

de Gavertrimmer

Tijdschrift

Joggingclub

Harelbeke



 **ACCENT** NV
S.A.
zelfklevende etiketten

DEXIA
Bank HARELBEKE

 **DVV**
Verzekeringen
Jo Claerhout

F. D G

nr 48
juni 2007

MEUBINEX
Carpet Convertors

citibank
Gentsestraat 32 Harelbeke

 **VEROMAN** B.V.B.A.

SPANO n.v.

CREATIEF
grafisch buro

Daar is de zoveelste tropische zomer ?



Tiegem-Harelbeke 2007 is achter de rug en je zal het geweten hebben na het lezen van dit boekje !

De 81 leden van de Gavertrimmers zijn weeral (6 maanden van 2007) volop bezig met kilometers te trainen en overal te lande wedstrijden aan het lopen.

Binnenin vind je ergens een ledenlijst terug en natuurlijk een voorlopige rangschikking volgens aantal gelopen wedstrijden.

De activiteiten die je dit jaar nog kunt verwachten zijn:

Op zaterdag 18 augustus 2007 onze jaarlijkse verrassingsloop (zie extra informatieblad)

Op 18 november 2007 wordt (voorlopig) onze jaarlijks uitstap naar 't Zee-tje gepland (informatie later)

Wat valt er nog allemaal te lezen in dit nummer:

- Inleiding, datums en algemeenheden

- Ledenlijst per 28 juni 2007
- Tiegem-Harelbeke volgens Cossement Steven
- Fotoblad Tiegem-Harelbeke
- Lijvig dagboek van Guido ivm Tiegem-Harelbeke
- Reacties na Tiegem-Harelbeke
- De eerste Tiegem-Harelbeke van Katrien Vandekerckhove
- Marathon Rotterdam, verslag van Pascal Debersaques
- De uitnodiging voor onze verrassingsloop 2007 ! !
- Voorlopige rangschikking volgens aantal gelopen wedstrijden
- Fotoblad: 5 km lopen in 10 weken met de Gavertrimmers
- Uitslagen voorbije maanden
- Wedstrijden voor de rest van 2007

Veel leesgenot,

Xavier



LEDENLIJST GAVERTRIMMERS 2007 (28 juni 2007)

1	Andries	Paul	61	Vandekerckhove	Kathien
2	Beernaert	Veerte	62	Vandenbosschi	Marnick
3	Bekaert	Serge	63	Vandevijvere	Ann
4	Benoit	Lode	64	Vandewiviere	Patricia
5	Bondéel	Freddy	65	Vandevoorde	Kristof
6	Bonte	Filip	66	Vandevyver	Geert
7	Bosuyt	Frank	67	Vandoorne	Franky
8	Bossuyt	Bart	68	Vanthooren	Patrick
9	Bruneel	Nancy	69	Vanhuyse	Herve
10	Bytēbier	Jan	70	Vandede	Ludovic
11	Canniere	Stefaan	71	Vanruymbeke	Dorien
12	Christiaens	Johan	72	Verbauwheide	Christophe
13	Claerhout	Filip	73	Vergauwe	Philippe
14	Cosserment	Sieven	74	Verhaeghe	William
15	Coucke	Monica	75	Verhaeghe	Patrick
16	Croupelandt	Fredric	76	Verheye	Linda
17	De Jode	Francis	77	Verhulst	Rony
18	De Praters	Guido	78	Verschaeye	Geert
19	Debaveye	Jozef	79	Verschaeye	Cindy
20	Debersaques	Pascal	80	Viaene	Eric
21	Debersaques	Nathalie	81	Windels	Wim
22	Debeurne	Lieven			
23	Declerck	Daniël			
24	Declercq	Wim			
25	Defoort	Geert			
26	Degeyter	Frank			
27	Dekeyser	Stefan			
28	Deprez	Xavier			
29	Deprez	Jan			
30	Derickere	Willy			
31	Ernalsteen	Sam			
32	Holvoet	Liane			
33	Hubrecht	Koen			
34	Huys	Frank			
35	Huysebruyt	Inge			
36	Kerckhof	Eric			
37	Kerckhof	Nancy			
38	Lagae	Philippe			
39	Lefever	Jan			
40	Libbrecht	Geert			
41	Maes	Warner			
42	Melens	Rita			
43	Meulebrouck	Delphine			
44	Missiaen	Lieven			
45	Moreels	Bart			
46	Naert	Marc			
47	Ollivier	Gilbert			
48	Oosthuysse	Bart			
49	Pauwels	Martin			
50	Picavet	Luc			
51	Rysaert	Philippe			
52	Schamelhout	Lode			
53	Schedin	Jan			
54	Schepereel	Jelle			
55	Soenens	Hubert			
56	Tonneau	Fernand			
57	Van Belleghem	Chris			
58	Van Enis	Philippe			
59	Van Nieuwenhove	Georges			
60	Vandekerckhove	Nadine			

Tiegem-Harelbeke 2007

Voor buitenstaanders een fait-divers in de loopwereld, voor Gavertrimmers het wereldkampioenschap der kampioenschappen : Tiegem-Harelbeke. 11 februari stond reeds bij velen lange tijd op voorhand met dikke stift aangestipt in de agenda om de clash der titanen aan te gaan.

Vanaf december begonnen de eerste conversaties omtrent TH tijdens de trainingen en naarmate D-day naderde raakte ook het forum op de website in de ban van het kampioenschap. Deze rubriek werd vooraleer de eerste kilometer was gelopen een kleine 4000 (!!) maal bezocht door liefhebbers van het internet. Daarmee kan deze editie doorgaan als degene waar het meest 'inkt' bij vloede voordat de start gegeven werd.

De messen stonden scherp toen vroeg in de morgen een gezellige drukte heerste aan de sporthal. 38 moedigen hadden het loopplunje aangetrokken om het beste van zichzelf te geven. Even buiten piepen deed ons vermoeden dat veel regen en een stevige zuidwester (tegenwind) niet veel PR's zou doen sneuvelen. De bus dropte ons keurig af om 7u50 aan Tiegemkerk die voor velen alweder dienst deed als parochiaal urinoir. Even stretchen en een groepsfoto later knalden we weg. Eerste aanstoker was nieuwbakken lid Werner Maes, maar zijn poging strandde reeds na 100 meter. Vijf mensen kozen het hazenpad met Lode, Ludovic en Pascal als de vooral getipte favorieten. Al snel beseften Jan en ikzelf dat deze elitegroep iets te hoog gegrepen was voor ons. Een resem andere trimmers volgde op luttele afstand. Pascal kreeg een klein gaatje van zijn twee collega's en bouwde een voorsprong uit van een goede 100 meter. Het sein was gekomen voor Ludovic om tweevoudig winnaar Lode af te schudden en de achtervolging in te zetten. Juist op de top van de autostradebrug werd de leider gegrepen en drie versnellingen van Ludovic later was hij er alleen vandoor. Iets meer dan 55 minuten na het startschot bereikte hij als eerste de sporthal voor Pascal en Lode die het podium vervolledigden. Vanaf dan druppelden de trimmers één voor één binnen. Een goed kwartier later werd de winnares gespot op de voetbalvelden. Met professionele haas pa Verschaeve behaalde Cindy de overwinning bij de dames. Een huwelijk dat reeds 23 jaar standhoudt tussen Wim en zijn "stille" aanbidsster Nadine werd beklonken met de rode lantaarn.

Een deugddoende douche later stond de sportieve bende verbreederd met het nodige vocht in de cafetaria alwaar de prijsuitreiking en tombola plaatsvond. Rond de middag kon iedereen tevreden over zijn prestatie (we leven nog steeds met de olympische gedachte) huiswaarts keren en reeds mijmeren over editie '08.

Volgende mensen dienen zeker nog een woord van dank te ontvangen in een willekeurige volgorde :

- Xavier Deprez en Willy Deryckere voor de algemene organisatie
- Alle seingevers die als profs hun taak vervuld hebben en zonder wie een TH niet mogelijk zou zijn. Ook zij hebben het ochtendlijk uur en stilstaan bij koud regenweer getrotseerd wat zeker een groot applaus verdient.
- Alle deelnemers aan TH
- Onze voorzitter Linda en Christine voor de startfluit
- Monica voor het uitdelen van de wisselbeker
- Rony Verhulst voor de internetondersteuning van deze wedstrijd
- De verschillende fotografen om ons herinneringen voor het nageslacht te bezorgen
- De firma's die een duit in de zak deden wat tombolaprijzen betreft
- De mysterieuze Quizmaster (zie forum) om iedereen scherp te houden
- mezelf voor het schrijven van dit verslag

Tot volgend jaar,

Steven Cossement



Het dagboek van Guido De Praitere

Woensdag 10-01-07

Morgen dag op dag nog één maand te gaan tot onze befaamde clubwedstrijd.

Ik bedenk dat het een tijdje geleden is nog iets te hebben gepend voor ons boekje en onze site. Ik besluit om nog eens mijn ervaringen naar Tiegem een beetje bij te houden met een klein dagboek. De één doet het al bloggend, een ander zwijgt er niet meer over, nog een ander ligt er wakker van, ik doe het zoals ik het al eens heb gedaan ...

Vandaag om 17u30' met Philippe en Inge een uurtje voor de groep uitgelopen. Philippe is stevast paraat op woensdag om 17u30' en ik maak gretig gebruik van de mogelijkheid om samen met hem en Inge wat kilometers extra te doen en wat bij te praten. Vanaf 18u30' sluiten we bij de groep aan en loop ik nog één rondje bij. 17km wijst de teller aan als ik moe maar zeer voldaan naar huis ga.

Bij een snelle boterham en na een verkwikkende douche zie ik uit naar een leuke comedy avond in de Trukendoos te Stasegem, zie www.trukendoos.be mocht je ook eens door het programma willen bladeren.

Donderdag 11-01-07

Zware storm heeft Frank ons voorspeld. 'k Had het liever van Sabine gehoord maar dit even terzijde

Late dienst vandaag, dus als ik wil lopen zal het in de voormiddag moeten gebeuren. Bij het aantrekken van mijn loopkledij hoor ik de loeiende wind en heb ik weinig zin om te vertrekken. Schoorvoetend vertrek ik toch voor een rondje langs de Heerbaan, ons vertrouwde rondje in de winter. In het bos is de wind duidelijk hoorbaar aan het kraken van de takken van de bomen. Ik kom heelhuids thuis en ben tevreden om 7km te kunnen invullen in het logboek die ik heb gedownload van onze site, met dank aan Rony.

Vrijdag 12-01-07

Ik werk met dagdienst en heb terug een rondje gepland bij mijn thuiskomst.

Even denk ik dat met Stef te kunnen doen maar na een telefoontje verneem ik dat hij ons morgen zal vergezellen en dus niet vandaag.

Nog steeds hevige wind na een bewogen dag gisteren. Met de wind vanachter op de Heerbaan ga ik stevig vooruit tijdens mijn rondje. Het keren echter...

Na drie dagen van 7 en woensdag 18 staat de teller op 38km. Morgen met o.a. Steven en Stef 14 gepland. Ik hoop op een iets rustiger weertje

Zaterdag 13-01-07

"Om 8u30' op de parking van de Gavers" was de afspraak die Steven had voorgesteld op het forum. Met 5 man zijn we paraat voor een tocht van 14km. Het parcours valt verassend goed mee na de voorbije regenbuien. De slechte plaatsjes zijn bijgewerkt en da's goed nieuws voor onze groep. Chris, Geert VDV, Stef, Steven en mezelf zijn de moedigen. Ook Xavier (uit blessure komend) kruist ons pad, net als Marc Naert in bloedvorm blijkbaar. Marc sluit nog even bij ons aan en zo haspelen we al keuvelend onze geplande training af. Chris en Stef doen er nog een extra rondje bij maar voor de anderen is het genoeg geweest.

Na nog een fikse wandeling in de namiddag aan de kust kan de dag niet meer stuk.

De kerstboomverbranding op het Marktplaats laat ik links liggen, zeer tegen de zin van vrouwlief....

Zondag 14-01-07

Vroeg uit de veren want ik plan een klein rondje voor de groepstraining. Een bezoekje bij de bakker behoort tot mijn ritueel op zondagmorgen en dit is vandaag niet anders. Wel anders is dat we (mijn vrouw en ik) samen ontbijten, want ze loopt vandaag samen met haar zus Nadine mee en wil voor het

lopen ook een hapje eten. Kleine opmerking aan tafel echter 't zal niet elke week worden!! 'k Geef toe 't moet even wennen zijn als je op zondag meestal iets langer blijft liggen ...

Leuke training vandaag met de groep. Elkaar wat overtreffen en daarna de troepen overschouwen als ze je voorbij lopen(les vliegen). Ben tevreden met het gepresteerde aantal km (18) na de zondagtraining en de voorbije week.

De kledkamers zijn goed bevolkt want straks is er onze nieuwjaarsreceptie! Gezellig samenzijn bij een glaasje tijdens de receptie. Secretaris Geert heeft samen met Linda een mooi en gesmaakt overzicht van het voorbije jaar. Onze betreurde voorzitter Marcel is nooit ver weg daarbij ... het leek alsof het gisteren was. De toekomst wordt geschetst ... daarbij o.a. een etentje gepland op 3/3, de jaarlijkse verrassingsloop, de uitstap naar de kust in het najaar maar vooral de zeer binnenkort gelopen clubwedstrijd. Willy neemt de ondertussen de inschrijvingen waar en die lopen vlotjes binnen blijkbaar.

Te onthouden vandaag is dat mijn vrouw zegt lid te zullen worden, Tiegem-Harelbeke zal meelopen en af en toe toch eens op zondag ons zal vergezellen in tegenstelling tot wat ze eerder op de morgen heeft gezegd! Zien of ze woord houdt ... !

Maandag 15-01-07

Rustdag zoals steeds op maandag. Geen nieuws dus...
Morgen plan ik minstens 7km...

Dinsdag 16-01-07

9u30' en net 2 broodjes klaargemaakt. Tijdens het rijzen ervan kan ik mijn geplande training afwerken. 7km had ik gepland maar ik bedenk dat ik zaterdag en zondag moet werken en dus hoogst waarschijnlijk niet aan lopen zal toe komen, dus moet ik wel wat kilometers meer malen op 4 dagen tijd i.p.v. op 6 dagen als vorige week.

Ik loop dus iets verder door en loop langs Gaverzicht nog eens mijn rondje richting Zwevegem. 12km haspel ik af in een dik uurtje. Tevreden huiswaarts dus! Nu Nog snel mijn broodjes afbakken en een beetje eten klaarmaken alvorens naar 't werk te vertrekken.

Ik denk al een dag vooruit en zal morgen trachten terug om 17u30' te starten net als vorige week en afsluiten met de groep.

Woensdag 17-01-07

Ik start mijn woensdagtraining na een hevige regenbui. Eventjes denk ik thuis te blijven maar een opklaring brengt mij op andere ideeën. Ik start om 16u50' en loop een rondje alleen om vervolgens bij Philippe, Rony en Inge aan te sluiten om 17u30'. Ik laat de groep links liggen voor één keer want moet straks op tijd klaar zijn voor mijn avondje uit. Met Katrien en een bevriend koppel verplaatsen wij ons terug richting trukendoos waar Bert Kruismans vanavond te gast is. Zijn nieuwe show "Wereldberoemd in Vlaanderen" valt best mee en is een aanrader voor een leuke avond! Voor de speellijst zie <http://www.kruismans.be/agenda.html>

Donderdag 18-01-07

Stormweer vandaag, geen loopactiviteit wegens te gevaarlijk ...

Heel wat erger dan vorige week, dus ik pas wijselijk! Hopelijk kan ik zaterdag en mogelijks ook zondag na 't werk nog een rondje lopen. Had gehoopt op een mooie 4-daagse vanaf dinsdag maar dat zal dus niet lukken. Ik hoop de verloren training te kunnen inhalen op zaterdag en zondag na 't werk.

Vrijdag 19-01-07

Na het snipperdagje gisteren omwille van... een bijna verplichte training vandaag!

Ik plan terug een uurtje richting Zwevegem via Gaverzicht. Ik moet echter ter hoogte van de Statiewijk rechtsomkeer maken want na een ongeval op de spoorovergang kan ik niet verder.

Ik bedenk snel een waardig alternatief en loop langs de spoorweg en collegewijk terug.

Ik kom niet aan dat geplande uurtje maar ben tevreden. Hopelijk morgen dus een rondje na 't werk denk ik.

Zaterdag 20-01-07

Ik gluur op het forum en ben jaloers dat ik vandaag niet kon aansluiten met enkele collega trimmers in de voormiddag. Ik kom thuis na een heel drukke dag op 't werk en steel nog snel een half uurtje om bij valavond "De Gavers" te doorkruisen. Toch net iets te donker om goed te zijn, maar ik overleef deze kleine survival!

De rest van de avond brengen we door in "Het Spoor" voor de nieuwjaarsbijeenkomst van de Gezinsbond. Leuke avond alweer...

Ik kom er Philippe tegen (onze kine) die op aanraden van Xavier de voorbije week de kilometers heeft opgedreven! Tiegem-Harelbeke is nooit ver weg tijdens de gesprekken...

Zondag 21-01-07

Nog 3 weken, tijd voor een check up...

Enkele opvallende vaststellingen zoals daar zijn:

- Opvallend lovende woorden op het forum over de goede conditie van Steff
- Steven is alweer gedreven als geen ander, blaakt van zelfvertrouwen en sleurt anderen mee in zijn doorgedreven trainingen...
- Jan blijft op de sukkel met een hardnekkige kwetsuur maar hoopt toch mee te kunnen doen.
- Ludo ligt nu al wakker van een mooie ereplaats of mogelijks wat meer...
- Chris is goed bezig terug na zijn langdurige en hardnekkige blessure en doet aan spinning als interval, zien of dit rendeert straks!
- Opvallend stil in de Platatenlaan ten huize Deprez op een mailtje na met de aankondiging van de wedstrijd en het etentje. In 't stille zich aan 't prepareren??
- Ongelukje met Werner op de training van zaterdag laatst. Hopelijk hersteld hij op tijd van zijn voetverzwikking.
- Leuke kwisjes op het forum om elkaar wat op te naaien, doch ik ben niet de quizmaster zoals sommigen beweren...
- Bezige bij Rony, trainen, onze site onderhouden, werken, postje zetten op het forum, terug trainen, Rony zal er staan te Tiegem daar ben ik van overtuigd!!
- Ikzelf heb enkele groepstrainingen gemankeerd. Woensdag de conditie van de anderen eens bekijken...

Oh ja, vandaag niet meer gelopen na 't werk. Daardoor blijft mijn weektotaal op 47km steken. Ik bak nog snel 2 broodjes terug en presteer wat nachtwerk in Diedjies.

Maandag 22-01-07

Geen loopactiviteit terug vandaag zoals steeds op maandag. Ik lees onze site en volg terug de postjes op het forum. Spijtig genoeg nog steeds geen nieuwe gebruikers nadat ik op de nieuwjaarsreceptie daar even had op aangedrongen.

Dinsdag 23-01-07

Terug heel kort vandaag want ik kom niet aan trainen toe. Ik doe de gebruikelijke boodschappen in de voormiddag want straks late dienst. De voormiddag is te snel voorbij om nog een rondje te kunnen lopen en op tijd op 't werk te geraken.

Te onthouden vandaag is dat de wind een andere richting heeft gekozen en dit is een iets gunstiger richting voor Tiegem-Harelbeke maar dat is nog veraf.! En verder dopingperikelen rond Patrick Lefevere in Het Laatste Nieuws...

Ook het minder goede nieuws dat Xavier op de sukkel blijft. Na een telefoontje verneem ik dat hij mogelijks niet zal deelnemen, jammer...

Woensdag 24-01-07

Zoals enkele weken al teken ik present om 17u30'. Philippe is gewoontegetrouw terug van de partij. Ook Johan is erbij. In laatste instantie ook nog Serge die om 2' geduld vraagt. We vertrekken dus met

zijn drieën. Georges komt nog aangereden en komt in zijn gekende vlotte stijl naar ons toegelopen. Hij vergezelt ons dus eveneens. Georges is in supervorm, zoveel is duidelijk! Hij is eveneens gebrand op een glansprestatie straks op 11/2. Om 18u30' sluiten we bij de groep aan. Ik praat tijdens het lopen met Christophe Verbauwheide die na een hele tijd sukkelen terug wat op dreef is. Hij praat geregeld met ons mee op het forum, wat ook een positieve vaststelling is en plant eveneens mee te doen met de door Steven voorgestelde training van zaterdag a.s. Hopelijk gaat alles goed verder Christophe. Ondertussen hebben Nadine en Katrien ons pad gekruist. Katrien is nog steeds vastbesloten Tiegem-Harelbeke te lopen in het gezelschap van haar zus. Straks wordt ze lid zegt ze....
Storting volgt!

Opvallende vaststelling : 25 trimmers op training, toffe sfeer, enorme beleving naar Tiegem toe!
Supersnelle 2^e ronde van sommigen... "dat zal nogal nen boenk geven" zouden Debby en Nancy zeggen straks op 11/2!

Donderdag 25-02-07

Slechte nacht gehad en een pijnlijke rug. Hopelijk gaat dit snel over want het hindert mij toch een beetje in mijn doen en laten. Toch loop ik een heel langzaam rondje na lang aarzelen weliswaar. Morgen hopelijk wat fitter want nog wat kilometers te weinig deze week. Zaterdag ook afgesproken met Steven voor een ochtendtraining (alweer via het forum)

Vrijdag 26-02-07

Weinig tijd vandaag na 't werk want straks staat ons alweer een avondje schouwburg te wachten. De finale van het humorologieconcours (wintereditie) gaat er straks door.
Ik loop toch een 50' over hetzelfde traject als vorige week vrijdag (zie notities van vorige week)
Het loopt vlot niettegenstaande een nog steeds wat pijnlijke rug. Hopelijk snel beterschap...

Zaterdag 27-02-07

Na een korte nacht teken ik terug present op de door Steven aangekondigde extra training.
Het is immers nogal laat geworden na de avondvoorstelling van gisteren. Om 2u onder de lakens en om 8u30' al aan lopen toe, geef toe dat doe je alleen maar 2 weken voor Tiegem-Harelbeke. Ik loop zoals gepland 2 rondjes en keuvel wat met Christophe, terug van ver weggeweest. Nog 6 anderen zijn van de partij voor deze ochtendtraining. De laatste loodjes zijn in zicht...
Straks het WK cyclocross van de beloften volgen en genieten van een verder rustige zaterdag.

Zondag 28-02-07

Geen groepstraining voor mij vandaag en ook niet voor Jan Schedin. We vertrekken namelijk om 9u met de trein richting Hooglede. Het WK is veelbelovend voor onze Belgen. Hopelijk een Belgische winnaar straks.

Maandag 29-02-07

Terug geen training vandaag zoals steeds op maandag. Ik kijk met belangstelling naar de berichtgeving in krant en tv over het WK van gisteren. Tiegem is eventjes minder belangrijk geweest de laatste 2 dagen. Het WK in België komt niet ieder jaar voor hé! 't Was genieten met volle teugen van het spektakel gisteren. Het enige nadeel was het langdurig stilstaan en bijgevolg nog steeds een pijnlijke rug.

Dinsdag 30-02-07

Ik neem terug een snipperdag en gun mijn rug wat rust. Morgen terug wat kilometers malen zal noodzakelijk zijn bedenk ik na 3 dagen van rust.

Te onthouden vandaag, mijn vrouwtje is officieel lid geworden en heeft ineens 5€ gestort voor deelname. Er is geen weg terug meer nu...

Woensdag 1-03-07

Nog 10 dagen! Vandaag tijdens de training alweer kijk ik met verbazing naar de blakende conditie van vele collega trimmers. Zo vroeg op 't jaar bedenk ik...

Opvallend terug, 25 trimmers op training en Lode die eveneens aansluit. Reken daar nog Katrien en Nadine bij die samen hun rondje lopen en je kunt gerust over een mooie groep spreken!

Opvallend vandaag, de aanwezigheid van mrs. Betty Spencer ofte mv. Lagae. Één van onze nieuwste leden die op training al haar mannetje staat bij ons. Wees welkom Veerle!

Donderdag 2-03-07

Een bezoekje aan Decathlon is het enige wapenfeit vandaag. Ik koop terug wat kalenji kousjes en zoek me een nieuw paar loopschoenen. De keuze is snel gemaakt want ik zweer al geruime tijd bij het Asics GT gamma. Morgen inlopen denk ik en mijn pover weektotaal nog iets opdrijven.

Vrijdag 3-03-07

Ik start rond 10u30' voor een uurtje richting Zwevegem. Net vertrokken en ik word al onmiddellijk gespot op de Heerbaan door Philippe Van Enis. Ik bedenk dat hij al menig trimmer terug op de been heeft gebracht na blessureleed niet in het minst ondergetekende...

Net voorbij Gaverzicht word ik overstoken door een grijze break die even verder halt houdt. Ik herken el sympathico Luc Piccavet die uitstapt en me prompt iets te drinken aanbied. Ik hou het bij een slok contrex en vervolg mijn weg. Ik kom thuis na een klein uurtje en 12km op de teller.

Ik verheug me over mijn rugpijn die stukken beter aanvoelt. Hopelijk straks helemaal fit op de dag van de waarheid!

Zaterdag 4-03-07

Ik verzeker vandaag dienst op 't werk van 8u tot 16u30'. Geen tijd bij mijn thuiskomst om nog even de loopschoenen aan te binden want straks ga ik naar het concert van de harmonie te St. Denijs. Een van mijn collega's bespeelt er de tuba en ik ben benieuwd naar zijn muzikale talenten!

Minpuntje vandaag is dat Katrien zich wat slapjes voelt. Hopelijk van korte duur want de dag van de waarheid komt nu wel heel dichtbij...

Zondag 5-03-07

Ik ben op 't werk met mijn gedachten bij de collega trimmers die hun training afwerken. Een week voor Tiegem was ik er wel graag bij geweest maar het lot heeft bepaald dat het mijn beurt is om weekenddienst te vervullen. Ik heb wel wat tijd om ons forum verder op de voet te volgen. Zo weet ik dat Ludo vandaag te Oostende aan de slag is. Ben benieuwd wat zijn resultaat zal zijn. Mijn pronostiek is echter ingevuld dus zal zijn prestatie daar niks meer aan wijzigen...

Maandag 6-03-07

Tijd voor andere dingen op maandag want geen training vandaag. Dagelijks wel één en ander te lezen op ons forum tegenwoordig. Ik kom thuis na een avondje Diedzies en kan niet nalaten nog eens snel de geposte berichtjes te gaan lezen. Mijn verbazing is groot als ik zie dat ik niet de enige ben. Webmaster Rony is eveneens ingelogd op dit ochtendlijke uur (lees 4u20') Vroege dienst voor Rony is het vermoeden dus...

Met veel aandacht lees ik de postjes, iedereen staat scherp op één week voor Tiegem da's wel duidelijk. Zelfs Xaxier doet zijn schepje erboven op!

Dinsdag 7-03-07

Ik bedenk dat anderen gisteren mogelijks aan hun laatste training toe waren na de door Steven aangekondigde driedaagse die gisteren afliep. Ik heb nog even te gaan deze week, te beginnen bij vandaag. Ik loop één ronde in een best aangename temperatuur. Morgen nog eens paraat om 17u30' voor zo 'n 17km ongeveer en dan zouden we klaar moeten zijn.

Opvallend vandaag...

Ik lees hoeveel kilometers Stef en Geert in voorbereiding hebben gelopen om het zondag straks tot een goed einde te brengen. Mijn kilometeraantal voor januari mag er gerust zijn als ik de vergelijking maak. Hopelijk volstaat dit om met die mannen een beetje te wedijveren.

Woensdag 8-03-07

Zoals gepland om 17u30' aan de sporthal. We vertrekken met 5 man voor ons uurtje. William is er terug bij na een tijdje. Mogelijks start hij ook nog zondag. Ook Serge is erbij en gaat voor 53' zegt hij... Johan is ook al enkele weken van de partij vanaf 17u30' en is zondag één van de subtoppers na het podium daar ben ik van overtuigd.

Blij nieuws voor Stef vandaag die vernomen heeft dat zaterdagavond een etentje is afgelast. Weinig meegemaakt dat iemand zo happy is na dergelijk bericht!

Donderdag 9-03-07

Niet de allereerste sneeuw van de winter, maar toch een serieus pakje meer dan die eerste keer. Gladdige voetpaden verhinderen mij vandaag nog een rondje te lopen. Geen risico meer voor zondag denk ik...

Misschien morgen het allerlaatste rondje voor zondag als ik op tijd thuis raak van 't werk.

Vrijdag 10-03-07

Ik kom thuis en ben van plan mijn loopschoenen nog een laatste keer aan te trekken voor zondag. Groot is mijn verbazing als ik in de tuin de langverwachte tuinman aantref die aan het snoeien is. Daar gaat mijn plan om een heel rustig rondje af te werken want straks moet ik alweer richting Trukendoos voor een avondje comedy. Toch tevreden dat die klus eindelijk geklaard is vertrek ik welgemutst naar mijn avondje uit. Het lijkt wel stilaan mijn stamcafé te worden bedenk ik als ik hier mijn dagboekje eens overlees...

Zaterdag 10-03-07

Geen zotte dingen meer vandaag, enkel wat tuinwerk na de orders van de tuinman gisteren! Enig vermeldenswaard gebeuren is het trouwfeest waar we vanavond naar toe moeten. Heel ongelegen maar de datum hebben wij zelf niet gekozen!

Zondag 11-03-07

Eindelijk is 't zover. Tiegem-Harelbeke is aangebroken. Waar iedereen maanden heeft naar uitgekeken is vandaag een zoveelste nieuwe uitdaging voor de Gavertrimmers aangebroken. Het weer zit niet echt mee maar iedereen stapt toch goedgehumtst de bus op richting Tiegem. De wedstrijd zelf verloopt voor mij iets minder goed dan verwacht. Ik loop voor wat ik waard ben maar moet me tevreden stellen met een tijd van 1u05'18". Ik ben tijdens de wedstrijd in gedachten mij mijn vrouwtje en haar eerste deelname. Ze doet het behoorlijk goed en slaagt in haar opzet. U zult wel hier of daar een wedstrijdverslag lezen vermoed ik

Maandag 12-03-07

Een enorme leegte overvalt me...
Dringend nood aan een nieuwe uitdaging!

Guido De Praitere

Reacties na Tiegem-Harelbeke 2007

Van Philippe Van Enis

Voor mij was T-H weeral eens verrassend! Voor wie graag verder leest, hier mijn verhaal:

Toch 3x per week getraind de laatste weken, géén belangrijke blessures, waarschijnlijk te weinig kilometers getraind maar een sterke motivatie om eens binnen het uur aan te komen...

Na een goeie start, met de kopgroep net voor ons, samen met Werner en Chris tot voorbij Ingooigem... sneltrein Koen nam die twee mee en aan de staart van een nieuwe groep aan de witte villa gepasseerd in 30 minuten. Alles zag er dus nog redelijk goed uit... tot mijn hoge toerental zijn tol eiste ==> snelheid verminderde, vermoeidheid, behoefte aan water (want het speeksel van Pavlov was onvoldoende), behoefte aan bemoediging (en dit kregen we voldoende van de vele seingeverers waarvoor nogmaals GROTE DANK!!!) en behoefte aan de finisch, maar dat was nog niet aan de orde. Vanaf "Deporama" verliep mijn wedstrijd pas echt "tweedehands". Net toen ik mijn laatste courage wou samensprokkelen. Ik wilde persé die 50 minuten halen aan de hoek want keizer Stefaan had dat gezegd in de bus... De goeie wil was er maar de kuitspier besliste er anders over en het werd wandelen, wat sukkel en opnieuw proberen... tot menige Gavertrimmer me voorbijstak. Goodbye UUR. Ademhaling en hartslag terug beter, voorzichtig lopen met pijn gaat ook... Over de streep in een tijd van 1 u 4 min 5 sec, blij dat het gedaan is. Toch een besttijd als troost. Maar volgend jaar opnieuw proberen: T-H zonder blessure en binnen het uur. Geen geluk in het lopen maar wel geluk in een gokspel: 's avonds won ik een gerookte beenham van 8kg850. Dat wordt smullen...

Proficiat aan allen die meestreden, aan de organisatoren, seingeverers en sympathisanten én aan Marcel die weer eens zag dat alles goed draait binnen ons clubke... houden zo!

Van Steven Cossement

Ik moet ook toegeven dat ik redelijk diep ben gegaan. Mijn benen zijn als stramme trommelstokken. Binnen 20 minuten vertrek ik voor een 14 km met Marc Naert om er terug gevoel in te krijgen.

De analyse van mijn wedstrijd is eenvoudig : 1 km meegegaan met de kopgroep, mij als eerste laten uitzakken totdat Jan dat ook deed zodat we samen tot aan km 7 liepen. Daarna moest ik een sterkere Jan laten gaan en ben zo 5de gebleven.

Aan km 10 kwam ik door in 39'13" (15,3km/h), wat betekent dat ik de laatste 4,58 km liep in 19'55" of aan 13,8 km/h. Ondanks die terugval ben ik wel tevreden ☺, want top 5 was de bedoeling
Even liep ik aan de leiding...

Van Guido De Praitere

Een memorabele editie, deze keer niet door sneeuw of ijsel maar daar de overvloedige regenval ...

Regen en nog eens regen !! Ik sluit me aan bij de vele lofbetuigingen aan onze seingevers. Bedankt mannen want zonder jullie kan dit niet zoals reeds door anderen is gezegd geweest.

Ik heb me geweldig goed geamuseerd tijdens de weken vooraf , de beleving naar de wedstrijd toe binnen onze groep. De collegialiteit binnen onze groep o.a. op gebied van samen trainen is fantastisch. Dat is de reden waarom ik me zo goed voel tussen de Gavertrimmers. En tot slot , proficiat aan alle deelnemers met hun prestatie van gisteren. Iedereen heeft gelopen voor wat hij waard was. Toch een speciale en dikke proficiat voor mijn vrouwtje met haar 1e deelname !! Ben tijdens de wedstrijd in gedachten nogal vaak bij haar geweest want geef toe 't was een lastige editie met al die regen en de tegenwind op vele plaatsen ...

11/2 : "'t Was schitterend"

Van Chris Van Belleghem

vandaag ben ik dus ook een tevreden man met het behaalde resultaat, een nieuw pr, onder het uur en mijn uitdager met een minuut achter mij kunnen houden, en een 6de plaats is niet mis met een sterke concurrentie. Een grote merci voor de seingevers die in dit slechte weer er stonden voor onze veiligheid.

Van Werner Maes

van mij eveneens een hartelijke dank aan de seingevers
en een proficiat aan de organisatie
hopelijk volgen nog vele T-H
aan chris nogmaals een dikke proficiat ,moe gij nu juist vandaag een
persoonlijk record lopen

Van Rony Verhulst

Het kan inderdaad niet genoeg gezegd worden, wat zou Tiegem - Harelbeke zijn zonder de vrijwilligers die instaan als signaalgever, fotograaf of om mee te helpen aan de aankomst.

Het deed ook plezier om enkele oude getrouwen terug te zien, oa Christine Verthé en Noël Ottevaere

Van Nathalie Debersaques

Proficiat aan alle Gavertrimmers om het slechte weer te trotseren vandaag!
Zo te horen van Pascal is 't een goede wedstrijd geworden en proficiat aan Ludovic met de 1e plaats !!!

Pascal moet ik nog eens 'aan zijn oren trekken' omdat hij zolang alleen aan 'de kop' gelopen heeft maar de beste heeft gewonnen. Toch was het een verrassing om Lode op de 3e plaats te zien, maar iedereen heeft een mindere dag he en een 3e plaats is nog sterk!

Zo te horen heeft er wellicht niemand de pronostiek juist?!

Van Jan Lefever

Het was inderdaad wel een trage wedstrijd , ik liep die snelheid in Deerlijk al was het weer wel véél beter . Ik had misschien in mijn beste vorm een paar plaatsen dichterbij gezeten , maar dan hadden ze waarschijnlijk wel een paar serieuze versnellingen geplaatst , die ging ik toch niet kunnen beantwoorden . Maar ik ben content , ik zie me niet direct nog eens een 4de plaats halen als de concurrentie er voor gaat , misschien wel met een blessure

Van Philippe Vergauwe

een grote merci voor allen die deze 22 ste editie vlekkeloos deden verlopen. Niet in het minst voor degenen die in weer en wind de kruispunten hebben beveiligd, want zij konden zich niet opwarmen al lopend. Ik denk dat iedereen tevreden mag terugblikken op zijn prestatie. En wanneer er dan enkelen door grote naastenliefde (dochter - of vrouwenliefde) zich hebben ingehouden werden enkele niet genomineerden dan toch top 10 lopers.

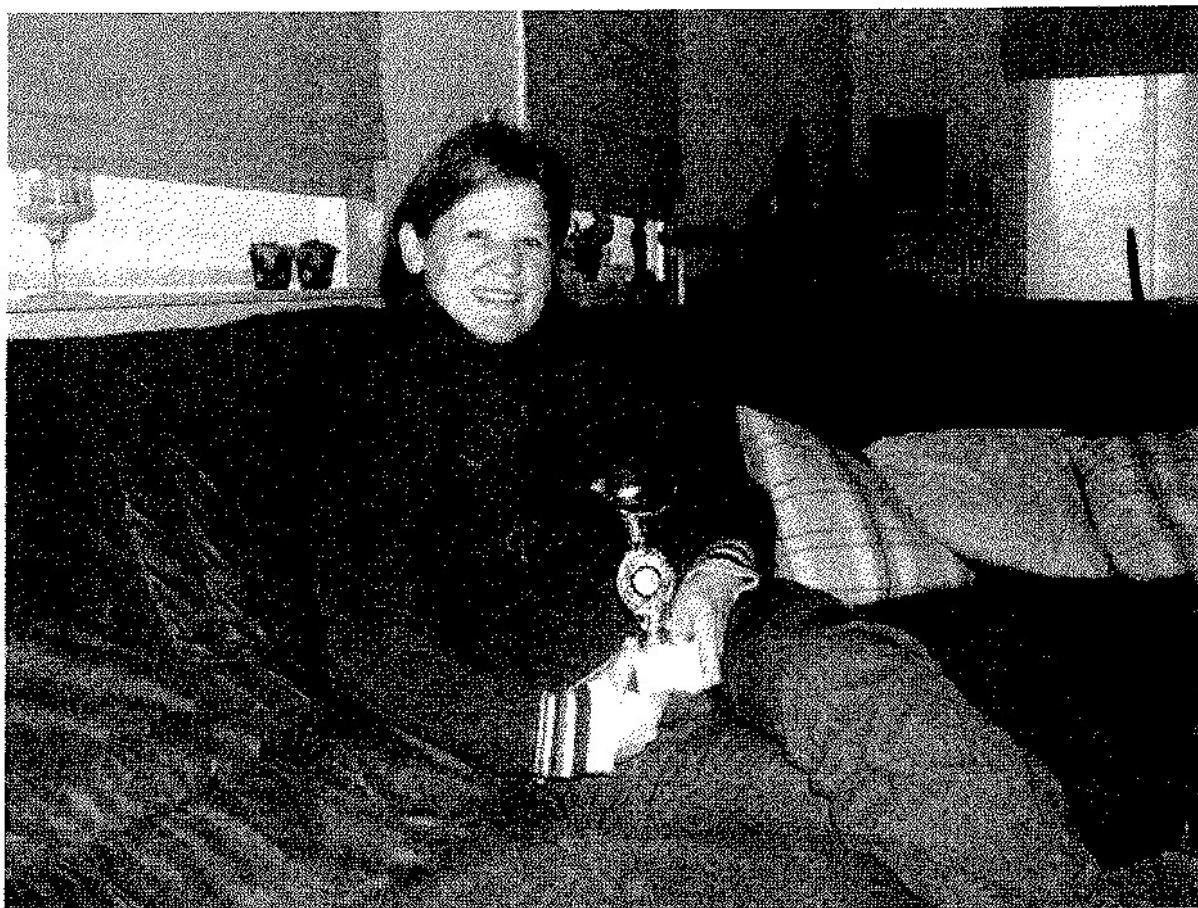
Van Ludovic Vanlede

ja, eerst vooral een grote dankje wel aan de begeleiders.
het was vooral een toffe editie erna . . .
en mijn dag is compleet want anderlecht doet 2-2 op brugge....
tot volgende wedstrijd
en aan de marathontrainers
veel succes en hopelijk behalen jullie je gewenste tijd.

Van Pascal Debersaques

Prachtige prestatie van Ludovic , petje af !
Begrijp me niet verkeerd , ik doe hier NIKS af van de prestatie van de Ludovic , maar zolang dat ik blijf sukkelen met die steken iedere wedstrijd , zal ik nooit lopers als de Ludovic kunnen kloppen , en als zeker niet als die dan nog eens op hun sterkst lopen , want de Ludovic was vandaag ook niet op zijn best.
Want misschien haalde Ludovic me niet meer bij als ik die steken niet kreeg na 5 km ?
Ach wie zal het zeggen , al bij al ben ik content met mijn eerste deelname , en al direct een 2de plaats.
Wel verbaasd over de mindere prestatie van Lode , maar ja , iedereen heeft al eens een mindere dag.
Verder nog nen dikke proficiat aan de organisatie , en zeker de seingevers (in wind en regen op post staan , chapeau !).
Ik stort me nu de komende weken op een zwaar trainingsprogramma ; ong. 800 km in 7 weken (met iedere week 1 intervaltraining) , en dan 2 weken afbouwen naar 15/04/07 en de marathon van Rotterdam.
Eventueel zoek ik ook uit , bij een of andere sportdokter , hoe ik die steken in het vervolg kan vermijden.
Aan iedereen , veel trainingsgenot , en voor al wie in het kort wedstrijden loopt , laat ze maar 's wat zien hé !

De eerst Tiegem-Harelbeke van Katrien Vandekerckhove



Op woensdag 14 februari, 3 dagen na Tiegem – Harelbeke, bel ik aan bij Katrien Vandekerckhove voor een interview naar aanleiding van haar 1e deelname aan onze clubwedstrijd en dit na slechts enkele maanden voorbereiding.

Manlief was vooruitziend geweest en had een lekkere cake gebakken, bij het drinken van een lekker kopje koffie moest ik eigenlijk weinig vragen stellen. Katrien was nog altijd erg onder de indruk van haar prestatie en vertelde spontaan over haar eerste Tiegem – Harelbeke.

Eerst en vooral proficiat met uw eerste Tiegem – Harelbeke. Fantastisch dat je dit kunt na slechts enkele maanden training. Heb je vroeger al gelopen of andere sporten bedreven?

Ja, maar wel niet altijd, het lag in perioden. Ooit woog ik 17 kg meer dan nu, door een buurvrouw ben ik eens meegegaan naar de Weight Watchers. Ik verloor toen 17 kg door evenveel te eten als vroeger maar dan wel anders. Ik begon minder vlees te eten, minder vetstoffen maar wel meer groenten en fruit waardoor ik me veel beter en fitter voel en waardoor ik veel meer energie heb dan vroeger. Mijn garderobe is sindsdien volledig vernieuwd. Ik voel me nu veel beter in mijn vel! Vroeger deed ik o.a. fitness, aerobics, badminton en taibo. Vooral dit laatste deed ik zeer graag!

Hoe ben je begonnen met lopen?

Vroeger liepen we met een aantal dames van JKAV - EVA

(Eiland - vrouwen - actief) ongeveer 4 tot 5 km in de Gavers en 's winters op de weg aan een gezellig keuvelend tempo.

Door diverse kwetsuren heb ik dan ongeveer 1 jaar niet kunnen sporten, gelukkig heb ik na dat jaar weer de draad opgenomen en weer beginnen lopen op woensdagmorgen met een buurvrouw.

Vanwaar plots de ambitie om u aan te sluiten bij de Gavertrimmers en Tiegem – Harelbeke te lopen?

Eerst en vooral door het enthousiasme van mijn man Guido en mijn zus Nadine. Toen ik vorig jaar meeging met de Gavertrimmers met de daguitstap naar zee kreeg ik echt de goesting te pakken. Ik fietste er toen mee met Nadine omdat ik dacht niet genoeg getraind te zijn om meer dan 10 km te lopen. "Wat Nadine kan dat kan ik ook" zei ik bij mezelf en sindsdien hebben Nadine en ik enkele keren per week samen gaan lopen.

In januari liepen we al enkele trainingen van 13 km en ook al eens een toer naar Zwevegem.

Hoe verliep uw Tiegem – Harelbeke?

Ik ben samen met Nadine gestart, maar mijn ambitie was om de beste te zijn in mijn categorie! Na de start ben ik onmiddellijk mijn eigen tempo beginnen lopen en aan veranda's Demasure had ik al Rita bijgehaald. Door natte schoenen en kousen kreeg ik al vlug last van mijn voeten. In Vichte overwoog ik even om de inlegzolen uit mijn schoenen te halen. In de laatste km's verloor ik nog ettelijke minuten door de blaren op mijn voeten maar op het eind werd ik nog moed ingesproken door Werner Maes en helemaal op het einde kon ik zelfs nog versnellen om binnen te zijn in minder dan 1u30. Ware het niet van die blaren dan was ik waarschijnlijk nog een paar minuten sneller want ik had op geen enkel moment last om mijn tempo te lopen.

Sinds zondag heb ik nog niet gelopen, de buit (lees beker) is binnen en ik laat nu eerst mijn blaren genezen.

Heb je verder nog ambities in het lopen?

Natuurlijk ! Ik ga blijven lopen en trainen en hoop om begin oktober de ½ marathon Rapper dan een ezel in Kuurne te lopen. Het is de mooiste halve marathon met enorm veel sfeer.



We wensen Katrien alvast veel succes met de nieuwe uitdaging en twijfelen niet aan de goede afloop daarvan en Guido... bedankt voor de cake

Rony

Marathon-debuut: Rotterdam 15/04/2007

Naar deze wedstrijd had ik lang toegeleefd, mede door de bijhorende poll georganiseerd door mijn zus, die ook zeer intens meeleeft met deze wedstrijd, de aandacht die medecollega-gavertrimmers er aan schonken, en ook mijn ouders die dachten dat ik de afstand met moeite zou volbrengen.

De poll riepen bij mij vele vragen op; ik werd immers beoordeeld door toch wel enkele marathon-routiniers, en de meesten voorspelden mij een tijd van onder de 3h, maar toch waren er ook enkele minder overtuigd.

De afreis verliep voorspoedig, wel werd ik de dagen voor de marathon nog geplaagd door tandpijn, die mij de broodnodige nachtrust wat ontnamen. Vele vragen spookten door het hoofd; "heb ik genoeg getraind, heb ik niet te "zot" gedaan de laatste weken, . . . ?"

In het startvak C stond ik in het gezelschap van Hans de Tavernier en Bjorn Eeckhout (ook een AZW-er), en er werd gepraat over het warme weer (er werd 25 C verwacht), de twijfel sloeg toe; gaan we toch nog voor de vooropgestelde tijd of niet ? (ik had een schema opgesteld van 4'10"/km, eindtijd 2 h 55 min 48 sec).

Het startschot klonk, we gingen er vlotjes vandoor en ik bleef in het gezelschap van Hans en Bjorn, maar na net geen 5 km versnelde ik en ging er alleen vandoor. Zoals vele collega's weten loop ik graag mijn "eigen koers".

Na 5 km in 20'53" zaten we slechts 3" boven dat vooropgestelde schema.

Na pakweg 8 km voelde ik wat zware benen, en na 10 km maakte ik de balans op; 41'55" en 15" boven mijn schema, is dit toch iets te hoog gegrepen ?

Even verder ging er mij een jonge snaak van Dapalo voorbij, hij liep tot max 150 m uit op mij.

Km 15: 1h 03' 15", stilletjesaan voelden de benen beter en beter, ik besloot om te beginnen die gast van Dapalo terug te halen, aan km 18 was het zover, ik liet hem onmiddellijk achter.

Hij was echter niet de enige die ik na verloop van km's kon inhalen; naarmate de wedstrijd vorderde haalde ik meer en meer atleten bij.

Km 20: 1h 24' 20", het ging nog steeds prima (een duiveltje en een engeltje waren aan het bekvechten in mijn hoofd: "Ben je jezelf niet aan het forceren ?" "Bah neen het gaat prima en je loopt toch niet té snel ?").

De halve marathon : 1h 27' 27", allé, je bent halfweg !

En nog steeds haalden we veel andere atleten in.

Vanaf hier besliste ik dat slechts nog één ding van belang was, geen schema meer dus, alleen nog binnenkomen in 3h00' !

Km 25 : 1h45'30", dankbaar maakten we gebruik van de drankposten, drinken van water en extran, verfrissen van pet voor en koel hoofd, we namen iets meer tijd nu om dit zeker niet te missen.

Daardoor haalden ook enkele anderen mij terug in, geen nood echter, kort daarna liet ik hen - definitief - terug achter.

Na 28 km kwamen we terug via de koolsingel centrum Rotterdam binnen en ik zag mijn vriendin terug, nog steeds waren de mensen superenthousiast langs de weg, wat een verschil met een soortgelijke wedstrijd op Belgische bodem !

Km 30: 2h06'20", het begon al een heel stuk zwaarder te worden.

Km 32: aan het begin van Kralingenbos zag ik plots mijn zus staan; ik kreeg er zowaar een krop in de keel van (allé ge gaat hier toch niet emotioneel worden zeker ?), slikken, slikken en blijven ademen !

We maakten hier een grote lus rond dit bos, en na 34 km begon ik het wel supermoeilijk te krijgen, niet dat ik een klop van de hamer kreeg, maar toch.

Km 35: 2h27'27", nog een goeie 7 km, komaan je bent er bijna !

Km 37,5 ah, daar is zus weer met de broodnodige aanmoedigingen, aanklappen was haar boodschap, ik ging de loper voor mij echter voorbij.

Km 40: ik moest en zou onder 2h 50' blijven, wilden we het tenminste halen; 2h 49' 40", oef dit zat goed !

Eerst bleef ik bij 2 andere atleten, eentje van 40 + en eentje van 50 +, de jongste bleek echter de minste van de twee, hij kreeg voortdurend aanmoedigingen van zijn oudere collega, ik besepte dat bij hen blijven geen goed idee zou zijn, wilde ik mijn doel halen, ik liep terug van hen weg.

We draaiden de koolsingel terug op, de "mensenzee" zweepte je op, in de laatste honderden meters werd me toegeschreeuwd: "Komaan je kunt de 3h nog halen!" Even verder: ik kreeg de klok in het zicht: 2h58' en nog wat, komaan !

We gingen de finish door 2h59'15" zagen we, een overwinningsgebaar was niet van de lucht.

De spieren voelden pijnlijk, rechter grote teen, we gingen wat "mankend" verder, na afloop nam zus nog wat foto's.

We werden opgebeld door collega-Gavertrimmers, die me naar mijn resultaat vroegen, ik werd vele malen gefeliciteerd, er werd in mijn oor reeds een 2h50' gefluisterd.

We gingen alweer aan het dromen voor een nieuw marathonavontuur.

Debersaques Pascal

Beste Gavertrimmer,

Straks op zaterdag 18 augustus, en dat is dus binnen een zevental weken, staat voor de 14de keer onze jaarlijkse verrassingsloop geplant. Het stramien is in al die jaren hetzelfde gebleven en dat zet ik straks nog maar eens op een rijtje, maar eerst een overzichtje van de voorgaande edities.

In 1994 begon het allemaal. De eerste verrassingsloop eindigde op een boerderij in **Gullegem** en **Noël Ottevaere** was de organisator.

In 1995 lag de aankomst in **Stasegem** en meer bepaald in leger tenten op het scoutsdomein met **Xavier Deprez** als organisator.

In 1996 waren het **Frank Bossuyt** en **Geert Libbrecht** die de loop lieten eindigen in een charmante chalet in **Rollegem**.

In 1997 arriveerden we in het sportcomplex van **Menen** en **Ignace Destorme** had de touwtjes in handen.

In 1998, de vijfde editie reeds, dirigeerde **Rony Verhulst** de lopers en leidde hen uiteindelijk naar hoeve Ter Walle in **Kuurne**.

In 1999 was het de beurt aan **Patrick Vanhooren** en we eindigden in de **Zilten** (nabij Roeselare).

In 2000 eindigden we in **Tiegem** in de gemeentelijke feestzaal en **Lode Schamelhout** was organisator.

In 2001 was het de beurt aan het duo **Bart Decavele** en **Steeffan Dekeizer**. Ze loodsten de bende naar zaal Torenhal in **Bavikhove**.

In 2002 eindigde de verrassingsloop in de gemeenteschool van **Desselgem**. **Guido De Praitere** en **Jan Schedin** verzorgden het geheel.

In 2003 was onze 10 editie en **Serge Bekaert** en **Geert Verschaeve** organiseerden. We eindigden in het schooltje van **St Eloois-Vijve**.

In 2004 werd de loop verzorgd en uitgewerkt door **Marcel Naessens** en **Vanhuyse Hervé**. We eindigden in school "De Vleugel" Arendswijk, Harelbeke.

In 2005 waren organisatoren **Willy Derijckere** en **Linda Verheye** er uiteindelijk niet bij. Het eindpunt was het ACW/CM-zaaltje te Hulste.

In 2006 werd het geheel in elkaar gestoken door **Xavier Deprez** en Co. Het eindpunt en het eet-feestje ging door in de polyvalente zaal van het Provinciaal Centrum (Gavers) te Harelbeke.

OPGELET: Dit keer gaat het door op een zaterdag !!

Zaterdag 18 augustus 2007, 14^{de} editie, je moet er gewoon alweer bij zijn.

Ik zet de feiten nog een op een rijtje.

Die zaterdagavond starten we (supporters, vrouwen en partners, lieven en vrienden en natuurlijk de lopers) stipt om 18.30 u aan de sporthal de dageraad te Harelbeke. Na een korte briefing door de voorlopig onbekende organisatoren van dit jaar rijden we naar het startpunt van de verrassingsloop.

Daar zetten de twee groepen zich in beweging.

Enerzijds de lopers met een onbekend parkoers van ongeveer 12 km voor de boeg (aan een zeer gematigd tempo want iedereen moet meekunnen) en anderzijds de groep van de vrouwen en lieven en partners die met de wagen gepiloteerd worden naar de stopplaats halverwege waar de twee groepen elkaar even terugvinden.

Tijd voor een drankje en een korte pauze.

De twee groepen vervolgen elk daarna hun weg en vinden elkaar natuurlijk op het eindpunt terug.

De lopers kunnen zich wassen en verfrissen om zo vlug mogelijk de rest te vervoegen die reeds met de aperitief begonnen is.

Lieven Debeurme staat al aan de BBQ en samen met de nodige drank verorberen we alles met dessertje en koffie toe.

Er is gezorgd voor muziek, dansen mag, misschien een spelletje en ... 't wordt een heerlijke avond.

De volwassenen onder ons betalen 15 euro en de jongeren 10 euro (alles inbegrepen, ook de drank).

Kan je nog geen 12 km aan dan mag je gerust inspringen (of uitspringen) bij de rustpauze en dus slechts de helft meedoen.

's Avonds kan je het zo laat maken als je wil. Uiteindelijk zitten we niet zo ver van huis (maar de juiste eindplaats is natuurlijk ook nog een verrassing).

Er bij zijn, betekent dat je zo snel mogelijk (de tijd begint te dringen) een mailke, belletje of seintje geeft (met vermelding van aantal personen) aan:

Xavier Debrez,

EN

je de nodige centen stort op rekening 068-2119988-80 van "de Gavertrimmers".

Ook als je er niet bij kunt zijn om een of andere reden mag je dat gerust even vertellen of mailen.

Xavier

Ook dit jaar volgen we een beetje de loopactiviteiten van onze leden. Hieronder de voorlopige rangschikking volgens het aantal gelopen wedstrijden (per 24 juni 2007)

Claerhout	Filip	22
Vanlede	Ludovic	21
Maes	Werner	15
Pauwels	Martin	15
Vandoorne	Franky	15
Cossement	Steven	13
Hubrecht	Koen	13
De Praitere	Guido	12
Debersaques	Pascal	12
Verhaeghe	Patrick	12
Lefever	Jan	11
Vergauwe	Philippe	10
Beernaert	Veerle	9
Debaveye	Jozef	9
Schamelhout	Lode	9
De Jode	Francis	8
Lagae	Philippe	8
Oilevier	Gilbert	8
Christiaens	Johan	7
Creupelandt	Frederic	7
Debersaques	Nathalie	7
Declercq	Wim	7
Deprez	Xavier	7
Vandevoorde	Kristof	7
Bekaert	Serge	6
Bossuyt	Bart	6
Holvoet	Liane	6
Verhulst	Rony	6
Benoit	Lode	5
Van Belleghem	Chris	5
Van Enis	Philippe	5
Canniere	Stefaan	4
Defoort	Geert	4
Oosthuysse	Bart	4
Verschaeve	Geert	4
Dekeyser	Steeffan	3
Piccavet	Luc	3
Vandekerkhove	Katrien	3
Vandevyver	Geert	3
Huysentruyt	Inge	2
Melsens	Rita	2
Ryssaert	Philippe	2
Van Nieuwenhove	Georges	2
Verhaeghe	William	2
Verschaeve	Cindy	2
Andries	Paul	1
Blondeel	Freddy	1
Debeurme	Lieven	1
Derijckere	Willy	1
Kerckhof	Eric	1
Kerckhof	Nancy	1
Libbrecht	Geert	1
Scherpereel	Jelle	1
Soenens	Hubert	1
Vandekerkhove	Nadine	1
Vandevijvere	Ann	1
Vandevijvere	Patricia	1
Vanruymbeke	Dorien	1
Verheye	Linda	1

"5 km lopen in 10 weken" in samenwerking met de Gavertrimmers
Het Examen !



UITSLAGEN - 2007 deel 1

17 juni - Dwars door Gavere

9,2 km (aank. xxx)

55 De Praitere Guido

0:40:15 13,714 km/h

16 juni - Les crêtes des tournaisis Thimougies

13,6 km (aank. 497)

18 Vanlede Ludovic

0:52:14

15,622 km/h

155 Verhaeghe Patrick

1:02:53

12,976 km/h

232 Claerhout Filip

1:06:25

12,286 km/h

15 juni - 2de ASSA Rothnacumjogging Ronse

10 km (aank. 63)

24 Schamelhout Lode

0:39:05

15,352 km/h

10 juni - Mortagne Canicross Spiere-Helkijn

2,4 km (aank. 26) Runners M

4 De Jode Francis met CHABLIS

0:08:08

17,705 km/h

6 De Jode Francis met ALTESSE

0:08:55

16,150 km/h

9 juni - La Kainoise Kain

21,1 km (aank. 376)

276 Claerhout Filip

1:50:44

11,433 km/h

310 Vandoorne Franky

1:55:07

10,998 km/h

8 juni - Ter Gavers - Harelbeke

7,48 km (aank. 13) Dames

9 Holvoet Liane

11,3 km (aank. 63) Heren

7 Creupelandt Frederic

0:40:01

16,943 km/h

8 Vanlede Ludovic

0:40:01

16,943 km/h

13 Debersaques Pascal

0:42:19

16,022 km/h

25 Hubrecht Koen

0:45:16

14,978 km/h

37 Declercq Wim

0:48:44

13,912 km/h

38 Van Enis Philippe

0:48:47

13,898 km/h

40 Lefever Jan

0:48:57

13,851 km/h

41 Verhaeghe Patrick

0:49:08

13,799 km/h

42 De Praitere Guido

0:49:26

13,715 km/h

43 Bossuyt Bart

0:50:00

13,560 km/h

46 Debaveye Jozef

0:50:18

13,479 km/h

48 Claerhout Filip

0:51:25

13,186 km/h

50 Pauwels Martin

0:51:38

13,131 km/h

63 Ollevier Gilbert

1:04:24

10,528 km/h

3 juni - McBride run leper - Poperinge

21,1 km (aank. 723)

105 Maes Werner

1:29:59

14,068 km/h

136 Vergauwe Philippe

1:32:35

13,673 km/h

178 Van Enis Philippe

1:35:19

13,280 km/h

204 Debeurme Lieven

1:37:14

13,019 km/h

209 Verhaeghe William

1:37:30

12,983 km/h

210 Rijssaert Philippe

1:37:32

12,979 km/h

220 Oosthuyse Bart

1:38:27

12,858 km/h

225 Verhulst Rony

1:38:37

12,836 km/h

235 Christiaens Johan

1:39:33

12,716 km/h

250 Benoit Lode

1:40:29

12,598 km/h

298 Lefever Jan

1:43:03

12,284 km/h

346 Verschaeve Geert

1:46:34

11,878 km/h

387 Vannieuwehove Georges

1:49:20

11,578 km/h

2 juni - 15de Petrusrun Bavikhove

7,3 km (aank. 22) Dames

10 Holvoet Liane

12 Vanruymbeke Dorien

14 Vandevijvere Patricia

3,6 km (aank. 59) Recreatieloop

2 Cossement Steven

0:12:48

16,919 km/h

8 De Jode Francis

0:14:33

14,845 km/h

9 Pauwels Martin

0:14:41

14,711 km/h

30 Verheyne Linda

0:19:05

11,319 km/h

36 Derijckere Willy	0:21:31	10,039 km/h
42 Vandevijvere Ann	0:22:43	9,508 km/h
43 Kerkhof Nancy	0:22:44	9,501 km/h

11 km (aank. 75)

5 Vanlede Ludovic	0:40:03	16,479 km/h
6 Creupelandt Frederic	0:40:40	16,230 km/h
22 Cossement Steven	0:45:01	14,661 km/h
23 Declercq Wim	0:45:08	14,623 km/h
24 Vandevyver Geert	0:45:26	14,527 km/h
30 Hubrecht Koen	0:46:56	14,063 km/h
34 Verhaeghe Patrick	0:48:37	13,576 km/h
37 Debaveye Jozef	0:49:37	13,302 km/h
38 Bekaert Serge	0:49:53	13,231 km/h
43 Bossuyt Bart	0:51:04	12,924 km/h
54 Vandevoorde Kristof	0:54:57	12,011 km/h
58 Defoort Geert	0:56:03	11,775 km/h
72 Ollevier Gilbert	1:03:06	10,460 km/h

1 juni - 17e Grote stratenloop Zwevezele

9,66 km (aank. 130)

90 De Praitere Guido	0:40:23	14,352 km/h
----------------------	---------	-------------

30 mei - Dwars door de zilten Roeselare

14 km (aank. 467)

160 Benoit Lode	1:02:18	13,483 km/h
165 Pauwels Martin	1:02:40	13,404 km/h

28 mei - Kortrijk loopt

5 km (aank. 744)

23 Beernaert Veerle	0:25:18	11,858 km/h
---------------------	---------	-------------

5 km (aaank. 107)

10 Dejode Francis	0:19:55	15,063 km/h
-------------------	---------	-------------

11 km (aank. 374)

7 Vanlede Ludovic	0:40:28	16,310 km/h
15 Schamelhout Lode	0:42:34	15,505 km/h
31 Hubrecht Koen	0:45:02	14,656 km/h
72 Benoit Lode	0:49:21	13,374 km/h
91 Claerhout Filip	0:50:51	12,979 km/h
112 Vandoorne Franky	0:52:23	12,599 km/h
127 Pauwels Martin	0:53:06	12,429 km/h
173 Defoort Geert	0:55:30	11,892 km/h

27 mei - 20 Km door Brussel

970 Maes Werner	1:23:50	14,386 km/h
1141 Vergauwe Philippe	1:24:52	14,211 km/h
1347 Christiaens Johan	1:26:09	13,989 km/h
1900 Oosthuse Bart	1:28:50	13,576 km/h
2189 Cossement Steven	1:29:51	13,422 km/h
2629 Verhaeghe Patrick	1:31:32	13,176 km/h
5129 Vandevoorde Kristof	1:38:26	12,252 km/h
8529 Huysentruyt Inge	1:46:34	11,317 km/h

25 mei - Sinksenjogging Harelbeke

5,6 km (aank. 15)

11 Beernaert Veerle	0:29:33	11,371 km/h
---------------------	---------	-------------

11,280 km (aank. 61)

6 Creupelandt Frederic	0:41:15	16,407 km/h
7 Vanlede Ludovic	0:41:23	16,354 km/h
20 Hubrecht Koen	0:47:25	14,273 km/h
29 Bossuyt Bart	0:50:03	13,522 km/h
34 Debaveye Jozef	0:50:38	13,367 km/h
35 De Praitere Guido	0:50:54	13,297 km/h
37 Pauwels Martin	0:51:27	13,155 km/h
41 Claerhout Filip	0:52:16	12,949 km/h
51 Verhaeghe Patrick	0:54:05	12,514 km/h
55 Lagae Philippe	0:56:53	11,898 km/h
60 Ollevier Gilbert	1:04:35	10,479 km/h

23 mei - Wirral Seaside Run (GB)		4.92 km (aank. xxx)
Debersaques Nathalie	0:25:01	11,800 km/h
20 mei - Dwars door Waregem		5,2 km (aank. 145)
6 Schamelhout Lode	0:18:25	16,941 km/h
		10 km (aank. 164)
55 Hubrecht Koen	0:41:11	14,860 km/h
19 mei - 8ste 't Schoon Toerke - Anzegem		6,633 km (aank. 114)
31 Christiaens Johan	0:25:58	15,327 km/h
19 mei - 2de 3 Provinciënloop - Kluisbergen		20,2 km (aank. 222)
30 Verschaeve Geert	1:25:29	14,178 km/h
32 Werner Maes	1:25:49	14,123 km/h
18 mei - 7de Brouwersrun - Stasegem		7,64 km (aank. 13)
9 Holvoet Liane	0:38:01	12,058 km/h
		11,46 km (aank. 59)
5 Creupelandt Frederic	0:40:30	16,978 km/h
9 Vanlede Ludovic	0:41:10	16,703 km/h
22 Cossement Steven	0:44:10	15,568 km/h
29 Hubrecht Koen	0:46:04	14,926 km/h
30 Maes Werner	0:46:05	14,921 km/h
31 Declercq Wim	0:46:40	14,734 km/h
36 Bekaert Serge	0:48:50	14,081 km/h
38 Verhaeghe Patrick	0:48:57	14,047 km/h
40 Pauwels Martin	0:49:42	13,835 km/h
41 Debaveye Jozef	0:49:54	13,780 km/h
43 Bossuyt Bart	0:50:19	13,665 km/h
50 Vandoorne Franky	0:52:15	13,160 km/h
59 Ollevier Gilbert	1:04:32	10,655 km/h
17 mei - ING Stadsloop - Gent		10,4 km (aank. 3528)
82 Schamelhout Lode	0:38:30	16,208 km/h
17 mei - Oxyg'hem - Hem (FR)		10 km (aank. 504)
133 Vandoorne Franky	0:45:27	13,201 km/h
13 mei - Caniecross Bonheiden		2,4 km (aank. 26) Runners
1 De Jode Francis	0:07:31	19,157 km/h
13 mei - Maas Marathon Visé		42,195 km (aank. 806)
159 Vergauwe Philippe	3:16:32	12,882 km/h
13 mei - Liverpool 5 K		5 km (aank. 227) Lady's run
7 Debersaques Nathalie	0:30:04	9,978 km/h
12 mei - Jogging de la sainte union Kain		11,3 km (aank. 425)
6 Vanlede Ludovic	0:40:47	16,624 km/h
135 Verhaeghe Patrick	0:50:56	13,312 km/h
148 Claerhout Filip	0:51:27	13,178 km/h
196 Vandoorne Franky	0:53:38	12,641 km/h
11 mei - Christleton GB		5 km (aank. 241)
193 Debersaques Nathalie	0:25:02	11,984 km/h
11 mei - St Rembert Corrida Torhout		10 km (aank. 737)
63 Debersaques Pascal	0:35:07	17,086 km/h
164 Maes Werner	0:38:16	15,679 km/h
212 Christaens Johan	0:39:33	15,171 km/h
325 De Praetere Guido	0:42:58	13,964 km/h
436 Lagae Philippe	0:46:25	12,926 km/h
6 mei Dwars door Desselgem		5 km (aank. 118)
23 Hubrecht Koen	0:20:48	14,423 km/h
37 Bekaert Serge	0:22:23	13,403 km/h
		10 km (aank. 88)

52 De Praitere Guido	0:45:20	13,235 km/h
59 Vandevoorde Kristof	0:47:40	12,587 km/h

6 mei - Course de L'Amitié Armentières FR 8 km (aank. 66)

21 Vandoorne Franky	0:36:03	13,315 km/h
---------------------	---------	-------------

12 km (aank. 98)

52 Claerhout Filip	0:56:14	12,804 km/h
--------------------	---------	-------------

6 mei - Dwars door Brugge

14,330 km (aank. 4772)

104 Debersaques Pascal	0:52:54	16,253 km/h
287 Vergauwe Philippe	0:56:51	15,124 km/h
637 Pauwels Martin	1:01:51	13,901 km/h

1 mei - Alexandra Park Manchester

5 km (aank. 107)

65 Debersaques Nathalie	0:25:51	11,605 km/h
-------------------------	---------	-------------

4 mei - 7de Run for fun Bavikhove

7,89 km (aank. 16)

9 Holvoet Liane	0:39:20	12,036 km/h
11 Beernaert Veerle	0:39:37	11,950 km/h

10,52 km (aank. 68)

7 Creupelandt Frederic	0:37:58	16,625 km/h
9 Vanlede Ludovic	0:38:04	16,581 km/h
24 Maes Werner	0:40:43	15,502 km/h
26 Cossement Steven	0:41:01	15,389 km/h
30 Van Belleghem Chris	0:41:51	15,082 km/h
33 Lefever Jan	0:42:17	14,928 km/h
39 Declercq Wim	0:43:49	14,405 km/h
40 Oosthuyse Bart	0:43:53	14,384 km/h
47 Verhaeghe Patrick	0:46:58	13,439 km/h
51 Claerhout Filip	0:47:40	13,242 km/h
53 Debaveye Jozef	0:47:48	13,205 km/h
54 Vandevoorde Kristof	0:48:18	13,068 km/h
67 Ollevier Gilbert	1:00:08	10,497 km/h

1 mei - 10 km van Knokke

9,6 km (aank. 2179)

61 Schamelhout Lode	0:36:17	15,875 km/h
299 Pauwels Martin	0:42:24	13,585 km/h

1 mei - Atertous Vezon

10,2 km (aank. 408)

169 Claerhout Filip	0:48:27	12,632 km/h
187 Vandoorne Franky	0:48:56	12,507 km/h

28 april Rumillies

11,3 km (aank. 387)

148 Claerhout Filip	0:57:07	11,870 km/h
209 Vandoorne Franky	1:00:58	11,121 km/h

27 april - 17de Bodyfit Run Bavikhove

7 km (aank. 19)

10 Holvoet Liane	0:34:32	12,162 km/h
14 Beernaert Veerle	0:36:04	11,645 km/h
17 Vandekerckhove Katrien	0:38:19	10,961 km/h

10,5 km (aank. 76)

8 Vanlede Ludovic	0:37:29	16,807 km/h
9 Debersaques Pascal	0:37:47	16,674 km/h
11 Creupelandt Frederic	0:38:21	16,428 km/h
26 Cossement Steven	0:40:50	15,429 km/h
29 Lefever Jan	0:41:16	15,267 km/h
32 Van Belleghem Chris	0:41:53	15,042 km/h
34 Hubrecht Koen	0:42:25	14,853 km/h
44 Declercq Wim	0:44:09	14,270 km/h
51 Bossuyt Bart	0:45:14	13,928 km/h
55 Verhaeghe Patrick	0:45:41	13,791 km/h
56 Pauwels Martin	0:45:46	13,765 km/h
57 De Praitere Guido	0:46:39	13,505 km/h
62 Vandevoorde Kristof	0:48:18	13,043 km/h
63 Claerhout Filip	0:48:53	12,888 km/h

74 Ollevier Gilbert	0:58:35	10,754 km/h
22 april - 22ste Antwerp 10 miles Antwerpen		
1851 Vandevoorde Kristof	1:23:20	11,585 km/h
22 april - Marathon Londen		
1642 Vergauwe Philippe	3:12:39	13,141 km/h
4333 Piccavet Luc	3:38:49	11,570 km/h
21 april - Euroloop Harelbeke		
20 Creupelandt Frederic	0:45:05	15,970 km/h
21 Vanlede Ludovic	0:45:11	15,935 km/h
42 Lefever Jan	0:48:09	14,953 km/h
58 Christiaens Johan	0:51:03	14,104 km/h
63 Hubrecht Koen	0:51:52	13,882 km/h
72 De Praetere Guido	0:54:15	13,272 km/h
78 Debaveye Jozef	0:55:16	13,028 km/h
90 Claerhout Filip	0:58:30	12,308 km/h
114 Ollevier Gilbert	1:12:11	9,975 km/h
15 april 2007 - Marathon Rotterdam		
134 Debersaques Pascal	2:59:04	14,138 km/h
652 Maes Werner	3:30:49	12,009 km/h
2748 Lagae Philippe	4:21:12	9,693 km/h
3517 Beernaert Veerle	4:35:37	9,186 km/h
14 april - Dwars door Wervik		
89 Pauwels Martin	1:06:57	12,188 km/h
14 april - Circuits des 5 rocs Doornik		
5 Vanlede Ludovic	0:41:47	15,796 km/h
60 Vergauwe Philippe	0:48:13	13,688 km/h
73 Cossement Steven	0:49:11	13,419 km/h
162 Piccavet Luc	0:56:03	11,775 km/h
194 Claerhout Filip	0:58:06	11,360 km/h
10 april - Hazegras Oostende		
99 Pauwels Martin	0:49:50	13,485 km/h
9 april - Prestoloop Ichtegem		
69 Debersaques Nathalie	0:28:42	11,289 km/h
87 Debersaques Pascal	0:32:56	9,838 km/h
10,5 km (aank. 265)		
32 Debersaques Pascal	0:38:00	16,579 km/h
8 april - Les Foulees D'Isidore - Lezennes FR		
31 Vandoorne Franky	0:47:01	12,761 km/h
7 april - Les 20 km de Velaines		
251 Claerhout Filip	1:44:22	11,987 km/h
1 april - Alexandra Park Manchester		
57 Debersaques Nathalie	0:27:25	10,942 km/h
31 maart - Strand en duinenloop Oostduinkerke		
81 Schamelhout Lode	1:05:12	14,264 km/h
273 Debaveye Jozef	1:17:30	12,000 km/h
31 maart - Brigandsloop Ingelmunster		
31 Vanlede Ludovic	0:46:05	16,665 km/h
51 Verschaeye Geert	0:48:01	15,894 km/h
64 Maes Werner	0:49:01	15,668 km/h
71 Van Belleghem Chris	0:49:31	15,510 km/h
84 Christiaens Johan	0:50:45	15,133 km/h
87 Cossement Steven	0:50:56	15,079 km/h
96 Van Enis Philippe	0:51:14	14,990 km/h
100 Vergauwe Philippe	0:51:35	14,889 km/h

183 Verhuist Rony	0:56:08	13,682 km/h
197 Dekeyser Steefan	0:56:42	13,545 km/h
200 Benoit Lode	0:56:56	13,489 km/h
202 Pauwels Martin	0:57:03	13,462 km/h
220 Claerhout Filip	0:58:35	13,110 km/h

24 maart 2007 - La Gallo Romaine te Blicquy 12 km (aank. 572)

15 Vanlede Ludovic	0:42:14	17,048 km/h
250 Deprez Xavier	0:53:29	13,462 km/h
306 Claerhout Filip	0:55:07	13,063 km/h

18 maart - Foulees Croisiennes - Crois FR 10 km (aank. 462)

260 Vandoorne Franky	0:49:16	12,694 km/h
----------------------	---------	-------------

18 maart - Internationale Zwinstedeloop Sluis 10.8 km (aank. 225)

24 Schamelhout Lode	0:40:36	15,961 km/h
		21.0975 km (aank. 498)
56 Debersaques Pascal	1:22:36	15,325 km/h
109 Canniere Stefaan	1:27:21	14,492 km/h
141 Maes Werner	1:29:27	14,151 km/h
438 Lagae Philippe	1:57:35	10,766 km/h

22ste Jogging du Président Hérinnes 12 km (aank. 360)

7 Vanlede Ludovic	0:43:32	16,539 km/h
41 Cossement Steven	0:48:07	14,964 km/h
162 Verhuist Rony	0:57:32	12,514 km/h
163 Deprez Xavier	0:57:33	12,511 km/h
189 Claerhout Filip	0:59:29	12,104 km/h
237 Vandoorne Franky	1:02:21	11,548 km/h

10 maart - Jogging de L'Institut Libre des Métier: 10,4 km (aank. 578)

14 Vanlede Ludovic	0:37:12	16,774 km/h
53 Lefever Jan	0:39:22	15,851 km/h
188 Depraetere Guido	0:45:21	13,760 km/h
243 Verhaeghe Patrick	0:47:02	13,267 km/h
279 Deprez Xavier	0:48:05	12,977 km/h
344 Claerhout Filip	0:50:43	12,304 km/h
402 Vandoorne Franky	0:52:57	11,785 km/h

4 maart - Oostende - Brugge

		16,094 km (aank. 1170)
210 Maes Werner	1:04:57	14,867 km/h
214 Canniere Stefaan	1:05:02	14,848 km/h
240 Vergauwe Philippe	1:05:56	14,646 km/h
270 Hubrecht Koen	1:07:06	14,391 km/h

4 maart - Alexandra Park Manchester

75 Debersaques Nathalie	0:27:48	10,791 km/h
-------------------------	---------	-------------

3 maart - Jogging des Marbriers Basecles

		13,6 km (aank. 439)
260 Deprez Xavier	1:09:09	11,800 km/h
316 Claerhout Filip	1:13:58	11,032 km/h

24 februari - Jogging du printemps Bury

		10,3 km (aank. 539)
10 Vanlede Ludovic	0:37:30	16,480 km/h
35 Debersaques Pascal	0:39:23	15,692 km/h
235 Verhaeghe Patrick	0:47:37	12,979 km/h
312 Deprez Xavier	0:50:53	12,145 km/h

18 februari - 33ste veldloop - Beveren-Leie

10 Hubrecht Koen	
------------------	--

4 km (aank. 21) Seniors heren II

12 Ollevier Gilbert	
---------------------	--

4 km (aank. 15) Veteranen 60+

18 februari - 10 km van Herseaux

		10 km (aank. 411)
12 Vanlede Ludovic	0:36:19	16,521 km/h
43 Cossement Steven	0:38:45	15,484 km/h
70 Vandevyver Geert	0:40:36	14,778 km/h

72 Verhulst Rony	0:40:44	14,730 km/h
216 Deprez Xavier	0:47:58	12,509 km/h
244 Vandoorne Franky	0:49:21	12,158 km/h

17 februari - 14de Leopoldsloop Watervliet 27 km (aank. 298)

70 Maes Werner	1:54:33	14,142 km/h
----------------	---------	-------------

11 februari - Groet Uit Schoorl Run Schoorl NL 21,1 km (aank. 2405)

1045 Lagae Philippe	1:49:49	11,528 km/h
1840 Beernaert Veerle	2:02:57	10,297 km/h

11 februari - Tiegem - Harelbeke 14,580 km (aank. 38)

1 Vanlede Ludovic	0:55:24	15,791
2 Debersaques Pascal	0:56:15	15,552
3 Schamelhout Lode	0:57:24	15,24
4 Lefever Jan	0:57:50	15,126
5 Cossement Steven	0:59:08	14,794
6 Van Belleghem Chris	0:59:40	14,661
7 Canniere Stefaan	1:00:04	14,564
8 Vergauwe Philippe	1:00:23	14,487
9 Maes Werner	1:00:47	14,392
10 Hubrecht Koen	1:00:59	14,345
11 Vandevyver Geert	1:01:08	14,31
12 Libbrecht Geert	1:01:11	14,298
13 Christiaens Johan	1:01:22	14,255
14 Verhulst Rony	1:02:03	14,098
15 Dekeyzer Steefan	1:03:49	13,708
16 Blondeel Freddy	1:03:59	13,672
17 Van Enis Philippe	1:04:05	13,651
18 De Praetere Guido	1:05:18	13,397
19 Scherpereel Jelle	1:05:25	13,373
20 Van Nieuwenhove Georges	1:07:27	12,97
21 Debaveye Jozef	1:07:33	12,95
22 Verhaeghe William	1:07:43	12,919
23 Ryssaert Philippe	1:07:44	12,915
24 Vandevoorde Kristof	1:08:54	12,697
25 Bekaert Serge	1:11:15	12,278
26 Verschaeve Cindy	1:12:10	12,122
27 Verschaeve Geert	1:12:11	12,119
28 Deprez Xavier	1:13:16	11,94
29 Benoit Lode	1:13:27	11,91
30 Andries Paul	1:13:29	11,905
31 Holvoet Liane	1:18:31	11,142
32 Huysentruyt Inge	1:19:45	10,969
33 Soenens Hubert	1:20:31	10,865
34 Kerckhof Eric	1:26:06	10,16
35 Vandekerkhove Katrien	1:29:16	9,8
36 Melsens Rita	1:35:45	9,136
37 Vandekerkhove Nadine	1:39:20	8,807
38 Declercq Wim	1:39:21	8,805

10 februari - Circuit des Chapelles Velaines 10,4 km (aank. 545)

355 Vandoorne Franky	0:56:12	11,103 km/h
----------------------	---------	-------------

4 februari - PK Veldlopen Torhout 3,4 km (aank. 14) Scholieren dan

14 Verschaeve Cindy	0:14:25	14,150 km/h
---------------------	---------	-------------

4 februari - Corrida Van 't sas slijkens - Oostend 6 km (aank. 377)

20 Vanlede Ludovic	0:21:04	17,089 km/h
--------------------	---------	-------------

Wedstrijden in 2007 vanaf juli (zie website)

04-07-2007	28ste Kermisjogging Poperinge 19u - 19u30' (057/335213)	1,5 - 3,5 - 10,5 km
06-07-2007	1ste Hulstedorp-loop 19u30'	2,5 - 5 (dames) - 10 km
06-07-2007	24ste Avondjogging Zevergem 20u (09/2826073)	5 - 10 km
07-07-2007	25e St.-Maartensloop Koekelare 16u	9,3 km
07-07-2007	5de Sea-Life Run Blankenberge 16u30' (familierun 1km om 16u00')	8 km
07-07-2007	10e Jogging du floe et du souvenir Tournai 15u	10,95 km
07-07-2007	9de Brugjogging Aalter 18u (0473/923485)	3,5 - 6 - 12,6 km
08-07-2007	21ste Guldensporenmarathon 16u30' - 17u	16 - 42,195 km
08-07-2007	21ste Volksloop Oostkamp 18u	3,6 km
13-07-2007	23ste Strandloop Knokke-Heist 19u30'	5 - 10 km
15-07-2007	AZW-Pisteloo Waregem 15u30-16u30	4,5 (d) - 9 km (h)
15-07-2007	L. Taelman 50 jaar Waregem - 125 ronden atletiekpiste Waregem 9u	50 km
20-07-2007	3de Bosmolensloop Izegem 18u30	5 - 10 km
21-07-2007	28e Dwars door Bekegem 15u30' (jeugd vanaf 14u)	7,5 - 15 km
21-07-2007	Stratenloop Roeselare 17u30' - 18u30' (jeugd 17u) (0476/848852)	6 - 15 km
22-07-2007	17de ING Run Oostende 14u - 15u (Kidsrun 1km om 13u)	5 - 10 km
26-07-2007	Beach run Sint Idesbald 20u (jeugd 2,5 km om 18u30')	5 - 10 km
27-07-2007	11de 10 mijl van De Haan 20u (jeugd 1 mijl om 19u)	8 - 16 km
28-07-2007	Jogging de la marcotte Huissignies 16u15'	10 km
03-08-2007	22e jogging van de Tassche Ardooie 18u - 19u (jeugd v.a. 17u30)	5 - 9,3 - 15,5 km
03-08-2007	7de Shoppingloop Oostkamp 19u15' - 20u (jeugd vanaf 19u)	4 - 10 km
10-08-2007	12de jogging Sportraad Lovendegem 19u30	5 - 10 - 15 km
10-08-2007	23e Strandloop Heist 19u30'	5 - 10 km
10-08-2007	27ste Dwars door Mariakerke-Raversijde 19u30'	10 km
11-08-2007	21ste Pelikane Run Ename 14u15' - 15u45' (jeugd vanaf 14u15')	4,7 - 11,9 km
11-08-2007	9e Torhoutse kermisloop 15u	6,5 - 13 km
12-08-2007	La comita pipaisienne Pipaix 10u15'	10,4 km
15-08-2007	23ste Gouden 10 km Brugge 19u - 19u15' (jeugd 1,1 km om 18u45')	5 - 10 km
17-08-2007	13de Miergoedjogging De Pinte 19u30 (09/2214159)	3,7 - 7,4 - 11,1 km
17-08-2007	5de Rondom 't Leeuwke Waregem 19u - 19u30'	3 - 9 km
18-08-2007	Corrida des collines Wodecq 15u	12,55 km
19-08-2007	24ste Sirene jogging Middelkerke 13u15' - 15u15' (Kidsrun 12u45')	16 - 5 - 10 km
19-08-2007	12de Wembleyloop Heule 14u30' - 16u (jeugd vanaf 14u)	5,4 - 10 km
24-08-2007	6de Strandloop van Oostende 19u	6 (d) - 8 (h) km
24-08-2007	6de Levenslijnrun Sijsele 18u30' - 19u15' (jeugd vanaf 18u)	5 - 10 km
24-08-2007	8ste Jogging JV De Pinte 19u30	3,35 - 6,7 - 10 - 13,4 km
24-08-2007	3de Trappistenloop Vinderhout 19u	3,3 - 6,6 - 9,9 - 13,2 km
25-08-2007	27ste Dwars door Grijsloke Anzegem 14u - 15u30' (jeugd vanaf 13u)	7 - 16,4 km
25-08-2007	17de Dwars door Keiem 14u30' - 15u30' (jeugd vanaf 13u45')	3,6 - 10,8 km
25-08-2007	Jogging St-Antoine Doornik 15u	12,16 km
31-08-2007	7de Tivoli run Hulste 19u30' (jeugd vanaf 18u30')	8,15 (d) - 10,8 (h) km
31-08-2007	4de Blommeghemloop Marke 19u30' (jeugd vanaf 18u30')	4 - 10 km
31-08-2007	7e kermisjogging Nevele 18u30' - 19u (09/3717963)	5 - 10 - 15 km
31-08-2007	1ste Dwars door Nazareth 19u	5 - 10 - 15 km

01-09-2007	30ste 10 km van Koolskamp 14u45'-15u30 (jeugd v.a. 14u30) 05174724	4 - 10 km
01-09-2007	<u>Stratenloop Wingene</u> 18u30	10 km
01-09-2007	<u>22ste Dwars door Izegem</u> 14u	31 km
01-09-2007	18de Warandeloop Kemmel 14u45' - 15u15' - 16u (057/444450)	3 - 6 - 12 km
01-09-2007	<u>19de Runners Evergem halve marathon</u> 14u45' - 15u	6,7 - 21,1 km
01-09-2007	<u>5de TV Oost Campina-run Wetteren</u> 15u15	9,6 km
02-09-2007	36ste Poelkapelse stratenloop 15u - 16u (jeugd v.a.14u)(0477/474590)	2,6 - 6,8 - 11,4 km
02-09-2007	<u>11de Kasteelpark canicross Loppem</u> 13u - 14u (jeugd 700 m om 15u)	5,2 - 2,5 km
02-09-2007	<u>10 km de Templeuve</u> 10u	12,3 km
05-09-2007	<u>Rond de nieuwe koerswijk Oostende</u> 19u (jeugd 1,1 km om 18u30')	6,8 - 10,2 km
08-09-2007	<u>4de Dwars door Lichtervelde</u> 14u45' - 15u30' (jeugd vanaf 14u)	5 - 10 km
08-09-2007	<u>L'automnale Peronnes-Les-Antoing</u> 15u	13,8 km
08-09-2007	<u>Aviflorarun Ingelmunster</u> 14u - 15u	3,2 - 6,4 - 9,6 km
08-09-2007	<u>2de Ledebergse feesten jogging</u> 14u30	5 - 10 km
08-09-2007	<u>18de Zwalmjogging</u> 15u	4,5 - 10 - 15,5 km
09-09-2007	<u>22ste Dwars door Ieper</u> 15u30' - 16u15' (jeugd 1km om 15u30')	7 - 14 km
09-09-2007	<u>10de Halve marathon van Nieuwpoort</u> 10u45' (jeugd 1 km om 10u10')	7 - 21,1 km
09-09-2007	<u>9ste In Flanders Fields marathon Nieuwpoort-Ieper</u> 10u	42,195 km
14-09-2007	<u>17de Kermis jogging Harelbeke</u> 19u30' (jeugd vanaf 18u)	3,3 - 6,6 (d) - 13,2 (h) km
14-09-2007	<u>23ste Dwars door het westerkwartier Oostende</u> 19u (jeugd v.a. 18u)	9 km
15-09-2007	<u>3de Dwars door St.Kruis Brugge</u> 14u30' (jeugd vanaf 14u)	5 - 15 km
15-09-2007	<u>Dynamicarun Meulebeke</u> 17u	10 km
15-09-2007	<u>Halve marathon van Herinnes</u> 15u	21,1 km
16-09-2007	<u>6e Halve marathon Oudenaarde (O-VI.)</u> 14u - 14u30' - 15u30'	4,5 - 10 - 21,1 km
16-09-2007	<u>1ste Ipsa Leiemarathon</u> 12u	42,195 km
22-09-2007	12de Vision 21 Run Roeselare 15u (jeugd vanaf 14u) (051/241580)	5 - 10 km
22-09-2007	<u>9de Zandloper jogging Harelbeke</u> 17u (jeugd vanaf 15u)	2,16-6,5 (d)-10,8 (h) km
22-09-2007	<u>8ste Koninginneloop Oostende</u> 15u	7,3 - 11 km
22-09-2007	<u>5de Corrida van de Leievallei Deinze</u> 16u	12 km
23-09-2007	<u>14de Dwars door de kappaert Zwevegem</u> 16u	12 km
23-09-2007	<u>3de Berenloop Beernem</u> 14u15'-14u45'-15u30' (jeugd vanaf 13u40)	3 - 8,6 (d) - 11,5 (h) km
23-09-2007	<u>27ste Izegemse massaloop</u> 15u (jeugd 1km om 13u30')	5,5 - 10 km
23-09-2007	<u>Traversée de la ville Ath</u> 10u	12,05 km
28-09-2007	<u>2de KBO-run Oudenaarde</u> 18u30 - 19u15	3 (estafette) - 3-9 km
29-09-2007	<u>La ronde des moulins Ogy</u> 15u	11 km
30-09-2007	<u>4e ING Brussels Ekiden</u> 11u45' - 13u (Kidsrun 1 km om 11u45')	5 - 42,195 km
30-09-2007	<u>11de 5 en 10 mijl van Blankenberge</u> 15u - 15u15' (jeugd v.a. 13u30')	8 - 16 km
05-10-2007	<u>25ste Rapper dan een ezel Kuurne</u> 19u30'	2 - 6 - 21,1 km
06-10-2007	<u>24ste 20 km de la foret de Beloeil Stamburges</u> 15u	19,6 km
06-10-2007	18de Recreatieloop Lotenhulle 17u (051/687425)	3,5 - 8 - 12,7 km
07-10-2007	11de Statieloop Deerlijk 15u45' (jeugd v.a.14u) (056/778072)	12 km
13-10-2007	<u>16de Dwars door Geluwe</u> 15u (jeugd vanaf 13u45')	4,1 - 14,6 km
13-10-2007	<u>25ste Stratenloop Tiegem</u> 15u - 15u30' - 16u15' (jeugd vanaf 14u)	3 - 6 - 9 km
13-10-2007	<u>25e Jogging du Bosquet Mouscron</u> 15u (jeugd 14u30)	8 - 16 km
13-10-2007	<u>15e Marathon de Beloeil</u> 10u30'	42,195 km

14-10-2007	<u>4de ING Brussels Marathon 9u</u>	42,195 km
14-10-2007	<u>24ste Marathon van Eindhoven 10u15' - 11u - 14u</u>	3 en 6 - 42,195 - 21,1 km
14-10-2007	<u>24ste Dwars door Hasselt 15u30'</u>	15 km
14-10-2007	<u>6de Winterjogging Deinze 10u</u>	4,5 - 8,7 - 12,9 km
20-10-2007	<u>6e Pistemarathon Schaerbeek 10u</u>	42,195 km
20-10-2007	<u>11de Kate Kollwitz vredesloop 15u - 16u (jeugd vanaf 14u)</u>	5 - 10 km
20-10-2007	<u>20ste Massajogging Oostende 15u (jeugd vanaf 14u)</u>	10 km
20-10-2007	<u>22e Grand prix Denis Joret Flobecq (Vloesberg) 15u</u>	10,95 km
21-10-2007	<u>31ste Massacross Olsene 15u30' - alle categorieën vanaf 13u30'</u>	8 km
21-10-2007	<u>14de Oostkerkse Polderloop Damme 14u30' - 15u15' (050/614164)</u>	3,8 - 7,2 - 14,4 km
21-10-2007	<u>31ste Oefenveldloop Jabbeke 17u05' (jeugd vanaf 14u)</u>	8,5 km
21-10-2007	<u>ING Amsterdam Marathon 11u</u>	42,2 km
21-10-2007	<u>7de Kasvo Jogging Horebeke 17u</u>	6 km
28-10-2007	<u>21ste Dapalo Herfstcross reeksen vanaf 14u</u>	300 m tot 4 km
28-10-2007	<u>Massacross Gaurain 10u</u>	9,55 km
11-11-2007	<u>27e Course du Souvenir Ploegsteert 11u en 11u20'</u>	8 - 21 km
11-11-2007	<u>14e Jogging du mont de la trinité Kain 10u</u>	12,7 km
11-11-2007	<u>4de Halve marathon Deinze-Aalter 13u30'</u>	3,7 - 7,4 - 21,1 km
11-11-2007	<u>64ste Internationale corrida Vlaanderen Ronse 15u15' (d) - 15u45' (h)</u>	4,8 (d) - 9,7 (h) km
11-11-2007	<u>11 novembercross Marke 22 reeksen (1ste om 14u)</u>	0,3 - 4,2 km
17-11-2007	<u>17de Route 62 Gistel 14u30'</u>	4,075 - 12 km
18-11-2007	<u>9e La Rumoise Rumes 10u</u>	9,25 km
24-11-2007	<u>6e Jogging du mont de l'Enclus Orroir 15u</u>	10,3 km
01-12-2007	<u>Jogging de la Saint Nicolas Herseaux 15u</u>	10,4 km
09-12-2007	<u>7e ING Kerstcorrida Langemark 14u15' - 15u</u>	3,6 - 10,8 km
16-12-2007	<u>4e Pekkerscorrida 17u30' (jeugd vanaf 17u)</u>	1 - 5,8 km
16-12-2007	<u>Winterjogging Deinze 10u</u>	4,5 - 8,7 - 12,9 km
21-12-2007	<u>3de Kerstloop Lembeke 19u30</u>	2,5 - 5 - 10km
23-12-2007	<u>24ste Kerstcorrida Deerlijk 14u30' - 15u15' (jeugd vanaf 13u15')</u>	5 - 15 km
26-12-2007	<u>22ste Kerstcorrida Tielt 17u30' - 18u (d) - 18u30</u>	5 - 10 km
30-12-2007	<u>30ste San Silvestercross Sint-Eloois-Winkel 17u15' (d) - 17u30' (h)</u>	4,25 (d) - 8,5 (h) km

DE BLADWIJZER

Marktstraat 83
8530 Harelbeke
056 70 26 36

DERIJCKERE STEVEN

Traiteur aan huis
0475 943799
Platanenlaan 98
8530 Harelbeke

FINA STATION JACHRISS

Kuurnsestraat 2-4
8531 Hulste Harelbeke
056 71 22 98



VERZEKERINGS- en BOEKHOUDKANTOOR VANDERBAUWHEDE-MEURISSE

Broelstraat 80 8530 Harelbeke
056 70 32 04

MADERNA TEXTILES bvba

TEXTIELGARENS
Luc Piccavet
Kortrijkstraat 79
8550 Zwevegem
056 20 51 62

ARGENTA NIC MESSELY

Stasegemdorp 23 bus 1
8530 Harelbeke
056 72 99 44

BAERT JUWELEN

Gentsestraat 88
8530 Harelbeke
056 71 38 66

DUC DE BRABANT

Gentsestraat 1
8530 Harelbeke
056 70 10 11

REISBURO VERMEEREN

AUTOCARS
Marktstraat 89
8530 Harelbeke
056 71 28 85

Autohandel

JESMAR

Aan- en verkoop tweedehandswagens
Nieuw Citroën



Stijn Streuvelstraat 20
8530 Harelbeke-Stasegem
0475 38 02 56

Traiteur MESTDAGH



CAFETARIA DE DAGERAAD

Bij de Sporthal
Stasegemsesteenweg 21
8530 Harelbeke 0497 181768

DELSPORT

VREDESTRAAT 72
8790 WAREGEM
056 60 30 29