

DE GRIMBERGSE JOGGER - oktober 2006

INHOUD

INHOUD	2
NIET VERGETEN.....	3
EEN NIEUWE LENTE, EEN NIEUW FORMAAT.....	3
EEN NIEUWE LENTE, EEN NIEUW FORMAAT.....	4
KNIPKAART.....	4
AFDALING VAN DE LESSE	4
LIDGELD BETALEN = T-SHIRT	7
STRATENLOOP GRIMBERGEN.....	7
BLAUWE T-SHIRTS.....	9
WINTERTRAININGEN.....	9
UITSTAP	10
VERLICHTING PRINSENBOS	10
OPROEPING ALGEMENE VERGADERING	10
LUSTRUM 10 JAAR GJC	11
KLEEDKAMERS.....	13
KERSTMARKT.....	13
DIPLOMALOOP	14

NIET VERGETEN...

Jog-it

22 oktober
Herfstjogging Zoniënwood

VOOR 31 OKTOBER
LIDGELD BETALEN *aub*

24 november
Jaarlijkse Algemene vergadering met 10-
jarig lustrum

14 januari 2007
Nieuwjaarsreceptie

EEN NIEUWE LENTE, EEN NIEUW FORMAAT

We gaan als club ons 11^{de} levensjaar in. Meer hierover vind je wat verder in het hoofdstukje rond onze **lustrumviering** van 24 november aanstaande. Na **10 jaar** is het echter ook tijd voor een wat opgefriste look van ons clubbladje. Over kleuren en smaken kan je lang palaveren. Hou het er maar op dat de nieuwe boekvorm misschien **praktischer** is om te lezen, een overzichtelijker bladschikking mogelijk maakt en... ook meer **geautomatiseerd** kan worden voor samenvoeging en verzending. Onze oplage belooft intussen elk kwartaal tussen 400 en 500 exemplaren. Nog niet direct een bedreiging voor het Nieuwsblad maar wie weet, binnen nog eens 10 jaar ?

KNIPKAART

Al onze cursisten zijn een 40-knipjkeskaart rijker sinds de **schachtenloop** van einde juni. Een beloning voor het gedurende 40 trainingen opgebouwde halfuur joggen.

Al diegenen die het nog tot 24 september volgehouden hebben, ontvingen nu hun **diploma** en kunnen doorstomen naar de 100 knipjes. En dat is goed voor een aankoopcheque van 12,5 euro bij...



Om het knippen nog vlotter te laten verlopen kan je voortaan tijdens de meeste trainingen terecht bij minstens 2 of 3 knippers, uiteraard de trainers, dikwijls nog iemand anders van het bestuur.

AFDALING VAN DE LESSE

Het laatste weekend van augustus - zondag de 27^{ste} om precies te zijn - organiseerde de club opnieuw een **jog- en mosseluitstap** naar Dinant. Met een wat bang hartje stapten liefst 50 joggers stipt om 7.30 uur (ontiegljik vroeg voor een zondagochtend) op de dubbeldekbuss van Buggenhoudt. Een bang hartje want het had al zowat de hele maand

augustus geregend; hoe zou de Lesse er bij liggen ? Een aantal deelnemers van het ook al regenachtige 2004 had al visioenen (eerder nachtmerries) van kilometerslange omleidingen doorheen tientallen centimeters diepe modder... De omleiding hadden we wel degelijk aan ons been, zo bleek al gauw. De omroeper van dienst kondigde diplomatisch al voor het vertrek een **extra 2km** aan. Alleen wisten we nog niet waarheen die ons zou leiden. Prima organisatie overigens vanwege onze event managers **Veerle en Marleen**, maar ook vanwege de organiserende club in Dinant. Onze bus had zijn vooraf beloofde **parkeerplaats** vlak bij het Casino, het zenuwcentrum van het gebeuren.

Zoals gewoonlijk brachten een reeks bussen ons naar de vertrekplaatsen. Het eerste deel van het traject kwam nog vertrouwd over maar na enkele kilometers hadden we al prijs: de omleiding startte met een **kilometerslange klim** weg van de Lesse naar de hoogste bergkammen boven Dinant, een hoogteverschil overbruggend van wellicht 100 meter. Dat was dus puffen en... stappen in plaats van joggen. Iemand sprak wat cynisch van een "**rustmoment**"... Eens boven verbeterde de situatie



natuurlijk drastisch en kon de "Afdaling" van (naar) de Lesse echt beginnen. Alhoewel, het zou nog een hele tijd duren voor we de Lesse zelf terug eens tegenkwamen. Modder kwamen we gelukkig niet te veel tegen. Een hele verademing toch, ondanks de onverwachte 14 of 15km lengte. Al bij al een mooie jogging maar geef ons toch maar het relatief vlakke traditionele bosparcours naast een vriendelijk kabbelende Lesse...

We spraken al van de mooie organisatie vanwege de plaatselijke club. Dat bleek zeker in het Dinantse zenuwcentrum met originele tent-kleedkamers annex douches, vlekkeloze tijdsopname met behulp van chips en voor elke deelnemer een flesje Lesse, pardon Leffe, als

afscheidsgeschenk. Een paar dagen later volgde per e-mail nog een verrassing:



"Van: Paul Wilmet
Datum: 08/29/06
11:12:14
Aan: 'Marleen Scheers'
CC:
veerle.spolspoel@tiscali.be
Onderwerp: RE:
Descente de la Lesse
2006
Bonjour

J'espère que vous êtes rentrés sans encombres à Grimbergen.

Vous étiez le club le mieux représenté : je tiens à votre disposition 6 grandes bouteilles de Leffe. Dites moi où et quand je pourrais vous les remettre

En attache les résultats du 14,6 km.

Encore merci pour votre participation

A l'année prochaine le 26 août 2007 !

Bien à vous

Paul

Descente de la Lesse

www.archathle.be

Bedenking: Wat is er toch met die 6 grote flessen Leffe gebeurd ?

Conclusie: zeker voor herhaling vatbaar, ook de mosselboer "Chez Bouboule" trouwens, terecht "Le Roi des Moules" van Dinant en omstreken.

Bedankt ook aan de vele supporters.

PS. De **uitslagen** van de jogging kan je op onze website consulteren.



LIDGELD BETALEN = T-SHIRT

We beginnen weer aan een nieuw seizoen. Voor al wie uiterlijk op 31 oktober zijn lidgeld (50 euro zoals vorig jaar) stort op rekening nummer **001-2981181-89** van onze club heeft onze materiaalmeester Wim een stijlvol **donkerblauw t-shirt** in petto. Inderdaad, donkerblauw met witte opdruk, in een "stylish" nieuw design... Ook op dit gebied dus wat vernieuwing!

Nog een nieuwigheid die we sinds vorig jaar toepassen: 3 of meer leden uit hetzelfde gezin betalen voortaan slechts 40 euro per persoon in plaats van 50. Je lidgeld loopt nu trouwens **tot einde 2007**.

STRATENLOOP GRIMBERGEN

Zaterdag 2 september om 18 uur ging in Grimbergen - ter gelegenheid van de kermis - de jaarlijkse stratenloop door. De voorbije 2 edities waren we met een hele bende gele t-shirts de meest opvallende club. Dit jaar wilden we opnieuw liefst 50 clubleden aan de start en dat is nog gelukt ook. We waren met **51**. Grimbergen weet dat onze club groeit en bloeit. Zoals elk jaar betaalde de club het inschrijvingsgeld. Voor wie er nog geen bezat had onze materiaalmeester Wim voor elke clubdeelnemer een speciaal **geel t-shirt** cadeau. Opvallen deed het zeker... Kijk maar naar onderstaand krantenartikel.



De club dankt van harte zijn 51 ambassadeurs (in alfabetische orde):
Billiet Frank, Blommaert Ann, Blommaert Kathleen, Cloet Margot, Corijn Steef, Crenwelge Denise, Curias Chris, De Buyser Ludwine, De Hulster Suzan, De Laet Michele, De Nies Sandra, De Prins Frederik, De Prins Patrick, De Prins Sabrina, De Valck Bryan, DeBoeck Steven, D'Hondt Bernard, Doms Jessica, Everaerts Carina, Goossens Marc, Graindorge Myriam, Janssens Huguette, Kristaen Michel, Labiese Benny, Lambrechts Theo, Loosen Baudouin, Mariën Geert, Mertens Katrien, Michiels Freya, Olbrechts Andre, Perpeet Sabrina, Poels Hilde, Rooze Katelijne, Savat Walter, Selamawit Tekelamou, Silverans Els, Snauwaert Marnix, Stinis Rita, Struelens Luc, Theunis Dominiek, Thielemans Dirk, Van Daele Peter, Van Lindt Paul, Vanhove Micheline, Vanneste Peter, Verbruggen Frank, Verheyden Jo, Verheyden Maria, Vervaet Lieven, Wouters Brenda

Kermis



Grimbergen kende een bruisend kermisweekend. In de waaijer feestelijke activiteiten vond klein en groot zijn gading, tot genoeg van burgemeester Eddy Willems. De jaarmarkt blijft dé hoogdag van de septemberkermis. Op een ruim publiek oefenden ook de andere luiken een stevige aantrekkingskracht uit. De stratenloop, bij voorbeeld, kende met een kleine 140 deelnemers een mooi succes. In het oog sprongen de nieuwelingen, die in maart de starterscursus bij de Grimbergse joggingclub aanvatten en keurig in blok de kleine omloop van 4 km afmaalden.

001/1987/198

BLAUWE T-SHIRTS

Diezelfde materiaalmeester van de gele t-shirts heeft trouwens nog een voorraad donkerblauwe **high-tech t-shirts** beschikbaar. Licht en luchtig en comfortabel om dragen, ook bij iets minder warme herfstdagen. En **18 euro** is echt een vriendenprijsje.

WINTERTRAININGEN

Bij het begin van het winterseizoen houden onze trainers eraan jullie toch een paar tips in herinnering te brengen.

VEILIGHEID OP STRAAT

Draag steeds fluovestje en eventueel extra verlichting

MP3-speler op straat is gevaarlijk

Loop steeds in groep, nooit alleen

Laat niemand alleen achter

Verkeersreglement en signalisatie respecteren

KLEDIJ bij KOUDE :

Kleed je tijdens het joggen alsof het 10° warmer is

Kleed je warm **VOOR** en **NA** de training

1° laag : Baselayer 100% polyester Dri fit interlock

2° laag : T-shirt met korte of lange mouw Tech Top polyester

3° laag : Fleece 95% polyester en 5% spandex Thermae fit

Muts en handschoenen bij extreme koude

Bij REGEN :

Een **APPARELENDE FLEECE**, m.a.w. regendruppels worden niet opgenomen maar rollen er af.

Een pet voor brildragers. **GEEN** regenjasje.

GRIEPERIG OF VERKOUDEN ?

Klachten zoals keelpijn, loopneus - pas uw loopniveau aan

Klachten zoals spierpijn, hoesten en **KOORTS** - **NIET TRAINEN**



OOK NA EEN WINTERTRAINING VOLDOENDE DRINKEN!!

UITSTAP

De eerstvolgende clubuitstappen zijn ook al gepland :

Op 22 oktober gaan we op herfstjogging naar het Zonienwoud.

Op 28 januari 2007 naar het winterse Hazewinkel.

Op 28 april 2007 hopen we op wat meer hyacinten in het Hallerbos dan er dit jaar waren.

VERLICHTING PRINSENBOS

Zoals eerder al gemeld heeft onze club - samen met enkele andere clubs - bij de gemeente een dossier ingediend voor uitbreiding van de verlichting in het Prinsenbos. Met veel genoegen kunnen we meedelen dat hier **flinke vooruitgang** is gemaakt, mede dankzij de gemeenteverkiezingen die er aan komen? Momenteel beschikt de gemeente over een volledig **technisch dossier** (met dank aan onze ingenieur-voorzitter Guy Bulens) en is ook al een **offerte** ingediend door **Eandis**. Ideaal zou zijn dat dit project nog voor de verkiezingen effectief goedgekeurd zou geraken. Het licht zal dan wellicht nog niet deze winter over Prinsenbos schijnen maar vermoedelijk toch volgend jaar.

OPROEPING ALGEMENE VERGADERING

Vrijdag 24 november 2006 om 19 uur houden we onze 10de jaarlijkse algemene vergadering. Heb je **bemerkingen, suggesties** of **tips**, neem er nu al nota van en leg ze voor aan het bestuur. Op het **agenda** van het officiële gedeelte staat dit jaar een **statutaire herverkiezing** van een gedeelte van het bestuur: de voorzitter, de penningmeester en 2 gewone leden. Eventuele **kandidaturen** worden ingewacht bij onze voorzitter of secretaris. Ook op het agenda staat de bespreking van het voorbije 10^{de} bestaansjaar van onze club en het financiële verslag van onze secretaris en de ontlasting van de bestuurders voor het gevoerde beleid.

Nu we het toch over officiële toestanden hebben: onze club heeft onlangs zijn **statuten aangepast**, enerzijds om ze in overeenstemming te brengen met de **nieuwe wetgeving op de vzw's**, anderzijds ook om een aantal zaken te actualiseren. Zo hebben we ons werkingsjaar nu gelijkgeschakeld met het **kalenderjaar**. Konkreet betekent dit het lidgeld dat je nu in oktober betaalt zal gelden tot einde december 2007. Het daaropvolgende werkingsjaar start dus op 1 januari 2008.

Onze 10^{de} Algemene Vergadering is ook geen gewone vergadering...
Voor wie het nog niet moest gehoord hebben...

LUSTRUM 10 JAAR GJC

HET EVENEMENT VAN HET JAAR !!! NIET TE MISSEN !!!

En dat wil wat zeggen in een bourgondische club als de onze...



Noteer in donkerblauwe inkt in je agenda: **vrijdag 24 november 2006** viert onze club zijn 10-jarig bestaan als zelfstandige vzw. We doen dat ter gelegenheid van onze jaarlijkse algemene vergadering die daarmee dus niet meer zomaar een algemene vergadering wordt.

MAAR WEL: EEN GROOT FEEST.

We spreken af om **19uur** in **Salons de Romree** (inderdaad geen katterpis; als we iets doen doen we het goed).

Op het **agenda**:

- * 19u **officiëel** gedeelte van onze algemene vergadering, toegankelijk voor al onze leden;
- * 20u. **welkomstaperitief gevolgd door lustrumfeestfeest** (alleen toegankelijk als je vooraf ingeschreven bent)
- * **Italiaans diner**, wijnen en koffie inbegrepen
- * dubbel-optreden van de folkgroep **Zakdoek**
- * en last but not least volgt waarschijnlijk nog een onderhoudend en in sportmiddens invloedrijk **gastspreker, een surprise...**



We houden het beperkt tot de intieme kring van de **leden** van onze joggingclub. Eega, echtgenoot en kinderen horen er even niet bij. We rekenen zo ook al met meer dan 100 aanwezigen...

We vroegen een symbolische **bijdrage** in de onkosten van **25 euro per persoon**. Onze intussen opnieuw gezonde clubkas legt de rest wel bij.. Voor die 25 euro krijgen alle deelnemers naast dit schitterende programma bovendien een **herinnerings-CD** over 10 jaar GJC met honderden archief-foto's en een mooie dia-montage, een echt collectors' item waar je kinderen binnen 10 jaar en je kleinkinderen binnen 20 jaar geld voor geven...

Want op ons volgende lustrum zal de CD wellicht al lang verleden tijd zijn... Wie weet in welke vorm we dan onze volgende 10 jaar gaan rapporteren. Iemand een glazen bol?

KLEEDKAMERS

Resultaat van de **enquête** die onze trainers tot vervelens toe in hun nieuwsbericht opnamen: we hebben **44** antwoordstrookjes ontvangen (16% van het aantal ingeschreven leden). **29** mensen hebben de wens uitgedrukt gebruik te kunnen maken van de kleedkamers, **24** van de douches. We gaan er van uit dat al wie niet heeft geantwoord in feite niet geïnteresseerd was en dus "neen" antwoordde. Tijdens de bestuursvergadering van einde augustus is daarom beslist om een **proefjaar** aan te vragen bij het gemeentebestuur. Er werd daarvoor een **brief** geschreven naar het gemeentebestuur. Tijdens een **vergadering** op de **Sportdienst** van de gemeente op 31 augustus j.l. werden al de nodige afspraken gemaakt met de atletiekclub en de voetbalclub van Grimbergen. De volgende regeling kwam uit de bus:

- op **woensdag** en **vrijdag** kunnen wij de kleedkamers en douches van de **voetbaltribune** gebruiken,
- op **zondag** die van de **sporthal**.

Onze club zou instaan voor het **reinigen** van de kleedkamers en douches van de voetbaltribune op **vrijdagavond**. Dit zouden we organiseren via een beurtrol onder onze leden. We zijn uiteindelijk met volk genoeg om deze inspanning minimaal te houden. **Vrijwilligerslijst** volgt eerstdaags.

De regeling kan ingaan vanaf het moment dat we beschikken over een stel **sleutels**. Dat zou het geval zijn binnen een tweetal weken.

Met zo'n proefjaar heeft het bestuur uiteraard ook de bedoeling om het effectieve gebruik van kleedkamers en douches tussentijds te **evalueren**, ergens in het najaar van volgend jaar, misschien ter gelegenheid van onze 11^{de} algemene vergadering.

KERSTMARKT

Het weekend van **9 en 10 december** is er opnieuw de Grimbergse kerstmarkt. Naast de traditionele sfeer-artikelen zoals handschoenen, sokken en kersepitkussens moet onze kas het natuurlijk vooral hebben van de **jeneververkoop**. Ideeën en suggesties voor andere artikelen zijn van harte welkom.

DIPLOMALOOP

Zondag **25 september** begon onder een wat grijze dreigende regenlucht maar dat kon de zowat **40 parate diplomalopers** niet deren. Hun grote optimisme inspireerde ook de zon. Het werd zelfs nog behoorlijk warm om een halfuur te joggen, zelfs voor de anciens die natuurlijk in groten getale present waren. Onze voorzitter had ervoor gezorgd dat Prinsenbos en ruime omstreken ons evenement kon volgen dank zij een krachtige **geluidsinstallatie**. Het voordeel ervan was dat coach Marc op maandag nog wat stem over hield. Zeker voor herhaling vatbaar, tenzij zijn collega's op het BOIC toch opteren voor een stille maandag...

Proficiat aan de 40 gediplomeerden. Zij hebben voor het eerst moeten bewijzen dat ze niet alleen in **juni** - aan het einde van de drie maand joggingcursus - een half uur kunnen joggen, maar dat ze dat ook ook in **september** na een inspannende vakantie nog kunnen. Als beloning kregen ze natuurlijk een **tweede receptie** aangeboden, iets waar we ook weinig anciens over horen klagen hebben.

GROTE OPDRACHT : NU MOETEN JULLIE DE WINTER DOOR... IN DE GRIMBERGSE JOGGINGCLUB WEL TE VERSTAAN !

