

Zomeracties zeisteam

We zijn goed op dreef! Met scherpe zeisbladen en een flinke portie goesting trokken we deze zomer zowel naar 'De 'Swal' in Koekelare als naar 'GOG de Blekerijbeek' in Ichtegem om het gras en de kruiden flink wat korter te zetten. Acht augustus was zo'n topdag. Met een team van 10 man (en één vrouw)

verzetten we flink wat werk in ons kleine maar fijne natuurgebiedje. We krijgen de techniek steeds beter onder de knie en het is ongeloflijk hoe bevredigend zeisen is als je met wat volk bent. Ook in Ichtegem werd er – en daar voor het eerst – met de zeis gemaaid. Nu hopen we op een beetje een nazo-

mer, zodat we nog eens kunnen afspreken voor de 'wintercoupe' van beide gebiedjes. Daarna komen we waarschijnlijk nog eens samen om onze zeisen liefdevol onder handen te nemen alvorens ze weer op te bergen tot het volgende groeiseizoen. Wordt vervolgd!

Maarten Verlinde



Ook bij het zeisteam moeten werk en ontspanning in balans blijven. :-) Foto's: Hans Verplancke.

MOORSLEDE

Vlinder- en yogawandeling

De ochtend beloofde niet veel goeds voor onze vlinderwandeling, want vlinders houden niet van koude temperaturen en een volledig bewolkte hemel. Gelukkig brak de zon er op de middag door en konden de vlinders zich nog wat opwarmen voor we aan de wandeling begonnen.

Bij de eerste bosrand van het Vierkavenbos was het al direct prijs. Meerdere landkaartjes dartelden boven het koninginnekruid, samen met een paar atalanta's en wat dagpauwogen. Een gehakkelde aurelia, wat blauwtjes en zandoogjes vervulde het kleurenpalet. De koolwitjes doken tijdens de ganse wandeling zowat overal op. Steven legde ons uit dat er verschillende soorten witjes bestaan en dat ook een nieuwere soort onze contreien aan het veroveren is. Het scheefbloemwitje heeft slechts 1 zwarte punt op de vleugel, in tegenstelling tot de 2 zwarte ogen bij het groot koolwitje. Het is zowat onmo-

gelijk om beide soorten in de vlucht uit elkaar te houden.

Halverwege de wandeling nam yoga-instructrice Sabine het over van Steven. In het voorjaar hebben we met Kern De reiger al eens een yogawandeling georganiseerd, maar door het slechte weer is die toen letterlijk in het water gevallen. Vandaag gingen we voor de herkansing. We maakten kennis met de 5 elementen en de bijhorende yoga-stretches, ook MCK

genoemd. Door deze oefeningen rond aarde, hout, lucht, vuur en water raakten we helemaal 'in ons element'. We sloten af met een andere vorm van yoga, waarbij we in stilte werkten met visualisaties. Met een soepeler lichaam en een ontstreste geest 'fladderde' iedereen daarna voldaan naar huis.

Bart Debaes



Natuur én yoga in één wandeling: voor herhaling vatbaar. Foto's: Jean-Pierre Vandamme.