

DRIEMAANDELIJKS TIJDSCHRIFT
juli-augustus -september 2019

AFGIFTEKANTOOR

9100 ST. NIKLAAS
P206511



PB-PP1B-05735
BELGIE(N) - BELGIQUE



Verantwoordelijk uitgever: P. VAN DE VAERD
Caritasstraat 2a - 9090 MELLE - TEL.09/252.21.28

www.anvasport.be info@anvasport.be

Oktober 2019
November

Breugel avond 12 oktober
31/10 tot 03/11
Roei for Life 2019 XXXXXL
Ski-initiaties
zie p.6-7

ROEI FOR LIFE 2019 XXXXXL

Inderdaad, 5 maal een X. Want dit jaar roeien we onder organisatie van The Outsider Coast voor 5 goede doelen. **Anvasport** - met de ervaring uit 2016, **Ten Dries** - die in 2018 roeiden, **Shelter VZW**, **Merkenveld** en het **JVC Schotte**. Meer informatie vind je in het vorige boekje en op de website [website www.roeiforlife.be](http://www.roeiforlife.be)





Woordje van de Boss

We zijn terug gestart;

ongelooflijk dat de zomeractiviteiten al achter de rug liggen en de ski-initiaties al volop aan de gang zijn.

Dat de tijd vliegt wisten ze al bij de romeinen maar dat een jaar zo vlug voorbij is ondervinden we steeds vaker.

Een reden te meer om met volle teugen van elk ogenblik te genieten en te trachten om zo veel mogelijk positieve ervaringen op te doen.

Toen ik vorige week op twee dagen

5 (jaja VIJF) doodsberichten ontving bleek nogmaals hoe snel ons bestaan hier kan over zijn en hoezeer we de kleine onhebbelijkheden beter vergeten en ons concentreren op wat echt belangrijk is.

Vriendschap en liefde horen daar ongetwijfeld toe en maken het leven waard om te leven.

Zorg dus goed voor mekaar, ook een beetje voor ons milieu, en tracht samen met Anvasport je grenzen te verleggen.

Kijk gerust eens op de website hoe een paar roeiers dat binnenkort gaan doen.

Dan kan je zeggen dat je echt ten volle genoten hebt.

Tot op een activiteit

Patrick



- Orthopedie
- Kinderorthopedie
- Prothesen
- Revalidatie
- Orthopedische schoenen
- Mobiliteitshulpmiddelen
- Woon- en Zorgadvies
- Topsport begeleiding



VIGO is... **passion**

VIGO speelt een belangrijke rol op het gebied van **technische orthopedie**.

U kunt bij ons terecht voor een zeer uitgebreid gamma producten en hulpmiddelen voor uiteenlopende aandoeningen: in onze ateliers worden orthesen, prothesen en orthopedische schoenen op maat gemaakt, maar u kunt bij ons ook terecht voor rolwagens en looprekken, braces, steunzolen, ...

Voor elk probleem zoeken onze specialisten een oplossing, afgestemd op uw behoeften. Wij bieden producten voor alle leeftijden: van kinderen tot ouderen. Daarnaast helpen wij ook topsporters om hun prestaties te verbeteren.

Voor meer info over ons hele productgamma en andere campussen, surf naar www.vigogroup.eu of bezoek onze Mobility **showrooms** in Wetteren en Heverlee voor vrijblijvend mobiliteitsadvies of productinformatie.


helping people move on



MUSIC *for*
– ANVASPORT VZW –

CAVAVERKOOP

8 EURO / FLES
45 EURO / DOOS

een warme actie van
– **WWW.ANVASPORT.BE** –

tot 23 december
BELGIË / CARITASSTRAAT 9090 MELLE

Gelieve eventuele bestellingen langs de website te doen met het voorhanden zijnde bestelformulier waarvoor bij voorbaat dank

CAVA VERKOOP WARMSTE WEEK

Bedrag te storten op rekeningnr.: BE31 7374 1700 4255 met vermelding cava-verkoop

*Verplicht

E-mailadres *

Jouw e-mailadres

Naam:

Jouw antwoord

Adres:

Jouw antwoord

Eventueel contactpers. anvaasport voor de levering

Jouw antwoord

Telefoonnr.:

Jouw antwoord



fles cava aan 8.00€

Jouw antwoord

doos cava (6 flessen) aan 45.00€

.....



MATTON ORTHOPEDIE

DE PINTELAAN 207, GENT
☎ 09 223 31 14

311 AVENUE CHARLES
QUINT, GANSHOREN
☎ 02 469 00 58



Orthesen

Prothesen

Revalidatie

Bandagisterie

Rolstoelen

Bij Matton orthopedie nemen we onze tijd voor u en gaan we op zoek naar een persoonlijke & innovatieve oplossing voor uw beperking.

Neem een kijkje op www.orthomatton.com of



ons op Facebook:

prothesen Matton of Orthopedie Matton nv



TORSEWEG 2 (LAAGEIND), 2940 STABROEK

T: ++32 (0)3 772 17 39 F: ++32 (0)3 772 64 17

E: INFO@DRANKENSERVICE-VDM.BE

W: WWW.DRANKENSERVICE-VDM.BE

DE
WIJNRANK
QUALITY WINES

Ski-initiaties 2019

Naar jaarlijkse gewoonte geven we ook dit seizoen terug ski initiaties

Op volgende data:

28/09/2019 Snow Valley Peer (onder voorbehoud)

Sessie1: 10u15 tot 11u30 (beginners)

Sessie2: 11u45 tot 13u00 (begeleid skiën & gevorderden) grote piste

Opleiding monitoren voormiddag theorie, namiddag praktijk

5 + 6 /10/2019 opendeurdag Wilrijk

Demo's door skiërs en begeleiders

Details nog niet bekend :

raadpleeg de website www.anvasport.be

19/10/2019 Ice Mountain Komen-Waasten

Sessie1: 10u15 tot 11u30 (beginners)

Sessie2: 11u45 tot 13u00 (beginners)

Sessie3: 14u15 tot 15u30 (gevorderden & begeleid skiën)

26/10/2019 Snow Valley Peer (onder voorbehoud)

Sessie1: 10u15 tot 11u30 (beginners)

Sessie2: 11u45 tot 13u00 (beginners)

Sessie3: 14u30 tot 15u30 (gevorderden & begeleid skiën op de grote piste)

09/11/2019 Ice Mountain Komen-Waasten

Sessie1: 10u15 tot 11u30 (beginners)

Sessie2: 11u45 tot 13u00 (beginners)

Sessie3: 14u15 tot 15u30 (gevorderden & begeleid skiën op de grote piste)

23/11/2019 Aspen Wilrijk

Sessie1: 10u15 tot 11u30 (beginners)

Sessie2: 11u45 tot 13u00 (beginners & begeleid skiën)

Sessie3: 14u30 tot 15u30 (gevorderden & begeleid skiën op de grote piste)

30/11/2019 Skidome Terneuzen

Sessie1: 10u15 tot 11u30 (beginners)

Sessie2: 11u45 tot 13u00 (beginners)

Sessie3: 14u15 tot 15u30 (gevorderden & begeleid skiën)

Inschrijven kan via de website www.anvasport.be / inschrijvingen

Planning skivakanties Le Corbier:

Skikamp 1: Vertrek op 17/01/2020 terug op 26/01/2020

Skikamp 2: Vertrek op 24/01/2020 terug op 02/02/2020

Familieskikamp: Vertrek op 03/04/2020 terug op 12/04/2020

ARE YOU READY? FOR SUMMER?

Boost your active lifestyle with this liner
and foot combination.



WillowWood

ALPHA Smart Temp

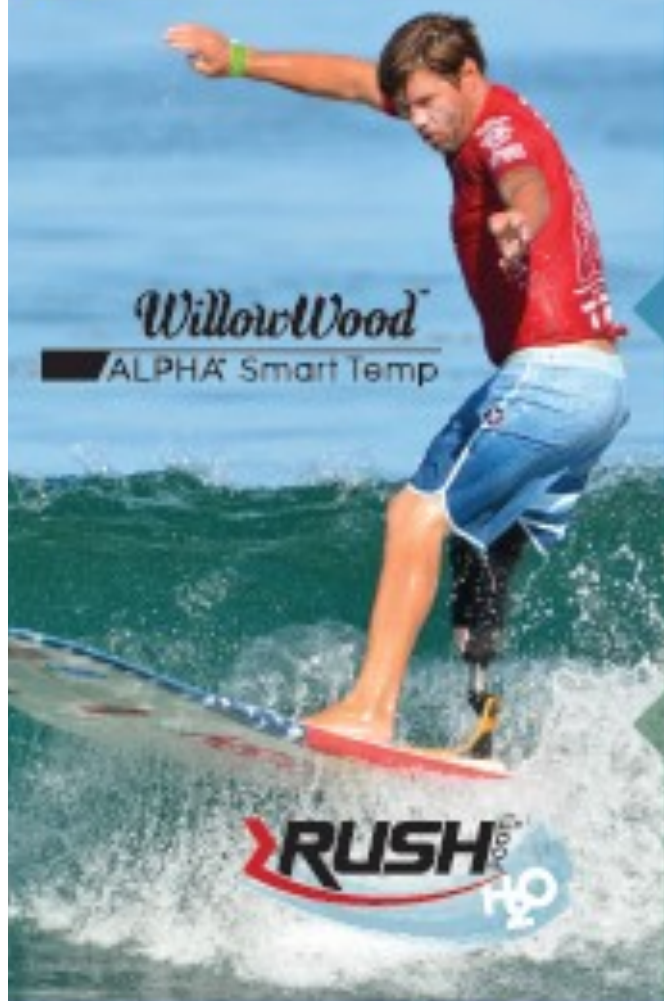
ALPHA SMART TEMP LINER

Advanced technology
regulates this liner,
keeping you cool
and secure




RUSH H2O FOOT

Durable, waterproof
and slip-proof
Ideal for any barefoot
activity



 orthoeurope

Ortho Europe® BV | Hoofdwerf 30, 3992 DG Houten, Nederland | +31 (0)30 634 1681
info@ortho-europe.nl | orders@ortho-europe.nl | www.ortho-europe.nl



Leven is bewegen
zoals ú dat wilt.

PROTHESEN ORTHESEN BANDAGISTERIE ROLWAGENS REVALUATIE THUISZORGWINKEL



ORTHOPEDE DE RIJCKER

Bij ons krijgt u een persoonlijke aanpak in een vertrouwelijke sfeer.
Er worden geen supplementaire kosten aangerekend.

ORTHOPEDE DE RIJCKER BVBA

Ottermanssteenweg Zuid 731 | B-9000 Gent (vzw uz-link)

T 09 222 44 83 | F 09 222 44 85

info@orthopediederijckerbe | www.orthopediederijckerbe

Proficiat

Wheelster Cécile Goens (15) uit Linden heeft in september 2 medailles gewonnen op het Belgische Kampioenschap atletiek in Brussel. Ze behaalde goud op de 200m en brons op de 100m.



Cécile had zich al eerder deze zomer kunnen laten zien op het Wereld Kampioenschap voor Juniors in Nottwil (Zwitserland) waar ze op de 100m 24'34 had gereden bij de U17 en daarmee wereld kampioen werd. Door dit goede resultaat zou ze kunnen deelnemen aan de WK in Dubai welke in November plaats vind. Maar Cécile wil eerst in beter aangepaste materiaal investeren waardoor ze haar tijden zal verbeteren en zich zo kan richten op het EK in polen (2020) en dan stillaan dromen van de Paralympische Spelen van Parijs (2024).
Sophie





e-flowers

Online plantencentrum

*Rechtstreeks
van de kweker!*

Ruime keuze aan vaste planten, siergrassen,
tuinkruiden, haagplanten, bodembedekkers,
(lei)bomen, sierheesters, toebehoren,...

vrijblijvende offertes op maat

www.e-flowers.be - 0479 77 79 14

@atelier **404**

➤ *Verkoop en Advies*

- PC – Laptop – Tablet
- Printer, scanner, ...

➤ *Onderhoud en herstel.*

➤ *Thuis- en*

Kantoornetwerken.

www.atelier404.be

info@atelier404.be

Theo De Paepe

Moerkerse Steenweg 404

8310 Brugge

050 36 22 31

Vreugdevol familienieuws

Op 23 juni 2019 geboorte van Vic zoontje van onze medewerkers :
Frederick Lenaerts en Sophie De Geyter

Droevig familienieuws

Op 27 juli 2019 overlijden van :
Rolande Vermeiren moeder van onze medewerker Mario Van Der Stock

Op 31 juli 2019 overlijden van
Geert Van Keer vader van Astrid Van Keer en fam. Balbaert

Op 16 augustus 2019
overlijden van Katrien Boone moeder van onze medewerker Stijn De Keukeleire

Fris Frankrijk met blauw-walmende 2CV en E-bike

Wederom beloofde de zomer van 2019 bloedheet te worden, dus de wat koelere streken van Frankrijk opgezocht. Dit jaar hebben we de Paradiso-caravan aan onze Deuche gehangen en eind Juni zijn we naar "La Suisse Normande" vertrokken (25gr.C. ginder). Wij vonden een zeer toffe en rustige camping aan een zijriniertje van de Orne in St-Philbert sur Orne: Camping de la Rouvre. www.larouvre.fr. Er ligt nog niet overall asfalt langs de Orne maar het is goed fietsbaar tot in Thury-Harcourt (en nog veel verder als je wil -met asfalt en spoorwegtunnels-) , maar dat stuk kende ik al. Het stadje Clécy ligt op de Voie verte en heeft wat terrasjes en winkels <http://nl.normandie-tourisme.fr> . Zwitsers Normandie leent zich uitstekend voor vrije fietstochten (met E-bike): de baantjes zijn zo smal dat het uitzonderlijk is als je een motorhome of caravanner tegenkomt. hellingsgraad tot 18pct: zorg dat je remmen in orde zijn. De streek telt weinig campings, is dunbevolkt, dus watervoorraad en bandenstopsel meedoen. Een zeer tof kaartenboekje met gedetailleerde fietstochten is te verkrijgen bij de Info-tourisme's of te downloaden <https://www.ornetourisme.com> > files > espace_brochures > brochures2017 . Gratis natuurlijk, en hier in Vlaanderen betaal je 6 euro voor knooppuntenfietskaart per provincie (zucht). De 2cv heeft daar zijn nukken gehad: alles wat elektrisch was is gesneuveld (stroomregulator, batterij ontploft, bobijn, alternator). Toch ben ik daar "ten lande" telkens binnen

de kortste keren uit de nood geholpen: een Fransoos vindt de Deuche heilig, en wie er mee rondtoert zal geholpen worden! Na een weekje was ik zowat uitgefietst en vertrokken we naar de Cotentin (uiterste zuidpunt van Normandie, links van Cherbourg). De Cotentin is het minst touristische gedeelte van Normandie wegens dikwijls ronduit slecht weer (wij hadden ong. 23gr.C. met soms strakke wind.) Er staat ook een atoomafvalverwerkingsfabriek in Jobourg die een kwalijke reputatie heeft maar werkgelegenheid verschaft aan gans de streek: elk huisje wordt daar met smaak (en centen) gerenoveerd, er zijn bar-tabac's en winkeltjes in vele dorpen, je ziet opvallend veel jonge gezinnen met kinderen. Kortom: ze zien er daar stralend uit en dat in tegenstelling tot veel andere gebieden in "La douce (?) France". Een zeer toffe camping gevonden in Omonville-la-rogue : Camping du Hable <https://www.campercontact.com/nl/frankrijk/basse-normandie-14-50-61/omonville-la-rogue/22397/camping-municipal-du-hable> . Er zijn boucles te fietsen, ik heb gekozen om de kustweg te nemen (gemengd verkeer maar goed te doen) en elk baantje steil naar beneden te volgen tot aan de zee: Zeer mooie verrassingen : kei- en zandstranden tot kliffen en riffen, grasland met koeien met hun poten bijna in de zee: vergelijkbaar met het mooiste van Bretagne. Let wel: door die sterke hellingen wipte mijn fietsje soms bijna op bij de beklimming: een voorwielgedreven E-bike haalt het waarschijnlijk niet..Een goed wandelkaartje en fietskaartje is te downloaden http://www.encotentin.fr/files/ot-cotentin/files/brochures/pdf/carte_rando_400x420_web_0.pdf. of terplaatse te krijgen bij het info-tourisme. Er zijn geen Voie-

vertes wegens geen kanalen met jaagpad en geen afgedankte spoorlijnen. Leuke bezienswaardigheid: Port Racine: het kleinste haventje van Frankrijk, 10min.fietsen van de camping. Electricisch fietsplezier: 10/10.

Terug thuis tijdens het hoogseizoen, maar na 15 Augustus werd het weer hier mottig: De trekhaak weer ingevet, de Paradiso aangekoppeld, één liter olie bijgevuld (verversen hoeft niet meer na 200.000km, enkel bijvullen, gemakkelijk hé.) Richting Limousin (rechts van Limoges, links van Clermond-Ferrand). Een ronduit bergachtige streek met een aangename 25gr.C. Vier dagen rijden via D-wegen (witte en gele baantjes van de michelingids), Bijna nooit een nationale tenzij voor benzine of inkopen. De hellingen op de N-wegen zijn te lang voor de 2cv, maar op de kronkelbaantjes met haarspeldbochten (en mindere helling) is hij in zijn nopjes: Geen panne's meer gehad!! Wederom de tofste camping van de streek ontdekt (wij hebben daar een neus voor). Camping "les deux illes" aan het Lac de Vassiviere: plaatsje met zicht op het eiland temidden van het meer, 30 meter van de "plage". Superbe! Desolaat gebied met weinig tourisme, grenst aan het " Parc naturel régional de Millevaches en Limousin": Fietsen is een ander paar mouwen: Men beveelt u de tour van het lac aan , ik heb me daaraan gewaagd en ben toch een paar keer onderuit geschoven: Geen macadam, veel boomwortels, scherpe uitstekende keien, een stalen brug (12 treden op en af) zonder wielgoot. Zal als zeer mooi en avontuurlijk beschouwd worden door de ene, voor de andere is het pure horror. <https://www.vacances-sports-nature.com/activite/boucle-famille-tour-du-lac-de-vassiviere-en-velo> . Geen Voievertes in de buurt. Vrij fietsen of boucles doen kan

maar de wegen zijn breder dan in La Suisse Normande en er wordt dus sneller gereden. Besluit: wreed plezant om met de deuche rond te toeren, Bezoek Guéret-Aubusson-Limoges en kleinere Ville's (de naam stad/Ville niet waardig eigenlijk). Maar het fietsen was een flop.

U heeft het mogelijks gemerkt: ik trok er steeds alleen op uit met m'n E-bike. Het zit zo: Nele fietst enkel voor "nuttige" verplaatsingen (de bakker, de post, enz.) Dus rijden Nele en ik met de deuche naar een of ander stadje of natuurwonder, zij neemt haar tekenblok en ik mijn fiets, als ik dan verderop een interessant plekje vind en pauzeer, bel ik haar op, komt ze eventueel af, neemt haar tekenblok, enz.

PS: ik heb me het E-plooi-fietsje aangeschaft dat de krant "de Standaard" promoot: Heel content van: centrale motor, vering vooraan, rechte zithouding, wielen net iets groter dan een gewone minifiets en dus stabiel op de weg. merk: "Veloci"

Voor de techneuten onder jullie: 2CV model 1955, motor jaren ' 80: 602cc, 29pk/21kw: verbruik 8l/100km met caravan (450kg). zelden in 4de versnelling gereden. Mocht U ook in de verleiding komen om met een oldtimer te gaan rondtoeren in Frankrijk: Kies een 2Cv: er zijn er ongeveer 8 miljoen van gemaakt (met zijn afgeleiden-mehari-Diane-Ami) , wisselstukken zijn nooit een probleem en overal te verkrijgen. Renault 4 is ook een optie, maar die heeft nochtans geen grotere trekkracht ondanks zijn zwaardere motor. (850cc/ 1190cc).

Groeten van John with something missing on.

Contactadres

Caritasstraat 2a
9090 Melle
09 / 252 21 28



Ik word lid van Anvasport!

Stuur mij terug per post of vul het online formulier in op de website

Naam + voornaam	
Straat	
Postcode	
Gemeente	
Tel	
Gsm	
E-mail	
Geboortedatum	
Lengte	
Gewicht	
Rijksregisternummer	
Andersvalide <input type="checkbox"/> Valide <input type="checkbox"/>	Vlaams Fondsnummer vf/
VLG. - nr. (Vlaamse Liga voor Gehandicaptensport)	
Anvasportboekje per post <input type="checkbox"/> e-mail <input type="checkbox"/>	
Elektronische nieuwsbrief ja <input type="checkbox"/> nee <input type="checkbox"/>	
Andere gezinsleden die aan onze activiteiten wensen deel te nemen:	
Naam + voornaam	Geboortedatum

Zetel v.z.w. ANVASPORT	Caritasstraat 2a 9090 Melle	Rek.nr.: BE31 7374 1700 4255 Bic:KREDBEBB info@anvasport.be
SPONSORING/ paaseieren	C.Van Hende	sponsoring@anvasport.be
VOORZITTER Algemene administratie	De Gendt Ronny 03/777 70 11 - 0475 777011	Ronny@anvasport.be
SECRETARIS + verantw.wintersporten	Patrick Van De Vaerd 09/252.21.28 -0495/24.99.63	secretaris@anvasport.be
REDACTIE	Marie-Jeanne Van Ballaer 03/568 61 38 -0477/72 39 90	redactie@anvasport.be
WEBMASTER	Pierre Van Damme 0496/980916	webmaster@anvasport.be
MEDISCH ADVISEUR	Dr. Wim Verschuere 09/366.38.35 -0475/31.38.35	wim.verschuere@telenet.be
UITLEENDIENST/ MATERIAALMEESTER	Peter Leyssen 0471/446301	materiaalmeesters@anvasport.be
VERANTWOORDELIJKE SPORTACTIVITEITEN		
FIETSTOCHTEN	Tuur De Haeck 054/419121	fietstochten@anvasport.be
OUTDOOR SPORTEN		Info@anvasport.be
WATERSPORTEN		Info@anvasport.be
ZITSKI & SKI INITIATIES	De Gendt Ronny 03/777 70 11 - 0475 777011	Ronny@anvasport.be
PROVINCIALE ZETELS - ANVASPORT VZW		
ANTWERPEN	Marie-Jeanne Van Ballaer 03/568 61 38 -0477/72 39 90	antwerpen@anvasport.be
LIMBURG	Maarten Carmans 0476 /93 72 56-011/42 57 48	limburg@anvasport.be
OOST-VLAANDEREN	Greet Borgenon 054 /419121-0473 /832938	oost-vlaanderen@anvasport.be
WEST-VLAANDEREN	Christophe Ryffranck 050 /670965- 0475 582472	west-vlaanderen@anvasport.be
DIRECTE MEDEWERKERS: Hilde Glorieux, Barbara , Dae Jin ,Eric , Pierre		

