

31 JANUARI 2014

Inhoud	
2013 Sportief	p 1-2
Furaloop	p 2
Succesvol Fura Festijn	p 3
Marathon du Medoe (2014)	p 3
Fura Spel Bord	p 4/5
Clubuitstap	p 6
Fura goes Istanbul	p 6/7
In Memoriam Jan Peeters	p 8
Start 2 Run Editie 5	p 8

Nieuwsbrief



2013 SPORTIEF – CLUBKAMPIOENEN – NIELS RONDOU

In Vossem werd op de lange afstand van de voerhoek-jogging ons clubkampioenschap gehouden. Er stonden heel wat Fura's aan de start, maar er kon natuurlijk maar één iemand winnen.

Bert De Pauw was de snelste bij de heren, Heidi Keustermans bij de dames. Op de algemene vergadering reiken we dan ook de wisselbeker uit die een jaartje op hun kast mag pronken.

Bert De Pauw

Bert is gehuwd met Kirsten, samen hebben zij 2 zonen Emiel (9) en Tiemen (6). Hij is zaakvoerder van Fietsen De Pauw BVBA. Zijn hobby's zijn fietsen (ligt een beetje voor de hand); in de zomer met de racefiets en winter- zomer met de MTB. De laatste 3 jaar neemt het lopen echter de bovenhand! Naar eigen zeggen heeft Bert de loopmicrobe serieus te pakken. Voor ontspanning kan hij genieten van toffe muziek, een uitstap met het gezinnetje en gaan kijken naar loopwedstrijdjes van zijn zontjes. Bert's loopcarrière begon met de 10 Miles in Antwerpen in 2009. Wat het aantal wedstrijden tot nu toe gelopen betreft, dat heeft hij niet echt bijgehouden. Maar met Scott2run erbij vermoedt hij dat de teller op 40 staat. Aantal marathon's of halve marathon's: Marathons = Brussel 3x, Kasterlee 2x, Rotterdam en Eindhoven. 1/2 marathon = Brussel 2x en Zaventem 2x. Zijn beste marathon-tijd :2u53 (Eindhoven), beste prestatie: Loop Van Vlaanderen 52km : 14e in 4u07. Zijn mooiste wedstrijd: Hel Van Kasterlee: 15km lopen-105km MTB - 30km lopen (in de modder). Daar is hij pas een echte man geworden!

Op de vraag of hij overwinningen behaald heeft, zegt Bert, "voor mijzelf al veel, in de uitslagen nog niet, dus blijven dromen". Zijn leukste loopervaring is zonder twijfel de euforie als je de streep nadert van een marathon. Dan weet je waarvoor je het allemaal doet. Bert is gelukkig nog niet gekwetst geweest. Wel vele stijve beenmomenten na wedstrijden... Zijn favoriete manier van trainen: iPod in de oren en zeer lange trainingen (30-35km) als voorbereiding op de marathon. Nog even zijn mooiste karaktereigenschap meegeven: nooit opgeven en proberen voor iedereen goed te doen. Dat is hem door anderen zo gezegd.



Heidi Keustermans

Bij de dames gaat de titel Fura clubkampioen naar Heidi Keustermans. Heidi woont in Huldenberg, samen met man Johan en hun 3 kinderen. Ze werkt fulltime in het CRELAN kantoor te Duisburg. Naast lopen houdt zij erg van lezen, maar heeft er spijtig genoeg niet zo veel tijd voor. Heidi is beginnen lopen in 2005. Op aandringen van 2 buurvrouwen heeft zij zich toen ingeschreven voor een start2run in

Huldenberg, georganiseerd door het ZATEAM. Na enkele weken zijn haar buurvrouwen ermee gestopt wegens blessures, maar Heidi had al snel de microbe te pakken. Eens ze de 5 km test achter de rug had, is ze beginnen opbouwen naar 10 km, waarna ze zich heeft aangesloten bij een groepje onder begeleiding van Patrick Endels om de snelheid wat op te krikken. Na de geboorte van haar jongste dochter, eind 2007, lukte het haar niet meer om naar de trainingen te gaan. Ze heeft zich dan aangesloten bij de Furalopers, waar ze af en toe komt trainen, maar sinds 2008 loopt ze vaak alleen, op tijdstippen die haar beter uitkomen en meestal op het parcours van de Huldenbergse jogging, dat op 50m van haar woning passeert. Het is één van haar favoriete parcours, gezien de afwisseling, steile hellingen en veldwegen, afgewisseld met vlakke stukken op plateau's en in de mooie Ijsevallei. Heidi heeft vroeger meegedaan aan de meeste wedstrijden van de watermolencup en in 2006 heeft ze het podium gehaald in de categorie vrouwen senior. Ze liep tot nu toe 3 marathons (Bru 3u22, Par 3u22 en Ist 3u26) en 4 x 20km van Brussel. Haar leukste loopervaring was de marathon van Brussel. Het was haar eerste marathon en dus stond ze vrij nerveus aan de start. Al na 5 km is ze beginnen versnellen ondanks haar voornemen om de eerste 20 km traag te lopen. Toen ze het park van Tervuren uitliep, wist ze dat het goed zat en dat ze het einde zonder problemen zou halen. De marathon van Istanbul was natuurlijk ook een speciale ervaring omwille van het vertrek op het

2013 SPORTIEF – CLUBKAMPIOENEN - VERVOLG VAN PG 1

Aziatisch continent en de aankomst in het bruisende historische centrum. Al bij al een zeer geslaagde 5-daagse trip met veel fun en een toffe groep Fura's. In 2006 was Heidi eerste vrouw in de categorie senior van de Teussers jogging en in 2011 was ze eerste vrouw

in de categorie VetA Van de Mutotolooptot op vandaag heeft Heidi nog maar 1 blessure gehad, waardoor ze 3 maanden niet kon lopen. Wij wensen onze beide clubkampioenen proficiat met hun prestaties en nog veel loopplezier!

REGELMATIGHEIDSCRITERIUM - LIEVE LETELIJK

Dames		Junior		Heren	
1	Marina Aerts 398	1	Nell Verspeelt 176	1	Herman Van den Broeck 454
2	Dominique De Picker 376	2	Noah Verspeelt 80	2	Axel Verspeelt 372
3	Els De Breucker 376			3	Erwin Ramaekers 366
	Genoveva Hernalsteen 368				



SCOTT 2 RUN CRITERIUM – BART TASTENOYE

Wist u dat de Furalopers sinds midden november de gekroonde winnaar van het Scott 2 Run criterium 2013 in hun rangen hebben? Onze eigen Niels Rondou, tevens bestuurslid en voorzitter van het sportief comité van de Furalopers, heeft zichzelf op de erelijst van het criterium gelopen. Hij won het algemeen klassement met een paar punten voorsprong op zijn achtervolgers. Niels is hiermee, na Martin Thoré, slechts de 2de Furaloper die ooit het criterium op zijn naam schreef. Het criterium bestaat sinds 1995, toen het begon als "de Watermolencup" en werd in 2010 omgedoopt tot het Scott 2 Run criterium. Er waren wel nog enkele Furalopers die de leeftijdsklassementen konden winnen en Eef Beunckens werd reeds meerdere malen veruit de beste vrouw in het criterium, maar het algemene klassement winnen is dus vrij uniek. We vroegen Niels om wat meer toelichting bij zijn glansprestatie en zijn plannen voor 2014.

Voor het seizoen 2013 had Niels nooit gedacht dit criterium te kunnen winnen. Hij eindigde het seizoen 2012 als 4e bij de seniors (Heren tot 40) en 6e in het algemeen klassement. Enkel in Vossem slaagde hij erin op het podium van de seniors te staan. Zijn doel was om in 2013 beter te doen dan het afgelopen seizoen, m.a.w. op het podium van de seniors staan. De eerste wedstrijd in Vilvoorde kwam hij binnen als 1e senior en wist dat die kans erin zat. In al zijn wedstrijden van het Scott 2 Run criterium eindigde Niels de eerste 5 globaal, zelfs in de eerste 3 van het senioren klassement. Hij won 4 wedstrijden van de 12 die hij liep. We vroegen Niels of hij nog beter kan doen in 2014? Dat hangt natuurlijk niet alleen van Niels zelf af... Alles inzetten op het criterium gaat hij waarschijnlijk niet meer doen omdat het fysiek redelijk zwaar is, vooral in de zomer. In ieder geval zou hij graag eens winnen in Hoeilaart en Erps-Kwerps,

twee niet te onderschatten wedstrijden. Wat hij de mooiste S2R wedstrijd vindt?

De parcourswijziging van de Voerhoekjogging te Vossem vond hij erg geslaagd! Onze eigen Furaloop winnen vond hij echt fantastisch. Aangemoedigd door alle Fura's langs de kant van het parcours kon hij net dat ietsje meer! Hij zou dat graag ooit nog eens herhalen. Het was zijn eerste overwinning in de Scott2Run en zijn 3e overwinning. De eerste keer was het seizoen voordien op de 12 km in Sart-Risbart (Chall. du Brab.Wallon). Andere doelen in 2014? Niels zou graag zijn tijd verbeteren op de 20 km van Brussel (1u09'18"). In de Challenge du Brabant Wallon was hij 2e senior. Door de 2 criteriums te **COMBINEREN** heeft hij niet genoeg naar zijn lichaam kunnen luisteren. Het resultaat was een stressfractuur en dat is het hem niet waard. Verder zou Niels graag nog ergens lopen waar hij voordien nog niet is geweest, er zijn zo veel mooie wedstrijden.

FURALOOP 21 APRIL 2013 – TOM SOMMERIJNS

Er is mij gevraagd om een kort verslag te schrijven over onze jaarlijkse Furaloop. Natuurlijk doe ik dit met plezier. Ik ben nu toch "reeds" ongeveer 1,5 jaar lid van onze club, dankzij enkele vrienden waaronder Raf, Mark en Eddy. Onze Furaloop ging door op een zonnige zondagnamiddag. De opkomst was vrij groot, ondanks concurrentie van de 10 miles in Antwerpen. 105 deelnemers voor de 8km en 290 voor de 16km. Grote afwezige was onze goede vriend Raf Puttemans, hij moest naar één of ander eetfestijn. Onder de lopers ook verschillende Furaleden: supersnelle Niels (mocht enkel meedoen als hij ging winnen), Martin, Bart, Titi, George en vele anderen. Allemaal toch een beetje

nerveus aangezien dit een wedstrijd voor eigen publiek was. Eenmaal gestart hoorde ik na 500m rare geluiden Oh Ah Ah Woohaaa Ik begon angstig rondom mij te kijken, het was Georges die mij voorbij gesneld kwam. Tijdens de wedstrijd werden we allemaal aangemoedigd door onze lokale seingevers, wat ons natuurlijk stimuleerde. Na 5 à 6 km begon ik zoals de meeste lopers te denken wat ik daar aan het doen was maar onze motivatie verplichtte ons om verder te lopen. Vanaf km 12 is er geen weg meer terug. In de verte zag ik iemand in het blauw, dacht meteen aan een Furaloper, wat de adrenaline de hoogte injoeg. Het was iemand niet groter dan ongeveer 1m50.

Ik moest daarom onmiddellijk aan Mark denken. Niets was minder waar, het was een vrouw van middelbare leeftijd die ik inhaalde, de motivatie stakte weer even. Met al 14km op de teller waren mijn beste pijlen vershoten, afzien geblazen dus. Na 1u13 kwam ik afgepeigerd over de streep, blij dat het erop zat maar fier dat ik had meegelopen. De wedstrijd werd zoals afgesproken gewonnen door 'onze' Niels Rondou met 57min13sec en een gem. van 16,726km/h. 2de Furaloper was Martin Thoré : 1u3 (gem. 15,063 km/h). Winnaar 8km : 25min53 (gem.16,677 km/h) – Schoolmeesters. De afsluiting en uitdeling van de prijzen vond plaats in het gemeenteschooltje met de nodige Leffe's . Ik zou zeggen tot volgend jaar en santé.



SUCCESVOL FURAFESTIJN – ERIC TAELEMANS

23 NOVEMBER 2013



Via het online-inschrijvingssysteem hadden zich 88 Fura-leden en 43 niet-leden ingeschreven. Tel daar nog een aantal kinderen bij en met een honderdvijftigtal eters waren we weer toe aan een maximale bezetting. Het overweldigend succes van ons festijn is dit jaar ook niet anders. Wat heb je nodig voor een geslaagd festijn? Even afchecken :

- ✓ Een grote zaal: ja die hadden we, er was geen plaatsgebrek.
- ✓ Een goed ingerichte bar: Walter, de hoofdbarman wist weeral het bar-gebeuren in goede banen te leiden en er was drank genoeg.
- ✓ Een keuken: iets te klein, maar de Fura's zijn zoals altijd plantrekkers.
- ✓ Een puike organisatie: de dames van het feestcomité weten van wanten.
- ✓ Hulpvaardige clubleden: Voorbereidingen, onthaal, kassa, bar, afwassen, opruimen, niets is te veel voor deze helpende crew!
- ✓ Een gezellige sfeer: ja van z'n eigens bij de Fura's, zelfs de kids amuseerden zich.

- ✓ Dansgelegenheid: met de juiste muziek krijg je de poppen (Fura's) aan het dansen"



- ✓ Een menu: "aperitiefhapjes, 1/2 haantje met archiducsaus , gevulde courgette met wortelpuree en een mousse van broccoli, ½ appeltje in de oven met veenbessen, denappel-kroketjes, slamix, en het kaas-en dessertbuffet, ... het was weer overheerlijk.
- ✓ Een kok: voor volgend jaar een groot vraagteken wie onze kok zal zijn.

Aangezien Marc in 2014 zijn schort (fakkel) doorgeeft, willen we hem voor al die jaren bedanken en ere wie ere toekomt ! Marc, of het nu een kaasbuffet is of een driegangen menu, jij goochelt met vele kruiden en smaken, en weet het steeds lekker klaar te maken. Hoe jij uren staat te zwoegen, te roeren, te snijden voor andermans genoeg, bezweet, vermoeid, geknield voor de oven, het is niet te geloven ! Maar als de Fura's vrolijk aan tafel kunnen gaan en al jouw schotels op tafel staan dan roemen we jou weer voor het heerlijke eten want iedereen is weer zo tevreden.

Bedankt Marc !

Langs deze weg wil ik ook allen bedanken voor dit succesvol feestfestijn.



We zouden in 2014 nog eens naar de 30ste marathon van de Médoc gaan. Deze zou doorgaan op zaterdag 13 september 2014. De bedoeling is dat we ons verkleden tijdens de marathon, thema is dit jaar "Landen en hun carnaval". Inschrijvingen voor de marathon beginnen in de loop van februari 2014. Er wordt voorgesteld om in te schrijven voor de marathon op zaterdag en de wandeling (door kastelen en wijngaarden en proeven van wijn, +9km en langs 4 kastelen) en het eten na de wandeling op zondag. Kostprijs voor dit pakket is 122 euro (nummer marathon + wandeling + eten). De mogelijkheid wordt geboden om van maandag 8 september tot maandag 15 september naar

de Médoc te gaan (vrije keuze voor lengte verblijf), voor Furalopers en vrienden. Vervoer zou met de auto gebeuren. (afstand Tervuren Pauillac: +-900km, mogelijkheid om te carpoolen). We zouden verblijven in appartementen of chalets van +-6 personen, ongeveer 40km van de start van de Marathon in Pauillac. Prijs voor het verblijf: 55 à 70 euro/persoon/week op basis van 6 personen appartement (verblijf is nog niet gekend. Wie interesse heeft om mee te gaan, laat snel iets weten aan Herman Van den Broeck vandenbroeckh@skynet.be of Michael Collier CollierM@ccrek.be Inschrijven bij ons kan tot uiterlijk vrijdag 31 januari 2014 om 23u59.

Hoofdstad van de Smaak

Dat Hasselt de hoofdstad van de Smaak is, mochten we proef-ondervindelijk vaststellen tijdens onze jaarlijkse clubuitstap. Bij een uitgebreid ontbijt in Pachthof Stroykens werden wij vergast op een miniconcert van onze Madammen "Featuring The Hugos". Tijdens onze busrit gingen we verder de muzikale toer op dankzij een mooie keuze van meezingers van o.a. Joe Dassin, Boney M, Neil Diamond, Marco Borsato en Het Goede Doel. Een drankje aangeboden door de jarige Jean-Claude bracht nog meer stemming. In Hasselt aangekomen, bezocht een groep het Nationaal Jenevermuseum, een tweede groep ging richting Modemuseum. Een overzichtelijk stadsplan gaf ons bijkomende informatie en tips over bezienswaardigheden zoals het Heilig Paterke, het Groenplein en de Grote Markt. Terwijl sommigen op zoek gingen naar een hapje en een drankje, begaf ik me samen met een



tiental Furas naar het Begijnhof aan de Zuivelmarkt voor enkele gratis tentoonstellingen van Z33 en Cultuurplatform Design, moderne kunst, ietwat moeilijk te vatten voor sommigen, doch erg gesmaakt door de meer ervaren kunstliefhebbers onder ons. Intussen was een 20-tal clubleden zich warm aan het joggen "Dwars door Hasselt" en dat was nodig, want er stond een gure wind. De kou was snel vergeten toen we om 17h00 aankwamen in restaurant-brasserie "SmaakSalon", het uithangbord van Hasselt, hoofdstad van de smaak. Giovanni Oosters runt de zaak

in een 19de eeuws herenhuis in neoclassicistische stijl eertijds bewoond Door een rijke Hasselse burgerfamilie, de Corswarem. Na enkele lekkere pannenkoeken en een drankje ging onze bus weer richting Tervuren.

Alweer een geslaagde clubuitstap, met dank aan de Madammen van het feestcomité en niet te vergeten aan Wim Scheere, Furaloper, maar ook gezellige Hasselaar en bijgevolg uitgelezen gids tijdens deze clubuitstap.



FURA GOES ISTANBUL - DOMINIQUE DE PICKERE



Nog voor het krieken van de dag is ons Fura-Istanbul team al onderweg. Hoewel het vrijdag de 15^{de} en niet de 13^{de} is, zijn er toch al twee met pech onderweg. "Busje komt zo" is duidelijk niet van toepassing en vertraging zal de twee onfortuinlijken blijven achtervolgen, helaas. Gelukkig is de reddende Fura-engel, Veva, snel ter plaatse om de verkleumde zielen met zwaar geladen koffers naar de luchthaven te brengen. Michael, Roland en de rest van het team halen opgelucht adem en samen vertrekken we tenslotte goed gezind naar gate 54. Turkish Airlines doet het voortreffelijk. Ze toveren zelfs écht bestek naar boven, en laten -zonder morren- onze Zwitser opnieuw aan boord om zijn identiteitskaart te zoeken.

Bij aankomst in Ataturk airport staan Sabri and Juhlya al klaar om onze groep te verwelkomen. Er wordt met koffers gesleurd naar Sabri's wagen op de parking, om dan daarna terug via security de luchthaven binnen te gaan... geduld is een mooie deugd. Na een aantal pogingen lukt het ons

zowaar om de metro naar de Istanbul sportbeurs te nemen. We pikken er de nummers van alle Furadeelnemers op. Tegen de avond zijn we bijna voltallig in het Erboy hotel en genieten we samen van een uitstekende Turkse maaltijd in restaurant Hamdi. Vlotjes worden daar liters water met 'carboloader' poeder van Overstim naar binnengewerkt. Het hele voorbereidingsritueel zorgt ervoor dat de tafelgesprekken voornamelijk over de marathon gaan, ware het niet dat een kleine afleiding toch wat aandacht opeist. Jawel, de trigger blijkt een nooitgeziene Turkse speciale haartool te



zijn die voor behoorlijk wat hilariteit zorgt ('twee opgevoowde pannenkoeken die mekaar in het midden terugvinden' lijkt me de beste omschrijving). Het inspirerende kapsel wordt op beeld vastgelegd voor onze mannelijke Furaleden met haar én ambitie.'s Avonds netjes op tijd naar bed (allez, niet iedereen, want The North Shield Pub ligt echt wel vlak om de hoek, en dan heb ik het nog niet over de laatste whiskyhalte...) om de dag nadien goed uitgerust aan het smakelijke ontbijtbuffet te verschijnen en vervolgens aan een cruise op de Bosphorus te beginnen. Het is behoorlijk frisjes en de koude wind doet het team al nadenken over tactische moves om tijdens het lopen uit de wind te staan. Er wordt die dag ook een shoppingplan gesmeed : een warm jasje is echt noodzakelijk. Haaien in de Bosphorus? Nee, maar wel dolfijnen! Daar hoeft je dus niet helemaal voor naar Zanzibar. Sightseeing op de Bosphorus is écht de moeite. De natuur, de kwallen, de paleizen, de magnifieke gebouwen en de indrukwekkende bruggen die de twee continenten verbinden gaan niet onopgemerkt voorbij.



FURA GOES ISTANBUL – VERVOLG VAN PG 6

Zelfs de Turkse WC laat een overweldigende indruk na. Hoe warm je snel op? Wel, door het nuttigen van Raki met lekkere hapjes, gegrilde zeebaars met ogen (alleen voor de durvers), en een paar warme verhalen, waaronder eentje over de betekenis van HUGO. "Is iedereen klaar? Niemand iets vergeten?", "Is iedereen aan boord?", "Ja, hm...behalve de rugzak van onze Voorzitter"...Opnieuw aan land ondervinden we dat sommige Turkse mannen het leuk vinden om als sardijnen in een blik gepropt de tram te nemen en zich dan "per ongeluk" tot professionele billenknijpers te ontpoppen. De snoodaard heeft zich mispakt. Onderschat nooit de kracht van de schreeuw van een Furaloopster want die gaat door merg en been. 's Avonds lekker eten in een hip restaurantje onder leiding van onze Fura-Barman (of past Alladin beter om hem te omschrijven?) en genieten van de zeer lekkere "genegotieerde" rode wijn. Pasta is het favoriete gerecht van de avond, gek toch. De spanning stijgt en afspraken om de volgende ochtend heel vroeg te vertrekken worden gemaakt.

D-Day : bij het ontbijt zijn we nu echt voltallig. Bananen en bio-energyfood worden uitgedeeld. Iedereen is er klaar voor. Nu richting start. Spannend en warm ook, toch wanneer Michael in de buurt is.



Voor het startschot knalt, wordt er snel nog een diepte-interview gegeven aan de Turkse televisie. Wat Fura-publiciteit kan nooit kwaad. Klein detail : er wordt die dag voor de camera beloofd dat we

elk jaar zullen terugkomen, "because we're Fura's from Belgium and we love Istanbul!!!". **Het is zo ver.** Een mensenmassa dendert over de Bosphorusbrug. Het zonnetje schijnt. Wat is Istanbul mooi. Het traject verloopt voor iedereen een beetje anders, maar het allerbelangrijkste : iedereen haalt de finish! Geweldig toch? De gulle aanmoedigingen aan de finish maken niet alleen de lopers maar ook de supporters zelf melancholisch. Om 15u gaan we, sommigen op een ietwat vreemde manier, richting Hammam. We worden er in de aangename warmte flink ingezeept en afgeschrobd . Soms wat bruut, maar toch lekker – een beetje kinky dus. De spieren moeten los want "Partytime" komt eraan. Onze Turkse hosts hebben een schitterende locatie gevonden: het Sarnic restaurant (dit is het restaurant dat bij de Cisterne hoort). We zijn allemaal onder de indruk... Alle Fura's moeten echt de foto's bekijken. Er is ook een pianist die de hele setting nog gezelliger maakt. We eten en drinken dat het een lieve deugd is, en wat later worden de eerste dansspasjes gezet. Zelfs de ober doet mee. Opnieuw de Fura's op hun best. Nadien gaan we, alweer onder leiding van Barman, naar een kleine lokale bar waar de Turkse muziek direct een aantal decibels luider wordt gezet en de ambiance recht evenredig meestijgt. Zelfs een traditionele Turkse waterpijp moet er aan geloven. Mustafa et al zullen ons daar niet snel vergeten! De dag nadien, maandag dus, gaan we naar de ondergrondse Cistern en naar het Topkapi Palace. Onze gids doet het uitstekend. Het leven in de harem kent voor hem geen geheimen. Hij vertelt ronduit over de kleinste details. Die avond eten we in restaurant The Cure in gezelschap van Paulien, een Erasmus-studente uit Tervuren, die daar plechtig belooft om Furalid te worden van zodra ze terug in het land is. Zelfs aan recruteren wordt gedacht! Na alweer een heerlijke maaltijd, belanden we tenslotte in een bar waar onze Furaladies meteen de dansvloer innemen en blijkbaar zonder het te beseffen, heel snel een paar Hollandse meiden op stang jagen. "We kunnen er enkel compassie met hebben", zijn de woorden van een snelle Furaloopster. En gelijk heeft ze! De avond eindigt met wat gekissebis over een drankrekening maar een niet-op-de-mond-gevallen Fura-girl pakt het kordaat aan bij de patron van de zaak en meteen is het 'case closed & paid'. We beseffen ineens dat het al enkele uren dinsdag is en bedtijd dus. Onze laatste dag begint met een bezoek aan de Blauwe Moskee en de Hagia Sophia. Later doen sommigen wat shopping in de Grand Bazaar, anderen zoeken het Taksim plein op. Om 16u stipt komen de laatste Fura's aangehold om richting Ataturk airport te vertrekken. Het is mooi geweest, heel mooi. Het is goed geweest, heel goed. Het is leuk geweest, echt leuk. Het heeft ons zin doen krijgen in meer. Wordt het Rome, wordt het de Médoc, of wordt het Rome en de Médoc? Michael, smeer je kuiten maar in en zorg dat het warm blijft. Namens alle deelnemers : oprechte dank aan Michael & Roland, organisatoren van dit prachtig initiatief. Eén ding staat vast : tussen pot en pint worden fantastische plannen gesmeed.



Doe zo verder, wij volgen wel!



In Memoriam Jan Peeters

Op 7 November 2013 is clublid Jan Peeters plotseling overleden. Jan nam deel aan het start2run programma, zowel voor de 5 als de 10 km. Hij was steevast aanwezig op elke training en was een zeer enthousiast loper. Jan werd 59 jaar. Onze gedachten gaan naar zijn echtgenote Veronique, zijn kinderen, kleinkinderen, familie en vrienden.

De Furalopers zullen Jan nooit vergeten.

START 2 RUN – EDITIE 5 – HARRY JANSSENS



Op 17 april begon de 5de Start2run 5km. Al waren de inschrijvingen begin april niet talrijk, toch gingen we met 81 deelnemers van start.

Gedurende de eerste weken groeide dit aantal tot 94. Zoals gewoonlijk waren de vrouwen in de (grote) meerderheid (85%). De eerste trainingen gingen voor velen moeizaam maar geleidelijk aan ging het steeds beter. Op de trainingen waren steeds Furalopers die de deelnemers moed inspraken. Hartelijk dank hiervoor.

Na 10 weken vond de test plaats. Nog steeds een spannend moment.. Maar ook deze keer geen probleem, alle deelnemers haalden de finish. Het gaf een grote voldoening om 62 deelnemers zo enthousiast over de streep te zien komen. Gedurende het 5 km programma polste ik de deelnemers of er interesse was voor de 10 km. Voor sommigen was 5 km genoeg. De meesten wilden wel doorgaan.

Omdat de 5km test plaats vond einde juni traiden we wel gedurende de maanden juli en augustus maar zonder een strak programma. Zo kon iedereen op vakantie zonder iets te missen. Maar dit bedierf niet het enthousiasme van de

deelnemers. Op 1 september was de eerste training voor de 10km, 61 deelnemers waarvan 49 van de 5km. De overigen hadden zich rechtstreeks voor de 10 km aangemeld. Het programma liep niet voor iedereen naar wens. De langere trainingen veroorzaakten hier en daar blessures. Gedurende dit programma ben ik 3.5 weken op verlof geweest. Myjane Bastin nam de leiding over en heeft dit voortreffelijk gedaan. Op 27/10, 3/11 en 1 december hebben

42 deelnemers hun diploma gehaald. Intussen hebben 35 Start-runners zich aangemeld als lid. Het is nu aan de club om deze nieuwe leden goed op te vangen. We kunnen concluderen dat dit een zeer geslaagde editie is geweest. Het was een hele fijne groep om mee te werken, de onderlinge sfeer was uitstekend, de inzet groot en bovendien heeft de club er ook een leuk saldo aan over gehouden. Op naar de 6de Start 2 Run editie in 2015 !



**Heb je leuke ideeën of tips voor onze volgende Nieuwsbrief ?
We vernemen het graag !**



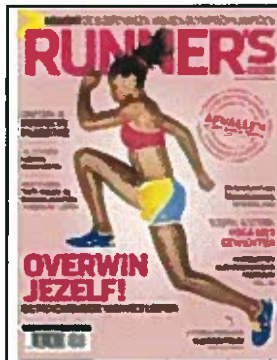
Manke



Eric



Rudy



Wist je dat

Eén van onze Furalopers Patrick Dermul in het laatste julinumnummer van de Belgische editie van Runner's World Magazine verscheen (uitreksel op onze website) . Zeg nu nog dat onze Furalopers niet bekend zijn !