

# KEMPER

België - Belgique

P.B - P.P.

2220 Heist-op-den-berg 1

BC 7795

Tweemaandelijks clubblad Atletiekvereniging Zuiderkempen (AVZK) \* V.U.: Hendrik Lekens, Broekmansstraat 121, 2221 Booischot \* Verschijnt 6 maal per jaar. \* Afgiftekantoor: 2220 Heist o/d Berg 1 P004836





Heidi delicatessen  
Schrieksesteenweg 38  
2221 Booischot (Pijpelheide)  
info@heidi-delicatessen.be  
www.heidi-delicatessen.be



Brood en Banket Yves  
Warme bakker  
Schrieksesteenweg 86 - 2221  
Pijpelheide  
Tel.: 015/22 23 21

### Bakkerij CHRISTINE

Schrieksesteenweg 74  
2221 Booischot (Pijpelheide)  
Tel. + Fax: 015/22 44 04  
Openingsuren: Maandag t/m vrijdag: 8u tot



Tiels Tuincentrum  
Liersesteenweg 68  
2221 Booischot  
Tel.: 015/22 27 52 - Fax:  
015/22 57 19



Canon  
Canon Authorised Center



Hoofdkantoor A. Van Looplein  
51, 2235 Westmeerbeek Waas  
land Stationsplein 29, 9100 Sint-  
Niklaas

+32 16 68 99 40  
info@michiels-office.be

Antwerpen-Kempen  
Sint-Niklaas  
Leuven  
Hasselt

Operated by Michiels



HEYLEN n.v.  
sleutel-op-de-deur:  
ééngeswoningen en  
appartementen dakwerken \*  
buitenschrijnwerk in pvc,  
aluminium en hout

binnenschrijnwerk: trappen, binnendeuren, kasten  
en keukens. Industriepark 17 Zone B - 2220 Heist  
o/d Berg - Tel.: 015/22 23 11

### Van Look



Westmeerbeeksesteenweg 43  
2221 Booischot

### BEHANG - DECOR DE LENTE

Molenstraat 69  
2220 Heist-op-den-Berg  
Tel.: 015/24 19 29



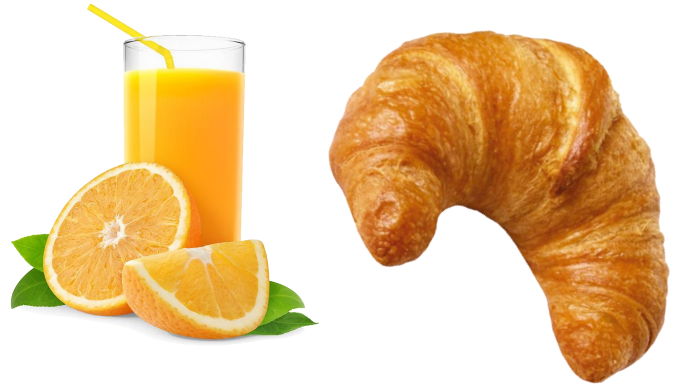
Bosmans Slaapcomfort  
Center  
Liersesteenweg 147  
2220 Heist-op-den-Berg  
Tel.: 015/24 90 28



J. PEETERS TRANSPORT  
NV  
Pleinstraat 18 - 2221 Booischot  
Tel.: 015/22 28 33  
info@nvpeeters.be



DELHAIZE  
Het beste aan de beste prijs  
Pastoor Mellaertsstraat 63  
2220 Heist-op-den-Berg (Goor)  
Tel.: 015/24 12 00 - Fax: 015/24



Zoek je nog een leuk ideeetje om vader, opa (of iemand anders) in de watten te leggen, of wil je zelf niet staan aan te schuiven bij de bakker ?

Geen probleem, want op zondag 8 juni stellen wij voor jullie een smakelijk en gezond ontbijt samen. Er worden 3 verschillende formules voorzien: een standaard ontbijt, een luxe-ontbijt (voor 2 personen) en een kidsontbijt.

<p><b>Standaard ontbijt</b> (1 persoon)</p> <p>3 pistolets</p> <p>1 croissant</p> <p>zoet en hartig beleg</p> <p>fruit</p> <p>fruitsap</p> <p>actimel</p> <p>yoghurt</p> <p><b>16 euro</b></p>	<p><b>Luxe ontbijt</b> (2 personen)</p> <p>Standaard ontbijt (2p) +extra beleg</p> <p>1 fles cava</p> <p>extra versnapering</p> <p><b>42 euro</b></p>	<p><b>Kids ontbijt</b> (1 persoon)</p> <p>1 pistolet</p> <p>1 sandwich</p> <p>1 donut</p> <p>zoet en hartig beleg</p> <p>fruit</p> <p>chocomelk actimel</p> <p>yoghurt</p> <p>ontbijtgranen</p> <p><b>12 euro</b></p>
--	---	---

Je kan de bestelde ontbijten afhalen in de cafetaria van Sporthal De Lichten op zondag 8 juni tussen 8u en 10u30. Of je kan het ontbijt aan huis laten leveren (tussen 8u en 10u) tegen een kleine vergoeding van 4 euro per leveringsadres. **OPGELET:** levering enkel mogelijk in de volgende gemeenten: Heist-op-den-Berg en deelgemeenten, Hulshout en deelgemeenten, Ramsel, Tremelo en Baal, Begijnendijk en Betekom, Keerbergen, Putte en deelgemeenten.

De opbrengst van de verkoop van deze ontbijten zal integraal aangewend worden voor de sportieve werking van onze club.

**Bestel vóór 30 mei via de QR code of op**

**<https://bit.ly/ontbijtAVZK>**



## Jaarlijkse wafel- , gebakjes-, truffels- en pralinesverkoop

Het bestuur van AVZK wenst iedereen te danken voor de succesvolle verkoop van wafels, gebakjes, truffels en zeevruchtenpralines. We mochten de ronduit schitterende verkoop van maar liefst 599 dozen noteren en het zouden er 603 geweest zijn, mocht een kleine nabestelling ook geleverd zijn.

Graag willen wij de familie Henderickx en Nadine Peeters proficiat wensen want zij verkochten het meeste dozen.

Bij de jeugd mochten Minne en Fenne Van Hoof, Ella-louise en Lize-Marie Eggers en Alexander Verreth een mooie naturaprijs in ontvangst nemen.

## Zomerseizoen van start: PK al daar

Vandaag in Duffel 3x goud:

Leon Verelst op 100m schol

Katinka Bassleer op de 1500m AC. Niemand in onze club liep ooit sneller (behalve zichzelf 9 jaar geleden).

Alec Everdepoel op hoog bij de cadetten. Het was daar bijzonder close voor de medailles. Op diezelfde 100m liep onze nieuwe aanwinst met de lange naam Jonatan Da costa souza silva ook nog brons.

Leon haalde ook nog zilver op de 200m. En dat deed ook Stefan Beyens bij kogel, daarbij alle seniors afgetroefd. Hij deed er een clubrecord bovenop (M35) en dat herhaalde hij nogmaals bij discus. Op zaterdag was het in Mol te doen. Daar was Alec nog een keer tweede op de 100m horden en die zilveren plak was er ook voor Sander Henderickx bij polsstok.



## De paashaas op de club



## Verjaardagen

AVZK wenst al de jarigen van harte gefeliciteerd

Van Aelst Milo	1/05/2002
Vervloet Midas	1/05/2016
Vervloet Ragnar	1/05/2016
Valckx Elias	1/05/2018
Nevelsteen Mona	2/05/2016
Goris Morris	2/05/2017
Verbinnen Elien	2/05/1985
Warmenhove Daniëlle	3/05/1994
Luyts Kato	5/05/2008
Laporte Aline	5/05/2017
De Langh Bence	7/05/2014
Van Hoof Minne	7/05/2014
Naets Obry	8/05/1998
Coremans Bram	9/05/2012
De Valck Lars	10/05/2007
Smets René	10/05/1953
Geens Pieter	12/05/1986
Franckx James	12/05/2013
Da Costa Souza Silva Jonatan	12/05/2009
Laenen Lize	13/05/2013
Peeters Luca	14/05/2014
Decker Remi	16/05/1983
Knapen Dries	17/05/2011
Diedens Jaro	17/05/2014
Heremans Mil	18/05/2006
Daelemans Niels	18/05/2012
Verschaeren Tegge	18/05/2008
Aharchi Ishaq	18/05/2016
Nijs Oliver	19/05/2014
Vetters Marcel	25/05/2018

## Verjaardagen

AVZK wenst al de jarigen van harte gefeliciteerd

Boexstaens Johny	28/05/1948
Verelst Eliah	29/05/2018
Van den Acker Paul	30/05/1961
De Heel Michiel	2/06/2009
Mannaert Jasper	3/06/1994
Goris Mats	3/06/2016
Wauters Staf	3/06/2012
Jennes Mats	5/06/2018
Aharchi Safiya	6/06/2018
Beyens Lore	8/06/2018
Lambrechts Maarten	10/06/2003
Van den Wyngaert Tibe	11/06/2015
Dévière Elisabeth	14/06/1979
Geens Seppe	16/06/2013
Matthys Tom	17/06/1997
Van Dyck Flore	17/06/2005
Van Roie Guido	19/06/1952
Laporte Morgan	19/06/2000
Goossenaerts Elisabeth	19/06/1960
Laporte Finn	20/06/2011
Goris Nette	21/06/2012
Vandekerckhove Willem	21/06/2014
Van Doninck Tiele	21/06/2014
Verstraeten Pieter	24/06/2006
Wouters Vince	26/06/2009
Savelkoels Fill	26/06/2017
Van Winkel Lander	30/06/2010
Dhondt Paige	30/06/2014
Nijs Elliot	30/06/2016
Deyck Mathis	30/06/2014

## Nieuwe atleten

### **Kangoeroes**

Rappoort Marie  
Stoffels Jacob  
Theys Emil  
Geens Jenna  
Geens Ennes

### **Benjamins**

Van Rompaey Lowi  
Schouberechts Nowi

### **Miniemen**

Van den Vonder Antje  
Laeveren Astrid

### **Scholieren**

Da Costa Souza Silva  
Jonatan

## Personalia

Op 17 maart 2025 overleed op 94-jarige leeftijd mevrouw Laura Hens, weduwe van de heer Jozef Busschodts. Zij was de moeder van trainer en bestuurslid René Busschodts. Langs deze weg bieden wij de familie onze oprechte deelneming aan.

## Voorpagina

Het podium van onze kangoeroes in Duffel op 1 mei 2025.

**Heb je een artikel, een foto, een interessant item voor ons clubblad dan kun je dit doormailen naar : [redactie.dekemper@gmail.com](mailto:redactie.dekemper@gmail.com)**

### **Zin, tijd en veel enthousiasme om atleten kennis te laten maken met de atletiek? Word trainer bij AVZK!**

Avzk is in volle groei! Dus zijn wij op zoek naar extra trainers voor onze jeugdgroepen (5 -12 jaar).

Zin om in familiale sfeer mee te bouwen aan onze toekomst?  
Zin om na een trainingsdag allemaal lachende gezichtjes te zien?  
Dan zijn wij op zoek naar u!

Bij interesse kan je ons bereiken op het nummer:  
0475 92 42 37 (Steven)  
of 0499 98 49 34 (Peter)

# Heist jogt : Heist Joggingcriterium 2025

Meer info : [www.heist-op-den-berg.be/heist-joggingcriterium](http://www.heist-op-den-berg.be/heist-joggingcriterium)

## Kalender 2025

\*Averegtenjogging : 23 mei 2025 Hallaar

\*Groentejogging : 28 juni 2025 Schriek

\*Chirofeestenjogging : 4 juli 2025 Heist-op-den-Berg (nieuw)

\*Hoevejogging : 11 juli 2025 Wiekevorst

**\*stratenloop van Booischot-Statie : 4 augustus 2025 Booischot (inrichting AVZK en kermiscomité)**

\*De Hei loopt : 14 september 2025 Pijpelheide (voetbalterrein SK diamant)

### Averegtenjogging (23.05.2025)

Terreinen : KFCM Molenzonen

Spekstraat 28 Hallaar

Organisatie Heistse Berglopers

100 m (2022-2019) 19u00

400 m (2018-2016) 19u05

800 m (2015-2013) 19u15

400 m (µg-atleten) 19u25

5 km 19u45

10 km 19u55

BE48 9731 6275 5627

### Groentejogging (28.06.2025)

Leuvensebaan 36 (lagere school), Schriek Bosuiltjes

Ballonnenrace (....- 2019) 19u00

250 m (2019 – 2017) 19u10

250 m (2016-2015) 19u20

500 m (2014-2013) 19u35

500 m (G-atleten) 19u45

Start vanaf 20u00 : 4.2 km (1 ronde); 8,4 km (2 ronden) en 12,6 km (3 ronden)

BE16 7512 0600 2374

### Chirofesstenjogging (04.07.2025) (nieuw)

Kerkhofstraat 7 Heist-op-den-Berg

Chirofeesten Heist-centrum

Start vanaf 18u10

400 m (G-atleten) 18u10

200 m (.... – 2019) 18u20

400 m (2018-2017) 18u30

600 m (2016-2015) 18u40

600 m (2014-2013) 18u50

4 km 19u15

12 km 20u00 (individueel of aflossing 3 x 4 km)

BE51 7332 1415 9862

### Hoevejogging (11.07.2025) Wiekevorst

Itegemseweg 98, Wiekevorst

KFOW – landelijke gilde

Start vanaf 18u45

\*150 m (2019-2018)

\*300 m (2017-2016)

\*600 m (2015-2014)

\*400 m (G-atleten)

\*3.7 km 19u30

\*7.5 km 19u45

\*10.5 km 20u00

BE67 7332 4300 0487

### 35<sup>ste</sup> stratenloop van Booischot-Statie (04.08.2025) (Booischot)

Kleine Steenweg 127, Booischot

AVZK en kermiscomité

\*200 m (.... – 2020) 18u30

\*200 m (2019 – 2018) 18u35

\*400 m (2017-2016-2015) 18u40

\*800 m (2014-2013-2012) 18u50

\*400 m (G-atleten) 18u55

\*4.5 km 19u05

\*7.5 km 19u45

\*10.5 km 19u45

BE39 7332 0712 3019

**Deze jogging is gratis voor atleten aangesloten bij AVZK. Inschrijven is wel verplicht.**

### De Hei loopt (14.09.2025) Pijpelheide (Booischot)

SK Diamant Rietveld, Pijpelheide -Booischot

SK Diamant

Start vanaf 10u00

60 m (... - 2020)

100 m (2020-2021)

200 m (2018-2019)

400 m (2016-2017)

600 m (2014-2015)

200 m (G-atleten)

\*4.8 km 11u00

\*9.6 km 11u45

BE32 7512 1275 6002

### Inschrijven

Voor iedere jogging kan je inschrijven via [www.heist-op-den-berg.be/heist-joggingcriterium](http://www.heist-op-den-berg.be/heist-joggingcriterium) of ter plaatse.

Groepsinschrijvingen kunnen door het invullen van het Excel-document dat terug te vinden is op de website.

### Deelnameprijs

categorie	Voorinschrijving	Inschrijving ter plaatse
Familiejogging	€ 5.00	€ 6.00
Jeugd en G-atleten	€ 2.00	€ 2.00

### Criteriumprijs

Deelnemen is belangrijker dan winnen, en dat geldt ook voor dit joggingcriterium. Maar de echte die-hard joggers worden bekoond met een mooie criteriumprijs; een Heistbon t.w.v. € 10.00, te gebruiken in handelszaken van Heist-op-den-Berg

## Algemene informatie

- \*Er wordt niet meer gewerkt met een stempelkaart, maar met een digitaal systeem voor het behalen van de criteriumprijs.
- \*De criteriumprijs kan afgehaald worden in De Sporthal tijdens de openingsuren van 17 september 2025 tot 31 oktober 2025
- \*De criteriumprijs is enkel voorzien voor volwassen lopers, vermits niet elke jogging een jeugdreeks heeft.

\*Er worden bij elke jogging prijzen voorzien voor de 3podiumplaatsen per reeks.

\*Iedere deelnemer krijgt een prijs of gadget van de organisatie.

\*Voorinschrijven kan via [www.heist-op-den-berg.be/heist-joggingcriterium](http://www.heist-op-den-berg.be/heist-joggingcriterium)

\*Uitslagen kan je na de jogging terugvinden op de website.

## Toewijzing Provinciale kampioenschappen in 2025

*provinciaal kampioenschap (MOEV)	AC Hulshout Hulshout woensdag 7 mei 2025
*Provinciaal kampioenschap meerkampen	ACHL Herentals zaterdag 24 en zondag 25 mei 2025
*Provinciaal kampioenschap pupillen/miniemen	VMOL Mol zondag 25 mei 2025
*Provinciaal kampioenschap meerkamp pupillen/miniemen	OLSE Merksem maandag 9 juni 2025(Pinkstermaandag)
*Provinciaal kampioenschap 10000 m	ACHL Herentals zaterdag 5 juli 2025
*Provinciaal kampioenschap steeple	OLSE Merksem zondag 6 juli 2025
*Provinciaal kampioenschap estafetten vanaf pupillen tot masters	SPBO Bornem zondag 24 augustus 2025

## Belgische kampioenschappen en Vlaamse kampioenschappen 2025

### Mei 2025

#### KVV meerkampen (cad/sch/jun/sen/mas) – 2025

Zaterdag 10 mei en zondag 11 mei

Locatie : Aalst (EA)

Inschrijven via atletiek.nu; sluit af op maandag 5 mei 10u00

#### Allianz KVV alle categorieën -2025

Donderdag 29 mei 2025

Locatie : Heusden (AVT)

Inschrijven via atletiek.nu – sluit af maandag 26 mei om 10u00

### Juni 2025

#### BK 10000 m AC en masters – 2025

Maandag 9 juni 2025

Locatie : Duffel (DUFF)

Inschrijven via de club (Atletiek.nu)

#### BK masters -2025

Zaterdag 21 juni en zondag 22 juni 2025

Locatie Sint-Niklaas

Inschrijven via Atletiek.nu (dag 1 en dag 2)

Alle ingeschreven masters mogen aan de Belgische kampioenschappen deelnemen zonder selectie (maximum 2 nummers per dag – geen beperkingen)

### Juli 2025

#### BK hamer (cad/sch/jun/beoften)

Zaterdag 5 juli 2025

Locatie : Ertvelde (RIEM)

Inschrijven via de club (atletiek.nu)

#### BK werpvijskamp masters -2025

Zaterdag 12 juli 2025

Locatie : Sint-Niklaas (ACW)

Inschrijven via atletiek.nu

Alle ingeschreven masters mogen deelnemen

### Augustus 2025

#### Allianz BK alle categorieën

Zaterdag 2 augustus en zondag 3 augustus 2025

Locatie : Brussel

Inschrijven via de club (atletiek.nu°)

#### BK meerkampen cad/sch/jun/sen/masters

Zaterdag 9 augustus en zondag 10 augustus 2025

Locatie : Bertrix (BBS)

Inschrijven via de club (Atletiek.nu)

#### KVV cadetten en scholieren -2025

Vrijdag 15 augustus 2025

Locatie : Deinze (DEIN)

Inschrijven via atletiek.nu

#### BK cad/sch en BK estafetten juniors – 2025

Zaterdag 30 augustus en zondag 31 augustus 2025

Locatie : Herentals (ACHL)

Inschrijven via de club (atletiek.nu)

### September 2025

#### BK juniors en beloften – 2025

Zondag 7 september 2025

Locatie : Nijvel (CABW)

Inschrijven via de club (Atletiek.nu)

#### BK estafetten en BK estafetten AMH – 2025

Zondag 14 september 2025

Locatie : St. Lambrechts Woluwe (WS)

Inschrijven via de club (atletiek.nu)

#### KVV masters – 2025

Zondag 21 september 2025

Locatie : Merksem (OLSE)

Inschrijven via atletiek.nu

Alle ingeschreven masters mogen aan de Vlaamse kampioenschappen deelnemen zonder selectie (maximum 2 nummers -geen beperkingen)

# Running Store

## ADVIES & ANALYSE OP MAAT

Bent u op zoek naar een specialist in loopschoenen? Bent u een fervent wandelaar en wilt u nieuwe wandelschoenen aanschaffen? Hebt u lichamelijke klachten die door orthopedische steunzolen verholpen kunnen worden? Bij Running Store kan u terecht voor een uitgebreide analyse van diverse sportschoenen (lopen, wandelschoenen) en orthopedische steunzolen. Een professioneel team staat voor u klaar om u met het juiste materiaal en een verregaande knowhow op weg te helpen. Hierbij wordt er gebruik gemaakt van een looppiste met Footscan analyse, HD camera en de jarenlange ervaring van het team aan specialisten.

### UITGEBREID AANBOD

Niet enkel doorleefde sporters, maar ook niet-sporters met fysieke klachten zijn steeds welkom om uit te zoeken of een aangepast paar schoenen of orthopedische steunzolen aan de basis kunnen liggen van de remedie. Bij Running Store kan u terecht voor een brede waaier aan: loopschoenen, wandelschoenen, steunzolen en schoenherstellingen.

### STEUNZOLEN OP MAAT IN EIGEN ATELIER

Onze orthopedische steunzolen worden dynamisch opgemeten, waardoor we een heel duidelijk beeld van afrol en drukopname krijgen van uw voeten.

De opmetingen gebeuren door onze Footscan® technologie en Quintec HD Camera.

Voor het te laten opmeten van steunzolen moet je bij Running Store geen afspraak maken. Er is tijdens de openingsuren steeds een bewegingsanalist in huis. Het vervaardigen van de steunzolen zal ongeveer 2 weken in beslag nemen.

Hebt u nog vragen? Aarzel dan niet om contact op te nemen. Daarnaast bieden wij zowel in de winkel als op de webwinkel een uitgebreid gamma aan loopkledij en andere loopartikelen aan. Denk maar aan hartslagmeters, verlichting en andere technische hulpmiddelen zoals headphones. Bovendien kan je bij ons ook terecht voor sportvoeding, energiegels en sportdranken. Na uw (online) aankoop, bieden wij een service na verkoop in de winkel zelf. Hebt u nog vragen? Wilt u iets laten aanpassen of zijn er producten die u wenst om te ruilen? Geen probleem.

### FOOTSCAN® ADVIES OP MAAT

Wanneer u op zoek bent naar de juiste sportschoenen is een gedetailleerde analyse van uw voet en looptechniek van groot belang. Laat daarom een Footscan en videoanalyse uitvoeren in één van onze stores zelf om uw voet op te meten en de juiste ondersteuning te bepalen. Wanneer u nadien een paar sportschoenen aankoopt, is de Footscan analyse volledig gratis. In andere gevallen wordt er een kost van 25 euro aangerekend die in mindering wordt gebracht bij een volgende aankoop.

### PERSOONLIJK ADVIES DOOR ONZE ADVISEURS

Bij Running store hechten wij veel belang aan een gepersonaliseerde aanpak van al onze klanten. Een luisterend oor naar het verhaal achter iedere klant. Zo krijgen onze adviseurs meer background informatie en kunnen ze hiermee aan de slag tijdens analyse en hebben we al het nodige om je verder op weg te helpen met je nieuwe uitdagingen.

**Leden van AVZK krijgen een rechtstreekse korting (-10%) op alle schoenen & kledij.**



Running Store

EEN **SPORTSPECIAALZAAK** WAAR U TERECHT KAN VOOR LOOPSCHOENEN & WANDELSCHOENEN OP MAAT. ORTHOPEDISCHE STEUNZOLEN UIT EIGEN ATELIER.

BEZOEK ONZE **RUNNING STORES**:

KAPELSTRAAT 41 - 2570 DUFFEL  
E: [INFO@RUNNINGSTOREDUFFEL.BE](mailto:INFO@RUNNINGSTOREDUFFEL.BE)  
T: 015 32 35 38

DRABSTRAAT 205 - 2550 KONTICH  
E: [INFO@RUNNINGSTOREKONTICH.BE](mailto:INFO@RUNNINGSTOREKONTICH.BE)  
T: 03 457 67 03

GEELSEWEG 3 - 2200 HERENTALS  
E: [INFO@RUNNINGSTOREHERENTALS.BE](mailto:INFO@RUNNINGSTOREHERENTALS.BE)  
T: 014 70 00 47

  [@RUNNINGSTORE.BE](https://www.instagram.com/runningstore.be)

**OPENINGSUREN:**

MA.	13U00 - 18U00
DI.	09U30 - 18U00
WOE.	09U30 - 18U00
DO.	09U30 - 18U00
VR.	09U30 - 18U00
ZA.	09U30 - 18U00

**ZO- EN FEESTDAGEN**  
GESLOTEN

[WWW.RUNNINGSTORE.BE](http://WWW.RUNNINGSTORE.BE)



## Sponsors via DATA TEC 2025

- \*S&E [www.s-e-projects.be](http://www.s-e-projects.be) 0471/814681 2235 Hulshout  
info@s-e-projects.be
- \*Advocaten Karel Peeters, Lichtelei 12, Booischot
- \*WASABI Sushi fusion restaurant Binnenweg17 2220 Heist-op-den-Berg 0465/000083
- \*Kim Bosmans, accountant en belastingsconsulent, Grote Baan 65 2235 Hulshout
- \*Architectenbureau Van Dyck Jean-Paul, Pijpelstraat 37 2221 Booischot, 015/222098
- \*'t Broodhuisje, Dorpsstraat 64 D 2221 Booischot 015/555606
- \*Betonvloeren Chris Verstappen Wiekevorst dorp 37 2222 Wiekevorst 0477/7000019
- \*Karman nachtwinkel Wiekevorst
- \*'T Knipsalon, Hof Van Riemenstraat 15 A Heist-op-den-Berg
- \*De Cuyper carwash en wasboxen Liersesteenweg 259 2220 Heist-op-den-Berg 015/241137
- \*B&M laswerken projecten op maat 0498/842290
- \*Autoglas Clinic, Mechelsesteenweg 1, Heist-op-den-Berg 015/242879
- \*Garage Philip, Industriepark zone B/7, Heist-op-den-Berg 015/246153
- \*Running Store, Duffel - Kontich - Herentals
- \*Straalwerken Stroobants.be 0494/443282
- \*L'essentiel huidexpert en voedingscoach Broekmansstraat Heist-Goor [www.lessentielheist.be](http://www.lessentielheist.be)
- \*Thuisverpleging VOS Bv [tom.vos@hotmail.com](mailto:tom.vos@hotmail.com) 0474/890739
- \*Marjel boetiek Hoogzand 6 2235 Westmeerbeel
- \*GVL-technics airco, domotica enz. Kasteelstraat 2 D 2220 heist-op-den-Berg 015/257672
- \*Frituur Fille Brenda Goossens Dorpsstraat 68 2221 Booischot
- \*Asian Kitchen, Bergstraat 42, Heist o/d Berg 015/243484
- \*CASA Nostra Leopoldlei 14 2220 Heist-op-den-Berg
- \*J. Peeters transport nv Pleinstraat 18 2221 Booischot
- \*De Fritbox, Schrieksesteenweg 74 A, Pijpelheide
- \*De Cock, Peeters en Partners
- \*La Boté betaalbare mode voor iedereen Wittegracht 11 2223 Wiekevorst 014/307227
- \*Lof store [www.lofstore.be](http://www.lofstore.be)
- \*Dakwerken Van Loo, [www.dakwerkenvanloo.be](http://www.dakwerkenvanloo.be)
- \*De Wolf-Durnez ramen en deuren 015/422805 [www.dewolf-durnez.be](http://www.dewolf-durnez.be)
- \*Vloeren- en tegelwerken Glenn Van Rompaey 0483/094255

## Sponsoring 2025

- \*Data Tec
- \*Gregoor trucks
- \*Running Store Duffel, Kontich en Herentals

## Sponsoring AVZK 2024

- \*Running Store Duffel, Kontich en Herentals
- \*AMO sport
- \*Boekhandel Verstraeten, Pijpelheide
- \*Elektro Van Loock en Co, Booischot
- \*Spar Imavo, Wuyts Mario, Booischot
- \*Air Service Center , Aarschot
- \*Jacobs ramen bvba, Booischot
- \*Bouw De Roover en zoon BVBA, Pijpelheide
- \*J. Peeters Transport NV, Booischot
- \*Autohandel Baestaens, BVBA Pijpelheide
- \*Bakkerij Ives, Pijpelheide
- \*Heidi delicatessen, Pijpelheide
- \*Dr Jos Desmedt, Booischot
- \*Dr Erik Bijdekerke, Pijpelheide
- \*Johny Boexstaens, Heist-op-den-Berg
- \*Bosmans slaapcomfort BVBA, Heist-Goor
- \*Elektro Van Dessel, Schriek
- \*Bouwonderneming Heylen nv, Heist-op-den-Berg
- \*Juwelen Clem Vercammen, Heist-op-den-Berg
- \*De Cock-Peeters en partners DCCP 2220 Heist-op-den-Berg
- \*Beenhouwerij David Meys, Booischot
- \*Architectenbureau Heremans-Manshoven, Heist-Goor
- \*Thiels tuincentrum, Pijpelheide
- \*Voeding Christine, Pijpelheide
- \*Firma Steenkens BV (voorheen Canoncenter Michiels), Westmeerbeek
- \*Behang decor De Lente, Heist-op-den-Berg
- \*Elektro Exellent Van Eyken BVBA, Booischot
- \*Drs Bart en Marc Mariën, Pijpelheide
- \*Apotheek Pijpelheide, Anouk Ritzen, Pijpelheide
- \*Apotheek Peeters, Booischot
- \*Bouwonderneming De Cock-Van Steen, Heist-Goor
- \*Trofeeland Boutersem
- \*Apotheek Hendriks, Booischot
- \*Banden Chris Van Woensel, Schriek
- \*Audio Works, Aarschot
- \*VH Aviation Consultancy BV, Booischot
- \*BVBA Mineur, Delhaize, Heist-Goor
- \*Kinesist Dany Lemmens

**AVZK wenst alle sponsors te danken voor hun steun aan de club**

## Voorlopige tussenstand

### criterium AVZK 2024-2025

Tussenstand AVZK criterium, bijgewerkt tot 9 april 2025

V = Veldloop, I = Indoor, O = Outdoor

#### Kangoeroes jongens 2019 V I O

Brems Emile	5		
Goossens Rein	9	1	
Van Puyenbroeck Nils	2		
Van den Broeck Ferre	2		
Van Gestel Jasper	2		

#### Kangoeroes jongens 2018 V I O

Van der Sanden Thibau	8		
Valckx Elias	8		
Gysemans Leon	10	1	
Goris Thomas	5		
Vetters Marcel	4		
Verelst Eliah	4	1	
Moris Lenn	2		
Lambrechts Jonas	2		
Verbruggen Oscar	2		

#### benjamins jongens 2017 V I O

Van Hoof Fenne	10		
Boexstaens Zeno	6		
Vervloesem Gust	8		
Peeters Noah	3		
Savelkoels Fill	1		
Boonen Mats	2		
Wouters Robbe	5		

#### benjamins jongens 2016 V I O

Geeraerts Senne	4		
Vervloet Midas	9		
Goris Mats	4		
Meylemans Cyriel	7		
Van Gestel Ruben	4		
Rappoort çois	5		
Op de Beeck Jasper	5		
Brems Louis	5		
Van den Bergh Leo	2		
Van Puyenbroeck Lars	2		
Blondé Lenn	2		

#### pupillen jongens 2015 V I O

De Preter Jesse	8		
De Preter Warre	3		
Vaes Alexander	8		
Van de Put Sem	11		
Van den Wyngaert Tibe	9	4	
Beyens Sander	4		
Gysels Dries	1		

#### pupillen jongens 2014 V I O

Van Oost Lukas	6	1	
Claessen Tomas	9		
D'helft Finn	8		
Van Horenbeeck Kobe	3	3	

Van Doninck Tiele	6		
Vandekerckhove Willem	1		
De Wever Pol	3		
De Langh Bence	3	1	
Meulders Ferre	4	2	
Blondé Kor	2		

#### miniemen jongens 2013 V I O

Verbeeck Jens	5		
Thielemans Lucas	3	1	
Wouters Rune	1		
Aerts Wolf	2		

#### miniemen jongens 2012 V I O

Hanssens Arn	2		
Wauters Staf	2		
Daelemans Niels	2		

#### cadetten jongens 2011 V I O

Laporte Finn	10	1	
Everdepoel Alec	14		
Knapen Dries	12		
Pauwels Kamiel	2		

#### cadetten jongens 2010 V I O

Buts Henok	10		
Vanderghinste Giel	5		
Gullentops Aalex	1		
Henderickx Dries			

#### scholieren jongens 2009 V I O

Verelst Léon	7		
--------------	---	--	--

#### scholieren jongens 2008 V I O

--

#### juniors mannen 2007 V I O

Verlinden Timo	10	1	
Rits Jonas	8	1	
Sleeckx Godwin	5		
Swyngedauw Glenn	2		

#### juniors mannen 2006 V I O

Heremans Mil	2		
--------------	---	--	--

#### Seniors mannen V I O

Van Den Schoor Senne	6	4	
Mannaert Jasper	8		
Naets Obry	7		
Habets Enrique	11		
De Preter Niels	2		
Henderickx Sander	2		
Coremans Tibo	4		
Blockx Tristan	2		

#### Masters mannen V I O

Van Den Acker Paul	12		
Lemmens Steve	9		
Goovaerts Joseph	11		
Van Dyck Michel	11		
Nevelsteen Staf	14		
Valckx Stefan	8		
Verelst Wim	7		
Van Aelst Dirk	13	1	

Knapen Dennis	12		
Van den Schoor Bart	10		
Straetmans Gilbert	11		
Sleeckx Gijsbrecht	11		
Nevelsteen Kristof	5		
Naets Ivo	10		

Van de Put Thomas	4		
Smets René	5		
Decker Remi	2		
Schellekens Marc	2		
Beullens Wesley	2		
Laporte Sten	1		

Huybrechts Jurgen			
Van Lent Jurgen	1		
De Raet Jan	6		
Beyens Stefan	5		
Busschodts René	1		
Verschaeren Geert	1		

#### kangoeroes meisjes 2019 V I O

Van den Bergh Liz	2		
Sirjacobs Alisée	2		

#### kangoeroes meisjes 2018 V I O

Van de Put Lilou	10		
Beyens Lore	3		

#### benjamins meisjes 2017 V I O

Verschooten Fran	7		
Verschooten Lili	7		
Silova Ajlin-Beatrix	8		
Rheinard Scott	3		

#### benjamins meisjes 2016 V I O

Van Horenbeeck Nore	3		
Eggers Lize-Marie	6	1	
Van Beersel Ameline	7		

#### pupillen meisjes 2015 V I O

Yskout Léonore	6		
Gysemans Louise	8		
Foesier Fenna	4		
Lambrechts Elena	2		

#### pupillen meisjes 2014 V I O

Van Hoof Minne	10		
Knapen Julie	12		
Dhondt Paige	7	1	
Syang Andris	1		

#### miniemen meisjes 2013 V I O

Laenen Lize	2	12	1
Jacobs Jozefien	2	2	
Van den Wijngaert Maïte	3	5	
Eggers Ella-Louise	3	10	2
Van Eycken Felien	6	1	

#### miniemen meisjes 2012 V I O

--

#### cadetten meisjes 2011 V I O

Van der Sanden Emma	12	1	
---------------------	----	---	--

<u>cadetten meisjes 2010</u>	V I O	<u>juniors dames 2006</u>	V I O	De Coninck Ilse	9
Huybrechts Sara	8	--		De Veuster Ilse	5
Aerts Geike	1 2	<u>Seniors dames</u>	V I O	Peeters Nadine	2
<u>scholieren meisjes 2009</u>	V I O	Bassleer Katinka	1	Mondelaers Katrien	
Knapen Amber	11	Vermeulen Lauren	2	Gillhaus Angelique	
Hanssens Martha		Van Aelst Linde	1	Van de Water Geert	
<u>scholieren meisjes 2008</u>	V I O	Oost Morgan		Dévière Elisabeth	1
Henderickx Lien		Fleerackers Britt		Van Roie Liesbet	1
Van Dessel Marie		Van Lent Lotte	4	Daniëls Uschi	1
Luyts Kato	1	Laporte Morgan	2	Van Winckel Lieve	1
<u>juniors dames 2007</u>	V I O	<u>Masters Dames</u>	V I O	Van der Aa Karen	1
Huybrechts Anna	15	Teniers Iris	2		

### Samenvatting van de reserveringen tussen 01.07.2024 en 30.06.2025

#### Volledige sporthal

Frequentie : elke week op dinsdag 19.00 tot 20.30

Periode : 05.11.2024 t/m 25.03.2025

#### Voetbalterrein Boischot

Frequentie : elke week op dinsdag en donderdag 18.30 tot 20.00

Periode : 03.09.2024 t/m 26.06.2025

#### Atletiekpiste

Frequentie : elke week op maandag, dinsdag, woensdag, donderdag van 18.30 tot 20.00

Elke week op vrijdag van 19.00 tot 20.00

Periode : 01.07.2024 t/m 30.06.2025

Met uitzondering van : 01.11.2024 / 11.11.2024 / 24.12.2024 / 25.12.2024 / 26.12.2024 / 31.12.2024 / 01.01.2025 / 21.04.2025 / 01.05.2025 / 06.06.2025 / 09.06.2025

#### Kogelstand

Frequentie : elke week op zaterdag van 10.00 tot 12.00

Periode : 06.07.2024 t/m 28.06.2025

Met uitzondering van : 05.04.2025 / 24.05.2025 / 21.06.2025

#### Graspiste

Voorlopig is de aanvraag voor het ge-

bruik van de graspiste geannuleerd wegens niet gebruikt en wegens slechte beloopbaarheid.

### Enkelvoudige reserveringen (onder voorbehoud van datumwijzigingen)

#### Atletiekpiste

April 2025 trainingsdag voor de jeugd en G-atletiek onder voorbehoud

Vrijdag 06 juni 2025 pistemeeting :

avondmeeting (onder voorbehoud)

Zaterdag 28 juni 2025 : pistemeeting jeugd (Antwerps jeugd criterium) (onder voorbehoud)

## Uitslagen veldlopen

### Uitslag KVV veldlopen, Diest 16.02.2025

#### G-loop

05. Habets Enrique

#### Kangoeroes meisjes 2018-2019

Van de Put Lilou

#### Kangoeroes jongens 2018-2019

Goossens Rein

#### Pupillen jongens 2015

01. Van de Put Sem (**goud**)

#### Cadetten jongens 2010-2011

61. Buts Henok

86. Laporte Finn

#### Korte cross mannen

15. Van den Schoor Senne

#### Juniors dames 2006-2007

12. Huybrechts Anna

#### Masters mannen

47. Nevelsteen Kristof

63. Van Aelst Dirk

97. Van den Acker Paul

98. Van Dyck Michel

### Uitslag veldloop Tessenderlo 23.02.2025

#### G-loop

06. Habets Enrique

#### Kangoeroes meisjes 2018-2019

Van de Put Lilou

#### Kangoeroes jongens 2018-2019

Goossens Rein

#### Pupillen jongens 2015

01. Van de Put Sem (**goud**)

14. Van den Wyngaert Tibe

#### Miniemen meisjes 2011

11. Van Eycken Felien

#### Cadetten meisjes 2010-2011

08. Van der Sanden Emma

#### Juniors mannen 2006-2007

03. Verlinden Timo (**brons**)

### Masters mannen +M50

27. Naets Ivo

28. Straetmans Gilbert

29. Goovaerts Jef

### Uitslag veldloop Essen 23.02.2025

#### Pupillen jongens 2014

20. Claessen Tomas

#### Cadetten jongens 2010-2011

07. Buts Henok

16. Knapen Dries

18. Laporte Finn

### Masters mannen +M50

04. Van Aelst Dirk

### Masters mannen +M35

03. Laporte Sten (**brons**)

11. Knapen Dennis

### Pupillen meisjes 2014

18. Knapen Julie

### Scholieren meisjes 2008-2009

06. Knapen Amber

### Juniors dames 2006-2007

01.Huybrechts Anna (**goud**)

### Uitslag Belgisch kampioenschap veldlopen voor Masters (Poperinge 01.03.2025)

#### Masters mannen M60

05. Van Aelst Dirk

### Uitslag Belgisch kampioenschap halve marathon in Gent 09.03.2025

#### Seniors mannen

34. Coremans Tibo 1.09.07  
53. De Preter Niels 1.12.06

#### Masters mannen +M35

31. Van de Put Thomas 1.18.05

#### Masters mannen +M45

09. Verschaeren Geert 1.18.05

### Uitslag 10 km van Mechelen 16.03.2025

#### Dames

06. Lauren Vermeulen

#### Heren

171. Nevelsteen Staf  
218. Van Dyck Michel  
219. Naets Ivo

### Uitslagen AVZK-atleten in jogging van

### Heist-Goor op 29.03.2025

#### Kleuters 100 m

07. Van Puyenbroeck Niels

#### 250 m jongens

03. Moris Lenn

#### 250 m meisjes

01.Verschooten Lili  
02.Verschooten Fran  
10.Verhaegen Julie

#### 500 m jongens en meisjes

01.Meylemans Cyriel  
03.Van den Wyngaert Tibe  
05.Vaes Alexander  
06.Van Puyenbroeck Lars  
07.Vervloet Midas  
08.Eggers Lize-Marie  
17.Goris Mats

#### 850 m jongens en meisjes

01.Eggers Ella-Louise

#### 2500 m jongens en meisjes

01.Buts Henok  
02.Laporte Finn  
03.Huybrechts Sara  
06.Goossens Rein

#### 5000 m mannen en vrouwen

02.Heremans Mil

03.Naets Obry  
04. Laporte Sten  
12.Huybrechts Anna (1<sup>ste</sup> vrouw)  
15.Rits Jonas  
27.Van den Acker Paul  
32.Schellekens Thalia  
33.Schellekens Marc  
36.Van Dyck Michel  
43.Naets Ivo  
68.Straetmans Gilbert  
72.Van de Water Geert

#### 10000 m mannen en vrouwen

01.De Preter Niels  
02.Verschoren Senne  
33.Van Aelst Linde  
59.Verelst Wim

### Open provinciaal kampioenschap halve marathon Lier 29.03.2025

#### Mannen masters M45

03.Verschaeren Geert (brons) 1.17.58

#### Mannen masters M70

02.Nevelsteen Staf (zilver) 1.51.20

#### Seniors dames

01.Vermeulen Lauren (goud) 1.27.08

## Uitslagen indoormeedings

### EA Gent 16/02/2025 Open meeting

Groep	Proef	PI	Naam	prestatie
Mas m	Kogel	1	Beyens Stefan	11m89
Cad j	60 m h	9	Everdepoel Alec	9.55
Cad j	Hoog	4	Everdepoel Alec	1m55

### HAKI 16/02/2025 Open meeting Met jeugd

Groep	Proef	PI	Naam	prestatie
Min m	60 m	1	Laenen Lise	8.69
Min m	Ver	12	Laenen Lize	3m71
Min m	60 m	3	Eggers Ella-Louise	8.92
Min m	Ver	4	Eggers Ella-Louise	4m09

### Atletiek Vlaanderen Gent 22/02/2025 BK masters

Groep	Proef	PI	Naam	prestatie
Mas W55	200 m	2	De Coninck Ilse	38.95 zilver
Mas W55	400 m	2	De Coninck Ilse	1.29.66 zilver
Mas W40	60 m	9	Van Winckel Lieve	10.75
Mas W40	Kogel	7	Van Winckel Lieve	6m65
Mas W50	60 m	4	De Veuster Ilse	9.50
Mas W50	200 m	5	De Veuster Ilse	32.12
Mas W40	60 m	6	Van der Aa Karen	9.69
Mas M55	Kogel	3	Van Lent Jurgen	10m27 brons
Mas M55	400 m	5	De Raet Jan	1.06.27
Mas M60	1500 m	4	Van Aelst Dirk	5.19.85

Mas M70	Hoog	2	Smets René	1m15 zilver
Mas M70	HSS	2	Smets René	5m42 zilver
Mas M35	Kogel	4	Beyens Stefan	12m03
Mas M65	Kogel	10	Busschodts René	5m15

### Atletiek Vlaanderen Gent 22/02/2025 PK masters

Groep	Proef	PI	Naam	prestatie
Mas W55	200 m	1	De Coninck Ilse	38.95 goud
Mas W55	400 m	2	De Coninck Ilse	1.29.66 goud
Mas W40	60 m	1	Van Winckel Lieve	10.75 goud
Mas W40	Kogel	2	Van Winckel Lieve	6m65 zilver
Mas W50	60 m	1	De Veuster Ilse	9.50 goud
Mas W50	200 m	1	De Veuster Ilse	32.12 goud
Mas W40	60 m	1	Van der Aa Karen	9.69 goud
Mas M55	Kogel	1	Van Lent Jurgen	10m27 goud
Mas M55	400 m	2	De Raet Jan	1.06.27 zilver
Mas M60	1500 m	1	Van Aelst Dirk	5.19.85 goud
Mas M70	Hoog	2	Smets René	1m15 zilver-
Mas M70	Hinkstap1		Smets René	5m42 goud-
Mas M35	Kogel	1	Beyens Stefan	12m03 goud-
Mas M65	Kogel	3	Busschodts René	5m15 brons

### AVT Heusden-Zolder 22/02/2025 Open meeting

Groep	Proef	PI	Naam	prestatie
Min m	60 m	6	Laenen Lize	8.73
Min m	Ver	11	Laenen Lize	4m15
Min m	60 m	12	Eggers Ella-Louise	8.92

Cad j	60 m	18	Everdepoel Alec	8.38
Cad j	Hoog	2	Everdepoel Alec	1m65
Cad j	60 m	2	Vanderghinste Giel	7.85
Cad j	60 m f	4	Vanderghinste Giel	8.38

### Allianz BK AC Gent 22/02/2025 BK AC indoor

Groep	Proef	PI	Naam	prestatie
AC d	60 m	5	Van Lent Lotte	7.50
AC d	60 m f	4	Van Lent Lotte	7.46
AC m	1500 m	8	Van den Schoor Senne	3.57.73

### BK cad/schol Louvain-la-Neuve 01/03/2025

Groep	Proef	PI	Naam	prestatie
Schol j	60 m	1	Verelst Leon	7.21
Schol j	60 m f	6	Verelst Leon	7.24
Cad j	Hoog	6	Everdepoel Alec	1m65

### RCG Gent 01/03/2025 Jeugdmeeting Pup/min

Groep	Proef	PI	Naam	prestatie
Pup j	60 m h	7	D'Helft Finn	10.92

### AVT Heusden-Zolder 08/03/2025 Open meeting

Groep	Proef	PI	Naam	prestatie
Cad m	60 m	30	Aerts Geike	10.16
Mas m	Kogel	1	Smets René	8m29

### BK studenten Gent 09/03/2025 Open meeting

Groep	Proef	PI	Naam	prestatie
Sen d	60 m	2	Van Lent Lotte	7.50
Sen d	400 m	12	Laporte Morgan	1.00.86
Mas d	400 m	31	De Coninck Ilse	1.28.57
Mas m	400 m	29	De Raet Jan	1.06.04

### HAKI Hoboken 09/03/2025 Open meeting Met jeugd

Groep	Proef	PI	Naam	prestatie
Pup j	60 m	20	D'Helft Finn	10.11
Pup j	60 m h	5	D'Helft Finn	11.32
Pup j	60 m h f5		D'Helft Finn	10.97
Pup j	60 m	21	Van den Wyngaert Tibe	10.19
Pup j	60 m	24	Meulders Ferre	10.29

Pup j	60 m h	14	Meulders Ferre	14.04
Min m	60 m	16	Van den Wyngaert Maïte	9.92
Min m	60 m h	12	Van den Wyngaert Maïte	12.32
Min m	Hoog	6	Van den Wyngaert Maïte	1m25
Min m	60 m	7	Eggers Ella-Louise	9.14
Min m	Kogel	17	Eggers Ella-Louise	6m38
Min m	Hoog	5	Eggers Ella-Louise	1m30
Min m	Ver	4	Eggers Ella-Louise	4m19
Min m	60 m	3	Laenen Lize	8.82
Min m	60 m f	3	Laenen Lize	8.67
Min m	Ver	9	Laenen Lize	3m86
Min m	60 m	17	Van Eycken Felien	9.97
Min m	60 m h	10	Van Eycken Felien	11.96
Min m	Kogel	20	Van Eycken Felien	5m51

### KVV MOEV Gent 12/03/2025 KVV MOEV cad/schol

Groep	Proef	PI	Naam	prestatie
Cad j	Hoog	1	Everdepoel Alec	1m70 goud

### ACHL Westerlo 6/04/2025 Jeugdmeeting Kang/benj

Proef	Naam	30 m	Stoten ver
Kan j	Gysemans Léon	6.45	3m20 2m20
Kan j	Goossens Rein	7.35	1m80 1m05
Kan j	Verelst Eliah	6.77	2m98 1m80

Proef	Naam	40 m	Vortex hoog
Ben m	Eggers Lize-Marie	7.59	----- 0m80

### ACHL Westerlo 6/04/2025 Jeugdmeeting Pup/min

Groep	Proef	PI	Naam	prestatie
Min m	80 m	5	Eggers Ella-Louise	11.66
Min m	Ver	4	Eggers Ella-Louise	3m99
Min m	80 m	2	Laenen Lize	11.51
Min m	Ver	3	Laenen Lize	4m15

### LOOI Tessenderlo 9/04/2025 Jeugdmeeting Pup/min

Groep	Proef	PI	Naam	prestatie
Min m	150 m	3	Eggers Ella-Louise	21.73
Min m	Ver	1	Eggers Ella-Louise	4m45

## Het Antwerps Jeugd Criterium (AJC) 2025

Ook dit jaar neemt onze club deel aan het Antwerps Jeugd criterium Dit is een initiatief van 7 clubs dat 21 jaar geleden in het leven is geroepen met als bedoeling om atleten de kans te geven om aan pistemeetings mee te doen.

AVKA (Aartselaar nieuw van dit jaar), RAM (Mechelen nieuw van vorig jaar), OLSE (Merksem), AVLL (Lier), DUFF (Duffel), ABES (Edegem) en AVZK (Booischoot) gaan ook in het nieuwe seizoen een pistemeeting inrichten voor kangoeroes, benjamins, pupillen en miniemen jongens en meisjes.

Ieder jaar maken deze clubs ook een pot waarmee men prijzen aankoopt. Als je aan minstens 5 van de 7 meetings meedoet, dan krijg je op de laatste meeting een mooie naturaprijs als beloning.

Er is ook afgesproken dat de inkom € 5.00 zal bedragen. Als deelnemingsgeld is voorgesteld : € 5.00 voor de meerkamp bij benjamins en kangoeroes. Voor de pupillen en miniemen wordt € 3.00 per proef gevraagd.

Iedere kangoeroe en benjamin krijgt een medaille na afloop. Bij de pupillen en miniemen krijgen de eerste drie van elke proef een medaille alsook de eerste drie ploegen bij de aflossingen.

Inschrijvingen en betalingen gebeuren ook nu weer via atletiek.nu.

Het bestuur hoopt op een grote deelname van onze AVZK-jeugd.

**Hierbij de programma's van de verschillende meetings. De uren en dergelijke hebben we nog niet in ons bezit.**

**AVKA (Aartselaar) 21 april 2025**

Kangoeroes jongens en meisjes :	30 m – teamestafette – vortex – hoog
Benjamins jongens en meisjes :	40 m horden – teamestafette – stoten – ver
Pupillen jongens ;	60 m – 60 m horden – 3 x 600 m – vortex – hoog
Pupillen meisjes :	60 m – 60 m horden – 3 x 600 m – kogel – hoog
Miniemen jongens :	80 m – 150 m horden – 3 x 600 m – kogel – speer – ver
Miniemen meisjes :	80 m – 150 m horden – 3 x 600 m – kogel – speer – ver

**DUFF (Duffel) 1 mei 2025**

Kangoeroes jongens en meisjes :	30 m – 600 m – stoten – ver
Benjamins jongens en meisjes :	40 m – 800 m – vortex – hoog
Pupillen jongens :	60 m – 1000 m – 4 x 60 m – vortex – ver
Pupillen meisjes :	60 m – 1000 m – 4 x 60 m – vortex – ver
Miniemen jongens ;	80 m – 1000 m – 4 x 80 m – kogel – hoog
Miniemen meisjes :	80 m – 1000 m – 4 x 80 m – kogel – ver

**RAM (Mechelen) 1 juni 2025**

Kangoeroes jongens en meisjes :	30 m – teamestafette – vortex – hoog
Benjamins jongens en meisjes :	40 m horden – teamestafette – stoten – ver
Pupillen jongens :	60 m – 60 m horden – 3 x 600 m – vortex – ver
Pupillen meisjes :	60 m – 60 m horden – 3 x 600 m – vortex – ver
Miniemen jongens :	80 m – 150 m horden – 3 x 600 m – discus – hoog – polsstok
Miniemen meisjes :	80 m – 150 m horden - 3 x 600 m – discus – hoog – polsstok

**ABES (Edegem) 7 juni 2025**

Kangoeroes jongens en meisjes :	30 m – 600 m – stoten – ver
Benjamins jongens en meisjes :	40 m – 800 m – vortex – hoog
Pupillen jongens :	60 m – 1000 m – discus – hoog -ver
Pupillen meisjes :	60 m – 1000 m – kogel – hoog – ver
Miniemen jongens :	80 m – 1000 m – 150 m horden – kogel – hoog – ver
Miniemen meisjes :	80 m – 1000 m – 150 m horden – discus – kogel – ver

**AVZK (Booischoot) 21 juni 2025 21<sup>ste</sup> jeugdmeeting van AVZK Antwerps Jeugd Criterium – Running store**

Kangoeroes jongens en meisjes :	30 m – 600 m – stoten – ver
Benjamins jongens en meisjes :	40 m – 800 m – vortex – ver
Pupillen jongens :	60 m – 60 m horden – 3 x 600 m - kogel – ver
Pupillen meisjes :	60 m – 60 m horden – 3 x 600 m – kogel – ver
Miniemen jongens :	150 m – 80 m horden – 3 x 600 m – speer – hoog
Miniemen meisjes :	150 m - 60 m horden – 3 x 600 m- speer – hoog

**OLSE (Merksem) 6 september 2025**

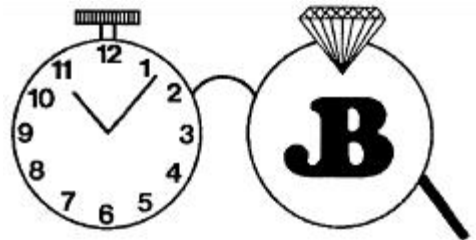
Kangoeroes jongens en meisjes :	30 m – 600 m – stoten – ver
Benjamins jongens en meisjes :	40 m – 800 – vortex – hoog
Pupillen jongens :	60 m – 1000 m – 60 m horden – 4 x 60 m – kogel – hoog
Pupillen meisjes :	60 m – 1000 m – 60 m horden – vortex – ver
Miniemen jongens ;	150 m – 1000 m – 80 m horden – 4 x 80 m – kogel -speer – hoog
Miniemen meisjes :	150 m – 1000 m – 60 m horden – 4 x 80 m – kogel – speer – ver

**AVLL (Lier) 28 september 2025**

Kangoeroes jongens en meisjes :	30 m – teamestafette – vortex – hoog
Benjamins jongens en meisjes :	40 m horden – teamestafette – stoten – ver
Pupillen jongens ;	60 m – 1000 m – 60 m horden – 4 x 60 m - discus – ver
Pupillen meisjes :	60 m – 1000 m – 60 m horden – discus – hoog – ver
Miniemen jongens :	80 m – 300 m – 80 m horden – 4 x 80 m – discus – hoog – ver
Miniemen meisjes :	80 m – 300 m - 60 m horden - 4 x 80 m – discus – hoog -ver



Elektro Van Dessel  
elektrische apparaten -  
zonnepanelen  
kachelbijkverwarming -  
inbouwtoestellen



OPTIEK - UURWERKEN - JUWELEN

Johny Boexstaens

Bergstraat 4-6



DE ROOVER & Zn bvba

Waar een klant nog klant is

Schrieksesteenweg 160  
2221 Booischot  
015/23 31 10

BVBA IMAVO

Kleine Steenweg 5

2221 Booischot

Tel.: 015/22 24 36

Open alle dagen van 9u-12u  
en van 13u30-18u. Zaterdag  
van 9u-17u doorlopend



BVBA Clem Vercammen

Bergstraat 151

B-2220 Heist op den Berg

HEREMANS MANSHOVEN  
ARCHITECTEN

Grote Braamstraat 47E

2220 Heist-op-den-Berg

Tel.: 015/24 82 30

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

[info@hmarchitecten.be](mailto:info@hmarchitecten.be)



VH AVIATION CONSULTANCY BV

Broekmansstraat 36

2221 Booischot

Tel.: 015/22 23 52 - Fax: 015/22 34 28

[info@booischotse-metalen.be](mailto:info@booischotse-metalen.be)



Leden van  
AVZK krijgen  
10% korting  
bij een  
aankoop.



# Verslag bestuursvergadering dinsdag

**11/03/2025**

**Aanwezig:** Steven Henderickx, Vervloet Guido, Lekens Hendrik, Naets Monique, Heremans Agnes, Van Dyck Michel, Verelst Wim, Van Roie Guido, Verbinnen Elien

## **Woord van de voorzitter.**

De voorzitter heet iedereen welkom en verwelkomt Elien Verbinnen, trainster van de kangoeroes. Zij komt de vergadering mee volgen. De bedoeling is dat zij bij het bestuur komt.

Zij zou een goede spreekbuis zijn voor de jonge ouders en voor de jeugdtrainers.

## **Afvaardiging G-atleten**

\*Een speciale vermelding voor G-atlete Nadine Peeters. Zij verkocht voor meer dan 300 euro aan wafels en ander lekkers.

\*Agnes deelt de kalender mee van de G-atleten voor de eerstvolgende maanden ;

05.04 trainingsdag; 27.04 Tessenderlo; 01.05 Vilvoorde; 23.05 averegten jogging; van 28.05 tot 31.05 Special Olympics in Heule (Kortrijk)

## **Goedkeuring vorig verslag**

Iedereen heeft het verslag van de bestuursvergadering van 11 februari 2025 ontvangen. Er zijn geen opmerkingen binnengekomen. Het verslag wordt goedgekeurd.

## **sportieve gedeelte**

### **Belgisch kampioenschap masters Gent 22.02.2025**

- Masters dames W55 200m Ilse De Coninck zilver
- Masters mannen M55 kogelstoten Jurgen Van Lent brons
- Masters mannen M70 hoogspringen René Smets zilver
- Masters mannen M70 hinkstapspringen René Smets zilver

### **Provinciaal kampioenschap masters Gent 22.02.2025**

- Masters dames W55 200 m Ilse De Coninck goud
- Masters dames W55 400 m Ilse De Coninck zilver
- Masters dames W40 60 m Lieve Van Winckel goud
- Masters dames W40 kogelstoten Lieve van Winckel zilver
- Masters dames W50 60 m Ilse De Veuster goud
- Masters dames W50 200 m Ilse De Veuster goud
- Masters dames W40 60 m Karen Van der Aa goud
- Masters mannen M55 kogelstoten Jurgen Van Lent goud
- Masters mannen M55 400 m Jan De Raet zilver
- Masters mannen M60 1500 m Dirk Van Aelst goud
- Masters mannen M70 hoogspringen René Smets zilver
- Masters mannen M 70 hinkstapspringen René Smets goud
- Masters mannen M35 Kogelstoten Stefan Beyens goud
- Masters mannen M65 Kogelstoten René Busschodts brons

### **Kampioenschap van Vlaanderen veldlopen Diest 16.02.2025**

- Pupillen jongens 2015 : 01. Sem Van de Put (goud)

### **Veldloop Tessenderlo 23.02.2025**

- Pupillen jongens 2015 : 01. Sem Van de Put (goud)
- Juniors mannen 2006-2007 : 03. Verlinden Timo (brons)

### **Veldloop Essen 23.02.2025**

- Juniors dames 2006-2007 : 01. Huybrechts Anna (goud)
- Masters mannen +M35 : 03. Laporte Sten (brons)

\*Elien en Katrien gaan op donderdag 3 april 2025 een training voor de kangoeroes geven met de ouders erbij. Goed initiatief. Andere trainers denken eraan om ook zo'n initiatief te willen nemen in de toekomst.

\*Er is ook een mail gekomen van Kim Tobback 'dienst sport en jeugd aanbod' met een enquête.

Deze wordt doorgenomen en ingevuld.

Deze wordt terug verwacht tegen 26 maart.

Steven zou op vrijdag 14 maart 2025 een onderhoud hebben met Wendy Mortelmans (hoofd van sport en jeugdaanbod).

Hij heeft een hele waslijst van mankementen genoteerd

\*De Schepen van sport Sven Lambrechts gaf mij twee namen door van personen die zouden kunnen deel uitmaken van de sportraad nl Steven of Michel.

Michel heeft te kennen gegeven interesse te hebben in de sportraad. De secretaris gaat Kim Tobback hiervan op de hoogte brengen.

\*Monique en Hendrik zijn ingeschreven voor de algemene vergadering van Atletiek Vlaanderen (vroegere VAL) die doorgaat op zaterdag 22 maart 2025 in Zemst. Er is een verplichte aanwezigheid, indien niet aanwezig wordt er een boete van € 250.00 voorzien.

\*Momenteel is het uurschema van de open avondmeeting van vrijdag 16 mei 2025 doorgestuurd naar Monique die binnenkort alles zal klaarmaken in atletiek.nu.

Voor de jeugdmeeting van 21.06.2025 is nog geen bericht gekomen dat dit kan open gezet worden.

\*Voor de trainingsdag van de jeugd en G-atleten wordt € 5.00 deelnamegeld gevraagd.

Momenteel zijn er al een 21-tal atleten ingeschreven.

\*Aan de trainers vragen dat zij al beginnen met een lijst op te stellen voor de verschillende bekercups van Vlaanderen.

-zaterdag 3 mei 2025 ROBA pupillen en miniemen jongens en meisjes  
-zondag 4 mei 2025 Vilvoorde AC cadetten en scholieren jongens en meisjes

-zondag 18 mei 2025 VMOL AC mannen en vrouwen

-zondag 15 juni 2025 ASV Oudenaarde masters mannen en vrouwen.

\*Voor de open avondmeeting gaan we 2 tablets vragen. We doen de aanvraag via de secretaris van het PCA.

## **Evaluatie wafel-, truffels-, zeevruchtenpralines- en gebakjes verkoop.**

\*Er werden 599 dozen gekocht. Dat zijn er 190 meer dan vorig jaar. We mogen dus van een succes spreken.

\*De dozen werden geleverd op donderdag 6 maart 2025.

\*Er zijn nog een aantal mensen die hun bestelde dozen moeten komen afhalen. Ze dienen ze af te halen in het cafetaria.

\*Bij de jeugd waren het Minne en Fenne Van Hoof, Ella-Louise en Lize-Marie Eggers en Alexander Verreth die er meest verkochten en zij werden bedacht met een natura-prijs.

\*Vermeldenswaard is dat G-atlete Nadine voor meer dan € 300.00 lekkers verkocht. Zij moest nipt de duimen leggen voor de familie Henderickx-Goris.

Het bestuur dankt iedereen die heeft bijgedragen tot dit resultaat.

## **Kalender AVZK 2025**

### **Proeven voor de pistemeetings 2025**

### **Jeugdmeeting Antwerps jeugd criterium zaterdag 21 juni 2025 aanvang 10u00 (Running Store)**

Kangoeroes jongens en meisjes : 30 m – ver- stoten – 600 m

Benjamins jongens en meisjes : 40 m – hoog (2 standen) – vortexwerpen – 800 m

Pupillen meisjes en jongens : 60 m - 60 m horden – kogel – ver – 3 x 600 m

Miniemen meisjes : 150 m – 60 m horden – speer – hoog (2 standen) – 3 x 600 m

Miniemen jongens : 150 m – 80 m horden – speer – hoog (2 standen) – 3 x 600 m

### **Open avondmeeting van AVZK Running Store vrijdag 16 mei 2025 aanvang 18u30**

AMH-atleten dames en heren : 100 m – hockey

Cadetten meisjes en jongens : 100 m – 200 m – 800 m -kogel – discus – hoog - ver

Scholieren meisjes en jongens : 100 m – 200 m – 800 m -kogel – dis-



cus – hoog - ver

Juniors dames en heren : 100 m – 200 m – 800 m -kogel – discus – hoog - ver - uurloop

Seniors dames en heren : 100 m – 200 m – 800 m -kogel – discus – hoog – ver - uurloop

Masters dames en heren : 100 m – 200 m – 800 m -kogel – discus – hoog – ver - uurloop

\*We gaan het hockeybal werpen bij de G-atleten laten starten om 18u15 omdat de juryleden daarna aan andere proeven moeten zijn. Vermits dit geen officiële wedstrijd is mag dit vroegere aanvangsuur geen probleem zijn.

Agnes deelt ook mee dat de G-atleten opnieuw een tombola gaan organiseren en met de opbrengst hiervan zal er tussengekomen worden bij de Special Olympics.

Stilaan beginnen met een werkschema op te stellen.

### **Voorlopige kalender van AVZK voor 2025**

\*zaterdag 5 april 2025 trainingsdag voor de jeugd en de G-atleten

\*Vrijdag 16 mei 2025 avondmeeting vanaf cadetten en proeven G-atleten .

\*zondag 8 juni 2025 ontbijtactie AVZK

\*Zaterdag 21 juni 2025 jeugdmeeting Antwerps jeugd criterium .

\*zaterdag 4 oktober 2025 jaarlijks ledenfeest in zaal Magneet in Grootlo

\*weekend vanaf Cadetten in Maasmechelen : 17-18 en 19 oktober 2025

\*weekend jeugd en AMH-atleten 24-25-26 oktober 2025

\*zondag 14 december 2025 68<sup>ste</sup> veldloop AVZK

### **Vorbereiding ontbijtactie 2025**

-Na lang zoeken en afwegen werd onze ontbijtactie toch behouden op zondag 8 juni 2025.

-Guido en Ann zijn verontschuldigd.

-Binnenkort zal Steven de werkgroep bijeen roepen om alles te bespreken en vast te leggen.

-Wim gaat informeren in een winkel om zoals vorig jaar papieren zakken te bekomen.

-Steven gaat de papieren zakken van Runing Store en KBC controleren en er desnoods van bij vragen.

### **Varia**

\*De volgende vergadering zal doorgaan op **dinsdag 8 april 2025** in het cafetaria met aanvang om 20u15.

\*De tablets en de scanners die het PCA had aangekocht zijn niet meer hun eigendom. Dit gerief is nu eigendom van Atletiek Vlaanderen. We gaan proberen om 2 tablets te huren via de secretaris van het PCA.

\*Michel heeft contact gehad met de traiteur van het ledenfeest. Hij heeft meegedeeld dat de ploeg vrij laat was. De pasta mocht warmer opgediend worden.

Misschien mocht er een helper meer aanwezig zijn zodat het allemaal een beetje vlotter ging.

\*Guido VR heeft een oplijsting gemaakt ivm gebreken en tekortkomingen op het sportcentrum de Lichten

-De Douches zijn vaak te koud.

-De verdwenen rekstok is nog steeds niet terug. Vermits het zijn eigendom was, verwacht hij van de gemeente dat zij een nieuwe voorzien.

-Het dekzeil van de hoogspringmat is op twee plaatsen gescheurd.

-de hoogspringmat zou niet goed in mekaar gestoken zijn.

-Het zand in de verspringbak en in de roosters is nog niet in orde.

-Hij gaat spuitbussen met verf voorzien om kogels te schilderen.

-Hij informeert of er nog oude jaarboeken zijn.

\*Er wordt gevraagd dat de club T-shirts zou aankopen voor de juryleden die regelmatig optreden bij wedstrijden. Dit zou kunnen gelden voor Guido, Agnes, Gino en Wim.

\*Er wordt voorgesteld om nog eens pannenkoeken te bakken voor na de training. Iedereen is hiermee akkoord. Er wordt voorgesteld om dit

te doen op dinsdag 18 maart 2025.

Guido, Wim, Ann, Steven willen dit doen.

Agnes zal zorgen voor de suiker en de kartonnetjes.

Monique zal twee emmers klaargemaakt deeg bestellen bij 't Stationneke.

\*De secretaris zal binnenkort de lijst met de startnummers nog eens doorsturen. De trainers weten niet wie is aangesloten en wie niet. Iedere nieuwe atleet mag een drietal weken komen mee trainen maar zou dan een keuze moeten maken.

\*Er wordt voorgesteld om maandelijks een nieuwsbrief te maken voor de jeugd.

Steven en Elien gaan hieraan werken.

\*De trainers zouden ook kunnen doorgeven welke wedstrijden zij zouden kunnen begeleiden.

Begeleiding dient onderling te worden geregeld. Vooral voor nieuwe atleten en hun ouders is het belangrijk dat zij kunnen terugvallen op informatie van de trainers.

\*Steven probeert een onderhoud te bekomen met de verantwoordelijke van het fitness-center over eventuele kortingen.

\*Steven heeft op vrijdag 14.03.2025 een onderhoud met Wendy Mortelmans ivm alles wat er fout gaat op het sportcentrum De Lichten in Booischoot. Hij heeft hiervoor een heel lijstje genoteerd.

\*De voorzitter bedankt iedereen voor zijn aanwezigheid en zijn medewerking.

Lekens Hendrik,

verslaggever

## **Verslag bestuursvergadering dinsdag**

### **08/04/2025**

**Aanwezig:** Steven Henderickx, Vervloet Guido, Lekens Hendrik, Naets Monique, Busschodts René, Heremans Agnes, Van Roie Guido, Verbinen Elien

### **Woord van de voorzitter.**

De voorzitter heet iedereen welkom.

### **Afvaardiging G-atleten**

\*De trainingsdag van zaterdag 5 april is goed verlopen. De atleten hebben zich goed geamuseerd.

\*Geike Aerts is in Brasschaat bij een controledokter geweest en heeft de classificatie T37 (coördinatie stoornis) gekregen. Zij heeft wel een hele lange weg dienen af te leggen.

De familie bedankt de club voor alle inspanningen die werden gedaan.

\*voor de G-recreameeting van Tessenderlo van 27 april 2025 zijn 8 G-atleten van AVZK ingeschreven.

\*Op 28 april 2025 is er een laatste bijeenkomst voor de Special Olympics die doorgaan in Kortrijk. Daar zullen ook alle nodige documenten overhandigd worden.

### **Goedkeuring vorig verslag**

Iedereen heeft het verslag van de bestuursvergadering van 11 maart 2025 ontvangen. Er zijn geen opmerkingen binnengekomen.

Het verslag wordt goedgekeurd.

### **sportieve gedeelte**

#### **\*Kampioenschap van Vlaanderen (MOEV) indoor :**

cadetten jongens 01. Everdepoel Alec goud 1m70

#### **Provinciaal kampioenschap halve marathon Lier 29.03.2025**

Masters mannen M45 : 03. Verschaeren Geert (brons)

Masters mannen M70 : 02. Nevelsteen Staf (zilver)

Seniors dames : 01. Vermeulen Lauren (goud)

\*Michel Van Dyck zetelt voortaan in de sportraad .

\*Elien en Katrien hebben op donderdag 3 april 2025 een training voor de kangoeroes en de ouders gegeven.

Het werd een groot succes. Er kwamen heel veel positieve reacties

binnen. De hele groep bestond uit meer dan 50 personen. De ouders konden ervaren dat er wel degelijk werd getraind.

Het is zeker voor herhaling vatbaar.

\*Steven heeft op vrijdag 14 maart 2025 een onderhoud gehad met Wendy Mortelmans (hoofd van sport en jeugd aanbod) en Sven Lambrechts (Scheperen).

Hij had een hele waslijst van mankementen genoteerd.

-Ze zijn het sportcentrum rond geweest. Een aantal zaken zijn reeds opgelost.

-De putten op de parking langs de paardenpiste zijn opgevuld.

-Er is duidelijk meegedeeld dat de polsstokstand niet meer te gebruiken is.

-De reparatie van de aanloopstrook van het verspringen zou op de planning staan.

-De verzakking aan de garagebox is ook aangekaart. Inmiddels is er aan de inkompoort naast de sporthal een nieuwe verzakking opgedoken.

-Het licht in het houten gebouw aan de aankomst is inmiddels hersteld.

-Het vele zand in de gleuven naast de zandbak.

-De staat van de toegangsweg naar de piste werd ook bekeken.

-De staat van de gras piste is al jaren een doorn in het oog van de atletiekclub.

-De overhangende bomen zouden geen probleem vormen volgens de sportdienst

-De boord van de kogelstand is ondertussen vervangen.

\*Wat met de nieuwe speren van 700 gr. In de officiële berichten is verschenen dat de masters M50 en M55 nog wel met de oude speer van 700 gr dienen te werpen. De Scholieren daarentegen moeten de nieuwe speer gebruiken.

Guido zal het nodige doen en 3 wedstrijdspere bestellen.

\*Momenteel staan de drie meetings op atletiek.nu maar staan ze nog niet open voor inschrijving. Het uurschema van de open avondmeeting van vrijdag 16 mei 2025 is doorgestuurd naar Peter Wijns.

\*Voor de jeugdmeeting is er tussen de clubs van het Antwerps jeugd criterium afgesproken om voorrang te geven aan de atleten van deelnemende clubs en op 14 dagen voor de meeting de inschrijvingen open te stellen voor de andere clubs.

-zaterdag 3 mei 2025 ROBA pupillen en miniemen jongens en meisjes.

Er is een mail gestuurd naar de pupillen en miniemen met de vraag om zo veel mogelijk in te schrijven.

Inschrijven gebeurt via de trainers.

#### Andere bekertjes van Vlaanderen :

-zondag 4 mei 2025 Vilvoorde AC cadetten en scholieren jongens en meisjes

-zondag 18 mei 2025 VMOL AC mannen en vrouwen

-zondag 15 juni 2025 ASV Oudenaarde masters mannen en vrouwen.

\*De trainers zijn al begonnen met een lijst op te stellen voor de verschillende bekertjes van Vlaanderen.

\*Voor de open avondmeeting gaan we 2 tablettjes vragen. We doen de aanvraag via de secretaris van het PCA. Ondertussen zijn er ook tablettjes gevraagd voor de jeugdmeeting van 21.06.2025 en toegekend.

#### Afhuring accommodatie van juli 2025 tot en met juni 2026

\*deze dienen voor 1 mei 2025 binnen te zijn.

\*Volledige sporthal Booischot dinsdag en donderdag van 18u30 tot 20u00 vanaf 1 november 2025 tot 31 maart 2026. De vorige jaren kreeg AVZK alleen de dinsdag en dienden we voor de andere training uit te wijken naar Sint-Lambertus. En dat zal nu waarschijnlijk niet anders zijn.

\*Voetbalterrein Booischot dinsdag en donderdag van 18u30 tot 20u00

\*Kleedkamers 1 tot 6 maandag 4 augustus 2025 van 17u30 tot 21u30 éénmalig (stratenloop van Booischot Statie)

\*atletiekpiste elke week op maandag, dinsdag, woensdag en donderdag van 18u30 tot 20u00

\*atletiekpiste elke week op vrijdag van 19u00 tot 20u00

\*kogelstand elke week op zaterdag van 10u00 tot 12u00

#### Enkelvoudige reserveringen

Atletiekpiste (dit is onder voorbehoud.

trainingsdag jeugd en G-atleten : zaterdag 4 april 2026 (Pasen is 5 april) 9 tot 17 uur

Atletiekpiste open avondmeeting vrijdag 29 mei 2026 van 17u30 tot 22u30

Atletiekpiste jeugdmeeting AJC zaterdag 20 juni 2026 van 9u00 tot 15u00

#### Graspiste

Zaterdag 13 december 2026 9u00 tot 12u00 klaarzetten voor veldloop

Zondag 14 december 2026 8u00 tot 15u00 veldloop

#### Paardenpiste

Zaterdag 13 december 2026 9u00 tot 12u00 klaarzetten voor veldloop

Zondag 14 december 2026 8u00 tot 15u00 veldloop

#### Voetbalterrein Booischot

Zaterdag 13 december 2026 9u00 tot 12u00 klaarzetten voor veldloop

Zondag 14 december 2026 8u00 tot 15u00 veldloop

#### Kalender AVZK 2025

##### Proeven voor de pistemeetings 2025

##### Jeugdmeeting Antwerps jeugd criterium zaterdag 21 juni 2025 aanvang 10u00 (Running Store)

Kangoeroes jongens en meisjes : 30 m – ver- stoten – 600 m

Benjamins jongens en meisjes : 40 m – hoog (2 standen) – vortexwerpen – 800 m

Pupillen meisjes en jongens : 60 m - 60 m horden – kogel – ver – 3 x 600 m

Miniemen meisjes : 150 m – 60 m horden – speer – hoog (2 standen) – 3 x 600 m

Miniemen jongens : 150 m – 80 m horden – speer – hoog (2 standen) – 3 x 600 m

\*Bij de miniemen staat momenteel 150 m ingevuld maar we hadden eigenlijk een 80 m willen inplannen. Het probleem is gemeld aan Atletiek Vlaanderen maar we weten niet of deze verandering nog mogelijk is.

We wachten even af en anders zal het een 150 m worden.

##### Open avondmeeting van AVZK Running Store vrijdag 16 mei 2025

###### aanvang 18u30

AMH-atleten dames en heren : 100 m – hockey

Cadetten meisjes en jongens : 100 m – 200 m – 800 m -kogel – discus – hoog - ver

Scholieren meisjes en jongens : 100 m – 200 m – 800 m -kogel – discus – hoog - ver

Juniors dames en heren : 100 m – 200 m – 800 m -kogel – discus – hoog - ver - uurloop

Seniors dames en heren : 100 m – 200 m – 800 m -kogel – discus – hoog – ver - uurloop

Masters dames en heren : 100 m – 200 m – 800 m -kogel – discus – hoog – ver - uurloop

\*We gaan het hockeybal werpen bij de G-atleten laten starten om 18u15 omdat de juryleden daarna aan andere proeven moeten zijn. Vermits dit geen officiële wedstrijd is mag dit vroegere aanvangsuur

geen probleem zijn.

Agnes deelt ook mee dat de G-atleten opnieuw een tombola gaan organiseren en met de opbrengst hiervan zal er tussengekomen worden bij de Special Olympics.

Stilaan beginnen met een werkschema op te stellen.

\*Vermits de volgende bestuursvergadering op amper 3 dagen voor de meeting is, zal binnenkort het werkschema moeten worden opgesteld evenals de bestellingen op punt gezet worden.

#### **Voorlopige kalender van AVZK voor 2025**

\*Vrijdag 16 mei 2025 avondmeeting vanaf cadetten en proeven G-atleten .

\*zondag 8 juni 2025 ontbijtactie AVZK

\*Zaterdag 21 juni 2025 jeugdmeeting Antwerps jeugd criterium .

\*zaterdag 4 oktober 2025 jaarlijks ledenfeest in zaal Magneet in Grootlo

\*weekend vanaf Cadetten in Maasmechelen : 17-18 en 19 oktober 2025

\*weekend jeugd en AMH-atleten 24-25-26 oktober 2025

\*zondag 14 december 2025 68<sup>ste</sup> veldloop AVZK

#### **Voorbereiding ontbijtactie 2025**

-De ontbijtactie blijft behouden op de tweede zondag van juni 8 juni 2025(vaderdag). Dit jaar is dit wel het Sinksenweekend.

-Guido en Ann zijn verontschuldigd.

-Binnenkort zal Steven de werkgroep bijeen roepen om alles te bespreken en vast te leggen.

-Steven zal met de werkgroep ook de vraagprijzen vastleggen.

-Wim gaat informeren in een winkel om zoals vorig jaar papieren zakken te bekomen.

-Steven gaat de papieren zakken van Runing Store en KBC controleren en er desnoods van bij vragen.

-De bakker is op de hoogte gebracht van onze actie.

#### **Varia**

\*De volgende vergadering zal doorgaan op **dinsdag 13 mei 2025** in het cafetaria met aanvang om 20u15.

Elien heeft zich al verontschuldigd. Indien zij punten heeft, kan ze die op voorhand meedelen.

\*Er wordt voorgesteld om maandelijks een nieuwsbrief te maken voor de jeugd.

Steven en Elien gaan hieraan werken.

\*In verband met de vernieuwing van de polsstokstand kan als argument gebruikt worden dat het nummer is opgenomen in de Bekers van Vlaanderen.

\*een ander argument is dat er momenteel niet kan getraind worden voor polsstok omdat de mat totaal versleten is. De eventuele atleten die dit onderdeel willen trainen moeten uitwijken naar andere clubs

die wel over een degelijke installatie beschikken en dat kost ons atleten.

\*De voorzitter bedankt iedereen voor zijn aanwezigheid en zijn medewerking.

Lekens Hendrik,

verslaggever

## **Verslag trainersvergadering donderdag**

### **03/04/2025**

**Aanwezig:** Elien Verbinnen, Jitser De Voeght, Jana Spallier, Guido Van Roie, Peter Vervloet (verslag)

#### **Training**

\*Trainingsdag kan doorgaan op zaterdag 5 april. Guido (hoog), Elien (benj), Katrien (benj), Britt, Jitser, René en Agnes (G-atl), Jurgen (nm, sprint, horden) kunnen er bij zijn. 34 atleten zijn ingeschreven. Elk kind zal zijn eigen lunch en drinkbus moeten meebrengen. Tussendoortjes kunnen de trainers wel uitdelen. Agnes zal die wel aankopen. Extra aandacht bij sommige proeven waarvoor nog niemand ingeschreven is voor BVV: wie kan dat goed of behoorlijk

\*Extra training voor wedstrijdathleten pup&min ging deze week voor het eerst door. Bv op donderdag 6 miniemen en 10 pupillen (veel meer deelnemers dan vorig jaar)

#### **Wedstrijden**

\*BVV pup en min op zaterdag 3 mei. Peter, Elien, en Britt kunnen begeleiden. In Betekom (ROBA).

Inschrijvingen zijn bezig. Bij de miniemen jongens is er weinig interesse en geraken we zelfs nog niet aan een aflossingsploeg. Ook pupillen meisjes is er nog maar weinig interesse.

\*Zomerprogramma. Wedstrijden komen ook allemaal in Spond

- ma 21/04/2025: AJC Aartselaar

- do 01/05/2025: AJC Duffel

- za 03/05/2025: BVV pup/min Betekom

- zo 25/05/2025: PK pup/min Mol

- zo 01/06/2025: AJC Mechelen RAM

- za 07/06/2025: AJC Edegem

- ma 09/06/2025: PK meerkamp pup/min Merksem

- za 21/06/2025: AJC Booischot

- ma 04/08/2025: stratenloop Booischot

- za 06/09/2025: AJC AVLL Lier

- zo 28/09/2025: PK estafette Bornem

- zo 28/09/2025: AJC OLSE Merksem

#### **VOLGENDE VERGADERING DINSDAG 3 juni, 20u00**

## **Samenstelling bekera van Vlaanderen 2025**

### **Beker van Vlaanderen pupillen en miniemen jongens en meisjes zaterdag 3 mei 2025**

Match 5 : Inrichter ROBA (Betekom)

ROBA \_ ARAC \_ **AVZK** \_ ACHL \_ VAC \_ SPVI \_ TUAC \_ ACKO \_ DCLA

### **Beker van Vlaanderen cadetten en scholieren jongens en meisjes zondag 4 mei 2025**

Landelijke 3 B : inrichter VAC (Vilvoorde)

VAC \_ OLSE \_ ATLE \_ ARAC \_ **AVZK** \_ ESAK \_ ACBR \_ PEGA \_ TUAC \_ VMOL \_ ACKO

### **Beker van Vlaanderen AC mannen en vrouwen zondag 18 mei 2025**

Landelijke 2 B : inrichter VMOL (Mol)

VMOL \_ **AVZK** \_ RAM \_ ACA \_ GENK \_ BRAB \_ BVAC \_ ACKO \_ TUAC \_ SPVI \_ TACT \_ ESAK

### **Beker van Vlaanderen masters mannen en vrouwen zondag 15 juni 2025**

Afdeling 2 B ; inrichter ASVO (Oudenaarde)

ASVO \_ ARAC \_ OLSE \_ AVLL \_ **AVZK** \_ RCT \_ LOOI \_ BRAB \_ ABES \_ RAM \_ ESAK \_ AVT



Anna Huybrechts won de veldloop in Essen bij de juniors dames op 23 februari 2025.

Proficiat Anna!



Op 2 februari 2025 werd Mil Heremans tweede op de veldloop in Duffel bij de junioren mannen.

Proficiat Mil!



Sem Van De Put werd eerste op de veldloop in Tessenderlo op zondag 23 februari 2025 bij de pupillen jongens.

Timo Verlinden werd hier derde bij de juniors mannen.

Goed gedaan allebei!



## Ouder-kind-training

Wat een fantastische sfeer tijdens onze ouder-kind-training! Onze jongste atleetjes kregen versterking van mama's, papa's, oma's, opa's en andere sportieve supporters – en samen zetten ze hun beste beentje voor op de piste.

Er werd gelopen, gesprongen, gelachen en vooral: genoten. De kinderen straalden, en de ouders deden enthousiast mee – sommigen ontdekten zelfs verborgen atletiektalenten!

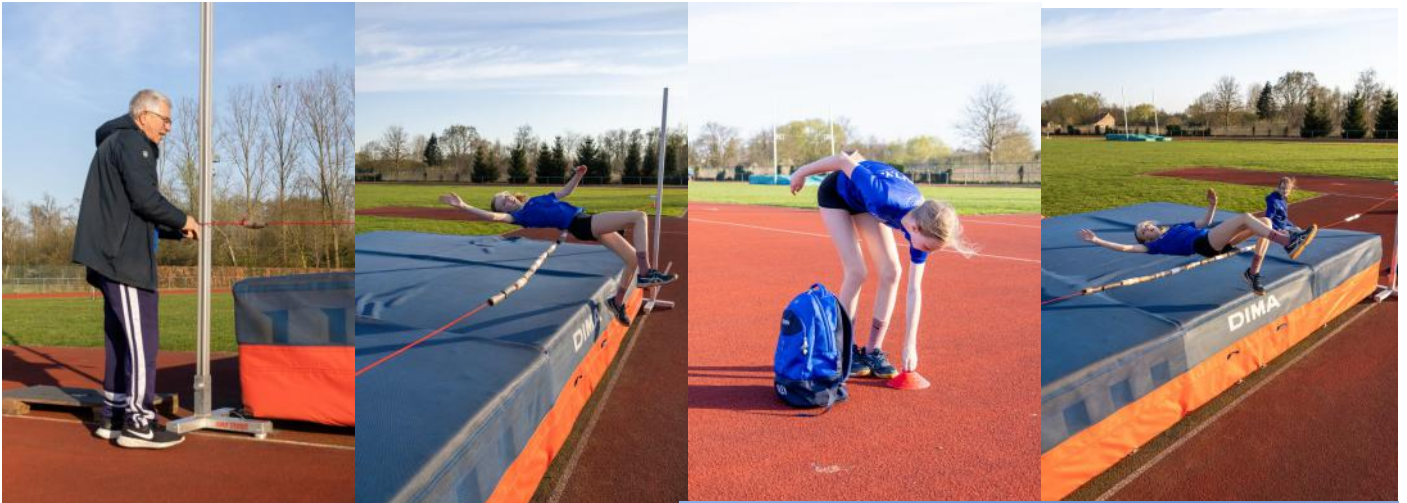
Het was mooi om te zien hoe sport verbindt en hoeveel plezier er ontstaat wanneer jong en iets minder jong samen bewegen.

Een dikke dankjewel aan onze trainsters Elien en Katrien en iedereen die erbij was en van deze training een warm en sportief moment maakte. Dit smaakt zeker naar meer!



## Hoogspringtraining

Stijn Jacobs (papa van miniem Jozefien Jacobs) heeft voor een opdracht van zijn opleiding fotografie enkele hoogspring trainingen gevolgd bij Guido



## Crosstrofee

Sem Van De Put, Alexander Verreth, Tibe Van Den Wyngaert en Tomas Claessen mochten naar de prijsuitreiking voor de crosstrofee van de provincie Antwerpen.

Proficiat jongens!



## Onze benjamins en kangoeroes in actie op de meeting in Duffel op 1 mei 2025









Atletiekvereniging Zuiderkempen

Redactie:

Lien Henderickx

't Kapmes 1

2221 Booischot

Tel. 0475/ 92 42 37

Email : redactie.dekemper@gmail.com

Hendrik Lekens

Broekmansstraat 121

2221 Booischot

Telefoonnr.: 015 34 87 86 of 0486 42 42 08

E-mail: lekens.andre@telenet.be

www.avzk.be

## Voorzitter

---

Steven Henderickx (0475/924237)

## Ondervoorzitter

---

Guido Vervloet

## Secretaris

---

Hendrik Lekens (015/34.87.86 en 0486/42.42.08)

## Penningmeester

---

Monique Naets (015/22.44.12 en 0484/76.45.34)

## Vertrouwenspersonen AVZK

---

Katrien Mondelaers

## Bestuursleden

---

Agnes Heremans, René Busschodts, Michel Van Dyck,  
Wim Verelst, Guido Van Roie,

## Materiaalmeester

---

Guido Van Roie

## Clubtrainers

---

René Busschodts, Jurgen Van Lent, Liesbet Van Roie, Lieve Van Winckel, Peter Vervloet, Seppe Van Lent, Sten Laporte, Guido Van Roie, Britt Fleerackers, Katrien Mondelaers, Agnes Heremans, Jitser De Voeght, Zico D'Hooghe, Jana Spallier, Pieter Verstraeten, Lien Henderickx, Marie Van Dessel en Elien Verbinnen

## Ere-jurylid

---

Vic Florenty, Monique Pelgrims, Willy De Fyn

## Juryleden

---

Agnes Heremans, Monique Naets, Willy De Fyn, Guido Van Roie,  
Hendrik Lekens, Wim De Vries, Gino Swyngedaauw

## Kidsjuryleden

---

Guido Van Roie, Agnes Heremans

## Clubjuryleden

---

Guido Vervloet, Ann Dermaux, Debbie De Vries, Annemie Schelens, Marijke Goris, Nele Evens, Steven Henderickx, Geert Van De Water

## Verantwoordelijke G-atletiek

---

René Busschodts, Agnes Heremans

## Trainers G-atletiek

---

Agnes Heremans, René Busschodts

## E-mail redactie

---

lekens.andre@telenet.be

## Lidgeld

---

Kangoeroes 2019	€ 70
Kangoeroes - Benjamins	€ 110
Pupillen - Miniemen	€ 130
Cadetten - Masters	€ 150
Joggers, sympathisanten	€ 110
Families	€ 420 (max.)
Vanaf 3de gezinslid	- 20% op laagste categorie



De Cock - Van Steen  
Algemene bouwwerken

Lange Molenstraat 20  
2220 Heist-op-den-Berg (Goor)

Tel.: 015/22 05 24 en 015/22 05 49



Open Analytics

Jupiterstraat 20

2600 Berchem

[www.openanalytics.eu](http://www.openanalytics.eu)

**TROFEEEN TROFEEEN**



**TROFEEELAND**  
BOUTERSEM

TROFEEËN  
BEKERS  
MEDAILLES



T-SHIRTS  
TIN & KRISTAL BADGES & PINS

COMPUTERGRAVURE ZANDSTRALEN FOTODRUK

**WWW.TROFEEELAND.BE**

**Trofeeland**  
Leuvensesteenweg, 81 3370 BOUTERSEM  
Tel.: 016/73.50.88 email: [info@trofeeland.be](mailto:info@trofeeland.be)  
Zaterdag, Zondag en Maandag gesloten

**TROFEEEN TROFEEEN**



air service

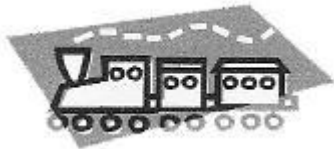


**TRANSPORT MICHIELS**

Zuidgoordijkstraat 1  
Tel. +32 15 22 25 54

B-2235 Hulshout  
Fax +32 15 22 54 66





## BVBA 't STATIONNEKE

Brasserie - Ijssalon - Feestzaal - Traiteur - Catering

Kleine Steenweg 153 - 2221 Booischot  
Tel.: 015/22 25 45



## Groenbedrijf Baeck bvba

Liesdonk 15  
2440 GEEL



David Coremans  
9de Liniestraat 12E  
3200 Aarschot  
[www.audioworks.be](http://www.audioworks.be)



De Cock Peeters & Partners  
[www.dccp.be](http://www.dccp.be)  
[info@dccp.be](mailto:info@dccp.be)  
Bedrijfsadvies - Boekhouding - Fiscaliteit