

Wegwedstrijden

Natuurloop te Londerzeel op 9 april 2007

Aan deze mooie natuurloop namen 10 VITA-joggers deel. Martine Barremaecker was supporter van dienst. Er was ook nog een 4 kilometerloop. Rik en Kurt waren onze sterkste lopers; met Rita en Nadine hadden we twee beginnelingen aan de start die in de buurt van Martine Lahaye liepen.

8km (137): 29. Van Iseghem Rik; 52. De Greef Kurt ; 72. De Schuyteneer Guido; 87. Debot Dirk; 112. Lauwereys Erna; 116. Broquet Rita; 125. Lahaye Martine ; 132. Veirman Nadine; **12km** (144): 73. Dhondt Paul; 140. Holsteyn Lut.

Hyacinthenjogging op zaterdag 28 april

Jana : 1^{ste}
Els : 3^{de} bij de seniores
Yves : 7^{de}, Pascal : 8^{ste}, Bert : 15^{de}

Ereplaatsen in deze zware jogging waren weggelegd voor Kimberley (500m), Jana (1000m), Yves (7km), Bert (13km), Els (13km), Hilde (13km) en Pascal (21km). Yves Herregodts liep dit jaar nog meer van voor als het jaar voordien; hetzelfde gold voor Els De Schuyteneer Els die eveneens heel wat progressie heeft gemaakt: ze liep ruim 2 minuten sneller dan vorig jaar. Ook de prestatie van Hilde Adriaens mag er wezen (zij was een minuutje sneller als vorig jaar). Beide dames verwezen alle mannen (behalve Bert Teugels) naar de achtergrond. Bert Teugels was ietwat te laat gestart en stak me na een tweetal kilometer gezwind voorbij; hij werd uiteindelijk nog 15^{de}.

500m (33): 12. Vinck Kimberley; 18. Van Mulder Stijn;

1000m (22): 5. Bruylandt Jana (eerste meisje); 14. Van Mulder Bert;

7 km (275) : 7. Herregodts Yves; 108. Rager François; 170. Lahaye Martine; 176. Coppens Wim; 180. Thiebaut Christel ; 187. Holsteyn Lut ; 232. Vitse Nelly ; 233. Beeckmans Olga ; 247. Bockstaal Christa ; 259. Borjens Nathalie ;

13 km (480) : 15. Teugels Bert ; 75. De Schuyteneer Els (3de bij de seniores-dames); 87. Adriaens Hilde; 93. Evenepoel Yves; 125. Van Iseghem Rik; 141. Dhondt Paul; 203. De Backer Omer; 210. Elinckx Walter; 211. Gees Kathleen; 277. Chiau Pieter; 280. De Vogelaer Eddy; 299. Debot Dirk; 304. Van Den Berghe Hilde; 356. Jenquin Sabrina; 401. Vandaele Caroline; 403. Lauwereys Erna; 437. Van Biervliet Werner; 459. Melckenbeeck Sonja; 460. Van Den Haute Iris;

21 km (231): 8. Van Bondt Pascal; 67. Van Den Berghe Ludwig; 99. Geys Peter; 138. De Decker Davy; 150. Masfranckx Jonathan; 181. De Coster Gert.

Belgisch Kampioenschap Halve Marathon te Tongeren

Patrick : Belgisch Kampioen!!!

Patrick Vanderstraeten is bij de masters Belgisch Kampioen geworden op de halve marathon en dit in een tijd van 1.11.56. Waren verder van de partij : **De Witte Marc** : 1.22.27, **De Corte Bruno** : 1.30.13 en **Meert Marcel** : 1.32.41.

Belgisch Kampioenschap Marathon langs de Maaskant te Wezet op zondag 13 mei

Marc : brons op het Belgisch Kampioenschap!!!



4 VITA-moedigen namen deel aan het Belgisch Kampioenschap Marathon :

Alle ingrediënten voor een goede afloop waren er, een vlak parcours, weinig wind en een temperatuur net onder de 20°C. Marc had al snel het juiste tempo te pakken en liep tot km30 net niet bij de eerste 20.

Vanaf km 35 schoof hij plaatsje per plaatsje voorruit. Op km38, aangemoedigd (lees: betoverd) door 5 Braziliaanse schoonheden, versnelde hij nog een 2^e maal en liet nog enkele lopers achter zich. Ik mocht hier een pracht van een wedstrijdopbouw meemaken waar iedere atleet jaloers mag op zijn en dit bekroond met een 3^{de} plaats in het Belgisch kampioenschap. Ook Jan liep een mooie tijd gezien de rugklachten waardoor hij de laatste week niet meer kon trainen. Ook Yves en David namen aan deze marathon deel : zie uitslag. Alvast een dikke proficiat!!

Bruno (interim begeleider per fiets)

Deelnemers(806): **14** De Witte Marc:2:46:58 - **162** Herregodts Yves:3:17:00 - **238** Geeroms Jan:3:26:46 - **276** Gabriel David:3:30:16

Jogging te Oudegem op zondag 13 mei

Deze jogging komt in aanmerking voor het regelmatigheids-criterium van de joggings. Kris en Ronny lukten een plaatsje bij de 1^{ste} tien.

4km (69): 8. Vocaet Kris; 10. Lanckmans Ronny; **12 km (88)**: 70. De Decker Davy; 71. Chiau Katrien.

Denderloop te Liedekerke op donderdag 17 mei

Te Liedekerke won Pascal op de 10 kilometer en werd Pieter 3^{de} op de 5. Marcel (10^{de} op de 10 kilometer) en Bert (9^{de} op de 15 kilometer) liepen eveneens in de voorste gelederen.

5km (149) : 3. De Frenne Pieter; 38. Van Isterdael Jordy ; 90. Veirman Nadine; **10 km (117)** : 1. Van Bondt Pascal; 10. Meert Marcel; 39. Baudewijn Anne-Marie; 84. Lauwereys Erna; 92. Van Den Steen Vera; 93. Broquet Rita; **15 km (133)** : 9. Teugels Bert; 69. De Decker Davy; 130. Van Den Haute Iris; 131. Melckenbeek Sonja.

ING-Stadsloop te Gent op donderdag 17 mei

Te Gent heeft Patrick Vanderstraeten onder gerenomeerd gezelschap een 15^{de} plaats gelopen op 10,4 kilometer in 33'08''. Ondermeer Hans Janssens, Tom Compennolle, Guy Fays, ... , gingen hem voor. Namen ook deel : 2057. Massschelein Christ en 2221. Van Daele Caroline.

Jogging – Dwars door Ninove – op zondag 20 mei

Sofie : 1^{ste} bij de vrouwen, Bert : 1^{ste} bij de mannen
Els, Patricia : 2^{de} bij de vrouwen, Pieter : 2^{de} bij de mannen
Marleen : 3^{de} bij de vrouwen, Jens : 3^{de} bij de mannen

Emma, Astrid : 1^{ste} bij de meisjes
Jana : 2^{de} bij de meisjes, Ruben : 2^{de} bij de jongens
Kjenta : 3^{de} bij de meisjes

Meer dan 700 joggers : een absoluut record voor deze stadsjogging. Fano en Nancy, twee van onze sportfunctionarissen, hebben hiermee bewezen dat ze het weggaan uit de sportdienst van Tania, die momenteel schepen van Ninove is, goed opgevangen hebben. VITA was naast joggingclub Leeuwerik de club met het hoogste aantal deelnemers : VITA met 118 en Leeuwerik (!!!) naar verluidt met 86. Met 4 gouden, 5 zilveren en 3 bronzen medailles sloeg onze club geen slecht figuur : op de 10 kilometer bezette VITA alle podiumplaatsen bij de vrouwen; de mannen deden hen dit huzarenstukje na op de 5 kilometer.

400m (39): 4. Baruffa Arne; 7. Gabriel Emma; 13. Jacobs Kjenta; 18. Jacobs Kyana; 33. Cardon Sofie; **800m (52):** 1. Van Snick Astrid; 2. Bruylandt Jana; 4. Du Mongh Ruben ; 7. Herregodts Preben; 12. Curfs Chloe; 13. Baeyens Omani; 14. Geers Jana; 19. De Decker Kjell; 22. De Groote Jurgen; 23. Vinck Kimberley; 26. Van Mulder Bert; 28. De Groote Jessica; 33. Wijnant Fien; 36. Cardon Dieter; 40. Wachtelaer Jonas; 47. Vanmulder Stijn; 50. Van Isterdael Jordy; **5km (281):** 1. Vermander Bert; 2. De Frenne Pieter; 3. Bastien Jens; 5. Adam Benjamin; 7. Herregodts Yves; 16. Lanckmans Ronny; 20. Debot Cedric; 25. Claeys Diederica; 32. De Gendt Jonas; 34. Lossie Patricia; 36. De Greef Kurt; 45. Stroobants Jonas; 47. Van De Roy Wannes; 51. Debot Aurélie; 62. De Jonge Bram; 64. Cardoen Tom; 66. Van Der Heyden Jari; 82. De Gendt André; 85. Gabriel Maarten; 99. Herregodts Preben; 101. De Groote Christopher; 102. Baruffa Jolien; 103. Van Iseghem Laura; 104. De Brabanter Kelly; 109. Stroobants Geert; 111. Remue Greta; 116. Rager François; 126. Van Der Perre Ria ; 132. Mertens Anthony ; 152. Mertens Laura ; 157. Broquet Rita ; 158. Verstocket Kathleen ; 163. Van Der Gucht Annemie ; 167. Van Den Steen Vera; 174. Veirman Nadine; 178. Dejonghe Siska; 204. Van Lierde Herman; 221. Merckx Dorien; 224. Van Eerentals Chris; 225. Goubert Guy; 226. Van De Velde Annemie; 227. Beeckmans Martine; 244. Van Duerm Femke; 247. Daem Chris; 249. De Leeuw Merita; 264. Van Der Heyden Eddy; 277. Cooremans Cindy; 281. Raes H.; **10km (181):** 4. De Jonge Kurt; 7. Linthoudt Steven; 27. Baruffa Nils; 35. Nissens Sofie; 37. De Schuyteneer Els; 38. Haentjens Marleen; 45. Adriaens Hilde; 59. De Saegher Michel; 63. Baudewijn Anne-Marie; 65. De Coster Gert; 75. Elinckx Walter; 77. De Vogelaer Eddy; 78. Vanderjeugd Marie-Ann; 80. De Backer Omer; 85. Gees Kathleen; 88. Debot Dirk; 91. Avoux Alain; 93. Lammens Ann; 94. Vandebroeck Koen; 107. Verbeecken Frederik; 108. Van Den Berghe Hilde; 109. De Backer Lieve; 110. Verhoeven Anja; 115. Vandaele Caroline; 121. De Doncker Hans; 123. Lauwereys Erna; 124. De Bruycker Griet; 125. Gailly Christine; 127. Peene Linda; 131. Lahaye Martine; 147. Timmermans Nancy; 150. De Schuyteneer Inge; 153. Beeckmans Olga; 154. Cochez Brenda; 163. Thiebaut Kristel; 164. Dierickx Christine; 166. Boyens Nathalie; 171. Bockstael Christa; 174. Vitse Nelly; **15km (182):** 11. Teugels Bert; 25. Meert Marcel; 36. Vocaet Kris; 45. De Plus Kurt; 47. Gabriel David; 91. De Decker Davy; 107. Bekkens Wim; 135. Chiau Katrien; 152. Van Der Smissen Jimmy; 173. Merckaert Mieke; 176. Van den Haute Iris; 177. Melckenbeek Sonja.

20 km van Brussel op zondag 27 mei 2007

Minstens 81 VITA-deelnemers te Brussel met Patrick, Pascal, Bert, Kurt, Yves en Kris bij de eerste 1000. Els en Sofie bij de vrouwen deden het ook uitstekend en eindigden bij de eerste 2500.

27. Vanderstraeten Patrick; 135. Van Bondt Pascal; 141. Teugels Bert; 229. De Jonge Kurt; 660. Herregodts Yves; 718. Vocaet Kris; 1161. Geeroms Jan; 1343. Goubert Guy; 2317. De Schuyteneer Els; 2364. Nissens Sofie; 3290. Baruffa Nils; 3385. Van Driessche Danny; 3439. Geys Peter; 3495. Van Iseghem Rik; 3497. Bex Tine; 4298. Adriaens Hilde; 5277. De Saegher Michel; 5322. Evenepoel Yves; 5758. Baro Jeroen; 5807. De Greef Kurt; 5957. De Decker Davy; 5963. Masfrankx Jonathan; 6394. Vanden Eynde Marc; 6678. Vanderjeugd Marie-Ann; 7001. Adriaens Alain; 7102. D'Heer Hendrik; 7357. Goossens Marieke; 7690. Meersman Danny; 7861. De Vogelaer Eddy; 7863. Gees Kathleen; 7944. De Backer Omer; 8204. Colpaert Bernard; 8515. Kiekens Patrick; 8711. Van Den Berghe Ludwig; 9178. Elinckx Walter; 9249. Van Houtte Freya; 9955. Chiau Pieter; 10245. Remue Greta; 10369. Debot Dirk; 10831. Lammens Ann; 11536. Meert Marcel; 11614. Van Den Berghe Hilde; 11870. Van Laethem Wim; 12294. Avoux Alain; 12983. De Schuyteneer Guido; 13157. Masschelein Christ; 13310. De Backer Lieve; 13443. Vandaele Caroline; 13475. Van Bos Martine; 13970. Van Rossen Joel; 14822. Vandenbroeck Koen; 14837. Jenquin Sabrina; 14954. Rager François; 15029. Huysveld Chantal; 15378. Merckx Marc; 15637. Barbé Gudrun; 15708. Jaques Joost; 16727. Torfs Katleen; 16731. De Mecheleer Lieve; 16925. Van Londerzele Peggy; 17113. Lauwereys Erna; 17822. Van Durme Cindy; 17849. De Bruyn Isabelle; 18006. Souffriau Véro; 18244. Vanden Eynde Saartje; 18293. Van Schoors Marieke; 18718. Heyman Els; 18803. Gailly Christine; 19240. Wellens Kaat; 19799. Dejonghe Siska; 19838. Van Der Gucht Annemie; 19983. Van Den Steen Vera; 20119. Veirman Nadine; 20241. Melckenbeek Sonja; 20626. Bourgeois Filip; 20679. Willems Ian 21165. Raes Hilde; 21395. Lanckmans Ronny; 21958. Holstein Lut; 22060. Broquet Rita; 22103. Van Weyenbergh Patrick;

Roadjogging te Haaltert op zaterdag 2 juni



De oproep is niet voor niets geweest : 61 VITA-leden dienden zich aan; in totaal waren er 323 joggers te Haaltert : bijna 1/5^{de} was dus van VITA : Guy Goubert en Jan Arijs mogen fier zijn want VITA was veruit de grootste club. Bij de jeugd kregen we zeer goede prestaties van Lotte, Bert, Shiel, Laurens, Cedric, Jana en Lore. Op de drie kilometer kregen we bij de mannen een volledig VITA-podium met Pieter, Benjamin en Neal; Brent, Yves en Silke werden hier 4^{de}, 6^{de} en 12^{de}. Op de 6 kilometer was onze eerste VITA-atleet Ronny en –atlete Sofie.

250m (16) : 10. Turtelboom Laure; **500m (24)** : 4. Van Den Eynde Lotte; 6. Van Mulder Bert; 8. Van Snick Shiel; 9. De Frenne Laurens; 10. Lanckmans Cedric; 22. Gabriel Emma; 23. Van Mulder Stijn; **1000m (15)** : 9. Geerts Jana; 10. Coignau Lore; **3km (85)** : 1. De Frenne Pieter; 2. Adam Benjamin; 3. De Schrijver Neal; 4. Goubert Brent; 6. Herregodts Yves; 12. Segers Silke; 17. Lossie Petra; 21. De Dyn Annelies; 23. Remue Greta; 34. Van Londerzele Peggy; 37. Steenhoudt Jonathan; 38. Veirman Nadine; 39. Arijs Jan; 40. Goubert Guy; 41. Peene Linda; 50. Van Der Eecken Guy; 51. De Mulder Guy; 58. De Mil Geert; 67. De Schrijver Karine; 68. Wets Rita; 69. Vitse

Nelly; 70. Degroote Hilde; 76. Van Impe Marleen; 80. Verplaest Marc; 81. De Schrijver Veerle; **6,2km (110)** : 12. Lanckmans Ronny; 13. Nissens Sofie; 17. De Schuyteneer Els; 30. Allebosch Danny; 31. De Coster Gert; 49. Turtelboom Peter; 54. Cardoen Hilde; 73. Lauwereys Erna; 79. Vanbiervliet Dieter; 80. Lahaye Martine; 83. De Doncker Hans; 86. Timmermans Nancy; 87. Van Der Perre Ria; 94. Chiau Guido; 99. Boyens Nathalie; 100. Holsteyn Lut; 105. Van Der Gucht Annemie; 106. Van Den Steen Vera; 107. Verstockt Kathleen; 110. Bockstael Christa; **12,45km (89)** : 19. Segers Erwin; 44. Adriaens Hilde; 50. Van Iseghem Rik; 63. De Decker Davy; 75. Eeman Dirk; 88. Sorgeloos Marissa; 89. Sorgeloos Bert.

Natuurloop te Kalken

Kurt De Greef gaf ons de namen van de deelnemers van VITA :

Ebraert Stijn , Blancqaert Martin , Roels Patrick , Beckers Didier , De vreesse Imke , Van De Walle Dirk , De Jonge Kurt, Rogiers Philip , Clincke Danny , Vleminckx Dirk , Maes Ann , Vleminckx Taike , Maes Hendrik , De Greef Kurt , De Gucht Franky , De Leenheer Hilde , Pieters Ann , De Brouwer Lieve , De Jonge Bram , Huys Sonja , Wiels Greta, De Meyer Lucien , Ebraert Geert , De Jonge Ellen.

Jogging te Kerksken op zondag 17 juni

Deze jogging telt mee voor het jogcriterium : opletten dus of je naam wel wordt vermeld. Yves, Ronny en Els waren onze beste atleten op de 5 kilometer, David en Anne Marie op de 10 kilometer. Met mijn excuses voor degeen van VITA die zijn naam op de site of in het clubblad niet vindt maar toch deelnam; gelieve dit aan Paul Dhondt mee te delen op de training of via mail : dhondtp@ccrek.be. Dit is ook wel aan de organisatie te wijten de club wordt niet vermeld in de uitslag en met onze 647 VITA-leden zou het een titanenwerk zijn om dit alles uit te pluizen. Ikzelf kon niet meedoen omdat ik de dag voordien aan 2 VITA-activiteiten deelnam : een etentje onder de joggers van Denderleeuw en vervolgens Jurgen Linthoudt zijn 35^{ste} verjaardag (Jurgen is dus master geworden!).

2,5km (22) : 10. Gabriël Maarten; **5km (88)** : 6. Herregodts Yves; 7. Lanckmans Ronny; 11. De Schuyteneer Els; 16. Windis-Ruiz Pilita; 50. Van Durme Cindy; 59. Veirman Nadine; 66. Wets Rita; 68. Holsteyn Lut; 74. Bockstael Christa; 81. Boyens Nathalie; 82. Vitse Nelly; **10km (64)** : 3. Gabriël David; 22. Baudewijn Anne Marie; 55. Lauwereys Erna; 60. Van Den Haute Iris; 62. Verstockt Kathleen.

Jogging “Grote Prijs Herman Mignon” te Waarbeke op zaterdag 7 juli

33 VITA-atleten en -joggers namen deel aan deze stratenloop waaraan Herman Mignon zijn naam schonk.

12 km (49) : 7. Fernandez Patrick; 8. Linthoudt Steven; 13. Linthoudt Jurgen; 18. Van Lancker Freddy; 26. De Vleminck Luc; 49. Holsteyn Lut; **8km (48)** : 3. Rogiers Philip; 4. Herregodts Yves; 10. Nissens Sofie; 14. Adriaens Alain; 15. De Schuyteneer Els; 17. Eeman Dirk; 38. Van Biervliet Werner; 43. Henderijckx Marie-Christine; 44. Van Den Steen Vera; 47. Vitse Nelly; 48. Degroote Hilde; **4km (68)** : 5. Van Dorpe Brian; 10. Sliemers Petra; 27. De Groote Christopher; 42. Veirman Nadine; 43. Wets Rita; 51. Bockstael Christa; 54. Herregodts Nympe; 55. Boyens Nathalie; **800m (28)** : 5. Van Dorpe Michiel; 6. Herregodts Preben; 8. Bruylant Jana; 15. De Smet Jonas; 23. Van Mulder Bert; 25. Linthoudt Arne; **500m (12)** : 1. De Groote Jurgen; 5. Van Mulder Stijn.

Jogging te Welle op 27 juli

4km (213) : 17. Lanckmans Ronny; 105. Holsteyn Lut;
8km (139) : 35. Roelandt Jano;
12km (104) : 2. Goossens Kris.

Jogging Rechteroever te Ninove op 29 juli



Jana, Kjenta en Kyana waren onze medaille-winnaars bij de jeugd. Bert, Silke, Petra, Yves, Alain en Erwin mochten ook op het podium. Met 92 deelnemers was deze jogging niet zo'n groot succes. Hopelijk valt volgend jaar de datum van deze jogging en deze van de Mémorial Rasschaert Geert niet in het zelfde week-end.

Kinderen (5) : 1. Bruylandt Jana; 5. De Pelsmaeker Laura; **Kinderen (3)** : 2. Jacobs Kjenta; 3. Jacobs Kyana;
5,5km (51) : 1. Bert Vermander; 7. Segers Silke; 9. Sliemers Petra; 13. De Greef Kurt; 14. Stroobants Jonas; 17. Van Der Heyden Eddy; 18. De Schuyteneer Guido; 23. Dullaert Ben; 27. Lahaye Martine; 28. Timmermans Nancy; 29. Gabriel Maarten; 30. Van Der Perre Ria; 34. Bockstael Christa; 36. Holsteyn Lut; 38. Veirman Nadine; 39. Wets Rita; 40. Matthijs Linda; 48. Buyl Sylvia; 49. Baetens Francine; 50. De Schrijver Veerle; **9,1km (19)** : 1. Herregodts Yves; 3. Adriaens Alain; 5. Eeman Dirk; 7. De Gendt André; 12. Vandaele Caroline; 14. Cochez Brenda; 15. Van Der Gucht Annemie; 16. Verstockt Kathleen; 17. Vitse Nelly; 19. De Pelsmaecker Carl; **12,3km (13)** : 2. Segers Erwin; 6. Deneys Dirk; 8. Van Lancker Freddy; 9. Baro Jeroen; 10. Debot Dirk; 11. De Vogelaer Eddy.

JOGGERSHOEKJE

Waouw !!!!!!!!!!!!!



Tijdens de jogging “Dwars door Ninove” liepen onze joggers voor het eerst in hun nieuwe uitrusting. Een goeie taartenverkoop en een extra sponsor op de short, maakten het mogelijk dit te verwezenlijken. De volledige uitrusting is te bekomen bij Erna voor en na de trainingen van dinsdag en donderdag.

HIP HIP HOERA



Nogmaals proficiat voor onze talrijk opgekomen atleten en joggers tijdens de „Roadjogging“ te Haaltert. Voor de derde keer op rij was VITA de ploeg met de meeste deelnemers aan deze jogging. Deze prachtige beker praat voortaan in onze kantine.

JOGGING BURCHTDAM – RECHTEROEVER 29-07-2007



jog- en jeugddag te Ninove op 7 april 2007

Een mooie opkomst voor deze sportieve happening.

Onze jeugdtrainers hebben op de atletiekpiste een ganse namiddag initiatie gegeven en spelletjes gespeeld met onze jeugdathleten en hun vriendjes. Allen kregen paaseieren en de atleetjes die 5 wedstrijden gelopen hadden van het zomercriterium en/of het cross-criterium kregen nog een trofee en een naturaprijs erbovenop. Ziehier de namen van de deelnemende kinderen (deze jeugddag is de eerste activiteit die meetelt voor het zomercriterium 2007) :

Benjamins : Lennert Batselier, Robin De Dobbeleer, Dieter Cardon, Arne Linthoudt, Kimberly Vinck, Jurgen De Groote, Ans Huys, Jordy Van Isterdael, Yoni Masschelein, Stijn VAN Mulder, Brent De Doncker

Pupillen: Chloé Curfs, Tom Cardoen, Frederik Wijnant, Jari VAN der Heyden, Michiel VAN Dorpe, Anthony Mertens, Yana Bruylandt, Stijn Sienaert, Jessica De Groote, Cédric Debot, Ella Huys, Sammy Masschelein, Laura De Pelsmaeker, Bert Van Mulder, Rani Evenepoel

Miniemen: Laura Van Iseghem, Sara Evenepoel, Astrid Van Snick, Evelien Batselier, Preben Herregodts, Mitchell Janguaert, Jonas De Gendt, Brian Van Dorpe, Gregory Sienaert, Jens De Loecker, Wannas Van de Roy, Robin Faute, Aurélie Debot.

Onze joggers, talrijk opgekomen, trokken erop uit voor een prachtige natuurloop van 9 of 16 km in de omgeving van Pollare en Denderwindeke. Hans en Eddy worden bedankt voor het uitstippelen van het parcours

Joggers die 9 of 16 km hebben gelopen in Pollare en Denderwindeke :

Guido De Schuyteneer, Eddy De Vogelaer, Erna Lauwereys, Rita Broquet, Baro Jeroen, Remue Greta, Van Den Steen Vera, Eddy Van Der Heyden, Martine Lahaye, Dirk Debot, Boyens Nathalie, Hilde Van Den Berghe, Evenepoel Yves, Marina Van Bos, Lieve De Backer, Jenquin Sabrina, Kathleen Gees, Dirk Eeman, Veirman Nadine, Siska De Jonghe, Hans De Doncker, Walter Elinkx, Caoline Van Daele, Christ Masschelein, Christine Wim, Beeckman Anja, De Bruycker Griet, Souffriau Wilfried, Yves Herregodts, Patrick Van Dorpe (dit is een echte atleet uiteraard), Christa Bockstaal en De Groote Christopher.

En nog was het niet genoeg : nadien volgde een heuse pannenkoekenslag met Jeanine en Martine in de hoofdrol : zij baktten meer dan 400 pannenkoeken van 10 uur tot 17 uur 30. We kregen ook een helpende hand van Lizette, Erna, Paul en Barbara (de laatste twee van Denderleeuw) bij het schenken van de drank en het uitdelen van de pannenkoeken.

JOG INFO september 2007

Naar jaarlijkse gewoonte wordt er ook dit jaar opnieuw een VITA-jog-criterium georganiseerd. Al de leden, dit in de uitslag van de joggings opgenomen zijn, ontvangen een naturaprijs.

Reglement :

1. Het seizoen loopt van 1 november 2006 tot 31 oktober 2007.
2. Alle aangesloten VITA-leden (joggers en atleten) dienen minimum aan 8 van de hieronder vermelde joggings te hebben deelgenomen en opgenomen zijn in de uitslag.
3. De leden dienen onder de naam van VITA te lopen.
4. Uitreiking van de prijzen gebeurt op de datum van de uitreiking van de Start-to-run diploma's.

Lijst van joggings die in aanmerking komen voor het jogcriterium :

Nederhasselt 11 november 2006	Haaltert 2 juni 2007
Strijpen december 2006	Kerksken 17 juni 2007
Wichelen december 2006	Waarbeke 7 juli 2007
St.-Goriks-Oudenhove december 2006	Ninove 29 juli 2007
Aalst januari 2007	Ternat 10 augustus 2007
Jogdag Ninove 7 april 2007	Lokeren 4 augustus 2007
Natuurloop Londerzeel 9 april 2007	Overmere 18 augustus 2007
Hyacintenloop Halle 28 april 2007	Oetingen 26 augustus 2007
Oudegem 13 mei 2007	Zwalm 8 september 2007
Ninove 20 mei 2007	Aalst 23 september 2007
20 km van Brussel 27 mei 2007	

Joggings die in aanmerking komen voor het jog-criterium voor de maand september :

Zaterdag 08/09/07 : 18^{de} Zwalmjogging

Afstanden : 4,5 km, 10 km, 15,5 om 15u
Start : Parochiaal Centrum De Zwalm, De Coenestraat, 9630 Zwalm
Inschrijving : 4 €

Zondag 23/09/07 : 19^{de} Groenloop Aalsters stadspark

Afstanden : 3 km, 6 km, 12 km om 15u15
Start : Osbroeksadion, Fr. Blankaertdreef, 9300 Aalst
Inschrijving : 4 €

Jogging die niet in aanmerking komt voor het jog-criterium :

Zondag 30/09/07 : 1^{ste} Steenberg

Afstanden : 3,5 km, 7 km en 10,5 km om 15u
Start : Sportcomplex, Steenberg, 9420 Erpe-Mere
Inschrijving : 5 €

Zondag 30/09/07 : 4^{de} ING Brussels Ekiden

Start is om 13u in het Koning Boudewijnstadion
De ekiden wordt gelopen in volgende volgorde :
Loper 1 - 5 km
Loper 2 - 10 km
Loper 3 - 5 km

Loper 4 - 10 km
Loper 5 - 5 km
Loper 6 - 7,195 km

1 ronde is 5 km. De aflossingszone is in het Koning Boudewijnstadion.

Inschrijving voor de atletiekstage in Willebroek van 1/11/07 tot en met 4/11/07

De inschrijvingen dienen uiterlijk **binnen te zijn tegen 13 september 2007**. De inschrijvingsdocumenten kan je terugvinden op de site : <http://users.pandora.be/vita> of bij Kathleen Gees.

Je wil meer bewegen ?**Je dokter raadt je aan om te sporten ?****Je wil wat nieuwe mensen leren kennen ?****Gestopt met sporten en je wil er opnieuw tegenaan ?****Je wil behoren tot een toffe groep ?****Je hebt een paar vriend(inn)en die allemaal willen starten met sport?****3 CURSUS MOGELIJKHEDEN !**

Van onze **ervaren begeleiders** kom je alles te weten hoe je na 10 weken **5 km in één stuk** kan lopen, **zonder prestatiedwang op volgende dagen:**

Voor wie? voor iedereen tussen 16 en 76 jaar

Wat breng je mee? vrienden en vriendinnen, sportkledij en een paar goede loop pantoffels. Voor raad kan je steeds bij ons terecht

Wat kost het? De deelname aan de cursus joggen in Denderhoutem 18 euro, in Denderleeuw en Ninove 18 euro.

NINOVE

Informatievergadering op 11 en 13 september in de kantine van de atletiekpiste te Ninove om 19u00. Eerste training op 19 september om 19u30. Vervolgens training iedere WOENSDAG, VRIJDAG en ZONDAG.

OPGELET dit is nieuw: de 5 km. cursus wordt op woensdag, vrijdag en zondag gelopen!

Voor de ervaren joggers is er een cursus 5 naar 10 km. en een cursus 10 naar 15 km. Deze cursus gaat door iedere DINSDAG, DONDERDAG en ZONDAG om 18:45. Beide cursussen komen samen op onze stedelijke atletiekpiste.

Meer inlichtingen: bel naar Jef Gees (tel: 054/32.60.64), E-mail: jef.gees@telenet.be, Guy Goubert (Start2Run verantwoordelijke) of de site van de [Vlaamse atletiekliga](#)



**In 10 weken
5 km,
10 of 15 km
joggen**



helpt je op weg!!!

We starten woensdag 12 september 2007 om 19 uur met een **informatievergadering** die doorgaat in de cafétaria van de sporthal van de basket (sporthal het dichtst bij de tennis in het sportpark). De **eerste training** wordt gepland op 19 september.

Praktisch:

- Trainingen gedurende 10 weken telkens op woensdag en vrijdag om 19 uur aan de sporthal te Denderleeuw alsook op zondag om 9 uur 30.
- Verzekering via de Vlaamse Atletiek Liga
- Inschrijving 18 euro (ofwel na de informatie-vergadering ofwel na de eerste training)
- Begeleiding in groep

Inlichtingen kan steeds bij :

Jef Gees
Voorzitter VITA

Paul Dhondt
Jogbegeleider

Tel: 054/32.60.64

Tel: 0478/43.29.83

ZES GOEDE REDENEN OM TE JOGGEN

- Je kan op elk moment van de dag joggen
- Het is een eenvoudige en goedkope sport
- Het is zeer goed om je te ontspannen
- Het kan een onderdeel van een dieet zijn
- Het is een gezonde buitensport zodat je al joggend kan genieten van de natuur
- Je kan je conditie zeer snel verbeteren

Sylvain De Backer
Voorzitter Sportcommissie
Denderleeuw

Tel: 053/66.96.49

DENDERHOUTEM



Atletiekclub Vita en jogging Vondelhof organiseren: Start to run joggingcursus te Denderhoutem

Wat?

Een cursus van 10weken, waarna beginners 5km en gevorderden 10km/15km in 1 stuk kunnen lopen.

Wanneer?

info op zondag 23 september 2007 om 10.00uur—zie www.starttorun.be

Waar?

In de chalet in het Vondelhof te Denderhoutem – Vondelen (naast woning nr 18)

Waarom?

Om iets meer te vernemen over : waarom joggen , gepaste kledij , goed schoeisel,
waarom meer bewegen , hoe een goede conditie
opbouwen en nog veel andere interessante tips

Startdatum?

Eerste sessie vindt plaats op zondag 30 september om 9u30 en op woensdag 03 oktober om 19u30(samenkomst onder de luifel aan de chalet)

Wat moet je meebrengen?

Vrienden en vriendinnen , sportkledij en een paar goede looppantoffels

Wat mag je verwachten?

Meer uitleg over de aanpak van deze cursus, de werking van de club en ... een eerste rustige modeltraining volgens het start to run concept

Wat bij een geslaagde test?

Erkenning bij de mutualiteiten--- inschrijving 18 eur (leden vita nemen gratis deel)

Meer inlichtingen?

Voorzitter Jef Gees 054/32.60.64

Kathy Pletinckx 053/832355 maes.pletinckx@versateladsl.be

Jan Arijs 053/837648 jan.arijs1@pandora.be

Organisatie in samenwerking met :
Atletiekclub Vita Ninove