

Dag 1

We zijn vandaag goed aangekomen aan het Adeps centrum te Enghreux gelegen aan het meer waar de Westelijke en de Oostelijke Ourthe samenkomen. Nadat we onze kamers in orde hadden gebracht, kregen we een warme maaltijd. Namelijk vis met rijst, maar jammer genoeg vond niet iedereen het even lekker. Daarna ging iedereen zich klaarmaken om de eerste keer op de Westelijke Ourthe te gaan varen. Het was een lange tocht van 16km waarbij we 2 x moesten overdragen omwille van een stuw. De rivier zelf was plezant maar toch waren er veel takken en stenen die we moesten ontwijken. Dat was KEIleuk!! Onderweg moesten we traversere, maar jammer genoeg was er een zwemmer, wel niet van Neerpelt. Omdat het de eerste dag en rustig hadden gevaren, waren we iets te laat voor het avondeten, dus moesten we snel douchen. Als avondeten kregen we lekkere broodjes en sandwiches. Nadat die op waren konden we nog boterhammen eten. Daarna was er nog een avondactiviteit, omnisport, namelijk basketbal, steltenlopen en alles wat er ter beschikking was. Omdat we laat terug waren kregen we ons vieruurtje na de avondactiviteit. Om de dag af te sluiten hebben we nog de film "Brave" gekeken.



Dag 2

We werden deze ochtend gewekt door rustige, iets te stille muziek door het hele gebouw. Bij het ontbijt werden we verwend met lekkere chocoladebroodjes. Om half 10 stonden we klaar om de Oostelijke Ourthe te gaan afvaren. Dit is ook het stuk waar de wedstrijd elk jaar op gevaren wordt. Doordat het water iets te laag stond waren er heel veel stenen om te ontwijken. De ouderen jongens hebben het stuk zelfs 2 x moeten doen. Het was weer een heel leuk stuk. Als middageten kregen we varkensvlees met gratin dauphinois met erwten en wortelen voorgeschoteld. Na een pauze stonden we weer klaar voor een training, maar deze keer op het meer bij het Adeps centrum. Na de training kregen we als avondeten pasta bolognaise en als avondactiviteit konden we kiezen tussen trefbal en tafeltennis. (of dit verslag schrijven) Als afsluiter van de dag kregen we weer een film namelijk "Frozen" met dank aan Bram die zijn verzameling Disney films had meegenomen.

Bieke, Hanna, Leen, Roos

Dag 3

Toen we 's ochtends de luide muziek van Bram en Nick hoorden, wisten we dat we moesten opstaan. We gingen al snel ontbijten en daarna volgde er een speech van onze begeleiders. Voor we het wisten moesten we alweer het water op. De junioren voeren weer hetzelfde stuk als maandag maar wij moesten maar de helft hiervan varen. Alles verliep zonder problemen. Omdat de begeleiders vonden dat iedereen zo goed had gevaren stonden er frietjes en een hamburger klaar. Vandaag was het in de namiddag rustdag dus hadden we de keuze tussen rustig uitvaren op het meer of een mooie wandeling maken langs het meer. Wij als sportievelingen van Neerpelt kozen voor de wandeling. Tijdens de wandeling had Els, de

vrouw van Hans, cola lolly's verstoopt die we dan mochten zoeken en natuurlijk ook opeten. Het was een leuke wandeling maar na al het bergop en bergaf gaan voelden we dit toch aan onze voeten en benen. Terwijl we aan het douchen waren, hebben ze ons eten (smos) klaargemaakt. Nadat we de lekkere maaltijd op hadden, rusten we uit in de lounge. Hierna kregen we nog een speech voor de dagindeling van morgen en stond er nog een film op ons te wachten. We hebben ook al nieuwe vrienden bijgemaakt. We moesten dus ons beste Frans naar boven halen. PS: Davy (onze vertaler in nood) we missen je heel hard!! Maar gelukkig en zonder dat we het wisten kwam Davy s' avonds nog toe in Engreux.

Joke, Amber, Marie, Amber

Dag 4

De dag begon als alle andere dagen heel vroeg en slapertig. We aten als ontbijt heel veel om de dag door te komen want er wachtte ons een druk programma. Gelukkig wordt het een warme dag. Na het ontbijt was het stil want we waren nog moe. Om half 10 zijn we vertrokken met de busjes naar de rivier en moesten we een non-stop chrono varen (dwz: een wedstrijdssimulatie met start maar geen wedstrijdtempo) Toen we aankwamen stond er weer een warme maaltijd op ons te wachten. Eerst soep en daarna cordonbleu met bonen en puree. Hierna hebben we gezellig gezelschapspelletjes gespeeld waaronder 'presidenten'. Om half 3 zijn we vertrokken naar Wymont dat 16 km van het Adeps centrum ligt. Het was lang varen maar wel gezellig. Halverwege kregen we een banaan van de chauffeurs. Toen we aankwamen hadden we even pauze en daarna was er nog een stretch sessie van Geert. Na het avondeten (zelfgemakte smos) moesten we jammer genoeg onze tassen al maken voor de volgende dag, omdat we na het ontbijt naar de Warche reden. Toen dat klaar was had Davy nog een sessie 'boten en paddels repareren omdat de punt van Bieke haar boot en Ruben zijn paddel beschadigd waren. Om de avond af te sluiten hebben we nog een film gekeken, namelijk de "Lion King". Het was nog een leuke avond met heel de groep om te laatste avond te vieren.

Tom en Lennert

Dag 5



Vandaag werden we iets vroeger gewekt zodat we op tijd konden vertrekken naar de Warche want er werd water gelost tussen 10u en 13u en we wilden zoveel mogelijk afdalingen doen. Nadat iedereen zijn spullen bij elkaar en in de auto's verdeeld had vertrokken we want het was toch een dik uur rijden. Daar aangekomen was er aan de start al voldoende water dus snel instappen was de boodschap. De eerste afdaling was het een beetje chaos daar Davy vertrok en heel de bende (30 vaarders) achter hem aan en Geert en Hans keken toe vanaf de brug, te laat ingestapt dus. Op het einde haalde we zoals gewoonlijk op deze rivier het water in dat niet snel genoeg stroomde. Dus telkens draaien in een keerwater en veel te lang onderweg geweest van de eerste afdaling. Snel de boten geladen en terug naar de start, onderweg nog

iets gegeten en gedronken. De 2^{de} afdeling ging iets vlotter nu er iets meer in groepjes gevaren werd en ook konden we deftig tot aan de aankomst varen zonder te wachten. Voor de meesten was het genoeg geweest en was de vermoeidheid duidelijk te zien, zij besloten dan ook om zich om te kleden en hun lunchpakket op te eten. Enkele dappere atleten gingen nog eens terug voor een 3de snelle afdeling waaronder Hanna, Nick en Davy samen met enkele vaarders van Mechelen. Bram en Davy deden dit weer op wedstrijdtempo zodat de rest op achtervolgen gezet werd. Nadat we ons moe en voldaan omgekleed hadden en iedereen nog afscheid had genomen van elkaar werd er terug naar Neerpelt gereden.

Bij deze wil ook nog eens Peter en Sabine bedanken die een hele week mee geweest zijn om voor het vervoer in te staan voor onze jeugd.

Davy

Wist je dat,

- Nick niet kan eten want hij bijt elke maaltijd op zijn lip.
- Lennert een vriendin gevonden heeft uit Brussel.
- Er hier heel goede begeleiders zijn.
- We elke morgen om half 8 gewekt werden door muziek op de gang.
- We elke avond een activiteit hadden
- Het water dat we hier drinken uit eigen streek komt (Chaudfontaine)
- Het weer best wel goed was.
- Het overdragen de eerste dag wel traag ging maar bij de dames aspiranten alle dagen.
- Dat de meesten rond de 90km gevaren hebben en de groteren 115km.
- Leen en Roos het moeilijk vond om uit te stappen in een smallere boot.
- Geert zijn rustige muziek met zeegeluiden zeer lachwekkend was.
- Bram en Nick het zeer goed met elkaar konden vinden.
- Ruben weer een poging heeft gewaagd om een meisje te versieren, ditmaal bij de Walen.
- Als leen iets lekker krijgt voorgeschoteld ze kan blijven eten, maar drinken is nog een probleem.
- We de laatste dag de Warche onveilig gemaakt hebben en zo toch al stiekem getraind hebben voor het BK hierop in mei.
- We de Walen Nederlandse les hebben gegeven en met succes.
- We een dag langer gebleven zijn dan eerst voorzien was, gelukkig maar.
- Het een toffe en leerrijke maar ook een vermoeiende stage was.
- We uitkijken naar de volgende stage op de Durance in Frankrijk.