

# SINT-ANDRIES RUN

## Pinkstermaandag 25 mei 2026

## SINT-ANDRIESPLAATS ANTWERPEN

**11.00 u Opening inschrijvingstent**

**12.30 u Start kleuterrun t.e.m. 5 jaar (250 m)**

**13.00 u Start kidsrun 6 t.e.m. 9 jaar (650 m)**

**13.30 u Start kidsrun 10 t.e.m. 12 jaar (1300 m)**

**14.00 u Start 5 km**

**15.30 u Start 10 km**



**Volg ons:**  
Sportief Sint-Andries

# WWW.SINTANDRIESRUN.BE



**Damien Dexters**  
Uitvaartzorg



Elke familie heeft zijn eigen verhaal en wij ... proberen dit verhaal mee te vertellen.

Wij doen dit met aandacht voor elk detail,  
door elke persoon op zijn eigen manier afscheid te laten nemen.

**Door te onder-steunen, te begeleiden en vooral te ontzorgen ...**

Nieuwe aula tot 100 personen. Funerarium voor opbaringen.  
Steeds welkom om te komen ontdekken: Willem Ogierplaats 5, 2000 Antwerpen

Uitvaartzorg Dexters bv | 03/318 61 61 | info@uitvaartzorgdamiendexters.be



*Wij schenken -10 euro  
bij kleurdienst*

**STUDIO  
COUPE CHEVEUX**

GEUZENSTRAAT 31  
03 238 51 52

*Enkel op afspraak*



**MEN'S FASHION**

Steenhouwersvest 36

# 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.

<b>Kleuterrun</b>	t.e.m. 5 jaar (250 m)	12.30 u
<b>Kidsrun 1</b>	6 t.e.m. 9 jaar (650 m)	13.00 u
<b>Kidsrun 2</b>	10 t.e.m. 12 jaar (1300 m)	13.30 u
<b>5 km</b>		14.00 u
<b>10 km</b>		15.30 u

# WWW.SINTANDRIESRUN.BE

## Beste sportievelingen

Op pinkstermaandag 25 mei gaat vanop de Sint-Andriesplaats, in hartje Sint-Andries, de 14de editie van de Sint-Andries Run door: niet de langste stratenloop van 't stad, maar wel de plezantste. Zoals tijdens elke editie kan je van ons weer een combinatie verwachten van sport, spel en cultuur, en bij de lokale horeca langs het parcours kan je terecht voor het spreekwoordelijk 'natje en droogje'.

Onze speelstraat zal ook dit jaar in de Pachtstraat aanwezig zijn met springkastelen voor onze jongste sporters. Op de Sint-Andriesplaats staan verschillende sponsors van de Sint-Andries Run met een stand, waaronder Republik, CavAlbariño en Beestenbos. Verder kan je ook bij de stand van jiu-jitsuclub Ikiji Ryu terecht voor een hapje en bij die van de heemkundige vereniging Erfgoed Sint-Andries Antwerpen voor meer info over de geschiedenis van onze wijk. Langs het parcours kan je niet alleen supporteren voor de passerende deelnemers, maar je kan er ook genieten van de verschillende muziekgroepen die het beste van zichzelf geven. Op de middenpagina van deze krant krijg je trouwens 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 aanhoudende inzet voor het welslagen van de Sint-Andries Run. Ook alle bedrijven en handelaars die de Sint-Andries Run een warm, sportief hart toedragen: "Dikke merci!"

We hopen jullie allemaal te mogen verwelkomen op Pinkstermaandag 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 op Facebook en Instagram.

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



# Sportverenigingen zijn het kloppende hart van de sportsector

Veel sporters kiezen bewust voor een club, niet alleen om te sporten, maar ook voor het sociale aspect. De sportclub neemt daarbij een steeds grotere maatschappelijke rol op, wat uitdagingen met zich meebrengt, zoals het vinden van vrijwilligers, een gezonde financiële werking en een veilig sportklimaat.

Samen met jullie en de sportraad willen we deze uitdagingen aanpakken. We willen jullie beter leren kennen, vlot communiceren doorheen het jaar en informatie uit het district snel delen.

Daarnaast willen we vragen van sportverenigingen goed opvolgen, inspraak geven over onder andere de nieuwe werkingstoelages en de onderlinge samenwerking en kennisdeling versterken.

Voor sporters die niet aan een vereniging verbonden zijn, probeert district Antwerpen het openbaar domein in te richten, zodat sporten en bewegen op een veilige manier toegankelijk wordt. Antwerpenaren met een leuk idee om het sporten en bewegen leuker, beter, veiliger... te maken, kunnen met hun ideeën bij district Antwerpen terecht. Denk je graag mee over sportieve thema's, dan kan je terecht bij de sportraad van district Antwerpen: vrijwilligers die samen het districtscollege adviseren over sportthema's.

Heb je vragen of ideeën, of wil je aansluiten bij de sportraad, dan kan je terecht bij Benjamin en Benji van Team Sport. Stuur een mailtje naar [district.antwerpen@antwerpen.be](mailto:district.antwerpen@antwerpen.be) en een van hen neemt contact met je op.

## Team Sport district Antwerpen

Benjamin Spoelders



**Benjamin, de ervaren spelmaker**

Al meer dan 16 jaar sportantenne van district Antwerpen. Kenner van het lokale sportlandschap en aanleg sportterreinen op openbaar domein.

Nadia Lefebvre



**Nadia, assistkoningin**

Ondersteunt Benjamin en Benji. Administratieve duizendpoot. Kenner van de werkingstoelages en verenigingendatabank.

**Benji, de rookie**

De nieuwkomer in het team. Komt over van de buurtcoaches en was vroeger sportantenne voor district Berendrecht-Zandvliet-Lillo. Kenner van sportorganisatie en doelgroepwerking.



Benji Aerts

## Sportantenne

Meer informatie

**Sport district Antwerpen**

**Mechelsesteenweg 216**

**2018 Antwerpen**

**[district.antwerpen@antwerpen.be](mailto:district.antwerpen@antwerpen.be)**

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

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

*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.*

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



**The Bunch** krijgt een podium in de **Kloosterstraat**. Ze zijn al enkele jaren vaste gasten op de Sint-Andries Run. Een steengoeie Antwerpse rock en pop coverband die alle klassiekers vanonder het stof haalt. Rock 'n roll en heel veel ambiance!



Op de hoek van de **Kronenburgstraat** en de **Van Craesbeeckstraat** brengt **Wim Wulteputte** je in Schotse sferen. Deze doedelzakspeler is van ver hoorbaar en brengt bekende klassiekers.

Op het Neusplein, aan **café Kaffeinini**, zorgt **Chip Fola** voor heerlijke countrymuziek. Chip is een oude bekende die al meer dan 40 jaar meedraait in de Antwerpse muziekscene.



STADS  
MAGAZIJN

**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](mailto:info@sportiefsintandries.be)



Kloosterstraat 159-161

**GÜNTHER WATTÉ**  
chocoladeCafé

Steenhouwersvest 30  
2000 Antwerpen

03 293 58 94  
[www.watte.be](http://www.watte.be)

**BASTENIE** NV

**Speelautomaten**

[www.luckygames.be](http://www.luckygames.be)  
[www.bastenie.be](http://www.bastenie.be)

Lange Vlierstraat 11-13 • 2000 Antwerpen

# Kleuterrun

Tot en met 5 jaar, 250 m

12.30 u

[WWW.SINTANDRIESRUN.BE](http://WWW.SINTANDRIESRUN.BE)



# Kidsrun

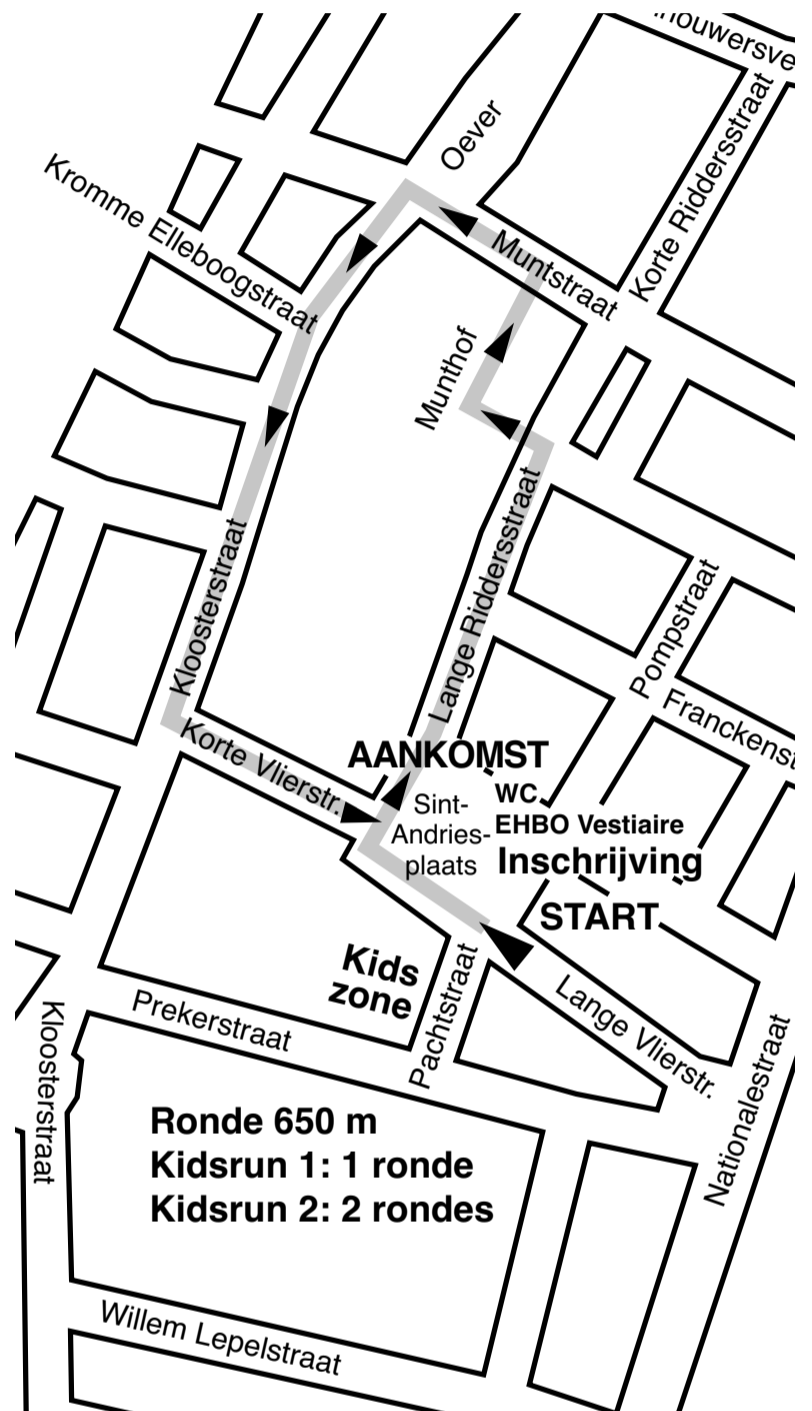
**Kidsrun 1** (tot 9 j) 650 m 13.00 u

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

# Kids animatiezone

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

Er is een lange stormbaan en er zijn enkele springkastelen.



[WWW.SINTANDRIESRUN.BE](http://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 2025.*



# 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.



# Republik of Snow & Wind

## Waar wintersport en hardlopen elkaar versterken

Midden in Antwerpen vind je **Republik of Snow & Wind**. Wie de winkel binnenstapt, merkt meteen waar de kern ligt: *technische kennis, passie voor sport en materiaal dat prestaties ondersteunt*. Oorspronkelijk gebouwd rond skiën en wintersport, maar vandaag even gedreven in *hardlopen*, niet als bijzaak, wel als volwaardig specialisme.

**Republik of Snow & Wind** is gespecialiseerd in *skiledij, ski's en boots*, met een duidelijke focus op kwaliteit en duurzaamheid. Diezelfde filosofie wordt doorgetrokken naar het lopen, want wie begrijpt wat een goede skischoen of technische jas moet doen in extreme omstandigheden, begrijpt ook hoe cruciaal de juiste loopshoens is op asfalt, trail of kas-sei.

### Hardlopen met dezelfde precisie als skisport

Hardlopen vraagt geen liftpas of sneeuw, maar wél het juiste materiaal. Blessurepreventie, efficiëntie en comfort staan centraal. Bij **Republik of Snow & Wind** wordt daarom niet 'verkocht' maar *geadviseerd*. Elke loper is anders: gewicht, pasvorm, loopstijl en ondergrond maken een wereld van verschil. Daarom werken we bewust amen met merken die technologie en onderzoek serieus nemen. Voor het lopen zijn dat onder andere *Mizuno, Scott* en *Salomon*, elk met een eigen DNA, maar allemaal gebouwd op performance.

### Waarom past Mizuno perfect bij Republik of Snow & Wind?

Binnen dat loopaanbod neemt *Mizuno* een bijzondere plaats in. Het Japanse merk staat bekend om zijn *ingenieursmentaliteit*: geen marketingpraat, maar meetbare technologie. Denk aan de iconische *Wave-plate* die stabiliteit en demping combineert zonder log aan te voelen. Ideaal voor lopers die efficiënt willen trainen én blessurevrij willen blijven.

*Mizuno* blinkt uit in *consistentie*. Modellen evolueren, maar veranderen nooit radicaal zonder reden. Dat maakt het merk geliefd bij zowel recreatieve lopers als ervaren atleten die exact weten wat ze zoeken. Bij **Republik of Snow & Wind** wordt *Mizuno* vaak gekozen door lopers die een neutrale, stabiele schoen willen; gevoelig zijn voor overbelasting; vele kilometers maken op asfalt en kwaliteit boven trends plaatsen.

In aanloop naar de *Sint-Andries Run* zien we vooral stadslopers en recreatieve lopers die een betrouwbare trainingsschoen zoeken, eerder dan een pure wedstrijdshoens.

### Van wintersportmentaliteit naar loopcultuur

Wat **Republik of Snow & Wind** onderscheidt, is de *mentaliteit*. In de wintersportwereld is technische kennis vanzelfsprekend. Diezelfde nauwkeurigheid wordt toegepast op lopen. Geen snelle verkooppraatjes, maar tijd nemen voor

vragen, passen en vergelijken. Dat maakt de winkel een logische partner voor lokale loopinitiatieven zoals de *Sint-Andries Run*. Lopen is hier geen hype, maar een sport die serieus genomen wordt, net zoals skiën dat altijd al werd.

Wie dus op zoek is naar loopshoens die écht bij hem of haar passen en naar advies van mensen die sport begrijpen van binnenuit, vindt bij **Republik of Snow & Wind** een winkel die verder kijkt dan seizoenen.

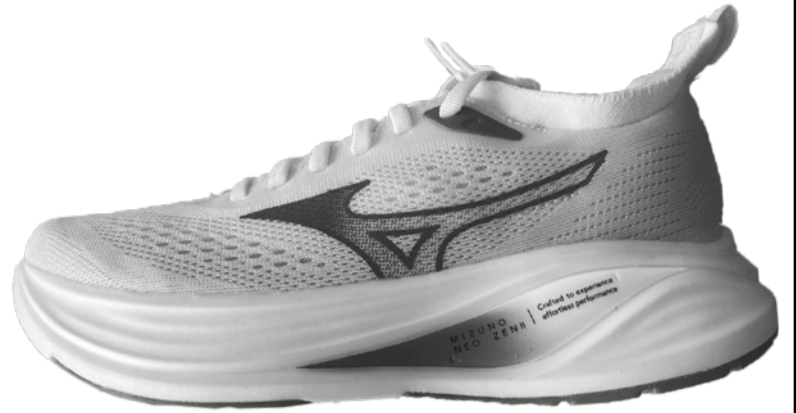
### Herstellen als een atleet: waarom BIX perfect past bij de Sint-Andries Run

Wie aan de start staat van de *Sint-Andries Run*, weet: lopen stopt niet aan de finish. Het échte werk begint pas nadien: herstel. Precies daar maakt de juiste sportvoeding het verschil en daarom werken we bij **Republik of Snow & Wind** sinds bijna een jaar samen met *BIX*, een innovatief merk in recovery- en hydratatieoplossingen.



### Wat is BIX?

*BIX* is een internationaal sportvoedingsmerk dat zich volledig focust op *slimme, micronutriëntgedreven recovery*. De producten van *BIX* zijn ontwikkeld door sportvoedingsdeskundigen en voedingswetenschappers met één doel: *sneller en beter herstellen na een inspanning*. Geen overload aan suiker of zware eiwitshakes, maar een door-



dachte combinatie van *elektrolyten, vitaminen, mineralen en BCAA's* in handige bruistabletten.

### Waarom is recovery zo belangrijk voor lopers?

Tijdens het lopen verlies je niet alleen energie, maar ook vocht en essentiële elektrolyten, zoals natrium, magnesium en kalium. Dat kan leiden tot spierkrampen, vermoeidheid of een vertraagd herstel. *BIX Recovery* werd specifiek ontwikkeld om verloren elektrolyten aan te vullen; de spierfunctie en het energieniveau te ondersteunen; ontsteking en spierpijn te beperken en het immuunsysteem te helpen na een zware inspanning.

Dat maakt het product bijzonder geschikt voor *hardlopers, trailrunners en recreatieve sporters* die regelmatig trainen of wedstrijden lopen.

### Wat zit er in BIX Recovery?

*Magnesium, calcium, natrium & kalium* (voor spierfunctie en hydratatie); *vitamine C, B12 en E* (voor het ondersteunen van de energieproductie en immuniteit); *BCAA's (leucine, isoleucine, valine)* (om spierherstel te helpen) en *bromelaine & Co enzym Q10* (dragen bij aan ontstekingsremming en herstel).

Alles is suikervrij, licht verteerbaar en gemaakt om snel opgenomen te worden na een inspanning.

### Van finish tot volgende training

Voor deelnemers aan de *Sint-Andries Run* betekent dat concreet: één *BIX-tablet* in water, binnen de 15 minuten na de finish, volstaat al om het herstelproces op gang te trekken. Geen zware drank, geen plakkerig gevoel: gewoon fris, efficiënt en praktisch.

Bij **Republik of Snow & Wind** geloven we sterk in producten die doen wat ze beloven. Net zoals goede loopshoens maakt ook *Recovery* het verschil op lange termijn. Daarom zijn we trots om samen te werken met een merk als *BIX* dat perfect aansluit bij de noden van lopers in en rond Antwerpen.

**Veel succes aan alle lopers en vergeet niet: herstel hoort bij sport!**



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



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

[WWW.SINTANDRIESRUN.BE](http://WWW.SINTANDRIESRUN.BE)

**SINT-ANDRIES RUN**  
PINKSTERMAANDAG 25 MEI 2026  
NIET DE LANGSTE STRATENLOOP VAN 'T STAD WEL DE PLEZANTSTE!  
SINT-ANDRIESPLAATS (ANTWERPEN)

11.00 OPENING INSCRIFVINGSTENT  
12.30 START KLEUTEREN (TEM 5 JAAR) (250 METER)  
13.00 START KIDDOEN (5 TEM 9 JAAR) (500 METER)  
13.30 START KIDDOEN 10 TEM 12 JAAR (1000 METER)  
14.00 START 5 KM  
15.30 START 10 KM

WWW.SINTANDRIESRUN.BE

Café  
ZeeZicht  
alle dagen hopen

DAGERAADPLAATS

**STORMLABS**

Websites  
Webshops  
Online Marketing  
[www.stormlabs.be](http://www.stormlabs.be)

# SINT-ANDRIES RUN



BIAB  
GEL  
GELLAK  
NAILART  
PEDICURE  
MANICURE

BOOK HERE



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

SINT-ANTONIUSSTRAAT 28 & 37  
2000 ANTWERPEN  
0497 31 31 55

MEDAILLES TROFEEËN

## Gravimat




bestel online  
trofee.be

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



RENAISSANCE  
RISTORANTE // ANTWERP



Modern Italian dining in the heart of Antwerp.  
Driven by family. shaped by tradition.

DINSDAG - ZATERDAG  
12:00 - 15:00 18:00 - 22:00

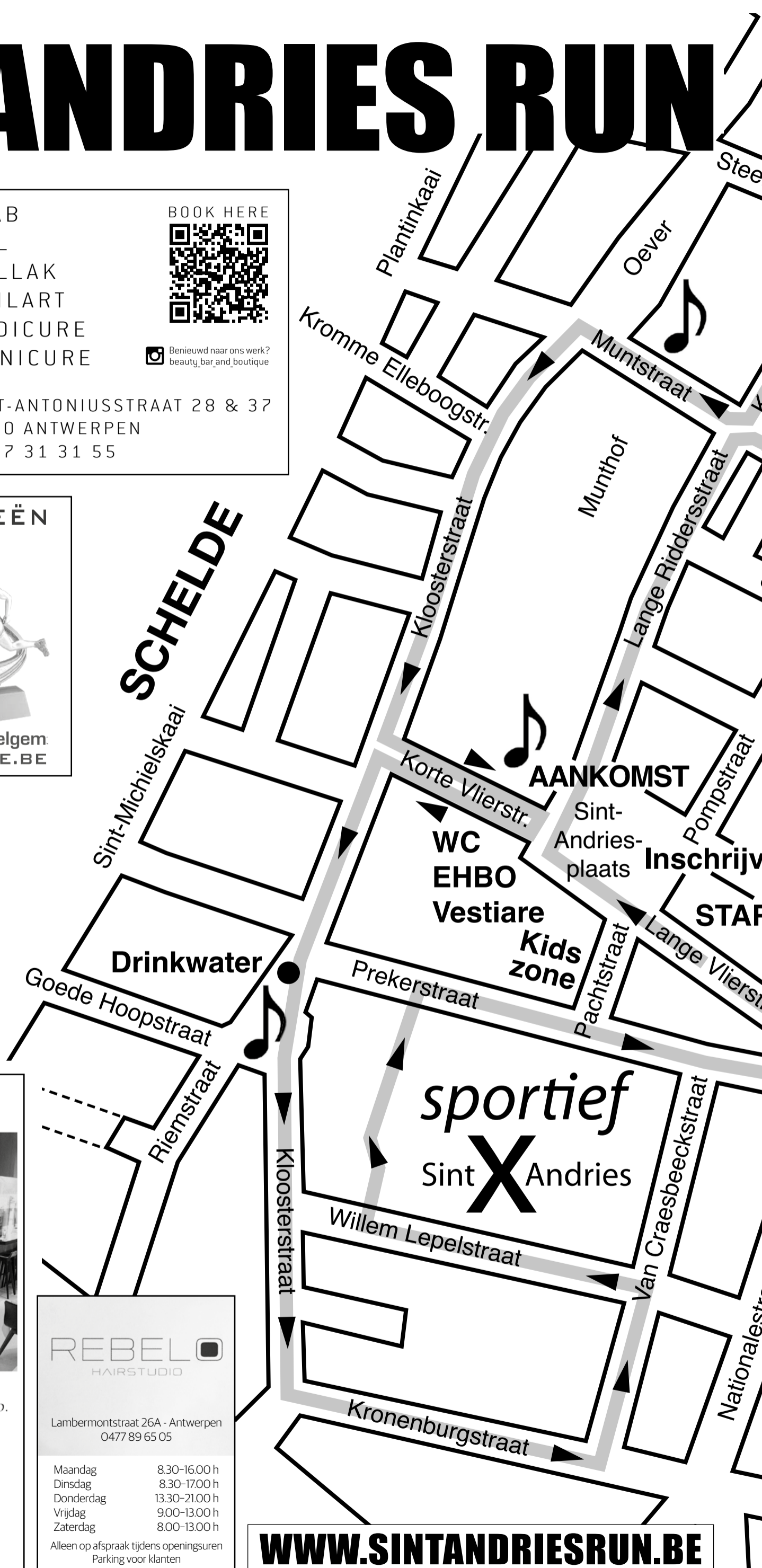
TEL.: +32(0)3 233 93 90  
MAIL: INFO@RESTO-RENAISSANCE.BE

REBELO  
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](http://WWW.SINTANDRIESRUN.BE)



# PARCOURS

**5 km**  
**2 RONDES**

**14.00 uur**

**10 km**  
**4 RONDES**

**15.30 uur**



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



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

**zeevishandel**

**De Eendracht**

Hoogstraat 53  
2000 Antwerpen  
Tel. 03 233 36 10

eendrachtantwerpen@skynet.be



CM. Jouw gezondheidsfonds.

**CavAlbariño**

**PINOT**

VRIJDAGMARKT 21  
2000 ANTWERPEN

0498 8198 25  
f WIJNBAR/CAFE PINOT

**PIERRE**

WitLoof



## Het district loopt mee

Trek je loopschoenen maar al aan, want binnenkort is het weer tijd voor de plezierigste stratenloop van 't Stad, de Sint-Andries Run! Een niet te missen loopevenement voor iedere Antwerpenaar, zoals steeds georganiseerd door de vele vrijwilligers van Sportief Sint-Andries. Elk jaar opnieuw zorgen zij met veel enthousiasme voor een sportieve en

sfeervolle namiddag voor de hele buurt. Een dikke "Dankjewel!" daarvoor.

Op het programma staan de gekende kidsruns en de vertrouwde afstanden van 5 of 10 kilometer. Nieuw dit jaar is echter de kleuterrun, speciaal voor de allerkleinste sportievelingen. En natuurlijk zijn ook supporters van harte welkom om familie, vrienden of

*Paul Cordy  
districtsburgemeester  
Charlie Van Leuffel  
districtsschepen van Sport*

andere dappere lopers langs het parcours aan te moedigen en mee te genieten van de vrolijke sfeer.

Noteer dus zeker maandag 25 mei in je agenda. We ontmoeten je dan graag op of rond de Sint-Andriesplaats voor een gezellige namiddag.

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.



**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  
of kijk op  
www.beerschot-atletiek.be!**





**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



 HET WIJNHUIS  HETWIJNHUIS.BE

## An Sibhin Irish Pub



Nationalestraat 44  
2000 Antwerpen  
03 226 72 51  
www.ansibhin.be

## ALFA

**SLOTENMAKERIJ  
INBRAAKBEVEILIGING**

Veiligheidssloten - 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.

### 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 beginnende 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 charmanter straatjes van Sint-Andries en natuurlijk de oevers van de

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.

### 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)

## Een Weloverdachte Metamorfose Klaar voor de Toekomst

Beste klant,  
Fan van Michielsens

Het voelt als de dag van gisteren. Op 2 mei 2016 - precies tien jaar geleden - openden wij met veel enthousiasme de deuren van onze vernieuwde slagerij. We waren toen klaar voor de toekomst, een belofte die we samen met u hebben waargemaakt. Vandaag, een decennium later, is het tijd voor de volgende, gedurfde stap.

### Meer dan vlees alleen: een visie op morgen

Na onze vorige grote verbouwing ondergaan we nu een wel overdachte metamorfose. Dit is geen verandering voor de verandering, maar een strategische keuze voor een economisch verantwoorde en innovatieve toekomst. We creëren een omgeving waar muziek, licht en techniek samensmelten tot een unieke totaalbeleving.

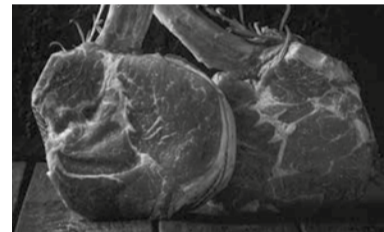
### Wanneer iconen elkaar ontmoeten

In deze nieuwe wereld brengen we de tijdloze klasse van Flamant, de verfijning van Arte, de technische perfectie van Frigomil en het design van Decotrend samen.

Maar het belangrijkste icoon in dit verhaal blijft het eigen vakmanschap van het Huis Michielsens. Onze passie voor het product en de ambachtelijke stielkennis vormen het onveranderlijke hart van deze vernieuwing.

### Een korte pauze voor een groots resultaat

Om deze transformatie te realiseren, sluiten wij de deuren van 1 tot en met 7 mei 2026.



### Beleef de nieuwe sfeer!

Op vrijdag 8 en zaterdag 9 mei 2026 openen wij onze vernieuwde winkel. Geen gewone heropening, maar een uitnodiging om u te laten inspireren door een slagerij die klaar is voor de komende tien jaar. Kom langs en ervaar zelf hoe sfeer, innovatie en ons authentieke vakmanschap bij elkaar komen.

Wij kunnen niet wachten om dit nieuwe hoofdstuk samen met u te vieren.

Met feestelijke groet  
Het team van  
Keurslager Michielsens



MICHELSEN

**Keurslager Michielsens**  
Anselmostraat 43, 2018 Antwerpen, 03 238 51 13  
[www.keurslager-michielsen.be](http://www.keurslager-michielsen.be)  
Dagelijks open van 9u tot 18u behalve op donderdag en zondag

Volg ons   

**Omdat lekker eten kunst is!**



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

TATTOO

AALMOEZENIERSTRAAT 4  
2000 ANTWERPEN

SPECIALITY COFFEE

**KAFFEENINI**  
ESPRESSO BAR

BAGELS  
SALADS  
AND  
MORE

NATIONALESTRAAT 114 A  
2000 ANTWERPEN  
TEL. 03 231 83 57  
[Kaffeenini114@gmail.com](mailto:Kaffeenini114@gmail.com)  
[www.kaffeenini.be](http://www.kaffeenini.be)

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

BROOD KOFFIE BROODJES

**Brood Atelier**

TAKE AWAY & EAT-IN

# ADDICT IN 'T HART VAN DE SINT-ANDRIESWIJK

In de Kammenstraat vind je al jaren de plek voor wie houdt van sport en een goeie babbel over zijn of haar prestaties en ervaringen. Addict is een lokale running- en sportwinkel, een echte snoepwinkel voor elke beginnende en ervaren jogger, triatleet, zwemmer en marathonvriend. Enkel de allerbeste merken, zorgvuldig uitgekozen.



Je kan bij Addict terecht voor **lopen, wandelen, fietsen, zwemmen, triatlon, yoga en fitness**. Altijd met oog voor techniciteit en stijlvolle sportlooks.



Bij Addict draait het niet enkel om loopschoenen of sportgadgets. Wij willen het verschil maken met onze extra persoonlijke en joviale aanpak. Kom je langs voor je eerste loopschoenen, een nieuw sporthorloge of gewoon een babbel over je loopdoelen? Onze experts nemen de tijd om je te leren kennen, doen een professionele loopanalyse en zoeken samen met jou naar de juiste match. Addict is meer dan alleen een winkel. Het is een community hub voor sporters in en rond Antwerpen. We zijn



## ADDICT

# RUN

## your city






al jaren de trotse sponsor van verschillende Antwerpse straatlopen waaronder ook de Sint-Andries Run (25 mei 2026 - Save the date!). Nog wat extra sportmotivering nodig dit jaar? Neem dan zeker een kijkje op onze Addict Run Calendar 2026! Je vindt er alles: van gezellige straatlopen tot meer uitdagende triatlons in en rond Antwerpen.



[Addict.be/run-calendar](http://Addict.be/run-calendar)

### Addict Antwerp 10 Miles Pakket

De Antwerp 10 Miles is en blijft ook dit jaar de hoogmis voor elke Antwerpse loper. Met Addict stomen we je helemaal klaar voor je grote dag. En dat gaat veel verder dan enkel de race zelf. We organiseren verschillende testevents in samenwer-

	Run
	Swim
	Cycle
	Triatlon
	Yoga Fit

king met onze merkpartners (On, New Balance, Hoka...). Je kan er loopschoenen testen, tips krijgen van loopcoaches en samen door de stad lopen.

Op de dag van het event word je extra in de watten gelegd met ons Addict 10 Miles Pakket. We hebben een eigen, rustige site aan de Zeescouts waar je je spullen veilig kwijt kan, achteraf kan genieten van een massage, andere lopers kan ontmoeten en mee kan nagenieten met een drankje in onze typische Addictsfeer.



### Andere niet-te-missen events

*Wetsuit Testavond - Ieder jaar in de maand april*



Ga je voor triatlon of openwaterzwemmen? Ieder jaar organiseren we onze befaamde Addict Wetsuit Testavond met onze merkpartners Zoggs en Sailfish aan de Boekenbergzweemvijver.

Meer info via deze link: [addict.be/wetsuit-testavond](http://addict.be/wetsuit-testavond)

### Chillatlon 31 mei 2026

Addict is sponsor van en aanwezig tijdens de eerste editie van de Chillatlon, een laagdrempelige, relaxte triatlonbeleving die doorgaat aan het MAS in Antwerpen. Tijdsopname is hier totaal onbelangrijk, zolang je maar de finish haalt!

### City Breakfast Runs Elke zaterdag om 10 uur

Sluit je aan bij onze Addict Breakfast Runners en loop samen met ons door de hipste wijken van Antwerpen. Het is een gezellige social run waarin we focus op de hele groep. De groep bepaalt het tempo. Nadien drinken we er nog eentje. De sfeer is altijd ongedwongen en gemoedelijk. Elke zaterdagochtend lopen we een andere route doorheen 't stad. Aanmelden hoeft niet, maar kom wel op tijd, zodat we samen kunnen starten. [Addict.be/train-with-us/](http://Addict.be/train-with-us/)



[www.addict.be/run-calendar](http://www.addict.be/run-calendar)



Wil je niets missen? Volg ons dan zeker op onze socials! @addict\_runtoprogress Met vragen? Mail ons: [info@addict.be](mailto:info@addict.be) te mailen.

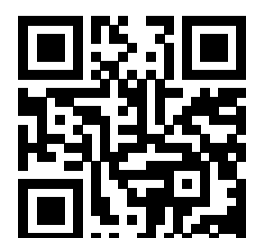


Kammenstraat 86  
2000 Antwerpen  
03 234 25 50  
[info@addictstore.com](mailto:info@addictstore.com)

Openingsuren  
Maandag: 12.00 u – 18.30 u  
Din-vrij: 11.00 u – 18.30 u  
Zaterdag: 10.00 u – 18.30 u  
1e Zondag van de maand: 12.00 u – 17.30 u



**ADDICT**   
RUN TO PROGRESS



# Ondernemen met hart en stiel bij Argenta Antwerpen Zuid

Trotse partner van de Sint-Andries Run

**KOM LANGS OP ONS KANTOOR  
OF VERZAMEL ALVAST WAT  
INFO VIA DE WEBSITE:**



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

## Openingsuren kantoor

Onthaal

Maaandag van 13 u. tot 18 u.

Dinsdag-vrijdag van 9 u. tot 12.30 u.

Op afspraak

Maaandag van 13 u. tot 20 u.

Dinsdag-donderdag van 9 u. tot 12.30 u. en van 13.30 u. tot 17.30 u.

Vrijdag van 9 u. tot 12.30 u. en van 13.30 u. tot 16.30 u.



**Elke zaterdag op  
de Vogelmarkt**

Ter hoogte van de Graanmarkt

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

## 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

## Bar Pilon

koffie, lunch  
(ook take away)  
& aperitief

Sint-Andriesplaats 21 - 2000 Antwerpen

**FVNS**  
WWW.FVNSITE.BE

**KAMMENSTRAAT 80A**  
03 232 31 72

RISTORANTE

&

TAKE AWAY

*Mario*

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

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

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



**heilig huisken**

Woensdag tot maandag open vanaf 12 uur  
Dinsdag gesloten

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

iets te vieren?  
drank  
happekes  
lunchkost  
kroegkost

Kloosterstraat 155  
2000 Antwerpen

kapsalon  
**heidi**



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

# Olivier Schalbroeck

Heldere communicatie, van buurtloop tot bedrijfscongres



De Sint-Andries Run staat weer voor de deur en voor Olivier Schalbroeck voelt dat als thuis-komen. Vorig jaar deelde hij in deze krant het verhaal over zijn voorouders die al in 1600 in de wijk verankerd waren. Hoewel zijn familiegeschiedenis in de wijk dus teruggaat tot 1600, reikt zijn professionele horizon

vandaag veel verder. Als drietalig presentator en trainer is hij een vaste waarde in de bedrijfs-wereld waar hij dezelfde vlotte en heldere stijl hanteert als op het podium in zijn eigen buurt.

**Presentator voor B2B en internationale events**  
Als ervaren host in het Neder-

lands, Frans en Engels wordt Olivier ingezet voor uiteenlopende zakelijke opdrachten. Hij presenteert bedrijfsevenementen, congressen, panelgesprekken en productlanceringen. Hierbij zorgt hij voor de juiste balans tussen professionaliteit en een vlotte, spontane stijl waarbij hij sprekers op hun gemak stelt en de rode draad van het programma bewaakt.

#### Opleiding op locatie

Naast zijn werk op het podium begeleidt Olivier professionals en teams bij het aanscherpen

van hun presentatie- en communicatievaardigheden. Deze trainingen, variërend van impactvolle storytelling tot spreken met zelfvertrouwen, vinden vaak plaats in zijn eigen trainingsruimte: Spirit.

Gelegen in het groen in Oelegem, biedt dit praktijkhuis een rustige en inspirerende setting voor groepen tot acht personen. Hier staat persoonlijke aandacht centraal, weg van de dagelijkse hectiek, om in alle discretie te werken aan overtuigingskracht en professionele groei.

Of het nu gaat om een sportevent in de wijk of een coachingstraject op maat, Olivier brengt expertise en een persoonlijke



aanpak mee naar elk project.  
Meer informatie:

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



10 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 plekken van onze stad laten zien.

**Breng je mensen samen voor een onvergetelijk bedrijfsuitje, maak je team sterker dan ooit!**  
**Ontdek Antwerpen, zoals je de stad nog nooit eerder zag, leer elkaar op een nieuwe manier kennen en maak jullie band nog sterker...**

Neem zeker ook eens op onze website [forton-events.com](http://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 cocktail-workshop

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 bruisende Antwerpen.

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

**café —  
pardaf**  
— Antwerpen

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

Café Pardaf · Suikerrui 2 · 2000 Antwerpen

## M. café de. Misericordie

Sint-Andriesplaats 6  
2000 Antwerpen

0472 59 07 41  
@cafe.de.misericordie

### Je huid weer laten stralen, op een natuurlijke manier

Last van een doffe huid, fijne lijntjes, onzuiverheden of pigmentvlekken?

Met een gerichte huidanalyse én persoonlijk behandelplan werken we stap voor stap naar een zichtbaar gezondere huid.

**Elisabeth**  
*Jouw expert in huidverbetering @ laserontharing*

Elisabeth

Kom gerust eens langs en dan bespreken we samen jouw huidtraject.  
Boek je afspraak via: [skinsense-antwerp.be](http://skinsense-antwerp.be)

0495 54 34 80  
Jonghelinckstraat 16/1101  
2018 Antwerpen

### 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 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**