

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

maart-april 2008 | 12de jaargang | nummer 51 | www.activecompany.be



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

TimeOut

maart-april 2008 | 12de jaargang | nummer 51 | www.activecompany.be

NIEUWE VASTE ACTIVITEIT NORDIC WALKING



actieve sport en ontspanning voor holebi's



Boekhandel 't Verschil breidt uit...

met **ondergoed** voor mannen

en **erotische speeltjes** voor
mannen en vrouwen

waar: de Onderkant
Minderbroedersrui 42
2000 Antwerpen

wanneer: 16 maart om 12u

verder: alle dagen open
van 11u tot 18u

of: www.underkant.be



Diesel

2(x)ist

NEXUS

Fun Factory

Papi

Abercrombie

BIKKEMBERGS

Tantio

Giunch Giunch

Total Joy

XTG



IN DEZE TIMEOUT

- 5 **BESTUUR**
After work in het Oude Badhuis
Active Company ledendag 19 april 2008
Nieuws van de World Outgames 2013
- 8 **REDACTIONEEL**
- 9 **OP DE SOFA...** Luk Vanmaele
- 13 **BADMINTON**
10 kaarsjes voor badminton -
een beeldverslag
Tien jaar AC-badminton -
een impressionistisch overzicht
- 19 **BALLROOM DANSEN**
Ballroom dansen gestart als vaste activiteit
- 20 **CONDITIEGYM**
Conditiegymp met kerstmuts op nieuwe locatie
- 21 **FIETSEN**
Vijfde fietsseizoen start eind april
- 22 **HIKING**
Nordic Walking meets hiking -
Gaaf dat wel samen?
Koninklijke hikers langs Ardense kastelen
- 26 **KOOR**
Harde noten gekraakt tijdens feestdagen
Deck the Hall. Pink Noise is coming!
- 28 **NORDIC WALKING**
Nordic Walking wordt vaste activiteit
Nordic Walking... Hoe het begon
- 30 **TENNIS**
Tennis, tennis, tennis...
- 31 **VOETBAL**
Van Atthis dream team naar d'Actief
Sjotsters...
Voetbalsters bezoeken kerstmarkt
- 33 **VOLLEYBAL**
Kers op de taart
- 34 **ZWEMMEN**
Nieuwe lichte redders
2008 goed gestart met triomf op toernooien
Masterstornooi Mortsel 19 januari 2008
Masterstornooi Kapellen 26 januari 2008
Valentine zwemtornooi Amsterdam
26 februari 2008
10 jaar zwemmen
- 45 Fuifkalender
- 46 Praktisch
- 47 Wie is wie?
- 48 Vaste activiteiten

COLOFON

HOOFDREDACTIE Dirk Hendrickx
timeout@activecompany.be

EINDREDACTIE Dirk Hendrickx, Andy Vandervoort

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

MET BIJDRAGEN VAN Marc Bouwens, Bert Crauwels,
Ines De Clerck, Aline Demuyssere, Marleen Doyen,
Luc De Keersmaecker, Herman Gosselin, Mady Hanzen,
Dirk Hendrickx, Willemijn Langius, Arne Mulkers,
Rita Naudts, Wouter Popelier, Vincent Spanoghe,
Andy Vandervoort, Bert Van Goethem,
Paul Van Harneveldt, Tim Van Hoydonck, Jan de Wieuw

DEADLINE BIJDRAGEN VOLGENDE TIMEOUT
5 april 2008

VORMGEVING [dp-com] - Daniel Peters

DRUK The Image Factory

ADVERTENTIES Danny Kaiser
sponsoring@activecompany.be

VERANTWOORDELIJKE UITGEVER

Vera Van Dijk, Draakplaats 1, 2018 Antwerpen

ABONNEMENTEN Leden: gratis - niet-leden: 8 euro/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. Oplage: 600 exemplaren.

Beste AC-vrienden



Zoals jullie kunnen lezen in deze TimeOut hebben de AC'ers het jaar op een toffe manier ingezet waarbij badminton en zwemmen hun 10-jarig bestaan gevierd hebben. Proficiat!

Wij hebben nog maar net onze TIME:2:PARTY gehad, maar blikken toch al vooruit op onze ledendag van 19 april. De succesformule van vorig jaar wordt herhaald. We kijken even terug op het afgelopen jaar en verklappen vervolgens wat we nog voor jullie in petto hebben in het komende jaar. Zij die vanaf 17 u. aanwezig zijn, krijgen in primeur de nieuwe look van Active Company voorgesteld. Tijdens het walking dinner en de dansavond is gezelligheid troef; een ideaal moment om ook nog eens een klapke te doen met AC'ers van de andere sporttakken. We hopen alvast om de opkomst van vorig jaar (bijna 100 deelnemers) dit jaar te overtreffen!

Dag na dag zijn er vele AC'ers die zich inzetten om van Active Company een toffe club te maken: een inzet die zeker zijn vruchten afwerpt. Ondertussen hebben we ook, zoals beloofd, werk gemaakt van sponsoring. De eerste sponsors/adverteerders hebben zich aangeboden en hopelijk volgen er nog vele.

Bij dezen bedank ik alle vrijwilligers voor hun tomeloze inzet en de sponsors voor hun financiële steun. Op deze manier kunnen we nog jaren "actieve sport & ontspanning" aanbieden op maat van ieders beurs!

Veel sportplezier en héél graag tot op onze ledendag!

Vera Van Dijk
Voorzitster Active Company vzw



VAN ONZE REDACTEUR
VINCENT

After work in het Oude Badhuis

Als je deze TO in handen krijgt, dan hebben we al goed gefeest: op 22 februari was er immers die langverwachte **after work party**. Wij beloven een uitgebreid verslag over dit feestelijk gebeuren dat plaatsvond in het Oude Badhuis in ons volgend nummer.



VAN ONZE REDACTEUR
ANDY

b.site

www.activecompany.be/barcelona

Jawel, nog steeds alle info online op onze AC-webstek. Vergeet niet in te loggen: kies een loginnaam en een paswoord en vervolgens kan je ook de pagina's **ik doe mee!** en **wie doet mee?** invullen én raadplegen.

Active Company ledendag

19 APRIL 2008

Het jaarlijkse hoogtepunt van elke vzw: de algemene ledenvergadering die we bij Active Company altijd verpakken in een heuse Active Company ledendag! Ja, gewoon 'gewoon' is voor Active Company nu eenmaal geen optie!

Op **zaterdag 19 april** blikken we terug op de realisaties van het afgelopen jaar



en dat zijn er heel wat: een succesvolle EuroGames, heel wat nieuwe activiteiten en blijvende ondersteuning van onze vaste waarden. We staan stil bij de inkomsten en uitgaven van Active Company en we blikken vooruit op wat de toekomst brengen zal voor onze wel zeer actieve vzw.

Plaats van afspraak is het Agora café, Universiteit Antwerpen, hoek Vekestraat/Grote Kauwenberg te 2000 Antwerpen.

Wat staat er op het programma?



→ 17 U. ACTIVE COMPANY ACHTER DE SCHERMEN

Vlak na de badmintontraining - hopelijk zijn ze dan al wat uitgepuft - starten we met de jaarlijkse hoogmis in het bestaan van een vzw: de algemene ledenvergadering. Wat realiseerde Active Company? Wat kostte het allemaal en wat bracht het allemaal op? Hoeveel leden hebben we nu? ... Kortom: alles over het reilen en zeilen bij jouw actieve club.



→ 19 U. SMULLEN MAAR!

Active Company biedt meteen na de algemene ledenvergadering een lekkere dorstlesser aan. Wie intussen honger gekregen heeft, kan aanschuiven aan het buffet. 't Gerucht doet de ronde dat het dit jaar wel eens een buffet met overheerlijke tapas zou kunnen zijn. Het aperitiefje is op kosten van Active Company... voor het buffet vragen we een bijdrage van 15 euro per persoon.

→ 22 U. DANSEN MAAR!

Wie er vorig jaar bij was, weet dat plezier maken niet altijd de grote middelen veronderstelt: leuk gezelschap, frisse drankjes, een lekker muziekje... en we zijn vertrokken voor een superleuke dansavond. Een fuif kan je het niet noemen, maar swingen doet het wel!



De ledendag van Active Company is toegankelijk voor alle leden! Je kan zelf kiezen aan welk onderdeel van de ledendag je meedoet. Voor elk wat wils dus! Alleszins hopen we op een talrijke opkomst!

Voor het buffet is het wel nodig om vooraf in te schrijven.

→ Je stuurt vooraf een mail naar Philip Houtermans op event@activecompany.be met de vermelding van het aantal personen (én hun naam) voor wie je reserveert.

→ Tegelijk schrijf je ook het verschuldigde bedrag over op de AC-rekening 402-7548051-90 met vermelding van "BUFFET: naam deelnemers". Prijs per persoon is 15 euro.

→ Drankjes kan je ter plekke kopen aan democratische prijzen, maar het aperitief krijg je alvast van Active Company.

Nieuws van de World Outgames 2013

ANTWERPEN OFFICIEEL KANDIDAAT

Het is nu officieel: de stad Antwerpen, Het Roze Huis-ARK, Active Company en enkele voormalige EuroGamers hebben eind vorig jaar een 'intention to bid for World Outgames 2013' opgestuurd naar GLISA (*Gay and Lesbian International Sports Association*). Dit nieuws kregen we van Jan de Wieuw, één van de trekkers van dit project. Hiermee is officieel bevestigd dat Antwerpen interesse heeft om als gaststad op te treden voor dit mondiale holebi sportevenement. Begin maart 2008 volgen er vanuit GLISA verder instructies om deze intentie concreter te maken.

Een uitgelezen Antwerps gezelschap met o.a. AC'ers Jan de Wieuw en Danny Kaiser bereiden dit dossier samen met de stad Antwerpen voor. Er wordt gelobbyd, vergaderd en gepland... om alvast de sfeer van de organisatie van zo'n World Outgames op te snuiven, brachten ze onlangs een bezoekje aan het kantoor van World Outgames 2009 in Kopenhagen. Gesprekken met tal van sleutelfiguren in de organisatie leverde alvast het heuglijke nieuws op dat Antwerpen een goede kans maakt om de Outgames 2013 ook effectief te mogen organiseren. Niets is definitief, maar dat Antwerpen nog bij dé kanshebbers is, dat is zéér zeker!

TimeOut houdt de lezers verder op de hoogte! Met dank aan Jan voor de info!



VAN ONZE REDACTEUR
DIRK

De wikkel rond TimeOut

Vorige keer lanceerden we de kleurencover en meteen opteerden we er ook voor om TimeOut met een wikkel rond te verzenden.

Wens jij je TimeOut toch liever onder gesloten omslag te ontvangen, meld dit dan aan Kris Windmolders op ledenbestand@activecompany.be.

gratis publicatie voor leden en gelideneerden van Active Company
verrekeningsrijke tijdschrift | uitgeverij Activiteits 2000 Deurne - Guldensporen 7248780

TimeOut

oktober-november 2007 | 11de jaargang | nummer 48 | www.activecompany.be

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

OP DE SOFA:
SABINE UYTERHOEVEN
(DIRIGENTE AC-KOOR)

actieve sport en ontspanning voor hofelb's
www.activecompany.be | 2007 nummer 48

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.

Op de sofa... Luk Vanmaele



Het is vastenavond, realiseer ik me terwijl ik in Den Draak op mijn sofagast wacht, maar gelukkig is er in de Zurenborgwijk en rondom Het Roze Huis geen carnavalsgekte te bespeuren. Als Luk komt aangefietsd hebben de weergoden gelukkig even voor een adempauze gezorgd op deze doorregende dinsdag. Zolang ik Luk al ken, weet ik hem overwegend te fiets arriveren, en zo dus ook vanavond.

Het beeld zou niet kloppen zonder die fiets, want vanavond nodig ik onze activiteitsverantwoordelijke (AV) van AC-fietsen uit op de sofa.

In de eerste plaats ben ik benieuwd hoe Luk bij Active Company terecht kwam.

Luk: "Via Luk Vandekieboom die conditiegym deed, maar toen nog geen AV was. Hij vroeg of ik eens wou mee gaan. Ik heb het nog eens opgezocht, het was september '97, een goede tien jaar geleden dus. Karin was toen nog de lesgeefster en het leek toen meer op aerobic".

TO: Luk, je startte in 2003 met fietsen als een vaste maandelijkse activiteit (samen met hiking). Dat was toen nieuw binnen het aanbod van AC dat tot dan toe enkel wekelijkse vaste activiteiten kende. Hoe ben je er toe gekomen met fietsen te starten?

Luk: Vroeger organiseerde Tom Kiebooms, die ook in het bestuur zat, jaarlijks een fietstocht. Ik nam hier ook aan deel en heb ook een enkele keer mee een fietstocht georganiseerd. Toen ging Tom weg en heb ik die traditie overgenomen, nog steeds op jaarlijkse basis. Toen kwam van Joris (Bulteel, nvdr) en Guy (van Reusel, nvdr), het voorstel om hier een vaste activiteit van te maken. We zijn dan met zijn drieën gestart, en ik ben AV geworden".

TO: Welke plaats heeft de fiets in jouw dagelijks leven, Luk?

Luk: "Ja, ik vind fietsen wel leuk en doe het dagelijks. Fietsen is voor mij iets vanzelfsprekend, het hoort bij het leven. Ik bezoek liefst een stad of land met de fiets.. Ik neem graag mijn fiets mee als ik ergens naar toe ga, ofwel huur ik er

een. Ik vind dit de leukste manier om een stad of land te bezoeken. Je bent vrij en kunt in korte tijd veel zien”.



“Ik deed ook al wel eens enkele langere trektochten met de fiets, b.v. in Zuid-Italië of door Indonesië en Vietnam. Hoewel ik ook weer geen fanatiek fietser ben, ik hou van een gezonde mix van inspanning en ontspanning, als het niet meer leuk is hoeft het voor mij niet”.

Dat is ook bij AC fietsen de doelstelling. Het is een sportieve bezigheid, maar 't moet wel plezierig blijven en dus ook ontspannend. In die zin is 't ook echt een sociale activiteit. En de deelnemers wensen dit ook zo. De routes worden meestal ook zo uitgekozen dat

we door landschappen gaan die afwisselend zijn, met waar mogelijk ook iets cultureel erbij. En het terrasje onderweg hoort er ook stevast bij. We beseffen dat we daardoor niet de racer of de wielertoerist aanspreken.”

TO: Binnenkort start reeds het vijfde fietsseizoen. Kan je de evolutie van deze activiteit eens schetsen?

Luk: “Wel, in 't begin zijn we wat moeizaam gestart. Als nieuwe activiteit hebben we een publiek moeten opbouwen.

“Het is een sportieve bezigheid, maar 't moet wel plezierig blijven” Eerst waren we vaak maar met vijf à zes mensen, zeker bij slecht weer.

Maar eigenlijk is dit vrij snel geëvolueerd en nu hebben we zeker een ruime vaste kern. Bij de fietsweekends zijn we steeds met ruim 25 deelnemers en op de zondagen is dit erg afhankelijk van de weersvoorspelling. Bij goed weer zijn we ook vaak met 25 of meer. En meer moet dat niet zijn, want dat is al ruim veel om samen te fietsen. Wordt er slecht weer voorspelt, dan blijven toch vaak heel wat mensen weg, terwijl 't dikwijls eigenlijk nog erg goed mee valt.

En eigenlijk hebben we ook een divers publiek: heel wat deelnemers uit de verschillende andere AC-activiteiten, maar daarnaast trekken we toch ook nieuwe mensen aan die via de fiets AC leren kennen”.

TO: heb jij nog bepaalde wensen of dromen met betrekking tot de activiteit fietsen, Luk?

Luk: “Ik vind 't wel leuk dat meer en meer ook andere mensen taken op zich nemen.

Zoals Danny (*Roggeman*) die steeds voor de foto's zorgt en voor berichtgeving op de website. Hij en vele anderen stippelen ook al eens routes uit en zorgen voor een voorbereiding van de tocht.

Maar wensen? We gaan zeker verder doen zoals we bezig zijn. Maar misschien - wie weet - komt er wel eens ruimte voor een bijkomende activiteit: bijvoorbeeld een snellere fietstocht, met een aantal uren stevig doorrijden? Als er voldoende interesse moest blijken te zijn, en er dient zich iemand aan om het te trekken, dan sluit ik dat niet uit. Maar voorlopig blijft het bij een sporadische vraag van enkelen om het tempo wat te verhogen, maar dat is in de huidige groep een minderheid. Onze filosofie is dat iedereen die gemotiveerd is om te trappen welkom is. De traagste bepaalt dan uiteindelijk het ritme, maar al bij al valt dat heel goed mee en wordt er stevig gefietst. Nee, ik denk dat de huidige activiteit goed is zo. Ooit is er wel aan mountainbiken gedacht, maar dat wordt in Mechelen (HLWM, nvdr) al georganiseerd, dus daar beginnen we zelf niet aan.

Wel, en eigenlijk zijn we een beetje een buitenbeentje, want net zoals conditiegym en hiking kennen wij geen competitie. En is er dus geen internationale uitwisseling. Er is wel een idee om bijvoorbeeld eens een uitwisseling te organiseren met een homofietsclub uit Keulen. Ik wil daar ooit wel iets mee doen, maar dit idee is nu nog niet zo concreet.”

Luk geeft ook aan een tevreden AV te zijn, als hij de evolutie en stand van zaken beschouwt.

TO: Wat heeft AC voor jou persoonlijk al betekend, Luk?



Luk: (bedachtzaam) “Wel, in mijn jeugd ben ik nooit zo sportief geweest, behalve wat joggen en fietsen. Door AC ben ik met conditiegym begonnen en ben dat blijven doen en dat vind ik wel belangrijk, om me goed te voelen. Maar tevens vind ik ook het sociale bij AC erg belangrijk. Je kan individueel gaan sporten, maar juist door dit in groep te doen, werkt dit erg motiverend. In die zin is de dinsdagavond al verschillende jaren in mijn agenda vast gereserveerd voor conditiegym!

En ook bij 't fietsen vind ik dat sociale aspect erg belangrijk.

Er wordt binnen AC niet in hokjes gedacht. Iedereen is welkom, ongeacht leeftijd, geslacht, afkomst. Ik denk dat dit vrij uniek is. Voor een sportclub, maar ook voor een holebigroep."

TO: Kan je kort even schetsen waarmee jij bezig bent, naast je AV-schap, Luk?

Luk: "Beroepshalve doe ik twee dingen. Als architect-stedenbouwkundige werk ik in een studie bureau dat actief is op 't vlak van verkeer en mobiliteit. Dat is mijn hoofdberoep en daarnaast werk ik één dag in de week als praktijkbegeleider stedenbouw in de Hogeschool Antwerpen."

"Er wordt binnen AC niet in hokjes gedacht. Iedereen is welkom"

Hiermee komen we toch bij de link met fietsen, want voor zijn werk is Luk ook bezig met recreatieve en functionele fietsroutes en voorstellen en advies met betrekking tot fietspaden. Tevens geeft Luk aan dat hij vaak inspiratie op doet voor AC-fietsstochten terwijl hij voor zijn werk diverse plaatsen in het Vlaamse land bezoekt."

TO: een slotvraag, Luk. Heb je nog wensen voor Active Company?

Luk: "Zo verder doen en toch proberen altijd te verjongen. Ik vind het goed dat er zoals nu ook een aantal jonge mensen verantwoordelijkheden op zich nemen. Want je kan goed bezig zijn met een groepje mensen dat samen gezellig ouder wordt, maar tegelijk moet je toch openstaan voor verjonging en niet verzanden in een klikje."



VAN ONZE REDACTEUR
VINCENT

10 kaarsjes voor badminton

Op 2 februari was het letterlijk en figuurlijk een zonnige dag: AC-badminton mocht tien kaarsjes uitblazen. Na afloop van een intensieve badminton sessie kon menig speler zich tegoed doen aan een hapje en een drankje in de kantine van UA. Hieronder volgt een sfeerbeeld van deze heuglijke dag!



Tien jaar AC-badminton

EEN IMPRESSIONISTISCH OVERZICHT

OPWARMING

Sporthal Linkeroever, zondag 27 januari 2008. Een dikke week voor de deadline van de nieuwe TimeOut. Tussen twee partijtjes door vraagt Jan Rens me langs zijn neus weg of ik geen artikeltje over tien jaar badminton kan schrijven. De man die dat oorspronkelijk zou doen, heeft het te druk, vandaar. Ik ben een AC-badmintonner van het eerste uur, dus inspiratie genoeg, orakelt Jan.

Flitsen van mijn badmintonverleden schieten door mijn hoofd. Strijden tot de uitputting op ons eerste toernooi in Londen, zatte fratsen op een boot in Parijs, verstopte grapjassen in de koffer van een auto, mekaars pijnlijke spieren masseren (ja, dat deden we toen nog: is nu blijkbaar taboe?!), tot in de late uurtjes pintelieren in de kantine bij Vera (niet onze huidige voorzitter, red.), tappen en fuiven in Zaal Jacob, met zijn allen chique gaan eten aan de Waalse Kaai...

Ik aarzel. Hoe pers ik een artikel uit al die losse indrukken? Uiteindelijk zeg ik ja: *For old time's sake*. Maar het zal iets heel subjectiefs en impressionistisch worden, zeg ik. Om mij degelijk te documenteren over het afgelopen decennium heb ik het ook iets te druk. Geen probleem, zegt Jan. Beter zo dan geen artikel.

Vooruit met de geit dus.

Maar voor ik erin vlieg, nog even dit: opwarming, jawel. Een oud en nog steeds actueel zeer bij de AC-badmintonners. Blijkbaar meent de doorsnee gay-pluimpjesklopper en -klopster dat zijn/haar lichaam daar geen behoefte aan heeft. *Forever young and beautiful*, weet je wel. Een paar keer meteen keihard naar mekaar over het net meppen en de match begint. Meer is qua opwarming toch niet nodig zeker?

Kan best, maar sta toch maar even stil bij de waslijst knie-, enkel-, rug-, pols- en elleboogblessures die onze spelers teisterden. Gelukkig zijn daar geen statistieken van bijgehouden of niemand durfde nog komen. En dan zwijgen we nog over torpedo-pluimpjes die ogen doorboren (nietwaar, Bart en Steve?), maar da's een ander verhaal.

Noot: zoals jullie merken, laat ik af en toe een Engelstalige uitdrukking vallen. Zo hebben onze talrijke niet-Nederlandssprekende leden er ook nog iets aan.

SET 1

HOE HET ALLEMAAL BEGON: EIGEN GEBAK OP ZONDAG

Rudy en Michael waren de pioniers. Naar het schijnt hebben zij nog met zijn twee in een voor de rest lege en galmende zaal naar elkaar pluimpjes staan kloppen. Maar daar kwam vlug verandering in. Zeker toen ook 's zondags op Linkeroever

kon gespeeld worden. Isabelle, Peggy, Liesbet, Laurence, Bong, André, Gert, David, Yves, Mo en Gideon zijn nog een aantal leden van het eerste uur wiens naam en gezicht me te binnen schieten. Sommigen zijn trouwens nog steeds lid. En laten we de Fons niet vergeten die ons tot op heden de basisprincipes van de edele badminton-sport bijbrengt.



Wat ik me het best herinner uit 1998 is niet het badminton, maar de koffiekranjes na elke sessie op zondag. Iedereen (zo'n 10 à

15 leden) ging na het douchen naar de kantine van Vera. Gezellig samen rond een grote tafel. De afspraak was dat iedereen om beurten iets bakte om bij de koffie op te smullen. De patisseriele hoogstandjes van Bong en Michael waren fenomenaal. Het zijn dan ook allebei topkoks, zoals ze nadien op menig internationaal toernooibuffet bewezen hebben.

Ik had buiten een pannenkoek nog nooit iets gebakken. Toen ik kwam aanzetten met mijn ingezakte en nogal donker uitgevallen misbaksel dat voor een cake moest doorgaan, was ik er niet gerust in. Ik verwachtte hoongelach en giftige nichtenopmerkingen. Niets daarvan. Iedereen at zonder verpinken en met al dan niet geveinsde smaak een plak van mijn baksel. Met uitzondering van de zwartgeblakerde korst natuurlijk. Masochisten waren het nu ook weer niet. Het

“Het illustreert voor mij in ieder geval de spirit van solidariteit die de badmintonclub typeert”

illustreert voor mij in ieder geval de spirit van solidariteit die de badmintonclub typeert.

Onvergetelijk was ook ons eerste internationaal toernooi in Londen, Valentijn 1999. Met de toen nog op zijn kinderwielen rijdende Eurostar, de knusse Engelse gastvrijheid in

Victoriaanse huizen met kniediep vasttapijt tot in de badkamer toe, dansen tot we erbij neervielen op “Believe” van Cher in een oude fabriek die dienst deed als disco, de Valentijnbriefjes die tijdens het toernooi even vlot tussen de deelnemers

heen en weer vlogen als de pluimpjes over het net (ja, we waren nog jong en onbespoten...), het geheime wapen van de Britten: het overdadige *breakfast* dat ze je toedienden zodat je de eerste uren van het toernooi loom over het veld zwalpte. Toch veroverde AC daar zijn eerste gouden medaille.

SET 2 DE LEDENEXPLOSIE IN HET NIEUWE MILLENNIUM

Men vertelde het voort. Het aantal leden groeide zienderogen. Net als het aantal speeldagen. Het kon nu op zaterdag, zondag en maandag. De zaal van de universiteit werd *the place to be*, andere zalen (zoals die van Borgerhout) werden na een weinig succesvolle proeftijd weer afgevoerd.

Het internationaal AC-toernooi werd na het grote succes van de eerste editie in mei 1999 een regelmatig weerkerende traditie.

Soms leek AC-badminton een heus reisbureau. Er werden toernooien gespeeld in Gent, Brussel, Parijs, Londen, Rotterdam, Breda, Berlijn, Barcelona en Glasgow.

We namen deel aan *EuroGames* en *Gay-games* in Amsterdam, Zürich, Kopenhagen, München, Utrecht, Sydney en Montréal. Reisbussen werden ingelegd, vliegtuigen gecharterd, jeugdherbergen ingepalmd, rugzakken en t-shirts *gemarchandised*. En soms liep een AC-toerist na zijn nachtelijke escapades al eens verloren en miste hij de bus (remember Joeri in Zürich 2000).

Ook het aantal *extra muros* activiteiten breidde uit. We speelden niet enkel badminton, maar gingen voortaan ook wandelen in de Ardennen, bowlen in

Deurne, fietsen in Luxemburg en tennissen in het Rivierenhof. De fuiven in Zaal Jacob waren toen nog een goudmijn voor de clubkas. Vergaderingen werden gecombineerd met spaghettifestijnen. Katja-quizen deden de hersenen vonken. Geert lanceerde de onovertroffen AC-modelijn. AC-film- en theateravonden krikten het culturele peil op tot ongekende hoogten. Ja, er kwam zelfs een fantastische eerste AC-trouwpartij: die van Jan en Koen met het onvergetelijke bootfeest in de Antwerpse haven. Van een homohuwelijk durfden we in 1998 zelfs nog niet dromen...



TIMEOUT

Even uitblazen tussen twee sets in. Het sociale aspect van AC-badminton. De babbels, de schouderklopjes, de roddels, de energydrinks, de snackrepen, het hoort er allemaal bij, net als de occasionele smachtende blik naar elkaar (of heb ik nu te veel fantasie?) Het aantal in AC gevormde koppels ligt na een decennium inderdaad beduidend laag... of bleef het bij *one night stands?*

TimeOut heet ook ons magazine. Het bestaat al bijna even lang als de badmintonclub en vierde onlangs zijn 50ste nummer. Bij deze proficiat aan mijn schrijvende collega's.

SET 3 DE KROON OP HET WERK: DE EUROGAMES VAN 2007

Ze liggen bij de meesten van ons nog vers in het geheugen, die EuroGames. Een onovertroffen organisatie, een sportief hoogtepunt, een bovenmenselijke inzet, er is het afgelopen half jaar uitgebreid over geschreven, dus hoef ik dat niet te doen (ook al omdat ik tijdens de EuroGames voor mijn werk in het buitenland zat, *shame on me*).

Anno 2008 is AC-badminton dankzij de niet aflatende inzet van mensen als Vera en Jan een goed geolieerde machine met een warm hart voor zijn leden. Nu en dan verdwijnt een lid uit circulatie wegens omstandigheden: te veel werk, kinderen, andere hobby of sport, kwetsuren, gewoon geen zin meer. Maar als je zo'n ex-lid tegen het lijf loopt, is AC altijd het aanknopingspunt voor een babbel en worden de meestal goede herinneringen opgehaald.

Geregeld duiken ex-leden opnieuw op als spelers. Ze zijn dan misschien een beetje trager geworden en moeten wennen aan het nieuwe puntensysteem, maar het badminton zelf zijn ze niet verleerd. Ook AC-leden van andere sporttakken zoals zwemmen of volleybal wagen geregeld de overstap naar het badminton of combineren verschillende sporten. Zonder het zich te beklagen, integendeel.

En de nieuwkomers? Die staan soms lang te trappelen op een wachtlijst, worden dan door Fons ingewijd en integreren zich in de club rapper dan een buitenlander in onze samenleving (en dat gaat tegenwoordig heel rap, vraag maar aan mijn Zuid-Amerikaanse partner).

GAME OVER EN DRINK ACHTERAF

Zo'n drink is nog steeds traditie in de kantine van de unief. Op Linkeroever slabakt het, wegens te wispelturige uitbaters. Hopelijk verbetert dat in de toekomst.

Op 2 februari was er een feestelijke drink achteraf om onze 10de verjaardag te vieren. We hadden het bij die gelegenheid over de toekomst. Optimisme alom, maar toch ook een zweem van bezorgdheid bij onze bestuursleden. Er zouden te weinig jonge leden instromen en het aantal vrouwelijke leden is beneden peil (na een *boom* een paar jaar geleden).

Nu ja, wat die jongeren betreft, die hangen liever in hun zetel met een zak *Doritos* naar een DVD te kijken, surfen zich suf op het internet en zuipen zich in coma met *breezers* en straffer spul.

“jongelui, dit is een ernstige oproep: bewijs dat ik ongelijk heb en kom massaal sporten bij AC!”

Héhé, wat is het zalig om als *grumpy old man* de jongere generatie uit te kaffen... Nee, zonder zwanzen jongelui, dit is een ernstige oproep: bewijs dat ik ongelijk heb en kom massaal sporten bij AC! Laat die ouwe lullen eens alle hoeken van het terrein zien!

En wat gedaan om ons lesbo-gehalte op te krikken? Hier zou ik mij geen zorgen over maken. Het huidige

tekort aan vrouwelijke spelers is maar een tijdelijke inzinking. Het gros van onze vriendinnen is bezig met het op de wereld zetten of opvoeden van hun kroost. Eens hun kinderen de puberteit ontgroeid zijn, zullen ze massaal naar het badmintonnest terugkeren. En als ze die kroost ook meebrengen is het vergrijzingsprobleem meteen opgelost.

De toekomst van AC blijft rooskleurig!

Luc De Keersmaecker

**HIER HAD
JOUW ADVERTENTIE
KUNNEN STAAN!**

Stuur een e-mail naar sponsoring@activecompany.be om de advertentietarieven te verkrijgen



VAN ONZE REDACTEUR
DIRK

Ballroom dansen gestart als vaste activiteit



Zoals in vorige TO aangekondigd ging op zondag 13 januari ballroom dansen als nieuwe activiteit van start. Dit onder opvallend ruime interesse voor een nieuwe activiteit. De meeste dansparen hadden in de voorafgaande maanden één of twee keer deelgenomen aan de kennismakingslessen. Maar tevens daagden ook nog nieuwe geïnteresseerden op.

Keer na keer worden flinke vorderingen gemaakt. De lessenreeks is nu halfweg.

Bij het verschijnen van een volgende TO zal de lessenreeks afgerond zijn en zullen we evalueren hoe we verder gaan.



VAN ONZE REDACTEUR
DIRK

Conditiegym met kerstmuts op nieuwe locatie



Op dinsdag 18 december verschenen de meeste deelnemers, zoals door lesgeefster Nadine gevraagd, in rode outfit met kerstmuts. Want ook kerstmannen en -vrouwen werken aan hun conditie.

Nadine zorgde voor kerstverlichting en aangepaste muziek.

Het was pas de tweede les op de nieuwe locatie en we moesten nog wennen aan de nieuwe ruimte. De spiegels waarvoor we nu oefenen

werken misschien wat op de lachspieren, maar zorgen er tevens voor dat je sneller opmerkt wat je fout doet, zodat je sneller kan corrigeren.



Zin om eens mee te komen doen?

Elke dinsdag van 20.30 tot 21.30 uur, MerksemDok, Emiel Lemineurstraat 72-74 te Merksem.

Kom best goed op tijd, breng geschikte sportkledij mee waarin je gemakkelijk kan bewegen, een handdoek voor op je matje, een flesje water en douchegerief. En vergeet als je met de wagen komt je parkeerschijf niet te plaatsen (blauwe zone).



VAN ONZE REDACTEUR
DIRK

Vijfde fietsseizoen start eind april

Eind februari hield AC-fietsen een infomoment in Het Roze Huis met gelegenheid voor evaluatie en voorstellen voor het komend seizoen, dat vanaf april start.

Fietsen bij AC

Wanneer? Elke laatste zondag van de maand.

Voor 2008 betreft het de zondagen

- 27 april
- 25 mei
- 29 juni
- 27 juli
- 28 september
- 26 oktober
- van vrijdag 29 tot zondag 31 augustus zal het fietsweekend (onder voorbehoud) plaats vinden.

Bestemmingen: telkens wisselend. Je komt deze te weten via de AC-website of de mailing van AC-fietsen. Interesse om deze mailing ook te ontvangen, stuur dan een e-mail naar Luk via fietsen@activecompany.be.





VAN ONZE REDACTEUR
WILLEMIJN

Nordic Walking meets hiking

GAAT DAT WEL SAMEN?

Gehoord op 6 januari te Westerlo:

"Mama, waar gaan die skiën, er ligt toch geen sneeuw?"

"Ja kind, da is weer iet nief he, da is de moderne manier van wandelen!"



Op driekoningendag kwamen de 'moderne', maar ook de 'klassieke' wandelaars van AC samen in het Kempense Westerlo. 't Was eigenlijk een test. Pia had een tocht uitgekozen van ongeveer 20 km. Daar gingen we dus voor, maar de vraag was: ging het wel samen? Stappen de NW niet veel sneller? En waar prikken die allemaal niet met hun stokken? En zijn dat niet allemaal macha's? ('t is een bijna exclusieve vrouwenclub.) Het oordeel was eigenlijk al geveld in de aankondiging: na een gezamenlijke warming-up zouden de 2 groepen zich scheiden. Ondergetekende stond dus voor een dilemma: als (onregelmatige) deelnemer van de hiking had ik nog eens zin om met deze groep te stappen, anderzijds wilde ik nu eindelijk de lessen NW in de praktijk brengen. Enfin, ik dan toch maar mee die stokken uitgepakt, op lengte ingesteld, riempjes om de polsen. En toen was de hiking-groep al een paar honderd meter verder...

De heilige maagd Maria wist ons terug te verenigen. Er moesten wat calorieën bijgetankt worden en een paar bankjes rond een Lourdesgrot deden prima dienst om gezamenlijk onze picknick te verorberen. Al zaten de twee kliekjes nog apart (en ik daar tussenin), na de boterhammetjes werd de



tocht samen verder gezet. Het ging al heel wat beter. De hikers ondervonden dat ze in lengte wel wat afstand moesten houden, met al dat stokkengezwaai, in de breedte liepen we toch dicht bij elkaar. We passeerden de abdij, het kasteel van de prinsen de Merode en genoten van het natuurschoon langs de Grote Nete.



Als 4-uurtje trakteerde Nadine ons op zelfgebakken broodpudding. De sfeer kon niet meer stuk. Samen smullen, resulteerde in samen afspreken hoe het verder moest. Nordic Walking zou een nieuwe vaste activiteit van AC worden, maar gewoon mee wandelen zou ook kunnen en omgekeerd. Dat klonk me als muziek in de oren. Ik zal dus niet meer moeten kiezen: hiken met sticks of gaan Nordic Walken zonder sticks; kan allemaal. NW en Hiking: gaat héél goed samen!

Herman Gosselin

Koninklijke hikers langs Ardense kastelen

Wat ging alles vlot de morgen van 3 februari, al om 8.10 u. stonden Frie en ik aan de parking van Berchem kerk. Wij gingen hiken ergens in de Ardennen tussen Namen en Luik. Er was een kasteel en water.

Meer hoefde ik niet te weten, Nicole ging immers de hiking leiden.

Eric arriveerde na ons en dan Frans. Hij kwam met het nieuws dat Nicole en Willemijn hun wekkertje niet hadden gezet of gehoord. Ze kwamen zo snel als het ging.



“Allé Frieke, vul dan nog maar wat kruiswoord-raadsels in”.

Al snel arriveerden Nicole, Willemijn en Els. Het was de eerste maal dat ik Els ontmoette. Ik heb haar ervaren als een stille en aangename hikster, geen kilometervreterke, maar iemand die kan genieten van de natuur.

We reden met twee wagens, een Saab en een BMW. Dat is eens iets anders dan mijn melkcar. Ik zat op de koninginplaats in de Saab... hmmm heerlijk nog wat dutten.

Eric was een koninklijke chauffeur, en ook in het hiken; hij verbeet de pijn in zijn voet zonder te morren.

Onze wandeling vertrok aan het 17de eeuwse classicistische kasteel van Modave. De bouwheer was ridder van de Kousenband en graaf van het Heilig rijk. De decoratie, niet van de bouwheer, maar van het kasteel, nam zes jaar in beslag. Jammer genoeg was het kasteel gesloten. Het is te bezoeken van 1 april tot 15 november. Ik denk dat ik eens terugga om dit te doen, want het was langs de buitenkant al zeer indrukwekkend.

Ook de omgeving rond het kasteel is prachtig: kabbelende riviertjes en vooral zéér, maar dan ook zéér mooie bomen. Soms zou ik wat langer hebben willen genieten. Het was het weekend van de winterprik en te lang stilstaan kon niet... of was het om ons verloren half uur in te halen. Volgens Nicole hadden we dat echter al ingehaald door niet met mijn melkcar te rijden (zie verslag van vorige hiking).

We wandelden in de Condroz, een gebied dat door de Germaanse volkstam Condruzi werd verdedigd tegen de inval van Julius Caesar. Ze verloren wel, maar het gebied bleef hun naam behouden. Als je sommige bomen bekeek, dan denk ik dat die er toen al stonden.



Het middageten nuttigden we ergens in een put waar het tamelijk windvrij was. Och arme ons Frieke; ik had haar bokes goed dik gesmeerd met mierikswortel, lekker gezond, maar het was gewoonweg niet te vreten. Mierikswortel gebruik je namelijk zoals je mosterd gebruikt. Wegens de koude wind was ook het middageten van korte duur. Een cafeetje was er helaas niet te bespeuren.

Allé hop met de geit en daar gingen we weer. Door het bos en door de weidse natuur, machtig en prachtig. Ah ja, en zoals het bij een hiking past kwam het kompas van pas, de stand van de zon, en de twijfel of je links, rechts naar boven, naar onder terug of vooruit moet.



Het gebied fungeert ook als waterwinningsgebied voor Brussel. Ik vind dat de Brussellaarkes op hun twee oren mogen slapen; het riviertje Hoyoux dat voor het transport zorgt is op veel plaatsen voorzien van een betonnen bedding. Op een brugje over deze bedding vonden Nicole en Willemijn dat het fijn was om elkaar liefdevol vast te nemen.

Tenslotte wandelden we langs een hele lange muur. Ik heb iets met muren. Op dat moment denk ik aan al mijn vorige levens. Hij was stevig en mooi begroeid met klimop. Ik dacht: ik heb vroeger achter die muur gewoond. Zo'n lange mooie muur had ik nog nooit gezien.

We draaiden het hoekje om en wat zag ik, we waren terug aan het vertrekpunt.

Het was de muur van het domein van het kasteel van Modave. Zou ik vroeger dan bij de 'regenboog Kousenband' behoord hebben?

We besloten nog iets te gaan drinken in Huy. In het plaatselijke café hing spijtig genoeg wat te veel rook. Eén consumptie en weg waren we.

Frans was helemaal opgemonderd na de hiking. Die leek in staat te zijn om nog eens dezelfde toer te maken.

Al slapend in de Saab kwam ik terug aan in Berchem. Ik schrok wakker, ik was geen koningin meer, maar naast mij zat er een prinses, schitterend mooi. Het was ons Frieke, ze had te veel mierikswortel gegeten...

Rita Naudts



VAN ONZE REDACTEUR
WILLEMIJN

Harde noten gekraakt tijdens feestdagen



Na enkele maanden een heus nieuw kerstrepertoire ingestudeerd te hebben, deed ons koor rond de kerstperiode enkele verzorgingstehuizen aan en - het mag gezegd worden - zeker niet zonder succes. Afgezien van de lol die we er zelf aan beleefden, de vreugde van het ontdekken dat het zwoegen op enkele vervelende noten toch zijn vruchten afwerpt en het samenzijn als groep, was toch ook het zichtbaar genoeg van ons publiek en het warme onthaal heel fijn om mee te maken. De hapjes en drankjes achteraf werden ook zeer gesmaakt.



Na nieuwjaar brachten we ons "Sound of Music" repertoire ten gehore in alweer een ander rusthuis. De laatste repetitie een week van tevoren verliep allesbehalve goed, maar eenmaal we ons de avond van het optreden in ons nonnenkleed hadden gehesen wisten we dat er nog weinig fout kon gaan. En zo geschiedde.



De bijgevoegde foto's tonen alvast dat het aan de sfeer onderling zeker niet gelegen zal hebben.



Jolijt alom tijdens het aantrekken van onze tenues. Tijdens het optreden zelf stonden we uiteraard zoals steeds gedisciplineerd en plichtsbewust uit volle borst te zingen.

Maar ook het publiek genoot en deed erg goed mee.

Eén ding is zeker: al mag het nog zo slecht gaan met je geheugen op latere leeftijd, "Edelweiss" en "Do-re-mi" krijg je nooit van je harde schijf gewist, dat is daar alleszins bewezen.

Als voetenoot wil ik nog even meegeven dat in april 2009 ons koor 10 jaar bestaat en er heel wat dingen op stapel staan. We houden jullie alleszins op de hoogte. Via TimeOut en via de website van Active Company

Marc Bouwens

DECK THE HALL

Pink Noise is coming!

BESCHOUWINGEN NA DE KERSTOPTREDENS VAN HET KOOR VAN AC, PINK NOISE



"Deck the Hall" Pink Noise komt eraan.
"Halleluja" we konden weer met z'n allen
gaan zingen "The Rhythm of Life".

"Rise up Shepherd, and follow".
Want waar gaat het anders over met kerst
"The Gift" natuurlijk.



Jazeker, "Mary had a baby, Yes lord" !
Ons publiek was, "Je ne l'ose dire",
tot tranens toe ontroerd en dat gaf ons
een goed gevoel. Met ons gemoed nog vol
gingen we een "Stille Nacht" in vrede tegemoet.



"Jingle Bell Swing"
Bekijk de foto's maar eens,
en vlieg er mee in.
Wees Welkom
en voel je goed,
want naar extra Baritons
zijn we nog op zoek!

See you soon

Paul Van Harneveldt





VAN ONZE REDACTEUR
WILLEMIJN

Nordic Walking wordt vaste activiteit

Na twee kennismakingslessen en een eerste reeks van zes lessen Nordic Walking (NW) biedt AC nu ook NW als vaste activiteit aan.

Bedoeling is dat je als deelnemer reeds een lessenreeks (bij AC of elders) hebt gevolgd. Er zal telkens een wandeling worden uitgestippeld, waarbij de route met de poles zal worden gelopen. Bij voorkeur beschik je zelf over geschikte poles; indien niet, contacteer dan activiteitsverantwoordelijke Nadine Lambrechts nordicwalking@activecompany.be.

Nordic Walking zal telkens plaatsvinden op de derde zondag van de maand.

De activiteit begint telkens om 12 uur; samengekomen aan parking van de GB en de Gamma op de Noordersingel, naast Hof ter Lo.

Uitzonderlijk vindt de eerste sessie Nordic Walking niet op een derde zondag plaats maar op zondag 24 februari. De overige sessies vinden plaats op de volgende zondagen:

16 maart	17 augustus
20 april	21 september
18 mei	19 oktober
15 juni	16 november
20 juli	21 december

We spraken met AV Pia af dat voor de hiking sessies die **niet** plaatsvinden in de Ardennen, ook de Nordic Walkers kunnen aansluiten mét hun poles. Tegelijk kunnen ook de hikers meegaan tijdens de tochten van Nordic Walking.

Active Company voorziet geen poles, je moet deze zelf meebrengen!



Heb je er geen? Vooraf contact opnemen met Nadine: nordicwalking@activecompany.be

Prijs: 1 knipje of 1,5 euro in klinkende munten.

Nordic Walking... Hoe het begon



Het begon ergens in oktober met twee kennismakingslessen Nordic Walking. Gevolgd door een lessenreeks van zes. Het weer speelde ons telkens weer parten, aan regen geen gebrek maar wel zacht voor de tijd van 't jaar.

We lieten ons er niet door intimideren en waren trouw op post onder het toezend oog van Nadine. Wel spijtig dat de mannen het lieten afweten met uitzondering van Herman en Etienne; vinden zij het misschien te soft? Of zijn wij, de vrouwen, (in weer en wind) van het volhoudend soort misschien? Kortom ik daag de mannen uit. Gemengd is uiteindelijk ook leuk!

Marleen Doyen





VAN ONZE REDACTEUR
VINCENT

Tennis, tennis, tennis...

We spelen met AC-tennis ook in de winter interclub. Dit houdt in dat we op acht zaterdagmiddagen in de winter tennissen. Hieruit wordt de eindrangschikking gemaakt en daarna wordt er een eindronde gespeeld.

We spelen altijd vier matches: één dubbel dames, één dubbel heren en twee dubbel gemengd.



We mixen de dubbelteams uit volgende leden: Line, Nannette, Mady, Tim, Sven, Eddy, Wouter, Niels en Kenneth. Onze laatste match van de voorronde werd gespeeld op 23 februari 2008 van 18.00 tot 20.00 u.

De bedoeling is volgende winter interclub te starten met twee teams. Vooral aan vrouwelijke spelers ontbreekt het ons voorlopig nog. Enkel Sofie is nog kandidate om mee interclub te spelen

Dus, als je interesse hebt om volgende winter (ook mannen natuurlijk) mee te spelen, snel even een mailtje of telefoontje.

Ook deze zomer zal er gelegenheid zijn om toernooien mee te spelen (LTL of VTV). Meer info hierover ook bij mij.

Graag tot binnenkort op de gravel-banen, sportieve tennistoetjes!

Mady Hanzen



VAN ONZE REDACTEUR
WILLEMIJN

Van Atthis dream team naar d'Actief Sjetsters...



In de komende Time Out(s) nemen we jullie mee terug in de geschiedenis van het voetbal. Verschillende mensen van toen en nu getuigen over het voetbal.

De eerste in rij is Aline Demuysere, bij wie het ooit allemaal begon.

10 JAAR VOETBAL - DEEL 1

Voetbal leerde ik spelenderwijs kennen via mijn jongere broer en zijn vriendjes. Pas later wou ik de sport graag competitief beoefenen, net zoals mijn broers, doodgewoon doordeweekse

trainingen en matches. Mijn vader dacht er echter anders over: zijn dochter zou nooit voetballen in clubverband. Op die manier werd mij duidelijk dat voor meisjes bepaalde deuren gesloten bleven.

Na jaren aandringen lukte het me toch mijn vader te overtuigen - in ruil voor iets anders - en trad ik als zestienjarige toe tot een provinciaal geklasseerde damesvoetbalploeg. De daaropvolgende jaren werden echter getekend door een pijnlijke coming-out, zowel binnen de voetbalploeg als daarbuiten, met de bijhorende vooroordelen en onzekerheid. Mijn favoriete sport werd dé plaats waar ik steeds minder mezelf kon zijn, tot ik er uiteindelijk mee stopte.



De jaren gleden voorbij totdat mijn aandacht getrokken werd door een affiche die de Gay Games in Amsterdam aankondigde. Daar kon ik onmogelijk aan voorbijgaan zonder mijn voetbaldromen weer boven te halen. Binnen het jaar slaagden we erin veertien lesbische vrouwen op een Antwerps voetbalveld te krijgen als voorbereiding op onze deelname! Dit grootse toernooi



deed ons belanden op een prachtige paarsroze voetbalmat, onder een blakende Amsterdamse hemel; 45 deelnemende holebi-ploegen op één toernooi; meer dan 500 holebi's! We werden overrompeld.

Deze ervaring smaakte naar meer en vormde de aanloop tot het opstarten van voetbal binnen Active Company als wekelijkse activiteit. In december 1998 gingen we officieel van start en zetten holebi-voetbal voor 't eerst officieel op de agenda in België.

Zeg nu zelf. Kon ik mij een mooier sprookje bedenken als 10-jarig lesbisch meisje in de dop?

Aline Demuysere

Voetbalsters bezoeken kerstmarkt

Naar jaarlijkse gewoonte zijn onze d'actief sjetsters weer afgezakt naar de kerstmarkt op de Grote Markt in Antwerpen.

De jeneverkes, coupekes, glühwein met en zonder Amaretto verwarmden ons alom, de sfeer zat er goed in. Volgend jaar zijn we er terug bij!



VAN ONZE REDACTEUR
VINCENT

Kers op de taart

Er is weer iets moois gebeurd bij AC in Volleyballand: onze heren hebben het gepresteerd om het jaar te beginnen in B1 en nu na de derde speeldag door te stoten naar A1 (The sky is the limit, vraag dat maar aan Mega Mindy). Als medetrainer van deze fantastische bende ben ik ontzettend trots op wat we hier gepresteerd hebben. Toen we na de eerste speeldag van B1 naar A2 gingen, verklapte ik iedereen dat ik heimelijk hoopte op promotie naar A1 (ik kreeg verbouwereerde blikken), dat dit de kers op de taart zou zijn voor dit seizoen. Nu die kers is er! Dit dankzij allen die de drie speeldagen meededen, ook al konden sommigen niet meevieren.

Congratz to all!!!

Wouter Popelier



RED & BLUE

GAYDISCOTHEQUE





AN ONZE REDACTEUR
ANDY

Nieuwe lichting redders



Je hebt ze waarschijnlijk nog nooit écht in actie gezien, maar ze zijn er wel! Elke zwemtraining is er minstens één redder in het zwembad aanwezig. Dit is een voorwaarde van de stad Antwerpen om een zwembad af te huren en die extra veiligheid is mooi meegenomen, niet? Ken jij ze nog niet? Wel, de AC-redders zijn: Nicole, David, Arne of Jan. Maar... wellicht had je het al horen waaien: een aantal zwemmers van baan 4 had ook redderambities. Bart, Arnoud en Andy begonnen in september 2007 aan de opleiding Hogere Redder. Terwijl héél Antwerpen kon nagenieten van de laatste zomerse zaterdagen, versleten zij hun broek én zwembroek



in de Wezenberg. Vanaf 13 u. begonnen ze aan de praktijkles tot ongeveer 14.30 u. Daarna mocht de zwembroek drogen en werd hun hoofd volgepompt met allerlei wetenswaardigheden over verdrinkingen, reddingssituaties, reddingstechnieken, eerste hulpverlening, anatomie... kortom: een heleboel kennis die noodzakelijk was om in januari van dit jaar te kunnen afzwaaien met de wel zeer eerbare titel van 'hoger redder'. Trouwens, niet alleen de zaterdagen waren eraan: heel wat zondagen en dinsdagen werden er extra lessen ingepland. Een enthousiaste leraar die misschien wel een boon had voor deze drie aspirant redders kon er maar niet genoeg van krijgen: reanimatietechnieken, verbanden aanleggen, wondverzorging, simulaties met slachtoffers van het Rode Kruis... alles kwam aan bod! Op zondag 20 januari was het tijd voor hun meesterproef en de jury zag dat het goed was: Arnoud met grote onderscheiding, Bart en Andy niet minder onverdienselijk met onderscheiding. Met deze nieuwe lichting redders kunnen we stilaan beginnen dromen van een derde zwemdag. Wordt vervolgd!



2008 goed gestart met triomf op toernooien

Het wordt stilaan een klassieker dat we in elke TimeOut terugblikken op voorbije toernooisuccessen en meteen ook al nieuwe krachtmetingen aankondigen. Goede gewoontes zijn er om te koesteren! Heel binnenkort kan je heel wat AC-zwemmers in het water zien tijdens de volgende toernooien:

- zwemtornooi in Düsseldorf van 14 - 16 maart 2008, info op: www.duessel-cup.de
- zwemtornooi in Berlijn van 2 tot 4 mei, info op: www.berlinswim08.de

Ook zullen de zwemmers deelnemen aan tal van toernooien in de masterscompetitie van de Vlaamse Zwemliga. Meer info over deelname krijg je voor of na de training van David of Nicole. Intussen kan het geen kwaad om alvast de volgende data in je agenda aan te kruisen: 5 april (Wachtebeke), 19 april (Aartselaar), 10 mei (Nijlen), 31 mei (Boom) en 7 juni (Antwerpen: provinciaal kampioenschap).

TIP TIP TIP

Lees zeker het interessante artikel "*Een zwemtornooi, alles wat je moet weten... doen... meebrengen...*" van Luc en David nog eens opnieuw. Je vindt het op www.activecompany.be, rubriek TimeOut, in het nummer 46 van mei-juni 2007.

Masterstornooi Mortsel

19 JANUARI 2008



September 2006 was mijn start bij AC-zwemmen. Mijn drijfveer? Meer holebi's leren kennen en op een ontspannen manier aan sport doen. Dat ik goed anderhalf jaar later aan een toernooi zou deelnemen, had ik nooit durven dromen.

We waren gewaarschuwd voor



de gladde startblokken in Morsel. Vorig jaar nog kostten ze de zwemmers de wisselbeker: enkele zwemmers hadden immers bewogen na de gevleugelde woorden "op uw plaatsen". De jury is dan onverbiddelijk: gediskwalificeerd! Zenuwachtig was ik wel: zal mijn brilleke niet vol water zijn bij de duik? Zal ik ook nu enkele liters water slikken bij het keerpunt? Gelukkig waren de AC-zwemmers talrijk en stelden ze me gerust: "gewoon doorzwemmen" was het devies, "wat er ook gebeurt". Nu ja, ik was zeker niet de enige met zenuwen: zwemkameraad Patrick B dacht er zelfs aan om de 50m vrije slag in schoolslag te zwemmen.

Ik gleed niet van de blokken, mijn brilleke bleef droog én op mijn hoofd staan en ik zwom de 50m vrije slag in 36 sec, wat me een persoonlijk record opleverde, denk ik. Ook Patrick zwom een persoonlijk record, in diezelfde vrije slag. Met dit eerste succes op ons palmares maakten de zenuwen plaats voor opluchting en trots.

Trots was een constante bij alle aanwezige AC-zwemmers: we waren het talrijkst aanwezig, het succesvolst en... we zwommen gewoon het mooist! Wim zijn virtueuze vlinderslag was een streling voor het oog. Kers op de taart werden de estafettes 4 x 50m vrije slag. Overwinning, triomf, eeuwige roem... kortom: Active Company stond er!



Na de wedstrijd waren er traditiegetrouw boterhammen met hesp en kaas. Samen met een frisse pint was dit een uitgelezen recept om de plechtige overhandiging van de wisselbeker te vergezellen. Een aantal zwemmers stopten niet met vieren en zetten een stapje in het Antwerpse nachtleven. Hoe aantrekkelijk het ook was om de benen uit te slaan in de Red&Blue, ik kroop voldaan in mijn bedje!

Een toernooi met de AC-zwemmers? Da's gewoon superleuk! En dus niet alleen voor de beste zwemmers. Want bedenk dit: samen zijn we sterk! En sterk waren we: Active Company zwemmen was de beste ploeg op dit masterstornooi in Morstel. We doen zo voort!

Bert Crauwels

Masterstornooi Kapellen

26 JANUARI 2008

Zaterdagmiddag 16.45 u. en ik maak me klaar voor een fietstochtje van een kilometer of twintig, richting Kapellen. Nog meer op het programma die dag? Mijn (eerste) deelname aan het masterstornooi in Kapellen. Het werd dus direct een soort minitriathlon.

'Goed zot', denken sommige TimeOut-lezers waarschijnlijk, maar daar trek ik me mooi geen bal van aan...

Een uurtje later zie ik de contouren van het sportcomplex voor mijn ogen opdemen. Goed begonnen is half gewonnen! We arrived!

De AC-afvaardiging is niet minder uitgelezen dan anders: vier vrouwen en drie mannen.

We hebben nog de tijd om uitgebreid in te zwemmen, nooit een overbodige luxe overigens.

Het programma vangt aan met een medley; Nicole, Cindy, Jan en Tim kunnen al dadelijk het beste van zichzelf geven. Wat later is het mijn beurt. Zenuwen of niet, we gaan ervoor en na mijn 50m vrije slag blijkt dat er van mijn vorige tijd 2 seconden afgegaan zijn (hoera!). Op de 50m schoolslag komt er een seconde bij... da's dus duidelijk nog een werkpunt!

Na de wedstrijd waren er cadeautjes voor de deelnemers: een pen, een kaarsenset en een doosje verfrissende muntjes. Ongetwijfeld te danken aan die gulle hoofdsponsor die verdorie mijn ex-werkgever blijkt te zijn.

In een overvolle cafetaria wordt bij de boterhammetjes nog even nagekletst, een merkwaardig muziekgroepje doet verwoede pogingen om enige muzikale verstrooiing te brengen, maar slaagt naar mijn bescheiden mening niet in dit opzet.

Tijdens de terugtocht laat ik glimlachend de hele avond nog eens in gedachten aan me voorbijgaan. Alweer een sportieve ervaring rijker!

Bert Van Goethem

Valentine zwemtornooi Amsterdam

16 FEBRUARI



De triomfen waren te groot om verslaggeving over dit superleuke tornooi uit te stellen tot de volgende TimeOut. Of ligt het aan die ongeduldige TimeOut-redacteur die altijd de laatste nieuwtjes in ons ledenblad wil? In alle geval hebben de AC-zwemmers zich ongelooflijk goed geamuseerd daar bij onze Noorderburen: prachtig weer, een ideale mix van een gastvrij onthaal, lekker eten, gezellig winkelen, sportieve successen en niet te vergeten de interessante stadwandelingen met Dommel. Met zoete herinneringen en 9 eerlijk verdiende medailles keerden we terug naar Antwerpen. Vast en zeker een aanrader.

Ines De Clerck en Tim Van Hoydonck



10 jaar zwemmen

Het derde en laatste deel van 10 jaar zwemmen bij Active Company. Deze verjaardag ging trouwens niet onopgemerkt voorbij: op maandag 3 februari nodigde het bestuur van Active Company alle zwemmers uit om het glas te heffen op 10 jaar sportieve successen, kameraadschap en vooral veel plezier! Wil je weten hoe het allemaal begon en evolueerde? Lees dan hieronder het verslag van Arne over de zwemperiode 2004 - 2008.

2004. EEN NIEUWE WIND

Na bijna zes jaar dienst geeft Arne de fakkel door aan de volgende generatie. David Roels is vanaf nu onze activiteitenverantwoordelijke. Arne krijgt een mooi cadeau van alle zwemmers en blijft achter de schermen helpen bij tornooien en de website. Eric en Joris vervoegen het bestuur. Samen met Olivier en Katja zijn de zwemmers nu wel heel goed vertegenwoordigd. Spijtig genoeg komen die bestuursleden minder en minder naar het zwembad. Maarten (de vriend van Karen) vervangt Sandra als trainer. Maarten en Karen zijn nu van wacht op maandag. Katja en David op woensdag, soms als zwemmende trainer. Johan neemt op maandag de kassa over.

In april doen we eens iets anders dan zwemmen... of toch niet? Joel heeft de waterpoloploeg van Gay Swim Amsterdam uitgenodigd voor een initiatie. In zwembad Groenenhoek ervaren we hoe vermoeiend waterpolo kan zijn, met helm en ... schelp. Geen wonder dat je er zo een spieren van krijgt als onze gasten. We stonden er



bij en keken ernaar... En de Amsterdammers? Die maken er een gezellig weekendje van!

In het voorjaar verschijnt ook de nieuwe collectie AC-zwembroeken en -badpakken naar een eigenzinnig ontwerp van Niagara. De aanschaf loopt niet van een leien dakje, maar de verkoop gelukkig wel. Nu hebben we dankzij Luc het origineelste zwemtextiel van heel Europa. Ook dit jaar laten we ons weer gelden in Den Bosch en Parijs. Deze tornooien zijn ondertussen klassiekers geworden. En telkens is het weer voor iemand anders de eerste keer...

BACK TO BORGERHOUT



Het ging twaalf maanden duren ... maar het zijn er twintig geworden. We stoppen met zwemmen in Ekeren en draaien deze bladzijde om. Op 5 mei zijn we terug in een volledig fris en vernieuwd Borgerhout. Enige kanttekening: er is geen cafetaria meer. De vriendelijke uitbaters hebben de sluiting jammer genoeg niet overleefd. Op 27 mei is de Veldstraat aan de beurt. Ook dit zwembad gaat dicht voor volledige renovatie. Als alternatief voor het derde uur kunnen we voortaan wel op vrijdag in Ekeren zwemmen.



In september zitten we weer in de Ardennen. Dit jaar is er te weinig water en houden we watergevechten op het stuwmeer van de boven Ourthe. We promoten het Smash en Splash tornooi in Eindhoven voor de mensen van baan 1 en 2 en de kleurrijke fluostaafjes worden dé speeltjes van het tornooi. Op de Swim for Life van 2004 zorgt Inge voor overheerlijke catering. Andy en Peter zorgen voor het volk. Ondanks onze 65km (een record) zijn we niet eerst. Zou er toch iets met de telling zijn misgelopen? In de TimeOut verschijnt een oproep om meer op vrijdag te komen zwemmen ...

2005. JUBILEUMTORNOOI

David, Luc, Arne, Jan, Andy en Koen zijn in de organisatie van het jubileumtornooi gestapt. Hip Hip Hoera. AC bestaat 10 jaar! Dat vele zwemmers ondertussen ook goede vrienden zijn geworden staat buiten kijf. We doen ook buiten het zwemmen veel samen. Zo maken bijvoorbeeld enkele zwemmers het bont op de Gay skiweek in Engelberg. In Wenen waren we nog niet geweest dus moest een kleine delegatie het Valentine Swim tornooi maar eens gaan verkennen. Erwin, Luc, Jan, Frans en Andy kwamen uiterst enthousiast thuis. Dus dan maar op naar Parijs in mei, want onze zwemmers leggen daar toch elk jaar een ei. Dames houden precies niet zo van ons zwembad en daar moest snel verandering in komen! Daarom komt er een nieuwe oproep in de TimeOut. Het zwemmen in Ekeren op vrijdag vlot nog altijd niet. Hoe krijgen we de zwemmers

toch enthousiast voor dit zwembad? Zelfs de etentjes na het zwemmen zijn niet echt een succes.

GEEN GEBREK AAN OFFICIALS

Ons vorig tornooi is al drie jaar oud. Door het grote verloop van de voorbije jaren is het voor vele zwemmers dan ook de eerste keer dat ze dit meemaken. Ook in de werkgroep zit vers bloed! Het zwemtornooi gaat echter niet door in Antwerpen omdat de stad ons eerst geen zwembad kon geven en daarna - na veel aandringen - ons op een onmogelijk uur een aanbod deed. Blijkbaar zitten we nog altijd in de onderste schuif! Dankzij Jane kan het tornooi toch doorgaan ... maar dan wel in Mortsel (*Jane is bij de liga en beheerder van het zwembad in Mortsel en kent ons van de cursus hogere redder, Arne*). En daar hebben we geen spijt van gekregen. Het ging verbaasd goed vooruit! AC rijft twintig medailles binnen en als kers op de taart verpulveren David, Evert en onze twee Pieters het Belgisch record estafette vrije slag met 3 seconden. Iedereen is in de wolven over de organisatie en de sfeer. Aan officials hadden we deze keer geen gebrek. Die komen ondertussen wat al te graag naar ons tornooi want wij leggen ze echt in de watten. 2005 wordt traditiegetrouw afgesloten met de Swim for Life, dit jaar in de sneeuw en met teamkapiteins Jan en Bart. We nemen revanche en zwemmen BGS met 64km naar de tweede plaats.



2006. ZWEMGROEP OP ZOEK NAAR ZICHZELF

Al na één jaar stopt het zwemmen op vrijdag. Te betreuren maar het derde uur is altijd verlieslatend geweest en ook een grote zorg om aan trainers en redders te geraken. Dus terug naar twee keer zwemmen per week. Nieuw vanaf dit jaar is de opwarming op het droge. Volgens de trainers een absolute must om er nadien stevig in te vliegen. Ons trainerskoppel Karen en Maarten stopt en dus zijn we weer op zoek naar nieuwe trainers. Hallo? Waar zitten die trainers toch?

NAAR CANADA

Een kern viert Valentijn in Amsterdam op het Upstream tornooi met onder andere een brunch op een kanaalboot. In Den Bosch winnen we twee maal goud op de estafette en gaan we daarna in de kerk uit de bol. In Parijs beleven vijf zwemmers met de scheldende Marie-Claire talloze avonturen op hun kabouterhotelkamer.

Sensoa trekt foto's in de douches voor hun promotiecampagne. Vanaf nu prijken onze kontjes ook op hun grootste affiches en website. We horen dat de EuroGames dan toch naar Antwerpen komen en ze vragen ons om het zwemmen te organiseren. In juli vertrekt een grote groep naar Canada. AC heeft beslist om niet naar de Gay Games in Chicago maar naar de Out Games in Montreal te gaan. Verwarring troef! In het McGill hotel hebben ze vlijtige brandsensoren en pannenkoeken met maple siroop. De uitnodiging van de consul was heel attent maar geen succes. In het zwembad geeft iedereen het beste van zichzelf en David haalt zowaar goud in zes disciplines. Waren de kussen van Olympisch kampioen Mark Tewksbury hiervoor de motivatie?



KATJA EN EDDY

Op het thuisfront pikken we een oude traditie terug op: we zakken op de zwoele avonden af naar de Schelde-oever en Tinus zorgt voor de catering. Twee maal kunnen we proeven van een duikinitiatie en eind augustus rijden we op en af naar Brussel, want BGS is volop bezig met de voorbereiding van een tweede zwemtornooi (*10 jaar geleden was er al eens een tornooi in Brussel, Arne*). Op 9 september lopen we met vijftien zwemmers en supporters in het prachtige 50m bad van Woluwe rond. De organisatie loopt vlot en in de zon worden de mooiste foto's getrokken. Origineel was de BBQ 's middags. Bravo BGS! Eddy helpt zijn dochter uit de nood en geeft vanaf nu ook training op maandag aan de beginnelingen. Katja doet het twee keer: op maandag en op woensdag. Spijtig genoeg is er op maandag nog altijd geen cafetaria en niet iedereen gaat mee naar de Dageraadplaats. Nieuwe zwemmers komen vaak niet terug na een gratis trial... de groepssfeer lijdt hieronder.

DOE JE HET VEILIG?

In het kader van de EuroGames sponsort D-Club nieuwe zwembroeken, die lekker strak zitten! Die worden op één van de Countdown party's door een aantal moedige zwemmers en assistenten met een korte act geshowd. De voorbereidingen

voor de EuroGames zijn ondertussen volop bezig en je kan Andy, Luc, Steven, Arne, Bart, Jan of David nu wel vaak voor of na een training in de cafetaria zien vergaderen of over het moeizaam contact met het EG-team horen praten. Plots zien we ook de VRT in het zwembad verschijnen voor een reportage over veilig vrijen en zo doen enkele zwemmers hun debuut op TV. Eind november is het natuurlijk weer tijd voor de Swim for Life. Andy en Stefaan weten met moeite een vaste kern van 20 zwemmers te overhalen om naar Brussel af te zakken. Maar ondanks de matige opkomst was Active Company alweer de sterkste club!

2007. IN DE BAN VAN DE EUROGAMES



Ook dit jaar zijn er mastertornooien in Beveren en Mortsel, thuisbasis van Katja en Eddy (*Eddy is voorzitter van de zwemclub Otters Mortsel, Arne*). In Mortsel halen we als club de 2de plaats en laten de boterhammen met kaas en hesp goed smaken. Dit is een traditie bij elk mastertornooi. Wenen ligt goed in de markt want Luc, David, Sven, Tim en Andy dompelen zich onder in de wereld van Sisi. In

Düsseldorf zijn tien AC'ers in topvorm en sneuvelen vele individuele records. Nicole noteert minutieus en Arne zorgt voor publicatie van die cijfers op de website. De redders leren op de bijscholing voor de eerste keer werken met een AED, een soort reanimatierobot voor leken.

PROVINCIAAL KAMPIOENSCHAP

We zijn volop bezig met de EuroGames. David kunnen we bewonderen in een reportage van ATV. Zowat iedereen wil nu wel eens zijn start of zijn keerpunt oefenen op een mastertornooitje (vooral de Inessen). Bijvoorbeeld in Nijlen of op het provinciaal kampioenschap voor masters. Daar zijn we de grootste delegatie en Nicole en Arne worden algemeen provinciaal kampioen in hun zwemstijl (bij de +30 jaar masters). De andere Antwerpse zwemclubs stonden er bij en keken er naar! Overladen met medailles en chocolade zakten we af naar het Roze Huis. De zwemleden groeien terug naar mekaar en dat zie je ook aan de sociale activiteiten, die de laatste jaren wat achterwege zijn gebleven. Ann organiseert een dagje paardrijden en Arne en David proberen zo veel mogelijk zwemmers rond de tafel te krijgen. Dat lukt! Liefst 36 (ex-)zwemmers genieten van het lekkers op hete stenen in restaurant Filets d'Anvers. En nu is het aftellen naar de EuroGames ... de zenuwen nemen toe, zowel bij de organisatoren als bij de sporters.

ALS ÉÉN HECHT TEAM

Op 13 juli is het dan zo ver: 450 zwemmers - 2 dagen - in een 50m bad. Dit is toch wel een grotere uitdaging dan al onze vorige toernooien samen. Vaste waarde Frans zat aan de inkom van de Wezenberg en zag enorm veel toeschouwers en pers binnenkomen. Ben en de andere officials zorgden voor het officieel gedeelte. Met elektronische tijdopname, live resultaten op internet en twee grote projectie-



schermen maken we optimaal gebruik van multimedia. Niemand kan zijn ogen van de schermen afhouden. Ook de fotoreportage van onze club wordt goed gesmaakt. Alles liep op wieltjes dankzij de goede voorbereiding, buiten misschien de cafetaria en de logistieke aanvoer dan. David miste weer geen enkele medaille, wat dacht je? Hoogtepunten waren ook de intrede van Mr. Gay World en

twee nieuwe Belgische records op de estafette. Deze keer bestaat de ploeg uit David, Wim, Tim en Wessel. Ook de 40 vrijwilligers genieten van de catering, het spektakel en hun werk. Iedereen draagt zijn steentje bij en de clubband wordt heel sterk. Deze 2 dagen hebben we als één hecht team gewerkt! Dit is een prestatie waar we allemaal apetrots op kunnen zijn, en zo klonk het ook bij de bezoekers, deelnemers en het EG-team.

BEKER

De hele zomer is iedereen nog in de ban van de EuroGames. We verkopen CD's met foto's van Luc en op de training zien we geen terugval, maar een nog grotere opkomst. Op het geslaagde vrijwilligersfeest gaan de 'zwemstaff' en helpers uit de bol - en wat dacht je? - uit de kleren! Een vijftiental zwemmers durven het aan om in deze slechte zomer in de vijver van de Ster in Sint Niklaas een doortocht te doen. Brrr, wat was het water koud!! Vergeten we ook niet Joels zwoel verjaardagsfeestje op het terras! In het najaar vind je ons weer in de Tongelreep in Eindhoven. Onze nieuwe dames zijn bijna allemaal aanwezig en amuseren zich heel goed. Dit jaar zetten Danny en Habibe hun schouders onder de Swim For Life en met een nieuw elan halen we maar liefst 2611euro op voor het goede doel.

Met zeven zwemmers zijn we dit jaar op het toernooi van Frankfurt. En dat was lang geleden! Andy, Bart en Arnoud zijn ondertussen ook redder geworden. Het was een vermoeiende opleiding. Daarvoor proficiat! Andy is niet alleen actief in het zwembad maar ook in het bestuur én in de TimeOut. En David houdt iedereen met zijn kleurrijk zwemnieuws op de hoogte over toernooien en activiteiten. Aan communicatie geen gebrek! Op het toernooi in Mortsel zijn we met meer dan twintig zwemmers en nemen we fier de wisselbeker 'Jozef Lachapelle' mee naar huis.

2008. WE GAAN ER VOOR!

Wat zit er in 2008 nog aan te komen? Toernooien in Amsterdam en Berlijn, een trainingsweekend in Bütgenbach en in de zomer de EuroGames in Barcelona. Zelfs official Jane wil mee!!

En op 4 februari vieren we ons 10-jarig bestaan natuurlijk. De zwemafdeling van AC is uitgegroeid tot een hele organisatie. We zijn klein begonnen en na tien jaar actiever dan ooit. Na vier jaar is activiteitenverantwoordelijke David nog even gedreven als in het begin. Katja (2x), David en Eddy geven training en Luc en Jan ontfermen zich over de kassa. We hebben redders, officials, toernooiverantwoordelijken, supporters, vrijwilligers, bestuurders, webmasters, ... en natuurlijk veel enthousiaste zwemmers. Iedereen gaat er voor. Op naar de volgende 10 jaar!

Arne Mulkers

HIER HAD JOUW ADVERTENTIE KUNNEN STAAN!

Stuur een e-mail naar sponsoring@activecompany.be
om de advertentietarieven te verkrijgen

FUIFKALENDER



VAN ONZE REDACTEUR
VINCENT

MAART 2008

- Vrijdag 7 maart 2008 LEUVEN, WJNH zet Leuven op stelten van Wel Jong Niet Hetero vzw, Lido, Bogaardenstraat 29, 22 u.
- Zaterdag 15 maart 2008 GENT, Hypnozz (voor gay women and friends) van Hypnozz, TEQUILA, Stalhof, 22.30 u.
- Zaterdag 22 maart 2008 GENT, Spunk (voor iedereen) van Verkeerd Geparkeerd vzw (WJNH), Balzaal Vooruit Gent, Sint-Pietersnieuwstraat 24, 22 u.

APRIL 2008

- Vrijdag 4 april 2008 MECHELEN, Glamour & Glitter party van SWATT & WJNH, Perron M, 22 u.
- Zaterdag 5 april 2008 GENT, 90's Party (voor iedereen) van Be Yourself, fuifzaal Twieoo, Overpoortstraat 9, 22 u.
- Vrijdag 11 april 2008 LEUVEN, Holebifuif van Driekant, Musicafé, Muntstraat 5, 22 u.
- Zaterdag 12 april 2008 HASSELT (STOKROOIE), Lach-fuif van Limburgs Actiecentrum Homofilie vzw, Ontmoetingscentrum Stokrode, Sint-Amandusstraat 18, 22 u.
- Zaterdag 19 april 2008 ANTWERPEN, Galabal van Enig Verschil vzw, zie www.enigverschil.be, 21 u.
- Woensdag 30 april 2008 LEUVEN, Holebifuif van Holebileuven, Zaal Lido, Bogaardenstraat 33, 22 u.

MEI 2008

- Donderdag 1 mei 2008 BRUGGE, Sensualitéfuif (voor lesbiennes) met Miss Nude 2007 van Goudou Lesbiënnewerking, Cultuurfabriek "Entrepot", Binnenweg 4, 20.30-0.30 u.
- Zaterdag 3 mei 2008 AARSCHOT, Holebipas-korting (4.00 i.p.v. 5.00 euro), Mixed party van Mixed, JC de Klinker, Demervallei 14, 21.30 u.

Wijzigingen voorbehouden. Voor meer info, surf naar www.holebifederatie.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 gratis, behalve bij ballroom dansen.

Je als nieuwe deelnemer vooraf aanmelden is niet nodig, maar het mag natuurlijk wel! Voor Badminton, ballroom dansen, Nordic Walking en hiking is dit echter wél nodig. Vooraf een mailtje naar de activiteitenverantwoordelijke sturen is dan de boodschap. Contactgegevens van alle activiteiten vind je verderop in deze TimeOut.

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

De meest actuele informatie over onze activiteiten vind je op de website 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 - 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 *ballroomdans@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*
- **Nadine Lambrechts** - Nordic walking *nordicwalking@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.

Stedelijke Sporthal, Blancefloerlaan 183, 2050 Antwerpen LO

Zaterdag van 14 tot 18 u.

UA hoek Vekestraat / Grote Kauwenberg, 2000 Antwerpen

Zondag van 14 tot 18 u.

Stedelijke Sporthal, Blancefloerlaan 183, 2050 Antwerpen LO

Ballroom dansen

zondag van 14 tot 17 u. om de 2 weken

(voor juiste data surf naar www.activecompany.be)

't Werkhuys, Zegelstraat 13, 2140 Borgerhout

Conditiegym

Dinsdag van 20.30 tot 21.30 u.

MerksemDok, Emiel Lemineurstraat 72-74, 2170 Merksem

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

Nordic walking

Elke derde zondag van de maand het hele jaar door



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, 2050 Antwerpen LO

Worstelen

woensdag van 19.15 tot 21.15 u.

Basisschool Kangoeroe, Ruggelveldlaan 699, 2100 Deurne

Yoga

Donderdag van 19.30 tot 21.15 u.

Het Roze Huis, zolderverdieping, Draakplaats 1, 2018 Antwerpen

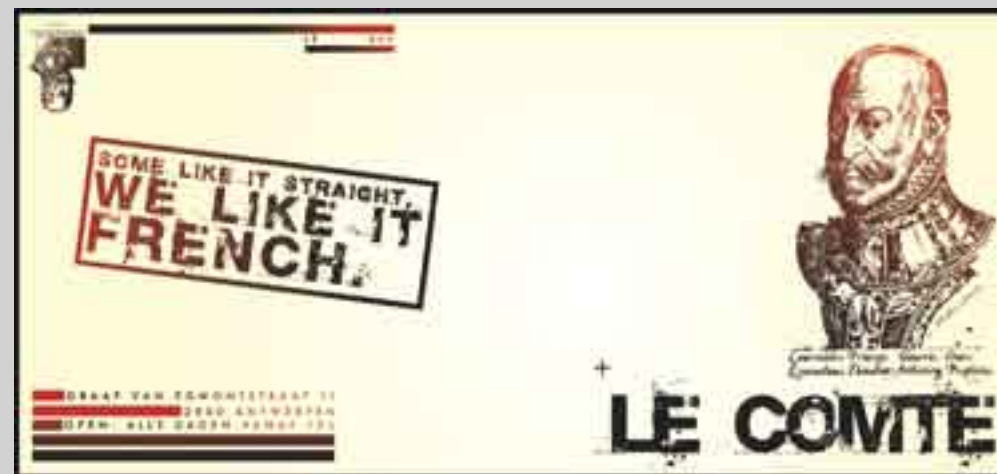
Zwemmen

Maandag van 20.45 tot 22.00 u.

Zwembad Borgerhout, Plantin-Moretuslei, Borgerhout

Woensdag van 20.45 tot 22.00 u.

Sportcentrum Hemiksem, Atletiekstraat 1, Hemiksem



Tower's Men

herenlinterie, beach, homeware

nieuwe adres: Duinlaan 17 - 2018 Antwerpen - tel/fax 03 233 47 98
open van ma t/m zaterdag van 10 tot 18u - www.towersmen.be

Arcyalium, XTO, Ginch Ganch, Amant, DC, MooStone, Dief Benz, Hugo Boss,
Body Art, Kwal, L'Homme Invisible, Her, PS, Mr Alton, D & G, Calvin Klein,
B&B amburge, Ant Lovell

88 verkooppunten deze activiteit 100% betaling

DeLUX café

Alle dagen open vanaf 11.00 uur | Open every day from 11 am
Groot terras | Big terrace

Melkmarkt 18 - 2000 Antwerpen
Tel. 03 232 17 66

