de la Montagne**' laat vermoeden dat we opnieuw groenere contouren opzoeken. We vertoeven inmiddels in de omgeving van het kasteel Dalle-Dumont, wie goed kijkt zal merken dat de sporen van een verwoestende Grote Oorlog ook hier duidelijk zichtbaar zijn. Het "**Deutscher Soldatenfriedhof**" herbergt 2.498 Duitse gesneuvelden. De Franse Schreve verlaten zonder te nippen van een wel heel lokaal aperitiefje op basis van sinaasextract zou zonde zijn. Maar opgelet, het drankje **PICON** genaamd kan ook vervaarlijk zijn en de tongen laten rollen. *Consumeer dus met maten of is het moaten.*

Tijd om het laatste stukje van deze groenrijke Lentetocht aan te vatten. De grauwe arbeidershuisjes en "frontaliers" gebouwen die alhier vroeger de industrialisering inluiden maken naderhand plaats voor nieuwbouw en inplanting van gezellige pleintjes. Er is duidelijk nog wat werk, maar blijkbaar komt hier binnenkort langs de boorden van de Leie, een heerlijke wandelpromenade gekleurd met heel veel groen, schaduwrijke zit- en keuvelhoekjes.



zon 08/05/2016	Zaal Brugzavel	6,30uur tot 15 uur
45ste	Brugzavel 25A	6- 12 -18 - 25- 50 km
Omloop Kluisbergen	9690 Kluisbergen	



Sinksenvrijdag 13 mei 2016

te Moorsele

11^{de} Sinksentocht Start vanaf 07.00 tot 15.00u Aankomst vóór 18.00 u
 afstanden 4 - 8 - 14 - 22 km Verantwoordelijke Cottyn E. Tel.:056/41.35.63. GSM.:0494/58.27.05. Web: www.bloggen.be/7mijl_stappers.
 Start: Feesttent De Barakken, Overheulestraat - Maalstraat, Moorsele, Lente in het land, wandelen is plezant. Verzorgde startplaats.
ELK UUR 1 FLES AMBACHTELIJK STREEKBIER VERLOOT.
 Bij mooi weer valschermspringers spotten. Rustige landelijke veldwegen, vanaf 14km oude spoorwegbedding Menen-Roeselare, de moeite waard! Inschrijfgeld: € 1,50. Korting federatieleden op vertoon van lidkaart € 1,10.

7mijl-stappers MOORSELE

Neem regelmatig een kijkje op onze WEBSITE
http://www.bloggen.be/7mijl_stappers/

of op Facebook



we hebben ook een "besloten groep"

Wandelclub



de 7mijl-stappers
MOORSELE

BELANGRIJKE DATA

- tochten 2016 :**
- > zondag 10 april Stekseltocht
 - > vrijdag 13 mei Sinksentocht
 - > maandag 15 augustus Halfoogsttocht
 - > zaterdag 26 november Hoevetocht

- feesten :**
- > HELPERSFEEST zaterdag 8-10-2016
 - > Nieuwjaarsfeest 2017 vrijdag 13-1-17



WELKOM op onze Stekseltocht zondag 10 april & onze Sinksentocht vrijdag 13 mei !

