



# MANNA 1

**Openingsweek • 23/09 - 27/09**

Jiplaaa!

We zijn weer vertrokken! Zoals altijd hebben de verschillende VTK-posten weer heel wat activiteiten voor jullie in petto. Er is voor ieder wat wils.

Wil je je bierbuikje afschudden na een intense zomer? VTK Sport staat voor je klaar bij de Sport Kick-off en de VTK Runclub! Wil je dit jaar eindelijk het gat in je cultuur vullen? VTK Cultuur staat met heerlijke hapjes op je te wachten tijdens de Cultuur Kick-off! Wil je volgend jaar op buitenlandse stage of een summer course? Ga zeker eens langs bij IAESTE en BEST! Ben je een eerstejaar of ouderejaar op zoek naar iets om te doen?

Interne zorgt voor een gezellig Eerstejaarscafé en de Zwijnaarde Kick-off! Wil je al uw cursussen al in week 1? Onze VTK cursusdienst staat voor je klaar! Wil je helemaal losgaan na deze natte zomer? VTK Feest vangt je met open armen op tijdens hun epische Goliarde en nog epischere Openingscantus!

Zoals je kunt lezen, valt er deze week veel te beleven bij VTK, en van verveling zal zeker geen sprake zijn! Samen met het hele praesidium zullen we er alles aan doen om van dit jaar een jaar te maken om nooit te vergeten!

Tot snel!  
Cyriaque, Inès, Felix en Silke



danslessen en de VTK-quiz, en krijg info over de VTK Show. Ontdek wat er te beleven valt!

## VTK Runclub

Gedaan met vakantie, gedaan met sporten? Geen paniek! VTK organiseert elke maandag om 19u15 een groepsloop. Iedereen is welkom, of je nu beginner bent of een ervaren loper. We hebben drie groepen: START-TO-RUN (train voor 5 km), RUN-TO-RUN (gewoon lopen), en RUN-TO-WIN (werk aan je conditie of wedstrijdtraining).

## Openingsgoliarde

De zomer is voorbij, maar geen zorgen: FEEST brengt je een avond vol vakantie vibes en spotgoedkope Aperol Spritz! Een halve liter voor €5, en tijdens happy hour (19u-20u) betaal je slechts €5 voor 1 liter! Kom genieten van heerlijke Aperol en zomerse vibes. Zoals op alle goliardes krijg je ook een gratis Delta-bonnetje op vertoon van je VTK-lidkaart.

## Cultuur Kick-Off

VTK Cultuur start het academiejaar met een knaller! Kom 's middags langs voor gratis eten, schrijf je in voor culturele evenementen zoals



## Eerstejaarscafé

Het nieuwe academiejaar is begonnen, dus tijd om nieuwe gezichten te leren kennen! VTK Interne organiseert het Eerstejaarscafé in de lounge van Delta. Kom langs, ontmoet je mede-eerstejaars en geniet van gratis eten en drinken!

## Sport Kick-Off

Studentenleven is meer dan studeren, dus wat beweging is nodig! VTK Sport organiseert het hele jaar door sportactiviteiten. Tijdens de Sport Kick-Off kun je kennismaken met de sportverantwoordelijken, de sporties en je inschrijven voor teamsporten (zoals voetbal, volleybal) of individuele sporten (zoals badminton, lopen). De sporties zijn de hele dag bij het Plateaugebouw te vinden. Heb je vragen? Stuur hun gerust een berichtje!

## Openingscantus

Het nieuwe schooljaar betekent voor veel VTK'ers maar één ding: CAN-TUS-SEN!! Ons nieuw cantusteam trapt af met een knallende openingscantus: New Kids Turbocantus! Voor de rest laat ik het woord over aan het cantusteam.

NIEMAND KOMT AAN MAASKANTJE JONGEUH! 2 grizzly's, bami, pikanto, 2 josbrinkies, sitostick, broodje warm vlees, viandel, grote portie kipnuggets, 2 broodjes bakpao en BIER DRINKEN!!!

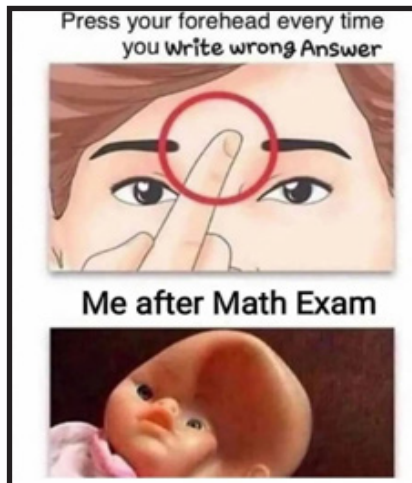
Is dit je eerste cantus? Kom dan al om 19:40, dan leren wij je hoe een cantus verloopt. BELANGRIJK: breng je eigen cantusbeker mee, geen glazen bekens!

## Zwijnaarde Kick-Off

Tijdens de Zwijnaarde Kick-Off opent VTK ook daar het academiejaar! Vanaf 10u zijn er gratis koffie en koffiekoeken, later Bicky burgers, frietjes, muziek, volksspelletjes en een springkasteel. See you there!

## Speedteamtraining

We trainen elke donderdag met "speedteam" of "intervaltraining" om een sterk team naar Leuven te sturen voor de 24 uren loop. Iedereen is welkom, met groepen op maat: START-TO-RUN, RUN-TO-RUN, en RUN-TO-WIN.



# VTKalender

## Maandag 23/09

12.00	Cultuur Kick-Off	Plateau
19.00	Openingsgoliarde	Delta
19:15	VTK Runclub	Plateau
19:30	Best LV 1	Plateau
20:00	Eerstejaarscafé	Delta

## Dinsdag 24/09

09:00	Sport Kick-Off	Plateau
20:00	Openingscantus	Delta

## Donderdag 26/09

20:00	Zwijnaarde Kick-Off	Zwijnaarde
19:15	Speedteamtraining	Plateau

## Vrijdag 27/09

19:00	Firnale - Afstudeerfeest	Le Bateau
-------	--------------------------	-----------

## Puzzel van de week

Elke week kan je in onze Manna een puzzel vinden. Los hem op en win een prijs! Steek jouw oplossing in de brievenbus in VTK Blauw of mail hem door naar [Interne@vtk.ugent.be](mailto:Interne@vtk.ugent.be).

We starten het jaar met de geliefde sudoku. Veel puzzel plezier!

Naam

.....

E-mail

.....

					2		8
9	2			4			
			2	8		7	1
	3	6					
			7	9			
					6	4	
8	6		4	1			
			9			2	7
2		9					