

# SINT-ANDRIES RUN

## Zondag 25 mei 2025

### SINT-ANDRIESPLAATS ANTWERPEN

**KIDSRUN 650 M 13 U** **RUN 5 KM & 10 KM**  
**1300 M 13.30 U** **15.15 U**



**Volg ons:**  
**Sportief Sint-Andries**



*Wij schenken -10 euro  
bij kleurdienst*

**STUDIO  
COUPE CHEVEUX**

**GEUZENSTRAAT 31  
03 238 51 52**

*Enkel op afspraak*

**Het kapsalon met een hart voor literatuur**

*Boekvoorstelling 'Sporen van het voorland' van Chris Vanlangendonck  
(uitgeverij Houtekiet)*

*Van harte welkom op zondag 21 september 16 uur*

## HANDY @ HOME



**Assortiment**

een vernieuwd concept bij de Blauwe Hond in het centrum van de stad?  
eerder voor de lokale bewoner

machines | gereedschap | ijzerwaren | bevestigingsmateriaal  
werfuitrusting | werkkledij | bouw- & renovatiemateriaal | hout  
verven | vloer- & muurbekleding | decoratie | spuitapparatuur

steeds dichtbij te voet of met de fiets | levering aan huis  
verkoop uit assortiment | machineverhuur met Boels Trend Rent

[www.deBlauweHond.be/stad](http://www.deBlauweHond.be/stad) | [stad@deBlauweHond.be](mailto:stad@deBlauweHond.be)

in 't Stad | Scheldestraat 31-33 Antwerpen | 03 260 90 71  
in Hoboken | KMO-zone Polderstad Boombekelaan 1 | 03 260 90 70



**How to ... ?**





# SINT-ANDRIES RUN

## Inschrijven

Inschrijven kan heel eenvoudig via onze website [www.sintandriesrun.be](http://www.sintandriesrun.be) of de dag zelf aan de inschrijvingstent op de Sint-Andriesplaats vanaf 11 uur tot 15 minuten voor de start. Wie vooraf inschrijft, betaalt slechts 10 euro; inschrijven op de dag zelf kost 15 euro. Door je in te schrijven, ga je akkoord met de algemene voorwaarden, zoals vermeld op de site.

Kinderen betalen slechts 4 euro, indien ze voorinschrijven via de website of in groep via hun school. Op de dag zelf betalen ze 9 euro. Aan scholen doen we een warme oproep om in groep deel te nemen en zo kans te maken op een sportcheque van 250 euro.

**Kidsrun 1** (tot 9 j.) 650 m 13 u

**Kidsrun 2** (tot 12 j.) 1300 m 13.30 u

**5 km en 10 km** 15.15 u

**WWW.SINTANDRIESRUN.BE**



## Beste sportievelingen

Op zondag 25 mei gaat de Sint-Andries Run door, niet de langste stratenloop van 't stad, maar wel de plezantste. Zoals elke editie kunnen jullie van ons weer een combinatie verwachten van sport, spel en cultuur. Bij de lokale horeca langs het parcours kan iedereen terecht voor het spreekwoordelijk natje en droogje.

In onze wijk, Sint-Andries, blijft de tijd zeker en vast niet stilstaan: mensen verhuizen en gebouwen worden verbouwd, zo ook het coStA, het cultureel ontmoetingscentrum van onze wijk. Het volledige team is onder-tussen verhuisd naar het naburige cultureel centrum Het Stadsmagazijn voor de duur van de verbouwingen, maar blijft ook de wijk Sint-Andries van daaruit cultureel ondersteunen. Momenteel is er van de verbouwingen nog niet veel te merken aan de straatzijde, maar achter de gevels van het coStA zijn de werken volop aan de gang. Daardoor zal de Sint-Andriesplaats er dit jaar iets anders uitzien wat de opstelling betreft, maar ze zal zeker en vast even gezellig blijven.

Habbekrats, de jongerenwerking in de wijk, zal ook dit jaar aanwezig zijn aan de start met een loopteam. Onder de vleugels van Zeger Van Noten, bekend van de eerste reeks van Kamp Waes, hebben zij weken getraind naar de Sint-Andries Run toe en gaan ze samen met Zeger de uitdaging aan. De Start-to-Runners die wekelijks getraind hebben onder begeleiding van Beerschot Atletiek zullen hun loopproef afleggen tijdens de Run. Veel succes!

Onze speelstraat zal ook dit jaar in de Pachtstraat aanwezig zijn met springkastelen voor onze jongste sporters. Op de Sint-Andriesplaats kunnen jullie kindergrime terugvinden en ook verschillende sponsors van de Sint-Andries Run zullen aanwezig zijn met een stand, waaronder Republik, Cavalbariño, Forton Events en Beestenbos. Ook de mensen van Selfie Box zijn dit jaar opnieuw van de partij. Ga er zeker even langs om een gratis selfie te laten nemen voor of na je sportprestaties, alleen of in groep. Verder kan je bij de stand van jiu-jitsuclub Ikiji Ryu terecht voor een hapje en bij de stand van de heemkundige vereniging Erfgoed Sint-Andries Antwerpen kan je terecht voor meer info over de geschiedenis van onze wijk.

Langs het parcours kan je niet alleen supporteren voor de passerende deelnemers, maar ook genieten van de verschillende muziekgroepen die het beste van zichzelf geven. Op de middenpagina van deze krant krijgen jullie een volledig overzicht van alle locaties waar de muziekgroepen opgesteld zullen staan.

Graag dank ik al onze vrijwilligers, voor en achter de schermen, nog eens extra voor hun aanhou-

dende inzet tot het welslagen van de Sint-Andries Run, alsook alle bedrijven en handelaars die de Sint-Andries Run een warm, sportief hart toedragen. Dikke merci! We hopen jullie allemaal te mogen verwelkomen op zondag 25 mei op de Sint-Andriesplaats voor alweer een onvergetelijke editie van de Sint-Andries Run! Heb je toch nog vragen? Kijk dan even op onze website [www.sintandriesrun.be](http://www.sintandriesrun.be) en volg ons zeker ook op Facebook en Instagram.

**sportieve groeten en tot op 25 mei**  
Paul Struyf, voorzitter Sportief Sint-Andries

## An Sibhin Irish Pub



Nationalestraat 44  
2000 Antwerpen  
03 226 72 51  
[www.ansibhin.be](http://www.ansibhin.be)





# Sportantenne

## Jouw aanspreekpunt voor sport in district Antwerpen

Je wil sporten, maar weet niet waarnaartoe in Antwerpen? Je hebt een voorstel om het sportveldje in je buurt te verbeteren? Je zou graag willen weten welke sportevenementen in jouw buurt plaatsvinden? Je hebt een vraag over een sportsubsidie? Of je wil advies bij het opstarten van een sportief project in jouw school of sportclub?

Jouw district heeft een aanspreekpunt voor sport: sportantennes Marjolein en Benjamin. De projectmedewerkers sport kennen de lokale sportwerking door en door en zoeken mee naar een antwoord op elke sportvraag.

Je kan bij hen terecht voor informatie over Antwerpse sportclubs, sportsubsidies, de sportraad district Antwerpen, de verenigingengids en de sportinfrastructuur in jouw buurt.

Meer informatie

**Sport district Antwerpen**

**Mechelsesteenweg 216**

**2018 Antwerpen**

**district.antwerpen@antwerpen.be**



**SANITAIR VAN AKEN**

SANITAIR EN VERWARMING  
BADKAMER NIEUWBOUW & RENOVATIE  
TOTAALPROJECTEN

TEL. 0484 10 32 65

**Wenst u  
volgend jaar  
ook te  
adverteren?**

**Neem dan nu al  
contact met ons op**

**info@sportiefsintandries.be**

## Muziek langs het parcours van de Sint-Andries Run

*Sint-Andries Run! Niet de allergrootste run in Antwerpen, maar wel de plezierigste...*

*Ook dit jaar is het coStA/Het Stadsmagazijn verheugd om langs het parcours 4 livebands te laten optreden om de lopers een hart onder de riem te steken.*

Aan het Neusplein ter hoogte van **café Het Neusje** swingen we door de jaren '40 en '60. Smeer je dansbenen in, want stilstaan is geen optie met **Captain's Table - Street Swing**.



Kom ook zeker eens langs de **An Sibhin Irish Pub** in de Nationalestraat, want daar verwelkomen we niemand minder dan **Jenne Declair!**



En om de zwetende lopers zelf een hart onder de riem te steken, plannen we aan het **Munthof** een **mini discofeestje** langs het parcours.



Als vierde en laatste band treden de heren van **The Bunch** opnieuw op. Ze zijn al enkele jaren vaste gasten op de Sint-Andries Run. Een steengoede Antwerpse rock en pop coverband die alle klassiekers vanonder het stof haalt. Rock 'n roll en heel veel ambiance! De groep krijgt een podium in de **Kloosterstraat**.

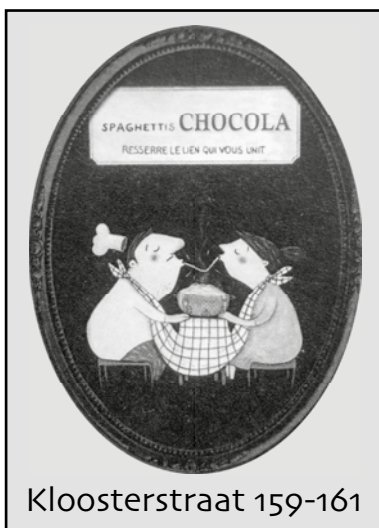


**BASTENIE** NV

**Speelautomaten**

www.luckygames.be  
www.bastenie.be

Lange Vlierstraat 11-13 • 2000 Antwerpen



Kloosterstraat 159-161

**GÜNTHER WATTÉ**  
chocoladeCafé

Steenhouwersvest 30  
2000 Antwerpen

03 293 58 94  
www.watte.be



# Kidsrun parcours

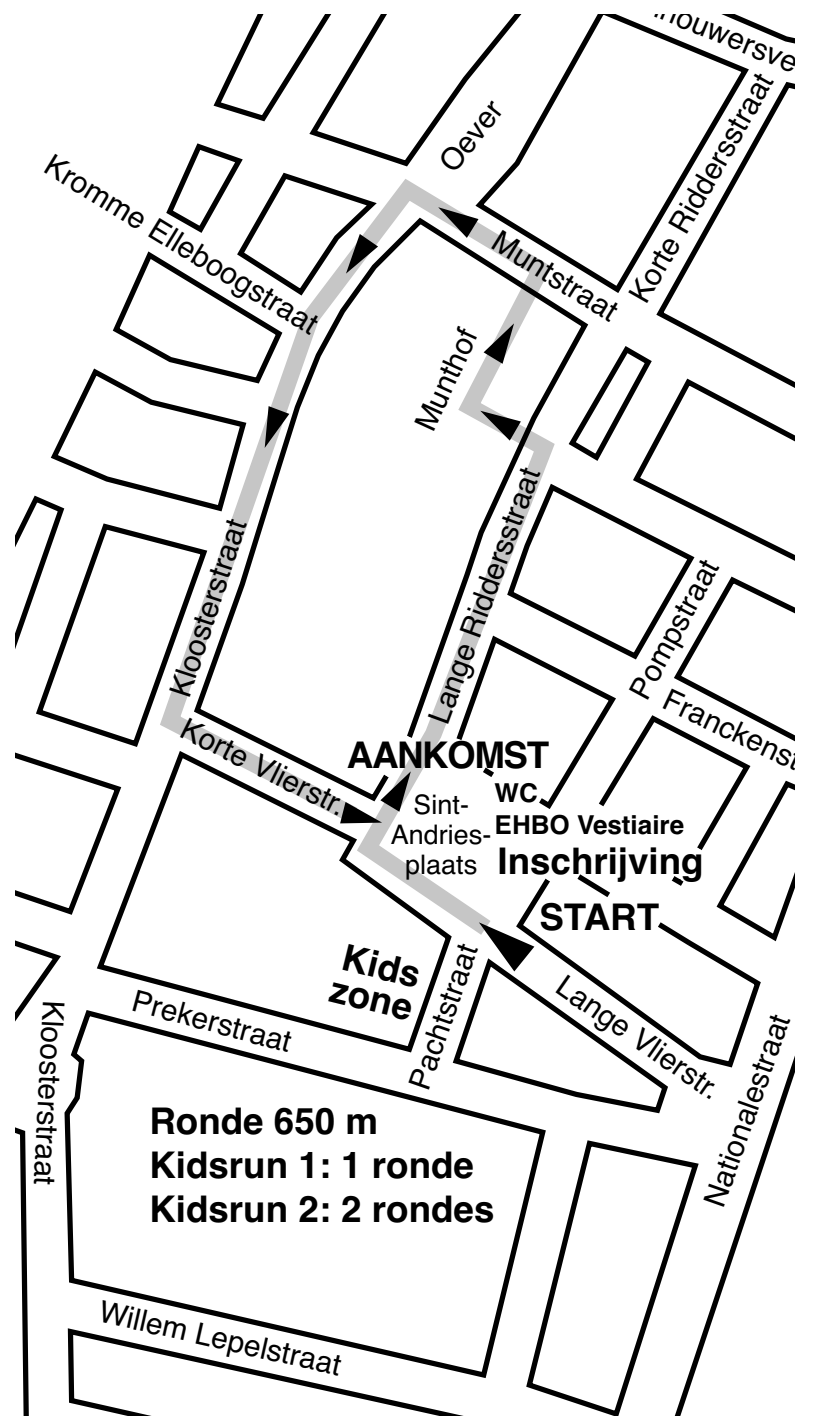
**Kidsrun 1** (tot 9 j) 650 m 13u

**Kidsrun 2** (tot 12 j) 1300 m 13.30u

## Kids animatiezone

Niet enkel op sportief vlak zorgt Sportief Sint-Andries, de organisator van het ganse event, voor de kleinste deelnemers en hun supporters, ook dit jaar is er een kids animatiezone in de Pachtstraat voorzien.

Er is een lange stormbaan, enkele springkastelen en kindergrime.



**WWW.SINTANDRIESRUN.BE**



## Scholenwedstrijd

**We willen tijdens de Sint-Andries Run zoveel mogelijk mensen aan het lopen krijgen, ook de kinderen. De scholen die mee aan de kar trekken, kunnen in de prijzen vallen!**

### Wat valt er te winnen?

Neem als school deel met zoveel mogelijk leerlingen en per 10 leerlingen die deelnemen aan de Sint-Andries Run, gaat een balletje met de naam van de school erop in onze bokaal. Hoe meer leerlingen er deelnemen, des te meer balletjes er in onze bokaal terechtkomen met de naam van de school erop. Een onschuldige kinderhand zal 1 balletje uit onze bokaal nemen en deze school wint onze sportcheque waarmee

de school voor een bedrag van 250 euro enkel sportmateriaal kan aankopen voor de school. U koopt het materiaal aan en brengt de bewijsstukken binnen. Wij betalen uw aankoop terug. Door als school deel te nemen behaalt u ook punten voor de actie *Zet je school in beweging*.

*Musica won de sportcheque van Sportief Sint-Andries in 2024.*



## Wisselbeker

De wisselbeker voor scholen van de Sint-Andries Run staat reeds te blinken! Welke school wint deze beker dit jaar? Vorige editie won het Sint-Lievenscollege deze trofee en mocht hem etaleren in de school. Een warme oproep aan alle deelnemende scholen om zoveel mogelijk leerkrachten en directieleden te laten meelopen.





# Olivier Schalbroeck – Presentator & Trainer



De Sint-Andrieswijk en de Sint-Andries Run liggen Olivier Schalbreeck nauw aan het hart, niet alleen omdat hij dit bruisende loopevent voor de derde keer met veel enthousiasme presenteert, maar ook omdat zijn familiegeschiedenis

hier verankerd is. Zijn voorvader Adolphus Schalbroeck werd hier in 1600 geboren en trouwde in 1625 met zijn echtgenote Catharina Lippens in de Sint-Andrieskerk. Sindsdien is Antwerpen een rode draad in zijn familieverhaal. Als rasech-

te Antwerpenaar - geboren in de Pieter van Hobokenstraat - is Olivier trots om bij te dragen aan evenementen die mensen samenbrengen.

Maar niet alleen in Antwerpen brengt hij mensen samen. Als ervaren drietalige presentator (Nederlands, Frans, Engels) en trainer helpt hij bedrijven en organisaties om hun boodschap helder en boeiend over te brengen.

***Presentator voor  
B2B-evenementen***

Een sterk evenement verdient een host die het publiek meeneemt in het verhaal. Olivier presenteert bedrijfsevenementen, congressen, panelgesprekken en productlanceringen met de perfecte balans tussen professionaliteit en een vlotte, spontane stijl. Hij zorgt ervoor dat sprekers zich op hun gemak voelen, het publiek geboeid blijft en het programma vlot verloopt. Dankzij zijn drietaligheid schakelt hij moeiteloos

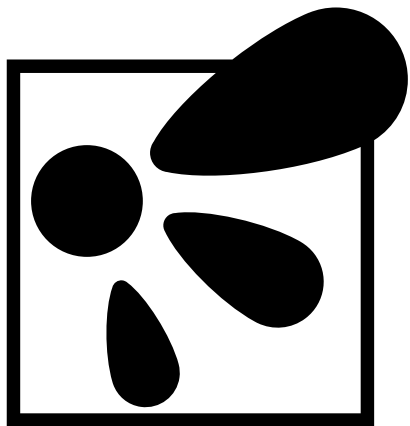
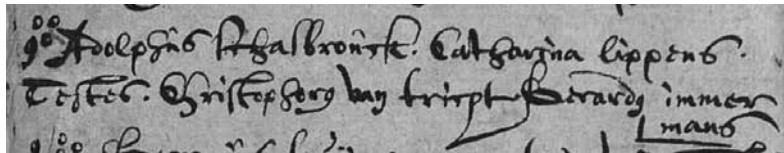
tussen Nederlands, Frans en Engels, wat hem een ideale keuze maakt voor internationale events.

## ***Trainer in presentatie en communicatie***

Niet iedereen voelt zich meteen comfortabel op een podium of voor een camera. Gelukkig is presenteren een vaardigheid die je kan leren. Olivier geeft trainingen aan bedrijven en professionals die hun presentatie- en communicatietechnieken willen verbeteren. Van zelfverzekerd spreken en impactvol storytelling tot interactieve workshops voor trainers en leidinggevers, hij helpt zijn cursisten om met meer overtuigingskracht en zelfvertrouwen te communiceren.

Of het nu gaat om een bedrijfsevent of een opleiding op maat, Olivier brengt expertise, enthousiasme en een persoonlijke aanpak.

*www.olivierschalbroeck.be*



# FORTON EVENTS

9 jaar geleden is het bedrijf Forton Events gestart met leuke rondleidingen met 2 elektrische tuktuks. Laat je rijden in een charmante tuktuk en verken Antwerpen op een ontspannen en originele manier. In onze e-tuktuks gaan we met jullie historisch Antwerpen op een andere manier verkennen, terwijl gemotiveerde stadsgidsen jullie persoonlijk de mooiste plekjes van onze stad laten zien.

lende formules aan, zodat jij en je team deze mooie stad kunnen ontdekken op een manier die volledig op jullie wensen aansluit.

**stad nog nooit eerder zag, leer  
elkaar op een nieuwe manier  
kennen en maak jullie band  
nog sterker...**

**Breng je mensen samen voor een onvergetelijk bedrijfsuitje, maak je team sterker dan ooit!**  
**Ontdek Antwerpen, zoals je de**

Neem zeker ook eens op onze website **forton-events.com** een kijkje!

## Een paar ideetjes uit ons aanbod

- ▶ een privé boottocht in de haven
- ▶ een aperitief in een geheime tuin
- ▶ een lunch of diner op een unieke locatie
- ▶ een leuke fietstocht met een bezoek aan een brouwerij
- ▶ een kroegentocht of hapjestoer
- ▶ een wijnproeverij of cocktailworkshop

Ondertussen is het bedrijf pit-  
tig uitgebreid en bieden we de  
perfecte uitstap op maat voor je  
bedrijfsevent, familie-uitstap  
of organisatie. Met ons team  
van charismatische gidsen en  
coördinatoren maken we je  
event tot een onvergetelijke  
daguitstap. Er is waanzinnig  
veel te beleven in het bruisen-  
de Antwerpen.

Forton Events bietet verschil-



**WWW.SINTANDRIESRUN.BE**





# SINT-ANDRIES RUN



Beauty Bar  
& Boutique  
BY LAETITIA

BIAB  
GEL  
GELLAK  
NAILART  
LASHFILLER  
LASHLIFT

BOOK HERE



Benieuwd naar ons werk?  
beauty\_bar\_and\_boutique

SINT-ANTONIUSSTRAAT 28  
2000 ANTWERPEN  
0476 074 250



PICI  
— PASTA FRESCA —

www.pastapici.be

Pici, een no-nonsense pastarestaurant.  
Pici gaat terug naar de essentie van de Italiaanse keuken en kiest voor kraakverse biologische groenten en kruiden van *de volle grond*, een beperkte menukaart met Italiaanse klassiekers zoals papardelle al ragu en pici cacio e pepe. Bovendien kunnen klanten de chefs zelf aan het werk zien terwijl zij in de zaal de 'pasta op een ambachtelijke manier maken'.

Muntstraat 2 / 2000 Antwerpen / 03 232 57 74  
Dageraadplaats 13 / 2018 Antwerpen / 03 828 28 80



TAQUERIA  
RICO

Mexican Streetfood  
Oever 29a 2000 Antwerpen  
taqueriarico.com



RENAISSANCE  
RISTORANTE // ANTWERP

Nationalestraat 32  
2000 Antwerpen  
www.resto-renaissance.be

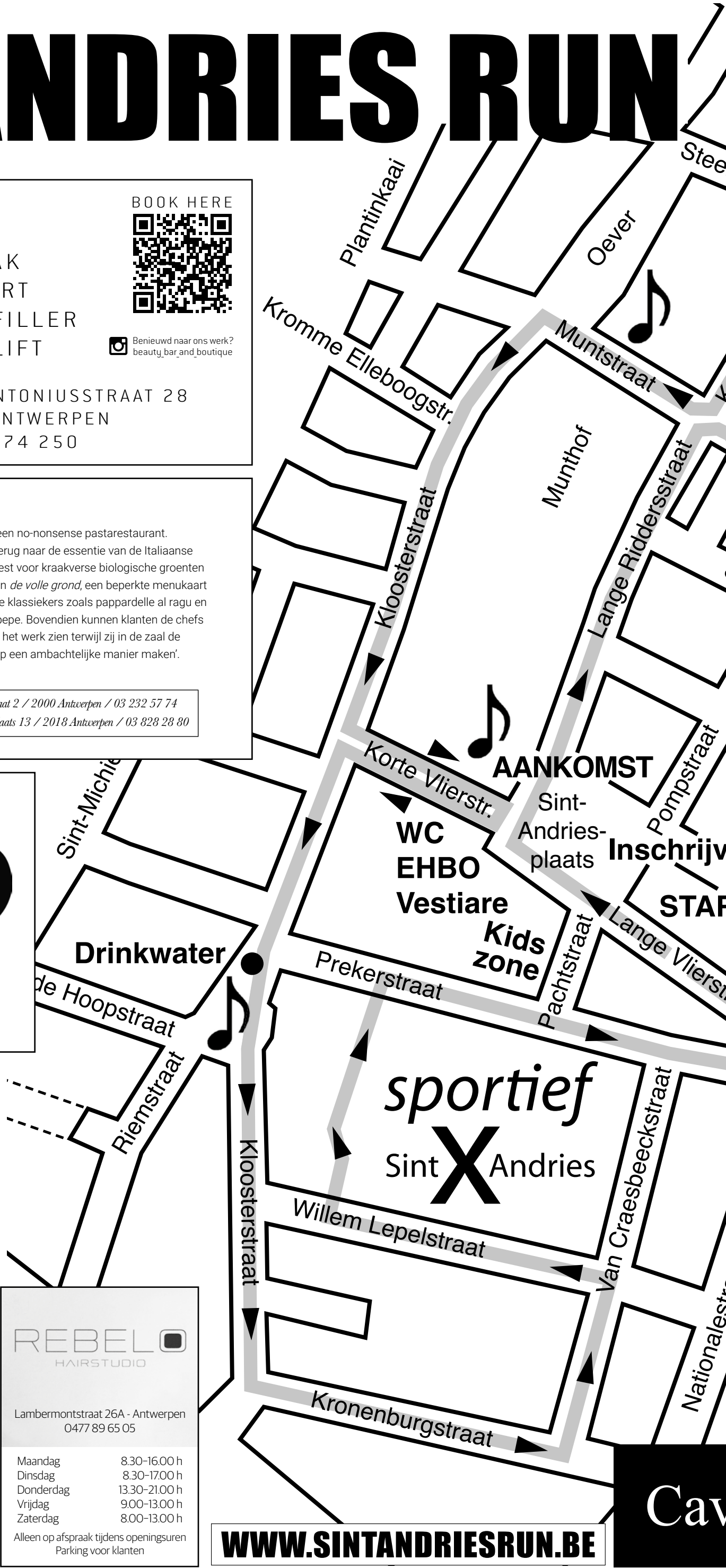
REBEL  
HAIRSTUDIO

Lambermontstraat 26A - Antwerpen  
0477 89 65 05

|           |               |
|-----------|---------------|
| Maandag   | 8.30-16.00 h  |
| Dinsdag   | 8.30-17.00 h  |
| Donderdag | 13.30-21.00 h |
| Vrijdag   | 9.00-13.00 h  |
| Zaterdag  | 8.00-13.00 h  |

Alleen op afspraak tijdens openingsuren  
Parking voor klanten

WWW.SINTANDRIESRUN.BE





# PARCOURS

## 5-10 KM (2 OF 4 RONDES)

### Start 15.15 u

**f** Volg ons:  
**Sportief Sint-Andries**

MEDAILLES TROFEEËN



Herentalsebaan 244 - 2160 Wommelgem  
03.322.39.39 - WWW.TROFEE.BE

Wolstraat 5

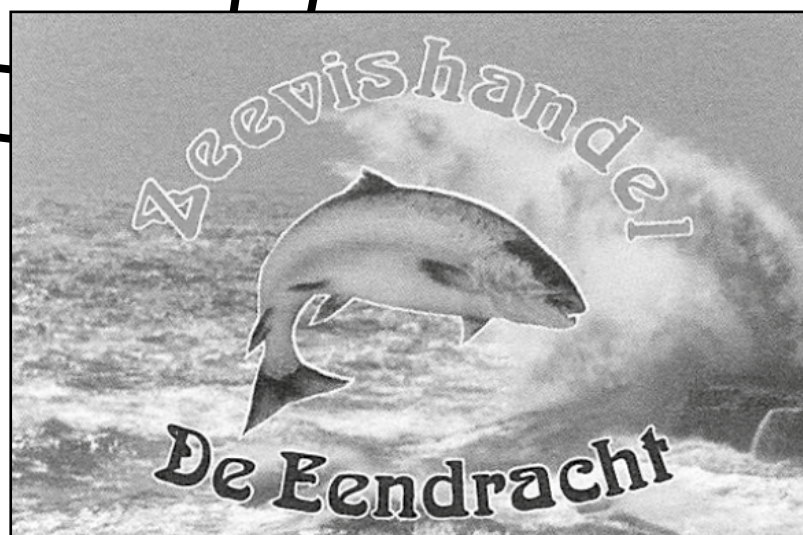
Antwerpen

03 225 26 92

RESTAURANT DE ZUILEN

Belgische- franse eerlijke keuken

INFO@DEZUILEN.BE | openingsdagen: vrijdag 18u-22u  
WWW.DEZUILEN.BE | zaterdag & zondag 12u-15u / 18u-22u



Hoogstraat 53  
2000 Antwerpen

Tel. 03 233 36 10

eendrachtantwerpen@skynet.be



CM. Jouw gezondheidsfonds.

EspressoBar  
**L'ami**  
Antwerpen

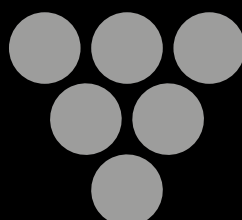
Coffee - Beer and Wine

Augustijnenstraat 39  
2000 Antwerpen

www.lamiantwerpen.com

\* Coupon 50% korting op de 2de bestelling

# PINOT



WIJNBAR • CAFÉ

VRIJDAGMARKT 21  
2000 ANTWERPEN

0498 81 98 25

**f** WIJNBAR/CAFE PINOT

# ZOMAAR PIERRE



# Albariño





## Het district loopt mee

(Paul Cordy, districtsburgemeester, en Charlie Van Leuffel, districtsschepen van Sport)

Komt dat zien, komt dat zien, de straten van Sint-Andries lopen binnenkort weer vol energiek volk, want Sportief Sint-Andries organiseert de Sint-Andries Run, met vette voorsprong de plezantste stratenloop van 't Stad. Wil je door de tofste buurt van ons district lopen, dan mag je dit sportief event zeker niet missen. Je kan je opnieuw wagen aan 5 of 10 kilometer, terwijl de jongsten zich kunnen uitleven in de kids

run van 650 of 1300 meter.

Zie je die lopende lijven liever aan jezelf voorbijgaan? Zoek je dan een gezellig plekje uit langsheen het parcours en geniet van het weer, de sfeer en de ambiance. Of kijk wat er bij de randanimatie te beleven valt voor jezelf en je jonge spruiten.

Maar of je nu loopt of kijkt, zweegt of geniet, of beide, bedenkt dat de Sint-Andries Run nooit zou kunnen bestaan

zonder de inzet van vele vrijwilligers die hun beste beentje voorzetten om lopers en toeschouwers een schitterende dag te bezorgen, en dat enkel uit liefde voor de sport en de buurt. Een dikke dank u wel daarvoor!

Wij kijken er alvast naar uit en lopen jullie op 25 mei graag tegen het lijf op of rond de Sint-Andriesplaats. Tot dan!

## Beerschot Atletiek



**Onze sportclub, Beerschot Atletiek, zal ook dit jaar op de jaarlijkse Sint-Andries Run aanwezig zijn.**

**Loop jij vaak alleen? Sluit je aan bij onze loopgroep!**

Lopen is heerlijk, maar altijd alleen lopen kan soms saai of demotiverend zijn. Bij ons loop je samen met anderen die jouw passie delen én krijg je persoonlijke begeleiding van een ervaren coach.

Je coach kijkt niet alleen naar je looptechniek, maar ondersteunt je ook bij alles wat erbij komt kijken: van blessurepreventie en ademhaling tot mindset en voeding. Geen eindeloos zoeken op internet, maar gerichte tips die passen bij jouw situatie en doelen.

Bij Beerschot Atletiek vind je dicht bij huis een loopgroep die je begeleidt, of je nu net begint of traint voor een grote uitdaging. Wil je ontdekken hoe leuk samen lopen is? Kom langs op de Sint-Andries Run op 25 mei

waar we onze Start-to-Runners in de bloemetjes zetten!

**Nieuw: een trainingsprogramma richting de (halve) marathon van Antwerpen!**

Binnenkort starten we met een programma op maat, volledig afgestemd op jouw persoonlijke doel voor deze wedstrijd. Of je nu wilt uitlopen of een snelle tijd nastreeft, wij helpen je er te komen.

**In september starten we weer met 'Start to Run'!**

Voor beginners én lopers die al 5 km aankunnen en graag willen opbouwen naar meer.

Loop samen, leer samen en haal meer uit je trainingen bij Beerschot Vrienden Atletiek Club!

**Meer info? Mail naar [info@beerschot-atletiek.be](mailto:info@beerschot-atletiek.be) of kijk op [www.beerschot-atletiek.be](http://www.beerschot-atletiek.be)!**

## coStA in verbouwing

*Het coStA sloot nu bijna een jaar geleden de deuren voor een grote vernieuwing van de hele site. Het is langs de buitenkant misschien niet altijd zichtbaar, maar achter de gesloten deuren is al heel wat werk verricht en we zitten op schema!*

Natuurlijk verliezen we ook onze tradities niet uit het oog! Op zondag 25 mei bijvoorbeeld zorgen we weer voor een muzikale aanmoediging tijdens de Sint-Andries Run. We verrassen de lopers op 5 locaties aan het parcours.

**En er staat nog meer op het programma!**

Op zondag 15 juni is iedereen welkom voor een gezellig gratis familie jazzfestival op de Sint-Andriesplaats vanaf 14 uur.

En tijdens de 4 donderdagen in juli slaan we de handen in elkaar met de Zomer Van Antwerpen en zal de karavaan van Muziek In De Wijk ook halt houden op de Sint-Andriesplaats.



**Van mens tot mens, op zoek naar het beste antwoord.**



De Medemens biedt een oplossing voor al uw zorgnoden. Of het nu gaat om **tijdelijke of permanente ondersteuning** of om nabijheid van zorg met **behoud van uw zelfstandigheid**, we zoeken samen naar het beste antwoord op uw maat.

**Ons zorgaanbod in Antwerpen Centrum:**  
Cadiz  
Het Gouden Anker  
Huizeken van Nazareth  
Sint-Camillus  
Sint-Gabriël

**U kan bij De Medemens terecht voor:**

- Ouderenzorg op maat: permanent of kortverblijf
- Assistentiewoningen
- Expertise in fysieke zorg en (jong)dementie
- Centra voor dagverzorging
- Lokale dienstencentra

Ontdek meer over ons zorgaanbod op [www.demedemens.be](http://www.demedemens.be)



**DE MEDE MENS**



**HET WIJNHUIS.be**

UW WIJN MAG LEKKER ZIJN

ALL YOU NEED IS GOOD WINE



**HET WIJNHUIS ANTWERPEN**

+32 (0)3 248 66 65

Scheldestraat 21

2000 Antwerpen

[antwerpen@hetwijnhuis.be](mailto:antwerpen@hetwijnhuis.be)



HET WIJNHUIS



HETWIJNHUIS.BE

**ALFA**

**SLOTENMAKERIJ  
INBRAAKBEVEILIGING**

Veiligheidsslotsen - Alarmen  
Openen, plaatsen en  
herstellen van  
sloten

03 226 25 90  
GSM 0475 73 77 34  
NATIONALESTRAAT 55  
2000 ANTWERPEN



# Ontdek Antwerpen op loopschoenen met Antwerp Running Tours

*Antwerpen, een stad die bekend staat om zijn rijke geschiedenis, adembenemende architectuur en bruisende cultuur, krijgt een unieke manier om dat allemaal te ontdekken: Antwerp Running Tours. Voor de actieve buurtbewoner of bezoeker van Sint-Andries is dit dé perfecte manier om sport met sightseeing te combineren.*

## Wat zijn Antwerp Running Tours?

Antwerp Running Tours zijn begeleide looptochten waarin je de stad verkent, terwijl je aan het joggen bent. Of je nu een fanatieke hardloper bent of juist in een ontspannen tempo wilt joggen, deze tours zijn flexibel en aan te passen aan jouw loopniveau. Het concept is simpel: een enthousiaste gids neemt je mee langs de verborgen pareltjes en iconische trekpleisters van de stad, terwijl je tussen door interessante weetjes en verhalen hoort.

Schelde. Voor de sportievelingen die graag een langere tour willen, kan ook een uitstapje naar Het trendy Eilandje en het iconische Museum aan de Stroom (MAS) worden gepland.



## Een bijzondere ervaring voor bewoners van Sint-Andries

Wat Antwerp Running Tours extra speciaal maakt voor buurtbewoners van Sint-Andries, is de mogelijkheid om je eigen wijk op een nieuwe manier te ervaren. Misschien leer je een nieuwe route kennen of ontdek je historische verhalen die je nooit eerder hebt gehoord.

# Kandidaat Kamp Waes loopt Sint-Andries Run samen met jongeren van Habbekrats

*Zeger Van Noten traint 8 weken met jongeren voor sportieve uitdaging in hartje Antwerpen*

Zeger Van Noten, bekend als kandidaat uit het populaire Eén-programma Kamp Waes, staat op zondag 25 mei niet alleen aan de startlijn van de Sint-Andries Run. Samen met acht jongeren van Habbekrats, een organisatie die zich inzet voor kinderen en jongeren in een kwetsbare situatie, neemt hij deel aan de jaarlijkse loopwedstrijd door het hart van de stad, de wijk Sint-Andries.

Acht weken lang trainden de jongeren samen met Zeger toe naar dit moment. “Het begon als een zot idee en een uitdaging van Paul Struyf, de organisator van de Sint-Andries Run, maar groeide al snel uit tot een vast moment in de week waarop we samen sportten, lachten en doorzetten,” vertelt Zeger. “Het ging niet alleen om conditie opbouwen, maar ook om elkaar motiveren en tonen dat je meer kan dan je denkt.”

De trainingen waren laagdrempelig maar pittig, met routes langs de kaaien, door de parken en over de pleintjes van Antwerpen. Voor vele jongeren

was het hun eerste kennismaking met hardlopen. “Soms was het zwaar, maar Zeger gaf niet op en daardoor wij ook niet,” zegt een van de deelnemers.

De Sint-Andries Run is een symbolisch en sportief evenement dat buurtbewoners samenbrengt. Voor Habbekrats is het meer dan enkel een wedstrijd. “We willen jongeren tonen dat ze hun grenzen kunnen

verleggen. Samen lopen is ook samen groeien,” aldus een medewerker van de organisatie.

Zeger hoopt dat dit initiatief anderen inspireert. “Je hoeft geen topsporter te zijn om een verschil te maken. Gewoon er zijn en samen iets opbouwen, dat is krachtig.”

De jongeren en Zeger lopen op zondag 25 mei samen de 5 kilometer. Eén ding is zeker: de overwinning zit hem niet in de tijd op de klok, maar in de weg die ze samen al afgelegd hebben.



## Waarom een running tour in plaats van een gewone rondleiding?

**Actief blijven:** Lopers krijgen de kans om fit te blijven, terwijl ze genieten van de stad.

**Buiten de gebaande paden:** Hardlopend kom je op plaatsen waar gewone stadsrondleidingen vaak niet komen.

**Voor iedereen:** Van beginnen de joggers tot ervaren marathonlopers, de tour wordt afgestemd op jouw wensen.

## De hoogtepunten van de tour

Tijdens een typische running tour door Antwerpen ontdek je plaatsen zoals het indrukwekkende Centraal Station, de Groenplaats, de charman- te straatjes van Sint-Andries en natuurlijk de oevers van de

## Praktisch

De tours zijn eenvoudig te boeken via de website en starten vaak bij centraal gelegen punten in de stad. Je hoeft alleen maar je hardloopschoenen en een gezonde dosis nieuwsgierigheid mee te nemen.

Dus, waar wacht je nog op? Trek je loopschoenen aan en verken Antwerpen op een manier zoals je dat nog nooit hebt gedaan. Antwerp Running Tours is een ervaring die lichaam en geest verrijkt en... een verhaal dat je niet snel vergeet.



[www.make-antwerp-great-again.be](http://www.make-antwerp-great-again.be)



**CALL US**  
**0470 83 66 63**

**TATTOO**

**AALMOEZENIERSTRAAT 4**  
**2000 ANTWERPEN**

**SPECIALITY COFFEE**

**BAGELS SALADS AND MORE**

**KAFFEENINI**  
ESPRESSO BAR

**NATIONALESTRAAT 114 A**  
2000 ANTWERPEN  
TEL. 03 231 83 57  
Kaffeenini114@gmail.com  
www.kaffeenini.be

MA-VR 8U30-18U  
ZAT-ZON 9U-18U  
LIKE ONS OP  
FACEBOOK.COM/KAFFEENINIANTWERPEN

**M. café de. Miserie**

**Sint-Andriesplaats 6**  
**2000 Antwerpen**

**0472 59 07 41**  
**@cafe.de.miserie**

**BROOD KOFFIE BROODJES**

**Brood Atelier**

**TAKE AWAY & EAT-IN**



# ADDICT: COMMUNITY, COMMITMENT EN FUN!

Hoe groter de Antwerpse duursportcommunity, hoe meer sporteuforie in onze stad, hoe fitter en mentaal gezonder de Antwerpse samenleving. Daar gaan we voor! En zo ontstond de naam Addict, door en voor urban sportfreaks en gear addicts.

## TOGETHER, WE RUN THE CITY

Addict is geen doorsnee sportretailer, maar een hechte community van gedreven lopers, fietsers en triatleten in Antwerpen. Wij gaan ongedwongen joviaal om met de klant, appreciëren een praatje en faciliteren verbinding tussen de klanten — the casual attitude. Addict stelt zichzelf als sportief doel om de lokale sporters gevestigd in de stedelijke periferie van onze winkels te mobiliseren door sport, en te verbinden.



## TRAIN WITH US

Addict sponsort diverse Antwerpse straatlopen (check 'Run Calendar' op onze gloednieuwe website) en we organiseren wekelijks social runs vanuit Addict Middelheim en Addict Kammenstraat (check 'Train with us'). Ons sportdecor: populaire en verborgen plekjes in Antwerpen. Hiernaast hosten wij tweemaal per jaar een wetsuit testevent in Zwemvijver Boekenberg. De eerstvolgende editie is op 10 april om 19 uur.



**ADDICT** 

# RUN

your city

## EXPERTISE THROUGH ADDICTION

Onze Addicts (het woord zegt het zelf) zijn sportfreaks! Running, swimming, triatlon en cycling.

Wat onze medewerkers vooral drijft, hun grootste trofee, dat ben jij. Vertel hen je verhaal en je ambities. Ze luisteren, oprecht. Ze adviseren, correct. Bij Addict nemen we de tijd voor de klant. Onze approach is hyperpersoonlijk, warm, écht geïnteresseerd.



## ADDICT KAMMENSTRAAT

De Kammenstraat geldt als een van de hipste winkelstraten van Antwerpen.

Addict heeft niet alleen oog voor 'techniciteit' maar evenzeer een feeling voor 'fashion'. We promoten een ongedwongen, urban chic sportslook: steeds verzorgd, nonchalant stijlvol en fast-forward fashionable. Het gros van de kaaienlopers, stadsparklopers en occasionele businessrunners herkent zich hierin.

Ook zwemmers die niet terugdeinzen voor wat meer fancy swimwear, vinden hun gading bij Addict Kammenstraat. Evenals wielertoeristen die zweren bij 'Swiss quality' en 'Italian design'.

## LOOPANALYSE

Op zoek naar een nieuwe loopschoen? Bij Addict Kammenstraat nemen wij nog écht de nodige tijd



voor je. Eerst om je loopprofiel te achterhalen, dan om je de juiste loopschoen te adviseren.

Onze loopanalyse geeft je essentiële informatie over je loopstijl en je loopkwaaltjes. De meest voorkomende problemen zijn overpronatie (je kantelt je voet te ver naar binnen), onderpronatie (je kantelt je voet niet ver genoeg naar binnen), een te langzame cadans, een hiellanding, een zwakke core (waardoor je heupen wegzakken, je knieën en enkels naar binnen draaien), of een gebrek aan flexibiliteit (stijve hamstrings en kuitspieren zijn hofleverancier van loopblessures).

Al deze problemen kunnen blessures veroorzaken en je loopefficiëntie verstoren. Als we dit vaststellen na een loopanalyse kunnen we dit goed aanpakken door een combinatie van 2 factoren: het dragen van de juiste hardloopschoenen en de juiste core-oefeningen.

## DOOR HET HART VAN ANTWERPEN TIJDENS DE SINT-ANDRIES RUN

Geografisch gezien ligt onze Addict City Store in de Kammenstraat in de Sint-Andrieswijk.

Spreekt voor zich dat wij met Addict partner zijn van de Sint-Andries Run, waarbij Addict een startboog voorziet en de bevoorradingspost sponsort. Het gezellige, familiale karakter is wat de Sint-Andries Run en Addict binden.

Addict stond vorige editie met een gezellige loopcrew aan de start van de Sint-Andries Run en ook dit jaar zijn we er weer bij! Onze goedlachse kapitein, Kassem, neemt onze loopcrew op sleeptouw. De Sint-Andries Run is niet de langste, wel de plezierigste stratenloop van 't stad met veel randanimatie langs het parcours.



## ADDICT HEEFT EEN GLOEDNIEUWE CONTENT WEBSITE. ONTDEK MEER STORIES EN LOOPWEETJES:



WWW.ADDICT.BE

**ADDICT**   
RUN TO PROGRESS



# Ondernemen met hart en stiel bij Argenta Antwerpen Zuid

*Vijf jaar geleden waagden Matthias Willekens en Céline Lytens de sprong: samen een Argenta-kantoor runnen in Sint-Andries. Ondertussen groeiden zij en hun kantoor uit tot vertrouwde gezichten in de buurt, met een sterke focus op persoonlijke relaties en oprechte service. In dit gesprek vertellen ze hun ondernemers-verhaal, de kracht van lokale verankering en hun ambities om zelfstandigen nog beter te ondersteunen.*



Céline en Matthias, vaste deelnemers aan de Sint-Andries Run

Jullie runnen dit Argenta-kantoor intussen vijf jaar. Waren jullie van nature ondernemers of is dat gaandeweg gegroeid?

**Matthias** Ondernemen zit wel in ons bloed. Mijn grootouders langs moederskant hadden een schoenenwinkel in de Offerandestraat en de ouders van mijn vader waren marktkramers. Mijn beide ouders waren bankiers en ook mijn drie broers zijn ondernemers. Intussen doen Céline en ik dit al vijf jaar samen als koppel en... met succes. Het kantoor is gegroeid, we zijn verhuisd naar een nieuwe locatie en kijken vol enthousiasme naar de toekomst.

Wat vinden jullie het mooiste aan ondernemen?

**Céline** Zonder twijfel de band met mensen. Je leert klanten écht kennen. Soms helpen we een koppel met een woonkrediet en een paar jaar later zien we hen terug voor een beleggingsplan voor hun kind. Je groeit als het ware mee met hun leven.

Argenta gaat stapsgewijs ook meer diensten aanbieden aan ondernemers. Hoe ervaren jullie die evolutie?

**Matthias** Super positief! Zelfstandigen zitten - net als wij - vol dromen, daadkracht en goesting. We herkennen hun uitdagingen en dromen en dat zorgt meteen voor een sterke connectie. Wat ik vooral boeiend vind, is dat we binnenkort ook echt op locatie bij ondernemers zullen langsgaan. Zo krijgen we een inkijk in hun zaak, hun verhaal, hun passie. Dat maakt ons werk niet alleen afwisselender, maar ook enorm verrijkend.

**Céline** We richten ons voornamelijk op kleine zelfstandigen en kmo's, zoals consultants, medische beroepen en handelaars. Kortom: mensen die hard werken en praktische ondersteuning kunnen gebruiken. We bieden hun wat ze nodig hebben: dagelijkse bankdiensten, betaalterminals, financieringen voor hun wagen of de inrichting van hun zaak, beleggingen en pensioenopbouw. Alles op maat van hun groei. Het is inspirerend om hen te kunnen helpen bouwen aan hun toekomst.

Jullie team breidt ook uit. Vertel...

**Matthias** Klopt. Een kleine primeur voor de Sint-Andries-

krant: mijn broer Steven versterkt binnenkort ons team, naast Annemie, Jessy en Roeland. Hij zal zich na een introductie cursus specialiseren in kredieten en beleggingen. Steven heeft ervaring als zelfstandig ondernemer: hij heeft zelf twee zaken gerund. Die achtergrond maakt hem geschikt om op termijn ook onze zakelijke klanten te begeleiden.

Wie zijn voor jullie inspirerende ondernemers?

**Matthias** Ik heb enorm veel respect voor onze Belgische ondernemers. Of het nu top-ondernemers zijn of lokale spelers, de stap naar zelfstandigheid is een waar avontuur. Dichter bij huis word ik geïnspireerd en gemotiveerd door mijn ouders en broers, want zij bieden me een eerlijk klankbord en staan mee te juichen aan de zijlijn.

**Céline** Voor mij is Sergio Herman dan weer een smakelijk voorbeeld. Hij heeft zijn passie voor gastronomie omgezet in een indrukwekkend verhaal vol creativiteit en ondernemerschap. Dat inspireert mij enorm.

En als jullie niet met bankieren bezig zijn, waar vinden jullie ontspanning?

**Matthias** In de gastronomie. We gaan graag lekker eten, ook dat zit in ons bloed (lacht). En om daarna de balans te bewaren lopen we met veel plezier. We liepen samen al de 10 Miles, een halve marathon én natuurlijk enkele edities van de Sint-Andries Run. Nu lonken de trailruns. Het is voor ons een ideale uitlaatklep en iets om samen naartoe te werken.

Jullie kantoor ligt op 't bloeiende Zuid. Wat betekent dat voor jullie werking?

**Céline** Dat brengt ontzettend veel dynamiek met zich mee.

We zien hier klanten van alle leeftijden en achtergronden en dat maakt het boeiend. Hoewel ons nieuwe kantoor net buiten Sint-Andries ligt, blijven we sterk verbonden met het reilen en zeilen van die wijk, de heimat van ons kantoor.

**ARGENTA**  
Antwerpen Zuid  
Matthias Willekens bv  
Verlatstraat 9A



## VOLDERS textiel

Nationalestraat 104 2000 Antwerpen

Tel. 03/233.37.09

KWALITEIT AAN DE BESTE PRIJS !

Nachtkleding voor jong en oud  
Comfortkledij voor hem en haar

Shop ook online op [www.volderstextiel.be](http://www.volderstextiel.be)

Initiatiefnemer Zorgzame Handelaar Sint Andries

Com. 140



heilig huiskens

Woensdag tot maandag open vanaf 12 uur  
Dinsdag gesloten

iets te vieren?  
drank  
happes  
lunchkost  
kroegkost

Kloosterstraat 155  
2000 Antwerpen

[reservaties@cafeheilighuiskens.be](mailto:reservaties@cafeheilighuiskens.be)

RISTORANTE



TAKE AWAY

Mario

KAMMENSTRAAT 71  
2000 ANTWERPEN  
03 226 02 95  
ZONDAG & MAANDAG GESLOTEN

RISTORANTE  
DI-ZA 12-14U30  
TAKE AWAY  
DI-ZA 11-18U

[www.mariorestaurant.be](http://www.mariorestaurant.be)

**FVNS**  
WWW.FVNSSITE.BE

KAMMENSTRAAT 80A  
03 232 31 72

kapsalon  
heidi



Nationalestraat 98 Di-vr 8-17 u.  
2000 Antwerpen Za 8-15 u.  
03 233 07 96 Enkel op afspraak



# Republik en de Sint-Andries Run een match

*De lopers van de Sint-Andries Run weten maar al te goed dat ze bij Republik terecht kunnen voor topkwaliteit...*

## Salomon De Juiste Keuze voor Elke Hardloper

Of je nu een beginnende loper bent die net zijn eerste stappen zet, of een ervaren marathonloper die op zoek is naar die extra kilometer, Salomon is de ideale keuze. Dit merk biedt de perfecte combinatie van comfort, stabiliteit, lichtgewicht prestaties en geavanceerde technologieën die ervoor zorgen dat elke run een plezierige ervaring wordt. Met Salomon kun je erop vertrouwen dat je voeten goed verzorgd en optimaal ondersteund worden, zelfs tijdens de langste en zwaarste trainingen. Salomon blijft zijn innovatieve schoenen verder ontwikkelen om de beste ervaring te bieden voor elke hardloper.

## Salomon DRX Bliss 2: De Perfecte Loopschoen voor Elke Loper

De Salomon DRX Bliss 2 is ontworpen voor hardlopers die op zoek zijn naar het perfecte evenwicht tussen comfort en stabiliteit. De schoen biedt een uitzonderlijk niveau van dem-

ping en ondersteuning, wat hem ideaal maakt voor zowel beginnende als ervaren hardlopers. Het belangrijkste kenmerk van de DRX Bliss 2 is de stabiliteit die de schoen biedt zonder concessies te doen aan het comfort. De unieke technologieën die Salomon erin heeft geïntegreerd, helpen je om niet alleen je prestaties te verbeteren, maar ook blessures te voorkomen.

De Salomon DRX Bliss 2 is niet alleen bekend om zijn stabiliteit en comfort, maar ook om zijn lichtgewicht en responsieve eigenschappen. De schoen is ontworpen om je snelheid en efficiëntie te verhogen, zonder dat je inlevert op demping. Dit maakt de schoen ideaal voor zowel lange afstanden als snellere trainingen.

## Salomon Spectur 2: De Ultrafast Trainings- schoen voor Wedstrijden

De Salomon Spectur 2 is de ultieme schoen voor hardlopers die hun prestaties naar een hoger niveau willen tillen. Ontworpen voor wedstrijden, biedt deze schoen alles wat je nodig hebt om je persoonlijke



records te breken. Het geheim van de Spectur 2 ligt in de explosieve energie die wordt gegenereerd door een glasvezelplaat die over de hele lengte van de schoen is geïntegreerd. Dit zorgt voor een krachtige afzet en snelheid, ideaal voor snelle trainingen en wedstrijden.

Wat de Spectur 2 verder onderscheidt, is de revolutionaire stabiliteit die hij biedt, waardoor je met volledig vertrouwen elke stap kunt zetten. De ongeëvenaarde grip zorgt ervoor dat je op elke ondergrond veilig kunt lopen, zelfs onder de meest uitdagende omstandigheden. De exclusieve zoolgeometrie en de zachte schuimzool zorgen voor een

vloeiende overgang en minimale grondcontacttijd, wat de efficiëntie van je bewegingen maximaliseert.

Kortom, de Salomon Spectur 2 is de perfecte keuze voor iedereen die zoekt naar snelheid, stabiliteit en een ultieme grip om zijn of haar prestaties te verbeteren tijdens trainingen en wedstrijden.

Deze toploopschoenen zijn nu te verkrijgen bij Republik Antwerpen waar je kunt rekenen op deskundig advies en een uitstekende service om je hardloperij naar een hoger niveau te tillen.

Daarnaast is de **SOFT FLASK 500ml/17oz 42** een onmisbaar accessoire voor de hardloper die onderweg snel

en efficiënt wil hydrateren. Met zijn grote 42 mm dop en high-flow ventiel maak je het jezelf gemakkelijker dan ooit om te hydrateren, zodat je je volledig kunt concentreren op de volgende kronkels en bochten op het parcours. Deze Soft Flask wordt samengeperst tijdens het drinken, waardoor het klotsen van het water wordt beperkt en je precies weet hoeveel je nog over hebt. Bovendien is ze compatibel met alle 42 mm diameter Salomondoppen, waardoor ze een perfecte aanvulling is op je hardloperij. Tevens te verkrijgen bij Republik Antwerpen samen met de Spectur 2 & Drx Bliss 2 voor een complete hardloperij!



**de GROENE DROOM**  
BOEKETTEN  
PLANTEN  
BLOEMSTUKKEN  
GRAFSTUKKEN  
KUNSTBLOEMEN

Kasteelpleinstraat 51  
2000 Antwerpen  
03 232 26 47

shop@degroenedroom.be  
www.degroenedroom.be

**café —  
pardaf**  
— Antwerpen

**Bier- en buurtcafé  
met 850 bieren op de kaart!**

Café Pardaf · Suikerrui 2 · 2000 Antwerpen



**KEURSLAGER MICHIELSEN**  
ANSELMOSTRAAT 43, 2018 ANTWERPEN  
WWW.KEURSLAGER-MICHIELSEN.BE

**DAVITHAJA**

**Elke zaterdag op  
de Vogelmarkt**  
Ter hoogte van de Graanmarkt

**DAVITHAJA**  
VAN HAL RUDI & VEERLE  
GROENTEN - FRUIT - EXOTEN

