

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

# 't KEI-ARTJE



40  
jaar

**1973 - 2013**

jaargang 40 - januari-februari-maart 2013 - Nr 1  
Driemaandelijks tijdschrift

**A** [www.AKTIVIA.be](http://www.AKTIVIA.be)  
Dé wandelsportfederatie



**Wij maken de keuken van uw dromen, al 30 jaar!**  
Keukens, maatkasten, dressings, scheidingswanden, ramen en deuren:  
Boncquet staat voor topmaterialen en een oog voor detail.  
Biezenstraat 30, 8430 Middelkerke °t. 059 311 311  
Open: ma-za van 10.00 tot 12.00 en van 14.00 tot 18.30  
Info@boncquet.be ° www.boncquet.be

**BONCQUET**  
KEUKENS • RAMEN • DEUREN

## WSV De Keignaerttrippers Oostende vzw

8400 Oostende, Kan. Dr. L.Colensstraat 8  
Ondernemingsnummer : 0413.772.405  
Tel: +3259334590 - GSM: +32478456094  
wsv.keignaerttrippers.oostende@telenet.be  
rekeningnummer: BE22 0010 6781 9547  
Lid Aktivia 011 - Lid Sportraad Oostende

**Clubblad:** 't kei-artje

**Lokaal:** "De Controlepost" open iedere zondag van 17.00 uur tot 19.00 uur

### **voorzitter/secretaris**

Rudy Devriendt  
Tel: +3259334590 - GSM: +32478456094  
wsv.keignaerttrippers.oostende@telenet.be

### **penningmeester**

François Verlet  
Tel: +3259518425 - GSM: +32477658841  
verletfrancois@scarlet.be

### **bestuursleden**

- puntenbeheer en stapbladen

Wilfried De Grootte  
Tel: +3259508259  
wilfried.degrootte1@telenet.be

- redactie clubblad

Eddy Legein  
Tel: +3259438568 - GSM: +32476555271  
eddy.legein@telenet.be

- bepijling en redactie clubblad

Danny De Braekeleer  
Tel: +3259430143 - GSM: +32468100154  
danny.de.braekeleer1@telenet.be

- verslaggeving

Yvan Lecluyse  
Tel: +3259238565  
denblijden.lecluyse@telenet.be

- ledenbeheer

Willy Vandenberghe  
Tel: +3259321570  
willy\_vandenberghe@telenet.be

- **Shopverantwoordelijke**

Claudine Lenaert

- **Parcoursmeester**

Jean Schuyesmans

- **Contactavonden**

François Verlet – Roger Kimpe

### **Informatiebronnen**

www.keignaerttrippersoostende.be  
<http://blog.seniorennet.be/keignaerttrippersoostende>  
<https://www.facebook.com/groups/230323887061032/>

Volgend tijdschrift verschijnt eind maart 2013. Heb je teksten, mededelingen, wandelervaringen of ander nieuws, stuur ze in vóór 10 maart 2013.

"De indieners van (al dan niet) officiële verslagen zijn verantwoordelijk voor de inhoud en de spelling"

## Voorwoord

Beste wandelvrienden, 2012 is bijna vervlogen, 2013 staat reeds voor de deur. Voor onze club een wel heel bijzonder jaar, we vieren ons 40-jarige bestaan. Op 31 oktober 1973 besloten enkele wandelaars een wandelclub op te richten en gezien deze geboorteplaats vond in Zandvoorde was de naam van de club vlug gekend "Keignaerttrippers Oostende". Sommige onder ons zijn al van bij de oprichting lid van de club, proficiat! Wij zullen deze verjaardag zekerlijk niet onopgemerkt laten voorbij gaan, maar later meer hierover. De voorbije maanden hadden wij verschillende organisaties zoals de treinreizen naar Bornem en Oudenaarde. Telkens mochten we rekenen op een grote belangstelling van onze leden. "Oostende in Kerstlicht" werd ook een groot succes. Niet minder dan 1922 wandelaars kwamen opdagen en we mochten acht bussen met wandelaars ontvangen. Twee clubs kwamen met de trein. Het voorbije jaar bezochten 6257 wandelaars onze wandeltochten, wat 200 wandelaars minder is dan in 2011. De komende maanden beloven ook druk te worden met de "Butterkoekentocht", "40ste Wintertocht", de busreizen naar Leuven-Heverlee en Antwerpen, de algemene vergadering en het bedankingsfeestje voor onze medewerkers. In dit clubblad verneem je meer over deze organisaties. Langs deze weg wens ik ook persoonlijk de leden te bedanken voor de steun die ik mocht ontvangen tijdens mijn tocht naar Compostela. Het was een onvergetelijke ervaring! Rest mij nog enkel aan ieder van ons Prettige Kerstdagen en een Gezond wandeljaar 2013 toe te wensen. Hopelijk mogen wij elkaar in 2013 meermaals ontmoeten op wandeltochten en eigen organisaties!

Rudy

# **Butterkoekentocht 2013**

**N**aar jaarlijkse gewoonte openen wij het nieuwe wandeljaar met onze "Butterkoekentocht" die door zal gaan op zondag 20 januari 2013. Zoals in het verleden hebben wij terug gekozen voor verschillende afstanden Blankenberge - Oostende, De Haan - Oostende of Bredene - Oostende.

Onderweg zijn er naargelang de afstand één of meerdere rustposten voorzien.

Na de wandeling is iedereen welkom om te genieten van een warme koffie, thee of wijn met uiteraard de "Butterkoeken". Ook niet wandelaars zijn welkom.

Om deze dag af te sluiten is er nog een "Happy Hour" voorzien.

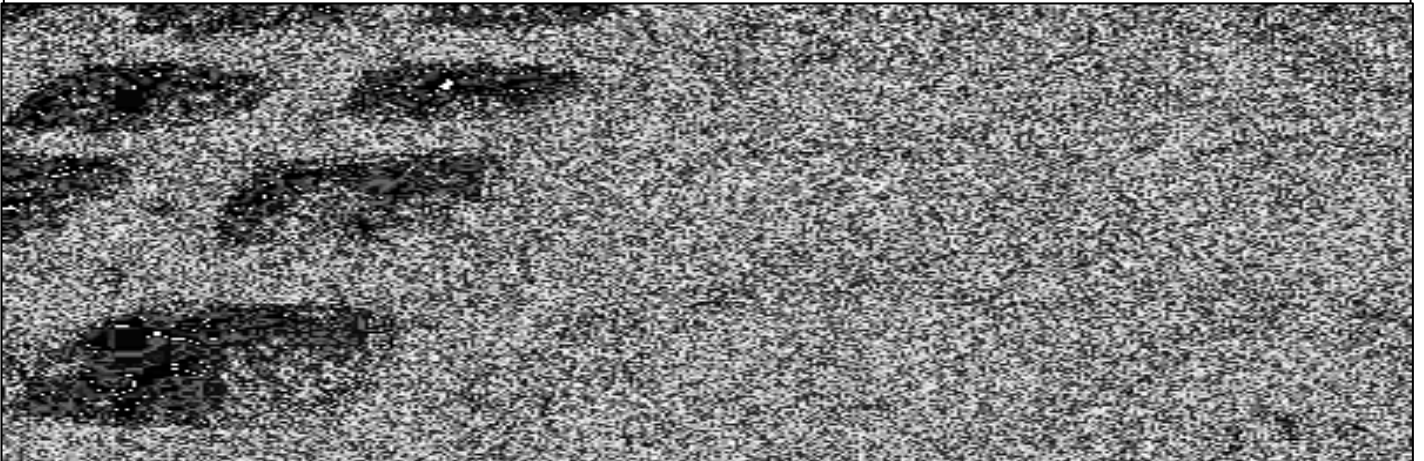
Inschrijven voor deze organisatie is verplicht (bestelling Butterkoeken). Het inschrijvingsformulier vind je op blz. 14.

Er zijn dus verschillende mogelijkheden:

- Men wandelt de afstand Blankenberge - Oostende (25km). We verzamelen aan het tramstation Oostende om 08.15 uur stipt. (tram vertrekt om 08.25 uur - aankomst 09.02 uur).
- Men wandelt de afstand De Haan - Oostende (15km). We verzamelen aan het tramstation Oostende om 11.20 uur stipt. (tram vertrekt om 11.30 uur - aankomst 11.51 uur).
- Men wandelt de afstand Bredene - Oostende (8km). We verzamelen aan het tramstation Oostende om 13.00 uur stipt. (tram vertrekt om 13.10 uur - aankomst 13.19 uur).
- Na de wandeling kom je "Butterkoeken" eten of niet.
- Men wandelt niet, maar wenst wel "Butterkoeken" te komen eten.

**Ieder wandelaar staat zelf in voor een tramticket.**

Kostprijs: € 2 of 80 punten te betalen de dag zelf!



## **Net ietsje anders**

**I**n de weer onze vereniging te dienen gingen François en ik eens luisteren in Bistro Van Gogh naar de uitbater Wim zijn voorstel ten gunste van onze clubkas. Een vorm van sponsoring, net ietsje anders. Een idee waar iedereen gunstig uitkomt. Bij een verbruik boven de 20€ en op vertoon van de lidkaart van onze vereniging, noteert Wim deze gegevens en krijgt onze kas hiervoor 10%. En hij houdt hier zelf een soort boekhouding voor bij. Wij denken, iedereen gaat wel eens een keer eten of iets drinken. Dus waarom onze leden niet eens aanmoedigen om dit eens daar te doen? Ook een feestje voor eventueel een verjaardag kan je daar plannen, of mocht je vrienden, kennissen of familie eens warm kunnen maken om deze zaak eens te bezoeken, komt dit altijd ten gunste van onze kas. Zolang je maar je lidkaart toont of mee geeft aan die mensen. Ik hoor jullie al denken. Allemaal goed en wel, maar waarom zou ik mij hiermee allemaal bezig houden? Wel... je kunt zelf er ook nog goed uitkomen. Want telkens je lidkaart genoteerd wordt, is dit goed voor je zelf. Want ook hiervoor houd Wim een klassement bij en krijgt de persoon met het grootste verbruik op die som ook 10%. Dus is het belangrijk je kaart te tonen of mee te geven en er op te drukken dat men ze toont. Vandaar dat we geneigd zijn onze leden te sensibiliseren voor dit initiatief. Wij willen jullie aanmoedigen er gebruik van te maken, het komt onze club te goede. En wie weet heb je er op het einde van het jaar ook nog een "schoon" sommetje mee.

Danny

## Algemene vergadering

**H**et bestuur nodigt alle leden uit op de jaarlijkse algemene statutaire vergadering van de W.S.V. De Keignaerttrippers Oostende v.z.w. Deze vergadering gaat door op zaterdag 30 maart 2013 om 16.30 uur in de zaal van de Paracommando Vriendenkring Oostende gelegen te 8400 Oostende, Kan. Dr. L. Colensstraat, nr. 8. Tijdens deze vergadering zal de toestand van onze club nader toegelicht worden en kunnen nieuwe leden kennis maken met de werking van onze club. Wij hopen jullie allemaal te mogen begroeten op deze bijeenkomst.

### Agenda

**W**elkomstwoord van de voorzitter

- Verslag van de vergadering 18 maart 2012 werkjaar 2011
- Verslag werkjaar 2012
- Verslag van het secretariaat
- Verslag van de Penningmeester
- Begroting 2013
- Verslag Commissarissen
- Overzicht van de punten
- Raad van Bestuur
- Best vertegenwoordigde clubs 2012
- Jaarprestaties 2012 van de leden
- Overzicht van de deelnemers aan onze tochten 2012
- Activiteiten kalender 2013
- Rondvraag
- Slotwoord



**I**eder aanwezig lid ontvangt één drankbonnetje, deze vergadering brengt je twintig punten op. (te noteren op het stapblad)

Gelieve je aanwezigheid te bevestigen aan de hand van de inschrijvingsstrook die je kan terugvinden op Blz 14.

## Bedankingsfeest medewerkers

**H**et bestuur wil alle medewerkers die in 2012 meegewerkt hebben aan één van onze wandelorganisaties bedanken door hen uit te nodigen op een gezellig samenzijn met maaltijd. Zoals de voorbije jaren bestaat deze maaltijd uit een Breughelfestijn. Breng je iemand mee dan is zij of hij welkom aan de prijs van 15,00 €, te betalen via rekening nummer : BE22 0010 6781 9547 met duidelijke vermelding van naam en voornaam. Plaats van gebeuren: zaal Paracommando Vriendenkring Oostende te 8400 Oostende, Kan. Dr. L. Colensstraat, nr 8 op zaterdag 30 maart 2013 omstreeks 18.00 uur. Inschrijven is noodzakelijk! Gelieve je aanwezigheid te bevestigen aan de hand van de inschrijvingsstrook die je kan terugvinden op Blz 14.

## Punten en Puntencheques

Beste wandelvrienden,

Naar aanleiding van het jaareinde en het daarbij horende afsluiten van het wandeljaar 2012, wil ik graag een woordje uitleg geven over het nieuwe puntensysteem.

Begin 2012 zijn we begonnen met een proef onder de bestuursleden om de punten te geven in de vorm van een puntencheque. Na enkele maanden hebben we dan ook enkele leden bij deze proef betrokken en nu na een gunstige evaluatie hebben we besloten dit te doen voor alle leden.

Wat gaat er nu in het vervolg gebeuren?

De leden waarvan we een mail adres hebben zullen hun prestatieblad en de daaraan verbonden puntencheque per mail ontvangen en kunnen dan zelf hun puntencheque afdrukken.

De andere leden zullen hun prestatieblad en puntencheque zoals vroeger blijven ontvangen per post.

Velen onder jullie zullen zich ook afvragen wat moet er nu gebeuren met de oude punten. Wel deze **blijven geldig en kunnen samen** met de puntencheques gebruikt worden.

Mochten jullie hierbij nog vragen hebben, aarzel dan niet om mij te contacteren, Wilfried



## NATIONALE V.W.F. - WANDEL DAG - ZONDAG 24 FEBRUARI 2013

Deze wandeldag staat in het teken van 'cultuur en natuur'. Zowel jong als oud komt aan zijn trekken in een zeer gevarieerd programma met wandelingen van 4 km tot 40 km.

Het parcours loopt over 2 afzonderlijke deeltrajecten: 12 km door de historische binnenstad van Leuven met als hoogtepunt een doorgang door het Stadhuis. Voor zij die het wat rustiger aan willen doen (5 km), voorzien wij een 'gratis' pendeldienst naar de binnenstad, waar zij kunnen aansluiten op het traject van de 12 km en zo een graantje kunnen meepikken van de rijkdom van onze stad. Stadsgidsen vertellen u wat meer over het stadhuis en de kerk van het Groot Begijnhof, Sint-Jan-De-Doperkerk. Ook staat de toeristische dienst van Leuven ter beschikking voor een geleid bezoek.

De andere wandelingen brengen u naar Meerdaalwoud, Heverleebos en Egenhovenbos, de groene long van Leuven. Dit gebied vormt het grootste gemengde loofbos in Vlaanderen met een oppervlakte van 2.071 ha.

### **Praktisch:**

**Start & Aankomst:** H.-Hartinstituut, Naamsesteenweg 355, 3001 HEVERLEE

**Afstanden:** 4 - 6 - 10 - 12 - 18 - 20 - 29 - 42 km.

**Starturen:** tussen 7 en 15 uur

### **Hoe inschrijven?**

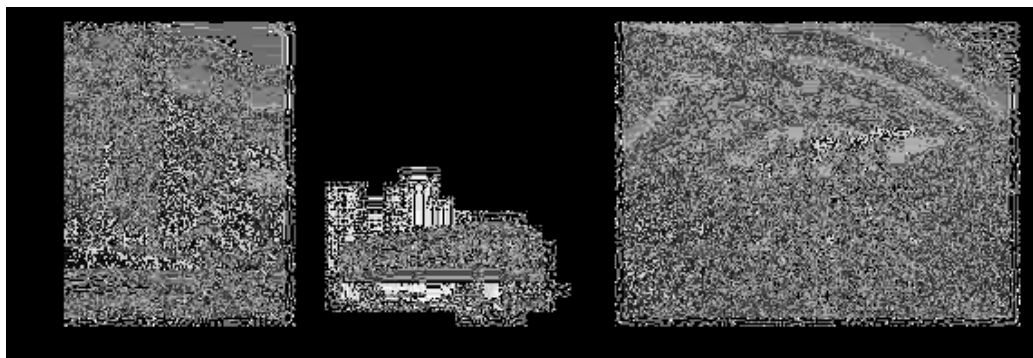
Wie wil deelnemen aan één van onze uitstappen moet een inschrijvingsformulier invullen die je kan vinden op blz. 14 en deze overmaken aan Dhr. François Verlet. Ook voor vragen in verband met deze uitstappen, één adres Dhr. François Verlet. (GSM: +32477658841 - tel: +3259518425)

Voor een busreis zijn er twee betalingsmogelijkheden, met punten of geld. Het is niet mogelijk om gedeeltelijk met punten en/of geld te betalen. Deelname aan een busreis kost je €10,00 of 405 punten.

In bovenstaande prijs is het inschrijvingsgeld voor de wandeltocht inbegrepen.

### **Opstapplaatsen:**

- Blankenberge: John F. Kennedyplein thv Stadhuis vertrek 07.15 uur
- Oostende, Ringlaan thv meubelzaak Olifant vertrek 07.45 uur
- **Graag 15 minuten voor vertrek aanwezig**



## **Kaart en Rummicubavonden 2012 - 2013**

De kaart en rummicubavonden vinden plaats elke 4<sup>o</sup>de vrijdag van de maand:

Vrijdag 25 januari 2013

Vrijdag 22 februari 2013

Vrijdag 22 maart 2013

Vrijdag 26 april 2013

Vrijdag 24 mei 2013

Vrijdag 28 juni 2013

Vrijdag 26 juli 2013

Vrijdag 23 augustus 2013

**Vrijdag 30 augustus 2013 kampioenviering.**

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

Ter gelegenheid van het 40-jarig bestaan van AKTIVIA werd een exclusief wandelboekje gemaakt. Dit wandelboekje krijg je gratis bij de hernieuwing van je lidgeld 2013.

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

Afstempelen van de oude wandelboekjes , zie blz 20

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

- Het wandelboekje kan enkel gebruikt worden in 2013!  
Dit betekent dat het slechts kan en mag afgestempeld worden **vanaf 1 januari 2013** en dat het niet meer kan gebruikt worden **na 31 december 2013**.  
Veel wandelen in 2013 is dus de boodschap!
- Elk lid heeft slechts recht op één dergelijk wandelboekje.
- Na een deelname van 25 wandelingen afgestempeld in dit wandelboekje krijgt de eigenaar een aandenken, een mooi exclusief en degelijk wandel T-shirt.  
Elk lid kan slechts één aandenken bekomen dat pas kan worden ontvangen na afstempeling op blz. 34 van het wandelboekje.
- Voor het afstempelen in dit wandelboekje komen enkel in aanmerking:  
Tochten georganiseerd binnen een erkende wandelfederatie;  
Tochten waarvoor inschrijfgeld is betaald.  
Oefentochten, wandelingen tijdens clubreizen (bv. op GR-paden, in de bergen,...) komen niet in aanmerking.  
Men betaalt immers geen inschrijfgeld voor die organisaties.
- De voorlopige ophaalplaatsen van de T-shirts zijn:  
De vier AKTIVIA provinciale wandeldagen, nl.:
  - de Antwerpse Wandeldag in Zoersel op 03/03/2013;
  - de Oost-Vlaamse Wandeldag in Geraardsbergen op 21/04/2013;
  - de Vlaams-Brabantse Wandeldag in Opwijk op 16/06/2013 en
  - de West-Vlaamse Wandeldag in Middelkerke(Lombardsijde) op 15/09/2013Grote evenementen zoals
  - de Tweedaagse van Blankenberge op 4 en 5/05/2013;
  - de Omloop Kluisbergen op 12/05/2013;
  - de Vierdaagse van de IJzer op 21-22-23-24/08/2013.De organisaties binnen Sportief Wandelen:
  - Pitzaltocht te Beernem op 11/05/2013;
  - Guldensporentochten te Avelgem op 29/06/2013;
  - De Taalgrenswandeling te Bellingen op 04/08/2013;
  - De Zomertocht te Lampenhout op 01/09/2013;
  - De wisselbekertocht van Scheldestappers Zingem op 06/10/2013;
  - de Brigandtrotterstocht te Ingelmunster op 03/11/2013;Andere:
  - De Berendriestocht in Michelbeke op 23/03/2013;
  - De Tirol Wandeldag in Dendermonde op 01/05/2013;
  - De Jules De Strooper Wandelhappening te Lo-Reninge op 29/09/2013;
  - De Plus Wandeling in Zwalm op 20/10/2013;
  - De 22<sup>ste</sup> Rose Gronontocht te Essen op 13/10/2013;
  - De Sterbostochten te Wuustwezel op 01/11/2013;

Deze lijst zal regelmatig verschijnen in de Nieuwsbrief van AKTIVIA, Gezond op Stap, de websites van AKTIVIA, ... *Wandelen.... Gewoon doen! Al 40 jaar lang!*

Rudy Devriendt lovend na voettocht naar Compostela

# “Je leven is een lange reis”

■ **STENE** – Rudy Devriendt is pas terug van een voettocht van net geen 30 dagen tussen Frankrijk en Santiago de Compostela in Spanje. “Zo'n tocht werkt louterend. Ik heb de impact op mijn leven onderschat en stap volgend jaar opnieuw richting het bekende bedevaartsoord”, geeft Rudy mee na zijn thuiskomst.

DOOR BLIEK VERMEIRE

Het idee om naar Compostela te stappen kwam er in de nasleep van de tv-reeks in Man Bijt Hond over dit onderwerp”, schetst Rudy Devriendt, een jonggepensioneerde politieagent. “Ik won advies in op het internet en vroeg raad bij wandelaars aangesloten bij wandelvereniging De Keignaertrippers, waar ik voorzitter van ben. Na wikken en wegen kwam 12 september als startdatum uit de bus. Als volger van de Camino Francés startte ik in Saint-Jean-Pied-De-Port in Frankrijk. Via de Pyreneeën ging het naar Roncesvalles, langs Pamploña, Logroño, Burgos en León naar Santiago de Compostela. De totale afstand van de zogenaamde Franse wandeling bedraagt 782 kilometer en verloopt over een heuvelachtig parcours. Ik had enkel de hoogstnodige bagage op zak en kende bijna geen problemen. Uitzondering hierop vormt mijn verzwijkte voet, opgelopen door te veel rond te kijken. Gelukkig vormde het geen hinderpaal voor de verdere tocht naar Spanje.”

## Motivatie

“Mijn oorspronkelijke motivatie om de uitdaging aan te gaan was puur sportief. Geleidelijk aan kwamen daar andere aspecten bij. Je ontmoet op je tocht tal van voetgangers en fietsers op weg naar Compostela. Je bereidt samen eten en gaat een gesprek aan met een uiterst internationaal gezelschap. Zo rijden er nieuwe inzich-

ten over de zin van het leven. Wie op pad vertrekt, heeft veel tijd om na te denken over wat voorbij is en wat hopelijk nog komen kan. Op geen enkel moment miste ik de luxe uit Vlaanderen zoals computer, televisie, auto... Een pelgrim onderweg ervaart meer dan ooit dat er in de uitspraak *Je leven is een lange reis* veel waarheid schuilt.” “Als niet-kerkganger woonde ik in de kathedraal in Compostela toech de pelgrimsviering bij. De kathedraal zat overvol en de sfeer zat goed. Iedereen heeft zijn eigen motivatie om de tocht naar Santiago de Compostela te ondernemen. Vooral het einde van de tocht was confronterend. Als je plots de kathedraal ziet, kom je jezelf tegen. Dat mijn vrouw Els me daar opwachtte, maakte alles nog veel emotioneler. Ik hield een dagboek bij om de komende maanden alles nogmaals te herbelevén. Vast staat wel dat ik volgend jaar opnieuw naar Compostela zal stappen. Dan is het de bedoeling om de wandeling vanuit Portugal naar het bekende bedevaartsoord in Spanje tot een goed einde te brengen”, aldus nog een overtuigde Rudy Devriendt.



Rudy Devriendt stapte tussen half september en half oktober als pelgrim naar het Spaanse bedevaartsoord Santiago de Compostela. Zijn pelgrimsstaf had zowel een symbolische als een praktische functie. (Foto BVO)

## VERENIGING VAN DE WEEK



Onze redactie koos De Keignaertrippers uit Oostende als vereniging van de week. Dit levert hen een geschenkbon op van 25 euro. Deze cadeaubon van Archery Dynamics mag de vereniging binnenkort in de brievenbus verwachten.



Wandelclub De Keignaertrippers werd opgericht in 1973 en organiseert een zestal wandelingen per jaar. Daarnaast organiseert WSV De Keignaertrippers bus- en treinreizen naar wandelingen overal in het land. Het lokaal bevindt zich in de Dr. L. Colensstraat 8. Er zijn 285 leden. Op de foto het bestuur met achteraan Roger Kimpe, François Verlet, Danny De Braekeleer en zittend Winny Vanhytte, voorzitter Rudy Devriendt en Claudine Leenaert. (BVO/Foto BVO)

Torhoutssteenweg 341  
OOSTENDE  
Tel./fax 059 80 34 28  
www.archery-dynamics.com

SPORTTROFEEËN  
**ARCHERY  
DYNAMICS**

Open van dinsdag tot vrijdag van 10 tot 12.30 u. en van 14 tot 18.30 u.  
Op zaterdag van 9 tot 12.30 u. en van 14 tot 17 u.  
Gesloten op zondag, maandag en feestdagen.

Bron: De Zeewacht

## Keignaertrippers Oostende



1973 - 2013



## Cluborganisaties

Zondag 20 januari 2013 : Butterkoekentocht  
Zondag 17 februari 2013 : 40° Wintertocht  
Zondag 24 februari 2013 : Busreis Nationale Wandeldag Heverlee-Leuven  
Zondag 24 maart 2013 : Busreis Antwerpen - 26° Sint Annatochten  
Zaterdag 30 maart 2013 : Algemene vergadering gevolg door bedankingsfeest medewerkers  
Zaterdag 20 april 2013 : 4° Wandelen met Prins Karel en Ensor  
Zondag 26 mei 2013 : Busreis Rondom Lummen - Golden Cup  
Zaterdag 01 juni 2013 : Jaarfeest - 40 jarig bestaan WSV De Keignaerttrippers Oostende  
Maandag 10 juni 2013 : 4° Rondom De Vosseslag  
Zondag 23 juni tem zondag 30 juni 2013 : Wandelreis Duitsland  
Woensdag 17 juli 2013 : 3° Rondom De Keignaert  
Zondag 04 augustus 2013 : Treinreis Puurs - Ibis wandeldriedaagse - Duveltocht  
Zondag 11 augustus 2013 : 5° De Kust wandelt  
Maandag 16 september 2013 : 2° Rondom Bredene  
Zondag 06 oktober 2013 : Busreis Ternat - 35° Kruikenburgse Wandeltochten  
Zondag 17 november 2013 : Treinreis Denderleeuw - Schiptrekkerstocht  
Zondag 15 december 2013 : 6° Wandeltocht Oostende met Kerstlicht

# 40° WINTERTOCHT Wisselbekertocht

**Zondag 17 februari 2013**

**Vrije start tussen 07.00 uur en 15.00 uur**

**Afstanden: 6 - 12 - 18 - 25 - 30 km**

**Aankomst uiterlijk om 18.00 uur**

**Startzaal: Duin en Zee**

**8400 Oostende, Fortstraat, nr 128**

**Ruime parking aan startzaal**

**Tram- en bushalte op 100 meter**

**Winterwandeling langs zee, strand, duinen, vismijn en het  
hinterland van onze Kust.**

**Inschrijving : 2€ - op vertoon lidkaart wandelfederatie 0,50€ korting**

**Jongeren tem 12 jaar: gratis op vertoon lidkaart wandelfederatie**

**Gratis zelfklever 40 jaar WSV Keignaerttrippers Oostende**



[www.AKTIVIA.be](http://www.AKTIVIA.be)  
Dé wandelsportfederatie



# WSV De Keignaerttrippers Oostende

**Inlichtingen:**

**Rudy Devriendt : 0478/456094 -059/334590**

**[wsv.keignaerttrippers.oostende@telenet.be](mailto:wsv.keignaerttrippers.oostende@telenet.be)**

**[www.keignaerttrippersoostende.be](http://www.keignaerttrippersoostende.be)**



# Taverne Hippo 12

8450 Bredene, Duindoornstraat, nr. 25  
uitbaters Steven en Kathleen  
vroegere uitbaters Volkshuis



**Niet alleen een café, maar ook een taverne  
waar iedereen kan genieten van verzorgde  
snacks, pannenkoeken en ijsjes.**



# Merksemse Wandelclub De Stroboeren

## 26e Sint-Annatochten - zondag 24 maart 2013

1e tocht Walk 2 Gether. Ontdek de verrassende natuur op Antwerpen-Linkeroever, nieuwe wandelpaden. Scheldedijk met rede van Antwerpen, Sint-Annekestrand, natuureservaat Blokkesdijk, Vlietbos, Galgeweel en lange afstanden ook langs Burcht en Zwijndrecht.

### Praktisch:

**Start & Aankomst:** C.C. Ter Schelde, Fromentinstraat 2, 2050 Antwerpen **Afstanden:** 4 - 7 - 11 - 18 - 25 - 32 - 42 - 50 km.

**Starturen:** tussen 6.30 uur en 15 uur

### Hoe inschrijven?

Wie wil deelnemen aan één van onze uitstappen moet een inschrijvingsformulier invullen en deze overmaken aan Dhr. François Verlet. Ook voor vragen in verband met deze uitstappen, één adres Dhr. François Verlet. (GSM: +32477658841 - tel: +3259518425)

Voor een busreis zijn er twee betalingsmogelijkheden, met punten of geld. Het is niet mogelijk om gedeeltelijk met punten en/of geld te betalen. Deelname aan een busreis kost je €10,00 of 405 punten.

In bovenstaande prijs is het inschrijvingsgeld voor de wandeltocht inbegrepen.

### Opstapplaatsen:

- Blankenberge: John F. Kennedyplein thv Stadhuis vertrek 07.30 uur
- Oostende, Ringlaan thv meubelzaak Olifant vertrek 08.00 uur

Graag 15 minuten voor vertrek aanwezig

### Busreis Antwerpen op zondag 24 maart 2013

Naam - Voornaam:.....

Naam - Voornaam:.....

Wensen deel te nemen aan de busreis naar Antwerpen op zondag 24 maart 2013

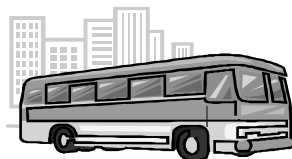
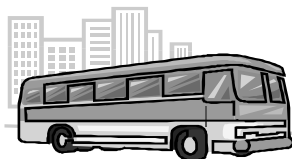
Aantal personen .....X € 10,00 = ..... € te betalen op rekeningnummer BE22 0010 6781 9547

Aantal personen ..... X 405 punten = ..... punten

Deze strook overmaken aan François Verlet - brievenbus lokaal te 8400 Oostende, Kan. Dr. L.

Colensstraat, nr 8 of stuur een mailtje naar [verletfrancois@scarlet.be](mailto:verletfrancois@scarlet.be)

Graag inschrijven **vóór** 10 maart 2013.



## ZONDAG 24 maart 2013

**A** AKTIVIA  
De wandelvereniging

# 26<sup>e</sup> Sint-Annatochten

Afstanden: 4-7-11-18-25-32-42-50 km

Start: van 06.30 tot 15.00 uur

# A\*\*

C.C. Ter Schelde, Fromentinstraat, Antwerpen-L.O.

### 1<sup>er</sup> TOCHT WALK 2 GETHER

Ontdek de verrassende natuur op Antwerpen-Linkeroever, nieuwe wandelpaden. Scheldedijk met rede van Antwerpen, Sint-Annekestrand, natuureservaat Blokkesdijk, Vlietbos, Galgeweel en lange afstanden ook langs Burcht en Zwijndrecht.

Verantwoordelijke: Rincheval L. (03/644.51.12) - [strobeerke@hotmail.com](mailto:strobeerke@hotmail.com)



Organisatie van  
Merksemse Wandelclub  
De Stroboeren - AKTIVIA 056

Geschenkideetjes



VERYSER

Torhoutsesteenweg 307 - 309

8400 Oostende

☎ 059 80 22 77

Fax 059 80 31 08

Uit sympathie



**CAFÉ DE LEEGAARD**  
**ZANDVOORDEDORPSTRAAT 95**  
**8400 OOSTENDE**

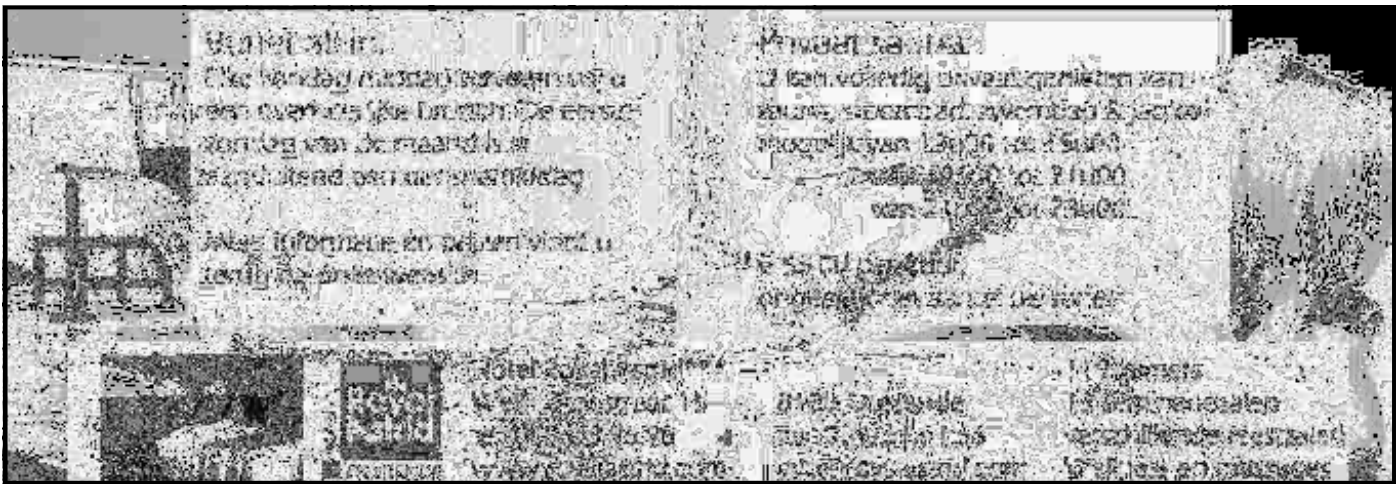
**VOOR EEN GOEIE BABEL IN EEN**  
**GEZELLIG INTERIEUR.**

**DAGELIJKS GEOPEND OM 11.00U ,**  
**IN DE WINTERPERIODE OM 16.00U.**

**GESLOTEN OP WOENSDAG**

**BIJ JASMIJN**  
**EN GLENN**





Trofeeën



Peter Bouttelisier

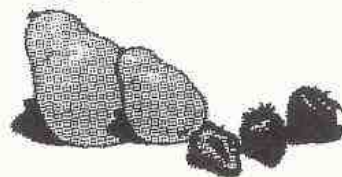
[www.archery.dynamics.com](http://www.archery.dynamics.com)

Torhoutsesteenweg, 341  
8400 Oostende  
Tel. 059-80 34 28

Sporttrofeeën - Medailles  
Plaketten - Sportfiguren  
Tinnen schalen - Gravure  
Eretekens - Miss-linten  
Fanions - Vlaggen - Badges

GROENTEN - FRUIT - KAAS - CHARCUTERIE

Marcel



Torhoutsesteenweg 114  
8400 Oostende  
Tel. 059-70 10 11

Graveerwerk - Naamplaten

**FRANK AMPE** BVBA  
Verzekeringkantoor



kantoor.ampe@verz.kbc.be  
059/30.48.72  
fsma 030975 A



torhoutsesteenweg 482  
8400 oostende  
tel. 059 80 49 18  
oostende@dumonprint.be



BVBA Bierhandel  
**Franky Opstaele**

Ht. Oostende 38 743 - BTW BE 424.859.307  
Westvlaams Beroepskrediet 121-1403995-95



Brugsesteenweg 47  
8450 Bredene

Tel. 059/70 18 94  
Fax 059/51 56 85  
E-mail: [bierhandel.opstaele@skynet.be](mailto:bierhandel.opstaele@skynet.be)

**"Butterkoekentocht" op zondag 20 januari 2013**

Naam - Voornaam:.....

Naam - Voornaam:.....

Naam - Voornaam:.....

Zal deelnemen aan:

de wandeling Blankenberge - Oostende \*

de wandeling De Haan - Oostende \*

de wandeling Bredene - Oostende \*

wenst na de wandeling "Butterkoeken" \*

Zal niet wandelen maar wenst wel "Butterkoeken" \*

\* Schrappen wat NIET past! - Betaling de dag zelf

Deze strook overmaken aan François Verlet - brievenbus lokaal te 8400 Oostende, Kan. Dr. L. Colensstraat, nr 8 of stuur een mailtje naar [verletfrancois@scarlet.be](mailto:verletfrancois@scarlet.be)

Graag inschrijven **vóór** 13 januari 2013.

**Busreis Heverlee - Leuven op zondag 24 februari 2013**

Naam - Voornaam:.....

Naam - Voornaam:.....

Wensen deel te nemen aan de busreis naar Heverlee - Leuven op zondag 24 februari 2013

Aantal personen ..... X € 10,00 = ..... € te betalen op rekeningnummer BE22 0010 6781 9547

Aantal personen ..... X 405 punten = ..... punten

Deze strook overmaken aan François Verlet - brievenbus lokaal te 8400 Oostende, Kan. Dr. L. Colensstraat, nr 8 of stuur een mailtje naar [verletfrancois@scarlet.be](mailto:verletfrancois@scarlet.be)

Graag inschrijven **vóór** 10 februari 2013.

**"Algemene vergadering" op zaterdag 30 maart 2013**

Naam - Voornaam:.....

Naam - Voornaam:.....

Naam - Voornaam:.....

zal aanwezig zijn op deze Algemene vergadering.

Deze strook overmaken aan François Verlet - brievenbus lokaal te 8400 Oostende, Kan. Dr. L. Colensstraat, nr 8 of stuur een mailtje naar [verletfrancois@scarlet.be](mailto:verletfrancois@scarlet.be)

Graag inschrijven **vóór** 16 maart 2013.

**"Bedankingsfeest medewerkers" op zaterdag 30 maart 2013**

Naam - Voornaam:.....

Naam - Voornaam:.....

Naam - Voornaam:.....

Wensen deel te nemen aan het gezellig samenzijn met Breughelfestijn op zaterdag 30 maart 2013.

Aantal personen - medewerkers ..... (gratis)

Aantal personen - niet medewerkers ..... x 15,00 € = ..... € te betalen op rekeningnummer BE22 0010 6781 9547

Deze strook overmaken aan François Verlet - brievenbus lokaal te 8400 Oostende, Kan. Dr. L. Colensstraat, nr 8 of stuur een mailtje naar [verletfrancois@scarlet.be](mailto:verletfrancois@scarlet.be)

Graag inschrijven **vóór** 16 maart 2013.

## Mededelingen

- Leden die hun lidgeld 2013 nog niet betaald hebben kunnen dit nog doen tot 28 februari 2013. Vanaf die datum is men niet meer verzekerd tijdens de wandelingen en geniet men niet meer van de voordelen van het lidmaatschap. Voor leden die vóór deze datum niet betaald hebben is dit hun laatste clubblad.
- Niet te vergeten, vele mutualiteiten betalen het lidgeld voor een sportclub volledig of gedeeltelijk terug.
- Leden die hun laatste stapblad van 2012 nog niet ingediend hebben kunnen dit nog doen tot 31 januari 2013. Na deze datum zullen er geen stapbladen 2012 nog aanvaard worden.
- Voor de KW-tochten ontvangt men vanaf 01 januari 2013 maar 5 punten meer in plaats van 10 punten. Hiervoor is er een nieuw stapblad opgenomen in dit clubblad.
- De lidkaarten 2013, Marching 2013 en het bijzonder wandelboekje kunnen afgehaald worden iedere zondag van 17.00 uur tot 19.00 uur dit in ons lokaal Kan.Dr.L. Colensstraat, nr 8 of op één van onze wandelorganisaties.
- Ons lokaal zal uitzonderlijk gesloten zijn op 06 januari 2013 en op zondag 17 februari 2013.
- Vanaf 01 januari 2013 mogen de bijzondere wandelboekjes, uitgegeven naar aanleiding 40 jaar Aktivia gebruikt worden. In dit clubblad meer uitleg over de te volgen procedure.
- Ter gelegenheid van het 40-jarige bestaan van onze club voorziet het bestuur verschillende acties voor de leden. Zo kunnen alle leden **gratis** wandelen op onze eigen wandelorganisatie vermeld in de Marching 2013. Men dient wel een inschrijvingstrook af te halen aan de inschrijftafel en deze ingevuld in de bus te deponeren, dit in verband met de verzekering. Ook voor het jaarfeest van 01 juni 2013 voorziet het bestuur een tegemoetkoming en ontvangt iedereen een nuttig geschenk. Later meer hierover.
- Graag verwelkomen wij onze nieuwe leden Jan Sesier, Guido Calleeuw, Martine Stragier, Nancy Compagnie, Jan Vanhoutte, Linda Vermeulen Wivina Van Kerschaver, Edouard Wouters, Buny Vanneste, Agnes Staelens en Georges Museeuw.
- Het bestuur en de leden betuigen hun medeleven met de familie van Mevr. Andrea Theunynck overleden op 8 november 2012. Andrea was jarenlang een trouw lid en een gewaardeerd medewerkster voor onze vereniging.
- Het bestuur en de leden betuigen hun medeleven met Dhr. Charles Verbandt en Mevr. Simonne Vandewalle bij het overlijden van hun zoon Dhr. Francis Verbandt op 17 november 2012.
- Het bestuur en de leden wensen een spoedig herstel aan alle zieke, gehospitaliseerde, geopereerde en herstellende leden.
- Butterkoekentocht op zondag 20 januari 2013!
- Wij nodigen onze leden uit voor de Algemene vergadering van zaterdag 30 maart 2013, gevolgd door het bedankingsfeest voor de medewerkers 2012.
- Niet te vergeten, onze busreis naar de Nationale Wandeldag te Heverlee-Leuven op zondag 24 februari 2013 en de busreis naar Antwerpen op zondag 24 maart 2013, op tijd inschrijven is de boodschap.



**Keignaerttrippers  
Oostende  
1973 - 2013**

### In de kijker



**Keignaerttrippers  
Oostende  
1973 - 2013**

## Op Soepgroententocht vanuit Ename 1 november 2012

Een natte 1 november, Allerheiligen bracht 700 wandelaars op het been voor de 10de editie van de Soepgroententocht van Gijope. Wandelclub Comité 2000 Ename beloofde een mooie herfstwandeling langs een vernieuwd en verrassend parcours.



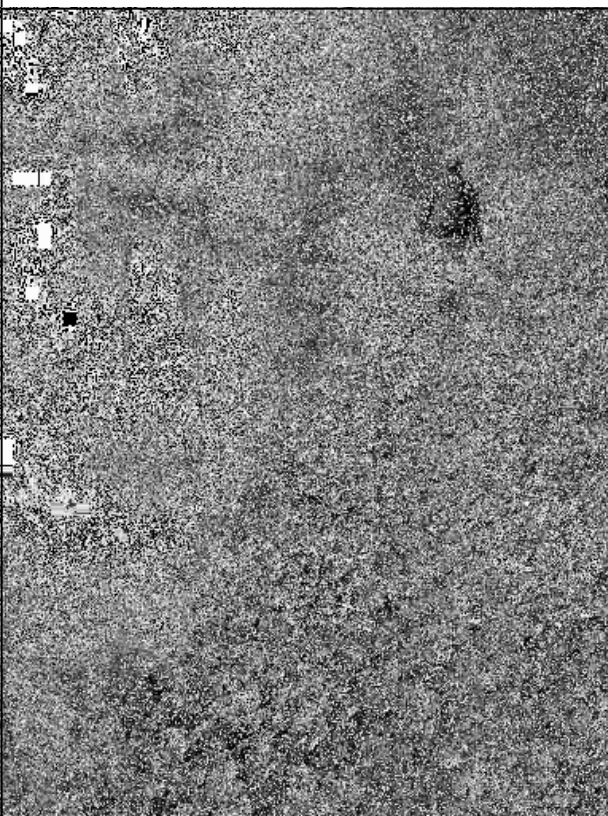
De dorpskern van Ename op zich is al een bezoekje waard. Het ganse dorp ademt geschiedenis uit. Er is niet enkel de archeologische site met de restanten van de oude Benedictijnenabdij. In het dorp treft de wandelaar de prachtig gerestaureerde St-Laurentius-kerk met Mariagrot. De dorpspomp en schandpaal herinneren eveneens aan de vroegere heerlijkheid. Wat verder heel toepasselijk voor deze dag het Allerheiligenkruis op het dorpsplein. En uiteraard het PAM (Provinciaal Archeologisch Museum) gevestigd in het historische huis Beernaert, net naast de kerk.

Met heel wat historische achtergrond kon men dus de wandeling aanvatten. Onderweg konden talrijke stukjes natuurgebied ieder bekoren. Op

een van de heuvels ietsje ten zuiden van de dorpskern ligt 't Bos van Ename. Een historisch-

ecologisch uitzonderlijk gebied dat in de middeleeuwen nauw verbonden was met de abdij. Maar ook de talrijke oude meanders en het nabijgelegen natuurgebied de Reytmeersen vormden unieke groenparels in dit mooi stuk Scheldegebied.

Via de Reytmeersen bereikte men Welden, gelegen tussen de heuvels der Vlaamse Ardennen en aan de rechteroever van de Schelde. Het dorp typeert zich landelijk, een dorp dus van boeren en veehouders met de kleine Romaanse Sint-Martinuskerk als bakens. Op

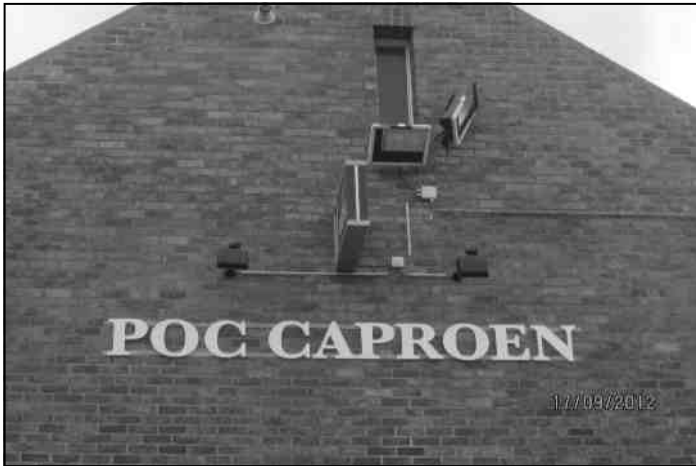


het kerkhof bevindt zich een opmerkelijke grafkapel van Hendrik-Karel Lambrecht bisschop van Gent. De kapel der Congregatie daterend uit 1870 draagt een lange geschiedenis met zich mee. Ze werd destijds gebruikt voor zondagsschool, lering en andere godsdienstige oefeningen. Daar de schoolwet van 1879 besliste dat elke gemeente minstens een officiële staatsschool moest bezitten, werd de kapel vlug in schoollokaal herschapen, terwijl men naast de pastorie in allerijl de nieuwe school bouwde. Tegenwoordig is het Sint-Maartenshuis er ondergebracht. Een ontmoetingscentrum en dus dienst doende als rust van deze Soepgroententocht. Met de befaamde Ohiobrug over de Schelde en een stukje Nederename werd de terugweg aangevat. Alwaar voor elkeen een pakket bekende soepgroenten van Gijopé stond te wachten.

Uit de wandelgazette, geschreven door admin



# Rondom Bredene 17 /09/2012



## Kerstwandelen met de Keignaerttrippers



Voor het tweede deel van ons zondag uitje verplaatsen we ons naar Oostende, Koningin der Badsteden. Vanuit het KTA organiseren de Keignaerttrippers haar ` wandelen in Oostende met Kerstlicht ` . Met de feestperiode in zicht de ideale gelegenheid om bij valavond de kerstsfeer op te snuiven. Het is inmiddels bijna 17 uur als we de wandeling in de kerststad Oostende aan Zee aanvatten. De club opteerde voor een drielussenomloop langs de voornaamste bezienswaardigheden van Oostende geguld in een feeërieke kerststemming. Tegen de gewoonte in beginnen we met lus C. Het brengt ons in eerste instantie voorbij het Maritiem Instituut Mercator, waarna we via de achterkant het hazenpad kiezen van de Marinekazerne en de oude watertoren. Zo een wandeling in het stad beperkt het tempo, op sommige plaatsen worden we immers abrupt opgehouden door het verkeer en talrijke rode lichten. Het groene Maria Hendrikapark wordt in eerste instantie links gelaten, waarna we via de Boterput en talrijke schoolgebouwen de Vogelzangwijk opzoeken. Eenmaal de Sint-Janskerk voorbij, blijven we wat rommelen tussen de woonhuizen van het Westerkwartier. Een wijk met een rijke sociale geschiedenis. Krijgen hierna een ver blik op de befaamde Wellington renbaan, waarna de terugweg wordt ingezet via de Heilige Hartkerk en de Alfons Pieterslaan met zijn talrijke winkels. Het geheel mondt uit op de ` Petit Paris ` , meer dan een begrip in Oostende. De naam van een wijk net buiten het historische centrum, waar nogal wat gebouwen staan uit de Belle Epoque. Via de achterkant van het stadhuis en zicht op de Mercator belanden we terug in de startzaal.



Niet getreuzeld , we vatten meteen lus B aan. Via The Belgian Netherlands Mine Warfare School vatten we de lus aan, nippen nu wel heel eventjes van het Maria Hendrikapark en haar oude watertoren. Komen voorbij de Kariatiden, twee vrouwenbeelden die gebruikt worden als pilaar of pilaster. Kariatide is een samengesteld Grieks woord dat letterlijk 'priesteres uit Karyae' betekent. Via de Joodse Synagoge komen we de katholieke St-Jozefkerk voorbij. Inmiddels valt de duisternis boven Oostende, het kan de gezelligheid alleen maar verhogen. Ter hoogte van het Casino mogen we de zeedijk op. Merkelijk heel wat drukker op de dijk , die we volgen tot aan de Gaanderijen. Via het

zwembad wandelen we de gerestaureerde Koninginnelaan in om rechtdoor te wandelen richting het Spaans Paviljoen. We krijgen zowaar tot nog een strook groen met het Maria Hendrikapark. Duiken het vrij donkere park in, waar de kraaien immens kabaal maken. Draaien wat rond de Koninginnevijver , maar door de duisternis is het vooral goed opletten geen pijl te missen. Waarna we via de steltplaats van de Lijn andermaal de start bereiken.



Bij de inschrijving werd ons een bonnetje gegeven voor een opkikkertje. Tijd dus om ons naar de jeneverbar te begeven , alvorens lus A aan te vatten. Achteraf gezien toch wel de apotheose van de wandeling met een heerlijke doortrek van het gezellig verlichte stadscentrum. Starten via de Mercator , ditmaal prachtig gehuldigd in een feestelijk lichtornament. Via het stadhuis maakt het Leopoldpark haar opwachting. Hier staat het befaamde bloemenuurwerk, in deze tijd van het jaar the place to be voor een fraai fotootje. Het Marie Joseplein en Wapenplein volgen elkaar vlug op. De ijspiste met enkele leuke kerstkraampjes geniet onze aandacht. Stappen een tweede maal voorbij het casino , maar kiezen nu resoluut de andere kant van de dijk uit met de veelbesproken Rock Strangers ter hoogte van het Zeeheldenplein. Stappen verder via de jachthaven en de welgekende vistrap, waar ze bezig zijn met de opkuis en de meeuwen halsstarrig kijken of ze geen vangst kunnen te grazen nemen. En dan volgt natuurlijk met de kerstmarkt het hoogtepunt van de wandeling. We worden er opgenomen in de gezelligheid van de talrijke kraampjes en foorattracties. Met de Amandine en het prachtig verlichte Oostendse station wordt een einde gebreed aan deze heerlijke kerstwandeling.



Bron: Wandelgazette - Geschreven door Stefaan Bailleur op 16-12-2012

# Oostende met Kerstlicht

Enkele sfeerfoto's van onze medewerkers, zonder hen kunnen we geen wandeltochten inrichten!!!



Danny geeft uitleg over de verschillende lussen



Veronique en Marianne aan de pannenkoeken



Lucienne en Pat aan de afwas, stel je eens de berg afwas voor van 1922 deelnemers



Ivan en Ronny schenken een gratis Jenever uit

En dan niet te vergeten, zij die instonden voor de bepijling, de inschrijvingen, de bonnetjesverkoop, de afstempeling, de shop, de catering, het plannen van de wandeling en de administratieve zaken. En we mogen natuurlijk de Kerstman



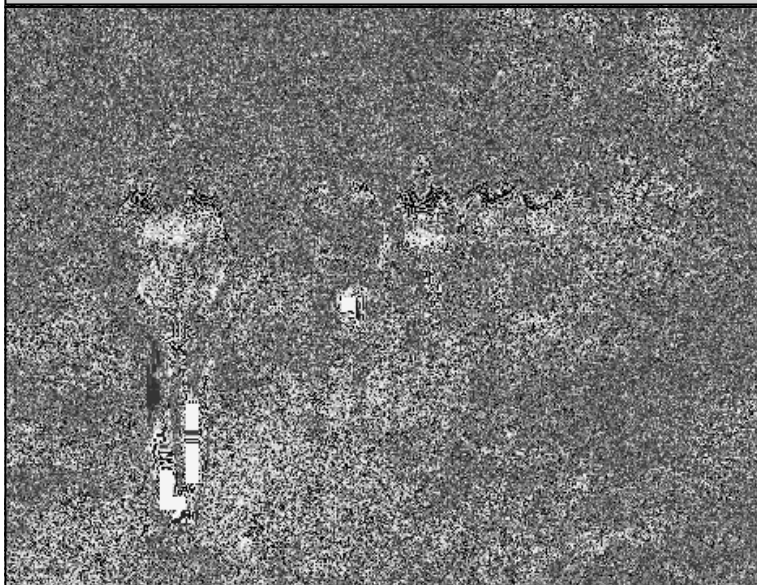
niet vergeten. En de medewerkers die de zaal hebben klaargezet en s'avond alles terug opgeladen hebben en de zaal gereinigd hebben.

Ik kan zo wel nog een eindje doorgaan want het is een enorme klus. Eddy

Voel je je geroepen om ook eens medewerker te zijn neem dan contact op met Francois ☎+32477658841



# Nordic walking kan gezondheid schaden



Nordic walking blijkt toch niet zo gezond te zijn als soms wordt beweerd, schrijft het gezondheidsmagazine Bodytalk in zijn nummer van mei. Het magazine wijst op de lichamelijke blessures die de populaire sport met zich kan meebrengen.

## **Commercieel succes**

Het succes van nordic walking is vooral te danken aan commerciële initiatieven die deze vorm van intensief wandelen promoten als ideaal voor onder meer de gezondheid, het gewichtsverlies en het energieverbruik. Die voordelen van de sport worden vaak voorgesteld als wetenschappelijk bewezen, maar niets is minder waar. Sinds 1995 verschenen er nauwelijks vijftien oorspronkelijke studies over nordic walking en veel valt er niet uit op te maken.

## **Nauwelijks meer energie verbruiken**

Er wordt gezegd dat je bij nordic walking meer energie verbrandt dan tijdens gewoon wandelen. Er wordt echter nooit vermeld hoeveel energie. Een studie wees uit dat nordic walkers nauwelijks vijf procent meer energie verbruiken dan bij het gewone wandelen.

## **Belasting knieën**

Een andere bewering is dat het de knieën ontlast. Recent onderzoek bewijst echter het tegendeel. Bij nordic walking worden langere en meer verende passen gezet. Daardoor komt de hiel met meer kracht neer op de grond en stijgt de belasting van de gewrichten.

## **Kans op struikelen**

Het stappen met stokken is behoorlijk veilig maar het kan toch letsels en ongevallen veroorzaken. Door het gebruik van de stokken is de kans op struikelen namelijk groter. Dat kan een breuk of ontwrichting aan de hand of schouder veroorzaken. Toch blijft de sport zinvol voor iedereen die zijn conditie wil verbeteren. Hoe meer energie je erin steekt, hoe groter het effect. (belga/vsv)

Bron Het Laatste Nieuws

## **Afstempelen van de 'oude' wandelboekjes in 2013?**

In 2013 kunnen alle AKTIVIA-leden hun speciale wandelboekje voor 40 jaar AKTIVIA laten afstempen, na 25 stempels/wandelingen hebben zij hun T-shirt dubbel en dik verdiend! Aangezien dit een speciale spaaractie betreft naar aanleiding van 40 jaar AKTIVIA, kunnen ook de gewone wandelboekjes afgestempeld worden tijdens deze periode. Sommige wandelaars zullen in de praktijk dus graag 2 stempels krijgen, zowel in hun nieuwe als in hun oude wandelboekje. Dit vormt dus GEEN probleem, beide stempels kunnen gerust gezet worden.

## **HUMOR**

We hadden ons klaargemaakt om te vertrekken naar het oudejaarsfeest. We lieten het nachtlichtje branden, zetten het antwoordapparaat aan, hingen een handdoek over het kooitje van de parkiet en de kat werd buiten gelaten. We belden een taxi ... en als deze er aan kwam gingen we naar buiten. Van zodra we buiten kwamen schoot de kat terug naar binnen. We wilden haar niet binnen sluiten daar ze het op de parkiet gemunt had. Mijn vrouw ging al in de taxi zitten terwijl ik achter de kat aan moest. De kat rende de trap op en ik zette de achtervolging in. Mijn vrouw die in de taxi zat te wachten, wou niet dat de bestuurder wist dat het huis verlaten zou zijn vannacht. Dus vertelde ze de chauffeur : " Hij is nog even naar boven om mijn moeder een goede nacht te wensen..." Enkele minuten later zat ik in de taxi: " Sorry dat het zo lang duurde" zei ik " maar die stomme trut had zich weggestopt onder het bed. Ik heb haar met een kapstok moeten porren om haar er onder uit te krijgen. Dan wou ze weglopen maar ik heb haar bij haar nekvel gegrepen. Dan heb ik haar in een deken moeten draaien om te voorkomen dat ze me zou krabben! Maar 't is gelukt, ik heb haar met haar dik lijf beneden gekregen en ik heb haar in de tuin gezwerd ! Hopelijk kakt ze vannacht weer niet op mijn groenten !"

## Wandelaars genieten van Oostende in Kerstlicht

OOSTENDE - Wandelaars uit het hele land namen op zondag 16 december deel aan de eerste lustrumeditie van Oostende in Kerstlicht. Deze wandeltocht doorheen een in Kerst sfeer badende kuststad werd in goede banen geleid door dertig medewerkers van de wandelclub De Keignaerttrippers (foto). Aan de wandeling namen niet meer dan 1.922 stappers deel. De club De Bavostappers uit Zittaart (provincie Antwerpen) vaardigde het grootste aantal deelnemers af. De volgende afspraak vormt 17 februari 2013 in Duin en Zee, voor de 40ste wintertocht. Niet toevallig blaast de Keignaerttrippers straks ook zelf 40 kaarses uit. (foto BVO)



BRON: De Zeewacht 21/12/2012

**PUZZELHOEKJE**

Onder de inzenders die het juiste sleutelwoord hebben ingezonden uit het vorig clubblad werd Adriën Croes uitgeloot als winnaar, eerstdaags Ontvangt hij 405 punten.



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1							■									
2		■					■				■	■	■			
3				■		■	■			■						
4		■				■	■						■			
5							■				■					■
6			■	■	■	■	■	■	■	■	■		■			
7					■		■						■			
8			■				■								■	
9			■				■			■		■				
10		■														■
11				■	■	■	■				■		■		■	
12														■		■
13																

**HORIZONTAAL**

1. Gemeente in de Prov. O/VI - wilsbeschikking.
2. Gerecht met hoofdzakelijk rauwe groenten - Trans Europ Express (afk.)
3. Edelgas - voorzetsel - Brussels monument.
4. Motor Toerisme Oostende (afk.) - vochtig - boom.
5. Rekbaar - straat met bomen.
6. Ieme - SLEUTELWOORD - beharing op de bovenlip.
7. Gedachte - Gemeente in W/VI. - meisjesnaam - tijdperk.
8. Dubbele klinker - Nikkel (afk.) - officiële documenten - Ante Meridiem (afk.).
9. Fabrique Nationale (afk.) - meisjesnaam - Engelse arend.
10. Dienstboden - Anagram van "steun".
11. SLEUTELWOORD - after midnight (afk.)
12. Bolgewas (Mv.) - specerij - muzieknoot
13. Sfeervolle verlichting.

**VORIGE OPLOSSING**

V	E	R	M	E	N	I	G	V	U	L	D	I	G	E	N	
Y	L	■	■	O	P	E	N	■	E	S	P	■	N	O	R	A
G	■	S	N	O	E	I	M	E	S	■	A	B	T	■	L	
E	I	N	D	■	F	A	■	■	T	R	O	E	L	A	■	
N	■	O	R	■	J	O	D	E	N	■	G	E	N	O	T	
B	L	O	E	M	E	N	E	I	L	A	N	D	■	Z	E	
L	■	K	C	■	S	T	I	F	T	■	■	E	T	E	N	
A	K	E	L	A	■	E	R	E	■	B	A	L	A	N	S	
D	O	R	A	■	T	R	A	L	I	E	S	■	L	■	C	
E	R	■	M	■	S	E	■	■	K	L	■	M	I	H	■	
R	■	N	E	■	A	N	N	E	■	C	O	B	R	A	■	
E	R	A	■	N	A	■	V	E	E	R	■	R	A	A	P	
N	A	T	U	U	R	■	W	A	N	D	E	L	I	N	G	

- VERTICAAL** 1. Soort steak. 2. Afzien - id est (afk.). 3. Aangename geur - spleet. 4. Kleine hoeveelheden voedsel - Nederlandse spoorwegen (afk.). 5. Thans - Oostendse taxi onderneming (afk.) - vertragingsstoestel. 6. Anagram van "wet" - zijn -stad aan de Cote d'azur. 7. SLEUTELWOORD 8. Kever - Chief executieve officer (afk.) - vorm van eten - public relations (afk.). 9. Boom - Koninklijke Horeca Nederland (afk.) - diersoort. 10. Dierenverblijf - overdekkingen - Griekse letter. 11. Aanleg -droog (wijn). 12. Familielid - luizenai - rhodium (afk.). 13. Spil - National Aeronautics and Space Administration (Afk.). 14. Jongensnaam - gom. 15. Deel van het gelaat - via de mond - binnenen. 16. Gemoedsaard.

Dit kruiswoordraadsel is enkel bedoeld voor leden van de wandelvereniging "De Keignaerttrippers", indien u wenst deel te nemen, gelieve het sleutelwoord in te vullen en onder gesloten omslag vóór 10 maart 2013 met de vermelding "Kruiswoordraadsel" te deponeren in de brievenbus van de Keignaerttrippers. U kunt het ook opsturen naar het volgend adres :

Legein Eddy, Kerkgoedstraat 32 8400 Oostende, of met e-mail versturen naar [eddy.legein@telenet.be](mailto:eddy.legein@telenet.be)

Onder de juiste inzendingen wordt een prijs verloot.  
**VERGEET UW NAAM NIET IN TE VULLEN!!!!!!!**

NAAM.....AKTIVIANUMMER.....

SLEUTELWOORDEN:



Prachtige zonneterras  
Gezellig restaurant

Zomer: 1 april - 11 november  
alle dagen open vanaf 9.30 u.

Winter: zat / zon / of op aanvraag

Nieuwpoortsesteenweg 634  
8400 Oostende

Tel. 059 30 62 44 - Fax 059 30 62 43

E-mail: walrave@pandora.be - Site: www.walrave.com

NV ORCA - RPR Oostende - BTW BE 0455.528.529

## AANVRAAG WANDELKLEVERS

"De Keignaertrippers Oostende W-VL011"

Datum: .....

Aktivianummer:.....

Naam: .....

Voornaam: .....

Adres: .....

Postnr.: .....Gemeente.....

@Mail: .....

Tel: .....

GSM : .....

Ik voeg hierbij 50 punten of €1.25 en kom  
ze halen in het lokaal.

Ik voeg hierbij 70 punten of €1,75 en laat  
ze opsturen.

**Ter attentie van Wilfried De Groote in de  
brievbus van het lokaal deponeren  
A.U.B.**



## Café De Sportwereld

Bij Karine & Bernard

Nieuwedokstraat 12

8400 Oostende

Gesloten op Dinsdag

059/80.46.56

Gratis zaal voor uw feesten

Timmer- & Schrijnwerkerij

**Marc Vandenbogaerde**

Ramen hout-pvc-alu  
Alle maatwerk  
& meubels



Sluizenstraat 180 - 8450 Bredene

Tel. 059/32 05 68 - Fax 059/33 12 92 - GSM 0475/46 78 01

www.vdbogaerde.be



KARNAVALBOETIEK

**"NEROPO"**

VERHUUR VAN KARNAVALKLEDIJ

Dorpstraat 23

8460 ETTELGEM

Tel: 059 26 72 60

GSM: 0477 448 104

info@neropo.be  
www.neropo.be



# Het stapblad van de Wandelsportvereniging De Keignaertrippers Oostende

**AKTIVIA 011**

Naam .....

Datum 27-nov-12

	Datum	Naam van de activiteit	Alle gewone tochten Km	Wisselbekertochten Km	Eigen tochten en busreizen Km	Vergaderingen en andere activiteiten X
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
<i>Totaal van de kolommen</i>						

Gelieve het stapblad **volledig in te vullen** en **uit te rekenen** a.u.b. *Km Km Km*  
**OOK ONDERAAN**

	Pt	Aantal	Punten	Km
5		Alle gewone wandeltochten		
10		Wisselbekertochten		
20		Eigen tochten en Busreizen		
		<b>totaal aantal tochten</b>	/	/
20		Vergaderingen en andere activiteiten		
<b>Totalen</b>				



Sabine & Wim

Tea-room en restaurant  
Open maandag t/m zaterdag van 9u tot 18u

[www.bistrovangogh.be](http://www.bistrovangogh.be)  
[wim.demey1@telenet.be](mailto:wim.demey1@telenet.be)



Torhoutsesteenweg 601  
Tel. 059 50 20 16

8400 Oostende  
BTW BE 457426 066

## Oproep... oproep... gezocht

Koenraad, die zeer slechtziend is, wordt op diverse wandelingen vergezeld door Annita; maar het gebeurt dat Annita op vakantie is, of ziek is. En dan heb ik niemand om te wandelen. Vandaar mijn vraag en oproep: wie wilt mij als zeer slechtziende eens vergezellen op een wandeling. Ik ben zeer flexibel wat betreft afstanden en uurregeling en ik ben zelfs bereid tussen te komen in de verplaatsingskosten. Voor meer informatie kunt u steeds contact opnemen met Koenraad lecluyse Tel. 059 50 81 98  
Gsm. 0475 84 00 86  
e-mail: [info@hetduinenhof.be](mailto:info@hetduinenhof.be)  
Alvast bedankt, Koenraad



# BJcreate

Trappen, leuningen, terras en gevelbekleding

0472 10 40 10 - [john@bjcreate.be](mailto:john@bjcreate.be)

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



[www.keurslager-derycker.be](http://www.keurslager-derycker.be)

[Keurslager.derycker@pandora.be](mailto:Keurslager.derycker@pandora.be)



*Kwaliteit, elke dag opnieuw*

1<sup>ste</sup> Keus

**RUNDVLEES UIT  
EIGEN BOERDERIJ**

**KEURSLAGER DERYCKER**

Torhoutsesteenweg 46,  
8400 Oostende

Tel 059/70 23 07 Fax 059/70 32 08

Torhoutsesteenweg 102  
8400 Oostende  
059-70 39 06

**H** Patisserie  
**ioco**

<b>KAART - en RUMMICUB</b>						
<b>Klassement</b>				<b>21-12-2012</b>		
Plaats	NAAM	Inhaal Beurt	Aanwez. Punten	Partij Punten	Partij-+Aanwez, Punten	Kaart Punten
1	Heuvicq Caroline		4	14+06=20	24	1209
2	De Vlaeminck Leo		3	18+02=20	23	1194
3	Verlet François		4	14+03=17	21	1057
4	Pille Ronny		3	16+02=18	21	1035
5	Vandenabeele Yvan		3	14+02=16	19	1291
6	Charlier Thierry		4	08+06=14	18	944
7	Devriendt Rudy	X	2	04+12=16	18	548
8	Nys André		3	08+06=14	17	1086
9	Vansteene Simonne		4	10+02=12	16	1176
10	Defever Raymond		2	12+02=14	16	1138
11	Verlet Jeannine		4	08+02=10	14	1144
12	Schuyesmans Jean		4	08+02=10	14	1001
13	De Braekeleer Danny		4	08+02=10	14	978
14	Lenaert Claudine		4	08+02=10	14	876
15	Kimpe Roger	X	2	08+02=10	12	984
16	Vandenabeele Dorine		4	06+02=08	12	913
17	Vansevenant Carolus		4	06+02=08	12	789
18	Vandenameele Eliane		2	04+04=08	10	1018
19	Vanhuyfte Winny	X	2	04+04=08	10	936
20	Lauwers Fernand		4	04+02=06	10	886
21	Verbandt Charles		1	00+08=08	9	566
22	Vandewalle Simonne		1	05+00=05	6	600
23	Soete Lucienne		1	02+00=02	3	211
<b>Rummicub Klassement</b>						
Plaats	NAAM	Inhaal Beurt	Aanwez. Punten	Partij Punten	Partij-+Aanwez, Punten	Straf Punten
1	Scharmin Bianca		4	26+08=34	38	206
2	Hoste Chantal		4	24+06=30	34	199
3	Dehaemers Cecile		4	16+10=26	30	248
4	Declerck Palmire		4	14+00=14	18	329
5	Verkeyn Jacqueline		3	10+02=12	15	237
6	De Snijder Annita	X	3	02+08=10	13	366
7	Vanthuyne Andréa	X	2	04+04=08	10	250
8	Peere Irène		1	00+00=00	1	214
9	Hamelton Els		0	00+00=00	0	0
Roger Kimpe & François Verlet						

**Retouradres:**  
**WSV De Keignaertrippers**  
Rudy Devriendt  
Kan. Dr. L. Colensstraat 8  
8400 Oostende

Driemaandelijks tijdschrift P809014  
Afgiftekantoor 9550 HERZELE

België - Belgique  
**P.B.**  
9550 HERZELE  
3/1354

**VOOR  
AL UW**

*Verzekeringen, diverse maatschappijen*

één adres

*Gerolf Vermeersch*

**Verzekeringsmakelaar**

Nieuwpoortsesteenweg 35 - 8400 Oostende  
Tel:059/707.209 - Fax:059/803.196  
@mail: gerolf.vermeersch@skynet.be

FSMA 25848 C-aB  
Ondernemersloket: 0854.141.121.