

April 2015

03/04/2015: Jogging KLJ Zomergem (Zomergem)

12 km (Garmin: 11,5 km), 43 deelnemers

12. Wim Van Nieuwenhuize 0:48:39

Traagste km: km 4 & 7 – 4' 17" Snelste km: km 9 – 4' 06"

De 3^{de} keer dat deze jogging werd georganiseerd, en de 3^{de} keer dat de hoofdafstand wijzigde... Deze keer 12 km, al is dat wel heel ruim opgemeten... En een heerlijk vooruitzicht voor na de wedstrijd: in de tent van de KLJ is er een streekbierenavond! Lopen en drinken: een ideale combinatie om de paasvakantie in te zetten, een echte goede vrijdag! Het gevoel in de benen was prima! En vooral: ik heb zeer gelijkmatig gelopen. Nochtans liep ik de ganse wedstrijd alleen, dat risico heb je natuurlijk bij een klein deelnemersveld!

Meer info: <http://www.kljzomergem.be/>



04/04/2015: 13^{de} Abdijbierenloop (Kruishoutem)

In tegenstelling tot de vorige jaren deze keer geen stralend lenteweer. De opkomst lag dan ook iets lager dan de vorige jaren. Op de Finse piste van Kruishoutem konden maximum 10 rondjes gelopen worden voor 10 Enamebiertjes. Meer lopen kan natuurlijk altijd, de lintjes kunnen worden doorgegeven... Van KASVO zag ik enkel Peter (met Lut). De kelder is weer aangevuld, we kunnen verder tot de volgende bierloop!

Meer info: <http://joggingclubkruishoutem.skynetblogs.be/>



12/04/2015: Farys Vlaanderens Mooiste Marathon (Zwalm)

Halve Marathon: 21,1 km, 230 deelnemers

2. Wannes Van Giel	1:15:49	
25. Guy Reyntjens	1:28:00	(2014: 1:26:23)
92. Pieter Van Braeckel	1:41:29	
99. Dirk De Cremer	1:43:51	(2013: 1:51:39)
162. Patrick De Vleeschauer	1:53:32	

Marathon: 42,2 km (Garmin: 41,78 km), 126 deelnemers

24. Wim Van Nieuwenhuize 3:19:21 (2014: 3:23:57 / 2013: 3:29:40)

Traagste km: km 6 – 5' 09" Snelste km: km 17 – 4' 26"

83. Marc Vanmaldegem 3:52:52 (2014: 3:53:53 / 2013: 3:58:29)



Prachtig lenteweer voor deze 3^{de} editie van VMM! Onze club heeft zelfs een 2^{de} plaats op de halve marathon! Wannes mag dus zeker eens met onze groep meelopen... Guy had naar eigen zeggen sputterende benen, maar loopt toch heel vlot onder anderhalf uur! Pieter was nogal voortvarend gestart en moest in het 2^{de} deel wat gas terugnemen, terwijl Dirk last had van de heup. En wat is dat toch met Marc? Elk jaar sneller lopen, en dat op zijn leeftijd! Zelf kon ik een PR lopen. Ik kwam na 10,5 km (kwart wedstrijd) door in 0:51:15 en halverwege in 1:40:07. Ik kon de tweede helft dus iets rapper lopen dan de eerste. Het is en blijft een prachtig parcours in Zwalm, hopelijk komt er nog een volgende editie!

Meer info: <http://www.zwalm.be/WWW/default/37-www/410-www/3670-www.html>

19/04/2015: 2^{de} Haven Gent Loopt (Gent)

21 km (Garmin: 20,95 km), 709 deelnemers

50. Wim Van Nieuwenhuize 1:28:40

Traagste km: km 13 – 4' 28" Snelste km: km 19 – 3' 32"

Lopen in en rond de haven van Gent. Als je het 's avonds bij motregen in je eentje zou doen, is het ongetwijfeld een deprimerend decor. Met een stralende lentezon, een massa vrolijke mensen, fanfares, muziekgroepjes en dergelijke meer is het een ware kermis. Het parcours bevatte vele lange rechte stukken, in de fabrieken van Volvo en Honda was het echter wel draaien en keren. Halfweg kwam ik door in 0:45:25. De tweede helft van de wedstrijd voelden de benen beter aan en kon ik nog versnellen, zodat ik voor het tweede weekend op rij een PR kon lopen.

Meer info: <http://www.havengentloopt.be/>



24/04/2015: Lenteloop (Deinze)

13,22 km (Garmin: 12,97 km), 74 deelnemers

16. Wim Van Nieuwenhuize 0:57:45 (2015: 0:58:06 / 2014: 0:58:57 & 0:59:26)

Traagste km: km 7 – 4' 36" Snelste km: km 6 & 12 – 4' 23"

Een mooie lenteavond voor de Lenteloop in Deinze in de Brielmeersen. Een parcours met heel veel bochten en heel veel Finse piste, dus niets voor scherpe tijden... Toch blijft het een prachtig decor om in te lopen. Elke deelnemer ging naar huis met een fles rode wijn. Dat wordt dus iets voor een volgende lenteavond...

Meer info: www.acdeinze.be



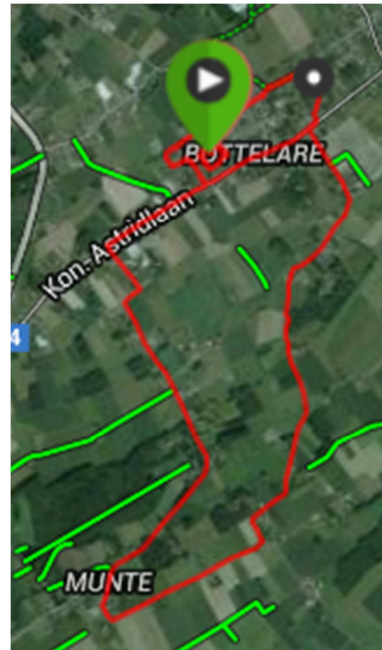
30/04/2015: 21^{ste} Stratenloop (Bottelare)

5 km, 147 deelnemers

7. Freddy Martens	0:18:15
21. Xavier Michels	0:21:07
65. Robbe Martens	0:27:11
124. Cathy Clarys	0:31:55

10,3 km (Garmin: 10,06 km), 229 deelnemers

23. Wim Van Nieuwenhuize	0:41:42
Traagste km: km 6 – 4' 31"	Snelste km: km 10 – 3' 53"
64. Freddy Ketsman	0:46:08
88. Hendrik Penninck	0:47:57



Organisator van deze wedstrijd is Marcel De Canck, die op nagenoeg alle joggings in de streek zelf aanwezig is. Alleen al om hem een plezier te doen, zou je naar Bottelare afzakken. Xavier heeft nog wat lichamelijke klachten, maar loopt toch al vlot boven de 14 km/h. Op de lange afstand staat er tussen kilometer 5 en 6 een stevige helling op het menu, gelukkig gevolgd door een fikse afdaling. Die afdaling was voor mij het sein om de gashendel helemaal open te draaien. Na afloop kreeg iedereen een plantje en een tombolaprijs, en in de tent kostte een Westmalle slechts € 2.50. Ik was dus niet vroeg thuis... Ik sluit april af met 313 km (333 km in 2014).

Meer info: <http://www.assaronse.be/>

Sportieve groeten,

Wim