



De Stevige Stapper – 91

(november-december 2023)

Verschijnt 2 maandelijks
vu. Eric Geudens, Vogelzangstraat 35, 2222 Itegem

WSV IVAS Itegem vzw (1059)
Vogelzangstraat 35, 2222
ondernemersnummer 0811 855 257
RPR – ondernemingsrechtbank afdeling Mechelen
0496 26 21 94
wsv.ivas@gmail.com
www.ivas.be
<https://www.facebook.com/IVAS.Itegem/>

Hallo IVAS-stappers,

Ik zit hier voor mijn computer om een voorwoord te schrijven en weet niet goed waarover ik iets wil zeggen. Moet ik het hebben over onze voorbije Bamistoet? Of over dit laatste krantje van 2023? Of over hoe gezond wandelen wel is? Of over ons komende ledenfeest? Of over de groei van ons “clubke”? Of over ons 15-jarig bestaan?

Ik kom juist uit het ziekenhuis na een toch ingrijpende operatie. Het medisch personeel was verrast over wat ik na één dag al zelf kon doen. Mijn herstel ging zo vlot dat ik na twee in plaats van drie dagen al terug naar huis mocht. “Rusten en een dafalanneke nemen kan je thuis even goed” besloot de chirurg. Waarom vertel ik zo iets persoonlijks? Wel, omdat ik, en met mij de dokters en verplegers, ervan overtuigd ben dat het snelle herstel hoofdzakelijk te danken is aan het bewegen en de fitte conditie. Voor mij is dat dus het wandelen. Daarom deze oproep: blijf bewegen, blijf wandelen. Vroeg of laat pluk je hiervan de vruchten.

En hiermee heb ik toch al één van de items ingevuld.

Een ander belangrijk punt: onze voorbije Bamistoet in Grootlo.

Met 1.138 deelnemers was dit niet onze meest succesrijke editie. Maar ja, de terugval door Corona is overal voelbaar. Als we de cijfers vergelijken met de andere organisaties van die dag, scoren wij bij de besten en moeten we spreken van een succes. Ik wil jullie allemaal bedanken voor jullie steun, zowel wandelaars als helpers. Natuurlijk zijn het vooral de helpers die ik wil bedanken. Jullie hebben er voor gezorgd dat de Bamistoet bijna probleemloos verliep. Van parcours tot hulp in de zaal en keuken, het stond op punt. Sommigen zijn er dagen en weken mee bezig geweest, anderen de dag zelf. Elke hulp is belangrijk. Daarom van ganser harte een dikke, dikke merci.

We zitten hiermee aan het laatste krantje van 2023. 2024 zal vlug daar zijn. Ik reken erop dat we ook volgend jaar een beroep mogen doen op jullie hulp bij onze wandelingen. Voor één punt in onze wandelorganisatie zou ik nu al een oproep willen doen. De kern van onze parkeerwachters bestaat uit 2 man en dat is te weinig. Wie wil zich kandidaat stellen om mee te helpen bij het begeleiden van de auto's naar de juiste parking? Wie stelt zich kandidaat? Alvast bedankt bij voorbaat.

Dit jaar vieren we ons 15-jarig bestaan en zijn we ondertussen uitgegroeid tot één van de grootste

clubs van provincie Antwerpen met bijna 400 leden. Het ledenfeest op 19 november zal hiervan de apotheose zijn. Ik hoop jullie daar dan ook in grote aantallen te mogen ontmoeten.

Ik wens jullie nog veel wandelplezier in 2023 en een vlotte overgang naar 2024.

Groetjes
Alex.



Volgende nieuwe leden heten wij welkom bij onze club:

Hans Wyns – Heist-op-den-Berg
Annik Verheyden – Heist-op-den-Berg
Luc De Winter – Heist-op-den-Berg
Marina Bellekens – Heist-op-den-Berg
Guy Rosiers – Hallaar
Manuel Verhaegen – Hallaar
Griet Van Hoeck – Hallaar
Ibo Goyvaerts – Herenthout
Yana Goyvaerts – Herenthout
Ilse Van de Craen – Geel
Guy Laureys – Herentals
Joghen Waegemans – Hulshout
Nancy Bastiaens – Hulshout
Magda Boeckx – Herenthout
Rita Dijkmans – Heist-op-den-Berg
Peggy Dillen – Wiekevorst
Helga Schelles – Viersel
Hanne Jacobs – Viersel
Emiel Dierckx – Herenthout
Annemie De Reyck – Herenthout

WSV IVAS Itegem telt nu 393 leden.

Samenvatting bestuursvergaderingen 1059 WSV IVAS Itegem vzw

Vergaderingen van 5/9 en 17/10/2023

Post, Mails en opvolging vorige vergaderingen

- ✓ Mail Walking Belgium ter controle van de gegevens 2024
- ✓ Mail Ondernemend Heist – uitnodiging UNIZO café 28 september 2023
- ✓ Mail Sport en jeugd Heist – Begeleiding gezocht voor Multi SkillZ Heist
- ✓ Mail Sport en jeugd Heist – aanbod opleiding mbt aanbod projectsubsidies
- ✓ Lokaal bestuur Heist – Nieuwbrief Sport en Jeugd september 2023

- ✓ Goedkeuring Bamistoicht Rotselaar, Tremelo, Haacht, De Vlaamse Waterweg
- ✓ Mail parochieteam PZ Itegem – Organisatie ontbijt PA Itegem 22/10/2023
- ✓ Mail Team sport en jeugd/Heist-op-den-Berg: vraag medewerking voor het bussen van uitnodigingen m.b.t. buurtnetwerk.
- ✓ Mail Team Gelijke Kansen/Heist-op-den-Berg: aankondiging geluikswandelingen
- ✓ Mail parochieteam PZ Itegem: nieuwe werkwijze reservatie en opvolging gebruik accommodatie PZ Itegem.
- ✓ Mail Team sport en jeugd/Heist-op-den-Berg: aankondiging en vraag tot medewerking Sport Fest Heist 2023.

UITGAANDE POST EN MAILS :

- ✓ Bestelling Walking Belgium 2024 en pancarten.
- ✓ Bestelling blanco lidkaarten.

- ✓ Helpers- en ledenfeest
Menu + deelnameprijs wordt opgesteld. Uitnodiging opgenomen in De Stevige Stapper.
Omdat het een jubileum editie betreft, wordt een speciale act voorzien.
- ✓ Bamiswandeltocht: laatste voorbereidingen worden besproken parcours is rond, catering dient de planning voor de helpers nog op te stellen. Toelatingen zijn in orde.
Er wordt afgesproken een kilometervergoeding te voorzien voor clubleden die hun wagen gebruiken voor het afhalen, aanbrengen en wegvoeren van voorraden en gebruiksvoorwerpen.
- ✓ De website wordt vernieuwd en zal de eerste week van december online komen.

VARIA :

- ✓ Ronny zal in de toekomst voor de koelwagen zorgen. De agenda voor de reservering wordt aan Ronny overgemaakt.
- ✓ Ontbijt parochiezaal 22 oktober: de club zal een deel van de flyers rondragen in meerdere straten te Itegem.



BUSUITSTAP

KNOKKE-HEIST

5 november 2023

**Op 5 november trekken wij met de bus naar Knokke-Heist
waar WNZB Knokke-Heist vzw haar
49° Canadese bevrijdingsmars organiseert.**

Praktisch :

- Vertrek te Itegem om 7.30 uur aan het Van Gansackerplein
- De afstanden die er kunnen gewandeld worden : 8, 13 of 18 km
- Vertrek terug uit Knokke-Heist : 15.30 uur

**VOLZET
INSCHRIJVEN IS HELAAS NIET MEER MOGELIJK**

14° Bamiswandeltocht

Was een succes; een prachtig parcours, de weergoden die ons goedgezind waren en uiteraard de vele helpende handen van onze leden die ook nu weer hun beste beentje voorzetten om de wandelaars te verwennen. Allen van harte bedankt! Zonder jullie inzet zouden er geen wandelingen mogelijk zijn.



Uitnodiging voor ons Helpers- en Ledenfeest

van zondag 19 november 2023 in Parochiezaal Itegem

Dit jaar op het menu :

Aperitief met hapjes

Voorgerecht: garnaalcocktail

Hoofdgerecht:

Vispannetje met garnalensaus

Varkenshaasje met peperroomsaus

Kalkoenlapjes met champignonroomsaus

Warme groenten

Aardappelgratin of kroketten

Dessertenbuffet - koffie

Voorgerecht bediend aan tafel

Hoofdgerecht en dessert in buffet

**Deelnameprijs: € 15 voor de helpers € 35 voor leden of € 50 voor niet leden
Kinderen tot 12 jaar halve prijs**

(Uiterlijk tegen 10/11 over te schrijven op BE55 7310 0302 3644 van WSV IVAS Itegem)

Clubwandeling (+/- 10 km, 6 km onverhard en 4 km verhard) start om 10 u. Gratis drankje onderweg met mogelijkheid om te stoppen of je kan hier ook instappen voor de laatste 4 km.

Aperitief vanaf 13 uur

Vanaf 9 uur is de clubshop open !!!! (ook voor niet eters !!)

De clubshop is ook geopend elke woensdag van 17 tot 20 uur, liefst na telefonische afspraak op 015 24 95 46 of 0485 13 87 61 bij Griet Meylemans A. De Bruynstraat 8 Itegem

Hernieuwing lidmaatschap

Voor het kalenderjaar 2024 dient je lidgeld hernieuwd te worden tegen 31/12/23. Wie tegen die datum niet vernieuwd heeft, wordt vanaf Nieuwjaar geschrapt als lid van WSV IVAS Itegem vzw.

Het lidgeld voor 2024 bedraagt € 14.

Per gezin wordt de eerste wandelkalender “Walking in Belgium” aangeboden aan € 4. De normale verkoopprijs, voor leden, bedraagt € 6.

- Gelieve bij de betaling van je lidgeld rekening te houden met je tegoed van je stempelblad.
- Het tegoed van je stempelblad wordt automatisch afgehouden van je lidgeld, tenzij je het zelf anders vraagt.
- Betaling van de lidgelden kan enkel door overschrijving op de rekening!! Cash betalingen kunnen niet in het clublokaal.
- Op het ledenfeest is er **geen** mogelijkheid tot betaling van de lidgelden!!

Je huidige lidkaart blijft automatisch geldig voor 2024 voor zover het lidgeld tijdig betaald wordt. Zo niet wordt de lidkaart in het ledenbestand van de wandelfederatie geschrapt met ingang van 1 januari 2024. Stel het hernieuwen van je lidmaatschap niet uit, zodat wij ook de mogelijkheid hebben om de noodzakelijke administratieve afhandeling ervan te verzekeren.

Betaling van het lidgeld kan enkel door overschrijving op rekening **BE55 7310 0302 3644 KREDBEBB van WSV IVAS vzw**. Gelieve in de mededeling te vermelden voor wie je het lidgeld betaalt.

Nadat de betaling is geregistreerd, zal de club je het attest voor ‘terugbetaling lidgeld mutualiteit’ bezorgen. Om praktische redenen (afpraak met de federatie) zal dit pas gebeuren vanaf 8 november.

Nieuwe leden (nieuwe aansluitingen) kunnen terecht op één van onderstaande adressen

- wsv.ivas@gmail.com
- www.ivas.be

Indien het tegoed van je stempelblad het bedrag van je lidgeld overstijgt, kan je dit tegoed gebruiken voor aankopen (clubkledij) en betalingen (ledenfeest, busreis) binnen de club. Je stempelblad nog niet binnengebracht? Je kan dit nog altijd binnenbrengen op het secretariaat van de club Vogelzangstraat 35, 2222 Itegem.

Terugbetaling lidgeld door mutualiteiten

Na betaling van je lidgeld 2024 ontvang je een attest voor de ziekenkas dat al grotendeels ingevuld is.

Kleef een mutualiteitsstickertje op dit attest en onderteken het.

Bezorg dit attest aan je ziekenkas maar vermits dit voor het lidgeld van 2024 bedoeld is

pas afgeven vanaf 1 JANUARI 2024.



Wist je dat :



- wij op 25 november met een delegatie deelnemen aan de wandeling Steps on Fire. De deelnemers krijgen nog een mailtje van de club om eventueel af te spreken in groep te wandelen.

Gratis wandeling

- de volgende maand een gratis wandeling op het programma staat. Vergeet niet hiervan gebruik te maken. Het betreft de wandeling op 10/12/2023 - Langdrop – 44° Sinterklaasocht – WSC Langdorp vzw. De bon voor deze gratis wandeling verder in deze Stapper.

Skinfit najaarsactie

- ook dit najaar Skinfit onze leden een kortingsbon voor de Skinfit actie november 2023 aanbiedt. Ook deze bon verder in deze Stapper.

Vernieuwde website Wsv Ivas

- er een nieuwe website in ontwikkeling is. Tijdens de eerste week van december zal deze website online worden gezet. Het kan zijn dat gedurende korte periode geen website beschikbaar zal zijn. Dit heeft te maken met het overzetten van de domeinnaam.

Aanbevolen wandelingen:

Hierbij de lijst met aanbevolen wandelingen. De lijst bevat zowel de aanbevolen wandelingen als de lange afstandswandelingen(grijs gearceerd).

Voor de lange afstand wordt elke week, in onderling overleg, een wandeling gekozen en wordt er afgesproken wie welke afstand doet. Heb je interesse om mee te gaan, contacteer Eric Geudens. De volledige wandelkalender kan men altijd consulteren op de app en de website van Wandelsport Vlaanderen via onderstaande link:

[De Wandelkalender \(walkinginbelgium.be\)](http://walkinginbelgium.be)

Dag	Datum	Tocht naam	organiserende clubnaam	Startplaats naam	Startplaats straat & nummer		Startplaats gemeente	afstanden
Wo	01-11-2023	Sterbostochten	Merksemse Wandelclub De Stroboeren vzw	Sportpark Kattegat	Bredabaan 280	2990	Wuustwezel	6-10-12-18-24-28-35 km
Vr	03-11-2023	Martine Van Camptocht	KWSV Wandelend Paal vzw	Bezoekerscentrum Webbekoms Broek	Omer Vanaudenhovelaan 48	3290	Diest	4-7-12-16-20 km
Za	04-11-2023	Marche aux couleurs de saison	Les Spirous de Jemeppe s/Sambre	Ecole Fédération Wallonie Bruxelles	Rue Haute 60	5190	Spy (Jemeppe-sur-Sambre)	4-7-14-21-30-50 km
Za	04-11-2023	48e Marche Internationale du Houx	Les Roteus di Houssaie asbl - Beyne-Heusay	Salle Saint-Barthélemy	Rue Cardinal Mercier 28	4610	Beyne-Heusay	4-6-12-21-30-42 km
Za	04-11-2023	Ritselende Blarentocht	WSV De Natuurvrienden - Zoersel vzw	Zaal Fanfare De Kempenzonen	Patrijzenlaan 30	2242	Pulderbos (Zandhoven)	6-12-20-25-30 km
Zo	05-11-2023	16e Klein Peerkentocht - Walk 2 Gether-tocht	De Korhoenstappers vzw	De Heischuur	Schuurhoven 2	2360	Oud-Turnhout	5-7-12-18-25 km
Ma	06-11-2023	Demertocht	W.S.V. De Schoverik Diepenbeek	OC Lutselus	Pastorijstraat 7	3590	Diepenbeek	4-6-12-18-22 km
Di	07-11-2023	Asdoncktocht	W.S.V. De Kampse Wandelaars	Voetbalkantine KESK	Heidestraat 71	3971	Heppen (Leopoldsburg)	5-7-8-9 km
Do	09-11-2023	Spektocht OK50	KWSV OK50 Zonhoven vzw	Parochiezaal Halweg	Heikensstraat 20	3520	Zonhoven	4-6-8-9-10-15-19 km
Za	11-11-2023	15e Elfenwandeling - Mieke Pap goes...	De Ravelse Wandelaars	Ontmoetingscentrum De Wouwer	Kloosterstraat 4	2380	Ravels	5-8-14-16-22-30-33-42-50 km
Za	11-11-2023	53e Marche de l'Armistice	Cercle Royal des Marcheurs de Saive	La Caserne de Saive	Rue Cahorday 1	4671	Saive (Blégny)	4-8-12-21-30-42 km

Dag	Datum	Tochtnaam	organiserende clubnaam	Startplaats naam	Startplaats straat & nummer		Startplaats gemeente	afstanden
Zo	12-11-2023	IJzermaeltocht	De Gruun Zipkes	GC IJzermael	Monseigneur Raeymaekersstraat 10	2235	Westmeerbeek (Hulshout)	4-6-8-12-16-20-26 km
Ma	13-11-2023	Novembertocht	Terug Op Stap Post vzw	Ontmoetingscentrum Stokrode	Sint-Amandusstraat 18	3511	Stokrooie (Hasselt)	4-8-9-13-19 km
Za	18-11-2023	Duivelskuilwandeling	De Pompoenstappers vzw	MPI de 3Master	Pater Damiaanstraat 10	2460	Kasterlee	4-6-12-18-25 km
Zo	19-11-2023	12e Dynastietocht	K.V.R.VI.Bt. Vzw*	Ontmoetingscentrum Genadedal	Velderblok 2A	3010	Kessel-Lo (Leuven)	4-6-11-15-20 km
Di	21-11-2023	Najaarstocht	W.S.V. De Dragoners Hasselt vzw	Schuttersgilde Sint-Lambertus	Hoogstraat 83	3560	Lummen	4-6-10-20 km
Do	23-11-2023	Landloperswandeling	Wandelclub KVG Stappers Hoogstraten	Parochiezaal	Poeleinde 4	2323	Wortel (Hoogstraten)	5-7-12-15-22-32 km
Vr	24-11-2023	Lummen for life	De Lummense Dalmatiërs vzw	Oosterhof	Dokter Vanderhoeydonckstraat 56	3560	Lummen	2-5-6-7-8-9-13 km
Za	25-11-2023	Humorwandeling	Samen Uit Samen Thuis vzw	Ontmoetingscentrum Lillo	Hortelstraat 21	3530	Houthalen-Helchteren	4-6-9-12-16-21 km
Zo	26-11-2023	Adriaan Ghijs-tocht	Wsv De Voskes vzw	Parochiezaal	Sint-Jozefstraat 41	2350	Vosselaar	5-7-8-12-13 km
Ma	27-11-2023	Najaarstocht	Koninklijke Wandelclub AVIAT Sint-Truiden vzw	Zaal Lindehof	Gelinden-Dorp	3800	Gelinden (Sint-Truiden)	6-8-13-18-21 km
Do	30-11-2023	Waaltesbostocht	W.S.V. Milieu 2000 Lommel	Feestzaal De Moffel	Martinus van Gurplaan 39	3920	Lommel	5-8-10-13-18-23 km
Zo	03-12-2023	17e Kempische Ardennen-wandeling	Wiekevorstse Stappers	Café Sportbar	Industriepark 3	2235	Hulshout	5-10-15-20-25-42 km
Ma	04-12-2023	Sinterklaastocht	W.S.V. De Schoverik Diepenbeek	Zaal De Kei	Keistraat 26	3590	Diepenbeek	4-6-12-17-20 km

Dag	Datum	Tochtnaam	organiserende clubnaam	Startplaats naam	Startplaats straat & nummer		Startplaats gemeente	afstanden
Di	05-12-2023	20e Spek- en eierentocht	W.C. De Bavostappers Zittaart vzw	Buurthuis Veerle-Heide	Zandstraat 13	2431	Veerle (Laakdal)	4-6-8-10-14-16-18-20 km
Wo	06-12-2023	12e Wotocht	Wandel Mee Brueghel vzw	De Wuft	Hoogveld	3990	Wijchmaal (Peer)	4-7-10-14-17 km
Do	07-12-2023	Dotocht	De Lummense Dalmatiërs vzw	OC De Link	Linkhoutstraat 194	3560	Lummen	4-6-9-12-20 km
Za	09-12-2023	Sint-Barbaratocht	De Mijnlamp Beringen-Mijn vzw	Zaal Den Tris	Steenstortstraat 8	3582	Koersel (Beringen)	4-7-13-21 km
Zo	10-12-2023	Uilentocht - Walk 2 Gether-tocht	Wsv De Ranstuilen Ranst vzw	Parochiezaal Oelegem	Venusstraat	2520	Oelegem (Ranst)	4-6-10-16-23 km
Di	12-12-2023	Najaarswandeling	W.S.V. Mol	Gidsenlokaal Nele Achterbos	Zelm 48	2400	Mol	3-4-5-7-9-10 km
Wo	13-12-2023	Kortstedagtocht	W.S.V. De Sparrentrippers	Cultureel centrum	Aan de Engelse Hof 10	3620	Lanaken	4-8-12-20 km
Vr	15-12-2023	Bello Gallico	Legends Trails	Ontmoetingscentrum Roosenberg	Maurits Noëstraat 15	3050	Oud-Heverlee	80-160 km
Za	16-12-2023	Wintertocht	WC De Grashoppers vzw	Parochiezaal	Vest	2230	Herselt	5-10-12-15-20-25-30-42 km
Zo	17-12-2023	Spek met eieren-tocht	De Bollekens vzw Rotselaar	Montfortcollege	Aarschotsesteenweg 39	3110	Rotselaar	5-8-12-16-20 km
Wo	20-12-2023	Namiddag-sfeerwandeling	Wandel Mee Brueghel vzw	Pony Express	Aardstraat z/n	3990	Grote Brogel (Peer)	3-5-7-10 km
Do	21-12-2023	Eindejaarstocht	Torenvrienden Oostham	Kristoffelheem	Schoolstraat 10	3945	Oostham (Ham)	4-6-10-16 km
Za	23-12-2023	16e Mieke Pap Route - Mieke Pap goes...	De Ravelse Wandelaars	Gemeentezaal	Dorp 30	2382	Poppel (Ravels)	5-8-13-18-22-25-30-34-42-50 km
Za	23-12-2023	Kerstwandeling	De Lummense Dalmatiërs vzw	Zaal Bielaar	Sint-Jozefsplein 8	3511	Kuringen (Hasselt)	5-7-9-12 km

Dag	Datum	Tocht naam	organiserende clubnaam	Startplaats naam	Startplaats straat & nummer		Startplaats gemeente	afstanden
Zo	24-12-2023	François Bruyndonckxtocht	De Kleitrappers vzw	Clublokaal De Kleitrappers	Korte Veerstraat 2	2840	Terhagen (Rumst)	5-7-15-17-20 km
Ma	25-12-2023	Kerstwandeling	Wandel Mee Brueghel vzw	De Leemskuil	Hamonterweg 138b	3950	Bocholt	4-6-10-16-20 km
Di	26-12-2023	Eindejaarstocht	Wandelclub Kwik Bornem	Gemeenschapshuis Branst	Luipegem 160	2880	Bornem	6-12-18 km
Do	28-12-2023	Grenstocht	W.S.V. Milieu 2000 Lommel	Buurthuis Het Zand	Frederik van Eedenstraat 8	3920	Lommel	5-8-12-16-20-24 km
Za	30-12-2023	Oliebollentocht	WSV De Natuurvrienden - Zoersel vzw	FC Halle	Lotelinglaan 29	2980	Halle (Zoersel)	6-12-20-25 km
Zo	31-12-2023	Wintertocht	W.S.V. Holsbeek vzw	Gildezaal	Gildestraat 5	3220	Kortrijk-Dutssel (Holsbeek)	4-6-12-20-25 km



SKINFIT® ACTIE

Voor de leden van

vzw ivas itegem
aankoop mogelijkheid

met een korting van

15%

geldig van 18/11/23 tot 30/11/23

Deze actie is niet cumuleerbaar met andere acties.

Skinfit Shop Itegem
Heibergstraat 38 a | 2222 Itegem
t +32 15 248431 | bart.huyskens@skinfit.eu
DI - VR 13.00 - 18.30 U
Zat 10.00 - 17.00 U



www.skinfit.eu



Deze bon geeft aan onderstaande personen recht op **gratis deelname + 1 basisconsumptie** aan de **44° Sinterklaastocht te Langdorp** van zondag **10 december 2023** ingericht door **WSC Langdorp vzw**.

Meerdere namen per bon mogelijk.

WSV IVAS Itegem vzw (1059) zal de organiserende club vergoeden.

Naam:

Lid nr.

Naam:

Lid nr.

Deze bon is enkel geldig op 10/12/2023.

Indien geen catering is er enkel gratis inschrijving.