

KEMPER

België - Belgique
P.B - P.P.
2220 Heist-op-den-berg 1
BC 7795

Tweemaandelijks clubblad Atletiekvereniging Zuiderkempen (AVZK) * V.U.: Hendrik Lekens, Broekmansstraat 121, 221 Booisshot * Verschijnt 6 maal per jaar. * Afgiftekantoor: 2220 Heist o/d Berg 1 P004836

Jasper Mannaert

Winnaar trail Le Grand Ballon: 42 km met heel wat hoogtemeters. Jasper won ook de trail Des Fantômes, de zwaarste van België.





HEIDI DELICATESSEN

Schrieksesteenweg 38
2221 Booischot (Pijpelheide)

info@heidi-delicatessen.be
www.heidi-delicatessen.be
Tel.: 015 22 21 97



HEYLEN N.V.

sleutel-op-de-deur: ééngesinswoningen en appartementen dakwerken * buitenschrijnwerk in pvc, aluminium en hout binnenschrijnwerk: trappen, binnendeuren, kasten en keukens. Industriepark 17 Zone B - 2220 Heist o/d Berg - Tel.: 015/22 23 11



BROOD EN BANKET YVES

Warme bakker

Schrieksesteenweg 86 - 2221 Pijpelheide
Tel.: 015/22 23 21

Alle dagen open van 6u30 tot 18u00.
Zondag tot 14u00. Dinsdag gesloten.



VLOEREN EN WANDTEGELS

Jaarmarktstraat 2 A
2221 Booischot

Tel.: 015/22 46 37 - Fax: 015/22 55 11



VERHUUR FEESTMATERIAAL
0485/687 367 info@sintjanshoeve.com



VAN LOOCK

Westmeerbeeksesteenweg 43
2221 Booischot

Tel.: 015/22 23 54



TIELS TUINCENTRUM

Lierseseenweg 68
2221 Booischot
Tel.: 015/22 27 52 - Fax: 015/22 57 19

Openingsuren: 9u tot 18u. Zon- en feestdagen: 9u tot 17u. Dinsdag gesloten.

BEHANG - DECOR DE LENTE

Molenstraat 69
2220 Heist-op-den-Berg

Tel.: 015/24 19 29
Fax: 015/25 08 29

DE KOOPJES HOEK

Lierseseenweg 2
2221 Booischot
Tel.: 015/24 02 33

Openingsuren: woensdag t/m zaterdag van 10u tot 18u, zondag van 13u tot 18u. Maandag, dinsdag, feestdagen gesloten.

BOSMANS SLAAPCOMFORT CENTER



Lierseseenweg 147
2220 Heist-op-den-Berg
Tel.: 015/24 90 28
Fax: 015/24 22 51
www.slaapcomfort-center.be



Stationstraat 155
2235 Westmeerbeek
Tel. 016-68 99 40
Fax. 016-69 75 92
www.michiels-office.be

kopiëren
printen
faxen
scannen
archiveren
document-management



J. PEETERS TRANSPORT NV

Pleinstraat 18 - 2221 Booischot
Tel.: 015/22 28 33

info@nvpeeters.be

Magazijnen: Klein Pijpelstraat 2
Tankstation: Westmeerbeeksesteenweg 2



DELHAIZE

Het beste aan de beste prijs

Pastoor Mellaertsstraat 63
2220 Heist-op-den-Berg (Goor)
Tel.: 015/24 12 00 - Fax: 015/24 97 44

ATLETIEK SCHOLIERENINTERLAND U18

Sarie Milloen (16) is na rugproblemen stilaan op de weg terug: "Ik stelde mezelf voor dit jaar nog geen doelen"

Sarie Milloen neemt dit weekend met de Vlaamse scholierenselectie deel aan de U18-interland in Francoville, nabij Parijs. Door aanslepende rugklachten haalt de polsstokspringster nog niet haar allerbeste niveau. Al is ze voorlopig al blij dat ze weer wedstrijden kan doen.

In juni 2019 verbeterde Milloen op een meeting voor eigen club AVZK het Belgisch cadettenrecord polsstok tot 3m76. Door rugklachten kon ze die lijn in 2020 niet doortrekken. Deze zomer deed ze al een tweetal wedstrijden. "Ik ben nog niet zo lang bezig", zegt de 16-jarige Milloen. "De ene wedstrijd gaat al wat beter dan de andere. Ik ben nog niet super aan het springen. De vorige wedstrijd ging niet zo goed, maar op training begint het wel te beteren. Anderhalf jaar lang sukkelde ik met de rug. Het is trouwens nog altijd niet volledig in orde. Ik doe nu al een halfjaar kinesessies en bouw rustig op. Ik stelde mezelf voor dit seizoen nog geen doelen."

In Frankrijk kan Milloen kostbare ervaring opdoen. "Ik weet niet wat ik kan verwachten of wat de omstandigheden zullen zijn. Ik verwacht dat ik wel wat stress zal voelen omdat het de eerste keer is dat ik aan zo'n wedstrijd deelneem. Normaal kan ik redelijk goed met de druk omgaan, maar dit is toch een nieuwe situatie. Natuurlijk wil ik wel zo goed mogelijk springen."

Ze beseft dat ze tijd nodig heeft om haar oude niveau te halen. "Tegenwoordig ben ik al blij als ik een hoogte op het scorebord krijg. Ik had zelfs nog getwijfeld om deel te nemen aan de interland. Eigenlijk was ik een beetje verrast dat ze me vroegen, aangezien mijn niveau nu nog niet zo hoog ligt. Maar zo'n mooie kans wil ik niet laten liggen."

Zoë Laureys doet de 400m en de 4x400m. De Vlaamse scholieren nemen het op tegen delegaties uit Spanje, Ierland, Nederland, Oekraïne, Zwitserland, Frankrijk en de Parijse regio Ile-de-France.

(basp)

Ontbijtactie AVZK

Zondag 10 oktober 2021

Op zondagmorgen 10 oktober hoef je niet zelf gaan aan te schuiven bij de bakker, want wij stellen voor jullie een smakelijk en gezond ontbijt samen. Er worden 3 verschillende formules voorzien: een standaard ontbijt, een luxe-ontbijt (voor 2 personen) en een kidsontbijt.

| |
|---|
| <p>Standaard ontbijt (1 persoon)</p> <p>2 pistolets 1 croissant 1 chocoladebroodje zoet en hartig beleg fruit fruitsap actimel yoghurt</p> <p>12 euro</p> |
|---|

| |
|--|
| <p>Luxe ontbijt (2 personen)</p> <p>Standaard ontbijt (2p) + extra beleg 1 fles cava extra versnapering</p> <p>36 euro</p> |
|--|

| |
|---|
| <p>Kids ontbijt (1 persoon)</p> <p>1 pistolet 1 sandwich 1 donut zoet en hartig beleg fruit chocomelk actimel yoghurt ontbijtgranen</p> <p>7 euro</p> |
|---|

Je kan de bestelde ontbijten afhalen in de cafetaria van Sporthal De Lichten op zondag 10 oktober tussen 8u en 10u30. Of je kan het ontbijt aan huis laten leveren (tussen 8u en 10u) tegen een kleine vergoeding van 2 euro per leveringsadres. **OPGELET:** levering enkel mogelijk in de volgende gemeenten: Heist-op-den-Berg en deelgemeenten, Hulshout en deelgemeenten, Ramsel, Tremelo en Baal, Begijnendijk en Betekom, Keerbergen, Putte en deelgemeenten.

De opbrengst van de verkoop van deze ontbijten zal integraal aangewend worden voor de sportieve werking van onze club.

Je kan heel eenvoudig online bestellen door de QR code hiernaast te scannen of via volgende website: <http://bit.do/ontbijt2021>

Inschrijven kan ook door de achterzijde van dit formulier in te vullen en te bezorgen aan 1 van de bestuursleden



Jaarlijkse vernieuwing startnummers en betaling lidgeld voor seizoen 2021 -2022

Het huidige atletiekseizoen loopt op zijn einde en dat betekent dat de fiches weer dienen te worden ingevuld om een nieuw startnummer aan te vragen.

Aansluiten kan vanaf:

- Kangoeroes 2016 - 2015 (wanneer men 6 jaar wordt)
- Benjamins 2014 -2013
- Pupillen 2012 - 2011
- Miniemen 2010 - 2009
- Cadetten 2008 - 2007
- Scholieren 2006 - 2005
- Juniors 2004 - 2003
- Seniors vanaf 2002
- Masters vanaf 1987 (de dag dat men 35 jaar wordt)

Voor de nieuwelingen is het belangrijk om weten dat dit jaarlijks dient te gebeuren. Na 25 oktober mag je niet meer met je huidige startnummer lopen.

De fiches kun je bekomen bij Monique Naets, Hendrik Lekens (secretaris) en de trainers. De fiches dienen door iedereen (wedstrijdloper en recreant) duidelijk te worden ingevuld. Duidt vooral ook aan of je recreant of wedstrijdathleet bent.

Let vooral op bij je mailadres. Punten en/of streepjes zijn heel belangrijk. Vooral het streepje is soms onduidelijk (is het tussen of onder de letters).

Ook dien je aan te duiden of je het clubblad op papier of in je mailbox wilt ontvangen.

Het preventief sportmedisch onderzoek is voor het aanvragen van een vergunning niet meer verplicht. Het onderzoek wordt wel sterk aangeraden aan een aantal personen.

U mag vooral niet vergeten om de kaart zelf te ondertekenen en indien u nog geen achttien bent, is ook de handtekening van één van de ouders of voogd verplicht.

Breng je fiche tijdig binnen indien je eind oktober wil starten.

Vergeet ook je lidgeld niet te betalen. Je startnummer wordt pas aangevraagd wanneer het lidgeld is betaald of wanneer het op de rekening van de club staat.

Je kan enkel nog betalen aan Monique. Zij zal steeds elke dinsdag tussen 19u15 en 20u00 aanwezig zijn in de gang van de sporthal.

Indien je je lidgeld overschrijft vergeet dan niet de namen te vermelden voor wie het bestemd is. Indien ze kan zal ze ook op donderdag aanwezig zijn ofwel zal zij iemand vragen om haar te vervangen die dag.

Het rekeningnummer van de club is BE39 7332 0712 3019 van AVZK.

Lidgeld 2021-2022

Het lidgeld voor het nieuwe seizoen is het volgende :

- | | |
|---|----------|
| • Kangoeroes (°2016 en °2015) en benjamins (°2014 en °2013) | 110,00 € |
| • Pupillen (°2012 en °2011) en miniemen (2010 en 2009) | 130.00 € |
| • Cadetten tot en met masters | 150,00 € |
| • Een huisgezin met verschillende leden betaalt maximum | 420,00 € |
| • Vanaf de derde atleet van hetzelfde gezin is er een korting van 20 % voorzien op het jongste lid. | |
| • Joggers | 110,00 € |

Je kunt je lidgeld best betalen bij het afgeven van de ingevulde fiche.

Indien je het lidgeld wenst over te schrijven, kan dat op rekeningnummer: BE39 7332 0712 3019 van AVZK

Bericht aan de ouders van kangoeroes en benjamins

Het wedstrijdenverloop van kangoeroes en benjamins werd grondig aangepast. Zo wordt er geen algemene uitslag opgemaakt bij deze categorieën. Het is de bedoeling dat ieder atleetje zijn/haar uitslag krijgt. Dit maakt dat wij niet meer weten wie van de kangoeroes en benjamins aan een wedstrijd heeft deelgenomen. Daarom vragen we aan jullie om zelf de resultaten van je zoon of dochter door te mailen naar ofwel jullie trainer of rechtstreeks naar mij op het volgende mailadres: lekens.andre@pandora.be. Ik kan dan het jaarlijks criterium bijhouden en ik kan de resultaten in het clubblad zetten indien u dat wenst.

64ste veldloop van AVZK voor mannen en vrouwen

Onze jaarlijkse veldloop gaat door op zondag 12 december 2021. Hierbij kun je het uurschema en de afstanden vinden. Er zijn wel een aantal veranderingen doorgevoerd. Bij de G-loop wordt er maar over één afstand gelopen. De kangoeroes lopen samen één reeks meisjes en één reeks jongens. Ook de benjamins lopen samen één reeks meisjes en één reeks jongens. De kangoeroes lopen de eerste 500 m met voorlopers en de laatste 100 m alleen. De benjamins lopen de eerste 400 m met voorlopers en de laatste 200 m alleen. Van de kangoeroes en benjamins worden er geen uitslagen gemaakt en is er ook geen podium. De masters + 50 lopen zowel bij de dames als de heren bij de scholieren mee.

Volgend uurschema werd doorgegeven aan de VAL

| Uur | Categorie | Afstand |
|-------|--------------------------------|---------|
| 11u45 | G-loop | 600 |
| 11u52 | Kangoeroe Meisjes 2015-2016 | 600 |
| 11u59 | Kangoeroe Jongens 2015-2016 | 600 |
| 12u06 | Benjamin Meisjes 2014-2013 | 600 |
| 12u13 | Benjamin Jongens 2014-2013 | 600 |
| 12u20 | 1ste jaars Pupil Meisjes 2012 | 1150 |
| 12u26 | 2de jaars Pupil Meisjes 2011 | 1150 |
| 12u32 | 1ste jaars Pupil Jongens 2012 | 1150 |
| 12u38 | 2de jaars Pupil Jongens 2011 | 1150 |
| 12u44 | 1ste jaars Miniem Meisjes 2010 | 1450 |
| 12u52 | 2de jaars Miniem Meisjes 2009 | 1450 |
| 13u00 | 1ste jaars Miniem Jongens 2010 | 1450 |
| 13u08 | 2de jaars Miniem Jongens 2009 | 1450 |
| 13u16 | Cadet Meisjes 2008-2007 | 2480 |
| 13u27 | Cadet Jongens 2008-2007 | 2950 |
| 13u39 | Scholier Meisjes 2006-2005 | 2950 |
| 13u39 | Master 50+ Vrouwen | 2950 |
| 13u54 | Scholier Jongens 2006-2005 | 4450 |
| 13u54 | Master 50+ Mannen | 4450 |
| 14u19 | Jun-Sen-Mas Vrouwen | 5200 |
| 14u54 | Senior Mannen | 8950 |
| 15u34 | Junior Jongens | 5950 |
| 15u34 | Master 35 - 45 Mannen | 5950 |

Voorlopige AVZK kalender 2021-2022

| | | |
|-------------------------------|---|--------------------|
| Zondag 10 oktober 2021 | Tweede ontbijtactie | |
| 15.10.2021 tot 17.10.2021 | Trainingskamp Maasmechelen vanaf cadetten | |
| 22.10.2021 tot 24.10.2021 | Trainingskamp De Hoge Rielen tot miniemen | |
| Zondag 12 december 2021 | Veldloop AVZK | |
| December 2021 en januari 2022 | Kerstmarkt in de weekends | |
| Zaterdag 12 februari 2022 | Tweede highjumpgala | |
| Januari tot februari 2022 | Jaarlijkse wafelverkoop | |
| Zaterdag 2 april 2022 | Trainingsdag voor de jeugd | |
| Maandag 8 augustus 2022 | Stratenloop van Booischot-Statie | |
| Zaterdag 16 april 2022 | Beker Van Vlaanderen pupillen en miniemen meisjes | (onder voorbehoud) |
| Vrijdag 3 juni 2022 | Open avondmeeting van AVZK | (onder voorbehoud) |
| Zaterdag 18 juni 2022 | Jeugdmeeting Antwerps Jeugd criterium | (onder voorbehoud) |
| Maandag 8 augustus 2022 | Stratenloop van Booischot- Statie | |

Vermits de reserveringen voor de piste voor 1 mei 2021 moesten aangevraagd zijn voor de periode 01.07.2021 tot en met 30.06.2022, heeft de secretaris deze drie data vooropgesteld omdat zij het best aansluiten aan de reserveringen van dit jaar. Dus hier kan nog verandering in komen.

Messenger groep voor ouders

Voor de jeugd atleten en hun ouders is er een afzonderlijke gesloten messenger groep aangemaakt.

Als er ouders of jeugd atleten zijn, die graag toegevoegd worden tot deze groep, mogen ze dit melden aan Peter Vervloet of Steven Henderickx. Via deze groep kunnen ouders afspreken om eventueel te carpoolen, praktische zaken vragen ...

De algemene communicatie zal wel steeds via mail verstuurd blijven worden, en op de AVZK website kan je ook steeds info vinden.

Provinciale Kampioenschappen op de piste in 2021

| | | |
|--------------------|------|-------|
| PK estafetten: | KAPE | 28.08 |
| PK hamerslingeren: | LYRA | 03.10 |

Tweede Highjumpgala in Booischot

Zaterdag 12 februari 2022

Sportcentrum De Lichten
Kloosterveldstraat 7
2221 Booischot

Programma:

| | | |
|-------|----------------------|--------|
| 16u30 | Beloftevolle jongens | + 1m50 |
| 18u00 | Dames | + 1m50 |
| 20u00 | Mannen | + 1m90 |

Verantwoordelijke:

Laporte Jens
Dwarsstraat 55
9050 Gentbrugge
0474/56 78 96

laportejens@hotmail.com

website: www.avzk.be

inkom: gratis

deelname: gratis

prijzen: geldprijzen voor de podia

Verjaardagen

AVZK wenst al de jarigen van harte geluk met hun verjaardag.

| | |
|------------------------|------------|
| Nys Emilie | 1/09/2003 |
| Maertens Vincent | 1/09/1978 |
| Van Den Broeck Sarah | 2/09/1998 |
| De Vries Debby | 4/09/1984 |
| De Valck Anke | 5/09/2008 |
| Verreth Alexander | 5/09/2013 |
| Coremans Maya | 7/09/2008 |
| Helsen Lisa | 8/09/2013 |
| Bastiaens Nancy | 9/09/1978 |
| Bruynseels Yoran | 10/09/2007 |
| Van Aelst Linde | 12/09/2000 |
| Van den Broeck Robert | 14/09/1959 |
| Van den Broeck André | 14/09/1959 |
| Buts Robin | 14/09/2005 |
| Laporte Sten | 17/09/1986 |
| Hubar Fleur | 17/09/2001 |
| Van Molle Nick | 18/09/2010 |
| Bruyndonckx Karian | 19/09/2002 |
| De Herdt Cerial | 19/09/2011 |
| Lambrechts Tine | 19/09/2005 |
| Lambrechts Lise | 21/09/2007 |
| Meus Jeroen | 22/09/2008 |
| Lemmens Steve | 22/09/1973 |
| Van der Sanden Maarten | 24/09/1984 |
| Vrancx Seija | 24/09/2020 |
| Peeters Lucas | 27/09/2007 |
| Van Dyck Michel | 28/09/1964 |
| Henderickx Dries | 30/09/2010 |
| D'Helft Noah | 30/09/2010 |
| Haemels Arnout | 30/09/1997 |

Kalender 40e CROSSCUP 2021-2022

| | | |
|------------|-----------|---|
| 24/10/2021 | BERLARE | CROSSCUP RELAYS van NIEUWDONK-BERLARE |
| 7/11/2021 | MOL | CROSSCUP MOL |
| 28/11/2021 | ROESELARE | CROSSCUP ROESELARE |
| 23/01/2022 | HANNUT | CROSSCUP HANNUT - Championnats LBFA EA PERMIT CROSS |
| 13/02/2022 | DIEST | CROSSCUP DIEST- Kampioenschap v. Vlaanderen - BK AMH |
| 6/03/2022 | BRUSSEL | CROSSCUP - "Open" BK/CB Cross Country - Finale CROSSCUP |

Verjaardagen

AVZK wenst al de jarigen van harte geluk met hun verjaardag.

| | |
|-------------------|------------|
| Van Molle Lars | 2/10/2012 |
| Peeters Nadine | 3/10/1970 |
| De Haes Cas | 4/10/2014 |
| Blockx Tristan | 6/10/2000 |
| Heremans Karin | 6/10/1970 |
| Everdepoel Menno | 6/10/2012 |
| De Cock Marc | 8/10/1967 |
| Hantschel Herbert | 8/10/2007 |
| Willems Oscar | 9/10/2013 |
| Sweeck Janne | 9/10/2013 |
| Verelst Léon | 11/10/2009 |
| Van Loock Feline | 12/10/2012 |
| Van Loock Mayla | 12/10/2012 |
| Kempnaers Hanne | 13/10/2005 |
| Huybrechts Sara | 15/10/2010 |
| Leferink Bram | 16/10/2011 |
| Wuyts Liesbeth | 21/10/1979 |
| Naets Ilan | 22/10/2004 |
| De Vries Wim | 23/10/1951 |
| Wuyts Arianne | 25/10/2007 |
| Aertgeerts Siebe | 26/10/2008 |
| Van Calster Toon | 27/10/2008 |
| Smets Lode | 27/10/2008 |
| Heremans Joris | 27/10/2000 |
| Huybrechts Edward | 28/10/2004 |
| Geens Rik | 28/10/2010 |

Aangeven sportongeval

Mogen wij diegenen die een sportongeval hebben, vragen om dit binnen de 14 dagen binnen te brengen bij de secretaris van de club of af te geven aan Monique a.u.b.

De formulieren vind je op de website van de club 'www.avzk.be'. Als je op de home-pagina bent klik je op 'club' en dan krijg je een tabel met onderaan 'Wat bij een ongeval'. Je klikt dit open en dan zie je in de tekst het woordje 'hier'. Als je hier op klikt krijg je het ongevalformulier. Dit print je af en met het laatste blad ga je naar de dokter. Je vult ook zo veel mogelijk gegevens in. Naam, adres enz., vergeet ook niet de plaats van het ongeval en wat er precies gebeurd is en wat je voelt of voelde. Vergeet ook de naam van een getuige niet. Dit breng je dan binnen bij Monique of de secretaris die dit via de computer moet verwerken.

Je mag het dus zelf **niet** rechtstreeks opsturen.

Extra oproep voor juryleden van AVZK

Indien er mensen zijn die zich geroepen voelen om als jurylid op te treden in eigen club en/of op verplaatsing dan kunnen zij contact opnemen met Guido Van Roie. Hij zal u de modaliteiten kunnen toelichten.

Voordelen zijn o.a. dat u gratis binnen mag op de activiteiten van de clubs. Indien u aangeduid wordt op een wedstrijd dan krijgt u daar een vergoeding voor.

Voor een club is het ook belangrijk om juryleden te hebben en nu met de nieuwe regeling voor kangoeroes en benjamins zijn er meer helpers nodig.

Opgelet

De atleten die wensen deel te nemen aan kampioenschappen waar je vooraf dient te worden voor ingeschreven, dienen zich te wenden tot Peter Vervloet die de inschrijvingen doet.

Het mailadres van Peter is vervloet.peter@gmail.com. Op de website staat een item i.v.m. de inschrijvingen. Gelieve hier bij inschrijving naar toe te gaan en de nodige stappen te volgen a.u.b. Gelieve steeds de einddatum in het oog te houden.

De einddatum voor VK en BK kunt u vinden bij de deadline kalender van de VAL, elders in dit clubblad.

Reglement veldlopen 2021-2022

Algemeen

Het veldloopseizoen loopt vanaf zaterdag 30 oktober 2021 tot en met zondag 13 maart 2022. De technische directie van de Vlaamse Atletiekliga kan in functie van selectiewedstrijden de toelating geven om van dit reglement af te wijken.

Afstanden

De organisator mag vrij kiezen tussen een minimum- en maximumafstand. Deze afstanden gelden, behalve voor de kampioenschappen, voor het hele veldloopseizoen. Voor jeugd zie verder bij specifieke reglementering.

| | Jongens/Mannen | Meisjes/Vrouwen |
|----------------------------|------------------|-----------------|
| CAD °07-08 | 2750 m - 3500 m | 2500 m - 3000 m |
| SCH °05-06 | 4000 m - 5000 m | 3000 m - 4000 m |
| JUN °03-04 | 6000 m - 7000 m | 4000 m - 5000 m |
| MAS: (35 jaar) | 6000 m - 7000 m | 4000 m - 5000 m |
| MAS 50+ | 4000 m - 5000 m | 3000 m - 4000 m |
| SEN °02 en vroeger | 9000 m - 11000 m | 6000 m - 8000 m |
| JUN-SEN-MAS | | 5000 m - 7000 m |
| Korte veldloop JUN-SEN-MAS | 2500 m - 3000 m | 1500 m - 2000 m |

Aantal ronden

Meisjes, vrouwen: maximum 6 (eventuele kleine ronde inbegrepen). Jongens, mannen: maximum 7 (eventuele kleine ronde inbegrepen). De aanloop mag maximum 500 m bedragen; anders wordt hij beschouwd als een gewone ronde. Minimum-afmeting startzone: 50m breed, 100m rechte lijn.

Categorieën

CAD-SCH: steeds samen (= eerstejaars + tweedejaars). Geen afzonderlijke rangschikking per geboortjaar.

KORTE VELDLOOP: JUN-SEN-MAS: steeds samen. Geen afzonderlijke rangschikking. JUN-SEN-MAS vrouwen: samen over dezelfde afstand (indien SEN vrouwen afzonderlijk lopen moet de afstand tussen 6000m en 8000m liggen). Afzonderlijke rangschikking.

JUN-MAS mannen: steeds samen. Zie ook punt MAS mannen. Afzonderlijke rangschikking. SEN mannen: afzonderlijk.

MAS: mogen steeds aan de veldloop van de SEN deelnemen.

MAS vrouwen: de organisator gaat ervan uit dat iedere MAS vrouw start in haar eigen categorie. Indien zij toch wenst uit te komen in de Seniors-categorie dient zij dit op voorhand te melden aan het secretariaat.

MAS: de organisator mag opteren voor twee veldlopen = gesplitst in leeftijdscategorieën:

- Mannen: een groep M35-40-45 én een groep met M50+. De JUN lopen samen met de M35-40-45. De M50+ lopen bij de SCH.
- Vrouwen: een groep W35-40-45 én een groep met W50+. De SCH lopen samen met de W50+. De W35-40-45 lopen bij de JUN/SEN.

Er dient een afzonderlijke rangschikking te worden gemaakt.

Opgelet: bij opsplitsing van de Masterscategorieën, dient een Master steeds uit te komen in zijn eigen leeftijdsgroep.

Niet aangesloten deelnemers mogen worden toegelaten.

Een atleet mag aan maximum 1 wedstrijd per dag deelnemen.

Volgorde

De organisatie is vrij om de volgorde te bepalen, bij voorkeur wordt het blok KAN t.e.m. MIN samengehouden. Hieronder is er een indicatief voorstel van volgorde.

Mannen: KAN-BEN-PUP-MIN-CAD-SCH-SEN-JUN+MAS-KORTE VELDLOOP

Vrouwen: KAN-BEN-PUP-MIN-CAD-SCH-JUN+SEN+MAS-KORTE VELDLOOP

Aankomsttijden

Minimum 10 tijden, maar het is aangewezen om iedere atleet een aankomsttijd te geven.

Aanvangsuur

Aanvangsuur vrij te bepalen. De organisator dient bij het opstellen van het tijdschema te vermijden dat twee of meerdere wedstrijden tegelijk worden gelopen. Er mag niet worden afgeweken van het tijdschema.

Inschrijvingsgeld veldlopen

Er is geen verplichting om inschrijvingsgeld te vragen. De keuze is vrij aan de organiserende vereniging om inschrijvingsgeld te vragen en te differentiëren per categorie.

Inschrijvingen

Voorinschrijvingen zijn verplicht voor alle categorieën.

De deelnemers lopen met een veldloopkaartje, waarop de gevraagde gegevens worden vermeld. Het aanbrengen van de clubstempel is niet verplicht.

Verplicht aanmelden op het secretariaat (vanaf JUN) is noodzakelijk i.v.m. mogelijke dopingcontrole.

Enkel vooraf ingeschreven atleten kunnen deelnemen aan de veldloop.

Aan de clubs wordt gevraagd om te werken met elektronische rangschikking door middel van scanning van de startnummers.

Herinnering:

- alle atleten (vanaf Ben.) die niet in het bezit zijn van een startnummer kunnen enkel starten met een papieren startnummer. Aangesloten BEN-PUP-MIN-CAD-SCH zonder vergunning en niet aangesloten BEN-PUP-MIN-CAD-SCH betalen een dagvergunning van 5,00 euro (exclusief het eventuele inschrijvingsgeld). Aangesloten JUN-SEN-MAS zonder vergunning en niet aangesloten JUN-SEN-MAS betalen een dagvergunning van 10,00 euro (exclusief het eventuele inschrijvingsgeld).
- buitenlanders kunnen een gratis dagvergunning krijgen om te starten indien ze het bewijs van hun nationaliteit kunnen leveren aan de hand van hun identiteitskaart.
- buitenlanders, aangesloten bij de VAL, dienen steeds op te treden voor hun VAL-vereniging en niet voor hun buitenlandse vereniging

Provinciale Kampioenschappen

ENKEL aangesloten atleten bij een vereniging van de eigen provincie mogen deelnemen.

AMH-veldlopen

Dienen plaats te vinden vóór het officiële programma, afstand vrij te bepalen.

Aanvraagprocedure

Via Alabus:

1. Van vrijdag 2 juli tot en met vrijdag 23 juli 2021 dient de organiserende vereniging naam, plaats en datum van haar veldloop op te geven via 'Event'
2. Vanaf woensdag 28 juli tot en met zondag 22 augustus dienen alle gegevens over de veldloop te worden ingevuld. (+ tijdschema én plan van omloop als bijlage toevoegen aan het event)
3. Geen andere veldloop in het weekend van het KvV veldlopen, de Provinciale en de Belgische veldloopkampioenschappen A.C. en Masters (er mag wel een veldloop worden georganiseerd maar dan niet voor Masters).

Prijzuitreiking: Indien er een prijzuitreiking is, dient deze uiterlijk 90 minuten na de aankomst afgehandeld te zijn.

Plan van de omloop: De controle zal gebeuren door de terreinkeurder van het Provinciale Comité. Voorschriften dopingcontrole.

Verplichte deelnemerslijsten bij wedstrijden: Op basis van het antidopingdecreet van de Vlaamse Gemeenschap dient elke vereniging bij de organisatie van wedstrijden een deelnemerslijst te voorzien van de Junioren, de Senioren en de Masters. Atleten van deze categorieën moeten zich dus vóór de wedstrijd aanmelden op het secretariaat. Atleten die niet aangesloten zijn bij één van beide federaties (niet aangesloten en buitenlanders) dienen ook hun gegevens (GSM-nr. en/of adres) voor de wedstrijd op een formulier te noteren. Indien de dopingarts gegevens wenst te bekomen van atleten die aangesloten zijn bij de Vlaamse Atletiekliga of de Waalse atletiekliga kan de organisator terecht bij de dopinglijn van de federatie (02 474 72 11).

Dopingcontrole: De organisator dient in de nabijheid (binnen de 200 meter) van de plaats waar de wedstrijd plaatsvindt, een afzonderlijke ruimte ter beschikking te houden die aan de vereisten voldoet om er een dopingcontrole te kunnen laten doorgaan.

In het dopingcontrolestation, of in een afzonderlijke ruimte ernaast, is een toilet aanwezig, dat uitsluitend gebruikt mag worden voor de monsterafname, en een wachtruimte. De organisator moet zorgen voor voldoende ongeopende flessen niet-alcoholische dranken om de voor controle opgeroepen sporters de mogelijkheid te geven zich te hydrateren, en moet de controlearts en de chaperons vrije toegang geven tot alle lokalen en plaatsen waar de sporters zich kunnen begeven, inclusief de kleedkamer. Bij afwezigheid van een door de organisator ter beschikking gestelde voldoende ingerichte ruimte bepaalt de controlearts de plaats van de monsterneming, in overeenstemming met de vereisten van privacy, hygiëne en veiligheid.

De organisator kan een boete opgelegd worden voor het niet nakomen van zijn decretale verplichting om zelf in een passend lokaal te voorzien.

Kids en Co

Specifieke reglementering voor jeugdwedstrijden.

Afstanden: De organisator mag vrij kiezen tussen een minimum- en maximumafstand. Deze afstanden gelden, behalve voor de kampioenschappen, voor het hele veldloopseizoen. (Met een marge van 50m)

| | Jongens/Mannen | Meisjes/Vrouwen |
|------------|-----------------|-----------------|
| KAN °15-16 | 500 m - 600 m | 500 m - 600 m |
| BEN °13-14 | 500 m - 700 m | 500 m - 700 m |
| PUP °11-12 | 1000 m - 1500 m | 1000 m - 1500 m |
| MIN °09-10 | 1500 m - 2250 m | 1500 m - 2000 m |

Categorieën:

KAN-BEN: samen (eerstejaars + tweedejaars en/of M + J) of apart, zonder rangschikking, géén podium.

PUP-MIN: samen (= eerstejaars + tweedejaars), met afzonderlijke rangschikking, podium per geboortjaar.

Het is toegelaten beide geboortejaren afzonderlijk te laten starten.

Voorwaarden Kids-veldloop (KAN en BEN):

- De loop dient mét voorlopers te gebeuren. (Gelieve hiervoor de richtlijnen te volgen die MOEV heeft opgesteld: <https://www.moev.be/projecten/vlaamse-veldloopweek-voorscholen> -> bij ondersteunende fiches)
- KAN: Max. 600m waarvan maximaal 100m vrij te lopen
- BEN: Max. 700m waarvan maximaal 200m vrij te lopen
- Géén podium/géén resultaten opmaken
- Iedereen hetzelfde aandenken

Prijzetafel: De prijzetafel of het uitreiken van een aandenken voor PUP en MIN dient te gebeuren volgens een vooraf vastgelegde procedure (bij voorkeur een identieke prijs voor de eerste tot de laatste). De prijzuitreiking dient uiterlijk 90 minuten na de aankomst afgehandeld te zijn.

Reglement indoormeedings 2021-2022

Algemeen

Het indoorseizoen loopt vanaf zaterdag 30 oktober 2021 tot en met zondag 13 maart 2022.

Inschrijvingsgeld

- Alle accommodaties: €3,00/nummer vanaf cadet (voor jeugd zie specifieke reglementering).
- Indien de organisator uitsluitend werkt met voorinschrijvingen én betaalmodule, mag er €4,00/nummer gevraagd worden.

Toegangsgeld

- De organisator mag vrij zijn toegangsgeld bepalen.
- KVV Cad/Sch: €5,00 – KVV A.C.: €6,00.
- gratis t/m 13j.

Elektronische tijdopname

Verplicht voor alle meetings. Elektronisch startsignaal verplicht. Aanbeveling om ook voor valse start elektronisch signaal te gebruiken.

Programma

- Bij elke aanvraag dient een tijdschema te worden bijgevoegd. Bij een OMJ dient er rekening mee gehouden te worden dat het jeugdgedeelte is afgewerkt alvorens te beginnen met de nummers vanaf scholier (uitgezonderd PSS). Nummers voor cadetten kunnen geïntegreerd worden tijdens het jeugdprogramma of Open meeting gedeelte.

- De volgende tijdsduur moet minimaal worden voorzien voor de hierna vermelde nummers, voor Gent, Hoboken en Heusden-Zolder:
Loopnummers per categorie, per geslacht:
60h 15 min
60/150/200m 20 min
300/400m 15 min
800m 7 min
1000/1500/3000 15 min
- Kampnummers per categorie:
Gent Andere (vanaf Cad)
Ver/Hinkstap/Kogel 60 min 50 min
Hoog 75 min 65 min
Polstok 120 min 120 min
- Organisatoren mogen de minimale tijdsduur tussen de nummers aanpassen afhankelijk van het aantal inschrijvingen (na het afsluiten van de inschrijvingen). Zij moeten het aangepaste tijdschema ten laatste 48u voor de start van de meeting publiceren.
- Geen hoogspringen voorzien tijdens de 60h wanneer de aanloopzone van het hoogspringen de banen voor de 60h overlapt.
- Wanneer in het tijdschema twee of meer standen vermeld staan, dienen deze ook effectief gebruikt te worden voor de verschillende nummers.
- De organisator heeft de mogelijkheid om bij alle kampnummers het nummer te splitsen bij veel deelnemers. De tweede groep mag pas starten met opwarmen nadat de wedstrijd van de eerste groep volledig is afgewerkt.
- Polstok:
 - Vanaf Cad t/m A.C. mogen jongens en meisjes samen springen.
 - De organisator dient bij zijn aanvraag te vermelden welke categorie hij samenvoegt (min. tijdsduur van 2u voorzien per groep). Reglement indoormeetings 2021-2022 8 juni 2021
 - De organisator dient bij zijn aanvraag te vermelden dat hij de wedstrijd opsplijt in twee of drie groepen, volgens hoogten.
 - Nadat de eerste groep gedaan heeft, mag de tweede groep inspringen en aan haar wedstrijd beginnen.
 - De laatst overgebleven atleet van elke groep mag zijn hoogte kiezen.
- Startdetectie: voor 60m/60h en 200m/400m, vanaf cadet.
- Aanvragen indoormeetings dienen te gebeuren via Alabus.
- Lunchpakket voorzien ('s middags) voor jury, hulpdiensten en medewerkers voor een volledige dag en 's avonds indien meeting later eindigt dan 18.00u.

Baanindeling Reeksen/Finale

| Tijd in reeks | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | Nummer |
|---------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-----------|
| | 4 | 5 | 3 | 6 | 2 | 7 | 1 | 8 | | 60 / 60H |
| | 5 | 6 | 4 | 3 | 2 | 1 | | | | 200 / 400 |
| | 5 | 6 | 4 | 3 | 2 | 1 | | | | 300 |
| | 5 | 6 | 6 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 1 | 800 |

Finaleprincipe loopnummers: winnaar van elke reeks + beste verliezen-de tijden. Als er meer dan 4 reeksen zijn, worden enkel de beste tijden weerhouden voor de finales.

Inschrijvingen

- Provinciale Kampioenschappen: ENKEL aangesloten atleten bij een vereniging van de eigen provincie mogen deelnemen, tenzij het een open Provinciaal Kampioenschap betreft.

- Men mag aan maximum 2 individuele nummers deelnemen per PK, ook indien dit gespreid is over meerdere dagen.
- Alle atleten (vanaf Pup.) die niet in het bezit zijn van een startnummer kunnen enkel starten met een papieren startnummer. Aangesloten JUN-SEN-MAS zonder vergunning en niet aangesloten JUN-SEN-MAS betalen een dagvergunning van 10,00 euro (exclusief het eventuele inschrijvingsgeld).
- Buitenlanders kunnen een gratis dagvergunning krijgen om te starten indien ze het bewijs van hun nationaliteit kunnen leveren aan de hand van hun identiteitskaart.
- Buitenlanders, aangesloten bij de VAL, dienen steeds op te treden voor hun VAL-vereniging en niet voor hun buitenlandse vereniging.
- Voorinschrijvingen verplicht! Let wel: voorinschrijvingen worden verplicht, daarom niet per definitie betaalde voorinschrijvingen.

Proefspecificaties: WA-reglement vanaf art. 40

NOTA: de technische directie van de Vlaamse Atletiekliga kan in functie van selectiewedstrijden de toelating geven om van dit reglement af te wijken. Reglement indoormeetings 2021-2022 8 juni 2021

KIDS en CO

Specifieke reglementering voor jeugdwedstrijden (Kan/Ben)

- Inschrijvingsgeld:** 5,00 euro

- Programma:**

Het programma wordt steeds georganiseerd als meerkamp. De competitie wordt gemengd (jongens en meisjes samen) georganiseerd en er kunnen maximaal 3x25 kinderen per categorie inschrijven.

De competitie voor kangoeroes en benjamins kan gelijktijdig of achtereenvolgend aangeboden worden.

De totale duur van de wedstrijd mag max. 2u in beslag nemen.

Kangoeroes-Benjamins meerkamp set 1:

KAN: 30m sprint – hoogspringen – stoten – 10x30m aflossing

BEN: 40m hindernis – verspringen – stoten – 10x40m aflossing

Kangoeroes-Benjamins meerkamp set 2:

KAN: 30m sprint – verspringen – stoten – 10x30m aflossing

BEN: 40m sprint – hoogspringen – stoten – 10x40m aflossing

- Inschrijvingen:** Voorinschrijvingen verplicht! Let wel: voorinschrijvingen worden verplicht, daarom niet per definitie betaalde voorinschrijvingen.
- Bescherming Jeugddag:** geen wedstrijden op zaterdag 12 maart 2022.

Specifieke reglementering voor jeugdwedstrijden (Pup/Min)

- Aanvangsuur:**

Apart aanvangsuur voor jeugd (Pup/Min) en andere categorieën vermelden.

Geen nummers voor jeugd (Pup/Min) tijdens avondmeetings (uitgezonderd tijdens vakantieperiodes).

- Inschrijvingsgeld:**

2,00 euro/nummer voor de jeugd

Indien de organisator uitsluitend werkt met voorinschrijvingen én betaalmodule, mag er 3 euro/nummer gevraagd worden.

- Programma:**

a. Bij een OMJ dient er rekening mee gehouden te worden dat het jeugdgedeelte is afgewerkt alvorens te beginnen met de nummers vanaf scholier (uitgezonderd PSS). Nummers voor cadetten kunnen geïntegreerd worden tijdens het jeugdprogramma of Open meeting gedeelte.

Minimaal te voorziene tijdsduur per categorie en per geslacht:

| | | |
|-----------|---------|---------|
| | Andere | Gent |
| Ver/Kogel | 60 min | 90 min |
| Hoog | 75 min | 120 min |
| Polstok | 120 min | 120 min |

Organisatoren die met voorinschrijvingen werken mogen de minimale tijdsduur tussen de nummers aanpassen afhankelijk van het aantal inschrijvingen. Zij moeten het aangepaste tijdschema ten laatste 48u voor de start van de meeting publiceren.

- b. De organisator heeft de mogelijkheid om bij alle kampnummers het nummer te splitsen bij veel deelnemers.
- bij hoog is dit aantal voor jeugdathleten bepaald op 30 deelnemers
 - bij polstokspringen op 15 deelnemers
 - bij ver en kogel op 40 deelnemers

De organisator mag dus de atleten in twee groepen laten presteren, ingedeeld op basis van leeftijd. De tweede groep mag pas starten met opwarmen nadat de wedstrijd van de eerste groep volledig is afgewerkt.

c. Polstok: Miniemen jongens en meisjes mogen samen springen (min. tijdsduur van 2u voorzien).

d. Bij een indoor-jeugdmeerkamp waar de accommodatie geen afstandsnummer toelaat, kan ter vervanging geopteerd worden voor een alternatieve discipline.

Beste atleten, trainers en bestuursleden van Koninklijke Atletiekvereniging Zuiderkempem

U wordt hierbij vriendelijk uitgenodigd op de jaarlijkse algemene ledenvergadering van dinsdag 12 oktober 2021 in cafetaria 1 op het sportcentrum De Lichten te Booischot aanvang 20u00.

Dagorde:

- Welkomswaard door de voorzitter
- Verslag van het afgelopen jaar (zie clubblad juli/augustus)
- Interpellaties in verband met het verslag van het afgelopen jaar.
- Financieel verslag (bijgevoegd in het clubblad juli/augustus)
- Interpellaties betreffende financiën
- Goedkeuring balans en rekeningen 2020-2021
- Kwijting van het afgelopen jaar
- Voorstel begroting 2021 – 2022 (bijgevoegd in het clubblad juli/augustus)
- Goedkeuring voorstel begroting 2021 – 2022
- Verkiezing twee rekeningtoezichters
- bestuurswijziging
- Varia en algemene interpellaties
- Slotwoord

Interpellaties en toegevoegde variapunten dienen schriftelijk toe te komen bij de secretaris uiterlijk op maandag 21 september 2021.

• Begeleiding van jeugdathleten op het terrein

a. Startgebeuren Pup & Min: de organisator voorziet twee personen die helpen met het plaatsen van de startblokken.

b. De inrichtende vereniging voorziet minimum 2 eigen medewerkers per kampnummer.

- Elektronisch startsignaal verplicht. Aanbeveling om ook voor valse start elektronisch signaal te gebruiken.

• Inschrijvingen

a. Voorinschrijvingen verplicht! Let wel: voorinschrijvingen worden verplicht, daarom niet per definitie betaalde voorinschrijvingen.

- Bescherming Jeugddag: geen wedstrijden op zaterdag 12 maart 2022

FINANCIEEL JAAROVERZICHT 2020 - 2021

| <u>Inkomsten</u> | € |
|---------------------|----------|
| Allerlei | 2863,10 |
| Gemeente + subsidie | 10874,58 |
| Kledij + materiaal | 432,00 |
| Lidgeld | 29857,00 |
| Organisatie | 12075,18 |
| Sponsoring | 13490,00 |
| Totaal: | 69591,86 |

| <u>Uitgaven</u> | € |
|-----------------------|----------|
| Allerlei | 4855,94 |
| Clubblad | 1399,86 |
| Gemeente | 5985,75 |
| Kledij + materiaal | 14444,04 |
| Kopieerm. + zegels | 562,57 |
| Organisatie | 6041,16 |
| Prijzen + A-B atleten | 1148,23 |
| Trainersvergoeding | 12051,25 |
| VAL | 7355,00 |
| Totaal: | 53843,80 |

BEGROTING 2021/ 2022

| <u>Inkomsten</u> | € |
|--------------------|-------|
| Allerlei | 3300 |
| Gemeente | 9000 |
| Kledij + materiaal | 2000 |
| Lidgeld | 29500 |
| Organisatie | 30500 |
| Sponsoring | 2500 |
| VAL | 200 |
| Totaal: | 77000 |

| <u>Uitgaven</u> | € |
|-----------------------|-------|
| Allerlei | 6000 |
| Clubblad | 1500 |
| Gemeente + subsidie | 9500 |
| Kledij + materiaal | 6500 |
| Kopieerm. + zegels | 700 |
| Organisatie | 17500 |
| Prijzen + A-B atleten | 7500 |
| Trainersvergoeding | 17300 |
| VAL | 10500 |
| Totaal: | 77000 |

Verslag bestuursvergadering van maandag 05.07.2021

Aanwezig

Henderickx Steven, Vervloet Guido, Lekens Hendrik, Naets Monique, Busschodts René, Heremans Agnes, Verelst Wim

Verontschuldigd

Derdin Jos, Van Dyck Michel, Van Lent Jurgen, Baeten Nathalie, Van Roie Guido

Woord van de voorzitter.

De voorzitter opent de bestuursvergadering die plaats vindt in het aankomstgebouw. Hij geeft het woord aan de secretaris.

Afvaardiging G-atleten

De afgevaardigde heeft geen punten ter bespreking.

De secretaris deelt mee dat hij een mail heeft ontvangen van Wendy Mortelmans met de mededeling dat er op woensdag 7/7 een fotograaf langs komt. De G-groep heeft dan training.

Er is hiermee een mail gestuurd naar Wendy. Zij vindt het een goed idee om foto's te maken van de G-groep. Agnes en René zijn hiervan verwittigd.

Goedkeuring vorig verslag

Iedereen heeft het verslag van de bestuursvergadering van 8 juni 2021 ontvangen. Er waren geen op- en/of aanmerkingen. Het verslag wordt goedgekeurd.

Sportieve gedeelte

- In de basisschool van Hallaar werd eind juni een sportdag georganiseerd. De Turnjuf had verenigingen aangeschreven met de vraag of een aantal clubs bereid waren om te helpen. Een drietal vrijwilligers van de club (Britt, Esra en Sander) werden bereid gevonden om te helpen. Er werd een doorschuifstelsel gehanteerd zodat elke klas bij elke vereniging aan bod kwam. Het was voor de drie jongeren een leuke ervaring. De voorzitter had ook een flyer laten ontwikkelen die aan de kinderen werd meegegeven.
- Misschien is het wel een goed idee om die flyer ook in de ons omringende scholen te verdelen, begin september. De voorzitter gaat de flyer nog een beetje veranderen zodat het contrast tussen tekst en foto's beter uitkomt. De secretaris gaat bij de dienst sport en jeugd de getallen van het aantal leerlingen per school opvragen.
- Vandaag 5 juli zijn er twee mails toegekomen i.v.m. foto's die ze zouden komen nemen. De mail werd doorgestuurd naar het bestuur en de trainers. Voor de eerste mail kan men teruggaan naar de afvaardiging van de G-atleten. Voor de tweede mail dienden we een voorkeursdatum in te vullen. Dit werd donderdag 15 juli 2021.
- Er was geen trainersverslag.
- Aanvraag veldloop 2021 dient tussen 2 juli en 23 juli te gebeuren (is inmiddels gebeurd). Vanaf 28 juli 2021 tot 22 augustus 2021 dienen alle gegevens te worden ingevuld en ook het plan dient te worden bijgevoegd. Aan Jef Goovaerts zal gevraagd worden om het plan en de gegevens aan te passen.
- Als we de kangoeroes laten samenlopen (jongens en meisjes apart) dan kan dit ook gebeuren voor de benjamins. Het uurschema kan dan worden aangepast. Ook het vertrek voor de kangoeroes en benjamins dient te worden aangepast. Kangoeroes tussen 500 en

600 m waarvan 100 m vrij te lopen. Benjamins tussen 500 en 700 m waarvan 200 m vrij te lopen. Geen podium en geen resultaten opmaken. Iedereen hetzelfde aandenken.

- De start van de minironde voor G-atleten, kangoeroes en benjamins zal in de bocht liggen achter het softbalveld.
- Het is niet verplicht om inschrijvingsgeld te vragen. AVZK zal voorlopig geen inschrijvingsgeld vragen. Indien de clubs uit de buurt wel zouden inschrijvingsgeld vragen dan kunnen we nog altijd veranderen.
- Indien er deelnemingsgeld wordt gevraagd dan misschien de inkomprijs aanpassen?
- Er zouden trainers zijn die hebben laten verstaan om nog maar één keer in de week training te willen geven. Er moet een goede regeling komen.
- Indien er mensen zijn die kandidaat trainers kennen dat ze die namen doorspelen aan het bestuur aub. Jos had een naam doorgegeven.
- Het bestuur besprak ook een aantal mogelijkheden om bv. de pupillen en miniemen hordetrainingen aan te bieden. Misschien ook terug gaan naar het systeem van atleetjes die aan wedstrijden deelnemen en die niet aan wedstrijden deelnemen. Dan kunnen verschillende technieken beter aangeleerd worden.
- Sten Laporte zou momenteel de cursus initiator atletiek aan het volgen zijn. Hopelijk krijgt hij opvolging van andere of nieuwe trainers. Hij zou na deze cursus nog andere willen volgen.

Voorlopige kalender van AVZK voor 2021-2022

- Maandag 2 augustus 2021 stratenloop van Booischot-Statie.
- Zondag 10 oktober 2021 tweede ontbijtactie. Meer opbrengst dan eetdag en minder mensen die mekaar dienen te ontmoeten. We gaan terug alles klaarmaken in het cafetaria. Volgende vergadering hier verder over praten.
- Trainingskamp Maasmechelen van 15.10.2021 tot 17.10.2021
- Trainingskamp De Hoge Rielen van 22.10.2021 tot 24.10.2021
- Zondag 12 december 2021 veldloop van AVZK
- Kerstmarkt in de weekends van december 2021 en januari 2022
- zaterdag 12 februari 2022 tweede highjumpgala
- Januari – februari 2022 jaarlijkse wafelverkoop
- Zaterdag 2 april 2022 trainingsdag voor de jeugd
- Zaterdag 16 april 2022 Beker Van Vlaanderen pupillen en miniemen meisjes (onder voorbehoud)
- Vrijdag 3 juni 2022 open avondmeeting van AVZK (onder voorbehoud)
- Zaterdag 18 juni 2022 jeugdmeeting Antwerps Jeugd criterium (onder voorbehoud)
- Vermits de reserveringen voor de piste voor 1 mei 2021 moesten aangevraagd zijn voor de periode 01.07.2021 tot en met 30.06.2022, heeft de secretaris deze drie data vooropgesteld omdat zij het best aansluiten aan de reserveringen van dit jaar. Dus hier kan nog verandering in komen.
- Maandag 8 augustus 2022 stratenloop van Booischot-Statie

Evaluatie meeting 19.06.2021 voor eigen atleten

- De inschrijvingen dienden via atletiek.nu te gebeuren. Ter plaatse zijn er nog vier atleten ingeschreven. Zij kwamen niet in de uitslag van atletiek.nu maar hadden wel een prestatie die in het clubblad zal komen.
- Spijtig dat de fotofinish niet werkte waardoor dit niet kon worden uitgetest en werd er met vertraging gestart.

- Aan de gemeente zal gevraagd worden om wifi te voorzien in het aankomstgebouw. Steven gaat dit aankaarten tijdens een onderhoud met Jessie op dinsdag 6 juli 2021.
- Naar de toekomst goed uitkijken waar de verschillende proeven voor benjamins en kangoeroes kunnen georganiseerd worden zodat de pupillen en miniemen de andere standen kunnen innemen. Zeker vermijden dat er met blokken gewerkt wordt. Er zouden dan ouders en atleten zijn die van 9 uur tot 18u00 dienen aanwezig te zijn.
- Het werken met tablets en gsm ging goed en vlot volgens Monique.

Vorbereiding stratenloop van maandag 02.08.2021

- Momenteel heeft Albert de aanvraag ingediend alsook het CERM formulier, de nadar en het rode Kruis aangevraagd.
- De voorinschrijvingen staan open vanaf 1 juli. De deelnameprijs is voor de jeugd en AMH-atleten €2.50 en voor de joggings € 5.00. Voor de kinderen en de G-atleten wordt een pakketje en een aandenken (medaille) voorzien. Voor de joggings zal er alleen een podium voorzien en zijn er geen naturaprijzen.
- Alles dient georganiseerd te worden naar de dan geldende maatregelen.
- Steven gaat de eigenaar van de boomgaard contacteren.
- De omwonenden zullen verwittigd worden met een brief.
- Paul Winnepeninckx zal de micro doen.
- Voor de uitslagen wordt beroep gedaan op het team rond Véronique.
- Voor de daginschrijvingen zullen inschrijvingskaartjes moeten voorzien worden. Monique gaat dit bekijken en indien niet beschikbaar, het nodige doen.
- Albert heeft een aantal affiches voorzien en die worden momenteel rondgedeeld.
- Steven begint binnenkort aan een werkschema. Hij zal zich baseren op het schema van voor twee jaar.
- De tijds klok dient ook te worden gevraagd. De secretaris heeft daarvoor een mail gestuurd naar de uitleendienst maar zij moet bij de sportdienst gevraagd worden..
- Gert Vercaemmen regelmatig contacteren naar de stand van zaken.

Vorbereiding tweede ontbijtactie op zondag 10 oktober 2021

- Vorige vergadering werd besloten om voor de ontbijtactie te gaan.
- Het gebruik van de cafetaria om alles klaar te maken werd gevraagd aan Mendo en toegezegd.
- Monique heeft de zaal Withof in Zonderschot geannuleerd.
- Vorig jaar konden we rekenen op papieren zakken van de KBC. Deze bank is helaas gesloten in Booischoot. Hoe kunnen we hieraan geraken? En ook waar kwamen de andere zakken vandaan? Tegen volgende vergadering voorstellen doen en misschien al een ontwerp klaarmaken.

Varia

- De volgende vergadering zal uitzonderlijk doorgaan op woensdag 4 augustus 2021 in het aankomstgebouw.
- Nieuw singlet van de club. Er is een nieuwe bestelling gedaan en die is ondertussen geleverd behalve topjes. De L-singletjes vallen tamelijk groot uit. De voorzitter deelt mee dat er opnieuw een bestelling is geplaatst die deze week zou geleverd worden. Hij houdt de lijst bij van diegenen die al een singlet hebben bekomen. Vraag Jos Derdin: joggers die deelnemen aan stratenlopen? Was al een akkoord over dat zij de wedstrijden meedoen ook een singletje kun-

nen krijgen.

- De secretaris heeft van de VAL een lijst ontvangen van atleten die kunnen worden eenzijdig afgeschreven. Hij heeft een lijst van 59 namen doorgegeven aan de VAL van atleten die mogen worden afgeschreven omdat zij de laatste twee jaar geen lidgeld hebben betaald.
- Vanaf september zou de cafetaria terug open kunnen op dinsdag en donderdag. Agnes zou zeker één keer in de week komen. Misschien dat Guido dit overneemt na de training. Er wordt een oproep gedaan naar één of meer vrijwilligers om in het cafetaria te helpen. Er zal een oproep hierover komen in het volgende clubblad.
- Voor de veldloop zouden we al kunnen uitzien naar een 600-tal prijzen voor de jeugd en de G-atleten.
- De VAL prijst aan om tijdens de veldlopen zo veel mogelijk elektronisch te werken aan de aankomst. Volgens Jurgen zou VETA een systeem willen aanschaffen dat kan gebruikt worden aan de aankomst. We gaan dit zeker opvolgen.
- De voorzitter bedankt iedereen voor zijn aanwezigheid en zijn medewerking.

Lekens Hendrik, verslaggever.

Verslag trainersvergadering 6 juli

Aanwezig

Sten Laporte, Wim Devries, Julie Van Dyck, Peter Vervloet (verslag)

Training

- Behalve in de week van 2 augustus kunnen trainingen steeds doorgaan in de grote vakantie.
- Wim wil stoppen met training geven vanaf september. Julie wil stoppen of anders toch max 1 keer per week training geven vanaf september (zeker niet meer op dinsdag). Dus op zoek naar nieuw bloed. Aan Katrien kunnen we al vragen of die 2 dagen per week training wil geven. Normaal geeft Nancy op dinsdag aan kangoeroes en Katrien op donderdag.

Wedstrijden

Komen in de jeugdkalender:

- Stratenloop 2 augustus
- Mechelen op zaterdag 21 augustus. Inschrijven vanaf 1 augustus op atletiek.nu
- PK aflossing op zaterdag 28 augustus
- Antwerps jeugd criterium in Edegem op zondag 26 september.

Kampen

Hoge Rielen op 22-24 oktober.

- Kookouders die vorige keer gevraagd waren opnieuw vragen. Ook aan David vragen.
- Informeren bij Agnes of de G-atleten ook kandidaat zijn om mee te gaan.
- Vanaf benjamins (2008-2014)
- Hoogteparcours: informeren daarvoor. Eventueel ook speleobox.
- Trainers die zouden meegaan: Sten, Peter, Wim, Julie. Vragen aan Guido.

Volgende vergadering

Dinsdag 5 oktober, 19u45.

31ste stratenloop van Booischoot-Statie

Nadat vorig jaar de stratenloop van Booischoot-Statie niet kon doorgaan wegens toen heersende reglementering in verband met covid-19, diende Albert Van Craen van brasserie 't Stationneke vorig jaar al de aanvraag in voor de stratenloop 2021 en de andere activiteiten van zondag en dinsdag. Hij regelde ook de aanwezigheid van het Rode Kruis en de dranghekkens. Waarvoor onze dank. Niemand die kon vermoeden dat het virus nu nog zou ronddwalen.

Het was dan ook een beetje bang afwachten wat er kon en wat niet mocht. Een kleine twee maanden geleden werd dan toch beslist om de stratenloop te laten doorgaan en zo veel mogelijk op de traditionele manier. We hielden de opgelegde maatregelen nauwlettend in de gaten omdat er na versoepelingen meestal verstrengingen volgden.

Een dikke maand voor de wedstrijd konden de voorbereidingen eindelijk van start gaan. Nieuw was dat je je op voorhand moest inschrijven en betalen. Dat werd tot onze opluchting massaal opgevolgd. We lieten de mogelijkheid open om nog ter plaatse in te schrijven en er waren buiten de jeugd nog een 15-tal atleten die daar gebruik van maakten. Alles samen schreven ongeveer 140 jeugdigen en G-atleten zich in. Je kan je inbeelden dat met momenten zeer druk was aan de inschrijvingen van de jongeren maar alles verliep goed.

's Morgens was er al een groep helpers om de nadars aan de kant te zetten. Staf Nevelsteen plaatste de kilometeraanduidingen en vanaf vier uur in de namiddag werd alles definitief op zijn plaats gezet en/of geïnstalleerd. Ook de helpers waren tijdig aanwezig en zij wisten welke taak hen te wachten stond.

Om klokslag 18u30 werd de stratenloop op gang gefloten voor de allerkleinsten. Als de groepen van de jongeren te groot waren om veilig te lopen, werden de groepen gesplitst. Op de foto's in dit clubblad kun je de sfeer opsnuiven. Iedereen spande zich in en als beloning kregen zij aan de aankomst elk een medaille en een zakje overhandigd.

Op 19u05 werd dan de familie jogging van 4km500 gestart. We noteerden 137 aankomsten. Bij de dames won Murielle De Winter (Berglopers) voor Daniële Van Os en Linde Van Aelst (AVZK). Bij de mannen was de eerste plaats weggelegd voor Pieter Verschoren voor Wout Coenegrachts en Obry Naets (AVZK). We noteerden 35 AVZK'ers in deze groep. In deze groep liep ook de gewezen Belgische kampioen veldrijden Laurens Sweeck mee. Hij eindigde op de 27ste plaats.

Om 19u45 gingen dan de joggers van de 7km500 en 10km500 van start. Vermits het aantal niet boven de 200 kwam, mochten ze gelijktijdig vertrekken.

Bij de 7km500 noteerden we 46 aankomsten. Winnares bij de dames werd Els Huybrechts voor Helga Brugmans (AC Hulshout) en Diziana Vangoidsenhoven (ROBA).

Bij de mannen ging Bart Van Den Bosch met de eerste plaats lopen voor Michiel Nijs en Ruben Van Baelen. Hier vonden we 8 AVZK-ers in de uitslag.

Bij de langste afstand (10km500) stond er geen maat op Sam Valgaeren (AC Hulshout). Hij kwam met meer dan 30 seconden voorsprong over de meet. Tweede werd Chris Wouters en op de derde plaats hadden we een ex-aequo met Kenny Geens en Jonas Bellekens.

Bij de dames was de winst voor Ruth Van Campen (ROBA) voor An Claes (AC LYRA) en Joyce Van Amnel. Hier vonden we 6-AVZK-atleten in de uitslag.

In totaal kwamen iets meer dan 400 atleten naar de kermisstratenloop van Booischoot-Statie.

De deelnemers die de podia haalden werden verwend met een mand vol lekkers, geschonken door Brasserie 't Stationneke. Waarvoor een dikke merci.

Nog te vermelden dat de speaker van dienst opnieuw Paul Winnepenninckx was.

De notering aan de aankomst werd in goede banen geleid door het team van Véronique Van Vlasselaer. De drank aan de aankomst en onderweg werd geleverd door Brasserie 't Stationneke. De diensten van het Rode Kruis mochten drie dagen de parking van Staf en Monique gebruiken. Het bestuur van AVZK wenst alle helpers te bedanken die hebben bijgedragen tot het goede verloop van deze jogging.

Noteer alvast dat de 32ste stratenloop van Booischoot-Statie zal doorgaan op maandag 8 augustus 2022.

Bij de kinderen en de G-loop noteerden we volgende atleten van AVZK:

| | | |
|----------------------|------------------------|------------------|
| Van Genechten Vic | Van Genechten Kor | Moris Jesse |
| Van Horenbeeck Kobe | Smekens Linde | Smekens Ella |
| Van Hoof Marthe | Van Hoof Minne | Jacobs Jozefien- |
| Dirkx Sesmo | Dirkx Lukas | D'Helft Finn |
| Knapen Dries | Van den Wyngaert Maïte | Vanderghinste |
| GielVan Oost Lukas | Huybrechts Sara | Goris Sybe |
| Henderickx Dries | Janssens Febe | Van Dyck Flore |
| Van Pelt Juan | Weckhuysen Karsten | Weckhuysen Mil |
| Habets Enrique | Aertgeerts Siebe | Daelemans Niels- |
| Van Den Broeck Sarah | Peeters Nadine | Beullens Wesley |

AVZK-atleten bij de familie jogging:

4km500

03. Naets Obry
16. Heremans Mil
34. Helsen Robin
36. Lemmens Steve
37. De Preter Hans
40. Van Aelst Kobe
46. Huybrechts Ward
47. Derdin Simon
48. Sanders Milan
49. Van Aelst Linde
51. Helsen Wim
59. Bastiaens Nancy
66. Wyns Mira
68. Huybrechts Anna
80. D'Helft Noah
81. Naets Ivo
82. Van Dyck Michel
85. Verlinden Timo
88. Van der Sanden Emma
89. Hoefkens Chris
90. V.d. Sanden Maarten
94. Manshoven Sophie
97. De Vries Debby
100. Henderickx Lien
102. Claes Onah
105. Huybrechts Sara
108. Goovaerts Joseph
112. Verelst Léon
114. Straetmans Gilbert
120. Thomas Eef
121. Verelst Wim
133. Mondelaers Katrien
134. Van De Water Geert
136. Baeten Nathalie
137. De Cuyper Sabrina

7km500

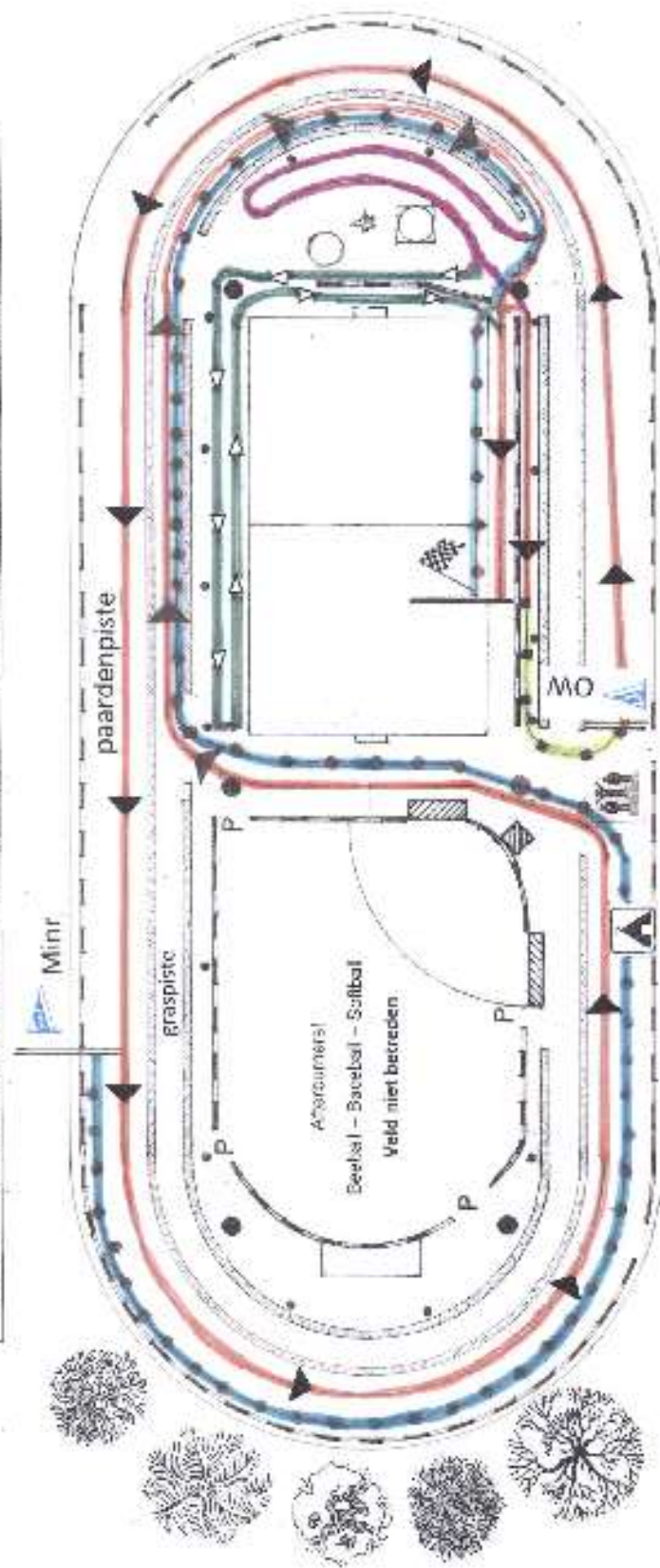
07. Nevelsteen Kristof
11. Sleenckx Godwin
26. Van den Schoor Bart
30. Van den Acker Paul
32. Claes Vic
33. Claes David
39. Henderickx Steven

10km500

08. Sleenckx Gijsbrecht
11. Verschaeren Geert
49. Waegemans Joghén
64. Bruynseel Koen

Indien er namen zouden ontbreken dan hoor ik het graag.

AVZK veldloop : omloop – uurschema - afstanden



- Minr = mini ronde : 600 m
- Kr = kleine ronde : 980 m
- Mr = midden ronde : 1.150 m
- Gr = grote ronde : 1.450 m
- Verbinding (tussen aankomst en start) = 50 m
- P = poort
- Afspanning : Gracht
- Minr = start mini ronde
- OW = start overige wedstrijden
- Finish
- Podium
- Tenten atletieklubs
- Rode Kruis Vlaanderen (EHBO) : in de Sporthal

| Mini ronde - Kr = kleine ronde - Mr = midden ronde - Gr = grote ronde | | | |
|---|--------------|--------------------------------------|---------------------|
| 11.4.15 G. Alberts | 1 Minr 600 m | 13.4.20 M/V Jergens 2010 | 1 Gr 1.450 m |
| 11.10.12 Kangoeroes meisjes 2010-2012 | 1 Minr 600 m | 13.10.16 M/V Jergens 2006 | 1 Gr 980 m |
| 11.10.19 Kangoeroes jongens 2011-5 2013 | 1 Minr 600 m | 13.10.16 LAD meisjes 2006-2007 | 1 Mr - 1 Gr 2.180 m |
| 12.06.10 BER meisjes 2010-2013 | 1 Minr 600 m | 13.02.17 GAD Jergens 2006-2007 | 2 Gr 2.980 m |
| 12.01.13 BER jongens 2014-2013 | 1 Minr 600 m | 13.10.19 SCH meisjes 2006-2005 | 2 Gr 2.050 m |
| 12.02.10 PUP meisjes 2012 | 1 Mr 1.150 m | 13.10.19 Jans dames 1950 | 2 Gr 2.900 m |
| 12.02.10 PUP meisjes 2012 | 1 Mr 1.150 m | 13.05.14 SCH jongens 2006-2005 | 3 Gr 4.450 m |
| 12.02.10 PUP jongens 2012 | 1 Mr 1.150 m | 13.05.14 MAS heren 1650 | 3 Gr 6.450 m |
| 12.02.10 PUP jongens 2011 | 1 Mr 1.150 m | 13.02.19 JUN-575-MAS dames WBS 40-45 | 2 Mr - 2 Gr 5.200 m |
| 12.04.14 MR meisjes 2010 | 1 Gr 1.450 m | 14.05.14 SR heren | 6 Gr 8.950 m |
| 12.05.14 M/V meisjes 2009 | 1 Gr 1.450 m | 13.02.14 JUN MAS heren M35-40-45 | 4 Gr 5.950 m |

SPORTHAL

omkleedplaats/douchetoeiletten - cafetaria/puistoeiletten - secretariaat - insidingsaant depingcontroler
 inschrijving JUN - SR - MAS verplicht

Jaarverslag van AVZK over het afgelopen jaar 2020-2021

Sinds de vorige jaarvergadering (13.10.2020) tot nu (10.08.2021) sloten 50 nieuwe atleten aan. Dat zijn er 17 minder dan het jaar voordien.

Startvergunningen

| | V | M | T | 19/20 | Vershil |
|------------|----|-----|-----|-------|---------|
| Kangoeroes | 4 | 10 | 14 | 15 | -1 |
| Benjamins | 12 | 21 | 33 | 36 | -3 |
| Pupillen | 20 | 22 | 42 | 41 | +1 |
| Miniemen | 11 | 21 | 32 | 37 | -5 |
| Cadetten | 7 | 13 | 14 | 14 | +6 |
| Scholieren | 10 | 7 | 17 | 13 | +4 |
| Juniors | 4 | 6 | 10 | 13 | -3 |
| Seniors | 10 | 14 | 24 | 24 | |
| Masters | 21 | 36 | 57 | 65 | -8 |
| Totaal | 99 | 150 | 249 | 258 | -9 |

De atleten die lidgeld betaalden als jogger waren met 19 (dat is 1 minder dan vorig seizoen).

Elk jaar is het ook opvallend hoeveel atleten er afhaken, dit wordt meestal gecompenseerd met nieuwe aansluitingen. Dit komt grotendeels door het overaanbod van andere sporten.

Maandelijks trainersvergaderingen

Elke eerste dinsdag van de maand vergaderen de trainers. De ene maand vergaderen de trainers van de jeugd, de andere maand de trainers vanaf cadetten.

Het verslag van deze vergaderingen kunt u maandelijks lezen in het clubblad.

Maandelijks bestuursvergaderingen

Elke tweede dinsdag van de maand vergadert het bestuur. Uitzonderlijk wordt de bestuursvergadering naar een andere dag verschoven. Dit wordt dan wel voorgesteld op de vorige vergadering. Het verslag van deze vergaderingen kunt u ook maandelijks lezen in het clubblad.

Elk bestuurslid ontvangt bij de uitnodiging van de bestuursvergadering ook het financieel overzicht van de voorbije maand.

Iedere maand is er een delegatie van de G-atleten aanwezig die hun punten naar voor kunnen brengen.

Iedereen die dat wenst mag zijn zeg komen doen op de bestuursvergadering. Zijn of haar punten worden dan eerst behandeld.

Door de huidige corona malaise zijn de meeste vergaderingen op afstand doorgegaan. De laatste drie vergaderingen gingen door in het aankomstgebouw omdat we nog geen gebruik gemaakt hebben van het cafetaria.

Trainingen

Bijna elke dag van de week huurt AVZK de atletiekpiste af voor de trainingen. Op dinsdag en donderdag worden ook het voetbalveld en de graspiste afgehuurd. De G-atleten trainen op woensdag en vrijdag.

Met de dienst sport en jeugd is overeengekomen dat individuele atleten van de club op andere momenten mogen komen trainen op de atletiekpiste als ze niet bezet is door scholen of andere groe-

pen. Hiervoor is er een kastje voorzien met een code waarin zich de sleutel bevindt om de poort te openen.

In de winterperiode wordt ook op dinsdag de sporthal in Booischot afgehuurd en vanaf volgende winter zou op donderdag de turnzaal van Sint-Lambertus worden afgehuurd.

Door de Coronamaatregelen die al meer dan anderhalf jaar ons dagelijks leven beïnvloeden zijn bijna alle geplande activiteiten niet kunnen doorgaan.

Een tijdlang mochten er geen trainingen doorgaan, daarna kon met mondjasmaat terug getraind worden.

Zo gingen in 2020 de scholenloop, de eetdag, het weekend van de jeugd in Kasterlee, de veldloop en de kerstmarkt niet door. In 2021 gingen: de nieuwjaarsreceptie, het tweede highjumpgala, ons teerfeest, de beker van Vlaanderen, de open meeting en de jeugdmeeting, niet door. Ook de jaarlijkse kledijverkoop werd naar september-oktober verschoven. De indoortrainingen konden ook niet doorgaan in de winterperiode. Ook de scholenloop die gepland was voor eind september is afgeschaft.

Clubmeeting van 03.10.2020

Omdat alle meetings werden afgelast, hebben we een meeting georganiseerd met eigen atleten.

Er kwamen een 93 atleten opdagen. Zij waren allen voor ingeschreven. Peter Vervloet stelde de reeksen samen. Er waren voor elke categorie 3 proeven voorzien. En als laatste nummer was er een 5000 m voor mannen en vrouwen. Een aantal juryleden van de club zorgden ervoor dat alles in goede banen werd geleid. Er werd ook een tent opgesteld waarin drank en soep werd verkocht. Er waren voldoende helpers aanwezig. De toeschouwers werden gevraagd om zich te voorzien van een mondkapje en er was ontsmettingsgel voorzien. De meeting kende een vlot verloop. De jeugd kreeg na afloop een medaille. Er heerste een goede sfeer en het is voor herhaling vatbaar.

Ontbijtactie 11.10.2020

Omdat onze eetdag niet kon doorgaan wegens corona, besloot het bestuur een ontbijtactie te organiseren.

Na een aantal vergaderingen werd een definitief ontwerp opge maakt en zoveel mogelijk verspreid. Dit mocht een groot succes genoemd worden. Er werden 654 ontbijten besteld, verdeeld over standaardontbijten, luxeontbijten voor twee personen en kidsontbijten. Er waren ook nog een groot aantal bijbestellingen van pistolets en sandwiches. De voorbereidingen verliepen vlot en ook de bestellingen kwamen goed binnen. Een aantal firma's werden bereid gevonden om te sponsoren of om een mooie korting te geven. De dag zelf was het vroeg dag om alles klaar te krijgen. Alles verliep vlot en iedereen was tevreden met wat er in de ontbijtzakken stak.

Algemene ledenvergadering op dinsdag 13 oktober 2020 om 20u00

Deze vergadering werd bijgewoond door een 15-tal personen en werd gehouden voor de bestuursvergadering. De dagorde (gepubliceerd in het clubblad van augustus en september) werd punt voor punt afgehandeld. De rekeningtoezichters zullen ook volgend jaar gevraagd worden. Na het afwerken van de dagorde was er een vragenuurtje. De aanwezigen werden getraakteerd op een gratis drankje. Het verslag zal in het clubblad verschijnen en dient ook naar de VAL en de ondernemingsrechtbank te worden gestuurd.

Weekend vanaf cadetten van 16.10.2020 t.e.m 18.10.2020

Dit weekend werd georganiseerd voor cadetten, scholieren en junioren. Ook seniors en masters waren van de partij. De groep telde weer ongeveer 35 personen. Het weekend werd gehouden in Maasmechelen. Er werd met veel enthousiasme getraind. Het was een geslaagd weekend.

Sinterklaasfeest 3 december 2020.

Steven nam het Sinterklaasfeest op zich. Bestellingen werden gedaan door Bart. Door de corona waren alleen de pieten van de partij. Zij traiden even mee en daarna deelden zij de zakjes uit aan de jeugdigen. In het clubblad zullen enkele foto's staan van de hand van fotograaf Walter Verheyden.

Kampioenviering Heist-op-den-Berg 2020

Ook hier moest men zich aanpassen. De bedoeling was dat de kampioenen aan huis zouden worden gehuldigd. Door het annuleren van vele kampioenschappen waren er maar heel weinig kandidaten.

Voor AVZK kon bekomen worden dat dit gebeurde op het sportcentrum. Twee schepenen en de voorzitter van de sportraad waren aanwezig om de trofees en een mand met streekspecialiteiten te overhandigen aan de medaillewinnaars. Ook hier was Walter Verheyden onze huisfotograaf.

Deze ging door op maandag 15 maart 2021. Er werd een tent voorzien met wat drank en kaas.

Volgende atleten kwamen in aanmerking:

- Milloen Sarie
- Van Lent Lotte
- De Voeght Jitser
- Dévière Elisabeth
- De Veuster Ilse
- Hoefkens Chris
- Henderickx Sander
- Van Winckel Lieve
- Verelst Wim

Wafel-, truffel- gebakjes- en zeevruchtenpralines-verkoop

In totaal werden 560 stuks besteld. Dat zijn er 90 meer dan vorig jaar. Dries en Lien Henderickx, Arwen en Finn Goris en Minne en Marthe Van Hoof waren de drie die bij de jeugd het meeste hadden verkocht. Zij kregen een naturaprijs. Ongeveer ¾ van de bestellingen werd online gedaan. De levering was goed op tijd en heel goed verzorgd. Het bestuur dankt iedereen die wafels, truffels en gebakjes heeft verkocht en gekocht

Nieuw singlet van de club

Na zoveel jaar werd besloten om een nieuw singlet voor de club te ontwerpen. Jos en Guido namen het voortouw en stelden een aantal modellen voor. Zij hadden ondertussen ook gezorgd voor een drietal sponsors die op het singletje zouden komen. Er werd besloten dat de atleten het eerste singletje gratis zouden krijgen en vanaf het tweede zal er een bijdrage gevraagd worden. Ondertussen zijn de singletjes uitgedeeld. Er wordt een lijst bijgehouden van diegenen die hun eerste singletje hebben gekregen.

Overzicht veldloopseizoen 2020-2021

Er waren het voorbije seizoen geen veldlopen. Ze waren allen geannuleerd behalve het Belgisch kampioenschap.

Pannenkoekendag

Een paar masters namen het initiatief om op een avond pannenkoeken te bakken en de aanwezigen hiermee te trakteren. Dit werd heel erg in de smaak.

Pisteseizoen 2021

Door de coronacrisis waren er nog maar heel weinig meetings. De eerste meetings waren voor de elite-atleten. Zij dienden prestaties te kunnen voorleggen om aan grotere wedstrijden deel te nemen. Een aantal clubs richtten micro-meetings in waar maar een erg beperkt aantal atleten aan mocht deelnemen. Omdat er veel veranderingen op til waren, richtten veel clubs een meeting in voor eigen atleten of met een minieme bezetting.

Pistemeeting met eigen atleten zaterdag 19.06.2021

Omdat er veel veranderingen op til zijn, vond het bestuur het nuttig om een testmeeting te organiseren voor eigen atleten. Nieuwigheden: jury maakt gebruik van telefoon en/of tablets. Zij kunnen de resultaten naar het secretariaat doorsturen. De kangoeroes en benjamins hebben allemaal nieuw formules. Iedereen diende in te schrijven via atletiek.nu. Na het afsluiten werden hier ook de reeksen gemaakt. In de voormiddag van kangoeroes tot miniemen en in de namiddag vanaf cadetten en ook voor G-atleten. De fotofinish die ook aanwezig was, kon niet gebruikt worden wegens een technische storing.

Stratenloop van Boischot-Statie 02.08.2021

Nadat de stratenloop in 2020 niet mocht doorgaan door corona, werd de 31ste uitgave naar 2 augustus 2021 verplaatst. Albert Van Craen van brasserie 't Stationneke bracht alle aanvragen in orde. In zijn zaak was ook het secretariaat gevestigd. Het programma was hetzelfde als de voorgaande jaren alleen de jaartallen dienden aangepast te worden. Ook hier was de regel voorinschrijven en op voorhand betalen. Dit werd massaal opgevolgd. Voor de jeugdreeksen lieten we de vrijheid om ook ter plaatse in te schrijven. Ook voor de familiejoegings schreven er nog een paar atleten in.

Bij de jeugd en G-atleten waren er ongeveer 140 atleten. Bij de familiejoeging van 4km500 kwamen er 137 atleten over de meet. Bij de 7km500 waren er dat 46, en op de 10km500 waren dat er 90. Er kwamen dus iets meer dan 400 atleten naar onze joeging. Dit was een mooi succes.

Speaker van dienst was Paul Winnepenninckx. Hij kent bijna alle atleten. Het team rond Véronique Van Vlasselaer zorgde ook dit jaar voor de uitslagen. AVZK wenst alle helpers en atleten te bedanken voor hun inzet en aanwezigheid.

Kampioenschap van Vlaanderen cadetten en scholieren Heusden (15.08.2020):

Zilveren medaille: Sander Henderickx speer bij de cadetten jongens.

Belgisch kampioenschap masters Ninove 19 en 20 september 2020

Gouden medaille: Elisabeth Dévière 200 m masters dames W40.

Zilveren medaille: Elisabeth Dévière 100 m masters dames W40.

Bronzen medaille: Lieve Van Winckel discus masters dames W40.

Bronzen medaille: Wim Verelst 100 m masters mannen M50.

Belgisch kampioenschap cadetten en scholieren (26 en 27/09/2020 Deinze)

Bronzen medaille: Sander Henderickx meerkampen cadetten jongens. Kampioenschap van Vlaanderen alle categorieën 23.05.2021 Lebbeke. Bronzen medaille: Lotte Van Lent 100 m.

Momenteel beginnen de clubs weer meetings te organiseren. Het is verplicht vooraf in te schrijven via Atletiek.nu. De atleten beginnen ook stilaan opnieuw aan meetings en stratenlopen mee te doen. Uiteraard willen wij de trainers en atleten danken voor hun inzet gedurende het voorbije jaar.

Hendrik Lekens nam het secretariaat waar, verwerkte alle meetinggegevens, maakte alles klaar voor de subsidies en bezocht de sponsors. Dit jaar kreeg hij weer hulp van Steven Henderickx voor de sponsoring.

Jos Derdin en Guido Vervloet zochten en vonden enkele sponsors voor het nieuwe singlet.

Voor de kemper waren Jos Derdin, Steven Henderickx en Hendrik Lekens heel actief bezig. Marc De Belder maakte tweemaandelijks het clubblad klaar voor verschijning.

Monique Naets beheerde ook als een goede huismoeder de clubkas. Haar leuze is: niet meer uitgeven dan dat er inkomsten zijn. Zij stelde ook de begroting op voor het volgende seizoen. Iedereen kan ook op haar beroep doen tijdens de trainingen.

Een aantal bestuursleden kweten zich van de lastige taak om helpers aan te spreken voor de verschillende activiteiten. Het bleek geen gemakkelijke klus te zijn.

Peter Vervloet nam de taak op zich om het jaarboek te maken, om de website geregeld bij te werken, om de inschrijvingen te doen voor de kampioenschappen en om de lijst op te stellen voor de A- en B-atleten.

Voor de G-atleten zorgde Agnes Heremans en René Busschodts dat alles tijdig werd aangevraagd.

Om al onze activiteiten te kunnen organiseren, dienen we regelmatig beroep te doen op jullie hulp, want zonder kan niet.

Nieuwe initiatieven zijn ook altijd welkom.

Het bestuur houdt er ook aan iedereen van harte te bedanken voor de deelname, de geleverde prestaties, de inzet en de hulp bij onze activiteiten. We hopen uiteraard dat wij in de toekomst nog een beroep mogen doen op jullie allemaal.

Lekens Hendrik, secretaris AVZK.

Verslag bestuursvergadering van dinsdag 17.08.2021

Aanwezig

Henderickx Steven, Vervloet Guido, Lekens Hendrik, Naets Monique, Busschodts René, Heremans Agnes, Verelst Wim.

Verontschuldigd

Derdin Jos, Van Dyck Michel, Van Lent Jurgen, Baeten Nathalie, Van Roie Guido.

Woord van de voorzitter

De voorzitter opent de bestuursvergadering die plaats vindt in het aankomstgebouw. Hij geeft het woord aan de secretaris.

Afvaardiging G-atleten

De G-atleten gaan meedoen aan volgende meetings: 12/9 Herentals, 2/10 Lier en 9/10 Mechelen.

Goedkeuring vorig verslag

Iedereen heeft het verslag van de bestuursvergadering van 5 juli 2021 ontvangen. Er waren geen op- en/of aanmerkingen. Het verslag wordt goedgekeurd.

Sportieve gedeelte

- De voorzitter deelt mee dat een moeder de flyer gaat bewerken. We gaan de flyer laten drukken op A5 en verspreiden over alle basisscholen van Heist-op-den-Berg. De aantallen per school werden eerder al opgevraagd.
- In juli is er een fotograaf geweest die een aantal foto's van de G-atleten heeft gemaakt. In de gemeentekrant van september zou het resultaat te zien zijn. Lotte Van Lent is ook voor een fotosessie i.v.m. atletiek naar de sporthal geweest.
- Jitser De Voeght behaalde een zilveren medaille in de discuswerpen bij de cadetten op het kampioenschap van Vlaanderen op 15 augustus in Deinze.
- Aanvraag voor de veldloop van 12.12.2021 is gedaan. Ook alle andere gegevens zijn ingevuld en/of doorgemailed. De omloop werd in orde gemaakt door Jef Goovaerts en is ook doorgemailed naar de VAL.
- De kangoeroes en de benjamins zullen per twee jaar samenlopen. De jongens en de meisjes wel apart. Van deze wedstrijden worden geen uitslagen gemaakt en is er ook geen podium. Aan de aankomst zullen zij een kaartje krijgen om een prijs af te halen in de sporthal. Het uurschema kan dan worden aangepast. Ook het vertrek voor de kangoeroes en benjamins dient te worden aangepast. Kangoeroes tussen 500 en 600 m waarvan 100 m vrij te lopen. Benjamins tussen 500 en 700 m waarvan 200 m vrij te lopen.
- De start van de minironde voor G-atleten, kangoeroes en benjamins werd door Jef Goovaerts ter plaatse gemeten en aangepast op het plan.
- Op woensdag 18 augustus 2021 is er een videovergadering gepland met omliggende clubs om te trachten overeen te komen wat de clubs gaan doen met al dan niet inschrijvingsgeld te vragen voor de veldlopen.
- Het is niet verplicht om inschrijvingsgeld te vragen. AVZK zal voorlopig geen inschrijvingsgeld vragen. Indien de clubs uit de buurt wel zouden inschrijvingsgeld vragen dan kunnen we nog altijd veranderen.

- Indien er geen deelnemingsgeld wordt gevraagd dan zeker de inkomprijs aanhouden.
- AVZK wil eventueel tot en met scholieren gratis laten inschrijven en de inkom behouden. Eventueel vanaf juniors drie euro vragen omdat vanaf de juniors er nog weinig inkom is. Deze atleten komen meestal alleen of met andere deelnemers. Eigen atleten mogen gratis voorinschrijven.
- Jasper Mannaert is winnaar geworden van de trail Le grand Ballon. Dit is een 42 km lange wedstrijd met heel wat hoogtemeters. Hij heeft in het verleden ook de trail Des Fantômes gewonnen. Deze wordt aanzien als zwaarste wedstrijd van België. Jurgen Huybrechts gaat een artikeltje schrijven voor het clubblad en misschien ook enkele foto's bezorgen. Er is een foto doorgemailed voor het voorblad van het clubblad.

Voorlopige kalender van AVZK voor 2021-2022

- zondag 10 oktober 2021 tweede ontbijttactie.
- Trainingskamp Maasmechelen van 15.10.2021 tot 17.10.2021
- Trainingskamp De Hoge Rielen van 22.10.2021 tot 24.10.2021
- Zondag 12 december 2021 veldloop van AVZK
- Kerstmarkt in de weekends van december 2021 en januari 2022
- Zaterdag 12 februari 2022 tweede highjumps gala
- Januari – februari 2022 jaarlijkse wafelverkoop
- Zaterdag 2 april 2022 trainingsdag voor de jeugd
- Zaterdag 16 april 2022 Beker Van Vlaanderen pupillen en miniemen meisjes (onder voorbehoud)
- Vrijdag 3 juni 2022 open avondmeeting van AVZK (onder voorbehoud)
- Zaterdag 18 juni 2022 jeugdmeeting Antwerps Jeugd criterium (onder voorbehoud)
- Vermits de reserveringen voor de piste voor 1 mei 2021 moesten aangevraagd zijn voor de periode 01.07.2021 tot en met 30.06.2022, heeft de secretaris deze drie data vooropgesteld omdat zij het best aansluiten aan de reserveringen van dit jaar. Dus hier kan nog verandering in komen.
- Maandag 8 augustus 2022 stratenloop van Booischoot-Statie

Evaluatie stratenloop van maandag 02.08.2021

- Er waren iets meer dan 400 aankomsten: Bij de jeugd en G-loop waren er rond de 140 inschrijvingen. Bij de jogging van 4km500 noteerden we 137 aankomsten, bij de 7km500 kwamen 46 atleten aan en bij de 10km500 waren dat er 90.
- De meeste schreven op voorhand in. Ter plaatse waren er nog een tiental. Bij de jeugd waren er meer inschrijvingen ter plaatse.
- De aanmeldingen verliepen vlot. Bij de jeugd was er soms wat file.
- Bij de jeugd had iedereen een medaille en een zakje met oa een drankje, een balpen en kleurpotloodjes. Bij de joggings waren er enkel prijzen voor de podia. Deze prijzen, de drank en de drinkbekertjes onderweg en aan de aankomst werden geschonken door het kermiscomité waarvoor onze dank. Het rode kruis en de nadar werden ook door het kermiscomité gefinancierd. Waarvoor dank.
- Lieve Van Winckel wordt ook bedankt voor de talrijke foto's die zij heeft genomen tijdens de wedstrijden. Er komen er heel wat in het clubblad en ze staan ook op de website van AVZK.
- Naar de toekomst toe gaan we enkel drank aanbieden bij de bevoorrading en geen sponsen meer.
- Er waren voldoende helpers. Aan de overweg zoals dit jaar 2 seingevers voorzien.

- De speaker van dienst was Paul Winnepeninckx. De uitslagen werden gemaakt door het team van Véronique Van Vlasselaer.
- Ook de eigenaar van de boomgaard bedanken.
- De tijds klok van VETA werd gebruikt. We hadden ook een klok van dienst sport en jeugd maar die hebben we als reserve gehouden.

Vorbereiding tweede ontbijttactie op zondag 10 oktober 2021

- Het gebruik van de cafeteria om alles klaar te maken werd gevraagd aan Mendo en toegezegd.
- Monique heeft de zaal Withof in Zonderschoot geannuleerd.
- De werkgroep voor het ontbijt is bijeen gekomen en heeft voor de drie groepen het ontbijt samengesteld.
- De cava is al aangekocht.
- Het standaardontbijt komt op € 12.00, het luxeontbijt op € 36.00 en het kidsontbijt blijft op € 7.00.
- Steven somt op wat er in de zakken komt. Guido gaat bij vedettesport vragen naar zakken. Steven gaat contact opnemen met KBC voor het bekomen van zakken en ook voor de jaarlijkse sponsoring. Steven gaat het origineel doormailen naar de secretaris zodat dit zeker in het clubblad van juli/augustus kan opgenomen worden. Er staat ook weer een QR code op waarmee de mensen ook kunnen bestellen. Bij het overschrijven van het bedrag de naam vermelden van de indiener en om welke ontbijten het gaat. Hij gaat ook proberen om een 150 stuks van de krant 'de zondag' te krijgen om bij in de ontbijtzakken te steken. Er zal ook een los blad worden bijgevoegd zodat de mensen kunnen inschrijven. Bij de mensen die het clubblad per mail krijgen, zal een tweede bijlage bijzitten i.v.m. de ontbijtactie. Er zullen ook een aantal mensen met de post worden aangeschreven.

Vorbereiding algemene ledenvergadering van dinsdag 12 oktober 2021

- De uitnodiging staat in het clubblad van juli/augustus 2021.
- Interpellaties dienen binnen te zijn tegen 20 september 2021
- Mogelijke kandidaten voor het bestuur dienen ook binnen te zijn tegen 20 september 2021. De bestuursleden die niet meer in het bestuur wensen te zetelen, dienen dit te melden zodat na de algemene vergadering alles in orde kan gemaakt worden voor het Belgisch staatsblad.
- Er wordt voorgesteld om het bestuur niet te uitgebreid maken, maar eerder te werken met werkgroepen. Zo is er al een werkgroep voor het ontbijt en voor de kledij.
- De inkomsten 2020-2021, de uitgaven 2020-2021, en de begroting 2021-2022 staan ook in het clubblad van juli/augustus 2021.
- Er zal meer reclame gemaakt worden om meer aanwezigen te hebben. Ook de trainers hierbij betrekken.
- Monique nodigt de twee rekeningtoezichters uit voor de controle.
- De vergadering zal doorgaan in het cafetaria.

Vorbereiding nieuw seizoen 2021-2022

- De jaarlijkse fiche zal klaar gemaakt worden tegen begin september.
- Er wordt afgesproken dat we de mensen die een startnummer aanvragen maar niet deelnemen aan wedstrijden dat zij wel zouden helpen aan evenementen.
- Bij het uitdelen van de startnummers zullen ook veldloop-

kaartjes uitgedeeld worden omdat deze nog steeds gaan gebruikt worden.

Varia

- De volgende vergadering zal doorgaan op dinsdag 14 september 2021 in het aankomstgebouw of cafetaria.
- De ruggen op het sportcentrum zijn gelukkig weggenomen. Blijkbaar was dit een idee van dienst sport en jeugd.
- Guido deelt mee dat Michiel Smekens met succes de cursus voor provinciaal jurylid heeft gevolgd. Hij zou ook een cursus aspirant-trainer willen volgen.
- De trainers zouden dringend hun voorkeuren dienen kenbaar te maken. Er zouden twee nieuwe trainers bijkomen. Er zou ook een schema dienen te worden opgesteld zodat iedereen en ook het bestuur op de hoogte is van wie welke groep traint. Er moet getracht worden om de groepen niet te groot te maken.
- Steven stelt voor om de singletjes K2 te geven als cadeau bij een geboorte, want deze vallen heel klein uit.
- Vanuit sport en jeugd kwam er een mail dat er in het najaar drinkbussen konden aangevraagd worden om zo de hoop plastic te verminderen. Er waren al een aantal trainers geïnteresseerd en daarom heeft de secretaris er een 300-tal besteld. Afwachten wat er van komt.
- Guido Van Roie vraagt dringend een garagebox bij omdat de huidige boxen overvol zitten en ook in het aankomstgebouw ligt al veel gerief. Hij vraagt ook om geen tenten te zetten in het aankomstgebouw. Deze worden daar alleen maar ingezet om te drogen als ze nat moeten worden bijeen gedaan. Er is één thermos stuk. Er wordt voorgesteld om een nieuwe aan te schaffen.
- Er wordt voorgesteld om het cafetaria in oktober terug te openen. Agnes en Willy gaan de cafetaria op dinsdag openhouden. Er dienen nog personen aangesproken worden voor donderdag.
- De werkgroep kledij gaat binnenkort samenkomen. Guido Vervloet gaat hiervoor het nodige doen. Zij gaan uitmaken welke kledij er zal aangeboden worden. Aan de trainers zal persoonlijk gevraagd worden of zij al dan niet een regenjas willen.
- Wim Verelst deelt mee dat de startblokken dringend aan vervanging toe zijn en dit zeker tegen het nieuwe seizoen. De voorzitter zal dit aankaarten bij sport en jeugd.
- Wat betreft de overkapping van de springstanden heeft een leerkracht van Sint-Lambertus laten weten dat dit het volgend schooljaar niet zal kunnen omdat zij daarvoor geen ruimte hebben. Voorgesteld wordt om aan te kloppen bij de technische school in Nijlen of Damiaan in Aarschot.
- Ook de polsstokmat is dringend aan vervanging toe. De vorige firma levert geen matten meer. Voor de hoogspringmat zouden eventueel wel vervangstukken kunnen aangeschaft worden. Deze zaken op de voet blijven volgen, lijkt ons het beste.
- De voorzitter bedankt iedereen voor zijn aanwezigheid en zijn medewerking.

Lekens Hendrik, verslaggever.



Jitser De Voeght behaalde een zilveren medaille bij de cadetten jongens in het discuswerpen tijdens het kampioenschap van Vlaanderen op 15.08.2021 in Deinze. Bij het kogelstoten werd hij ook nog mooi vijfde.

TROOPER

SHOP JIJ ONLINE? DOE DIE EXTRA KLIK
VIA TROOPER EN JE STEUNT JE
FAVORIETE VERENIGING GRATIS.

Huh? Gratis onze club steunen? Hoe kan dat?

Wel dat kan via de Trooperpagina van onze club. Voor je jouw bankkaart bovenhaalt, is het belangrijk om te weten hoe Trooper precies in elkaar zit.

1. Elke vereniging heeft een unieke Trooperpagina, de onze is Atletiek vereniging Zuidoekampen AVZK
<https://www.trooper.be/AVZK>
2. Op deze pagina staan links naar veel webshops (zoals Bol.com, Booking, Decathlon, Collect&go, Collishop, ...)
3. Als je via die links op de Trooperpagina van onze vereniging naar de webshop surft, weet de shop welke vereniging jij wil steunen.
4. De link doet het werk, en jij kan gewoon shoppen zoals je normaal shopt, zonder €1 extra uit te geven.
5. Van elke aankoop die jij doet, gaat er een percentje naar jouw vereniging. Iedereen blij!

Sponsoring AVZK 2020

Verhuurbedrijf Sint-Janshoeve, Schriek
Trofeeland, Boutersem
Drs Bart en Marc Mariën, Pijpelheide
Kapsalon Ronny, Booischot
De nieuwe Kievit BVBA, Heist-Goor
Apotheek Peeters, Booischot
Hoevewinkel Van Den Boer Fam. Verlinden, Schriek
BVBA Mineur, Delhaize, Heist-Goor
Kapsalon Monique, Booischot
Architectenbureau Heremans-Manshoven, Heist-Goor
Tim De Belder, Schriek
Juwelen Clem Vercammen, Heist-op-den-Berg

Sponsoring AVZK 2021

Baeck groenbedrijf BV, Geel
GKL afsluitingen BVBA, Beerzel
De Cock-Peeters en Partners, Heist-op-den-Berg
Gregoor Trucks, Herentals
Data Tec, 2840 Rumst
Dierenarts Vosters Roger, Pijpelheide
Boekhandel Verstraeten, Pijpelheide
Apotheek Pijpelheide, Anouk Ritzen, Pijpelheide
Air Service Center, Aarschot
PDH groep, AXA Ivo Janssens/Dirk Hoefkens, Booischot
Elektro Van Look en Co, Booischot
Apotheek Hendriks, Booischot
Fietsen Willy Vonckx, Booischot
Thiels tuincentrum, Pijpelheide
Jacobs ramen bvba, Booischot
Behang decor De Lente, Heist-op-den-Berg
Bouw De Roover en zoon BVBA, Pijpelheide
J. Peeters Transport NV, Booischot
Elektro Exellent Van Eyken BVBA, Booischot
Autohandel Baestaens BVBA, Pijpelheide
Vloeren Paul De Preter, Pijpelheide
Banden Chris Van Woensel, Schriek
Wijnen Van Genechten, Heist-Goor
Bakkerij Ives, Pijpelheide
Heidi delicatessen, Pijpelheide
Voeding Christine, Pijpelheide
Brasserie IJssalon 't Stationneke, Booischot
VH Aviation Consultancy BV, Booischot
Canoncenter Michiels, Westmeerbeek
Dr Jos Desmedt, Booischot
Spar Imavo, Wuyts Mario, Booischot
Dr Erik Bijdekerke, Pijpelheide
Johnny Boexstaens, Heist-op-den-Berg
Bosmans slaapcomfort BVBA, Heist-Goor
Bouwonderneming De Cock-Van Steen, Heist-Goor
Elektro Van Dessel, Schriek
Bouwonderneming Heylen nv, Heist-op-den-Berg
De koopjeshoek, Laeremans Linda, Pijpelheide
Kinesist Danny Lemmens, Pijpelheide

ALS JE ONLINE SJOPT,
BLIEP IK TELKENS JE OP
EEN TROOPERSHOP KOMT!

DOWNLOAD TROOPERBOT



VAC Vilvoorde 20.06.2021 open meeting

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|-------------------|-----------|
| MAS D | discus | 4 | Van Winckel Lieve | 24m60 |

SPBO Bornem 23.06.2021 open meeting

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|-------------------|-----------|
| CAD J | speer | 2 | De Voeght Jitser | 30m61 |
| CAD J | discus | 2 | De Voeght Jitser | 41m31 |
| SCH J | 100 m | 1 | Henderickx Sander | 11.79 |
| SCH J | speer | 1 | Henderickx Sander | 44m51 |
| SCH J | discus | 1 | Henderickx Sander | 34m38 |
| SCH J | speer | 4 | Verbeeck Jesse | 24m91 |

ACHL Herentals 25/06/2021 open meeting

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|---------|--------|-------------------|-----------|
| SCH J | polstok | 1 | Henderickx Steven | 3m18 |

OLSE Merksem 25/06/2021 open meeting

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|--------------------|-----------|
| JUN H | 400 m | 1 | Lambrechts Maarten | 52.87 |
| MAS D | discus | 2 | Van Winckel Lieve | 25m68 |

ROBA Diest 26/06/2021 open meeting

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|-------|--------|------------|-----------|
| MAS H | 400 m | 4 | Derdin Jos | 1.12.09 |

AC LYRA Lier 26/06/2021 open meeting

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|----------|--------|------------------|-----------|
| PUP J | 60 m | 14 | Everdepoel Alec | 9.39 |
| PUP J | 60 m H | 10 | Everdepoel Alec | 11.99 |
| PUP J | hockey | 5 | Everdepoel Alec | 34m79 |
| PUP J | ver | 3 | Everdepoel Alec | 4m12 |
| PUP J | 60 m | 35 | Henderickx Dries | 10.22 |
| PUP J | hockey | 20 | Henderickx Dries | 27m26 |
| PUP J | ver | 29 | Henderickx Dries | 3m35 |
| PUP J | 60 m | 41 | Waeyaert Quinn | 10.66 |
| PUP J | 1000 m | 18 | Claes Vic | 3.37.47 |
| PUP J | 60 m H | 18 | Claes Vic | 12.73 |
| PUP J | hockey | 13 | Claes Vic | 30m32 |
| PUP J | ver | 42 | Claes Vic | 2m90 |
| PUP J | 1000 m | 23 | Goris Finn | 3.46.17 |
| PUP J | hockey | 12 | Goris Finn | 30m75 |
| PUP J | ver | 32 | Goris Finn | 3m33 |
| PUP J | 1000 m | 31 | Laporte Finn | 3.55.12 |
| PUP J | 60 m H | 22 | Laporte Finn | 13.57 |
| PUP J | hockey | 24 | Laporte Finn | 25m42 |
| PUP J | 60 m H | 11 | D'Helft Noah | 11.99 |
| PUP J | hockey | 21 | D'Helft Noah | 27m06 |
| PUP J | ver | 34 | D'Helft Noah | 3m10 |
| PUP J | 4 x 60 m | 2 | AVZK | 37.72 |
| | | | Laporte Finn | |
| | | | D'Helft Noah | |
| | | | Henderickx Dries | |
| | | | Goris Finn | |
| PUP M | hockey | 5 | Claes Onah | 27m36 |
| PUP M | ver | 21 | Claes Onah | 3m19 |
| PUP M | 60 m | 22 | Claes Onah | 9.98 |
| PUP M | 1000 m | 12 | Claes Onah | 4.06.43 |

| | | | | |
|-------|----------|----|---------------------|---------|
| PUP M | hockey | 6 | Heremans Linde | 27m10 |
| PUP M | hockey | 13 | Vermaelen Lore | 19m37 |
| PUP M | 60 m | 37 | Vermaelen Lore | 10.66 |
| PUP M | ver | 33 | Vermaelen Lore | 2m84 |
| PUP M | 60 m | 10 | Laeveren Pauline | 9.69 |
| PUP M | 1000 m | 10 | Laeveren Pauline | 3.59.03 |
| PUP M | 60 m H | 20 | Laeveren Pauline | 14.16 |
| PUP M | 1000 m | 13 | Huybrechts Sara | 4.11.42 |
| PUP M | 60 m H | 21 | Huybrechts Sara | 14.19 |
| PUP M | ver | 26 | Huybrechts Sara | 3m01 |
| PUP M | 1000 m | 14 | Van der Sanden Emma | 4.13.96 |
| PUP M | 60 m H | 24 | Van der Sanden Emma | 14.88 |
| PUP M | ver | 30 | Van der Sanden Emma | 2m92 |
| PUP M | 4 x 60 m | 4 | AVZK | 38.79 |
| | | | Vermaelen Lore | |
| | | | Laeveren Pauline | |
| | | | Van der Sanden Emma | |
| | | | Heremans Linde | |
| PUP M | 4 x 60 m | G | Huybrechts Sara | |
| MIN J | 300 m | 4 | Verschaeren Tegge | 44.66 |
| MIN J | 300 m | 15 | Waeyaert Brent | 49.35 |
| MIN J | 80 m H | 7 | Waeyaert Brent | 14.01 |
| MIN M | 80 m | 7 | Luyts Kato | 11.29 |
| MIN M | kogel | 9 | Luyts Kato | 8m82 |
| MIN M | 80 m | 11 | Van Dessel Marie | 11.52 |
| MIN M | kogel | 6 | Van Dessel Marie | 9m62 |
| MIN M | 80 m | 40 | De Valck Anke | 12.53 |
| MIN M | 300 m | 9 | Maertens Norah | 50.14 |
| MIN M | kogel | 13 | Maertens Norah | 1m25 |
| MIN M | kogel | 11 | Henderickx Lien | 8m44 |
| MIN M | 4 x 80 m | 4 | AVZK De Valck Anke | 45.00 |
| | | | Luyts Kato | |
| | | | Van Dessel Marie | |
| | | | Maertens Norah | |

KBAB Brussel 27/06/2021 BK AC vrouwen

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|------------------|-----------|
| AC D | 100 m | 12 | Van Lent Lotte | 12.26 |
| AC D | 1500 m | 28 | Bassleer Katinka | 5.00.30 |

RCG Gentbrugge 30/06/2021 open meeting

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|-------------------|-----------|
| MAS D | discus | 2 | Van Winckel Lieve | 23m91 |

SPVI Vilvoorde 3/07/2021 jeugdmeeting pup/min

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|---------------------|-----------|
| PUP J | 60 m | 19 | Claes Vic | 10.22 |
| PUP J | 1000 m | 18 | Claes Vic | 3.51.65 |
| PUP J | hockey | 11 | Claes Vic | 26m99 |
| PUP J | ver | 14 | Claes Vic | 3m35 |
| PUP M | 60 m | 12 | Claes Onah | 9.93 |
| PUP M | 1000 m | 17 | Claes Onah | 4.15.99 |
| PUP M | kogel | 6 | Claes Onah | 6m12 |
| PUP M | 60 m | 18 | Van der Sanden Emma | 10.35 |
| PUP M | 1000 m | 14 | Van der Sanden Emma | 4.05.41 |
| PUP M | kogel | 9 | Van der Sanden Emma | 5m05 |

FLAC Poperinge 3/07/2021 open meeting met jeugd

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|------------|-----------|
| PUP J | 60 m | 10 | Goris Finn | 9.96 |
| PUP J | hockey | 3 | Goris Finn | 33m42 |

AVT Maasmechelen 4/07/2021 polsstokmeeting

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|----------|--------|---------------|-----------|
| SCH M | polsstok | 1 | Milloen Sarie | 3m07 |
| SCH M | polsstok | 3 | Creemers Esra | 2m35 |

GENK Genk 4/07/2021 open meeting met jeugd

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|--------------------|-----------|
| PUP J | 60 m | 3 | Laporte Finn | 10.16 |
| PUP J | discus | 4 | Laporte Finn | 12m12 |
| JUN H | 100 m | 1 | Lambrechts Maarten | 11.69 |
| CAD M | 100 m | 7 | Lambrechts Lise | 15.08 |
| CAD M | ver | 11 | Lambrechts Lise | 3m92 |

ACW Sint-Niklaas 4/07/2021 werpvijfkamp MAS

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|-----------|--------|-----------------|-----------|
| M60 | discus | | Jacobs Humberto | 27m44 |
| M60 | gewichtw. | | Jacobs Humberto | 10m99 |
| M60 | kogel | | Jacobs Humberto | 10m09 |
| M60 | kogelsl. | | Jacobs Humberto | 26m31 |
| M60 | speer | | Jacobs Humberto | 32m23 |
| M60 | totaal | 10 | Jacobs Humberto | 2567 p |

ACA Alken 9/07/2021 open meeting

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|------------------|-----------|
| MAS H | speer | 3 | Jacobs Humberto | 28m52 |
| MAS H | discus | 2 | Jacobs Humberto | 22m55 |
| MAS H | speer | 5 | Smets René | 23m59 |
| SEN H | speer | 1 | Jacobs Colin | 38m60 |
| SEN H | discus | 5 | Jacobs Colin | 27m46 |
| SEN D | 1 mijl | 1 | Bassleer Katinka | 5.19.51 |

ESAK Essen 10/07/2021 open meeting

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|-------------------|-----------|
| SCH J | 1500 m | 2 | Henderickx Sander | 5.13.70 |

ACA Alken 10/07/2021 PUP/MIN

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|-----------------|-----------|
| PUP J | 60 m H | 10 | Everdepoel Alec | 12.69 |
| PUP J | hoog | 1 | Everdepoel Alec | 1m30 |
| PUP J | ver | 1 | Everdepoel Alec | 4m13 |
| PUP J | 60 m H | 16 | Goris Finn | 14.14 |
| PUP J | kogel | 6 | Goris Finn | 8m02 |
| PUP J | hoog | 20 | Goris Finn | 0m95 |
| PUP J | ver | 8 | Goris Finn | 3m34 |
| PUP J | 60 m H | 18 | Laporte Finn | 14.28 |
| PUP J | kogel | 12 | Laporte Finn | 6m37 |
| PUP J | ver | 10 | Laporte Finn | 3m29 |

VITA Ninove 17/07/2021 flanders cup

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|-------|--------|----------------|-----------|
| AC D | 100 m | 8 | Van Lent Lotte | 12.13 |
| AC D | 100 m | 34 | Oost Morgan | 13.11 |

AVT Hasselt 18/07/2021 open meeting

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|-------|--------|-------------------|-----------|
| SCH J | speer | 2 | Henderickx Sander | 40m67 |
| SCH J | hoog | 3 | Henderickx Sander | 1m65 |
| SCH J | ver | 3 | Henderickx Sander | 5m57 |
| SEN H | speer | 3 | Jacobs Colin | 35m40 |
| MAS H | speer | 3 | Smets René | 24m75 |
| MAS H | speer | 4 | Jacobs Humberto | 23m95 |
| MAS H | hoog | 1 | Jacobs Humberto | 1m40 |

AVKA Aartselaar 18/07/2021 open meeting

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|-------------------|-----------|
| MAS D | discus | 2 | Van Winckel Lieve | 23m99 |
| MAS H | 100 m | 4 | Verelst Wim | 13.24 |
| MAS H | 200 m | 2 | Verelst Wim | 27.47 |
| MAS H | 400 m | 8 | Derdin Jos | 1.05.22 |

RCT Tienen 24/07/2021 open meeting

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|-------------------|-----------|
| MAS D | discus | 1 | Van Winckel Lieve | 24m34 |

LYRA Lier 24/07/2021 flanders cup

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|---------|--------|----------------|-----------|
| AC D | 100 m | 6 | Van Lent Lotte | 12.30 |
| AC D | 100 m | 25 | Oost Morgan | 13.27 |
| AC D | 100 m F | 7 | Van Lent Lotte | 12.30 |

AVT Hechtel 25/07/2021 PUP/MIN

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|--------------|-----------|
| PUP J | 60 m | 8 | Goris Finn | 9.64 |
| PUP J | 1000 m | 10 | Goris Finn | 3.47.92 |
| PUP J | kogel | 6 | Goris Finn | 6m71 |
| PUP J | ver | 10 | Goris Finn | 3m39 |
| PUP J | 60 m | 15 | Laporte Finn | 10.32 |
| PUP J | 1000 m | 12 | Laporte Finn | 3.59.20 |
| PUP J | kogel | 10 | Laporte Finn | 5m51 |
| PUP J | ver | 14 | Laporte Finn | 3m03 |

Francoville FRA 31/07/2021 interland U18

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|----------|--------|---------------|-----------|
| SCH M | polsstok | 6 | Milloen Sarie | 3m20 |

ACW Sint-Niklaas 31/07/2021 Classic meeting ACW

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|------------------|-----------|
| CAD J | discus | 2 | De Vooght Jitser | 41m36 |
| CAD J | kogel | 1 | De Vooght Jitser | 12m63 |

DALO Lommel 31/07/2021 open PK meerkamp

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|-------------|--------|-----------------|-----------|
| PUP J | hoog | | Everdepoel Alec | 1m15 |
| PUP J | 60 m | | Everdepoel Alec | 9.55 |
| PUP J | hockey | | Everdepoel Alec | 36m75 |
| PUP J | meerkamp 16 | | Everdepoel Alec | 1217 p |
| PUP J | 60 m | | Laporte Finn | 10.15 |
| PUP J | 1000 m | | Laporte Finn | 3.59.28 |
| PUP J | hockey | | Laporte Finn | 28m13 |
| PUP J | hoog | | Laporte Finn | 1m05 |
| PUP J | meerkamp 13 | | Laporte Finn | 1278 p |

VITA Ninove 1/08/2021 meeting pup/min

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|---------------------|-----------|
| PUP M | 1000 m | 16 | Van der Sanden Emma | 4.13.42 |
| PUP M | 60 m H | 18 | Van der Sanden Emma | 14.40 |
| PUP M | kogel | 10 | Van der Sanden Emma | 5m64 |
| PUP M | ver | 26 | Van der Sanden Emma | 3m09 |

AC Beernem Beernem 1/08/2021 meeting pup/min

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|-------------|--------|------------|-----------|
| PUP J | 60 m | | Goris Finn | 10.14 |
| PUP J | 1000 m | | Goris Finn | 3.49.65 |
| PUP J | discus | | Goris Finn | 15m18 |
| PUP J | kogel | | Goris Finn | 6m75 |
| PUP J | meerkamp 13 | | Goris Finn | 1388 p |

VMOL Mol 1/08/2021 classic meeting

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|----------------------|-----------|
| MAS H | 200 m | 1 | Verelst Wim | 27.46 |
| SEN H | 2000 m | 6 | Van Den Schoor Senne | 5.47.55 |
| JUN D | 100 m | 4 | Oost Morgan | 13.19 |
| MAS D | 100 m | 2 | Dévière Elisabeth | 13.60 |
| MAS D | 100 m | 3 | De Veuster Ilse | 15.25 |
| MAS D | discus | 1 | Van Winckel Lieve | 24m77 |

ACHL Herentals 4/08/2021 open meeting

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|-------------------|-----------|
| SCH J | 400 m | 2 | Henderickx Sander | 57.13 |
| SCH J | kogel | 1 | Henderickx Sander | 10m91 |
| MAS H | 200 m | 2 | Verelst Wim | 27.91 |
| MAS H | 400 m | 5 | Hoefkens Chris | 1.07.39 |
| MAS H | speer | 2 | Smets René | 23m13 |
| SEN D | speer | 4 | Gyselinckx Elke | 20m59 |
| SEN D | discus | 1 | Gyselinckx Elke | 23m42 |
| SEN D | kogel | 3 | Gyselinckx Elke | 7m51 |
| MAS D | discus | 2 | Van Winckel Lieve | 24m93 |
| MAS D | kogel | 2 | Van Winckel Lieve | 6m95 |

Vader en zoon, van oud naar nieuw en liefde is ...

De sportgeschiedenis staat bol van interessante vader/zoon-verhalen. Er zijn vaders en zonen, voornamelijk in de wielersport, met een warme relatie. Zo kennen we Eddy en Axel Merckx, Johan en Jordi Cruyff, etc.

Maar een vader-zoon relatie in de atletiek-sport blijkt al meer bijzonder. En den appel valt niet ver van den boom ... is toch het gezegde. Awel, in onze AVZK-armada kennen we zulk fenomeen, nl. vader Jos & zoon Simon Derdin.

In een ver verleden was het vader Herman, die de spreekwoordelijke loopbacil aan zijn zonen Jos & Paul doorgaf. Het is zelden eenvoudig om in de voetsporen van je vader te treden, ofschoon jeugdige loopbaan ... koos Jos voor een voetballoopbaan op nationaal niveau. Fin-de-carrière op de snot ... den tijd staat immers niet stil ... en

vader Jos maakt herstart bij de AVZK-Masters met zoon Simon als pupil.

We zijn nu in 2021 aanbeland ... en zie daar, jawel, Jos is reeds master M50 en Simon is ne kop groter dan zijn vader. Er zijn tijden van komen en gaan (zegt het gezegde toch), we vragen om foto in bijlage nader te bekijken en moeten echter de rollen omkeren: er is nen tijd van gaan (Jos = oud, ver-grijds singlet) en van komen (Simon = nieuw, fris singlet).

Nen nieuwe tenue ... als dat voor ons allen al geen bijkomende motivatie is om onze blauw-witte kleuren te laten schitteren! Nu zijn we met zijn allen benieuwd naar diene battle in het komend veldloopseizoen, toch?

Anyway, we keep running & we blijven genieten van onze AVZK-familie. Gezelligheid troef!

Chris H.

TACT Sint-Truiden 7/08/2021 jeugdmeeting

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|-------|--------|------------|-----------|
| PUP J | 60 m | 8 | Goris Finn | 9.92 |
| PUP J | kogel | 7 | Goris Finn | 6m83 |
| PUP J | ver | 9 | Goris Finn | 3m28 |

DCLA Kessel-Lo 7/08/2021 flanders cup

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|----------------------|-----------|
| AC H | 1500 m | 28 | Van Den Schoor Senne | 4.03.37 |

ACBR Brasschaat 8/08/2021 open meeting

| groep | proef | plaats | naam | prestatie |
|-------|--------|--------|-------------------|-----------|
| SEN D | discus | 1 | Gyselinckx Elke | 23m90 |
| SEN D | kogel | 1 | Gyselinckx Elke | 7m68 |
| MAS D | kogel | 3 | Van Winckel Lieve | 6m98 |

AC LYRA Lier 26.06.2021

| KAN M | 30 m | hoog | vortex |
|-------------------------|--------|--------|--------|
| Smekens Ella | 6.36 | 0m45 | 6m00 |
| Goris Arwen | 6.37 | 0m52 | 7m20 |
| KAN J | 30 m | hoog | vortex |
| Claessen Tomas | 7.22 | 0m45 | 4m60 |
| BEN M | 40 m h | stoten | ver |
| Van den Wijngaert Maïte | 8.20 | 4m00 | 2m45 |
| Smekens Linde | 7.33 | 6m20 | 2m85 |
| BEN J | 40 m h | stoten | ver |
| Verreth Alexander | 8.25 | 3m10 | 1m30 |

ACA Alken 10/07/2021

| KAN M | 30 m | stoten | ver |
|------------------|------|--------|--------|
| Smekens Ella | 5.80 | 2m80 | 1m70 |
| BEN M | 40 m | hoog | vortex |
| Smekens Linde | 7.00 | 1m00 | 12m60 |
| BEN J | 40 m | hoog | vortex |
| Everdepoel Menno | 7.40 | 0m95 | 19m80 |



ELEKTRO VAN DESSEL



elektrische apparaten - zonnepanelen kachel-
bijverwarming - inbouwtoestellen

Langstraat 69 - 2223 Schriek
Tel.: 015/23 37 12

DE ROOVER & ZN BVBA

Waar een klant nog klant is

Schrieksesteenweg 160
2221 Booischot
015/23 31 10
www.deroover.be



Tim De Belder



tuinaanleg - bestratingswerken - grondwerken

GSM 0497 42 55 57

WIJNEN VAN GENECHTEN

P. MELLAERTSSTRAAT 10
2220 HEIST OP DEN BERG
0497 48 75 00



KWALITEITSWIJNEN

BIJZONDER GAMMA VERSCHILLENDE LANDEN o.a.
Z. AFRIKA - CHILI - ARGENTINIE - FRANKRIJK
SPANJE - ITALIE - BELGIE ...

WIJNKASTEEL GENOELSELDEN en/of ALDENEYCK SCHORPION

WELKOM NA AFSpraak
WIJNDEGUSTATIES - EVENEMENTEN
zie www.zuid-afrikaansewijnen.be

BVBA IMAVO

Kleine Steenweg 5
2221 Booischot
Tel.: 015/22 24 36

Open alle dagen van 9u-12u en van 13u30-
18u. Zaterdag van 9u-17u doorlopend



Clem Vercammen

juwelier • Heist-op-den-Berg

BVBA CLEM VERCAMMEN

Bergstraat 151
B-2220 Heist op den Berg



VERZEKERINGEN SPAREN - BELEGGEN

IVO JANSSENS - DIRK HOEFKENS

Dorpsstraat 56 - 2221 Booischot
Tel.: 015/22 39 68
info@pdhgroep.be - www.pdhgroep.be

RPR 0641 896 213

HEREMANS MANSHOVEN ARCHITECTEN

Grote Braamstraat 47E
2220 Heist-op-den-Berg
Tel.: 015/24 82 30
www.hmarchitecten.be
info@hmarchitecten.be



VH AVIATION CONSULTANCY BV

Broekmansstraat 36
2221 Booischot
Tel.: 015/22 23 52 - Fax: 015/22 34 28

info@booischotse-metalen.be
www.booischotse-metalen.be



HOEVEWINKEL VAN DEN BOER
Fam. Verlinden-Wuytjesstraat 12a 2223 Schriek

2 trails, 84 km, 3810 hoogtemeters, 2 overwinningen.

Dat is wat ze noemen uitpakken. Het is onze eigenste Jasper Mannaert die daar de afgelopen 2 weken in is geslaagd.

Trail 1: 30/07/2021, Marathon du Grand Ballon. Deze trail vond plaats in en rond het skigebied van Le Markstein met aankomst boven op de Grand Ballon (Frankrijk). Na een rit van iets meer dan 5u arriveren we met ons drieën (Jasper, Pieter en ikzelf) in ons hotel aan de voet van de Markstein. Zoals het echte topers betaamt schieten we onmiddellijk in een gepaste outfit en gaan we de benen na een lange rit even losgooien. Niet lang na aankomst worden we aangenaam verrast. Dankzij de sociale media (Strava®, in dit geval) worden we onmiddellijk gespot door Ann en Guido. Blijkt dat zij logeren op hetzelfde domein voor een weekje fietsvakantie in de Vogezen. Stiekem ergens gaan lopen is er dus niet meer bij tenzij je jezelf volledig deconnecteerd of geen vriendjes hebt op Strava®. Ann en Guido gooien hun planning voor de volgende dag om en zo hebben we meteen zelfs een heuse fanclub aan de finish boven op de Grand Ballon. Er wordt vaak heel veel belang gehecht aan voeding door sporters dus voor zij die geïnteresseerd zijn: de avond voor de wedstrijd eten we gewoon een pizza bij de dichtstbijzijnde Italiaan. Pieter en ik doen er nog een moelleux met slagroom en crème Anglaise bovenop. Jasper past voor het dessert, hmm..., zijn we overmoedig geweest? 's Morgens vroeg enkele boterhammen met confituur op de kamer die we zelf hadden meegebracht want de mensen van het hotel begrepen niet zo goed waarom we om 6u15 al moesten ontbijten. Gelukkig kon een koffietje er wel nog af. Omstreeks 8u verzamelt zich toch al een grote groep lopers aan de start voor de 42 km en het ziet er dan ook naar uit dat er toch nog eens echt koers kan gelopen worden. Na deze start kruip ik terug een halfuurtje in de auto want de 26km start pas een uurtje later. En zo geschiedde. Mijn eigen ambitie was om comfortabel de finish te bereiken en als het enigszins kon toch ook als eerste boven te arriveren om de andere twee ook nog aan te moedigen. Onderweg bleek dat we niet alleen volgers ter plekke hadden maar dat we ook vanop het thuisfront gevolgd werden. Dit is mogelijk dankzij de live updates van de tussentijden. Via whatsapp en dus tussentijdse wedstrijdverslagen van Geert wist ik al dat Jasper onderweg was naar een knalprestatie en dat ik de laatste 8km, de klim naar de top van de Grand Ballon nog uit mijn pijp moest komen, hij zat er al aan te komen! Boven op de top werden we warm onthaald door Ann en Guido. Na telefonisch contact bleek ook Pieter bijna te arriveren, maar 8 km bergop lopen nadat je er al 34 hebt afgelegd is ook geen cadeau. In afwachting mocht Jasper al plaats nemen op het podium (Foto 1) en een interview geven aan de lokale krant. Dat warme onthaal mag je gerust ook letterlijk nemen. Ondertussen was Guido immers al 2 keer over en weer naar de wagen gelopen om vestjes op te halen. Chance dat Guido goed is geëquipeerd en dus voor ons drieën een vestje in zijn auto had liggen. Het zou anders nogal frisjes geweest zijn daarboven (foto 2). Uiteindelijk bereikte ook Pieter de top en konden we samen met de fanclub een terrasje gaan doen (foto 3). Een uitgebreide wedstrijdanalyse kon onmiddellijk worden opgemaakt. Daaruit blijkt dat iedereen tevreden was met het behaalde resultaat. Nog enkele voedingstips voor het herstel: namiddag McDonalds en 's avonds opnieuw naar de pizzeria. De voorraden werden dus goed aangevuld voor hetgeen wat nog komen gaat. En lang moesten we niet wachten op het volgende evenement.





Trail 2: 14/07/2021, Trail Des Fantômes. Al enkele jaren nemen we met een groepje atleten van de club deel aan dit evenement. Kristof Nevelsteen en Pieter Geens waren de pioniers als ik mij niet vergis in 2017. Geprikkeld door het toch wel uitdagende parcours zijn ze teruggekeerd en slagen ze erin om meerdere atleten warm te maken voor dit evenement. Zo hebben ook Jos Derdin, Guido Vervloet, Ann Dermaux, David Claes, Wim en Leon Verelst en wellicht nog enkele anderen die ik hier vergeet de weg naar La Roche gevonden. Ondertussen hebben wij er een “teambuildingsweekend” met vrouw en kinderen van gemaakt. Op 14/08 stonden we dit jaar dan ook met een grote delegatie aan de start (foto 4). Op deze foto ontbreken wel Jasper en Pieter die ruim een uur vroeger waren vertrokken. Van links naar rechts kan je hier wel de volgende atleten van onze club terugvinden: Kristof, Robin, Milan, Daniel, Ward, Godwin, Simon, Senne, Stefan en Gijsbrecht. Na de overwinning op de Grand Ballon waren de verwachtingen van de volgers (wij dus) toch dat ook hier Jasper met de oppergaai aan de haal zou gaan. Daar waar twee weken geleden er nog sprake was van een echte groepsstart bleek het vandaag toch weer eerder een eenzame bedoening te worden. Het was maar stilletjes aan de start. Een uurtje later was er gelukkig wat meer animo en dankzij een doortocht in de startzone konden we al vrij snel een glimp opvangen van de lopers onderweg. Als eer-



ste passeerde Jasper (foto 5). Het leek erop dat hij de verwachtingen ging inlossen. Na dit eerste tussenpunt op 15 km bleek hij hier al een voorsprong te hebben opgebouwd van maar liefst 20 minuten. Even later passeerde Kristof die de 24 km voor zijn rekening nam. Pech was er voor Ward, die met een verzwikte enkel de wedstrijd moest verlaten. Hij zal niet de enige zijn die op dit veeleisende parcours voor verzorging



langs het rode kruis zal moeten passeren. Als laatste passeerde ook Pieter nog dit tussenpunt en dan hebben we iedereen een eerste keer gezien. Vanaf nu is het wachten op informatie vanuit het laatste tussenpunt op 7 km van de finish waar Geert en Elien hebben postgevat en aan de aankomst zelf voor de 10 km waar we Daniel en Godwin verwachtten. Zij verschenen echter niet. Even waren deze jongens dan vermist maar dan doken ze plots op aan het laatste tussenpunt bij Geert en Elien waar zij in principe niet moesten passeren. Blijkt achteraf dat ze op een bepaald moment voor de keuze stonden: volgen we het traject van de 10 km en moeten we hier de Ourthe oversteken of blijven we langs het water lopen en doen we de 18 km? Blijkt dat ze voor het laatste hebben gekozen niet beseffende dat ze dan later ook twee keer door het water zullen moeten. In tegenstelling tot de marathon waar je de drankstand voorbijloopt en snel iets meescharrelt of laat aangeven door je entourage heb je hier wel even de tijd om te stoppen (foto 6, 7) en eventueel een babbeltje te doen met vrouw en kinderen (foto 8). Stefan en Senne komen even na de passage van Pieter als eerste van onze

atleten binnengelopen, op de hielen gevolgd door Godwin die een knalprestatie afleverde. De aankomsten volgden elkaar nu snel op. Iedereen bereikt goed en wel de finish en ook Ward staat alweer recht (foto 9). Ondertussen was het ook al duidelijk geworden dat Jasper de wedstrijd volledig naar zijn hand aan het zetten was. Hij zou zijn voorsprong stelselmatig verder uitbouwen tot aan de finish waar hij net geen 50 minuten voor de nummer 2 arriveerde. Helaas geen podiumceremonie hier.





Een ijsbad doet wonderen voor het spierherstel. Een duik in de Ourthe zal dan wel even goed zijn. Hoewel het eerder één van de volgers is die er hier helemaal voor gaat (foto 10).

Ook hier volgde een scherpe analyse na de wedstrijd. Er blijven voor- en tegenstanders van dit soort evenementen. Deelnemen is niet zonder risico. Er zijn verschillende moeilijke en gevaarlijke passages: steile afdalingen en paden met keien en modder langs het water. Tussen pot en pint werden er wel al enkele sterke ambities uitgesproken naar volgend jaar.

Benieuwd wat daar zal van terechtkomen.

Voor ik het vergeet: de avond voor de wedstrijd werden er 6 pakken pasta, gewoon brood en 5 liter spaghettisous geconsumeerd. Na de wedstrijd werden de eiwitten aangevuld mits een BBQ! Conclusie, lekker eten en "topsport" kunnen wel degelijk samengaan!



DEALINE KALENDER VAL

September 2021

| | |
|-------|---|
| Ma 6 | Sluitingsdatum inschrijvingen BK Cad/Sch + est. Jun van 11/12 september |
| Ma 13 | Sluitingsdatum inschrijvingen BK Jun/Bel van 18 september |
| Ma 13 | Sluitingsdatum inschrijvingen BK Masters van 12/13 juni 18-19 september |
| Ma 13 | Sluitingsdatum inschrijvingen KvV Masters van 19 september |
| Wo 15 | Begindatum indienen opzeg van lidmaatschap |
| Ma 20 | Sluitingsdatum inschrijvingen BK Hamer Cad/Sch/Jun/Bel van 25 september |
| Vr 24 | Einddatum indienen aanvraag WA-meeting/EA-meeting/Flanders Cup voor het zomerseizoen 2022 |
| Ma 27 | Sluitingsdatum inschrijvingen BK 10km op de weg van 10 oktober bij AVLO |
| Ma 27 | Sluitingsdatum inschrijvingen BK Werpvijskamp Masters van 2 oktober bij VOLH 28 mei 2021 |
| Do 30 | Einddatum indienen kandidaturen PCJ |

Oktober 2021

| | |
|-------|--|
| Zo 17 | Einddatum indienen aanvraag Athletic Classic Meeting voor het zomerseizoen 2022 |
| Vr 15 | Einddatum indienen van opzeg van lidmaatschap |
| Vr 15 | Einddatum indienen aanvraag ondersteuning jeugdportfonds |
| Vr 15 | Deadline voor deelname aan Recreatiesportfonds |
| Za 16 | Begindatum aansluiten leden die opzeg van lidmaatschap hebben gegeven (via de knop "overname lid") |

FEDERALE KALENDER

Uiteraard onder voorbehoud van de op die moment geldende coronamaatregelen

September 2021

| | |
|---------------|---|
| Do 2 | Urban Allianz Memorial Van Damme (onder voorbehoud) Brussel |
| Vr 3 | Allianz Memorial Van Damme Brussel |
| Za 4 | Athletics Classic Meeting DEIN Deinze |
| Za 4 | BK Trail (klassiek en ultra) NIEUWE DATUM! Aywaille Theux |
| Zo 5 | BK estafetten + BK AMH estafetten LBFA (JSMC) |
| Za 5 | BK snelwandelen 10.000 A.C.-V/Mas-V en 20.000 A.C.-M/Mas-M Gosselies (GOSP) |
| Za 11 - Zo 12 | BK Cad/Sch + est. JUN VAL (LYRA) |
| Za 18 | Finale BVV PUP/MIN |
| Za 18 | BK JUN/BEL LBFA |
| Za 18 - Zo 19 | BK (+ KVV) Masters NIEUWE DATUM! Ninove (EA) |
| Za 25 | BK hamer CAD/SCH/JUN/BEL VAL |

Oktober 2021

| | |
|-------|--|
| Za 2 | BK Werpvijskamp Masters Beveren (VOLH) |
| Zo 10 | BK 10 Km A.C. en Masters op de weg Lokeren |
| Zo 17 | BK + KvV Marathon A.C. en Masters Brugge |
| Za 23 | Running&Co-dag Groot-Bijgaarden |

Later te bepalen

BK 24u
BK snelwandelen 20km V en 50km M VAL
Flanders Cup Meerkampen
EYOF?
KVV Meerkampen
EK Masters?
BK + KVV ½ Marathon A.C. en Masters VAL
BK Ekiden Brussel?

Sponsors via DATA TEC 2021

Car body shop Van Noten restauratie oldtimers, herstellingen alle merken, 0495/445334
Tuinwerken Thomas ontwerp, aanleg, onderhoud, 0494/042030
Advocaten Karel Peeters, Lichtelei 12, Boischot
De Fritbox, Schrieksesteenweg 74 A, Pijpelheide
Venti construct Jeroen Dewit, Peerdekerkhofstraat 31, 2235 Hulshout, 0484/807213
Brasserie La Cita, Bergstraat, Heist o/d Berg
JECON, Perzikstraat 8, Heist o/d Berg, 0497/664148
Betonvloeren Chris Verstappen, Wiekevorst, 2222 Wiekevorst, 0477/7000019
Bloemen en planten La Bella Donna, E. Woutersstraat 16 B, Heist, 015/242626
Patrick, nieuwbouw en renovatie, alle ruwbouwwerken, 0477/513700
De Cuyper carwash en wasboxen, Lierssesteenweg 259, 2220 Heist-op-den-Berg, 015/241137
Garage Philip, Industriepark zone B/7, Heist-op-den-Berg, 015/246153
Autoglas Clinic, Mechelsesteenweg 1, Heist-op-den-Berg, 015/242879
Underground Tattoos, Hoogzand 3/2, Westmeerbeek, 0485/515271
Charlies Wild en gevogelte, Pastoor Mellaertsstraat, Heist-Goor, 0477/312574

Reserveringen in sportcentrum De Lichten van 01.07.2021 tem 30.06.2022

Volledige sporthal Booischot

Elke week op dinsdag 19:00 - 20:30 uur
Periode: 02-11-2021 t/m 29-03-2022
(Sub)totaal 22 keer

Voetbalterrein Booischot

Elke week op dinsdag 18:30 - 20:30 uur
Elke week op donderdag 18:30 - 20:30 uur
Periode 13-07-2021 t/m 30-06-2022

Met uitzondering van
11-11-2021 / 26-05-2022

(Sub)totaal 96 keer

Atletiekpiste

Elke week op maandag 18:30 - 20:00 uur
Elke week op dinsdag 18:30 - 20:30 uur
Elke week op woensdag 18:30 - 20:00 uur
Elke week op donderdag 18:30 - 20:30 uur
Elke week op vrijdag 19:00 - 20:00 uur

Periode 01-07-2021 t/m 30-06-2022

Met uitzondering van

01-11-2021 / 11-11-2021 / 24-12-2021 / 31-12-2021
18-04-2022 / 26-05-2022 / 03-06-2022 / 06-06-2022

(Sub)totaal 251 keer

Graspiste

Elke week op dinsdag 18:30 - 20:30 uur
Elke week op donderdag 18:30 - 20:30 uur

Periode 01-07-2021 t/m 30-06-2022

Met uitzondering van 11-11-2021 / 26-05-2022

(Sub)totaal 103 keer

RESERVATIEBEVESTIGING

| Dag | Datum | Uren | Plaats | Activiteit | |
|----------|------------|---------------|--------------------|-----------------------------------|--------------------------|
| zaterdag | 11/12/2021 | 09:00 - 23:00 | Graspiste | Klaarzetten activiteiten | |
| zaterdag | 11/12/2021 | 09:00 - 23:00 | Paardenpiste | Klaarzetten activiteiten | |
| zaterdag | 11/12/2021 | 09:00 - 23:00 | Voetbalterrein | Booischot | Klaarzetten activiteiten |
| zondag | 12/12/2021 | 08:00 - 18:00 | Paardenpiste | Evenement | |
| zondag | 12/12/2021 | 08:00 - 18:00 | Graspiste | Evenement | |
| zondag | 12/12/2021 | 08:00 - 18:00 | Voetbalterrein | Booischot | Evenement |
| zondag | 12/12/2021 | 08:00 - 20:00 | Volledige Sporthal | Booischot | Evenement |
| zaterdag | 12/02/2022 | 08:00 - 13:00 | Volledige Sporthal | Booischot | Klaarzetten activiteiten |
| zaterdag | 12/02/2022 | 13:00 - 22:00 | Volledige Sporthal | Booischot | Evenement |
| zaterdag | 02/04/2022 | 09:00 - 17:00 | Atletiekpiste | Atletiek Clubs | |
| zaterdag | 16/04/2022 | 12:00 - 18:00 | Atletiekpiste | Atletiek Clubs (onder voorbehoud) | |
| vrijdag | 03/06/2022 | 17:30 - 23:00 | Atletiekpiste | Atletiek Clubs (onder voorbehoud) | |
| zaterdag | 18/06/2022 | 09:00 - 16:00 | Atletiekpiste | Atletiek Clubs (onder voorbehoud) | |

Sponsors via DATA TEC 2021

Dierenarts Van Den Bulck Kristel, Schransstraat 1 i, Hallaar, 0468/100752

Running Store, Duffel - Kontich

Salon hairdesign Marjolein Druyts, Stationsstraat 154, Westmeerbeek, 0478/702684

De Cock-Peeters en partners DCCP, 2220 Heist-op-den-Berg

AGBR dakwerken en timmerwerken, Della Faillestraat 14, 2221 Booischot, 0475/926068

Café baa de Sven, Westerlosesteenweg 93, 2220 Heist-op-den-Berg

GVL-technics airco, domotica enz., Kasteelstraat 2 D, 2220 Heist-op-den-Berg, 015/257672

Frituur Fille Brenda Goossens, Dorpsstraat 68, 2221 Booischot

Asian Kitchen, Bergstraat 42, Heist o/d Berg, 015/243484

Turf café, Baalsesteenweg 7, 3130 Begijnendijk

Café Titsy, Schrieksesteenweg 69, Pijpelheide (Booischot)

Gereedschappen Marco, Houtvennesteenweg 20, Ramsel Herselt, 016/699201

Brood en banket B & C, Mechelsesteenweg 35, 2220 Heist o/d Berg, 015/230340

Brochetto, www.brochetto.be

AVZK wenst alle sponsors te danken voor hun steun aan de club.

Op 19 juli verzamelden 36 sportieve kinderen en 6 gemotiveerde begeleiders op de sportterreinen van de Lichten te Booischot, klaar om gedurende 5 dagen alles van zichzelf te geven.

In de voormiddag kregen de kinderen steeds 2 sessies atletiek. Alle disciplines kwamen aan bod: hoogspringen, verspringen, discus, speer, kogel, spurt... en zelfs polsstokspringen.

In de namiddag was er telkens omnisport, met onder andere een beachvolleybal initiatie, baseball, vlaggenroof, trefbal, enzovoort. Soms ook waterspelletjes, want de weergoden waren ons meer dan goed gezind. Het was vaak bakken op de atletiekpiste.

Op dinsdagochtend stond er een verrassing voor de kinderen te wachten, namelijk een springkasteel. De pauzes konden deze dag niet lang genoeg duren om te kunnen spelen.

Op woensdag, de nationale feestdag was het geen rustdag voor de kinderen en begeleiders. Iedereen was terug present om opnieuw van 9u tot 16u te sporten en samen plezier te maken. In de namiddag werd het groepsgevoel nog wat meer versterkt door een groot 1 tegen allen spel. Geen bezoek van de koning op deze feestdag, maar we kregen wel het geapprecieerde bezoek van onze voorzitter die even kwam poolshoogte nemen van de toekomstige talentjes op onze club.

Op donderdagnamiddag werd de omnisport vervangen door een uitstap naar het zwembad. Iedereen genoot zichtbaar van het water en de namiddag vloog voorbij.

Vrijdag, de laatste dag sloten we af met een mini testcompetitie die de begeleiders zelf leidden. Zo kon iedereen tonen wat hij de afgelopen dagen had geleerd. Hier en daar werden er zelfs persoonlijke recordjes neergezet.

De begeleiders kijken alvast positief terug op de 2^e geslaagde sportweek van AVZK.

Jens, Janne, Senne, Lotte, Morgan en Britt





Stratenloop Booischot-Statie



Stratenloop Booischot-Statie



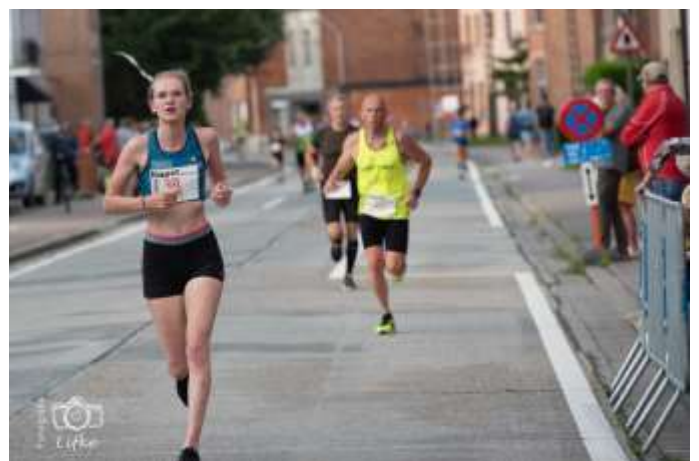
Stratenloop Booischot-Statie



Stratenloop Booischot-Statie



Stratenloop Booischot-Statie



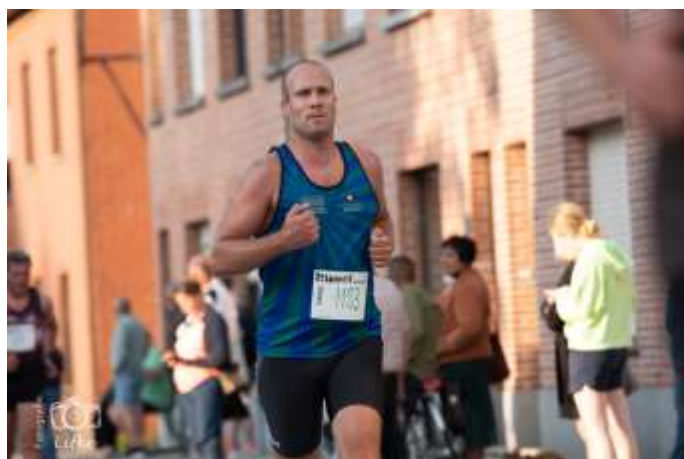
Stratenloop Booischot-Statie



Stratenloop Booischot-Statie



Stratenloop Booischot-Statie



Atletiekvereniging Zuiderkempen

Hendrik Lekens
Broekmansstraat 121
2221 Booischot

Telefoonnr.: 015 34 87 86
E-mail: lekens.andre@telenet.be
www.avzk.be

Lidgeld

| | |
|-------------------------|----------------------------|
| Kangoeroes - Benjamins | € 110 |
| Pupillen - Miniemen | € 130 |
| Cadetten - Masters | € 150 |
| Joggers, sympathisanten | € 110 |
| Families | € 420 (max.) |
| Vanaf 3de gezinslid | - 20% op laagste categorie |

Voorzitter

Steven Henderickx

Ondervoorzitter

Guido Vervloet

Secretaris

Hendrik Lekens (015/34.87.86 en 0486/42.42.08)

Penningmeester

Monique Naets (015/22.44.12 en 0484/76.45.34)

Vertrouwenspersonen AVZK

Nathalie Baeten, Claudia Van Den Wyngaert

Bestuursleden

Agnes Heremans, Jurgen Van Lent, René Busschodts,
Steven Henderickx, Jos Derdin, Michel Van Dyck,
Wim Verelst, Nathalie Baeten, Guido Van Roie

Materiaalmeester

Guido Van Roie

Clubtrainers

René Busschodts, Bart Heylen, Dany Laporte, Iris Tieniers, Julie Van Dyck, Jurgen Van Lent, Liesbet Van Roie, Lieve Van Winckel, Peter Vervloet, Nancy De Vocht, Seppe Van Lent, Sten Laporte, Wim De Vries, Lotte Van Oosterwyck, Guido Van Roie, Lien Van Der Sanden, Britt Fleerackers, Katrien Mondelaers, Vincent Laporte, Agnes Heremans

Ere-jurylid

André Reniers, Vic Florenty, Monique Pelgrims

Juryleden

Agnes Heremans, Monique Naets, Willy De Fyn, Guido Van Roie, Hendrik Lekens, Deborah Van Es

Verantwoordelijke G-atletiek

René Busschodts, Agnes Heremans

Trainers G-atletiek

Agnes Heremans, René Busschodts

E-mail redactie

lekens.andre@telenet.be of SirHystrix@telenet.be

TROFEEEN TROFEEEN

TROFEEEN



TROFEELAND
BOUTERSEM

TROFEEËN
BEKERS
MEDAILLES

TIN & KRISTAL BADGES & PINS



COMPUTERGRAVURE ZANDSTRALEN FOTODRUK

WWW.TROFEELAND.BE

Trofeeland
Louvensesteenweg, 81 - 3370 BOUTERSEM
Tel.: 016/73.50.88 - email: info@trofeeland.be
Zaterdag, Zondag en Maandag gesloten

TROFEEEN

TROFEEEN TROFEEEN

BLOEMENATELIER

KOEN VERBEECK

Pastoor Mellaertsstraat 34
2220 Heist-op-den-Berg (Goor)

Tel.: 015/23 04 40

Fax.: 015/23 04 41

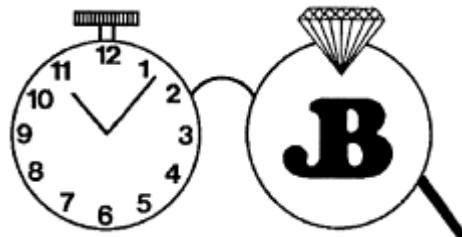


DE COCK - VAN STEEN

Algemene bouwwerken

Lange Molenstraat 20
2220 Heist-op-den-Berg (Goor)

Tel.: 015/22 05 24 en 015/22 05 49



OPTIEK - UURWERKEN - JUWELEN

Johny Boexstaens

Bergstraat 4-6
Heist-op-den-Berg

Tel.: 015 24 10 95

BAKKERIJ CHRISTINE

Schrieksesteenweg 74
2221 Booischot (Pijpelheide)
Tel. + Fax: 015/22 44 04

Openingsuren: Maandag t/m vrijdag: 8u tot 18u30. Zaterdag: 8u tot 18u.
Zondag: 7u30 tot 17u. Woensdag gesloten.



Exellent Elektro Van Eyken

Heistsesteenweg 1, 2121 Booischoot tel.: 015/22.25.40
Van Eykenstraat/Heistsesteenweg 2a - www.elektrovaneyken.be



**Leden van AVZK
krijgen 10% korting
bij een aankoop.**



luchtverwarming
airconditioning
ventilatie

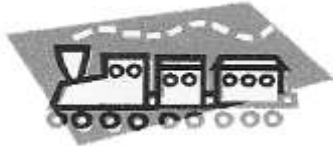
Nieuwlandlaan 13 A - industriezone B
3200 Aarschot

Tel.: 016/55 05 40
www.airservice.be

VEDETTE
SPORT

Lisperstraat 121-123 & Kartuizersvest 108 - 2500 LIER
03-480.31.93

www.vedettesport.com - info@vedettesport.com



BVBA 'T STATIONNEKE

Brasserie - Ijssalon - Feestzaal - Traiteur - Catering

Kleine Steenweg 153 - 2221 Booischot

Tel.: 015/22 25 45



GROENBEDRIJF BAECK BVBA

Liesdonk 15

2440 GEEL

Tel 014/86 84 14

BTW BE0416 707 545

G K L

AFSLUITINGEN

Kattestraat 25a

2580 Beerzel

Tel.: 015/24 79 17

www.gklafsluitingen.be

info@gklafsluitingen.be



DE COCK PEETERS & PARTNERS

www.dccp.be

info@dccp.be

Bedrijfsadvies - Boekhouding - Fiscaliteit