

Augustus 2015

08/08/2015: 29^{ste} Feeste t'Ename Jogging (Ename)

Recreatiejogging: 5 km, 159 deelnemers

- 12. Dieter Robbens
- 16. Xavier Michels 0:19:12
- 25. Eddy Decroix
- 72. Jasper Heynssens
- 73. Natascha Loterman
- 84. Hubert Walraet 0:26:17
- 106. Eddy Loterman



Pelikanenrun: 10 km (Garmin: 9,65 km), 153 deelnemers

- 2. Veerle Van linden
- 5. Kenny Debisschop 0:35:40
- 24. Wim Van Nieuwenhuize 0:40:03 (2014: 0:42:34 / 2013: 0:41:27 / 2012: 0:43:17)

Traagste km: km 6 & 8 – 4' 17" Snelste km: km 5 – 4' 06"

- 31. Christophe Lamont
- 33. Lisa Weyts
- 55. Franka Bogaert
- 64. Maarten De Smet
- 71. Walter Van Steenbrugge
- 75. Hendrik Penninck 0:47:00 (2013: 0:48:06 / 2012: 0:48:53)
- 87. Marc Vanmaldegem 0:49:02 (2014: 0:51:13 / 2013: 0:49:02 / 2012: 0:51:41)
- 98. Gorik Devos 0:51:50 (2013: 0:51:43)
- 123. Betty Peyskens
- 133. Sarah Peyskens



Het is zomer, zo ook in Ename. Warm om te lopen, maar doenbaar. Guy moest met een lichte blessure forfait geven en liet daarom maar zijn vrouw en zoon opdraven... Kenny was, zoals te verwachten, ons sterkste clublid. Christophe pakte weer uit met zijn beruchte blitzstart, maar trapte al heel snel op zijn adem. Zelf deelde ik mijn wedstrijd goed ik en liep ik een zeer regelmatig tempo (cf. snelste en traagste kilometer) en voelden de benen terug goed aan. Groot minpunt bij deze wedstrijd: de tijdsopname draaide volledig in de soep, geen tijden dus...

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

09/08/2015: 1^{ste} Moerkensheidejogging (De Pinte)

10,1 km (Garmin: 10,1 km!), 59 deelnemers

16. Wim Van Nieuwenhuize 0:44:14

Traagste km: km 7 – 4' 39" Snelste km: km 10 – 4' 03"



Velen van ons hebben allicht vroeger nog gelopen op Moerkensheide tijdens de Bodysoljogging of de Jogging JV De Pinte. De accommodatie daar deed denken aan Tsjernobyl... Maar nu is daar een volledig nieuw sportcomplex neergeplant met petanquebanen, een hockeyveld, een atletiekpiste en 3 voetbalvelden, waaronder 1 kunstgrasveld. En dan de kleedkamers en kantine: vele tweedeklassers in het voetbal zouden jaloers zijn van zo'n infrastructuur, om maar te zwijgen over Oudenaarde in derde klasse... En De Pinte, dat is 2^{de} provinciale! Ook het parcours mocht er zijn: zowaar een trail run! Heel veel gras en Finse piste, wat kiezel, boswegels (het Moortelbos) en af en toe een stukje



fietspad. Voor de lange afstand moesten 1 kleine en 3 grote ronden worden afgelegd. Elke grote ronde moest de Calvarieberg beklommen worden. Dit is een kunstmatige heuvel van slechts 10 m hoog en 15 m lang, dus heel erg steil! Meer dan de helft van de deelnemers kroop hier op handen en voeten boven... De afdaling was gelukkig langer en veel minder steil. Leuk gevonden! Ik ben rustig gestart want ik wou afwachten in hoeverre Ename nog in de benen zou hangen. De laatste ronde ging het gas dan vol open. Ook deze jogging is, net als die van Zevegem, een organisatie van Antoine Mathys, de "Keizer van de Joggings". Niets op aan te merken: schitterende locatie, exacte afstand, correcte uitslag en een mooie naturaprijs. De eerste editie, maar direct een schot in de roos!

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

15/08/2015: 35^{ste} Egmontloop (Zottegem)

10,4 km (Garmin: 10,0 km), 78 deelnemers

29. Wim Van Nieuwenhuize 0:44:29 (2014: 0:47:57)

Traagste km: km 2 – 4' 46" Snelste km: km 10 – 4' 05"

40. Dirk De Cremer 0:46:03

De wedstrijd mocht volledig in de regen worden afgewerkt. Daardoor lag de sintelpiste er erbarmelijk bij. Vooral het verlaten van en het opdraaien van de piste was bijzonder slijkerig, alsook de veldwegels waarop gelopen werd. Een halve cross dus... Verder is Zottegem best een lastig parcours: er moeten 4 ronden gelopen worden met 2 hellingen per ronde, waarvan 1 off road. Niet te voortvarend van start gaan is dus de boodschap. Een fles Egmont tripel was de beloning en er waren ook zeer mooie tombolaprijzen, alleen waren die niet voor mij weggelegd...

Meer info: <http://zottegem-atletiek.be/>



23/08/2015: Trail Run Vlaamse Ardennen (Maarkedal)

Minitrail: 10 km, 221 deelnemers

153. Natalie Meirlaen 1:11:55

Halve Marathon: 21 km (Garmin: 20,23), 339 deelnemers

43. Lisa Weyts 1:46:23 (3^{de} vrouw)

84. Dirk De Cremer 1:54:45

176. Laurent Vanneste 2:08:46

211. Veerle Miclotte 2:13:39

212. Marc Vanmaldegem 2:13:39

Ultratrail: 44 km (Garmin: 44,36 km), 98 deelnemers

48. Wim Van Nieuwenhuize 4:52:21

Traagste km: km 38 – 13' 05" Snelste km: km 2 – 4' 29"



Beestachtig! Beestachtig mooi, en beestachtig lastig was het... Alle afstanden vertrokken apart via een trechtersysteem, waardoor het deelnemersveld meteen op een lint werd getrokken, wat zo zijn voordelen heeft op de vele smalle paadjes! Marc en Veerle liepen deze trail als een Siamese tweeling. Alleen op de single tracks liepen ze niet naast elkaar... We wisten reeds vooraf dat de laatste 8 km de lastigste zouden zijn, omdat de steilste stukken voor het laatst bewaard werden. Voor de ultratrail was dat dus vanaf kilometer 36. En toen kwam voor mij de vermaledijde kilometer 38 eraan. Uit het niets schoot een kramp in mijn linkerbeen. Minutenlang stond ik aan de bosgrond genageld tot de kramp vanzelf verdween. Gelukkig kon ik daarna verder lopen zonder hinder, maar de steilste stukken deed ik toch te voet. Deze eerste trail in Maarkedal was uitstekend georganiseerd. Hopelijk komt er een 2^{de} editie!

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

28/08/2015: 9^{de} Jogging Dwars door Nazareth (Nazareth)

5,4 km, 160 deelnemers

9. Eddy Decroix 0:22:19

16,2 km (Garmin: 16,18 km), 78 deelnemers

11. Wim Van Nieuwenhuize 1:10:00 (2014: 1:11:59)

Traagste km: km 5 – 4' 37" Snelste km: km 16 – 3' 58"

Na de vele hoogtemeters van vorige zondag in Maarkedal, konden we in Nazareth genieten van een biljartvlak parcours.



Elke ronde van 5,4 km was echter ongeveer voor de helft off road. In elk geval een zeer aangename omloop om te lopen. Eddy plaatste zich in de top 10, wat mij net niet lukte...

Meer info: <http://www.energy2run.be/>

29/08/2015: 28^{ste} Kermisjogging (Erwetegem)

2,6 km, 83 deelnemers

65. Arthur Deblock 0:15:48

11 km (Garmin: 11,03 km), 72 deelnemers

34. Wim Van Nieuwenhuize 0:53:03

Traagste km: km 9 – 5' 13" Snelste km: km 11 – 4' 15"

Het was zeer warm in Erwetegem. En geen enkele vlakke meter op het parcours te bespeuren! Het parcours was voor het grootste deel gelijk aan het parcours van 3 jaar geleden, dus elke ronde loop je dan 2,2 km langs die ellendige, drukke steenweg. Verder langs het parcours geen ambiance en een podium en tombola die oneindig lang op zich lieten wachten... Niets om lyrisch over te zijn... Ik sluit augustus af met 373 km (381 km in 2014).



Meer info: <http://joggingcluberwetegem.weebly.com/>

Sportieve groeten,

Wim