

Afgiftekantoor : 2800 Mechelen Mail
P 004754

België - Belgique
PB
2800 Mechelen Mail
8 / 4404

Koereurke

Bezoek onze website :

www.dijlespurters.be

Dijlespurters Archief



Zoeken naar renner, sponsor of jaartal

Muizen-kermis

Grote Prijzen Stad Mechelen 3 wielervedstrijden

Zondag 19 mei 2013
GENTLEMEN
62 km

Prijzen: € 250

Vertrek: 13u

Zondag 19 mei 2013
NIEUWELINGEN
62 km

Prijzen: € 435 +
€ 100 premies

Vertrek: 15u

Maandag 20 mei 2013
JUNIOREN
86,6 km

Prijzen: € 500 +
€ 120 premies

Vertrek: 15u

Parcours: klassieke kleine omloop langs Muizen-Dorp - Brugstraat - Kerkenbos - Baarbeekstraat - Vlamingenstraat - Stationsberg - Karolingenstraat - Sint-Lambertuslaan - Muizen-Dorp

Inschrijvingen: 19 mei: Café Rerum Novarum ■ 20 mei: Café Clubhuis
Uitbetalingen: Café Apollon

V.U.: Hendrik De Vis - T 0473 87 05 25 - www.dijlespurters.be



2 – maandelijks informatieblad van de wielclub De Dijlespurters V.V. Mechelen

43^e jaargang

Editie : n ° 230

Periode : Maart - April 2013

Verantw. Uitgever :

Hendrik De Vis Jan Frans Van Geelstraat 16 2812 Muizen - Mechelen
Tel. 0473 - 87 05 25

E-mail : hendrik.de.vis@telenet.be

Voorzitter : Remi De Moor

p/a Mechelsesteenweg 303 B 2500 Lier

Secretaris : Henri Van Lerberghe

Postadres : Brusselsesteenweg 179 2800 Mechelen

(GSM 0488-28 58 61) (Tel. 015-77 03 04)

E-mail adres : joostvl@scarlet.be

Redactieraad : Hendrik De Vis, Bruno Billast, Chris Vennekens, Henri Van Lerberghe (Joost) en Linda Van den Eynde.

Volgende vergaderingen : 20/06, 22/08, 17/10 en 12/12/2013 om 19.30 uur in het clublokaal.

Bosch-Sport

Fietsspecialzaak

Ferdinand Maasstraat 74

2550 Waarloos

015-31 59 54

Racefietsen, mountainbikes, hybride fietsen,

elektrische fietsen, kinderfietsen, kleding en

accessoires ... !

Openingsuren :

di-woe-do-vr van 9 u tot 12.30 u en van 13.30 u tot 19 u

zaterdag doorlopend van 9 u tot 18 u

E-mail : info@boschsport.be

Ruime keuze ... !



Opel Vervloet

www.opel.be

Lintsesteenweg 8

2570 Duffel

Tel. 015 - 31 18 82

***De Garage Paul Vervloet levert
u de wagen van uw dromen !***

Uitslagen van onze renners	
Andreas Van Quickenborne <i>(Junior 1996) (Mechelen)</i>	
15	Kapelle-op-den-Bos
41	Duffel
Ellis Apers <i>(Junior 1995) (Blaasveld)</i>	
25	Waarloos
43	Bornem-Hingene
66	Zingem
Geoffrey Dalemans <i>(Aspirant 1999) (Rumst)</i>	
14	Herzele
27	Boortmeerbeek en Wemmel
Jonas Van Dessel <i>(Junior 1996) (Zemst)</i>	
9	Waarloos
21	Kapelle-op-den-Bos
27	Melkwezer-Linter (P.K. Tijdrijden)
38	Mazenzele
44	Rijkevorsel
Bjarne Van den Brande <i>(Nieuweling 1998) (Rumst)</i>	
22	Waarloos
Jelle Casteels <i>(Aspirant 2000) (Zemst-Laar)</i>	
18	Herzele
31	Wemmel
Joran Michiels <i>(Junior 1996) (Bonheiden)</i>	
3	Waarloos
7	Florennes
10	Lierde, Vollezele en Kapelle-op-den-Bos
11	Rijkevorsel
23	Zingem
26	Fully (Zwitserland)
52	Moerkerke-Damme (Interclub)
Kasper Domen <i>(Nieuweling 1997) (Muizen)</i>	
17	Waarloos
39	Klein-Sinaai
51	Stekene
Ruben Lauwers <i>(Aspirant 2000) (Rumst)</i>	
17	Herzele
22	Hamme
24	Vlierzele
Brecht Stas <i>(Junior 1995) (Huldenberg)</i>	
14	Melkwezer-Linter (P.K. Tijdrijden)
30	Mazenzele
31	Haasrode
32	Sint-Joris-Weert
45	Rijkevorsel
Arno Verstrepen <i>(Nieuweling 1998) (Sint Katelijne Waver)</i>	
11	Waarloos
29	Klein-Sinaai
Jasper Stas <i>(Nieuweling 1997) (Huldenberg)</i>	
26	Melkwezer-Linter (P.K. Tijdrijden)
28	Hakendover-Tienen
43	Moerkerke-Damme
Feddrik Lauwens <i>(Aspirant 1999) (Leest)</i>	
15	Herzele
16	Wemmel
Pieter Giart <i>(Nieuweling 1998) (Duffel)</i>	
28	Bornem-Hingene
32	Temse
46	Stekene
64	Wieze
98	Rotselaar
Jarne Michiels <i>(Aspirant 2001) (Bonheiden)</i>	
12	Wemmel
Jurgen Van Looy <i>(Elite 1970) (Grobendonk)</i>	
26	Waarloos
113	Niel
Stijn Piot <i>(Elite 1988) (Nossegem)</i>	
19	Heide-Linter
26	Nieuwrode
32	Budingen
33	Duffel
34	Waarloos
40	Niel
62	Tourinnes-Saint-Lambert
Remy Verheyen <i>(Nieuweling 1997) (Mortsel)</i>	
20	Waarloos
40	Stekene
49	Buggenhout Opstal
Sietze Kuyl <i>(Aspirant 2000) (Weerde-Zemst)</i>	
4	Herzele
6	Boortmeerbeek
12	Zingem
Wouter Van Engeland <i>(Junior 1995) (Onze-Lieve-Vrouw-Waver)</i>	
2	Waarloos
25	Bornem-Hingene
30	Rijkevorsel
36	Herfelingen
46	Haasrode
47	Duffel

Uitslagen van onze renners (vervolg)

Kenny Pauwels (Junior 1995) (Rumst)	
22	Waarloos
Kilian Lion (Nieuweling 1998) (Mechelen)	
26	Waarloos
42	Stekene
Kobe Verhelst (Aspirant 2000) (Vilvoorde)	
8	Wemmel
11	Herzele
Lenn De Vos (Nieuweling 1998) (Rumst)	
24	Waarloos
Mathias Schietecatte (Junior 1995) (Sint-Katelijne-Waver)	
27	Waarloos
63	Zingem
Niels Bohets (Aspirant 2001) (Blaasveld)	
23	Boortmeerbeek
30	Zaffelare
Sine Van Win (Meisje-Aspirant 2000) (Weerde)	
4	Herzele en Zingem
8	Hamme
Tibo De Mesmaeker (Aspirant 2000) (Zemst)	
24	Herzele
26	Boortmeerbeek
36	Wemmel
Toon Lembrechts (Nieuweling 1997) (Rumst)	
1	Waarloos
12	Rijkevorsel
15	Retie
17	Sint-Lodewijk Deerlijk
22	Buggenhout-Opstal
23	Temse
26	Ichtegem
Witse Van Dessel (Junior 1996) (Onze-Lieve-Vrouw-Waver)	
11	Waarloos
75	Arendonk
Wout 'T Seyen (Aspirant 1999) (Duffel)	
6	Vlierzele
17	Boortmeerbeek
Yorne Thys (Junior 1996) (Sint-Katelijne-Waver)	
23	Waarloos

Paus Franciscus alom geprezen om zijn eenvoud



Een beetje geduld alstublieft ...

De redactie had het moeilijk om een topprestatie van onze renners op de frontpagina weer te geven, er waren er gewoon geen.

Hoeft het ons te verbazen na een koude en te lange winter ? We zijn al begin mei en hebben hooguit maar een 5-tal 'echte' lentedagen kunnen optekenen.

We kozen dan maar voor de affiche van de Muizense wielerskoersen van 19 en 20 mei e.k.

Een belangrijke organisatie onder de vleugels van het Mechels Stadsbestuur.

Muizen is de deelgemeente waar er op wielergebied nog iets te beleven valt.

Het is er twee keer per jaar kermis. In een halve eeuw werden er bijna driehonderd koersen ingericht. 't Is niet niks.

Ondertussen zijn de meeste clubrenners op zoek naar hun beste conditie.

Gelukkig konden wij **dit weekend** de eerste tekenen noteren van beterschap.

Junior **Joran Michiels** behaalde een 2e plaats te **Rotselaar** op 139 deelnemers.

In dezelfde koers werd **Wouter Van Engeland** 19e en **Brecht Stas** 23e.

Jonas Van Dessel was dan weer onfortuinlijk. Hij werd na een valpartij naar het ziekenhuis gevoerd.

Tand afgebroken en de kin genaaid.

Ook bij de nieuwelingen te **Kruishoutem** waren onze jongens goed op dreef.

Toon Lembrechts werd er 17e in de tijdrit maar kwam tijdens de eindsprint in de wegrit ten val.

Ook hij moest zich aanmelden in het ziekenhuis met een armkwetsuur. Er werden geen breuken vastgesteld.

Onze andere jongens **Remy Verheyen** (16e in de rit in lijn), **Kasper Domen** en **Pieter Giart** gaven aan dat er vooruitgang is.

Te **Halle-Buizingen** reden zich enkele aspiranten in de kijker. Zo werd **Jarne Michiels** 9e bij de 12-jarigen, werden **Sietze Kuyl** 4e en **Kobe Verhelst** 5e bij de 13-jarigen.

Wie weet zagen we nog enkele uitslagen over het hoofd ?

Sedert de persvoorstelling mogen we enkele nieuwe renners welkom heten. We zijn nu met **51** !

- Tristan Pletinckx** (9-jarige miniem) (Wespelaar)
- Thomas Symons** (12-jarige aspirant) (Haacht)
- Tibo De Mesmaeker** (13-jarige aspirant) (Zemst)
- Gert Goelen** (Nieuweling) (Rumst).



Mechelen (Industriepark Walem)

Zondag 23 juni 2013

Wielerveugddag voor miniemen en aspiranten !

Miniemen 8-9-10 en 11 jaar : Behendigheidspoeft, tijdrit en ritje in lijn
Start : 10 uur !

Aspiranten 12-13 en 14 jaar :	12-jarigen	Start	14 u
	13-jarigen		15 u
	14-jarigen		16.15 u

Permanentedienst, vertrek en aankomst : De Beschermde Werkplaats
Generaal Dewittelaan 1 2800 Mechelen

Organisatie : Wielersclub De Dijlespurters V.V. Mechelen VZW

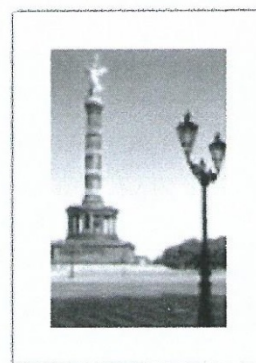
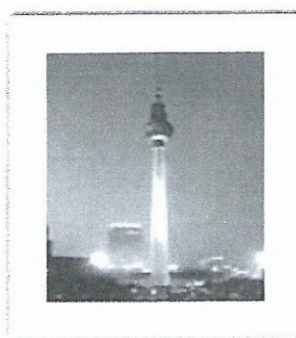
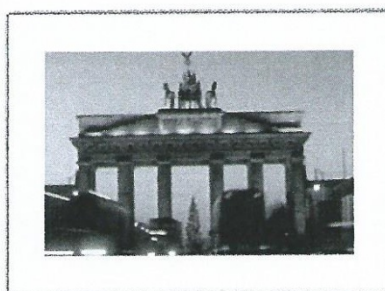
Info : GSM 0473-87 05 25

Op de fiets door Berlijn

Berlijners houden van fietsen. Niet alleen omdat de helft van hen geen auto heeft, maar ook omdat de stad plat en groen is en heel veel fietspaden heeft. Argumenten genoeg dus om ook zelf de Duitse hoofdstad al fietsend te gaan ontdekken.



Zondagochtend tien uur. Op de Penzlauer Berg, het hoogste punt van Berlijn, maken we kennis met Pieter, een Nederlander. In de wintermaanden werkt hij als psycholoog in zijn thuisland, maar van zodra het weer beter wordt vind je hem hier, in Berlijn. Niet zelden aan het hoofd van een groepje fietsende toeristen dat hij wat graag nader kennis laat maken met de bewogen geschiedenis van de Duitse hoofdstad. In het Nederlands, uiteraard. Wij maken vandaag deel uit van zo'n groep en net als twaalf andere Vlaamse en Nederlandse Berlijn-bezoekers zullen we de komende vier uur in het kielzog van Pieter "Berlijnse toppers" ontdekken. Zodra iedereen een fiets uitgekozen heeft, de zadels waar nodig hoger of lager gezet zijn en her en daar wat banden bijgepompt zijn, kunnen we vertrekken. Maar niet zonder eerst enkele praktische afspraken te maken. Dat we beter geen stoplichten negeren bijvoorbeeld – de Duitse politie is streng en boetes zijn uiteraard voor eigen rekening – en dat hij – mét fluoohesje – altijd voorop rijdt. Het eerste stuk van de tocht gaat langs de voormalige grens tussen Oost- en West-Berlijn. Negentwintig jaar lang zigzagde de Muur door de straten van Berlijn. Een betonnen monster van bijna vier meter hoog, waar je haast onmogelijk overheen kon klimmen en dat ook eens extra beveiligd werd met patrouilles, waakhonden, wachttorens... Pieter wijst ons niet enkel op de overblijfselen van de muur – op sommige plaatsen nog echte stukken muur, maar meestal niet meer dan een dubbele rij kasseien die herinneren aan waar ooit de muur liep – maar vertelt ons ook heel wat verhalen die het verleden weer tot leven doen komen. Over de Oost-Berlijners die niet wisten wat hen overkwam toen ze op 13 augustus 1961 's ochtends wakker werden en er achter kwamen dat hun stad in één nacht tijd hermetisch afgesloten was. Over de talrijke slachtoffers die de muur in de loop der jaren eiste wanneer mensen probeerden te ontsnappen. Over de heldhaftige pogingen om tunnels onder de muur te graven en hoe dat soms ook echt resultaat opleverde. Is het de manier waarop Pieter dit allemaal vertelt? Is het omdat hij in 1987 – twee jaar voor de val van de Muur – voor het eerst naar Berlijn kwam, er verliefd werd op een Oost-Berlijnse en een stuk van de geschiedenis van de muur dus ook zelf meegemaakt heeft? Is het fascinerende gegeven van de muur zelf of is het een combinatie van al deze factoren? Ik weet het niet, maar ik merk wel dat de hele groep aan Pieters lippen hangt en dat we ons allemaal krampachtig proberen voor te stellen hoe het hier ooit geweest moet zijn.



Struikelstenen

Maar Berlijn is natuurlijk meer dan de 'Muur' alleen. En dus zetten we onze tocht verder via de Joodse wijk, waar niet alleen een prachtige synagoge de aandacht trekt, maar waar ook de kogelgaten in de muren van heel wat gebouwen herinneren aan de bewogen geschiedenis van deze stad. Net als de kleine, vierkante metalen plaatjes, her en der op de stoepen voor huizen. Het zijn "struikelstenen", zo vertelt Peter, met daarop de namen van joden die ooit uit hun huizen werden verdreven en vermoord. We worden er een beetje stil van. De rest van onze tocht voert ons verder langs nog een hele reeks belangrijke trekpleisters van Berlijn. Het regeringskwartier met zijn bekende Reichstag. De Brandenburger Tor, misschien hét symbool van Berlijn. De Fernsethurm of televisietoren, met zijn 368 meter het hoogste gebouw van Berlijn. De statige Gendarmenmarkt, volgens sommigen het mooiste plein van Berlijn. En in plaats van ons te vervelen met een teveel aan data en feiten, weet Pieter de informatie precies te doseren en af te wisselen met heel wat verhalen en anekdotes. Zo hebben we het graag! Ook voor het per fiets verkennen van de Duitse hoofdstad zijn we intussen helemaal gewonnen. Niet alleen blijkt Berlijn op enkele straten na, erg toegankelijk voor fietsers, het is ook een uitstekende manier om in relatief korte tijd een groot deel van de binnenstad te doorkruisen zonder dat je er uitgeput van raakt. Wanneer we na een tocht van ruim vier uur weer op ons vertrekpunt aankomen – de prachtige Kulturbrauerei die ook op zich een bezoekje waard is – hebben we het gevoel een goed beeld gekregen te hebben van de stad en zijn we vastbesloten om bij een volgende bezoek aan Berlijn opnieuw in te tekenen voor één van de fietstours die 'Berlijn on Bike' organiseert. Want dat er nog veel meer te ontdekken valt, daar twifelen we niet aan. Maar voor vandaag hebben we genoeg gefietst en dus installeren we ons op één van de talrijke terrasjes die de Prenzlauer Berg rijk is. Het is maar moeilijk voor te stellen dat deze nu zo bruisende, trendy wijk in het DDR-tijdperk ooit een oude, verwaarloosde arbeiderswijk was.



Jennifer en co

Na een deugdlozende nacht en een smakelijk ontbijt in ons gloednieuwe en bijzonder stijlvolle hotel, op een boogscheut van Berlijns grootste winkelboulevard, linken alweer andere stukjes Berlijn om ontdekt te worden. En dat doen we – wat had je gedacht – op de fiets. Een fiets huren in Berlijn is trouwens echt kinderspel. Wanneer je door het stadscentrum wandelt, stuit je om de paar straten wel op enkele gestalde fietsen met daarbij een “te huur” bordje. Zelf ontlene wij ons stalen ros bij Fat Tire Bike Tours, een organisatie die ook fietstours organiseert. Omdat er heel wat huurfietsen circuleren en het risico bestaat dat ja na het bezoeken van één of andere toeristische trekpleister je sleuteltje in het slot van een andere – identieke – fiets probeert te wurmen, hebben de fietsen elk een naam gekregen. En zo gebeurt het dat ik vandaag de hele dag in het elegante gezelschap van Jennifer Aniston door Berlijn zal toeren. Mijn man moet het met Jaws doen. Omdat we benieuwd zijn naar de groene kant van Berlijn, zetten we vervolgens koers richting Tiergarten. In tegenstelling tot wat de letterlijke vertaling doet vermoeden is deze “dierentuin” eigenlijk een groot park, ooit het privéjachtterrein van de Pruisische prinsen en nu een van de favoriete plekken van de Berlijners om zich te ontspannen, een wandelingetje te maken of te fietsen natuurlijk. Net als gisteren, toen we voornamelijk in het voormalige Oost-Berlijn rondreden, valt het ons op dat ook hier in het Westen heel veel voorzieningen zijn voor fietsers. Afzonderlijke fietspaden en duidelijk aangeduide fietsstroken. Speciale fietsverkeerslichten op ooghoogte. Niet zo verwonderlijk dat ook veel Berlijners hun stad op een tweewieler doorkruisen. Jong of oud, bouwvakker of advocaat, fietsen is hier heel gewoon. Zelfs fietstaxi's vormen een vaste waarde in het straatbeeld. En als je toch eens wat verder moet, dan neem je je fiets gewoon mee op het openbaar vervoer. Op bussen is dat weliswaar niet toegelaten, maar op de S-Bahn en de U-Bahn (de eigenlijkke metro) kan het zonder probleem. Je koopt er gewoon een extra ticketje voor aan (aan reductietarief).



Langs het water

In de namiddag overwegen we even een stuk van de fietsroute langs de voormalige Muur te gaan volgen, maar omdat we gisteren al een flinke dosis muur gehad hebben, gooien we het toch maar over een andere boeg en trekken we naar de Spree, de rivier die dwars door Berlijn loopt. Een perfecte keuze, want op het traject langs de oevers is het heerlijk fietsen. Wanneer we aan het eind van de dag Jennifer en Jaws bedanken voor bewezen diensten en ook afscheid nemen van Berlijn,

nemen we ons voor het te vertellen aan iedereen die het horen wil : Berlijn is een fantastische stad. En de fiets is het ideale hulpmiddel om ze op een leuke, vlotte en comfortabele manier te ontdekken.

Praktische info :

Wij reisden met Jetair Citytrips en logeerden in het gloednieuwe Hotel H10 Berlin Ku'damm ****, direct om de hoek van de beroemde Kurfürstendamm. Prijs : kamer en ontbijt vanaf 65,90 euro per persoon per nacht. Verken Berlijn fietsend voor 19,50 euro per persoon, met Nederlandse gids. Fiets huren : 12 euro per dag.

Websites : www.jetair.be of www.berlinonbike.be of www.fattirebiktours.com/berlin of www.bbbike.de

Artikel van Veerle Maes uit Goed Gevoel

Epiloog :

Aansluitend bij dit artikel kunnen wij u mededelen dat wij in 1969 en 1970 langs de Berlijnse muur (met om de 10 meter een vopo op de uitkijk) over de kassiekopjes gekoerst hebben en dat wij in contact gebleven zijn met een Berlijnse fietsliefhebber en onze gastheer uit die periode namelijk **Werner Kodisch**.

Hij is nog steeds geabonneerd op ons clubblad na al die jaren en zou zeker een perfecte gids op de fiets zijn mocht u zinnens zijn die citytrip te ondernemen. Trouwens, wij verplaatsten ons toen al met de fiets op de trein en / of metro naar de parken om er te trainen.

Wij koesteren nog de gastvrijheid en verzorging die de ganse **familie Kodisch** met enthousiasme voor ons in petto had.



Wilfried Van Doninck, Yvonne Kodisch, Werner Kodisch, Eddy Nijs, Richard Nicolet, Paul Roelens voor de wedstrijd in Berlijn in 1969.



Berlijn mei 1970 : Bruno Billast, Paul Nicolet, kleine Yvonne Kodisch, Marianne Kodisch (+), Eddy Nijs en een Berlijnse supporter

Initiatiefnemer voor deze bijdrage : Bruno Billast !

Laat Paasgeschenk (of inspanningstestje) ?

Daar paasmaandag op 1 april viel en we het niet op een grap wilden laten lijken vertrokken de moedigsten aller Dijlespurters op stage naar de Oostkantons van ons Belgenlandje op dinsdag 2 april.

Om tien uur 's morgens stonden we allen paraat, goedgemutst en vol verwachtingen voor de eerste rit namelijk Rumst – Tilff die we veiligheidshalve per auto aflegden.

In het Walenlandje verorberden we ons lunchpakket in een supporterslokaal van Standard Club de Liège en stapten op onze carbon en andere rossen om na een trip van ongeveer een 80 -tal kilometers aan te komen in de jeugdherberg van Sankt-Vith. Hier wachtte ons een lekkere douche en een heerlijk avondmaal.

Niemand van de sportievelingen had nog zin in een avondlijk bezoek aan het pittoreske stadje. We smachtten allen naar ons bedje en genoten met volle teugen van een welverdiende nachtrust.



De 2^{de} en de 3^{de} dag van deze paasstage brachten we meestal door op de fiets en trinden we er op los dat het een lust was voor het oog. Natuurlijk verliep alles zoals vooraf gepland door onze raadgeefster Ingrid Mekers (Met dank voor de prachtige schema's die zij maakte !)

Bij al deze inspanningen hadden we nood aan rust en omdat buiten onze groep er alleen maar een aantal zeer jonge zwemmers en een clubje jong, zwart zangtalent (?) verbleef was het stil in onze omgeving. Een stilte die enkel verstoord werd door het geluid van onze mobiele speeltjes.

Gelukkig was er onze begeleider Marc die ons op het rechte spoor hield en op tijd de lichten op onze kamers liet doven ...

De laatste dag gebruikten we om nog even (en hopelijk voor de laatste keer dit wielerseizoen !) tussen muren van sneeuw te rijden. Moe maar voldaan keerden we terug naar Rumst.



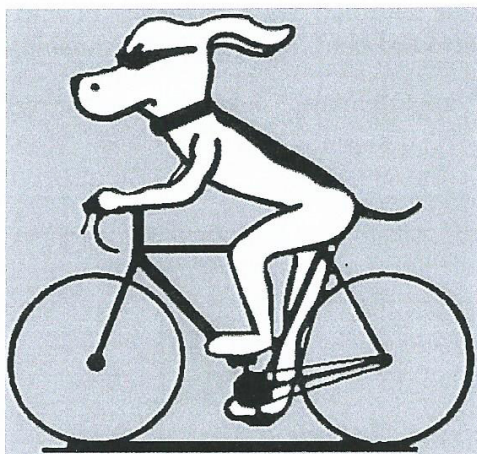
Wat we zoal geleerd hebben deze dagen ?

- 1- Trainen is niet zomaar wat rondrijden op je fiets
- 2- Hier in de Oostkantons spreekt men een taal die het midden houdt tussen Frans-Duits-Nederlands en nog iets
- 3- Niet alle wegen leiden naar Sankt-Vith
- 4- Je ook hier lek kan rijden
- 5- Niet alle mooie zijn wit
- 6- Dat onze begeleider niet naar het buitenland moet gaan om touristica te krijgen
- 7- Dat de boulettten hier veel groter zijn dan in Vlaanderen
- 8- En dat we volgend jaar opnieuw een paasstage willen...



Opgetekend door Joost in een eenzame volgwagen !

• + Deraeurke



Voor de
aankoop van
een nieuwe of
de herstelling
van uw oude
fiets bent u hier
welkom

“ 't Deraeurke ”

Kon. Astridlaan 25
2500 Lier

Tel. 0472 – 93 26 16

Web : www.deraeurke.be

Zaakvoerder : Sven Bolyn

Wedstrijdkalender voor de maanden mei en juni 2013

We hebben de wedstrijden opgezocht in de regio. Een aantal organisatoren hebben hun gegevens niet of onvolledig doorgestuurd.

Een nieuwe benaming duidt op namelijk : **1.12 C Open (Individueel)** waarbij renners uit de volgende categorieën mogen aan zetten → Amateurs, Masters B, El z/C + U23

Woe	01/05	Merchtem	El z/C + U23	116 km	15 u
		Boortmeerbeek	Dames-Jeugd (P.K.) (N : 36 km J : 52 km)	13.30 u	
			Dames-Elite (P.K.)	88 km	15.30 u
		Hoboken	Junioren (IC)	109 km	12 u
			Men El 1.2 UCI	170 km	12.55 u
Zat	04/05	Nieuwrode (Holsbeek)	Junioren	90 km	15 u
Zon	05/05	Herenthout	1.12 C Open	97 km	15 u
Don	09/05	Hoboken	Miniemen	Vanaf 9.30 u	
			Aspiranten	12 j	12 u
				13 j	13 u
				14 j	14.15 u
			Nieuwelingen	60 km	16.15 u
Zat	11/05	Herentals	Junioren (P.K.)	120 km	14 u
		Nieuwrode (Holsbeek)	Nieuwelingen	63 km	15 u

Zon	12/05	Boutersem	El z/C + U23	120 km	15 u
		Londerzeel (Sint-Jozef)	El z/C + U23	117 km	15 u
Din	14/05	Booischoot	El z/C + U23	120 km	18 u
Zat	18/05	Kapelle-op-den-Bos (Nieuwenrode)	1.12 C Open	99 km	15 u
Zon	19/05	Boutersem	1.12 C Open	93 km	15 u
		Muizen	Gentlemen	62 km	13 u
			Nieuwelingen	62 km	15 u
Maa	20/05	Muizen	Junioren	87 km	15 u
		Grimbergen	1.12 C Open	95 km	Startuur ?
		Merchtem	Nieuwelingen	60 km	15 u
Don	23/05	Begijnendijk	El z/C + U23	119 km	16 u
Zat	25/05	Rotselaar	1.12 C Open	?	15 u
		Kapelle-op-den-Bos	Nieuwelingen	61 km	15 u
Zon	26/05	Bierbeek	Nieuwelingen	66 km	15 u
		Humbeek	Aspiranten	12 j.	14 u
				13 j.	15 u
				14 j.	16.15 u
		Herenthout	Aspiranten	12 j.	14 u
				13 j.	15 u
				14 j.	16.15 u
Don	30/05	Bierbeek	El z/C + U23	115 km	18 u
Vrij	31/05	Kontich	El z/C + U23	111 km	19 u
Zat	01/06	Bonheiden	IC Junioren (BvB)	(Geen technische gegevens)	
		Heist o/d Berg	El m/C, El z/C + U23	(Geen technische gegevens)	
Zon	02/06	Bonheiden	Nieuwelingen	(Geen technische gegevens)	
		Memorial Philippe Van Coningsloo			
		Men El. 1.2 UCI (Geen technische gegevens)			
		Wolvertem	El z/C + U23	(Geen technische gegevens)	
		Bierbeek	Junioren	91 km	15 u
Woe	05/06	Nieuwrode (Holsbeek)	El z/C + U23	117 km	18 u

Vrij	07/06	Bornem	El z/C + U23 (Achter deryn's)		18.30 u
Zon	09/06	Aartselaar	El z/C + U23	118 km	14.30 u
		Meise-Wolvertem	El z/C + U23	114 km	15 u
Zat	15/06	Beigem (Grimbergen)	1.12 C Open	99 km	?
Woe	19/06	Keerbergen	El z/C + U23	117 km	18 u
Zon	23/06	Meise-Wolvertem	El z/C + U23	114 km	15 u
		Merchtem	Miniemen Aspiranten	8-9-10-11 j. 12 j. 13 j. 14 j.	10 u 14 u 15 u 16 u
		Mechelen	Miniemen Aspiranten	8-9-10-11 j. 12 j. 13 j. 14 j.	10 u 14 u 15 u 16.15 u
Woe	26/06	Heist o/d Berg (Wiekevorst)	El z/C + U23	120 km	18 u
Zat	29/06	Bornem	Junioren	(Geen technische gegevens)	
		Herenthout	Nieuwelingen Junioren	63 km 93 km	14 u 15.45 u
		Kampenhout	Nieuwelingen	64 km	15 u
		Londerzeel	El z/C + U23	117 km	15 u
Zon	30/06	Londerzeel	Nieuwelingen	70 km	15 u
		Itegem	Miniemen Aspiranten	8-9-10-11 j. 12 j. 13 j. 14 j.	10 u 14 u 15 u 16.15 u
Woe	03/07	Herenthout	El z/C + U23	114 km	18 u
Vrij Maa	05/07 t/m 08/07	Kontich	50e Sint-Martinusprijs IC Junioren		
			1e rit Tijdrit	8,1 km	18 u
			2e rit In lijn	126 km	
			3e rit Ploegentijdrit	22 km	09.30 u
			In lijn	120 km	16 u
			4e rit In lijn	111 km	12.30 u
Zat	06/07		Dames-Elite (Afwachtingswedstrijd)	75 km	14.35 u

Hoe de geneeskracht van het lichaam verbeteren ?

De natuurlijke evolutie heeft er voor gezorgd dat alle organismen, inbegrepen de mens, een systeem ontwikkeld hebben om vijandige krachten die wonden of ziekten veroorzaken, tegen te gaan.

Duizenden eeuwen voorgeschiedenis maakten dat alle levende wezens elk voor zich een goed ontwikkeld mechanisme van "zelf-herstel" bezitten.

Als het lichaam toch zo goed is in genezing, waarom worden wij dan nog ziek ?

Ons eigen genezend systeem is voortdurend aan het werk en altijd klaar om de balans recht te trekken als deze verstoord wordt.

Echter, op een bepaald ogenblik kan de capaciteit om te "repareren" voor bepaalde gevallen ontoereikend zijn.

Als de schade aan onze erfelijkheidsfactoren (= genen) door bijvoorbeeld een hoge dosis radioactieve straling te groot is, of als er in onze bloedvaten wegens een te vet dieet teveel LDL-cholesterol (=slechte cholesterol) rondzweeft zodat de vaatwanden hem niet meer adequaat kunnen afvangen of als er te veel microben in een wonde aanwezig zijn of als te veel stress ons immuunsysteem verzwakt of ... en zo kunnen wij verder gaan, als - algemeen gesproken - het eigen genezend systeem door inwendige en/of uitwendige oorzaken tegen een overmacht van "aanvallers" moet optornen, welnu dan kan zijn capaciteit ontoereikend worden met ziekte tot gevolg.

Als het ons lichaam is dat ons moet genezen, is dan een behandeling (= geneesmiddelen en/of operatie nodig) ?

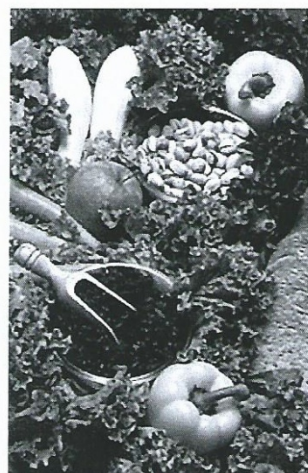
Veronderstel dat je van een bacteriële pneumonie (= longontsteking) hersteld bent dank zij insputingen met sterke antibiotica. Wat heeft je dan genezen ?

De behandeling zelf of je eigen genezend systeem ?

De meeste mensen, zowel de patiënten als de artsen, denken dat het de antibiotica zijn.

Neen, antibiotica verminderen wel het aantal aanvallende kiemen maar het is ons eigen immuunsysteem dat de job afmaakt !

Het is - of het nu dank zij een behandeling of door zagezegd "niets" te doen is - steeds ons eigen genezend vermogen (= immuunsysteem) dat ons weer gezond maakt.



En, afgezien van de schadelijke invloed van bepaalde overgeërfdde factoren (waar wij niets kunnen aan doen), is het altijd onze levenswijze die de oorzaak is van het goed of het slecht functioneren van dat eigen genezend systeem van ons.

Dat mensen kanker krijgen of hart - en vaatziekten is - hoe hard het ook moge klinken - in de meeste gevallen hun eigen schuld, niet dat zij wetens en willens hun eigen graf willen graven zoals kettergrokers en alcoholisten, maar meestal omdat zij zelf niet beseffen dat de levenswijze die zij in alle onschuld (?) leiden, nefast is voor de gezondheid.

Hoe kan men het eigen geneessysteem (= herstelsysteem, immuunsysteem) in prima conditie houden ?

Door drie zaken : een perfect dieet, veel lichaamsbeweging of sport en een goede mentale ingesteldheid.

Een perfect dieet : veel vis en/of gevogelte (geen dierlijk vlees, geen kaas - tenzij magere platte kaas en geen volle zuivelproducten), zeer vele en gevarieerde groenten, vruchten en

volle graanproducten (vooral haverhout !); geen verzadigde (= vaste, dierlijke) vetten, geen zout (= Natriumchloride), geen toegevoegde suikers, wel vis -en zaadoliën; geen gebakken, gebraden of gefrituurde eetwaren, wel rauwe of gestoofde (= gekookte). Hoeveel mensen kunnen beweren dat zij zo eten?



Lichaamsbeweging of sport: is dagelijks nodig. Sport is perfect maar recreatief fietsen, wandelen of zwemmen is voor gewone mensen even goed.

Duursporten zijn gezonder dan krachtsporten. Wie kan bevestigen dat hij dagelijks minstens drie kwartuur beweging doet?

Een goede mentale ingesteldheid: stress op gelijk welke manier vermijden, optimist trachten te zijn, dagelijks minstens 8 tot 9 uren (absoluut !!!) rust nemen, niet "kankeren" noch op jezelf noch op anderen.

Men weet immers dat de "geest" op de meeste lichamelijke processen zowel positief als ook negatief kan inwerken.

Besluit ?

De beste arts voor onze gezondheid zijn wij zelf.

Als wij ziek worden zouden wij eerst zelf uit ervaring moeten aanvoelen en beslissen wat te doen en niet "d'office" dadelijk naar arts of apotheker lopen.

Als wij deze verantwoordelijkheid niet willen nemen, zullen anderen over onze gezondheid beslissen en zij zullen niet noodzakelijk de beste keuzes maken voor ons.

Laten wij goed voor ogen houden dat zelfs de huidige, moderne geneeskunde op verre na niet alle problemen kan oplossen.



Dr. Apr. Paul Nijs (Antwerpen)

Iets voor taalknobbels

Wie heeft er destijds tijdens de lessen Nederlands goed opgelet?

Ik heb hier een vraagje:

Welke tijd is: 'Ik zou nu mijn vrouw willen spreken'?

Is dit: -onvoltooid verleden tijd? -voltooid tegenwoordige tijd? -toekomstige tijd?

? ? ? ?

Antwoord: Het is geen van allen, het is ...

'VERLOREN TIJD'

Want zij luistert toch niet !!!!!!!

Belangrijk Bericht



De bestuursleden van de open wielerpiste 'Den Reggel' te Elewijt nodigen alle renners uit de aspirantencategorie uit op de wekelijkse trainingen onder de hoede van de coaches van Vlaams - Brabant.

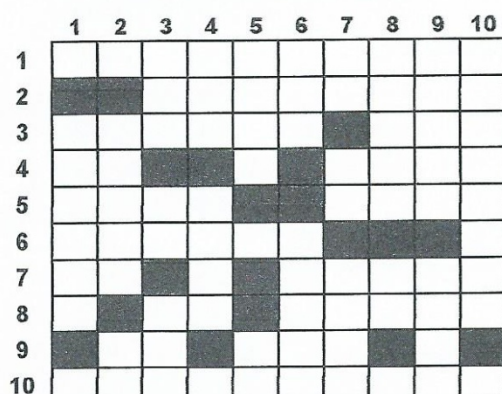


De eerste trap werd al gegeven op donderdag 18 april om 18 uur 30.
Het einde van elke training is voorzien tegen 20 uur.

Verder spreekt men af als volgt : training **elke donderdag** tussen 18.30 u en 20 u, behalve op 9 mei (Hemelvaartdag). Einde van al deze lentepretpret op **donderdag 13 juni**.

Wil je vooruit in de wielersport dan is dit een enige gelegenheid om samen met professionele en bekwame coaches (Jef Thielemans & Hugo Serin) aan de slag te gaan op een veilige manier en dit in samenwerking met onze **clubraadgeefster Ingrid Mekers** en clubverantwoordelijke **Chris Vennekens**.

Namens 'De Dijlespurters V.V.' : Joost

Kruiswoordpuzzel Editie n° 230**Deelnemer puzzel 230****Winnaar puzzel 229**

Geets Freddy
 Neerweg 82
 2800 **Mechelen**

Horizontaal

- 1 Won dubbelslag dit voorjaar
- 2 Belg die de Ronde van Vlaanderen won in 2008 en 2009
- 3 Italiaan die in 2007 de R v Vlaanderen won - Instituut voor tropische geneeskunde (afkorting)
- 4 Oosterlengte (afkorting) - Belg die in 1963 R.v.Vlaanderen won
- 5 Projectiel - Filipijnse gemeente
- 6 Belg die in 2011 de R.v. Vlaanderen won
- 7 Eminentie (afkorting) - Dario., Italiaan die in 2000 tweede werd in Vlaanderens mooiste
- 8 Spil - Belg die drie maal de R.v. Vlaanderen won
- 9 Dwarshout - Huivering
- 10 Won de R.v. Vlaanderen in 1999 en 2003

Vertikaal

- 1 Won drie maal de R.v.Vlaanderen
- 2 Fotoboek - Dwarsmast
- 3 Nederland Distributieland (afkorting) - Uruguaanse domeinnaam - Nabij, tegen
- 4 Nor, eenheid - Ward die de R.v. Vlaanderen won in 1966
- 5 Benzinedampafzuiging (technische naam) - Muzieknoet
- 6 Chinese plaatsnaam of familienaam - Het stoppen van een popgroep
- 7 Laatstleden (afkorting) - Freie Universität (afkorting) - Zeer tere, magere
- 8 Vaarwel (Spaans) - Eminentie (afkorting)
- 9 Terug in de tijd - Wedstrijd
- 10 Italiaan die Rudy Dhaenens klopte in Meerbeke in 1990

Oplossing puzzel n° 229

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	B	A	H	A	M	O	N	T	E	S
2	I	K		L	A	M	B	O	T	
3	Z	A	B	E	L			M	O	T
4		G	E		T	A		S	S	H
5	P	I	A	S	E	C	K	I		E
6	I			T	E	H		M	R	V
7	C	H	R	I	S	T	O	P	H	E
8		O	I	E		E	P	S	O	N
9	L	E	I	D	E	N		O	N	E
10	A		S	A	N	D		N	E	T

Een jonge vrouw komt bij de politie
 aan de balie.
 Veur wat est, madammeken ?
 Ik ben verkracht !!!
 Verkracht ?
 En hebde soms een idee of
 aanwijzingen die naar de dader
 kunnen leiden ?
 't Is zéker ene die aan de gemeente
 werkt.
 En waarom denkt ge dat ?
 Ik heb alles zelf moeten doen !


AFDELING VLAAMS-BRABANT VZW

Provinciebaan 4A 3110 Rotselaar

Tel: 016/22.26.50 – 016/22.92.50

Pistetrainingen 2013 voor Meisjes & Jongens

Dinsdag	Vanaf 16 april tot 18 juni	18u30 tot 20u00	Nieuwelingen & Junioren
Donderdag	Vanaf 18 april tot 20 juni	18u30 tot 20u00	Aspiranten
Dinsdag	25 juni en 2 juli	18u00 tot 19u30 19u30 tot 21u00	Aspiranten Nieuwelingen & Junioren

Geen training op 30 april – 9 en 21 mei !

Initiatietrainingen met de pistefiets

Elewijt : Dinsdag 20 en 27 augustus 18u30 tot 19u30

Pistetrainingen : Aspiranten, Nieuwelingen, Junioren en Dames met pistefietsen !

Gedragscode :

Tijdens de trainingen is het dragen van een valhelm verplicht.
 Het meenemen van een drinkbus is niet toegelaten op de piste
 Alle 30 minuten is er een sanitaire stop en gelegenheid tot drinken
 Geef teken met je elleboog voor je van je lijn afgaat.
 Er wordt getraind met discipline, er wordt niet geroepen !
 Elke training wordt bij aanvang het aanwezigheidsblad ingevuld, dit om jaarlijkse evaluaties op te maken.
 Door onvoorzienbare weersomstandigheden kan de training worden afgelast.

Koershandschoenen kunnen bescherming brengen bij eventuele valpartijen, verplicht op piste te Gent !

De trainingen staan onder toezicht van de provinciale coaches Hugo Serin (0486/127968), Jef Thielemans, Wim Beirnaert en Bart Thielemans.

WIELERBAAN "DEN REGGEL" - ELEWIJT-ZEMST

Secretariaat : Eric Lesage, Molenbeekstraat 1B, 1982 Elewijt

Tel : 015/61.47.73 - Fax : 015/61.77.15

Tel wielerbaan : 015/61.01.88

E-mail: eric.lesage@pandora.be

denreggel@pandora.be

Sudoku n° 13

5	7						2	
		9		1				
2				9				5
	4							
			7	8		3		6
1		8					4	
	5			3	8			
					2	8		
3	8	7	5		9	2	6	

Deelnemer sudoku n° 13Winnaar sudoku n° 12

De Vis Anja
Louis Mariënlaan 14
2970 **Schilde**

Oplossing sudoku n° 12

6	4	7	5	3	1	9	8	2
5	1	8	9	2	7	4	6	3
9	2	3	8	4	6	7	1	5
7	3	9	6	5	2	1	4	8
1	8	2	7	9	4	3	5	6
4	5	6	1	8	3	2	9	7
2	7	5	4	6	9	8	3	1
8	9	1	3	7	5	6	2	4
3	6	4	2	1	8	5	7	9



Ze liggen samen op de bank

'Zo'n partnerruil is toch wel even wennen ... '

'Ja, ik zou wel eens willen weten wat onze vrouwen nu doen '

Papa, klopt het dat in sommige delen van Afrika de mannen hun vrouw vóór het huwelijk niet kennen ?

'Dat is in elk land zo, mijn zoon ... '

Vraagt de ene blonde aan de ander :

'Wat denk je dat verder weg is, Londen of de maan ? '"

'Ja hallooooo ... kun je Londen vanaf hier zien ?

Politieagent : ' Wat heeft u gedronken ? '

Bestuurder : ' Schrijf maar op een krat bier, champagne kun je toch niet schrijven ... '

Politieagent : ' Uw naam ? '

Bestuurder : ' Zscherboinsky-Crzcypierzak '

Politieagent : ' Hoe schrijf je dat ? '

Bestuurder : ' Met een liggend streepje '

Uit de oude doos (Duits document uit 1870)

Arbeidsorder voor werknemers

- Dagelijks voor de aanvang van de werkzaamheden moeten kantoor en bedrijfsruimten grondig worden schoongemaakt en de kachel worden aangemaakt. Iedere werknemer dient daartoe voldoende kolen mee te brengen.
- Er wordt twaalf uur gewerkt. Wanneer dat nodig is moet zonder dwang worden overgewerkt.
- Werknemers die zich met politiek bezighouden worden op staande voet ontslagen.
- De bedrijfsleiding verwacht dat geen enkele werknemer zich te buiten gaat aan misbruik van alcohol of tabak.
- Vrouw en dochters van de baas en andere hoge personages dienen eerbiedig gegroet te worden.
- Als passende lectuur voor de arbeiders wordt de bijbel aanbevolen. Ook het lezen van andere boeken is geoorloofd voor zover deze geen zedenbedervende invloed hebben.
- Elke werknemer moet zorgen gezond te blijven, want aan ziek personeel wordt geen loon betaald. Daarom moet eenieder elke week wat van zijn loon afzonderen om dergelijke tegenslagen te kunnen opvangen.
- Een arbeider mag zich nooit vergissen op straffe van ontslag.
- Wie de baas tegenspreekt, toont weinig eerbied voor zijn principaal en zal daarvan de gevolgen moeten dragen.
- Vrouwelijke werknemers moeten een vrome levenswandel nastreven.
- Verlof wordt slechts verleend bij sterfgevallen. Het loon wordt dan ingehouden.
- Iedere arbeider moet alles wat hij over zijn baas hoort , zowel in als buiten het bedrijf, onmiddellijk melden.
- Iedereen dient te bedenken dat hij zijn broodgever dank verschuldigd is, omdat hij u allen in het leven houdt. En vergeet niet dat veel mensen blij zouden zijn als zij uw baantje konden overnemen.

Gelukkig zijn de arbeidsvoorwaarden heden ten dage een beetje aangepast !

Ook al denken sommigen dat het vroeger beter was dan nu ?

(Ingezonden door Joost Van Lerberghe die nu net op 01/05 met pensioen gaat !)

Wij feliciteren hem met deze nieuwe start ! En dat hij nog veel tijd mag vrijmaken voor onze renners !



Dijlespurters Archief



Zoeken naar renner, sponsor of jaartal

Welkom

Test onze site ook even op uw tablet of smartphone! Graag uw reactie! Dank u!



Goeddag en welkom bij de site van de
De Dijlespurters Mechelen - Archief.

Voor gegevens over een renner /
sponsor / jaartal klik op de knop
"Zoeken".

Deze moet wel renner / sponsor geweest zijn bij één van
volgende clubs.

Dijlespurters
Vlug en Vrij Muizen
De Dijlespurters VVM

Zoeken

Oude uitgaven clubblad

Wij zijn ook op zoek naar oude uitgaven van 't clubblad van
de Dijlespurters !!!

Wij streven naar een zo volledig en correct mogelijk archief.

Aarzel ook niet om ons fouten te signaleren !

Neem gerust even contact!

Graag Uw Hulp !

Ken je ex-renners?
Heb je info van onze clubs?
Foto's, krantenknipsels, ... ?
Sponsors, shirts, ... ?

Bezorg ons uw info !

Bij voorbaat dank !

Archief

Dit archief is een onderdeel van de wielclub De
Dijlespurters VVM - vzw. Hier proberen we een overzicht te
geven betreffende volgende clubs.

Dijlespurters - 1935 -> 1989
Vlug en Vrij Muizen - 1962 -> 1989
De Dijlespurters VVM - vanaf 1990

Contact

Bruno Billast

Hendrik De Vis

De Dijlespurters VVM

Voor contact met onze wielclub klik hieronder
op de knop.

De Dijlespurters VVM

Website

Bruno Billast, webmaster archivaris

Marc Leyers, webopmaak en -ontwikkeling.