

ZO 11/03 Antwerp Urban Trail: Urban-experience wandeling (7 km) doorheen het prachtige erfgoed van Antwerpen OOK NIET-LEDEN!

Antwerp Urban Trail® - een niet alledaagse Urban-experience wandeling (7 km) doorheen het prachtige erfgoed van Antwerpen. Hoewel oorspronkelijk opgevat als een Urban loopwedstrijd in Parkour-stijl (de lopers veroveren de stad en zijn gebouwen) is dit event sinds vorig jaar ook opengesteld voor wandelaars, gezien de eerder rustige doorlooptijden van de bezienswaardigheden en het niet-competitieve, ludieke karakter. De te doorkruisen bezienswaardigheden van dit mega-populaire event zijn telkens toppers met randanimatie en ludieke elementen, die wel maar met mondjesmaat worden bekendgemaakt. Voorlopig zijn het **Zuiderpershuis, het Grand Café Horta, de Koninklijke Academie voor Schone Kunsten en den Athenee** reeds bekend. De voorbije jaren waren dit bvb. de premetro tunnel, het Veldstraat zwembad (met zwemmers), de (live) ATV-redactie, een Holiday Inn hotelkamer (met slapers), het stadhuis, het havenhuis, ... Een unieke kans ook om als niet-loper de positieve sfeer, randanimatie en motiverende beleving van een loopwedstrijd mee te maken.

Een T-shirt en een ontbijtpakketje van Delhaize wordt ook aan de wandelaars aansluitend aangeboden. We gaan uit van vertrek in wandel-wave 5 om 10:20h, laatste aankomst is 13:45h.

Kledij: best eerder sportieve kledij (passend bij een loopwedstrijd). Naargelang de beschikbaarheid kunnen we aansluitend nog iets nuttigen in 'De Roest' of elders in de buurt van het eilandje.

NIET TE MISSEN ACTIVITEIT! RESERVEER SNEL WANT VANAF 27 FEBRUARI BETAAL JE � 30 indien er dan nog plaatsen zijn natuurlijk!

Afspraakuur: 9u

Afspraakplaats: parking Makro nabij tramhalte Deurne Ertbrugge (August van de wielelei). Opgelet: afslag Wommelgem niet missen want afrit gemist is ver omrijden! Graag met De

lijn-kaart!

ofwel 9:45h in de Parkloods van Park Spoor Noord (afhalen deelnamenummer en ontbijtpakketje).

Aanvangsuur: 10u20

Reservatie: � 25

overschrijven op Oeverrekening KBC BE07 7310 3573 4266. Vermeld lidnummer, datum en activiteit. **Niet-leden vermelden i.p.v. lidnummer, hun mailadres en gsm-nummer.**

Max. personen: 9

Annulatie: Annulatievoorwaarden voor �ndagsactiviteiten

ZO 11/03 Wandeling te Everberg, met een knipoog naar De Merode (18km)

Wie dacht dat er tussen Leuven en Brussel geen natuur is, zal ik met deze wandeling wellicht verrassen. In het begin komen we voorbij het hoofdgebouw van de voormalige abdij van Kortenberg dat nu in een publiek park ligt. Via het Plantsoenbos stappen we naar het gehucht Tergessel. Picknicken gebeurt in het natuurreserveaat De Rotte Gaten! Een avontuurlijk pad voert ons dan naar Meerbeek. Zigzaggend tussen de achtertuinen wandelen we naar het Grevenbos. Daar houden we onze 2de stop bij de speelzone Het Vossenhol. Tenslotte volgt nog een heel mooi traject in het open veld. Als kers op de taart passeren we het kasteel van de prinsen De Merode. Van deze tak stamt de prins van Monaco af. Uiteindelijk komen we terug aan ons vertrekpunt. Heuvelend parcours met een cultureel tintje. Be there.

Meebrengen: hapje en drank voor onderweg (2 stops), waterdichte wandelschoenen (belangrijk!), Oeverlidkaart, goed weer en goed humeur.

Afspraakuur: 10u30

Afspraakplaats: Rode-Kruisplein, 2800 Mechelen of om 11u15 aan café De Kiek, Kruisstraat 44, 3078 Everberg.

Aanvangsuur: 11u15

Bijdrage: Gratis. Meld je, met je lidkaart in de hand, spontaan aan bij de verantwoordelijke voor controle.

Info: Rik V - 0472 44 72 43

ZO 11/03 Proevertjeswandeling Malle zondag 11 maart (6 km)

Zondag 11 maart: Gezonde lucht van

Westmalle

Ten laatste tegen 5 maart � 5 storten op de Oeverrekening met de vermelding proevertjeswandeling 11 maart.

We hebben 25 plaatsen gereserveerd dus snel zijn is de boodschap. Honderd jaar geleden stond de regio bekend voor zijn gezonde lucht, ook de bossen rond de Trappistenabdij. Heel wat mensen kwamen en komen dan ook naar hier om te wandelen in deze gezonde lucht. Maar ook zieke mensen kwamen naar hier om in verschillende sanatoria, een herstellingsoord voor chronisch zieke patiënten, te herstellen, meestal van tuberculose. Bedrust, schone lucht en gezonde voeding waren toen de belangrijkste geneesmiddelen tegen deze zeer besmettelijke ziekte. Tijdens deze winterwandeling ontdekken we de boeiende geschiedenis van het bos met de gezonde lucht en de verschillende verzorgingsinstellingen die hier hun plek gevonden hebben.

Locatie: Huize Walden, Sint-Pauluslaan 12, 2390 Malle

Afspraakuur: vanaf 13u45

Afspraakplaats: Huize Walden, Sint-Pauluslaan 12, 2390 Malle

Aanvangsuur: 14u

Reservatie: � 5 overschrijven op Oeverrekening KBC BE07 7310 3573 4266. Vermeld lidnummer, datum en activiteit

Max. personen: 25

Annulatie: Annulatievoorwaarden voor �ndagsactiviteiten