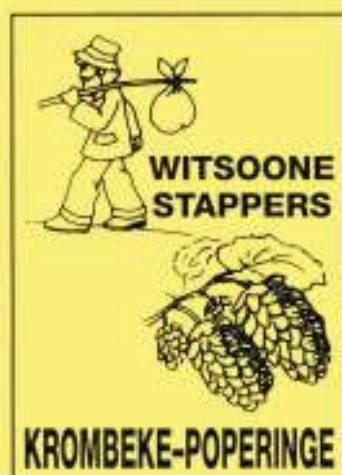


DE WITSOONESTAPPERS

VZW



CLUBBLAD

Wandelsport
Vlaanderen  VZW



Woensdag 19 febr 2025

19e ROOKOPTOCHT RENINGELST

Bestuur



Voorzitter, parkoersontwerper

Martin Hommez
Werf 71
8970 Poperinge
057 33 74 52
marleenbrysaert@hotmail.com



Medevoorzitter, redactie clubblad

Jacques Destailleur
Bourgondiëdreef 2
8970 Poperinge
0474 24 56 09
jacques.destailleur@skynet.be



Penningmeester

Annie Duerinck
Blasiusstraat 17c
8972 Krombeke
+32 478 61 89 17
bertin.ryckeghem@telenet.be



Secretaris

Erik Huyghe
Bourgondiëdreef 13
8970 Poperinge
057 33 67 13
0472 21 27 01
huyghe.erik@telenet.be



Bestuurslid, parkoersontwerper

Carlos Duerinck
Loviestraat 46
8970 Poperinge
057 33 71 89
carlos.duerinck@telenet.be



Administratief medewerker

Luc Seynaeve
Deken De Bolaan 83
8970 Poperinge
0496 69 10 12
luc.seynaeve@telenet.be

Rekeningnummer Witsoonestappers
BE 30 1030 7822 4811
Website: www.witsoonestappers-vzw.be
facebookpagina witsoonestappers:
link vanaf onze website



POPERINGE - 057 22 64 00 - poperinge@ing.be
IEPER - 057 22 90 10 - ieper@ing.be


Exellent

PAGE COMPUTERS

Casselstraat 222 • 8970 Poperinge • T: 057 34 67 67
info@page.be • www.page.be

de WITSOONESTAPPERS VZW

Beste wandelvrienden,

IK schreef in het vorig nummer dat ik als medevoorzitter na dertig jaar afscheid naam van het samenflansen van ons clubblad, het is door allerlei omstandigheden toch nog wat anders gelopen, maar door de goede samenwerking is het nu toch definitief zover. Een voorwoordje schrijven – alhoewel kort want tussen de grote titel en de uit de kluiten gewassen reclame is niet zo veel plaats – ging bij gebrek aan inspiratie soms moeilijk van start, maar eventjes naar buiten kijken hielp soms: te nat, te koud, te warm... Maar deze keer hoort hier nog een dringende late dienstmededeling voor wie mee wil met de driedaagse in september 2025: niet telefoneren naar de firma Patteeuw op 1/1/2025, dat geloofde trouwens niemand: 3 januari is de juiste dag, en Saskia en Trui zijn de verantwoordelijke medewerkers voor de reizen van verenigingen bij Patteeuw. Tot... een of andere dag 



ENDURING QUALITY.
EXTRAORDINARY
COMFORT.

TRADITION AND INNOVATION SINCE 1923.

LOWA

RUIME COLLECTIE
WANDELSCHOENEN:
- EUROPESE KWALITEIT
- WATERDICHT
- VOL NERFLEER

KOM VRIJBLIJVEND LANGS
VOOR ADVIES!

PEPERSTRAAT 2
8970 POPERINGE


De Peperstraat
schoenen en sport

Bloemisterij **BELFLOR**



Snijbloemen - Kasplanten
Bloemstukken - Perkplanten
Bruids- en rouwwerk

De Baene - Jengember
Zuidlaan 3a - 8970 POPERINGE
Tel. 057 33 55 09

Gesloten zondagmiddag en maandagvoormiddag

Miele
Speciaalzaak

HUGO GOUWY-CHAERLE

Ieperseweg 74, 8970 POPERINGE
Tel. 057 33 86 17



LAHAYE

CASSELSTRAAT 252 • 8970 POPERINGE • T 057 33 38 43

't Vispunt
VISHANDEL TRAITEUR



Visdelicatessen
Dagelijkse aanvoer verse vis en mosselen (seizoen)

Hondstraat 6 - 8970 Poperinge
Tel. 057 33 32 07 - info@tvispunt.be - www.tvispunt.be
BTW BE 0463.030.290

KRE-ART
Casselstraat 28
8970 Poperinge
057/334523

**FIJNE CONFISSERIE
KOFFIEVERSNAPERINGEN
CHOCOLADE SPECIALITEITEN
WEYNS HONINGPRODUKTEN**

THEE VIVA SARA JUWELEN -30%

Kantoor Poperinge
Grote Markt 30
8970 Poperinge
+32 (0)57 34 66 30
+32 (0)2 565 02 67
poperinge@bnpparibasfortis.com
FSMA-nr. 25.879 A



**BNP PARIBAS
FORTIS**

SIJDS 1911
Vandecasteele
Heerlijk brood en banket



Ieperstraat 47
8970 Poperinge
T 057 33 32 89
F 057 33 97 52

Poperingse specialiteiten
Kruydenkoecke
Hommelpaptaart
Schuimtaart
Fijne pratines van het huis

Gesloten op dinsdag

dames heren kinderen
COIFFURE

Mimo

SWITCH ROAD POPERINGE 057 33 41 96

Waar wandelden we ?

25/09	Herzele (O)	2	08/11	Gits	4
28/09	Pollinkhove	31	09/11	Langemark	17
29/09	Bray-Dunes (Fra)	15	09/11	Ichtegem	4
29/09	Torhout	3	10/11	Westouter	56
03/10	Mol (A)	2	10/11	Nieuwpoort	10
03/10	Lendeledede	1	10/11	Ruddervoorde	2
05/10	Wortegem-Petegem (O)	2	10/11	Peer (L)	2
05/10	Lichtervelde	13	11/11	Kortemark	22
06/10	Otegem	2	15/11	Lichtervelde	2
06/10	Gits	5	16/11	Zedelgem	6
06/10	De Panne	7	16/11	Deinze (O)	4
08/10	Zulte (O)	2	16/11	Middelkerke	6
12/10	Moorslede	15	17/11	Staden	32
12/10	Koekelare	6	17/11	Mol (A)	2
12/10	Asse (VI Bra)	1	23/11	Wervik	16
13/10	Zedelgem	2	24/11	Blankenberge	2
13/10	Rumbeke	13	24/11	Roeselare	18
19/10	Rekkem	4	30/11	Moorsele	10
19/10	Torhout	1	30/11	Koekelare	8
19/10	Nieuwpoort	12	01/12	Gits	9
19/10	Ardoois	2	01/12	Merksem (A)	49
20/10	Godewaersvelde (Fra)	42			
20/10	Passendale	17			
22/10	Ingelmunster	3			
26/10	Voormezele	21			
27/10	Watou	182			
27/10	Overpelt (L)	2			
29/10	Handzame	3			
01/11	Maldegem (O)	1			
01/11	Zottegem (O)	1			
01/11	Oostham (L)	1			
01/11	Koekelare	3			
01/11	Zillebeke	33			
02/11	Eksel (L)	2			
02/11	Diksmuide	36			
03/11	Knokke-Heist	2			
03/11	Oud-Turnhout (A)	2			
03/11	Ingelmunster	5			
06/11	Kluisbergen (O)	2			



POP•EI

STERK IN EIENEN!



Niels Ingelaere

Witsonestraat 2
8972 Krombeke

MAIL: info@pop-ei.be
GSM: 0472 39 58 23
BTW: BE0721 675 941

Te koop

- Dorpspunt Krombeke
- Dorpspunt Stavele
- De Fruithoek (Poperinge)
- De Keibol (Poperinge)
- Spar Reninge
- Spar Ieper (Meenseweg)
- De Spilhoeve (Beselare)

CLUB NIEUWS

- Bij het afsluiten van ons afgelopen wandeljaar 2024 waren 301 Witsoonestappers lid van onze wandelfamilie.
- Welkom in de club: Laurens Vancayzeele, Bram Bondue, Marleen Decaesteker, Rik Verghote, Mien Verghote, Stephanie Ampen, Ann Leicher, Patrick Indevuyst, Mariette Verhaeghe, allen uit Poperinge, Greetje Chaerle, Kristien Spenninck, Frédéric Douchy uit Krombeke, Katrien Snick uit Proven, Steven Malengier en Nele Bouckaert uit Zonnebeke, Bruno Hollebecque en Rita Veryser uit Beveren-aan-de-IJzer, Marleen Devisschere uit Dikkebus,
- Onze nieuwe website en facebook zijn een feit, weliswaar nog in opbouw maar alles komt in orde, Onze webmaster is Carl
- Oos Duerinck, tevens onze parkoersmeester. <http://www.witsoonestappers-vzw.be>. Vanaf de website is er een link naar onze facebookpagina.
- We zijn verheugd te melden dat Luc Seynaeve onze bestuursploeg heeft versterkt. Luc hielp ons team al jaren om onze organisatie te organiseren. Luc zal vooral administratief bestuurslid, medewerker zijn.
- Het lidgeld voor 2025 is bepaald op 17€, kinderen tot 12 jaar betalen 10 €, dit is nog spotgoedkoop wanneer je het vergelijkt met de lidgelden van andere sportfederaties. Bijna iedereen kan zijn lidgeld nog terugkrijgen via zijn mutualiteit. Van zodra je lidgeld betaald is krijg je een betalingsbewijs, wordt je lidkaart automatisch geldig voor 2025 en bekom je ook een reeds ingevuld formulier om af te geven aan de mutualiteit (opgelet, binnenbrengen bij de mutualiteit pas vanaf 1-1-2025). Nieuwe leden ontvangen een tijdelijke lidkaart, na 1 à 2 maanden wordt een PVC lidkaart opgestuurd vanuit Wandelsport Vlaanderen, de voorlopige kaart dient dan vernietigd te worden.
- Een grote bedanking aan onze grote schare medewerkers, zonder jullie hulp kan de club niet functioneren. Afgelopen jaar konden we rekenen op enkele nieuwe gezichten. Wie zich geroepen voelt, laat maar horen, we zoeken nog altijd wat extra helpende handen. Naar gewoonte betalen medewerkers aan één van onze tochten slechts de halve prijs voor onze feestmaaltijd, wie zich tweemaal inzet, eet zelfs gratis. Graag een seintje naar de secretaris, Erik Huyghe, of ander bestuurslid. Nogmaals bedankt.
- Op onze afgelopen Frontieretocht te Watou waren 1102 wandelaars aanwezig waarvan 182 Witsoonestappers. Dank aan de 49 medewerkers. Wandelclub Gasthofstappers de Klinge richtte een busuitstap in (34 clubleden) naar Watou.
- In totaal namen reeds 119.283 wandelaars deel aan onze wandeltochten.
- In deze info nogmaals alles over onze komende driedaagse naar de Champagne en de Bourgogne op 21-22-23/09/2025. Alle informatie om in te schrijven enz...
- Dank ook aan alle adverteerders.



2024-10-27 Frontieretocht Watou

Verslag en foto's Frans D'haeyere.

Een uurtje langer slapen, wat vroeger klaar, goede weersvooruitzichten... wat hield mij nog tegen om naar het verre Watou te rijden voor de Frontieretocht, georganiseerd door de Witsoonestappers Krombeke. Het zou een drukke dag worden in Watou met 1100 deelnemers. Na de koffie en de traditionele groepsfoto in zaal OC De Bollaard opteerde ik voor de grootste afstand (25 km) met vier rustposten (2 verschillende).



Watou is het kunstenaars- en brouwersdorp maar qua wandelen zijn er uitstekende mogelijkheden in deze landelijke gemeente met weinig bewoners. De tocht verliep over autoluwe wegen met verrassende stukjes onverhard in een heuvelachtig decor met mooie zichten. Maisvelden en kapelletjes spanden de kroon. De sfeer was goed want het zonnetje deed haar best. De rustpost op De Pauw was druk bezet.

Daarna kwam het Helleketelbos in Abele op een boogscheut van de Franse grens. Op een paar kleine modderige stroken na, was de doorgang best te doen. Mijn ogen gingen vaak naar de grond op zoek naar kastanjes en paddenstoelen. Talrijk waren ze blijkbaar niet maar ik kon toch leuke plaatjes maken. De herfstkleuren zorgden voor mooie taferelen. De laatste lus bewandelde voor een groot stuk het Warandepad.



Veel volk op baan, je zag ze verspreid in het totale landschap. Gezellige drukte, niets dan tevreden gezichten. Alles was piekfijn verzorgd met twee ruime rustposten. Moe maar tevreden betrad ik de zaal om nog wat na te genieten. Wat heeft de Westhoek toch veel moois te bieden.

CHAMPAGNE en de BOURGOGNE ANDERS

Beleven met de Witsoonestappers.

21/09/2025 – 23/09/2025

Er zijn twee regio's die bij liefhebbers van alles wat lekker is als muziek in de oren klinken: de **Champagne** en de **Bourgogne**. Het zijn ook twee regio's waar de zacht glooiende landschappen en de **pittoreske stadjes** en dorpen afwisselend op onze route liggen. Beide regio's hebben ook een straffe geschiedenis die geregeld te linken is aan onze eigen **Vlaamse historie**.

DAG 1 – Zondag 21/09/2025 – Châlons-en-Champagne

We vertrekken van de Sporthal Poperinge om 06.00 (nog te bevestigen) en na een vrij ontbijt langs de Franse snelwegen rijden we naar **Châlons-en-Champagne**. De stad heette nog tot 1997 Châlons-sur-Marne en is best te bezoeken vanop het water. Met kleine **motorbootjes** varen we op de rivieren de Mau en de Nau die de stad doorkruisen. We varen door parken, langs prachtige gebouwen en door ondergrondse **galerijen** en dit allemaal begeleid door een prachtig klank- en lichtspel.

Na het middagmaal bezoeken we de stad Troyes. We flaneren door de heerlijke binnenstad van **Troyes**; nergens vind je zo veel vakwerkhuizen als hier. Een geleide wandeling door de stad brengt ons naar het historische hart van de stad. Troyes is ook de stad waar **textielarbeiders** en **ambachtslui** van manufacturen goedkope waren dan in Parijs, de savoir-faire van Troyes wordt in heel Frankrijk geapprecieerd.



DAG 2 – Maandag 22/09/2025 – Fontenay-Chablis

Vandaag trekken we richting het noorden van Bourgondië, opnieuw zijn de glooiende velden het decor voor onze dag. Zo trekken we naar de **abdij van Fontenay**. Of de paters er hun hemel verdiend hebben, weten we niet, maar ze hebben zeker hun **hemel op aarde** gemaakt. Een bezoek aan de abdij gelegen in een oase van groen met zijn werkplaats waar ijzer werd gesmolten, is een duik terug in de tijd. Na de middag komen we in een stadje aan waarvan de naam ons doet watertanden. **Chablis** ligt in een mooie vallei, op de flanken groeit de Chardonnay-druif. Een wandeling door Chablis brengt je langs eeuwenoude wijnhuizen langs het riviertje, de **Serein**. Uiteraard kunnen we Chablis niet verlaten zonder te proeven van de heerlijke wijn die hier wordt geserveerd. .



DAG 3 – Dinsdag 23/09/2025 – Reims

Na het ontbijt verlaten we het hotel en rijden we door naar **Reims**, waarbij we onderweg een lokaal Champagnehuis bezoeken. We krijgen een rondleiding en natuurlijk kunnen we ook proeven van deze godendrank. Bij een glaasje champagne wordt al eens een roze biscuit geserveerd. De "**Biscuits roses de Reims**" zijn één van de oudste biscuits in de culinaire geschiedenis.

Na het middagmaal kijken we in de fabriek **Fossier** hoe dit koekje wordt geproduceerd en gecommmercialiseerd. Een **filmpje** toont ons het productieproces; daarna kunnen we dit nog eens vanuit de hoogte **live** meemaken in de ateliers.

Daarna gaan we naar centrum van **Reims**. Deze stad is één van de meest belangwekkende steden van kunst en geschiedenis en dankt haar roem aan de **kathedraal** en de daaraan verbonden herinnering aan de kroningen van de **Franse Koningen** en de champagne, aangezien vele belangrijke champagnehuizen hier hun hoofdkantoor hebben. We bezoeken de **Notre-Dame** Kathedraal en Basiliek Saint-Remi. Hierna rijden we terug huiswaarts met vrijblijvende avondstop waarbij tijd genoeg genomen wordt om een kleinigheid te eten voor degenen die dit wensen



Het hotel **Le Val Moret** ligt iets zuidelijker van Troyes. Het is gelegen aan de poorten van het groene regionaal Natuurpark en de golvende wijngaarden van de **Côte des Bar**. Op 20 minuten van Troyes, geniet het kleine dorpje Magnant van een uitzonderlijke geografische ligging en grenst aan **Champagne** en Bourgondië. Het is een tophotel met een heel fijne keuken. Het zijn ruime kamers met alle voorzieningen. Ook is er een overdekt zwembad, een jacuzzi en een hammam aanwezig.

prijs

€ 516.00 per persoon

Dit is een heel gunstige prijs, 139€ minder per persoon dan vorige reis

Voorschot € 200,00

Single toeslag: € 100.00 per persoon

Inbegrepen

- Vervoer per luxe autocar
- Professionele begeleiding van Reizen Patteeuw
- Reis op basis van vol pension vanaf 1 ste middagmaal tot en met het laatste middagmaal
- Alle overnachtingen in goed en comfortabel hotel met bad of douche en toilet -
- Alle middagmalen onderweg
- Toegangsgelden voor Balade en bateau Châlons-en-Champagne, Stadgids Troyes, Abdij van Fontenay, Proeverij Chablis, , Champagnehuis, Fossier
- Audiosysteem

Niet inbegrepen

- Annulatie- en bijstandsverzekering: € 4,50 per persoon per dag (prijs 2024, kan in 2025 duurder worden)
- Alle dranken
- Ontbijtstop eerste dag
- Avondstop laatste avond

Inschrijving:

Vanaf 1 januari 2025

Bellen naar Reizen Patteeuw tel 051/77 74 16

Indien je wil betalen met een visa gold moet dit gezegd worden bij de reservering.

Inbegrepen

- Vervoer per luxe autocar met professionele begeleiding van Reizen Patteeuw
- Reis op basis van vol pension vanaf eerste tot en met het laatste middagmaal
- Alle overnachtingen in goed en comfortabel hotel met bad of douche en toilet -
- Alle middagmalen onderweg
- Toegangsgelden voor Balade en bateau Châlons-en-Champagne, Stadgids Troyes, Abdij van Fontenay, Proeverij Chablis, Champagnehuis, Fossier
- Audiosysteem

Niet inbegrepen

- Annulatie- en bijstandsverzekering: € 4,50 per persoon per dag (prijs 2024, kan in 2025 duurder worden)
- Alle dranken
- Ontbijtstop eerste dag
- Avondstop laatste avond

Inschrijving:

Vanaf 1 januari 2025

Bellen naar Reizen Patteeuw tel 051/77 74 16

Indien je wil betalen met een visa gold moet dit gezegd worden bij de reservering.



Rosa Couwet werd in de bloemetjes gezet, maar dat gebeurde ook door de medevoorzitter ten overstaan van Nicole Vanheste, echtgenote van Eddy (maar dan in intieme kring). Al jaren lang wandelen de twee koppels samen, na het overlijden van Rita met zijn drieën. Kort gezegd was Nicole vooral de laatste jaren de steun en toeverlaat van Jacques die lijdt aan de ziekte van Parkinson. Zo kent zij de inhoud (wat, waar) van zijn rugzak beter dan hijzelf, moet zij goed opletten dat hij de goede weg opgaat, en slaat soms de schrik om haar hart als ze achter zich kijkt en hij verdwenen is (in een gracht bijvoorbeeld, zoals eind juni, Maarkedal, voor wie mee was met de bus). Een bloemetje was dus oververdiend! Dit als antwoord op vragen van aanwezigen die wilden weten wat en wie....

**Een busvol Witsoonestappers
klaar voor de terugreis uit
Merksem (1/12/2024)**





't Fruithuis
Groot- en kleinhandel
in dagverse groenten & fruit

Krombeekseweg 60, 8970 POPERINGE
Tel. 057 33 40 41 - www.tfruihuis.be



Gasthuisstraat 45
8970 Poperinge
Tel. 057 36 35 36
www.restohartig.be
info@restohartig.be

OPEN VAN DINSDAGAVOND
TOT ZONDAGMIDDAG

BVBA
Glas Haubourdin

- superisolerende beglazing
- gelsagd en gehard glas
- glazen deuren en wanden
- figuurglas
- spiegels
- zandstralen
- alle slijpwerk



Ouderdomseweg 24
8970 POPERINGE
Tel. 057 33 35 07 - Fax 057 33 81 74
info@haubourdin.be
www.haubourdin.be



**OPTIEK
DEJONGHE**

GROTE MARKT 26
8970 POPERINGE

T. 057 33 52 47
INFO@OPTIEKDEJONGHE.BE
WWW.OPTIEKDEJONGHE.BE



Boligna
MEUBELN VOOR DAG EN NACHT

Casselstraat 41
B-8970 Poperinge
T 057 33 38 81

www.boligna.be



Indevuyst Wim

Couthoflaan 32, 8972 Proven (Poperinge)

Tel. 057 33 39 63 www.aupetitjardin.be

zondag: 9.00 – 12.00u / maandag gesloten



D'N HOMMELZAK
Tea-room - Snack

Paardenmarkt 10b, 8970 Poperinge - tel. 057 / 33 75 72

SNOOKER CENTER  **RILEY**



**DESOMER
PLANCKE**

Europalaan 30 **POPERINGE**

Tel. +32(0)57 33 30 04 www.desomerplancke.be



ARGENTA

KRISTOF HAVERBEKE
Veurnestraat 48 - 8970 Poperinge
057 33 92 08
kristof.haverbeke@argenta.be
ON 0863 821 127 | FSMA 62527
Uw appeltje voor de dorst • www.argenta.be

Onze gelukwensen voor wie jarig is in januari-februari-maart

Albert Papegaey	Erik Huyghe	Nancy Notredame
Anita Dewickere	Evelien Vandelannoote	Nele Bouckaert
Ann Bouckaert	Finn Struyve	Nelly Busson
Ann Heddebauw	Franky Defrancq	Nicole Coutteure
Annie Duerinck	Frédéric Douchy	Noël Loones
Brigitte Dewulf	Gerarda Poublon	Pascal Verhulle
Carine Coutteure	Gerdy Cleenewerck	Paul Lobeau
Carine Lobelle	Gertjan Vanhove	Rik Verghote
Carine Van Peborgh	Greet Verbeke	Rino Deraedt
Carine Durant	Hilde Debergh	Rita Debyser
Carlo Maertens	Hilde Vanpeteghem	Rita Veryser
Carlos Duerinck	Iddy Decock	Robert Papegaey
Catherine Caron	Ingrid Veryepe	Ronny Wyffels
Cecile Soenen	Johan Gerber	Roza Couwet
Celine Parret	Jordi Deroo	Sabien Dael
Christa Vancayseele	Josiane Vancayzeele	Sandy Inion
Christiane Verhaeghe	Laurens Vancayzeele	Sharon Bulteel
Christiane Van Look	Liliane D'Hooghe	Steven Ryckeghem
Cindy Decuyper	Marc Denys	Steven Malengier
Danny Elslander	Marc Ledoux	Stijn Huyghe
Danny Frederix	Marieke Huys	Sylvie Coene
Dany Charles	Marijke Vanfleteren	Tina Duerinck
Dieter Vanderhaeghe	Marleen Brysbaert	Tine Top
Dirk Rubben	Marleen Hennin	Veronique Capoen
Dirk Gesquiere	Marnix Devloo	Willy Kiekens
Elza Van De Wyngaert	Martine Brysbaert	Wim Demey
Emiel Hommez	Mia Bottecaer	

19^e ROOKOPTOCHT Reningelst

Woensdag 19 februari 2025

Op 19 februari organiseren wij voor de 19^e maal onze midweektocht in Reningelst, tussen Poperinge en de Franse grens. Het is de meest zuidelijk gelegen deelgemeente van Poperinge. Alhoewel we het nog niet ten volle tot de West-Vlaamse heuvelstreek kunnen rekenen, reikt de zuidrand toch reeds tot 75 meter boven het zeeniveau. Hier bieden wij een uitgelezen parcours in het glooiende landschap aan de voet van de West-Vlaamse heuvels, ver weg van de industrie, in een prachtige omgeving, door een fascinerende en rustige streek. Het wordt een rustige wandeling met zeer mooie vergezichten, voor de grotere afstanden ook flirtend met de Franse grens.

De Rookopwandeling start vanuit het OC ROOKOP nabij de dorpskerk, Heuvellandstraat 1 Reningelst, gebouwd op de vroegere site van Brouwerij Six, waar destijds het Rookopbier gebrouwen werd.

De wandelafstanden zijn 5,7 - 10,9 - 16,5 - 18,4 en 24,1 km.

Het zal een wandeling worden met veel stilte, rust en met mooie landschappen, langs veldwegen en tarmacjes, in een landschap met vele boerderijen.

Clubleden die deelnemen aan deze tocht krijgen, na gescand en betaald te hebben, een gele jeton ter waarde van een consumptie van € 1,50.

10 redenen waarom je moet gaan wandelen

- Wandelen heeft een gunstige invloed op het vetgehalte in het bloed. Slagaderverkalking wordt hierdoor vertraagd.
- Door wandelen vormen zich in het hart en de spieren nieuwe gezonde bloedvaten, wat positieve gevolgen heeft voor de bloeddruk.
- Wandelen activeert het afweer- en immuunsysteem. Je lichaam wordt hierdoor gehard tegen ziektes en ongemakken.
- Als je verkouden bent, treedt tijdens het wandelen een vaatvernauwing op, waardoor het slijm sneller los komt.
- Door buiten te wandelen neemt je lichaam via het zonlicht vitamine D op, ook wanneer de zon achter de wolken zit. Deze vitamine heeft een positief effect op je botten.
- Wandelen heeft een gunstig effect op de darmwerking. Hierdoor wordt verstopping bestreden.
- Wandelen helpt tegen overgewichtsdiaabetes (diabetes type 2).
- Regelmatig wandelen verhoogt de algemene conditie of fitheid en het uithoudingsvermogen.
- Wandelen heeft een goede invloed op de geest. Ook voor mensen met depressies kan wandelen heel goed werken.
- Door wandelen ben je beter in staat om aan stress te weerstaan.

Herstellen van wandelschoenen
zolen VIBRAM

Autoplaten
Bretellen
Pantoffels



SCHOENMAKERIJ DIDIER
Gasthuisstraat 10 - 8970 Poperinge 0473 59 15 41



Martin Hommez
Maatwerk & herstellingen

Interieur & vliegenramen

Wert 71
8970 Poperinge

Tel 057337452
GSM 0473297006
E-mail marleenbrybaert@hotmail.com
BTW BE 0675 213 438



success
engineered

+32 474 27 09 65



Patrick GUNST
Wendy VANDE CASTEELE
Yben

"CHRISTEN VOLKSHUIS"

Café - Feestzaal
Alle feesten & vergaderingen

Prof. O. Rubbrechtstraat 25
8972 ROESBRUGGE-HARINGE
Tel. 057 30 03 22
Gsm 0478 38 88 54



GROEP
DURAN



LaPaix
Bar • Restaurant • Hotel

DECAPMAKER&PARTNERS
Bankagent & Verzekeringen



POPERINGS
VERZEKERINGSBURO

Oostlaan 12 • 8970 Poperinge • www.decapmaker.be

januari

februari

maart

Aanbevolen tochten jan - feb - maa 2025

	Organisator	Startplaats	Afstanden
WO 01	Kreketrekkers	Kortemark	5-10-15-20
Za 04	Wandelclub Beernem	Beernem	6-11-15-21
Zo 05	Winkelse Stappers	Sint-Eloois-Winkel	6-12-18-25-30
Za 11	Wsv De Colliemolen	Staden	4-6-10-15-18-24
Zo 12	Wervikse Wandelsport Vereniging vzw	Geluwe	4-8-12-18-24
Di 14	Aviflorastappers Ingelmunster	Ingelmunster	6-9-12-18
Za 18	De Spartastappers Ardoorie vzw	Ardoorie	7-11-13-17-19-21-25
Za 18	Wandelclub Koekelare vzw	Koekelare	5-9-12-15-19-22
Zo 19	'Vier op een Rij' Groot- Zedelgem vzw	Veldegem (Zedelgem)	6-12-18-21
Za 25	vzw Vredeseilanden	Oostkamp	4-8-12-15-21-32-42
Zo 26	Drevestappers Zonnebeke	Zonnebeke	5-10-12-15-20-26
Zo 26	Wandelclub Nieuwpoort vzw	Oostduinkerke	5-8-14-21
Za 01	Gitse wandelclub 'voetje voor Voetje vzw	Gits (Hooglede)	4-6-10-15-20
Zo 02	Wandelclub Beernem vzw	Beernem	4-6-11-15-21
Za 08	De Margriete Stappers vzw	Lichtervelde	5-10-15-17-21-26
Zo 09	WSK Marke	Marke (Kortrijk)	6-12-18-24
Di 11	Aviflora stappers Ingelmunster	Ingelmunster	6-9-12-18
Za 15	De Curieusneuzen Pittem	Meulebeke	6-12-18
Za 15	Wandelclub Koekelare vzw	Ichtegem	5-7-10-13-15-19-24
Za 15	De Curieusneuzen Pittem	Meulebeke	6-12-18
Zo 16	Drevestappers Zonnebeke	Beselare	5-10-12-15-20-26
Zo 16	Brugscge Globetrotters vzw	Sint- Michiels (Brugge)	4-6-12-18-24-30
WO 19	Witsoonestappers Krombeke vzw	Reningelst	5-10-15-20-24
Do 20	Kreketrekker Kortemark	Handzame (Kortemark)	5-10-15-20-25
Za 22	Watwystappers Tielt	Tielt	6-12-18-24
Za 22	De 12 uren van Lauwe vzw	Menen	4-7-10-12-18-24
Zo 23	Rustige Bosstappers Jabbeke vzw	Snellegem (Jabbeke)	4-7-13-18-21-25
Zo 23	De Textieltrekkers vzw Vichte	Kaster (Anzegem)	4-6-9-12-18-24-32
Zo 23	De Heuvelandstappers vzw	Nieuwkerke	5-11-15-20-25
Zo 23	Rustige Bosstappers	Snellegem	4-7-13-18-21-28
Zo 23	Textieltrekkers	Kaster	4-6-9-12-18-24-32
Za 01	WSV De Colliemolen Oostnieuwkerke	Westrozebeke	4-6-10-15-18-24
Zo 02	W.S.J.V.Nacht van Vlaanderen vzw	Torhout	4-10-14-20-26-35
Di 04	De Winkelse stappers	Sint-Eloois-Winkel	6-12-18-20W
Wo 05	Levenslijn team Damme vzw	Moerkerke (Damme)	6-12-18-24
Do 06	De Duintrappers Westende vzw	Lombardsijde	6-13-18-22-25-28
Za 08	Drevestappers Zonnebeke	Passendale	5-10-15-20-26
Za 08	Wandelsport Zonnebeke	Passendale	18-25-35-55
Zo 09	Wandelclub 'De Westhoekstappers'	Vlamertinge	6-12-18-24-30
Zo 09	WSK Marke vzw	Rollegem (Kortrijk)	4-8-12-16-21
Di 11	Bavostappers Bavikhove	Hulste (Harelbeke)	6-10-13-19
Za 15	vzw Vredeseilanden	Waardamme	4-7-11-1521-32
Za 15	Michiel Mispelonvrienden	Handzame (Kortemark)	5-7-12-20
Di 18	Aviflorastappers Ingelmunster	Ingelmunster	6-10-15-20
Za 22	Velodroomvrienden Moorslede	Moorslede	6-14-18-24
Za 22	Wandelclub 'Vier op een Rij'	Zedelgem	6-12-18-21-30-42
Zo 23	Wervikse Wandelsport Vereniging vzw	Mesen	4-6-12-18-24
Vr 28	De Waterhoekstappers Heestert	Spiere-Helkijn	4-8-12-18-24
Za 29	Wandelclub D&A	Adinkerke	6-12-18-24-30
Zo 30	DFS- Kloenstappers	Rumbeke	6-12-18-24
Zo 30	WSV De Keignaerttrippers Oostende vzw	Oostende	6-12-18-24-32

Check de website van Wandelsport Vlaanderen voor de meest recente update (startplaats,....)

Afzender:
Martin Hommez
Werf 71
8970 Poperinge

Onemaandelijks tijdschrift P2A9303
Afgiftekantoor 9550 HERZELE

jan feb maa 2025



PB-PP
BELGIË/NL - BELGIQUE



Schilderwerken
RYCKEGHEM
Robby

Waaenburgseweg 72 8972 Krombeke

0477/63.59.28 057/36.64.05

BE 0715.719.844 robby.ryckeghem@telenet.be



Woensdag 19 februari 2025
19e Rookoptocht

Zondag 13 april 2025
32e Hoppelandtocht

Zondag 21 juli 2025
39e Hoppelandtocht

Zondag 26 oktober 2025
Frontieretocht

Onze organisaties in 2025