

DE MILIEUTOETER

editie: september 2025

Wandelsportvereniging MILIEU 2000 LOMMEL vzw



Verantwoordelijke uitgever:

Kemps Fred

Koning Albertlaan 122, 3920 Lommel

Tel. +32 (0)486 61 53 47

email: fredkemps@hotmail.com

Afgiftekantoor: 3920 Lommel 1 – P209383



PB-PP|B-01731

BELGIE(N)-BELGIQUE

Niet-prioritaire zendingen tegen verlaagd tarief

Wij slaan onze
handen in mekaar



Vreyshorring 52, Lommel

011 54 29 29

Café Torenhuis

Kerkplein 4

3920 Lommel



Quality shoes from Italy

De grootste keuze
Gri-sport wandelschoenen

Altijd **30 tot 40%** goedkoper

Luikersteenweg 475 Lommel

ENGELN

vloeren & tegels



Balendijk 185 - Lommel

0032 11 54 32 84

www.evt.be



We zijn weer twee maanden verder en op de wereld is er weinig veranderd. In de Gazastrook duurt, net als in Oekraïne, de waanzin verder. Het weer blijft volledig van slag zodat droogte en overvloed van regen hele streken van de wereld teisteren. Zo zou ik nog een tijdje kunnen verder gaan, maar gelukkig is in ons eigen wandelclubwereldje toch weer een en ander gebeurd, zodat we jullie weer een Milieutoeter vol met allerlei nieuws en verslagen kunnen aanbieden.

De puzzel die we jullie voorlegden in de editie van juli en augustus was blijkbaar wat moeilijk want niemand diende een antwoord in. Dat niemand er nog bij was toen de foto van de Hoeverbergen in 1911 gemaakt werd is vanzelfsprekend maar de foto van 1958 zou bij sommigen toch het beeld van de Kloosterstraat ter hoogte van de Astridlaan hebben kunnen oproepen. Links stond de woning van Poets en rechts het gebouw waar schoenhandel Welly later gevestigd werd. Deze maand maken we de puzzel wat eenvoudiger zodat iedereen de kans krijgt een van de waardebonnen te winnen.

In deze Milieutoeter kan je verslagen lezen van de volgende activiteiten: de clubreis in juli naar Weibersbrunn in de Spessart waaraan 51 clubleden deelnamen, de Tocht der Zeven Heerlijkheden op 21 juni, de Grensparkwandeling op 2 juli en de Internationale Teutentocht op 3 augustus.

Natuurlijk geven we ook een impressie van het helpersfeest en de busreis naar Assenede. We kijken ook weer vooruit naar de activiteiten in september en oktober zoals de Kattenbosserheidetocht op 4 september, de clubwandeling op 18 september doorheen de Lage Kempen en de busuitstap naar Blegny op 5 oktober

Graag even wat aandacht voor Walk for Life (Levensloop).

Dit jaar is er geen officiële 24-urenwandeling zoals de voorgaande jaren maar organiseren De Bosdravers Eksel op 19 oktober een wandeling vanuit de Soeverein waaraan iedereen naar vermogen kan deelnemen. Ook de opbrengst van onze Hoeverbergentocht van 16 oktober gaat naar Kom op tegen kanker.

Ik wens jullie nog veel leesgenot en tot een volgende Milieutoeter.

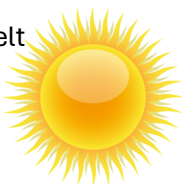
Fred Kemps

*Met de geur van herfst in de lucht,
is september de perfecte maand om te wandelen!*

Deelnemers aan de
Tocht der 7 Heerlijkheden
Zondag 21 juni 2025

663 wandelaars

- 279 Milieu 2000
27 Wandel Mee Breughel
23 De Mijnlamp Beringen-Mijn
22 WSV De Heikabouters
De Bavostappers Zittaart
16 De Bosdravers Eksel
14 WSV De Boskabouters
VOS Schaffen
11 Tongerse Wandelvrienden
10 KWSV Wandelend Paal
Federatieleden WSVL
De Donderslagtrippers Meeuwen
WSV Mol
De Pompoenstappers
8 De Bokkenrijders Overpelt
Sporton
7 Horizon Donk
6 De Anjertippers
De Lummense Dalmatiërs
WC De Grashoppers
De Ravelse Wandelaars
5 De Dommeltrippers Neerpelt
4 De Heikneuters Genk
Torenvrienden Oostham
Samen Uit Samen Thuis
Wandelclub Paul Gerard Beringen
Herentalse WV
De Korhoenstappers
3 10 clubs
2 10 clubs
1 11 clubs
31 Niet aangesloten wandelaars



Aantal aanwezigen per provincie

Limburg	481
Antwerpen	72
Vlaams-Brabant	41
Federatieleden WSVL	10
Oost-Vlaanderen	7
Flanders Trails	3
West-Vlaanderen	1

Tussen 15 en 23°C

2043 WSV Milieu 2000 Lommel vzw

Lid Wandelsport Vlaanderen

Voorzitter: Fred Kemps

Koning Albertlaan 122, 3920 Lommel

gsm 0486 61 53 47

e-mail: fredkemps@hotmail.com

Secretaris - parkoersen: Jean Engelen

Kruisboogstraat 10, 3920 Lommel

gsm 0485 78 10 81

e-mail: jean_engelen@telenet.be

Penningmeester: Erik Wouters

Tunnelstraat 60, 3970 Leopoldsburg

gsm 0476 83 05 75

e-mail: erik.wouters4@telenet.be

Bestuurslid: Piet Geboers

publiciteit, verzekeringen

Drift 53, 3920 Lommel

gsm 0479 42 71 39

e-mail: pietgeboersgsm@gmail.com

Bestuurslid: Pierre Vandenberg

parkoersverantwoordelijke

Hees 79, 3920 Lommel

gsm 0473 38 53 92

e-mail: pierre.vandenberg1@gmail.com

Bestuurslid: Gert Van Dommelen

verantwoordelijke stockbeheer

Jacob Van Arteveldestraat 7, 3920 Lommel

gsm 0477 41 80 86

e-mail: vandommeleng@skynet.be

Bestuurslid: Veronique Bielen

verantwoordelijke GDPR (privacy)

Jacob Van Arteveldestraat 7, 3920 Lommel

gsm 0494 39 02 93

e-mail: bielenveronique@gmail.com

Bestuurslid: Marc Beliën

Pieter De Coninckstraat 40, 3920 Lommel

gsm 0478 36 31 68

e-mail: belienmarc@hotmail.com

Werkgroep:

Jean Leppens: bewegwijzering en parking

Mark Jansen: Milieutoeter, website, facebook

Fons Schildermans

Henri Verdonk

Bankrelatie:

Crelan 853 854 4908 16

IBAN BE72 8538 5449 0816

BIC NICABEBB



facebook.com/milieu2000



@milieu2000

wsv-milieu-2000.be

Deelnemers aan de Grensparkwandeling Dinsdag 1 juli 2025 **375 wandelaars**

-
- 204 Milieu 2000
 - 12 WSV Mol
 - 9 De Bosdravers Eksel
 - 7 Wandel Mee Breughel
 - De Bavostappers Zittaart
 - 6 Federatieleden WSVL
 - WC De Grashoppers
 - 6 WSV De Anjertrippers
 - 5 WSV De Kampse Wandelaars
 - 4 WSV De Heikabouters
 - De Mijnlamp Beringen-Mijn
 - Sporton
 - VOS Schaffen
 - De Pompoenstappers
 - WSV Ivas Itegem
 - 3 Torenvrienden Oostham
 - WSV Blijf Jong Genebos
 - WSV De Boskabouters
 - De Lummense Dalmatiers
 - De Bokkenrijders Overpelt
 - De Grevenbroekers Hamont-Achel
 - 2 Samen Uit Samen Thuis
 - Wandelclub Paul Gerard Beringen
 - De Donderslagtrippers Meeuwen
 - Terug op stap Post Hasselt
 - Wandelclub Temse
 - WSC Langdorp
 - Ijsetrippers
 - De Korhoenstappers
 - De Sint Jansstappers
 - KWSV Wandelend Paal
 - 1 13 clubs
 - 15 Niet aangesloten wandelaars**
-

Aantal aanwezigen per provincie

Limburg	270
Antwerpen	36
Vlaams-Brabant	20
Federatieleden WSVL	6
Oost-Vlaanderen	4
Flanders Trails	1
West-Vlaanderen	0

Tussen 20 en 30°C

Deelnemers aan de Internationale Teutentocht Zondag 3 augustus 2025 **1232 wandelaars**

-
- 308 Milieu 2000
 - 81 Wandel Mee Breughel
 - 78 De Bavostappers Zittaart
 - 49 Horizon Donk
 - 43 WSV Mol
 - 36 De Mijnlamp Beringen-Mijn
 - 34 De Bokkenrijders Overpelt
 - 31 De Dommeltrippers Neerpelt
 - 29 De Anjertrippers
 - 26 De Grevenbroekers Hamont-Achel
 - 25 Federatieleden WSVL
 - 24 De Kampse Wandelaars
 - 22 De Bosdravers Eksel
 - 16 WC Zandstappers
 - 15 Torenvrienden Oostham
 - 14 De Ravelse Wandelaars
 - De Donderslagtrippers Meeuwen
 - 13 Samen Uit Samen Thuis vzw
 - 12 De Pompoenstappers
 - Wandelclub Paul Gerard Beringen
 - 11 WC De Grashoppers vzw
 - WSV IVAS Itegem
 - 10 VOS Schaffen VZW
 - KWSV Wandelend Paal
 - 8 WSC Langdorp
 - WSV Blijf Jong Genebos vzw
 - 6 Sporton VZW
 - De VredEZonen
 - WSV De Boskabouters
 - 5 3 clubs
 - 4 6 clubs
 - 3 5 clubs
 - 2 28 clubs
 - 1 10 clubs
 - 114 Niet aangesloten wandelaars**
-

Aantal aanwezigen per provincie

Limburg	751
Antwerpen	218
Vlaams-Brabant	62
Federatieleden WSVL	25
Oost-Vlaanderen	10
West-Vlaanderen	8
Flanders Trails	4

Tussen 20 en 22°C



Jarigen van de maand september



Abazi Selim	Kuppens Mia	Stessens Petronella
Claes Ludovica	Leppens Ludo	Tips Sonja
Didden Tonny	Loeners Jos	Van Belle Godelieve
Dingenen Elisa	Loots Dirk	Van Endert Frans
Draguet Dominique	Maes Jos	van Heeswijk Gerarda
Emmers Brenda	Mannaerts Henri	Van Proemerén Elly
Geenen Rudy	Mannaerts Stephanie	Van Veldhoven Nieves
Gerits Christa	Melis Ferdinand	Vandenberk Pierre
Hesius Robert	Noels Alice	Vansummeren Ad
Jacobs Marie-Rose	Nuydens Annie	Vrancken Rik
Jones Lilian	Poets Yvonne	Vromans Josepha
Kemps Maddy	Schellekens Mariette	Wouters Lucie



Ons team van parkeerwachters telt een nieuwe medewerker! Ludo Van Dijck doorstond de vuurproef tijdens de Internationale Teutentocht met glans en mag vanaf nu officieel als parkeerwachter van Milieu 2000 door het leven gaan. We zagen Ludo ook al actief bezig na zijn job om in de zaal bij te springen waar nodig, tot en met het opruimen van de zaal. Top en welkom!



De verzilvering van de Dodentocht door Erik Cuyvers op 08/08/25

Op de tweede vrijdag van augustus 1981 sta ik voor de eerste keer aan de start van de Dodentocht. Nog net geen 18 jaar oud. Ook in 1982 ben ik terug gekeerd. Daarna is het stil gevallen tot 2001. Samen met mijn oude wandelmaat Eddy Mertens gaan we, in een gekke bui, de Dodentocht nog eens wandelen. Van toen af ben ik elk jaar terug gegaan. De eerste jaren nog met Eddy, daarna alleen. De twee Corona jaren zijn er tussen uit gevallen wegens geen Dodentocht.

Elke keer als je deze tocht doet is anders. Het ene jaar gaat het vlotjes en het andere heb je wel wat problemen. Maar onder de tocht moet je toch veel overleven. Niet elke kilometer gaat even vlot. Af en toe komt er wel eens een probleempje opduiken dat je moet overwinnen.

De beleving op de Dodentocht is geweldig. De pijn, de vermoeidheid, de aankomst in zicht: zo wonderbaar als wandelaar. Het gevoel dat er mee gepaard gaat is niet te omschrijven.

Nu heb ik 25 maal de Dodentocht op de teller. Voor mij is dit de tocht van het jaar, waar ik telkens weer naar uitkijk. Ik heb gemerkt dat ik niet alleen ben. Want in de voorbije jaren heb ik heel wat volgers gekregen via de *Dodentocht Tracking*, wat ik zelf ook fijn vind dat er zo mee geleefd wordt.



Ingezonden door Erik Cuyvers

Kattenbosserheidetocht

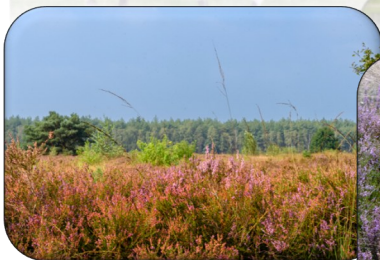
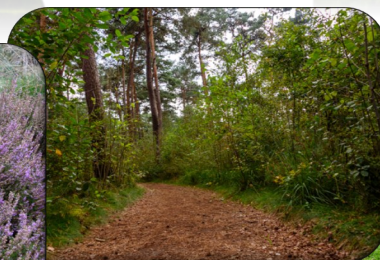
donderdag, 4 september 2025

“De Kattenbosserheide is een prachtig uitgestrekt natuurgebied waar de wandelaar kan genieten van diverse landschappen, variërend van open heide en zandduinen tot dennenbossen, met paden die rust en natuurlijke schoonheid bieden.”

Op donderdag 4 september, wanneer de nazomerdagen al flink in aantal toegenomen zijn en dit aan alles reeds goed merkbaar is, verliest ook de heide stilaan haar paarse onstuimigheid. Het wonderbaarlijk gezoem van de bijen doet de zonneminnde heidevlakte nog even opfleuren, maar de eerste herfstdagen komen er al stilletjes aan. Toch kan men niet verbergen dat het heidelandschap de uitstraling heeft van een levend monument. Onze Kattenbosserheidetocht kan bogen op een grote verscheidenheid: contrasten tussen vlaktes en bossen, het golvend landschap, de *Leyssensmolen* en in de verte de wieken van de stroom leverende windmolens.

Zoals gebruikelijk op onze doordeweekse wandelingen zijn er weer 3 wandellussen met verschillende afstanden voorzien. Deze zijn onderling te combineren tot meer dan 20 kilometer.

We verwachten jullie op donderdag 4 september in feestzaal *Den Horst*, het startpunt van alweer een deugddoende en opkikkerende wandeling. Onze parkoersbouwers voorspellen je eindeloos wandelplezier bij het dwalen in en tussen de purperen heidevlaktes en dennenbossen en heel de helpersploeg van Milieu 2000 zal zich weer inzetten om er een fijne en gezellige beleving van te maken.



Clubwandeling

Donderdag 18 september 2025

Eetcafé De Lage Kempen

Voor onze herfstclubwandeling van 2025 trekken we onze wandelschoenen aan voor een groepswandeling in en rond het Pijnven in Hechtel-Eksel. Starten doen we vanuit *Eetcafé De Lage Kempen*, Kiefhoekstraat 189, 3940 Hechtel-Eksel.

Om iedereen de mogelijkheid te geven om mee te stappen voorzien we weer 2 wandelingen. Zowel in de voormiddag als in de namiddag is er keuze in afstanden van ongeveer 5 en 10 km. Tijdens de middagpauze kan je vrij deelnemen aan een kleine lunch.

Afspraken:

- Samenkomst aan *Eetcafé De Lage Kempen* **vanaf 10 uur**.
- Vertrek wandelingen (+/- 5 en 10 km) om 10.30 uur.
- Omstreeks 12.30 uur wordt de lunch geserveerd voor de ingeschrevenen aan **€ 20 per persoon**. Er zijn twee menukeuzes, aan te duiden op het deelnameformulier en te betalen bij de inschrijving.
Alle dranken zijn persoonlijk af te rekenen.
 - > Keuze 1 : Croque Lage Kempen : Champignons-Spekjes-Spiegelei.
 - > Keuze 2 : Spaghetti Carbonara.

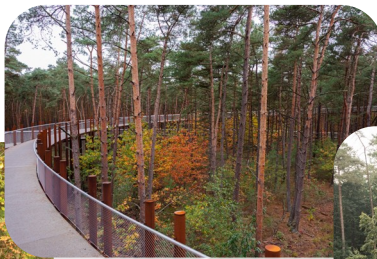
Iedereen is van harte welkom!

Het staat je vrij om deel te nemen aan beide wandelingen of om enkel de voormiddag of de namiddag mee te stappen en je al of niet in te schrijven voor de lunch.

Wie enkel komt om te wandelen (voormiddag en/of namiddag) hoeft zich niet in te schrijven.

Voor deelname aan de lunch vragen we je om via het deelnameformulier achteraan in deze Milieutoeter in te schrijven.

Bezorg het deelnameformulier samen met het inschrijfgeld **ten laatste op woensdag 12 september** bij een van de bestuursleden of stort het bedrag van € 20 per persoon op het rekeningnummer BE72 8538 5449 0816 van Milieu 2000 met vermelding van je naam, menukeuze en aantal personen.



Busuitstap Blegny

Zondag 5 oktober 2025



Jubileummars - 25 jaar



Wandelclub *Mortier c'est l'Pied* organiseert n.a.v. hun 25 jaar bestaan een Jubileummars.

Deze wandeling vindt plaats op het domein van de voormalige steenkoolmijn van Blegny in de omgeving van Luik. Het is trouwens de enige steenkoolmijn in België die men nog ondergronds kan bezoeken.

We hebben die dag de keuze uit wandelingen van 1,5 , 4, 8, 14, 21, 30, 42 en 50 km.

De routes van de 8 en de 14 km zijn wandelingen in lijn vanuit of naar de *Abdij van Val-Dieu*. Men voorziet hiervoor gratis pendelbussen.

Op de wandelingen van de 21, 30, 42 en 50 km heb je zelfs de mogelijkheid om af te dalen tot op -60 meter van een mijnschacht. Zo kan je een kijkje nemen in de ondergrond van deze voormalige steenkoolmijn.

Er is op deze jubileumuitgave dus een brede waaier aan mogelijkheden om deel te nemen aan deze unieke wandeldag.

Zin om mee te gaan?

Schrijf je dan in via het deelnameformulier achteraan deze Milieutoeter dat je tot **vrijdag 26 september** kan binnenbrengen bij één van de bestuursleden.

We vertrekken zondagmorgen **5 oktober** om 8 uur vanuit het

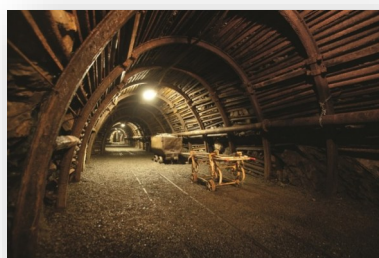
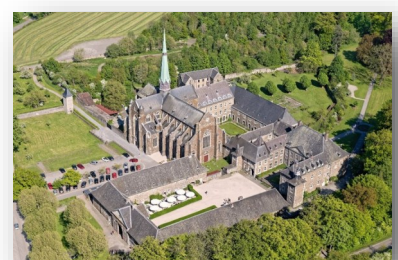
Grand Café De Biehal, Stationsstraat 206 te 3920 Lommel

Zoals gebruikelijk kan je, **nadat je jezelf hebt aangemeld**, voor het vertrek nog genieten van een gratis kop thee of koffie.

De prijs per persoon bedraagt **€15**.

En ook nu kan je, na de wandeling, weer genieten van een overheerlijk buffet aan **€ 21** pp.

Varkensgebraad champignonsaus - visvidee - gestoofde wortelen - bloemkool in witte saus - kroketten en gebakken aardappelen





Garage Verheyen Rudy nv

Lutlommel 147 - 3920 Lommel
www.garageverheyen.be



Aanbod

We hebben tal van tweedehands wagens uit stock in alle prijsklassen. Onze website wordt dagelijks aangepast, maar aarzel niet ons te contacteren.



Service

Onze klanten weten het al: voor goede service, zit je bijzonder goed bij Garage Verheyen! Al onze tweedehandswagens worden geleverd met uitstekende service.



Contact

Heeft u vragen over ons, onze werkzaamheden of over uw auto? Dan neem gerust contact met ons op. Wij en ons personeel staan altijd klaar voor u.

Onze diensten



Bankieren



Verzekeren



Beleggen



Lenen

Argenta Lommel

Dirk Van Roey
Binnensingel 7 - 3920 Lommel
T +32 011 81 22 40

Ons team staat voor u
klaar, op wandelafstand
van Lommel Centrum.





Tocht der 7 Heerlijkheden

Zaterdag 21 juni 2025

TERUGBLIK

De *Tocht der 7 Heerlijkheden* boeit elk jaar weer omwille van de brede waaier aan afstanden die aan de wandelaars wordt aangeboden. Een helse klus voor de parkoersbouwers!

Na de veelvuldige regen bij het begin van de maand juni, denk maar aan de Limtrail, was het nu de beurt aan een hittegolf die flirtte met de 30 graden.

Op deze zomerse tocht was het proeven van de eindeloze loofbossen, dennenbossen en de diepblauwe waterplassen van Lommel.

Ruim voor het officiële startsignaal voor de lange afstanden (30 – 43 – 50 km) kwamen de eerste wandelaars aanschuiven aan de inschrijvingstafel. Om 6 uur vertrokken de 80 dapperen vanaf De Moffel in Lommel Werkplaatsen. Zij hoopten zo de voorspelde hitte van 33°C voor te blijven... Helaas...

De vernieuwde formule waarbij de deelnemers voor het vertrek konden kiezen om onderweg bevoorraad te worden, was een groot succes. Alle deelnemers die hiervoor kozen, waren tevreden en konden op drie van de vijf rustposten iets drinken en eten voor een vriendenprijsje.

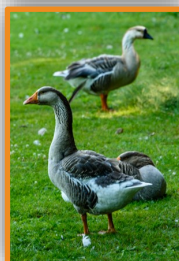
De 583 reguliere wandelaars (de wat kortere afstanden van 5 tot 20 km) kozen er ook voor om de grote hitte voor te blijven en daagden tijdig op.

Het werd inderdaad een gevecht tegen de zonnestralen maar de ongeveer 80 lange afstand wandelaars (op een totaal van 663) hebben deze gesel goed doorstaan.

De wandelaars trokken, afhankelijk van de afstand, door het natuurgebied Het Waaltjesbos, naar de oevers van het kleine Kanaal van Beverlo, het Wijerken, de Sahara, de Heuvelse- en Blekerheide, het Riebos en de Blauwe Kei met zijn schilderachtige waterplassen en konden onderweg genieten van lekkere drankjes op de rustposten.

Mede dankzij de uitmuntende bevoorradingsposten en het prachtige parkoers bereikten zij de eindmeet.

Daarna was het enkel nog genieten van een frisse pint of frisdrank!



Verslag: Mark Jansen, Fred Kemps
Foto's: Mark Jansen, Ann Neirinckx

Meer sfeerfoto's op de website!



Grensparkwandeling

Dinsdag 1 juli 2025

TERUGBLIK

Verschrikkelijk warm, hittesterecord, tropisch, ... Als de weervoorspellers met dit soort termen goochelen kan je al stilaan raden dat het meer dan gewoon warm zal zijn. De voorspellers bleken gelijk te hebben en het dagwarmtorecord van 2015 werd vlot gebroken.

Advies: geen zware inspanningen doen, zo veel mogelijk rustig binnen blijven en voldoende drinken. Verschillende sectoren passen hun werkuren aan of stellen werkzaamheden uit.



En net op die dag organiseren we een tocht in het kader van de grensparkwandelingen. Dit was de eerste in een rij van 8 wandelingen in juli en augustus. Dat we behoorlijk wat wandelaars niet zouden zien opdagen, bleek een understatement. Al bij al kwamen, de medewerkers ingerekend, 375 wandelaars opdagen waarvan begrijpelijk het grootste deel voor halfnegen. Voor een dergelijk laag cijfer moeten we terug naar de Blekerheidetocht van 2003 waar onze club 309 inschrijvingen noteerde.

Dat de meesten er voor kozen om rustig binnen te blijven en het lot niet te tarten, was wellicht een verstandige keuze. Degenen die het wel waagden om de hitte te trotseren: proficiat! En ook een proficiat aan de medewerkers die voor de bediening zorgden. En een surplus woordje van dank aan onze pijlers die op maandag al de hitte trotseerden om de pijlen te hangen en die op woensdag ook weer de pijlen terug inzamelden.

Hopelijk zien we elkaar op een van de volgende wandelingen van onze club in iets minder extreme omstandigheden terug.

Verslag: Fred Kemps

Foto's: Ann Neirinckx



Clubvakantie 04-07/07/2025

Weibersbrunn, Spessart

VERSLAG

Vrijdagmorgen, 4 juli, om 7 uur verzamelden 51 clubleden aan de Buitensingel om voor 6 dagen richting Duitsland af te reizen.

Op een vergeten GSM na was iedereen voorzien van de nodige bagage en na een snelle passage naar huis was ook dit probleem opgelost en konden we vertrekken.



Onze chauffeur Marc en onze gids Francis brachten ons via een stop voor de nodige plaspauze en het aanvullen van het vochniveau naar *Siegburg* waar we samen met de gids een korte wandeling maakten. Francis leidde ons via de markt naar het *klooster van de Benedictijnen* dat hoog en droog boven het stadje uittorent, pronkend op de 40 meter hoge *Michaëlsberg*. Hij vertelde ook over het belang van de productie van steengoed (o.a. bierpullen) voor de bloei in de Middeleeuwen. Terug beneden in het stadje werd het verzamelpunt afgesproken. De zon deed net als de voorgaande dagen zijn werk en bezorgde ons mooi, iets te warm, weer.

Gelukkig waren er in de omgeving van het marktplein, waar het ook effectief markt was, voldoende terrassen en iedereen vond wel een schaduwrijk plekje voor het middagmaal. Na de lekkere versterking kon iedereen nog vrij een rondje maken door het stadje. Op het afgesproken uur was iedereen aan het *Ziege-monument* en stapten we naar de bus om het laatste stuk van onze heenreis aan te vatten.

Kort na 16 uur waren we in *Weibersbrunn* en kreeg iedereen, na een welkomstwoordje in het Nederlands, de sleutel van zijn of haar kamer. Dan was er voldoende tijd om de koffers uit te pakken en zich wat op te frissen want om 18.30 uur verzamelden we voor het avondeten. De kamers waren over het algemeen lekker ruim en netjes, wat zwoele temperaturen zijn moeilijk te voorkomen bij de heersende warmte.

Het eten was lekker en werd vlot bediend. De meesten gingen na het eten nog even de benen strekken en sommigen kwamen zo waar nog op een bruiloft terecht.



's Morgens was op zaterdag, net als de volgende dagen, het ontbijt vanaf 7 uur. Een uitgebreid buffet met vers fruit, allerlei soorten beleg en broodjes. Alles wat bij een ontbijt hoort stond ons op te wachten, de koffie stond in thermossen op tafel.

Na het ontbijt kon iedereen nog even naar de kamer en om 9.30 uur kwamen we samen om onze eerste groepswandeling aan te vatten. Deze bracht ons, met de nodige hoogtemeters, door een gedeelte van het *Spessartwald*, het grootste aaneengesloten loofboomgebied in Duitsland. De indrukwekkende beuken zorgden voor welgekomen schaduw want ook nu zorgde de zon voor hoog oplopende temperaturen. Na een paar uurtjes waren we weer terug aan het hotel waar we de 's

morgens gemaakte keuze van de kleine kaart konden verorberen.

Na de middag was er de keuze om met de groep naar het *waterkasteel van Mespelbrunn* te wandelen of om met de bus mee te rijden die de wandelaars kwam oppikken. De eerste kilometers van de wandeling waren eerder stijgend maar na het oversteken van de grote weg van *Hessentahl* naar *Tiefenstein* ging het steil bergaf door het woud naar het kasteel. Dit 15de eeuws gebouw lag mooi ingesloten in het dal en werd door de *familie Echter* daar gebouwd. In de jaren 50 werd het als decor gebruikt voor een in Duitsland populaire film (*Das Wirtshaus im Spessart*).



Vlakbij zorgde een terras voor de nodige schaduw en het welkome natje. Even later ging het met de bus terug richting hotel. Na wat opfrissen en het bekijken van de capriolen van Jasper Philipsen in de *Tour de France*, waar hij de gele en de groene trui mocht omgorden na de eerste rit, was het weer tijd om aan te schuiven voor het avondeten (alles was weer dik in orde). In de namiddag hadden we op een kleine kilometer van het hotel de

opbouw van een festivalletje gezien en dus trokken een aantal van onze medereizigers die kant op om de lokale gemeenschap wat te steunen. Iedereen geraakte weer veilig terug om te genieten van een welgekomen nachtrust.



Op zondagmorgen, de zesde juli, na het ontbijt verzamelden we om 9.30 uur om met de bus naar *Heimbuchental* te rijden. Na een goed kwartier waren we ter plaatse en vertrokken we voor een wandeling van 9 km die een 'beetje' op en neer zou gaan. Dat beetje viel voor enkelen toch wel dik tegen wat zeker niks afdeed aan het mooie parcours en de schitterende vergezichten. Onze gids stopte regelmatig om iedereen de kans te geven terug aan te sluiten. Ook de laatste kilometer was een 'beetje' op en neer, er wachtte immers een afdaling van 16 %. Vanuit *Heimbuchental* reden we met de bus naar *Marktheidenfeld*. De bus parkeerde net buiten het stadje en Francis bracht de groep dan naar de binnenstad waar iedereen de kans kreeg de inwendige mens te versterken. Voor de geïnteresseerden was er in de namiddag een korte wandeling door de oude stad en langs de *Main*. In de oude stad bezochten we eerst het *Franck-Haus*, daarna nog het *Stadtgärtchen* en de *Sint-Laurentiuskirche*.



Na een busrit van 45 minuten waren we weer in het hotel waar de tijd tot het avondeten gevuld werd met het volgen van de *Tour* of het drinken van een aperitief. Bij het avondeten kon als hoofdgerecht gekozen worden tussen varkensgebraad en goulash. Ondertussen vielen de eerste regendruppels die ook in de volgende dagen nooit ver weg zouden zijn. De eerste helft van onze reis hadden we in elk geval prachtig weer en daar kon niemand nog verandering in brengen.



Op de vierde dag, maandag 7 juli, kwamen we na het ontbijt om 10 uur samen voor een wandeling van ongeveer 8 km in en rond *Weibersbrunn*. De mooie *Spessartstreek* liet zich ook nu weer van zijn beste kant zien en ging het weer een 'beetje' op en neer. Voor sommigen werd het bijwijken wel wat



zwaar en moest de groep regelmatig halthouden om iedereen weer aan te laten sluiten.

's Middags aten we in het hotel en daarna was er voor de liefhebbers nog een wandeling in *Mespelbrunn*. Het voorspelde onweer en de vermoeidheid zorgden er voor dat we met 15 liefhebbers de bus namen naar het waterkasteel waar we zouden vertrekken. Bij de start waren er in de verte wel wat dreigende wolken, maar de zon scheen nog toen we via een steile helling van 21% naar het eigenlijke vertrek van de wandeling klommen.

Er was een keuze uit drie omlopen en wij gingen de langste doen. De eerste 500 m ging alles goed maar toen braken de hemelsluizen open. Vlug de jas aan en de paraplu open alhoewel niet



iedereen deze mening deelde. Als je de regenjas in je rugzak laat zitten wordt je misschien wel nat maar dan heb je nog wel een droge jas. Na een tiental minuten was het pad veranderd in een klein beekje. Toch was er de indruk dat het wat minderde met regenen dus gingen we verder. Dat minderen klopte niet helemaal en in het beukenbos werd het licht uitgedaan. Een paar kilometers verder klaarde het wat op en het laatste stuk van de wandeling die we ingekort hadden

tot 6 km was de zon weer van de partij. Lang bleef de regen echter niet weg want bij het wisselen van de schoenen om de bus op te stappen viel het water weer gewillig naar beneden.



In het hotel deed een lekkere warme douche de onweersbui weer vergeten en even later konden we aanschuiven voor het avondeten.



Het ontbijt op de vijfde dag, dinsdag 8 juli, was weer net zo goed als de andere dagen. Om 9 uur verzamelden we voor een wandeling van 2 uur naar het natuureservaat *Kreuzbuckel*. We vertrokken via het pad dat een aantal onder ons op de eerste dag al deden en kwamen voorbij de locatie van het festivalletje. Een brug over de autostrade bracht ons in het natuurgebied en ook nu kon iedereen weer genieten van de afwisselende bossen en open stukken. Terugkeren deden we via de tunnel en bij aankomst kreeg iedereen de kans om van schoeisel te wisselen.



Om 11.30 vertrok de bus richting *Lohr Am Main*. Na een half uur waren we ter plaatse waar ons een kleine oriëntatiewandeling wachtte. Daarna kon iedereen naar eigen keuze iets eten en drinken en het stadje verkennen. De regen was een halfuurtje van de partij maar dat kon de sfeer niet drukken. De trekpleister in het stadje is het *Schloss zu Lohr Am Main* waarin het *Spessartmuseum* gevestigd is. 300 jaar geleden was dit *Schloss* ook de inspiratiebron voor de *gebroeders Grimm* om het sprookje van Sneeuwwitje te schrijven. De vrouw des huizes van het kasteel had immers spierwitte haren en gaf zo aanleiding voor het verhaal. Het museum is immers ook de moeite waard want over



de vier verdiepingen bevinden zich allerlei streekartefacten over houtbouw, glaskunst, aardewerk, sport, smeedwerk, enz.

Om 15.30 was het terug verzamelen geblazen om tijdig in het hotel te zijn waar we koffie en taart geserveerd kregen als vieruurtje. Gezien de stilte liet iedereen het zich smaken. Na een korte rustpauze met de gebruikelijke ingrediënten was het tijd voor het avondmaal in 4 gangen. Zoals de vorige dagen was het weer dik in orde.



's Morgens was het een drukte van belang: ontbijt in de gekende vorm, tijd om koffers te pakken, uit te checken en tegen 8.45 uur klaar te staan aan de bus om af te reizen. Een dankwoordje van de hoteldirecteur rondde het verblijf af.



Eerste halte was het stadscentrum van *Frankfurt Am Main* waar de bus ons afzette voor de *Sint-Paulskerk*. *Frankfurt am Main* is de grootste stad in de Duitse deelstaat *Hessen* en de op vier na grootste stad van Duitsland. De stad ligt aan de oevers van de *Main* en telt 764 104 inwoners.

Onze gids begeleidde ons door enkele delen van de stad waaronder *Mainhattan* waar de ene bank al hoger wil bouwen dan de andere en er zo voor zorgen dat de nieuwe stad gedomineerd wordt



door wolkenkrabbers van 200 meter hoog en meer. Eindigen deden we in het oude stadsdeel dat na WO2 volledig heropgebouwd moest worden. Hier kregen we ook weer wat vrije tijd waarin iedereen op zoek kon naar een hapje of een bezoekje. Om 14.30 uur verlieten we de stad en reden verder huiswaarts.

Na een kleine file en een stop in het *Aachener Wald* bracht Marc ons veilig en op tijd terug in Lommel. Om 20 uur waren we op de Buitensingel waar de taxi's stonden te wachten om iedereen weer veilig naar huis te brengen.



verslag: Fred Kemps
Foto's: Ann Neirinckx

Meer sfeerfoto's op de website!

Verwennamiddag medewerkers Zaterdag 26 juli 2025

IN WOORD & BEELD

Bedankt

♥
*Als elke vrijwilliger
een ster kreeg,
werd het nooit
meer donker*

- Louisa

Bloom

Onze wandelclub kan het hele jaar door beroep doen op een brede waaier aan vrijwilligers, om de eveneens brede waaier aan activiteiten mee in goede banen te leiden. Naar jaarlijkse traditie trakteert de club deze helpende handen op een verwendag. Dit jaar daagden ruim 60 vrijwilligers op in de *Gildezaal Sint Sebastiaan* te Kattenbos. De (regen)druppels bleven achterwege en een waterzonnetje liet zich regelmatig zien. De feestelijkheden speelden zich daarom zowel in- als outdoor af.

Na een kort maar krachtig welkomstwoord van voorzitter Fred opende de uitgebreide barbecue. Eens de buikjes rond vluchtte bijna iedereen naar buiten om gratis gaan te genieten van de frisse lucht. Gezellige en plezante babbels vulden de tijd tot we op de achtergrond het alom gekende deuntje van *De Krijmboer* hoorden. Op een mum van tijd waren alle stoelen leeg en ontstond een chaotische file aan het vensterraam van de Krijmboer, er was gelukkig voldoende voorraad.

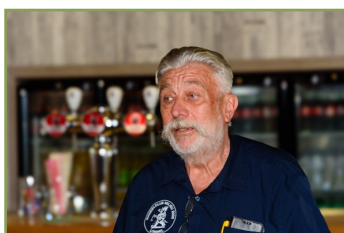
De babbels gingen daarna gewoon door en rond 22 uur werd de zaal proper en netjes afgesloten.

Dank aan de vele medewerkers, ook zij die er niet konden zijn, en dank aan Milieu 2000 voor deze gezellige verwendag!

*Bedankt
Een enkel woord
Eenvoudig te zeggen
Maar soms toch moeilijk uit
te spreken*

*Bedankt
Twee lettergrepen
Zo vaak vergeten
Maar toch onmisbaar*

Verslag en foto's: Mark Jansen
Meer sfeerfoto's op de website!





Zondag 27 juli verzamelden 41 clubleden voor een busuitstap naar de Oost-Vlaamse gemeente Assenede om deel te nemen aan de 2de Asseneedse Krekentocht van wandelclub De Trekvogels Boekhoute. Ondanks de slechte weersvoorspellingen bleven de weergoden ons die dag gunstig gezind. Tijdens de busrit viel de regen, even voorbij Antwerpen, met bakken uit de lucht. Hoe dichters wij bij Assenede arriveerden verdween ook de regen en konden we toch wandelen bij prachtig wandelweer. Zelfs de zon piepte regelmatig door de wolken.

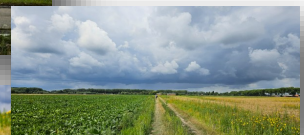


De wandelaars konden kiezen uit afstanden van 4 tot 21 km. Wij kozen voor de 18 km, een afstand waarbij men vooral over verharde wegen wandelde. Onderweg stapten we op de stille dijken van de Asseneedse krekens, ontstaan door dijkbreuken die dateerden van rond de jaren 1500.

We passeerden onmetelijk grote vlaktes met intense landbouwactiviteiten. De poldergrond (kleigrond) lijkt erg vruchtbaar te zijn. Een duizend jaar geleden was het gebied nog zee maar door inpoldering wijzigde het landschap.

De organiserende club De Trekvogels mocht zeker niet klagen met 1166 wandelaars waarbij onze club met 41 personen de vijfde plaats verwierf in de rangschikking.

Om 15.30u keerden we terug naar Lommel waar een 20-tal leden nog van een lekkere maaltijd genoten in Grand Café De Biehal. De kok zorgde voor een stoofpotje van ronds, koolvis in witte wijnsaus met een saladebuffet en frietjes. Een smakelijk buffet om de busuitstap mee af te ronden.



Verslag : Piet Geboers

Foto's: Ann Neirinckx

Meer sfeerfoto's op de website!

Internationale Teutentocht zondag 3 augustus 2025

TERUGBLIK

Na de wat extremere weersomstandigheden van de drie vorige tochten waren de weergoden ons deze keer wat gunstiger gestemd. De voorspellingen spraken van droog weer bij aangename temperaturen met tegen de avond kans op regen.

Dit soort voorspellingen scheelt een slok op een borrel en dus werd de 41ste editie van de Internationale Teutentocht een succes. Het was al van voor corona geleden dat er nog zoveel wandelaars opdaagden voor één van onze wandelingen.

De inschrijvingen kwamen vlot op gang vanaf 6.45 uur en bij momenten stond er zowaar een rij aan te schuiven. Dat er vijf clubs waren met een bon van *wandelen zonder betalen* zal er samen met de zorgvuldig uitgepijlde trajecten voor gezorgd hebben dat we de dag konden afsluiten met 1232 deelnemers. Daarvan waren er 1078 leden van 81 verschillende wandelclubs, 114 niet-leden en 40 leden van de KWBN, de Nederlandse wandelbond. De verste wandelaars kwamen uit o.a. Wechelderzande, Hamme, Boortmeerbeek, Overijse, Leuven, Veltem, Nieuwpoort en Gent.

Dat de brouwer en de bakker ook best tevreden waren zal niemand verbazen en door een paar keer de voorraad aan te vullen konden we er voor zorgen dat iedereen zijn natje en droogje kon gebruiken.

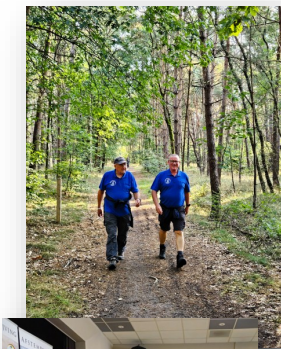
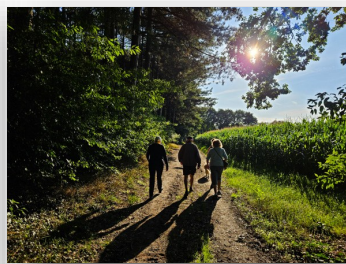
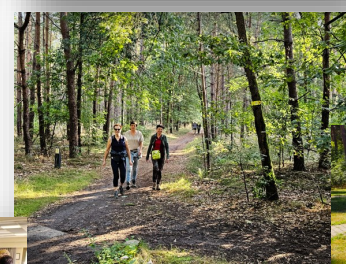
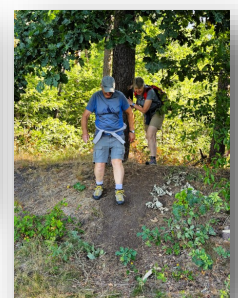
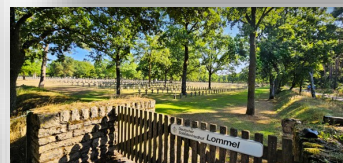
De lovende woorden over het uitgestippelde parkoers en de goede organisatie waren niet uit de lucht gegrepen. We konden gelukkig weer gebruik maken van de ruime speelplaats van de Eymardschool om te parkeren.

Om de lange dag af te sluiten nuttigden de medewerkers van de start en de rust nog een lekkere *friet* met bijbehoren en keerde iedereen weer tevreden naar huis.



Deze wandeling verdient vijf bedjes met 2 hartjes, met een knipoog naar *met vier in bed*

Een Bavostapper uit Meerhout



Verslag : Fred Kemps
Foto's: Ann Neirinckx

Meer sfeerfoto's op de website!

Wandelkalender september 2025*Wandeltochten met grijze achtergrond mogen niet op de tochtenkaart.*Wandelen
zonder
betalen:**WZB**

Datum	Club - tocht	Locatie	Afstanden (km)
Ma 1	W.S.V. De Schoverik Diepenbeek Miezeriktocht	OC Rooierheide Patersplein, Diepenbeek	4 tot 17 km
Di 2	W.S.V. Blijf Jong Genebos vzw Najaarstocht	Kantine FC Germeer Heistraat 47, Olmen	4 tot 10 km
Wo 3	Wandel Mee Brueghel vzw 9e Woensdagtocht	De Leemskuil Hamonterweg 138b, Bocholt	4 tot 17 km
Do 4	W.S.V. Milieu 2000 Lommel Kattenbosserheidetocht	 Feestzaal Den Horst Gelderhorsten 146, Lommel	5 tot 23 km
Vr 5	Trefpuntwandeling Gids Fons Schildermans Vertrek 9u30	WZC Hoevezavel Jan Davidlaan 11 Lommel-Heeserbergen	5 km
Za 6	W.S.V. De Boskabouters vzw 2 Daagse Bosbeektocht	Loweta Weg naar Opoeteren 172, Opglabeeek	4 tot 30 km
Zo 7	W.S.V. De Boskabouters vzw 2Daagse Bosbeektocht	Loweta Weg naar Opoeteren 172, Opglabeeek	4 tot 30 km
Wo 10	W.S.V. De Bosdravers Eksel Kloosterbostocht	Schutterslokaal Willem Tell Grensstraat 52, Eksel	5 tot 16 km
Do 11	Wsc De Blauwvoet Septemberwandeling	Voetbalkantine KFC Heultje Vijfhuizenstraat 35, Zoerle-Parwijs	4 tot 10 km
Vr 12	Trefpuntwandeling Gids Fons Schildermans Vertrek 9u30	WZC Hoevezavel Jan Davidlaan 11 Lommel-Heeserbergen	5 km
Za 13	w.s.v. De Bokkenrijders Vliegdentocht	Dagcentrum Vliegden Oost Boemerangstraat 20, Overpelt	4 tot 20 km
Za 13	VOS Schaffen vzw Kalendriestocht	OC De Kalen Dries Meldertsebaan 2, Meldert	5 tot 30 km
Zo 14	W.S.V. De Anjertrippers vzw Duinentocht	De Zandkorrel Kloosterstraat, Hechtel	4 tot 20 km
Di 16	De Pompoenstappers vzw Witte Bergenwandeling	OC Lichtaart Schoolstraat 31, Lichtaart	4 tot 30 km
Do 18	Clubwandeling Milieu 2000	 Park der Lage Kempen Kiefhoekstraat 189, Hechtel-Eksel	5 tot 10 km
Do 18	Sporton vzw Gerhagenwandeling	't Schoolhuis Schoterheide 48, Tessenderlo	7 tot 20 km
Vr 19	Trefpuntwandeling Gids Fons Schildermans Vertrek 9u30	WZC Hoevezavel Jan Davidlaan 11 Lommel-Heeserbergen	5 km

Wandelkalender september 2025

Wandeltochten met grijze achtergrond mogen niet op de tochtenkaart.

Wandelen
zonder
betalen:

WZB

Datum	Club - tocht	Locatie	Afstanden (km)
Za 20	K.W.S.V. De Rakkers vzw Bokrijk door het water	School De Berk Kloosterbeekstraat 7, Hasselt	4 tot 43 km
Zo 21	Wandel Mee Brueghel vzw Herfsttocht	Parochiecentrum Kloosterstraat, Peer	4 tot 21 km
Zo 21	W.C. De Bavostappers Zittaart vzw 29e Scherpgetentocht	PZ Meerhout-Zittaart Lindestraat 22, Meerhout	4 tot 26 km
Di 23	De Dommeltrippers Neerpelt Teutentocht	't Zoalke Lille Dorp 26, Sint-Huibrechts-Lille	5 tot 20 km
Do 25	Torenvrienden Oostham Najaarstocht	Voetbalkantine Toekomst Geneberg Verbindingsweg, Ham	4 tot 16 km
Vr 26	Trefpuntwandeling Gids Fons Schildermans Vertrek 9u30	WZC Hoevezavel Jan Davidlaan 11 Lommel-Heeserbergen	5 km
Za 27	Wandelclub Paul Gerard Beringen Herfsttocht	Ontmoetingcentrum De Buiting Tessenderloseteenweg 18, Paal	4 tot 10 km
Zo 28	WSV Horizon Donk vzw Water- en bostocht	PC De Link Linkhoutstraat 194, Linkhout	5 tot 30 km
Ma 29	KWSV De Heikneuters vzw Stiemertocht	Ons Tehuis Jonkersbloek 6, Genk	5 tot 8 km

Wist je dat op onze website steeds het **volledige fotoarchief** en de **vorige edities van de Milieutoeter** kunnen geraadpleegd worden? Open gewoonweg de website wsv-milieu-2000.be, klik bovenaan op *Bibliotheek* in het menu, en klik vervolgens op *Milieutoeters* of *Milieu 2000 albums*. Op je smartphone of tablet kies je het menu via de horizontale streepjes rechts boven. **Je kan ook via een QR-code naar de archieven.** Zie elders in deze Milieutoeter!
Geraak je er niet uit, vraag het op onze wandelingen.



Traiteur

Jansen Marc

Verzorgt al uw feesten aan huis en in zaal.
Buffetten ook kant en klaar af te halen.



Lutlommel 203
3920 Lommel

traiteur.marc@hotmail.com

Tel/Fax: 011 54 24 50
Gsm: 0477 73 69 45

Wandelzoektocht Rode Kruis Lommel

t/m september. Lees alles in de vorige Milieutoeter!

WEDSTRIJDJE

Deze keer eens wat anders.

Breng je antwoord bij een van de bestuursleden ten laatste op 15 september 2025 binnen op een briefje met daarop duidelijk je naam, telefoonnummer en natuurlijk het antwoord. We zoeken het getal achter het vraagteken.

$$\begin{array}{rclcl} \text{pineapple} & + & \text{pineapple} & + & \text{pineapple} & = & \text{strawberry} \\ \text{strawberry} & \times & 1 & = & \text{grapes} \\ \text{grapes} & + & \text{grapes} & = & 24 \\ \text{apple} & + & \text{pineapple} & = & 6 \\ \text{grapes} & + & \text{strawberry} & + & \text{apple} & = & ? \end{array}$$

Clubkampioenschap Wandelsport Vlaanderen: voorlopige klassering

Reeks 1, stand op datum van **12 augustus 2025**

		punten	aantal leden
1	WSV Egmont Zottegem	18135	1180
2	Hanske de Krijger Oudenaarde	16378	1436
3	Padstappers Geraardsbergen	15361	1177
4	Wandelclub Natuurvrienden Deinze	12989	926
5	Florastappers Gent	11845	890
6	WSV Milieu 2000 Lommel	11557	503





GRATIS OFFERTE!



**Hellende daken • platte daken • renovatie/nieuwbouw
zinkwerken • afdichten en isoleren van zolders
verwijderen van asbest daken • groendaken**



**Wij staan garant voor een kwaliteitsvolle afwerking
van alle platte en hellende daken**

Lodewijk de Raetstraat 70 & 79 • 3920 Lommel • 0497 39 42 67
info@alexanderkerkhoff.be • www.alexanderkerkhoff.be

Waar gingen we in **juni 2025** wandelen?

Datum	Organiserende club	Tocht naam	Deelnemers	
			Totaal	Club
1/06/25	De Pompoenstappers	Pompoenstapperswandeling	1549	22
1/06/25	WSV Donderslagtrippers	Solterheidetocht	661	15
1/06/25	WSV De Grenslopers	Zomerwandeling		18
2/06/25	WSV De Schoverik Diepenbeek	Vinkentocht	581	7
4/06/25	WSV De Bosdravers Eksel	Hoxentocht	423	66
5/06/25	Wsv Schelle	Heymissentocht	244	1
7/06/25	WC De Grashoppers	Scherpenheuvel Wandelt	821	4
7/06/25	Wandel Mee Brueghel	Junitocht	434	21
8/06/25	WNZB Knokke-Heist	49e Lotelingenmars	763	3
8/06/25	Merksemse Wandelclub Stroboeren	Ronde van de Voorkempen	575	3
8/06/25	WSV De Grevenbroekers	Sint-Jobswandeling	700	76
8/06/25	Wellense Bokkerijders	Internationale Bokkenrijderstocht	664	4
9/06/25	Sporton	3-Bekentocht - Trial Deurne-Lummen-Deurne	868	18
9/06/25	WSV De Natuurvrienden - Zoersel	Risschotwandeling	655	5
9/06/25	De Lummense Dalmatiërs	Maandagtocht	858	10
9/06/25	Walk for Pink Ribbon	Walk for Pink Ribbon	2670	4
10/06/25	WSV De Kampse Wandelaars	Heppenertocht	416	77
11/06/25	WSV De Boskabouters	Jeneverbestocht	458	10
12/06/25	WC De Bavostappers Zittaart	2e Vliettocht	493	13
13/06/25	10 GP CIS	Mars van de 10 GP CIS	186	14
14/06/25	WSV Iris Kortessem	Kapellekestocht	311	1
14/06/25	De Mijnlamp Beringen-Mijn	Zomertocht	680	47
14/06/25		Limtrail Bosland	604	41
15/06/25	Terug Op Stap Post	Herkenrodebosstocht	768	7
15/06/25	10 GP CIS	Mars van de 10 GP CIS	734	95
15/06/25	WSV IVAS Itegem	15e Zegeltjeswandeltocht -Johan Dierck	1526	1
18/06/25	WSV De Sparrentrippers	Grastocht	196	1
19/06/25	KWSV OK50 Zonhoven	Vijvertocht	444	24
21/06/25	W.S.V. Milieu 2000 Lommel	Tocht der 7 Heerlijkheden	663	279
22/06/25	De Dommeltrippers Neerpelt	7e Hageventocht	659	64
26/06/25	KWSV De Rakkers	Donderdagtocht 3-6-9	413	13
27/06/25	Op Stap Zwalm	4e Nacht der Vlaamse Ardennen	466	1
28/06/25	WC Gedoviba	15e Doffense Zomertocht	690	19
28/06/25	Torenvrienden Oostham	Kristoffeltocht	510	47
29/06/25	Torenvrienden Oostham	Kristoffeltocht	833	50
30/06/25	KWSV De Heikneuters	Kattevennentocht	236	1
				1082

Bridgeles voor beginners bij “Ateliers voor overdag”

Bridge is de koning van de kaartspellen. Bridge is een fascinerende en sociale denksport waar talenten zoals redeneren, inschatten, tellen, intuïtie, onthouden, ... veelvuldig aan bod komen. Je kan na de cursus thuis bridgen maar ook in clubverband, wat zoveel interessanter is.

Iets voor jou?

De cursus start op 2 oktober en loopt over 25 donderdagvoormiddagen. Kostprijs is € 2 per les.

Inschrijven gebeurt bij “Ateliers voor overdag” (Jan Davidlaan 9) op 8 september van 9 tot 12 uur en van 13 tot 16 uur. Bijkomende info op 011/64 14 09 of via robert.bergmans648@gmail.com.



Waar gingen we in **juli 2025** wandelen?

Datum	Organiserende club	Tocht naam	Deelnemers	
			Totaal	Club
1/07/25	WSV Milieu 2000 Lommel	Grensparkwandeling	375	204
2/07/25	Wandelclub De Bokkenrijders Overpe	Vakantietocht	110	22
3/07/25	VOS Schaffen	Berkentocht	775	16
4-9/07	WSV Milieu 2000 Lommel	Clubvakantie		51
5/07/25	Wandelclub Kwik Bornem	Boerenkrijgmarsen	833	2
5/07/25	Wandelclub Diksmuide	Wandelhappening aan de IJzer	1107	2
6/07/25	De Vredezones	Huttentocht	587	9
6/07/25	WSV De Anjertrippers	André Vanoppentocht	528	76
7/07/25	WSV De Schoverik Diepenbeek	Vakantietocht	382	4
8/07/25	De Ravelse Wandelaars	Grensparkwandeling	344	23
9/07/25	De Bollekens vzw Rotselaar	Zomertocht	786	5
10/07/25	WSV Horizon Donk	Zomertocht	665	9
12/07/25	Wiekevorstse Stappers	Hoeve wandeling	470	2
13/07/25	WSC Langdorp	38e Zomertocht - 50 km Hageland	1292	4
13/07/25	WSV Blijf Jong Genebos	49e Zomertocht	1327	62
16/07/25	WSV De Keignaerttrippers Oostende	13e Rondom De Keignaert	543	1
19/07/25	KWSV De Heikneuters	Terriltocht	796	17
20/07/25	WK Noordergouw - Brasschaat	4e Grenstocht	1025	2
20/07/25	WSV De Bosdravers Eksel	Vakantietocht	1019	157
20/07/25	De Demerstappers Bilzen	Alden-Biesentocht	461	1
20/07/25	Club de marche des Charmilles	49e Marche des Charmilles	898	1
20/07/25	Spoetnikstappers	Beach Walk	581	3
21/07/25	Wandel Mee Ruisbroek	Herdenkingstocht 49 jaar waterramp	983	1
21/07/25	Flanders Trails	Eindklassement Trans Limburg Trail	1281	6
26/07/25	KWSV Wandelend Paal	Hoogzomertocht - 50 km Bos-/Heuveltrail	1592	33
26/07/25	Wabderfalken Weywertz	Internationale Sommerwanderung	1000	1
27/07/25	De Trekvogels Boekhoute	2e Asseneedse Krekentocht	1166	41
27/07/25	KVG Stappers Hoogstraten	29e Gelmelwandeling	653	4
27/07/25	De Lummense Dalmatiërs	Bos- en natuurtocht	964	33
27/07/25	Zutendaalse Hartevrienden	Zomertocht	617	14
28/07/25	Vreugdestappers Huldenberg	Pannenkoekentocht	287	1
31/07/25	Torenvrienden Oostham	Vakantietocht	765	48
			855	

**WELKOM AAN
ONZE NIEUWE LEDEN!**



- > Berckmans Inge uit Lommel
- > Schoofs Sandra uit Lommel
- > Wellens Xavier uit Lommel
- > Koeken Kim uit Lommel
- > Mertens Jos uit Lommel
- > Diels Benny uit Lommel
- > Michiels Babs uit Lommel



Belfius | PRIVATE & WEALTH MANAGEMENT

Regio Kempen-Oost

Kantoor Lommel - Hertog-Jan Plein 45, 3920 Lommel - 011 54 80 40



SPAR



**COLRUYT
GROUP**

**Spar Lommel
Lutlommel 169
3920 Lommel**

Zondag open 8u - 12u

Ons ledenaantal stijgt van week tot week!
En dit dankzij jullie allemaal...

Ken jij iemand die wil aansluiten, meld het ons en jij ontvangt samen met de nieuwkomers gratis een kop koffie/thee en taart bij het nieuwe lidmaatschap.

Ook nieuwe leden die zonder meer lid worden, genieten van dit initiatief.

OPGELET!

Wie hiervoor in aanmerking komt, zal van de club een cadeaubon ontvangen. Hiermee moet men zich melden bij de bonnenverkoop waar deze dan ingeruild kan worden. De waarde van de cadeaubon wordt niet omgeruild in geld.



Als lekker eten je passie is...

Uw
specialist in het
leveren van warme
maaltijden aan huis,
elke dag!

www.blue-stone.be

blue-stone.catering@hotmail.com

Tel.: 0470 806 401

**BBQ
Feesten
Catering
Soep express
Maaltijd express**

Het perfecte wandelmenu: wat je best eet en drinkt voor, tijdens en na het wandelen

De ene wandelaar is de andere niet en iedereen heeft specifieke energiebehoeften. Wanneer de ene om de haverklap lijkt te stoppen om iets te drinken of te eten, lijken sommige wandelaars schijnbaar zonder al te veel extra voeding de wandeling door te komen. Heel veel heeft natuurlijk te maken met je lichaamsbouw en vetmetabolisme. Houd dit steeds in je gedachten. Hieronder stellen we je een perfect menu voor om een lange wandeling van meer dan 90 minuten af te werken.

(Bron: Johan Lambrechts, Wandelsport Vlaanderen)

1.- Voeding vooraf: koolhydraatrijk ontbijt

WEL

Het ontbijt vormt de basis van alles en is een eerste cruciale stap om je energiereserves tijdens het wandelen op peil te houden. Begin daarom de dag met een gezond en koolhydraat ontbijt. Denk aan havermout of volkorenbrood met honing, deze geven langzaam de energie aan je lichaam en zorgen ervoor dat je langer een voldaan gevoel hebt. Havermoutrecepten heb je allerhande en daar kan je in variëren naar wens, zo kan je wat fruit, noten of donkere chocolade toevoegen.



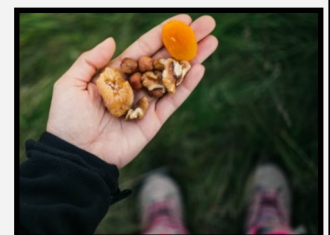
NIET

Eieren met spek mag dan wel een smaakvol ontbijt zijn, een goed idee is het allerm minst. Ook al is je maag goed gevuld, een dergelijk vetrijk ontbijt wordt niet snel in energie omgezet. Spek en eieren bevatten te weinig koolhydraten en kunnen bovendien zwaar op de maag liggen, wat je prestaties dan weer kan beïnvloeden.

2.- Voeding tijdens de lange wandeling

WEL

- Zorg om het anderhalf uur voor 20g koolhydraten. Dit komt ongeveer overeen met een portie van 30g gedroogd fruit, een energiereep of een banaan om je lichaam snel verteerbare koolhydraten te geven. Ook peperkoek is een goed alternatief.
- Complexe koolhydraten zoals volkoren crackers zorgen voor langdurige energie.
- Isotone sportdranken: bevatten 4 à 6g koolhydraten per 100ml drank. Op die manier combineer je koolhydraten en hydratatie tegelijkertijd



NIET

- Chocolade: bevat te veel suiker en geeft dus een snelle energiedip.
- Chips: bevatten te veel zout en vet
- Pas drinken als je dorst hebt of enkel eten tijdens de middagpauze. Dit leidt tot vermoeidheid en prestatieverlies

- Frisdranken en koffie: kies eerder voor thee of beperk je koffie-inname
- Druivensuiker: geeft een korte energieboost, maar zorgt ook voor een snelle energiedip. Druivensuiker kan wél nuttig zijn bij een dreigende hongerklop.

3.- Voeding na wandeling

WEL

- Smoothie met banaan en yoghurt.
- Eiwitreep om zowel koolhydraten als eiwitten aan te vullen.
- Magere chocolademelk: is een goede hersteldrank met een combinatie van koolhydraten en eiwitten. Als alternatief kun je gaan voor een *recovery shake* of een proteïneereep
- Ook in je recuperatiemaaltijd moet de nadruk op eiwitten liggen. Denk aan zalm, noten, vlees en melkproducten



NIET

Alcohol mag dan wel verleidelijk zijn, goed voor herstel is het allerm minst. Alcohol heeft een meervoudig negatief effect. Het is niet alleen vochtafdrijvend, zodat je dehydrateert, het verzuurt bovendien je spieren. Ga dus voor alcoholvrij.

**Zomer voorbij, schooljaar start,
vol frisse moed en met een open hart!**

Maïté Iphupho

Maak kennis met de *Cape Camino*, een unieke pelgrimsroute die je langs adembenemende landschappen brengt en recht naar het hart van de Kaapse cultuur.

Deze zeven dagen durende tocht, gelanceerd in 2013, volgt een cirkelvormige route rond het Kaapse Schiereiland. Je vertrekt uit de rustige wijnvalleien en wandelt langs stranden, door bossen en over bergpassen richting het levendige centrum van Kaapstad – met onderweg uitzichten op de Atlantische Oceaan. Onderweg passeer je spirituele en historische plekken: van eeuwenoude religieuze heiligdommen tot plaatsen met diepe betekenis voor de inheemse bevolking. Maar even belangrijk zijn de kleine ontmoetingen: een praatje, een glimlach of simpelweg het gevoel ergens écht te zijn.

Voor wie houdt van rust, ritme en avontuur is de *Cape Camino* een bijzondere manier om Zuid-Afrika op een andere manier te beleven. En nee, je hoeft er geen pelgrim voor te zijn... alleen een beetje nieuwsgierig.

Die wêreld is groot, en jou stapskoene het nog baie werk.

Tot volgende maand!

Annick

Voor meer info aarzel niet om mij te contacteren...

WhatsApp gratis: +27(0) 64 868 5412

info@maite-iphupho.com

Follow us on Facebook !!

www.maite-iphupho.be



Advertentie
09/2025

Limburgse imkers vragen burgers mee te speuren naar de nesten Aziatische hoornaar. Vlaanderen kreunt onder een record aantal Aziatische hoornaars. De Limburgse imkersbond roept ons op om actief mee te speuren naar secundaire nesten, hoog in de bomen. “Elk vernietigd secundair nest betekent tot wel vijfhonderd koninginnen minder.” En wie verblijft er meer in de natuur en bossen dan onze wandelaars? Dus ...

(Grotendeels overgenomen uit HBVL
donderdag 7 augustus 2025
tekst Ruben Steegen)



Door het droge, warme weer overleefde een record aantal koninginnen van de Aziatische hoornaar de winter. “Dankzij onze lokpotten zijn dit voorjaar in Limburg zo’n 3500 koninginnen gevangen, bijna drie keer zoveel als vorig jaar”, weet erevoorzitter Frans Daems van de Limburgse imkersbond. “Toch is het bij verdelgers al weken uitzonderlijk druk door het grote aantal nesten dat wordt ontdekt. We (met de hulp van onze wandelclub nvdr.) kunnen de situatie nog onder controle houden, maar dan moet iedereen ogen en oren openhouden”, vervolgt Frans.

“Nu breekt een tweede cruciale fase aan in de bestrijding van de invasieve exoot”, legt Daems uit. “Het seizoen van de Aziatische hoornaar verloopt in drie fasen. In het vroege voorjaar komt een solitaire koningin uit haar winterrust en begint ze een klein, primair nest te bouwen, vaak op ooghoogte in een struik of haag. Vanaf juni starten de werksters met de bouw van een tweede, groter nest. Op een bepaald moment, doorgaans begin augustus, verhuist de koningin zelf naar dat secundaire nest. Dan start de groeispurt en neemt het nest enorm in omvang toe. Een volgroeid secundair nest kan tegen het einde van het seizoen tot wel vijfhonderd nieuwe koninginnen produceren.”

Vliegroutes

Als we de invasie van de Aziatische hoornaar onder controle willen houden, is het van groot belang dat de komende weken zo veel mogelijk secundaire nesten worden vernietigd. “Die nesten opsporen is bijzonder tijdrovend. Dat lukt ons niet zonder de hulp van het grote publiek (wandelclubs nvdr.)”, zegt Daems, die iedereen oproept om de vliegroutes van wespachtige insecten in de gaten te houden. “Imkers bestuderen de lokpotten om zo de vliegroute van de hoornaars te achterhalen.”

Daarom vraagt de Limburgse imkersbond wandelaars actief mee te sporen naar secundaire nesten. “Zie je regelmatig een insect in en uit een boom vliegen? Merk je druk vlieg verkeer in dezelfde richting? Meld dat dan meteen via VESPAWATCH (vespawatch.be), je gemeente, de brandweer, verdelger of een lokale imker. Dan kan een gespecialiseerde ploeg op pad gaan om het nest te vinden en te verdelgen.”

Explosie

De oproep van de imkersbond klinkt dwingender dan ooit tevoren. “We zitten deze zomer met een record aantal Aziatische hoornaars. Als we nu niets doen en in 2026 opnieuw een droog, warm voorjaar krijgen vrees ik een echte explosie van het aantal nesten. We kunnen de situatie nog onder controle houden, maar dan moet iedereen ogen en oren openhouden.”

Dieet van honingbijen

De impact van de explosieve toename van de Aziatische hoornaar op de bijenpopulatie is nog moeilijk in te schatten. “Maar we weten dat het dieet van hoornaars voor 35 procent uit honingbijen bestaat, dus dat voorspelt weinig goeds. Bij sommige imkers heeft de invasieve exoot deze zomer al lelijk huisgehouden.

Deelnameformulier clubwandeling De Lage Kempen Donderdag 18 september 2025

Ik neem deel aan de clubwandeling De Lage Kempen op donderdag 18/09/2025.

Naam en voornaam:.....

Adres:

Tel. / GSM nr.:

Menukeuze:

Excl. dranken

- Croque Lage Kempen: X 20 euro = euro.

- Spaghetti Carbonara: X 20 euro = euro.

Totaal bedrag: euro.

Ik betaal met:

..... Kadobon(s)
(vul aantal bons in)

Ik betaal per overschrijving

☐ (vink aan en stort het saldo of
volledige bedrag)

Enkel inschrijven indien deelname aan de lunch.

Bezorg dit formulier uiterlijk op woensdag 12 september 2025 samen met je bijdrage aan één van de bestuursleden. Via overschrijving op rekeningnr. BE72 8538 5449 0816 kan ook. Vermeld dan duidelijk je naam, aantal personen lunch.



Deelnameformulier busuitstap Blegny zondag 05/10/2025

Ik ga mee met de bus naar Blegny, op zondag 5 oktober 2025:

Naam en voornaam:.....

Tel. of GSM nr.:

Aantal:X 15 euro = euro.

Ik betaal met:

..... Kadobon(s)
(vul aantal bons in)

Ik betaal per overschrijving

☐ (vink aan en stort het saldo of
volledige bedrag)

Ik neem na de wandeling ook deel aan het buffet in Grand Café De Biehal.

Op het menu staat er voor ons het volgende klaar: Varkensgebraad champignonsaus, visvidee, gestoofde wortelen, bloemkool in witte saus, kroketten, gebakken aardappelen.

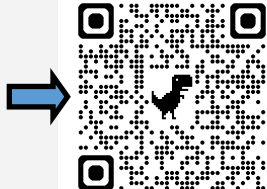
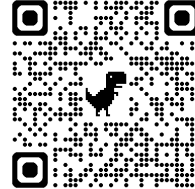
Aantal:X 21 euro = euro.

Totaal bedrag = euro.

Bezorg dit formulier uiterlijk op vrijdag 26 september 2025 samen met je bijdrage aan één van de bestuursleden. Via overschrijving op rekeningnr. BE72 8538 5449 0816 kan ook. Vermeld dan duidelijk je naam en aantal personen.



Scan deze QR-code
om het fotoalbum
te openen op bvb.
je smartphone



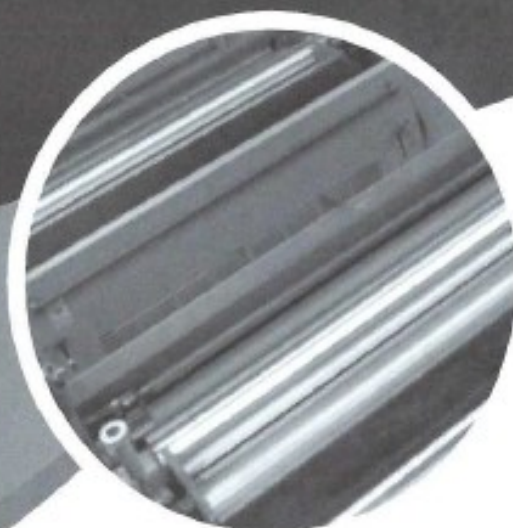
Scan deze QR-code
om de Milieutoeters
te openen op bvb.
je smartphone

DRUKKERIJ

eLiTe

Meer dan 25 jaar ervaring!

We staan klaar voor kmo's, grotere bedrijven, scholen, verenigingen en ook voor particulieren.



Mogelijkheden **drukwerk**

KLEINE OF GROTE OPLAGES IN ALLE FORMATEN

uitnodiging, geboortekaartje, huwelijkskaart, naamkaartje, brochures, flyers, affiches, briefhoofden, schrijfblocks, bureauleggers, enveloppen, facturen, ringmappen, offertemappen, boeken, kalenders, etiketten, stickers, verpakkingen,...

Mogelijkheden **ontwerp**

Je zorgt zelf voor een drukklaar bestand of je ideeën worden door onze vormgever omgezet in een leuk ontwerp. Samen sleutelen we aan het ontwerp tot het in orde is.

Mogelijkheden **afwerking**

STANDAARD OF MET SPECIALE AFWERKING

stansen, folie, laminaat, UV-lak, soft-touch, perforeren, nummeren

Drukwerk nodig?

Kom gerust eens binnen!



011 55 01 60



info@drukkerijelite.be



www.drukkerijelite.be



Priester Daensstraat 8, 3920 Lommel

Brandstoffen

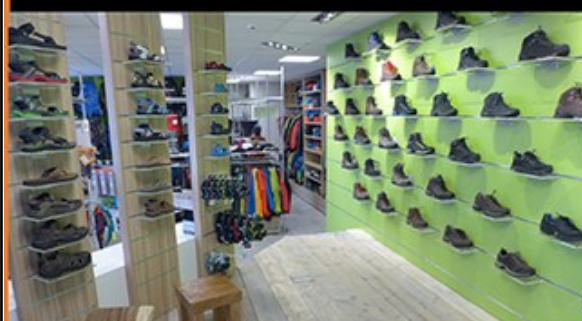


STATIONSTRAAT 148
3920 LOMMEL
TEL. (011) 54 40 75
BTW BE 0460.262.129


DEN OUTBACK
Kampeer- & buitensportzaak



Galerij Vivaldi, Lommel 011/554450
info@denoutback.be www.denoutback.be



Uw Wandel speciaalzaak
www.denoutback.be

10% korting

Op vertoon van je lidkaart M2000!