

# De Korziaan



2019-1



Groot-Valdhovense Atletiek Club

GVAC

# PARTNER VAN GVAC

Daarom krijgen GVAC leden:



minimaal **15% korting**  
op runningschoenen.



**Gratis** Fit For Feet voetscan  
voor bepalen meest geschikte  
runningschoen.



**50% korting** op (bedrukken)  
personaliseren van GVAC  
clubkleding

**TOT BINNENKORT**



 **INTERSPORT**  
**VAN DEN BROEK**

Kromstraat 27a Veldhoven tel. (040) 254 19 65  
[www.intersportvandenbroek.nl](http://www.intersportvandenbroek.nl)

**SPORT TO THE PEOPLE**



**JOMA**  
**DRUK** | drukwerk  
printwerk  
afwerking

De Run 8321 > 5504 EN Veldhoven  
040 230 1988 > [info@jomadruk.nl](mailto:info@jomadruk.nl) > [www.jomadruk.nl](http://www.jomadruk.nl)

# Inhoud

Voorwoord	1
Inhoudsopgave	1
Welkom	1
Colofon	2
ALV	5
V10M behind the scenes	6
Wie fiets er met mij mee? / Wie of wat?	7
Uitslagen	9
Jurytoppers gezocht	21
Zevenheuvelloop	22
Wandelprogramma	24

# Voorwoord

Beste GVAC-(st)ers,

Na weken van druilerig weer en natte trainingen in begin januari, maar ook na de oliebollen en bubbeltjeswijn tijdens de nieuwjaarsreceptie van GVAC, wordt het weer tijd voor mentale en fysieke inspanningen. Er zijn nog diverse cross-en voor de boeg, de wandelpaden worden weer beter, de avonden langer en de trails zijn weer begaanbaar. Oftewel, iedereen kan weer op zijn of haar manier aan de slag in 2019.

Heb je ambitieuze ideeën, wedstrijden ,deel ze in de Korziaan. Ook de napret van bijzondere wedstrijden en activiteiten zijn welkom als (kort) verslag, foto's en / of uitslagen.

De volgende Korziaan zal na de Indoorwedstrijden op 10 maart uitkomen. Andere loop- en wandelervaringen, foto's en prestaties zijn uiteraard ook welkom om vermeld te worden!

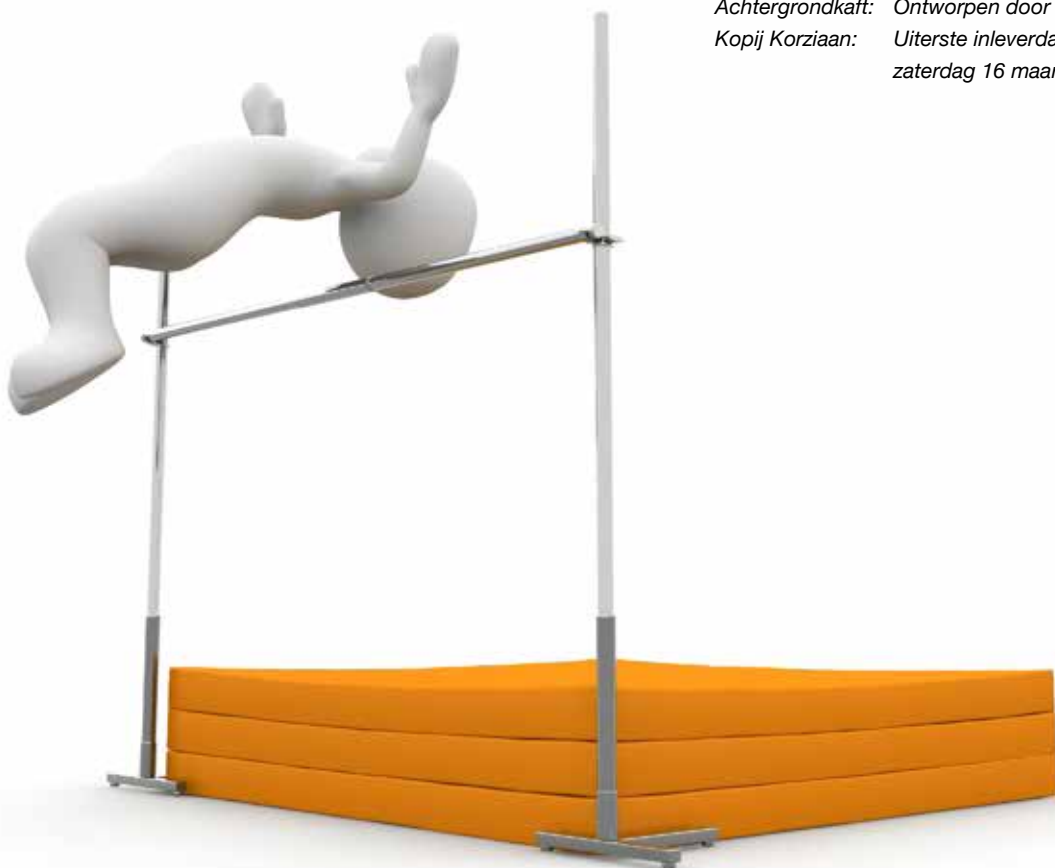
Veel leesplezier bij deze Korziaan.

De Redactie

*Voorpagina:* L'avant Sylvestrecross Reusel,  
foto van Peter Kramer

*Achtergrondkaft:* Ontworpen door Sigyn De Lombaerde

*Kopij Korziaan:* Uiterste inleverdatum voor de volgende Korziaan:  
zaterdag 16 maart 2019 (korziaan@gvac.nl)



# Colofon



## **ALGEMEEN**

Sportpark bij "De Kempencampus"  
Knegselweg 40, 5504 NC Veldhoven  
Postadres: Knegselweg 30, 5504 NC Veldhoven  
Telefoon kantine baan 7: 040-2309603  
Telefoon vergaderruimte: 040-2309604  
Opgericht: 23 november 1961  
Aangesloten bij de K.N.A.U. onder nummer 14322  
Ingeschreven bij de Ver. Reg. K.v.K. 40235367

## **BESTUUR:**

bestuur@gvac.nl

## **VOORZITTER:**

Ger Raijmakers, voorzitter@gvac.nl

## **PENNINGMEESTER:**

Angelique Leunissen-Kruishaar,  
penningmeester@gvac.nl

## **SECRETARIS:**

Karin Verheijden, info@gvac.nl

## **BESTUURSLEDEN:**

Kees Jan Koeling, koeling.gvac@gmail.com  
Jaap van der Lugt, facility@gvac.nl  
Peter Luijkx, petergvac@gmail.com  
Ivonne Peelen, peterivonnepeelen@home.nl  
Wouter Veldman, wv.gvac@outlook.com  
Joyce Waterreus, joycewaterreus.gvac@gmail.com

## **ACCOMMODATIE COMMISSIE**

*1<sup>e</sup> aanspreekpunt en Accommodatie agenda:*  
Wouter Veldman a.i., accommodatie@gvac.nl  
*Kantinebeheerder:*  
Perry & Cindy v/d Zanden, pajvdzanden@hotmail.com  
*Hoofd kantinedienst:*  
Ronald Steijnen, ronaldsteijnen@gmail.com  
*Baanonderhoud:*  
Jan van Empel, jmevanempel@onsbrabantnet.nl  
*Materiaalbeheer/onderhoud:*  
Mark en Frans Jacobs, fr.jacobs@hotmail.com

## **CLUBBLAD de KORZIAAN**

*Redactie:*  
Wil Punt a.i., korziaan@gvac.nl  
Kopij inleveren, korziaan@gvac.nl

## **EHBO COÖRDINATIE**

Frank Bartelink, ehbo@gvac.nl

## **LEDENADMINISTRATIE**

Johan van Litsenburg, ledenadministratie@gvac.nl

## **PUBLIC RELATIONS**

Ivo Boerenkamp, iboerenkamp@kpnmail.nl

## **RECORDCOMMISSIE**

Tis Franssen, Johan van Litsenburg  
recordcommissie@gvac.nl

## **TRAINERSCOÖRDINATOREN**

*Wedstrijdatletiek:*  
Pieter van Esch, p.esch@chello.nl  
*Recreanten:*  
*Hoofdcoördinator:*  
Lau Liefing, hoofdcoordinator@gvac.nl  
*Technisch coördinator:*  
Theo van Diessen, theovandiessen1954@ziggo.nl  
*Facilitair coördinator:*  
Marise Gielen, marise.gvac@gmail.com

## **TRIMLOOPCOMMISSIE**

Kees Verwijst, corneelverwijst@hotmail.nl

## **VERTROUWENSPERSONEN**

Karin Meulenbrugge, k.meulenbrugge@upcmail.nl  
040-2548211  
Paul Houben, p.houben2@chello.nl 040-2523173

## **WANDELEN**

*Nordic Walking:*  
Ivonne Peelen, peterivonnepeelen@home.nl  
06-29458419  
*Sportief wandelen:*  
Els Koster, koster.je@gmail.com 040-2217927  
Nell Gepkens, a.gepkens@chello.nl  
*Wandelgroep:*  
Guus van de Put, 040-2537668  
Andre Dijkgraaf, 06-13402060

## **WEBSITE WWW.GVAC.NL**

*Webmasters:*

Sander van Kemenade en Gilles van den Hoven,  
website@gvac.nl

## **WEDSTRIJD ORGANISATIE COMMISSIE**

*Voorzitter:*

Jan de Kok, woc@gvac.nl

*JUCO:*

Vacature

## **Wedstrijdsecretariaat:**

Marco van As, jeugd@gvac.nl

Thuiswedstrijden, inschrijven@gvac.nl

## **CLUBTENUE / KLEDING**

Bestaat uit: geel shirt (het GVAC logo op de linkerborst) met een groene bies rechts en zwarte rechtermouw. En een zwarte broek. Het dragen van het clubtenue is verplicht bij competitiewedstrijden. GVAC ziet haar leden graag bij alle wedstrijden in clubtenue. Kledingverkoop in de kantine iedere (trainings)woensdag van 19.15 – 20.15 uur door Christel Koeling en/of Jacqueline Tromp, of op afspraak via kleding@gvac.nl.

## **SPORTKEURING**

Is niet verplicht. Wij adviseren onze leden zich toch regelmatig te laten keuren bij de huisarts of een sportkeuringsbureau

## **VERZEKERING**

Door GVAC is een collectieve ongevallenverzekering afgesloten. De verzekering is van kracht voor ALLE LEDEN van GVAC voor ongevallen die overkomen tijdens zowel wedstrijden, trainingen, vergaderingen, etc. als het rechtstreeks gaan van huis naar plaatsen waar de activiteiten plaatsvinden en terug naar huis, mits binnen de daarvoor benodigde tijd. De premie voor de verzekering is in de contributie verwerkt.

## **CONTRIBUTIE BEDRAGEN**

Pupillen: 26,50 per kwartaal

Junioren CD: 29,00 per kwartaal

Junioren AB: 29,00 per kwartaal

Senioren: 32,50 per kwartaal

Masters: 32,50 per kwartaal

Recreanten: 29,00 per kwartaal

Sportief Wandelen: 27,50 per kwartaal

Nordic Walking: 27,50 kwartaal

Studenten leden die buiten de regio wonen en

studeren: 16,00 per kwartaal

Wandelaars: 8,25 per kwartaal.

Inschrijfgeld: 10,00

Jury, vrijwilligers en juryleden die niet deelnemen aan trainingen en/of wedstrijden zijn vrijgesteld van contributie. GVAC betaalt wel hun AU bijdrage zodat zij wel verzekerd zijn.

Studenten die buiten de regio wonen en studeren Tweede jeugdleden (A/B + C/D Junioren + Pupillen) uit één gezin krijgen reductie.

Die bestaat uit een korting van 50% op de voor hen van toepassing zijnde contributie.

De contributie is inclusief reiskosten van vastgestelde wedstrijden en lidmaatschapskosten van de Atletiekunie.

## **LIDMAATSCHAP**

Het lidmaatschap kan ingaan op elke eerste dag van de maand. Aan het lidmaatschap zit ook het verplichte lidmaatschap van de Atletiekunie verbonden. GVAC zorgt voor de aanmelding bij de atletiekunie. Contributie kan uitsluitend per kwartaal betaald worden middels automatische incasso. Inschrijfkosten zijn 10,00 per persoon. Juryleden kunnen gratis inschrijven.

## **Opzeggen lidmaatschap**

- opzeggen kan bij de ledenadministratie:  
Johan van Litsenburg ledenadministratie@gvac.nl
- Opzeggen kan tot 30 november. Het lidmaatschap eindigt dan op 31 december.
- Tussentijdse beëindiging is mogelijk. Er dient dan het lopende en eerstvolgende kwartaal nog contributie te worden betaald. Het lidmaatschap wordt aan het einde van dat laatst betaalde kwartaal opgezegd. Indien er achterstallige contributies openstaan, blijft het lidmaatschap gehandhaafd tot deze betaald zijn.





# Cloosterman

## UITVAARTZORG

Theo Cloosterman Hoogstraat 45 5502 AT Veldhoven

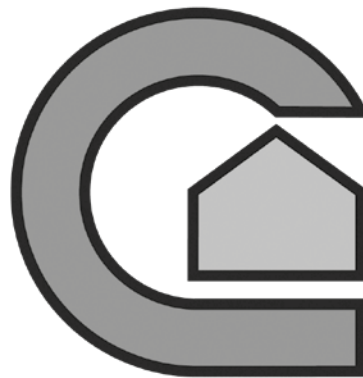


**Tel: 040 843 6915**

Dag en nacht bereikbaar

**[www.cloostermanuitvaartzorg.nl](http://www.cloostermanuitvaartzorg.nl)**

Ook voor een compleet en betaalbaar uitvaartpakket



# GROENEN BOUWMARKT

De Run 3112 5503 LH Veldhoven telefoon: 040 - 253 64 73 - fax: 040 - 253 10 45

# Vooraankondiging algemene ledenvergadering (ALV)



Beste leden,

Noteer alvast in jullie agenda:

**Donderdag: 11-04-2019**  
**Aanvang: 20:45 uur**  
**Plaats: kantine van GVAC**

Namens het bestuur,  
Ger Raijmakers, voorzitter  
NB De agenda en eventuele andere informatie zal zo  
spoedig mogelijk op de website van GVAC worden  
gepubliceerd.



# Behind the Scenes: Veldhoven 10 Miles 2019



Het nieuwe jaar is weer begonnen, de goede voornemens zijn gemaakt (en sommigen alweer overboord gegoooid...), de kerstkalkoen en de oliebollen zijn allang verteerd, de vakantie alweer vergeten en het is weer 'over tot de orde van de dag'. Vanuit de organisatie van de Veldhoven 10 Miles willen we jullie allereerst allemaal een gelukkig, gezond en sportief 2019 toewensen! Voor dat laatste zijn we sinds oktober druk in de weer met de organisatie van de 7e editie van de Veldhoven 10 Miles op zaterdag 22 juni 2019. De inschrijving is geopend, de website is bijgewerkt, de facebook pagina en twitter account is weer helemaal up-to-date. Verder zijn we bezig om de sponsors en de vrijwilligers aan te werven. Dit blijft elk jaar een enorme klus, en hoewel er vele mensen graag de handen uit de mouwen steken om te helpen, blijven we er toch altijd weer tot het laatste moment tekort komen. Daarvoor alvast een oproep aan iedereen die kan en wil helpen met het opbouwen en afbreken van het gehele festijn, graag alvast een seintje! Ook als je zelf mee wilt lopen is dit geen enkel probleem. We passen overal wel een mouw aan.

Met de komst van een aantal nieuwe mensen in de commissie is ook de organisatie een beetje mee veranderd. Onveranderd blijft dat we er alles aan gaan doen om dit evenement een loopfestijn te maken voor iedereen, jong oud, vrouw, man, groot, klein, snel, minder snel, beginner, topatleet, iedereen kan deelnemen aan een van de onderdelen van het Veldhoven 10 Miles festijn. Het plezier in het lopen staat voorop in onze organisatie. Ook dit jaar zal er na het succes

van vorig jaar weer een wandelevent georganiseerd worden naast alle looponderdelen. Alle informatie daaromtrent, en alles over het gehele evenement is terug te vinden op de site van de Veldhoven 10 Miles ([www.veldhoven10miles.nl](http://www.veldhoven10miles.nl)). We kunnen begrijpen dat u nu meteen wilt inschrijven (als u dat nog niet gedaan heeft), dat kan via [inschrijven.nl](http://inschrijven.nl). Meer info volgt ook in de volgende editie van de Korziaan.

Tot in de kantine!

Namens de organisatie van de Veldhoven 10 Miles,

Inge van der Meulen



# Wie fietst er met mij mee?



Vanaf het begin van dit schooljaar ben ik enthousiast aan het trainen bij GVAC op de donderdag. Ik doe dit met veel plezier. Ik woon in een door Severinus ondersteund woonhuis in de wijk Heikant en wordt nu met de taxibus naar de training en weer naar huis gebracht. Ik zou liever op de fiets gaan, maar kan niet alleen. Als er iemand met mij mee zou willen fietsen, zou ik dat erg fijn vinden! Ik heb behoefte aan duidelijke regels en goede afspraken. Als je een keer niet kan, dan kan je dat van te voren aangeven. Dat is geen bezwaar. Omdat je een vrijwilligerscontract met Severinus aangaat, ben je ook verzekerd voor als er iets onderweg zou gebeuren.

Voor meer informatie mag je contact opnemen met Hannah van Duivenbode, coördinator vrijwilligers Severinus ([hannah.van.duivenbode@severinus.nl](mailto:hannah.van.duivenbode@severinus.nl) of 06-52401679).

# Wie & Wat?

In deze rubriek wordt een detail van een foto met een GVAC lid en/of een atletiekonderdeel getoond. Weet je wie het is of welk onderdeel of gebeurtenis? In de volgende Korziaan komt de volledige foto!



Oplossing vorige Wie & Wat



Transport zand en grind  
 Container- en bedrijfscontainerverhuur  
 Grondwerken, Recycling, Weegbrug  
 Dikker B.V. De Run 43624 5503 LN Veldhoven

  
**Coppelmans**  
 TUINCENTRUM VOL GROENE IDEEËN

Uw adres voor:  
 bloemen en planten

Sondervick 19  
 tel: 040 - 2531743

## Tip de Redactie!

(vinden we leuk)



**Bartels  Parket**

**PARKET, LAMINAAT  
 TRAPRENOVATIE**

**Provincialeweg 80d  
 Veldhoven**

**t.040-2548694**

**www.bartelsparket.nl**

**Aannemingsbedrijf**

**John**



**Ploem**

**ONDERHOUD, RENOVATIE,  
 LOODGIETER, C.V.**

Kerkstraat 8, 5581 BA Waalre  
 Telefoon, 040 - 22 18 422  
 Mobiel, 06 - 54 92 59 89

**VOOR DOE-HET-ZELVER EN PROFESSIONAL**



**PRINSEN**

**TOOLS & TECHNIEK**

**PERSOONLIJKE BEDIENING - KLUSADVIES - DESKUNDIG PERSONEEL**

Kromstraat 37 - 5504 BA Veldhoven - T 040 253 24 33  
 info@prinsenveldhoven.nl - www.prinsenveldhoven.nl

# Uitslagen

## Zevenheuvelenloop - Nijmegen - 18 november 2018.

### Afstand: 15,0 km

Saere Grebeberhan	0:56:21	Liesbeth Cruts	1:26:16
Jan de Kok	0:58:20	Gerard van Veldhoven	1:26:48
Harold van Dartel	1:03:27	Hannie Dreves-Waterschoot	1:28:53
Jeroen Duif	1:04:56	Jan Daamen	1:28:57
Anita Monen	1:07:10	Maaïke Ermerins	1:38:08
Geert Kox	1:11:59	Angela Wiersma-Bekkers	1:38:54
Bart van de Sande	1:13:54	Bes Meijer	1:38:57
Marise Geerdink-Gielen	1:13:54	Sara van der Hoeven	1:39:12
Diederik van Ham	1:19:59	Ruben Kok	1:39:12
Peter Ermerins	1:23:33		

## Rooise Crosslopen - Sint-Oedenrode - 18 november 2018.

### Afstand: 8.0 km

Joop Slagboom	0:42:33
---------------	---------

## Scorpiocross - Oosterhout - 18 november 2018.

### Afstand: 8,5 km.

Maikel Kokx	0:43:38
-------------	---------

## De 30e Halve van Ell - 25 november 2018.

### Afstand: 21,1 km.

Johan van Litsenburg	1:38:54
----------------------	---------

### Afstand: 7,7 km.

Dorie Jansen	0:48:45	Rik Vanlaer	0:57:19
Jim Dieterman	0:55:37		

## Warandeloop zaterdag en zondag - Tilburg - 24 en 25 november 2018.

### Afstand: 7300 m.recreanten cross

Maikel Kokx	0:33:15
-------------	---------

### Afstand: 7300 m.mannen 35

Jan de Kok	0:27:06
------------	---------

### Afstand: 5800 m.vrouwen 35

Rian van der Burgt	0:22:51
--------------------	---------

### Afstand: 2300 m.kortecross vrouwen

Fleur Koeling	0:10:18
---------------	---------

### Afstand: 10000 m.recreanten weg

Jan Koopsen	0:54:47
-------------	---------

### Afstand: 5000 m.recreanten weg

Rick van Meurs	0:19:14
----------------	---------

### Afstand: 1600 m.jongens junioren D

Koen van de Ven	0:06:56
Brecht Wijnholds	0:06:58

Lucas Koeling	0:06:12
Emiel van de Vijver	0:06:40

**Afstand: 800 m. jongens pupuillen C**

Thijmen Mol	0:03:01 3e JPUPC	Tim de Kok	0:03:19
-------------	------------------	------------	---------

**Afstand: 6 x 400 m. Estafette junioren D**

GVAC team	0:07:02		
-----------	---------	--	--

**Kempentrail - Bladel - 2 december 2018.****Afstand: 33,0 km.**

Bart van de Voort	2:23:14 2e plaats	Karin Verheijden	2:45:32 1e plaats
-------------------	-------------------	------------------	-------------------

**Afstand: 22,0 km.**

Erik Bakker	1:55:51	Anja van Riet	2:13:48
Harry Welp	2:01:08	Karin van de Pas	2:21:09
Jurgen Hoenjet	2:08:58	Geert Kox	2:21:10

**Afstand: 11,0 km.**

John van Asperdt	1:01:07	Frans Schellekens	1:06:06
Boudewijn Bons	1:03:50	Johan van Litsenburg	1:06:57
Jan Daamen	1:04:13	Dorie Jansen	1:06:57
Ronald van Bommel	1:04:26	Nynke Wright	1:11:24
Liesbeth Crutz	1:04:45	Rien Vlemmix	1:17:07
Gerard van Veldhoven	1:06:01		

**Pfixx Solar Montferland Run - 's-Heerenberg - 2 december 2018.****Afstand: 15,0 km.**

Jeroen Duif	1:07:46		
-------------	---------	--	--

**Mardenkro Enclavecross - Baarle-Nassau - 2 december 2018.****Afstand: 9,5 km.**

Maikel Kokx	0:46:03		
-------------	---------	--	--

**Mispelhoefloop Eindhoven - 2 december 2018.****Afstand: 8,0 km.**

Pieter Suijs	0:45:04		
--------------	---------	--	--

**Afstand: 4,0 km.**

Joke de Leest	0:28:22		
---------------	---------	--	--

**DSD Zandboscross - Deurne - 2 december 2018.****Afstand: 9.400 m.**

Joop Slagboom	0:48:45		
---------------	---------	--	--

**Afstand: 1205 m.**

Thijmen Mol	0:05:28 1eJPUPC		
-------------	-----------------	--	--

**t is voor Niksloop - Geldrop - 25 november 2018.****Afstand: 21,1 km.**

Karin Verheijden	1:37:41	Peter Rossieau	2:14:17
Harold van Dartel	1:37:42	Jurgen Hoenjet	2:16:10
Eric Bakker	1:49:31	Anna van Dooren	2:16:14
Anja van Riet	1:54:20		

**Afstand: 15, 0 km.**

Willemijn Rozema	1:14:57		
------------------	---------	--	--

**Afstand: 10,0 km.**

Inge Das	0:45:10		
Rien Vlemmix	0:56:59		

## Drie Dorpen Cross - Sint-Oedenrode - 25 november 2018.

### Afstand: 1930 - 7780 m. recreanten

Giel Bouten	0:39:54	Leo Walker	0:41:55
Ronald de Vries	0:40:53		

### Afstand: 7780 m. vrouwen senioren en mannen masters mannen master.

Joan School	0:27:24 1eMmas35	Rob Eisenkolb	0:35:11
Angelo Jansen	0:31:38	Tamara Renders	0:36:04
Hans Loos	0:32:28	Marian Crombach-Otter	0:36:21
Joris Korbeeck	0:32:49	Karin Dekkers	0:39:10
Rian van der Burgt	0:33:08 2eVsen35	Joop Slagboom	0:42:02 3eMmas65
Carlo Buijs	0:33:22 3eMmas55	Wally van Laarhoven	0:42:57 3eVsen45

### Afstand: 2542 m. mannen kortecross

William Webster	0:09:20 2eMankort
-----------------	-------------------

### Afstand: 3792 m. jongens junioren A en B

William Webster	0:14:15 2eJJAB	Joris Jungblut	0:17:31
Jarno de Vries	0:17:30		

### Afstand: 2542 m. meisjes en jongens junioren C

Hannah Dijkman	0:12:24	Daniël Wijnholds	0:13:53
----------------	---------	------------------	---------

### Afstand: 1462 m. meisjes en jongens junioren D

Zeb van den Hurk	0:05:59 3eJJUND	Sjoerd Rijkers	0:06:27
Emiel van de Vijver	0:06:18	Elza Dijkman	0:07:48
Brecht Wijnholts	0:06:24		

### Afstand: 1261 m. meisjes en jongens pupillen A

Luuk Roubroeks	0:05:08 1eJPUPA	Renske te Paske	0:06:15
Jacob Maca	0:05:16	Tibbe School	0:06:18
Joep Geerts	0:05:59		

### Afstand: 943 m. meisjes en jongens pupillen B

Martin Maca	0:04:10 1eJPUPB	Alex Dijkman	0:04:46
Jimi Coolen	0:04:23	Yara van den Boomen	0:05:31
Tessa van Helvoort	0:04:37 1eMPUPB		

### Afstand: 774 m. meisjes en jongens pupillen C en mini

Thijmen Mol	0:03:17 2eJPUPC	Elias Maca	0:03:42 1eJPUPM
Tik de Kok	0:03:34 3eJPUPC	Falco School	0:04:31

## Spijkenisse-Spark Marathon - Spijkenisse - 16 december 2018.

### Afstand: 42,195 km.

Cindy Coolen	3:57:40 PR	Johan Van Litsenburg	4:09:54
Wally van Laarhoven	4:05:41		

## Mescherbergloop - Eijsden - 16 december 2018.

### Afstand: 16,0 km.

Harold van Dartel	1:25:31	Giel Bouten	1:37:35
Jurgen Hoenjet	1:35:36		

## L'Avant Sylverstrecross - Reusel - 16 december 2018.

### Afstand: 1120 - 10000 m. recreanten

Suzanne Faasen	0:34:46	Maikel Kokx	0:52:02
Dorie Jansen	0:37:52	Leo Walker	0:58:07
Jim Dieterman	0:39:57	Ronald de Vries	1:04:16

### Afstand: 10000m. mannen senioren

Rob Jansen	0:42:57	Jeroen Duif	0:48:30
Roy Goossens	0:43:49		

### Afstand: 7780 m. vrouwen en mannen masters en vrouwen senioren

Joan School	0:30:37	Marian Crombag	0:39:04
Jan de Kok	0:33:02	Kim Smits	0:36:07
Angelo Jansen	0:34:00	Karin Verheijden	0:37:41 1eVsen55
Eric Janssens	0:34:23	Tamara Renders	0:39:11
Hans Loos	0:34:34	Joop Slagboom	0:41:04
Rian van der Burgt	0:34:56	Karin Dekkers	0:41:27

### Afstand: 2020 m. vrouwen korte cross

Rian van der Burgt	0:08:41
--------------------	---------

### Afstand: 4040 m. meisjes en jongens A en B

William Webster	0:14:25 1eJJUNB	Joris Jungblut	0:18:49
Jarno de Vries	0:17:39	Lois Stokkingreef	0:19:09

### Afstand: 1540 m. jongens junioren D

Koen van de Ven	0:06:33	Emiel van de Vijver	0:07:05
Zeb van de Hurk	0:06:41	Sjoerd Rijkers	0:07:15
Brecht Wijnholds	0:06:57	Jan-Niek Geerts	0:07:25

### Afstand: 1540 m. meisjes en jongens pupillen A

Luuk Roubroeks	0:06:34 1eJPUPA	Renske te Paske	0:08:25
Jakub Maca	0:06:59	Indy Mutsaers	0:08:47
Joep Geerts	0:07:42	Lotte van Dijk	0:08:50
Silke van de Ven	0:08:00	Milou Verhagen	0:08:55

### Afstand: 770 m. meisjes en jongens pupillen B en C en mini's

Jimi Coolen	0:03:38	Elias Maca	0:04:05 1eMPUPM
Martin Maca	0:03:41	Axel Dijkman	0:04:11
Thijmen Mol	0:03:36 2eJPUPC	Tess Mutsaers	0:04:06
Tim de Kok	0:03:44 3eJPUPC	Lieke Tonneeijk	0:04:27
Kyan Lasance	0:03:46	Skip van den Bisen	0:05:25
Tessa van Helvoort	0:03:55 2eMPUPB		

## Sylvesterloop - Heeze - 23 december 2018.

### Afstand: 15,0 km.

Karin Verheijden	1:07:00	Anita Monen	1:13:19
Giel Bouten	1:11:21	Erna Verbaandert	1:13:19
Piet van der Nat	1:12:37	Liesbeth Cruts	1:28:31

### Afstand: 9,0 km.

Maikel Kokx	0:41:31	Gerard van Veldhoven	0:54:43
-------------	---------	----------------------	---------

### Afstand: 5,5 km.

Jim Dieterman	0:33:22	Gemma den Dulk	0:39:56
Joke de Leest	0:39:55		

# Fotoimpressie Auwjaorscross 30-12-2018

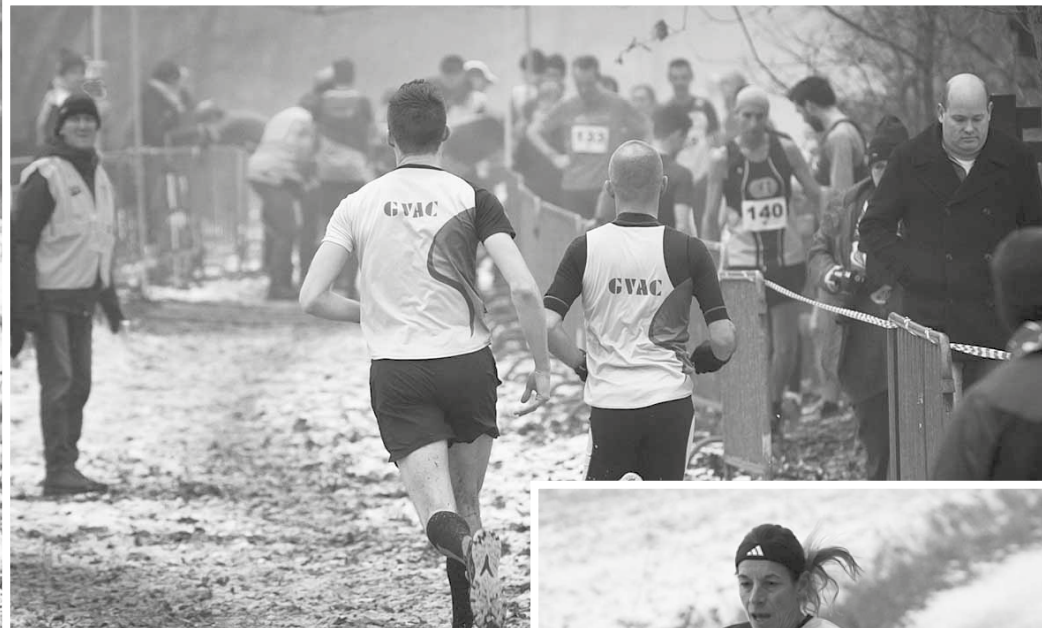








# Fotoimpressie Lavant Sylvestrecross Reusel 16-12-2018. Met echte sneeuw!







### Oliebollenloop - Weert - 31 december 2018.

#### Afstand: 10,0 km.

Johan van Litsenburg 0:43:24 3e plaats

#### Afstand: 5,0 km.

Jim Dieterman 0:34:25

### Auwjaarscross - Oirschot - 30 december 2018.

#### Afstand: 2340 - 9360 m. recreanten

Dorie Jansen

0:28:52

Daniëlle ten Boske

0:54:52

Rien Vlemmix

0:39:28

Jim Dieterman

0:54:53

Johan van Litsenburg

0:51:16

#### Afstand: 9360 m. mannen senioren en mannen 35

Joan School

0:35:56 2eMmas35

Joris Korbeeck

0:41:42

Jan de Kok

0:40:41

Jeroen Duif

0:45:55

Roy Goossens

0:40:42

#### Afstand: 7020 m. vrouwen senioren, V35, V45, V55 en V65. mannen M45, M55 en M65

Hans Loos

0:31:50

Tamara Renders

0:35:42 3e Vsen

Rian van der Burgt

0:32:24 2eV35

Marian Crombag-Otter

0:37:12

Carlo Buijs

0:32:54 3eM55

Nicole Spruit

0:37:23 3eVmas45

Karin Verheijden

0:34:30 1e Vsen55

Karin Dekkers

0:38:13

Patrick van de Vijver

0:35:35

Joop Slagboom

0:38:43

#### Afstand: 2120 m. korte cross

Rian van der Burgt

0:08:31

#### Afstand: 3180 m. meisjes en jongens junioren A en B

Lois Stokkingreef

0:15:09

Jarno de Vries

0:22:52 2eJJUNA

William Webster

0:15:10 1eJJUNB

#### Afstand: 2120 m. meisjes junioren C

Hannah Dijkman

0:09:44

#### Afstand: 1520 m. meisjes en jongens junioren D

Koen van de Ven

0:06:18

Sjoerd Rikkers

0:06:41

Emiel van de Vijver

0:06:27

Rowen Coolen

0:07:06

Brecht Wijnholds

0:06:40

#### Afstand: 1060 m. meisjes en jongens pupillen A en B

Silke van de Ven

0:04:36

Jimi Coolen

0:05:11

Renske te Paske

0:04:58

Tess Mutsaers

0:05:11

Indy Mutsaers

0:04:59

Lieke Tonneijk

0:05:51

Axel Dijkman

0:05:08

#### Afstand: 760 m. meisjes en jongens pupillen C en mini

Thijmen Mol

0:03:09 1e JPUPC

Thijs Pulles 0:03:44

Tim de Kok

0:03:13

Skip van den Bisen

0:04:13

### Sylvestercross - Soest - 31 december 2018.

#### Afstand: 4000 m.

William Webster

0:15:25

#### Afstand: 1200 m.

Thijmen Mol

0:05:56 1e JPUPC

### Linschotenloop - Montfoort - 22 december 2018.

#### Afstand: 21,1 km

Jan de Kok

1:25:14 PR

### **Kangoeroeloop - Vught - 26 december 2018.**

#### **Afstand: 27,0 km.**

Marique Ruijs 2:21:36

#### **Afstand: 21,1 km.**

Giel Bouten 1:41:05

#### **Afstand: 15,0 km.**

Dorie Jansen 1:34:49 Johan van Litsenburg 1:34:49

#### **Afstand: 7,5 km.**

Jim Dieterman 0:47:33

### **Poort naar het Heuvelland trail - Beek - 6 januari 2019.**

#### **Afstand: 30,0 km.**

Johan van Litsenburg 3:44:32

#### **Afstand: 16,0 km.**

Geert Kox 2:18:58 Reinier van Litsenburg 2:19:01

Dorie Jansen 2:18:58

#### **Afstand: 8,3 km.**

Jim Dieterman 1:15:38

### **Jaspercross - Asten - 6 januari 2019.**

#### **Afstand: 4000 m.**

William Webster 0:14:46 2eJJUNB

### **Brabants Kampioenschap Veldhoven-Pagnevaartcross-Bosschenhhoofd 06.01.2019.**

#### **Afstand: 10000 m. mannen 35**

Jan de Kok 0:41:22

#### **Afs tand: 2000 m. jongens junioren D**

Lucas Koeling 0:07:32 1e JJUND

#### **Afstand: 1000 m. jongens pupillen C**

Thijmen Mol 0:04:04 2eJPUPC Tim de Kok 0:04:17

#### **Afstand: 1000 m. meisjes pupillen B**

Tess Mutsaers 0:04:37 Yara van den Boomen 0:05:11

#### **Afstand: 1000m. meisjes en jongens pupillen A**

Luuk Roubroeks 0:06:09 3e JPUPA Indy Mutsaers 0:06:39

# Potentiële jurytoppers gezocht! Meld je aan!

Doet jouw kind mee aan wedstrijden? Of doe je zelf aan atletiek of hardlopen? Heb je zin in vier reuze gezellige en interessante avonden met (bij)scholing over atletiek? GVAC en AV Generaal Michaëlis organiseren gezamenlijk een jurycursus. Meld je aan voor de jurycursus en behaal je diploma Jurylid Algemeen van de Atletiekunie. De vereniging kan alle (nieuwe) juryleden goed gebruiken!

## Voor wie is deze jurycursus?

- Voor atletiek liefhebbers
- Ouders van atleten
- Atleten vanaf 16 jaar
- Recreanten

## Waarom een diploma?

- Bij competitiewedstrijden moeten clubs verplicht juryleden meenemen en wordt er strenger op gecontroleerd of zij wel een jurydiploma hebben.
- Wanneer bij de vereniging een grotere groep juryleden is, hoeft het niet altijd op dezelfde mensen aan te komen. Voor een (baan)wedstrijd als Circuit 14 hebben we al snel zo'n 20 juryleden nodig.

## Wat verwachten we van jou?

- Actieve deelname aan de cursusavonden inclusief praktijkvoorbeelden
- Zelfstandig maken van een aantal online huiswerkopdrachten
- Na het behalen van het diploma ongeveer tweemaal per jaar beschikbaar zijn om te jureren. (Cross, Baanwedstrijden, Clubkampioenschappen etc)

## Programma

De cursus bestaat uit vier avonden waarbij theorie wordt afgewisseld met praktijk op de baan:

- vrijdag 22 februari om 19:30 uur
- vrijdag 8 maart om 19:30 uur
- donderdag 28 maart om 19:30 uur
- donderdag 4 april om 19:30 uur

Deze cursus wordt gegeven door Marcel Roosen. Hij is al jarenlang actief als trainer bij GVAC en is zelf al jaren wedstrijdleider en gecertificeerd scheidsrechter en jurylid.

**Er zijn geen kosten verbonden aan het volgen van deze cursus. De vereniging neemt deze voor haar rekening.**

## Adres

De jurycursus wordt gegeven tijdens de eerste twee avonden op de atletiekbaan van GVAC te Veldhoven. De laatste twee avonden op de baan van AV Generaal Michaëlis in Best.

GVAC: Knegselweg 40, Veldhoven  
AVGM: Gildelaan 2, Best

**Aanmelden of meer info via Jan de Kok,  
woc@gvac.nl. Aanmelden uiterlijk tot 16 februari  
2019**





# ZEVENHEUVELLOOP 2018

Na marathon Eindhoven komt er weer een keuze  
Wat doen we om de km's in de benen te behouden  
Dam tot Dam, Witven Cross, Zevenheuvel-loop.  
Lage rug en de knie gaan niet altijd soepel dus spieren  
sterker maken.

Henk Santing wist er wel raad mee, heuvel training bij  
Koningshof

Op donderdag avond start, de eerste keer 30 minuten  
heuvel op en af

Elke week kwam er ongeveer 5 minuten bij ,en werden  
warempel sterker bult op bult af tot het bushokje en  
weer terug, korte pas naar boven, en gaan met die  
banaan naar beneden.

## **Met zijn allen met de trein, meestal perron 5**

Samen eerst naar de koffie, gele jassen waren vaak al  
in zicht.

Dus voor de nieuwelingen niet al te moeilijk om elkaar  
te vinden.

Eerste foto werden al weer gemaakt door Jan met de  
camera.

Samenkomst Nijmegen in een Hotel waar sommige  
van ons overnachten omdat ze de avond daarvoor  
ook al even 7km gingen lopen.

Daar koffie en gebak, tijd genoeg als je de trein van 9  
uur pakte.

Daarna naar parkeer kelder, GVAC shirt en broek aan  
voor de Foto.

## **Naar het Start-vak altijd Spannend**

Alles op kleur het is er vaak erg druk maar wel te  
vinden als je er al jaren komt maar voor sommige  
kijken niet naar de kleur om dat ze bang zijn te  
verdwalen.

En gaan met de rest mee, onder de regenjas verstopt  
start nummer valt het vaak ook niet op.

Een enkeling plakt thuis wel eens een andere kleur  
stikker, maar bij GVAC toch niet zeker.

## **Enkele namen die gelopen hebben:**

Seare, Jan, Harold, Jeroen, Anita, Geert, Bart, Marise,  
Diederik, Peter, Liesbeth,

Gerard, Hannie, Angela, Bes, Sara, Ruben, Peter,  
Anita, Maaïke, Esther.

Terug naar de kelder van de Amro bank waar de  
kachel brand, beter dan ander jaren in Rabo bank.

Meestal rond twee uur, gaan we na afloop, richting  
Irish Pup The

Shamrock, Smetiusstraat 17, een gezellige tent waar  
we elk jaar weer ons donker biertje drinken en vaak de  
dans vloer op zeker die tijd dat onze Jo de Leest erbij  
was, samen met Jan onze dans leraar.

Na enkele pinten is het dan weer tijd om af te zakken  
naar de petat kantine aan de overzijde waar ze ons  
elk jaar opwachten, echte friet. Heerlijk na dat lopen in  
Nijmegen.

Voor na de Marathon Eindhoven is dit een echte  
aanrader.

Groet Gerard.





# Wandelprogramma

## Januari



Datum:	Dinsdag 1 januari 2019	120 Geen wandeling	
Datum:	Donderdag 3 januari 2019	146 Toterfout-route	12,4km
Vertrek:	9:30 uur vanaf startpunt.		
Begin/eindpunt:	Kinderboerderij "De Hazewinkel" in Veldhoven Via de "Bossebaan" naar de "Sterrenlaan". Bij verkeerslicht rechts. Op de rotonde met de "Heerbaan" links richting "Oerle". Bij de volgende rotonde links ("Sondervick") en meteen links de parkeerplaats van de kinderboerderij op.		
Koffiepauze:	Gasterij "t Dorpsgenot" in Zandoerle. Tel: 040 2586310		
Beschrijving:	Wandeling rond Oerle, Zandoerle en "Zoo Veldhoven" door de bossen en langs de velden rondom Veldhoven		
Datum:	Dinsdag 8 januari 2019	119 Nieuwjaarsreceptie	6,2km
Vertrek:	13:30 uur vanaf startpunt.		
Begin/eindpunt:	GVAC Atletiekbaan Op de Kempen Campus.		
Koffiepauze:	Baan 7 GVAC kantine in Veldhoven. Tel: 040 2309603		
Beschrijving:			
Datum:	Donderdag 10 januari 2019	6 Huufkes-route	12,1km
Vertrek:	9:30 uur vanaf startpunt.		
Begin/eindpunt:	GVAC Atletiekbaan Op de Kempen Campus.		
Koffiepauze:	Gemeenschapshuis "De Leenhoef" in Knegsel. Tel: 040 2051541		
Beschrijving:	Natuurroute door de mooie Veldhovense en Knegselse bossen.		
Datum:	Dinsdag 15 januari 2019	39 Blokven-Loon-route	11,1km
Vertrek:	13:15 uur vanaf kerkplein Burg. van Hooflaan. 13:30 uur vanaf het beginpunt.		
Begin/eindpunt:	De Klimbim in Waalre De speeltuin links achterin Waalre tegen de bosrand.		
Koffiepauze:	Bosherberg "Harba-Lorifa" in Valkenswaard. Tel: 040 2015334		
Beschrijving:	Mooie route door Waalre's natuurschone bossen.		
Datum:	Donderdag 17 januari 2019	150 Park Meerland-route	12,2km
Vertrek:	9:30 uur vanaf startpunt.		
Begin/eindpunt:	Voetbalvelden "RKVVO" in Veldhoven Via "Bossebaan" en "Sterrenlaan" naar de "Heikant". Op de rotonde recht door "De Dom" op. Deze weg volgen voorbij de kerk en de sporthal. Dan 2de weg links: "Kievit". De 6de weg rechts: "Heikantsebaan". Na een scherpe bocht naar links liggen rechts de sportvelden en de parkeerplaats.		
Koffiepauze:	Cafe "De Hangar" in Eindhoven. Tel: 040 2351421		
Beschrijving:	De wandeling gaat van Veldhoven naar het eindhovense "Meerland" park, dat nogal in detail "ontdekt" wordt.		

Datum:	Dinsdag 22 januari 2019	3 Oeyenbos-route	12,0km
Vertrek:	13:30 uur vanaf startpunt.		
Begin/eindpunt:	GVAC Atletiekbaan Op de Kempen Campus.		
Koffiepauze:	Gemeenschapshuis "De Leenhoef" in Knegsel. Tel: 040 2051541		
Beschrijving:	Mooie route door bossen en velden van Knegsel - Zandoerle.		
Datum:	Donderdag 24 januari 2019	15 Haneven-route	11,4km
Vertrek:	9:30 uur vanaf startpunt.		
Begin/eindpunt:	Grasveld op "Heers" Heerseweg in Veldhoven Parkeren bij het kapelletje op "Heers"		
Koffiepauze:	Buurthuis "de Höllekes" in Steensel. Tel: 0497 513033		
Beschrijving:	Mooie wandeling door de Veldhovense en Steenselse bossen.		
Datum:	Dinsdag 29 januari 2019	7 Poortakker-route	11,7km
Vertrek:	13:30 uur vanaf startpunt.		
Begin/eindpunt:	GVAC Atletiekbaan Op de Kempen Campus.		
Koffiepauze:	Gemeenschapshuis "De Leenhoef" in Knegsel. Tel: 040 2051541		
Beschrijving:	Natuurroute door de mooie Veldhovense en Knegselse bossen.		
Datum:	Donderdag 31 januari 2019	40 Molenven-Timmereind-route	12,0km
Vertrek:	9:15 uur vanaf kerkplein Burg. van Hooflaan. 9:30 uur vanaf het beginpunt.		
Begin/eindpunt:	De Klimbim in Waalre De speeltuin links achterin Waalre tegen de bosrand.		
Koffiepauze:	Bosherberg "Harba-Lorifa" in Valkenswaard. Tel: 040 2015334		
Beschrijving:	Mooie route via "t Loon" terug door de Waalrese bossen		

# Wandelprogramma

## Februari



Datum:	Dinsdag 5 februari 2019	2 Molenvelden-route	12,3km
Vertrek:	13:30 uur vanaf startpunt.		
Begin/eindpunt:	GVAC Atletiekbaan Op de Kempen Campus.		
Koffiepauze:	Boscafe "De Molenvelden" in Oerle. Tel: 040 2051662		
Beschrijving:	Mooie route achter Zandoerle heen, door bos en weiland.		
Datum:	Donderdag 7 februari 2019	50 Tweede Kerkepad-route	11,9km
Vertrek:	9:15 uur vanaf kerkplein Burg. van Hooflaan. 9:30 uur vanaf het beginpunt.		
Begin/eindpunt:	Stationskoffiehuis in Waalre Op parkeerplaats achter "Stationskoffiehuis" in Waalre (tegenover gemeentehuis).		
Koffiepauze:	Cafe Restaurant "De Doelen" in Waalre. Tel: 040 2212579		
Beschrijving:	Kerkepad-route, mooie wandeling in de omgeving van Waalre.		
Datum:	Dinsdag 12 februari 2019	151 Vliegveld-route	12,1km
Vertrek:	13:30 uur vanaf startpunt.		
Begin/eindpunt:	Voetbalvelden "RKVVO" in Veldhoven Via "Bossebaan" en "Sterrenlaan" naar de "Heikant". Op de rotonde rechtdoor "De Dom" op. Deze weg volgen voorbij de kerk en de sporthal. Dan 2de weg links: "Kievit". De 6de weg rechts: "Heikantsebaan". Na een scherpe bocht naar links liggen rechts de sportvelden en de parkeerplaats.		
Koffiepauze:	Gemeenschapshuis "De Rosdoek" in Wintelre. Tel: 040 2051444		
Beschrijving:	Een sightseeing wandeling langs het vliegveld en de uitgestrekte velden naar "Wintelre". Terug door bos en langs velden via de "Zoo".		

Datum: Donderdag 14 februari 2019 1 Höllekes-route 11,7km  
Vertrek: 9:30 uur vanaf startpunt.  
Begin/eindpunt: GVAC Atletiekbaan  
Op de Kempen Campus.  
Koffiepauze: Buurthuis "de Höllekes" in Steensel. Tel: 0497 513033  
Beschrijving: Schitterende route door Veldhovense en Steenselse bossen.

Datum: Dinsdag 19 februari 2019 145 Oerse Bokkenrijders-route 12,3km  
Vertrek: 13:30 uur vanaf startpunt.  
Begin/eindpunt: Kinderboerderij "De Hazewinkel" in Veldhoven  
Via de "Bossebaan" naar de "Sterrenlaan". Bij verkeerslicht rechts. Op de rotonde met de "Heerbaan" links richting "Oerle". Bij de volgende rotonde links ("Sondervick") en meteen links de parkeerplaats van de kinderboerderij op.  
Koffiepauze: Gasterij "'t Dorpsgenot" in Zandoerle. Tel: 040 2586310  
Beschrijving: De wandeling gaat rond Oerle en Zandoerle door de bossen en langs de velden van Veldhoven.

Datum: Donderdag 21 februari 2019 4 Hoekdries-route 12,4km  
Vertrek: 9:30 uur vanaf startpunt.  
Begin/eindpunt: GVAC Atletiekbaan  
Op de Kempen Campus.  
Koffiepauze: Gemeenschapshuis "De Leenhoef" in Knegsel. Tel: 040 2051541  
Beschrijving: Een schitterende route door de Veldhovense en Knegselse natuur.

Datum: Dinsdag 26 februari 2019 25 Kleine Vliet-route 11,9km  
Vertrek: 13:30 uur vanaf startpunt.  
Begin/eindpunt: ZOO Veldhoven (Papegaaiencentrum) parkeerplaats  
Aan de Wintelresedijk in Oerle  
Koffiepauze: Gemeenschapshuis "De Rosdoek" in Wintelre. Tel: 040 2051444  
Beschrijving: Mooie natuurtocht door de bossen van Vessem en Wintelre.

Datum: Donderdag 28 februari 2019 48 Kakelbont-route 11,4km  
Vertrek: 9:15 uur vanaf kerkplein Burg. van Hooflaan.  
9:30 uur vanaf het beginpunt.  
Begin/eindpunt: Stationskoffiehuis in Waalre  
Op parkeerplaats achter "Stationskoffiehuis" in Waalre (tegenover gemeentehuis).  
Koffiepauze: Boshersberg "Harba-Lorifa" in Valkenswaard. Tel: 040 2015334  
Beschrijving: Een schitterende natuurroute door de Waalrese bossen.

# Wandelprogramma

## Maart



Datum: Dinsdag 5 maart 2019 116 Tongelreep-visvijver-route 13,3km  
Vertrek: 13:00 uur vanaf kerkplein Burg. van Hooflaan.  
13:30 uur vanaf het beginpunt.  
Begin/eindpunt: IVN-gebouw in Valkenswaard  
Natuureducatiecentrum (IVN-gebouw) Bosstraat in Valkenswaard.  
Koffiepauze: Fiets en wandelcafe "t oude Wandelpark" in Valkenswaard. Tel: 040 2040551  
Beschrijving: Tongelreep / visvijver-route, dit is een van de mooiste natuurroutes.

Datum: Donderdag 7 maart 2019 56 Treeswijk-route 12,3km  
Vertrek: 9:15 uur vanaf kerkplein Burg. van Hooflaan.  
9:30 uur vanaf het beginpunt.  
Begin/eindpunt: Winkelcentrum "de Voldijn" in Aalst  
Parkeerplaats winkelcentrum "De Voldijn" in Aalst bij Jumbo  
Koffiepauze: Restaurant "'t Brabants Genot" in Waalre. Tel: 040 8457034  
Beschrijving: Leuke wandeling door de bossen tussen Waalre en Aalst

Datum: Dinsdag 12 maart 2019 64 Buikheide-route 11,2km  
Vertrek: 13:00 uur vanaf kerkplein Burg. van Hooflaan.  
13:30 uur vanaf het beginpunt.  
Begin/eindpunt: Sportpark "De Meren" in Wintelre  
Parkeerplaats bij voetbalveld DEES.  
Koffiepauze: Gemeenschapshuis "d'n Boogerd" in Vessem. Tel: 0497 592260  
Beschrijving: Mooie natuurroute door de Wintelrese - Vessemse bossen.

Datum: Donderdag 14 maart 2019 59 Meelakkers-route 11,8km  
Vertrek: 9:00 uur vanaf kerkplein Burg. van Hooflaan.  
9:30 uur vanaf het beginpunt.  
Begin/eindpunt: Hut v. Mie Pils in Aalst  
Aalsterhut aan de Hutdijk in Aalst  
Koffiepauze: Cafe "de Boerderij" in Heeze. Tel: 040 2856440  
Beschrijving: Meelakkers-route, mooie natuurroute door de bossen van Aalst naar Heeze.

Datum: Dinsdag 19 maart 2019 55 Meeris - Kerkepad-route 12,3km  
Vertrek: 13:15 uur vanaf kerkplein Burg. van Hooflaan.  
13:30 uur vanaf het beginpunt.  
Begin/eindpunt: Winkelcentrum "de Voldijn" in Aalst  
Parkeerplaats winkelcentrum "De Voldijn" in Aalst bij Jumbo  
Koffiepauze: Cafe Restaurant "De Doelen" in Waalre. Tel: 040 2212579  
Beschrijving: Een mooie wandeling door de bossen van Aalst-Waalre

Datum: Donderdag 21 maart 2019 5 Wolfhoekse Heide-route 11,8km  
Vertrek: 9:30 uur vanaf startpunt.  
Begin/eindpunt: GVAC Atletiekbaan  
Op de Kempen Campus.  
Koffiepauze: Gemeenschapshuis "De Leenhoef" in Knegsel. Tel: 040 2051541  
Beschrijving: Aantrekkelijke route door bossen en velden richting Zandoerle en Knegsel.

Datum: Dinsdag 26 maart 2019 90 Bockenreijder-route 12,5km  
Vertrek: 13:00 uur vanaf kerkplein Burg. van Hooflaan.  
13:30 uur vanaf het beginpunt.  
Begin/eindpunt: Mariakapel aan de Spreeuwelsedijk in Westelbeers  
Via Oerle naar Wintelre. Voorbij bord einde bebouwde kom eerste weg rechts,  
bij voorrangsweg links, vervolgens bij rotonde derde afslag (=LA) en eerste weg rechts.  
Bij kerkje (links) LA en op T-kruising rechts. Na 200mtr. brug over Grote Beerze over en  
links (tegenover Spreeuwelsedijk 2) bij Mariakapel parkeren.  
Koffiepauze: Restaurant "in den Bockenreijder" in Esbeek. Tel: 013 5169248  
Beschrijving: Mooie route door uniek natuurgebied met bossen en vennen.

Datum: Donderdag 28 maart 2019 155 Mirandolles Heike-route 12,4km  
Vertrek: 9:15 uur vanaf kerkplein Burg. van Hooflaan.  
9:30 uur vanaf het beginpunt.  
Begin/eindpunt: Pad voor "Oogenlust" in Hees/Eersel  
Vanaf het kerkplein rechtsaf. Bij het verkeerslicht rechts de "Abdijlaan" in. 2de straat  
links "Pastorielaan" in. Bij het einde van de weg rechtsaf "Dorpsstraat". Deze volgen tot de  
rotonde, daar linksaf naar de "Kemepenbaan". Bij de rotonde rechtsaf richting "Steensel".  
Op de rotonde bij het verlaten van "Steensel" rechtdoor de "Eindhovenseweg" op. Bij het  
pad net voor de parkeerplaats van "Oogenlust" rechtsaf. Hier parkeren.  
Koffiepauze: Buurthuis "de Höllekes" in Steensel. Tel: 0497 513033  
Beschrijving: Een verkenningstocht in het gebied rond Steensel

# Wandelprogramma

## April



Datum: Dinsdag 2 april 2019 33 Einderheide-route 12,4km  
Vertrek: 13:15 uur vanaf kerkplein Burg. van Hooflaan.  
13:30 uur vanaf het beginpunt.  
Begin/eindpunt: Picknickplaats Broekhovenseweg Riethoven  
Na de Vlasroot RA richting Riethoven (Broekhovenseweg), na +/- 1,5km trimparcours aan uw linkerzijde bij groot open terrein.  
Koffiepauze: Ontmoetingscentrum "Den Buitengaander" in Westerhoven. Tel: 040 2013961  
Beschrijving: Onbekende natuurgebieden ontdekken tussen Riethoven en Westerhoven.

Datum: Donderdag 4 april 2019 90 Bockenrijder-route 12,5km  
Vertrek: 9:00 uur vanaf kerkplein Burg. van Hooflaan.  
9:30 uur vanaf het beginpunt.  
Begin/eindpunt: Mariakapel aan de Spreeuwelsedijk in Westelbeers  
Via Oerle naar Wintelre. Voorbij bord einde bebouwde kom eerste weg rechts, bij voor rangsweg links, vervolgens bij rotonde derde afslag (=LA) en eerste weg rechts.  
Bij kerkje (links) LA en op T-kruising rechts. Na 200mtr. brug over Grote Beerze over en links (tegenover Spreeuwelsedijk 2) bij Mariakapel parkeren.  
Koffiepauze: Restaurant "in den Bockenrijder" in Esbeek. Tel: 013 5169248  
Beschrijving: Mooie route door uniek natuurgebied met bossen en vennen.

Datum: Dinsdag 9 april 2019 108 De Mortelen-route 12,4km  
Vertrek: 13:00 uur vanaf kerkplein Burg. van Hooflaan.  
13:30 uur vanaf het beginpunt.  
Begin/eindpunt: Cafe Vingerhoeds in Oirschot  
Vanaf kerkplein LA Burg. van Hooflaan op en dan RA Heemweg. Bij de 4de rotonde 2de afslag RA naar Heerbaan. Bij de Hovenring RA naar de N2 onder viaduct door en LA N2 op en weg volgen richting Tilburg. Bij afslag Oirschot RA en drie rotondes RD. Na een bocht naar links bij de vierde rotonde met een ANWB wegwijzer naar Boxtel de Oude Grintweg op. Deze weg 3,6km volgen tot Café Vingerhoeds en daar parkeren.  
Koffiepauze: Herberg "De Schutskuil" in Oirschot. Tel: 0411 673155  
Beschrijving: Mooie route door de Mortelen, een kleinschalig landschap met zeer oude wegen en paden. De route gaat over de landgoederen "Heerenbeek" en "Velder".

Datum: Donderdag 11 april 2019 24 Halve Mijlbossen-route 12,6km  
Vertrek: 9:30 uur vanaf startpunt.  
Begin/eindpunt: ZOO Veldhoven (Papegaaicentrum) parkeerplaats  
Aan de Wintelresedijk in Oerle  
Koffiepauze: Gemeenschapshuis "d'n Boogerd" in Vessem. Tel: 0497 592260  
Beschrijving: Mooie natuurtocht door de bossen van Vessem en Wintelre.

Datum: Dinsdag 16 april 2019 131 Gijzenrooi-route 12,1km  
Vertrek: 13:00 uur vanaf kerkplein Burg. van Hooflaan.  
13:30 uur vanaf het beginpunt.  
Begin/eindpunt: Hut v. Mie Pils in Aalst  
Aalsterhut aan de Hutdijk in Aalst  
Koffiepauze: Wijkcentrum "t Akkertje" in Eindhoven. Tel: 040 2110568  
Beschrijving: Deze wandeling gaat via het gehucht "Gijzenrooi" en over de "Groote Heide".

- Datum: Donderdag 18 april 2019 109 Heerenbeek-route 12,4km  
 Vertrek: 9:00 uur vanaf kerkplein Burg. van Hooflaan.  
 9:30 uur vanaf het beginpunt.
- Begin/eindpunt: De Schutskuil in Oirschot  
 Vanaf kerkplein LA Burg. van Hooflaan op en dan RA Heemweg. Bij de 4de rotonde 2de afslag RA naar Heerbaan. Bij de Hovenring RA naar de N2 onder viaduct door en LA N2 op en weg volgen richting Tilburg. Bij afslag Oirschot RA en drie rotondes RD. Na een bocht naar links bij de vierde rotonde met een ANWB wegwijzer naar Boxtel de Oude Grintweg op. Deze weg volgen. Na 3,6km voorbij Café Vingerhoeds, dan 2km tot De Schutskuil Oude Grintweg 100 Oirschot en parkeren op de Coehoornweg.
- Koffiepauze: Café "Vingerhoeds" in Oirschot. Tel: 0499 571334  
 Beschrijving: Mooie route door de Mortelen: een kleinschalig landschap met zeer oude wegen en paden. De route gaat over de landgoederen "Heerenbeek" en "Velder".
- Datum: Dinsdag 23 april 2019 97 Galberg-route 11,2km  
 Vertrek: 13:00 uur vanaf kerkplein Burg. van Hooflaan.  
 13:30 uur vanaf het beginpunt.
- Begin/eindpunt: Carpoolparkeerplaats "Hotel Jagershorst" in Leende  
 Richting Valkenswaard - Leende, net voor het viaduct met snelweg links.
- Koffiepauze: Cafe "de Hospes" in Leenderstrijp. Tel: 040 2061288  
 Beschrijving: Prachtige tocht over de Spinsterheide en door het Leenderbos via Galberg naar Leenderstrijp en terug.
- Datum: Donderdag 25 april 2019 130 Genoehuis-route 12,3km  
 Vertrek: 9:00 uur vanaf kerkplein Burg. van Hooflaan.  
 9:30 uur vanaf het beginpunt.
- Begin/eindpunt: Parkeerplaats "Rendierveld" in Eindhoven  
 Via "De Run" de "Kempenbaan" op richting Eindhoven. Onder viaduct door en "Meerveldhovenseweg" afrijden tot voor bij het winkelcentrum "Kastelenplein". RA "Roffart" in, die overgaat in "Locatellistraat". Rechtdoor "Antoon Coolenlaan". Bij "Aalsterweg" RD
- Koffiepauze: Cafe "de Boerderij" in Heeze. Tel: 040 2856440  
 Beschrijving: Mooie route vanaf de Stratumse Heide naar Geldrop. Dwalend langs de visvijvers naar de Boerderij. Terug via de noordzijde van de Groote Heide.
- Datum: Dinsdag 30 april 2019 20 Vlasroot en Dommel-route 12,2km  
 Vertrek: 13:30 uur vanaf startpunt.
- Begin/eindpunt: Partycentrum Witven - Veldhoven  
 Parkeren op parkeerplaats
- Koffiepauze: Cafe Restaurant "De Doelen" in Waalre. Tel: 040 2212579  
 Beschrijving: Een wandeling via de Vlasroot, de Run en 't Witven.

# Egmond aan zee







# Zo.



Geen 18, geen alcohol  
Met trots voor u gebrouwen

# SPORT 2000 SPORTHUIS OLYMPIA

**50**  
**JAAR**  
BETROKKEN  
IN VELDHOVEN

**Wij maken gratis een loopanalyse mbv  
filmopnames op onze loopband.**



Om klanten beter te adviseren bij aankoop van de juiste sportschoen biedt Sporthuis Olympia sinds kort een gratis loopanalyse aan!

Het dragen van de juiste hardloopschoen kan blessures aan knieën, rug en enkels voorkomen. Met behulp van een hardloopband en een camera worden er opnames gemaakt. Deze methode maakt inzichtelijk hoe de voet afwijkt en welke sportschoen het meest geschikt is. Voor een gratis loopanalyse kan men vrijblijvend bij Sporthuis Olympia binnen lopen.

Rangeraden wordt om daarbij de oude sportschoenen mee te nemen.



***Van veiligheid***

***tot vrije tijd.***

Vinylstickers en etiketten voor alle situaties.

Bel de stickerkoning : 040 - 2417417



**stickerkoning**

*T o o n a n g e v e n d i n z e l f k l e v e n d*

[www.stickerkoning.nl](http://www.stickerkoning.nl)