

2025 #1

CYCLING VLAANDEREN MAGAZINE

FOCUS

Sportieve werking

FOTOSPECIAL

Toertocht in beeld

FIETSRUTE: MALDEGEM

Verborgen parel in het Meetjesland



REPORTAGE

Hélène Hesters, van Zij Aan Zij naar de top

INTERNATIONAL BELGIAN TRACK MEETING

On Track with the
World's best



Sport Vlaanderen Gent -
Vlaams Wierlercentrum
Eddy Merckx

18-20 April 2025

Colofon

Verantwoordelijke uitgever

Bruno Eulaerts

Coördinatie

Brecht Sandrie, Brecht
Schelstraete, Tomas De Neve

Redactie

Antoine De Borchgrave, Brent
Sandrie, Brecht Schelstraete,
Maité Himschoot, Tomas De
Neve

Eindredactie

Brecht Sandrie, Brecht
Schelstraete, Charlotte Carlier,
Frédéric Vanheule, Tomas De
Neve

Advertenties

Brecht Schelstraete
communicatie@cycling.vlaanderen

Vormgeving

Buro Knal

Abonnementen

Meld je aan via het Cycling
Vlaanderen Portaal om het
Cycling Vlaanderen Magazine
gratis te ontvangen in je bus.
Cycling Vlaanderen Magazine
verschijnt driemaandelijks.

© Copyright My cycling Vlaanderen

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze
uitgave mag worden vervaardigd, opgeslagen
in een geautomatiseerd gegevensbestand of
openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige
wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door
printouts, kopieën of op welke manier dan
ook, zonder voorafgaandelijke schriftelijke
toestemming van de auteur.

Cycling Vlaanderen VZW
Strandlaan 3, 9000 Gent
T. +32 (0) 9 321 90 20
communicatie@cycling.vlaanderen

Coverfoto

Brent Sandrie, Cycling Vlaanderen

INHOUD

4

In 't kort

Nieuwtjes vanuit
de buik van ons
peloton

6

Reportage

Hélène Hesters

10

Tips

Voeding in het
wielrennen

16

Vrijwilliger in de kijker

Tim Coene

18

Focus

Sportieve werking

22

Reportage

Cycloo

26

Fotospecial

Toertocht in beeld

28

Route

Maldegem

34

Kalender

april-juni 2025

IN 'T KORT

Respecteer signaalgevers en de wegcode

Met de start van het **toertochtenseizoen** roept Cycling Vlaanderen op tot meer respect en verantwoordelijkheid in het verkeer. Toertochten zijn een feest voor wielervrienden, maar veiligheid blijft de prioriteit. De wegcode geldt voor iedereen: stop voor een rood licht, respecteer andere weggebruikers en gooi geen afval op de grond.

Cruciaal in dit verhaal zijn de **signaalgevers**, die instaan voor een veilige doorgang. Toch krijgen zij nog te vaak kritiek of zelfs verbaal geweld te verduren. Hun taak is niet om auto's tegen te houden, maar om fietsers veilig te laten oversteken. Een beetje geduld en respect maken het verschil. Samen zorgen we voor een veilige en aangename fietservaring.



Ontdek de topsportschool wielrennen

Heb je een zoon of dochter met een passie voor **wielrennen**, of ken je iemand die ervan droomt om de top te bereiken? De Topsportschool wielrennen van **Cycling Vlaanderen** biedt jonge talenten de kans om sport en studie perfect te combineren.

Tijdens de opendeurdagen krijg je een unieke inkijk in de werking van de school en het leven van een topsportstudent. Op **10 mei** in Hasselt ligt de focus op BMX-racing en Piste Sprint, terwijl je op **18 mei** in Gent alles te weten komt over Piste- en wegwielrennen Fond. Maak kennis met de trainers, ontdek de topfaciliteiten en bezoek het internaat. Wil jij in de voetsporen treden van kampioenen als **Lotte Kopecky** en **Jasper De Buyst**? Kom langs en ontdek of de Topsportschool jouw springplank naar de top kan zijn.





Nieuw op Instagram!

Ben jij een coach of geïnteresseerd in de nieuwste ontwikkelingen binnen **wielertraining** en **coaching**? Dan is er goed nieuws! Cycling Vlaanderen lanceerde de Cycling Vlaanderen Coaching Instagram-pagina, dé plek waar je op de hoogte blijft van alles wat met training en coaching te maken heeft.

Op deze pagina vind je updates over de nieuwste trainingsmethodes, coachingtips en inzichten die jou als coach of sportliefhebber helpen om beter te presteren. Van innovatieve technieken tot inspirerende content, alles om jouw kennis en vaardigheden verder te ontwikkelen.

Volg [@cyclingvlaanderen.coaching](https://www.instagram.com/cyclingvlaanderen.coaching) en mis geen enkel nieuwtje.



Proef van de koers met FUN wedstrijden

Ben jij een recreatieve fietser en droom je ervan om eens een **echte koers** te rijden? Dan zijn de FUN Koersen van Cycling Vlaanderen iets voor jou. Deze laagdrempelige wedstrijden, met een afstand tot maximaal 70 km, bieden de perfecte gelegenheid om de koerssfeer te ervaren zonder de druk van een officiële wedstrijd.

Of je nu al wedstrijdervaring hebt of gewoon wil proeven van het peloton, de FUN Koersen zijn toegankelijk voor iedereen die graag de spanning van een koers wil beleven.

Benieuwd naar de kalender? Check de volledige planning op de website van Cycling Vlaanderen.

HÉLÈNE HESTERS: VAN NIEUW- KOMER TOT RECORDBREKER

We ontmoeten een trotse Hélène Hesters in Wielercentrum Eddy Merckx, Sport Vlaanderen Gent. De 20-jarige renster is vol enthousiasme over een wereldrecord dat ze heeft neergezet. Een van de vele mijlpalen in haar nog jonge carrière.

TEKST: Brent Sandrie

FOTO'S: Brecht Schelstraete, Brent Sandrie en Facepeeters



Een onverwacht wereldrecord

Eind januari schreef Hélène geschiedenis. Wat begon als een race om de Belgische titel, eindigde met een onverwachte kans op het wereldrecord op de individuele achtervolging. Na haar eerste wedstrijd kreeg ze te horen

dat ze op amper twee seconden van het wereldrecord op de 4km individuele achtervolging was gefinisht. Ze smeedde meteen een plan. Na overleg met haar trainer besloot ze om met een grotere versnelling de finale aan te vatten. Een succesvolle aanpak. Ze haalde de vooropgestelde rondetijden

en verbeterde het wereldrecord met ruim een halve seconde.

Hélène mocht dus eigenhandig haar naam toevoegen aan het bord met wereldrecords aan de piste in Gent. Tip: wandel er zeker eens langs als je in de Blaarmeersen bent. De recordtabel bevindt zich ter hoogte van de ingang naar de piste.

“Als ik nooit op de Topsportschool had gezeten, stond ik vandaag niet waar ik nu sta.”

Van de turnmat naar de wielerpiste

Opvallend is dat het wielerventuur van de Gentse nog niet eens zo lang geleden begon. Van een voor haar helemaal nieuwe sport tot een wereldrecord: de weg naar de top verliep razendsnel. Nog maar enkele jaren geleden maakte de Gentse de overstap van de turnmat naar de fiets. Tijdens de COVID-19-pandemie waren contactsporten zoals acrogymnastiek niet toegestaan, waardoor Hélène op zoek ging naar een andere uitdaging. “Ik zei tegen mijn ouders dat ik een sport wou doen waarmee ik naar de Olympische Spelen zou kunnen”, vertelt Hélène aan de rand van de Gentse wielersbaan. Doordat de familie Hesters verweven is met wielrennen, viel haar oog dus op een wielercarrière. Broer en profrenner Jules Hesters regelde een fiets en zo legde Hélène haar eerste kilometers af.

De overstap naar het wielrennen werd een spannend en uitdagend proces. Vooral de zelfstandigheid, het alleen trainen en het vaak weg



Hélène Hesters kroonde zich in februari in Zolder nog tot vice-Europees kampioene op de afvalling.



zijn van huis, was een grote breuk met haar gymnastiekroutine.

Zij Aan Zij als eerste stap

Een project van Cycling Vlaanderen zorgde net voor het 'stapje op' dat Hélène nodig bleek te hebben. Ze kwam in contact met ons Zij Aan Zij-project, waarbij we meisjes op de (wiel)fiets helpen. "Ik ben er 100 procent zeker van dat als Cycling Vlaanderen er niet was geweest, ik vandaag geen renster zou zijn", benadrukt ze. In het begin had ze geen positieve ervaring met de wielersport. Tijdens trainingen stelde ze zichzelf de vraag waarom ze het deed en had moeite om te zien welke stappen ze zette. "Door de omkadering met Zij Aan Zij begon

ik in te zien dat ik enorm begon te groeien. Als jong meisje is het soms moeilijk om te zien dat grote stappen niet altijd gepaard gaan met grote successen."

Maar wat haar het meest is bijgebleven, zijn de blijvende vriendschappen. Ze leerde vanaf de eerste groepstrainingen andere rensters kennen. "Ik heb daar heel mooie vriendschappen aan overgehouden. Vriendinnen met wie ik tot op vandaag mee ga trainen."

Topsportschool als springplank

De ondersteuning van Zij Aan Zij gaf Hélène een eerste duwtje in de rug. Om echt door te groeien

had ze nood aan een omgeving waarin ze voluit voor de sport kon gaan. Op aanraden van haar broer Jules nam Hélène deel aan de toelatingsproeven van de Topsportschool, al bleek dat eerst geen voor de hand liggende keuze. "Toen ik op surfkamp was, vroeg Jules zich af waarom ik eerst niet deelnam aan die proeven. De inschrijvingen waren eigenlijk al gesloten, maar ik ben dan toch midden in het surfkamp naar de wielerpiste in Gent gegaan. Ik was meteen geslaagd."

Wat volgde, was een periode van groei en aanpassing. De Topsportschool bood haar de kans om wielrennen op een gestructureerde manier te combineren met school. Zonder die ondersteuning zou dat een

extra uitdaging zijn. "Als ik nooit op de Topsportschool had gezeten, stond ik vandaag niet waar ik nu sta. Ik had in het begin niet eens de discipline om zelf elke dag te trainen", geeft ze toe.

De Topsportschool speelde ook een belangrijke rol in haar mentale ontwikkeling. In het begin had Hélène schrik om op de piste te rijden. Met hulp van een sportpsycholoog en coaches leerde ze haar angsten te overwinnen en groeide ze uit tot de renster die ze vandaag is.

De weg naar de profs

De sprong van de junioren naar de profs bleek voor Hélène een van de grootste uitdagingen in haar nog jonge carrière. Waar ze bij de junioren steevast voor winst meedeed, werd het bij de profs plots een strijd om een koers uit te rijden. Het fysieke verschil was groot. Dat werd meteen duidelijk toen ze van koersen van 70 kilometer bij de junioren plots naar wedstrijden van 130 tot 140 kilometer ging.

Mede dankzij haar weerbaarheid heeft ze al indrukwekkende prestaties neergezet. Haar deelname aan de Olympische Spelen in Parijs is een ervaring die de grootste indruk naliet. Daar reed ze samen met Katrijn De Clercq in de puntenkoers naar een knappe tiende plaats. Intussen is Hélène ook meervoudig Europees kampioene en ook haar dubbele Belgische titel bij de junioren blijft speciaal. "Toen ik mijn eerste titel pakte, zeiden sommigen dat het geluk was. Maar bij mijn tweede titel konden ze niet meer spreken van toeval", glundert ze.



Grote broer, grootste supporter

Bij de vele uitdagingen staat Hélène er nooit alleen voor. Broer Jules speelde vanaf de eerste dag een belangrijke rol. Het was hij die haar in de lockdown mee op de fiets kreeg, die haar steeds begeleidde en haar telkens opnieuw motiveert om door te zetten: "Onze band is de voorbije jaren alleen maar hechter geworden."

Hun band werd tijdens het EK omnium voor de junioren in 2022 extra duidelijk. Na enkele onderdelen zat Hélène er mentaal even doorheen en de keuze om op te geven spookte even door haar hoofd. In een moment van twijfel greep ze naar haar telefoon en belde ze haar broer. "Hij gaf mij toen een peptalk waardoor ik er weer tegenaan kon", weet Hélène nog. Uiteindelijk vocht ze zich vanuit een schijnbaar kansloze positie tot Europees kampioene in de puntenkoers, het allerlaatste onderdeel.

Dromen van de absolute top

Maar Hélène kijkt verder dan haar huidige prestaties. Het komende seizoen heeft de nog steeds amper 20-jarigenog heel wat doelen voor ogen. Zowel op de piste als op de weg. Op korte termijn wil ze zichzelf verder ontwikkelen en bewijzen dat ze bij de elite thuishoort. Nu en dan meedoen voor de overwinning is de ambitie.

Daarnaast droomt ze ervan om zich op de piste verder te bewijzen. Ze droomt van een podiumplaats op de Nations Cup, een EK of een internationale meeting. Haar grootste doel bevindt zich in 2028: de Olympische Spelen in Los Angeles. Meer dan ooit het

moment waarop ze zich wil meten op het allerhoogste niveau.

Ook op de weg wil Hélène de stap naar de absolute top zetten. De komende jaren hoopt ze om een overstap naar de WorldTour te maken.

Hélène heeft in korte tijd een indrukwekkend parcours afgelegd, van haar eerste onzekere meters op de fiets tot een wereldrecord en Olympische Spelen. Daar zal het ongetwijfeld niet bij stoppen. Met dezelfde vastberadenheid waarmee ze ooit die eerste stappen in het wielrennen zetten, blijft ze zichzelf uitdagen. "Ik wil ontdekken hoever ik kan gaan", besluit ze. Een iets lijkt ons zeker, Hélène Hesters heeft nog heel wat moois in petto.



Hélène Hesters in 2022 als topsportstudente.

VOEDING IN HET WIELRENNEN:

feiten, fabels en praktische tips

Voeding speelt voor iedereen, van profrenner tot recreant, een belangrijke rol in de wielersport. De aandacht hiervoor is de laatste jaren sterk toegenomen, wat heeft geleid tot nieuwe inzichten. Maar naast nuttige ontwikkelingen duiken ook kortstondige hypes en hardnekkige misverstanden op. Sportdiëtist Gino Devriendt, momenteel actief bij UAE Team ADQ, helpt de feiten van de fabels te onderscheiden.

TEKST: Brent Sandrie

FOTO'S: Cycling Vlaanderen



Profrenners eten al lang geen 'biefstuk met rijst' meer voor de start van een wedstrijd. Dat weet sportdiëtist **Gino Devriendt** als geen anders. Met ervaring bij Club Brugge, Lotto Dstny en nu UAE Team ADQ weet hij als geen ander hoe belangrijk voeding is als brandstof tijdens het sporten.

Voedingspatronen zijn de voorbije jaren grondig veranderd bij de profrenners, maar die nieuwe aanpak blijkt ook handig te zijn voor recreanten. "Eigenlijk heeft goede voeding een grotere impact bij recreanten dan bij topsporters", weet Gino. "Bij topatleten spreken we over procenten, maar recreanten halen grote voordelen in hun prestaties en herstel."

Toename van koolhydraten

De inname van koolhydraten tijdens wedstrijden is sterk gestegen: waar vroeger 60 tot 90 gram per uur de norm was, halen profs nu vaak 120 gram of meer. Dat is nodig om op hoge intensiteit te blijven presteren, maar voor recreanten is zo'n extreme inname overbodig. "Veel recreanten denken dat ze hetzelfde moeten eten als profs, maar in werkelijkheid hebben ze vaak genoeg aan 30 tot 60 gram per uur", zegt Gino.

Ook het belang van sportdiëtisten neemt toe. Professionele teams hebben allemaal een eigen diëtist in dienst die voedingsschema's afstemt op trainingsbelasting en

intensiteit. Ook voor recreanten loont een gestructureerde aanpak, al hoeft je daar niet in te overdrijven. Het belangrijkste is om niet te weinig te eten en te drinken, zeker op lange ritten. Start gehydrateerd, neem tijdig koolhydraten op en pas je voeding aan naargelang de duur en intensiteit van je training is Gino's advies.

Nieuwe trends en oude klassiekers

Voedingssupplementen blijven evolueren. Denk bijvoorbeeld aan de opmars van rode bietensap. Renners drinken dat omdat het goed is voor de doorbloeding van de spieren waardoor ze meer zuurstof kunnen opnemen. "Maar dat werkt niet van de ene dag op de andere", duidt Gino. "Je moet het gedurende een langere tijd nemen om effect te voelen." Voor recreanten is het dus nuttig voor wie zich wilt voorbereiden op een grote toertocht.

Sinds kort drinken renners na de wedstrijd kersensap, rijk aan antioxidanten en bevorderlijk voor spierherstel. Dat kan interessant zijn voor de volgende dag weer op de fiets moet springen. Voor wie maar een paar keer per week fietst, blijft een volwaardige maaltijd na de rit de beste keuze.

Toch blijven ook eenvoudige, goedkope voedingsmiddelen hun waarde behouden. Peperkoek en gevulde honingwafels zijn al jaren een vaste snack in het wielrennen en blijven ook vandaag populair. Ze zijn makkelijk verteerbaar, bevatten snelle suikers en passen makkelijk in de achterzak. Terwijl profs vaak kiezen voor de duurdere sportvoeding, kunnen recreanten met deze klassieke voedingsmiddelen hun energievoorraad op peil houden.





Wat en wanneer eten? Veelgemaakte fouten en eenvoudige oplossingen

Veel recreanten weten niet goed wat ze voor, tijdens en na een fietsrit moeten eten. Ze grijpen naar willekeurige snacks of eten te weinig, wat hun prestaties en herstel beïnvloedt. “Een van de grootste fouten is te weinig drinken voor de rit”, zegt Gino. “Wie vertrekt met een slechte vochtbalans, heeft sneller last van krampen en energieverlies.” Daarnaast eten veel renners telkens hetzelfde, ongeacht de duur of intensiteit van hun rit. “Een snel ontbijt volstaat misschien op een rustdag... Maar als je drie uur gaat fietsen, moet je méér energie binnenkrijgen.”

Wat moet je dan wél doen?

- Voor de rit: Drink voldoende en pas je ontbijt aan op je inspanning. Hoe langer en intensiever de training, hoe groter je energievoorraad moet zijn.
- Tijdens de rit: Drink water of sportdrink, afhankelijk van je doel. Bij langere ritten zijn eenvoudige snacks zoals peperkoek of gevulde honingwafels ideaal om je energie op peil te houden.
- Na de rit: Vul eerst je eiwitten aan voor spierherstel, bijvoorbeeld met een drinkyoghurt of proteïnerijke voeding. Chocomelk kan een optie zijn, maar er zijn betere hersteldranken beschikbaar. Vul nadien ook je koolhydraten aan met een volwaardige maaltijd.

Voeding is een belangrijk onderdeel van wielrennen, maar het hoeft niet altijd tot in de kleinste details gevolgd te worden. Na een lange toertocht telt niet alleen wat je gegeten of gedronken hebt, maar ook het plezier en de beleving. “Veel wielertoeristen eindigen hun rit met een pintje op café en dat hoeft geen probleem te zijn,” zegt Gino. “Zorg er gewoon voor dat je eerst je koolhydraten en vocht aanvult, zodat je lichaam goed kan herstellen.” Wielrennen blijft tenslotte niet alleen een sport, maar ook een moment om samen te genieten.

TIM COENE

VRIJWILLIGER IN DE KIJKER

Wanneer Tim Coene het kantoor van Cycling Vlaanderen binnenstapt, wordt al snel duidelijk dat hij geen onbekende is in de wielwereld. Hij kent veel mensen, groet enthousiast en wisselt verhalen uit. Zijn passie en engagement voor de wielersport zijn overduidelijk.

TEKST EN FOTO: Brent Sandrie

Hoe ben je ooit in de wielersport terechtgekomen?

"Mijn grootvader was een fervente fietser en nam me als twaalfjarige mee naar de koers. Zelf heb ik nooit gekoerst, maar de sport heeft me altijd gefascineerd. In plaats van me op de renners te focussen, keek ik vooral naar wat er achter de schermen gebeurde: de teams, de officials, de hele entourage. Zo groeide mijn passie voor de wielwereld."

Wat spreekt je zo aan in de koers?

"Het dorpsgevoel van de kermiskoersen, de samenhang, het geluid van supporters die hun favoriete renners aanmoedigen... Het is meer dan enkel een wedstrijd,

want de koers brengt mensen samen. Iedereen kent elkaar en deelt dezelfde passie. Dat gemeenschapsgevoel maakt de koers voor mij zo bijzonder."

Waarom ben je official geworden?

"Tijdens het maken van foto's bij wedstrijden begon ik steeds meer aandacht te besteden aan wat de officials precies deden. Hoe ze de wedstrijd in goede banen leidden, beslissingen namen en alles achter de schermen in de gaten hielden, dat vond ik razend interessant. Die fascinatie groeide en uiteindelijk besloot ik zelf die weg in te slaan. Ik schreef een uitgebreide motivatiebrief, waarin ik mijn passie voor de sport en mijn wens om een actieve bijdrage te leveren uitlegde. Vier jaar

geleden werd ik officieel official, en sindsdien heb ik al tal van wedstrijden mogen begeleiden. Het blijft boeiend en uitdagend om deel uit te maken van de organisatie en bij te dragen aan het verloop van de wedstrijden."

"Het geeft een enorme voldoening om samen met anderen te werken aan een evenement en te zien hoe alles samenkomt."

Hoe ben je naast official ook vrijwilliger geworden?

"Ik leerde André Maerschallck, de organisator van de Ronde van Oost-Vlaanderen, kennen op een

meeting over seingevers. Ik was geïnteresseerd en ging met hem in gesprek. Niet veel later vroeg hij of ik deel wilde uitmaken van het team. De Ronde van Oost-Vlaanderen is een belangrijk evenement en ik wil meehelpen om het in stand te houden. De komende editie wordt mijn derde deelname als vrijwilliger.”

Waarom is engagement voor jou zo belangrijk?

“Mijn passie voor de koers begon al op jonge leeftijd en is sindsdien alleen maar gegroeid. Nu wil ik anderen inspireren om zich ook in te zetten voor de sport. Wat me opvalt, is dat veel vrijwilligers al jarenlang actief zijn en dat er te weinig jongeren bijkomen. Dit zorgt ervoor dat de organisatie van evenementen steeds moeilijker wordt. Als we willen dat onze wielersport blijft voortbestaan en dat wedstrijden op hoog niveau kunnen blijven doorgaan, dan moeten we jongeren warm maken om zich te engageren. Het zou mooi zijn als een nieuwe generatie dezelfde passie en toewijding ontdekt als de vrijwilligers die nu al jaren de ruggengraat van de wielersport vormen.”

Wat vind je het leukste aan je engagement?

“Het sociale aspect is voor mij echt het leukste. Je ontmoet zoveel verschillende mensen: renners, ploegleiders, organisatoren, sponsors en supporters. Elk van hen heeft zijn eigen verhaal, zijn eigen motivatie en zijn eigen passie voor de koers. Je moet open en sociaal zijn om al die contacten te onderhouden en om ervoor te zorgen dat alles goed verloopt. Maar dat maakt het net zo boeiend! Het geeft een enorme voldoening

om samen met anderen te werken aan een evenement en te zien hoe alles samenkomt. En natuurlijk is er de gedeelde passie voor de wielersport: dat gevoel van samen koers beleven, dat is onbetaalbaar.”

Hoe kijk je naar Cycling Vlaanderen?

“Ze doen veel werk als vzw en spelen een belangrijke rol binnen het wielrennen. Er is altijd ruimte voor verbetering, misschien met

een meer centrale aanpak. Maar ik waardeer hun inzet enorm.”

Wat mogen we je toewensen voor de toekomst?

“Heel veel wielergenot! Ik hoop mijn passie te kunnen blijven uitoefenen en jonge renners te begeleiden, van miniemen tot aspiranten. Dat zou fantastisch zijn.”



CYCLING VLAANDEREN ZET IN OP SPORTIEVE WERKING

Of je nu een jonge renner bent met dromen van de Tour de France, een recreatieve fietser die geniet van de Vlaamse heuvels, of een G-sporter die zijn grenzen verlegt, Cycling Vlaanderen wil er voor iedereen zijn.

TEKST: Tomas De Neve

FOTO'S: Brecht Schelstraete, Jaron Haerens en Joost Sabbe

De federatie heeft haar werking grondig hervormd om beter aan te sluiten bij de behoeften van de leden. Het resultaat? Een efficiënter en toegankelijker aanbod, met de nieuwe sportieve werking als kloppend hart. Maar wat betekent dit in de praktijk? We duiken in de missie van Cycling Vlaanderen en ontdekken hoe de federatie elke fietser een plek wil geven.

Een sportief aanbod voor iedere fietser

Cycling Vlaanderen heeft met de lancering van de nieuwe lijndienst 'Sportieve werking' een duidelijke missie: zorgen dat elke fietser zich thuis voelt binnen de federatie, ongeacht leeftijd, niveau of achtergrond. Dit betekent een aanbod op maat voor alle fietsers, van jeugdrenners tot volwassenen, van recreatieve

fietsters tot competitiesporters en van G-wielrenners tot rensters. Het doel is om iedereen een plek te bieden binnen het wielrennen, zodat de sport voor iedereen toegankelijk is.

Mathieu Bruyneel, de coördinator van de dienst, heeft de afgelopen 13 jaar veel ervaring opgedaan binnen Cycling Vlaanderen, onder andere door de recreatieve werking uit te bouwen. Hij staat nu aan het hoofd van een team dat de sportieve werking in een nieuw jasje steekt. Door te focussen op zowel de brede basis als de toppers in spe wil Cycling Vlaanderen er voor iedere fietser zijn. "Het gaat er niet alleen om prestaties, maar ook om de beleving van het fietsen," zegt Bruyneel. "Of je nu in de competitie zit of liever recreatief fietst, we willen dat iedereen zich kan ontwikkelen op zijn of haar eigen niveau."

Jeugdsport: investeren in de toekomst van het wielrennen

Jong talent verdient kansen. Cycling Vlaanderen richt zich dan ook intensief op het begeleiden van jeugdrenners, zodat ze de kans krijgen zich optimaal te ontwikkelen in een omgeving waar plezier voorop staat. Niels Timmermans, verantwoordelijk voor jeugdsport, legt uit dat de federatie het belangrijk vindt om de juiste voorwaarden te creëren voor jongeren om plezier te vinden in de sport en zich verder te ontwikkelen.

Een belangrijke vernieuwing in 2025 is de introductie van een dispensatiesysteem voor jeugdrenners. Dit systeem biedt jongeren die moeite hebben om mee te draaien in hun leeftijdscategorie de kans om



tijdelijk in een lagere categorie te rijden. Dit voorkomt dat ze snel ontmoedigd raken en stelt hen in staat om ervaring op te doen op hun eigen niveau. Renners die geboren zijn na 1 juli en moeite hebben om te volgen, krijgen zo een kans om zich verder te ontwikkelen. Deze regeling is bedoeld voor jeugdrenners en rensters die worstelen te ondersteunen. Het systeem is niet bedoeld voor wie simpelweg betere resultaten wil behalen, maar wel voor wie echt moeite heeft met de fysieke uitdagingen in zijn categorie.

Een ander belangrijk initiatief zijn de 'groeikoersen'. Een groeikoers is een wedstrijd voor U17-renners (jongens) die het moeilijk hebben in de reguliere wedstrijden. Deze wedstrijd zal worden toegevoegd aan het programma van een U15-wedstrijd. De groeikoers vindt plaats op een gesloten omloop, met een duur van ongeveer één uur en een maximum van 50 renners per wedstrijd. Het

doel van de groeikoers is om deze renners een kans te geven om op hun eigen niveau te concurreren, waardoor ze meer succeservaringen kunnen opdoen en hun ontwikkeling als wielrenner kunnen bevorderen. Uit onderzoek blijkt dat het DNF-percentages bij U17-wedstrijden hoog ligt, met maar liefst 28 procent van de deelnemers die de finish niet haalt. Dit percentage is zelfs nog hoger bij eerstejaars. De groeikoersen moeten bijdragen aan het verlagen van deze uitval en meer jonge renners succesvol door de competitie heen helpen. In samenwerking met KU Leuven wordt dit proefproject nauwgezet geëvalueerd om te zorgen voor een duurzame verandering binnen het jeugdwielrennen.

Cycling Vlaanderen investeert volop in talentontwikkeling via het Regionaal Ontwikkelingsplan (ROP), een initiatief dat jonge, veelbelovende wielrenners uit verschillende disciplines voorbereidt op de nationale

werking. Dit programma biedt een stevige basis voor de wielergeneratie van de toekomst en ondersteunt jongeren in hun stapsgewijze ontwikkeling binnen de sport.

Het ROP omvat onder andere selectieploegen voor zowel de weg als de mountainbike. In samenwerking met ervaren coaches worden talentvolle renners geselecteerd voor specifieke trainingen en wedstrijden. Door hen in een uitdagende en ondersteunende omgeving te begeleiden, worden hun vaardigheden verder aangescherpt. Dit proces dient niet alleen om talent te detecteren, maar ook om jonge renners optimaal voor te bereiden op hogere niveaus binnen de wielersport.

Met dit initiatief wil Cycling Vlaanderen jonge wielrenners de juiste ondersteuning en kansen bieden om hun volledige potentieel te realiseren en zich te ontwikkelen tot de kampioenen van morgen.

Breedtesport: fietsen toegankelijk voor iedereen

Joost Sabbe, verantwoordelijk voor de recreatieve afdeling van Cycling Vlaanderen en aanspreekpunt voor alles rond recreatie en toertochten. Zijn afdeling biedt een breed scala aan initiatieven, van toertochten tot laagdrempelige evenementen, met de nadruk op sportplezier en gezondheid. Niet competitie, maar beleving en genieten staan centraal. Van materiaal tijdens de toertocht tot vragen over online inschrijving, bij hem kun je terecht voor alle recreatieve aspecten van de wielersport.



“Iedereen moet kunnen genieten van fietsen,” zegt Sabbe. “Cycling Vlaanderen wil fietsen toegankelijk maken voor iedereen, ongeacht ervaring of fysieke capaciteiten. We organiseren evenementen voor fietsers van elk niveau, maar werken ook actief aan het betrekken van nieuwe doelgroepen, zoals vrouwen en mensen met een beperking, bij het recreatieve wielrennen.”

Een van de initiatieven die specifiek gericht is op vrouwen, is het project ‘Ladies at the Track’. Dit laagdrempelige initiatief biedt vrouwen de kans om piste-trainingen te volgen, zonder de druk van competitie. Het doel is om meer vrouwen aan te trekken en een veilige, ondersteunende omgeving te bieden waar ze hun wielervaring kunnen vergroten.

Cycling Vlaanderen werkt daarnaast hard aan de integratie van sporters met een beperking. G-wielrennen krijgt steeds meer aandacht binnen de federatie, die actief werkt aan projecten en aanpassingen om ook deze sporters een volwaardige wielerbeleving te bieden. Dit betekent dat iedereen, ongeacht fysieke of mentale beperking, kan genieten van de fiets en zijn passie voor de sport kan beleven.

De FUN Koersen, laagdrempelige wedstrijden die gericht zijn op plezier en sportiviteit in plaats van competitie, winnen steeds meer aan populariteit. Cycling Vlaanderen zet zich in om deze discipline verder te promoten, met speciale aandacht voor het aantrekken van vrouwen.



Piste-initiaties en trainersopleidingen: investeren in kennis en ervaring

Fietsen op de weg is één ding, maar de piste biedt een heel andere ervaring. Ruben Cocquyt, verantwoordelijk voor piste-initiatie bij Cycling Vlaanderen, organiseert kennismakingssessies in het Vlaams Wielercentrum Eddy Merckx. Hier krijgen zowel jeugd als volwassenen de kans om deze discipline te ontdekken. Het doel is om de technische vaardigheden van de renners te verbeteren, met de mogelijkheid om door te groeien naar een competitief niveau.

Cycling Vlaanderen zet daarnaast in op het opleiden van trainers. Stijn Corten, verantwoordelijk voor de trainersopleidingen, ontwikkelt

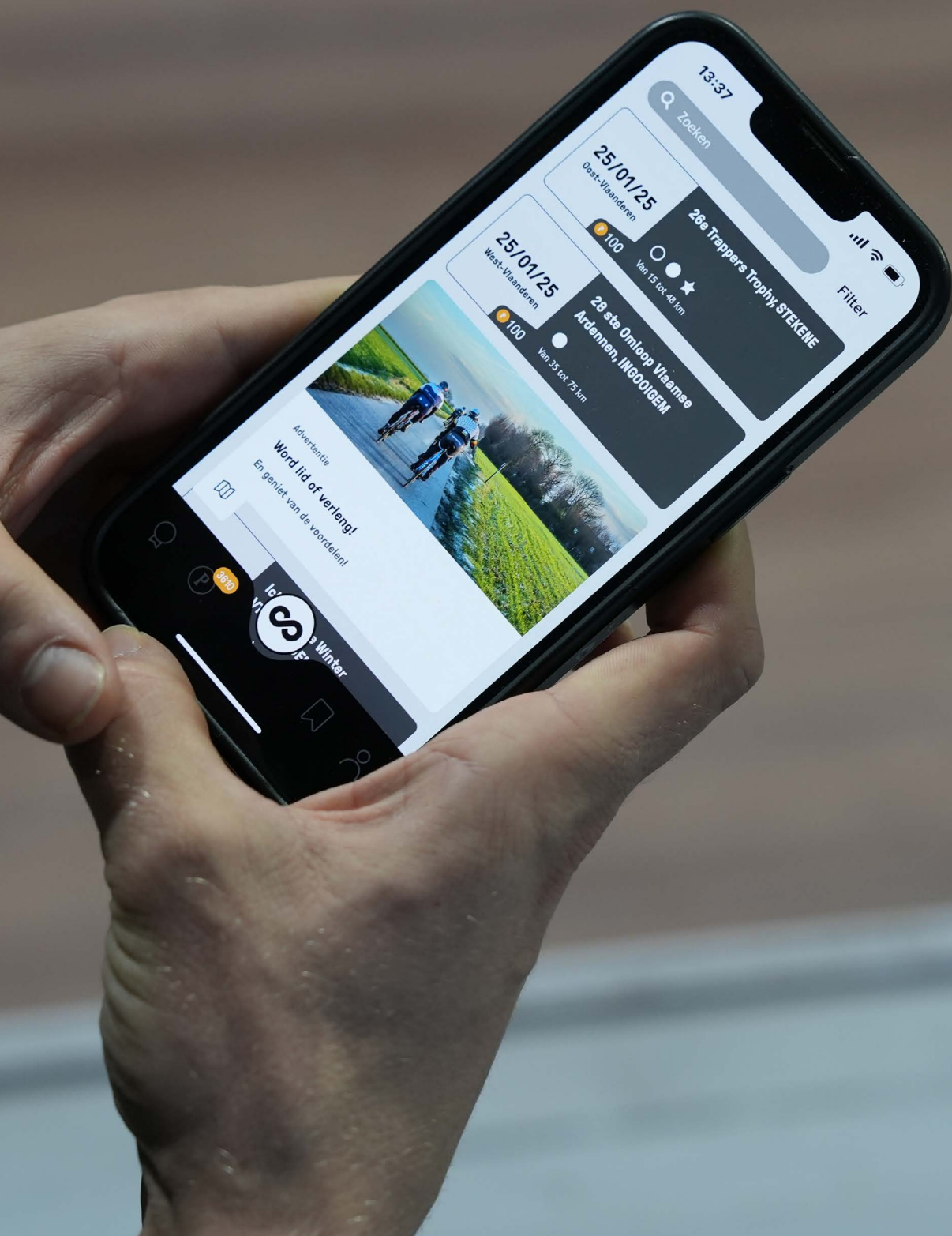
een kennisplatform waar trainers terecht kunnen voor bijscholingen en exclusieve informatie. Via de Vlaamse Trainersschool kunnen coaches zich continu verder ontwikkelen, wat uiteindelijk bijdraagt aan een betere begeleiding van wielertalenten. Het trainen van coaches zorgt ervoor dat jonge renners op het juiste moment en op de juiste manier ondersteund worden.

Met een breed aanbod, gericht op zowel de breedtesport als de competitie, blijft de federatie inspelen op de noden van haar leden en groeit ze door. Cycling Vlaanderen wil dat iedereen zijn of haar weg vindt binnen de wielersport, van beginners tot gevorderden, van mannen tot vrouwen, en van mensen zonder beperking tot G-sporters.

CYCLOO: DE APP VOOR ELKE WIELER- LIEFHEBBER!

Fiets je vaak over de Vlaamse wegen, zoek je nieuwe uitdagingen of wil je simpelweg je fietsservaring naar een hoger niveau tillen? Dan is de Cycloo-app je perfecte metgezel! De app, ontwikkeld door Cycling Vlaanderen, heeft recent een leuke update ondergaan.

TEKST EN FOTO'S: Brent Sandrie



We spraken met Tomas De Neve, de persoon achter de uitbouw van de app binnen Cycling Vlaanderen, die ons meeneemt in de laatste verbeteringen én de toekomstplannen voor Cycloo.

Wat is er nieuw?

Cycloo is de app voor elke fietser in Vlaanderen. Of je nu een gedreven fietser bent, af en toe de koers in de regio rijdt of gewoon op zoek bent naar leuke fietsroutes, Cycloo heeft alles in huis om je fietsavonturen gemakkelijker en leuker te maken. De nieuwste versie van de app introduceert alleen een nieuwe lay-out, functies die ervoor zorgen dat je beter kan plannen, maar ook extra kan genieten van je ritten.

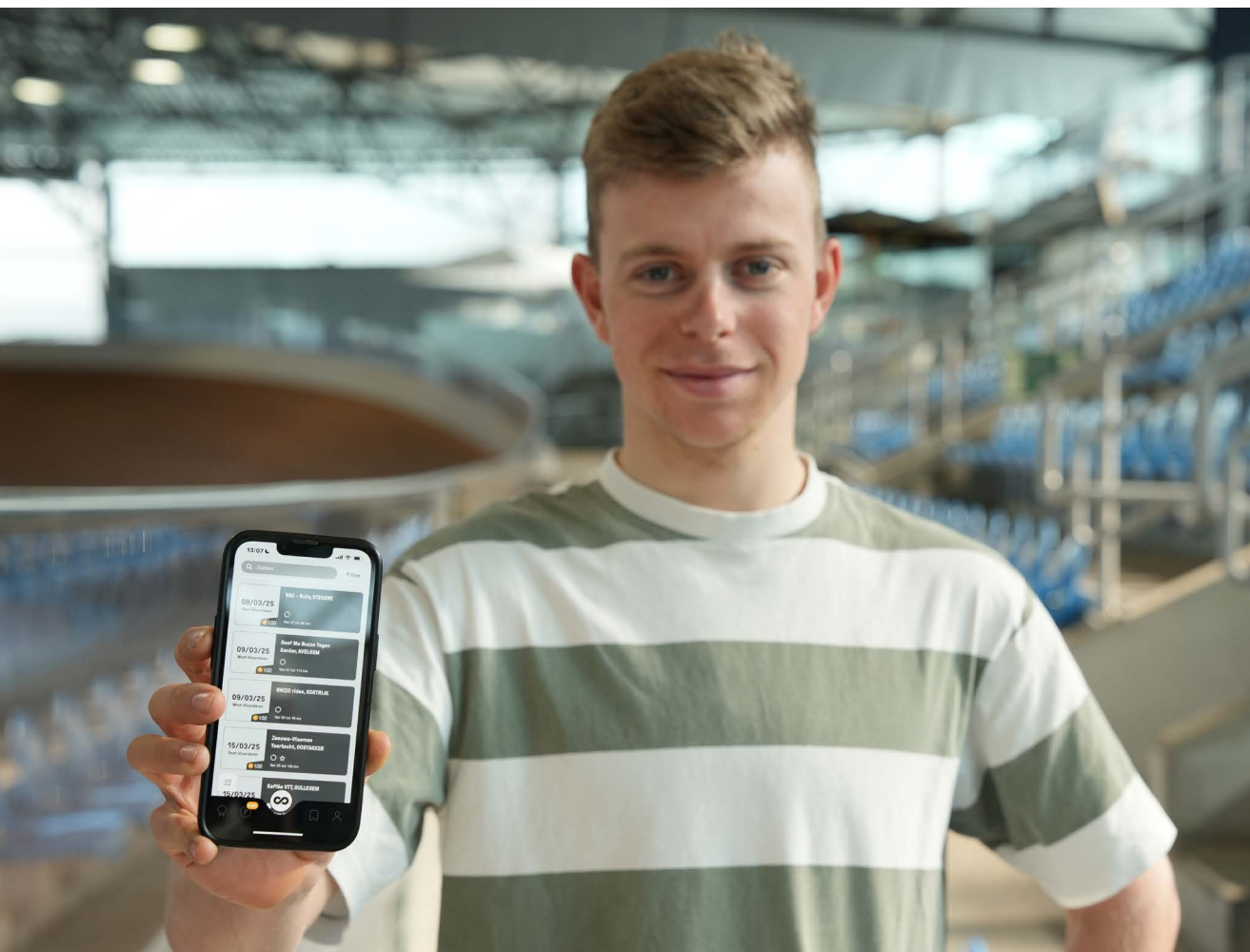
De meest opvallende vernieuwingen in de app zijn de verbeterde interface, het overzicht van je premiehistorie en de mogelijkheid om nog sneller toertochten te vinden.

De favoriete functie: premiehistorie

Tomas legt uit waarom de premiehistorie zijn favoriete nieuwe functie is: "Gebruikers kunnen nu duidelijk zien waar ze premies gespaard hebben. Het geeft de app een meer persoonlijke touch." Cycloo heeft altijd al een premiesysteem gehad waar fietsers via toertochten en Strava-koppelingen punten konden verzamelen, maar nu kun je in één oogopslag zien waar en

wanneer je deze premies hebt verdiend. Dat maakt de app niet alleen praktischer, maar geeft de gebruiker een gevoel van trots wanneer ze terugkijken op hun fietsprestaties.

"Ikzelf heb al een aantal producten vrijgespeeld, zoals een muts en de Cycling Vlaanderen sokken," vervolgt Tomas. "Wanneer ik ze aantrek, denk ik altijd terug aan de mooie fietsmomenten die ik had terwijl ik deze premies heb gespaard." Het geeft de app een extra dimensie: je voelt je beloond voor de tijd die je op de fiets doorbrengt en dat is precies waar Cycloo voor staat.



Nieuwe uitdagingen: de badges

Door deel te nemen aan toertochten en bepaalde doelen te bereiken, kun je badges verdienen. Dit motiveert niet alleen om door te blijven fietsen, maar maakt je fietservaring ook veel interactiever. Een van de populairste badges is de toertochtkoning of -koningin. Wanneer je 30 tochten hebt gereden, verdien je extra punten en krijg je een virtuele badge als beloning.

Tomas licht toe: "We willen met Cycloo fietsers inspireren om nieuwe routes uit te testen, wat we proberen te doen via de 'route van de maand'. Die maandelijkse route wordt met veel enthousiasme door onze gebruikers ontvangen. Het is leuk om te zien hoe fietsers nieuwsgierig worden naar wat er deze keer op de agenda staat."

Premies sparen via Strava en toertochten

Cycloo biedt verschillende manieren om premies te sparen. De koppeling met Strava is een van de handigste manieren. Door gewoon je ritten te uploaden, spaar je automatisch premies als je fietsspots passeert. Denk hierbij aan populaire routepunten of pitstops die je tijdens je rit tegenkomt. Die koppeling zorgt ervoor dat je moeiteloos kan sparen zonder dat je iets extra's hoeft te doen.

Daarnaast zijn er natuurlijk de toertochten op de kalender van Cycling Vlaanderen. Bij de inschrijving voor een tocht wordt je barcode gescand, waarna je automatisch punten in de app scoort.

Cycloo in de praktijk: veelzijdig en gebruiksvriendelijk

Cycloo biedt ook een breed scala aan nuttige functies voor de dagelijkse fietser. Filteren op afstand is een van de grote pluspunten: of je nu op zoek bent naar een korte tocht of een langere uitdaging, je kan eenvoudig routes filteren op basis van je voorkeuren. Dat maakt de app toegankelijk voor iedereen, ongeacht je niveau.

De Cycloo-shop: Nieuwe kortingen en exclusieve voordelen

In de app-shop vind je kortingen op verschillende producten, van fietskleding tot accessoires. Nieuwe kortingscodes worden regelmatig toegevoegd, zodat er altijd wel iets nieuws te ontdekken valt. Door maandelijks nieuwe aanbiedingen en producten toe te voegen, blijft de app boeiend voor de gebruiker. Tomas voegt toe: "Het is een manier om fietsers niet alleen te belonen voor hun inzet, maar ook om ze nieuwe, kwalitatieve producten aan te bieden die hun fietsbeleving verbeteren."

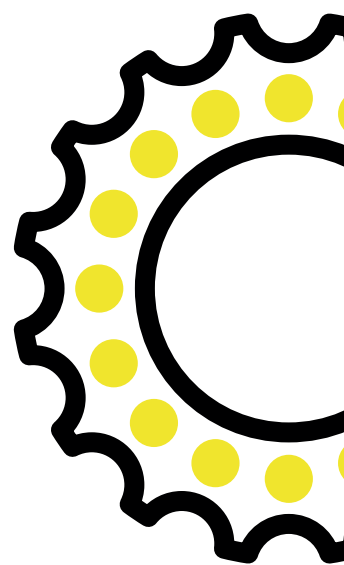
De toekomst van Cycloo

Met al deze nieuwe verbeteringen is de toekomst van Cycloo veelbelovend. "Op termijn willen we dat Cycloo hét digitale platform wordt voor toertochten. Idealiter kunnen gebruikers zich via de app inschrijven voor toertochten of een dagvergunning kopen." Met deze ambities blijft Cycloo zich ontwikkelen en zal het steeds meer een onmisbare tool worden voor fietsers in Vlaanderen.

Conclusie

Cycloo is zonder twijfel dé app voor elke fietsliefhebber die zijn ervaring wil verbeteren. Met de toevoeging van de premiehistorie, badges, en een gebruiksvriendelijke interface is het de ultieme metgezel voor elke fietstocht. En met de constante updates en nieuwe mogelijkheden is de app altijd in beweging – precies zoals de fietsers die er gebruik van maken.

Dus, waar wacht je nog op?
Download Cycloo vandaag en ervaar zelf de voordelen van de nieuwste versie!



TOERTOCHT IN BEELD

Wat is er gezelliger dan een toertocht?
Het seizoen is weer aangebroken. De toertocht in
Snellegem was meteen een voltreffer!

FOTO'S: David Andrés Zels





MALDEGEM, VERBORGEN FIETSPAREL IN HET MEETJESLAND



Op weg naar de kust of Zeeuws-Vlaanderen ben je waarschijnlijk wel al door Maldegem gereden. Weinigen weten dat hier een echte parel verborgen ligt voor fietsers en wandelaars.

FOTO'S: Marie-Jeanne de Clerck & Antoine De Borchgrave
TEKST: Robin Van Kerschaver & Antoine De Borchgrave

Op slechts 15 km van Brugge, 20 km van Knokke en 10 km van Sluis is deze locatie perfect om fietstochten te combineren met leuke uitstappen. Voor wie een meerdaags verblijf wil boeken is er in Maldegem en omgeving een verscheidenheid aan hotels, vakantiewoningen en B&B's waar men zeker zijn gading zal vinden. Ook een jeugdherberg en een nieuwe camping met plaats voor tentjes, caravans en campers is er. Sinds 2023 heeft Maldegem ook een toeristische dienst.

Samen met huidig gemeenteraadslid Robin Van Kerschaver werden toeristische routes door en om Maldegem uitgestippeld.

Dit toeristisch concept koppelt de rijke geschiedenis van Maldegem aan de trage wegen, maar ook aan horeca en handel. Alle routes hebben een aanbod voor

fiets/e-bike, MTB of racefiets en zijn keurig bewegwijzerd. Alle routes starten en eindigen aan het Maldegemse zwembad waar je gratis kan parkeren. De routes zijn ongeveer 40 km lang en kan je ook digitaal vinden op RouteYou.

Momenteel wordt er hard gewerkt om ook alle routes een variatie te geven voor wandelaars. In totaal zullen de drie fietsroutes ook achttien wandelroutes omvatten. Binnenkort kan je ook de wandelroutes online raadplegen via RouteYou.

Ook aan de gravelrijders wordt er gedacht. Tegen medio 2025 zal er een gravelparcours beschikbaar zijn van ongeveer 70 km.

Dat is nog niet alles. Een aantal aanpalende gemeenten hebben de wens uitgesproken om zich ook bij dit project aan te sluiten, zodat je met verschillende lussen een

groot deel van het Meetjesland zal kunnen ontdekken, steeds volgens hetzelfde concept van geschiedenis, trage wegen en koppeling met horeca en handel.

Vanuit deelgemeente Middelburg worden er momenteel twee routes uitgetekend van elk ongeveer 50 km. De musea in verband met WO2 in het Landschapspark Zwinregio en het Meetjesland zullen eraan worden gekoppeld. Dit zijn het For Freedom Museum in Ramskapelle en het Canada/Poland Museum in Adegem. Met op beide routes ook de bunkers van de Hollandstelling (WO1), en de talrijke crashlocaties van RAF vliegtuigen tijdens WO2. Streefdatum voor dit project is 2026.

Maldegem profileert zich meer en meer tot de fietsgemeente bij uitstek in het Meetjesland.



3 x de geschiedenis achterna

De eerste fietsroute is de **Switchback route**. Gedurende WO2 had Maldegem een sleutelrol bij de bevrijding door de Canadezen van de Schelde. Maar je komt er ook langs de verdwenen Vélodroom waar ooit Rik Van Steenberghe en andere koningen van het ovaal actief waren. Je kan ook een bezoekje brengen aan het Canada Poland museum of het Canadian Commonwealth Cemetery waar meer dan 1100 slachtoffers liggen begraven van operatie Switchback. Langs het Schipdonk- en Leopoldskanaal kom je bij een unieke Baileybrug van WO2. Enkele leuke cafeetjes en zomerbars zorgen ervoor dat je even kan verpozen.

Op de George Reid & Pieter Bladelin route kom je langs de crashsite van George St Clair Boyd Reid, voormalig Squardon Leader bij de RAF. De landerijen van het Vossenhof en Donk laten je genieten van het landschap. Het oude stationsgebouw in

Donk herinnert aan de tijd dat de stoomtrein naar Brugge hier het leven beheerste. Wij blijven in de natuur en kruisen terug het Schipdonk- en Leopoldskanaal om in het pittoreske Middelburg even te vertoeven. In een ver verleden was dit een heel mooi stadje, opgericht door Pieter Bladelin, financieel raadgever van Filips De Goede. Het kasteel is jammer genoeg verdwenen, maar je kan de geschiedenis ervan nog terugvinden op de provinciale erfgoedsite. De originele schandpaal kan je wel nog terugvinden in het centrum. Ook de mooie kerk is een bezoek waard. Ooit woonden vierentwintig Arme Claren in 't Convent, nu een gezellige praat- en sneukelkroeg met een prachtig terras. Langs een aantal trage wegen, voorheen gekend door de smokkelaars, kom je terug in Maldegem.

De derde route **Airfield B65** laat je genieten van de Vossenhofse meersen en bossen van Burkel. Via de Grot van Kleit, gebouwd met overblijfselen van het vliegveld B-65, kom je voorbij de Ceulenaere

molen (in restauratie) en de verdwenen Caecaert molen. De rustige Kleitse wegen brengen u naar het Drongengoed waar een ree of hert jouw weg kan kruisen. Je komt langs de voormalige rozevelden van de firma De Coninck Dervaes en vanop de **Kampel**, het hoogste punt van Maldegem heb je een uitzicht op het voormalig vliegveld van Maldegem, dat een belangrijke rol speelde in "The Battle of Britain". Naast Duitse (Fliegerhorst) waren hier ook Italiaanse piloten (Urano) actief. Tijdens de bevrijding was hier het Belgische 349 Sqn actief (de huidige F-16/F35 Kleine Brogel).

Kroonstuk van al deze routes is het beeld van **George St Clair Reid**. In 1996 werd zijn Spitfire uit een kleine poel gehaald. De piloot bleek nog in het toestel aanwezig. Na een eerste onderzoek kwam men uit op George St Clair Boyd Reid, maar die bleek in Oostende (Slijpe) te zijn begraven. Na DNA-onderzoek op zijn broer bleek het wel degelijk om hem te gaan. Wie in Slijpe begraven ligt, zal voor eeuwig een raadsel



blijven. De motor bleef 28 jaar in een hangar opgeslagen. Op initiatief van Robin Van Kerschaver, burgemeester Koenraad De Ceuninck en Schepen Annelies Lammertyn werd samen met de toeristische ambtenaar Katrien Bogaert, het monument opgericht. Zeker een bezoek waard.

Surf naar maldegem.be/fietsroutes en ontdek alle Maldegemse fiets- en wandelroutes.

Naar Zeeuws-Vlaanderen

Naast de drie permanent bewegwijzerde fietsroutes die het oorlogsverleden van Maldegem vertellen, heeft de toeristische dienst in het gemeentehuis nog een groot aanbod aan andere fietsroutes doorheen het Meetjesland en het Brugse Ommeland. Vlakbij biedt het Nederlandse Zeeuws-Vlaanderen ook nog tal van andere aantrekkelijke “buitenlandse” mogelijke fietsbestemmingen.

Voor onze route door **West-Zeeuws-Vlaanderen**, die is uitgestippeld via de fietsknooppunten van het Meetjesland en Zeeland Zuid, en ook kan worden geëxporteerd naar je GPS, stappen wij af in de omgeving van het **knooppunt 10** in de nabijheid van de grote markt van Maldegem. In het centrum van Maldegem is de blauwe zone van kracht, dus is het aangewezen om de auto te parkeren buiten het centrum. De gratis parking aan het zwembad is dus zeker een optie en bevindt zich ook vlak bij het knooppunt 10 en het Sint-Annapark en -kasteel. Dit park is aangelegd in Engelse landschapstijl. Het schitterende Sint-Annapark is jaarlijks het toneel van de

Parkcross, de eerste officiële cross na het wereldkampioenschap. Aan de ingang van het park staat het Sint-Annakasteel dat sinds 2004 beschermd is. In 1957 werd het na het overlijden van de laatste kasteelheer samen met het park aangekocht door de gemeente Maldegem.

De fietstunnel onder de E34, of de expresweg van Antwerpen naar Knokke, brengt ons goed en wel buiten het centrum van Maldegem en in de richting van de knooppunten 8 en 3. Tussen de knooppunten 6 en 5 fietsen wij over de bruggen van het Schipdonkkanaal en het Leopoldkanaal. In de volksmond worden deze waterlopen ook wel de **Stinker** en de **Blinker**

genoemd. Het Schipdonkkanaal, de link tussen de toen sterk vervuilde Leie - roten van vlas - en de Noordzee werd categoriek verweten een stinker te zijn. Beneden de bruggen merken wij twee commandobunkers op uit de eerste wereldoorlog de “Hollandstelling”. Zij hebben echter nooit een functie gehad!

Vier kilometer verder bereiken wij over een bijzonder aantrekkelijke onverharde weg, waarbij aan het einde ook kasseien niet ontbreken, het centrum van het landelijke **Vlaamse Middelburg**. Wij zijn hier vlak bij de grens met Nederland, in het groene krekengebied van Noord-Oost-Vlaanderen. Vandaag de dag is Middelburg een deelgemeente van Maldegem,



maar meer dan 500 jaar geleden was het een heuse stad. Vlak over de grens ligt het gehucht de **Tol** (Eede), ook in de middens van het wielertoerisme bekend door zijn grote club gesponsord door het gelijknamige restaurant.

Sluis

Via De Elderschans in het westen van Aardenburg en de Kruisdijkschans, twee forten aangelegd als verdedigingswerken tijdens de Tachtigjarige Oorlog, fietsen wij vanaf hier in de richting van Sluis. In de verte doemt het historisch centrum van Sluis, met het enige Nederlandse stadhuis met een belfort, op. Ook windmolen **De Brak** is een baken in deze omgeving. Het stadje Sluis werd in 1944 grotendeels verwoest door geallieerde bombardementen. Ook het unieke Belfort werd toen volledig verwoest. Het centrum is echter weer opgebouwd en de omwalling is intact gebleven. Sluis is een echte **winkelstad** die 7 op 7 open is het hele jaar door. Op zondag is er in de winkelstraat

geen doorkomen aan met de fiets. Onze route volgt gelukkig aan het knooppunt 99, de **Zuidpoort**, de richting van de knooppunten 94 en 98 langsheen de oude Wallen van Sluis. Het is sterker dan onszelf, maar op het Walplein wordt al een eerste koffiestop gehouden. Wij lezen dan 20 kilometer op onze fietscomputer af.

Cadzand-bad

Vijf kilometer verder fietsen wij het dorp **Retranchement** binnen. Wie deze naam voor het eerst hoort (lokaal heet het dorp Truzement) waant zich in Frankrijk en vraagt zich ongetwijfeld af waar deze naam vandaan komt. Het is een Franse term uit de vestingbouwkunde en betekent in het Nederlands “verschansing”. Fort Nassau en de wallen daar omheen zijn daarvan nog sprekende voorbeelden. Het kleine dorp, behorend tot de gemeente Sluis, geeft ons met zijn lage huisjes, een nette en lieflijke indruk. Men moet al een sterk karakter hebben om hier weer geen halt te houden.

Wij fietsen verder langs het Uitwateringskanaal in de richting van het fietsknooppunt 29. Hier volgen wij de Duinweg om dan verder aan de Zwinhoeve de **Zwindijk** op te fietsen. Wij krijgen een prachtig zicht over de Zwinvlakte, met vooraan de Zwin- & Kievittepolder. Een indrukwekkend panorama, met in de achtergrond Knokke en de Noordzee. Het is aangenaam fietsen, maar wij moeten wel het verharde pad met respect delen met de vele wandelaars. Het is opletten geblazen. Dat blijft zo tot in Cadzand-Bad.

De zee en het strand zijn belangrijke trekpleisters voor Cadzand-Bad. De Boulevard de Wielingen is de winkelstraat van het dorp, dat ook deel uitmaakt van de fusiegemeente Sluis.

Gelegenheid om hier een terrasje te doen is zeker aanwezig, zelfs ook voor een “hapje” in de Brasserie “AlRcafé” in de jachthaven van Cadzand-bad. Tot enkele jaren terug was **Sergio Herman** hier de chef. Met maar 30 kilometer op onze teller kiezen wij er voor om verder deze route te vervolgen.

Aan het knooppunt 32 volgen wij links naar het duinenpad en laten de hotels Noordzee en De Schelde achter ons. Achter het Strandhotel begint het fiets- en wandelpad door de duinen. Het wordt zes kilometers lang slalommen tussen de wandelaars en fietsers uit de tegenovergestelde richting. Af en toe is het opletten voor het opgewaaide zand om ons rechtep te houden. Op het **naaktstrand** nabij het paviljoen De Zeemeeuw is half februari nog geen blote kont te zien.



Oostburg

Voorbij de Herdijkte- en Verdrongen Zwarte Polder laten wij aan fietsknooppunt 10 de Noordzee en de kust voor goed achter ons. Bij het dwarsen van de drukke Zeedijk is het opletten geblazen. Hier op dit punt zijn wij halfweg op onze route.

Naast de kust met zijn uitgestrekte zandstranden is ook het achterland in deze regio erg mooi om doorheen te fietsen. Op de Adornisdijk zijn wij onder de indruk van het bekende **Beach Resort Nieuwvliet-Bad**, het grootste vakantiepark van Roompot in het westen van Zeeuws-Vlaanderen. Twee kilometer verder fietsen wij door het dorpscentrum van **Nieuwvliet**. Een historisch centrum dat dateert uit de zestiende eeuw. Door het toerisme zijn hier vandaag genoeg restaurants en terrasjes te vinden. Met al 39 kilometer op onze teller wordt op de hoek van de Mettenijedijk en de Dorpstraat, in het **Grand Café Nieuwvliet**, een tweede stop ingelast. De kastelein heeft zelfs belangstelling voor welke tocht wij aan het fietsen zijn.

Een paar dijken en vijf knooppunten verder bereiken wij het centrum van Oostburg.

In 2003 werd de gemeente Oostburg gevormd die een groot aantal dorpen in West-Zeeuws-Vlaanderen omvatte. De nieuwe gemeente ging Sluis heten, maar Oostburg werd de hoofdplaats. Een toeristische attractie in deze gemeente is de 55 m hoge witte watertoren die van overal in West-Zeeuws-Vlaanderen te zien is.

Aan café 't Groote Gat leidt de route ons naar het fietsknooppunt 78 en ... het Groote Gat. Een belangrijk natuurgebied ten oosten van Oostburg.

Sint-Laureins

Doorheen uitgestrekte akker- en polderlandschappen en vele krekens, fietsen wij door de buurtschap **De Munte** verder in de richting van de Belgische grens. De buurtschap bestaat uit een paar boerderijen, waarbij in het verleden ook een fort lag. Aan camping De Bonte Hoeve slaan wij rechts af op de Sint-Margrietepolderdijk in de richting van knooppunt 49 en **Sint-Kruis**. Hier valt vooral de Hervormde kerk op waarvan de oude, onvoltooide toren en de eenbeukige kerkzaal nog in stand zijn. De onafgebouwde toren met haakse steunberen en stompe spits wordt "**De Peperbusse**" genoemd vanwege zijn merkwaardige vorm. Een kleine drie kilometers verder, aan de **Hollandersgatkreek**, zijn wij terug in Oost-Vlaanderen en voorbij de brug over het Leopoldkanaal fietsen wij door de Dorpstraat van Sint-Laureins. Een gemeente, een regio die vooral bekend is om zijn polders, krekens en waterlopen. Het verschil met de andere kant van de grens is klein. De toestand van de wegen maakt wel een groot verschil.

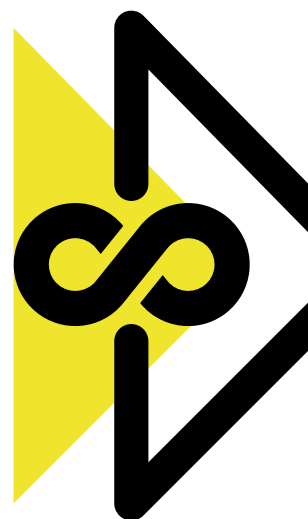
Via de Celiakerkweg komen wij aan de ijzeren ophaalbrug over het Schipdonkkanaal. Alertte wielertoeristen zullen hem misschien al gezien hebben: de soldaat op de uitkijktoren vlak naast café De Roos aan de Celiebrug in Sint-Laureins. Hoe de soldaat er ooit terecht kwam is niet duidelijk. "Hij deed ooit eens dienst op een van de legendarische kermisweekends in **Sint-Margriete**", herinnert Wilfried De Geeter zich nog. "Maar omdat hij daar niet kon blijven, vroegen ze mij of hij naast mijn café een plekje kon krijgen, en zo geschiedde. Sindsdien bewaakt hij onze buurt," aldus de uitbater van café De Roos. De onbekende soldaat staat

intussen ook al op heel wat foto's van wielers- en andere toeristen die hem passeren. Op het terras van café De Roos ben je nooit alleen!

Langs en over de Expresweg fietsen wij goed en wel terug in de richting van Maldegem. Via de Gentse Steenweg of de N9d en de Mevrouw Courtmanslaan bereiken wij weer de Marktstraat en het fietsknooppunt 10. Er staat **72 kilometer** op onze fietscomputer. Meer moet dat niet zijn. Wij hebben genoten van onze fietstocht door dit vlakke land dat Zeeuws-Vlaanderen heet. Warm aanbevolen op een zomerse dag.

Fietsknooppunten

10 - 8 - 3 - 6 - 6 - 5 - 5 - 56 -
61 - 70 - 99 - 94 - 98 - 96 - 31
- 30 - 29 - 32 - 37 - 10 - 81
- 11 - 12 - 13 - 84 - 40 - 46 -
47 - 78 - 77 - 49 - 74 - 86 - 90
- 89 - 91 - 16 - 15 - 13 - 10





KALENDER FIETSTOCHTEN

Waar ga jij fietsen? Neem een kijkje in onze driemaandelijke recreatieve fietskalender! Check steeds www.cycling.vlaanderen/recreatie/kalender voor de meest actuele kalender.

○	05/04/2025 3de Ertveldse Cycling Tour Mervielde (O-VL)	Mervielde, Monumentstraat 13, ERTVELDE Cyclo: 60 & 105 km I&S: 07:30-13:00 Cyclo: 26 km I&S: 08:00-14:00 MERVIELDE CYCLING TEAM
○	05/04/2025 Daniël Bogaert toertocht (W-VL)	Ons Huis - De Burcht, Markt 3, GISTEL Cyclo: 35 & 65 & 80 & 105 km I&S: 08:00-14:00 WTC KOLAARDTRAPPERS GISTEL
○	12/04/2025 Memorial Robert Bruneel (O-VL)	Sportpark Eeklo, Burg.L.Pussemierstraat 157, EEKLO Cyclo: 105 km I&S: 08:00-12:00 Cyclo: 40 km I&S: 08:00-14:00 VZW WIELERCOMITE EEKLO
○	12/04/2025 Klassieker van het Goede Doel - Rit eregouverneur André Denys (O-VL)	Sporthal Zulte, Waalstraat 118, ZULTE Cyclo: 160 km I&S: 07:30-09:30 Cyclo: 50 & 75 & 115 km I&S: 07:30-11:00 LEIERENNNERS
○	12/04/2025 memorial Danny Verhelst (W-VL)	De Zoeten Inval, Pastoor D. Vanhautestraat 17, KORTEMARK Cyclo: 90 km I&S: 07:30-13:00 Cyclo: 30 & 60 km I&S: 07:30-14:00 KLEIN MAAR MOEDIG EDEWALLE
○	13/04/2025 FIETSTOCHT UNITAS (O-VL)	Café 't Berghof, Bergstraat 1, STEENHUIZE Cyclo: 80 km I&S: 08:00-09:30 Cyclo: 35 & 60 km I&S: 08:00-10:30 FIETSClub UNITAS
○	13/04/2025 Memorial Robert Bruneel (O-VL)	Sportpark Eeklo, Burg.L.Pussemierstraat 157, EEKLO Cyclo: 40 & 105 km I&S: 08:00-11:00 VZW WIELERCOMITE EEKLO
○	☆ 19/04/2025 IM Roger Van Severen (O-VL)	Sportbar " Het meer", Koedreef 3, DESTELBERGEN Cyclo: 35 & 65 & 110 km I&S: 08:00-13:00 Kids: Cyclo: 25 km I&S: 13:00-13:25 WTC DESTELBERGEN SPORT
○	21/04/2025 Lenterit (O-VL)	Zaal Skala, Colmanstraat 51, KALKEN Cyclo: 45 & 70 km I&S: 08:00-10:30 WTC "CALCINE" - KALKEN

		Gemeentelijk Sportcentrum Sint-Rochus, Sint-Rochusstraat 22, HERZELE
○	21/04/2025 Kom fietsen tegen Kanker (O-VL)	Cyclo: 100 km I&S: 08:00-08:50 Cyclo: 65 & 100 km I&S: 08:00-11:00 Cyclo: 35 km I&S: 08:00-13:00 SPORTICO EVENTS
●	21/04/2025 St-Pietersmountainbiketocht (W-VL)	OC In 't Riet, Seelbachdreef 4, ZILLEBEKE-IEPER VTT: 29 & 44 & 65 km I&S: 08:00-12:00 VZW WIELERCLUB ST.PIETERSVRIENDEN ZILLEBEKE
○	21/04/2025 Zillebeke-Heuvelland-Zillebeke (W-VL)	OC In 't Riet, Seelbachdreef 4, ZILLEBEKE-IEPER Cyclo: 46 & 80 km I&S: 08:00-12:00 VZW WIELERCLUB ST.PIETERSVRIENDEN ZILLEBEKE
○	21/04/2025 64ste Rodenbachrit (W-VL)	Eet- & sfeercafé 't Motje, Rumbeeksesteenweg 241, ROESELARE Cyclo: 85 km I&S: 07:30-09:00 Cyclo: 40 & 60 km I&S: 07:30-09:30 KON.STEDELIJKE WIELRIJDERSBOND ROESELARE
○	23/04/2025 Rodelandroute (O-VL)	WZC Zorgband, Poelstraat 35, MERELBEKE Cyclo: 25 & 46 & 75 km I&S: 09:00-13:00 K.W.C. SPORT NA ARBEID-GENT VZW
○	☆ 26/04/2025 Sleinse Cycling Tour (O-VL)	OC Cardijnwijk, Rerum Novarum- Cardijnwijk 1, SLEIDINGE Cyclo: 65 & 105 km I&S: 08:00-13:00 Cyclo: 30 km I&S: 08:00-14:00 Kids: Cyclo: 20 km I&S: 13:25-13:25 K.W.T.C. NUT & VERMAAK SLEIDINGE VZW
○	▲ 26/04/2025 DELIRIUM VELO TOUR (O-VL)	Sporthal Nazareth, Drapstraat 76, NAZARETH Cyclo: 150 km I&S: 07:30-10:00 Cyclo: 100 km I&S: 07:30-11:00 Gravel: 110 km I&S: 07:30-11:00 Cyclo: 25 km I&S: 07:30-13:15 Cyclo: 50 & 75 km I&S: 07:30-13:30 Gravel: 75 km I&S: 07:30-13:30 KONINKLIJKE WIELERVRIENDEN NAZARETH
○	▲ 26/04/2025 Verada Classic (W-VL)	Verada, Harelbeekstraat 104 F, ZWEVEGEM Cyclo: 135 km I&S: 07:00-11:00 Gravel: 115 km I&S: 07:00-11:00 Cyclo: 60 & 90 km I&S: 07:00-13:00 Gravel: 75 km I&S: 07:00-13:00 TEAM VERADA
○	26/04/2025 deltaClassic2025 (W-VL)	https://www.1000km-azdelta.be/delta-classic , brugsesteenweg 90, ROESELARE Cyclo: 40 & 70 & 110 km I&S: 07:00-13:00 AZ DELTA
○	27/04/2025 Sleinse Cycling Tour (O-VL)	OC Cardijnwijk, Rerum Novarum- Cardijnwijk 1 1, SLEIDINGE Cyclo: 105 km I&S: 08:00-10:00 Cyclo: 30 & 65 km I&S: 08:00-11:00 K.W.T.C. NUT & VERMAAK SLEIDINGE VZW
○	▲ 27/04/2025 Verada Classic (W-VL)	Verada, Harelbeekstraat 104 F, ZWEVEGEM Cyclo: 60 & 90 & 135 km I&S: 07:00-10:00 Gravel: 75 & 115 km I&S: 07:00-10:00 TEAM VERADA
○	27/04/2025 Ride To Walk Again (W-VL)	Sporthal Minneplein, Minneplein, IEPER Cyclo: 30 & 85 & 115 km I&S: 07:30-11:00 SPORTAFDELING CAMPUS MINNEPLEIN IEPER

○ ● ▲ ☆	27/04/2025 BoslandBike (LIM)	Forestique, Witherendreef 1, PELT VTT: 100 km I&S: 09:00-11:00 Gravel: 100 km I&S: 10:00-12:00 Cyclo: 10 & 25 & 50 km I&S: 11:00-15:00 Kids: VTT: 5 km BOSLANDBIKE
○	30/04/2025 Martinusroute (O-VL)	Lokaal Toersport, Bevrijdingstraat 25A, LIEVEGEM Cyclo: 55 km I&S: 13:00-16:00 SPORTVERENIGING ZOMERGEM VZW FC De Kilo, Houtlandstraat 5 / D, ASSENEDE Cyclo: 120 km I&S: 07:30-10:00 VTT: 80 km I&S: 07:30-10:00 Cyclo: 60 & 90 km I&S: 07:30-11:00 VTT: 38 & 52 km I&S: 07:30-11:00 FLAF VZW
○ ●	01/05/2025 FLAF-ride (O-VL)	Café Eldorado, Lindeveldstraat 30, ZANDBERGEN Cyclo: 50 & 90 km I&S: 08:00-10:00 Cyclo: 25 km I&S: 10:00-13:00 ELDORADOFIETSERS ZANDBERGEN
○	01/05/2025 GP Ferdi Van Den Haute 2025 (Fietsen Tegen Kanker) (O-VL)	De Fenix Ieper, Leopold III-Laan 16, IEPER Cyclo: 50 & 50 & 50 km I&S: 07:30-16:00 VRIENDEN VAN DE HELLINGENROUTE
○	01/05/2025 Fietsen - Spaghetti- Fuiven tegen Kanker met (DE)SENDER (W-VL)	Tearoom 'T Park, Gidsenlaan 1, MALDEGEM Cyclo: 75 & 110 km I&S: 07:30-12:30 Cyclo: 35 km I&S: 07:30-13:00 WTC DEN AKKER - MALDEGEM
○	03/05/2025 Maldegem-Zelzate-Groede-Maldegem (O-VL)	Centrum De Vierschaar, Xavier De Cocklaan 5, SINT-MARTENS-LATEM Cyclo: 25 & 65 & 90 & 110 km I&S: 07:30-14:00 Kids: Cyclo: 25 km I&S: 13:00-13:25 VMA CYCLING KIDS
○ ☆	03/05/2025 VMA CYCLING TOUR (O-VL)	Bondsgebouw Belgian Cycling, Rue De Bruxelles 482, TUBIZE Cyclo: 120 km I&S: 08:00-10:30 Cyclo: 50 & 80 km I&S: 08:00-12:00 Gravel: 75 km I&S: 08:00-12:00 BELGIAN CYCLING FRIENDS
○ ▲	03/05/2025 Belgian Cycling Ride - LM Classics (WAL)	VBS Sint-Joris Speelplaats achteraan, Vaart-Zuid 24, BEERNEM Cyclo: 103 & 105 km I&S: 08:00-13:00 Cyclo: 85 & 90 km I&S: 08:00-14:00 Cyclo: 55 & 60 km I&S: 08:00-15:00 DE KASSEI KLIEVERS
○	03/05/2025 De Hel van de Kliefers (W-VL)	Cafe De Paling, Schonenberg 7, SINT-LIEVENS-ESSE Cyclo: 45 & 67 & 80 km I&S: 07:30-10:00 WTC DE PALINGRIJDERS - ST LIEVENS ESSE
○	04/05/2025 Memorial Tommy Van De Ponsele (O-VL)	VBS Sint-Joris Speelplaats achteraan, Vaart-Zuid 24, BEERNEM Cyclo: 103 & 105 km I&S: 08:00-11:30 Cyclo: 85 km I&S: 08:00-12:00 Cyclo: 55 & 60 & 90 km I&S: 08:00-13:00 DE KASSEI KLIEVERS
○	04/05/2025 De Hel van de Kliefers (W-VL)	KON.WC ARNOLD STANDAERT - WONDELGEM VZW, Wondelgem
○	04/05/2025 Fietstocht Hof van Vlaanderen (O-VL)	

● ▲	04/05/2025 MTB Overijse Toertocht (VL-B)	MTB OVERIJSE, Overijse
○	07/05/2025 1ste Midweek Uitbergen - Klein Sinaai (O-VL)	Taverne De Zwaan, Veerstraat 14, BERLARE (UITBERGEN) Cyclo: 28 & 60 km I&S: 12:30-17:00 WIELERVERENIGING UITBERGEN
○	08/05/2025 FT Het Oude Gemeentehuis (O-VL)	Cafe Het Oude Gemeentehuis, Marktplein 4, ERTVELDE Cyclo: 43 & 61 km I&S: 10:00-15:00 TC HOUTLAND - ERTVELDE
○	10/05/2025 Omlopen der Schelde & Zwalmstreek (O-VL)	Sportpark Molenkouter, Poelstraat 126, MERELBEKE Cyclo: 105 km I&S: 07:30-11:00 Cyclo: 75 km I&S: 07:30-13:00 Cyclo: 30 & 55 km I&S: 07:30-14:00 WSC MERELBEKE VZW
○	10/05/2025 Rondom het Meetjesland (O-VL)	Cafe De Pluim, Koning Albertstraat 15, OOSTEEKLO Cyclo: 90 km I&S: 07:30-13:30 Cyclo: 45 km I&S: 08:00-14:00 EIKELVRIENDEN - OOSTEEKLO
○ ☆	10/05/2025 Decathlon Kortrijk Cycling Vlaanderen Classic (W-VL)	Decathlon Kortrijk, Beneluxlaan 1 1, KORTRIJK Cyclo: 77 & 105 & 138 km I&S: 07:00-10:00 Kids: Cyclo: 22 km I&S: 07:00-11:00 Cyclo: 44 km I&S: 07:00-11:00 GO4CYCLING
○	10/05/2025 Brouwers Op Wielen (O-VL)	Odnar, Aalststraat 200, OUDENAARDE Cyclo: 50 & 90 & 130 km I&S: 07:30-10:00 Cyclo: 25 km I&S: 13:00-15:00 DE STOTERS VZW
○	10/05/2025 Verrassingsrit 50 km (LIM)	Café Bij die van ons, Stationsstraat 55, AS Cyclo: 50 km I&S: 09:00-10:30 KWTC SPORTIEF- AS VZW
○ ☆	10/05/2025 Wielerevent KA Beveren (O-VL)	KA Beveren, Donkvijverstraat 30, BEVEREN Kids: Cyclo: 15 km I&S: 08:00-10:00 Cyclo: 77 & 120 km I&S: 08:00-10:00 HBC TEAM
▲	11/05/2025 GRAVELRIT WEMMEL (VL-B)	Gemeente Complex ZYP, Zyp 101, WEMMEL Gravel: 50 & 80 & 110 km I&S: 08:00-10:00 VZW WIELERCL. SPORTVR. V/T KAPEL. WEMMEL
○	17/05/2025 Fietstocht De Katte (O-VL)	Cafe De Zwarte Kat, Assenedesteenweg, ZELZATE Cyclo: 110 km I&S: 07:00-12:00 Cyclo: 70 km I&S: 07:30-14:00 Cyclo: 40 km I&S: 08:00-14:00 WTC DE KATTE ZELZATE
○ ● ☆	17/05/2025 Altebra/Muur LM Classic (O-VL)	Bedrijfshal Altebra, Hasseltkouter 53, OPHASSELT-GERAARDSBERGEN Cyclo: 130 km I&S: 07:30-10:30 Cyclo: 95 km I&S: 07:30-11:30 VTT: 60 & 80 km I&S: 08:00-11:30 Cyclo: 130 km I&S: 07:30-10:30 Cyclo: 95 km I&S: 07:30-11:30 VTT: 60 & 80 km I&S: 08:00-11:30 Cyclo: 25 & 40 & 60 km I&S: 08:00-13:30 VTT: 25 & 40 km I&S: 08:00-13:30 Kids: Cyclo: 25 km I&S: 09:00-09:25 FIETSCLUB UNITAS

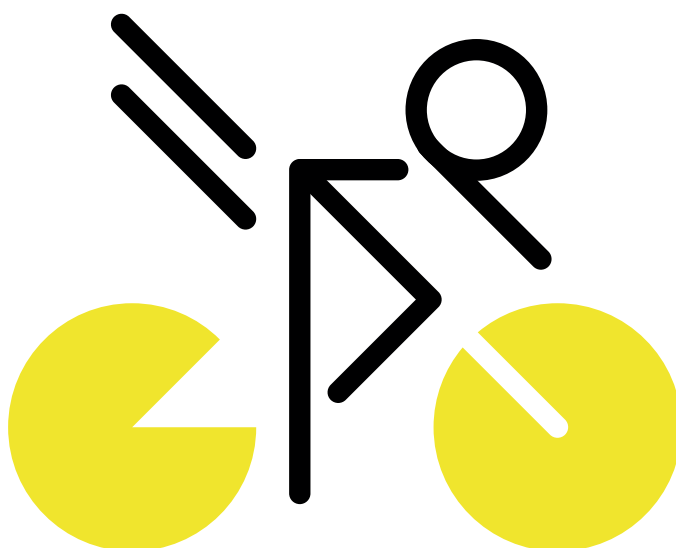
○	18/05/2025 Valckenier Classic Aalst (O-VL)	Valckenier Garage Aalst, Siesegemlaan 1, AALST Cyclo: 30 & 60 & 100 km I&S: 07:30-10:00 WTC MASPOE CYCLING TEAM
○	18/05/2025 Move To Cure Cyclo (ANT)	BP Building Antwerpen, ANTWERPEN
○	21/05/2025 Grenstocht (O-VL)	cafetaria Sporthal Meos, Bloemestraat 36D, MALDEGEM Cyclo: 25 & 50 km I&S: 13:00-18:00 WTC MALDEGEM VZW
▲	24/05/2025 Gravelrit - De Lilse 100 (ANT)	HET VLIEGEND WIEL LILLE, Lille Gravel: 50 & 100 km
○ ●	24/05/2025 Forza Evo Oudenaarde VTT & Cyclo (O-VL)	Sporthal t'Sportkot, Sompelplein 39 / B, OUDENAARDE Cyclo: 32 & 62 km I&S: 08:00-14:00 VTT: 27 & 37 & 50 & 60 km I&S: 08:00-14:00 FORZA EVO BIKERS
○	24/05/2025 SLOEBERTOCHT (O-VL)	PRAATCAFE DE MATROOS, Magerstraat 13, DESTELBERGEN - HEUSDEN Cyclo: 40 & 70 km I&S: 08:00-13:00 SPORTKOMITEIT - HEUSDEN VZW
○ ▲	24/05/2025 De Rapste Wint Classic & Gravelo (VL-B)	Voetbalkantine Korbeek-Lo, Bierbeekstraat 97B, BIERBEEK Cyclo: 165 & 200 km I&S: 07:30-09:30 Gravel: 120 km I&S: 07:30-09:30 Cyclo: 75 & 100 & 140 km I&S: 07:30-10:00 Gravel: 75 km I&S: 07:30-10:00 RENNERSCLUB KORBEER-LO VZW
○	25/05/2025 Vélo Tour Van Eesbeke (O-VL)	Café 't Buitenbeentje, Vuilstraat 5, 9506 - SMEEREBBE-VLOERZEGEM Cyclo: 30 & 60 km I&S: 08:00-10:00 W.T.C. RAPIDE OPHASSELT
○	25/05/2025 Cyclo Toyota Boone Roland 2025 (O-VL)	Garage Toyota Boone, Noorwegenstraat 25, EVERGEM Cyclo: 56 & 82 km I&S: 08:00-10:30 DE BURGGRAVETRAPPERS - EVERGEM
●	25/05/2025 Campine Zomer VTT WTC Het Vliegend Wiel (ANT)	HET VLIEGEND WIEL LILLE, Lille MTB: 24 & 45 & 63 & 80km
○ ▲	25/05/2025 CitadelClassic & GraveLo (VL-B)	RENNERSCLUB KORBEER-LO VZW, Leuven
○	25/05/2025 Pajotse Parel (VI-B)	FOCUS, Asse
○	27/05/2025 Kreken en polders (O-VL)	Sporthal Assenede, Kapelledreef 4, ASSENEDE Cyclo: 35 & 45 & 60 km I&S: 13:00-17:00 WTCL BLIJF JONG ASSENEDE VZW
○ ☆	29/05/2025 Stekene - Geraardsbergen - Stekene (O-VL)	Café Bosdorp, Bosdorp 80, STEKENE Cyclo: 105 & 163 km I&S: 07:00-09:00 Cyclo: 40 & 70 km I&S: 07:00-11:00 Kids: Cyclo: 40 km I&S: 09:00-09:20 WTC DE SNELTRAPPERS VZW
○	31/05/2025 Maldegem-Staden-Maldegem (O-VL)	cafetaria Sporthal Meos, Bloemestraat 36D, MALDEGEM Cyclo: 108 km I&S: 08:00-13:00 Cyclo: 25 & 60 km I&S: 08:00-13:30 WTC MALDEGEM VZW

○	31/05/2025 Viblo Cycling Challenge (O-VL)	Viblo Leieland, Kouter 93, DEINZE Cyclo: 120 km I&S: 07:30-11:00 Cyclo: 90 km I&S: 07:30-12:00 Cyclo: 60 km I&S: 07:30-13:00 T4 CYCLING
○	☆ 01/06/2025 Maldegem-Staden-Maldegem (O-VL)	cafetaria Sporthal Meos, Bloemestraat 36D, MALDEGEM Cyclo: 108 km I&S: 08:00-10:00 Cyclo: 25 & 60 km I&S: 08:00-11:00 Kids: Cyclo: 25 km I&S: 09:00-09:25 WTC MALDEGEM VZW
●	01/06/2025 Toertocht De Wijngaard (O-VL)	Café De Wijngaard, Provincieweg 82, HERZELE VTT: 25 & 50 & 75 km I&S: 07:30-10:30 WTC DE WIJNGAARDVRIENDEN HERZELE
○	04/06/2025 Memorial Christ De Maertelaere (O-VL)	Sportpark Eeklo Sportcafé, Burg.L.Pussemierstraat 157, EEKLO Cyclo: 35 & 50 km I&S: 13:00-17:00 VZW WIELERCOMITE EEKLO
○	☆ 07/06/2025 Azalea fietstochten (O-VL)	EDUGO - Campus Glorieux, Sint Jozefstraat 7, OOSTAKKER Cyclo: 105 km I&S: 07:30-13:00 Cyclo: 75 km I&S: 08:00-13:00 Cyclo: 35 & 55 km I&S: 08:00-13:30 Kids: Cyclo: 25 km I&S: 13:00-13:25 WSC OOSTAKKER - LOCHRISTI
○	▲ 07/06/2025 Pro Cyclo LM Classic - Memorial Willy Everaert (VL-B)	Café In Den Congo, Dorpsplein, VOSSEM Cyclo: 115 km I&S: 08:00-11:00 Cyclo: 45 & 75 km I&S: 08:00-12:00 Gravel: 65 & 85 km I&S: 08:00-12:00 PRO CYCLO VOSSEM VZW
▲	07/06/2025 Pullestukkers Gravelride (W-VL)	Eetcafé De Platse, Sint-Maartensplein 8, 8, WEVELGEM Gravel: 120 & 150 km I&S: 07:00-09:00 Gravel: 95 km I&S: 07:00-10:00 Gravel: 75 km I&S: 07:00-11:00 PULLESTUKKERS
○ ●	07/06/2025 Cycling Weekend Dikkebus (W-VL)	Dikkebusvijver, DIKKEBUS Cyclo: 80 & 95 & 120 km I&S: 07:30-13:00 VTT: 62 & 74 km I&S: 07:30-13:00 Cyclo: 35 & 45 & 65 km I&S: 07:30-14:00 VTT: 30 & 45 km I&S: 07:30-14:00 DE WARE VIJVERCLUB-DIKKEBUS
○ ●	08/06/2025 Cycling Weekend Dikkebus (W-VL)	Dikkebusvijver, DIKKEBUS Cyclo: 120 km I&S: 07:30-09:00 VTT: 74 km I&S: 07:30-09:00 Cyclo: 35 & 45 & 65 & 80 & 95 km I&S: 07:30-10:00 VTT: 30 & 45 & 62 km I&S: 07:30-10:00 DE WARE VIJVERCLUB-DIKKEBUS
○	09/06/2025 Fietstocht Philippine (O-VL)	kantine tennisvereniging Philten, Mosselverkorting 6, PHILIPPINE Cyclo: 105 km I&S: 07:30-09:30 Cyclo: 75 km I&S: 07:30-11:00 Cyclo: 45 km I&S: 07:30-12:00 Cyclo: 105 km I&S: 08:00-09:30 Cyclo: 75 km I&S: 08:00-11:00 W.T.C. PHILIPPINE

○	10/06/2025 HERINNERINGSTOCHT (O-VL)	PRAATCAFE DE MATROOS, Magerstraat 13, DESTELBERGEN - HEUSDEN Cyclo: 30 & 50 km I&S: 10:00-14:30 SPORTKOMITEIT - HEUSDEN VZW
○	11/06/2025 Ronde van Bosdorp (O-VL)	Café Bosdorp, Bosdorp 80, STEKENE Cyclo: 42 & 55 km I&S: 13:00-17:00 WTC DE SNELTRAPPERS VZW
○	13/06/2025 Toertocht 10 Gp CIS MOFIWA Leopoldsburg (LIM)	10 GP CIS, Baron Rucquoylaan, LEOPOLDSBURG Cyclo: 105 km I&S: 08:00-10:00 Cyclo: 75 km I&S: 08:00-11:00 Cyclo: 40 km I&S: 08:00-14:00 10 GP CIS CYCLING
○ ● ☆	14/06/2025 Les Collines (O-VL)	Polyvalente Zaal Den Boer, Den Boer 17, LIEVEGEM Cyclo: 155 km I&S: 07:00-09:00 Cyclo: 105 km I&S: 07:00-12:00 VTT: 65 km I&S: 07:00-12:00 Cyclo: 35 & 65 km I&S: 07:00-14:00 VTT: 45 km I&S: 07:00-14:00 Kids: VTT: 25 km I&S: 13:00-13:25 SPORTVERENIGING ZOMERGEM VZW
○ ▲	14/06/2025 JBC Classic (LIM)	Leemskuil, Hamonterweg 138 B, BOCHOLT Cyclo: 140 km I&S: 08:00-09:00 Cyclo: 80 & 110 km I&S: 08:00-10:00 Gravel: 85 & 115 km I&S: 08:00-10:00 Cyclo: 50 km I&S: 08:00-11:00 WTC DE SLUISTRAPPERS LOZEN
○	14/06/2025 Roeselare-Catsberg-Roeselare (W-VL)	Eet- & sfeercafé 't Motje, Rumbeeksesteenweg 241, ROESELARE Cyclo: 130 km I&S: 07:30-11:00 Cyclo: 110 km I&S: 07:30-12:00 Cyclo: 25 & 50 & 80 km I&S: 07:30-13:30 KON.STEDELIJKE WIELRIJDERSBOND ROESELARE
○	14/06/2025 Lucien Van Impe Classic (O-VL)	Polyvalente Zaal Serskamp(Bassichool GiBo De Rozelaar), Schoolstraat 4, SERSKAMP Cyclo: 35 & 60 & 90 & 145 km I&S: 07:30-11:00 WIELERCLUB SERSKAMP
●	15/06/2025 VTT - Toertocht Horebeke (O-VL)	Kantine VV Horebeke, Stene 3, HOREBEKE VTT: 40 & 55 km I&S: 07:00-11:00 DE HOREBEEKSE BIKERS
▲	15/06/2025 Eddy's Birthday ride (LIM)	Belgian cycling Factory, Beverlosesteenwweg 85, BERINGEN
○	15/06/2025 Andrik Fol Classic 2025 (VL-B)	KOBOS, campus Veldstraat, Veldstraat 11, KAPELLE OP DEN BOS Cyclo: 35 & 65 & 85 km I&S: 08:00-14:00 GOLDEN LORDS
○	15/06/2025 3de Motjesrit (W-VL)	Eet- & sfeercafé 't Motje, Rumbeeksesteenweg 241, ROESELARE Cyclo: 80 & 110 km I&S: 07:30-09:00 Cyclo: 25 & 50 km I&S: 07:30-10:00 KON.STEDELIJKE WIELRIJDERSBOND ROESELARE

○	15/06/2025 Toertocht 10 Gp CIS MOFIWA Leopoldsburg (LIM)	10 GP CIS, Baron Rucquoylaan, LEOPOLDSBURG Cyclo: 105 km I&S: 08:00-10:00 Cyclo: 75 km I&S: 08:00-11:00 Cyclo: 40 km I&S: 08:00-14:00 10 GP CIS CYCLING
● ▲	15/06/2025 Sabboika MTB & Gravel Toertocht (VL-B)	Zaal Lindegroen Buizingen, BUIZINGEN
○	15/06/2025 MovetoCure Cyclo (ANT)	Bp Building - Movetocure, ANTWERPEN
○	18/06/2025 Scheldetocht (O-VL)	Sportbar "Het meer", Koedreef 3, DESTELBERGEN Cyclo: 50 km I&S: 13:00-16:00 WTC DESTELBERGEN SPORT
▲	21/06/2025 4 Loops Gravelride (LIM)	Warabikeshop, Dijkstraat 35, GENK Gravel: 50 km I&S: 07:30-09:00 WARABIKECLUB
○	21/06/2025 Memorial Willy Thys (O-VL)	Sparrenhof, Brugsesteenweg 183, EEKLO Cyclo: 45 & 80 & 110 km I&S: 07:30-13:00 VZW. CENTRUM SPORTIEF - EEKLO
○	21/06/2025 #GRINTA FOR BJARNE Forte Etixx Classic (W-VL)	Site TSVB, Ambachtstraat 35, TORHOUT Cyclo: 125 km I&S: 07:30-12:00 Cyclo: 35 & 75 & 95 km I&S: 07:30-14:00 FLANDRIA SPORTIEF
● ▲	21/06/2025 Abus - A.C. Hagelands Parels (VL-B)	Voetbalveld S.K. Waanrode, Steenbergstraat ZN, KORTENAKEN Gravel: 58 & 87 km I&S: 07:00-10:00 VTT: 24 & 36 & 54 km I&S: 07:00-10:00 KORTENAKEN FIT & MOVE
○	21/06/2025 ABUS - A.C. Hagelandse Parels classic (VL-B)	SK Waanrode, Steenbergstraat 1 - 9, KORTENAKEN Cyclo: 66 & 90 & 127 km I&S: 07:00-10:00 Cyclo: 40 km I&S: 07:00-11:00 GO4CYCLING
○	21/06/2025 As - Thorn 90 km (LIM)	Café Bij die van ons, Stationsstraat 55, AS Cyclo: 90 km I&S: 09:00-10:30 KWTC SPORTIEF- AS VZW
○	21/06/2025 Lucien Van Impe Classic (O-VL)	Polyvalente Zaal Serskamp(Bassichool GiBo De Rozelaar), SERSKAMP WIELERCLUB SERSKAMP
○	22/06/2025 Ride for Parkinson's (O-VL)	Kantine de Sportuil, Muylaertstraat 17, EKSAARDE Cyclo: 36 & 53 & 77 km I&S: 08:00-12:00 DEN 28STEN
○ ☆	22/06/2025 Cammaert Classic 2025 (O-VL)	Cammaert Trucks Billiet, Polbroek 44, SINT-LIEVENS-HOUTEM Kids: Cyclo: 25 km I&S: 07:00-10:00 Cyclo: 70 & 100 km I&S: 07:00-10:00 CAMMAERT CLASSIC
●	22/06/2025 veldtoertocht Grobbendonk (ANT)	Harmonielokaal, Quinten Matsyslaan 35 A, GROBBENDONK VTT: 20 & 30 & 40 & 50 & 60 km I&S: 07:30-10:30 W.T.C. DIAMANT GROBBENDONK
○	25/06/2025 Van Oost naar West (O-VL)	De Zwarte Kat, Assenedesteenweg 140, ZELZATE Cyclo: 60 km I&S: 13:00-16:00 Cyclo: 40 km I&S: 13:00-16:30 DE ZWARTE KAT RIJDERS

○	28/06/2025 Doel als doel (O-VL)	Cafe He Oude Gemeentehuis, Marktplein 4, ERTVELDE Cyclo: 120 km I&S: 08:00-13:00 Cyclo: 50 & 80 km I&S: 08:00-14:00 TC HOUTLAND - ERTVELDE
● ▲	28/06/2025 Flanders Fields Epic - toertocht	D-HOTEL BVBA, Marke
	29/06/2025 Heuvelrugtocht (W-VL)	Voetbalkantine Westrozebeke, Ommegang Noord 14, WESTROZEBEKE
○ ● ☆	29/06/2025 Kruiskapel VTT & Cyclo - Memorial Lionel (O-VL)	voetbalplein FC Eksaarde, Canondreef 1 / Z, EKSAARDE Cyclo: 33 & 56 km I&S: 07:30-10:30 VTT: 26 & 37 & 53 km I&S: 07:30-10:30 Kids: VTT: 20 km I&S: 09:00-09:25 WTC EKSAARDE
● ▲	29/06/2025 Flanders Fields Epic - toertocht	D-HOTEL BVBA, Marke





Blijf jij op snelheid of remmen inefficiënte processen je af?

Op de fiets voel je meteen wanneer iets niet soepel loopt: een slecht afgestelde versnelling, te veel weerstand, of onnodige omwegen.
Maar hoe zit dat in je onderneming?

Ben je vaak bezig met dubbele invoer of tijdrovende administratie?
Moet je telkens schakelen tussen verschillende systemen om een helder beeld te krijgen? Merk je dat trage processen je groei afremmen?
Net zoals een goed afgestelde fiets je sneller en efficiënter vooruit helpt, doet ProfitPlus dat voor je onderneming. Eén geïntegreerd systeem voor verkoop, planning, facturatie en voorraadbeheer, zodat je zonder haperingen kan blijven doorgaan.



**Wil je weten hoe je bedrijf
slimmer en sneller kan draaien?
Maak kennis met ProfitPlus**





BORN

**SUPERIOR
SPORTS
CARE**

BORN TO PUSH LIMITS

Ontvang exclusieve
ledenkorting van **15%**
op jouw aankoop via onze website!

Code: CV-15

SCAN HERE

