



De Leeuwerik

DRIEMAANDELIJKS CLUBBLAD

Juli – Augustus - September

2026



Verantwoordelijke uitgever: Peggy Goyens Getestraat 5, 3400 Ezemaal



Het bestuur

Voorzitter en Econoom

Marcella LIEFSOENS
Filips de Goedelaan 8
3400 Landen
Tel. 0495/84 37 25

Secretaris

Ludo PEETERS
August Robijnsstraat 33
3404 Landen
GSM: 0473/96 24 02

Penningmeester en kledingverantwoordelijke

Ria REYNAERTS

Bankrekening Leeuwerik:
BE22 4533 0323 7147

Info-Web & inschrijvingsverantwoordelijke

Peggy GOYENS

deleeuwerik@outlook.com

Facebookpagina's:

- Koninklijke wandelsportvereniging "De Leeuwerik" Landen
- Wandelvrienden van "De Leeuwerik" Landen, waar jullie al jullie foto's van wandelingen kunnen delen.

Parcoursmeester

Dirk BEX



Vaste medewerkers

Walter QUINTELIER

Patrick PEYPOPS

Jean-Claude MILANI

Openingsuren Secretariaat

Algemene administratie
Inschrijving leden, nieuwe leden
Contacten met Wandelsport Vlaanderen.
Aanmaak van naamstickers, stempelkaarten,
verzekeringpapieren, wandelboekjes, enz...

**Elke dinsdag van 18u30 tot 20u00
of na afspraak.**

Niet op zon- en feestdagen

Gsm: 0473/96.24.02

Via mail : peeters.ludo1@skynet.be

Secretariaat is gevestigd

August- Robijnsstraat 33
3404 Attenhoven – Landen

Email-adres

Soms moet er vanuit het bestuur een dringende mededeling gedaan worden aan de leden. Dat kan niet altijd via het clubblad. Daarom zou het gemakkelijk zijn als we van de vele leden die een computer gebruiken het e-mailadres zouden kennen.

Maak je e-mailadres over aan het bestuur (liefst aan Ludo – Secretaris - peeters.ludo1@skynet.be) zodat we een lijst kunnen aanleggen.

Het bestuur zal deze adressen enkel gebruiken voor een dringend contact en zal niet doorgegeven worden aan derden.

Verslag bus uitstap naar Lommel (26 april 2026)

Op zondag 26 april 2026 trokken 40 enthousiaste Leeuweriken met de bus richting Lommel voor deelname aan Vlaanderen Wandelt Limburg. Het werd een geslaagde dag vol natuur, beweging en gezellig samenzijn.

Bij aankomst werden we hartelijk ontvangen op de startlocatie, waar meteen een aangename sfeer hing dankzij muziek en animatie. Iedereen kon vrij kiezen uit een ruim aanbod aan wandelafstanden, variërend van 5 km tot zelfs 40 km. Zo was er voor elk wat wils, van rustige genieters tot fervente langeafstandswandelaars.

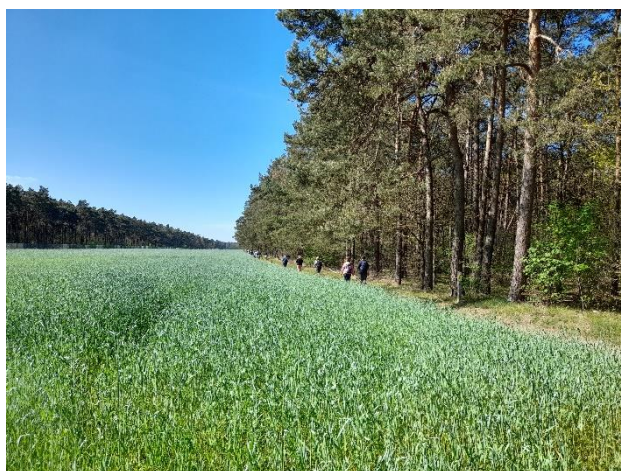
De wandelroutes leidden ons door het prachtige Nationaal Park Bosland, het grootste aaneengesloten natuurgebied van Vlaanderen. Onderweg genoten we van een gevarieerd landschap met uitgestrekte dennenbossen, heidevelden, zandduinen en landelijke wegen. De Meysterbergen, het Plat, de Hoeverbergen en Kattenbos zorgden stuk voor stuk voor indrukwekkende natuurbeelden. Ook de afwisseling met (oude en actieve) zandgroeven gaf het parcours een bijzonder karakter.

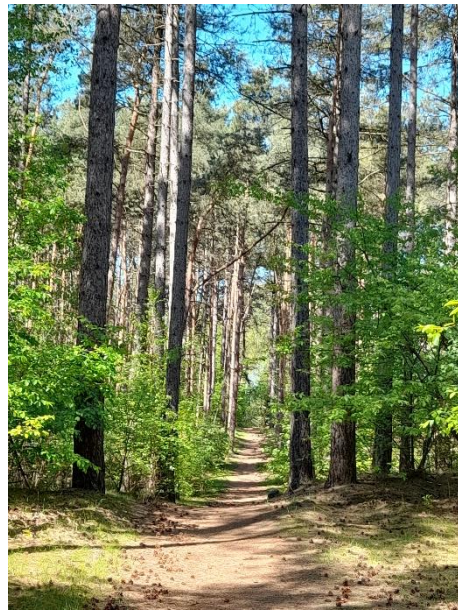
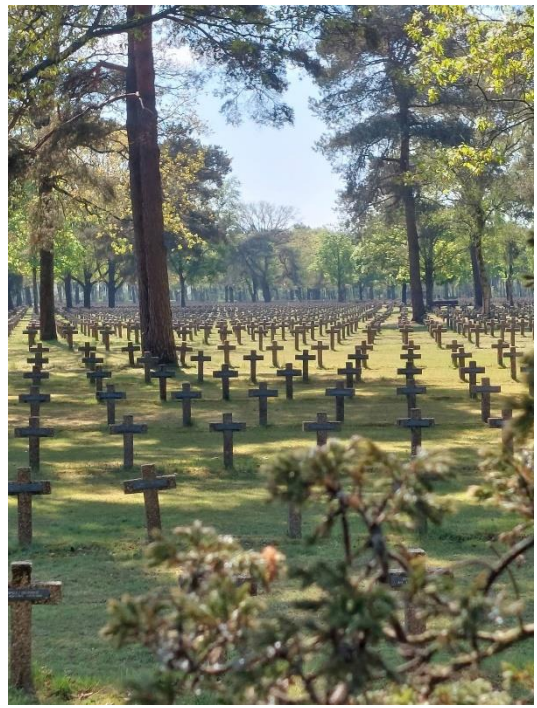
De wandelaars die voor de langere afstanden kozen, passeerden onder andere de historische windmolen van Kattenbos en wandelden langs de Duitse militaire begraafplaats, de grootste buiten Duitsland. Deze momenten zorgden voor extra beleving en indrukken onderweg.

Tijdens de tocht kon iedereen regelmatig halthouden aan goed uitgeruste rustposten, waar een drankje en een hapje klaarstonden. Het lokale wandelbier “Milo”, gebrouwen door brouwerij Van Dijck, viel duidelijk in de smaak en werd door velen geproefd en gewaardeerd.

Ook aan de startplaats zelf was er heel wat te beleven, met optredens voor de volwassenen en leuke activiteiten voor de kinderen, zoals een springkasteel en volksspelen.

Na een dag vol wandelplezier, mooie natuur en fijne ontmoetingen keerden we moe maar voldaan huiswaarts. Deze bus uitstap naar Lommel was zonder twijfel een groot succes en een mooie herinnering voor alle deelnemers.







Wandelclub De Grevenbroekers vzw Hamont-Achel

Busuitstap naar Achel – Zondag 11 oktober 2026

Op zondag 11 oktober 2026 trekken we naar het groene grensgebied van Hamont-Achel voor de sfeervolle **Achelse Kluiswandeling**, georganiseerd door Wandelclub De Grevenbroekers vzw Hamont-Achel.

Vanuit Michielshof ontdek je een prachtig stukje Limburgse natuur met uitgestrekte bossen, heidegebieden en rustige beekvalleien. De routes voeren langs de vallei van de Warmbeek en Beverbeek en door de natuur van de Groote Heide, een gebied dat bekendstaat om zijn rust en mooie landschappen in herfstkleuren.

De langere wandelafstanden brengen je bovendien naar de historische Sint-Benedictusabdij Achelse Kluis, idyllisch gelegen op de Belgisch-Nederlandse grens. Hier kan je genieten van de unieke sfeer van de abdijsite en is een bezoek aan de binnenplaats mogelijk. Onderweg is er een gezellige rustpost voorzien midden in de natuur.

Praktische informatie

- **Datum:** zondag 11 oktober 2026
- **Startplaats:** Michielshof, Michielsplein 3, 3930 Achel
- **Vertrek:** tussen 7.30 u en 15.00 u
- **Afstanden:** 4 – 6 – 9 – 13 – 17 – 20 km
- **Inschrijving:** €3 voor niet-leden/ €1,50 voor leden

Een ideale uitstap voor wandelliefhebbers die willen genieten van natuur, stilte en Limburgse gastvrijheid.



Zondag 11 oktober 2026

BUSUITSTAP

Achelse kluiswandeling

Bij Wandelclub De Grevenbroekers vzw Hamont-Achel



Slachthuisplein Landen

Vertrek: 08u00

Prijs: € 20,00

(Busreis + inschrijving wandeltocht)

Attentie: inschrijving is pas definitief na betaling Inschrijven kan tot en met **donderdag 10 september 2026** bij Marcella (0495 84 37 25) of Ludo (0473/96.24.02) of Inschrijvingsstrook via mail of brief of via de site
Betaling: te storten op rekeningnummer BE22 4533 0323 7147

Vermelding: bus uitstap Achel: naam + voornaam

Vertrek huiswaarts om 16u00 (de dag zelf aanpassen bij slecht weer)

Kleine Reminder: verlenging inschrijving tot 25 juni 2026

7-DAAGSE REIS – Vendée (Frankrijk) FR

Ontdek de charme van de Vendée – Wandelreis 2026



Ga met **KWSV De Leeuwerik Landen** mee op een prachtige **7-daagse wandelreis naar de Vendée in Frankrijk**.

Van **zaterdag 26 september tot vrijdag 2 oktober 2026** organiseren wij een mooie clubreis naar deze zonnige en veelzijdige streek. Vanuit het gezellige **Fontenay-le-Comte** verkennen we een regio vol natuur, geschiedenis en typisch Franse charme.

Tijdens deze reis maken we mooie wandelingen in onder andere het unieke natuurgebied **Marais Poitevin**, ontdekken we de **zoutvelden van het prachtige Île de Ré**, en wandelen we langs de **Sèvre Niortaise**. Daarnaast bezoeken we ook de sfeervolle steden **La Rochelle** en **Niort**.

Onderweg genieten we van **rustige natuurpaden, pittoreske dorpjes en gezellige momenten met onze wandelvrienden**.

Deze reis biedt een ideale combinatie van **natuur, cultuur en ontspanning** en is perfect voor wandelliefhebbers die graag **actieve uitstappen combineren met gezellig samenzijn**.

Comfortabel reizen we met een **luxe autocar** en verblijven we **6 nachten in hotel Le Rabelais** in halfpension.

We verblijven in het charmante stadje **Fontenay-le-Comte**, een ideale uitvalsbasis voor mooie wandelingen, natuurbezoeken en culturele uitstappen.

Mis deze mooie clubreis niet!

Verblijf

Hotel Le Rabelais***

19 Rue de l'Ouïlette

85200 Fontenay-le-Comte – Frankrijk

Het hotel ligt op ongeveer **1 km wandelafstand van het centrum**.

Duur van de reis: 7 dagen/ 6 nachten

Prijs € 899 per persoon

Toeslagen

- Singlekamer: + € 180
- Annulatie- en reisbijstandsverzekering: 8% van de totale reissom

Inbegrepen in de prijs

- ✓ 6 overnachtingen in **Hotel Le Rabelais** te Fontenay-le-Comte
- ✓ Halfpension (**ontbijt en diner**)
- ✓ Luxe autocar met alle comfort
- ✓ Professionele chauffeur (incl. alle onkosten en verblijf)
- ✓ Reisbegeleiding door onze reisgids (incl. alle onkosten en verblijf)
- ✓ Alle bezoeken en uitstappen volgens programma
- ✓ Peage (tolwegen) in Frankrijk
- ✓ BTW, organisatie- en reservatiekosten

Niet inbegrepen

- Dranken bij de maaltijden
- Middagmaaltijden
- Persoonlijke uitgaven

Programma

(O = ontbijt/ L = lunch/ D = diner)

Zaterdag 26 september 2026

D

Vertrek om **05.00 uur in Landen**.

Met verschillende tussenstops rijden we richting Frankrijk.

Aankomst in ons hotel in **Fontenay-le-Comte** in de late namiddag.
Avondmaal in het hotel.

Zondag 27 september 2026

O – D

Na het ontbijt maken we een **verkennde wandeling door het historische stadje Fontenay-le-Comte**.
Vrij middagmaal.

In de namiddag wandelen we naar het **Château de Terre-Neuve** en keren daarna terug naar het hotel.
Avondmaal in het hotel.

Maandag 28 september 2026

O – D

Na het ontbijt maken we een **halve- of dagwandeling in het natuurgebied Sentier de la Ponne**.

De deelnemers die enkel de **voormiddagwandeling** doen, hebben in de namiddag **vrije tijd in Fontenay-le-Comte**.

Avondmaal in het hotel.

Dinsdag 29 september 2026

O – D

Vandaag maken we een **mooie excursie naar het eiland Île de Ré**, dat bekend staat om zijn **zoutwinning en prachtige landschappen**.

We maken er een wandeling door de zoutstreek en genieten van **vrije tijd op het eiland**.

Vrij middagmaal op het eiland.

Terugkeer naar het hotel voor het avondmaal.

Woensdag 30 september 2026

O – D

Na het ontbijt bezoeken we de historische stad **Niort**.

Vrij middagmaal.

In de namiddag kunnen liefhebbers deelnemen aan een **wandeling langs de Sèvre Niortaise** (*Balade le long de la Sèvre*).

Avondmaal in het hotel.

Donderdag 1 oktober 2026

O – D

Na het ontbijt maken we een wandeling in het **Regionaal Natuurpark Marais Poitevin**, ook wel het “**Groene Venetië**” genoemd.

Vrij middagmaal.

In de namiddag bezoeken we de **prachtige havenstad La Rochelle**.

Avondmaal in het hotel.

Vrijdag 2 oktober 2026

O

Na het ontbijt verlaten we het hotel.

Met verschillende tussenstops onderweg keren we terug naar België.

Thuiskomst in Landen voorzien rond 20.00 uur.

Mis deze mooie clubreis niet!

Inschrijvingen: zie laatste pagina brochure

Met wandelgroeten

Het bestuur

Koninklijke Wandelsportvereniging

De Leeuwerik Landen

JAARPROGRAMMA 2026

Wintertocht 04 januari 2026 Startlocatie: Sinte Gitter Afstanden: 5 – 8 – 15 – 22 km Zondag 25 januari 2026: Algemene vergadering Gastromik Halle-Booienhoven van 12u00 Bus uitstap 26 april 2026 Vlaanderen wandelt – Lommel – Wandelclub Milieu 2000 Lommel Sint-Gertrudistocht 03 mei 2026 Startlocatie: Hof Pepijn Landen Interleuvenlaan te 3400 Landen Afstanden : 5 – 9 – 16 – 23 km Donderdag 7 mei 2026 Avondwandeling omgeving Neerlanden Wandelafstanden keuze uit: 4 of 7 km Vertrek: parking Feestzaal De Beeckhoeve F. Istasstraat 15 te Neerlanden om 19u30 Donderdag 21 mei 2026 Avondwandeling omgeving Rumsdorp Wandelafstanden keuze uit: 4 of 7 km Vertrek : Kapel Spikkaertstraat te Rumsdorp om 19u30 Donderdag 28 mei 2026 Avondwandeling omgeving Neerwinden Wandelafstanden keuze uit: 4 of 7 km Vertrek : Station Neerwinden Braakkouterstraat te Neerwinden om 19u30 Donderdag 4 juni 2026 Avondwandeling omgeving Attenhoven Wandelafstanden keuze uit: 4 of 7 km Vertrek : St-Petrusstraat te Attenhoven om 19u30 Donderdag 11 juni 2026 Avondwandeling omgeving Waasmont Wandelafstanden keuze uit: 4 of 7 km Vertrek : Kerk Waasmont Hoevestraat 6 te Waasmont om 19u30 Donderdag 18 juni 2026 Avondwandeling omgeving Overwinden Wandelafstanden keuze uit: 4 of 7 km Vertrek: Kerk O.C. Lindeinhof Lindenhofstraat te Overwinden om 19u30	Driedaagse reis 2026 Zat. 27/06/2026 t/m ma. 29/06/2026 Texel – Nederlandse Waddeneiland. Provincie Noord-Holland. Donderdag 2 juli 2026 Avondwandeling omgeving Wezeren Wandelafstanden keuze uit: 4 of 7 km Vertrek: Kerk Wezeren Montenakenstraat te Wezeren om 19u30 Donderdag 23 juli 2026 Avondwandeling omgeving Wange Wandelafstanden keuze uit: 4 of 7 km Vertrek: 't Wangske Kiezelweg 2 te Wange om 19u30 Donderdag 6 augustus 2026 Avondwandeling omgeving Ezemaal Wandelafstanden keuze uit: 4 of 7 km Vertrek: Station Ezemaal Kraanbeekstraat te Ezemaal om 19u00 Donderdag 27 augustus 2026 Avondwandeling omgeving Landen Wandelafstanden keuze uit: 4 of 7 km Vertrek: Parking Taverne Rufferdinge Molenbergstraat 6 te Landen om 19u00 7-daagse Wandel- en cultuurreis in Fontenay Le Compte Frankrijk Van zaterdag 26 september tot vrijdag 2 oktober 2026 Bus uitstap Zondag 11 oktober 2026 Achelse Kluiswandeling te Achel De Grevenbroekers vzw Hamont-Achel Najaarstocht 25 oktober 2026 Startlocatie: O.C. Wing Neerwinden Afstanden : 5 – 9 – 16 – 23 km Zaterdag 12 december 2026 City Walk Leuven 2026 WSP Heverlee-Leuven vzw. Deelname aan wandeling en/of kerstmarkt op eigen initiatief. Inschrijving tocht betaald door de Wandelclub.
--	---

BELANGRIJK – BUS UITSTAPPEN

Om organisatorische redenen kunnen wij enkel bus uitstappen inleggen bij een minimumaantal deelnemers van 30 personen en een maximum van 50. Bij < 30 deelnemers zal de uitstap afgelast worden. Bij > dan 50 deelnemers, zal er een wachtlijst aangelegd worden. Wij hopen op jullie begrip voor deze maatregel.

Bij afwezigheid is er GEEN terugbetaling mogelijk. ALTIJD verwittigen als je niet komt!!!

Wandelkalender Juli, Augustus en September

Er kunnen altijd wijzigingen zijn! Raadpleeg daarom steeds de Rubriek Kalender op Wandel.be alsook voor meer opties. Dit is maar een greep uit de mogelijkheden.

Juli 2026

do 02-07	VOS Schaffen vzw 4049 07.00-15.00 4-6-8-12-20 km Feestzaal De Vleugt Vleugstraat 3290 Schaffen (Diest)
za 04-07	KWSV De Heikneuters vzw 2006 07.00-15.00 5-6-7-8 km Casino Modern André Dumontlaan 2 3600 Genk
zo 05-07	IJsetridders vzw 4025 07.00-15.00 4-7-14-21 km De Bosuil Witherendreef 1 3090 Overijse
zo 05-07	VZW Koninklijke Wandelklub Halewijn 4002 07.00-15.00 4-6-8-10 km Gemeenschapscentrum De Passant Aen den Hoorn 12 3440 Zoutleeuw
ma 06-07	W.S.V. De Schoverik Diepenbeek 2045 07.00-15.00 4-6-12-18-22 km Beversheem Zonhoevestraat 4 3740 Beverst (Bilzen)
di 07-07	W.S.V. Milieu 2000 Lommel 2043 07.00-15.00 5-8-10-13-18-21 km Buurthuis Het Zand Frederik van Eedenstraat 8 3920 Lommel
wo 08-07	Wandelclub De Bokkenrijders Overpelt vzw 2012 08.00-15.00 5-7-10 km Cafetaria Sporthal VOX.Sint-Jansstraat 29 3900 Overpelt
za 11-07	Singelwandelaars Strombeek-Bever 4033 07.00-15.00 5-9-14-18-24-30 km Voetbalkantine KSC Grimbergen Pastoor Woutersstraat 1 1850 Grimbergen
zo 12-07	Tongerse Wandelvrienden VZW 2052 07.00-15.00 4-7-12-18-22 km VIIO Humaniora College Kruissteenweg 17 3700 Tongeren-Borgloon
zo 12-07	WSC Langdorp vzw 4006 06.00-15.00 4-8-12-16-20-30-42-50 km OC Strooiendorp Rillaarsebaan 134 3200 Gelrode (Aarschot)
zo 19-07	De Demerstappers Bilzen 2080 07.00-15.00 4-8-9 km PC Rijkhoven Souwveld 7 3740 Rijkhoven (Bilzen-Hoeselt)
zo 19-07	Toekers Bunsbeek vzw 4051 07.00-15.00 5-8-10-12-21-27 km Parochiecentrum Neerlinter Kasteelstraat 3 3350 Neerlinter (Linter)
di 21-07	De Mijnlamp Beringen-Mijn vzw 2072 07.00-15.00 4-7-13-21 km Zaal Neanias Korpelsesteenweg 69 3581 Beverlo (Beringen)
do 23-07	Michiel Mispelonvrienden 5295 07.00-15.00 3,5-6,5-14 km Zaal Albatros Stadenstraat 25A 8610 Zarren (Kortemark)
vr 24-07	Wandelclub 'Nooit Moe Boezinge' vzw 5207 07.00-15.00 5-10-15-20 km OC Vrielande Brugstraat 27 8904 Boezinge (Ieper)
za 25 zo 26-07	Wanderfalken Weywertz WSVO 017 06.30-14.00 4-6-12-20-30-43-50 km Skihütte Weywertz Im Himmelchen 12 4750 Bütgenbach
zo 26-07	Zutendaalse Hartevrienden 2077 07.00-15.00 4-7-12-20 km Zaal Posthalt Jachthoornplein 7 3690 Zutendaal
zo 26-07	De Lummense Dalmatiërs vzw 2087 07.00-15.00 2-4-6-12-15-20-30 km Zaal Eikenbos Boskestraat 3560 Lummen
do 30-07	Torenvrienden Oostham 2041 07.00-15.00 4-6-10-16 km Kristoffelheem Schoolstraat 10 3945 Oostham (Ham)

FFBMP

za 11-07	LES AMIS DU HENRY FONTAINE GRAND-HALLET 30e Marche des Trois Sources - Mémorial Edmond Mottin 21-12-6-4 07.00-15.00 Salle "Le Foyer" Rue Mayeur Debras 4280 GRAND-HALLET
----------	--

ADEPS

zo 5-07	Sport pour Tous Wavre Avenue du Centre Sportif 22 1300 Wavre Brabant wallon
zo 12-07	asbl Les Jacinthes Chemin de Colipain, 11 1440 Braine-le-Château Brabant wallon
zo 26-07	Jocotan asbl Rue de la Justice de Paix, 4 4260 Braives Liège
zo 26-07	Comité des fêtes de LonguevilleLieu-dit Chapelle du Cheneau, rue Arthur Libert 1325 Chaumont-Gistoux Brabant wallon

Augustus 2026

Za 01 Zo02-08	W.S.V. De Heikabouters vzw 2064	07.00-15.00	4-8-12-20-30-42 km	Parochiezaal Niel
	Hoogstraat 115 3668 Niel-bij-As (As)			
zo 02-08	WK Werchter vzw 4042	06.30-15.00	5-9-12-16-20-25-30 km	Parochiezaal Onder De
	Toren Markt 4 3150 Haacht			
ma 03-08	W.S.V. De Schoverik Diepenbeek 2045	07.00-15.00	5-8-9-12-14-17-21 km	OC Lutselus
	Pastorijstraat 7 3590 Diepenbeek			
wo 05-08	Wandel Mee Brueghel vzw 2069	07.00-14.30	4-7-10-14-17 km	Begeleidingscentrum
	Sint-Elisabeth Sint-Elisabethlaan 20 3990 Wijchmaal (Peer)			
do 06-08	K.W.S.V. De Rakkers vzw 2014	07.00-15.00	3-4-7-9-10 km	Sint-Jansheide
	Nieuwstraat 126 3511 Kuringen (Hasselt)			
za 08-08	Terug Op Stap Post vzw 2071	07.30-15.00	4-6-9-13-21 km	Zaal De Wimbart
	Wimmertingenstraat 5 3501 Wimmertingen (Hasselt)			
zo 09-08	W.S.V. Iris Kortessem 2065	07.00-15.00	4-7-9-11-16-20 km	CC De Mozaïek
	Kerkplein 14 3720 Kortessem			
zo 09-08	WSV De Keignaerttrippers Oostende vzw 5011	08.00-15.00	6-12-18 km	Zaal Vuurtoren
	Thomas van Loostraat 32 8400 Oostende			
zo 09-08	W.S.V. Milieu 2000 Lommel 2043	07.00-15.00	5-8-13-16-21 km	Feestzaal Klosterhof
	Oude Diestersebaan 1 3920 Lommel			
wo 12-08	De Bollekens vzw Rotselaar 4018	07.00-15.00	5-8-10-12-16-20 km	Sportoase
	Torenstraat 115 3110 Rotselaar			
vr 14-08	Trip-Trap Kumtich vzw 4021	07.00-14.00	4-5-8-10 km	FC Binkom Meenselstraat 118
	3211 Binkom (Lubbeek)			
za 15-08	KWSV OK50 Zonhoven vzw 2001	07.00-15.00	4-6-8-11-15-20 km	
	Gemeenschapscentrum Tentakel Kneuterweg 2 3520 Zonhoven			
zo 16-08	Boutersem Wandelt 4541	07.30-15.00	4-8-12-16-20-24 km	Sporthal Boutersem
	Kerkomsesteenweg 49 3370 Boutersem			
zo 16-08	W.S.V. De Kampse Wandelaars 2019	07.00-15.00	5-6-7-8-10 km	Zaal Orbis
	Nicolaylaan 77 3970 Leopoldsburg			
za 22-08	Koninklijke Wandelclub AVIAT Sint-Truiden vzw 2028	07.00-15.00	5-8-10-15-18-21 km	
	P.Z. De Kajaan, Grevensmolenweg 34 3800 Sint-Truiden			
zo 23-08	W.S.V. De Bosdravers Eksel 2048	07.00-15.00	4-8-12-20 km	Basisschool De
	Zandkorrel Rhijnweg 5 3940 Hechtel (Hechtel-Eksel)			
zo 23-08	De Lummense Dalmatiërs vzw 2087	07.00-15.00	2-4-5-8-10-15-20-30 km	Zaal
	Oosterhof Dr. Vanderhoevedonckstraat 56 3560 Lummen			
zo 23-08	Anpvc Leuven vzw 4037	07.30-15.00	4-7-13-16-22 km	Ontmoetingscentrum Genadedal
	Velderblok 2A 3010 Kessel-lo (Leuven)			
do 27-08	Torenvrienden Oostham 2041	07.00-15.00	4-6-10-16 km	Kristoffelheem Schoolstraat
	10 3945 Oostham (Ham)			
za 29-08	Samen Uit Samen Thuis vzw 2042	07.00-15.00	4-8-12-16-20-24 km	Zaal Berkenveld
	Bakkersstraat 20 3530 Houthalen-Helchteren			
za 29-08	De Vriendenkring Kortjys 2108	06.00-15.00	5-9-12-17-24-35-42 km	GO De Groeihoog
	Houtstraat 117 3890 Jeuk (Gingelom)			
zo 30-08	WC De Grashoppers vzw 4044	07.00-15.00	6-7-9-12-16-20-25-30-42 km	Sporthal
	Averbode Vorststraat 55 3271 Averbode (Scherpenheuvel-Zichem)			
ma 31-08	VZW Koninklijke Wandelklub Halewijn 4002	07.00-15.00	4-6-8-10 km	Parochiezaal
	Drieslinter Grote Steenweg 282 3350 Drieslinter (Linter)			

ADEPS

zo 2-08	Pitet de pierres et d'eau asbl	Rue de Dreye 13 4260 Braives Liège
zo 2-08	Association Anne-Marie Nihoul asbl	Salle Wayaux, Rue des Wayaux, 7 1367 Ramillies
zo 9-08	Futsal mfc Krieks Saintes Espace marionnette,	Rue de l'école, 14 1480 Tubize Brabant wallon
za 15-08	Racing club Melin Terrain de football,	rue des Beaux Prés 1370 Jodoigne Brabant wallon
zo 23-08	Club de handball Jeunesse Jemeppe Hall omnisports du Bois de Mont,	rue des Roselières 152 4101 Seraing Liège
zo 30-08	Comité DaLibaba Chapiteau situé rue Jules Masy	4254 Geer Liège

September 2026

wo 02-09	Vreugdestappers Huldenberg-Tervuren VZW 4386 07.00-15.00 4-8-12-20 km Zaal Ten Wijngaerd Donkerstraat 1 3040 Neerijse
do 03-09	Wandelclub Tornado vzw 4027 07.00-15.00 5-7-10 km Kantine Burgemeester Cloetens Stadion (achter de sporthal) Dijkstraat 1 3150 Wespelaar (Haacht)
za 05-09	De Muggenbergse Stappers 4545 07.00-14.00 5-8-14-22 km Feesttent Tiensebaan 10 3461 Molenbeek-Wersbeek (Bekkevoort)
za 05-09	VZW Koninklijke Wandelclub Halewijn 4002 07.00-15.00 4-6-8-10 km PC Melkwezer Hazenbergstraat z/n 3350 Melkwezer (Linter)
zo 06-09	WSV Wit-Blauw Scherpenheuvel vzw 4023 07.00-15.00 5-8-13-20 km Cultuurcentrum Den Egger August Nihoulstraat 74 3270 Scherpenheuvel-Zichem
ma 07-09	W.S.V. De Schoverik Diepenbeek 2045 07.00-15.00 4-6-7-10-14-17 km OC Rooierheide Patersplein 3590 Diepenbeek
wo 09-09	W.S.V. De Bosdravers Eksel 2048 07.00-15.00 5-6-10-11-16 km Schutterslokaal Willem Tell Grensstraat 52 3941 Eksel (Hechtel-Eksel)
do 10-09	Trip-Trap Kumtich vzw 4021 07.00-15.00 4-6-7-9-10 km Zaal Centrum Keibergstraat 54 3300 Kumtich (Tienen)
vr 11-09	De Velpense Wandelaars 2407 07.00-15.00 3-5-8-9 km Tent Liniestraat 59 3545 Halen
za 12-09	VOS Schaffen vzw 4049 07.00-15.00 5-8-12-20-30 km OC De Kalen Dries Meldertsebaan 2 3560 Meldert (Lummen)
za 12-09	Den Engel Leuven vzw 4030 07.30-15.00 5-8-13 km Abdij van Vlierbeek Abdij Vlierbeek 6 3010 Kessel-Lo (Leuven)
zo 13-09	Tongerse Wandelvrienden VZW 2052 07.00-14.00 6-8-12-20-26 km Zaal Alliance Steenstraat 12 3770 Kanne
zo 13-09	WSP Heverlee-Leuven vzw 4005 07.30-15.00 5-8-10-13-16-19-21-24-30-36-42 km GO! Campus Woudlucht Prosperdreef 3 3001 Leuven
wo 16-09	IJsetrappers vzw 4025 07.30-15.00 6-12-18 km Zaal Ter Dijle Leuvensebaan 299 3040 Sint-Agatha-Rode (Huldenberg)
do 17-09	Wandelclub "Old-Time stappers" Veltem Beisem vzw 4101 07.00-15.00 4-6-10 km Sportcomplex De Kempen (Kantine FC Herent) Mechelsesteenweg 634 3020 Herent
za 19-09	K.W.S.V. De Rakkers vzw 2014 07.00-15.00 4-7-12-20-30 km School De Berk Kloosterbeekstraat 7 3500 Hasselt
zo 20-09	WSV De Fonskes vzw 4031 08.00-15.00 4-6-8-10 km Adem vzw Klein Park 1 3360 Lovenjoel (Bierbeek)
zo 20-09	Wellense Bokkerijders vzw 2034 07.30-15.00 4-6-12-16-20-25 km De Meersche Molenstraat 3830 Wellen
do 24-09	Torenvrienden Oostham 2041 07.00-15.00 4-6-10-16 km Voetbalkantine Toekomst Geneberg Verbindingsweg 3945 Oostham (Ham)
za 26-09	Wandelclub Paul Gerard Beringen 2051 07.00-15.00 4-6-8-9-10 km OC De Buiting Tessenderlosesteenweg 18 3583 Paal (Beringen)
zo 27-09	W.S.V. De Sparrentrappers 2003 08.00-15.00 4-7-10-20 km OC 't Klooster Biesweg 18 3620 Gellik (Lanaken)
zo 27-09	W.S.V. De Anjertrappers vzw 2038 07.00-15.00 4-7-12-20 km Buurthuis De Locht Lochtstraat 44a 3941 Eksel (Hechtel-Eksel)
ma 28-09	Koninklijke Wandelclub AVIAT Sint-Truiden vzw 2028 07.00-15.00 4-8-10-12-16-21 km O.C. De Brug, Kerkstraat 129 3850 Nieuwerkerken
FFBMP	
za 05-09	LES AMIS DU TUMULUS asbl 46e Marche des Crompires 21-13-9-5 08.00-15.00 Salle "Noss Mohone" Rue Joseph Neuville 1-2 4300 GRAND-AXHE (WAREMME)
za 26-09	LES DJOYEUS SOLES Marche de fin d'été 4-7-12-21 07.00-15.00 La Charlemagn'rie Rue Henri Nottet 11 4040 HERSTAL
ADEPS	
zo 6-09	Centre Oger Charlier asbl Salle Oger Charlier, rue de la Crosse 5 4280 Hannut Liège
zo 13-09	Le Brabant wallon Rue Armand Dewolf, 2 1357 Héléciné Brabant wallon
zo 20-09	Comité d'animation de quartier Maison de village, rue des Quatre Vents 24280 Hannut Liège

Wij verwelkomen graag onze nieuwe leden:

Holmer Greta
Ngbota Dondo
Lusamba Gisèle
Carlens Joseph
De Rijck Cathy
Herbots Magda

Degreef Jasmien
Van Dyck Ben
Vandecauter Dirk
Vanwollegem Verna
Tweepenninckx Anita

Aantal leden: 267

De Koninklijke Wandelsportvereniging De Leeuwerik Landen blijft groeien!

Met veel plezier kunnen we melden dat onze vereniging tot op heden **267 leden** telt. Daarvan zijn er maar liefst **35 nieuwe leden** die zich recent hebben aangesloten.

Wij heten alle nieuwe wandelaars van harte welkom en wensen iedereen veel wandelplezier, sportieve uitdagingen en gezellige momenten binnen onze club. Dankzij jullie enthousiasme blijft onze vereniging bruisen en groeien.

Helaas hebben we ook afscheid moeten nemen van een bijzonder trouw clublid.

Van Marie-Therese Petitjean, die maar liefst **40 jaar** lang een trouw lid en vaste medewerker was van onze Wandelclub.

Haar inzet, vriendschap en warme aanwezigheid zullen ons altijd bijblijven. Zij betekende enorm veel voor onze club en was steeds bereid om mee te helpen waar nodig.

Wij zullen haar herinneren als een toegewijd en gewaardeerd clublid.

Mevrouw Marie-Therese Petitjean

°29/02/1936
+24/04/2026

Echtgenote van wijlen Louis Gemis



Mogen jullie troost vinden in de warmte van de vriendschap en medeleven, in de liefde van de familie en kracht putten uit de mooie herinneringen.

Wij publiceren enkel de overlijdens van onze leden.
Toch bieden wij onze leden, geconfronteerd met een verlies in de familie, onze oprechte deelneming aan.



Gelukkige verjaardag

Juli

SWENNEN MICHEL	1
BOFFIN FRANCIS	2
ANDRIES MARIE PAULE	2
SPRENGERS PATRICK	3
L'HOMME VEERLE	4
VANWELKENHUYZEN FIEN	4
GROMMEN JAN	7
WUYTS CARINE	8
SCHELFAUT GODELIEVE	13
DE SCHRYVER ELLEN	15
ROBBEN JOHAN	15
BOVY MARINA	16
BEYS SARA	17
DENRUYTER JEANNINE	18
VAN CAMP EMMA	21
DUCHATEAU BEATRIJS	26

Augustus

WILLEMS CHRISTOPHE	2
KERKHOFS LIEVE	4
KELLER JEAN-PIERRE	5
PEETERS LUDO	9
LACROIX LUTGARDE	10
BRANS WERNER	11
DOLHEN INGE	11
DEBROUX JANICK	13
HOLMER GRETA	14
BOONEN ELIA	15
KEMPINAIRE GUY	16
QUINTELIER EVA	16
TUDTS YOLANDE	17
KEMPENEERS ANNICK	18
GOYENS PEGGY	20
DEKERF FERNAND	21
DELMEL JULIA	21
LUSAMBA GISELE	21
LACROIX GUY	22
BOLLEN DOMINIQUE	22
VANDER HEYDEN MONIQUE	26
VAN QUICKENBORNE KATHLEEN	26
HOMANS SOPHIE	29
DEMIA PATRICK	30

September

DUDIQUE ROSE	1
LIEFSOENS MARCELLA	2
MIEVIS NADINE	7
VANDOREN ANDRE	7
REYNAERTS DIDIER	8
VANDEN BOSCH MARLEEN	8
ONSIA VALENTINE	9
CLAES RICHARD	11
ROGGEN BERNADETTE	11
SIMONS MARIE-LOUISE	14
GILIS ERIC	16
BOYEN MIREILLE	19
LANDELOOS GABY	19
ROBINNE SASKIA	19
BOLLINGH EMILE	21
RENIERS CHRIS	27
VAES MICHELINE	27
WAUTERS THEO	29



Tekenalarm: hoe voorkomen en wat te doen bij een tekenbeet?

Teken kunnen zorgen voor een vervelende tekenbeet.

We kennen de lente allemaal als het seizoen van stijgende temperaturen, fluitende vogeltjes en een bloeiend landschap. Maar helaas luidt de lente ook het begin van de tekenperiode in. Vanaf maart tot oktober is het opnieuw extra opletten geblazen, want de vervelende beestjes mogen dan wel klein zijn, een tekenbeet kan soms grote gevolgen hebben. Zo kan een teek drager zijn van de Borrelia-bacterie, die de ziekte van Lyme veroorzaakt. Met wat extra uitleg en enkele handige tips maken we je bewust van de gevaren en vertellen we wat je moet doen wanneer je toch gebeten wordt.

Wat zijn teken en waar vind je ze?

Teken behoren tot de spinachtigen en leven van het bloed van gewervelde dieren en mensen. Ze bijten zich vast in de huid van hun 'gastheer' en voeden zich met bloed. In normale toestand zijn teken amper zichtbaar, maar wanneer ze bloed opzuigen kunnen ze zo groot worden als een maïskorrel.

Waakzaamheid is het hele jaar door aangeraden, maar teken worden vooral actief zodra het warmer wordt (vanaf ongeveer 7°C). De beestjes komen wereldwijd voor en gedijen zowat overal: in bossen, duinen, parken, maar ook gewoon in je tuin. Teken verschuilen zich graag tussen vochtige bladeren en in hoog, schaduwrijk gras, wachtend tot een geschikte gastheer passeert.

Hoe herken je een tekenbeet en is ze gevaarlijk?

Wanneer een teek besmet is met de Borrelia-bacterie, kan ze bij de mens de ziekte van Lyme veroorzaken. Een tekenbeet is pijnloos en daarom vaak moeilijk op te merken. Een teek ziet eruit als een klein zwartbruin puntje met pootjes dat zich langzaam volzuigt met bloed.

Soms verschijnt na de beet een kenmerkende rode ring of vlek rond de plaats van de beet. Omdat die verkleuring niet altijd optreedt, is het belangrijk alert te blijven voor andere symptomen zoals koorts, gewrichtspijn, spierpijn of griepachtige klachten. Raadpleeg bij twijfel steeds je huisarts.

Controleer op tekenbeten

Maak van een tekencheck een gewoonte en controleer jezelf en anderen elke avond:

- Na een wandeling in bos, park, heide of duinen
- Op kamp met de jeugdbeweging
- Tijdens een trektocht of vakantie in een gebied met veel teken
- Wanneer je last hebt van teken in de tuin

Een teek kruipt vaak onder je kleding op zoek naar een warm plekje. Gebruik daarom een spiegel of vraag hulp om moeilijk zichtbare plaatsen te controleren. Let vooral op:

- Hoofd en haarlijn
- Achter de oren
- Oksels
- Navel
- Lies
- Bilnaad
- Knieholtes
- Tussen de tenen

Controleer ook je huisdieren, want teken kunnen van dier op mens overgaan. Een eenvoudige controle kan veel problemen voorkomen.

Hoe voorkom je tekenbeten?

Tekenbeten volledig vermijden is moeilijk, maar met enkele voorzorgsmaatregelen verklein je het risico aanzienlijk.

Voor en tijdens je wandeling

- Draag gesloten schoenen en bij voorkeur lichtkleurige kleding zodat je teken sneller opmerkt.
- Bedek de huid zoveel mogelijk met lange mouwen en lange broekspijpen.
- Blijf zoveel mogelijk op de paden en vermijd hoog gras en struikgewas.
- Gebruik een insectenwerend middel met DEET op blootgestelde huid.

Tekenbeet verwijderen? Gebruik een tekenkaart!

Ontdek je toch een tekenbeet, verwijder de teek dan zo snel mogelijk. Er bestaan verschillende hulpmiddelen, maar enkele algemene regels zijn belangrijk:

- Knijp de teek niet plat.
- Trek de teek in één rustige beweging uit de huid.
- Gebruik geen alcohol, jodium, zeep, ether of olie op de teek.
- Verbrand een vastgehechte teek niet.
- Draai niet aan de teek.

Met een tekenkaart verwijder je een teek eenvoudig en doeltreffend. Schuif de inkeping van de kaart onder de teek en beweeg de kaart rustig verder over de huid. De teek laat los en blijft vastzitten in de inkeping. Verwijder daarna de teek en ontsmet de tekenkaart met heet water of alcohol.

Na het verwijderen ontsmet je best de huid rond de beet. Volg gedurende een maand mogelijke symptomen goed op en raadpleeg je huisarts bij een rode uitbreidende ring of bij griepachtige klachten.

Tekst: wandel.be – www.tekenbeten.be



Wandelen in de warmte: tips & tricks

Wandelen in zomerse temperaturen lijkt heerlijk, maar weet dat er ook gevaren om de hoek loeren. Tijdens erg warme dagen reageert je lichaam anders en raakt de natuurlijke vocht- en warmteregeling sneller uit balans. Daarom neem je tijdens het wandelen in de warmte best enkele voorzorgen om uitdroging, een zonnslag of oververhitting te vermijden. Hieronder vind je enkele handige tips.

Drink voldoende, blijf gehydrateerd

Voldoende drinken is cruciaal om gehydrateerd te blijven en uitdroging te vermijden. Dat geldt trouwens niet alleen op warme dagen, al merk je de gevolgen van te weinig drinken veel sneller bij hoge temperaturen.

Zorg ervoor dat je al goed gehydrateerd bent vóór je vertrekt. Neem voldoende water mee en drink regelmatig tijdens je wandeling. Een tekort aan vocht kan leiden tot een verminderd uithoudingsvermogen, spierkrampen en hoofdpijn.

Een eenvoudige manier om je hydratatie te controleren, is door naar de kleur van je urine te kijken. Is die lichtgeel, dan zit je goed. Tijdens langere wandelingen (meer dan 1,5 uur) kies je best voor isotone dranken. Die bevatten naast koolhydraten ook elektrolyten zoals natrium, wat helpt om vocht beter vast te houden.

Overdrijf echter niet: ook te veel drinken kan negatieve gevolgen hebben. Een goede richtlijn is ongeveer 600 tot 800 ml vocht per uur.

Vermijd alcohol, want dat werkt uitdrogend, en beperk suikerhoudende dranken, omdat die minder goed opgenomen worden door het lichaam. Wees alert voor signalen zoals misselijkheid, hoofdpijn of duizeligheid.

Bescherming tegen de zon

Op warme, zonnige dagen verbrand je sneller dan je denkt. Bekijk daarom niet alleen de temperatuur, maar ook de UV-index voordat je vertrekt. Die geeft aan hoe snel je huid kan verbranden bij blootstelling aan de zon. Hoe hoger de UV-index, hoe groter het risico.

Zelfs op bewolkte dagen kan je verbranden. Smeer je daarom goed in met zonnecrème met een hoge beschermingsfactor, bij voorkeur factor 50 en waterbestendig. Door overvloedig zweten vermindert de werking van zonnecrème sneller, dus regelmatig opnieuw smeren is noodzakelijk. Eén keer insmeren voor een volledige wandeling volstaat niet. Een goede richtlijn is om je om de twee uur opnieuw in te smeren.

Kledij: maak de juiste keuze

Ook je outfit speelt een belangrijke rol tijdens warme dagen. Draag bij voorkeur een pet of hoed om je hoofd te beschermen en gebruik een zonnebril om je ogen te beschermen tegen fel zonlicht.

Kies daarnaast voor lichte, ademende en sporttechnische kledij. Katoen is geen goede keuze bij warm weer: het ventileert slecht, droogt traag en biedt weinig bescherming tegen Uv-straling. Ook jeans laat je beter thuis. Sportieve stoffen voeren zweet beter af en drogen sneller, waardoor je lichaam efficiënter kan afkoelen.

Vandaag bestaan er bovendien heel wat sportieve kledingstukken met UV-bescherming.

Parcours en timing

Plan je wandeling slim op warme dagen. Kies bij voorkeur voor de koelere momenten van de dag: vroeg in de ochtend, in de voormiddag of later op de avond. Vermijd intensieve inspanningen tussen 12 en 15 uur, wanneer de zon het krachtigst is.

Can je zelf je route kiezen? Dan is wandelen in het bos vaak aangenamer dan in de stad. Beton en asfalt houden immers veel meer warmte vast. Let ook extra op in de buurt van water, want wateroppervlakken weerkaatsen uv-straling. Ook in de bergen is de uv-straling sterker en kan sneeuw de zonnestralen extra reflecteren.

Gouden tip

Neem je voorzorgen wanneer je gaat wandelen in de warmte, maar blijf vooral bewegen en laat de auto wat vaker staan. Zo draag je zelf ook een steentje bij aan een koelere toekomst

Tekst: wandel.be – Bron: warmedagen.be (Vlaamse Overheid)

Wandelen maakt je gezonder en gelukkiger.

WANDELAAR IN DE KIJKER – MICHEL MORIEN

Op zondag 24 mei nam ons clublid Michel Morien deel aan de Hagelandse Try-out, een uitdagende wandeltocht van 42 kilometer in en rond Aarschot. Onder een stralende zon en bij temperaturen tot 30 graden werd het een echte beproeving voor alle deelnemers.

De tocht geldt als voorbereiding op de Hagelandse 101 km in september en lokte maar liefst 1.000 wandelaars, zowel ervaren stappers als recreatieve deelnemers. Het parcours bestond uit 42 km met 383 hoogtemeters en liep door het prachtige Hageland, langs bossen en schaduwrijke paden.

Door de uitzonderlijke warmte riepen de organisatoren iedereen op om voldoende water mee te nemen, zich goed in te smeren en het hoofd te beschermen tegen de zon. Onderweg waren er meerdere drankpunten en zelfs een mobiele EHBO-post voorzien.

Ook clublid Michel Morien ging deze uitdaging succesvol aan. Ondanks de zware omstandigheden bracht hij de tocht tot een goed einde.



Een dikke proficiat, Michel, met deze knappe prestatie!

INSCHRIJVINGSFORMULIER

7-daagse wandelreis naar Vendée Frankrijk

26 – 2 oktober 2026

Inschrijven vóór 25 juni 2026

Betalingen enkel na contact door Reizen Baus nv

GEGEVENS DEELNEMER 1

Naam en voornaam:

Adres:

Postcode en gemeente:

Telefoon/ gsm:

E-mailadres:

Geboortedatum:

GEGEVENS DEELNEMER 2

Naam en voornaam:.....

Adres:

Postcode en gemeente:

Telefoon/ gsm:

E-mailadres:

Geboortedatum:

KAMERKEUZE

☐ Tweepersoonskamer.....

.....aantal aparte bedden

☐ Eenpersoonskamer (toeslag € 180)

Indien tweepersoonskamer, naam kamergenoot:

.....

VERZEKERING

☐ We wensen een **annulatie- en reisbijstandsverzekering**
(8% van de totale reissom)

☐ Ik wens **geen** annulatie- en reisbijstandsverzekering

MEDISCHE/ PRAKTISCHE INFORMATIE (optioneel)

Dieet/ allergieën:

.....

Medische aandachtspunten (indien van toepassing):

.....

PRIJS

- Basisprijs: € 899 per persoon (halfpension)
- Toeslag eenpersoonskamer: € 180
- Annulatie- en reisbijstandsverzekering: 8% van de totale reissom

Retouradres:
Peggy Goyens
Getestraat 5
3400 Ezemaal

Driemaandelijks tijdschrift
Afgiftekantoor 3400 Landen



Dank aan drukkerij Peeters Zoutleeuw.

Voor de club is het zeer belangrijk naar buiten te kunnen komen met een mooi verzorgde Info.
Dat wij dit om de drie maanden kunnen doen wordt onder meer mogelijk door de belangrijke hulp van de drukkerij PEETERS uit Zoutleeuw.
Het lijkt ons dan ook heel normaal om hieraan ten gepaste tijde te denken.



Dank aan onze leveranciers :

