

www.keignaerttrippers.be

't KEI-ARTJE



Jaargang 46 april-mei-juni 2019 Nr 2
Driemaandelijks tijdschrift

Wandelsport
Vlaanderen  vzw

Kaart- en rummicubavonden 2018-2019

- vrijdag 29 maart 2019
- vrijdag 26 april 2019
- vrijdag 24 mei 2019
- vrijdag 28 juni 2019
- vrijdag 26 juli 2019
- vrijdag 16 augustus 2019
- **Viering kampioenen – vrijdag 23 augustus 2019**

Verantwoordelijke contactavonden:

- Yvan Vandenaabeele en Caroline Heuvicq : 0471/898602- 0473/212785
- Linda Van Hoof en Daniel Vanmassenhove: 0473/504085 - 0479/882177

Cluborganisaties 2019

- Zondag 31 maart 2019: 46° Lentetocht
- Zaterdag 06 april 2019: Busreis Engeland
- Zaterdag 20 april 2019: 10° Wandelen met Prins Karel en Ensor
- Donderdag 30 mei 2019: Busreis naar Zottegem – Oost-Vlaanderen wandelt – Plus wandeldag – 25° Egmonttocht
- Zaterdag 08 juni 2019: Jaarfeest 2019
- Maandag 17 juni 2019: 10° Rondom De Vosselag
- Zondag 30 juni 2019: Busreis naar Holsbeek - Vakantietoct
- Woensdag 17 juli 2019: 9° Rondom De Keignaert
- Zondag 11 augustus 2019: 4° Stormvogeltocht – De Kust Wandelt
- Zaterdag 31 augustus 2019 tem 07 september 2019: Wandelweek Duitsland
- Zondag 15 september 2019: Busreis naar Zegelsem – 18° Kasseidorptocht
- Zaterdag 05 oktober 2019: Busreis naar Tervuren – 43° Internationale Herfsttocht
- Zondag 15 december 2019: 12° Wandeltocht Oostende in Kerstlicht

Aanbevolen tochten **april – mei - juni 2019**

Deelname aan een aanbevolen tocht levert je 10 punten op.

- vrijdag 05 april 2019: 8755 Ruiselede – Rondom Ruiselede
- Donderdag 11 april 2019: 8620 Nieuwpoort - Jachthaventoct
- Zaterdag 13 april 2019: 8430 Middelkerke - Lentekriebelwandelttoct
- Maandag 22 april 2019: 8020 Oostkamp – 44° Houtlandtoct
- Zaterdag 27 april 2019: 8490 Zerkegem – 31° Parel van Groot-Jabbeke
- Woensdag 1 mei 2019: 8680 Koekelare – 33° Grote Westpoldertoct
- Zaterdag 04 mei 2019: 8370 Blankenberge – 50° Internationale Tweedaagse van Vlaanderen
- Zaterdag 11 mei 2019: 8420 De Haan – 17° Voorjaarstoct
- Zaterdag 25 mei 2019: 8310 Sint-Kruis – Door het Brugse Ommeland
- Zondag 02 juni 2019: 8680 Koekelare – 37° Bezantentoct
- Woensdag 05 juni 2019: 8820 Torhout – 26° Wijnendalebosttoct
- Zondag 16 juni 2019: 8310 Assebroek – 31° Haverlotoct
- Vrijdag 28 juni 2019: 9880 Lotenhulle - Midzomertoct
- Zaterdag 29 juni 2019: 8670 Oostduinkerke - Paardenvissertoct

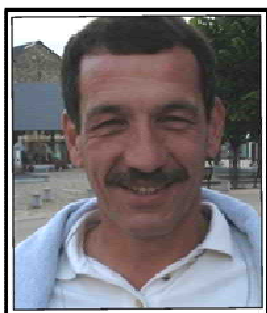
WSV De Keignaerttrippers Oostende vzw

gesticht op 31 oktober 1973

Lid Wandelsport Vlaanderen 5011 - Lid Sportraad Oostende - Lid IVV

- **Maatschappelijke zetel**: 8400 Oostende, Kan. Dr. L. Colensstraat, nr 8
- **Ondernemingsnummer**: 0413.772.405
- **Bankrelaties**: BE22 0010 6781 9547
- **Clubblad**: 't Kei-artje (verschijnt driemaandelijks)
- **Lokaal**: "De Controlepost" open iedere zondag van 17.00 uur tot 19.00 uur

Dagelijks bestuur



Voorzitter - secretaris

Rudy Devriendt
tel: +32593345
Gsm: +35478456094
wsv.keignaerttrippers.oostende@telenet.be

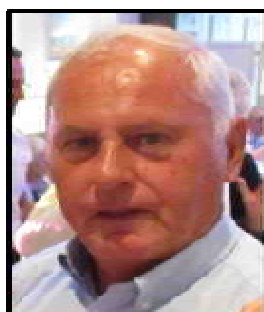


Penningmeester

Danny De Braekeleer
tel: +3259238565
Gsm: +32468100154
danny.de.braekeleer1@proximus.be

Verslaggeving

Ivan Lecluyse
tel: +3259238565
lecluyse.ivan@gmail.com

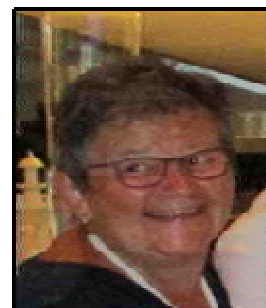


Ledenbeheer

Lucien Mettepenning
tel: +3259322224
Gsm: +32498869421
lucien1951@outlook.be

Verantwoordelijke waren:

Linda Van Hoof
tel: +3259323098
Gsm: +32479882177
lindaniel@skynet.be



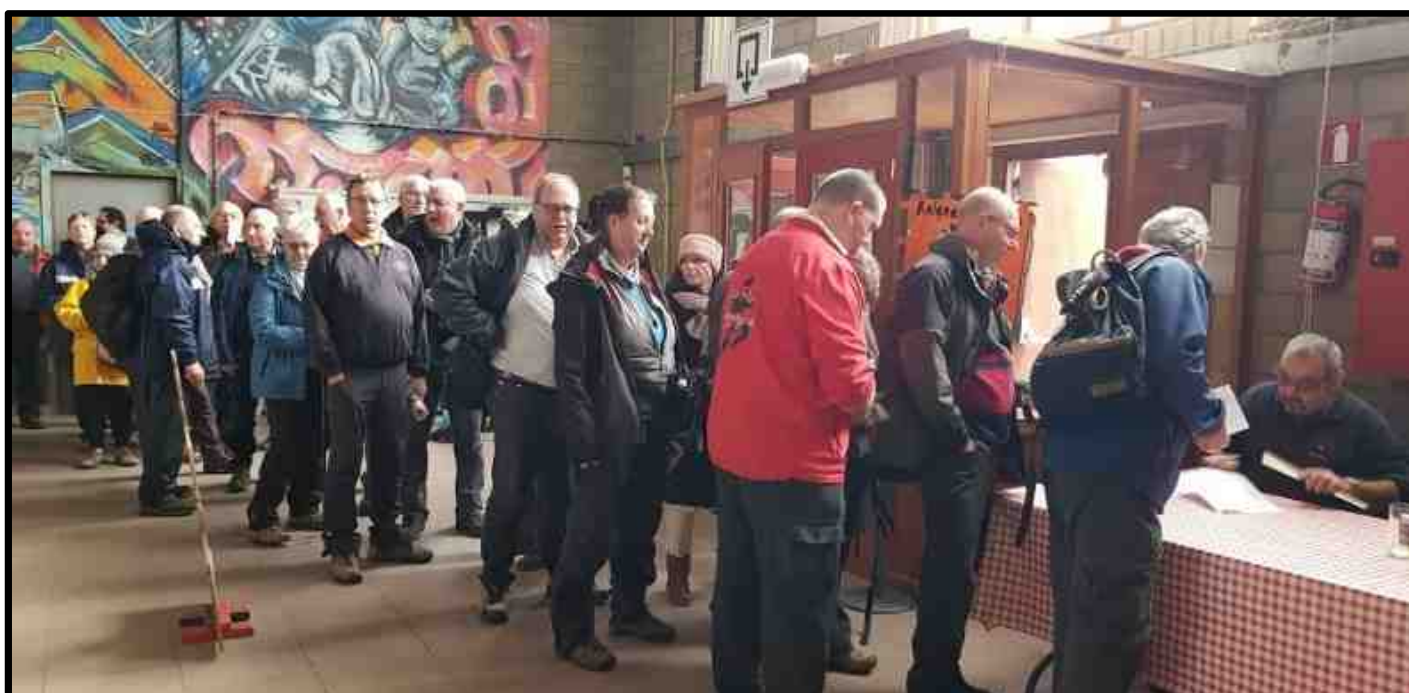
Werkgroep

- Puntenbeheer: Wilfried De Groote
- Webbeheerder: Yves Vanhove
- Materiaalmeester: Daniël Vanmassenhove
- Shop: Cecile De Hamers

Butterkoekentocht 2019



Zondag 27 januari 2019 was het weer verzamelen geblazen voor onze leden. Het wandeljaar 2019 werd geopend met de jaarlijkse "Butterkoekentocht". Zoals vorig jaar konden de wandelaars kiezen voor een wandeling van 8, 15, 25 of 30km. Omstreeks 16.00 uur werden alle leden uitgenodigd voor de "Butterkoeken" met een tas koffie, chocomelk of glühwein. Deze gezellige dag werd afgesloten met een "happy hour". 117 leden namen deel aan deze wandeling.



Treinreis zondag 17 februari 2019

Munkzwalm – 6° Zwalmse 12-Dorpentocht

Op Stap Zwalm (3529)



Op deze zondagochtend verzamelden 32 kei'tjes om de boemeltrein te nemen naar Munkzwalm om hun 12-Dorpentocht te kunnen doen, een rit van 1 uur 45 minuten stond ons te wachten. Voordeel, geen enkele keer moeten overstappen. Ginder bleek al snel dat er veel mensen het zelfde idee hadden want er was een massa aanwezig. Het parcours viel best te pruimen, veel natuur, eens bij de rivier de Zwalm dan weer eens een paar kreken of veldwegels met mooie panoramazichten. Wat minder was, was de aanduidingen zowel onderweg als in de zaal. Blijkbaar hebben ze in het kader van besparingen gekozen om de cijfertjes en lettertjes microscopisch klein te maken, want iedereen plakte met de neus op het bord om het te kunnen zien. Ook onderweg stond er geen aankondigingen voor splitsingen of ook geen borden om je te zeggen op welke afstand je zat (op een paar na, die dan niet nodig waren) hetgeen die me zelf dan op het verkeerde been zette. Gestart voor 15 kilometer op een gezapig tempo vanwege tijd genoeg bleek na de rustpost dat we op de 21 kilometer terecht gekomen waren, pas opgemerkt toen we weer aan de rustpost uitkwamen toen we feitelijk aan de zaal hadden moeten aankomen. Toen hebben we het tempo serieus moeten opdrijven om nog op tijd aan te komen, vooral omdat de 21 kilometer op gps zo goed als op 24 kilometer uitkwam. Om de

terugreis aan te vatten had de trein een vertraging van 15 minuten, maar al bij al stonden we toch om 17.30 uur terug in Oostende. Conclusie, de aanduiding was minder maar wel een mooie tocht.

Groeten en tot een volgende,
Danny

Er waren 3968 wandelaars aanwezig op deze wandeling.





**Duindoornstraat 25
8450 Bredene**

De nieuwe taverne van Kathleen en Steven, de vroegere uitbaters van het onder-tussen gesloopte "Volkshuis" aan de Vosseslag te De Haan, ligt aan kampeerverblijf Hippodroom van de familie Zwaenepoel. De zaak kreeg de naam Hippo 12, verwijzend naar de Hippodroom en verwijzend naar het campingnummer die destijds werd toegekend aan alle Bredense kampeerterreinen.

Hippo12 is een gezellige taverne met een zonnig terras waar de toeristen, wandelaars en Bredenaars volop kunnen genieten van overheerlijke snacks, lekkere pannenkoeken en smaakmakende ijsjes. Je kunt er ook terecht voor heel wat speciaal-bieren die getapt worden met grootse zorgvuldigheid.

Openingsuren :

Maandag, dinsdag
en weekend 10u tot

Woensdag open tot 22u
DONDERDAG SLUITINGSDAG
Vrijdag open vanaf 17u tot ...

Vanaf nu ook Hippo Beach

De Hippo Beach is gelegen aan strandpost 6, juist naast het naaktstrand, en zal open zijn maandag, dinsdag en woensdag van 14 tot 19 uur.

Vrijdag, zaterdag en zondag van 13 tot 19 uur.

In het seizoen of vakantie zal de Hippo Beach open zijn alle dagen van 11 uur tot zonsondergang.

Bij slecht weer gesloten.

De Krak van Gistel - Jacky Mergaert



Jacky was eigenlijk al genomineerd zonder dat hij het wist. Marc Vansevenant belde hem op met de vraag of hij het zag zitten om genomineerd te zijn als Krak van West-Vlaanderen regio Gistel en dit omwille van zijn vrijwillige inzet in tal van organisaties.

Jacky Mergaert is 67 jaar jong, gepensioneerd beroepsmilitair. "Fantastische carrière beleefd bij de Marine, zowel aan boord als op land!", lacht de aimabele Gistelnaar. "Ik ben trouwens nog steeds lid van de Marineclub. Een paar keer per jaar zie ik ex-collega's en vrienden terug van zowel bij de Marine als bij de RMT. Allemaal gasten die precies zoals ik gevaren hebben. Ook ex-militairen uit Duitsland zijn daar aanwezig. Wij noemen ze nog steeds de Kaki's", grapt onze krak.

Jacky Mergaert is gelukkig getrouwd met de uit Londen afkomstige Pat Barnes, trotse papa van twee dochters en fiere opa van zijn vier kleinkinderen. Pat baatte indertijd de wasserij en droogkuis uit rechtover de post. "Onze twee dochters Nathalie en Vanessa met de vier kleinkinderen wonen dichtbij in de buurgemeente

Eernegem (Groot-Ichtegem)", glundert Jacky.

Pasar

In de beginjaren tachtig startte Pat als medewerkster bij Vakantiegenoegens (oorspronkelijk vanuit de christelijke vakbond in 1938 opgericht, met als doel de arbeider te leren omgaan met het nieuwe fenomeen 'vakantie'). Jacky was toen al in '82 kampeerverantwoordelijke en evolueerde in '92 naar de functie van secretaris. "Vroeger was Vakantiegenoegens de top inzake kampeertoerisme. Ook kampen in Nederland, Frankrijk en Duitsland heb ik georganiseerd", herinnert Jacky zich levendig. "Destijds was er minder sprake van recreatieve fiets- en wandelvakanties. Dat is pas gekomen enkele jaren vóór de overgang naar Pasar vzw." En nog steeds regelt onze Krak kampeerreizen. Jacky enthousiast: "Iedereen die wil kamperen met Pasar Gistel mag mee! Zelfs mensen uit Oudenburg, Oostende, Kortemark en Langemark gaan mee. Een twintigtal gezinnen elk met hun eigen caravan gaat nog elk jaar mee. Alles is door Pat en ik vooraf geregeld. Elke dag is een uitstap voorzien in de wijde omgeving." Jacky vult aan: "Er is aan mij een toegewijde leerkracht geschiedenis verloren gegaan. Bezienswaardigheden ontdekken en de nodige historische achtergrondinformatie doorgeven aan de medereizigers doe ik namelijk het liefst!". "Hoelang ik dat zal blijven doen?" vraagt Jacky zich af. "Ach, binnenkort in mei vertrekken we naar Arras met een groep. Pat en ik zijn daar al een week op voorhand om alles te checken en de laatste regelingen te treffen. De knieën spelen mij soms parten en de extra pensioenkilootjes doen geen goed, maar voor de rest geen klagen. Zolang ik kan doe ik voort!"

Bal-bal

"Ja, door die knieën ben ik wel gestopt met mijn passie. In voetbaltraining aan de jeugd geven was ik ook al een krak", grapt de vlijtige Gistelnaar. "Eerst 15 jaar trainer te Gistel, oprichter van Bal-bal samen met mijn goede vriend Marc Vandekerchove (zaakvoerder van de laatste bruine kroeg op de Oostendse Zeedijk, taverne De Floride). Ja ja, wij hebben Bal-bal geïntroduceerd in Gistel. Bal-bal voetbal was een boekje uitgebracht door voetbalcoach Freddy Quick om de jonge gastjes al spelenderwijs de basistechnieken bij te brengen. Wij brachten de theorie in praktijk. Ja, zelfs onze burgemeester Gauthier heeft nog bij mij Bal-bal voetbaltechniek en -tactiek aangeleerd!" "Met pijn in het hart ben ik destijds gestopt met training geven in Gistel", treurt Jacky. "Het voetbal in Gistel zat in een diepe put met opgestapelde schulden. 6 miljoen oude Belgische franken naar het schijnt. Een kostenvergoeding voor de trainers kon niet meer geschonken worden. Mijn verloop van Gistel naar Torhout had ik liever anders zien gebeuren. Mijn hart ligt in Gistel, maar ja, Torhout kwam met een mooi voorstel en de rest is geschiedenis...tja, Torhout was niet zoals KEG... andere mentaliteit..."

Stap mee voor het te laat is

Jacky Mergaert zet ook zijn beste beentje voor in enkele wandelsportverenigingen, onder andere voor de Keignaerttrippers, een Oostendse vzw. Bij de Midweekstappers (met de wijze slogan: stap mee voor het te laat is!) organiseert hij een tweetal wandelingen per jaar. De Midweekstappers valt onder de bevoegdheid van vzw De Ronsers, ontstaan in het Kortrijkse. "Elke week ga ik stappen met de Dinsdagstappers, oorspronkelijk opgericht door de luchtmacht te Koksijde als trainingsprogramma voor de Vierdaagse van de Ijzer en de Vierdaagse Mars van de Ardennen (nu Europese Mars van Herdenking en Vriendschap). Met hen ga ik wandelen, uiteraard elke dinsdag, haha! De organisatie van vroeger is stilgevallen. Dus daar organiseer ik een vijftal wandelingen per jaar en tevens daguitstappen, weliswaar voor een kleine vriendenkring. Nu in maart starten we vanuit Gistel een tocht van 14 km. De rustplaats is zelfs in Ter Warrebrug aan de Waerevaart die voor ons nog eens uitzonderlijk opent. De Gistelse wandelpaadjes kennen voor mij geen geheimen meer. Als de nieuwe schepen voor toerisme Ann Bentein mij vraagt om een wandelroutenetwerk in en rond Groot- Gistel uit te stippelen, ben ik meer dan bereid..." droomt Jacky hardop. (*De Krak Van Gistelroute, redactie MijnGistel*) "Zelfs fietstochten organiseer ik voor Pasar. Mijn vrouw en ik trekken steeds de kop en niet elektrisch hé!", weet Jacky mee te geven.

Onze beste vriend Lucien

"Ook pelgrimstochten onderneem ik al sinds 2009 met mijn drie beste vrienden Herman, Roger en Lucien. Niet echt uit religieuze overtuiging, eerder uit liefde voor de natuur en het wandelen. Lucien die destijds op het idee was gekomen om naar Compostella te stappen in jaarlijkse etappes, is er niet meer... 70 jaar slechts geworden... hij was terminaal... tijdens ons laatste vriendenbezoek bij de doodzieke Lucien hebben wij hem zijn petje gevraagd", vertelt een treurige Jacky. Enkele maanden later vertrokken de drie beste vrienden. Eerst namen ze het vliegtuig met bestemming Porto, Portugal. Vervolgens trokken ze noordwaarts verder te voet, een alternatieve kustroute volgend richting Spanje. Lucien zelf is nooit in Santiago de Compostella toegekomen, maar z'n petje echter wel, bengelend aan de rugzak van één van zijn beste vrienden. Met een triestige blik in de ogen en een stevige brok in de keel sluit onze krak van Gistel af: "In de fontein hebben we een kei achtergelaten met onze namen erop...Lucien, Jacky, Roger, Herman".

Bron: mijngistel.be

Vanwege het bestuur en de leden WSV De Keignaerttrippers Oostende vzw, een dikke proficiat !



Bus- en bootreis Engeland

Zaterdag 06 april 2019

WSV De Keignaertrippers Oostende vzw

Ons lid en Engelandkenner Jean-Claude Deschagt heeft ook dit jaar weer een prachtige wandeling uitgestippeld. Dit jaar hebben wij gekozen om naar Engeland te gaan met de boot P&O ferries.

In de voormiddag vertrekken we uit Whitstable richting Canterbury, afstand ongeveer 13 km, we bewandelen de Crab & Winkle way, een bestaande tocht die over een oude spoorwegroute gaat. Onderweg komen we enkele mooie vergezichten tegen waaronder de Parish church, typisch Engelse huizen, de universiteit van Kent, het mooie clowes wood, the Great Stout rivier en enkele overblijfsels van de spoorweg.

Na de middag kunnen voor zij die dit wensen The George and Dragon Stour Valley and Canterbury trail wandelen.

Deze tocht vertrekt uit Canterbury richting Fordwich waar we in een public house een ruststop kunnen nemen, we wandelen vooral op onverharde, goed begaanbare paden, over een golfbaan en terug langs The Great Stour rivier.

Vanuit Fordwich keren we bijna parallel als in het doorgaan ook weer terug richting Canterbury, afstand ongeveer 9km.



Tijdschema

- Heenreis: Vertrek om 06.00 uur te Oostende, Mercatorlaan thv Maritiem Instituut -> Calais: vertrek boot om 08.40 uur - Dover -> Whitstable: reistijd bus ongeveer 55 minuten
- Terugreis: Canterbury -> Dover: reistijd bus ongeveer 30 min (vertrektijd uit Canterbury zal medegedeeld worden op de heenreis) - Dover: Vertrek boot om 18.35 uur (lokale tijd) Calais -> Oostende: aankomst in Oostende om 22.30 uur.

Hoe inschrijven?

- De deelname prijs aan deze uitstap bedraagt € 30,00 en kan enkel betaald worden met geld, dus geen punten.
- Vooraleer te betalen eerst telefonisch/mail contact opnemen met Danny De Braekeleer met de vraag of er nog plaats is op de bus. danny.de.braekeleer1@proximus.be - tel: 059/430143 - GSM: 0468/100154
- In positief geval de betaling uit voeren met duidelijke vermelding van "Busreis Engeland en naam en voornaam van de deelnemers". De betaling kan gebeuren op rekeningnummer BE22 0010 6781 9547. De inschrijving is maar definitief na betaling.
- In negatief geval komt men op een reservelijst. Indien er plaats vrij komt zal Danny De Braekeleer contact opnemen met de vraag of er nog interesse is om mee te gaan.

Inschrijven kan nog tot 01 april 2019



V

ERZEKERINGSKANTOOR JO LAMOTE



Oostende - Bredene

Driftweg, 163 Bredene &
Dr. E. Moreauxlaan, 267 Oostende

Tel. 059/32 21 88

verzekering@VastgoedLamote.be

www.VastgoedLamote.be

Dagelijks van 8.30 - 17u behalve op woensdagnamiddag

- autoverzekering jongeren.
- voor wie het ouderlijk huis verlaat 6 maanden gratis brand en familiale verzekering.
- verzekering zonder vrijstelling is mogelijk.
- vastgoed Lamote : VERKOOP
VERHUUR
SYNDIC

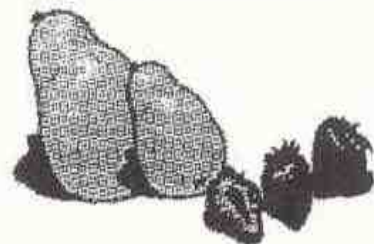
Torhoutsesteenweg 102
8400 Oostende
059-70 39 06

***H*ioco**
Pâtisserie



GROENTEN - FRUIT - KAAS - CHARCUTERIE

Marcel



Torhoutsesteenweg 114
8400 Oostende
Tel. 059-70 10 11

Busreis donderdag 30 mei 2019 Zottegem Oost-Vlaanderen wandelt – 25° Egmonttocht WSV Egmont Zottegem (3163)



Onze busreis gaat deze keer naar Zottegem, stad in Oost-Vlaanderen. Niet zo groot en vooral stad door de tiental deelgemeenten. Het ligt in het vrij heuvelachtige Vlaamse-Ardennen landschap en is omgeven door talrijke waterlopen. Graaf Egmont (16° eeuw) is alomtegenwoordig en uitgangsbord. Hier richt WSV Egmont Zottegem zijn 25° Egmonttocht in op deze datum. De afstanden zijn: 4 – 8 – 12 – 18 – 26 – 32 – 42 en 50 km. Kleine beschrijving: de 4 km gaat via het scholencomplex naar rustpost "Ten Berg" en via Breiveldpark terug naar start. De 8km gaat door de wijk Bevegem naar het centrum en dan naar het Egmontkasteel naar Grotenberge en komt terug via zelfde park als de 4 km. De 12 km doet hetzelfde als de 8 maar na het kasteel gaat men naar Leeuwergem en de wijk Wassenhove om dan weer aan te sluiten. De 18 km is zoals de 12 km maar via Elene wordt er naar Oombergen gegaan. Bij de 26 km doet men in Oombergen nog een lus en de 32 km maakt nog een wijdere boog door Hillegem. 42 km en 50 km lijkt voor ons moeilijk haalbaar maar maakt nog grotere bogen

richting Sint- Lievens-Houtem. Inschrijven kan tot donderdag 23 mei 2019. Verzamelen doen we aan het Maritiem Instituut (busparking Mercatorlaan) om 07.45 uur zodat de bus kan vertrekken om 08.00 uur. De inschrijvingen gebeuren zoals steeds via mail of telefoon bij betaling. Graag eerst mailen om te voorkomen dat de bus reeds volzet is. Wie mee wil en hiervoor punten gebruikt, onderstaande strook en de nodige punten in onze bus deponeren in een enveloppe gericht aan mij.

Groeten Danny
danny.de.braekeleer1@proximus.be
 tel: 0468/100154 of 059/430143



Busreis - "Oost-Vlaanderen Wandelt – 25° Egmonttocht" – Zottegem – donderdag 30 mei 2019

Naam - Voornaam:.....
 Naam - Voornaam:.....
 Wensen deel te nemen aan de busreis "Oost-Vlaanderen Wandelt – 25° Egmonttocht" naar Zottegem op donderdag 30 mei 2019.
 Aantal personen X € 10,00 = € te betalen op rekeningnummer BE22 0010 6781 9547
 Aantal personen X 410 punten = punten
 *Opstapplaats Oostende, Maritiem Instituut, Mercatorlaan om 07.45 uur
 Deze strook overmaken aan Danny De Braekeleer - brievenbus lokaal te 8400 Oostende, Kan. Dr. L. Colensstraat, nr 8 of stuur een mailtje naar danny.de.braekeleer1@proximus.be of 0468/100154 of 059/430143
 Inschrijven **vóór 23 mei 2019.**



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



Gespot in Brugge



Gespot in Snellegem

**"Onze prioriteiten :
veiligheid en het comfort van onze passagiers"**



albion tours

Hulkstraat, 3 8380 Zeebrugge

T. 050 / 518688 - F. 050 / 615050

info@albion.be - www.albion.be

Luxe autocars (23 - 84 pers) voor dag en citytrips, luchthaventransfers,
meerdaagse reizen binnen Europa

Speciale fietsaanhangwagens

Organisatie groepsreizen

Eigen brochure

Medewerkerstentje Zaterdag 02 maart 2019

Op zaterdag 02 maart 2019 werden onze medewerkers aan wandelorganisaties 2018 uitgenodigd voor een Winterse BBQ. Tijdens deze week van de vrijwilliger werd nogmaals onderstreept hoe belangrijk medewerkers zijn in een vereniging als de onze. Het bestuur wil dan ook nogmaals alle medewerkers bedanken voor hun inzet tijdens onze wandeltochten. Hieronder enkele sfeerbeelden.



Viering verdienstelijke wandelaars Wandelsport Vlaanderen

Tijdens de nieuwjaarsbijeenkomst van Wandelsport Vlaanderen West-Vlaanderen werden de verdienstelijke wandelaars gevierd. Stappers die 1000, 2000 of een veelvoud van tochtdeelnames op hun palmares hebben staan of wandelaars met een staat van verdienste van 20.000, 40.000, 60.000 en zelfs meer dan 180.000 kilometer ontvingen een diploma en een geschenk.

Vanwege het bestuur en de leden WSV De Keignaertrippers Oostende vzw een dikke proficiat en doe zo voort!

foto's: copyright @Wandelsport Vlaanderen !



Claudine Lenaert en François Verlet werden gehuldigd voor 1000 wandeltochten



Christiane Germonpre werd gehuldigd voor 20.000 kilometer



Luc Vanovenberghe werd gehuldigd voor 20.000 kilometer



De gevierden in het bijzijn van bestuurslid Wilfried De Grootte

Clubfeest 2019



- Ons jaarlijks clubfeest vindt plaats op zaterdag 08 juni 2019 in Zaal Ten Stuyver gelegen te 8400 Oostende, Stuiverstraat, nr. 357. Dit jaar kiezen wij terug voor een avondfeest Om 18.00 uur stipt gaan de deuren open voor de receptie, aangeboden door onze vereniging.
- Het is een gezellig samenzijn met lekker eten, waar je ook je kunnen kan tonen op de dansvloer dit op muziek verzorgd door onze DJ William.

Het programma en menu ziet er als volgt uit:

- **Receptie van 18.00 uur tot 19.00 uur**
 - Receptie aangeboden door onze wandelvereniging met parelwijn, fruitsap en andere dranken op aanvraag (geen zware dranken) met hapjes.
- **Welkomstwoord van de voorzitter**
- **Luxebarbecue**
 - Scampibrochette
 - Chateaubriand met aardappel in de pel
 - Lamskotelet
- **Dessert**
 - Ijspronkstuk
 - Koffie of thee

Inbegrepen dranken menu, witte en rode wijn, frisdranken en bieren (geen zware bieren), tot aan de koffie.

Na de koffie/thee is er een "open bar", de drank is vanaf dan te betalen aan de kelners.



- Tussenin gaan we over tot de huldiging van de verdienstelijke leden 2019 en de leden die 10, 20, 30 of 40 jaar lid zijn van onze club.
- **Leden van onze wandelvereniging betalen € 45,00 of 1850 punten. Kinderen tot 12 jaar betalen € 22,00. Niet leden betalen € 60,00. (niet leden kunnen niet met punten betalen)**

Hoe inschrijven?

Je vult onderstaand inschrijvingsformulier volledig in.

Het inschrijvingsformulier bezorg je aan onze penningmeester Danny De Braekeleer.

Je inschrijving is maar geldig na betaling van het verschuldigd bedrag.

Inschrijving Clubfeest 2019 (uiterlijk tegen 01 juni 2019)

Naam - Voornaam:

Naam - Voornaam:

Wensen deel te nemen aan het Clubfeest 2019 op zaterdag 08 juni 2019

Aantal personen - leden x € 45,00 (of 1850 punten) = € ofpunten

Aantal kinderen tot 12 jaar x € 22,00 (of 910 punten) = € ofpunten

Aantal personen - niet leden x 60,00 € = €

Bezorg deze strook via brievenbus lokaal te 8400 Oostende, Kan. Dr. L. Colensstraat, nr.8. (ter attentie van Dhr. Danny De Braekeleer) of een mailtje naar danny.de.braekeleer1@proximus.be

Betalen via rekeningnummer BE22 0010 6781 9547 met duidelijke vermelding Clubfeest 2019 en de namen van de deelnemers.

MEDEDELINGEN BESTUUR

- Tijdens de algemene vergadering van zaterdag 02 maart 2019 liet Dhr. Wilfried De Grootte weten dat hij zijn mandaat als bestuurslid niet wenste te verlengen. Wilfried maakte sedert 2003 deel uit van het bestuur en deed sindsdien het puntenbeheer. Wilfried zal het puntenbeheer verder blijven doen maar dan niet meer als bestuurslid, hij blijft ook medewerker tijdens onze wandelorganisaties. Langs deze weg willen wij Wilfried danken voor zijn jarenlange inzet als bestuurslid binnen onze wandelvereniging, bedankt Wilfried.
- Eveneens tijdens de algemene vergadering liet Mevr. Caroline Heuvicq weten dat zij met onmiddellijke ingang ontslag neemt als bestuurslid en dat zij als medewerker een sabbatjaar zal nemen. Langs deze weg bedanken wij Caroline voor haar inzet binnen het bestuur van onze wandelvereniging en als beheerder van de medewerkers.
- Gezien Caroline momenteel geen medewerker meer zal zijn, zal het beheer van de medewerkers voorlopig overgenomen worden door de voorzitter.
- Door het stopzetten en het ontslag van Wilfried en Caroline is onze wandelvereniging dringend op zoek naar leden die een bestuursfunctie willen opnemen of die een taak willen op zich nemen buiten het bestuur. Wij zullen een werkgroep oprichten waar leden die een taak buiten het bestuur willen verrichten zullen in opgenomen worden. Kandidaten kunnen zich in verbinding stellen met onze voorzitter.
- Het bestuur van WSV De Keignaertrippers Oostende vzw stelde zich enige tijd geleden kandidaat om de regionale wandeldag West-Vlaanderen te organiseren. Intussen mogen wij met trots melden dat deze organisatie aan ons werd toegewezen en wij in 2021 de regionale wandeldag West-Vlaanderen voor onze rekening zullen nemen. Deze wandeldag zal gekoppeld worden aan de 48° Lentetocht in maart 2021.
- Momenteel hebben 323 leden hun lidgeld betaald, waaronder 49 nieuwe leden die we dan ook graag verwelkomen in onze wandelvereniging.
- Het bestuur en onze leden wensen een spoedig herstel aan alle zieke, gehospitaliseerde, geopereerde en herstellende leden en hun familie.
- Niet te vergeten:
 - Zondag 31 maart 2019: 46° Lentetocht
 - Zaterdag 06 april 2019: Bus- en bootreis naar Engeland
 - Zaterdag 20 april 2019: Wandelen met Prins Karel en Ensor
 - Donderdag 30 mei 2019: Busreis Zottegem – Oost-Vlaanderen wandelt
 - Zaterdag 08 juni 2019: Jaarfeest
 - Maandag 17 juni 2019: 10° Rondom De Vosseslag
 - Zondag 30 juni 2019: Busreis naar Holsbeek - Vakantietocht
- Ons lokaal zal uitzonderlijk gesloten zijn op: zondag 31 maart 2019 (46° Lentetocht) en op zondag 30 juni 2019 (busreis naar Holsbeek)
- Heeft er iemand een idee, voorstel of andere laat dit gerust weten aan onze voorzitter via mail: wsv.keignaertrippers.oostende@telenet.be



Onder de inzenders die het juiste sleutelwoord hebben ingezonden uit het vorig clubblad werd **Lucienne Vanbillemont** uitgeloot als winnares, ontvangt zij 410 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																
14																
15																

HORIZONTAAL

- 1. Discussie. 2. Niet hetzelfde - meisjesnaam - dubbele klinker.
- 3. Ontkenning - uitgebrande steenkool - Marokkaans hoofddeksel. 4. Soort hoed - niet wilde.
- 5. Fout (GB) - kledij - buislamp.
- 6. Socialistische partij (afk.) - deel van een kachel - slaginstrument.
- 7. Bazige vrouw - voorzetsel - partij van de arbeid (afk.) - jongensnaam. 8. Eenheid van elektrische stroom - vogelproduct - West-Vlaamse gemeente. 9. Amsterdams peil (afk.) - gebied aan de kust - berg op Kreta. 10. Tocht - arrogantie - huldigen. 11. Fier - ego - dwarsliggers. 12. Guano - Anno domini (afk.). 13. Vod - Engels bier - oosterlengte (afk.) - pound square inch (afk.). 14. Deel van een koeienmaag - gemeente in Zeeuws Vlaanderen - houding.

VERTICAAL

- 1. Gedrukte wandelingen. 2. Laster - nauwelijks - Frans lidwoord. 3. Aangename reuken - in opdracht (afk.) - onderricht; 4. Muzieknoet - tekst bovenaan een blz. - alfabet.
- 5. Titel - Hoog Rendement (afk.) - Europese Radio Unie (afk.) - AUB (Fr.). 6. Olieproducent - God van de oorlog - reeds. 7. Een weinig - naaldbomenwoud. 8. SLEUTELWOORD.
- 9. Internationaal (afk.) - jongensnaam - verdriet en pijn. 10. Erwtensoepe - en dergelijke (afk.) - lidwoord. 11. Zout (Fr.) - Europees land - deel van een vaartuig. 12. Kraaiachtige vogel - sieraad. 13. Limited edition (afk.) - overall - boomsoort Rivier in Italië - 14. Radiogolfengte - zeemacht - deel van een

HINT: Problemen en verwikkelingen die zich kunnen voordoen bij een wandeltocht.

VORIGE OPLOSSING

K	A	N	T	O	O	R		B	I	E	S	L	O	O	K
E	R	V	O	O	R		A	L		E	N	O	R	M	E
R	M		E	I	E	R	B	O	E	R		G	E		R
S	H	I	T			E	T	E	R		O	E		I	S
T	O	E	S	L	A	G		M	O	N	U	M	E	N	T
V	L	D		U	E	L	B	E		D	E	U	G	D	
A	T	E	L	I	E	R		O		A	N		A	A	
K	E	R	S	T	V	E	R	L	I	C	H	T	I	N	G
A		S		E	E	N				H	O		N	G	
N	V		I	N	N			O	M	T	R	E	K		E
T	E	R	N	A	T		S	K	I			L	A	S	
I	R	A		N	U	D	I	S	T	E	N	K	A	M	P
E	E	R	S	T	E			E	S		O	O	R		
	N	E	O		E	D	E	L		D	E	K	E	N	S
A	D		K	O	L	L	O	S	A	A	L		N	A	T

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 juni 2019 met de vermelding "Kruiswoordraadsel" te deponeren in de brievenbus van de Keignaerttrippers. U kunt het ook opsturen naar het volgend adres :

Devriendt Rudy, Mansveldstraat 62/0006 8400 Oostende, of met e-mail versturen naar

wsv.keignaerttrippers.oostende@telenet.be

Onder de juiste inzendingen wordt een prijs verloot.

VERGEET UW NAAM NIET IN TE VULLEN!!!!!!

NAAM.....WSVL-NUMMER.....

SLEUTELWOORD:

**WSV De Keignaertrippers Oostende
Zondag 31 maart 2019**

46° Lentetocht

Lentewandeling langs zee, strand, duinen,
vismijn en polders

Startplaats: Duin en Zee te 8400

Oostende, Fortstraat, 123

Vertrek: van 07.30 uur tot 15.00 uur

Afstanden: 6km - 12km - 18 - 24 -30km

Inschrijvingen: € 2,00 - leden € 1,50



Inlichtgen:

GSM: 0478/456094

Tel: 059/334590

E-mail:

wsv.keignaertrippers.oostende@telenet.be

Wandelsport
Vlaanderen vzw

**WSV De Keignaertrippers Oostende
Zaterdag 20 april 2019**

10° Wandelen met Prins Karel en Ensor

Wandelen in het provinciaal domein Raversijde,
door de wijk Mariakerke, wandelpad door de
duinen en langs de zeedijk. Gartis bezoek aan
Opvangcentrum voor vogels en wilde dieren
mogelijk. Tocht maakt deel uit van de wandeltrofee
De Kust Wandelt.

Startplaats: Taverne Walrave - 8400

Oostende, Nieuwpoortsesteenweg, 634

Vertrek: van 08.00 uur tot 15.00 uur

Afstanden: 6km - 12km - 18 - 24km

Inschrijvingen: € 2,00 - leden € 1,10



Inlichtgen:

GSM: 0478/456094

Tel: 059/334590

E-mail:

wsv.keignaertrippers.oostende@telenet.be

Wandelsport
Vlaanderen vzw

**WANDEL
BEURS**
Laat je inspireren!



GRATIS
voor leden
Wandelsport
Vlaanderen vzw

Nekkerhal Mechelen
28 en 29 september 2019
www.wandelsportbeurs.be

Wandelsport
Vlaanderen vzw



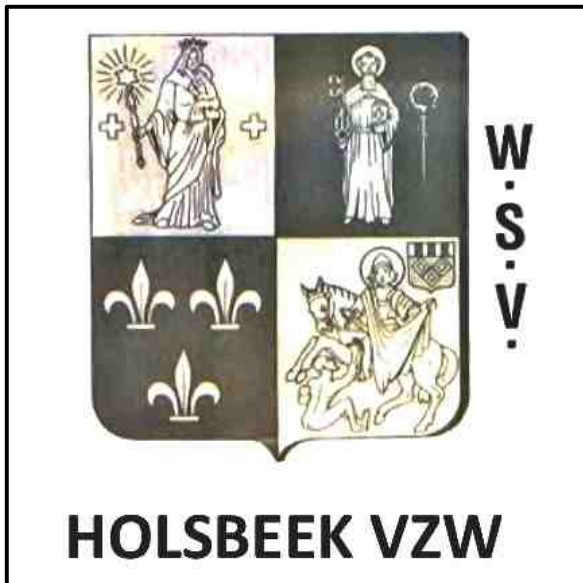
**AG BELGIAN
COAST
WALK**
11.05.2019
80 - 42 - 14 - 7 km

NIEUW!



www.agbelgiancoastwalk.be

Busreis zondag 30 juni 2019 Holsbeek - Vakantietocht WSV Holsbeek (4046)



In Vlaams-Brabant, meer bepaald in het arrondissement Leuven ligt de gemeente Holsbeek en heeft drie deelgemeentes: Kortrijk-Dutssel, Nieuwrode en St.Pieters-Rode. Samen goed voor een kleine tienduizend inwoners. De blikvanger is het kasteel van Horst en het Chartreuzenbos die een onderdeel is van het natuurgebied "Hageland". Hier richt de plaatselijke wandelvereniging zijn Vakantietocht in op deze datum. Met een parcours van landelijke en rustige wegen door het prachtige en verrassende Hageland met Wingevallei, Chartreuzenbos en Lindenbos. De mogelijke afstanden: 4 - 6 - 12 - 20 en 26 km.

Inschrijven voor deze busreis kan tot en met zondag 23/06/2019 zoals gebruikelijk via mail of telefoon en de som van € 10,00 daarna te storten op de clubrekening. Degene die met punten wensen deel te nemen kunnen onderstaande strook met 410 punten deponeren in onze bus in een enveloppe gericht aan mij en ook voor

23/06/2019.

Verzamelen doen we aan het Maritiem Instituut (Mercatorlaan - busparking) om 07.45 uur zodat de bus uiterlijk om 08.00 uur kan vertrekken.

Groeten, Danny

telefoon : 0468/100154 of 059/430143

danny.de.braekeleer1@proximus.be



Busreis - "Vakantietocht" - Holsbeek - zondag 30 juni 2019

Naam - Voornaam:.....

Naam - Voornaam:.....

Wensen deel te nemen aan de busreis "**Vakantietocht**" naar Holsbeek op zondag 30 juni 2019.

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

Aantal personen X 410 punten = punten

*Opstapplaats Oostende, Maritiem Instituut, Mercatorlaan om 07.45 uur

Deze strook overmaken aan Danny De Braekeleer - brievenbus lokaal te 8400 Oostende, Kan. Dr. L. Colensstraat, nr 8 of stuur een mailtje naar danny.de.braekeleer1@proximus.be of 0468/100154 of 059/430143

Inschrijven **vóór 23 juni 2019.**



KEURSLAGER DERYCKER

www.keurslager-derycker.be



Torhoutsesteenweg 46 8400 Oostende
Tel 059/702307
info@keurslager-derycker.be

WSV De Keignaertrippers Oostende
Maandag 17 juni 2019

10° Rondom De Vosseslag

Drie verschillende lussen laten je kennis maken met de Vosseslag, een wandeling door de duinen (verhard), Duinbossen en de polders.

Startplaats: Taverne Hippo 12 - 8450 Bredene, Duindoornlaan, 25

Vertrek: van 08.00 uur tot 15.00 uur

Afstanden: 6km - 12km - 18km

Inschrijvingen: € 2,00 - leden € 1,10



Inlichtgen:

GSM: 0478/456094

Tel: 059/334590

E-mail:

wsv.keignaertrippers.oostende@telenet.be

Wandelsport
Vlaanderen



BVBA Bierhandel
Franky Opstaele

Hr. 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



Bijeenkomst wandelweek 2019



Op zondag 25 augustus 2019 om 16.00 uur komen we bijeen in het lokaal om het programma van de wandelweek eens te overlopen.

Hier bekom je ook alle info en verplaatsingen. Het ideale moment om eens kennis te maken en eventuele afspraken te maken om samen te rijden en/of bagage te verdelen.

Gelieve het saldo te vereffenen voor 15 juli 2019, daar we de totale som moeten overmaken voor 20 juli 2019.

Tot dan!!!!

Danny



Bakkerij 't Molentje

Madridstraat 7

8400 Oostende

059/503353

**Specialiteit grieks brood,
pannenkoeken en
gevulde wafeltjes**

Wandelen met een heuptas: tips

Waarom wandelen met een heuptas?

Een goed passende dagrugzak heeft aan aantal voordelen waarvan de belangrijkste het grote pakvolume en het dragen van de last op de heupen zijn. Desondanks kan een rugzak, waar je óók bij warm weer de hele dag mee wandelt, zwerterig worden en een klam gevoel op de rug geven, én hij kan als onprettig worden ervaren. Met name wanneer hij niet goed op de heupen steunt maar aan de schouders hangt, wat na verloop van tijd zelfs pijn op kan leveren. Een uitkomst en alternatief is in dat geval de heuptas. Maar ook wanneer je probleemloos met een rugzak loopt, kan het fijn zijn om af en toe volledig zonder bagage op de rug een rondje te kunnen wandelen of te trainen voor de Vierdaagse. En hét grote voordeel van de heuptas is de bereikbaarheid van je spullen. Door de tas rond je middel naar voren te draaien kan je direct bij al je spullen, zonder dat je hoeft te stoppen.

Eventuele nadelen van een heuptas

Een heuptas mag niet hinderlijk schudden of slingeren tegen de achterkant van je lichaam. Drie tot 4 kilo is daarom al snel het maximum aan bagage dat je comfortabel in een goede heuptas kunt vervoeren. En met een goede heuptas wordt een model bedoeld dat door middel van spanbanden strak tegen het lichaam getrokken kan worden, juist om het schudden en slingeren te voorkomen. En daarmee komen we bij het grootste nadeel van de heuptas: uiteindelijk moeten al je spullen erin passen. Je zult dus streng moeten selecteren. Daarom hier eerst een overzicht van wat er allemaal mee kan gaan.

Wat neem je mee?

Wat mee gaat op een wandeltocht hangt af van het type wandeling, de lengte en je persoonlijke voorkeur. Uiteraard is de invulling deels persoonlijk, maar toch is het goed om van tevoren een beeld te hebben van de hoeveelheid spullen die in de heuptas moet passen, of er aan bevestigd moet worden. Want de belangrijkste vuistregel bij de heuptas luidt: Neem alléén mee wat je absoluut nodig hebt.

Diverse heuptassen te koop

Er zijn diverse heuptassen op de markt. Afhankelijk van je wensen, lengte van de tocht en de ruigheid van het terrein kun je kiezen voor ademend materiaal, veel of weinig vakken, aparte opbergmogelijkheden voor drinkfles(sen) en wel of niet volledig waterdicht. Belangrijk is dat er minimaal één waterfles aan de heuptas kan worden gehangen. Er zijn ook heuptassen waarin twee bidons kunnen. Nuttig wanneer er veel wordt gedronken en bijkomend voordeel is dat die beter in evenwicht zijn, althans wanneer de bidons even vol of leeg zijn. Een heuptas is met name voor een camera ontzettend praktisch: je hebt de camera immers altijd direct voor het grijpen en je kan hem even snel weer opbergen. Veel fotografen zweren daarom bij een goede heuptas, en de tas wordt om deze reden niet alleen door wandelaars, maar ook door skiërs of fietsers gebruikt.

De indeling van een heuptas

Waar valt zoal op te letten en tussen te kiezen? Belangrijk is in ieder geval één relatief groot opbergvak, om spullen van enig volume in kwijt te kunnen. Verder zijn één of meer aparte vakjes en/of een afsluitbaar vakje handig voor kleine of waardevolle spullen. Heel belangrijk zijn de al genoemde spanbanden om er voor te zorgen dat de heuptas niet hinderlijk kan gaan slingeren, de vak(ken) voor de drinkfles(sen) en een comfortabel gepolsterde rugzijde. Ook heel nuttig is een spanband of een elastisch koord waaronder je een regenjack kunt bevestigen, zodat je dit niet in je heuptas hoeft te proppen. Reflectiemateriaal of de mogelijkheid tot het bevestigen van een lampje wordt ook op prijs gesteld. Minder essentieel is een losse (en verwijderbare) schouderband en het weg kunnen vouwen van de heupband wanneer de heuptas over de schouder wordt gedragen. Op dat moment wordt het trouwens ook handig als de heupgordel weggevouwen kan worden.

Waar op letten in de winkel?

De grootste fout die je als wandelaar bij de aanschaf van een heuptas zou kunnen maken is dat je voor een te klein model gaat, en in de categorie van de buideltasjes terecht komt. In het Engels zijn dit hippacks, bedoeld voor reizigers die hun waardevolle spullen rond hun middel willen vervoeren. Ze zijn niet alleen klein, maar het draagcomfort van de vaak smalle band is ook beperkt. De Engelse term voor een heuptas voor dagwandelingen is waistpack of lumbar-pack. De uitdaging is uiteindelijk om een model te vinden dat groot genoeg is voor je bagage. Een volume van in ieder geval een liter of 6 is dan al snel noodzakelijk. Verder moeten de bidons altijd zo dicht mogelijk tegen het lichaam zitten, en check of de band van de heuptas comfortabel en breed genoeg is.

Uiteindelijk, om echt gevoel te krijgen bij het dragen van een heuptas, moet je er op uit. Een heuptas lenen om te ervaren of het echt iets voor jou is valt daarom aan te bevelen. En mocht je bij een lange tocht toch op problemen stuiten bij het pakvolume van je heuptas, dan zou je een bekende met rugzak vriendelijk kunnen vragen om je voedsel te dragen. Dat gaat immers in de loop van de dag toch op!

Bron: wandel.nl

Het stapblad van de Wandelsportvereniging De Keignaertrippers Oostende

Naam

Datum

		Alle gewone tochten	Aanbevolen tochten	Eigen tochten en busreizen	Vergaderingen en andere activiteiten				
	Datum	Naam van de activiteit				Km	Km	Km	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									
Totaal van de kolommen									

Km Km Km

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

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

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

Driemaandelijks tijdschrift P809014
Afgiftekantoor 9550 HERZELE
Jaargang 46 april-mei-juni 2019 Nr 2



Welkom bij het holistische therapeutische huis corpus nostra.

HET HUIS DAT U LEVENSVREUGDE, ENERGIE EN KRACHT SCHENKT

EEN WELDAAD VOOR U, DE BRON VAN UW GEZONDHEID

UW SPECIALIST VOOR MANUELE THERAPIE

- VOETREFLEXOLOGIE
- SHIATSU (JAPANESE ACCUPUNCTUUR)
- ANTI-STRESSMASSAGE OP WARMTEKUSSENS OF MET WARME LAVASTENEN

HEBT U LAST VAN:

ANGST, DEPRESSIES, STRESS, BURN OUT, EXAMENKOORTS, EETSTOORNISSEN, SLAAPPROBLEMEN
EN ZELFS ALS U WILT STOPPEN MET ROKEN DAN KUNNEN WIJ U HELPEN.

VOOR INFO EN/OF EEN AFSpraak TEL: 059 46 46 10

WEBSITE: WWW.CORPUSNOSTRA.BE

HANDIO VZW - VERENIGING VOOR PERSONEN MET EN ZONDER HANDICAP

TEL: 059 46 46 13 WEBSITE: WWW.HANDIO.BE

HANDIODATE - DE VRIENDSCHAPSSITE VOOR PERSONEN MET OF ZONDER HANDICAP WEBSITE:
WWW.HANDIODATE.EU

TELESERVICE HET DUINENHOF

WIJ VERZORGEN AL UW TELEFONISCHE PERMANENTIES

TEL: 059 46 46 11 OF TELE@HETDUINENHOF