

Afgiftekantoor : 2800 Mechelen Mail
P 004754

' + Koereurke



Bezoek onze websites:
dijlespurters.be,
dijlespurtersarchief.be

Twee winnaars met hun eerste zege in de kijker :



Feddrik Lauwens in Londerzeel (21/09)



Tristan Pletinckx in Budingen (14/09)



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

43^e jaargang

Editie : n ° 239

Periode : September – Oktober 2014

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 en Henri Van Lerberghe
(Joost)

Volgende vergadering : 18/12/2014 om 19.30 uur in het clublokaal.

Bosch-Sport

Fietsspecialzaak

Ferdinand Maesstraat 74
2550 Waarloos
015-31 59 54

*Racefietsen, mountainbikes, hybride fietsen,
elektrische fietsen, kinderfietsen, kleding en
accessoires ... !*

Openingsuren :

*Din-Woe-Don-Vrij 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 !*

Uitnodiging aan al onze renners

Het wegseizoen 2014 is ten einde en dus de hoogste tijd om alle voorbereidingen te treffen naar de toekomst. Het eerste deel van dit gebeuren is onze kledij-pas-avond die zal doorgaan op **donderdag 6 november 2014** in het "Hof Van Lachenen" te Rumst.

Wie "De Dijlespurters V.V. Mechelen" een warm hart toedraagt en in 2015 een vergunning WBV op onze naam aanvraagt wordt verwacht **tussen 19 en 21 uur**.

We vragen aan de renners die minderjarig zijn om zeker papa of mama mee te brengen. Onze secretaris is daar ook aanwezig. Die wil van de gelegenheid gebruik maken om je contract 2015 te laten ondertekenen.

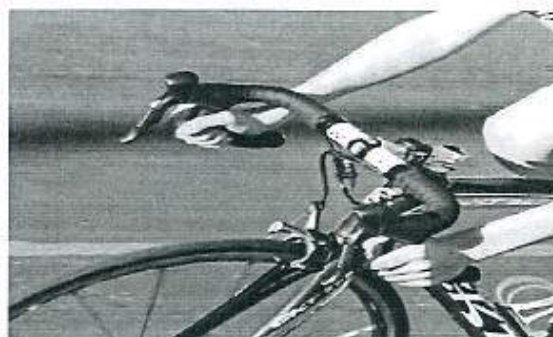
Nog dit, onderstaande foto's zijn niet van de toekomstige clubfiets en je krijgt ook niet zo'n leuke helm cadeau. Zelfs het design van onze trui houden we nog wat geheim.



Voor hen die nieuw zijn in ons midden of het reeds vergeten waren het **Hof van Lachenen** vind je terug op de Mechelsesteenweg 81 te 2840 Rumst.

En je kan er ook genieten van een lekkere koffie, een biertje of een frisdrank.

Op naar "De Dijlespurters V.V. New look" !!!



In ons vorig clubblad stelden we de vraag wat er fout was op de foto (links). De meesten hadden juist geantwoord op deze vraag. Het is inderdaad niet aangewezen om op een wielerpiste te rijden zonder handschoenen. De fietscomputer daarentegen had men volgens de geldende reglementering wel terzijde gelaten !

BREMS

Het dak - Ons vak



VRAAG HET AAN DE SPECIALIST

Mechelsesteenweg 810 - 824 • 1800 Vilvoorde

Tel. 02/252 24 00 • Fax 02/252 29 55

www.bremsdakwerken.be

Onze firma bestaat reeds méér dan 300 jaar! Tevens alle bouwwerken, verbouwingen, zinkwerken en decoratieve bekledingen.

Gezellig samenzijn met rennershulde !

We nodigen **iedereen** uit op onze rennersavond die doorgaat in ons lokaal "Het Hof van Lachenen" te Rumst op :

Zaterdag 22 november 2014



Inschrijven tot deelname aan ons etentje ...

Aanvang : 18.30 uur

Wat schaft de pot ?

- 1/2 kip met frieten
- Provençale, peperroom - of champignonsaus
- Rijstap met bruine suiker of chocomousse
- Tas koffie of thee

Deelnameprijs ?

Prijs per persoon : € 18

Kinderen < 12 jaar : € 12

(1/4 kip, appelmoes of saus naar keuze met frietjes)
(Rijstap met bruine suiker of chocomousse + frisdrank !)

Inschrijving : uiterlijk tot dinsdag 18 november 2014 via :

-Hendrik De Vis (Penningmeester)

E-mail : hendrik.de.vis@telenet.be of GSM : 0473-87 05 25

Inschrijvingsstrook :

De heer en/ of mevrouw schrijft
in met volwassenen en kinderen.

Hij/Zij stort hiertoe € op rek. nr. **BE87 0682 1728 6794** van
De Dijlespurters V.V. Mechelen , met vermelding "Rennersavond 2014".

Betaling en inschrijving vóór 18 – 11 a.u.b. !!!

Na deze datum worden geen inschrijvingen meer aanvaard.

Handtekening

Er is geen twijfel, ramen en deuren
doen uw huis leven.

Ze isoleren, beveiligen, ventileren
en laten het huis baden in licht.

Meer nog, ze geven uw woning
stijl en persoonlijkheid.

Heel wat redenen dus om een
beroep te doen op specialisten
van **Belisol**.

Zij geven u de nodige uitleg en
zoeken samen met u naar de
beste oplossing, aangepast aan
uw levensstijl en uw woning.

**Geregistreerd bedrijf dat klasse
en degelijkheid uitstraalt !**

Onze toonzaal in uw buurt !



Belisol, trotse sponsor van het Lotto-Belisol Cycling Team.

EEN BETROUWBARE PARTNER

- ✓ Zeker van glashelder advies
- ✓ Zeker van professionele begeleiding
- ✓ Zeker van elke afspraak
- ✓ Zeker van een ruime keuze in PVC, aluminium en hout



BELISOL
ramen en deuren

www.belisol.be

Belisol Mechelen

Mechelsesteenweg 207, 2820 Bonheiden
Tel. 015/42 48 80 - Fax 015/42 48 82
mechelen@belisol.be



Beste renner Beste ouders,

De basis van een goed wielerseizoen wordt gelegd in de winter.

Om gedurende deze periode je algemene conditie op peil te houden en verder te ontwikkelen starten we op **woensdag 5 november** met **outdoor conditietrainingen, bostrainingen** in het Bloso-domein te Hofstade met de MTB of crossfiets.

Samenkomst om 14 uur aan de achterkant van het zwembad in Hofstade.

In januari volgen dan de specifieke **wegtrainingen** ter voorbereiding van het wedstrijdseizoen.

Vanaf maart wordt er met de koersfiets getraind op de **piste van Elewijt** om de tekortkomingen van de wedstrijden te verbeteren via gevarieerde oefeningen.

Naast de trainingen bevat het begeleidingspakket ook **permanente wielerbegeleiding** met wetenschappelijk onderbouwde trainingsschema's op maat, aangepast aan je niveau en ter verbetering van je fietsprestaties.

Voor je krachttrainingen kan je vanaf november als lid van de wielerschool terecht bij **Go-Fit Mechelen**. Het programma kan dan onderling besproken worden.

Op **vrijdag 14 november 2014 om 19.30 uur** zal er in het clublokaal te Rumst een infosessie zijn over het nut van stabiliteitstraining. Hier zullen stabiliteitsoefeningen worden aangeleerd om daarna thuis te herhalen.

De prijs voor het ganse trainingspakket met permanente begeleiding is 120 euro voor de renners die bij de club zijn aangesloten.

Bij regelmatige deelname aan de activiteiten en/of opvolging van de wielerbegeleiding van de VWS zal dit bedrag na het seizoen door de club terugbetaald worden.

Inschrijven voor het begeleidingspakket zonder deelname aan de trainingen is ook mogelijk. Het inschrijvingsformulier op de bladzijde hiernaast dient teruggestuurd te worden naar de wielerschool. De betaling gebeurt later via de algemene onkostennota van de club.

Op **bladzijde 9** vind je ook het volledige programma.

Ook vrienden renners en rensters zijn altijd welkom na samenspraak.

Indien er vragen zijn geef je maar een seintje terug **via e-mail of telefoon**.

Hopelijk tot op de eerste training in Hofstade.

Sportieve groeten,
Ingrid Makers

ingrid.makers@fros.be
0477-30 84 70



afdeling Vlaams-Brabant

p/a FROS Amateursportfederatie vzw
afdeling Wielerschool
Gemeenteplein 26
3010 Kessel-Lo

Tel. 016/296374 en 0477/308470
Fax 016/296402
E-mail: ingrid.mekers@fros.be



afdeling Wielerschool

INSCHRIJVINGSFORMULIER +15 JARIGEN WIELERWERKING 2014-2015

Naam :

Voornaam :

Adres :

Postnummer :

Woonplaats :

Tel :

GSM :

E-mail :

Geboortedatum :

Categorie vergunning :

☐ zal deelnemen aan volgende wielert trainingen (aanduiden wat past)

Hofstade ☐ woensdag bostraining (november - december)
☐ woensdag wegtraining (januari - februari)

Piste Elewijt-Zemst ☐ woensdag (maart - juni en september)

☐ wenst wielerbegeleiding met individuele trainingsschema's

☐ neemt niet deel aan de wielert trainingen maar wenst wielerbegeleiding met individuele trainingsschema's

betaalt het lidgeld zijnde **€ 120**
via overschrijving op het rekeningnummer van
WC De Dijlespurters **na het ontvangen** van de onkostennota

Datum en handtekening :



Programma + 15 jarigen 2014-2015

Wintertraining – Wegtraining – Pistetraining – Klimstages Persoonlijk begeleidingspakket

Outdoor conditietraining, bostraining met de MTB of crossfiets

Periode ? 5 november '14 - 17 december '14
Waar ? Bloso centrum domein Hofstade
Samenkomst zwembad Hofstade-Heide, Zandstraat 3
Wanneer ? Telkens woensdag van 14u tot 16u

Wegtraining met de koersfiets

Periode ? 07 januari '15 – 25 februari '15
Waar ? Samenkomst zwembad Hofstade-Heide, Zandstraat 3
Wanneer ? Telkens woensdag van 14u tot 16u30

Training op de piste met de wegfiets

Periode ? Maart tot en met juni en september '15
Waar ? Piste "Den Reggel", Driesstraat, Elewijt-Zemst
Wanneer ? Telkens woensdag van 14u tot 16u

Klimstages

Periode ? 6-10 juli, nieuwelingen te Malmedy
juli, junioren en beloften te St-Vith
Info met uitnodiging volgt

Begeleidingspakket

Wetenschappelijk onderbouwde trainingsschema's op maat van de renner, renster.
Persoonlijke begeleiding met trainingsadvies ter verbetering van de fietsprestaties.

Prijs : € 120 inclusief alle trainingen en het begeleidingspakket

**Inschrijven voor het begeleidingspakket zonder deelname aan de
trainingen is ook mogelijk.**

INFO EN INSCHRIJVINGEN

ingrid.mekers@fros.be

tel. 0477- 308470



Een gezonde kijk op lichaamsbeweging

Bij GO-FIT is begeleiding
door licentiaten LO,
licentiaten Kiné en regenten
LO STEEDS inbegrepen!

GO-FIT
Healthcenters

GO-FIT Mechelen
Nekkerspoelstraat 199
2800 Mechelen
tel.: 015/34.05.60

GO-FIT Tremelo
Kruisstraat 54
3120 Tremelo
tel.: 016/53.52.48

GO-Fit Kampenhout
Stationstraat 36
1910 Kampenhout

tel.: 016/89.32.89



www.gofit.nu

Miniemen in het veld



Sofiane Guettari (boven) en **Kobe Vandervelde** (onder) kwamen proeven van het harde labeur in het veld. Ze werden respectievelijk 20^{ste} en 23^{ste} op een mooie zomerse winterdag in Kontich, en ze vonden het al bij al toch leuk !

In memoriam

Sedert de uitgave van ons clubblad van eind augustus ontvielen ons 2 mensen waarvoor we in deze editie graag wat plaats ruimen :



Domien Dubin

Echtgenoot van Coleta De Doncker

Geboren te Hombeek op 13 maart 1933 en te Mechelen in het AZ St-Maarten van ons heengegaan op 5 september 2014.

De uitvaartliturgie vond plaats in de St-Martinuskerk te Hombeek op vrijdag 12 september 2014 om 10 uur.

Domien was een persoonlijkheid. Hij nam met verve tal van functies waar in het wielermilieu.

Zo was hij jarenlang secretaris van de Koninklijke Hombeekse Sportvrienden.

Als sportafgevaardigde begeleidde hij tal van wielersporters in de Mechelse regio en de provincie Antwerpen.

Hij was ook gangmaker van het BLOSO en werkte intens mee aan de promotie van de sportbeoefening in Mechelen. Zijn zwakke gezondheid was er de oorzaak van dat we hem de laatste jaren nog weinig tegen kwamen.

Hij hield er aan om na elke editie van ons clubblad zijn opgeloste kruiswoordpuzzel en sudoku in te zenden.

Wanneer hij als winnaar werd uitgeloot zei hij steeds dat daar voor hem geen prijs moest tegenover staan. Hij was al content dat hij het kon invullen.

Wij zullen hem steeds herinneren als een plichtsbewust, gedreven sportliefhebber en goede vriend.

Gerard Van der Auwera

Weduwnaar van Maria Van Eylen

Geboren te Putte op 29 oktober 1936 en godvruchtig overleden te Mechelen in het woon- en zorgcentrum Hof van Egmont op 1 september 2014.

De plechtige uitvaartliturgie rond de urne vond plaats in de Sint-Lambertuskerk van Muizen op zaterdag 6 september 2014 om 12 uur.

We hebben het hem nooit expliciet gevraagd maar wanneer het koers was in Muizen bood Gerard zich spontaan aan om aan de aankomstlijn de premies af te vlaggen.

We gaven hem dat vertrouwen. Elke keer zagen we dat die man daar uiterst gelukkig mee was.

Sedert vorig jaar ging het niet meer. Zijn gezondheid liet het niet meer toe.

We wensen vooral dochter Marina alsook haar familie veel sterkte toe bij het verlies van een geliefde papa.



Uitslagen

Noah Vandermaelen (Miniem)		Tristan Pletinckx (Miniem)	
2	Wilrijk (Open Wielerpiste)	1	Budingen
3	Wilrijk (Open Wielerpiste)	6	Hoegaarden
4	Hoegaarden	9	Kumtich-Tienen
6	Kumtich-Tienen	10	Sint-Stevens-Woluwe
Janik Schaekers (Aspirant)		11	Aalbeke
7	Budingen	Jarne Michiels (Aspirant)	
15	Kumtich-Tienen	18	Sint-Stevens-Woluwe
17	Wilsele	Jelle Casteels (Aspirant)	
21	Hoegaarden	15	Budingen
24	Sint-Stevens-Woluwe	24	Hoegaarden
Lennert Prinsen (Aspirant)		25	Kumtich-Tienen
12	Geel	26	Wilsele
Niels Bohets (Aspirant)		32	Sint-Stevens-Woluwe
13	Budingen	39	Geel
21	Hoegaarden	Ruben Candries (Aspirant)	
22	Sint-Stevens-Woluwe	12	Budingen
23	Kumtich-Tienen	20	Hoegaarden
Ruben Lauwers (Aspirant)		24	Wilsele
6	Budingen	26	Sint-Stevens-Woluwe
25	Geel	Sietze Kuyt (Aspirant)	
27	Erpe-Mere	3	Budingen
Sine Van Win (Aspirant)		8	Hoegaarden
1	Wilsele, Hoegaarden en Geel	12	Geel
2	Sint-Stevens-Woluwe	16	Wilsele
Toon Stippelmans (Aspirant)		21	Sint-Stevens-Woluwe
3	Kumtich-Tienen	Tibo De Mesmaeker (Aspirant)	
4	Budingen en Hoegaarden	2	Budingen en Hoegaarden
5	Geel	3	Affligem (Prov. Kamp. Open Wielerpiste)
6	Wilsele	5	Wilsele
12	Sint-Stevens-Woluwe	7	Kumtich-Tienen en Sint-Stevens-Woluwe
		20	Geel

Uitslagen (Off Road)

Jarne Michiels (Aspirant)		Niels Bohets (Aspirant)	
35	Kontich	18	Nossegem
Jonas Leemans (Miniem)		37	Kontich
11	Mol	Noah Vandermaelen (Miniem)	
17	Kontich	9	Mol
Kobe Vandervelde (Miniem)		14	Kontich
23	Kontich	Sverre Imbrechts (Miniem)	
Lennert Prinsen (Aspirant)		6	Moerzeke-Castel
6	Nossegem en Kontich	7	Ravels
Sofiane Guettari (Miniem)		9	Langdorp
20	Kontich	Romain Tuteleers (Master)	
Toon Stippelmans (Aspirant)		21	Moerbeke Waas
29	Kontich	24	Zingem
Stijn Piot (Elite)		31	Steenhuffel
34	Nossegem	35	Vorselaar
		40	Wiekevorst

Keep it simple

MDR
PRODUCTIONS

Fabriek :

RDM Productions BVBA
Mechelsesteenweg 303 B
2500 Lier

- Car System
- Construsystems
- GFK Systems
- UV Systems
- Model Systems
- Boatsystems

Remi DE MOOR

Technisch advies en productie van
glasvezel en versterkte kunststoffen
met UV-lichtuithardende polyester-
harsen

Tel. 03/489 28 28
(www.vosschemie.be)

Het Hof van Lachenen

Mechelsesteenweg 81
2840 Rumst

" Bij Lucette "

Zaal voor feesten !
Tel. 015 - 31 11 54



Open : Woensdag, donderdag en vrijdag vanaf 14.30 uur
De andere dagen gesloten !

Het clublokaal waar iedereen zich thuis voelt !

Voor alle tuinaanleg en onderhoud !

Contacteer :

Marcel De Boeck
(Oud - clubrenner)



Klaterstraat 9 2830 Blaasveld 03-866 05 73

Mechelen even concurrent van Zaventem ?

Hombeek is een deelgemeente van Mechelen. Het dorp aan de Zenne telt ongeveer 3.800 inwoners en ligt ten westen van de stad Mechelen. Het vliegveld van Hombeek situeerde zich tussen de Kattestraat, Houtestraat, Zemstseweg en Bankstraat, in het Middenveld. Eigenlijk was het alleen een open vlakte, zonder stenen infrastructuur, en heeft het in 1918 maar enkele weken dienst gedaan.



In de lente van 1918 hadden de Duitsers, dankzij het vredesverdrag met Rusland, de handen vrij gekregen aan het Oostfront. Een offensief in de richting van Amiens verhoogde in de Ieperse regio de druk op het Belgische front. In april 1918 slaagden de geallieerden erin de Duitse troepen een halt toe te roepen en vanaf september werd een succesvol tegenoffensief gelanceerd. De geallieerden veroverden steeds meer terrein. De Duitsers begonnen een eind achter de linies vliegvelden klaar te maken. In Hombeek startte de aanleg midden oktober 1918, amper een maand voor de wapenstilstand. Door de druk van de geallieerde troepen kon er weinig tijd besteed worden aan een degelijke infrastructuur. De lokale bevolking werd opgeëist om te helpen met de aanleg van het plein. Kari Van Hoorick schreef in het boek *Hoembekania* (deel 6, bijdrage tot de Hombeekse geschiedenis, blz. 257-258) een artikel over de Eerste Wereldoorlog en over het vliegveld van Hombeek. Kari luisterde ook naar de Hombekaar Emiel Nuytiens: "Het was half oktober en we werden opgeëist om een vliegveld te maken, in het Middenveld. Dat was omdat de Duitsers moesten terugtrekken. Een officier controleerde ons. We moesten in de voor- en namiddag werken. De schoonzus van de garde die woonde daar, die had daar een café. Die had het tegen de garde gezegd dat ik er altijd uittrok. Op een middag komt die bij mij om me te verwittigen dat ze mij in het oog hielden. De boeren moesten daar niet aan werken. Wel de mensen die thuis konden gemist worden. Toen het vliegveld klaar was, kwamen ze binnen met 42 vliegers. In het school was een atelier. 42 vliegers sliepen er 's vrijdags en ik denk dat het 's maandags wapenstilstand was".



Het vliegveld van Hombeek (wit) anno 1918, geprojecteerd op een recente Google - luchtfoto met als coördinaten N 51° 00' 20", O 4° 26' 10".

(Ingezonden door Joost Van Lerberghe)

Gezondheid door beweging.

De moderne mens heeft meestal een zittend leven en eet verkeerd én teveel. Iedereen weet het maar weinigen doen er iets aan. In geval van ziekte gaat men naar de dokter en slikt pillen om te genezen. Duurzaam genezen zal men echter niet indien de slechte levensgewoonten niet definitief worden veranderd.

De juiste voeding en veel beweging is de enige fysieke manier om gezond te worden en te blijven.

De menselijke spieren zijn gemaakt om gebruikt te worden. Dan wordt de bloedsomloop naar onze organen beter, onze ademhaling efficiënter, ons zenuwstelsel alerter, ons hormonaal stelsel meer geactiveerd (een man zal zich meer man en een vrouw zich meer vrouw voelen) en ons geeststelsel evenwichtiger (onze hersenen zullen beter werken).

Wat zijn de beste vormen van beweging ?

Beweging kan slechts gebeuren dank zij “verbranding” van bepaalde voedingsstoffen in onze spieren : glucosesuiker, glycogeen (= opgestapelde glucose in onze spieren en lever) en vetzuren (= afkomstig van onze vetreserves).

Bij elke verbranding wordt waterdamp en koolzuurgas gevormd : dit gebeurt zowel in de motor van een auto als in de spiercellen. Voor verbranding van een brandstof is er uiteraard luchtzuurstof nodig. Deze bereikt onze spieren via de rode bloedcellen van het bloed, die zich in de longen vol laden met zuurstof. Zulke verbranding noemt men “aëroob”.



Daarbuiten is er ook nog de zogenaamde “anaërobe” verbranding of energiewinning. Deze gebeurt zonder zuurstof, dus bijvoorbeeld in gevallen waar de longen geen tijd hebben om voldoende te ademen, zoals bij korte sprinten of zeer intense inspanningen. Dan echter wordt in de spieren melkzuur gevormd dat in tegenstelling tot koolzuurgas en water, de spieren doet verzuren zodat spiercellen zelfs afsterven indien niet snel rust wordt genomen of wordt gerecupereerd. Iedereen heeft dit verschijnsel van “buiten adem zijn” wel eens meegemaakt. Getrainde beroepssporters mogen zoals men zegt “in verzuring” gaan maar gewone burgers liefst niet. Zij houden zich best aan aërobe beweging.

Nu is het zo dat de spieren slechts “getraind” worden als de prikkels erop voldoende intens, langdurig en herhaaldelijk gebeuren. Een luie wandeling door de natuur “om eens wat goede lucht op te snuiven” kan geen kwaad maar zal weinig of geen trainingseffect op de spieren uitoefenen. Men moet na afloop van een “wandeling” of fietstochtje minstens lichtjes bezweet zijn.

Wat dient aanbevolen te worden voor de gewone burger ?

elke ochtend bij het open raam 5 minuten ochtendgymnastiek en lenigheidsoefeningen . Zestig kniebuigingen gedurende 2 minuten geven reeds een opmerkelijk trainingseffect en daarenboven een zeker fitheidsgevoel. Gedurende 30 seconden ter plaatse lopen gevolgd door 20 seconden traag trappelen en nog enkele lenigheidsoefeningen met armen en benen, kunnen deze 5 minuten afronden.

3-5 maal per week gedurende minstens 30 minuten fietsen , 60 minuten flink wandelen of 15 minuten zwemmen . Dit alles voldoende intensief opdat de minimum polsslag ongeveer zou stijgen tot 180 minus het aantal levensjaren. Voor een zestigjarige is dit $180 - 60 = 120$ polsslagen per minuut. Men herinnert zich dat de normale polsslag van een niet-getrainde burger 72 slagen per minuut bedraagt. Zolang men beneden 220 minus het aantal levensjaren blijft is er geen enkel gevaar.

tijdens de “zittende” dagtaak moet men regelmatig opstaan en bijvoorbeeld naar het koffieapparaat, naar het toilet , naar de telefoon , naar de printer of naar een collega gaan om het zitten te onderbreken en de benen in beweging te houden.



Fietsen , wandelen (joggen voor de méér getrainden) en zwemmen zijn aërobe of zogenaamde uithoudingssporten en daarom het best geschikt als training voor de gezondheid van sedentaire burgers. Alleen bij lopen (of joggen) moet men opletten voor mogelijke knieletsels door het schokken op een harde grond. Een goed verend schoeisel is hier noodzakelijk.

Specifiek een of andere sport beoefenen is natuurlijk ook goed maar dan mag dit niet beperkt worden tot één matchke per week op zondag. Dit is zelfs gevaarlijk, indien men voor de rest van de week niets doet.

Kort samengevat : Wil men gezond blijven dan moet men tenminste 3-5 dagen per week minstens een dertigtal minuten fietsen , een uurtje wandelen of een kwartiertje zwemmen en dit tegen een voldoende hoog eigen tempo om trainingseffect voor hart en bloedvaten op te wekken .

Dr Apr Paul Nijs (Antwerpen)

JOEL VAN DEN EYNDE

Fietsen en grasmachines

Mechelsebaan 20 2570 Duffel

Tel. 015-31 35 31

Website : www.joelvandeneynde.be



Koersfietsen

Kinderfietsen

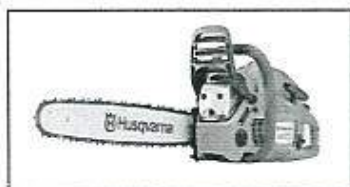
Dames -en herenfietsen

Merken : Granville - Venturelli - Felt



Grasmaaiers : - elektrisch of met benzinemotor

Zitmaaiers : - ruim gamma met verschillende reikwijdte
- maaiers voor professionele doeleinden



Motorkettingzagen



Bladzuiger - Bladblazer



Haagscharen

Openingsuren : Maandag tot vrijdag : 8 u - 19 u
Donderdag gesloten

Zaterdag : 8.30 u - 16 u

Uitslagen	
Feddrik Lauwens (Nieuweling)	
1	Londerzeel
11	Wilsele
12	Lint
24	Overijse
27	Booischoot
32	Rotselaar
33	Londerzeel
34	Jemeppe (Topcompetitie)
38	Tielt (Interclub Beker van België)
39	Affligem (Topcompetitie)
50	Dottenijs (Interclub Beker van België)
Geoffrey Dalemans (Nieuweling)	
17	Hallaar
24	Booischoot
30	Overijse
32	Kontich
40	Waarloos
Gert Goelen (Nieuweling)	
29	Zingem
42	Lint
Joran Michielsen (Junior)	
3	Booischoot
11	Schriek
14	Kallo
22	Everberg
42	Londerzeel
63	Overboelare
Ward Schoevaers (Junior)	
31	Vollezele
49	Overboelare
Mathias Schietecatte (U23)	
27	Merchtem
31	Londerzeel
35	Booischoot
40	Imde-Wolvertem
Matthias Van Rooy (U23)	
121	Lint
Stijn Piot (Elite)	
30	Londerzeel
33	Nieuwrode
45	Heist-Goor
Lars Timmers (Nieuweling)	
13	Hoogstraten
20	Lint en Waarloos
36	Zuidland (Ned.)
48	Booischoot
60	Dottenijs (Interclub Beker van België)
Lenn De Vos (Nieuweling)	
14	Ruiselede
19	Lint
24	Zingem
32	Waarloos
76	Dottenijs (Interclub Beker van België)
Wout T' Seyen (Nieuweling)	
17	Rotselaar
20	Kontich
31	Merendree
33	Lommel
37	Booischoot
Jonas Van Dessel (Junior)	
25	Haaltert
27	Budingen
28	Vollezele
35	Temse
37	Booischoot
Kasper Domen (Junior)	
39	Booischoot
Toon Lembrechts (Junior)	
5	Knesselare
10	Londerzeel
13	Haaltert
14	Booischoot
23	Everberg
25	Alken
26	Waasmunster
27	Vollezele
28	Itterbeek
60	Heist-Goor
Rafaël Vercammen (Elite)	
33	Booischoot, Merchtem en Londerzeel
41	Berlare
53	Sint-Gillis-Waas
70	Berlare

Een boer heeft een meertje achter op zijn land. Bij het meertje staan wat fruitbomen. Op een dag pakt hij een emmer om wat fruit te gaan plukken. Als hij het meertje nadert, hoort hij hoge stemmen en gegiechel. Als hij dichterbij komt ziet hij dat een stelletje jonge vrouwen naakt aan het zwemmen is. De vrouwen krijgen hem in het oog en roepen verontwaardigd : " Wij komen er pas uit als u weg bent. " " Niks aan de hand hoor," zegt hij. " Ik ben geen gluurder, ik ben zo weer weg." Hij houdt de emmer omhoog en voegt er aan toe : " Ik kwam alleen even de krokodil voederen."

't 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

Kalender voor de maanden november en december 2014

We hielden het bij de **veldritten** uit de buurt alsook deze uit de bredere regio.
Sommige organisatoren maakten hun technische gegevens nog niet bekend.

Zon	02/11	Herenthout	Miniemen		
			10'	8 j.	Vanaf 12 u
			12'	9 j.	
			15'	10 j.	
			17'	11 j.	
			Aspiranten		
			20'	12 j.	13.30 u
			22'	13 j.	14.15 u
			25'	14 j.	15.15 u
Din	11/11	Niel	Formule C		
			30'	Nieuwelingen	11 u
			40'	Juniores	12 u
			40'	Dames UCI	13.45 u
			60'	Klasse 2 UCI	15 u
Zat	29/11	Boortmeerbeek	Aspiranten	(Prov. Kampioenschap)	
			20'	12 j.	9 u
			22'	13 j.	9.30 u
			25'	14 j.	10 u

Formule D

40'	Masters B	11.15 u
40'	Masters C	11.16 u
40'	Amateurs/Masters A	12.15 u

Formule C

30'	Nieuwelingen	13.15 u
40'	Junioren	14.15 u

Formule B

60'	EI z/C + U23	15.15 u
-----	--------------	---------

Zat 13/12 **Antwerpen**

Formule C

30'	Nieuwelingen	11 u
40'	Junioren UCI	12 u
40'	Dames UCI	13.45 u
60'	Klasse 1 UCI	15 u

Zon 28/12 **Diegem**

40'	Junioren UCI
40'	Dames UCI
50'	U23 UCI
60'	Klasse 1 UCI

(Geen starturen beschikbaar !)

Bril op !!!

Gisteren vroeg mijn vrouw mij waarom ik niet iets nuttigs zou doen met mijn vrije tijd, nu ik al enkele tijd met pensioen ben.

Zij stelde voor dat ik naar het seniorencentrum zou gaan om er wat contact te hebben met de mannen van mijn leeftijd aldaar.

Dat heb ik dus gedaan en toen ik vorige nacht thuis kwam heb ik haar verteld dat ik mij aangesloten had bij een parachuteclub.

Zij zei : " Ben je op je kop gevallen ? Je bent 64 jaar oud en nu ga je nog beginnen met uit vliegtuigen te springen ! "

Fier toonde ik haar de lidkaart die ik gekregen had.

Ze zei : " Gij idioot, waar is je bril ? Dit is geen lidkaart van een para-club maar wel van een paren-club !!! "

Nu zit ik serieus in de knoei en weet niet meer wat te doen want ik tekende voor één jaar met vijf sprongen per week !

Het leven van een senior wordt er niet gemakkelijker op, ***nu neem ik overal mijn bril mee !!!!***

Met spijt ... maar het leven gaat verder

Hendrik De Vis en Remi De Moor hebben beide besloten om vanaf 1 januari 2015 de fakkel door te geven aan jongere medewerkers.
Ze hadden jaren geleden al zo'n beetje hun lot aan mekaar verbonden.

" Ik blijf zo lang als den Hendrik blijft ", zei Remi meermaals maar nu is het zo ver.



" Hendrik was mijn CEO binnen de club. Als ik hem niet hoorde betekende dit dat het goed ging met de renners en de dijlespurtersfamilie. Mijn bedrijf en al wat daarmee gepaard ging liet mij niet toe om naar vergaderingen te komen. Dat wil niet zeggen dat ik niet op de hoogte bleef van hetgeen er zich afspeelde. Wij telefoneerden mekaar wel. Hendrik kwam zelfs naar Lier (Vosschemie) als het nodig was." Ik vond het een hele eer dat ik zovele jaren de voorzitter mocht zijn van een boeiende club. Het is mijn vurigste wens dat de opvolging op een succesvolle manier wordt doorgetrokken. Er zal waarschijnlijk wel wat veranderen. Het inschakelen van Ingrid Mekers als clubtrainster juich ik zeker toe. De firma's die de club gesteund hebben wens ik persoonlijk te bedanken alsook de 'nieuwe' die in aantocht zijn. Het bewijs dat wielersponsoring zijn nut heeft heb elke dag zelf mogen ervaren.

Kijk maar naar een firma zoals de 'Dakwerken BREMS', zij zijn succesrijk en alom tegenwoordig tussen Vilvoorde en Mechelen en de bredere regio.", aldus Remi.

Over mijzelf werd er in de kranten al uitgebreid geschreven. Ik voelde mij gevlaid met al die aandacht.

Na 45 jaar meen ik gewoon recht te hebben op een rustigere aanpak.
Het zijn fantastische jaren geweest.
Indien nodig blijf ik nog ter beschikking om mijn ervaring en raad door te geven.

Ik blijf momenteel met een dubbel gevoel achter, enerzijds ben ik content dat ik vanaf nieuwjaar meer tijd krijg om andere dingen te doen, anderzijds heb ik spijt dat er in mijn dorp geen opvolging is om een kleurrijk rennerspeloton rondjes te zien malen tijdens de jaarlijkse kermissen.



Het leven gaat echter verder. Op mijn beurt dank ik iedereen die mij terwille was wanneer ik langskwam om de nodige centjes bijeen te brengen.
Ook al die medewerkers, de pers en de overheid. Zij stonden aan onze kant om elke organisatie tot een goed einde te brengen.

(Hendrik De Vis)

Café " DE JONGE BELOFTEN "**Bij Michel Pacchiotti**

Sint - Katharinastraat 151
2870 Ruisbroek - Puurs

Tel. 03-866 21 98



Zaal voor vergaderingen beschikbaar (Tot 20 personen !)

**Hallo, een nonnetje tot de pastoor :**

"Eerwaarde, in ons klooster hebben we een probleem met onze twee papegaaien."

Het zijn 2 vrouwtjes en de enigste zin die ze kunnen uitbrengen is :

**" Wij zijn twee leuke hoertjes,
wil je eens lekker verwend worden ??? "**

Verschrikkelijk !!! Maar ik heb misschien wel een oplossing :

" Breng ze maar naar de parochie. Ik zet ze bij mijn papegaaien, dat zijn 2 mannetjes, die heb ik leren bidden en ze lezen de bijbel.

Zo zullen jullie twee vrouwtjes God leren loven en aanbidden ".

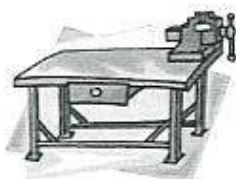
Zo gezegd zo gedaan. Het nonnetje brengt de 2 papegaaien naar de parochie en de pastoor zet ze bij de mannetjes.

De vrouwtjes openen de conversatie :

**"Wij zijn leuke hoertjes, willen jullie eens lekker
verwend worden ??? "**

Waarop het ene mannetje zegt tot de andere :

**" Smijt die bijbel nu maar weg makker, onze gebeden
zijn verhoord !!! "**



S B K

Schrijnwerkerij



Kenny Beullens

Petrus Van Der Taelenstraat 20

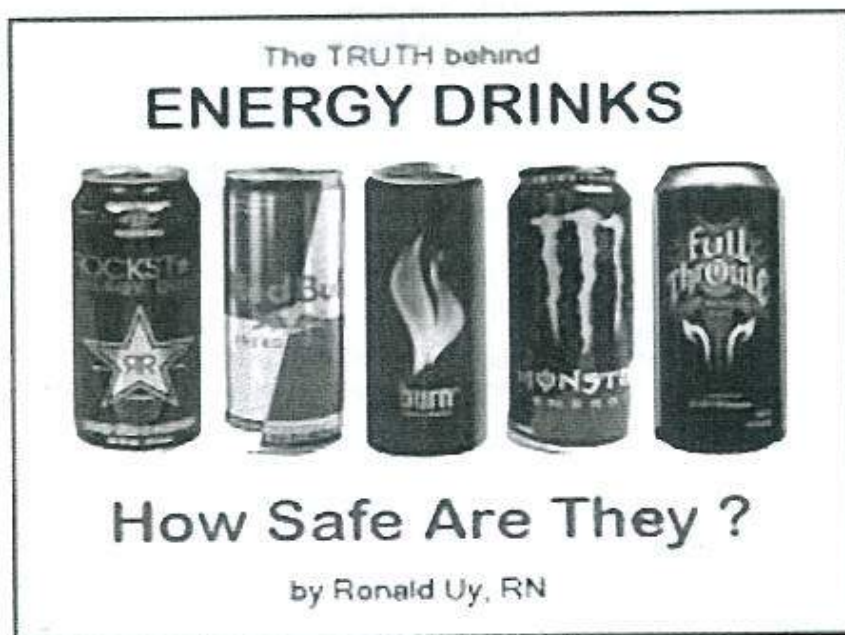
2840 Rumst

GSM : 0472 - 40 47 28

E-mail : kennybeullens@hotmail.com

- * Alle binnen - en buitenschrijnwerk
- * Alle maatwerk
- * Gyprocwerken
- * Plaatsing laminaat en plafonds
- *

Energiedrankjes met een hoge dosis cafeïne en taurine, ze geven de consument méér dan vleugels zo blijkt nu. Ze zijn nochtans niet meer uit het lijstje van voorkeursdrankjes van onze jongeren weg te denken. Maar zijn ze ook zo onschuldig als ze eruit zien? Volgens de resultaten van een recent onderzoek, georganiseerd door verschillende verbruikersorganisaties, zeker niet. "Als men er teveel van drinkt, zijn ze zelfs gevaarlijk verslavend", zo waarschuwen de onderzoekers. Zeker voor jongeren. De producenten van energiedrankjes doen nochtans gouden zaken. Volgens het meest recente cijfermateriaal, stijgt hun omzet jaarlijks met meer dan tien procent. Het aantal jongeren dat de Red Bulls en het andere kleurrijk spul jaarlijks naar binnen gieten, groeit indrukwekkend, met alle gevolgen van dien. Volgens de onderzoekers zijn deze drankjes ongezond én gevaarlijk. De samenstelling ervan spreekt boekdelen. Gemiddeld bevat zo'n blikje energydrink van 250 ml maar liefst 80 mg cafeïne. Dat laatste staat in schril contrast met de door deskundige aanvaardbare maximumdosis cafeïne van 2,5 mg per kilo lichaamsgewicht



Deze situatie wordt nog problematischer, als men weet dat de producenten het onderste uit de kan willen en nu ook grotere blikjes met een inhoud van 500 ml op de markt brengen. Zo gieten de gebruikers maar liefst 160 mg cafeïne binnen en beseffen daarbij niet dat cafeïne een drug is, behorend tot de psychotrope alkaloiden. Vanaf een hoeveelheid van 300 mg of amper twee blikjes energydrink, veroorzaakt cafeïne verschillende ongewenste effecten. Deze gaan van hartkloppingen over rillingen en angst tot ernstige slaapproblemen en zelfs verslaving. Bij grote dosissen doen ze de gebruikers het besef van dronkenschap vergeten, waardoor nog meer alcohol wordt gedronken met alle negatieve gevolgen van dien. Energiedrankjes bevatten nog meer gevaarlijk spul. Dat is zeker zo met taurine, een stof dat het vochtgehalte in onze hersenen en onze hartslagfrequentie regelt. Een teveel aan taurine verhoogt de stofwisseling zo erg dat men er zware hoofdpijn én diarree aan over houdt. Naast het niet ongevaarlijke cafeïne en taurine, bevatten deze hippe drankjes minstens negen (250 ml) tot 18 (500ml) klontjes suiker en zijn dus mede verantwoordelijk voor het sterk groeiend aantal jongeren met ernstig overgewicht en tandproblemen. Dat alles doet de verbruikersorganisaties pleiten voor het verbieden van deze energiedrankjes voor jongeren onder de zestien. Ze ijveren ook voor meer duidelijke informatie op de blikjes mét een waarschuwing tegen de gevaren van het drinken van energiedrankjes.

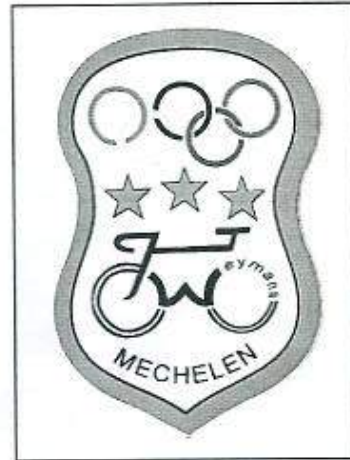
(Ingezonden door Joost Van Lerberghe)

Fietsen Jan Weymans

- * Koersfietsen * Tandems * City Bikes
- * Mountainbike * Stadsfietsen * Kinderfietsen

Eigen Kadernakerij en Lakkerij

- Artisanale constructie volledig "hand - made"
- Specialist koerskaders - maatwerk
- Alle herstellingen van gebroken kaders van alle merken.
- Montage van fietsen
- Verkoop van fietsen en onderdelen



Openingsuren

Maandag en Dinsdag : Gesloten !!!

Woensdag, Donderdag en Vrijdag : 14 – 20 uur
Zaterdag en Zondag : 9 – 12 uur

Telefoon : (015) 27 17 99

Neerweg 1 (Zijstraat Battelsesteenweg) 2800 Mechelen



Sierschouwen
Stijlschouwen
Eigen ontwerp
Kachels
Pelletkachels
Inbouwhaarden
Inbouw-cassetten
Inox-buizen



Tel. 02 / 751 50 14

www.van-haesendonck.be

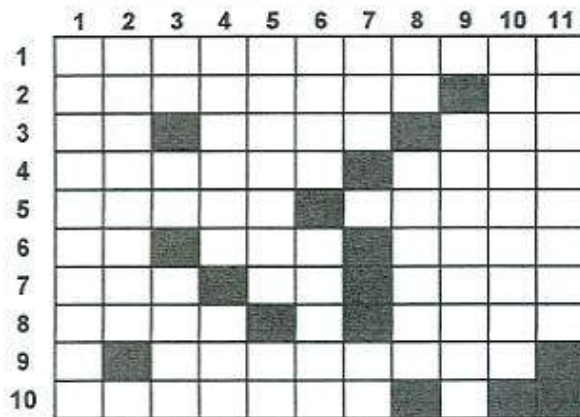
Openingsuren :

Dinsdag tot vrijdag :

10-12 u en 13 - 18.00 u

Zaterdag : 10 – 17 u

Maandag , zondag en feestdagen
gesloten !

Kruiswoordpuzzel : Editie n° 239**Deelnemer Puzzel n° 239****Winnaar puzzel n° 238**

Wilfried Huyghe
 Pullaarsteenweg 81
 2870 Ruisbroek

Horizontaal

- 1 Bekend geworden Pool
- 2 "Braaf Bartje" die bij Corendon Kwadro crosst in 2014 - Nomen nescio (afkorting)
- 3 Boomsoort - Meer in Schotland met zijn monster - Rentabiliteit eigen vermogen (afkorting)
- 4 Hendrik.... bij TVM van 1995 tot 1997 - Tweede letter van het Griekse alfabet
- 5 Zwart maken, soort laster - Duitse ex-sporter bij o.a. Telekom
- 6 Bazige vrouw - lata-code van "La Rochelle" - Gemeente in Zuid-Finland
- 7 Latijnse naam voor "koper (munt)" - Water in Dokkum - Deel van een plant
- 8 Medeklinkers van "speler" - Gemeente in provincie Luik
- 9 Vijfvoudig Tourwinnaar op rij
- 10 Eliot .. Belg bij Topsport Vlaanderen 2014

Vertikaal

- 1 Wereldkampioen profs in Leipzig in 1934 (naam en voornaam)
- 2 Wilfried ...won Kuurne-Brussel-Kuurne in 1974
- 3 Ingenieur (afkorting) - Chinese achternaam - Uitneembaar verbindingstuk
- 4 Landboek over de Friese geschiedenis - Studenten Net Twente (afkorting)
- 5 Boomloze steppe - Democratische alliantie (afkorting)
- 6 Land aan zee - Plaats in Ohio USA (ook franse straat)
- 7 Ondertoezichtstelling (afkorting) - Rekenkundige rij (afkorting)
- 8 White Star (afkorting) - Rocky ... bokser door Stallone gespeeld, ook park in San Diego
- 9 Davide ... die de Waalse Pijl won in 2004, 2007 en 2009
- 10 Wereldkampioen profs op Nurburgring in 1978
- 11 Gebrekkige of kreupele

Oplossing puzzel : Editie n° 238

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	S	I	E	T	Z	E	K	U	Y	L
2	I	N	G	A	A	N		F	A	A
3	N	D		S	N	E	K		R	Z
4	E	I	K		D		A	U	D	E
5	V	A	L	V	E	R	D	E		R
6	A	A	I		G	A	R	D	E	N
7	N	N	K		U		I		M	I
8	W			B		U		D	E	
9	I	N	D	O	O	R	G	O	L	F
10	N	I	B	A	L	L	I		T	A

De dames waren op post !

De laatste (?) Muizense kermiskoersen kenden succes.
Zowel op zaterdag als op zondag kwamen 50 rensters langs de inschrijvingstafel.
Zoals elk jaar was de bezetting sterk internationaal getint.



Start: Dames-Jeugd

Liefst acht nationaliteiten sierden de wedstrijdbladen.
De dames uit de jeugdcategorie hielden het bij een massaspurt.
In de hoogste reeks ging het er veel spannender aan toe.
Bij elke doortocht was het nagelbijten of een kopgroep van zes stand zou houden.
Ze dienden een voorsprong van méér dan twee minuten prijs te geven.
Ronde na ronde knabbelde het peloton er wat seconden af tot een groep van veertien dames de finale in ging.

De Nederlandse Kyara Stijns won met een kwartminuut voorsprong.

In die kopgroep legden de Hollandse meisjes die met zeven waren haar niets in de weg.

De Mechelse renster **Ine Vercammen** had redenen om zich ontgoocheld te voelen.
Zij bracht de vlucht met zes op gang en reed driekwart van de koers vooraan.
Beresterk was ze maar tegen de Hollandse armada was ook zij niet opgewassen.

Te vermelden dat dit wielerveekend overschaduwd werd door het afscheid van ondergetekende. Spijtig, maar na 45 jaar moest het er eenmaal van komen.

Hoe moet het nu verder ?

Gesproken uit de wielerverclub Vlug en Vrij konden verschillende Muizenaars vanaf 1990 hun stempel drukken binnen de koepelclub.

De wielerveesdaagsen op rollen - voor diegenen die ze nog herinneren - waren de topgebeurtenissen uit die tijd geleid en bevolkt door vele dorpsgeboten.

Maar ... wat men toen niet kon voorzien gebeurde, de plaatselijke inbreng brokkelde langzaam af.
De Muizenaars vielen weg. Allerlei redenen waren er de oorzaak van.

Anno 2014 zijn we er nog steeds van overtuigd dat het samengaan van de beide clubs tot de 'De Dijlespurters V(lug) en V(rij) Mechelen' een goede zaak was.



Dames - Nieuwelingen : 1e Lotte Rotman
2e Nathalie Bex

Ons dorp bood tot op heden **een houvast aan het jeugdwielrennen in Mechelen.**

Misschien moeten we na een kwarteeuw de impulsrichting nu maar eens omwisselen van de stad MECHELEN naar MUIZEN toe ?

Een nieuw initiatief mag in de toekomst ook eens van elders komen.
Waarom niet ?

MUIZEN blijft de enige plaats in Mechelen waar **een jeugdwedstrijd** perspectieven biedt.

Een gezonde traditie gekoppeld aan een prachtige omloop.



Brandweermannen verwijderen een grote olievlek



Dames - Junioren : 1e Ernesta Strainyte (Lit.)
2e Julie Burgmans (Ned.)

Uitslagen Dames-Jeugd

62 km in 1 u 40' 53"

Nieuwelingen :

1. Rotman Lotte (Kontich)
2. Bex Nathalie
3. Michielsens-Stevens Sarah
4. Castrique Alana
5. Esselaar Gemma (Ned.)
6. Goossenaerts Chloé
7. Minet Cloé
8. Hellemons Daimy (Ned.)
9. Verstraete Lore
10. Hoefkens Erin

Junioren :

1. Strainyte Ernesta (Litouwen)
2. Burgmans Julie (Ned.)
3. Vander Sande Elise
4. Rijff Anouk (Ned.)
5. Docx Mieke
6. Vandewalle Isabel
7. De Pauw Ina
8. Verhoeven Suzanne (Ned.)
9. Verhoye Chenice
10. Hermans Anka

Muizen droeg zijn steentje bij tot de promotie van het dameswielrennen in België. De meisjes waren hier altijd bij de pinken. Wie bij de dames koerste reed ooit in Muizen, zowel bij de jeugd als de elite, remember wereldkampioene Marianne Vos in 2007. Plots stond zij daar, wie had dat toen durven dromen ?

Vanaf 1992 noteerden wij twintig edities met 13 overwinningen voor de Belgische meisjes, 6 voor Nederland en 1 voor Nieuw-Zeeland.

Vanja Vonckx uit Heist-op-den-Berg won liefst 3 keer ! Die had altijd de grootste schare supporters bij.

De uitslag : Dames-Elite

86,8 km in 2 u 17' 05"

1. Stijns Kyara (Ned.)
2. Vekemans Anisha
3. Van Gogh Natalie (Ned.)
4. Stultiens Sabrina (Ned.)
5. De Baat Kim (Ned.)
6. Hannes Kaat
7. Debboudt Lensy
8. Dutriau Fiona (Frankr.)
9. Van Veghel Sandra (Ned.)
10. Post Jermaine (Ned.)
11. Baas Carleen (Ned.)
12. Demey Valerie
13. Vercammen Ine
14. Verstichelen Femke
15. Bolangier Elke
16. Dani Christmas (GBR)
17. Verschelden Nathalie
18. Van Den Haute Steffy
19. Debboudt Evelien
20. Kormos Veronika Anna (Hongarije)

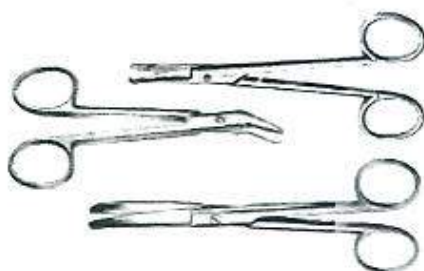


Dames-Elite : 1e Kyara Stijns (Ned.)
2e Anisha Vekemans

Dank aan iedereen die meewerkte aan de bloeiperiode van het wielrennen in Muizen.
Mijn ervaring stel ik graag ten dienste van wie erom vraagt.

(Hendrik De Vis)

Een gesprek aan tafel tussen vijf chirurgen



... De eerste zegt : " Ik heb het liefste boekhouders op mijn snijtafel, want als je die opent, vind je alle organen genummerd, en dat is vreselijk gemakkelijk."
De tweede antwoordt : " Ja, maar je moet eens electriciteitsmannen op je snijtafel leggen, alles in hun lichaam is geordend volgens de kleurcode ."
De derde zegt daarop : " Nee, de bibliothecarissen, die zijn het beste om te opereren, alles in hun lichaam ligt op alfabetische volgorde."

De vierde zegt hierop : " Weten jullie, ik heb het liefste de constructiebouwers, die mannen hebben er begrip voor als je reserveonderdelen over hebt."

De vijfde zegt uiteindelijk : " Jullie hebben het allemaal goed mis !! De politici zijn 't gemakkelijkste : geen ruggengraat, geen hart, geen ballen, geen hersenen, en je kunt het achterwerk met het hoofd verwisselen zonder dat het opvalt ! ! !."

En daar zijn onze crossertjes ... !



KONTICH :

En de uitslag mijnheer ? **Noah Vandermaelen** (boven) werd 14^{de} en **Jonas Leemans** (onder) had uitzicht op een podiumplaats tot de ketting van zijn nieuwe fiets kuren kreeg. De traantjes volgden ... (17^{de} plaats)

MAAR WE HEBBEN ONS TOCH GOED GEAMUSEERD !

Sudoku n° 22

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

Deelnemer sudoku n° 22Winnaar sudoku n° 21

Micheline Scheyvaerts
 Muizen-Dorp 12
 2812 Muizen

Oplossing sudoku n° 21

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

**De maten van mijn vriendin vergeten :**

" Ik had graag een paar handschoenen voor mijn vriendin, " zegt Karel tegen de knappe verkoopster, " maar ik ben vergeten welke maat ze heeft. "

Het meisje is erg behulpzaam en legt haar hand in de zijne.

" Klopt dit ongeveer ? " vraagt ze.

" Ja, " zegt Karel enthousiast, " dit voelt hetzelfde als met mijn vriendin. "

Als het verkoopstertje de handschoenen heeft ingepakt, vraagt ze :

" Kan ik u verder nog ergens mee van dienst zijn ? "

" Tja, " zegt Karel aarzelend, " ik zou eigenlijk ook nog graag een bh-tje voor haar kopen, maar nou ben ik vergeten welke maat ... "

Zondag 5 oktober 2014

Herdenkingsprijs Ludo De Bruyne te RUMST

(El z/C + Beloften)

In het land van de steenbakkers is de oktoberkoers een ware voltreffer. Telkenmale komen er meer dan 100 renners aan de start. Vorig jaar 160, nu 118 ! Het gemeentebestuur doet daar dan nog een schepje bovenop om sfeer en kleur te brengen in een kermisvierend dorp. Terwijl de renners hun rondjes afhaspelden engageerde men de Mechelse band " Nite Spirit " voor een spetterend optreden. Met die mannen is de ambiance verzekerd. Het verdient navolging.

De koers ging pas van start **na veertig minuten** oponthoud.

Er stonden namelijk nog een 4-tal auto's geparkeerd waar het niet mocht. De politie was onverbiddelijk. Pas starten als alles veilig is. En gelijk hadden ze. Die chauffeurs zullen het wel beseffen wanneer de boete die daaraan gekoppeld is in hun bus valt.

Er dienden 12 ronden afgelegd van elk 9,1 km. Om de verloren tijd in te halen deden de officiële er een ronde af.

Er werd zeer snel gereden.

Het omvangrijke peloton verloor nog voor halfkoers bijna de helft van haar manschappen. De Hollebeekstraat was er voor sommigen blijkbaar teveel aan.

Bij het ingaan van de 6e ronde kozen Joren Segers en Wim Vermant het hazenpad. Ze konden slechts een twintigtal seconden voorsprong nemen.



Molenbergstraat : Een jonge bewonderaar doet de 'grote jongens' na, wordt die later ook coureur ?



De groep ' Nite Spirit '

Ze waren er vlug aan voor hun moeite. Niemand geraakte nog weg uit de greep het peloton zodat we op een massaspurt afstevenen.

De sterke Joren Segers die een ganse koers vooraan streed haalde het laken naar zich toe. Hij won nog vrij vlot voor zijn teamgenoot Timothy Stevens.

Het werd nog maar zijn tweede overwinning van het seizoen.

De uitslag :

109,2 km in 2 u 28' 20"
(12 x 9,1 km)

1. Segers Joren (Lommel)
2. Stevens Timothy z.t.
3. Mertens Robin
4. Biernans Jenthe
5. Reynvoet Niels
6. Stroosnijder Michel (Ned.)
7. Oerlemans Tom
8. Baeyens Tommy
9. Van Dyck Wesley
10. Geuens Alexander
11. Broes Michiel
12. Raadtgever Dennis (Ned.)
13. De Vylder Lindsay
14. Spysschaert Anthony
15. Mertens Joran



Net als de vorige jaren was Willy De Bruyne op post als schenker van de trofeeën. De broer van de destijds verongelukte 'Ludo De Bruyne' is niet meer weg te denken bij deze prachtige wedstrijd.

Het gemeentebestuur heeft hem al lang in de armen gesloten.

De schepen van Sport maakte zich al een beetje ongerust toen hij hem in de eerste koersheft nog niet gezien had.

We konden Geert Van Der Auwera gerust stellen, de Willy zat gewoon met echtgenote en vrienden wat te babbelen in het café "t Bierbuikje", het dorpscafé bij uitstek.

Dat er bij de prijsuitreiking bij Willy nog een traantje weggepinkt wordt vinden we heel normaal. Hij tilt deze koers al jaren naar een hoger niveau.

Samen met het gemeentebestuur moeten we deze koers koesteren.



V.l.n.r. : Willy De Bruyne, Timothy Stevens (2e), Joren Segers (1e) en Robin Mertens (3e)

In de marge van dit blad ...

Tijdens een ruzie met zijn ouders snauwde Jefke : "Ik wil opwindning, avontuur, geld en mooie vrouwen.

Ik zal dit hier thuis nooit vinden, dus ik ga weg. Probeer mij niet tegen te houden ! "

Dat gezegd zijnde liep hij naar de deur.

Zijn vader, met rode wangen, liep naar hem toe als hij juist de deurknop vast had.

" Heb je niet gehoord wat ik zei ? " vroeg Jefke.

" Ik wil niet dat je me probeert tegen te houden ! "

" U proberen tegen te houden ? " antwoordde zijn vader, " Ik ga met u mee ! "



Jezus is nog eens terug op aarde gekomen en logeert in Koksijde. Zoals je weet is het lang geleden, er is veel veranderd en Jezus is niet meer mee met zijn tijd.

Ziet hij daar een oud ventje in een karreke. Jezus kan het niet laten.

Hij gaat er regelrecht naar toe en zegt : ' Sta op en loop ! ' De man bekijkt Jezus eens en rijdt verder, men ziet wel eens vaker een rare aan de kust.

Jezus rent de man achterna en zegt : ' Echt waar, mijn vriend, sta op en u zult weer lopen ! '

Geïrriteerd kijkt de man Jezus aan en zegt : ' Hort e kèr vriend, ik hè vo 2 uren dien gocart betaald en 'k goa kik doa nu 2 uur mee rondrien.

Beste lezer/ lezeres

Op de pagina hiernaast kan u al kennismaken met de nieuwe opmaak van onze startpagina van het

" *Dijlespurtersarchief.be* "

dat eerstdaags beschikbaar zal zijn.

Via een zoekmethode (op onderstaand logo in scherm klikken)

Zoeken

kan u bij het intikken van een (of beter een gedeelte van de) naam van een renner, sponsor of van een jaartal de gegevens achterhalen die in onze database opgeslagen zijn.

Veel opzoekplezier en aarzel niet ons nieuwe info over te maken.
Of kritiek natuurlijk, daar leren we altijd het meest mee.

Zoeken



Dijlespurters Archief



Zoeken naar renner, sponsor of jaartal

Welkom

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



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

Zoek je een renner/sponsor klik boven
of onder op de knop "Zoeken".

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

Dijlespurters
Vlug en Vrij Muizen
De Dijlespurters VVM

Tevens kan je ook zoeken op jaartal.

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

Website

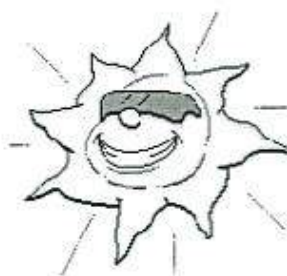
Bruno Billast, webmaster. Rennersfiches

Marc Leyers, webopmaak en -ontwikkeling.

Dise Technics BVBA

Blijkheerstraat 95
1755 Oetingen

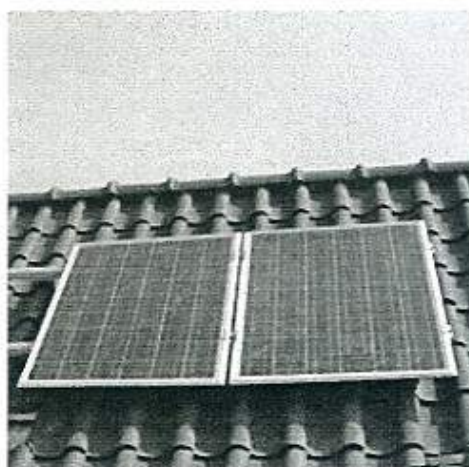
Tel : 054-56 81 77
GSM : 0477-62 23 39



Elektrotechnische installaties
Centrale verwarming
Fotovoltaïsche zonnepanelen
Zonnecollectoren voor warmwaterproductie

Zaakvoerder : Dirk Seghers

(Vader van Tim en Nele, ex-renners
van onze club !)



Met fotovoltaïsche zonne-energie zetten we gratis
energie zelf om in bruikbare elektriciteit.
Voorzien in een deel van onze eigen energiebehoefte
= investeren in de energie van de toekomst !