

# Clubblad *de 7mijl-stappers* nr. 69

tweemaandelijks (verschijnt niet in juli & augustus)

jaargang 2013

Wandelclub AKTIVIA 411 , de Platse , MOORSELE

januari - februari 2013

## Wandelclub



MOORSELE

## de 7mijl-stappers

België - Belgique  
P.B.  
8560 Wevelgem 1  
**BC 1388**



# A

AKTIVIA

### AKTIVIA 411

Tweemaandelijks tijdschrift (verschijnt niet in juli & augustus)

**AFGIFTEKANTOOR 8560 WEVELGEM 1**  
**toelatingsnummer P209100**

Verantwoordelijke uitgever : Marc Masselis - Bgm. Lesaffreststraat 3 - 8560 MOORSELE E-mail : [marc.masselis@busmail.net](mailto:marc.masselis@busmail.net)

**o LIDGELD = OK , dank u voor uw hernieuwing !!**

**o LIDGELD niet OK, dit is uw laatste clubblad**



## WSK-Marke & Waterhoekstappers Heestert

AKTIVIA  
*Nationale*  
**Wandeldag**  
Bornem • Kortrijk • Overmere-Donk 24 februari 2013

# Bestuur



## Voorzitter

COTTYN Etienne  
Dr. Hemerijckxlaan 34  
8560 MOORSELE

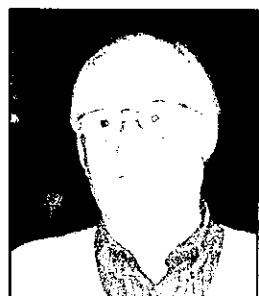
Tel. 056/41 35 63  
Gsm 0494/58 27 05



## Secretaris

MASSELIS Marc  
Bgm. Lesaffrestraat 3  
8560 MOORSELE

Gsm 0476/30 28 17  
[marc.masselis@busmail.net](mailto:marc.masselis@busmail.net)



## Penningmeester

WITDOUCK Andre  
De Linde 24  
8560 MOORSELE

Tel. 056/40 03 60

**Bankrelatie GKCCBEBB  
BE08 8335 1432 7713**

## website

[http://www.bloggen.be/7mijl\\_stappers/](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



## Café 'De Platse'

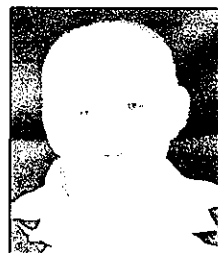
Gery en Jacqueline  
Catteeuw-Radé

Sint-Maartensplein 8  
8560 Moorsele

Tel. (056) 40 12 83

open van dinsdagnamiddag t.e.m.  
zondag van 9 - 13 u. en van 17 - ?? u.

## Bestuursleden



VANHAUWAERT Geert  
Ieperstraat 15 B  
8560 MOORSELE

Gsm 0473/99 09 35  
[zeffel.rsca@skynet.be](mailto:zeffel.rsca@skynet.be)



VEREECKE Anne  
Bgm. Lesaffrestraat 3  
8560 MOORSELE

Gsm 0499/63 68 75  
[vereeckeanne@hotmail.com](mailto:vereeckeanne@hotmail.com)



BULTYNCK Danny  
Dr. Hemerijckxlaan 10  
8560 MOORSELE

Tel. 056/42 11 94  
Gsm 0486/21 97 82  
[danny.bultynck@pandora.be](mailto:danny.bultynck@pandora.be)



GHEYSEN Marijke  
Kraaimeers 65  
8560 MOORSELE

Tel. 056/41 70 07  
Gsm 0473/71 20 31  
[luc.dumortier3@telenet.be](mailto:luc.dumortier3@telenet.be)



PEIRS Jan  
De Voetweg 9  
8560 GULLEGEM

Tel. 056/41 86 80  
Gsm 0470/57 87 63  
[peirs.jan@gmail.be](mailto:peirs.jan@gmail.be)

N  
I  
E  
U  
W



DELANNOY Sophie  
Noordkouter 37  
8560 MOORSELE

Gsm 0479/08 13 32

[sophie.delannoy@skynet.be](mailto:sophie.delannoy@skynet.be)

# Inhoud :

BESTUUR .....	2
INHOUD .....	3
WOORD van de voorzitter .....	4
AKTIVIA nieuws .....	5 - 7
Het "speciale" wandelboekje 2013 : 40 jaar Aktivia .....	6 - 7
LIJST afhaalpunten T-shirts 40 jaar Aktivia .....	7
SPONSORS .....	8 - 11 - 12 - 21 - 33
Verslag HOEVETOCHT te Gullegem .....	9 - 11
JAAROVERZICHT uitslagen tochten 2012 .....	13 - 15
FAMILIEberichten ; verjaardagen, droevig nieuws, vakantie, geboorte . . . . .	16 - 18
SECRETARIAAT .....	19 - 21
WELKOM in de club .....	20
WSK MARKE & WATERHOEKSTAPPERS ; nationale wandeldag 24 feb 2013 ....	22 - 26
WANDELKALENDER .....	27 - 30
> 2 <sup>de</sup> EIERKOEKENTOCHT 26/1 Guldenbergstappers Wevelgem .....	27
> WEEKDAGTOCHTEN Winkelse Stappers .....	27
> Motestappers Koekelare .....	27
> HOWITZERTOCHT 1 februari te Desselgem .....	28
> PANNENKOEKENTOCHT 10 februari te Sint-Niklaas .....	28
> Wandeltrofee West-Vlaanderen .....	29
> KAZEMATTENTOCHT 23 februari te Menen .....	29 - 30
> PRIMEURWANDELING 9 maart te Ledegem .....	30
BUSREIS met ontbijt 28 APRIL 2013 naar BRAKEL .....	31
GEZONDHEIDSartikel : KEELPIJN .....	32 - 33
RUG : belangrijke dat ! .....	34

*Werkten mee aan dit clubblad : Etienne Cottyn , Eddy Amerlinck , Stefaan Bailleur, Anne Vereecke en Marc Masselis.*

*Eindredactie en lay-out : Marc Masselis*

**enkele sfeerbeelden van het nieuwjaarsfeest, meer op onze website !**



# Woord van de voorzitter



## Beste wandelvrienden,

In deze eerste maand van 2013 wens ik jullie allen, wandelvrienden en sponsors, een **GELUKKIG JAAR** met veel wandelplezier. Ook **WELKOM** aan de nieuwe leden en hernieuwde leden die hun vertrouwen in onze wandelclub stellen.

Dit jaar viert **AKTIVIA** zijn 40jarig bestaan (de naam is wel eens gewijzigd, maar de federatie bestaat zolang) en biedt alle leden een **GRATIS** wandelboekje aan : 25 afgestempelde tochten geeft u recht op een **GRATIS T-SHIRT** af te halen op welbepaalde wandeltochten verspreid over het landsgedeelte (O & W Vl., Antw. & Vl Brab.). U leest er meer over elders in dit tijdschrift. U kan verder uw bestaand boekje gebruiken (om geen onderbreking te hebben in uw telling tochten en km's) en daarnaast het "speciale" wandelboekje 2013 laten afstempelen.

Het voltallige bestuur en een ganse reeks helpende handen staan in 2013 terug klaar om 4 prachtige wandelorganisaties in goeie banen de leiden. Nu het nieuwjaarsfeest net voorbij is, gaat onze aandacht nu in eerste plaats naar onze eerste en belangrijke organisatie op 14 april van de wisselbekertocht "13<sup>de</sup> STEKSELTOCHT". Een volledig **NIEUW PARCOURS** met doorgang door het privé-domein **WULFDAMBOS** (1<sup>ste</sup> maal toegankelijk !). Leden die nog **VOLLE** wandelboekjes hebben, kunnen die (net zoals op het nieuwjaarsfeest geweest) laten verzilveren voor euro's !

Noteer alvast ook onze eerstvolgende **BUSREIS MET ONTBIJT** : zondag 28 april. We trekken naar **BRAKEL** voor Vlaanderens mooiste wandeltocht in het kader van *100 jaar Ronde van Vlaanderen*. Hierbij worden enkele legendarische hellingen bewandeld en kunnen we genieten van prachtige vergezichten. Vanaf heden kan ingeschreven worden, en weet onze vorige busreizen waren vlug volgeboekt ; wees er dus vlug bij !

Tot slot hou ik eraan U en Uw familie en allen die u dierbaar zijn, de beste wensen over te maken voor 2013, en daartoe doe ik een beroep op een versje van Stijn Streuvels ;

*Dat 't nieuwe jaar beter moge zijn dan 't oude  
met veel zon en minder regen  
met Gods zegen op uw wegen  
en voor de reste . . . van alle goede dingen 't beste  
vrede , vriendschap , vreugde allerhand  
en de gezondheid navenant.*

Alvast veel wandelplezier gedurende het ganse jaar & **TOT STAPS !**

jullie voorzitter **Etienne Cottyn**



Beste wensen en een gelukkig 2013!



# AKTIVIA nieuws

## > WANDELBOEKJES 2013 :

Naar aanleiding van het 40jarig bestaan van AKTIVIA, ontvangen de leden van de wandelclubs GRATIS een wandelboekje 2013. De wandelaars kunnen met dit boekje een mooi aandenken bekomen na het stappen van 25 tochten.

Een wandelaar kan slechts één dergelijk wandelboekje ontvangen. Lees eens aandachtig het afzonderlijk artikel met de gebruiksregels. Regelmatig stellen wij jullie in kennis van de plaatsen waar de T-Shirt kan afgehaald worden !



**ZIE LIJST VERDER IN DIT CLUBBLAD**

## > NATIONALE WANDELDAAG 2013 :

Voor West-Vlaanderen werken WSK Marke en De Waterhoekstappers Heestert samen. NOTEER ALVAST ZONDAG 24 FEBRUARI 2013 IN UW AGENDA !!!

**MEER INFO VERDER IN DIT CLUBBLAD**



## > Marching.be, de wandelkalender in een nieuw kleedje :

### De wandelkalender is vernieuwd!

Voor elke wandeling een link naar een routeplanner met de auto en het openbaar vervoer! Zo geraak je nog makkelijker op je bestemming!

**ALLE WANDELUITSLAGEN** op [www.marching.be/uitslagen](http://www.marching.be/uitslagen) . . . ook deze van VVRS en VWF is een feit.

## > LIDKAARTEN 2013 :

De lay-out van de lidkaarten is grondig gewijzigd. Zo wordt het secretariaatsadres niet meer afgeprint op de lidkaarten 2013. Ook in de ledengegevens is wat gesnoeid: o.a. de gegevens van telefoon, GSM, mailadres,...worden niet meer op de lidkaart afgedrukt. Dit wil echter niet zeggen dat je deze gegevens niet meer dient op te vragen bij je clubleden. Het is in ieders voordeel dat het ledenbestand zo volledig mogelijk is.

## **Het wandelboekje ter gelegenheid van 40 jaar AKTIVIA in 2013**

---

Ter gelegenheid van het 40-jarig bestaan van AKTIVIA werd een exclusief wandelboekje gemaakt.

Dit wandelboekje krijg je gratis bij de hernieuwing van je lidgeld 2013.

AKTIVIA belooft bovendien elke wandelaar met een mooi geschenk na 25 wandelingen in 2013.

We maken graag enkele afspraken rond dit 'speciale' wandelboekje 2013:

- Het wandelboekje kan enkel gebruikt worden in 2013!  
Dit betekent dat het slechts kan en mag afgestempeld worden **vanaf 1 januari 2013** en dat het niet meer kan gebruikt worden **na 31 december 2013**. Veel wandelen in 2013 is dus de boodschap!
- Elk lid heeft slechts recht op één dergelijk wandelboekje.
- **Na een deelname van 25 wandelingen afgestempeld in dit wandelboekje krijgt de eigenaar een aandenken, een mooi exclusief en degelijk wandel T-shirt.**  
Elk lid kan slechts één aandenken bekomen dat pas kan worden ontvangen na afstempeling op blz. 34 van het wandelboekje.
- Voor het afstempelen in dit wandelboekje komen enkel in aanmerking:
  - ✓ **Tochten georganiseerd binnen een erkende wandelfederatie;**
  - ✓ **Tochten waarvoor inschrijfgeld is betaald.**  
Oefentochten, wandelingen tijdens clubreizen (bv. op GR-paden, in de bergen,...) komen niet in aanmerking.  
Men betaalt immers geen inschrijfgeld voor die organisaties.
- De voorlopige ophaalplaatsen van de T-shirts zijn:
  - ✓ **De vier AKTIVIA provinciale wandeldagen, nl.:**
    - de Antwerpse Wandeldag in Zoersel op 03/03/2013;
    - de Oost-Vlaamse Wandeldag in Geraardsbergen op 21/04/2013;
    - de Vlaams-Brabantse Wandeldag in Opwijk op 16/06/2013 en
    - de West-Vlaamse Wandeldag in Middelkerke(Lombardsijde) op 15/09/2013
  - ✓ **Grote evenementen zoals**
    - de Tweedaagse van Blankenberge op 4 en 5/05/2013;
    - de Omloop Kluisbergen op 12/05/2013;
    - de Vierdaagse van de IJzer op 21-22-23-24/08/2013.
  - ✓ **De organisaties binnen Sportief Wandelen:**
    - Pitztaltocht te Beernem op 11/05/2013;
    - Guldensporentochten te Avelgem op 29/06/2013;
    - De Taalgrenswandeling te Bellingen op 04/08/2013;
    - De Zomertocht te Lampenhout op 01/09/2013;
    - De wisselbekertocht van Scheldestappers Zingem op 06/10/2013;
    - de Brigandtrotterstocht te Ingelmunster op 03/11/2013;
  - ✓ **Andere:.**

**Deze lijst zal regelmatig aangevuld worden en verschijnen in de Nieuwsbrief van AKTIVIA, Gezond op Stap, de websites van AKTIVIA, ...**

***Wandelen... Gewoon doen! Al 40 jaar lang!***

## Lijst afhaalpunten T-shirts 40 jaar AKTIVIA

<u>Datum tocht</u>	<u>Plaats tocht</u>	<u>Provincie</u>	<u>Naam tocht</u>	<u>Clubnr</u>	<u>Clubnaam</u>
3/03/2013	Zoersel	Antw/VI-B	Trappistentocht - Antwerpse wandeldag	410	Wsv De Natuurvrienden – Zoersel
<b>17/03/2013</b>	<b>Waregem</b>	<b>W-VI</b>	<b>20e Internationale Steppeltochten</b>	<b>332</b>	<b>Vzw De Mirakelstappers Waregem</b>
23/03/2013	Michelbeke	O-VI	Berendriestocht	903	PBK Oost-Vlaanderen
7/04/2013	Wolvertem	Antw/VI-B	30e Cracktochten	130	Wandelclub Cracks Wolvertem
<b>14/04/2013</b>	<b>Sint-Andries</b>	<b>W-VI</b>	<b>27e Globetrotters- wandelftocht</b>	<b>177</b>	<b>Wjsv De Brugsche Globetrotters</b>
21/04/2013	Geraardsbergen	O-VI	30e Mattetaartentocht – O-VI wandeldag	135	Padstappers Geraardsbergen
1/05/2013	Dendermonde	O-VI	Tirol wandeldag – 26e Disteltochten	200	Wandelclub De Zilverdistel
5/05/2013	Sint-Katalijne- Waver	Antw/VI-B	17e Groentetocht	349	WSV De Kadodders Sint-Kat- Waver vzw
<b>11/05/2013</b>	<b>Beernem</b>	<b>W-VI</b>	<b>Pitztaltocht</b>	<b>9</b>	<b>Wandelclub Beernem vzw</b>
12/05/2013	Kluisbergen	O-VI	42e Omloop Kluisbergen	34	Omloop Kluisbergen vzw
9/06/2013	Sint-Gillis-Waas	O-VI	28e Wase Poldertochten	25	Wandelclub De Lachende Klomp
16/06/2013	Opwijk	Antw/VI-B	23e Hoppetocht VI-B Wandeldag	252	Wsv De hoppelletjes Opwijk
<b>29/06/2013</b>	<b>Avelgem</b>	<b>W-VI</b>	<b>Guldensporentocht</b>	<b>345</b>	<b>De Waterhoek-stappers Heestert</b>
14/07/2013	Tisselt	Antw/VI-B	31e Vriendschaptocht	110	De Vaartlandstappers
21/07/2013	Bassevelde	O-VI	15e Twee Landentocht	383	VWV De Trekvogels Boekhoute
<b>28/07/2013</b>	<b>Middelkerke</b>	<b>W-VI</b>	<b>Stripfigurentocht</b>	<b>8</b>	<b>Vzw Wandelclub De Duinrappers</b>
4/08/2013	Bellingen	Antw/VI-B	Taalgrenswandeling Pajottenland	360	Halfoogstvrienden Bellingen
4/08/2013	Puurs	Antw/VI-B	Ibis Wandeldriedaagse - Duvelttocht	93	Wsv Ibis Puurs vzw
11/08/2013	Oudenaarde	O-VI	Hanske de Krijgertochten	233	Hanske de Krijger Oudenaarde
<b>21-24/08/2013</b>	<b>Koks/Pop/ Diksm/leper</b>	<b>W-VI</b>	<b>Vierdaagse van de Ijzer</b>	<b>390</b>	<b>Vierdaagse van de Ijzer</b>
1/09/2013	Kampenhout	Antw/VI-B	Zomertocht	518	De Witloofstappers
15/09/2013	Deinze	O-VI	32e Canteclaermarsen – Gerdel van Leie	140	Wandelclub Natuurvrienden Deinze
<b>22/09/2013</b>	<b>Wervik</b>	<b>W-VI</b>	<b>37e Tabakstocht</b>	<b>61</b>	<b>Wevikse Wandelsport Vereniging vzw</b>
6/10/2013	Kruishoutem	O-VI	25e Wisselbekertocht	105	Scheldestappers Zingem
<b>12/10/2013</b>	<b>Ruiselede</b>	<b>W-VI</b>	<b>Sint- Pietersveldtocht – Sloveense WD</b>	<b>330</b>	<b>Wsv De molenstappers Ruiselede</b>
13/10/2013	Essen	Antw/VI-B	22e Rose Gronontocht – 7e tocht Walk 2G	287	Wandelclub De Sint-Janstappers
1/11/2013	Wuustwezel	Antw/VI-B	Sterbostochten	56	Merksemse Wandelclub De Stoboeren
<b>3/11/2013</b>	<b>Ingelmunster</b>	<b>W-VI</b>	<b>23e Brigand- trotterstocht</b>	<b>245</b>	<b>Wsv De Brigandtrotters</b>
17/11/2013	Boom	Antw/VI-B	16e Aawe Kleiretocht - 6e Herdenkingst.	402	Wsv Schorrestappers
24/11/2013	Ursel	O-VI	Uilenspiegeltocht - Viggaaltocht	3	Wsv De Lachende Wandelaars Aalter vzw
15/12/2013	Sint-Pieters- Kapelle	Antw/VI-B	Eindejaarstocht	114	De Marktrotters Herne vzw
28/12/2013	Sleidinge	O-VI	Meetjesland... Maak het mee - Eindejaars	304	W.A.K.
<b>30/12/2013</b>	<b>Kortrijk</b>	<b>W-VI</b>	<b>17e Kortrijk Feëriek</b>	<b>12</b>	<b>Wsk Marke vzw</b>

# Dank aan onze SPONSORS

<b>OVERHEULEGROEP</b>	
 <p><b>DEBAERE</b> Overheulestraat 5, Moorsele - 056/40 22 22</p>	 <p><b>COMPAQ NEC</b> Dagweco OKI Canon PSON Overheulestraat 100 8560 Moorsele Tel. (056) 41 22 94</p>
 <p><b>VOEGWERKEN GEVELRENOVATIE</b> <b>DAVE CANNOOT</b> Wagenbrugstraat 1 - 8560 MOORSELE 056/41 22 32 - 0679/27 12 22</p>	 <p><b>FRITUIR MAGALI &amp; DIEGO</b> SABBE-DEGROUWELLE Overheulestraat 75, 8560 Moorsele Tel. (056) 42 24 94</p>
 <p><b>Kapsalon Cabine</b> Clerck's straat 1, 8560 Moorsele 056/40 16 02</p>	 <p><b>Groenatelier ZANTEDESCHIA</b> Wagenbrugstraat 162 8560 Moorsele GSM (0498) 89 40 27</p>
 <p>Specialzaak voor Dames-Heren-Kinderen <b>Belle</b> Overheulestraat 60 8560 Moorsele Tel. (056) 41 78 03</p>	 <p><b>MAXIMILANO</b> ALLE LICHAAMS- EN GELAATSVERZORGING PEDICURE • ZONNEBANK Conckelstraat 1, 8560 Moorsele Tel. 056 40 39 02</p>
 <p><b>'t Mandeke</b> GROENTEN EN FRUIT FRUITSTAND - BALKWEST Overheulestraat 47, Moorsele (0494) 42 40 74</p>	 <p><b>Landmeetskantoor Koen Roelandt</b> uit sympathie Overheulestraat 206, 8560 Moorsele</p>
 <p>Invite <b>ALAIN LIBBRECHT</b> ijs- en roomijspecialiteiten - ijsopwekproducten Overheulestraat 26B 8560 Moorsele tel. (056) 60 10 03 <b>YSCO</b></p>	 <p><b>printings</b> Overheulestraat 51-53, 8560 Moorsele - 056 41 68 02</p>

**ELEKTRICITEIT - KOELTECHNIEK**

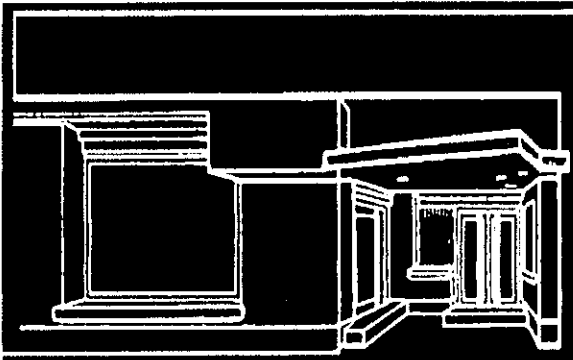


**COTTYN  
GEERT**

**VERLICHTING - DOMOTICA - AIRCONDITIONING**  
PRIVAAT en INDUSTRIE

**tel. 056 / 35 92 32 – GSM 0475 / 78 55 12**

Dotterbloemstraat 13 - 8501 Bissegem  
fax (056) 37 45 25




**RADE - GHILLEMYN**

HUWELIJKEN - BEGRAFENISSEN - FUNERARIUM

SINT-MAARTENSPLEIN 7 - 8560 MOORSELE  
TEL. 056 / 41 11 48

Bruggestraat 220  
8930 Menen  
T +32 (0)56 51 53 58  
F +32 (0)56 53 31 57  
ma, di en vr 17.30 - 19.00  
do 10.00 -12.00

Speiestraat 21  
8940 Wervik  
T +32 (0)56 31 25 85  
woe en do 17.30 - 19.00  
zat 13.30 - 14.30



dierenartsenpraktijk  
**samyn**

ook op afspraak en huisbezoek  
visite à domicile et sur rendez-vous

hadewychsamyn@hotmail.com  
www.dierenartssamyn.be  
BTW BE 0892 869 063

<b>ROZENGROEP MOORSELE</b>		
 <p><b>Electrohandel Deleu L.</b> Verhuuring Videoprojectie Rozenstraat 98, 8560 Moorsele Tel. 056 41 22 83</p>	 <p><b>SCHOONHEIDS- INSTITUUT TRUI</b> Rozenstraat 121 8560 Moorsele tel. 056 40 25 45 - 0497 70 76 58</p>	 <p><b>Lindeke</b> SFEERCAFE Vandendriest 16 - 8560 MOORSELE 056 40 41 78</p>
 <p><b>Bloemenhalle COSSEMENT-LECOUTERE</b> Bloemen, planten, snijbloem en vellen van hoge boomen Rozenstraat 80, 8560 Moorsele Tel./fax 056 41 17 54</p>	 <p><b>D. Mestdagh bvba</b> <b>INTERIEUR</b> Vulwerkenschap Machtwerk Eigen atelier Rozenstraat 132/134, 8560 Moorsele Tel. 056 42 64 10 - Fax 056 42 64 04</p>	 <p><b>VERFAILLIE</b> bvba Sint-Maartensplein 22 8800 Sint-Eloois-Winkel Tel. 056 50 01 21</p>
 <p><b>GREENCONCEPTS</b> F. V. &amp; J. LANGER-REINHOEDT <b>GREENSTORE</b> SNIJ- &amp; GEE-LEN Rozenstraat 7 8560 Moorsele V. 056 16 00 34 www.greenconcept.be</p>	 <p><b>EP ELECTRO PERSYN</b> Rozenstraat 132/134, 8560 Moorsele Tel. 056 42 64 10 - Fax 056 42 64 04</p>	 <p><b>het broodje</b> Baan Gullaghem - Moorsele Rozenstraat 74 - 8560 Gullaghem Tel. 056 42 64 07 - Fax 056 42 64 08 www.hetbroodje.be - info@hetbroodje.be belegde broodjes - broodjesmanden</p>

**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





# Ter Bergelen kleurt Gullegemse Hoebetocht

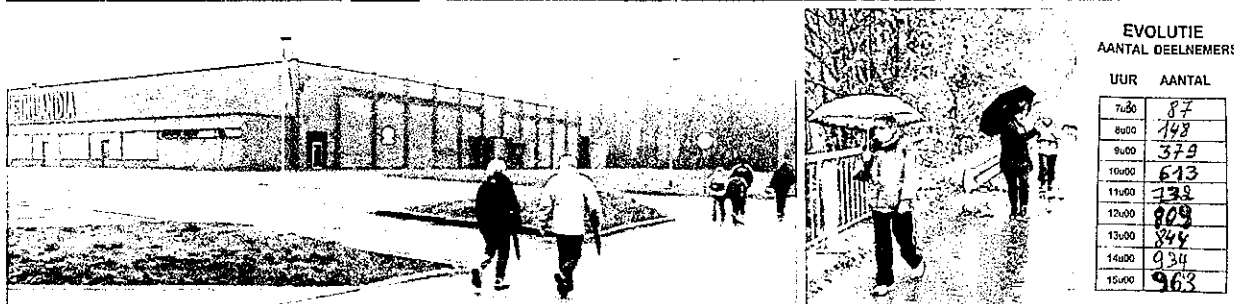
Geschreven door STEFAAN BAILLEUR op 24-11-2012  
Foto's EDDY AMERLINCK

<http://www.wandelgazette.be/nieuws/bericht/4413>

Het Zuid-Westvlaamse Gullegem is altijd nauw verbonden gebleven aan het Vlammersverleden. Getuigen hiervan vormen onder meer de Orde van de Vlaskapelle die jaarlijks het carnaval gebeuren organiseert en het beeld van de Vlasser, die herinnert aan de noeste arbeid. Tussen 1850 en de tweede wereldoorlog was de vlasindustrie en het vlasroten in de Leie één der voornaamste inkomstenbronnen.



Vlas zouden we op deze grijzige dag niet te zien krijgen vandaag. Trouwens in de ganse regio wordt nog amper vlascultuur bedreven. De 13de Hoebetocht van de 7 mijlstappers zou vooral een landelijke herfstwandeling gaan worden , waarbij het provinciaal domein Ter Bergelen als leidraad zou fungeren.



Het is onder een druilerige zaterdagvoormiddag dat de wandelaars zich op gang trekken vanuit de Gullegemse Jongenschool. Verscholen onder moeders paraplu ruilen we de ontlukende dorpskern voor de Kwadries. Een groenrijke sociale woonwijk die ons laat uitlopen langs het bufferbekken van de Bankbeekvallei en talrijke groenelementen. Het is een gebied omgeven door vrij vochtige weiden hier en daar omzoomd door oude knotwilgen. Sommigen zijn zelfs meer dan 100 jaar oud , inmiddels prachtig hol vanbinnen en dus de ideale nestplaats voor onder meer steenuilen. Ter hoogte van Finlandia, de bekende ijspiste, wordt de toon gezet van landelijk wandelen in de richting van de Drie Masten. We kunnen er niet omheen, de industriezone van Gullegem-Moorsele is nabij. Ondermeer een doe-het-zelf keten in de genre van Supra Bazar en enkele andere bedrijvigheden passeren de revue. Met de winterse fruitgaard van 't Beurtegoed komt gelukkig een stukje fris wintergroen. 't Beurtegoed is een van de vele statige omwalde herenhoeven die de streek kent, tegenwoordig is het een fruitbedrijf waarbij appels en peren er een hele jaar lang zorgen voor een handvol gezonde energie.

In de nabijheid van een imposant Duitse distributie- en voedingsketen neemt een keurige ingekaderd wandelpad ons verder op sleeptouw. Het vormt een buffer tussen de grauwe gebouwen aan de ene kant en het licht golvend landschap van de Tuimelaar aan de andere kant. Het geheel mondt uit langsheen de drukke A17, zodat we ons oor maar een tijdje te luister leggen nabij het voorbij scherend verkeer. Het grondgebied van Gullegem-Moorsele ligt zowat ingeweven in een kluwen van autostrades en drukke invalswegen.



Dwarsen de A17 en daar wenkt Moorsele, de thuisbasis van de **7mijl-stappers Moorsele**. De gemeentenaam kwam voor het eerst in de geschiedenis voor als Mortsella. Een Frankische-Keltische benaming die zou wijzen naar een hooggelegen huttinggemeenschap. Hutten maakten inmiddels plaats voor een levenslustige dorpsgemeenschap die zich centreert rond de bakstenen **Sint-Martinus en St-Christoffel hallenkerk** en het **kasteel** van Moorsele gelegen op een motte. In de volksmond werd de site ook wel Kasteel van Grimaldi genoemd. Wat verder in de lokalen van Bamo, de plaatselijke basisschool mogen we gaan rusten. De langere afstanden staat hierna een lucratieve lus te wachten onder meer langs het recent aangelegde **groene lint** waarbij de Heulebeek nooit veraf is en de **oude militaire vlieghaven** van Moorsele.

Wijzelf nemen met de Heerweg de andere kant van Moorsele voor onze rekening. Of de weg ooit onderdeel maakte van een oude middeleeuwse pelgrimsweg of iets te maken had met Geldolf I van der Gracht, eerste heer van de heerlijkheid Moorsele en ter Gracht blijft ons een raadsel. Dienen hierna nogmaals de A17 te dwarsen, waarna het Bergelen-ruiterpad de weg wijst naar de herfstcontouren van het **provinciaal domein Ter Bergelen**. Het 10ha domein is gegroeid uit een kunstmatig aangelegde zandwinningput voor de aanleg uiteraard van de nabijgelegen A17. De wandelpaden leiden ons langs een groenrijke biotoop, de waterplas en enkele observatiehutten. **De Heulebeek** die haar oorsprong treft in Zonnebeke is nooit veraf en vormt vooral bij hevige regen een bufferbekken voor de regio.



In "de rand" de info en ontmoetingsruimte van het provinciaal domein worden we getrakteerd op een Italiaanse kruidenwijn. Meteen de ideale opkikker voor een tweede stuk Ter Bergelen langs verende en smeulige bospaden. We komen voorbij '**de Meiboom**'. Dit is een geheel van

6 lindebomen met in het midden een groot ijzeren kruis en vormde in de Middeleeuwen de oude sacrale benaming van deze plaats.



Ter hoogte van de verwaarloosde **Bulskamphoeve** wordt het domein verlaten. Het is een historische hoeve waarvan de gebouwen in hoefijzervorm binnen de omwalling staan. De boerderijen werden hier meestal gebouwd op de overgang van de hogere akkers naar de lagere weiden en meersen rond de Heulebeek. De hoeve werd verschillende malen door oorlogsgeweld vernield en daarna heropgebouwd of verbouwd. Eigendom van de provincie staat het geheel momenteel wel wat te verkommeren.

Voetbalclub FC Gullegem staat momenteel aan de leiding in eerste provinciale en dus krijgen



we een obligate inkijk op de clubinfrastructuur, waarna 't Steegje een aftandse kerkwegel de voorbode vormt van meerdere land- en voetpaden door de Gullegemse dorpskern. Met uitzicht op 't Gulleheem verbinden we vrij groenrijk de Poezelhoek met de Bissegemstraat, alwaar enkele belle-epoque huizen en een vlasmagazijn duidelijk nostalgisch herinneren aan de eertijds bloeiende vlasnijverheid. Kris kras vervolgen we de weg tot het historische



**Hof ter Elst**, ooit eigendom van de Guldenbergabdij, ons feilloos een laatste maal laat uitlopen langsheen de Heulebeek. De knoertige knotwilgen en de historische dwarsschuur 't **Goed ter Wynckele** liggen op een boogscheut van de jongensschool. Meer moet dit niet zijn om onze fijne zaterdagtrip af te sluiten. En dit zullen de kleine 1.000 medewandelaars met zich allen kunnen beamen.

**Geniet mee van de sfeerbeelden via onze website !!**

+++++



**VERHUUR VAN  
VOLLEDIG UITGERUSTE  
TREKKINGFIETSEN.  
meer info op [WWW.DUVELO.BE](http://WWW.DUVELO.BE)  
Wahistraat 37 - 8930 MENEN +32 473 804 707**

*Meerlandhoeve*  
**GROENTEN & FRUIT**  
*bij Antoon Frits*  
**Meerlaanstraat 10 - 8560 MOORSELE**  
**056/50 95 19 - 0472/61 66 31**

**Dank aan onze SPONSORS**

## SALEMBIER LUC

BVBA

Algemene bouwwerken  
Nieuwbouw - Verbouwingen  
Vloeren - Schouwen - Faiencen - Terrassen

Olmenlaan 2, 8560 Moorsele  
Tel. (056) 41 80 51 - Fax (056) 41 75 26  
Reg. nr. 05.11.10 - BTW BE 449.090.303

## SALEMBIER LUC

BVBA

# AUTOCARS VLAMINCK

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

## *Vanbiervliet* **SINDY**

VERSMARKT - BUURTWINKEL  
Overheulestraat 119 , 8560 Moorsele  
Tel & Fax 056/42 52 64

### Ruime openingsuren :

- > maandag tot vrijdag : 7.30 - 12.30 13.30 - 18.30
- > woensdag : gesloten
- > zaterdag : 8.00 - 12.30 13.30 - 18.00

ook OPEN op ZONDAGvoormiddag: 8.00 - 12.00



sarah   
recour  
PODOLOGIEPRAKTIJK

Podologische zolen op maat  
Algemene en gespecialiseerde voetzorg  
Sportblessures onderste ledematen

Boldriesstraat 80 – 8930 Lauwe

0472/52 04 67

Sarah.recour@telenet.be

EUROSPAR 

## MOORSELE

Sint Janslaan 12

*Elke dag een vers idee !*

SPAR 

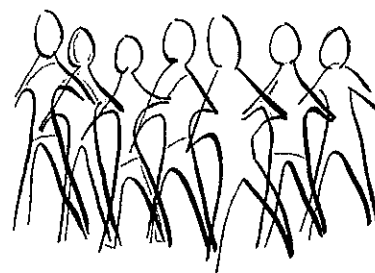
## Dank aan onze SPONSORS

2012	<b>JAAROVERZICHT</b>	12°Steksel WISSELBEKER PASEN 8/4/2012	7°Sinksen- weekend 25/5/2012	Halfoogst 15/8/2012	13°Hoeve 24/11/2012	TOTAAL 2012	
	<b>STATISTIEK DEELNEMERS</b>	<b>1.113</b>	<b>459</b>	<b>786</b>	<b>963</b>	<b>3.321</b>	
		TOTAAL deeln	TOTAAL deeln	TOTAAL deeln	TOTAAL deeln	TOTAAL deeln	
	<b>STATISTIEK DEELNEMERS</b>	<b>1.113</b>	<b>459</b>	<b>786</b>	<b>963</b>	<b>3.321</b>	
	Totaal aangeslotenen :	1.006	418	705	896	3.025	
	Totaal niet-aangeslotenen :	107	41	81	67	296	
	<b>Clubnaam</b>	<b>totaal</b>	<b>totaal</b>	<b>totaal</b>	<b>totaal</b>	<b>totaal</b>	<b>Plaats</b>
	<b>A K T I V I A</b>	<b>deeln</b>	<b>deeln</b>	<b>deeln</b>	<b>deeln</b>	<b>deeln</b>	
3	WSV DE LACHENDE WANDELAARS AALTER vzw	12	1	4	2	19	
7	VLAAMSE ARDENNEN MARCHEERDERS RONSE	2	1			3	
8	vzw WANDELKLUB DE DUINTRAPPERS WESTENDE	1		6	8	15	
9	W.S.V. DE MOEDIGE WANDELAARS BEERNEM vzw	14	1	1	3	19	
11	W.S.V. DE KEIGNAERTTRIPPERS OOSTENDE vzw	2	2			4	
12	<b>W.S.K. MARKE vzw</b>	26	22	37	44	129	6de
34	OMLOOP KLUISBERGEN vzw	6	8	8	2	24	31
40	WSV 't HOEKSKEN HAMME			1		1	
56	MERKEMSE WANDELCLUB DE STROBOEREN vzw	2		1		3	
59	GODELIEVESTAPPERS RUDDERVOORDE vzw	5	5	9	7	26	29
61	<b>W.S.V. WERVIK</b>	64	32	41	63	200	4de
70	W.S.V. DE STORMVOGELS OOSTENDE		2	3		5	
78	<b>DREVETROTTERS ZONNEBEKE</b>	88	36	63	58	245	2de
84	REIGERSTAPPERS VINDERHOUTE			2		2	
87	WSV DE SPORTVRIENDEN vzw			4		4	
89	<b>PWC HEUVELLANDSTAPPERS</b>	25	10	20	21	76	11
91	POSTILJON MERELBEKE	7		1	3	11	
100	WSJV NACHT VAN VLAANDEREN TORHOUT vzw	4		6	3	13	
103	FLORASTAPPERS GENT vzw		3	4	3	10	
105	SCHELDESTAPPERS ZINGEM			2	11	13	
110	DE VAARTLANDSTAPPERS				1	1	
116	DE WASE STEINBOCKVRIENDEN SINT-NIKLAAS	2			1	3	
120	WSV BUITENBEENTJES LANDEGEM				1	1	
127	WANDELCLUK KOEKELARE vzw	5			1	6	
135	PADSTAPPERS GERAARDSBERGEN	5				5	
137	WANDELCLUB 4 OP 1 RIJ GROOT-ZEDELGEM	5		1	4	10	
139	WSV DE VOSSEN BUGGENHOUT			2	2	4	
140	<b>A.T.B. DE NATUURVRIENDEN DEINZE</b>	13	1	12	24	50	18
142	DE MOTESTAPPERS KOEKELARE		5	1	2	8	
149	WANDELCLUB DE SMOKKELAARS STEKENE			1		1	
150	W.S.V. DE REYNAERTSTAPPERS BELSELE-SINAAI				2	2	
155	vzw KLEINE KOUTER LEDE	4				4	
163	W.S.V. EGMONT ZOTTEGEM	2		6		8	
177	W.J.S.V. DE BRUGSCHE GLOBETROTTERS		3	7	3	13	
178	DE RUSTIGE BOS-STAPPERS JABBEKE			2	4	6	
180	DE WITSOONE STAPPERS KROMBEKE	2	3	8	25	38	22
194	ORGANISATIECOMITE 'DE 100KM VAN IEPEP'			1	2	3	
196	W.S.V. LAND VAN RHODE		1			1	
200	WANDELCLUB DE ZILVERDISTEL	1				1	
201	WANDELCLUB GASTHOFSTAPPERS SINT-GILLIS	1				1	
205	WANDELCLUB 'DE WESTHOEKSTAPPERS'	16	2	3	6	27	26
207	<b>GEZINSWANDELCLUB 'NOOIT MOE BOEZINGE'</b>	33	10	7	9	59	15
216	<b>GITSE WANDELCLUB 'VOETJE VOOR VOETJE'</b>	25	12	16	27	80	10de
217	<b>DE 12 UREN VAN LAUWE</b>	55	28	59	77	219	3de
226	WJC DENDERKLOKJES LEBBEKE			2		2	
233	HANSKE DE KRIJGER OUDENAARDE	16	3	6	12	37	23
245	<b>W.S.V. DE BRIGANDTROTTERS</b>	68	22	26	45	161	5de
256	<b>WARDEN OOM STAPPERS</b>	23	8	17	11	59	15
258	EURODAX BELGIË				2	2	
261	WSV ZELDEN RUST	1		2		3	
271	ROAD RUNNERS TORHOUT			2		2	
274	OP EN ROND TIEGEMBERG	2				2	
276	DE MARGRIETE STAPPERS	13	5	4	8	30	24
278	WANDELCLUB ROAL BENTI	2				2	
280	STEUNKRING MPI WESTHOEK			2		2	
282	EVERBEEKSE WANDELTOCHTEN vzw	2	2	2	2	8	

294	C.S.C. LIERDE	1		1		2	
295	MICHEL MISPELONVRIENDEN	7	2			9	
300	W.S.V. HORIZON OPWIJK		1		2	3	
303	W.T.C. NIEUWPOORT				1	1	
304	W.A.K. (Wandelclub Al Kontent)	5		1	2	8	
313	DURMESTAPPERS				1	1	
314	<b>STERREBOSSTAPPERS ROESLARE</b>	47	16	10	51	124	7de
323	<b>DE WINKELSE STAPPERS</b>	21	12	47	25	105	8ste
328	<b>WSV DE COLLIEMOLEN OOSTNIEUWKERKE-STADEN</b>	30	2	11	12	55	17
330	W.S.V. DE MOLENSTAPPERS RUISELEDE			2	2	4	
332	<b>vzw DE MIRAKELSTAPPERS WAREGEM</b>	31	10	9	20	70	13
345	<b>DE WATERHOEKSTAPPERS HEESTERT</b>	13	14	24	18	69	14
347	<b>VELODROOMVRIENDEN MOORSLEDE</b>	24	8	9	9	50	18
349	WSV DE KADODDERS ST-KATELIJNE-WAVER vzw				1	1	
358	DE HEIDETOCHTEN KESTER-GOOIK			2		2	
361	<b>DE TEXTIELTREKKERS vzw VICHTE</b>	25	9	18	19	71	12
364	DE TROMPE DEERLIJK		2		4	6	
376	DE CHATONS RONSE	4		3	2	9	
391	<b>DE SPARTASTAPPERS ARDOOIE</b>	17	8	8	12	45	20
410	WSV DE NATUURVRIENDEN - ZOERSEL vzw	2				2	
<b>411</b>	<b>de 7mijl-stappers Moorseele</b>	<b>87</b>	<b>61</b>	<b>70</b>	<b>94</b>	<b>312</b>	<b>1ste</b>
412	KREKETREKKERS KORTEMARK	18	5		3	26	29
421	DE STAENSE STAPPERS	5	1		4	10	
423	WATEWYSTAPPERS TIELT	8	4	6	9	27	26
429	BRUGSE METTEN WANDELCLUB	2	2	2	1	7	
435	DE TRIMMERS ICHTEGEM			1		1	
448	STAP VOORUIT		1		2	3	
452	NVG IEPER				1	1	
465	GARDEBOESTAPPERS	1				1	
469	DE KLINKERKLUB	1	6	4	4	15	
490	OC ST-IDESBALD		1			1	
493	AVIFLORASTAPPERS INGELMUNSTER	9	4	4	10	27	26
496	OOSTNIEUWKERKSE STAPPERS		1		1	2	
499	<b>GULDENBERGSTAPPERS WEVELGEM</b>	27	9	25	23	84	9de
504	BAVOSTAPPERS BAVIKHOVE	3		2		5	
507	DE BUSKANTERS HOUTHULST				2	2	
509	DE SPORTMANVRIENDEN			2		2	
522	WANDELCLUB ZWEVEGEM-KAPPAERT				1	1	
526	't WANDEL VOETJE	16	2	2	8	28	25
9999	AKTIVIA FEDERATIELEDEN		3		2	5	
	<b>T O T A A L AKTIVIA</b>	<b>958</b>	<b>412</b>	<b>665</b>	<b>845</b>	<b>2.880</b>	
	<b>Clubnaam</b>	<b>totaal</b>	<b>totaal</b>	<b>totaal</b>	<b>totaal</b>	<b>totaal</b>	
<b>VWF</b>	<b>Vlaamse Wandelfederatie</b>	<b>deeln</b>	<b>deeln</b>	<b>deeln</b>	<b>deeln</b>	<b>deeln</b>	
O 001	BELGISCH-NEDERLANDS WANDELVERBROEDERING			5		5	
B 006	WSC LANGDORP vzw			2		2	
B 028	WANDELCLUB ST.PIETERS-LEEUEW vzw	17				17	
B 049	VOS SCHAFFEN vzw			1		1	
	<b>T O T A A L</b>	<b>17</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	<b>25</b>	
	<b>Clubnaam</b>	<b>totaal</b>	<b>totaal</b>	<b>totaal</b>	<b>totaal</b>	<b>totaal</b>	
<b>VVRS</b>	<b>VVRS</b>	<b>deeln</b>	<b>deeln</b>	<b>deeln</b>	<b>deeln</b>	<b>deeln</b>	
VB 018	DE BOLLEKENS ROTSELAAR	1		2		3	
VL 027	WSV DRAGONDEERS HASSELT	1		2		3	
VL 045	WSV DE SCHOVERIK DIEPENBEEK				1	1	
	<b>T O T A A L</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	
	<b>Clubnaam</b>	<b>totaal</b>	<b>totaal</b>	<b>totaal</b>	<b>totaal</b>	<b>totaal</b>	
<b>FFBMP</b>	<b>F.F.B.M.P.</b>	<b>deeln</b>	<b>deeln</b>	<b>deeln</b>	<b>deeln</b>	<b>deeln</b>	
HT 018	MARCHEURS DU VAL DE VERNE DE PERUWELZ	1			1	2	
HT 060	LE ROITELET		2			2	
HT 061	MARCHEURS POLICE DE MONS	2				2	
HT 062	LES TROUVERES - ELLEZELLES				1	1	
HT 067	LES HURLUS EN BALADE MOUSCRON	17	2	15	7	41	21
HT 075	MONT-MARCHE TOURNAI			5	1	6	
	<b>T O T A A L</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	<b>54</b>	

Clubnaam	totaal deeln	totaal deeln	totaal deeln	totaal deeln	totaal deeln		
<b>PASSAR &amp; ANDERE</b>							
WECURA	2	2	2		6		
VASTE VUIST LAUWE	6				6		
WARNETON			4		4		
FRANKRIJK NIEPPE JE MARCHE			2		2		
WSV ZUID HOLLAND lidnr 302093	1				1		
ABVV				1	1		
VWO				1	1		
<b>TOTAAL</b>	<b>9</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>21</b>		
<b>NIET-AANGESLOTENEN</b>							
postnr Gemeente	totaal deeln	totaal deeln	totaal deeln	totaal deeln	totaal deeln		
8560 MOORSELE	22	12	3	6	43		
8560 WEVELGEM	10	5	19	9	43		
8560 GULLEGEM	5		10	8	23		
ANDERE	70	24	49	44	187		
<b>TOTAAL</b>	<b>107</b>	<b>41</b>	<b>81</b>	<b>67</b>	<b>296</b>		
AKTIVIA Vlaamse Wandel en Jogging Liga (vroegere VVWL)	FFBMP	Federation Francophone Belge des Marches Populaires					
VWF Vlaamse Wandelfederatie	VGDS	Volksportverband des Gebietes Deutscher Sprache in Belgien					
VVRS Vrije Vlaamse Recreatiesporten vzw	VWB	Vlaamse Wandelbond					
<b>Nog eventjes vergelijken met vorige jaren ??</b>							
<b>2011</b>	<b>JAAROVERZICHT</b>		11°Steksel WISSELBEKER 10/04/2011	6°Sinksen- weekend 10/06/2011 1	Halfoogst 15/08/2011 1	12°Hoeve 26/11/2011	<b>TOTAAL 2011</b>
<b>STATISTIEK DEELNEMERS</b>			1.378	295	949	1.010	<b>3.632</b>
Totaal aangeslotenen :			1.200	263	785	896	<b>3.144</b>
Totaal niet-aangeslotenen :			178	32	164	114	<b>488</b>
<b>2010</b>	<b>JAAROVERZICHT</b>		10°Steksel WISSELBEKER 11/04/2010	5°Sinksen- weekend 21/05/2010 0	Halfoogst 15/08/2010 0	11°Hoeve 27/11/2010	<b>TOTAAL 2010</b>
<b>STATISTIEK DEELNEMERS</b>			1.720	471	746	763	<b>3.700</b>
Totaal aangeslotenen :			1.507	431	655	687	<b>3.280</b>
Totaal niet-aangeslotenen :			213	40	91	76	<b>420</b>
<b>2009</b>	<b>JAAROVERZICHT</b>		9°Steksel WISSELBEKER 12/04/2009	4°Sinksen- weekend 29/05/2009 0	Midoogst woensdag 12/08/2009 0	10°Hoeve 28/11/2009	<b>TOTAAL 2009</b>
<b>STATISTIEK DEELNEMERS</b>			976	416	813	355	<b>2.560</b>
Totaal aangeslotenen :			893	377	766	340	<b>2.376</b>
Totaal niet-aangeslotenen :			83	39	47	15	<b>184</b>
<b>2008</b>	<b>JAAROVERZICHT</b>		8°Steksel WISSELBEKER 13/04/2008	3°Sinksen- weekend 9/05/2008 0	Midoogst 15/08/2008 8	9°Hoeve 29/11/2008	<b>TOTAAL 2008</b>
<b>STATISTIEK DEELNEMERS</b>			1.202	316	861	1.042	<b>3.421</b>
Totaal aangeslotenen :			1.058	283	749	958	<b>3.048</b>
Totaal niet-aangeslotenen :			144	33	112	84	<b>373</b>
<b>2007</b>	<b>JAAROVERZICHT</b>		7°Steksel WISSELBEKER 8/04/2007	2°Sinksen- weekend 25/05/2007 7	Midweek 15/08/2007 7	8°Hoeve 24/11/2007	<b>TOTAAL 2007</b>
<b>STATISTIEK DEELNEMERS</b>			974	315	831	1.042	<b>3.162</b>
Totaal aangeslotenen :			854	293	696	931	<b>2.774</b>
Totaal niet-aangeslotenen :			120	22	135	111	<b>388</b>

# 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 !*

## Gelukkige verjaardag

### Januari

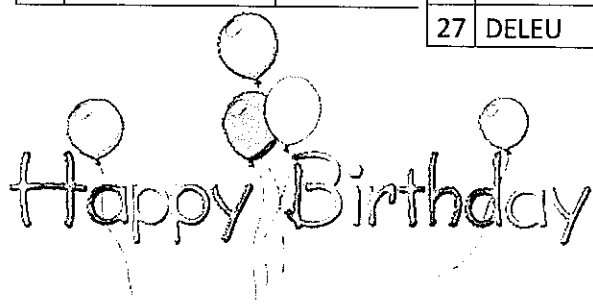
2	MASSELIS	MARC
5	CARLU	FILIEP
8	T'JAECKX	MARC
9	TASSAERT	AXEL
11	TASSAERT	ARNO
12	VANDEZANDE	LEEN
12	BULTYNCK	DANNY
13	WITDOUCK	MONIKA
15	BLANCKE	GINA
17	TASSAERT	JURGEN
19	GELDHOF	MARTINE
19	VLIEGHE	TOM
22	FLAMEZ	FILIP
23	LIETAER	NICOLE
23	VANLERBERGHE	TIM
24	VANDOORNE	WILLY
25	DEBOOSERE	LIDWINE
27	VANDAELE	GEERT
30	HERMAN	RIEN
31	VANLERBERGHE	CHRISTINE
31	GELDHOF	RUDY

### Februari

1	SERVAEGE	BERNARD
3	VANHAUWAERT	MAGDA
5	DUMORTIER	LUC
5	DUPONT	HILDE
6	LEMAYEUR	MARCEL
7	VANGHELuwe	MARIE-JEANNE
7	VANLERBERGHE	JACQUES
9	OPSOMER	GEERT
9	VANHOUTTE	ROSANNE
9	NEYRINCK	LUC
9	VAN LERBERGHE	BENTEN
11	DEVELTERE	KATRIEN
14	PORTE	CARINE
14	WITDOUCK	ROSEMIE
15	DEFRANCQ	RIK
19	TANGHE	NATHALIE
21	DUMOULEIN	KURT
24	CAPPON	JEAN-PIERRE
25	ACCOU	ROSE MARIE
25	DECLERCQ	MARLEEN
26	AMEYE	MARC
27	DELEU	MARC

### Maart

1	GHEsqUIERE	JOOST
2	COUCKE	FILIEP
2	CATTEEUW	JOHAN
3	VANDOORNE	GERDA
3	DECOCK	ROSETTE
7	GHEsqUIERE	BJORN
10	VANDROMME	CHRISTIANE
11	BAERT	GRETEL
12	HENNIN	FRIEDA
14	CLARYSSE	EMMA
15	MOERKERKE	RIK
15	NEVE	CONNIE
17	COTTYN	ETIENNE
17	MARTIN	CAROLINE
18	VERSCHEUREN	CHRISTELLE
19	DELANNOY	SOPHIE
23	VANDEWALLE	DOMINIQUE
25	MARTIN	VEERLE
26	MAES	FREDDY
29	VANNESTE	MARLEEN
30	BOONE	CHRIS



*Je bent maar één keer  
per jaar jarig,  
dus maak het een dag  
om te onthouden . . .*

**Fijne verjaardag ! ! !**



**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.**

***Aan allen veel beterschap en een spoedig herstel.***

**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.**



**Er zijn ons ook droevige berichten toegestuurd ;**



**Wij vernamen het droevige nieuws van het overlijden van de heer **Albert Vanneste** (7/1/1926 - 3/12/2012), (schoon)vader van Guido en Marleen **DELEU-VANNESTE**.**

***Op vrijdag 28 december 2012 is ereburgemeester Gilbert Flamez op 91-jarige leeftijd overleden.***

***Hij was de (schoon)vader van Luc en Lieve Neyrinck-Flamez & Filip en Rina Flamez-Naert.***

Gilbert Flamez (geboren op 13/6/1921) was de laatste burgemeester van Moorsele die na de fusie van 1976 in Wevelgem opging. Hij werd in 1953 schepen in Moorsele en later dat jaar ook burgemeester van Moorsele. Na de fusie was hij tussen 1977 en 1982 schepen in Wevelgem. Van 1983 tot 1990 leidde hij het OCMW.



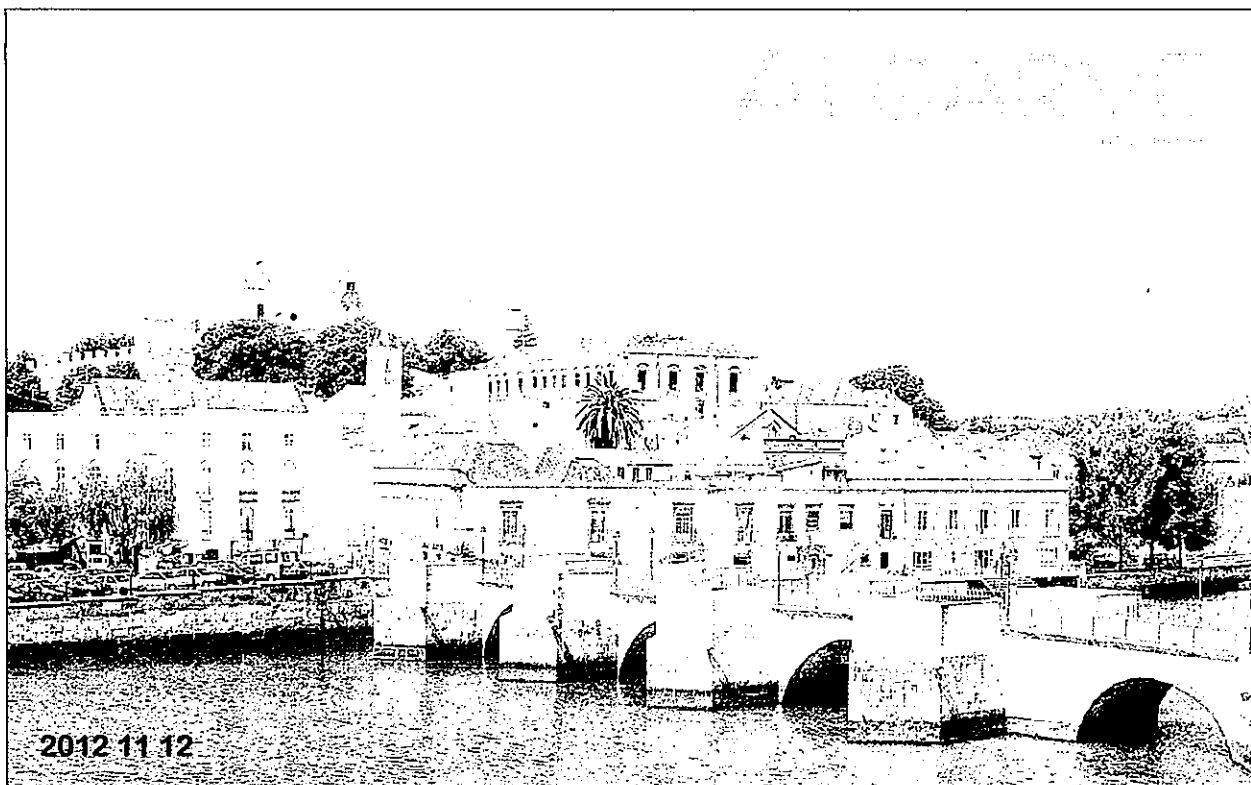
Gilbert Flamez was een uiterst populaire figuur en een bijzonder sociaal-voelend man. Hij was in menig opzicht een uniek mens; christen, sociaal, vlaams en bovenal lokaal geëngageerd. We moeten hem dankbaar zijn voor zijn unieke getuigenis als mens onder de medemensen. Hij verdient het tenvolle één der grootste burgemeesters van Moorsele genoemd te worden (bron: Gilbert Flamez - De laatste Burgemeester van Moorsele door Willy Coolsaet).



**Met een diep medevoelen nemen we deel in de rouw, en wensen de families veel sterkte toe in deze moeilijke periode.**



> vakantiefoto



*Groeten uit Portugal - veel zon! Luc & Marijke*



> berichten van leden :

bericht ontvangen 29/11/2012

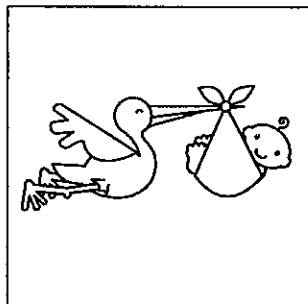
Hoi,  
Eerst en vooral een dikke welgemeende proficiat met het behalen van zoveel inschrijvingen op jullie Hoebetocht.  
Mvg,  
Joost -en Ria.

***Ps – de kledij van de club is van héél goede kwaliteit (mag ook eens worden aangehaald hé)***



> geboorte

bericht ontvangen 6 nov 2012 :



Hallo iedereen,  
***We zijn zo gelukkig!!!!!!!!!!!!***  
Matthias is geboren : 3,250 kg en 49 cm in zijn blootje.  
Een broer en speelkameraad voor Alexander,  
Zootje van Frederic en Nele – Porte Uyterhoeven,  
En een grote schat voor

***Urbain en Frieda- Porte Hennin***

# Secretariaatsberichten

Hallo,

Hopelijk ben je al wat gewoon om 2013 te schrijven in plaats van 2012. 2012 zit er weeral op! We zullen ons uiterste best doen om het clubblad ook in 2013 aantrekkelijk te houden. U kan altijd iets doorsturen . . . bedankt voor jullie betrokkenheid en interesse. Hopelijk blijven jullie ons clubblad in 2013 even graag lezen. We beloven jullie in elk geval verder alle informatie en ontspanning te geven.



**Wij wensen onze lezers een  
gezond, gelukkig en  
succesvol 2013!**

De hernieuwing van de lidgelden is bijna voltooid . . . ik moet zeggen dat het dit jaar héél vlot gegaan is. Weet je dat er zelfs leden waren die zelf vroeger (eind oktober) om hun lidgeld te hernieuwen !! Het bewijst dat onze leden héél graag bij de 7mijl-stappers aangesloten zijn. Ook zijn de meeste Marchings en lidkaarten ter plaatse geraakt. NOG ENKELE EXEMPLAREN wachten op hun bestemming. Geef gerust een seintje zodat we kunnen afspreken! Jammer, maar elk jaar zijn er enkelen die vergeten te hernieuwen!!! Wees alert, NIET HERNIEUWD = NIET VERZEKERD, *en dit is uw laatste kans*. Sommigen lieten iets weten, anderen vinden het gewoon om niet te reageren . . .

Weet dat de meeste ziekenkassen uw lidgeld terug betalen! U dient zelf de nodige documenten aan te vragen of af te drukken van hun website. Bezorg deze aan het secretariaat, en ik zorg voor de rest (invullen en terugsturen!). Stuur ze zeker niet naar de federatie AKTIVIA.

Het nieuwjaarsfeest van 11 januari is goed verlopen. De zelfgemaakte hapjes en de aperitief lieten zich smaken door de 125 aanwezige leden. Dank aan de helpers en in het bijzonder mijn vrouwtje die de voorbereidingen deed. De traiteur-slager en clublid Stefaan Gykiere - Accou Judith verzorgden het gesmaakte menu (orloff met warme groentjes en krokettes). En de jonge gasten (lid Tim en vriend) zorgden voor de aangepaste muziek, en de 20-tal prijzen vertrokken met 20 gelukkigen (waaronder 5 waardebons van 20 euro en 1 superbons van 40 euro dankzij jullie aankopen bij LAUWERS). ENKELE FOTO's elders in dit clubblad! (meer op onze website).

Soms ontvang je nogal wat mails waarin een hele reeks e-mailadressen vermeld staan. Ten eerste is dit niet netjes, geen privacy, en ten tweede duidt dit rap op "kettingmails" (vooral bij forwarden, doorsturen). Wanneer je echter een e-mail verstuurt aan grote groepen ontvangers, wees dan zo goed om deze adressen in het 'BCC-velde' te zetten. Immers, wanneer men de mailadressen in 'Aan' of 'Cc' zet, dan kunnen deze evengoed gezien én gebruikt worden door derden die er mogelijk minder goede bedoelingen mee hebben. Wanneer men de adressen in 'BCC' zet dan krijgt de correspondent enkel zijn

eigen e-mailadres te zien. Hou hier aub rekening mee. Het is immers voor niemand leuk om ongevroegde mails te ontvangen.

Er werden ook enkele belangrijke mededelingen gedaan op het feest tijdens de nieuwjaarsbrief van onze voorzitter. Hier alles nog eens op een rijtje :

> oude wandelboekje en nieuwe 'speciale' wandelboekjes 2013 ontvangen met je nieuwe lidkaart ! Sommigen houden ervan hun "telling" (aantal deelnames en gewandelde km's) niet te onderbreken door het oude wandelboekje te stoppen en nu over te stappen op het nieuwe, om dan in 2014 terug verder te gaan met het oude . . . als je nog begrijpt wat ik bedoel !

**VANDAAR : BEIDE BOEKJES MOGEN AFGESTEMPELD WORDEN !!**

**GEVOLG :** voor ons ledenvoordeel is het niet doenbaar om 2x te betalen. Het bestuur heeft aldus beslist het speciale wandelboekje 2013 NIET in aanmerking te nemen voor uitbetaling !

Even herhalen : het clubvoordeel blijft bestaan voor de gewone VOLLE wandelboekjes, waar je nog steeds 1 euro cash ontvangt per 15 gewandelde tochten. De uitbetaling gebeurt enkel op het nieuwjaarsfeest en op onze wisselbekertocht in april. Hou ze dus maar bij tot 14 april !

> de data van de 2 BUSREIZEN zijn gekend : zondag 28 april MET ONTBIJT naar BRAKEL (inschrijven kan vanaf NU : zie elders in dit clubblad). De tweede reis gaat door op zondag 15 september naar OUD-HEVERLEE

Tijdens en kort voor en na onze HOEVETOCHT mochten we heel wat nieuwe leden verwelkomen :

- Boone Chris & De Buyck Marijke                      Ballingstraat 12                      8560 GULLEGEM
  
- Tassaert Jurgen & Neve Connie                      Bakkerhoekstraat 48 A                      8890 DADIZELE  
    EN kinderen Arno, Axel, Jente
  
- Reesink Jan                      Hoofdbroekerweg 32                      6443XX BRUNSSUM (NL)
  
- Vermont Eric & Degroote Noëlla                      Normandiëstraat 72                      8560 WEVELGEM
  
- Carlu Filiep & Verbeke Christine                      De Leege Kouter 57                      8980 ZONNEBEKE
  
- Dewitte Johan & Baert Gretel                      Jan Sabbestraat 28 B                      8560 GULLEGEM  
    EN dochter Brenten
  
- Vanesssche Gerda & Vandevijvere Vera                      Grimaldi 60                      8560 MOORSELE
  
- Huysentruyt Kristof & Neve Sofie                      Meensesteenweg 28                      8870 IZEGEM  
    EN zoon Yorben

***Wij wensen hen veel wandelplezier als 7mijl-stapper !!***

Er zijn jammer genoeg enkele leden die NIET HERNIEUWD hebben . . .

Onze Club telt op 12 januari 2013 : **232** leden.



# EXTRA VOORDEEL VOOR ONZE LEDEN in 2013

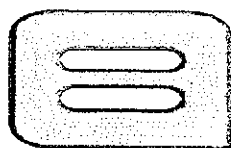
Naast uw lidkaart AKTIVIA ontvang je dit jaar opnieuw

een CLUBKAART van de sportwinkel LAUWERS te Lauwe.

- > JIJ krijgt je **VASTE 10% in aankoopbon** (onbeperkt geldig).
- > **ER ZIJN HELEMAAL G E E N AANKOOPVERPLICHTINGEN!** Iedereen blijft vrij zijn aankopen in zijn vertrouwde sportwinkel te doen. Wij kunnen alleen maar de service & advies aanbevelen.
- > Je ontvang opnieuw een **KORTINGSBON -20% bij aankoop wandelschoenen (GELDIG TOT 31/05/2013)** bij het hernieuwen van je lidgeld.

**WIE EEN EXTRA BON WENST KAN DEZE AANVRAGEN BIJ HET SECRETARIAAT !! OOK ZIJN WE NOG IN HET BEZIT VAN KORTINGSBONNEN VOOR AANKOOP WANDELKOUSSEN. EEN SIMPEL SEINTJE NAAR JE SECRETARIS EN DIE ZORGT VOOR DE REST !**

## Dank aan onze SPONSORS



**Belfius**  
Bank & Verzekeringen

# WSK-Marke & Waterhoekstappers Heestert organiseren Nationale wandeldag 2013



**start & aankomst:** V.T.I. Kortrijk, Oudenaardsesteenweg 168 – 8500 Kortrijk

**startuur:** van 7.30 u. tot 15 u. (Aankomst dient bereikt voor 18.00 uur)

**inschrijvingen:** € 2.00 – federatieleden € 1.50 met aandenken voor iedereen

**bereikbaarheid:** E17 – afrit Kortrijk-Oost en dan Marspijlen

**met openbaar vervoer:** station NMBS Kortrijk – om 15 min. pendelbus naar startplaats

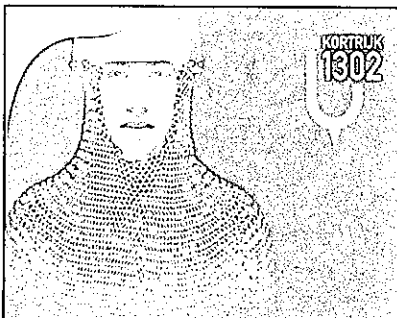
**parkeergelegenheid:**

- parkings HOWEST – straten rond VTI
- centumparkings en dan via station pendelbus tot startplaats.
- aan Evolis en dan om 15 min. pendelbus tot startplaats.

**Animatie:** Kindergrime – Hindernissenparcours voor kinderen – Springkasteel

## Parcoursbeschrijvingen

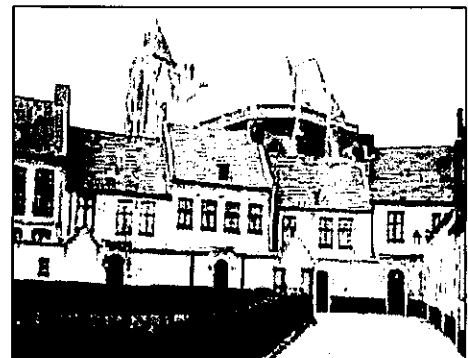
**Kortste afstanden: centrumwandeling door Stad Kortrijk, 5 km.**

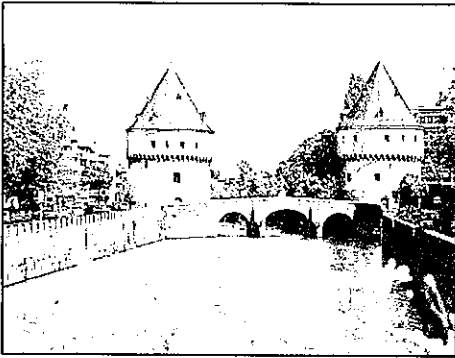


Vanuit de startplaats lopen we voorbij het Pirroen naar de boorden van het **Gebroeders Van Raemdonckpark**. Even verder komen we aan de **Sint-Antoniuserkerk**. Langs de Leeuw van Vlaanderenlaan bereiken we de achterzijde van het Groeningeveld. Eerst het monument van de **Maagd van Vlaanderen**, even verderop 2 grote **Guldensporen** die ons dan de **Groeningeboog** van de achterzijde laat zien. Na even de boog van voor te hebben bekeken, dwarsen we het **Plein**. Zo bereiken we onze 1<sup>ste</sup> rustpost in de **Plein-**

**school Leiekant** (voorheen 't Fort - O.L.Vrouw ter Engelenlyceum).

Via de Kleine Leiestraat stijgen we naar de **Houtmarkt** en komen voorbij het **Museum 1302** en dwarsen we het **Begijnhofpark**. Na een aantal kleine (winkel)centrum-straten bereiken we het anders zo drukke winkelcentrum **K in Kortrijk**. Via de Zwevegemstraat lopen we onder de sporen richting Sint-Denijssestraat om zo na het dwarsen van de Sint-Elisabetwijk terug via de Beekstraat de aankomst te bereiken.



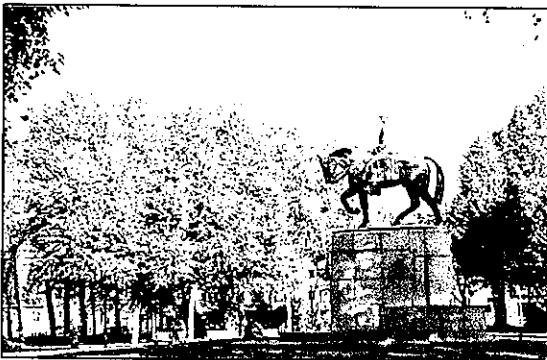
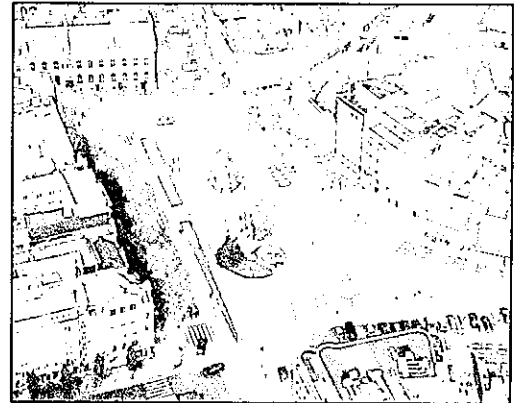


## 7 km.

Vanuit de startplaats lopen we voorbij het Pirroen om enkele straten verder rond het **Gebroeders Van Raemdonckpark** te stappen. Even verder komen we aan de **Sint-Antoniuserk**. Langs de Leeuw van Vlaanderenlaan bereiken we de achterzijde van het Groeningeveld. Eerst het monument van de **Maagd van Vlaanderen**, even verderop 2 grote **Guldensporen** die ons dan de **Groeningeboog** van de achterzijde laat zien. Na even de boog van voor te hebben bekeken, dwarsen we het **Plein**. Zo bereiken we onze eerste rustpost

in de **Pleinschool Leiekant** (voorheen 't Fort – O.L.Vrouw ter Engelenlyceum).

We verlaten het groene schooldomein en gaan via de Kleine Leiestraat langs de Leie naar de **Broeltorens**. We trekken door het **Begijnhofpark** voorbij **Museum 1302** om dan langs de **O.L.Vrouwekerk** door het **Begijnhof** te kuieren. Zo zien we de **Sint-Maartenskerk** en de **Grote Markt** met het **Belfort** en het **Stadhuis**. Vandaar naar het **Schouwburgplein** om via de tunnel van de Doorniksewijk en via de Kanonstraat de kleinste afstand te vervoegen en door de Sint-Elisabetwijk ook de aankomst te bereiken.



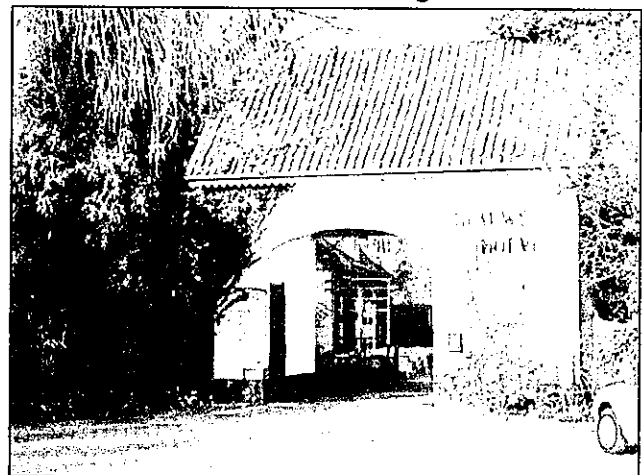
## 11 km.

Vanuit de startplaats lopen we voorbij het Pirroen rond het **Gebroeders Van Raemdonckpark** tot aan de Min. De Taeyelaan. Wandelen door enkele 'boom'straten om aan de poort van **Natuurtuin Desloovere** een stukje groen te bewandelen. Aan het rond punt slaan we linksaf. We volgen het kanaal 'Bossuit-Kortrijk' tot aan de samenvloeiing met de Leie. Hier aanschouwen we in het **Albertpark** het **Leopold-III monument**. Even verderop ligt de

drukbezochte **skatebowl**.

Via de Minister Liebaertlaan bereiken we het **Plein**. Zo bereiken we onze eerste rustpost in de **Pleinschool Leiekant** (voorheen 't Fort – O.L.Vrouw ter Engelenlyceum).

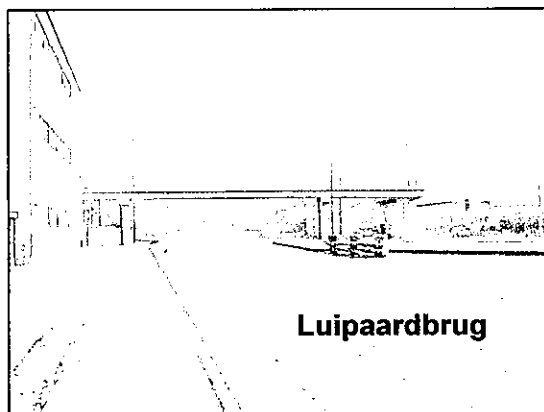
We verlaten het groene schooldomein en gaan via de Kleine Leiestraat langs de Leie naar de **Broeltorens**. We trekken door het **Begijnhofpark** voorbij **Museum 1302** om dan langs de **O.L.Vrouwekerk** door het **Begijnhof** te kuieren. Zo zien we de **Sint-Maartenskerk** en de **Grote Markt** met het **Belfort** en het **Stadhuis**. Vandaar naar het **Schouwburgplein** om via de tunnel van de Doorniksewijk langs de belastingen naar de Loofstraat te wandelen. Zo bereiken we 'het Kanon' en met een doorsteek van de **Blauwe Hoeve** en **Blauwe Poort** en enkele wandelpaadjes en rustige straten komen we ook in de Beekstraat waar we een andere ingang van het VTI bereiken.



## 15 km.

Vanuit de startplaats lopen we voorbij het Pirroen rond het **Gebroeders Van Raemdonckpark** tot aan de Min. De Taeyelaan. Wandelen door enkele 'boom'straten om aan de poort van **Natuurtuin Desloovere** een stukje groen te bewandelen. Aan het rondpunt slaan we rechtsaf. We volgen het kanaal 'Bossuit-Kortrijk' tot aan de **Luipaardbrug** waardoor we het kanaal oversteken en dit volgen tot Otegemstraat op de wijk Kappaert waar we in het O.C Kappaert een rustpost hebben.

Na de rustpost steken we het kanaal over en gaan via de Blokkestraat door de gebouwen van Bekaert om onze stappen op het Guldensporenpad te zetten tot Kapel Ter Bede. We dwarsen nog de Oudenaardsesteenweg en komen via Scheutistenlaan in het VTI terug.



## 20 km.

Vanuit de startplaats lopen we voorbij het Pirroen rond het **Gebroeders Van Raemdonckpark** tot aan de Min. De Taeyelaan. Wandelen door enkele 'boom'straten om aan de poort van **Natuurtuin Desloovere** een stukje groen te bewandelen. Aan het rondpunt slaan we rechtsaf.



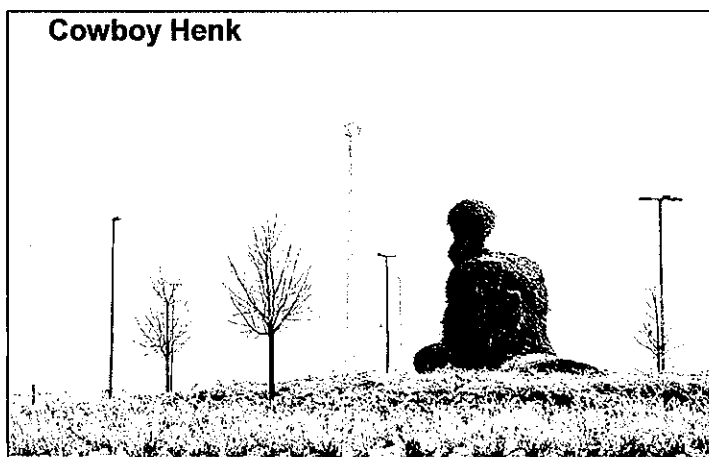
We volgen het kanaal '**Bossuit-Kortrijk**' tot aan de **Luipaardbrug** waardoor we het kanaal oversteken en dit volgen tot Otegemstraat op de wijk Kappaert waar we in het **O.C Kappaert** een rustpost hebben.

We verlaten de rustpost en gaan weg van het centrum naar de wijk 'Meiweg' en volgen autoluwe wegen met aan onze linkerzijde het zicht op **Banhoutbos** tot aan rondpunt op wijk 'Knokke'.

Na het kanaal te hebben gedwarst volgen we de Paridaanstraat en Lettenhofstraat om langs het water de toegang te vinden van de rustpost

in **Transfo**.

We verlaten de prachtige site van de Transfo en bereiken via Kouterwijk en 'schijvers'straten het Gemeentepark om via achterzijde van het Gemeentehuis in Ommegangstraat te komen. Na de Avelgemstraat gedwarst te hebben, zien we de **Stenen Molen**. Verderop ontwaren we ook **Mortiers Molen**. We doorkruisen de Winkelwijk en stappen een stukje op de Oudenaardsesteenweg tot linksweg van rotonde **Cowboy Henk**. Links af verder wandelend steken we ook de **E17** over en komen zo aan de startplaats terug.







### 25 km.

We stappen op hetzelfde parcours tot aan de rustpost **Transfo**.

We verlaten de prachtige site van de **Transfo** en bereiken via **Kouterwijk** en 'schijvers' straten het **Gemeentepark** om via achterzijde van het **Gemeentehuis** in **Ommegangstraat** te komen. Na de **Avelgemstraat** gedwarst te hebben, zien we de **Stenen Molen**. Verderop ontwaren we ook **Mortiers Molen**. Nu gebruiken we 'stapstenen' of kerkwegels en veldwegen om **Hoog-Kortrijk** te bereiken. Via de **KULAK**-gebouwen lopen we door het **Natuurpark De Kleiputten** (4ha) naar de rustpost **VHTI -KATHO**.

We dalen van **Hoog-Kortrijk** via **Erasmuslaan** en **Mimosasportcomplex** naar de startzaal.

### 30 km.

We stappen op hetzelfde parcours tot aan de rustpost **O.C. Kappaert**.

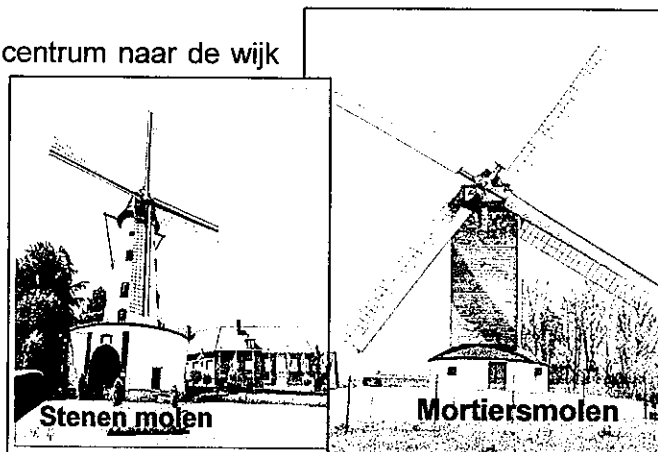
Van hieruit stappen we een stuk mee met de 20 km. maar slaan op het einde van de **Kappaertstraat** links af om rond het domein **Banhoutbos** te stappen. Even dalen om dan de **Wulfsberg** op te klimmen. Een pad brengt ons tot op de **Koevoet**. We dwarsen de **Otegemsesteenweg** en dalen richting **Sint-Lodewijk-Deerlijk** om linksaf via kleine wegen via de **Otegemstraat** op de rustpost **O.C. Kappaert** te komen.

We verlaten de rustpost en gaan weg van het centrum naar de wijk

'**Meiweg**' en volgen autoluwe wegen met aan onze linkerzijde het zicht op **Banhoutbos** tot aan rondpunt op wijk '**Knokke**'. Na het kanaal te hebben gedwarst volgen we de **Paridaanstraat** en **Lettenhofstraat** om langs het water de toegang te vinden van de rustpost in **Transfo**.

We verlaten de prachtige site van de **Transfo** en bereiken via **Kouterwijk** en 'schijvers' straten het **Gemeentepark** om via achterzijde van het **Gemeentehuis** in **Ommegangstraat** te komen. Na de **Avelgemstraat** gedwarst te hebben, zien we de **Stenen Molen**. Verderop ontwaren we ook **Mortiers Molen**. Nu gebruiken we 'stapstenen' of kerkwegels en veldwegen om **Hoog-Kortrijk** te bereiken.

Via de **KULAK**gebouwen lopen we door het **Natuurpark De Kleiputten** (4ha) naar de rustpost **VHTI-KATHO**. We dalen van **Hoog-Kortrijk** via **Erasmuslaan** en **Mimosasportcomplex** naar de startzaal.



### 35 km.

We stappen op hetzelfde parcours tot aan de rustpost **O.C. Kappaert**.

Van hieruit stappen we een stuk mee met de 20 km. maar slaan op het einde van de **Kappaertstraat** links af om rond het domein **Banhoutbos** te stappen. Even dalen om dan de **Wulfsberg** op te klimmen. Een pad brengt ons tot op de **Koevoet**. We dwarsen de **Otegemsesteenweg** en dalen richting **Sint-Lodewijk-Deerlijk** om linksaf via kleine wegen via de **Otegemstraat** op de rustpost **O.C. Kappaert** te komen.

We verlaten de rustpost en gaan weg van het centrum naar de wijk '**Meiweg**' en volgen autoluwe wegen met aan onze linkerzijde het zicht op **Banhoutbos** tot aan rondpunt op wijk '**Knokke**'.

Na het kanaal te hebben gedwarst volgen we de Paridaanstraat en Lettenhofstraat om langs het water de toegang te vinden van de rustpost in Transfo.

We verlaten de prachtige site van de Transfo en bereiken via Kouterwijk en 'schijvers'straten het **Gemeentepark** om via achterzijde van het Gemeentehuis in Ommegangstraat te komen. Na de Avelgemstraat gedwarst te hebben, zien we de **Stenen Molen**. Verderop ontwaren we ook **Mortiers Molen**. Nu gebruiken we 'stapstenen' of kerkwegels en veldwegen om Hoog-Kortrijk te bereiken. Via de **KULAK-gebouwen** lopen we door het **Natuurpark De Kleiputten** (4 ha) naar de rustpost VHTI -KATHO.

Na de rustpost komen we voorbij universiteitscampus KULAK, voorbij het crematorium en begraafplaats en Sportcampus Lange Munte en maken we nog een ommetje doorheen de wijk 'Lange Munte' en dalen verder af om voorbij het Mimosa-sportcomplex naar de startzaal te wandelen.

**Wandeldag**  
Gurnem - Kortrijk - Ommegang - Donk

WSK Marke

Waterhoekstappers Heestert

24 februari 2013

vti  
KORTRIJK

Stad KORTRIJK

KATHO

KW

West-Vlaanderen

CHRISTELIJKE AFDALING

Gudenaarssesteenweg 18500 Kortrijk

# WANDELKALENDER



Vergeet niet ons **CLUB-NUMMER 411** te vermelden op de inschrijvingskaart.

De beste manier om veel wandelaars te hebben op onze organisaties, is onze aanwezigheid op andere wandelingen. **Vergeet niet de wisselbekertochten die uw club extra punten doet behalen om zelf jaarlijks een wisselbekertocht te kunnen organiseren.**

Voor een volledig en uitgebreid aanbod van wandeltochten verwijzen wij heel graag naar de **MARCHING 2013**.

Of via de zoekmachine op [www.marching.be](http://www.marching.be) vind je niet alleen alle tochten, maar nu ook alle uitslagen !

## Hierna enkel nog ontvangen berichten:



**2e Eierkoekentocht**  
op zaterdag 26 januari 2013  
in Wevelgem  
**Guldenbergstappers**

\*\*\*\*\*

## **DE WINKELSE STAPPERS WEEKDAGTOCHTEN**



Startplaats : **Het Kleine Meer**,  
Zuidhoekstraat 22, 8880 Sint-Eloois-Winkel

DATA telkens op dinsdag : **29 januari / 26 maart**

\*\*\*\*\*

 <h3>WANDELKALENDER 2013</h3> <p><b>DONDERDAG 7 FEBRUARI 2013 - DE VRIESTOCHT</b> Start: Zaal D' Oude schole, Bovekerkestraat, Bovekerke Afstanden: 5-10-15 km Start uur: 08.00-15.00 uur</p> <p><b>VRIJDAG 15 MAART 2013 - DE MOERENTOCHT</b> Start: Zaal C.C Moere Molenstraat Moere Afstanden : 5-10-15 km Start uur : 08.00-15.00 uur</p>
--

Motestapper **KOEKELARE**  
Aktivia 142

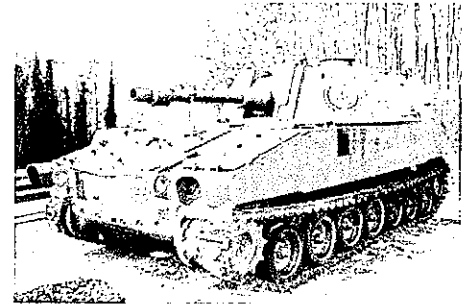




## VRIJDAG 1 FEBRUARI

Start vanuit POC te Desselgem: 4 - 8 - 12 - 18 km

Alle afstanden stappen gezamenlijk richting de Leievallei en maken onderweg kennis met het HOWITZER monument (naam tocht!). Dit monument naast de Leie herinnert aan de LEIESLAG van 24 tot 26 mei 1940. In 1977 werd de koepel van een Howitzer-artilleriestuk geschonken door het 6<sup>de</sup> Artillerie van Soest ter gelegenheid van 30 jaar affiliatie met de stad Waregem. In 2007 kwam er een volledig Howitzer rijdend exemplaar.



We volgen een stukje het pad langs de Leie alwaar de kleinere afstanden (4,5 en 8,3km) afscheid nemen om terug de startzaal te bereiken. Voor de 4km is dit het eindpunt, de 8km doet er na het verpozen nog een lusje bij.

De overige afstanden (11,3 en 18,5 km) stappen verder naar het prachtige stukje natuurgebied van de zavelputten in Beveren-Leie. Die putten ontstonden door zandwinning, enkele rustige wandelpaadjes leiden via de groene long en Tomberg tot aan de rustpost op het voetbalveld van Beveren-Leie op de Dries. De grootste afstand maakt hier nog een extra lus die hen naar Deerlijk brengt. Onderweg maken ze kennis met een niet groot, maar heel mooi stukje, onbekend natuurgebied aan de Pikkelstraat.

Op deze tocht kan je de Leie-Schelde-spaarkaart laten afstempelen, die nu 2 jaar geldig is, en recht geeft op een lekkere fles Moezelwijn!

\*\*\*\*\*

## Pannenkoekentocht: 10 februari 2013

Wandelclub



De Lachende Klomp vwz

Het vertrek heeft plaats in de ruime cafetaria van Buso Baken aan de rand van Sint-Niklaas. Bij de inschrijving hebben de deelnemers de keuze ofwel de gewone inschrijving à 1.50 €, ofwel inschrijven inclusief pannenkoeken en koffie aan de prijs van 3,80 €. Leden van een erkende wandelvereniging genieten bovendien van 0,40 € korting. De wandeling gaat richting Haasdonk, langs

het Fort van Haasdonk en de Haasdonkse bossen.

Het Fort van Haasdonk, een militaire vesting uit WO I is door een gracht omsloten en is momenteel een beschermd natuurgebied en is de ideale en belangrijkste overwinteringsplaats in België voor duizenden veldmuizen. De grotere afstanden trekken verder richting Beveren en doen het pittoreske Hof ter Saksen aan. De tocht verloopt verder langs mooie en rustige kerk- en veldwegels. In de vertrek- en aankomstplaats kunnen de deelnemers uitgebreid en gezellig napraten en genieten van onze alom geprezen pannenkoeken volgens grootmoeders recept.

\*\*\*\*\*

## Wandeltrofee West-Vlaanderen Datum organisaties

Zondag 03 maart 2013  
29<sup>de</sup> Verloren kost tocht Torhout  
42 & 50km.

Zaterdag 23 maart 2013  
23<sup>de</sup> Leuwocht Zedelgem  
42 & 50km.

Zaterdag 06 april 2013  
OMER wandeling "Blarentocht" Koekelaar  
42 & 50km

Zaterdag 20 april 2013  
Knaastocht wandeltocht Zonnebeke  
42 & 50 & 60km.

Zaterdag 29 juni 2013  
Guldensporentochten Avelgem  
42 & 50 & 60km.

Zaterdag 07 september 2013  
Eibergentocht Westouter  
42 & 50km.

Iedere wandelaar die 5 van de 6 tochten uitwandelt  
bekomt een T-shirt en een pakket streekproducten  
Wie aan alle tochten deelneemt ontvangt een extra aandenken  
Wees erbij het loont zeker de moeite!!!  
Alle informatie bij de organiserende clubs

\*\*\*\*\*



**Kazemattentocht 2013**

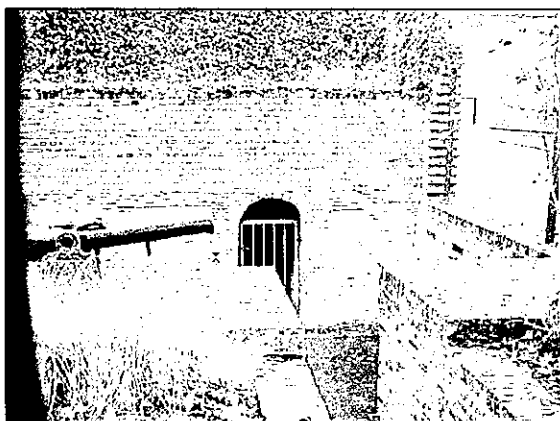


### Zaterdag 23 februari 2013 te MENEN 7 - 12 - 18 km

De kleinste afstand (6,9km) brengt ons via het Leopoldsplein, met zijn oud militair hospitaal uit de Hollandse periode, naar het Park Ter Walle, waar we de statige oude **vestigingsmuren** zien opdagen. Een tunnel onder de vestigingen brengt ons naar het rustige **Brouwerspark**. Enkele trappen brengen ons bovenop de vestigingen die we volgen naar het klooster van de Zusters Benedictinessen. Deze zusters leggen zich al bijna 3 eeuwen toe op het verplegen van geesteszieken.

We lopen via het Vander Merschplein, waar we het monument der gesneuvelden, een werk van Serruys Yvonne, kunnen bewonderen. We stappen onderdoor het station van Menen om zo via de wijk Ons Dorp de school Blijhove te bereiken voor een rustpauze.

Na de rust brengen rustige wegen en doorsteken ons tot in de Leievallei. Het Jaagpad brengt ons tot voorbij het **Badhuis** waar ons in de sporthal een **gratis opkikkertje** staat te wachten. Terug opgewarmd gaan we nu



een bezoek brengen aan **de kazematten**. In de Oude Leielaan, waar tot 1970 nog de Leie stroomde, nemen we een helling die ons naar de St. Franciscuskerk leidt. Deze maakte vroeger deel uit van het Capucijnenklooster. Iets verder ontwaren we de 33m hoge **belfort** uit de 14<sup>de</sup> eeuw. **Dit kan men op deze dag GRATIS bezoeken, wat we ten zeerste aanraden.**

Na het bezoek komen we langs het sierlijke postgebouw uit 1899 terug in de Oude Leielaan. Via de Blekerijvesting komen we aan langs de Leie en zien rechts van ons de oude Leiesluizen (1920). Via de Rijzelstraat komen we langs het stadsmuseum 't Schippershof terug

op de Waalvest. Waar men nu parkeert, bevond zich vroeger een kleine binnenhaven. Zo komen we terug bij de startzaal!

De wandelaars op de **(13,1 km)** volgen in eerste instantie de kleine afstand aan het station af te slaan richting Sergo Bertonplein en na d'i ommetje komen ze terug samen met de 7km om samen te gaan rusten in Blijhove. Na de rust lopen ze nog even hun eigen weg om dan opnieuw de andere afstanden te vervoegeen naar het einde.

De grootste afstand **(18,9 km)** volgt de 12 km tot aan de rustpost. Daarna nemen ze een aparte lus die hun richting Geluwebeek brengt a.waar ze het mooie groen kunnen ontwaren van dit stukje natuurgebied. Na een 2<sup>de</sup> rust in Blijhove volgen ze opnieuw de 12 km naar het einde.

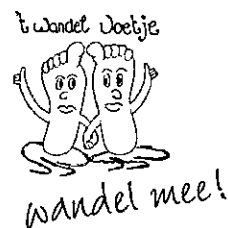
Iedere wandelaar bieden we opnieuw een gratis jenevertje aan en op de start- en eindzaal kan men opnieuw, onder andere, genieten van onze beroemde wafels of van een lekkere Picon. Dit is opnieuw een tocht waar men zijn spaarkaart van Leie-Scholdo kan later afstempelen.

\*\*\*\*\*

## PRIMEURWANDELING 't WANDEL VOETJE

Zaterdag 9 maart 2013

Aktivia Wisselbekertocht



Op zaterdag 9 maart 2013 organiseert wandelclub 't Wandel Voetje haar Primeur Wandeling, tevens **Aktivia Wisselbekertocht**. Vanuit de heerlijkheid Ledegem staat de deelnemers een ontluikende landelijke wandeling te wachten met voldoende oog voor kleine landschapselementen, talrijke veld- en kerkwegeltjes.

De streek kenmerkt zich met een rustig agrarisch landschap waarbij enkele eeuwenoude statige herenhoven ingebed in een groenrijk kader de omgeving domineren. De **oude spoorwegbedding** Menen-Roeselare die deel uitmaakt van de **Kezelbergroete** en binnenkort door de Provincie West-Vlaanderen volledig vernieuwd wordt, zal de rode leidraad vormen tijdens de wandeling. Omgetoverd tot een groene oase en as rond de gemeente Ledegem, is het een paradijs voor elke natuur- en wandelliefhebber. Op de glooiingen van de Kezelberg gunnen talrijke trage wegen een innig zicht, bij helder weer zijn zelfs de heuvels van het Heuvelland duidelijk zichtbaar. Waarna de langere afstanden verder trekken naar burengemeente Geluwe en de Artoishoek.

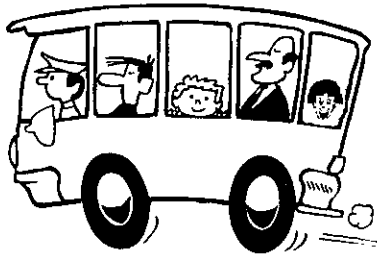
***Alvast aan iedereen van harte welkom voor onze Primeur wandeling 't Wandel Voetje.***

## **BUSREIS zondag 28 APRIL 2013 : BRAKEL**

### **1<sup>e</sup> Vlaanderens Mooiste Wandeltocht In het kader van 100 jaar Ronde van Vlaanderen**

**6 - 12 - 18 - 25 km**

Trage **RONDE** voor de wandelaars n.a.v. 100 jaar Ronde van Vlaanderen. Wandelen op en naast de legendarische hellingen : Ten Bosse, Valkenberg, Leberg, Berendries. Tal van veldwegeltjes, prachtige vergezichten.



**BUSREIS met ontbijt : ledenprijs = 12 euro**

Hierin eveneens inbegrepen sticker en inschrijving

**BEPERKT AANTAL PLAATSEN (50) !**

Inschrijven via overschrijving op de clubrekening

**BE08 8335 1432 7713**

### **ZORG VANDAAG NOG DAT JE ERBIJ BENT**

Zodra de bus vol is, starten we met een "RESERVELIJST". Als iemand wegvalt komt de eerste reserve in de plaats. Reserven worden verwittigd . . . het is belangrijk **TOCH** te **STORTEN** om de volgorde te bepalen (volgorde wordt bepaald door volgorde storting op de clubrekening). Reserven worden steeds terugbetaald indien geen plaats meer op de bus. Anders wordt een gegronde reden gevraagd indien er geen plaatsvervangers meer zijn.



- > verzamelen in de BAMO-school, St Maartensplaats, **MOORSELE** vanaf **7u** voor het ontbijt !
- > de bus vertrekt stipt om **8u15** vanop het kerkplein.
- > terugreis rond **17u00**, afspraak correct uur op de bus !

**meer info over parcours in het volgend clubblad van maart !!**

---

# Wat is het best bij keelpijn: koude of warme dranken?



Veel mensen worden in de winter geplaagd door keelpijn. Meestal is (acute) keelpijn het gevolg van een infectie met een ziektekiem (virussen en bacteriën). Het afweersysteem reageert daarop met een ontsteking. Het kan gaan om een infectie en ontsteking van het slijmvlies van de keel (= faryngitis), de amandelen (= tonsillitis) of het strottenhoofd (= laryngitis). Soms kunnen die verschillende infecties en ontstekingen samen voorkomen. Wanneer het keelslijmvlies en de amandelen ontstoken zijn, spreekt men soms van een angina. De term angina wordt soms ook gebruikt voor een

infectie van de keel door bacteriën (streptokok).

Keelpijn kan ook een van de symptomen van een andere ziekte zijn, zoals een verkoudheid, griep of mazelen. Of het kan een gevolg zijn van irritatie, bijvoorbeeld wanneer u rookt, langdurig in een rokerige omgeving verblijft of door veel praten of schreeuwen. Ook al is het meestal niet erg, keelpijn kan wel heel vervelend zijn. Eten en drinken en zelfs slikken kan bijvoorbeeld erg pijnlijk zijn. Meestal wordt aangeraden om veel te drinken.

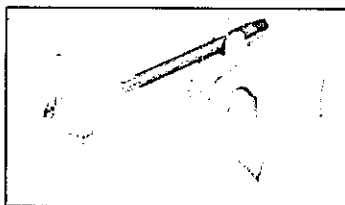
In sommige adviezen zal u lezen om vooral koude dranken te drinken, of zelfs om op een ijsblokje te zuigen, of ijscrème te eten. Anderen adviseren warme thee met wat honing of citroen, of een warme kop soep.

Warm of koud, eigenlijk maakt het niet zoveel uit. Belangrijk is vooral dat u drinkt (en bij kleine kinderen dat u ze zoveel mogelijk laat drinken).

- Koude dranken kunnen kortstondig een licht verdovend effect hebben, wat een aangenaam gevoel geeft. Wees bij kinderen wel voorzichtig met ijsblokjes, ze zouden ze kunnen inslikken. Vermijd ook erg zure dranken (bv. een glas citroensap) die de keel kunnen irriteren.
- Warme dranken zoals soep, kruidenthee met honing en een beetje citroen werken verzachtend en kunnen helpen om slijmen op te hoesten. Vermijd wel te hete dranken die irriterend kunnen werken en zelfs een ontsteking kunnen verergeren.
- Drink liever geen alcohol (bv. een warme grog): dit kan de keel irriteren.
- Als de pijn erg hinderlijk is, kan een pijnstillertje helpen, bij voorkeur dan een pijnstillertje op basis van paracetamol.

## Keelpijn: wanneer moet u naar de dokter?

### Wat kan u zelf doen?



- Rust veel en ziek uit. Als u zich fit genoeg voelt, mag u naar school of mag u werken.
- Drink veel. Warme dranken zoals soep, warme kruidenthee met honing en een beetje citroen zijn aanraders. Ook koude dranken of een ijsje kunnen de pijn verlichten. Wees matig met alcohol.
- Los een theelepeltje zout op in een glas warm water en gorgel er enkele keren per dag mee.
- Zuig op een hard snoepje of een ijsblokje om de speekselproductie te stimuleren.
- (Half)vloeibare voeding zoals pudding doet minder pijn dan hard voedsel.
- Probeer irritatie van de keel te vermijden. Stop alleszins met roken.



- Laryngitis worden verlicht door de stem rust te geven door niet te praten of alleen te fluisteren.
- Stomen onder een handdoek kan de klachten verlichten.
- Een gewone pijnstiller helpt tegen de pijn en koorts. Neem liefst paracetamol, een veilig middel met erg weinig bijwerkingen. Alleen als paracetamol onvoldoende helpt, kunt u een andere pijnstiller proberen zoals ibuprofen of diclofenac. Gebruik liever geen aspirine bij jonge kinderen.
- Van keelsprays met lokaal verdovende of ontsmettende stoffen is het effect niet aangetoond.
- Antibiotica hebben meestal geen enkele zin en worden bij keelpijn alleen voorgeschreven aan risicopatiënten, zoals bv. kankerpatiënten, mensen met acuut reuma, met een hartziekte of een verminderde algemene weerstand, of in geval van een streptokokkeninfectie in een gesloten gemeenschap (school, rusthuis...).

### Wanneer naar de dokter?

- Kinderen jonger dan 6 maanden. Bij jonge kinderen kan keelpijn zich uiten in prikkelbaarheid en nachtelijke onrust, bij zuigelingen in niet (of minder dan de helft van normaal) drinken.
- Als de keelpijn langer dan een week duurt en niet vermindert.
- Bij herhaald terugkerende keelpijn.
- Als u steeds zieker wordt.
- Indien de keelpijn gepaard gaat met een van de volgende klachten:
  - koorts (langer dan 3 dagen)
  - ernstige ziekteverschijnselen (zoals verwardheid, sufheid, misselijkheid, braken enz.)
  - als drinken of slikken heel moeilijk of niet meer gaat, of problemen met openen van mond
  - huiduitslag in uw gezicht, tong en/of op uw romp
  - benauwdheid, kortademigheid en/of piepende ademhaling
  - blaffende of gierende hoest
  - erge moeheid (langer dan 7 dagen)
  - pijnlijk gezwollen halsklieren.
- Als u lijdt aan een ernstige chronische ziekte (bv. hartziekte, longaandoening enz.), acuut reuma hebt gehad of een verminderde immuniteit.

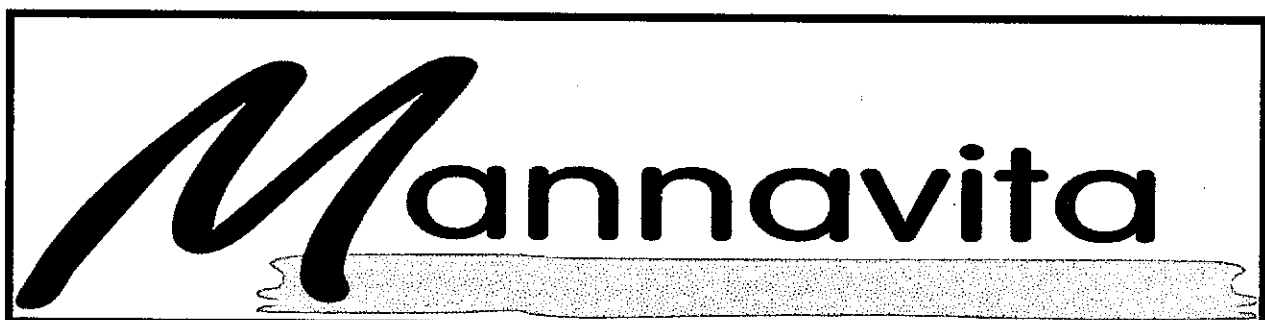


**Bron**

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

verschenen op

21-12-2012



# 7mijl-stappers MOORSELE

**WINTER IN HET LAND . . .  
WANDELEN IS PLEZANT!**

Neem regelmatig een kijkje op onze WEBSITE :  
[http://www.bloggen.be/7mijl\\_stappers/](http://www.bloggen.be/7mijl_stappers/)

## **BELANGRIJKE DATA :**

Nationale Wandeldag 24 februari 2013  
13<sup>de</sup> Stekseltocht zondag 14 april 2013  
Busreis met ontbijt zondag 28 april 2013  
8<sup>ste</sup> Sinksentocht vrijdag 17 mei 2013  
Halfoogsttocht donderdag 15 augustus 2013  
Busreis zondag 15 september 2013  
Helpersfeest zaterdag 12 oktober 2013  
14<sup>de</sup> Hoesvetocht zaterdag 30 november 2013  
Nieuwjaarsfeest vrijdag 10 januari 2014

