

ma 25 mrt 2013

Terugblik winterseizoen

Ter voorbereiding van het zomerseizoen vertrekt AC Opwijk vanaf 29 maart 2013 t/m 1 april 2013 met zijn atleten op sportkamp naar Tongerlo. Onze atleten zien er echt naar uit. Naast stevige trainingen wordt er ook aan ontspanning gedacht. Verslag hiervan volgt zeker.

Tijd om terug te kijken op het afgelopen winterseizoen. En daar kunnen de trainers en het bestuur alleen maar tevreden over zijn. In het veldlopen hebben wij naast heel wat podia en ereplaatsen prachtige resultaten neergezet.

Bij de jeugd is AC Opwijk sterk vertegenwoordigd. Bij de pupillen meisjes 2003 wint Vandeputte Aude het provinciaal criterium van Vlaams-Brabant terwijl Van Den Driessche Iza in de categorie 2002 knap zilver behaalt. Ook bij de jongens vallen wij in de prijzen. Bij de pupillen eindigt Dhondt Robbe mooi derde en in de categorie 2002 behaalt Vereertbrugghen Nick zilver.

Op provinciaal niveau kenden wij succes met Vandeputte Aude (goud), Van Den Driessche Iza (zilver) en Ameryckx Bastiaan (zilver).

Op de Vlaamse kampioenschappen behaalde Ameryckx Bastiaan goud. Bastiaan zorgde nog voor brons op de Belgische kampioenschappen.

Naast het veldlopen werd ook indoor gelopen. Op het provinciaal kampioenschap behaalde Goubert Dana brons op de 200m, Hellinkx Lotte goud op de 800m, Dierickx Evy brons op de 800m en Slachmuylders Niels ook brons op de 800m.

Hier mogen wij echt trots op zijn.

Wij vergeten echter onze andere atleten niet. Ook diegene die geen medaille behalen mogen vernoemd worden. Deze atleten staan ook elke week klaar om hun training af te werken. Ne dikke proficiat aan iedereen.

zo 17 mrt 2013

BK Veldlopen Masters te Rotselaar

Na het BK te Oostende kregen wij afgelopen weekend het BK veldlopen van de masters.

Drie atleten van AC Opwijk trokken naar Rotselaar om hun veldloopseizoen met dit BK te kunnen afsluiten.

BK veldlopen Masters te Rotselaar op 17 maart 2013

Masters heren 35	Van Vaerenbergh Ives	21/25
Masters heren 55	Saeys Norbert	23/26
Masters heren 60	Van Vaerenbergh Louis	10/14

zo 10 mrt 2013

BK Veldlopen te Oostende

De atleten van AC Opwijk zetten sterke prestaties neer op het Belgisch kampioenschap te Oostende. Ameryckx Bastiaan zorgt voor BRONS, Aude Vandeputte grijpt juist naast het podium en onze andere atleten zorgen voor prachtige ereplaatsen. Een dikke proficiat en een welverdiende rust aan iedereen.

BK veldlopen te Oostende op 10 maart 2013

Pupillen dames 2003	Vandeputte Aude	5/102	
Pupillen dames 2002	Van Den Driessche Iza	42/107	
	Van Bellingen Ellen	64/107	
Pupillen heren 2003	Dhondt Robbe	20/110	
	De Baecke Yaro	36/110	
Pupillen heren 2002	Vereertbrugghen Nick	29/115	
Miniemen dames 2000	De Knop Laure	29/91	
Kadetten dames 1999	Spinoy Johanna	22/90	
Kadetten heren 1999	Vereertbrugghen Mathias	51/83	
Kadetten heren 1998	Ameryckx Bastiaan	3/95	BRONS
Scholieren heren 1996	Berghman Pieter	28/67	



za 02 mrt 2013

Veldloop AAV Opwijk



Op de veldloop van AAV Opwijk , onderafdeling van Vilvoorde was AC Opwijk sterk vertegenwoordigd. Dit mag ook eens vermeld worden want andersom is dit meestal niet het geval.

Klik [hier](#) voor de foto's (met dank aan Cindy)

Veldloop te Opwijk op 3 maart 2013

Benjamins dames 2004	Bogemans Merit	9/31	
Benjamins heren 2004	De Pauw Preben	25/34	
Pupillen dames 2003	Vandenputte Aude	1/25	GOUD
Pupillen Dames 2002	Van Den Driessche Iza	5/25	
Pupillen Heren 2003	Dhondt Robbe	6/34	
	De Baecke Yaro	17/34	
Pupillen heren 2002	Vereertbrugghen Nick	3/25	BRONS
Miniemen dames 2001	De Pauw Merel	21/25	
Kadetten heren	Vereertbrugghen Matthias	22/28	
Scholieren heren	Berghman Pieter	5/19	
Korte Cross heren	Slachmuylders Niels	5/31	
Seniors dames	De Valck Kelly	20/20	
Seniors heren	Biesemans Arnout	11/16	
Masters heren	Van Vaerenbergh Ives	14/53	
	Saeyns Nobert	48/53	
	Van Vaerenbergh Louis	50/53	

zo 24 feb 2013

Veldloop te Uitbergen



Onze atleten trokken in winterse omstandigheden naar Uitbergen voor één van de laatste voorbereidingen van het Belgisch kampioenschap te Oostende en zij lieten zich opmerken.

Verschillende podia en mooie ereplaatsen. Dit belooft voor Oostende.

Benjamins dames 2004	Bogemans Merit	9/22	
Pupillen dames 2003	Vandenputte Aude	1/19	GOUD
Pupillen dames 2002	Van Den Driessche Iza	4/17	
Pupillen heren 2003	Dhondt Robbe	1/21	GOUD
	De Baecke Yaro	5/21	
Pupillen heren 2002	Vereertbrugghen Nick	3/28	BRONS
Miniemen dames 2000	De Knop Laure	4/24	
	Beeckman Anse	13/24	
Kadetten heren	Vereertbrugghen Mathias	19/29	
Scholieren heren	Berghman Pieter	4/14	
	Moreels Thibault	10/14	
Masters heren	Van Vaerenbergh Ives	21/59	
	Van Vaerenbergh Louis	55/59	



za 23 feb 2013

[Indoormeting te Aalst](#)

Kadetten meisjes Mergan Tina 300m in 46"62
Juniors meisjes Goubert Dana 60m in 8"94 en 300m in 47"33

zo 17 feb 2013

BK Indoor te Gent

Op het Belgisch kampioenschap indoor alle categoriën nam Niels Slachmuylders deel aan de 1500m. Hij eindigde op de meest ondankbare plaats (4/10) maar wel in een schitterende tijd van 4'01"12. De eerste twee waren te snel maar voor de derde plaats was het strijden tot op de meet. Met 2 honderdsten delfde hij het onderspit voor de derde plaats.

BK Indoor Gent op 17 februari 2013

Seniors heren 1500m Slachmuylders Niels 4/10 in 4'01"12



zo 17 feb 2013

Vlaams Kampioenschap veldlopen te Hulshout



Bastiaan Ameryckx werd te Hulshout Vlaams kampioen veldlopen. In een millimeterspurt versloeg hij zijn eeuwige concurrent Rob Scheerlinck. Dit belooft voor het Belgisch kampioenschap te Oostende.

Bogemans Merit wou ook eens kennismaken met het hogere niveau. Na enkele regionale veldlopen trok zij ook naar de crosscup te Hulshout om de sfeer eens op te snuiven. Zij deed het verre van slecht.

Vlaams kampioenschap veldlopen te Hulshout op 17 februari 2013
Benjamins dames 2004 Bogemans Merit 31/43
Kadetten heren Ameryckx Bastiaan 1/25 **Vlaams kampioen**

zo 10 feb 2013

Veldloop te Lokeren



In voorbereiding van het Belgisch kampioenschap te Oostende namen onze atleten deel aan de veldloop te Lokeren.

Klik [hier](#) voor de foto's (met dank aan Cindy en Luc)

Proficiat aan iedereen.

Veldloop Lokeren: 10 februari 2013

Benjamins heren 2004	De Pauw Preben	24/32
Pupillen dames 2002	Van Den Driessche Iza	6/28
Pupillen heren 2003	Dhondt Robbe	5/25
	De Baecke Yaro	8/25
Pupillen heren 2002	Vereertbrugghen Nick	5/31
Miniemen dames 2001	De Pauw Merel	20/20
Kadetten dames	Spinoy Johanna	7/31
Kadetten heren	Vereertbrugghen Mathias	27/33
Scholieren heren	Berghman Pieter	5/20
Korte cross heren	Slachmuylders Niels	9/23
	Biesemans Arnout	19/23

Seniors heren	Ringoot Roel	18/23
Masters heren (-50j)	Van Vaerenbergh Ives	18/43
Masters heren (+50j)	Saeys Norbert	23/30
	Van Vaerenbergh Louis	26/30

zo 03 feb 2013

Provinciaal Kampioenschap Veldloop te Vilvoorde



Vorige week te Lennik hielden onze atleten een generale repetitie voor de provinciale kampioenschappen te Vilvoorde.

Vandenputte Aude, reeds gans het seizoen outstanding, zorgde voor **GOUD**. Ameryckx Bastiaan en Vandendriessche Iza voor **ZILVER**.

Benjamins dames 2005	Bogemans Margot	15/33	
Benjamins heren 2004	De Pauw Preben	28/42	
Pupillen dames 2003	Vandenputte Aude	1/39	Provinciaal kampioen
Pupillen dames 2002	Van Den Driessche Iza	2/33	ZILVER
Pupillen heren 2003	Dhondt Robbe	8/39	
	De Baecke Yaro	17/39	
Pupillen heren 2002	Vereertbrugghen Nick	11/43	
Miniemen dames 2001	De Pauw Merel	39/39	
Miniemen dames 2000	De Knop Laure	10/39	
	Beeckman Anse	37/39	
Kadetten dames 1999	Spinoy Johanna	5/56	
Kadetten heren 1998	Ameryckx Bastiaan	2/54	ZILVER
Scholieren heren 1996	Berghman Pieter	9/30	
Seniors dames	Ringoot Carmen	20/22	
Masters heren	Van Vaerenbergh Ives	27/93	

Dikke proficiat aan iedereen. Nu op naar het Belgisch kampioenschap.

Klik [hier](#) voor de foto's.

zo 27 jan 2013

Vlaamse kampioenschappen AC indoor te Gent

Lotte Hellinckx nam als junior deel aan de 800m. Zij eindigde als 1^e junior en was 10^e in de algemene uitslag in een tijd van 2'28"36.

Niels Slachmuylders behaalde knap **brons** op de 1500m in een tijd van 4'02"79. In een zeer spannende eindsprint moest hij nipt de duimen leggen voor het zilver.

zo 27 jan 2013

Veldloop te Lennik



Met de verschillende podia en ereplaatsen kunnen wij nu al stellen dat het een goede generale repetitie was voor de provinciale kampioenschappen volgende week te Vilvoorde.

Dit belooft.

Benjamins dames 2005	Bogemans Margot	17/24	
Benjamins dames 2004	Bogemans Merit	3/24	BRONS
Pupillen dames 2002	Van Den Driessche Iza	6/19	
	Van Bellingen Ellen	9/19	
Pupillen heren 2003	Dhondt Robbe	4/21	
	De Baecke Yaro	9/21	
Pupillen heren 2002	Vereertbrugghen Nick	6/35	
Miniemen dames 2000	Beeckman Anse	1/18	GOUD
	De Knop Laure	3/18	BRONS
Kadetten dames	Spinoy Johanna	3/31	BRONS
Kadetten heren	Vereertbrugghen Mathias	15/27	

Scholieren heren	Berghman Pieter	7/22
	Moreels Thibault	17/22
Masters heren	Van Vaerenbergh Ives	8/48
	Blancquaert Guido	35/48
	Saeys Norbert	41/48
	Van Vaerenbergh Louis	42/48

Klik [hier](#) voor de foto's (met dank aan Cindy)

zo 27 jan 2013

Lottocrosscup te Hannuit



Bastiaan Ameryckx heeft de crosscup gewonnen bij de kadetten heren. Gans de wedstrijd liep hij attent mee in een kopgroepje. In een spannende sprint kon hij het **goud** meebrengen naar Opwijk.

zo 20 jan 2013

Veldloop te Bornem



De meeste atleten van AC Opwijk waren afgezakt naar het besneeuwde Bornem. Opnieuw liep Vandenputte Aude zich in de kijker met haar eerste plaats. Onze overige atleten liepen zeer mooie ereplaatsen.

Klik [hier](#) voor de foto's (met dank aan Cindy en Luc)

Veldloop te Bornem op 20 januari 2013

Benjamins dames 2004	Bogemans Merit	9/30
Benjamins heren 2004	De Pauw Preben	22/29
Pupillen dames 2003	Vandenputte Aude	1/26 GOUD
Pupillen heren 2003	Dhondt Robbe	4/32
	De Baecke Yaro	20/32
Pupillen dames 2002	Vandendriessche Iza	7/31
Miniemen dames 2001	De Pauw Merel	32/33

Miniemen dames 2000	Beeckman Anse	5/27
Kadetten dames	Spinoy Johanna	11/27
Scholieren heren	Berghman Pieter	9/18
	Moreels Thibault	11/18
Jun/sen/masters dames	Ringoot Carmen	31/49
Jun/sen/masters heren	Ringoot Roel	15/46
	Slachmuylders Niels	18/46
	Biesemans Arnout	36/46

zo 20 jan 2013

Veldloop te Wichelen

Bij de Masters heren liep Van Vaerenbergh Ives een knappe tiende plaats.

zo 13 jan 2013

Dirk Martenscorrida te Aalst

Onze voorzitter, Wilfried Verhasselt, heeft de smaak te pakken. Het lopen beperkt zich niet tot enkele rondjes op de piste. Hij durfde het zelfs aan om mee te lopen in de Dirk Martenscorrida waar hij de 6km liep in 30'33". Hij eindigde hiermee 80/149.

6km

80/149 Wilfried Verhasselt 30'33"

zo 13 jan 2013

Veldloop te Hamme



Bij winterse taferelen waren verschillende AC Opwijkatleten afgezakt naar Hamme. Zij lieten zich niet afschrikken door de barre kou. Vandenputte Aude kwam opnieuw als eerste over de meet en onze andere atleten zorgden voor mooie resultaten.

Proficiat aan iedereen.

Veldloop Hamme op 13 januari 2013

Benjamins dames 2004	Bogemans Merit	8/27
Benjamins heren 2004	De Pauw Preben	28/38

Pupillen dames 2003	Vandenputte Aude	1/29	GOUD
Pupillen dames 2002	Vandendriessche Iza	7/27	
	Van Bellingen Ellen	16/27	
Miniemen dames 2001	De Pauw Merel	22/25	
Miniemen dames 2000	De Knop Laure	4/26	
Kadetten dames	Spinoy Johanna	11/26	
Scholieren heren	Berghman Pieter	14/18	
Korte cross heren	Slachmuylders Niels	4/22	
	Biesemans Arnout	13/22	

Klik [hier](#) voor de foto's (met dank aan Luc)

zo 13 jan 2013

Veldloop te Betekom

Bij winterse toestanden trokken enkele atleten van AC Opwijk naar Betekom om hun stand in het veldloopcriterium te verdedigen.

En met succes.

Veldloop te Betekom op 13 januari 2013

Pupillen heren 2002/2003	Vereertbrugghen Nick	5/48	
	Dhondt Robbe	16/48	
	De Baecke Yaro	33/48	
Kadetten heren	Ameryckx Bastiaan	2/25	ZILVER
	Vereertbrugghen Mathias	17/25	

zo 06 jan 2013

Veldloop te Grimbergen



Aude Vandenputte en Vereertbrugghen Nick zorgen voor de medailles en een speciale vermelding voor Bogemans Merit die bij haar eerste deelname knap 8e werd.

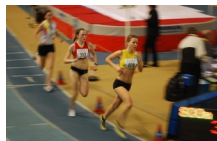
Benjamins dames 2004	Bogemans Merit	8/40	
Benjamins heren 2004	De Pauw Preben	40/61	
Pupillen dames 2003	Vandenputte Aude	1/47	GOUD

Pupillen dames 2002	Vandendriessche Iza	17/45
	Van Bellingen Ellen	21/45
Pupillen heren 2003	Dhondt Robbe	12/53
	De Baecke Yaro	31/53
Pupillen heren 2002	Vereertbrugghen Nick	3/52 BRONS
Miniemen dames 2001	De Pauw Merel	49/51
Miniemen dames 2000	Beeckman Anse	22/45
Kadetten dames	Spinoy Johanna	6/39
Kadetten heren	Vereertbrugghen Mathias	19/36
Seniors heren	Ringoot Roel	9/19
Masters heren	Van Vaerenbergh Ives	27/101
	Meersman Rudy	93/101

Klik [hier](#) voor de foto's (met dank aan Cindy)

za 05 jan 2013

Provinciaal Kampioenschap Indoor te Gent



7 atleten van AC Opwijk trokken naar Gent om deel te nemen aan het PK indoor en met succes. Liefst 4 medailles en mooie ereplaatsen kwamen mee naar Opwijk.

200m	Goubert Dana	juniors dames	29"84	BRONS
400m	Mergan Tina	kadetten dames	1'07"24	5e plaats
800m	Hellinckx Lotte	juniors dames	2'25"72	GOUD
	Dierickx Evy	seniors dames	2'36"60	BRONS
	Ringoot Carmen	seniors dames	2'51"10	
4e plaats				
	De Valck Kelly	seniors dames	2'55"24	
5e plaats				
	Slachmuylders Niels	seniors heren	1'58"82	BRONS

Klik [hier](#) voor de foto's (met dank aan Luc)

zo 30 dec 2012

Corrida te Leuven

Roel Ringoot heeft opnieuw de smaak voor het lopen te pakken. In de Corrida te Leuven eindigde hij knap 17e op 1670 deelnemers.

zo 30 dec 2012

Veldloop te Ertvelde

Om het jaar 2012 al lopend te kunnen afsluiten trokken enkele masters naar de veldloop te Ertvelde. Van Vaerenbergh Ives eindigde knap 27e. Zijn pa Louis ging als 88e over de meet en Saeys Norbert als 81e.

Proficiat mannen.

zo 23 dec 2012

Crosscup te Brussel



Bastiaan Ameryckx na zware blessure opnieuw aan de top.

Op een zware en modderige omloop zorgde Ameryckx Bastiaan bij de kadetten voor een mooie overwinning. Op 64 deelnemers zorgde hij voor het hoogste schavotje. Enkele weken ervoor had hij reeds brons gelopen op een internationale wedstrijd in het Nederlandse Tilburg. Bij de seniors heren eindigde Ringoot Roel 62/66.

Klik [hier](#) voor de foto's (met dank aan Werner Ameryckx)

za 22 dec 2012

Indoormeeting Gent

Ter voorbereiding van het provinciaal kampioenschap op 5 januari 2013 waren enkele atleten afgezakt naar de Blaarmeersen te Gent om mee te doen aan de indoormeeting, georganiseerd door Ninove.

Tina Mergan liep bij de kadetten een 200m in 29"97. Bij de seniors liep Evy Dierickx een 800m in 2'38"85. Ringoot Carmen deed over deze afstand 2'52"35 en De Valck Kelly 3'10"10.

wo 19 dec 2012

Test Start To Run

Een belangrijke datum in de agenda van onze start-to-runners. Na 14 weken trainen en zweten slaagden onderstaande atleten in hun test en behaalden zij hun diploma van de afgelegde afstand. Proficiat aan iedereen.

5km

Breckx Guido
Buys Jana
Callewaert Carine
Donau Ingrid
Mairiaux Inge
Van Caelenberg Wim
Van Ransbeeck Nancy
Vande Venne An
Vandelannoote Isabelle
Vanvuchelen Nadine
Willems Katrien

10km

Carteus Dominique
De Boeck Linda
De Proft Mia
Van Damme Isabelle
Van Gucht Kathleen
Van Nieuwenhove Ann
Van Nieuwenhove Els

15km

Van Biesen Jan
Van Den Abbeele Bart
Verhasselt Sarah

20km

De Visscher Tina
Bicque Johan
Boon Louis
Saerens Karine

zo 02 dec 2012

Veldloop te Wespelaar



Ondanks de winterse taferelen trokken heel wat jeugdathleten van AC Opwijk naar de veldloop te Wespelaar en met succes. Naast heel wat ereplaatsen zorgden Vandenputte Aude, Vereertbrugghen Nick, Dhondt Robbe en Beeckman Anse voor **2x goud en 2x zilver**.

Proficiat aan iedereen.

Klik [hier](#) voor de foto's (met dank aan Cindy)

Veldloop te Wespelaar op 2 december 2012

Benjamins jongens 2004/2005
Pupillen meisjes 2002/2003
2002)

2003) **GOUD**

2002)

Pupillen jongens 2002/2003

2003) **ZILVER**

Miniemen meisjes 2000/2001
2000) **ZILVER**

Kadetten meisjes

Kadetten Jongens
Scholieren jongens
Masters Heren (+50)

De Pauw Preben 30/42 (17^e van 2004)

Van Den Driessche Iza 6/35 (6^e van

Vandenputte Aude 7/35 (1^e van

Van Bellingen Ellen 15/35 (9^e van

Vereertbrugghen Nick 1/48 **GOUD**

Dhondt Robbe 6/48 (2^e van

Beeckman Anse 3/38 (2^e van

De Pauw Merel 37/38

Spinoy Johanna 8/26

Mergan Tina 17/26

Vereertbrugghen Mathias 12/22

Berghman Pieter 7/17

Blancquaert Guido 32/49

Saeyns Norbert 36/49

zo 25 nov 2012

Veldloop te Zele



Onze atleten waren afgelopen weekend vooral aan het werk te Zele. Het is geen geheim dat de Oostvlaamse atletiekcompetitie zeer sterk is maar dit schrok de atleten van AC Opwijk niet af. Onvervaard smeten onze lopers zich in de strijd en vaak maakten zij ook de wedstrijd. AC Opwijk kwam met maar liefst 4 medailles terug en ook een hele reeks ereplaatsen.

Klik [hier](#) voor de foto's (met dank aan Cindy)

Veldloop te Zele 25 november 2012

Benjamins jongens 2004	De Pauw Preben	43/53
Pupillen meisjes 2003	Vandenputte Aude	4/31
Pupillen meisjes 2002	Van Den Driessche Iza	9/44
Pupillen jongens 2003	Dhondt Robbe	4/51
	De Baecke Yaro	17/51
Pupillen jongens 2002	Vereertbrugghen Nick	
3/41 BRONS		
Miniemen meisjes 2001	De Pauw Merel	39/41
Miniemen meisjes 2000	Beeckman Anse	
3/38 BRONS		
Kadetten meisjes	Spinoy Johanna	9/38
	Mergan Tina	25/38
Kadetten Jongens	Vereertbrugghen Mathias	17/41
	De Wit Sander	39/41
Scholieren jongens	Berghman Pieter	
3/26 BRONS		

	Van Houcke Joris	6/26
	Moreels Thibault	18/26
Korte cross	Slachmuylders Niels	10/41
Jun/Sen/masters dames junior) ZILVER	Hellinckx Lotte	11/55 (2e
(11e senior)	Dierickx Evy	20/55
(17e senior)	Vanderperren Freke	28/55
(24e senior)	De Valck Kelly	53/55
Jun/Sen/masters heren	Van Vaerenbergh Ives	26/90
	Heyvaert Pascal	42/90

za 24 nov 2012

Veldloop Sparta Vilvoorde

Veldloop Sparta Vilvoorde 24 november 2012

Pupillen meisjes 2002	Van Bellingen Ellen	13/18
Masters heren 35 tot 45	Van Vaerenbergh Ives	26/63
Masters + 45	Saeyns Norbert	33/42
	Van Vaerenbergh Louis	39/42

zo 18 nov 2012

Veldloop te Kortenberg

Op een zwaar, modderig en heuvelachtig parcours zorgden de atleten van AC Opwijk in Kortenberg voor een succesvolle zondag. Met 4 medailles en zeer mooie ereplaatsen keerden onze atleten naar huis. Wij kunnen nu al meedelen dat Nick Vereertbrugghen (3 veldlopen en evenveel overwinningen) en Vandeputte Aude voor het goud zorgden en Dhondt Robbe en Berghman Pieter voor het zilver.

Onze andere lopers deden het ook voortreffelijk.

Veldloop te Kortenberg 18 november 2012

Benjamins jongens 2004	De Pauw Preben	11/20
Pupillen meisjes 2003	Vandeputte Aude	1/17 GOUD
Pupillen meisjes 2002	Van Den Driessche Iza	6/15
	Van Bellingen Ellen	7/15
Pupillen jongens 2003	Dhondt Robbe	2/26 ZILVER
	De Baecke Yaro	13/26
Pupillen jongens 2002	Vereertbrugghen Nick	1/18 GOUD
Miniemen meisjes 2001	De Pauw Merel	19/19
Miniemen meisjes 2000	Beeckman Anse	4/22
	De Knop Laure	7/22

Kadetten meisjes	Spinoy Johanna	5/23
	Mergan Tina	11/23
Kadetten Jongens	Vereertbrugghen Mathias	20/23
Scholieren jongens	Berghman Pieter	2/17 ZILVER
	Van Houcke Joris	6/17
Jun/Sen/masters dames junior)	Hellinckx Lotte	16/50 (4e
	Dierickx Evy	18/50
(9e senior)		
Masters heren (+50)	Blancquaert Guido	22/38

zo **11** nov 2012

Veldloop te Mechelen



Hier zorgde Pieter Berghman bij de scholieren heren voor een bronzen medaille. Na heel wat achtervolgingswerk verzekerde hij zich in een mooie spurt van de derde plaats. Onze andere deelnemers liepen knappe ereplaatsen.

Klik [hier](#) voor de foto's (met dank aan Luc)

Veldloop te Mechelen op 11 november 2012

Scholieren heren	Berghman Pieter	3/29 BRONS
Korte cross heren	Slachmuylders Niels	8/61
	Biesemans Arnout	47/61
Seniors dames	Dierickx Evy	19/30
	Vanderperren Freke	25/30
	Ringoot Carmen	26/30
Jun/masters heren	Van Vaerenbergh Ives	22/102
Seniors heren	Ringoot Roel	13/21

zo **11** nov 2012

Veldloop te Essenbeek Halle



Nick Vereertbrugghen verstevigt leidersplaats.

Enkele jeugdathleten van AC Opwijk trokken naar Essenbeek Halle om hun plaats in het Vlaams-Brabants veldloopcriterium te verdedigen. Nick Vereertbrugghen deed dit met verve. Hij eindigde bij de pupillen (2 jaar samen) eerste. Robbe Dhondt kreeg een spike in de voet maar legde toch nog beslag op een mooie ereplaats. Onze andere deelnemers deden het ook goed.

Veldloop te Essenbeek Halle op 11 november 2012

Pupillen heren	Vereertbrugghen Nick	1/86	GOUD
geboortejaar)	Dhondt Robbe	34/86	(13e van zijn
geboortejaar)	De Baecke Yaro	50/86	(22e van zijn
Kadetten heren	Vereertbrugghen Mathias	19/40	

Klik [hier](#) voor de foto's (met dank aan Cindy)

zo 04 nov 2012

[De grote dames- en herenveldloop AC Opwijk](#)



Eindelijk zondag 4 november 2012. De grote dames- en herenveldloop georganiseerd door AC Opwijk kon weer van start gaan. Alle ingrediënten voor een echte cross waren aanwezig. Guur herfstweer met regen en wind en heel wat atleten zorgden een ganse namiddag voor een mooi spektakel. Ook onze eigen Opwijkse atleten lieten zich niet onbetuigd. Maar liefst 2 gouden en 4 zilveren medailles en talrijke ereplaatsen. Zij kunnen hun vrouwtje/mannetje staan.

Klik [hier](#) voor alle uitslagen.

Klik [hier](#) voor de foto's (met dank aan Cindy, Luc en Werner)

Benamins jongens 2004	De Pauw Preben	13/23	
Pupillen meisjes 2003	Vandenputte Aude	2/23	ZILVER
	Vandeputte Mirthe	7/23	
Pupillen meisjes 2002	Van Den Driessche Iza	6/19	
	Van Bellingen Ellen	13/19	
Pupillen jongens 2003	Dhondt Robbe	5/23	
	De Baecke Yaro	13/23	
Pupillen jongens 2002	Vereertbrugghen Nick	1/27	GOUD
Miniemen meisjes 2001	De Pauw Merel	16/17	
Miniemen meisjes 2000	Beeckman Anse	2/17	ZILVER
	De Knop Laure	4/17	
Kadetten meisjes	Spinoy Johanna	2/12	ZILVER
	Mergan Tina	9/12	
Kadetten Jongens	Ameryckx Bastiaan	1/10	GOUD
	Vereertbrugghen Mathias	8/10	
	De Wit Sander	10/10	
Scholieren jongens	Berghman Pieter	2/13	ZILVER
	Moreels Thibault	4/13	
	Van Houcke Joris	9/13	
Korte cross Mannen	Slachmuylders Niels	4/34	
	Biesemans Arnout	24/34	
Jun/Sen/masters dames junior)	Hellinckx Lotte	14/35	(2de

	Dierickx Evy	17/35
	Vanderperren Freke	26/35
	De Valck Kelly	34/35
Jun/masters heren	Van Vaerenbergh Ives	22/45
	Blancquaert Guido	33/45
	Vandeputte Jos	37/45
	Saeys Norbert	38/45
	Van Vaerenbergh Louis	43/45
Seniors heren	Ringoot Roel	13/18
	Van Dyck Wim	18/18

zo **28** okt 2012

Veldloop Don Bosco te Zwijnaarde

Van Vaerenbergh Ives liep op 28 oktober 2012 de veldloop Don Bosco te Zwijnaarde. Hij eindigde bij de seniors heren 22/38.

zo **21** okt 2012

Oefenloop op en rond de piste



Zoals ieder jaar organiseert AC Opwijk voor zijn atleten een oefenloop. Hier kunnen de leden eens kennismaken met de sfeer, de afstand en uiteraard met de conditie met het oog op de grote veldloop die volgt op 4 november 2012 te Nijverseel. Het goede weer zorgde voor een mooie opkomst, zelfs vanuit Denderhoutem waren er lopertjes.

Klik [hier](#) voor de foto's (met dank aan Luc Slachmuylers en Etienne De Block).

Kinderloop:

Meisjes: De Smedt Linn, De Witte Hanne, Van Geet Stien en De Smedt Tess

Jongens: Verhoeven Matthys, Vandeputte Quinten, De Witte Mauro en Gallant Keanu

Benjamins:

Meisjes: De Smedt Britt

Jongens: Verhoeven Vince, De Vuyst Axel, Spinoy Leopold, Van Geet Staf, Vandendriessche Karel, Van Bever Matteo, Dhondt Tijn en De Pauw Preben

Pupillen:

Meisjes: Vandendriessche Iza, Van Bellingen Ellen, Vandeputte Mirthe en Adriaens Laure

Jongens: Vereertbrugghen Nick, Dhondt Robbe, De Baecke Yaro en Crabbe Floris

Miniemen:

Meisjes: Beeckman Anse en De Knop Laure

Jongens: Spinoy Anton

Kadetten:

Meisjes: Spinoy Johanna en Mergan Tina

Jongens: Vereertbrugghen Mathias

Familieloop:

De Vuyst Luna, De Vuyst Amber, Mulleman Hilde, Dierickx Sylvia, Carteus Dominique, Van Damme Isabelle, Longin Joke, Vermeir Sarah, De Vuyst Geert, Boon Louis en Heyvaert Pascal

Jun/sen/Masters:

Meisjes: Dierickx Evy, Ringoot Carmen, Costers Annelies, Verhasselt Sara en Verhasselt Tamara

Jongens: Slachmuylders Niels, Ringoot Roel, Berghman Pieter, Heyvaert Pascal, Blancquaert Guido, De Block Glenn, Saeys Norbert, Vandeputte Jos, Boon Louis, Van Vaerenbergh Louis en De Proft Lieven

zo **07** okt 2012

[Brussels Marathon & Half Marathon](#)

Tina De Visscher liep voor de 2 keer een marathon en verbeterde haar persoonlijk record met maar liefst 6 minuten. Haar uitslag 3u59'20". Dit op een veel zwaardere parcours dan haar 1e marathon te Antwerpen.

Karine Saerens liep de halve marathon in een mooie tijd van 2u14'51".

Mooie prestatie dus van onze loopsters.

Proficiat aan beide atletes.