



# 't Klaproosje

Driemaandelijks Ledenblad van  
Wandelclub Drevestappers Zonnebeke



Jaargang 4 - Nummer 1  
januari - februari - maart 2021



[www.drevestappers.be](http://www.drevestappers.be)

Verantwoordelijke uitgever: Frans D'Haeyere, Bruanestraat 38, 8800 Roeselare

## DAGELIJKS BESTUUR

### VOORZITSTER

Majo BOSTYN

Ieperstraat 154, 8890 Zonnebeke  
Tel. (051)779708 - GSM: (0494)819035  
E-mail: majo.bostyn@hotmail.com

### SECRETARIS

Rik CLEENWERCK

De Leege Kouter 35, 8980 Zonnebeke  
Tel. (051)777433 - GSM: (0497)466655  
E-mail: rik.cleenwerck@telenet.be

### PENNINGMEESTER

John BAERT

Clerck's Straat 4, 8560 Moorsele  
Tel. (056)417425 - GSM: (0486)125342  
E-mail: john.baert2@telenet.be

### CATERING

Linda VANCOILLIE

Witte Molenstraat 242, 8560 Moorsele  
GSM: (0496)704074  
E-mail: frankyvanlersberghe@hotmail.com

### ZAAL

Rosa LOGGHE

Iweinsgoed 5, 8980 Zonnebeke  
Tel. (057)365838  
E-mail: rosa.logghe@telenet.be

### MATERIAAL & PR

Etienne VERMEULEN

Langemarkstraat 44B 003,  
8980 Zonnebeke  
Tel. (051)779702  
E-mail: etienne\_vermeulen@skynet.be

# 't KLAPROOSJE

Jaargang 4

Uitgave: januari - februari - maart 2021

## IN DIT NUMMER

- 02 Inhoud
- 03 Woord van de voorzitter
- 04 Familieberichten
- 05 Clubnieuws
- 06 Ledenmoment
- 07 Onze tochten voor 2021
- 08 In de kijker: Daniël Leroy
- 10 Wandelen in Groot-Zonnebeke tijdens Corona  
Waar wandelden wij?
- 15 Voorstelling nieuw wandelboekje
- 16 Nordic Walking: waar is het gebleven?
- 18 Tweede Slag om Ieper
- 20 West-Vlaams natuurgebied: Oude Leiearm Kuurne
- 21 Redenen genoeg om meer te wandelen tijdens Corona
- 23 Clubkledij
- 24 Sfeerbeelden: winter

## DREVESTAPPERS OP HET INTERNET

Je vindt je wandelclub op de website:: [www.drevestappers.be](http://www.drevestappers.be)

en ook op Facebook : [www.facebook.com/](http://www.facebook.com/)



LAY-OUT & VERANTWOORDELIJKE UITGEVER: Frans D'Haeyere  
ONTWERP KRAFT: Annelies Ottevaere

Dit magazine is een uitgave van de Drevestappers voor zijn leden

## VOLGEND NUMMER 2021/2

Verschijnt rond 1 april 2021. Teksten binnen uiterlijk 15 maart  
via het e-mailadres: [dhaeyere8800@scarlet.be](mailto:dhaeyere8800@scarlet.be).

# Woord van de voorzitster



*Beste wandelvrienden,*

*Eerst en vooral wil ik jullie de beste wensen toesturen voor 2021: een goede gezondheid en veel geluk. Zoals iedereen hoop ik ook dat het een heel ander jaar wordt dan 2020, dat we elkaar weer kunnen ontmoeten op de wandelingen zoals vroeger met een babbeltje en een goeie drink achteraf.*

*We hebben op zaterdag 5 december een ledenmoment gehouden en tot onze grote verbazing zijn mensen van heinde en verre om hun papieren en Walking gekomen, waarvoor dank. Het was een korte ontmoeting maar heel veel stelden ons steeds dezelfde vraag: "Wanneer kunnen we weer gewoon gaan wandelen? We missen dat".*

*We doen er alles aan om terug gewoon te organiseren, misschien kan dat al op 31 januari, zij het met strenge voorzorgsmaatregelen. Neen, we zijn nog niet af van Corona.*

*Van 19 december tot 4 januari bieden wij opnieuw een bepjlde wandeling aan. Het is een pareltje: voor 90% onverhard, bijna uitsluitend doorheen een bosrijke streek.*

*Het bestuur heeft beslist dat in 2021 op onze mogelijk zes organisaties onze leden gratis kunnen deelnemen, dit ter compensatie voor het rotjaar 2020.*

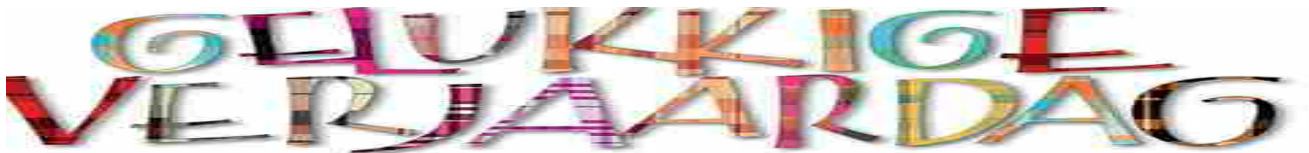
*Ik wens jullie allen het beste. Hou jullie goed en draag zorg voor elkaar.*

*Jullie voorzitter, Majo*

# Familieberichten

Deze rubriek wordt voortaan beheerd door voorzitter Majo BOSTYN, Ieperstraat 154, 8980 Zonnebeke. GSM: (0494)81 90 35 - E-mail: majo.bostyn@hotmail.com

Wil geboorten, ongevallen, herstelperiodes, ziekteperiodes, overlijdens zo snel mogelijk doorgeven. Voor alle wijzigingen betreffende adres, telefoon, GSM, e-mailadres. moet je bij Luc Bossuyt terecht.



## JANUARI

Hoflack Roger  
Beerlaen Danny  
Guillemin André  
Colyn Charly  
Sys Maria  
Tournicourt Petra  
Vandenabeele Frans  
Verslyp Delphine  
Banckaert Karolien  
Delaere Sabine  
Ghyselen Carine  
Vereecke Maria  
Mylle Mauro  
Dumolein Monique  
Moigneau Marcel  
Deroo Carine  
Vanlersberghe Steven  
Acx Karen  
Berthier Marie  
Dessein Eric  
Nollet Paul  
Cardoen Lutgart  
Rousseau Rik  
Baert Davy  
Himpe Bernard  
Tropchaud Charlotte  
Cokelaere Hubert  
Boutte Denise  
Del'Haye Geert  
Degryse Marie-Claire  
Verdonck Maxim

## FEBRUARI

Jacobs Wilfried  
Ecarnot Jaqueline  
Cleenewerck Sabine  
Cleenewerck Patricia  
Santy Johan  
Wietendaele Ronald  
Lapiere Valerie  
Ribreux Ronny  
De Bruyne Diana  
Veys Ann  
Deman Walter  
Merveille Rita  
Soete Adelin  
Deprez Dries  
Ghenne Dorinne  
Ghesquière Johan  
Acx Eric  
Devolder Eric  
Gouhie Dominique  
Decraene Rita  
Vanlersberghe Franky  
Desplanques Arlet  
Bara Robert  
Claerhout Valerie  
Syx Steffie  
Pierpont Veerle  
Pattyn Freddy

## MAART

Derammelaere Jean-Pierre  
De Leeuw Rosa  
Willemyns André  
Gordejewa Lydie  
Dorme Nicole  
Slambrouck Reina  
Caignie Evelyn  
Cardoen Willy  
Claerbout Gerda  
Degryse Magda  
Onraet Freddy  
Dehuysse Dirk  
Coorevits Suze  
Coudyser Laurens  
Deroo Rita  
Lobbens Kyara  
Naert Margaretha  
Soenen Marleen  
Deloose Marleen  
Decroix Magda  
Jonckheere Johan  
Berthier Juliette

We wensen onze zieke wandelaars en zij die opgenomen werden in het ziekenhuis een spoedig herstel toe. We hopen jullie spoedig terug te zien in wandelland.

**OVERLIJDEN.** Wij melden u met droefheid het overlijden van ons lid Michel Marié uit Godewaersvelde. Hij verliet ons op 30 september, hij werd 74 jaar oud.

# Clubnieuws

## NUTTIG OM WETEN

- Afstempelboekje Limited Edition blijft geldig tot eind 2021. Afhaalpunten voor poncho en/of rugzak werden nog niet bekend gemaakt. Zodra het gekend is, laten wij het jullie weten.
- Oranje en blauwe waardebonnen van de club blijven geldig tot eind 2021.
- Leden kunnen in 2021 gratis wandelen op onze eigen officiële wandeltochten (zes in het totaal).
- De blauwe spaarkaart wordt, zodra mogelijk, omgewisseld naar een nieuwe doorlopende spaarkaart tijdens een officiële wandeltocht van de club.
- Voor het ogenblik zijn alle georganiseerde wandelingen tot 15 januari 2021 geannuleerd door de Federatie (coronamaatregelen).
- Wordt telkens aangepast wanneer de regering samenzit en nieuwe versoepelingen of verstrengingen meedeelt.

## NIEUWE LEDEN

Welkom aan de volgende 15 nieuwe leden:

Vannieuwenhuyze Roger, Westrozebeke (Staden)  
De Waele Antoinette, Deinze  
Bellens Bernard, Wervik  
Banckaert Karolien, Izegem  
Decraene Rita, Hulste (Harelbeke)  
Depuydt Lies, Geluwe (Wervik)  
Tropchaud, Charlotte, Zonnebeke  
Deceuninck Isabelle, Bissegem (Kortrijk)  
Lobbens Kyara, Bissegem (Kortrijk)  
Bocklant Amede, Avelgem  
Delbeke Francine, Avelgem  
Desplanques Arlet, Roeselare  
Degroeve Beatrijs, Roeselare

Herman Nathalie, Menen  
Loncke Lorinzo, Menen

## HULDIGING VERDIENSTELIJKE LEDEN

Het was een vaste gewoonte geworden: op de vierde donderdag van de maand januari werden voor West-Vlaanderen in Gits de verdienstelijke leden gehuldigd met een gratis etentje. Dit gebeurde door Wandelsport Vlaanderen.

Wie kwam in aanmerking?

Alle aangeslotenen die 1.000 wandelingen of een veelvoud hiervan ofwel 20.000 km of een veelvoud hiervan konden voorleggen. Switchen was niet mogelijk: eens gekozen voor 1.000 wandelingen was het wachten tot 2.000 wandelingen voor een volgende huldiging.

Onze club kan 21 leden aandragen die ergens rond februari 2021 een geschenk en aandenken zullen ontvangen. De namen komen in ons volgend nummer.

Nu komt daar een einde aan. Hiervoor zijn diverse redenen aan te halen. Eén ervan, op korte termijn, is het hele Corona-gedoe. Met zoveel mensen dicht bijeen in een gesloten zaal, dat kan niet. Maar het zal hierbij dus niet blijven. Ook in de toekomst zal dit niet meer georganiseerd worden. Enkel de clubs in hun geheel zullen op één of andere manier gehuldigd worden voor 25, 30, ... jaren lidmaatschap.

Nog andere wijzigingen op komst. Clubs zullen strenger gecontroleerd worden op hun tochten. Wellicht komen er nog andere zaken aanwaaien, laat het ons houden op een herbronning.

Op zaterdag 5 december 2020 in de namiddag ledenmoment (afhalen documenten, Walking, herinschrijving ten huize van voorzitter Majo Bostyn). Haar eigengemaakt gadget, een leuke sleutelhanger in de clubkleuren, was een gesmaakt gebaar.



**TOCHTEN VOOR 2021**  
(onder voorbehoud ten gevolge van de Coronamaatregelen)  
**DREVESTAPPERS ZONNEBEKE vzw (5542)**

Parcoursverantwoordelijke: Christophe Derudder  
[info@drestappers.be](mailto:info@drestappers.be)

**Zondag 31 januari 2021**

**3e War Memories**

Start: 7.30 u – 15 u; afstanden: 5 - 10 - 12 - 15 - 20 - 26 km

Startzaal: O.C. 't Zonnerad, Tresoriersstraat 5, 8980 Zonnebeke

Proef en voel het winterse landschap, getekend door de Groote Oorlog. Richting Sint-Juliaan (Langemark-Poelkapelle).

Pittoreske plaatsjes, landelijke wegen, mooie zichten. Passage door het natuurgebied Haneveld. Eén afstand voor kinder- en rolwagens. Attentie (tot uitputting voorraad). Eindcontrole om 17 uur. Inschrijfgeld leden: € 1,50; niet-leden: € 2,00; - 12j: gratis.

**Zondag 21 februari 2021**

**3e Toveressentocht**

Start: 7.30 u – 15 u; afstanden: 5 - 10 - 12 - 15 - 20 - 26 km

Startzaal: O.C. De Leege Platse, Geluwestraat 12, 8980 Beselare (deelgemeente Zonnebeke).

Wandeling in en rond de heksengemeente Beselare langs rustige wegen en onverharde paden, waar het vroeger wel eens hekste. Geheimzinnige attentie (zolang de voorraad strekt). Eén afstand voor kinder- en rolwagens. Eindcontrole om 17 u. Inschrijfgeld leden: € 1,50; niet-leden: € 2,00; - 12j: gratis.

**Zondag 18 april 2021**

**4e Bossentocht**

Start: 7.00 u – 15 u; afstanden: 5 - 10 - 12 - 15 - 20 - 26 - 30 km

Startzaal: O.C. 't Gelevelt, Geluveldplaats 15, 8980 Geluveld (deelgemeente Zonnebeke)

Welkom in een wandelparadijs met een bosrijke omgeving met doorgang van het Polygoonbos, het Vredesbos en de Gasthuisbossen. Alle afstanden gaan door het kasteelpark Geluveld. Eén afstand voor kinder- en rolwagens. De hondjes worden extra verwend. Toegift (zolang de voorraad strekt). Eindcontrole: 18.00 u. Inschrijfgeld leden: € 1,50; niet-leden: € 2,00; - 12j: gratis.

**Vrijdag 6 augustus 2021**

**3e Marultocht**

Start: 7.30 u – 15 u; afstanden: 5 - 14 - 16 - 21 km

Start: Feesttent De Marulfeesten, Spilstraat 63, 8980 Zonnebeke

Zomertocht langs autoluwe en onverharde wegen over een lichtgolvend parcours vanuit het gehucht Molenaarlest.

Drie pittoreske, combineerbare lussen richting kasteeldomein, Polygoonbos en gehucht de Keiberg. Eén afstand voor kinder- en rolwagens. Eindcontrole: 17.00 u. Inschrijfgeld leden: € 1,50; niet-leden: € 2,00; - 12j: gratis.

**Zondag 17 oktober 2021**

**4e Rondom kaasdoorp Passendale**

Start: 7.30 u – 15 u; afstanden: 5 - 10 - 12 - 15 - 20 - 26 km

Startzaal: P.C. De Craeye, Kraaiveldstraat 7, 8980 Passendale (deelgemeente Zonnebeke).

Herfsttocht langs autoluwe en tal van onverharde wegen (weekend Dag van de Trage Weg) richting Zonnebeke met zijn oorlogsmonumenten (WO I). Geniet van het kaasdoorp Passendale. Eén afstand voor kinder- en rolwagens. Eindcontrole om 17.30 uur. Inschrijfgeld leden: € 1,50; niet-leden: € 2,00; - 12j: gratis.

**Zondag 28 november 2021**

**3de Glühweintocht**

Start: 7.30u – 15 u; afstanden: 5 - 10 - 12 - 15 - 20 - 26 km

Startzaal: O.C. 't Gelevelt, Geluveldplaats 15, 8980 Geluveld (deelgemeente Zonnebeke)

Mooi parcours richting het landelijke Beselare, met veel natuur in een glooiend landschap. Veel onverharde wegen in een wandelparadijs. Nieuwe rustposten. Eén afstand voor kinder- en rolwagens. Eindcontrole om 17 uur. Inschrijfgeld leden: € 1,50; niet-leden: € 2,00; - 12j: gratis.



*Daniël Leroy,  
medewerker parcoursteam*

Eén van de belangrijke taken binnen een wandelclub is het uittekenen van de parcours. Het vraagt veel tijd en creativiteit om een parcours neer te zetten dat aangenaam en verscheiden is. Groot-Zonnebeke is een streek met bos, veel open landschap en herinneringen aan het oorlogsgeweld. De kunst is om onverharde paden en privéwegen te vinden, toelating voor doorgang te verkrijgen en alles in één geheel aan elkaar te smeden waar ten gepaste tijde kan gerust worden. Dat hoort er ook bij en vraagt veel lobbywerk. Samen met Marnik, Franky, Filip en Stefaan o.l.v. Christophe Derudder behoort Daniël tot het parcoursteam. Zijn werk gaat verder dan de bewegwijzering, aanbrengen en verwijderen van pijlen. Hij is tevens een ervaren langeafstandswandelaar. Daarom willen wij hem graag aan onze leden voorstellen.

***Bewerkte tekst: Frans D'Haeyere***

***Foto's: Christophe Derudder (2), Frans D'Haeyere (1)***

Daniël Leroy is een vriendelijke man die graag bereid was om enkele vragen schriftelijk te beantwoorden, waarvoor dank.

Daniël is gehuwd met Marie-Paule en is de trotse papa van drie kinderen: Maika, Bianca en Diego, fiere opa van vier kleinkinderen: Aeson, Aissa, Febe en Ferre. Helaas moest afscheid genomen worden van Bianca in 2000. Daniël was zijn hele loopbaan spoorwagearbeider en ploegbaas in Brussel. Echtgenote Marie-Paule heeft altijd in de lagere school gewerkt als buschauffeur, in de kinderopvang en als hulp in de refter. Daniël houdt van tuinieren en het kweken en verzorgen van kanaries in de volière. Marie-Paule heeft het bakken in de vingers. De gezamenlijke hobby's zijn het fietsen (nu en dan in Nederland) en wandelen. Zij wonen in Wervik.

In het jaar 2004 werd Daniël door enkele vrienden uitgedaagd om deel te nemen aan de Dodentocht in Bornem. Zonder enige fysieke voorbereiding en de nodige uitrusting trok hij mee. Op gewone werkschoenen is hij op 2 km na halverwege geraakt. De poging was mislukt maar mits de nodige voorbereiding zou hij het opnieuw proberen. Hij kreeg de smaak van het wandelen goed te pakken. Intussen heeft hij de Dodentocht van 100 km al verschillende malen uitgewandeld, idem dito voor de 100 km van de

Nacht van Vlaanderen in Torhout. In de beginjaren was hij nog niet aangesloten bij een erkende wandelclub. Hij kreeg genoeg van het niet-georganiseerd wandelen en het alleen zijn. Daarom sloot hij zich samen met zoon en dochter aan bij de wandelclub van Wervik.

Na enkele maanden de kortere afstanden gestapt te hebben, kwam al gauw de goesting voor de langere afstanden: 42 km, 50 km, 60 km en zelfs de 100 km. Op heden heeft hij al 23 tochten van 100 km achter de rug. Samen met zijn echtgenote wandelt hij ook de kortere afstanden tot zo'n 12 km.



Na 12 jaar lidmaatschap bij de Wervikse Wandelclub nam hij de beslissing om over te stappen naar de Drevestappers. In 2019 zijn dochter Maika en schoonzoon Stefaan eveneens lid geworden. In oktober van 2020 kreeg ook kleindochter Aissa de wandelmicrobe te pakken. Hij maakte de overstap naar de Drevestappers omdat hij getroffen werd door de vriendelijkheid van de medewerkers en hij ondervond dat de nieuwe club meteen open stond voor alle wandelaars, ook zij die geen lid waren of lid waren van een andere club.

Zijn positivisme, vriendelijkheid en werkkraft werden al spoedig opgemerkt door het bestuur en medewerkers. Zo werd hij aangesproken om medewerker te worden van het parcourseam. Momenteel is hij samen met hoofdverantwoordelijke Christophe Derudder verantwoordelijk voor het inwandelen en nazicht van de parcours. Dit gebeurt twee tot drie maanden vóór de wandeling plaatsvindt. Zo kunnen eventuele hinder-

nissen of andere obstakels zoals wegomleidingen weggewerkt worden. Het weekend van de eigenlijke wandeltocht is hij verantwoordelijk voor het bepijlen en afpijlen. Dit zal hij in de toekomst samen met zijn schoonzoon doen. Het maken van de splitsingsborden is eveneens voor Daniël. Hij is ook voortdurend op zoek naar ongekennde onverharde weggetjes en eventuele nieuwe rustplaatsen.

Wandelen is een zeer sociale hobby die voor iedereen toegankelijk is, zowel jong als oud, mobiel of minder mobiel. Daniël haalt het voorbeeld aan van een kennis die hij al sedert lang niet meer had gezien. Het gebeurde tijdens een langeafstandswandeling. De 30 laatste km luchtte de kennis eens zijn hart over de problemen in zijn gezin. Daniël besluit: "Hopelijk kunnen wij binnen enkele maanden opnieuw deelnemen aan georganiseerde wandelingen in wat voor omstandigheden zien we dan wel." Samen met Daniël hopen wij allen dat binnenkort alles weer goed wordt want pas nu weten wij wat wij missen: het wandelen maar voornamelijk het sociaal contact erom. Daniël, van harte bedankt.

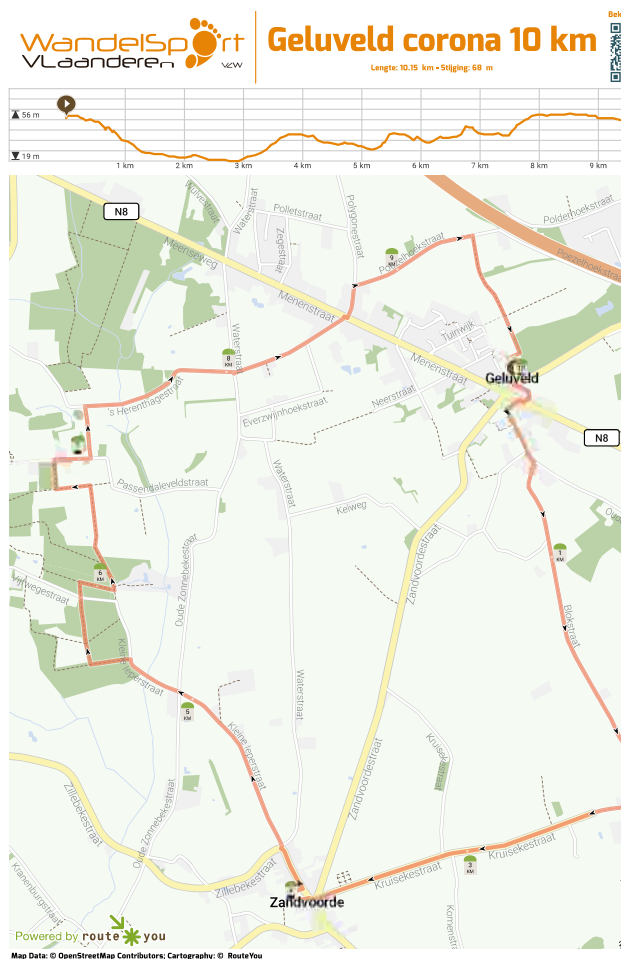
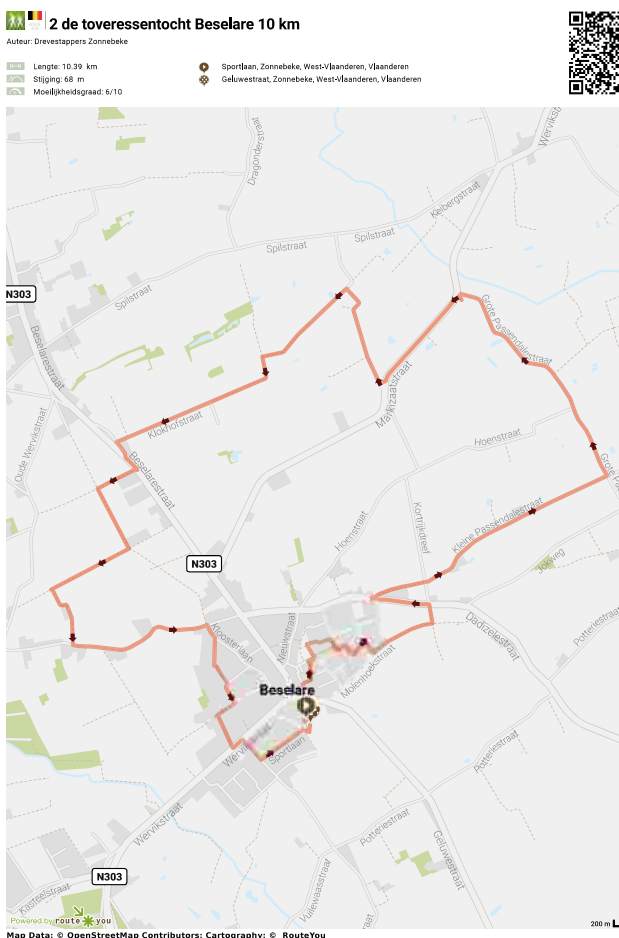


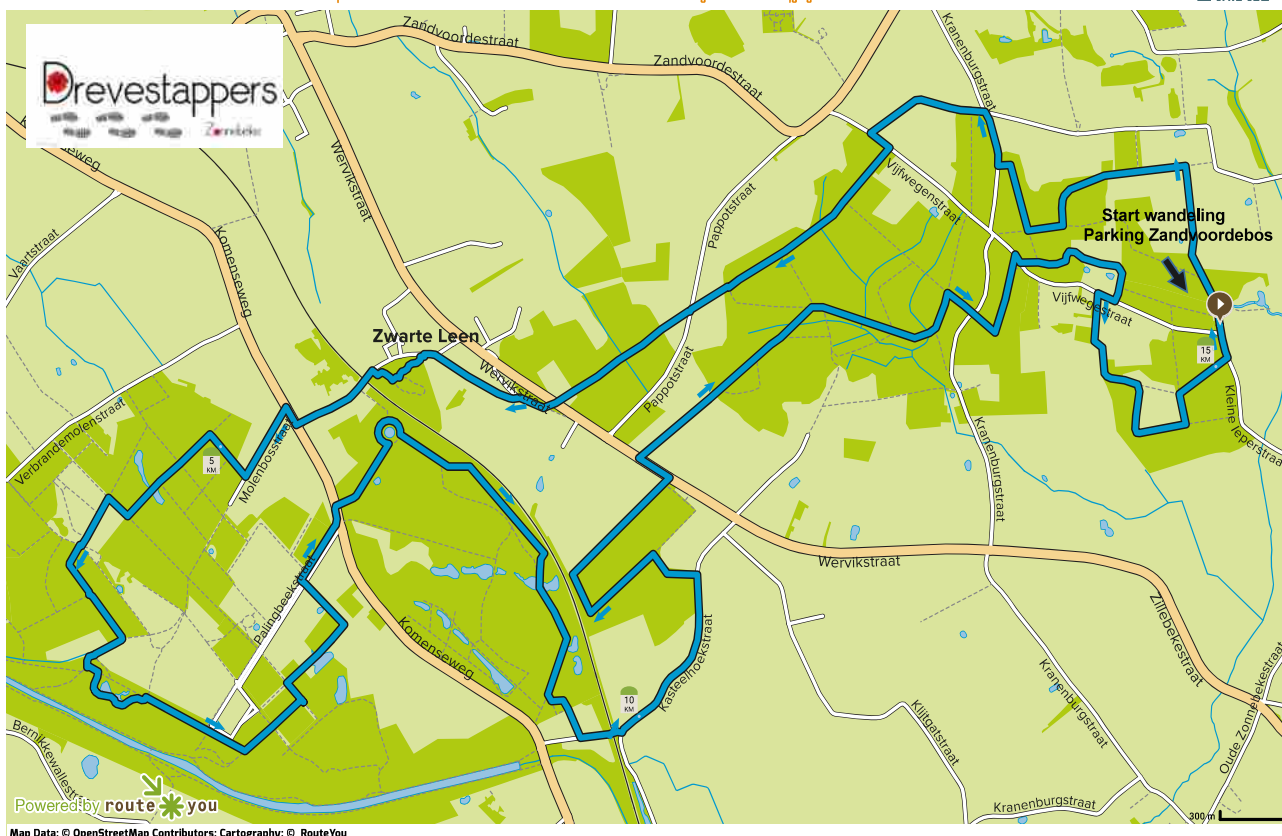
# Wandelen in Groot-Zonnebeke tijdens de Coronamaatregelen

Wandelsport Vlaanderen en zijn vele aangesloten clubs werden halverwege maart getroffen door een tsunami. Er werden strenge maatregelen genomen, vooral het groepsgebeuren had er sterk onder te lijden. Het wandelgebeuren is bijzonder sterk getroffen o.m. door het feit dat onze leden hoofdzakelijk tot de risicogroep behoren. Het protocol is zo streng dat het haast onmogelijk is om een officiële wandeltocht te laten plaats vinden. Er zijn enkele pogingen geweest (o.a door onze club op 12 en 13 september) maar al spoedig wezen de cijfers uit dat we niet aan versoepelingen toe waren. Via ups en downs lijkt het wachten op het vaccin en dat kan nog een eindje duren vooraleer iedereen aan bod komt. Menig club bood een alternatief met beprijde wandelingen. In november nog hebben wij uitgepakt met een onbeprijde tocht en thans is een beprijde tocht uitgetekend in de bosrijke omgeving nabij Zandvoorde. Wat komen gaat blijft een groot vraagteken maar we zitten niet stil. .

*Er werden drie afstanden (5-10-15 km) aangeboden tijdens de onbeprijde wandelingen 2e Toveressentocht Beselare.*

*Eveneens drie afstanden (5-10-15 km) werden aangeboden tijdens de onbeprijde wandelingen Geluveld Corona.*





Parcoursbouwer Christophe Derudder en zijn trouwe medewerkers hebben alweer een nieuw parcours bewegwijzerd en wat voor een. Een doortocht was het doorheen de meest bosrijke omgeving die onze streek rijk is, 90% onverhard gegarandeerd. Je moet het maar doen over zo'n 15 km. Deze keer waren het geen lussen, je ging voor 5,5; 11 of 15 km op hetzelfde parcours. Ik heb de 11 km afgelegd.

Het Zandvoordebos maakt deel uit van de Gasthuisbossen (hoofdzakelijk grondgebied Ieper). Destijds was het een uitgebreid bosgebied dat toebehoorde aan de verschillende godshuizen in de regio van Ieper. Ze kregen de grond ten geschenke. Tijdens de Eerste Wereldoorlog werden de bossen totaal vernield. Ze lagen immers op de heuvelkam van de Ieperboog (Ypres Salient), waar de Grote Oorlog voor een groot stuk beslecht werd.

Nu zijn ze eigendom van het OCMW van Ieper maar nam in 1996 de provincie West-Vlaanderen de bossen in erfpacht, ontwikkelde het gebied tot een provinciaal domein en stelde het open voor het publiek. Het domein van de Gasthuisbossen is meer dan 200 ha groot. Ze zijn Europees beschermd als onderdeel van het Natura 2000-gebied 'West-Vlaams Heuvelland'. Het Zandvoordebos is een deel van de Gasthuisbossen, samen met nog verscheidene andere gedeelten. Eigenlijk zijn er zeven bosgedeelten namelijk Drie Blotenbos (wat een naam!) of Hoge Netelaar of Hoge bos, Godtschalckbos, Groenenburg, Huikerbossen, Papenelst of Twaalf Gemeten, Zandvoordebos en het

Zwarte Leen. In welk bosgedeelte je op een bepaald moment loopt is moeilijk te achterhalen want deze aparte namen worden nergens vermeld en alle bosgedeelten lopen in elkaar over. Het was wel volop genieten van de bossen in herfstkleuren, voor mij het mooiste seizoen wat kleuren betreft. Motregen en modder waren volop van de partij maar dit kon de pret niet bederven.

Bijna ongemerkt kwam ik in provinciaal domein de Palingbeek terecht. Dit natuurgebied ligt op het grondgebied van de Ieperse deelgemeente Zillebeke. Het is circa 230 ha groot en ligt rond het oude kanaal Ieper-Komen. Wegens uitgraafmoeilijkheden en de Eerste Wereldoorlog zijn de werkzaamheden nooit beëindigd. In het domein zijn verschillende betonnen constructies en een aantal Britse militaire begraafplaatsen bewaard gebleven. Het was ook hier dat in 2018 600.000 beeldjes geplaatst werden wat voor extra toerisme zorgde. Hill 60 in de Zwarteleenstraat te Zillebeke is een begrip van WO I met de mijnslag van 7 juni 1917.

In bossen wandelen word ik nooit beu. Een bos leeft ook, al zie je de bedrijvigheden van kleine dieren nauwelijks. Wat kan de natuur toch mooi zijn! Deze wandeling verdient het predicaat vijfsterrentocht. Samen met mij hebben veel wandelaars ervan genoten.

**Verslag: Frans D'Haeyere**

# WAAR WANDELDEN WIJ?

Buiten de bepijldde en onbepijldde wandelingen van onze eigen club werd door onze leden veelvuldig deelgenomen aan tochten van andere clubs, dichtbij en verder van huis. Dit betrof zowel permanente parcours als alternatieve Corona-walks. Het is echter moeilijk om hiervan een overzicht te geven. Alvast bedankt om onze club te vertegenwoordigen en wat steun te bieden aan andere clubs voor de inspanningen.





Volledige fotoreportage:  
zie onze Facebook pagina  
<https://nl-nl.facebook.com/dre-vestappers/>

## WAT MET ONZE KOMENDE WANDELINGEN?

Aangezien er nog zoveel onbekende factoren zijn wat onze tochten van 31 januari en 21 februari betreft, kunnen wij je nog geen omstandige beschrijving geven van deze tochten. Ze hebben plaats onder voorbehoud van de toekomstige Corona-maatregelen.

### Wat 31 januari betreft, zijn er drie mogelijkheden:

- Inschrijving met beperkte catering, d.w.z. als de gemeente de zaal vrijgeeft kunnen een aantal wandelaars terzelfdertijd (volgens de oppervlakte van de zaal) iets nuttigen in de zaal volgens de geldende Coronaregels niveau horeca. Hoogstwaarschijnlijk valt de eerste rustpost (school) dan weg.
- Inschrijven zonder catering, zelfde principe als 'Cultuur on Tour' van september l.l.
- Permanente bepijing (coronawandeling). Indien nergens toelating kan bekomen worden wordt de tocht bewegwijzerd van 29-01 tot 08-02-2021 zonder de 20 en 26 km.

Het is dus nog koffiedik kijken maar we hopen alsnog te kunnen organiseren. Zodra er zekerheid komt over de formules van organiseren, volgt een nieuwsbrief met de nodige informatie.

### **3e WAR MEMORIES ZONNEBEKE** **Zondag 31 januari 2021**

Start: 7.30 u – 15 u; afstanden: 5 - 10 - 12 - 15 - 20 - 26 km

Startzaal: O.C. 't Zonnerad, Tresoriersstraat 5, 8980 Zonnebeke

Proef en voel het winterse landschap, getekend door de Groote Oorlog. Richting Sint-Juliaan (Langemark-Poelkapelle). Pittoreske plaatsjes, landelijke wegen, mooie zichten. Passage door het natuurgebied Haneveld. Eén afstand voor kinder- en rolwagens. Attentie (tot uitputting voorraad). Eindcontrole om 17 uur. Inschrijfgeld leden: € 1.50; niet-leden: € 2,00; - 12j: gratis.



### **3e TOVERESSENTOCHT** **Zondag 21 februari 2021**

Start: 7.30 u – 15 u; afstanden: 5 - 10 - 12 - 15 - 20 - 26 km

Startzaal: O.C. De Leege Platse, Geluwestraat 12, 8980 Beselare.

Wandeling in en rond de heksengemeente Beselare langs rustige wegen en onverharde paden, waar het vroeger wel eens heks-te. Geheimzinnige attentie (zolang de voorraad strekt). Eén afstand voor kinder- en rolwagens. Eindcontrole om 17 u. Inschrijfgeld leden: € 1,50; niet-leden: € 2,00; - 12j: gratis.



# VOORSTELLING NIEUW WANDELBOEK

## Groot Wandelboek Vlaanderen



### Omschrijving

In deze Corona-tijd heb je misschien zin in iets anders. We gaan er geen gewoonte van maken om boeken aan te prijzen maar deze verdient het toch wel. Ik heb het ingekeken en eerlijk gezegd, het maakte indruk op mij. Het is bijzonder fraai verzorgd, zeer overzichtelijk, kleurrijk, overzichtelijke kaarten enz.

Het Groot Wandelboek Vlaanderen is een standaardwerk met 75 prachtige tochten, goed voor zo'n 1000 km wandelplezier. Centrale thema's in deze Vlaanderengids zijn de te vaak vergeten stukjes natuur en de rustige dorpjes. Met dit wandelboek in de hand loop je niet voorbij aan de talrijke, vaak onopvallende bezienswaardigheden onderweg.

- De tochten variëren tussen de 5 en de 20 kilometer en zijn haalbaar voor het hele gezin.
- Elke wandeling is uitgetekend op een overzichtelijke kaart.
- Bij iedere tocht hoort een uitgebreide blok praktische informatie: moeilijkheidsgraad van de wandeling, startplaats, parkeermogelijkheden, kanalen voor meer info...

Dit wandelboek is dan ook een gouden leidraad, voor vooraf en onderweg!

Michaël Cassaert is natuur- en landschapsbeheerder van opleiding en als docent verbonden aan de Katholieke Hogeschool Kempen. In de afgelopen twee jaar heeft hij meer dan duizend kilometer in Vlaanderen afgestapt op zoek naar de mooiste landschappen en de mooiste veldweggetjes.

### Specificaties

- Productcode (EAN): 9789401469562
- Verschijningsdatum: 30/06/2020
- Aantal bladzijden: 624
- Uitgeverij: [Lannoo](#)
- Afmetingen: 150 mm x 200 mm
- Gewicht: 817 g
- Auteur(s): [Michaël Cassaert](#)
- Uitgeverij: [Lannoo](#)

I

### Inhoud

- Aantal bladzijden: 624
- Productcode (EAN): 9789401469562
- Taal: Nederlands
- Verschijningsdatum: 30/06/2020
- Prijs: 26 à 29 euro

# NORDIC WALKING

## Waar is het 'wandelen met 2 stokken' gebleven?

### Wat is het?

Heel eenvoudig gezegd: het is een tussenvorm tussen wandelen en lopen. Als je wandelen onvoldoende acht of je vindt dat je niet snel genoeg stapt, kan je overschakelen naar Nordic walking. Het vond zijn oorsprong voornamelijk in de Scandinavische landen en andere landen die sneeuwrijk zijn, daar waar het langlaufen al ingeburgerd was maar Finland is de bakermat. Reeds in de jaren '30 van de vorige eeuw gebruikten Finse langlaufers Nordic walking als zomertraining. De Engelse term is echter maar in zwang sedert 1997. Nordic walking wordt beschouwd als echte sport meer bepaald als conditietraining. De term sport wordt vager als het gedaan wordt om zich enkel stabiel te voelen. Nordic walking is meer dan zomaar wandelen met twee stokken. Toen ik van de dokter destijds de raad kreeg om mijn gehavende rug goed te houden via Nordic walking dacht ik dat dit een fluitje van een cent was. Niets was minder waar. Toen ik uitkeek om ergens lessen te volgen, stelde ik vast dat zowat 10 uur daarvoor nodig waren. Ik dacht dat het pure tijd- en geldverspilling was, maar dit was zeker niet aan de orde. Afzien en geduld waren er nodig om de specifieke techniek onder de knie te krijgen maar we hebben ook goed gelachen.

### Wat is het verschil met 'gewoon' wandelen?

- Je gebruikt actief twee speciale stokken, poules genaamd. Ze zijn meestal van carbon en dus vederlicht. Je past ze aan naargelang je gestalte. Het kan wat bekakt lijken maar je hebt ook specifieke handschoenen nodig, anders liggen je handen open na intensief gebruik.
- De spieren van het bovenlichaam worden actief gebruikt.
- Je neemt een grote paslengte, de benen worden verder uit elkaar gezet (grotere passen), je wordt aangedreven door de poules, de voet wordt afgerold. Je ontwikkelt een grotere dynamiek in de benen waardoor je sneller beweegt. Dit is de zogenaamde ALFA-techniek.
- Als je b.v. 12 km op deze manier afgelegd hebt, dan voel je het goed aan dijen en bovenarmen maar de rug voelt heel goed aan. Ik kan het weten. Nu de wandelreportages voor Wandelsport Vlaanderen beëindigd worden, heb ik mij voorgenomen opnieuw actief Nordic walking te beoefenen. Je kan dit niet met een camera in de hand. Lang zal ik niet naar het materiaal moeten zoeken want stokken en handschoenen liggen stevast in mijn wagenkoffer.

### Waarom wordt Nordic walking zo sterk aangeraden?

- Het is een aangename, ontspannende vorm van bewegen voor iemand die wat meer inspanning wil leveren dan bij het 'gewoon wandelen'. Leeftijd speelt weinig rol op voorwaarde dat je fit genoeg bent. Je krijgt een hogere verbranding van calorieën.
- Het is gemakkelijk te leren ofschoon de perfecte techniek de nodige inspanning en volharding vraagt. Het is een beetje zoals leren fietsrijden: het duurt een tijdje vooraleer je de techniek en het ritme onder de knie hebt maar eens (goed) geleerd, wordt het routine en verleer je het niet meer. Je kan traag of snel fietsen, hetzelfde geldt voor Nordic walking. De techniek is het belangrijkste.
- Nordic walking versterkt buik-, rug-, borst-, arm- en beenspieren. Je uithoudingsvermogen wordt vergroot. Betere zuurstoftoevoer. Heupen en knieën worden minder belast. De spanning in nek en schouders vermindert. Specialisten beweren dat de sport ook ge-



schikt is voor mensen met hart- en vaat-  
doeningen, problemen aan de luchtwegen,  
rug- en spierpijnen.

### **Hoe begin je eraan?**

Zoals reeds aangegeven, wordt sterk aangera-  
den om initiatiecursussen te volgen. Tot vijf jaar  
terug werden her en der cursussen of workshops  
georganiseerd maar ik moet vaststellen dat ze  
van de radar verdwenen zijn. Opzoekwerk leer-  
de mij dat ik dat in West-Vlaanderen niet meer  
terugvind. De in 2009 opgerichte Ligue Fran-  
cophone Belge de Marche Nordique lijkt nog  
te bestaan en er zijn nog een paar plaatselijke  
clubs rond Brussel en de Kempen. De aanwezig-  
heid van bos en onverharde paden zal daar niet  
vreemd aan zijn. Bij Pasar worden er blijkbaar  
specifieke Nordic wandelingen aangeboden. Je  
kan het ook aanleren via zelfstudie. Bij Bol.com  
vind je nog boekjes met handleiding (meestal  
tweedehands). Nordinc walking lijkt bij ons in  
een dipje verzand.

### **Waar is Nordic walking gebleven?**

Enige tijd terug leek Nordic walking ook zijn opgang  
te doen in het wandelcircuit. Oudere, minder mo-  
biele mensen zag je het meest ofschoon de sport  
zich voornamelijk richt tot wandelaars die alles uit  
het lijf willen persen. Daarom begrijp ik niet dat  
jongere, fitte wandelaars die er een stevig tempo  
op nahouden deze sport niet beoefenen. Het is  
voor hen gemaakt. Blijkbaar is er iets mis met de  
perceptie of is de sport niet goed bekend gemaakt.  
Oudere mensen zien de stokken als steun maar  
dan koop je beter een goede wandelstok. Is de  
sport dan helemaal weggedeemsterd? Zeker niet  
maar de echte beoefenaars doen het met clubge-  
noten op een specifiek parcours. Op een wandel-  
tocht kom je ze nog wel tegen maar eerlijk gezegd,  
van de techniek valt niet veel te zien. Inderdaad,  
als je het goed wil doen, is het echt wel lastig en  
daarvoor passen de meesten. Gewoon wandelen is  
echt wel ontspannend, echt moe wordt je er ech-  
ter niet van tenzij je gaat voor grote afstanden of  
tempowandelen.

***Geschreven door Frans D'Haeyere***

***Foto: Decathlon***

# TWEEDE SLAG OM IEPER

22 april - 25 mei 1915

Op 31 januari 2021 stond onze Derde War Memories gepland. Het staat momenteel nog niet vast of deze al dan niet zal georganiseerd worden en in welke omstandigheden dit zal gebeuren. Verleden jaar stonden we even stil bij de Eerste Slag om Ieper, nu krijgt de Tweede Slag onze aandacht. Bij deze slagen (vijf in totaal) deelde Groot-Zonnebeke telkens in de brokken.

## Achtergrond

Begin april 1915 lagen de geallieerden (Belgen, Franse, Canadezen, Britten) in een verdedigingslinie rond Ieper, van Steenstrate tot 's Graventafel. Ze stonden tegenover de Duitse troepenopstelling. Op 17 april bestookten de geallieerden op Hill 60 de Duitse stellingen met zware mijnladingen die tot ontploffing werden gebracht. De heuvel werd opnieuw door Franse en Britse troepen ingenomen. De Duitsers lieten niet af en zetten de tegenaanval in waarbij enkele gekende slagen plaats vonden.

## Gasaanval

In de namiddag van 22 april 1915 bestookten de Duitsers Ieper en onmiddellijke omgeving. Rond 17u stijgt een groengele mistwolk op uit de Duitse loopgrachten tussen Steenstrate en de weg van Langemark naar Poelkapelle. Gedragen door de wind drijft de gaswolk richting Franse troepen. Er ontstond grote paniek, men wist niet wat er aan de hand was. Soldaten werden verstikt, dieren wachtten een zelfde lot. In een straal van een zes km was alles dood. De reden van deze gasaanval moet gezocht worden in het feit dat de Duitsers een oplossing zochten om de loopgravenstellingen van de geallieerden te doorbreken. De Ieperse Salient (Ieperboog) en een gunstige windrichting bleken gunstige troeven. Bij deze allereerste gasaanval uit de geschiedenis werd 168.000 kg chloor (6.000 flessen) gebruikt. Er ontstond een bres van enkele km waar de Duitsers te weinig gebruik konden van maken. Er vielen wel zo'n 1.200 gasdoden, 3.000 anderen werden door het gas aangetast. Het grote aantal doden en gewonden is toe te schrijven aan het element verrassing, de geallieerden wisten niet



<http://users.skynet.be/fb759960/tweede.html>



<https://greatwarphotos.com/tag/war-horse-film/>



<https://www.westtoer.be/nl/doen/gifgas>

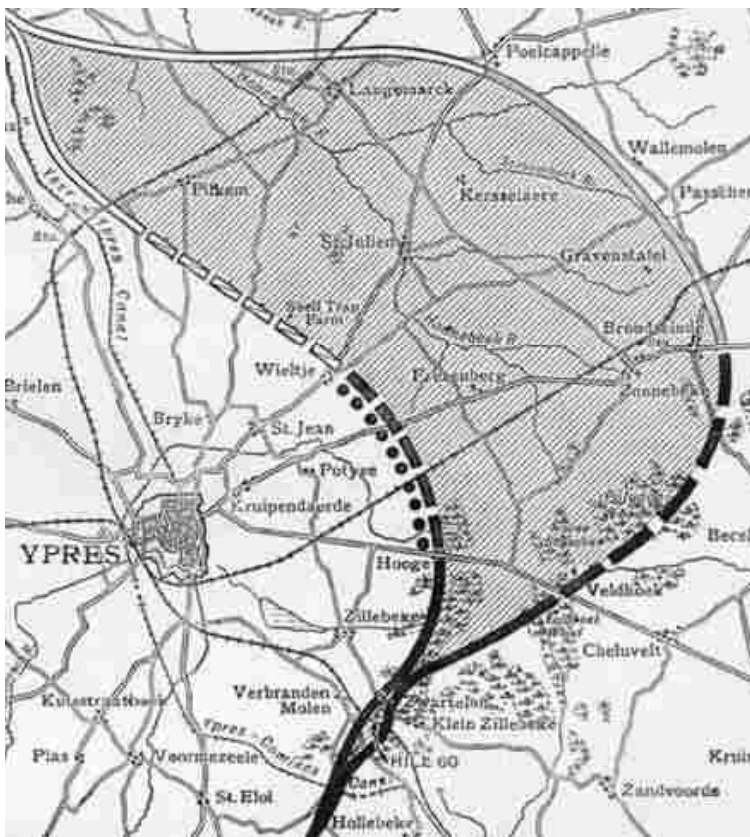
wat er op hen afkwam en konden zich niet beschermen. Er zouden nog verscheidene gasaanvallen volgen maar de ravage was eerder gering omdat men zich intussen wist te beschermen door het dragen van gasmaskers.

#### **De Duitsers weerstaan het geallieerde front (23 april – 3 mei 1915)**

Tussen 24 en 27 april had de Slag bij Sint-Juliaan plaats waarbij de Duitse troepen het dorp heroverden mede door de inzet van gas. De Duitsers konden Hill 60 opnieuw veroveren en doorbreken tot de oostelijke rand van Hill 62.

#### **Het front loopt weer vast**

De week na 8 mei woedt de strijd hevig tussen Mouse Trap en 't Hooghe. De Britten worden door de Duitsers rond Frezenberg verdreven. De Fransen drijven de Duitsers over het kanaal tussen Steenstrate en Het Sas. Op 24 mei, nabij Bellewaerde, probeerden de Duitsers het nog eens met chloorgas maar dit had geen effect meer op de Britten. Het offensief viel op 25 mei stil. De verliezen waren groot: meer dan 100.000 Duitse soldaten sneuvelden of waren gewond, de Britten verloren 58.000 manschappen, de Fransen zo'n 10.000.



[http://users.telenet.be/blindganger/tweede\\_slag\\_om\\_ieper.htm](http://users.telenet.be/blindganger/tweede_slag_om_ieper.htm)

Het gearceerde deel op de kaart is het door Duits bezet gebied na de grote gasaanval.

**Frans D'Haeyere**

**Bronnen: Wikipedia, [www.wo1.be/geschiedenis/slagen-in-de-westhoek/de-leperboog](http://www.wo1.be/geschiedenis/slagen-in-de-westhoek/de-leperboog)**

# WEST-VLAAMS NATUURGEBIED

## Oude Leiearm Kuurne

De Leie doorsnijdt onze regio over een lengte van ongeveer 25 km. Je kunt het hele traject in één stuk wandelen of de gebiedjes apart bezoeken. Jaren geleden werd de Leie rechtgetrokken om schepen van 1250 ton binnen te laten. Door het afsnijden van Leiebochten ontstonden waterplassen waar de natuur haar ding kon doen. Op die manier zijn heel wat oude Leiearmen uitgegroeid tot waardevolle natuurgebiedjes.

Eén van die gebiedjes kreeg de naam Oude Leiearm. Het is gelegen ongeveer 1 km ten zuiden van de kern van Kuurne. Het is een beschermd natuurgebied, dat toegankelijk is tijdens geleide wandelingen. De gemeente Kuurne heeft alle percelen van het gebied aangekocht. Het gebied was oorspronkelijk bestemd als uitbreidingsgebied maar Kuurne is al zo dicht bebouwd. Het beheer van het gebied werd gestart in 1986. De aanleg van het park werd aangevat in 1992 met de aanplanting van een bos ter grootte van circa 1 ha. In 1997 en 1998 werd het terrein verder ingericht. In de zone waar natuur de hoofdfunctie

heeft werd een observatiehut ingericht. In 2001 werd het Natuureducatief Centrum 'Het Slot' geopend (opgetrokken met duurzame materialen). Sinds 2009 wordt gestreefd naar integrale toegankelijkheid van het park. 7,4 ha is in huur van de Administratie Waterwegen en Zeewezen en wordt beheerd i.s.m. de Vlasbeke. Bij de inrichting werd gestreefd naar een evenwicht tussen de ecologische, recreatieve, educatieve en maatschappelijke functies van het gebied. Dit evenwicht leidt tot een hoge belevingswaarde waar ieder bezoeker zijn gading kan vinden.

De Leiemeersen hadden vroeger een sterke aantrekkingskracht op steltlopers, door de rechttrekking van de rivier is dit nu minder het geval. Toch blijft de Leie een belangrijke trekroute voor heel wat vogels. Alhoewel het water rechtstreeks in contact staat met de Leie en alhoewel dit een relatief lawaaierige buurt is zijn er in het natuurgebied 'Oude Leiearm' toch mooie waarnemingen gedaan van zeldzame vogels zoals Grauwe Franjepoot.



# REDENEN GENOEG OM MEER TE GAAN

## WANDELEN I N CORONA-TIJD

De gemiddelde Belg zit te veel en te lang: op het werk, thuis voor tv of achter de computer. Nochtans is het niet gezond noch voor geest noch voor lichaam. In deze rare Coronatijd beseffen wij het nog des te beter. Als je de media volgt, weet je dat de hele bevolking er sterk onder lijdt. In je kot zitten is niet gezond. Naar buiten moet je. Als lid van een wandelsportvereniging deden we dat omdat we voelden dat het nodig was: voor lichaam (stramme spieren en andere ongemakken) en voor geest (sociaal contact, welgevoelen). Gelukkig laten veel wandelclubs ons niet in de kou staan en organiseren wandelingen voor het grote publiek. Op je eentje de boer optrek-



ken is uiteraard helemaal anders dan het vroeger was. Eerlijk gezegd, ik doe het ook niet graag en betrap er mij op dat ik minder wandel dan vroeger. Nochtans is dit helemaal niet goed. Daarom nog eens de redenen opnoemen waarom wij ook in deze vreemde tijd onze wandelschoenen moeten aantrekken. We krijgen geregeld een schema toegestuurd door ledenverantwoordelijke Luc Bossuyt. Op zeer overzichtelijke wijze krijg je een overzicht waar en wanneer het kan. Doen maar!

### 1. Goed voor spieren en botten

Allereerst is wandelen goed voor je spieren en botten. Het maakt ze sterker en daardoor verlaagt de kans op botontkalking. Als botten

frequent belast worden, worden ze sterker en bouw je zelfs nieuwe botmassa op. Daarnaast is het ook goed voor het kraakbeen, het elastische weefsel tussen de botten.

### 2. Goed voor hart en bloedvaten

Het wordt sterk aangeraden om dagelijks minstens een half uur te stappen. Ga naar de bakker of beenhouwer te voet als je geen paar km ver moet. Het verlaagt de bloeddruk en het cholesterolgehalte in het bloed. Ook verbetert het de conditie van hart en bloedvaten. Het risico op hartproblemen daalt al met 50 procent als je minstens één uur per week actief bent.

### 3. Goed tegen diabetes

Een dagelijkse wandeling verlaagt het risico op het ontwikkelen van diabetes type 2. Ook als je diabetes hebt, is het goed om te wandelen, zo blijkt uit onderzoek.

. **Goed voor het brein** Bij mensen die hun hele



leven lichamelijk (en geestelijk) actief blijven, vermindert de kans op alzheimer met 20 tot 50 procent. Ook voor wie al dementieert, is wandelen gezond. Wandelaars zijn opgewekter en hun geheugen functioneert beter.

## 5. Goed voor de longen

Wie veel wandelt, vergroot het vermogen van de longen om zuurstof op te nemen. In lichte regen lopen is zelfs gezond want dan is er veel zuurstof in de lucht.

## 6. Goed tegen depressie

Wandelen werkt tegen stress en depressieve gevoelens. Angststoornissen nemen met bijna de helft af. In Coronatijd is dit thema sterk aan de orde. Depri als je uit je kot komt, opgewekt als je er weer in komt na een verfrissende wandeltocht.

## 7. Goed voor de nachtrust

Wandelen én daglicht is goed voor de biologische klok, waardoor in- en doorslapen beter gaat lukken. Ook de kwaliteit van je slaap zal verbeteren. Je moet dus niet bang zijn om een langere tocht te doen of misschien twee kortere wandelingen, één in de voormiddag en één in de namiddag.

## 8. Goed tegen overgewicht

Een uur stevig doorlopen (5 kilometer per uur) kost ongeveer 240 kilocalorieën. Wie dagelijks een half uur wandelt, kan dus flink afvallen: één

kilo in twee maanden en zes kilo in een jaar. Dieet en vermageringskuur is uiteraard meer dan dit maar het helpt de zaak vooruit en de motivatie groeit.

## 9. Goed voor de spijsvertering

Bewegen en dus ook wandelen stimuleert de spijsvertering en voorkomt verstopping van de darmen.

Door eenmalig een wandeling te maken treden deze effecten op de gezondheid natuurlijk niet meteen op. Pas als je regelmatig gaat wandelen zul je de voordelen ervan merken. Start vandaag nog, want wat je wel meteen merkt, is het positieve effect op je humeur en je verjaagt het virus!

*Bewerkt en deels overgenomen uit [www.gezondheidsnet.nl](http://www.gezondheidsnet.nl) van 27-07-2020  
Frans D'Haeyere*



# Clubkledij



Heren  
100 % polyester  
M - L - XL - XXL  
Kostprijs: 25 euro



Dames  
100 % polyester  
36 - 38 - 40 - 42 - 44  
Kostprijs: 25 euro



Heren/Dames T-shirt  
Heren: M - L - XL - XXL  
Dames: 36 - 38 - 40 - 42 - 44  
Kostprijs: 22 euro



Heren/Dames Softshell  
Heren: M-L-XL-XXL-XXXL  
Dames: 36 - 38 - 40 - 42 - 44  
Kostprijs: 35 euro



Pet  
Kostprijs: 12 euro



Muts  
Kostprijs: 12 euro

Dit is het gamma dat momenteel ter beschikking is. Je kan in de clubwinkel tijdens onze wandeltochten terecht bij Tania Lambré en Annick Bulckaen, onze verantwoordelijken. Zij staan in voor de verkoop. Er is een beperkte stock aanwezig maar na bestelling worden de stukken zo spoedig mogelijk bezorgd.



**Winter**