

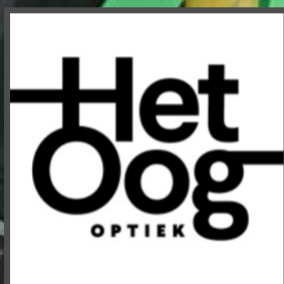


JOGINFO

JC DE PINTE



PB-PP | B-608113
BELGIE(N) - BELGIQUE



5e Clubkampioenschap

*Michel mag zich één jaar lang clubkampioen noemen.
Hij krijgt de wisselbeker uit handen van Joeri*

PL Real Estate

by Patrick Landuyt

www.PL-RealEstate.com



JAARGANG 45 – nr. 2 juni 2025 – verschijnt 4 maal per jaar - oplage : 85 ex
maart - juni – september – december

Verantwoordelijk uitgever : Geert Deconinck, Nazarethstraat 4, 9840 De Pinte



De Onderbossenare, Vlaamse Ardennendreef, Eikenberg
en Hekkebrug wachten ons op !
Uitkijken naar een 37e editie van de
Vlaamse Ardennenloop op 21 juni 2025

Foto : *DMFoto*



Colofon

JogInfo - jaargang 45
juni 2025

Verantwoordelijke uitgever

Geert Deconinck
Nazarethstraat 4
9840 Nazareth-De Pinte
☎ 0475 93 85 55

✉ jcdepinte@gmail.com
💻 www.jcdp.be

Bankrekening :
BE37 7374 4013 6028

Bestuur

Voorzitter
Geert Deconinck

Secretaris
Kris Clarysse
Picassostraat 5
9840 De Pinte

Schatbewaarder
Luc Debaene

Bestuur
Floris De Paepe
Joeri Nowé
Octavian Susnea

Webmaster
Donald Maebe

Redactie JogInfo
donald.maebe@skynet.be
marc.goffart@telenet.be

Voorwoord

Geert Deconinck

Beste loopvrienden

Het voor- en najaar vormen de sportieve hoogtespunten van ons werkjaar.

Dit jaar zijn er een aantal jubileumedities. De paasloop en het 5 de clubkampioenschap zitten er reeds op (houten jubileum). Proficiat aan Michel, onze nieuwe clubkampioen! En wanneer je dit nummer van JogInfo onder ogen krijgt, zal ook de 24ste editie van de Ribbe-DeBie-jogging achter de rug zijn (25 jaar na de eerste start, dus zilveren jubileum, en onder het toezien van zijn stichter Etienne De Bie).



Hou verder ook nog vrij in je voor- en najaarsagenda:

- 21 juni voor onze 37ste Vlaamse Ardennenloop (aluminium jubileum)
- 12 september voor onze 12 de Scheldeveldjogging, nu ook met kinderloop (a.k.a. kids run) en dus een zijden jubileum,
- 4 oktober voor de gordel en het etentje
- 19 oktober voor ons brouwerijbezoek...

Allemaal memorabel dus!

Daarnaast, nu alle sponsors voor dit biennium bekend zijn (PL Real Estate is de opvolger van Immophone partners, eveneens gerund door Patrick Landuyt) zijn we bezig de nieuwe T-shirts te finaliseren. Binnenkort voor al onze leden!

En ik kan ook nog een nieuw bestuurslid aankondigen: Floris vervoegt ons team, en zo implementeren we de bestuursverjonging; nu nog de diversiteit ;) ...

Maar we blijven ons clubmotto 'lopen voor je plezier' trouw. Dus dinsdag en zondag blijven onze sportieve topmomenten, aangevuld met de sociale activiteiten: kijk maar naar al de lachende gezichten op de foto's in dit nummer... (En wie GDPR-gewijs niet wil dat zijn foto's gepubliceerd worden, mag altijd zijn eerdere toestemming intrekken.)

Tot dinsdag?!

Geert

Joggingclub De Pinte is aangesloten bij SPORTA TEAM
Lange Leemstraat 372 D—2018 Antwerpen (Berchem)
Verzekering Ethias polis 45.236.716



JCDP is een HARTVEILIGE SPORTCLUB

Opleiding reanimatie en defibrillatie 06/03/2025

Tekst en foto's : Donald



Op 6 maart ll. namen een vijftiental leden deel aan de eerste opleidingssessie "reanimatie en defibrillatie" gegeven door Rikie, Henk, Dirk en ex-burgemeester Lieve, allen vrijwilliger bij de lokale Rode Kruis Afdeling. Op een later tijdstip volgden nog een zestal leden de opleiding.

Uit een korte kennismakingsronde blijkt dat sommige leden in het verleden reeds opleidingen EHBO en/of reanimatie hadden genoten. Zo waren Geert en Joeri ooit strandredder. Sommigen volgden dan weer een opleiding via hun werkgever. Ook Ludo, dokter van beroep, wou de materie nog eens opfrissen. Voor anderen was deze avond een allereerste kennismaking met leren reanimeren en het gebruik van een AED-toestel.

Het werd een vrij intensieve avond waarbij werd aangeleerd wat dient te worden gedaan wanneer we zouden worden geconfronteerd met een slachtoffer met hartfalen. Ook de "stabiele zijligging" werd ingeoefend.

Iedereen slaagde in de praktische proef, de een met al wat meer zenuwen dan de ander.



Op zondag 30 maart werden alle deelnemers samen met bloed-donoren en vrijwilligers bij het Rode Kruis uitgenodigd in de raadzaal van het gemeentehuis voor de overhandiging van de diploma's.

Luc (De Baene) mocht namens het bestuur van JCDP het bord "hartveilige sportclub" in ontvangst nemen. Ook Eddy (Ostir, eveneens lid JCDP) mocht voor het organiseren van de repair cafés het bord "hartveilige organisatie" in ontvangst nemen.

Samen met Petanqueclub De Zonnebloem en TC De Pinte behoren we tot het kleine kransje van hartveilige verenigingen. Be-doeling is om uiteindelijk 70 % van alle verenigingen hartveilig te maken.



Marc
Goffart

JCDP is een hartveilige sportclub !



Zonder veel aarzeling schreef ik me in voor de opleiding van het Rode Kruis om te leren reanimeren en defibrilleren. Het belang ervan hoeft weinig betoog. Lopen is gezonder dan in de zetel zitten, maar bij grote loopevents (vaak ook bij extreme uitdagingen) komt toch geregeld een hartfalen voor. Enkele basisregels en -technieken komen dan goed van pas, in sportieve sfeer zowel als in het privéleven.

JCDP is erg goed vertegenwoordigd op deze cursus, waaraan ook de tennisclub en enkele andere individuele gegadigden deelnemen. Een 4-tal RK-vrijwilligers staan paraat om ons te helpen: één lesgever en enkele assistenten voor de praktische begeleiding, waaronder onze vroegere (waarnemend) burgemeester Lieve Van Lancker: enkele jaren terug moest ze na een hartfalen bij haar man 15' lang reanimeren, tot de hulpdiensten ter plekke kwamen. Haar snelle en kundige optreden zorgde ervoor dat haar man nog in leven is en ook géén hersenschade opliep; een pacemaker zal voortaan de taak overnemen om zijn hart te "defibrilleren": kunstmatig de pompfunctie van het hart op gang brengen om het bloed (opnieuw) door het lichaam te pompen en zo zuurstof naar de hersenen en ander vitale functies te sturen. Als dit niet tijdig gebeurt, kan een slachtoffer mogelijks wel overleven, maar wel blijvende lichamelijke of geestelijke schade oplopen. Alert reageren is dus écht wel van tel.

De les is opgebouwd rond 3 essentiële stappen:

De **situatie inschatten**, incl. voor de eigen veiligheid, en vaststellen of het slachtoffer nog ademt; dan hulp laten komen (112!) en liefst ook een AED-toestel indien mogelijk. We oefenen dit kort met een eenvoudig rollenspel, waarbij we om beurt slachtoffer en hulpverlener spelen.

We maken ook kennis met enkele nuttige apps die je best op een snel bereikbare plaats op je telefoon installeert:

112 App: als je via deze app de hulpdiensten belt, wordt je locatie automatisch doorgegeven, wat zowel tijd spaart en accuraatheid verbetert. Erg belangrijk dus!

AED App: deze Franse app geeft aan waar zich AED-toestellen in je buurt bevinden. Nuttig om vooraf eens te checken op je meest courante plekken, maar ook in geval van nood vitale info.

Bij de 2^{de} stap is het slachtoffer weliswaar bewusteloos maar ademt hij/zij nog. Dan is het belangrijk om het slachtoffer zo veilig en comfortabel mogelijk te positioneren tot de hulpdiensten langskomen. Bij de "**stabiele zijligging**" wordt het hoofd (zachtjes) achterover getrokken om de luchtwegen vrij te maken.

Daarna wordt het slachtoffer op de zijkant gestabiliseerd, één been over het andere, zodat braaksel, bloed of andere vloeistoffen uit de mond kunnen lopen en het slachtoffer niet kan stikken. Wil je hier meer over weten, bekijk dan de 1'30" korte instructievideo (zoek "stabiele zijligging Rode Kruis-Vlaanderen").

De avond is al behoorlijk gevorderd als we aan het "hoofdgerecht" beginnen, m.n. het **reanimeren en/of defibrilleren**:

Voor het reanimeren krijgen we per 2 of 3 de beschikking over een pop waarop we de pompfunctie kunnen oefenen, de zgn. **cardiopulmonale reanimatie** (CPR): we plaatsen ons loodrecht boven het borstbeen van het slachtoffer en duwen met de hiel van onze over elkaar gevouwen handen stevig het borstbeen op en neer (compressie). Na 30 borstcompressies wisselen we af met een 2-tal mond-op-mond-beademingen (op het stevige ritme van "Staying alive!")



We leren ook met het AED-toestel omgaan (een **automatische externe defibrillator**): eerst brengen we de elektroden op de ontblote borstkas aan, volgens de instructies op het toestel; daarna sluiten we de tegenovergestelde polen aan die de elektroshock moeten opwekken (één boven het hart, één aan de rechterzijde). Het AED-toestel geeft ook gesproken instructies om al dan niet de elektroshock te activeren, waarvoor de CPR-reanimatie kort onderbroken kan worden, om ze nadien weer verder te zetten.

Tot slot krijgen we nog de kans om "examen" af te leggen, waarbij we de voorgaande stappen nog eens in de praktijk moeten brengen, onder het toeziend oog van onze Rede-Kruis-vrijwilligers. We slagen allen!

Enkele weken later (30/03/2025) worden we op het gemeentehuis in De Pinte ontvangen om ons "diploma" in ontvangst te nemen. Belangrijker is dat ook de vrijwilligers van het Rode Kruis hier "officieel" erkend worden voor de mooie taak die zij in onze gemeente vervullen om hun medemens belangeloos bij te staan.

Je kon de voorbije weken al je steun betuigen aan onze Rode Kruis-medewerkers met de aankoop van de klassiek "Suske en Wiske"-stickers, sinds kort verpakking voor nuttige hechtpleisters. Wil je graag weten wat zij hiermee zoal doen, neem dan een kijkje op onderstaande links:

rodekruis.be/bloed – geef bloed of plasma
rodekruis.be/vrijwilliger – word vrijwilliger
rodekruis.be/eerstehulp – leer eerste hulp



Donald
Maebe

WEDSTRIJDEN



Op **zondag 2 maart** ging voor de 4e keer de "***In Flanders Fields Trail***" door. De vorige 3 edities gingen van start in deelgemeente Voormezele. Omwille van de vele deelnemers diende naar een nieuwe startlocatie te worden gezocht. Deze werd gevonden aan Feestzaal Fenix in Ieper die gelegen is nabij het gemeentelijk sportcomplex. Hier was voldoende parkeergelegenheid en waren er eveneens voldoende kleedkamers.

Aan de start 4 JCDP'ers : ***Floris (De Paepe), Steven (Vermeulen), Octavian (Susnea) en Dirk (Poelman)***. Peter (Slock) diende in allerlaatste instantie forfait te geven.

Er kon worden gekozen uit afstanden van 8 tot 32 km. Deze trail is geen wedstrijd, er is enkel tijdopname. Elk loopt op eigen tempo. Aan de lopers wordt een zeer gevarieerd parcours aangeboden dat voor 80% onverhard is.



Floris (De Paepe) nam op **zondag 16 maart** met een KBC-team deel aan de "***100km-Kom Op Tegen Kanker Run***" in het domein de Schorre in Boom.

Bedoeling is om met 4 lopers de 100 km af te leggen waarbij de eerste loper 4 rondjes van 10 km voor zijn rekening neemt goed voor 40 km dus. Na de eerste ronde sluit de tweede loper aan die 30 km loopt. Na de tweede ronde sluit de derde loper aan die 20 km loopt. Uiteindelijk sluit ook de laatste loper aan die 10 km loopt. Zo kom je dus aan 100 km.

In totaal namen 1.033 teams deel. Ieder team dient minimum 2.750 euro deelname te betalen. Zo werd 2.840.750 euro ingezameld. In totaal stonden zo een 4.000 lopers aan de start van deze 7e editie. Ieder jaar opnieuw denken de organisatoren dat het maximum is bereikt. Maar niets is minder waar. Ook nu dus records die hopelijk volgend jaar alweer zullen worden gebroken.

Het team van Floris schreef zich in, gewoon als steun. Iedereen kent wel iemand in zijn/haar familie die tegen kanker vecht of die aan kanker overleed. KBC ondersteunde de teams door aan ieder team 500 euro te sponsoren. Het overige deel van het inschrijvingsgeld werd verzameld door de verkoop van mattentaarten.

JCDP ? Volgend jaar ook eens een team inschrijven ?



Michaël (Roseeuw) liep op **zondag 23 maart** de ***Chianti Marathon Trail***.

Het is een van de meest betoverende hardloophwedstrijden in Italië die behoort tot de UTMB World Series. Deze marathon vindt plaats in de prachtige heuvels van Chianti, een regio die wereldwijd bekend staat om zijn wijnproductie en adembenemende vergezichten.

De route van de marathon begint in het middeleeuwse dorp Radda in Chianti en voert door de glooiende heuvels die omgeven zijn door wijngaarden. De totale afstand van de race is 46,3 km met een hoogteverschil van 1700 meter. De deelnemers kunnen genieten van adembenemende uitzichten op het platteland in de buurt van Siena.

De Chianti Marathon Trail is niet alleen een fysieke uitdaging, maar ook een culturele ervaring. De deelnemers lopen langs historische kastelen, pittoreske dorpjes en uitgestrekte wijngaarden. Het evenement trekt hardlopers van over de hele wereld aan, die allemaal komen om de schoonheid van Chianti te ervaren en zichzelf uit te dagen op deze veeleisende route. ***Michaël wist mij te vertellen dat het dit jaar een zeer zware editie was door de vele modder op het parcours***

Een van de hoogtepunten van de marathon is de finish in Radda in Chianti, waar hardlopers worden verwelkomd met lokale lekkernijen en wijn. Dit zorgt voor een feestelijke sfeer en een onvergetelijke afsluiting van de race. Winnaar werd Francesco Puppi die de finish reeds na 3u 16' 57" bereikte. Michaël finishte in een tijd van 7u 38' 12"



Donald
Maebe

WEDSTRIJDEN



Op **zondag 30 maart** vond de zevende editie van de **Sofico Gent marathon en halve marathon** plaats. Dit jaar werd het een recordeditie met maar liefst 20.000 lopers, waarvan 14.700 sportievelingen die kozen voor de halve marathon. De start van de halve marathon was om 13:30 uur aan de kantoren van Sport Vlaanderen. De finish was opnieuw op de atletiekpiste in de Topsportal aan de Zuiderlaan.

Aan de start van de halve marathon stonden 4 JCDP'ers : **Dieter (Bruyneel), Dirk (Oosterlinck), Wannes (Hemelsoet) en Denim (Robinet)**

Het parcours van de halve marathon bleef grotendeels hetzelfde als de vorige editie, met passages door het historische hart van Gent en langs iconische locaties zoals de Sint-Michielsbrug, het Houtdok, de Gentbrugse Meersen en de Planet Group Arena. De Sofico Gent Marathon blijft groeien in populariteit en bevestigt opnieuw zijn status als een van de belangrijkste loopevenementen in België

Op de foto : Wannes (L) en Denim (R)



Op **zaterdag 12 en zondag 13 april** gingen in Leuven de **Europese kampioenschappen 10K, halve en volledige marathon** door. JCDP was hier door 3 leden vertegenwoordigd : **Sharon (Aesaert) liep de 10K, Dieter (Bruyneel) en Dirk (Meersseman)** liepen de marathon.

Het werd twee dagen lang een heus volksfeest in en om Leuven. De eerste editie van de European Running Championships was een schot in de roos met méér dan 160.000 toeschouwers. Bovendien was de zon twee dagen lang volop van de partij, op zaterdag zelfs iets te warm. Maar met de regen die gedurende de nacht viel was het op zondag ideaal loopweer.

10.000 lopers namen deel aan de halve marathon op zaterdag. Op zondag stonden 5.500 lopers aan de start van de 10K en 12.500 lopers namen de marathon voor hun rekening.

Burgemeester Mohamed Ridouani onderzoekt zelfs de mogelijkheid om een dergelijk loopevenement jaarlijks in Leuven te organiseren. Na het WK wegwielrennen en nu het EK Running bewijst zijn stad dergelijke grote sportorganisaties aan te kunnen.

Op de foto : Dieter in actie tijdens het EK marathon

Dieter liet via WhatsApp noteren dat het toch een pittig parcours was waarbij heel wat hoogtemeters dienden te worden overwonnen. De organisatie vond hij vlekkeloos. Lees zijn volledige verslag verder in deze JogInfo.



De **Knokke Run Energy Vision** mag zich voortaan rekenen bij één van de grootste loopevents van de kust. Een feestdag en prachtig weer, dan moet je scoren. 5.000 deelnemers waaronder **Sharon** verschenen er aan de start op **1 mei**.

Zij liet via WhatsApp noteren dat het verschrikkelijk warm was : "bakken en braden".

Met extra vaste hulpposten, dokters en hulpverleners op de fiets hoopte men zo te kunnen inspelen op eventuele problemen. Ook werd extra bevoorrading voorzien.

Zoals ieder jaar wordt de lopers een prachtig parcours aangeboden dat zich door het Het Zwin, het Zoute, het Koningsbos en over de Zeedijk slingert.



**Dieter
Bruyneel**

Marathon Brussel-Leuven, mijn 12e marathon



Mijn twaalfde marathon mocht iets speciaals worden. Ik koos voor de **marathon Brussel-Leuven** die doorging op **13 april**. De marathon was de eerste editie van de European Running Championships. Het werd meteen ook de grootste marathon ooit in België georganiseerd. Ook de aankondiging van de marathon was er één met veel toeters en bellen. Je kon je pre-registreren en dat heb ik dan ook meteen gedaan. Uiteindelijk deden er 12 500 deelnemers mee aan de marathon.

Koning Filip gaf het startschot van de marathon en bleef dan een hele tijd wuiven naar de atleten. Ik moet toegeven dat er enig chauvinisme kwam bovendrijven toen het Belgisch volkslied luid door de micro's schalde. De start was vlak aan het koninklijk paleis dus de koning moest zich niet ver verplaatsen.

De marathon werd een ware volkstoeeloop. Dat was niet alleen qua deelnemers maar ook qua supporters. Ik had zoveel supporters nog nooit meege maakt in België. Ik waande me op sommige stukken in de marathon van Rotterdam. Tientallen keren werd mijn naam gescandeerd door supporters.

Ik vond het een prachtig, gevarieerd maar pittig parcours met 335 meters hoogteverschil. De meeste hoogtemeters lagen op het eerste deel van het parcours. Ik was nog maar eens verbaasd over de vele groene stukken die Brussel en omgeving rijk is. Eens uit Brussel ging het in één rechte lijn naar Leuven. Ik was enigszins verrast dat ik al rond kilometer 30 aankwam in Leuven. Door de vele supporters, liep ik haast nooit zonder aanmoedigingen. De stad stond helemaal in het teken van het kampioenschap. Naar het einde toe kwam een lastig stuk met een heen en terug strook. Aan Sportoase was een volledig sportdorp opgezet. Het was ook de eindzone van de marathon. Ik had wat compassie met de gevangenen van Leuven-Centraal. De gevangenis lag vlak aan de finish.

Ik heb de marathon rustig gelopen en liep vlot boven een gemiddelde van 10 km/uur. Ik finishte in een tijd van 4u 7' 35".

De organisatie laat zich met één woord samenvatten : vlekkeloos. De start werd mooi gespreid over verschillende waves. Ook bij de finish was er meer dan voldoende doorschuifruimte. Meteen na de aankomst kreeg je een volledig gepersonaliseerde aankomstvideo toegestuurd.

Noot redactie : Dirk (Meersseman) liep eveneens de marathon en Sharon (Aesaert) liep de 10km.



Met 130.000 zakten ze af naar de **39e editie van de Antwerp 10 miles**, hetzij als deelnemer, hetzij als supporter.

Onder een stralend zonnetje werd om 13u een eerste "golf" lopers het parcours opgestuurd. En zo zou het verder gaan totdat alle 40.000 deelnemers op weg waren. 32.000 liepen de 10 miles. Aan de aankomstzone werd voor het eerst een grote publiekstribune geïnstalleerd.

Niet alleen de hitte speelde heel wat lopers parten, ook de lastigheidsgraad van het parcours met zijn tunnels deden heel wat lopers in de problemen raken. 6 onder hen dienden voor medische verzorging te worden afgevoerd naar het ziekenhuis. Gelukkig ver-

keerde niemand in levensgevaar. De organisatie had dan ook ingezet op extra medische ploegen onderweg en raadde de deelnemers aan om het kalmpjes aan te doen in o.a. de "konijnenpijp-Waaslandtunnel".

Naast heel wat bekend volk (Bart De Wever, Ben Weyts, Annelies Verlinden,...) werd JCDP op deze 39e editie vertegenwoordigd door **Steven (Vermeulen), Dirk (Poelman), Camille (Lecluyse) en Wannes (Hemelsoet)**.



Sharon
Aesaert

Natuurloop Beernem



Eind december, begin januari worden traditiegetrouw de goede voornemens voor het nieuwe jaar vastgelegd. Dat is ook het moment om de sportieve voorjaarsplanning door te nemen : Wat zijn de doelen dit voorjaar ? Aan welke wedstrijden ga ik deelnemen ? Welke wordt de A-race, B-race en eventueel de C-race/fun (of toeristen tempo) race ?

De A-race dit voorjaar lag al geruime tijd vast : marathon debuteert op 13 april tijdens het EK marathon van Brussel naar Leuven. In functie daarvan werd de planning van het voorjaar bepaald, dit met onder meer een 25km tijdens de Natuurloop in Beernem eind maart. Echter zorgde een blessure ervoor dat ik de voorjaarsplanning diende te herzien : geen marathon al kon ik gelukkig wel aan de 10km deelnemen. Zo werd de Natuurloop in Beernem een eerste "test" hoe het gesteld was met de conditie en met het genezingsproces van de blessure.

Ik had me ingeschreven voor de 7km i.p.v. de 25km van de natuurloop en was al blij dat ik kon/mocht lopen. Deelnemen aan deze loop werd intussen een traditie, als je na twee jaar al van een traditie kan spreken. Ook de zon liet zich dit jaar opnieuw van haar beste kant zien wat zorgde voor een gezellige festivalsfeer.

Na het ophalen van het startnummer kwam het moeilijkste van de hele Natuurloop : dat startnummer relatief recht hangen op mijn T-shirt, zowaar geen eenvoudige opdracht. Eenmaal dat dit naar behoren was gelukt kon ik nog even genieten van de zon, de deelnemers van de 25km aanmoedigen bij de start, een sanitaire stop plannen, en was het daarna tijd om zelf aan de start te gaan staan.

De Natuurloop neemt je mee door het bos van Bulskampveld in het wondermooie West-Vlaanderen. In tegenstelling tot vorig jaar lag het parcours er dit jaar droog bij maar op de bosondergrond is het toch steeds kijken waar je je voeten neerzet. De trailschoenen waren dus een overbodige luxe. Een boomwortel die wat boven de grond zit is nooit ver af. Met dit in het achterhoofd was de doelstelling van dit jaar : GENIETEN. Maar dat competitiebeestje in mij gaat nooit slapen en ik wou toch een tijd kunnen aanhouden onder de 6:00min/km. Ondanks de warmte, ik ben hier geen grote fan, de Marathon des Sables zou dus zeker niet aan mij besteed zijn, kon ik het mij opgelegde tempo goed aanhouden. De sfeer was top en de kilometers vlogen voorbij. Er werd gewerkt aan de witte melkbenen dankzij het zonnetje en voordat ik het goed besefte was ik al bijna terug aan de finish. Maar dit uiteraard niet vooraleer ik de grassprietten even van naderbij was gaan inspecteren. Een moment van onoplettendheid op een gemakkelijk stuk en daar lag ik dan in de graskant gelukkig zonder veel erg. Dank aan de medelopers om onmiddellijk te checken of alles in orde was met mij. Ik zou er een mooi souvenir in de vorm van een blauwe plek aan overhouden.



De eindbevoorrading bij deze Natuurloop was zoals altijd top : paaseitjes, brownies, banaan, sinaasappel, zoete koek, water, etc. Er was voor elk wat wils en uiteraard veel te veel om alles eens te proeven. De andere lekkernijen zullen we dus volgend jaar maar eens moeten proeven.

Als aandenken aan de Natuurloop krijg je hier geen klassieke medaille maar een mooi bloemetje voor iedere deelnemer. Geen boeket bloemen maar een echte plant. Met trots kan ik zeggen dat deze na meer dan een maand nog steeds bloeit.

Conclusie na deze Natuurloop : de conditie was nog niet top, maar ik heb geen last meer gehad van de blessure en dat was toch het belangrijkste. Nu op naar de voorbereidingen van de komende loopjes : Knokke Run op 1 mei en Dwars door Brugge op 11 mei.





11 wandelaars



de jury/organisatie



De beker is in veilige handen



t spel vraagt studie



Anke en Chantal



het podium
Van L>R : Marc (3e), Michel (1e) en Joseph (2e)



5e Clubkampioenschap - 06/05/2025

Tekst en foto's : Donald

naam	plaats	geschatte snelheid	gelopen snelheid	vlugger trager
Michel Deroose	1	9,52	9,38	0,14
Joseph Van Thillo	2	6,50	6,26	0,24
Marc Goffart	3	10,00	10,29	-0,29
Caroline Surmont	4	9,18	9,48	-0,30
Bart Brysbaert	5	11,44	11,95	-0,51
Herman Cannoodt	6	7,00	6,36	-0,64
Dirk Oosterlinck	7	12,01	12,81	-0,80
Kristiaan Van Laecke	8	11,31	12,19	-0,88
Steven Vermeulen	9	11,80	12,70	-0,90
Maarten Brysbaert	10	9,80	10,74	-0,94
Octavian Susnea	11	10,69	11,63	-0,94
Simon Van den Bossche	12	12,55	13,51	-0,96
Peter Slock	13	10,00	11,05	-1,05
Luc Debaene	13	9,45	10,53	-1,08
Floris De Paepe	15	10,96	12,09	-1,13
Jewel Sikder Shahjalal	16	9,00	10,43	-1,43
Christophe Van den Berghe	17	9,77	11,24	-1,47
Kamiel Daneels	18	10,20	11,73	-1,53

Een schitterende zet van het bestuur om het clubkampioenschap op een gewone dinsdagavond te laten doorgaan. Niet minder dan 18 leden namen eraan deel. Tel daarbij nog 11 wandelaars, 2 individuele lopers, 2 juryleden, 1 fotograaf, een aantal supporters,... dan kom je al vlug aan een 35-tal aanwezigen. 't Kelderke zat dus goed vol.

Het concept : schat jouw gemiddelde snelheid in tot op 2 cijfers na de komma nauwkeurig. De af te leggen afstand werd niet meegedeeld. Na een korte briefing door Kris werden alle deelnemers afzonderlijk het parcours opgestuurd.

En blijkbaar kon Michel zijn eigen loopsnelheid het best inschatten. Hij gaf oorspronkelijk 9,52 km/u op en liep uiteindelijk slechts 0,14 km/u trager of 9,38 km/u. Joseph benaderde zijn tijd tot op 0,24 km/u en Marc liep 0,29 km/u sneller dan opgegeven.

Michel mag zich dus één jaar lang clubkampioen noemen. Uit handen van jurylid Joeri kreeg hij de wisselbeker. Joseph en Marc kregen een wijntje als prijs.

**Donald
Maebe**

In memoriam : Julia Hendrickx

Op 26 maart jl. bereikte mij het nieuws dat **Julia Hendrickx op 92-jarige leeftijd** was overleden. Ze bleef de laatste 2 1/2 jaar in het WZC Veilige Have in Aalter. Voorheen woonde ze in De Pinte. Op 14 januari

2015 trokken reporter Luc De Baene en fotograaf Ignace De Roo naar haar woning voor een "ten huize van..."-interview. Hieronder een greep uit de "vertelsels" van een zeer sportieve dame.



Toen Wandel- en Joggingclub De Pinte in 1980 het levenslicht zag sloot Julia meteen aan. Voordien had ze nooit aan sport gedaan. Ze maakte al vlug heel veel vrienden en vriendinnen : Anke, Marcelle, Herman, Leon,... die nog steeds lid van JC DP zijn. Aan een tafel in de Sportwegel noteerde toenmalig secretaris Marc Pieters de namen van de deelnemers aan de wekelijkse dinsdagavondloop. Nieuwe leden begeleidde ze en gaf ze moed tijdens hun eerste loop sessies.

Later kreeg ze een hartoperatie waardoor het lopen haar minder verging. Toch bleef ze regelmatig nog 3 kilometer joggen.

Binnen JC DP was Julia een zeer gewaardeerd lid. Zo begeleidde ze o.a. de lopers tijdens de estafette De Panne - De Pinte (101 km) in 2003. Aan de vele clubactiviteiten nam ze actief deel of verleende ze haar medewerking.

Afsluiten doe ik met haar gouden raad die ze in 2015 aan iedereen gaf :
blijf bewegen, je blijft fit en gezond !



**Donald
Maebe**

Onze JC DP-ers in de kijker



Een zondagochtend in februari



Gelukkige verjaardag Peter,
Geert en Caroline



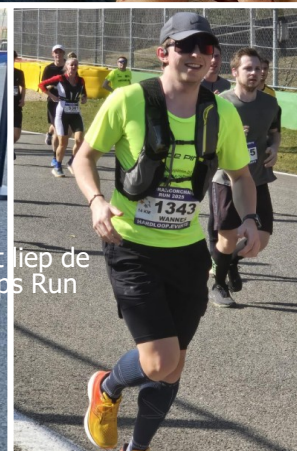
Gelukkige verjaardag
Kathleen en Bart



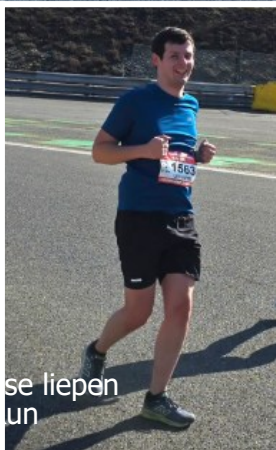
Winterjogging Brielmeersen
Joseph, Marnic en Herman



Wannes Hemelsoet liep de
Spa-Francorchamps Run



Evelien De Roo en Louis Lecluyse liepen
de Spa-Francorchamps Run



Dominique Lagast liep de
Cogge-Geeraert halve marathon



JCDP in Zuid Afrika
Joseph en Christina



Gelukkige verjaardag Joos, Patricia en Koen



1/2 marathon Gent
Wannes





**Donald
Maebe**

UITSLAGEN 2025

datum	plaats/wedstrijd	deelnemer	afstand	plaats	tijd	km/u
26/01/2025	Baloise Antwerp Park Miles	Dieter Bruyneel	21	521/1748	1:55:56	10,87
9/02/2025	Deinze Winterjogging AC Deinze	Marnix Baert	4,9	79/82	0:39:47	7,39
		Joseph Van Thillo	4,9	81/82	0:47:25	6,20
		Herman Cannoot	4,9	82/82	0:47:29	6,19
		Caroline Surmont	9,4	48/51	1:02:18	9,05
9/02/2025	Monaco Run 2025	Krisof Agache	10	797/1227	0:55:59	10,72
23/02/2025	Sevilla XL Zurich marathon	Dirk Meersseman	42,195	8496e	4:12:55	10,01
23/02/2025	Oudenaarde Ramon Trail (officieus)	Michaël Roseeuw	32	-	3:39:48	8,74
2/03/2025	In Flanders Field Trail leper	Steven Vermeulen	23	-	2:10:24	10,58
		Octavian Susnea	23	-	2:27:22	9,36
		Dirk Poelman	23	-	2:35:48	8,86
		Floris De Paepe	32	-	2:56:51	10,86
2/03/2025	VDK Gent Trail	Dieter Bruyneel	25	119/158	2:25:45	10,29
8/03/2025	Spa Francorchamps Run	Evelien De Roo	7	111e vr.	0:41:08	10,21
		Wannes Hemelsoet	14	478e m	1:19:19	10,59
		Louis Lecluyse	21,1	919e m	2:13:00	9,52
9/03/2025	Runners Lab Bashir's Run Gent	Dieter Bruyneel	21,1	1269e	1:49:22	11,58
15/03/2025	Prestorun Trail Torhout	Dieter Bruyneel	20	33/46	1:49:52	10,92
16/03/2025	Cogge Geeraert 1/2 marathon Nieuwpoort	Dominique Lagast	21,1	156/412	1:44:57	12,06
16/03/2025	Kom op tegen kanker run Boom	Floris De Paepe	40	-	3:49:58	10,44
22/03/2025	Planet Group Ekiden aflossingsmarathon Gent	Krisof Agache	10	-	0:56:48	10,56
23/03/2025	Chianti Marathon Trail UTMB Radda (Italië)	Michaël Roseeuw	46,3	835/1016	7:38:12	6,06
30/03/2025	Sofico halve marathon Gent 14700 deelnemers	Dieter Bruyneel	21,1	3444e	1:49:39	11,55
		Dirk Oosterlinck	21,1	4773e	1:55:00	11,01
		Wannes Hemelsoet	21,1	5024e	1:55:57	10,92
		Denim Robinet	21,1	10127e	2:17:05	9,24
13/04/2025	Europees Kampioenschap Leuven	Sharon Aesaert	10	2732e	0:59:58	10,01
		Dieter Bruyneel	42,195	6474e	4:07:35	10,23
		Dirk Meersseman	42,195	7229e	4:17:12	9,84
25/04/2025	Lenteloop Deinze	Joseph Van Thillo	4,9	78/78	0:45:25	6,47
27/04/2025	Antwerp 10 miles	Steven Vermeulen	16	4757e	1:22:25	11,65
		Dirk Poelman	16	9272e	1:31:14	10,52
		Wannes Hemelsoet	16	11433e	1:34:50	10,12
		Camille Lecluyse	16	24874e	1:57:18	8,18
1/05/2025	Knokke Run	Sharon Aesaert	10	1333e	1:14:50	8,02
1/05/2025	Boterkoekenloop Gent	Dieter Bruyneel	10,11	-	0:51:54	11,69
		Luc De Baene	5,26	-	0:33:51	9,32
4/05/2025	Great Breweries Marathon Puurs Sint Amands	Michaël Roseeuw	42,195	376e	4:16:59	9,85

37e Vlaamse Ardennenloop zaterdag 21/06/2025 om 19u

Verzamelplaats en inschrijvingen op
het pleintje aan het Gemeentehuis van
Etikhove (Etikhoveplein)

Afstanden
5,8 km (2 hellingen)
8,6 km (3 hellingen)
11,8 km (4 hellingen)

Je kan ook wandelen !
Wandelaars contacteren Donald
Gsm 0495/630.248

Jij komt toch ook?



SCHELDEVELDEJOGGING

12 september 2025

Start WZC Scheldevelde
met kidsrun



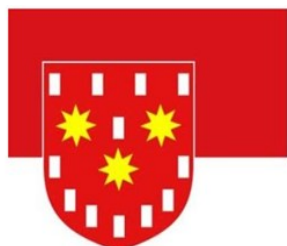
Open wedstrijd

De Pinte
BRADERIE

14 september 2025



JCDP staat opnieuw met een promostandje. Wie zin heeft om mee publiciteit te helpen voeren geeft zijn/haar naam op bij het bestuur !



JC DE PINTE

40e Gordel rond De Pinte

4 oktober 2025

start om 10u

parking WZC Scheldevelde

Enkel leden JCDP



Clubetentje

4 oktober 2025

Enkel leden JCDP

Bezoek Brugge
Stadswandeling
Bezoek Brouwerij de Halve Maan

19 oktober 2025



Sinterklaasloop

2 december 2025

Enkel leden JCDP



Vredeslichtrun

12 december 2025

Deinze-Nazareth-De Pinte



Kerstloop

16 december 2025

Enkel leden JCDP

Kantine in

't Kelderke



**Donald
Maebe**

**Koken met JCDP - haver-banaanpannenkoekjes met pindakaas en ahornsiroop
bron : de-sportdiëtist.be**



Na een intensieve nuchtere trainingssessie is het van cruciaal belang om je lichaam te voorzien van de juiste voedingsstoffen voor een snel herstel. Ons eenvoudige en heerlijke recept voor haver-banaanpannenkoekjes met pindakaas en een vleugje ahornsiroop is niet alleen snel te bereiden, maar ook rijk aan koolhydraten en eiwitten, wat ideaal is om je energie weer op te bouwen en je spieren te voeden. En wat is een betere manier om van deze smakelijke pannenkoekjes te genieten dan met een groot glas romige chocomelk? Laten we duiken in dit voedzame en bevredigende recept!

Ingrediënten:

- 1 rijpe banaan
- 1 ei
- 1/2 kopje havermout
- 1 theelepel bakpoeder
- Snufje zout
- 1 eetlepel pindakaas
- Ahornsiroop naar smaak
- zonnebloemolie of margarine om in te bakken

Stappen:

1. Mengen van het Beslag: Begin met het prakken van een rijpe banaan in een kom totdat deze bijna glad is. Voeg vervolgens een ei toe en klop het samen met de geprakte banaan. Dit vormt de basis van ons smakelijke pannenkoekbeslag.

2. Voeg de Droge Ingrediënten Toe: Gooi 1/2 kopje havermout, 1 theelepel bakpoeder en een snufje zout in de kom met het banaan-eimengsel. Meng alle ingrediënten goed door elkaar tot je een dik en consistent pannenkoekbeslag hebt.

3. Bakken van de Pannenkoekjes: Verhit een anti-kleef koekenpan op middelhoog vuur en voeg een klein beetje zonnebloemolie of margarine toe om de pan in te vetten. Schep dan een eetlepel van het beslag in de pan voor elk pannenkoekje. Bak ze ongeveer 2-3 minuten aan elke kant, totdat ze mooi goudbruin en stevig zijn.

4. De Finishing Touch: Zodra de pannenkoekjes klaar zijn, leg je ze op een bord. Nu komt het smakelijke deel: besmeer elke pannenkoek met een dun laagje heerlijke pindakaas. Als kers op de taart, drizzle wat ahornsiroop over de pannenkoekjes voor die natuurlijke zoetheid waar we van houden.

5. Perfecte Combinatie: Vergeet niet om je voedzame haver-banaanpannenkoekjes te combineren met een groot glas verfrissende chocomelk. De combinatie van koolhydraten en eiwitten in de pannenkoekjes, samen met de herstellende eigenschappen van de chocolademelk, zal je lichaam helpen bij het opbouwen van energie en het ondersteunen van spierherstel na je veeleisende trainingssessie.

Deze haver-banaanpannenkoekjes met pindakaas en ahornsiroop zijn niet alleen een traktatie voor je smaakpapillen, maar ook een geweldige manier om je lichaam te voeden na een veeleisende nuchtere training. De combinatie van koolhydraten, eiwitten en gezonde vetten biedt de optimale voedingsondersteuning die je nodig hebt om je herstelproces te versnellen en je op weg te helpen naar je volgende sportieve avontuur.



**Donald
Maebe**

Cultureel erfgoed op ons loop/wandeltraject - deel 20 de Onze-Lieve-Vrouw van Hemelrijkkapel



Halfweg het wegeltje dat de Beukendreef met de Scheldeveldedreef verbindt staat de Onze-Lieve-Vrouw van Hemelrijkkapel. De kapel ligt op één van de wandelingen van de "dinsdagavondwandelaars". Ook onze lopers passeren hier regelmatig en de kapel lag eveneens op het parcours van het clubkampioenschap 2023.

In 1851 werd de Onze-Lieve-Vrouw van Hemelrijkkapel opgericht. De naam 'Hemelrijk' verwijst naar een gehucht dat lag tussen de De Pinte, Zevergem, Zwijnaarde en Sint-Denijs-Westrem. De oprichting van de kapel start bij de bouw van een groot landhuis door Frans De Rudder omstreeks de periode 1840-1850.

Frans' familie werd echter getroffen door een tragedie. Zijn schoonvader Frans Deynoodt overleed samen met één van zijn dochters en een dienaar aan cholera in 1849. De familie was afkomstig uit Gent. Vermoedelijk liepen ze daar de dodelijke ziekte op. Deynoodts weduwe, Jeanne Popelemon van Haelen, beriep zich op Maria om ervoor te zorgen dat de cholera-epidemie niet de streek rond Zevergem zou bereiken. In ruil voor het tegenhouden van de epidemie zou er een pelgrimstocht naar Rome ondernomen worden en beloofde ze ook om een kapel ter ere van Maria te bouwen. Op de achtste dag van de novene verdween de besmettelijke ziekte uit het gehucht.

In 1850 vertrok een dochter van Jeanne Popelemon op huwelijksreis naar Rome, gecombineerd met de beloofde pelgrimstocht. In 1851 werd op enkele honderden meters achter het 'kasteel Hemelrijk' deze kapel gebouwd.

De kapel verkeerde de voorbije jaren in een slechte toestand. In 2022 ging men over tot restauratie. Ze werd opnieuw ingehuldigd en ingezegend op 22 mei 2022. Maria en Monique De Clercq die het dichtst bij de kapel woonden zorgden er gans hun leven voor dat de kapel opgekuist werd en van bloemen voorzien werd. Tweemaal per dag steken ze kaarsjes aan. Al méér dan 100 jaar wordt de kapel door hun familie onderhouden. Maria overleed op 85-jarige leeftijd in 2023 maar het "werk" wordt verdergezet nu verder gezet door Noël (86j) en Monique (82j).

**Donald
Maebe**

WANDELNIEUWS



**JC DE PINTE
WANDEL**



In september bestaat ons wandelclubje reeds **3 jaar**. Ik merk dat meer en meer leden af en toe eens meewandelen op dinsdagavond. Sommigen sukkelen met een hardnekkige kwetsuur, anderen hebben al eens geen zin om te lopen en verkiezen een uurtje te wandelen.

De organisaties van JCDP staan uiteraard ook open voor de wandelaars. Wie zin heeft kan deze eigen organisaties op wandeltempo afleggen :

- 21 juni a.s. de Vlaamse Ardennenloop wandelen
- 12 september : de Scheldeveldjogging
- 4 oktober : de Gordel rond De Pinte

Volg de laatste berichtgeving hieromtrent via ons "wandelkanaal" in WhatsApp.

Zin om ook eens mee te wandelen ? Kom gewoon op

dinsdagavond langs ! We vertrekken STIPT om 19.30u op de parking van WZC Scheldevelde voor een tochtje van om en bij de 5km.

Tot dan ?



Ergens deelgenomen aan een wedstrijd ?

De uitslagen worden gepubliceerd op de website/blog en in ons clubblad JogInfo

In het archief van JC De Pinte worden alle uitslagen bewaard sedert 2007 en zo gebeurt het wel eens dat een lid een oudere uitslag opvraagt.

Je mag jouw uitslagen mailen aan :
donald.maebe@skynet.be
maebedonald@gmail.com



Neem je deel aan een wedstrijd ?
 Schitterend, zo vertegenwoordig je JC DP
 MAAR...

wil voortaan op jouw inschrijvingsformulier, indien men dit vraagt of indien dit mogelijk is, ook de clubnaam vermelden : JC DP of Joggingclub De Pinte

WAAROM ?

Voor het verwerken van de uitslagen van onze leden (WhatsApp, website, JogInfo,...) is het voor mij gemakkelijk wanneer ik in eerste instantie op "clubnaam" kan selecteren. Zo verkleint ook de kans dat ik één van onze leden "over het hoofd zie".
 Met dank voor jullie (kleine) medewerking.
 Donald, verantwoordelijke uitslagen JC DP



JCDP

Strava en WhatsApp

STRAVA
LOOPTEAM
JC DE PINTe

Het **STRAVA LOOPTEAM** werd in 2020 opgericht in volle coronaperiode door onze Voorzitter. Ondertussen zijn al **39 clubleden** lid van dit virtuele team. Zo blijven we ook online verbonden, blijven we op de hoogte van activiteiten en kunnen we elkaar steunen (met "kudos" of reacties).

Ook zin om toe te treden tot ons team? Doen! Maak een "free account" aan bij Strava. Uploaden van je prestaties doe je via een uurwerk type Polar, Garmin,... of installeer de STRAVA-app op jouw smartphone en registreer je activiteit rechtstreeks.

JoggingClub De Pinte op Whatsapp

Als club gebruiken we verschillende wegen om onze leden schriftelijk te informeren: de Joginfo, onze vernieuwde website, onze Facebook pagina, mailberichten... en natuurlijk ook WhatsApp!

WhatsApp is ons voorkeurskanaal voor snelle en interactieve communicatie. Vandaar het belang om lid te zijn van de 'community' **JoggingClub De Pinte**. Als dat nog niet het geval zou zijn, contacteer dan een lid van het bestuur om je toe te voegen of een uitnodiging te ontvangen. Alle bestuursleden kunnen tussenkomen als community-beheerder.

Volgende kanalen kan je volgen : "aankondigingen", "Joggingclub De Pinte loopkanaal", het "Blabla-kanaal", "JC DP wandelt" en "JogInfo"





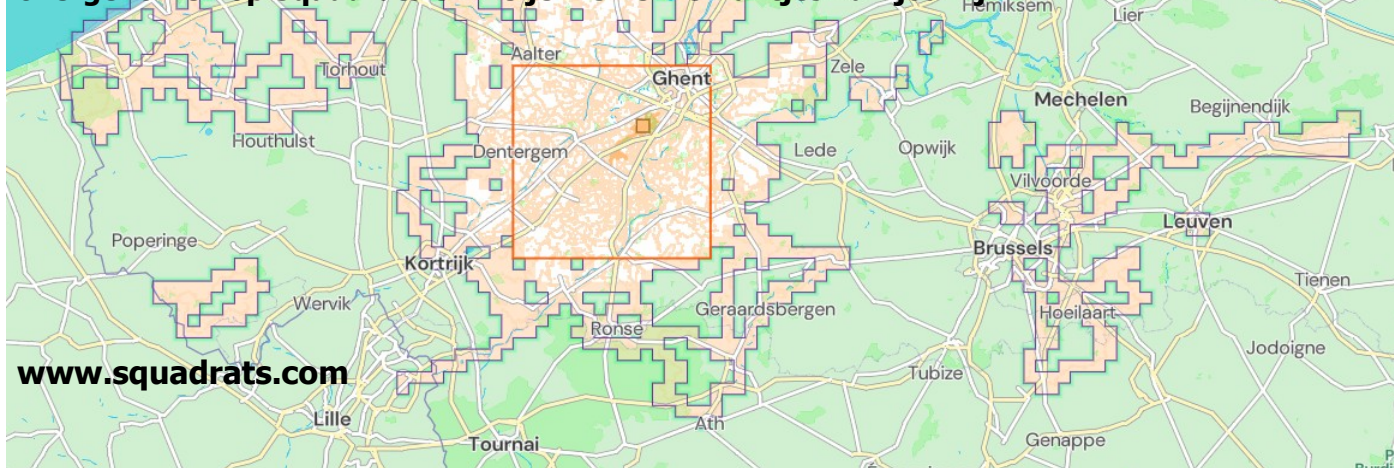
Donald
Maebe

Loop jij ook al “vierkantjes” ? Wat is “Squadrats” ?

Heb je al gehoord van **SQUADRATS** ? Wout Van Aert en Tiesj Benoot zijn er zot van en het wordt heel vlug opgepikt door andere profrenners of wielertoeristen maar... ook jullie, joggers van JCDP, kunnen hieraan meedoen.

Waar komt het hem op neer ? Eenvoudig... de wereldkaart werd ingedeeld in vierkantjes van 1mijl op 1mijl. Het doel is om zoveel mogelijk vierkantjes te claimen. Dit kan door erdoor te fietsen, te lopen, te wandelen, te zwemmen... eigenlijk alles zolang het niet gemotoriseerd is.

Koppel daarvoor je Strava account aan Squadrats. Zo worden al je prestaties automatisch overgenomen op Squadrats en zie je welke vierkantjes van jou zijn.



**JCDP nieuwe
hoofdsponsor**
Fan Arena,
de gaming software
achter
Sporza Wielermanager, Fantasy
Pro League en
Gouden Spelen,
ondersteunt
de liefhebbers van
sport zowel
digitaal als fysiek

JCDP

LIDGELD 2025

Wil jij opnieuw :

- Jouw favoriete sport beoefenen met gelijkgezinden ?
- Ervaringen uitwisselen op dinsdagavond en zondagmorgen ?
- 4 keer per jaar deze JogInfo ontvangen om op de hoogte te worden gehouden van wat leeft binnen onze club ?
- 24/7 verzekerd zijn wanneer je gaat lopen of wandelen ?

Schrijf dan zo vlug mogelijk € 25 over op rekening
BE37 7374 4013 6028 - BIC : KREDBEBB
of neem contact op met het bestuur
20 euro voor volgende personen onder hetzelfde dak wonend




JCDP
Heb je al de nieuwe website bezocht ?

SAMEN LOPEN NOOIT OPGEVEN

sedert 1980, lopen voor het plezier

Of je nu een beginnende jogger bent of je hebt jaren loopervaring,
bij Joggingclub De Pinte is iedereen welkom !
Samen verleggen we onze grenzen.
Trek je loopschoenen maar aan !

(sedert 2022 heeft JCDP ook een wandelafdeling
> info zie "mededelingen" hieronder)

WORD LID


**Surf voortaan naar
www.jcdp.be**

JogInfo... jouw clubblad ! Zin om een artikeltje te schrijven ?

Zoals je ook in deze JogInfo hebt kunnen vaststellen probeert de redactie jou een gevarieerd clubblad aan te bieden. Meer teksten en foto's maakt het een leuk, aantrekkelijk clubblad en dit ook dankzij jouw inbreng !

Meehelpen aan ons clubblad ?
Ook JIJ kan jouw steentje bijdragen !

Ergens deelgenomen aan een wedstrijd ?
Schrijf een verslagje !
Zelf foto's genomen op een evenement ?
Ook een familiegebeurtenis horen we graag.
Een krantenartikel gezien over JC De Pinte ?



Je mag alles doormailen aan : **maebedonald@gmail.com of marc.goffart@telenet.be**

Bestuursvergaderingen

Items besproken op de bestuursvergaderingen

- ☒ Ledenbestand
- ☒ Financiën
- ☒ Komende activiteiten
- ☒ Evaluatie voorbije activiteiten
- ☒ Website /Facebook
- ☒ Joginfo
- ☒ Varia



Verzekering - Sportongevallen GDPR (*)

Hoe ben je correct verzekerd ?
Geert Deconinck

Al onze leden zijn verzekerd gedurende alle joggingactiviteiten, zowel in clubverband als daarbuiten. Dit wil zeggen dat u evengoed verzekerd bent tijdens het individueel joggen als tijdens clubactiviteiten en evengoed tijdens wedstrijden als tijdens trainingsactiviteiten. Met een beetje goede wil kan ook een jubileumfeest of het jaarlijks etentje voor de leden als een verzekerde "clubactiviteit" worden beschouwd. U kan wel geen beroep doen op de clubverzekering als u verongelukt, wanneer u moet hollen om nog tijdig uw trein te halen... maar dan bent u waarschijnlijk gedekt door de arbeidsongevallenverzekering.

U kan in elk geval 24 uur op 24 uur met een gerust hart uw favoriete sport beoefenen.

Indien u pech zou hebben, dient u de aangifte zo snel mogelijk in te dienen via onze correspondent, Luc Debaene. Als club hebben wij de verplichting aangifte te doen binnen de 8 dagen. Wanneer het ongeval als sportongeval wordt erkend, krijgt de club hiervan bericht. Aan het slachtoffer worden de nodige documenten opgezonden.

AANGIFTE VAN EEN ONGEVAL

Via onze website kan je een aangifteformulier voor de arts downloaden (rubriek 'Verzekering').
Luc Debaene, F. De Potterstraat 35, 9840 De Pinte. Tel 0495/15.92.32



REGISTRATIE (NIEUWE) CLUBLEDEN BIJ SPORTA > clubverzekeraar

Dit kan via het online platform. De link kan je aanklikken via de club-website.

(*) GDPR : Je kan de privacyverklaring van de club opvragen bij het bestuur.

JCDP

aandacht voor onze SPONSORS

**Bezorg onze sponsors
de nodige publiciteit !
Draag met trots het clubshirt !**

NIEUW : JCDP heeft nu ook een hoofdsponsor namelijk >>>

Koop lokaal ! Zo steun je onze sponsors

- Optiek Het Oog, De Pinte
- PL Real Estate, De Pinte
- Belfius, De Pinte
- Paella De Prins, Oudenaarde
- Maestro Pumps, Kruishoutem





JCDP... een club met een hart !
JCDP mag zich voortaan een hartveilige club noemen !

PL Real Estate
by Patrick Landuyt
www.PL-RealEstate.com

Belfius
Kantoor De Pinte

