# *O.E.H. MASTERS & RECREANTEN - PROGRAMMA OKTOBER 2026*

***Vrijdag 2/10 t/m maandag 5/10 : OEH-MOSSELKERMIS meehelpen = 1 pt OEH-CRITERIUM***

| DATUM | DAG | TYPE | PLAATS | PROGRAMMA | PUNTEN | MEER INFO |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 2/okt | vr | Training masters | BEEMD | MOSSELKERMIS | | |
| 4/okt | zo | Duurloop | BOS | 10u - Vertrek Wijverkens | | |
| 6/okt | di | Training masters | PISTE | ALTERNATIEVE training met oa looptechn. oef. & ….. | | |
| 7/okt | wo | Duurloop | BOS | 10u - Vertrek Wijverkens | | |
| 7/okt | wo | Duurloop | BRES | 18u30 - **Omloop 5** - **Don Bosco-Vanderstokken** : 7km570 - 8km610 - 9 km760 - 12 km220 | | |
| 9/okt | vr | Training masters | BEEMD | 45' Souplesse | | |
| 10/okt | za | Pistewedstrijd | FRASNES-LEZ-ANVAING | **estafetten (teams W70 - mix 60)** | | KLIK HIER |
| **10/okt** | **za** | **Jogging** | **BUIZINGEN** | **H3O Trailrun** | **1** | **KLIK HIER** |
| **11/okt** | **zo** | **Jogging** | **GAASBEEK** | **Rakkerrun** | **1** | **KLIK HIER** |
| **11/okt** | **zo** | **Wegwedstrijd** | **EINDHOVEN** | **Belgisch Kampioenschap (BK) Marathon** | **1** | **KLIK HIER** |
| 11/okt | zo | Duurloop | BOS | 10u - Vertrek Wijverkens | | |
| 13/okt | di | Training masters | PISTE | ALTERNATIEVE training met oa looptechn. oef. & ….. | | |
| 14/okt | wo | Duurloop | BOS | 10u - Vertrek Wijverkens | | |
| 14/okt | wo | Duurloop | BRES | 18u30 - **Omloop 6** - **Klabbeek** : 8km470 - 10km160 - 11km090 - 13km900 | | |
| 16/okt | vr | Training masters | BEEMD | 2 ronden IN - 4/6 x 1000m INS & OUTS over 100m - 1 ronde uit | | |
| 18/okt | zo | veldloop | BERLARE | CrossCup Relays | | |
| **18/okt** | **zo** | **evenement** | **HUIZINGEN** | **Wandeling KOTK - vertrek tussen 9u en 11u aan de atletiekpiste** | | |
| 20/okt | di | Training masters | PISTE | 15' Opw - 4/6 x (300m tempo CTS-2" - 100m langz lp - 1' techn oef - 1' rust) - 15' Uitl | | |
| 21/okt | wo | Duurloop | BOS | 10u - Vertrek Wijverkens | | |
| 21/okt | wo | Duurloop | BRES | 18u30 - **Omloop 1** - **Watermolen Huizingen:**- 8km060 - 9km710 - 12km500 - 13km580 | | |
| 23/okt | vr | Training masters | BEEMD | 2 ronden IN - 4/6 x ronden -> (300m tempo - 200m langz) - rust 2' - 1 ronde UIT | | |
| 25/okt | zo | Jogging | CLABECQ | **Think Pink** | 1 | Klik hier |
| 25/okt | zo | Duurloop | BOS | **10u - Vertrek Wijverkens - OPGELET! Winteruur** | | |
| 27/okt | di | Training masters | PISTE | 30' Opw. Incl rekken/strekken/zwaaien/techn/versn - **Coopertest** - 15' Uitl | | |
| 28/okt | wo | Duurloop | BOS | 10u - Vertrek Wijverkens | | |
| 28/okt | wo | Duurloop | BRES | 18u30 - **Omloop 10 - Lembeek-Essenbeek** - 6km870 - 8km480 - 10km300 - 12km050 | | |
| 30/okt | vr | Training masters | BEEMD | 2 ronden IN - 2 x (10'/12' wedstrijdtempo - 3' rust) - 1 ronde UIT | | |

Al een aantal data voor het komende winterseizoen

Za 7 november 2026 : veldloop Braine L'Alleud
Zo 22 november 2026 : veldloop Wespelaar
Zo 29 november 2026 : BK Veldloop Masters Hulshout
Zo 20 december 2026 : veldloop Gooik

## OMLOPEN WINTER - VERTREK HALLE-BRES

| | BASIC | GROEP 5 (+/- 8km) | GROEP 4 (+/- 9km) | GROEP 3 (+/- 10km) | GROEP 1 + 2 ( > 11km) |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Slingerweg-vaart over-binnenweg parking-Porseleinstraat-vaartkant Roggemanskaai-brug Alsembergse stwg-Swalusstr-(WITTE ROOS)-Patrijzenlaan-Fazantenlaan-F Uylenbroeckstraat-Hellestr-Laaklinde-SAS LOT: **5km700** | Slingerweg–vaart over–Laroystraat-Roggemanskaai–brug Alsembergsestwg onder–vaartweg tot sas Lot–andere zijde terug tot piste: **8km060** | Vaartkant-Roggemanskaai-Laroystraat-vaart over-Slinger weg -Bres: **9km710** | Stationstr-Breedveld-Gezellestr tot einde-Alsembergsestw over-Pallieterweidestraat -Rood wegje sporrweg-Biezeput-Delleputstraat-wegje langs spoorweg rotonde Nederhem-vaart over-Slingerweg- Bres: **10km500** | Stationstr-Breedveld-Gezellestr-Watermolenstr-Menisberg-Torleylaan-Alsembergsestw over-DIESBEEKSTR-Bosmanstr-brug snelweg over-Hof ten Blooten-Daystr-Nachtegaalstr-Kerkstraat-(BUIZINGEN)-Rood wegje langs spoorweg-Rondpunt-Nederhem-vaart over-Slingerweg-Bres: **13km580** |
| 2 | Slingerweg-rondpunt-Possozplein-Basiliekstr-Leeuwenstraat-Bergensestw-Bevrijdingsplein (ZWARTE KAT)-Wilgenveld-Beerstestr-Elbeekdries-Hogemierstr-(DONKER GAT): **4km660** | Slingerweg–vaart over–Nederhembrug–VDPeereboomstr–Nachtegaalstr–Kerkhoflaan–rechts veldweg tot in Bleukenstr–over landingsbaan –Ysayestr–Kruisstr–Duezstr–Veldstr–Brouwerijstr–door Joepie –Biezeweide –Viaductstr–Rodenemweg-Vogelpers–Bospoortbrug–Basiliekstr-Arkenvest–Theunckensstr–Minderbroedersstr–Volpestr–Dekenstr–M. Senciestr-Bres: **7km470** | Edingsestw-Bevrijdingsplein-(ZWARTE KAT)-Deboecklaan-Suikerkaai-Basiliekstr-via park-Leide-rondpunt-Slingerweg-Bres: **8km390** | Edingsestw over-Puesstr-Stationstr-(STATION LEMBEEK)-Claesplein-Colruytstr-Heldenstr-vaart over- langs kanaal-Ijzerenwegstr-vaart over-Basiliekstr-via park-Leide-rondpunt-Slingerweg-Bres: **10km980** | Edingsestw-KRUISKENSHEIDE-Borreweidestr-Veroonslinde-Steengroefstr-Bergensestw-Brouwerijgang-(STATION LEMBEEK)-Claesplein-Colruytstr-Heldenstr-(SAS LEMBEEK)- langs kanaal-Ijzerenwegstr-vaart over-Basiliekstr-via park-Leide-rondpunt-Slingerweg-Bres: **12km350** |
| 3 | Slingerweg- vaart over-J. Laroystraat-F.Roggemanskaai -Roggemanskaai-brug Alsembergse stwg onder-vaartkant-SAS LOT: **3km970** | Slingerweg–vaart over–Nederhembrug–links naar rood wegje–Delleput–Biezeput–rood wegje–Pallieterweidestraat-Alsembergsestwg over–Beerselsestr–G.Gezellestr–Theresiastr–Watermolenstr–links G.Gezellestr–Vaucampslaan–stationstunnel–Vanhamstr–Roggemanskaai–Porseleinstr–Spoorwegstr–Nederhem–tot piste: **8km010** | Stationstr-Breedveld-Gezellestr-**(SIEMENS)**-Beerselsestr-**(KROL)**-Alsembergsestw over -Pallieterweidestr - rood wegje langs spoorweg - Biezeput - Delleputstraat - rood wegje verder-brug- rondpunt- Nederhem - vaart over - Slingerweg - Bres: **9km200** | Laekelinde-Hellestraat-F.Uylenbroeckstraat- N6 over - Pijnbroekstraat - Halleweg - A.Jambonstraat - Stroppen - G.Gezellestraat - J. Jacminstraat -N6 over - Brusselsesteenweg - Bresweg - Bres: **9km820** | Sashoek-Vaartweg-**RUISBROEK SAS**-Meerweg-Grensstr-Walravenstr-Stationstr-**SAS LOT**-Breedveld-Gezellestr-**(SIEMENS)**-Beerselstr-**(KROL)**-Alsembergsestw over-Pallieterweidestr- rood wegje langs spoorweg-Biezeput-Delleput-rood wegje-brug-rondpunt-Nederhem-Slingerweg-Bres: **15km890**<br>**groep 2**: via voetgangersbrug: **14km610** |
| 4 | Bresweg-Brusselsestw-(PACHA)-Jacminstr-Gezellestr-via voetbalveld-Jambonstr-rechts veld in-Halleweg-Pijnbroekstr-(MEKINGEN) = 4km820<br>P.S. groep 3 op Pijnbroekstraat 1e rechts naar F. Pickéstraat: **4km820** | Bresweg–Brusselsestwg (Pacha)–Jacminstr–G.Gezellestr–via voetbalveld–Jambonstr–rechts veldweg–Halleweg–Pijnbroekstr–Cardijnstr–Ameysstr–Hollestr–Jacminstr–Brusselsestwg–Bresweg: **8km300** | J. Ameysstr - **(ALSPUT)** - Hollestr - J.Jacminstr - H.Consciencestraat - C.Verhavertstraat - A.Demaeghtlaan - Meiboom - M.Senciestraat - Bres: **8km770** | Pijnbroekstraat-F.Pickéstraat-V. Millairstraat-Europalaan-Bergensesteenweg-over N6-F.Uylensbroeckstraat-Fazantenlaan-Patrijzenlaan-T.Swalusstraat-Alsembergesesteenweg-Roggemanskaai-Spoorwegstraat-Nederhem-Vandepeereboomstraat-Bospoortbrug-Basiliekstraat-Park-Leide-De Bres: **10km420** | Pepingsestw-Galgstr-(FERRY)-Lotstr-Bergensestw over-Laaklinde-Hellestr-Bosmanstr-Uylenbroekstr- (WITTE ROOS)-Fazantenlaan-Patrijzenlaan-Swalusstr-Alsembergsestw-vaart over- Roggemanskaai-Laroystr-vaart over-Slingerweg-Bres: **14km180** |
| 5 | Bresweg-Brusselsestw-(PACHA)-Jacminstr-Astridlaan-(DON BOSCO)-Lenniksestw.: **1km630** | Bresweg–Brusselsestwg (Pacha)–Jacminstr–Astridlaan–Lenniksestwg–Lampstr–Ninoofsestwg–Haagstr–Beertsestr–Wilgenveld–Bevrijdingsplein (Zwarte Kat)–Bergensestwg–Basiliekstr–Possozplein tot piste: **7km570** | Scheyssingen-Ninoofseswt over-Haagstr-Beerstsestr-Bergensestw-Basiliekstr-Possozplein-rondpunt-Slingerweg-Bres: **8km610** | (BEATLES)-St Piet-Leeuwsstw-Pepingsestw-(MEKINGEN)-Cardijnstr-Ameysstr-(ALSPUT)-Hollestr-Jacminstr-(PACHA)-Brusselsestw-Bresweg-Bres: **9km760** | (BEATLES)-Smisstr-(VANDERSTOKKEN)-Palokestr-Ninoofsestw-Demaeghtlaan-Meiboom-Brusselsestw-Senciestr-Parking Bres-Bres: **12km220** |
| 6 | Slingerweg-Rondpunt-Leide-Dijkstr-Willamekaai-Brug kanaal over-Ijzerenwegstraat-Weg kanaal volgen-(**SAS LEMBEEK**): **3km870** | Slingerweg-Willamekaai–Brug kanaal over-rechts Ijzerenwegstr–kanaal tot sas Lembeek–Dr Spitaellaan–Berendries–Malheideweg–voetgangersbrug over–kanaal tot brug aan Basiliekstr–door Park–Leide tot piste: **8km470** | Dr Spitaellaan-Berendries-Malheideweg-Voetgangersbrug onder-Kanaalweg volgen-Ijzerenwegstr-Brug kanaal over-Baseliekstr-Park door-Leide-Rondpunt-Slingerweg-Bres: **10km160** | Boslaan-Kasteelbrakelsesteenweg-Trompstraat-Blekerijstraat rechtdoor tot Spitaelslaan-rechts Spitaelslaan-Berendries-Malheideweg-kanaal - Bospoortbrug-Basiliekstraat-Park-Leide-De Bres: **11km090** | Klabbeeksestw-Rue des Déportés-Rue du Transvaal-(KERKHOF KLABBEEK)-Av. Des Mésanges-Mussenberg-Kasteelbrakelsestw-(CONGO)-Dr Spitaelslaan-Berendries-Malheideweg-Voetgangersbrug onder-Kanaalweg volgen-Ijzerenwegstr-Brug kanaal over-Baseliekstr-Park door-Leide-Rondpunt-Slingerweg-Bres: **13km900** |
| 7 | Slingerweg-rondpunt-Possozplein-Baseliekstr-Leeuwenstraat-Bergensestw-Bevrijdingsplein- (ZWARTE KAT)-Wilgenveld-Beerstestr: **3km780** | Haagstr–Ninoofsestwg–Lampstr–Lenniksestwg–Astridlaan–Jacqminstr–Brusselsestwg (Pacha)–Bresweg tot piste: **7km540** | Haagstraat-Ninoofsestw over-Scheyssingen-Lenniksebaan-**(DON BOSCO)**-Verhavertstr-Demaeghtlaan-Meiboom-Brusselsestw-Senciestr-Parking Bres-Bres: **8km530** | !!!!! VERLICHTING NODIG !!!!! Eikstraat-Galgenstraat-Termeren-Beertsraat-Ninoofseesteenweg-A.Demaeghtlaan-Meiboom-Brusselsesteenweg-Bresweg-De Bres: **10km640** | Eikstr-(CADIZ)-Ninoofsestw-Haagstraat-Beertsestr-Demaeghtlaan over-Beertsestr-Bergensstw-Kortevest-Vuurkruisenstr-Possozplein-Rondpunt-Slingerweg-Bres: **12km370** |
| 8 | Slingerweg- vaart over-binnenweg parking-Porseleinstraat-vaartkant Roggemanskaai-brug Alsembergse stwg-Swalusstr-(WITTE ROOS)-Patrijzenlaan-Fazantenlaan: **3km920** | Slingerweg–vaart over–Laroystr/Roggemanskaai–brug Alsembergsestwg–Swalusstr–Patrijzenlaan–Fazantenlaan–F. Uylenbroekstr–Pijnbroekstr–Halleweg–rechtdoor veld in–J. Uylenbroekstr–stwg over naar Lariellestr–Scheepswerfkaai tot piste: **7km540** | Links-Uylenbroeckstr-Bergensestw over-Pijnbroekstr-(MEKINGEN)-Cardijnstr-Ameysstr-(ALSPUT)-Hollestr-Jacminstr-(PACHA)-Brusselsestw-Bresweg-Bres: **9km570** | Links-Uylenbroeckstr-Bergensestw over-Europalaan-Pepingsestw-(MEKINGEN)-Cardijnstr-Ameysstr-(ALSPUT)-Hollestr-Jacminstr-(PACHA)-Brusselsestw-Bresweg-Bres: **11km030** | Rechts-Hellestr-Laaklinde-Bergenseswt over-Lotstr-Rondpunt-(FERRY)-Galgstr-Pepingsestw-(MEKINGEN)-Cardijnstr-Ameysstr-(ALSPUT)-Hollestr-Jacminstr-(PACHA)-Brusselsestw-Bresweg-Bres: **13km310** |
| 9 | Slingerweg-vaart over-Nederhem-Rondpunt-Nerickxlaan-Roodwegje links- (KERKHOF BUIZINGEN)-Veldweg volgen-Bleukenstr over-Veldweg volgen-Nachtegaalstr-Kastanjelaan-DRASOP-Berkenlaan-Krabos-Arenberg: **4km700** | Slingerweg-vaart over–Nederhembrug–K. Nerinckxlaan–rood wegje links naar kerkhof–veldweg volgen–Bleukenstr oversteken–veldweg tot Nachtegaalstr–Kastanjelaan–Drasop–Berkenlaan–Krabos–Arenbergstr–Kasteelstr–I. Devilléstr–rondpunt Boterham–Halleweg–St Rochusstr–Bospoortbrug–Willamekaai tot piste: **7km990** | Warande-Nijvelsestw-Sint Rochusstr-Brug kanaal over-Basiliekstr-Park door-Leide-Rondpunt-Slingerweg-Bres: **8km410** | Warande-Maasdal-Veugeleer-Driepikkel-Resteleurs-Rodenemplein-Kanaalstraat-Bospoortbrug-Park-Leide- Rondpunt-Slingerweg-Bres: **10km020** | Kasteelstr-Houtveld-Nijvelsestw-(VLASMARKT)-Kasteelbrakelsestw-Dr Spitaelslaan -Berendries-Malheideweg-Voetgangersbrug onder-Kanaalweg volgen-Ijzerenwegstr-Brug kanaal over-Basiliekstr-Park door - Leide-Rondpunt-Slingerweg-Bres: **12km920** |
| 10 | Slingerweg-Rondpunt-Leide-Dijkstr-Willamekaai-Brug kanaal over-Ijzerenwegstraat-Weg kanaal volgen-(SAS LEMBEEK): **3km870** | Slingerweg–Leide–door park–Basiliekstr–Suikerkaai–langs kanaal richt. Lembeek tot voetgangersbrug–kanaal over–Malheideweg–Berendries–Driepikkel–Resteleurs–Rodenemweg–Vogelpers–kanaal over–Basiliekstr–park door–Leide tot piste: **6km870** | Dr.Spitaellaan-Berendries-Malheideweg-Voetgangersbrug onder-Kanaalweg volgen-Ijzerenwegstr-Brug kanaal over-Basiliekstr-Park door-Leide-Rondpunt-Slingerweg-Bres: **8km480** | Dr Spitaels-Maasdal-Veugeleer-Driepikkel-Resteleurs-Rodenemplein-Kanaalstraat-Ijzerenwegstraat-brug kanaal over-Basiliekstraat-Park door-Leide-Rondpunt-Slingerweg-Bres: **10km300** | Dr. Spitaelslaan, Maasdal Warande, Kasteelstr, I. Devilléstraat, Boterham, Halleweg, N 203 over, Halleweg, E.Ysayestraat (tennis), landingsbaan over, Bleukenstraat, Nachtegaalstraat, kerk Buizingen, gemeenteplein, rood wegje, brug spoorweg, rondpunt, nederhem, brug vaart over, slingerweg, Bres: **12km050** |

**De links naar de grafische afbeelding per toer en groep zijn hieronder terug te vinden (website: afstandmeten.nl)**

| | BASIC | GROEP 5 | GROEP 4 | GROEP 3 | GROEP 1 & 2 |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2295393 | 2295378 | 2295390 | 2295382 | 2295396 |
| 2 | 2295399 | 2296800 | 2298061 | 2299261 | 2295400 |
| 3 | 2301727 | 2301733 | 2302620 | 2302625 | 2302622 |
| 4 | 2302641 | 2302637 | 2303038 | 2308402 | 2308403 |
| 5 | 2308710 | 2308712 | 2308720 | 2308726 | 2309078 |
| 6 | 2299268 | 2299273 | 2299282 | 2299294 | 2299298 |
| 7 | 2299301 | 2300467 | 2300469 | 2299304 | 2300474 |
| 8 | 2309085 | 2300464 | 2309089 | 2309093 | 2309095 |
| 9 | 2309098 | 2309103 | 2309105 | 2299307 | 2309107 |
| 10 | 2309115 | 2309139 | 2309116 | 2309123 | 2309131 |