

gratis publicatie voor leden en geïnteresseerden van Active Company  
tweemaandelijks tijdschrift | uitgiftekantoor 2100 Deurne - Gallifort | P2A8788  
terugzendadres: Draakplaats 1, 2018 Antwerpen | V.U.: V. Van Dijck

België - Belgique  
P.B. - P.P.  
2100 DEURNE  
GALLIFORT  
BC 3302

# TimeOut

januari-februari 2008 | 12de jaargang | nummer 50 | [www.activecompany.be](http://www.activecompany.be)

# 50

gratis publicatie voor leden en geïnteresseerden van Active Company  
tweemaandijks tijdschrift | uitgiftekantoor 2100 Deurne - Gallifort | P2A8788

# TimeOut

januari-februari 2008 | 12de jaargang | nummer 50 | [www.activecompany.be](http://www.activecompany.be)



## JUBILEUMEDITIE



## UIT DE KAST, WERKT BETER

Vooroordelen en kwetsende opmerkingen maken dat veel holebi's hun coming-out niet durven doen op de werkvloer. Nochtans presteren ook holebi's beter als ze zich goed in hun vel voelen. Bij een holebivriendelijke werkomgeving heeft dus iedereen baat.

## IN DEZE TIMEOUT

- 4 Woord vooraf
- BESTUUR**
- 5 Lidgeld 2008 - last call
- 5 Active Company blijft fuiven
- 7 EuroGames 2008 in Barcelona
- FIT EN GEZOND**
- 8 Wereld Aids Dag
- 9 **WOORDEN VOOR TO**
- REDACTIONEEL**
- 14 TimeOut in een nieuw kleedje
- ACTIVEXTRA**
- 15 Een avondje Verlangens...
- 16 Nordic Walking - twee reflecties
- 17 wandelweekend van 30 mei tot 1 juni 2008 in Cornimont
- 20 **OP DE SOFA...** met Jan de Wieuw
- BADMINTON**
- 24 AC badminton waagt kans buiten gay circuit
- 25 AC schitterde in Gent!
- 26 **BALLROOM DANSEN** wordt nieuwe activiteit!
- CONDITIEGYM**
- 28 Conditiegym vindt nieuw onderdak in MerksemDok
- HIKING**
- 29 Falaën of wandelen in de omgeving van een arendsnest
- 31 Moedige hikers trotseren decemberstorm
- 33 Activiteitsverantwoordelijke Pia maakt comeback
- 33 Hiking meets Nordic Walking
- TENNIS**
- 34 Tennis in Eindhoven
- VOLLEYBAL**
- 35 Even over de grens...
- 36 Homocompetitie in Utrecht... een vliegende start
- 37 Sinterklaastornooi Amsterdam
- WORSTELLEN**
- 38 Ook bij worstelen verhuizing en nieuw tijdstip
- ZWEMMEN**
- 39 Tornooi Eindhoven
- 40 Een excellente Swim for Life
- 41 Frankfurt XMass Tournament
- 42 10 jaar zwemmen, deel 2
- 47 Tornooien in de toekomst
- 47 Trainingsweekend Bütgenbach
- 48 Jaarkalender 2008
- 52 Fuifkalender
- 52 Praktisch
- 53 Wie is wie?
- 54 Vaste activiteiten

## COLOFON

**HOOFDREDACTIE** Dirk Hendrickx  
timeout@activecompany.be

**EINDREDACTIE** Dirk Hendrickx, Andy Vandervoort

**REDACTIE** Dirk Hendrickx, Willemijn Langius, Vincent Spanoghe, Andy Vandervoort

**MET BIJDAGEN VAN** Patrick Belloy, Etienne Carbonez, Koen De Deyne, Dirk Hendrickx, Steven Hofman, Patrick Luyten, Arne Mulkers, Rita Naudts, Jan Rens, Vincent Spanoghe, Cindy Struyf, Tom Toremans, Andy Vandervoort, Bert Van Goethem, Tim Van Haute, Veerle Van Noten, Martin Van Overmeir, Pia Willems, Birte Witteveen

**DEADLINE BIJDAGEN VOLGENDE TIMEOUT**  
9 februari 2008

**VORMGEVING** [dp-com] - Daniel Peters

**DRUK** The Image Factory

**ADVERTENTIES** jada-events  
sponsoring@activecompany.be

**VERANTWOORDELIJKE UITGEVER**  
Vera Van Dijk, Draakplaats 1, 2018 Antwerpen

**ABONNEMENTEN** Leden: gratis - niet-leden: 8 euro per jaar

TimeOut is een publicatie van Active Company vzw, die staat voor actieve sport en ontspanning voor holebi's te Antwerpen. Dit blad verschijnt tweemaandelijks. De Raad van Bestuur en de redactie zijn niet verantwoordelijk voor informatie en standpunten opgenomen in advertenties.

# Hallo AC'ers,



Active Company blijft groeien en dat kan je ook zien aan deze jubileumeditie van TimeOut.

Met de kleurencover krijgt TO vanaf nu een nieuw jasje, maar ook elders verschuift een en ander.

We - het bestuur en de redactie - zijn trots op dit 50ste nummer. Trots omdat bijna tien jaar nadat TO het levenslicht zag (een gesprek met oprichter van TO Jan de Wieuw vind je in onze reeks 'op de sofa'), we een nummer 50 kunnen realiseren. Dit dankzij de inzet en het enthousiasme doorheen de jaren van een heleboel mensen. We laten bij deze gelegenheid een aantal van hen aan het woord. En op de poster die je in deze TO vindt, spreken de beelden voor zich.

Active Company blijft groeien en dat merk je ook aan het activiteitenaanbod, waar we nu met 'ballroom dansen' een 12de vaste activiteit aan toevoegen. Ook ActivExtra vormt steeds meer een vaste waarde.

We mochten in de voorbije maanden ook weer tal van nieuwe leden verwelkomen, vaak ook bij de ActivExtra's.

Belangrijk om er op te wijzen dat onze twee grootste activiteiten in februari tien kaarsjes mogen uitblazen: AC badminton wordt tien op 2 februari, zwemmen op 4 februari. Proficiat aan de jarigen!

Met een jubileumnummer blikken we terug. Maar binnen AC kijken we ook steeds vooruit.

Time2Party in februari wordt terug ons eerste AC-fuifmoment; wat anders dan voorheen, maar absoluut een aanrader, kijk vlug verder in deze TO. Opnieuw een wandelweekend dat beloftevol klinkt. En tal van toernooien in binnen- en buitenland. Ongetwijfeld wordt EuroGames Barcelona 2008 komend jaar een hoogtepunt; het b.team informeert je hierover. Onze kalender achteraan biedt je alvast een goed overzicht.

Als bestuur, met tal van mensen naast ons, trachten we telkens te verbeteren waar het kan. Dat zetten we in 2008 onverminderd voort.

Deze TimeOut arriveert deze keer tijdens de feestperiode.

We wensen je mooie dagen toe en een spetterend begin van een sportief 2008, waar jij opnieuw bij AC jezelf kan zijn. We zijn ook in dit nieuwe jaar blij dat je er bij bent.

Groetjes

Vera VD  
voorzitster

&

Dirk H  
hoofredacteur, vice-voorzitter



VAN ONZE REDACTEUR  
ANDY V

## Lidgeld 2008 - last call

Wie het lidgeld 2008 nog niet betaald heeft, mag dat nu zo snel mogelijk doen! Alleen door de betaling van het lidgeld kan Active Company vzw een verzekeringscontract afsluiten zodat je lieve lijf verzekerd is tijdens de AC-activiteiten. Daarnaast is het lidgeld ook héél erg nodig om de vaste kosten van onze club te betalen: het maken en verzenden van een TimeOut, de hosting van de website... allemaal zaken die Active Company in klinkende munten moet betalen.

Vandaar: stort zo snel mogelijk **22 euro** op de AC-rekening 402-7548051-90 met vermelding van lidgeld 2008 en je naam.

Jouw voordeel? Elke twee maanden een gratis TimeOut in je bus, korting op activiteiten én je bent verzekerd in geval van blessures tijdens jouw favoriete AC-activiteit.



## Active Company blijft fuiven



De supergezellige en drukbezochte AC-borrel op vrijdag 9 november was een succes. Een uitgelezen mix van vertrouwde AC-gezichten, nieuwe actievelingen en ook enkele *long time no see* AC'ers bevolkten Het Roze Huis aardig. Goed getapte pinten, perfecte muziek en een leuke babbel zorgden voor een fijne avond. Kris Windmolders ontpopte zich tot een ware sterverkoper met de AC-textielmobiel. Vanaf die avond kon je al die leuke AC-spullen kopen aan spotprijzen. (Dit kan trouwens nog steeds, kijk zeker op [www.activecompany.be](http://www.activecompany.be)).

## VIND JIJ OOK: “ DIT SMAAKT NAAR NOG?” WEL, NOTEER DAN...

... alvast de volgende afspraak in jouw agenda en zeg het vooral door aan vriend én vriendin.

### NIEUWJAARSRECEPTIE HET ROZE HUIS

De jaarlijkse afspraak om het nieuwe jaar in te zetten met alle mensen van de Antwerpse holebi-organisatie. Daar kom je vast en zeker een heleboel AC'ers tegen.

**Wanneer?** Zaterdag 5 januari 2008 vanaf 19.30 u. (dus niet op de traditionele vrijdag!)

**Waar?** Rondom Het Roze Huis, Draakplaats 1 te 2018 Antwerpen.

### TIME2PARTY... AFTER WORK PARTY OP VRIJDAG 22 FEBRUARI 2008 VANAF 20 U.

Jawel, 't komt er dan toch van! Op vrijdag 22 februari organiseert Active Company een superleuke fuif in het **Oude Badhuis** en dit met een zeer origineel thema: **AFTER WORK!**

Volgens onze twee fuifwizzards Tom en Pieter, kan de avond er als volgt uitzien: je stopt op tijd met werken, je haast je tegen 19 u. naar het Oude Badhuis, Stuivenbergplein 38 te 2060 Antwerpen en daar kan je meteen mee aanschuiven voor een heerlijk walking dinner. Vanaf 20 u. gaan die tafels én stoelen definitief aan de kant en beginnen we te fuiven tot ongeveer 2 u. Echt wat je noemt een *after work event*.

#### Wat zal het kosten?

- voorverkoop aan 5 euro, aan de deur wordt het 7 euro
- combiticket (fuif én walking dinner) aan 20 euro

#### Waar, wanneer?

- het Oude Badhuis, Stuivenbergplein 38 te 2060 Antwerpen
- **vrijdag 22 februari 2008**
- start walking dinner om 19 u.
- start fuif om 20 u.
- thema is: **AFTER WORK**

## EuroGames 2008 in Barcelona

Beste sportievelingen! Een tijdje geleden lanceerde het b.team een warme oproep om het logo te kiezen dat de deelname van Active Company aan de EuroGames zal begeleiden. Maar liefst 83 AC-leden kozen voor het tweede logo. Tom Didden, intussen zowat de huisdesigner voor het b.team, zal binnenkort een aantal t-shirtontwerpen aan jullie presenteren, gebaseerd op dit logo.



*83 stemmen, ongeveer 50% van de stemmen ging naar het tweede logo*

### WAT DOET HET B.TEAM?

Dit uitgelezen gezelschap bereidt de deelname van Active Company aan de EuroGames in Barcelona voor. Info over logies, reservatiemogelijkheid van bedden in een hostel, info over vluchten... al die dingen vind je nu reeds op [www.activecompany.be/barcelona](http://www.activecompany.be/barcelona). Hou deze site dus goed in de gaten!

We geven hier al enkele tips om straks zorgeloos te genieten van je verblijf in Barcelona:

1. boek nu al je vlucht (des te vroeger, des te goedkoper)
2. boek een bedje in een supergoedkoop hostel, een aantal warm aanbevolen suggesties op [www.activecompany.be/barcelona](http://www.activecompany.be/barcelona)

### WAAR VIND IK ALLE INFO?

Slechts één adres: [www.activecompany.be/barcelona](http://www.activecompany.be/barcelona). Heb je vragen? Stuur een mailtje naar [barcelona@activecompany.be](mailto:barcelona@activecompany.be).

Tot slot, het b.team zijn: Tom, Pieter, Sam en Kurt. Wil jij het team komen versterken? Laat het ons weten, creatieve denkers/doeners zijn altijd welkom.

Het b.team werd opgericht door badmintonner Martin. Hij kondigde begin december echter zijn ontslag aan als coördinator van dit team. De leden van het b.team en de raad van bestuur van Active Company danken Martin voor zijn grote inzet en drive om dit op de sporen te zetten.



VAN ONZE REDACTEUR  
ANDY V

## Wereld Aids Dag

Elk jaar op 1 december is het Wereld Aids dag. Dit vertaalt zich meteen in heel wat mediabelangstelling voor een ziekte die niet alleen grote delen van Afrika treft, maar ook in West-Europa een realiteit is in het leven van heel wat homo's. In de Vlaamse pers kon je rond 1 december een aantal dramatische feiten lezen die we zeker willen meedelen aan de lezers van TimeOut:

- Er werden vorig jaar in ons land 1.014 nieuwe diagnoses met hiv gesteld. Dat betekent een lichte daling tegenover 2005. Het aandeel van de niet-Belgen neemt sinds 2003 af, ze komen nu uit op ruim 55 procent van de nieuwe diagnoses.

- Opmerkelijk is de stijging met ruim 19 procent bij personen met de Belgische nationaliteit. Het gros (85 procent) wordt vastgesteld bij mannen, en driekwart van deze mannen werd besmet via homoseksuele contacten.

- "We schatten dat in België één op 33 homomannen met hiv besmet is", zegt Mark Sergeant van Sensoa. "We weten uit buitenlandse studies dat dat aantal heel wat hoger kan. In Londen is bijvoorbeeld één op tien homomannen besmet, in Amsterdam is dat één op elf."

Bron: De Morgen online, 27 november 2007

### CAMPAGNES

Sensoa, motor achter tal van veilig vrijen campagnes, kondigt alvast aan om in 2008 een nieuwe sensibiliseringscampagne op te zetten gericht op homomannen. Intussen lopen er nog tal van initiatieven om precies homomannen ertoe aan te zetten veilig te vrijen. Een rechteoer rechtaan initiatief is alvast de site [www.mannenseks.be](http://www.mannenseks.be) een site over seks voor de praktiserende homoman.

Zoek je eerder inspirerende en leerrijke (toilet-)lectuur? Neem dan een gratis exemplaar mee van het glossy magazine Bend. Informatie over relaties, seks, trends én veilig vrijen in één fraai vormgegeven kwalitatief hoogstaande publicatie. Je vindt het derde nummer van dit magazine in tal van gay bars of je kunt het gratis bestellen op [www.sensoa.be/shop](http://www.sensoa.be/shop).



VAN ONZE REDACTEUR  
DIRK H

## Woorden voor TimeOut

*Bij dit 50ste nummer laten we een aantal coryfeeën van Active Company aan het woord, die allemaal van nabij of wat minder nabij bij TimeOut betrokken waren. Voorzitters, hoofdredacteurs, AV's van toen en nu...*

*De redactie dankt hen voor hun hartverwarmende woorden.*

### Jan de Wieuw

*voorzitter AC van 1997 tot 2001, oprichter en hoofdredacteur TO van 1998 tot 2001:*

*"Toen ik een dikke tien jaar geleden bestuurslid van AC werd, was er slechts mondelinge communicatie met de leden, voor of na de aerobic activiteiten. Was je er niet, dan wist je ook van niets.*

*Dat kon uiteraard niet zo verder, vond ik, en het idee van een regelmatige nieuwsbrief was geboren.*

*Eerst nog elke drie maanden in de vorm van losse A5-jes in een bruine enveloppe; daarna kwam er elke twee maanden een gebundelde versie in de huidige vorm onder de naam TimeOut, een term uit de toen nieuwe activiteit van AC: volleybal. Voor mij staat die naam nog steeds symbool voor het boekje maar ook voor AC: even een 'break' tussen alle drukke bezigheden. Een uurtje sporten geeft soms hetzelfde effect als 8 uur slapen... alle, bij mij toch.*

*Bij deze een dikke proficiat aan iedereen die de TimeOut telkens opnieuw inhoud, vorm en dit keer zelfs kleur geeft (uit ervaring weet ik dat dit een tijdrovende bezigheid is). Ook dank aan alle lezers die de TimeOut elke keer in de hand nemen - zonder jullie leesplezier en input is TimeOut niets.*

*Blij dat de TimeOut 50 edities en dus bijna 10 jaar overleefd heeft! Daar mogen we met z'n allen fier op zijn. Op naar de 100ste TO!"*

### **Katja Heylen**

*voorzitster AC van 2002 tot 2005:*

“Heel trots ben ik als ik zie dat het enorm goed gaat met AC, en ik ben apetrots dat Vera onze huidige voorzitter is! Een vrouw op ‘de troon’ is zeker een goeie zaak voor AC. Een heel klein beetje heb ik het pad voor haar al gelegd, maar ik moet zeggen dat ze er al een serieuze straat van heeft gemaakt! Vera, doe zo voort !

Onze TimeOut is door de jaren heen vaak van uiterlijk en samenstelling veranderd, maar telkens in de goede zin, het is gegroeid, en het is nog steeds aan het evolueren. Zo vind ik het persoonlijk heel leuk dat je de kleine foto’s ziet van de mensen die het verslag hebben geschreven, of zij die een belangrijke taak hebben in de vormgeving van de TO of in het bestuur zitten van AC. Een gezicht betekent vaak veel meer dan men denkt. Als mensen nog uit de kast moeten komen, is de drempel hierdoor toch weer wat lager gelegd, want als ze deze mensen tegenkomen, weten ze direct waarvoor deze mensen staan !

AC, het gaat je goed, en doe zo verder... ik ben uit beeld, maar dat wil niet zeggen dat ik jullie niet meer volg. En dat weten de zwemmers maar al te goed !

Veel succes!”

### **Kris Alaerts**

*voorzitter van AC van 2005 tot 2007, hoofdredacteur TO van 2005 tot 2006*

Beste Time-Out,

Van harte gefeliciteerd met je 10de verjaardag!

Je wordt ondersteund door een fantastisch team, en dat merk je. Ik ben dan ook niet in het minst trots dat ik daar deel van heb mogen uitmaken.

### **Vera Van Dijck**

*hoofdredacteur TO van 2006 tot 2007, huidig voorzitster:*

“Voor mij is de taak van hoofdredactrice voor TimeOut een prachtige uitdaging geweest. Op 1 april 2006 vroegen we (het bestuur en de leden) ons af of het nog zin had om verder energie in TimeOut te steken. Als kersvers bestuurslid heb ik toen de uitdaging aangegaan om er nog voor één maal alle energie in te steken om het dan een jaar nadien opnieuw te evalueren. Gesteund door een prachtig team van mensen die bruisen van enthousiasme en die echte taalpuristen zijn, is

de TimeOut geworden wat het is: een magazine om “U” tegen te zeggen. Terwijl ik mij bezig hield met de coördinatie/motivatatie waren zij diegenen die het inhoudelijk vorm gaven op basis van verslagen van tal van AC-leden.

Een 50ste TimeOut in een kleurencover is een geweldige afsluiter.

Met heel veel vertrouwen in het huidige team laat ik de TimeOut nu los en draag de fakkel van TO-hoofdredacteur over aan Dirk.

Dirk, Willemijn, Andy en Vincent: bedankt voor de fijne samenwerking. We vormden een fijn team en ik ga jullie dan ook missen.

TimeOut, het gaat je goed!”

### **Aline Demuyser**

*bestuurder van 1998 tot 2000, AV voetbal van 1998 tot 2004*

“Mijn allereerste TimeOut kreeg ik overhandigd tijdens één van de overlegvergaderingen naar aanleiding van de Gay Games in Amsterdam (zomer 1998). Het was een dubbelgevouwen bundeltje A4-blaadjes. Wat me ervan bijbleef was de volleybal-tornooi-info, die de leden informeerde over komende tornooien, met de reeds aanwezige kalender in het midden.

De volgende Time Out ontving ik kort na mijn toetreding tot de raad van bestuur van AC. Het was het eerste exemplaar van het ons nu bekende boekje (najaar 1998), met op de cover ‘lesbiennes welkom’. Een betere welkomst konden we ons niet bedenken!! Gaandeweg werden de vormgeving, het aanbod van illustraties en de artikels aangepast, zodat iedereen zich voortaan welkom kon voelen binnen AC.

Als bestuurslid en activiteitsverantwoordelijke vond ik de Time Out het ideale middel om onze vereniging te promoten, alsook essentieel om een band te scheppen tussen onze voetballeden en de grotere vereniging. De TimeOut was het belangrijkste kanaal om onze match- en tornooi-info te verspreiden, aangezien AC toen nog geen eigen website had en de leden niet per e-mail werden bereikt.

In die tijd volgden ook heel wat sympathisanten het reilen en zeilen van onze vereniging door het lezen van ons tijdschrift, eigenlijk vooral om de op til zijnde holebifuiven te weten te komen.

Tot op vandaag merk ik dat veel mensen nog steeds graag ons tastbaar ledenblad in de bus krijgen. De met vele foto’s gekruide verslagen maken het blaadje aangename lectuur.

Ik wens de TimeOut een lang leven toe, in de eerste plaats als communicatie- en bindmiddel tussen al onze leden, en daarnaast als graag gezien blaadje bij nieuwsgierige bijna-leden of sympatiserende (niet)-leden!"

### **Arne Mulkers**

*AV zwemmen van 1999 tot 2004:*

"Ik heb ze nog bijna allemaal met al die gezellige weetjes over het AC-leven. Niet te dik, niet te dun ... en zo (op het toilet) uitgelezen. Voordat iedereen e-mail en computer had was de TimeOut hét enige medium om nieuws en foto's over de activiteiten te verspreiden. Ik vond het altijd leuk om een Time Out aan nieuwelingen te geven. Het is een schitterend visitekaartje en vat AC in een notedop samen. Het is ook een bindmiddel tussen de verschillende AC-activiteiten want je kan er altijd de sfeer van de andere groepen in opsnuiven. Dit was voor mij ook heel belangrijk. En ik hoop dat dat zo blijft!

Leve de jarige ... en al de redacteurs die de TimeOut heeft gekend!"

### **Gino Van Dam**

*AV volleybal van 1996 tot 2006:*

Ook dit staat in TO centraal: "Voor mij betekende AC jarenlang een vast moment per week waar ik telkens weer naar uitkeek om op een ontspannen manier aan sport te doen en een heleboel toffe mensen te leren kennen. AC gaf me bovendien de gelegenheid om een stuk van Gay Europa te zien en nieuwe vrienden te maken (sommige vriendschappen houden nog steeds stand!)."

### **Mady Hanzen**

*AV tennis sinds 2007:*

"Kort maar krachtig: ik vind de TimeOut goed zoals hij is, zou het niet beter kunnen; vind het een goed middel om op de hoogte te blijven van wat er speelt bij AC. Moet zeker blijven bestaan!

Een dikke proficiat aan het TO-team !"

### **Jan Rens**

*AV badminton sinds 2003:*

"TO is onze aantrekkelijke partner die badinerend en smashie weergeeft waar alle activiteiten mee bezig waren, mee bezig zijn en mee bezig zullen zijn.

Het is een gewaardeerde aanvulling op onze website en ideaal om mee te geven aan nieuwelingen zodat ze kunnen kennis maken met alle facetten van onze toffe club.

De jarige worden nog vele bruisende artikeltjes toegewenst en hopelijk kan de redactie uit vele bronnetjes blijven putten. Proficiat!"





VAN ONZE REDACTEUR  
DIRK H

## TimeOut in een nieuw kleedje

Vandaag verschijnt het 50ste nummer van je clubblad en halfweg 2008 vieren we het 10de levensjaar van TimeOut. Bij deze gelegenheid steken we ons clubblad in een nieuw kleedje.

In de eerste plaats heeft de enveloppe plaats gemaakt voor een wikkel meteen rond het blad. Hiermee sparen we geld en tijd uit. Maar ook dachten we dat vandaag de dag iets meer openheid wel kon.

Deze strakke zwart-wit buitenkant contrasteert met wat je te zien krijgt als je de wikkel verwijdt of opent. Want vanaf nu heeft TimeOut een heuse kleurencover!

Deze kleurencover werd enkel mogelijk door onze sponsors. Door deze advertentieruimte schoven een aantal rubrieken op, zoals je zelf kan merken.

Op deze cover krijg je een bloemlezing van alle voorgaande covers, wil je alle covers van je clubblad zien? Kijk dan snel op de mooie poster die binnen in deze TimeOut vindt.

Verkiez jij de TimeOut toch liever in een echt gesloten jasje (lees: enveloppe) te ontvangen? Meld dit aan Kris Windmolders op [ledenbestand@activecompany.be](mailto:ledenbestand@activecompany.be), dan zorgen wij in de toekomst wel voor dit jasje.

gratis publicatie voor leden en geïnteresseerden van Active Company  
 herenwedstrijd (september) | wedstrijdnummer 2008-Bevex - Giffels | 17-08-08

**TimeOut**

oktober-november 2007 | 116 pagina's | nummer 49 | [www.activecompany.be](http://www.activecompany.be)

**AC SALES - SALDI -  
REBAJAS - SOLDEN - ...**



**OP DE SOFA -  
SABINE UYTERHOEVEN  
(DIRIGENTE AC-MOOR)**

actieve sport en ontspanning voor hoteb's

## Zeg het ons...

Heb je vragen, suggesties, opmerkingen over deze TimeOut? Vond je een artikel heel goed? Heel slecht? Of gewoon ontroerend? Mis je iets in TO? We horen graag jouw mening als lezer. En ideeën zijn altijd welkom.

Stuur ze naar [timeout@activecompany.be](mailto:timeout@activecompany.be).



VAN ONZE REDACTEUR  
DIRK H

## Een avondje Verlangens...

Op 2 november - Allerzielen voor de gelovigen onder ons - kwamen enkele AC'ers samen. En nadat we vorige keer nog op film getrakteerd werden, stond er nu, jawel, toneel op het programma. Niet zomaar een toneelstuk met onbekenden, maar zowaar met één van onze vele leden op de planken.

In het stuk Verlangens krijgen we een vervolg te zien op Passie dat vorig jaar ook menig AC'er wist te bekoren. Het vertelt het verhaal van Yannick, een escortboy en danser (Kristof Goffin) en Stefaan (Eddy Kips) die met hun gevoelens worstelen en na een relatiebreuk terug samenkomen. Beiden halen, zo blijkt, nog altijd voldoening uit datgene waar ze mee bezig zijn. De twee groeien langzamerhand weer dichterbij elkaar toe, maar de bemoeienissen van buitenaf wegen zwaar door op hun relatie. Vooral de priester krijgt het zwaar te verduren. Het instituut "De Kerk" is meedogenloos en brandmerkt het koppel met de stempel van grote zondaars. Uiteindelijk bezwijkt de priester onder deze zware druk en hij ziet geen andere keuze dan de boosaardige en onverdraagzame wereld op abrupte wijze te verlaten.



Hoewel ik liever een happy end had gezien, was ik toch blij verrast over de acteerprestaties van beide spelers. Ze gaven op zeer geloofwaardige manier gestalte aan beide stereotypes, van wie de leefwereld op het eerste gezicht toch mijlenver uit elkaar ligt.

Tijdens de pauze en ook daarna werd er van de gelegenheid gebruik gemaakt om wat bij te praten en onze dorst te lessen. Dat laatste was wel nodig, aangezien (het enige minpunt overigens) het verschrikkelijk warm was in de zaal. En last, but not least...de acteurs kwamen na afloop nog even rond, waarbij ze uitgebreid de tijd namen om iedereen te bedanken en te vragen naar wat we ervan vonden. En net zoals ik waren de meningen onverdeeld enthousiast. Kortom een aanrader voor iedereen.

Vincent S

# Nordic Walking

## TWEE REFLECTIES

Voor de tweede zondag op rij had de groep veel bekijks van verbaasde wandelaars.

We stonden raar te jongleren met onze stokken. De enen zullen ons benijden, de anderen zullen ons beklagen als drukdoende hyperactieve wandelaars. In ieder geval, na de tweede les hadden we reeds ernstige vooruitgang geboekt.

Met ons groepje van tien mogen we elkaar controleren en verbeteren. De lesgeefster heeft natuurlijk het laatste woord. Makkelijk is het niet. Coördinatie eist veel aandacht en oefening.

*Etienne C*

Drie lessen hebben we er inmiddels opzitten, onder de deskundige leiding van Nadine trotseerden we de Belgische herfst.

Na wat geklungel met de poles en de handriempjes, trokken we het Rivierenhof in voor onze eerste opwarming. Hoewel het boven ons droog bleef, zwommen de eendjes vrolijk door het natte gras. Waterbestendig schoeisel bleek geen overbodige luxe, ondergetekende heeft het aan den lijve ondervonden.

Stokloze parkbezoekers keken geamuseerd toe hoe we ons zwaaiend met onze poles voortbewogen over grasvelden en paden. Coördinatie, dat was het aandachtspunt van deze week. Op automatische piloot gaat dat vanzelf goed. Maar als je dat bewust probeert te doen, loopt het helemaal uit de hand. Oefenen is de boodschap.

Aanvankelijk leek het een onderonsje voor vrouwen te worden, maar vanaf de tweede week kwam er versterking van een paar kloeke mannen.

We mochten al meteen na de opwarming laten zien wat we er nog van terecht brachten. Op een week vergeet je blijkbaar veel, dus begonnen we weer van voren af aan. Toch geeft het voldoening te merken dat het vlotter gaat.

Deze week was het motto 'kop omhoog, borst vooruit, buikje in en billen toe'.

De laatste week waren de weergoden ons niet zo gunstig gezind. Geen probleem,

Nordic Walking is een sport die je in alle weersomstandigheden kan beoefenen. Na de gebruikelijke opwarming en opfrissing van de vorige lessen werd de aandacht gericht op de schouderbewegingen.

Het zag ernaar uit dat de gang naast de cafetaria in het Sterckshof onze vaste stek zou worden voor de après-NW, maar deze keer was de verleiding van een hete douche en droge kleren groter dan die van warme chocolademelk met slagroom.

*Veerle VN*

# Wandelweekend

van 30 mei tot 1 juni 2008 in Cornimont

**KLIMMEN EN DALEN IN DE VALLEI VAN DE SEMOIS**



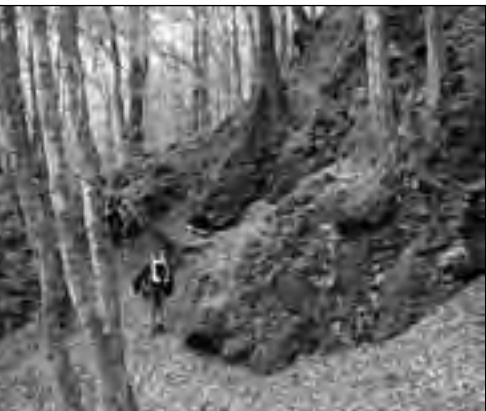
Een traditie die al jaren meegaat wordt ook nu voortgezet.

Als er vroeger het zomerfeestweekend was, kennen we al meerdere jaren het wandelweekend in de lente. Dit jaar neigen we opnieuw iets meer naar de zomer. Eind mei, begin juni is de kans op hogere temperaturen aanzienlijk. Bovendien zijn op dat moment de dagen nog steeds aan het lengen, waardoor 's avonds buiten zitten (buiten eten eventueel) een reële optie wordt.



We gingen eind oktober op prospectie in de streek en troffen er een ongekende herfstkleurenpracht. Een kleurenpracht die zo opvalt door het bijzondere reliëf in deze prachtige valleistreek. We zagen meteen dat het er goed was. Ooit was er in deze streek al eens een AC-wandeling, maar routemeester Luk Vanmaele waakt erover dat het toch weer andere wandelingen worden.

Voor we dat verkenden, brachten we een bezoek aan de gîte, die het afgelopen jaar volledig werd gerenoveerd. Een pracht van een gîte dus deze



keer, met nieuw sanitair, nieuw meubilair en dat alles in het pittoreske **Cornimont** (ten noorden van Bouillon). Waar bovendien schuin tegenover ons logeeradres een wel heel bijzondere inwoner schijnt te huizen: Père Noël hemzelve, zo vermeldt de gevel en zo lieten we ons ook door de vriendelijke conciërge vertellen. Met de accommodatie zit alles wel snor, hoewel een kompas voor binnen misschien geen overbodige luxe is. Wij raakten tijdens de rondleiding alvast meermaals het noorden kwijt, maar mogelijk zorgt dit voor extra avontuur ook buiten de uitgestippelde wandelingen.



Vanuit Cornimont reden we naar het nabij gelegen Rochehaut, dat zich meteen als 'toeristisch' kenmerkt. Geen probleem dus om een eet- of drinkgelegenheid te vinden. In het centrum van Rochehaut hebben we een betoverend uitzicht op de Semoisvallei. Dit belooft een stevige afdaling te worden én dat impliceert dus ook stevig klimmen. En inderdaad, al meteen krijgen we steile afdalingen. We klauteren over rotsen, bewandelen smalle paadjes richting Poupehan en gaan op en af de laddertjes die stevig in de rotswanden verankerd zijn (zie ook de foto's). Deze keer mag je dus echt wel stevige wandelingen verwachten, behoorlijk avontuurlijk met afwisselend klimmen en dalen. Niet voor mietjes kortom. Maar laat je tegelijk niet afschrikken hierdoor.



Er wacht je dus een weekend met prachtige wandelingen met wonderlijk mooie uitzichten. En naar goede gewoonte zal je ook op culinair vlak niets tekort komen. En bovendien verblijven we deze keer in een echt mooie gîte, met bijzonder goede en nieuwe accommodatie.

Vanaf dit jaar is dit weekend enkel voor AC-leden. **Partners of vrienden van AC'ers blijven welkom, maar we vragen dat zij ook het lidgeld betalen.** Hiermee zijn ze meteen ook verzekerd en dat is voor iedereen een geruststelling.

Inschrijven kan door storting van 65 euro per persoon op de AC-rekening 402-7548051-90 met vermelding 'wandeleweekend' én door een mailtje te sturen naar [vice-voorzitter@activecompany.be](mailto:vice-voorzitter@activecompany.be) met vermelding van naam en GSM-nummer (zo hebben we meteen je juiste coördinaten).

Om alle geïnteresseerden gelijke deelnemingskansen te geven gaan de **inschrijvingen** pas van start **vanaf 1 februari 2008**. Stort dus zo snel mogelijk vanaf 1 februari 2008, want vorige keren moesten we steeds gegadigden weigeren. Tot 17 mei kan je annuleren zonder kosten, als je plaats kan worden ingenomen door een andere deelnemer. Alle verdere concrete informatie over het weekend zal je later per e-mail worden toegezonden.

Meer informatie kan je verkrijgen bij de organiserende tandem Luk Vandekieboom [luk.vandekieboom@belgacom.net](mailto:luk.vandekieboom@belgacom.net) (03 236 33 07) en Luk Vanmaele [luk.vanmaele@antwerpen.be](mailto:luk.vanmaele@antwerpen.be) (0498 301 795)



VAN ONZE REDACTEUR  
ANDY V

## Op de sofa... met Jan de Wieuw



De sofa heeft al op veel plaatsen gestaan... maar nog nooit zo dicht bij de plek waar de geïnterviewde geboren en getogen is. Deze bijzondere plek situeren we in een stemmige straat op het Antwerpse Zuid, gastheer en tegelijkertijd geïnterviewde is Jan de Wieuw. Hij betreft er samen met zijn vriend Danny een sfeervolle woning die daarvoor al heel lang eigendom was van de familie De Wieuw. Het is niet toevallig dat Jan op de sofa mag plaatsnemen in deze feestelijke editie van de TimeOut. Jan kan met recht en reden één van de *founding fathers* van TimeOut worden genoemd. Hij was jarenlang bestuurslid én voorzitter van Active Company en hij speelde een glansrol in de organisatie van EuroGames waarmee holebi Antwerpen zich de afgelopen zomer op de kaart zette. Kortom: reden genoeg om eens een paar uurtjes met deze charmante jongeman te praten over zijn ambities, dromen en verwachtingen en hoe het voor hem eigenlijk allemaal begon bij Active Company.

**Jan:** "Ergens in 1995 keerde ik na een verblijf van ongeveer 10 jaar in Nederland terug naar Antwerpen. Aanvankelijk was dit wel even wennen: ik was tijdens mijn studie en werk in Nederland immers gewend geraakt aan de relaxte manier waarop Nederlanders met holebi's omgingen. Ze hadden daar zelfs gay sportclubs en zo ben ik op aansporen van een vriend terechtgekomen bij Netzo, de Amsterdamse gay volleybalclub. Nu, gelukkig was Antwerpen tijdens mijn afwezigheid evenmin blijven stilstaan: via de holebitext kwam ik al snel te weten dat er in Antwerpen een gelijkaardige vereniging bestond met de naam 'Active Company'. Eén van de eerste activiteiten was de wekelijkse aerobic en dat heb ik toen een hele zomer lang gedaan. Al snel groeide de hoop bij een aantal leden om ook volleybal te organiseren binnen Active Company. Met mijn Amsterdams volleybalverleden liet ik me deze kans niet ontglippen. Intussen drong zich ook een vernieuwing in het bestuur van Active Company op. Bijgevolg: al heel snel was mijn engagement



binnen Active Company zeer breed. Ik was er bestuurslid verantwoordelijk voor promotie én een belangrijke trekker van het volleybal."

**Jan:** "In de beginperiode van Active Company moesten we onze vereniging nog veel bekendmaken. Maar tegelijkertijd groeide het besef om ook intern beter te communiceren. Als je naast de reguliere activiteiten eens iets extra wil doen, dan is het uiteraard wel fijn dat alle leden hiervan op de hoogte zijn en niet alleen wie toevallig net die dag aanwezig was op de training. Internet of e-mail was toen bijlange nog niet ingeburgerd, vandaar dat het idee rijpte om een nieuwsbrief te publiceren. Elke drie maanden verscheen een beknopt overzicht van de activiteiten van Active Company. Samen met een aantal gedreven mensen uit het

bestuur vormden we deze nieuwsbrief al snel om tot een fraaiere publicatie die we 'TimeOut' doopten."

*TO: Jan, dit interview verschijnt in TimeOut nr. 50, de 10de jaargang. Intussen is de elektronische communicatie al goed ingeburgerd. Heeft een tweemaandelijks papieren publicatie nog een bestaansreden?*

**Jan:** "Absoluut, je hebt die mix van verschillende communicatiemiddelen zeker nodig. Niet iedereen heeft zin om elke dag te surfen. Bovendien krijgt een mens vandaag zoveel e-mails en elektronische nieuwsbrieven in zijn bus dat een gedrukt boekje met een snel overzicht over de activiteiten misschien zelfs sneller opvalt. Trouwens, je leest de TimeOut waar en wanneer je wilt. Met de nieuwe uitgebreidere redactie merk ik in alle geval dat de kwaliteit van heel wat rubrieken er sterk op vooruitgaat. En met de nieuwe kleurencover wordt deze tendens alleen maar doorgetrokken. Ja, ik vind dat Active Company goed bezig is: het sociale aspect is namelijk zeer belangrijk. Het mogelijk maken van

**"Active Company is de gezelligste holebi sportvereniging van België."**

ontmoeting, vriendschap, kameraadschap door sport & ontspanning. Geloof me, dezelfde kwaliteit van ontmoeting heb je niet zomaar in een café. Het is fijn dat de bestuursploeg van AC zeer zichtbaar is op de activiteiten, die betrokkenheid is erg belangrijk. Trouwens, ik heb de afgelopen tijd heel veel overleg met Vera gehad (*Vera Van Dijck, voorzitter van Active Company*) en je voelt bij haar dat het ontmoetingsaspect sterk vervat zit in haar werk als voorzitter. Niet voor niets vind ik Active Company de gezelligste holebi sportvereniging van België!"

*TO: Je hebt een vijftal jaren een zeer actieve rol gespeeld binnen het bestuur van Active Company. Daarna heb je je grenzen enigszins verlegd. Kan je even beschrijven wat je huidige band is met Active Company?*

**Jan:** "Als er grote evenementen georganiseerd worden als EuroGames, dan komt Active Company als de grootste halebivereniging van Antwerpen al snel in het vizier. Momenteel bereiden we de organisatie van World Outgames 2013 in Antwerpen voor. Hiervoor zit ik geregeld samen met Active Company. Ook professioneel zal ik in de toekomst nog bezig zijn met Active Company. Onlangs startte ik samen met mijn vriend Danny het evenementenbureau "JADA events". JADA events zal de raad van bestuur van AC bijstaan in het werven van sponsors voor Active Company. Danny had op dat vlak al heel wat ervaring opgedaan tijdens de EuroGames en we stellen die expertise graag ter beschikking van Active Company. We beschouwen dit als een win win situatie: Active Company krijgt toegang tot heel wat meer sponsors waardoor een nieuwe bron van inkomsten worden aangeboord en wij ontvangen een kleine commissie op de aangebrachte sponsors."

*TO: Momenteel ben je bezig met een vooronderzoek om in 2013 de World Outgames te organiseren. Wat zijn volgens jou de troeven van Antwerpen als organiserende stad?*

**Jan:** "Zonder twijfel de cohesie en het enthousiasme in Antwerpen, zowel bij de halebivereniging, het stadsbestuur als de commerciële partners. De reacties op het vooronderzoek World Outgames 2013 zijn zeer positief. Enig aandachtspunt blijft de beperkte sportinfrastructuur binnen Antwerpen. Maar alles is relatief: destijds heb ik deelgenomen aan de

GayGames in Sydney. 't Gaf een enorme kick om daar te mogen sporten in de olympische infrastructuur die pico bello in orde was, maar qua kleedkamers was dat allesbehalve uitgerust om de veel grotere toeloop aan amateursporters op te vangen. In alle geval denk ik dat Antwerpen een stevig dossier kan indienen."

*TO: Je bent geboren en getogen in Antwerpen, je woont er nu al een hele tijd, je zet je heel hard in om tal van grootse evenementen naar Antwerpen te halen... Ik zou durven zeggen: die moet wel heel fier zijn op zijn stad?*



**Jan:** "Ja hoor, ik woon hier graag en dat typische Antwerpse chauvinisme, da's gewoon een belangrijke drijfveer. Ik heb ooit wel even getwijfeld aan Antwerpen: vlak na mijn periode in Nederland voelde ik me een beetje onwennig in de stad. Ik dacht per se dat het elders op deze aardbol beter was. Ik heb toen veel gereisd, steeds om te achterhalen: zou ik op deze plek willen wonen en werken? Zo verbleef ik in Zuid-Frankrijk, Londen, Sydney, Kaapstad, San Francisco... om uiteindelijk toch weer die stek hier in Antwerpen op te zoeken. Niet dat die steden geen charmes hadden, maar het ontbrak me vaak aan centen om er echt ten volle te kunnen van genieten. Je mag in de mooiste stad ter wereld wonen, maar als je noodgedwongen in een verre buitenwijk moet logeren dan gaat heel wat van die charme verloren. Vandaar dat ik ook zo blij ben met onze stek hier op het Antwerpse Zuid."

*TO: Op het einde van het gesprek vertelt Jan nog losjes over een aantal artistieke zijsprongen waaraan hij zich regelmatig waagt: hij is respectievelijk choreograaf en regisseur voor de musical "The Sound of Music" in Zaventem en in Goes (Nederland). Heel binnenkort zal hij ook nog een toneelstuk regisseren. Kortom: een veelzijdige persoon die we nog veel en graag zullen tegenkomen in Antwerpen én bij Active Company.*



VAN ONZE REDACTEUR  
VINCENT S

## AC badminton waagt kans buiten gay circuit

AC trad op 24 en 25 november 2007 voor het eerst in groten getale aan in een toernooi buiten het gay circuit. In de ons bekende sporthal Extra Time in Hoboken vond toen het eerste open badmintontornooi van de KAVV plaats. KAVV is de Koninklijke Antwerpse Vereniging van Vriendenclubs. Op zaterdag waagden Robbie, Adi (beiden in B2), Geert en Evert (beiden in C2) hun kans in de enkelcompetitie, op zondag de koppels Robbie & Adi (B2), Dennis & Tom (C1), Geert & Evert (C2) en Bart & Martin (C2) in de dubbelcompetitie. Hoe meedogenloos het AC-overzicht op de toernooien van het gay circuit wel mag zijn, daarbuiten staan we blijkbaar maar moeizaam ons mannetje. Enkel Dennis en ik slaagden erin onze reeks te winnen. De andere deelnemers strandden in een vroeger stadium.

Leerrijk was het zeker. Het is sowieso een uitdaging om eens tegen andere spelers uit te komen, want na verloop van tijd geraak je binnen AC op elkaar ingespeeld. Het aanpassingsvermogen van velen onder ons werd zwaar op de proef gesteld: er waren tegenstanders met een ander type ("sneller", dixit Geert) spel, in de C1-reeks werd verplicht met veren shuttles gespeeld, terwijl Dennis en ik hiermee niet vertrouwd zijn en Adi en Robbie legden zich neer bij de ongeschreven regel dat in dergelijke toernooien zonder gegil wordt gebadmintond. De algemene teneur onder de AC-deelnemers was positief. Dit 'heterotornooi' was zeker ook een goede test, nu sommige spelers volgend jaar aan de KAVV-competitie willen deelnemen. Intussen moeten die misschien wat meer spek eten en wat minder toert bij de bomma...

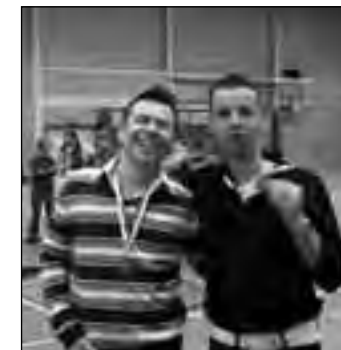
*Tom T*

## AC schitterde in Gent!



Met bijna 50 badmintonners nam AC deel aan het Auricula-tornooi in Gent. Daarvan keerden er volgens onze toernooiverantwoordelijke Geert niet minder dan 27 met een medaille terug naar Antwerpen. Dikke Proficiat aan allen! Niet verwonderlijk dat de sfeer er goed inzat. Met dank en felicitaties aan Auricula voor de vlotte organisatie en de toffe fuif nadien. Hieronder vind je alvast een sfeeroverzicht van deze prachtige dag.

*Jan R*





VAN ONZE REDACTEUR  
DIRK H

# Ballroom dansen wordt nieuwe activiteit!



Twee keer was de opkomst bijzonder goed bij de georganiseerde kennismakingslessen. Deelnemers waren enthousiast en toonden interesse in verdere lessen. En jawel: vanaf 2008 bieden we ballroom dansen als 12de activiteit aan.

Ann Vercauteren, die na het succes van ballroom dancing bij EuroGames 2007 deze zomer in Antwerpen, het initiatief nam om de initiatielessen te organiseren, wordt de nieuwe activiteitenverantwoordelijke.

### Wat bieden wij aan?

We starten met een lessenreeks winter-lente 2008. Vanaf zondag 13 januari 2008 zal ongeveer om de twee weken een les doorgaan, en dit tot eind april. Een les duurt twee uur, daarna kan je nog een tijdje blijven vrij dansen. Kwestie van die pasjes echt goed in te oefenen.

Deelnemen kan als volgt:

Vooraf inschrijven bij [ballroomdansen@activecompany.be](mailto:ballroomdansen@activecompany.be), activiteitenverantwoordelijke Anne zal je alle info kunnen geven. Er worden maximum 40 inschrijvingen aanvaard. Gezien het verwachte grote succes, moet je lid zijn van Active Company om aan ballroomdancing deel te nemen. Ben je nog geen lid, dan kan je ter plaatse je lid maken tegen de prijs van 22 euro voor een heel jaar.

Een nieuwe lessenreeks zal dan herfst-winter 2008 starten voor nieuwe en vaste deelnemers

In tussentijd wordt deze nieuwe activiteit geëvalueerd en kunnen er mogelijk nog zaken worden aangepast.



### PRAKTISCH

**Locatie:** 't Werkhuys, Zegelstraat 13, 2140 Borgerhout

**Wanneer?** Lessenreeks winter-lente 2008: 13 januari, 27 januari en 10 februari (verdere data worden nog meegedeeld, maar een tweewekelijkse les is ons uitgangspunt)

Telkens les van 14 tot 16 u., waarna nog een uur vrije dans

**Inschrijving verplicht**

**Prijs?** 4 knipjes van meerbeurtenkaart of 5 euro bij betaling in klinkende munten.





VAN ONZE REDACTEUR  
DIRK H

# Conditiegym vindt nieuw onderdak in MerksemDok

Wie de geschiedenis van AC kent, weet dat conditiegym (in het begin nog 'aerobics') al van in de beginjaren een vaste activiteit vormt van het aanbod van onze vereniging. Al die tijd was de turnzaal van de school in de Pestalozzistraat de vaste stek voor wie zich wekelijks een uurtje in het zweet kwam werken.

Door verbouwingswerken en herstructureringen in de school kreeg conditiegym echter haar opzeg en moesten we op zoek naar een nieuwe plek. Na veel zoekwerk vonden we een nieuwe plek in MerksemDok, een buurtontmoetingscentrum in Merksem, waar we vanaf dinsdag 11 december naar toe verhuisden.

Veranderingen vergen altijd wat aanpassing, maar op het eerste zicht biedt deze locatie heel wat voordelen. Zo heeft de zaal ook spiegels, wat kan helpen om beter te volgen en jezelf sneller te corrigeren, aldus lesgeefster Nadine, die natuurlijk mee verhuist.

Bovendien is er een cafetaria aan het centrum verbonden, die tot 23 u. geopend blijft. Alles lijkt piekfijn in orde en bij het prospectiebezoek werden we alleszins hartelijk onthaald. Duidelijk is dat AC conditiegym hier hartelijk welkom is.

Ook nieuw is dat we niet systematisch moeten onderbreken bij elke schoolvakantie. Een eerste bevraging, tijdens een infomoment en evaluatie op 4 december laatstleden (met negentien aanwezigen) leerde alvast dat nagenoeg iedereen ook tijdens de vakantieperiodes graag les wil hebben.

Activiteitsverantwoordelijke Luk en lesgeefster Nadine bekijken dit, samen met het bestuur. We houden jullie op de hoogte.

Nieuwe locatie: MerksemDok (gelijkvloers), Emiel Lemineurstraat 72-74 te Merksem  
Tijdstip blijft ongewijzigd: van 20.30 tot 21.30 u.  
Vooraf en nadien kan je terecht in de cafetaria.



VAN ONZE REDACTRICE  
WILLEMIJN L

# Falaën of wandelen in de omgeving van een arendsnest

Zondagochtend 4 november 2007, Berchem kerk 08.30 uur.

Buiten Herman en ikzelf allemaal nieuwe deelnemers: Anja, Rita en André. Rita rijdt en de autorit is in zo een geval perfect om mekaar onderweg al te leren kennen.

Wanneer we in de vallei van de Molignée aan de 'Villa des Lapins' parkeren om op onze Paul en onze Marc te wachten, blijkt plots Halloween nog héél dichtbij te liggen; een jongen met een half vervormd en erg gezwollen gezicht, merkt onze aanwezigheid buiten op en besluit vriendelijk het cafeetje voor ons te openen.

Wanneer we voltallig zijn, begint in het gehucht Foy onze tocht. En inderdaad, in het Moretusbos liggen de wegen er modderig bij. Maar onze leider Herman zal ons tijdens onze wandeling later ook vak-kundig doorheen akkers en







weiden met prachtige vergezichten voeren.

In een dorpje lunchen we in openlucht, vlakbij de oude spoorbaan die men met een spoorwegfiets tussen Falaën en Maredsous berijden kan.

In de namiddag bemerken we ondermeer in de verte de torens van de abdij van Maredsous en de zusterabdij van Maredret. Later passeren we een verlaten steengroeve evenals de beroemde ruïne van Montaigle. De herfstkleuren blijven warm en vol en steken soms fel af tegen het groen van de weiden van waarop koeien ons gelaten gadeslaan.

De weemoed, die ik even voel bij het zien van het afsterven van de natuur, slaat al snel om wanneer we geheel onverwacht een koppeltje bemerken dat aan een kapelletje uit een bekertje champagne staat te drinken. Wat blijkt: hij heeft haar net voordien ten huwelijk gevraagd! En oooooohhhh hoe mooi, zij, ontroerd, heeft ingestemd.

Wij zeggen later eveneens 'ja' tegen een lokaal gebrouwen biertje in het kasteel Le Montaigle en beëindigen onze uitstap opnieuw met een drankje in de moderne zaak 'Le Moulin' in Ahnée.

Paul en Marc hadden 's ochtends op weg naar ons punt van afspraak maar liefst 54 Belgische vlaggen

in het Waalse landsgedeelte geteld. Ook wij zouden er tijdens onze tocht nog heel wat bemerken. Wanneer ik de Nederlandse kelner tenslotte vraag of de vrees voor het uiteenvallen van ons land erg bij onze zuiderburen leeft, antwoordt hij dat hij dat eigenlijk niet weet. "Het zal allemaal wel weer goed komen, zeker?", besluit hij.

In het duister van de herfstavond keren we wederom tevreden naar het noorden terug.

*Patrick L*



## Moedige hikers trotseren decemberstorm



Op 2 december ging ik voor de tweede keer hiken met Active Company. Door de term 'hiking' te gebruiken wenst men de sportieve wandelaars onder ons aan te trekken. Weet je wel, niet de zondagse wandelaars met hun handen op de rug wandelend door een villawijk of langs een akker. Hiking is berg af en berg op, door de modder en de plassen en ook verloren lopen hoort er bij. Zeker weten waar je bent om dan na 5 minuten te merken dat het pad dood loopt.

In het weerbericht raadde men af om buiten te komen als dat niet nodig was. Het ging zeer hard waaien en regenen en er konden bomen vallen. Ideaal toch om in de Ardennen te gaan hiken, niet?

We vertrokken met z'n vijven om 8.30 u. in Berchem: Anja, Willemijn, Frans, Frie en Rita, ik dus. Dappere Rita, want zo vond ik mezelf een beetje, ging rijden. Het viel goed mee, tenslotte ben ik maar éénmaal stilgevallen...en dat hoort toch ook bij hiking. Nadat ik aan 60km per uur de berg opreed heeft Frans mij leren schakelen.



Wij kwamen dus iets later dan verwacht aan op de camping "La petite Suisse". Daar verwelkomden Pia en Geert ons met een overheerlijk ontbijt. Het was lang geleden dat het me zo goed gesmaakt had.

Daarna begonnen we met het eigenlijke werk, de hiking. We reden naar het eindpunt om dan vervolgens te voet te gaan naar het beginpunt om dan in een grote lus terug naar het eindpunt te komen.

We waren van onder tot boven ingepakt tegen de regen en uitgerust met kaart en kompas. Pia ging vol vertrouwen met de stafkaart overweg... en ja, zoals het bij een echte hiking hoort, liep het pad éénmaal dood. Onze zelfverzekerde gids liet zich daardoor niet afleiden... even het kompas gebruiken en daar gingen we verder. Over een prachtig mostapijt bereikten we terug een pad.

Het landschap was prachtig, mooie dennenbossen, vergezichten en stromende riviertjes. Tijdens de rustpauzen trakteerde Geert ons op een slok jenever en de mandarijntjes, die enkele onder ons bij hadden meegenomen, werden verdeeld.



Wia's knie was blijkbaar goed genezen, zelfs met al de modder hield ze er een stevige tred in.

Ons Frie, een nog zeer actieve 60-plusser, hikte fantastisch. Je ziet dus vrienden: leeftijd is geen bezwaar om eens stevig te hiken. Na een hiking van 10 km kwamen we weer aan het eindpunt.

We verwarmden ons in een lokaal cafeetje, uitgebaat door een Vlaming en voorzien van

Vlaams bier. Pia en Geert werden getrakteerd door ons voor het heerlijk ontbijt en we raadden Geert aan om te stoppen met roken. Hij beweerde dat je een man zomaar niet kunt veranderen. Frans kon zijn frustratie kwijt over de vrouwen op zijn werk met hun pre- en postsyndroom. Hij leerde ons ook chocolade met mandarijntjes eten. Willemijn, Anja en Rita dronken een La Chouffe, het lokale bier dat wat geparfumeerd smaakt.

We namen afscheid van Pia en Geert, die tenslotte nog de ontbijtafwas moesten doen.

In de juiste versnelling reden we terug naar Berchem kerk, waar we voldaan afscheid van elkaar namen.

*Rita N*

## Activiteitsverantwoordelijke Pia maakt comeback

Spannend, want na een half jaar 'stilliggen' zou ik eindelijk nog eens de leiding nemen voor de hiking in de Ardennen. Ook al voorspelde de weerman weinig goeds, de pret zou ik hierdoor niet laten bederven. Op zaterdag was ik al naar de Ardennen gereden, samen met Geert, om te logeren in onze caravan op camping La Petite Suisse. We zouden immers een heerlijk ontbijt verzorgen voor het groepje uit Antwerpen: spek met eieren!

Rond 10.45 u. stommelden ze de tent binnen en deden zich te goed aan de pistoletjes, onder begeleiding van het geratel van de regen op het tentzeil... Pfff... Misschien moeten we maar nen boek kaarten boven halen? Ah neen hé, eindelijk kan ik nog eens stappen en stappen zullen we. Gelukkig was iedereen het met mij eens, want 't is leuker om wat gezelschap te hebben. Het gezelschap was zo onderhoudend dat ik al binnen het half uur niet meer zeker was van onze positie op de kaart. Geen paniek, na een half uurtje later vond ik het goede spoor opnieuw.

De regen, de bruine natte bladeren, kale bomen, een kabbelend beekje, ja, het gaf een speciale sfeer. Na twee en een half uur ploeteren, waarvan het laatste half uur door de plensende regen, was het cafeetje een echte verademing: knetterend haardvuur en heerlijke La Chouffe. Ik heb de smaak weer helemaal te pakken. Klaar voor de volgende!

*Pia W*

## Hiking meets Nordic Walking

Zoals eerder al aangekondigd zal op zondag 6 januari 2008 hiking tegelijk met Nordic Walking van start gaan.

Om 12 uur wordt er gestart met een gezamenlijke warming-up, daarna zullen de hikers zich scheiden van de Nordic Walking deelnemers. Bestemming deze keer: de bossen van de Merode. Afstand: totaal 21,6 km, kan ingekort worden tot 18 km. Westerlo, de groene parel van de Kempen, kent een rijke geschiedenis die teruggaat tot in de Middeleeuwen en die nauw verbonden is met de adellijke familie de Merode. Het domein telt talrijke kastelen en diverse overblijfselen uit een bloeiend verleden, onder andere de abdij van de paters Norbertijnen in Tongerlo.

Voor info omtrent vertrekpunt, contacteer Pia via [hiking@activecompany.be](mailto:hiking@activecompany.be)



VAN ONZE REDACTEUR  
VINCENT S

## Tennis in Eindhoven



Met z'n vieren zakten we af naar Eindhoven om er deel te nemen aan het Smash en Splash toernooi. Nannette, Mady, Philippe en Tim trokken als vier musketiers ten strijde om voor het eerst AC-tennis op de internationale kaart van het holebitennis te zetten.

Eindelijk een kans om te zien of al dat harde trainingslabour van de zomer zijn vruchten had afgeworpen. Even aanpassen aan de ondergrond ("betontapijt"?) en elk van onze tennissers kon z'n eerste dubbel starten. Voor elk van ons drie dubbels van een uur verdeeld over de verschillende niveaus, van beginner tot vergevorderd. Vreemdgaan was hierbij een verplicht nummer: men kreeg steeds een andere partner toegewezen. Een leuke formule om de andere tennigoden - en godinnen te leren kennen. Tussen de matchkes door werd dan ook snel verbreed met de andere nationaliteiten. Zelfs Vlamingen en Walen konden het prima met elkaar vinden, alsof BHV een onbekende kieskring in een ver exotisch land is.

Onze musketiers deden het zeker niet slecht. De balans: 1 gouden medaille bij de ver gevorderden!

Prijsuitreiking, tombola en nog een pintje drinken en dan naar het diner, waar alle sporters samenkwamen. Over het diner kunnen we kort zijn. Het hoogtepunt was uiteraard de fantastische fuif.

Hier alvast één musketier die volgend jaar teruggaat.

*Tim VH*



VAN ONZE REDACTEUR  
VINCENT S

## Even over de grens...



Na twee uur rijden komt de voorhoede vrijdagavond in Eindhoven aan. Lambert, Jan, Paul en ik doorlopen vlot de verplichte registratie als deelnemer. Zoals gebruikelijk ontvangen we de nodige gadgets en prullaria in een goodie bag (echter, geen condooms deze keer). Meteen maken we kennis met onze host, bij een slap pilsje maken we kennis en daarna: vroeg slapen, want morgen...

Op een zaterdag om 10 u. aantreden op een volleybalveld, het blijft een hele opgave. Maar de wakkere smoeltjes van



Koen, Philippe (met mascotte), Wouter en Chris (ons geheime wapen) maken veel goed. Onze eerste match tegen Zoete Lieve Gerritje winnen we alvast glorieus met 2-0, mede dankzij onze geweldige opslag. Dat willen we gerust toegeven. Dat we meer kunnen dan alleen opslaan, bewijzen we in onze tweede wedstrijd tegen Xu Xu. Tijdens de eerste set stijgen we boven onszelf uit en dwingen een spannende 23-25 af. Door de lange eerste set zijn de matches op de andere velden reeds afgelopen en komt iedereen kijken naar ons mooi volleybalspel of naar de mooie benen (volgens Chris). Het geeft alleszins een geweldig gevoel. Na de middag mogen we het veld op tegen Roze Blok Delft. Over de eerste set valt weinig te zeggen. Het broodje kroket ligt nog op onze maag, blijkbaar. We herpakken ons ietwat in de tweede set. Door een verpletterende overwinning tegen Lange Poten eindigen we eerst in onze reeks en krijgen daarvoor de felbegeerde gouden medailles. Bravo!



Hetgeen daarna komt, verdwijnt in een vreemde overwinningsroes. Douchen, palm, nog palm, palm op. La Place, frieten, meer frieten, geen dessert, ik wil een ijsje, ik wil een ijsje. Eindhoven by night, Mega Mindy, Stop! In the name of love, Italiaanse grot met ijsje, toch nog dessert. Dank u, Gert. Fuif! ... Bed! Bowling bij de Zwarte Doos. Brunch in de Zwarte Doos. Wel lekker. En daarna snel terug naar het geliefde Antwerpen voor het volgende feest.



*Steven H*



## Homocompetitie in Utrecht... een vliegende start



Vorig jaar hadden we Utrecht succesvol afgesloten. We bleven daarbij de hele tijd hangen op de grens tussen de hoogste B- en de laagste A-poule. Omdat wij op de laatste speeldag in de B-poule zaten, werd dit blijkbaar ook onze startpositie.

Blakend van zelfvertrouwen trokken we op 4 november dan ook naar de Uithof voor de eerste van 5 speeldagen. We wilden absoluut terug naar de A2-poule door als eerste uit de rangschikking naar voor te komen. Het resultaat loog er niet om: we gaven geen enkele set prijs. Meer nog, de tegenpartij haalde nooit meer dan 19 (setstand 19-25). Een team verliet zelfs het veld met 3-25. Tijdens de speeldag hebben we uiteraard al een beetje gekeken naar de ploegen in de andere poule. De meningen waren unaniem: daar horen we thuis. Op de terugweg droomden we al stilletjes van de volgende speeldag. Op de achtergrond ging 'Mega Mindy' zachtjes over in 'Oops, we did it again...'

Koen DD



## Sinterklaastornooi Amsterdam



De Nederlandse Sint had dit jaar voor het damesvolleybalteam van AC een fles roze bubbels in petto. Dit als beloning voor weer een half jaar trainen, het aanleren van een nieuw systeem (voor sommigen onder ons zelfs een aantal verschillende posities), goed luisteren naar de aanwijzingen van de juf,...



Acht van ons kwamen op zaterdag 24 november vroeg uit hun bed om op tijd in Amsterdam in tenue op het veld te staan voor een opwarming. De mail van Chris met de laatste afspraken was duidelijk: we gaan deze keer goed opwarmen en er geen gewoonte van maken tijdens de eerste wedstrijd 'op onze appel te krijgen'. Bijna iedereen haalde die opwarming tijdig en Brigitte heeft zichzelf warmgelopen tussen de tramhalte en de sporthal. 't Was nodig ook. Moest dat niet zo onhandig spelen, dan zouden wanten zeker deel uitmaken van mijn wintervolleyoutfit. Aan te houden onder de douche...



De motivatie was er en we hebben tijdens geen enkele match 'op onze appel gekregen'! Waar we op de Euro-Games nog echt gevochten hebben voor onze bronzen medaille, konden we de Amsterdamse schuimwijn (vrij vertaald uit het 'Hollands' is dat goud) op onze sloffen binnenhalen. Volgend jaar proberen we zeker een niveau hoger. Dan kan Britt zich eens echt uitleven tegen die minder sportieve Duitse B-ploeg.

Agnes, de vriendelijke stem van Ans GPS loodste ons feilloos door Amsterdam naar een zaal waar er gegeten en gedanst zou worden. Sinterklaas zette de maatijd en de fuif de winnaars in de bloemetjes. Jammer dat wie geen eerste plaats behaalde zelfs niet vernoemd werd. We weten weer waarvoor we zo goed getraind hebben!

Birte W





VAN ONZE REDACTEUR  
VINCENT S

# Ook bij worstelen verhuizing en nieuw tijdstip

Net zoals conditiegymp kregen de worstelaars te horen dat ze niet langer in de Pestalozzistraat terecht konden. Na een heuse zoektocht vond AC-worstelen een nieuw onderkomen in de turnzaal van de basisschool in de Ruggeveldlaan te Deurne.

Hierdoor veranderde ook het tijdstip van de trainingen. De worsteltraining vindt plaats op woensdagavond en het aanvangsuur verschuift een kwartiertje.

Vanaf woensdag 12 december wordt er geworsteld op de nieuwe locatie. Uiteraard waren de worstelaars als eerste op de hoogte van deze belangrijke wijziging.

### PRAKTISCH

Nieuwe locatie:

Turnzaal basisschool Kangoeroe  
Ruggeveldlaan 699  
2100 Deurne  
woensdag van 19.15 tot 21.15 u.

Voor meer informatie mail je naar activiteitenverantwoordelijke Johan via [worstelen@activecompany.be](mailto:worstelen@activecompany.be).



VAN ONZE REDACTEUR  
ANDY V

# Tornooi Eindhoven



Het eerste tornooi dat ik meedeed voor AC is super meegevallen. Ik was die zaterdagochtend al vroeg uit de veren. Alles nog eens controleren voor m'n vertrek naar Eindhoven: sportzak in orde, voldoende krachtvoeding en drank? Alles zat in mijn zwemzakje, Eindhoven... here we come!

Van zenuwen was er nog altijd geen sprake tot ik de auto instapte en vertrok. Hoe dichterbij Eindhoven naderde, hoe meer kriebels ik in mijn buik voelde. Rond half twaalf begon het schoon volk, waaronder heel wat AC'ers, binnen te komen. De sfeer zat al meteen goed. Om kwart voor 1 mochten we het prachtige zwembad binnen.



Na een tijdje was het mijn beurt om de 50m vrije slag te zwemmen. Met een klein hartje ging ik naar de startblokken, maar mijn teamgenoten moedigden me vurig aan en dat was net wat ik nodig had! Een nieuwkomer voelt zich meteen thuis bij Active Company en da's goed voor de moraal én de zwemresultaten.

Op het einde van het tornooi volgden nog de klassieke estafettes. Alles verliep uitermate vlot en rond 17.30 u. zat mijn eerste tornooi met AC erop. Nakaarten deden we nog even in het zwimmerscafé.

Bij het buitengaan kregen we van de organiserende club Kouros nog een mooi aandenken. 't Was een perfecte dag voor mij en dit is voor mij zeker voor herhaling vatbaar! Die AC-zwemmers mogen me zeker verwachten op het trainingsweekend in Bütgenbach, da's alvast een goede voorbereiding op de EuroGames in Barcelona!

Cindy S

# Een excellente Swim for Life

AC-ZWEMMERS WAREN ER KLAAR VOOR OP ZONDAG 25 NOVEMBER



Elk jaar toch weer die twijfel: zullen we nog eens meedoen aan de Swim for Life, de jaarlijkse benefiet zwemmarathon ten voordele van een aantal AIDS organisaties? Zouden we dit jaar al onze formulieren van onze Brusselse vrienden op tijd krijgen? 't Zijn zowat de gebruikelijke onzekerheden alvorens we de laatste zondagochtend van november trouw afspreken aan de Wezenberg om in groep naar de Wipstraat in Brussel te trekken. In alle geval: de elegante grandeur van het Victor Boïn zwembad in Brussel met de charmante kleedkamertjes maakt heel veel goed. Active Company had dit keer onder de bekwame leiding van teamcaptains Danny en Habibe de nodige voorbereidingen getroffen. Op de AC-borrel van 9 november waren ze alvast begonnen met de nodige sponsorgelden in te zamelen. Niet voor niks klokten de opgehaalde AC-bedragen dit jaar af op een fenomenale 2.611 euro. De zwemprestaties waren als vanouds uitmuntend: met een 25-tal stevige AC-zwemmers zwommen we een totaal van 64km bij elkaar. Wedden dat we er volgend jaar terug bij zijn?!

Patrick B



# Frankfurt Xmas Tournament

7-9 december 2007



Vrijdagmiddag begeef ik me samen met drie andere zwemvrienden naar onze sympathieke host in Mörfelden, kortbij Frankfurt am Main. Verloren rijden is er niet meer bij, een GPS doet deze dagen wonderen... Hoewel hij blijkbaar enkel het Duits meester is, verloopt het contact met onze gastheer uiterst gemoedelijk. Hij blijkt een ideale gids te zijn. Hij troont ons mee naar de grote kerstmarkt in Frankfurt, waar een bonte geurenmengeling van Duitse voedingswaren de straten vult. Wij houden het bij een glaasje Glühwein en een leuk visrestaurant. Daarna begeven we ons naar het schip 'Wappen von Frankfurt' om ons te laten registreren. Hier lopen we ook nog de 3 andere AC-zwemmers tegen het bevallige lijf. Onze 7-koppige delegatie is weliswaar bescheiden in aantal, maar de spirit en de sfeer is absoluut aanwezig. Dat wordt de dag daarna alvast meer dan duidelijk...

Onder luide aanmoedigen duik ik het water in voor mijn 50 en 100m freestyle en breaststroke. Hoewel de zenuwen me parten spelen en mijn resultaten bescheiden blijken te zijn, ben ik er uiteindelijk best tevreden mee. Het is natuurlijk een competitie, maar de nadruk ligt toch vooral op de gezelligheid en het sociale gebeuren. David en Tim zijn alweer in topvorm en verdelen hun medailleogst dan maar onder de rest van de AC-deelnemers!

's Avonds kan iedereen stoom aflaten op de grote Party. Iedereen geniet van de beats en het leuke gezelschap. Enkel de surpriseact is nogal 'freaky and scary'. Een halfnaakte vuurspuwer behangen met leer en stukjes ijzer, gaat zich met vuurwerk en warempel een slijpschijf te lijf... Ze gaan er hun gang mee hier, die Duitsers. Na dit bewogen dagje, kan iedereen de volgende middag rustig bekomen en bijpraten tijdens de copieuze brunch die plaatsvond in het reusachtige restaurant der Deutschen Bank.

De eindconclusie is voor mij glashelder: een fantastisch weekend dat al mijn verwachtingen heeft overtroffen! Tot een volgende keer! Tim, bedankt voor de leuke foto's!

Bert VG

# 10 jaar zwemmen, deel 2

*In de vorige TimeOut beschreef Arne hoe het allemaal begon met het zwemmen bij Active Company. Hoe de activiteit gestaag groeide, hoe sportieve successen op de eerste binnen- en buitenlandse toernooien werden opgevoerd met etentjes, bezoeken aan Kerstmarkten, een gesmaakte verkleedpartij en een supergezellige picknick. Wil je weten hoe het allemaal verder ging, lees dan hieronder deel 2 van de 10de verjaardag van AC-zwemmen.*

## 2001, NU OOK OP WOENSDAG

Wie zoekt die vindt: ons tweede zwemuur is dankzij een tip van Harry een feit! Vanaf 21 februari zwemmen we voortaan ook op woensdag in Hemiksem, waar het personeel heel vriendelijk en hulpbereid is. We waren tot nu toe wel wat anders gewoon! Nieuwe zwemmers sturen we nu naar Hemiksem en trainers Heinz en Marc verhuizen mee. Yves doet de kassa. De recreatieve training verschuift van woensdag naar vrijdag.

## REDDERS IN ZICHT

Vier dappere musketiers - Jacques, Nicole, Jan en Arne - beginnen aan de cursus Hogere Redder. Want een redder in het zwembad is verplicht voor elke club, dit staat zo in het stadsreglement. Ondertussen zijn enkele enthousiastelingen (Nicole, Frans, Yves, Kris en Arne) met de voorbereidingen van ons eerste toernooi gestart. Iedereen krijgt een verjaardagskalender. Nog een excuus erbij om mekaar meer te kunnen zien en Rogeke, die stuurt in naam van de club verjaardagswensen. In het voorjaar gaan we gezellig schaatsen en genieten we van het toneelstuk LesBoyz waar onze Jan Ruyters en ook Jan de Wieuw schitteren. Jacques en Yves vervoegen het bestuur terwijl Johan hoofdredacteur van de TimeOut wordt. Ben zorgt nu voor de zweminformatie in de TimeOut. Onze redders slagen met brio en hebben nu een officieel diploma van hoger redder op zak. Oef, het tekort aan redders is hiermee eindelijk van de baan!

## MULTITORNOOI

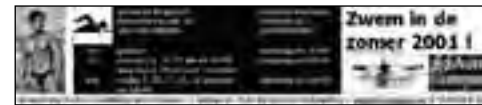
185 inschrijvingen, dat was op zich al een succes voor een eerste zwemtornooi in Antwerpen. De sporters die normaal gezien de vitrinekast vullen stonden nu in voor de organisatie onder leiding van Arne en dus werden er geen medailles maar oorkondes uitgedeeld. Met vijf speciale trofeeën van *innovating style* tot *nices butt trophy* kon iedereen wel aan zijn trekken komen. Dat vonden we belangrijk! De tijdverwerking deed Nicole met zelfgebrouwde software. Voor een officieel toernooi waren we echter nog niet klaar, dus deden de zwemmers van baan 1 en 2 maar de tijdopname en controles. En onder de deskundige begeleiding van kamprechter Francois en de fluweelzachte



stem van speaker Johan liep alles vlot. Oef! De sfeer was geweldig! Het zwembad van Borgerhout zat propensvol en de fun estafette in glitterpakjes was memorabel. Kortom, het toernooi op 9 mei was een groot succes ... en daarbovenop een schitterend slotakkoord voor een fantastisch zwemseizoen!

## ONTMAAGDING

Het zwemmen evolueerde dermate dat het tijd was voor een nieuwe evaluatie. Thema's deze keer waren: de baanindeling, de interactie met de trainers, de lan-



getermijnvisie, de zwemdiscipline in de baan en de opvang van nieuwelingen. We verwelkomen Karen S en Katja als nieuwe trainsters. Met een folder lokken we alle AC'ers in de zomer naar het

zwembad en de après swim. We hebben ondertussen op alle toernooien zo veel vrienden gemaakt dat we af en toe naar Eindhoven en Rotterdam afzakken voor een training en een borrel. In het najaar zijn er op de Lesse een tiental kayakkende zwemmers en bijna evenveel zwemmende kayakers. Sommigen blijven kamperen, anderen houden het op een dagtrip. Later die maand zijn we weer te gast in Eindhoven waar de ontmaagding van de eerste vrouwelijke estafette plaats vindt. En naar verluidt hebben onze dames Nicole, Pia, Ann en Inge daar veel plezier aan beleefd!

## FAIR PLAY

In november begroeten we onze 100ste zwemmer. Peter wordt onverwacht door Arne en het bestuur in de bloemetjes gezet. Ook in 2001 lopen we weer op de kerstmarkt in Frankfurt rond. Gezellig toch! Voor de Swim for Life daarentegen gooien we het over een andere boeg. Hoe zouden we de prestatie van vorig jaar kunnen evenaren? Jan is teamkapitein en met de opblaasbare speeltjes van onze fun estafette willen we vooral sfeer maken. We winnen deze keer de fair play trofee omdat onze zwemmers ook volop met andere ploegen hebben mee gezwommen. Hemiksem wordt populairder, misschien ook dankzij de gezellige cafetaria. En gelukkig vinden ook wat meer vrouwen de weg naar het water, maar desondanks stijgt het aantal zwemmers niet meer. Nochtans mogen nieuwe zwemmers er al lang terug bij. Zijn dit de naweeën van de ledenstop?

## 2002 COMING OUT EN SAFARITORNOOI

Van de Zwemliga blijven we boetes krijgen. Bij een mastertornooi is elke club verplicht zijn eigen officials mee te nemen. De officials, dat zijn de mensen in witte pakjes die de tijdopname en stijlcontrole uitvoeren. Wij hebben geen officials, dus... moeten we maar betalen. Een 6-tal zwemmers doet mee aan een theoretisch examen. Arne, Inge, Luc, Joris en Ben slagen ... en mogen hun officialstage van drie wedstrijden nu aanvatten.

In februari organiseert Eric weer een weekendje SunParks in Den Haan, waar de wind ons letterlijk zandstraalt. We zullen nooit de mooie wandelingen op het strand, de talloze massages, de foto's op het virtuele filmpje van Inge en de oesters en champagne van Andre vergeten. De eerste stages van onze kandidaat officials zijn heel leerrijk en op 11 mei mogen ze in Nijlen voor de eerste keer ook onze eigen AC-zwemmers controleren. Geen erg, niemand wordt gediskwalificeerd!. De AC redders volgen voor de eerste keer een bijscholing, die jaarlijks verplicht is. Tornadoen zijn er dit jaar in Mortsel, Beveren, Amsterdam, Groningen, Barcelona en Parijs. Help, we horen onheilspellende berichten over een nakende sluiting van ons zwembad in Borgerhout...

Op 1 juni 2002 organiseren we samen met badminton en voetbal ons tweede zwemtornooi. We wilden voor de eerste keer een officieel tornooi organiseren, maar dit liep niet van een leien dakje omdat de Vlaamse zwemliga niet genoeg officials vond. Normaal zijn de ouders van de zwemmende kindjes official. En wie wou er nu zijn zaterdag zomaar voor die vreemde club in Antwerpen opofferen? Wat nu? Dreigen om het tornooi af te gelasten? Gelukkig was er Agnes die ons uit de penarie heeft geholpen: tot laat in de nacht heeft ze officials geronseld. En die officials, die hebben waar voor hun geld gekregen. Naast al de drank, wijn en lunchpakketten - die ze anders nooit kregen - was er zo veel ambiance! En zo veel knappe mannen! En dan op het einde nog een fun estafette met ijdele Tarzans en robuuste Janes! Zoiets hadden ze nog nooit meegemaakt! Onze coming out bij de liga was in één klap een feit. De officials waren in 'the mood' en vroegen al of ze bij ons volgend tornooi mochten helpen. Enfin, we hebben natuurlijk ook volop gezwommen in Wilrijk. De zon was van de partij en 's avonds stalen Marc en Katja als gastheer/vrouw op het avondfeest de show.

## DOWN UNDER

Onze lieve trainster Katja werd voorzitter van Active Company. Zwemmer Olivier was al een tijdje penningmeester. We waren dus goed vertegenwoordigd in het bestuur van AC. In de zomer van 2002 trekken een tiental zwemmers naar Australië voor de GayGames. Inge zorgt voor een geweldige outfit en knalrode rugzakken, die vooral tijdens de openingsceremonie een herkenbaar beeld opleverden. Inge steelt nogmaals de show met haar 200m rugslag en verder vallen alle AC-zwemmers op door de witte badmutsen met de Belgische driekleur. Voor of na de GayGames gaan velen samen nog op rondreis. Goed dat sommige mensen twee mobilhomes voorzien hadden! In Antwerpen houden we tijdens die zomer ook de eer hoog om regelmatig een culinaire après swim te organiseren: gezellig peuzelen, drinken, keuvelen en knuffelen tot diep in de nacht.



Op 15 augustus doen Steve, Edwin en Arne mee aan een openwaterkampioenschap in Sint Niklaas. 1000m zwemmen in de vijver "De Ster" is toch heel wat anders dan die korte afstandjes in kristalheldere chloorwater. Op het tornooi van Amsterdam lieten we ons deze keer als **Antwerp Diamonds** van onze 'vrouwelijkste' kant zien. We hadden immers een reputatie hoog te houden, nietwaar?

## DOOR ELKAAR GESCHUD

Help! Borgerhout is sinds juni voor onbepaalde tijd dicht. Het zwembad moet in orde zijn met de VLAREM regelgeving. Op maandag wijken we uit naar Ekeren. We krijgen bovendien een extra uur op donderdag in de Veldstraat. Een extra uur betekent ook meer trainers én redders. Op maandag geven Heinz en David les. Katja en Karen staan elke woensdag voor ons klaar en op donderdag geven afwisselend David, Katja of Tania les. Last but not least, Frans DR doet de kassa op maandag. Een hele organisatie! Al deze veranderingen schudden de zwemgroep grondig door mekaar. Vele (minder) gemotiveerde zwemmers haken af. Een negatieve wind



blaast over Ekeren en de Veldstraat want het is te vroeg, te ver, te vuil ... of het cafetaria is ongezellig. Op maandag zakt het aantal zwemmers van 30 naar 10 en pas na een half jaar is de sfeer terug min of meer zoals vroeger. We gaan door een diep dal. Donderdag is een rustigere avond met 15 zwemmers en vooral nieuwe leden. In Art Deco zwemmen heeft blijkbaar ook zijn charmes! Of zou het de Corsendonck van 't vat zijn die vele zwemmers naar de Veldstraat lokt? Slechts enkele ancients komen (ook) op donderdag. Zij missen dan ook het

volkse buurthuis 't Oud Badhuis, de democratisch geprijsde Belgische bieren én de occasionele pita achteraf. Voor de Swim for Life van 2002 staan Jan en Arne op de AC-fuif rode rugzakken voor het goede doel te verkopen. We zwemmen 55 km waarvan zwemkanon David 10km voor zijn rekening neemt. Zeki trekt deze supermooie groepsfoto.

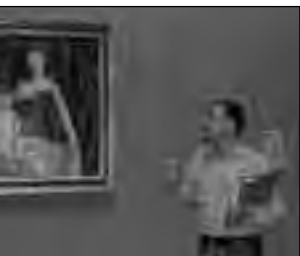
## 2003, DRIE KEER ZWEMMEN

Heinz stopt en Sandra (een goede vriendin van David) neemt de training over. Ergens in februari vergeten we ons lustrum te vieren. Pascal ontwerpt ondertussen de mooie interactieve AC-website, waar we vanaf nu gretig gebruik gaan van maken! Ook dit jaar schitteren we op diverse tornadoen. In Groningen schittert David met blauwachtig haar en veel medailles. Dit is zijn eerste holebitornooi en hij maakt



's avonds kennis met de blote zwemtorso's. In Parijs wordt er daarentegen meer geschitterd op de benedenverdieping van een bekende dansclub. De sfeer zit er terug in en we kunnen de activiteiten niet bijhouden: in maart is er de fill the fridge





party bij Joel en een bezoek aan het museum voor Schone Kunsten onder begeleiding van conservator en zwemmer Nico. In februari zijn we te gast bij Andy die zijn 27ste verjaardag vierde en in april is Luc gastheer voor de AC-zwemmers. Voor Luc's 40ste verjaardag verkleden we ons in het wit. Wat later op het jaar organiseert Frans zijn Boa party: roze, witte en pekwarte pluimen zorgen voor een exquis tafereeltje! Alles wordt haarfijn vastgelegd op foto en dit verschijnt meteen op de AC-website. Het digitale fotoalbum is een succes en blijft tot nu toe de

meest bekeken pagina van onze website. In mei varen we weer de Lesse af. Het wordt een traditie!

### ROZE OFFICIALS

Joris, Ben en Arne behalen hun diploma van TAK (tijdopnemer, aankomstrecht, keerpuntrecht) en vooral Ben kwijt zich van zijn taak als de andere AC'ers de sportieve eer verdedigen. Eind mei reist een hele AC delegatie naar de EuroGames in Kopenhagen. In augustus zakt een groep zwemmers af naar Manchester. De zwemmers van Northern Wave waren altijd massaal aanwezig op onze toernooien, dus kon een tegenbezoek niet uitblijven. Het oude Victoria badhuis, het zwemcomplex en de fuiven lieten een blijvende indruk na. Voor het nieuwe seizoen 2003-2004 stellen we een heus trainingsschema op. Geen nood, de beginners krijgen ook nog genoeg aandacht. Later nemen we afscheid van Yves. Luc is voortaan de nieuwe kassamadam op woensdag. Eric organiseert met de badminton een heuse BBQ en in Eindhoven zwemt dit jaar



trainster Sandra mee. Om eens tussen de knappe mannen te zitten? Of om te controleren of haar trainingen vruchten afwerpen? Ze is alleszins onder de indruk!

### KUSSEN VAN PASCAL SMET

Voor de SFL proberen Andy en Pieter zo veel mogelijk mensen enthousiast te krijgen. We zijn dit jaar met 30 en weer zwemmen we BGS naar de tweede plaats. De sponsoring valt deze keer wat tegen. Wat echter wel blijft hangen, dat zijn alle kussen die de twee team kapiteins van Pascal Smet mochten ontvangen. Ook goed nieuws uit Luik: een nieuwe gay zwemclub ziet het levenslicht: Sporty Liege. Als afsluiter van het jaar trekken een dertigtal zwemmers op 15 december weer naar het museum, deze keer voor de tentoonstelling **Anversa en Genova**. In 5 jaar tijd is de AC zwemafdeling een heuse organisatie geworden met 120 zwemmers, een activiteits- en toernooiverantwoordelijke, 6 trainers, 3 kassaverantwoordelijken, 7 redders, 3 officials, 25 zwemmers met licentie en 3 trainingsuren in 3 verschillende zwembaden. Daarbovenop zijn we lid van de Vlaamse ZwemLiga en de Vlaamse Reddingscentrale. Kortom: een succesverhaal!

Arne M

## Tornooien in de toekomst

De zwemmers van Active Company zullen de komende maanden op heel wat internationale toernooien aanwezig zijn. We geven een bondig overzicht:

- Amsterdam: 15 - 17 februari 2008  
[www.upstreamamsterdam.nl/valentine/](http://www.upstreamamsterdam.nl/valentine/) (inschrijvingen zijn geopend)
- Dusseldorf: 14 - 16 maart 2008  
[www.duessel-cup.de](http://www.duessel-cup.de) (inschrijvingen zijn geopend)
- Berlijn: 2 - 4 mei 2008  
[www.berlinswim08.de](http://www.berlinswim08.de) (inschrijvingen zijn geopend)
- Barcelona: 24 - 27 juli 2008 EUROGAMES  
[2008.eurogames.info](http://2008.eurogames.info) (inschrijvingen vanaf 15/12 WEES ER TIJDIG BIJ)

Dichter bij huis staan er ook heel wat mastertornooien op het programma:

19 januari: Morsel / 26 januari: Kapellen / 16 februari: Beveren / 5 april: Wachtebeke / 19 april: Aartselaar / 10 mei: Nijlen / 31 mei: Boom / 7 juni: Antwerpen (provinciaal kampioenschap)

Masterwedstrijden zijn de ideale voorbereiding op de internationale toernooien. Alle vermelde masterwedstrijden vallen op een zaterdag (meestal 's avonds). Wil je meer info over toernooien? Vraag het aan je trainer of stuur een mailtje naar [zwemmen@activecompany.be](mailto:zwemmen@activecompany.be).

## Trainingsweekend Bütgenbach

Van 11 tot 13 april organiseert AC-zwemmen het eerste zwemweekend in het domein Worriken te Bütgenbach. We vliegen er vrijdag omstreeks 17.30 u. al stevig in met een eerste training. Ook op zaterdag en zondag zijn er trainingen gepland. Kortom een sportief weekend waar ook de nodige ontspanning niet zal ontbreken. Prijs voor dit alles is 80 euro, voor training, verblijf en eten ter plaatse (verblijf op basis van vol pension). Inschrijven doe je door 80 euro over te schrijven op de AC-rekening: 402-7548051-90 met vermelding van "je naam" en "Zwemweekend AC". Inschrijven kan tot 29/02/08. Het aantal plaatsen is beperkt! Dus, wees er snel bij.

Meer info? stuur een mailtje naar David Roels op [zwemmen@activecompany.be](mailto:zwemmen@activecompany.be) of kijk op [www.activecompany.be](http://www.activecompany.be).

Andy V

# JAARKALENDER

DAG	DATUM	ACTIVITEIT	ORGANISATOR
zaterdag	5 januari 2008	nieuwjaarsreceptie Het Roze Huis	Het Roze Huis
zondag	6 januari 2008	NW meets hiking einde kerstvakantie	AC hiking/NW
donderdag	24 januari 2008	raad van bestuur AC	AC RVB
woensdag	30 januari 2008	AV vergadering	AV RVB
zaterdag	2 februari 2008	start krokusvakantie	
zondag	3 februari 2008	hiking	AC hiking
zondag	10 februari 2008	einde krokusvakantie	
vrijdag	15 februari 2008	Valentine Tournament Amsterdam	Upstream Amsterdam
zaterdag	16 februari 2008	Valentine Tournament Amsterdam	Upstream Amsterdam
zondag	17 februari 2008	Valentine Tournament Amsterdam	Upstream Amsterdam
donderdag	21 februari 2008	raad van bestuur AC	AC RVB
vrijdag	22 februari 2008	AC-fuif 'time 2 party'	AC
vrijdag	29 februari 2008	AGA Rome	EGLSF
zaterdag	1 maart 2008	AGA Rome	EGLSF
zondag	2 maart 2008	hiking AGA Rome	AC hiking EGLSF
donderdag	13 maart 2008	AV vergadering	AC RVB
zaterdag	15 maart 2008	Düssel-Cup Düsseldorf	Düsseldorf Dolphins & VC Phoenix
zondag	16 maart 2008	Düssel-Cup Düsseldorf	Düsseldorf Dolphins & VC Phoenix
donderdag	20 maart 2008	raad van bestuur AC	AC RVB
vrijdag	21 maart 2008	lesbian volleybaltournament Wenen Badmintontornooi Amsterdam	Eulevoto Tijgertje
zaterdag	22 maart 2008	lesbian volleybaltournament Wenen Badmintontornooi Amsterdam	Eulevoto Tijgertje
zaterdag	22 maart 2008	start paasvakantie	
zondag	23 maart 2008	Pasen lesbian volleybaltournament Wenen Badmintontornooi Amsterdam	Eulevoto Tijgertje
maandag	24 maart 2008	2de paasdag	
zondag	6 april 2008	hiking einde paasvakantie	AC hiking

# JAARKALENDER

DAG	DATUM	ACTIVITEIT	ORGANISATOR
vrijdag	11 april 2008	trainingsweekend Bütgenbach	AC zwemmen
zaterdag	12 april 2008	trainingsweekend Bütgenbach	AC zwemmen
zondag	13 april 2008	trainingsweekend Bütgenbach	AC zwemmen
donderdag	17 april 2008	raad van bestuur AC	AC RVB
zaterdag	19 april 2008	Algemene Ledenvergadering	AC RVB
zondag	27 april 2008	fietsen	AC fietsen
donderdag	1 mei 2008	Feest v.d. Arbeid/O.H.Hemelvaart	
vrijdag	2 mei 2008	Zwemtornooi Berlin Swim 08	
zaterdag	3 mei 2008	Zwemtornooi Berlin Swim 08	
zondag	4 mei 2008	Zwemtornooi Berlin Swim 08	
zondag	4 mei 2008	hiking	AC hiking
woensdag	8 mei 2008	AV vergadering	AC RVB
zondag	11 mei 2008	Pinksteren	
maandag	12 mei 2008	2de pinksterdag	
donderdag	22 mei 2008	raad van bestuur AC	AC RVB
zondag	25 mei 2008	fietsen	AC fietsen
vrijdag	30 mei 2008	wandelweekend	Luk Vdk en team
zaterdag	31 mei 2008	wandelweekend	Luk Vdk en team
zondag	1 juni 2008	wandelweekend	Luk Vdk en team
donderdag	19 juni 2008	raad van bestuur AC	AC RVB
vrijdag	20 juni 2008	AV vergadering	AC RVB
zaterdag	28 juni 2008	Sun Games Madrid	Halegatos Madrid
zondag	29 juni 2008	fietsen Sun Games Madrid	AC fietsen Halegatos Madrid
maandag	30 juni 2008	Sun Games Madrid	Halegatos Madrid
dinsdag	1 juli 2008	Sun Games Madrid	Halegatos Madrid
zondag	6 juli 2008	hiking	AC hiking
donderdag	17 juli 2008	raad van bestuur AC	AC RVB
maandag	21 juli 2008	Nationale feestdag	
donderdag	24 juli 2008	EuroGames Barcelona	EGLSF
vrijdag	25 juli 2008	EuroGames Barcelona	EGLSF
zaterdag	26 juli 2008	EuroGames Barcelona	EGLSF
zondag	27 juli 2008	EuroGames Barcelona	EGLSF
zondag	27 juli 2008	fietsen	AC fietsen

# JAARKALENDER

DAG	DATUM	ACTIVITEIT	ORGANISATOR
zondag	3 augustus 2008	hiking	AC hiking
vrijdag	15 augustus 2008	Maria hemelvaart	
donderdag	21 augustus 2008	raad van bestuur AC	AC RVB
vrijdag	29 augustus 2008	fietsweekend	AC fietsen
zaterdag	30 augustus 2008	fietsweekend	AC fietsen
zondag	31 augustus 2008	fietsweekend	AC fietsen
zondag	7 september 2008	hiking	AC hiking
donderdag	11 september 2008	AV vergadering	AC RVB
donderdag	18 september 2008	raad van bestuur AC	AC RVB
zondag	28 september 2008	fietsen	AC fietsen
zondag	5 oktober 2008	hiking	AC hiking
vrijdag	24 oktober 2008	AV vergadering	AC RVB
donderdag	23 oktober 2008	raad van bestuur AC	AC RVB
zaterdag	25 oktober 2008	start herfstvakantie	
zondag	26 oktober 2008	fietsen	AC fietsen
zaterdag	1 november 2008	Allerheiligen	
zondag	2 november 2008	hiking einde herfstvakantie	AC hiking
dinsdag	11 november 2008	Wapenstilstand	
donderdag	20 november 2008	raad van bestuur AC	AC RVB
maandag	1 december 2008	Wereld Aids Dag	
donderdag	4 december 2008	AV vergadering	AC RVB
zondag	7 december 2008	hiking	AC hiking
donderdag	18 december 2008	raad van bestuur AC	AC RVB
zaterdag	20 december 2008	start kerstvakantie	
donderdag	25 december 2008	Kerstmis	

items (nog) zonder datum:

- mei: Belgian Gay and Lesbian Pride
- september: feestweekend HRH-ARK
- november: Lesbiënedag (of in december), Swim for Life
- december: Homofolie-Homofobieprijs (organisatie: Halebifederatie)

# FUIFKALENDER



VAN ONZE REDACTEUR  
VINCENT S

## DECEMBER 2007

- Vrijdag 28 december 2007 DENDERMONDE, In- Between Party van Liever Spruitjes, JH Zenith, Otterstraat 58, 21 u.
- Maandag 31 december 2007 GENT, Nieuwjaarsparty 2007 (voor iedereen) van Be Yourself, zaal Twieoo, Overpoortstraat 9, 22 u.

## JANUARI 2008

- Zaterdag 5 januari 2008 ANTWERPEN, Nieuwjaarsreceptie AC, Het Roze Huis, Draakplaats 1, 19.30 u.
- Zaterdag 19 januari 2008 GENT, Halebifuij van think!, Fuijzaal Rector, Stalhof 5, 22u.
- Zaterdag 26 januari 2008 LEUVEN, EXperienz women only (voor lesbiennes) van eXperienz, Musicafe, Muntstraat 5, 22u.

## FEBRUARI 2008

- Zaterdag 2 februari 2008 GENT, Love Message Party (voor iedereen) van Be Yourself, fuijzaal Twieoo, Overpoortstraat 9, 22 u.
- Zaterdag 9 februari 2008 GENT, WJNH Concertzaal van Wel Jong Niet Hetero vzw, Concertzaal Vooruit, Sint-Pietersnieuwstraat 23, 22 u.
- Zaterdag 16 februari 2008 GENT, Halebifuij van think!, Fuijzaal Rector, Stalhof 5, 22 u.
- Vrijdag 22 februari 2008 ANTWERPEN, time 2 party, **after work party van Active Company**, Oude Badhuis, Stuivenbergplein 38, 20 u. start van de fuij, om 19 u. walking dinner

## MAART 2008

- Zaterdag 1 maart 2008 GENT, Halebifuij van Think!, Balzaal Vooruit, Sint Pietersnieuwstraat 23, 23 u.

Wijzigingen voorbehouden. Voor meer info, surf naar [www.halebifederatie.be](http://www.halebifederatie.be)

## Geïnteresseerd?

Ben je nog geen lid van Active Company, maar wel geïnteresseerd in actieve sport en ontspanning voor holebi's?

Op de volgende pagina's vind je een overzicht van al onze vaste activiteiten.

Je eerste deelname (proefles) is telkens gratis.

Bij de meeste activiteiten hoef je je niet op voorhand aan te melden, maar voor badminton en hiking vragen we wel dat je vooraf even contact opneemt met de activiteitenverantwoordelijke, wiens coördinaten je ook op deze pagina's aantreft.

Het bestuur herinnert eraan dat enkel leden verzekerd zijn voor lichamelijk letsel. Deelnemers aan proefflessen worden dus gewaarschuwd dat zij dit op eigen risico doen. Active Company kan niet verantwoordelijk worden gesteld voor enige geleden schade.

Raadpleeg voor de meest actuele informatie aangaande de activiteiten de website [www.activecompany.be](http://www.activecompany.be).

**Lidmaatschap:** 22 euro per jaar

Vraag bij de activiteitenverantwoordelijke om het lidmaatschapsformulier in te vullen.

## Meer info?

Active Company vzw  
Draakplaats 1 - B-2018 Antwerpen  
tel.: +32 (0)477 510 305 - fax: +32 (0)3 248 37 85  
[info@activecompany.be](mailto:info@activecompany.be) - [www.activecompany.be](http://www.activecompany.be)  
rek. nr. 402-7548051-90



## Wie is wie?

### RAAD VAN BESTUUR

- **Vera Van Dijk** *voorzitster@activecompany.be*  
voorzitster
- **Dirk Hendrickx** *vice-voorzitter@activecompany.be*  
vice-voorzitter, hoofdredacteur TimeOut, eindredacteur website
- **Olivier De Ridder** *penningmeester@activecompany.be*  
penningmeester-secretaris (boekhouding, begroting en rapportering), Vlaamse Zwemfederatie
- **Philip Houtermans** *event@activecompany.be*  
evenementencoördinator, EGLSF-contactpersoon
- **Andy Vandervoort** *info@activecompany.be*  
communicatieverantwoordelijke
- **Kris Windmolders** *ledenbestand@activecompany.be*  
verantwoordelijke ledenadministratie

### ONDERSTEUNING RAAD VAN BESTUUR

- **Pascal Maes** *webmaster@activecompany.be*  
webmaster, coördinator webteam
- **Dennis Peeters** *verslaggever@activecompany.be*  
secretaris-verslaggever
- **Sam De Cock** *boekhouding@activecompany.be*  
assistent-penningmeester
- **Sofie Merciny**  
grafisch ontwerp

### ACTIVITEITSVERANTWOORDELIJKEN

- **Jan Rens** - Badminton *badminton@activecompany.be*
- **Anne Vercauteren** - Ballroom dansen *ballroomdansen@activecompany.be*
- **Luk Vandenkieboom** - Conditiegym *conditiegym@activecompany.be*
- **Luk Vanmaele** - Fietsen *fietsen@activecompany.be*
- **Pia Willems** - Hiking *hiking@activecompany.be*
- **Henri van Meines** - Koor *koor@activecompany.be*
- **Mady Hanzen** - Tennis *tennis@activecompany.be*
- **Ann Meurin** - Voetbal *voetbal@activecompany.be*
- **Koen De Deyne** - Volleybal *volleybal@activecompany.be*
- **Johan Bogaerts** - Worstelen *worstelen@activecompany.be*
- **Patrick De Vry** - Yoga *yoga@activecompany.be*
- **David Roels** - Zwemmen *zwemmen@activecompany.be*

## VASTE ACTIVITEITEN

### Badminton

Maandag van 17 tot 21 u.  
Zaterdag van 14 tot 18 u.  
Zondag van 14 tot 18 u.

Stedelijke Sporthal, Blancefloerlaan 183, Antwerpen LO  
UA hoek Vekestraat / Grote Kauwenberg, Antwerpen  
Stedelijke Sporthal, Blancefloerlaan 183, Antwerpen LO

### Ballroom dansen

zondag van 14 tot 17 u. om de 2 weken  
(voor juiste data surf naar [www.activecompany.be](http://www.activecompany.be))

't Werkhuys, Zegelstraat 13, 2140 Borgerhout

NIEUWE  
ACTIVITEIT  
START  
13-01-2008

### Conditiegym

Dinsdag van 20.30 tot 21.30 u.

MerksemDok, Emiel Lemineurstraat 72-74, 2170 Merksem

NIEUWE  
LOCATIE!

### Fietsen

Laatste zondag van de maand

van april tot oktober

### Hiking

Zondag van eerste volledig weekend van de maand het hele jaar door

### Koor

Woensdag van 20 tot 22 u.

Het Roze Huis, 2de verdieping, Draakplaats 1, 2018 Antwerpen

### Tennis

Zondag van 20 tot 22 u.

Tennisclub Laagland, Laaglandlaan 385C, Merksem

### Voetbal

Maandag van 19 tot 21 u.

Voetbalveld van de Deurnese Turners, Drakenhoflaan 163,  
2100 Deurne (Andere locatie buiten het voetbalseizoen)

### Volleybal

Dinsdag van 20 tot 22 u. (gemeenschappelijke opwarming tot 20.30 u., gevolgd door afzonderlijke  
dames- en herentraining)

Stedelijke Sporthal, Blancefloerlaan 183, Antwerpen LO

### Worstelen

woensdag van 19.15 tot 21.15 u.

Basisschool Kangoeroe, Ruggelvelddaan 699, 2100 Deurne

NIEUWE  
LOCATIE &  
TIJDSTIP

### Yoga

Donderdag van 20.00 tot 21.15 u.

Het Roze Huis, zolderverdieping, Draakplaats 1, 2018 Antwerpen

### Zwemmen

Maandag van 20.45 tot 22.00 u.  
Woensdag van 20.45 tot 22.00 u.

Zwembad Borgerhout, Plantin-Moretuslei, Borgerhout  
Sportcentrum Hemiksem, Atletiekstraat 1, Hemiksem

HIER  
HAD  
JOUW  
ADVERTENTIE  
KUNNEN  
STAAN!

Stuur een e-mail naar [sponsoring@activecompany.be](mailto:sponsoring@activecompany.be)  
om de advertentietarieven te bekomen

ACTIVE COMPANY PRESENTS

# TIME:2:PARTY

AFTER WORK

22.02 20:00-02:00

HET OUDE BROUWIS  
STUIVENBERGPLEIN 38  
2060 ANTWERPEN

INKOM 5€-7€

WALKING DINNER 19:00 - 15€ - TIJDIG INSCHRIJVEN

DETAILS [WWW.ACTIVECOMPANY.BE](http://WWW.ACTIVECOMPANY.BE)

NEXT PARTY 30.05.2008



