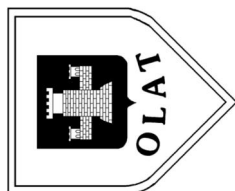


Indien onbestelbaar
5691 WC 27

TPG Post

Port betaald
Port payé
Pays-Bas

LAT NIEUWS



CLUBBLAD WSV OLAT

30^e jaargang ♦ no 1 ♦ januari 2004



De redactie wenst u een
gelukkig 2004

WANDELSPORTVERENIGING OLLANDSE LANGE AFSTAND TIPPELAARS
Opgericht 23 november 1967
Lid van de KNBLO-Wandelsportorganisatie Nederland
Aangesloten bij NBWB-KNAU-NFV (IVV)

Voorzitter:
 Marinus van Roosmalen
 Hoge Vonderstraat 7
 5492 CH St.-Oedenrode
 ☎ Fax 0413-475467
 e-mail: mvroosmalen@tridodsl.nl
 #

Vice-voorzitter:
 Theo Tromp
 Daalenbroek 32
 6002 VN Weert
 ☎ 0495-450325
 e-mail: m.h.tromp@hccnet.nl
 Internet web-postmaster:
 www.wandel-olat.org
 #

Secretaris:
 Kees van Vessem
 Diepmeerven 112
 5646 HC Eindhoven
 ☎ 040-2110413
 e-mail: keestruius.v.vessem@12move.nl
 #

Penningmeester:
 Jos van den Bersselaar
 Postbus 6155
 5600 HD Eindhoven
 ☎ 040-2524404
 e-mail: j.f.c.j.vande.Bersselaar@freeler.nl
 #

Notuliste Bestuursvergadering
 Mariet Ahlers

Bestuursleden:
 Toon van Wordragen
 J. v. Stolbergstraat 10
 6006 ZM Weert
 ☎ 0495-537775
 e-mail: toon.van.wordragen@hetnet.nl
 #

Ad Verbakel
 Past. Bogaertsstr. 12
 5469 EZ Keldonk
 ☎ 0413-212161
 #

Paul Canters
 Verdilaan 3
 5707 RG Helmond
 #

Joop Wesseling
 De Turfkamp 6
 5258 EN Berlicum
 #

Banknummer OLAT:
 13.82.11.736
 t.n.v. penningmeester OLAT, Eindhoven
Gironummer OLAT:
 17.75.156
 t.n.v. penningmeester OLAT, Eindhoven

ERELEDEN van w.s.v. OLAT
Theo Tromp, Jan van de Ven, Piet Knoester,
Hein Lenders en Marinus van Roosmalen
 -♦-
DRAGER VAN DE CORNELIS VAN MONTFORT TROFEE
Jan van de Ven, Piet Knoester en Theo Tromp.

inhoud OLAT-Nieuws januari 2004

Voorwoord: Marinus van Roosmalen 4
Van de Bestuurstafel: door Kees van Vessem..... 5
Ledenadministratie: mutaties door Nellie Leijssen 6
Verjaardagen 7
 Lopen in de wind: Johan
Initiatiefgroepen: Wandelen op Dinsdag door Truus van Vessem 7
 Programma winter 2004 8
 Broekentocht: Kees van Vessem
 Wandelmijlpaal: ode door Rolf Craanen.....
Commissies:
Clubreizen: programma 2004..... 9
Clubkampioenschap stand en programma 9
 Wandelen en snelwandelen: Ad van Asten 10
 Snelwandelprogramma.....

 Oranje-feest: Margriet..... 11
 Strip: Peter.....
 Wandelen in grauwe verlatenheid: Ad 12
 Constant aan de wandel: met Constant Dedel 15
 Deltapad LAW 5: Willemien Hietland..... 17
 In Bereikbaar was het zo slecht nog niet!: Ad..... 18
 Met Rolf aan de wandel: euraudaxtocht met Rolf Craanen..... 19
 Het Pieterpad: Coos Verburg en Henri Floor 21
 Coast to Coast walk: Piet Jansens..... 24
 Het Lauwersmeergebied: beschouwing door Chriatiaan Koehler 27
 Een beetje bergen: Ad

Foto voorkaft: Zuid-Hollandswinterlandschap. Foto genomen door Margriet.
 Verder foto's van: Peter (strip), Willemien Hietland, Henri Floor, Piet Jansens en Ad.
 Tekstvakken pagina's 12 t/m 21 overgenomen of verwijzing naar teksten in diverse bladen of internet.

LEDEN VAN VERDIENSTE:
 Jan Cortenbach, Tonny en Bert de Boer, Antoon Stoop, Mariet Ahlers, Henk Plasman, Ad van Asten, Ben van der Velden en Ad Verbakel

<p>Ledenadministratie: Nellie Leijssen Jacobus Deckersstraat 9 5616 JN Eindhoven ☎ 040-252 6772 Clubreizen: Toon van Wordragen gironr. 70.68.01 t.n.v. OLAT-clubreizen Weert.</p>	<p>Startbureau: Jos van den Bersselaar ☎ 040 -2524404 Boetiek: Mia Dielesen/Francien vd Laar ☎ 040-2552742/0499-471298 Parkoersen: Ad Verbakel ☎ 0413-212161 OLAT-verzorging: Algemeen Willem Schoonhen ☎ 040 - 2420422</p>	<p>Nijmegen Vierdaagse verzorging: Overnachting Vierdaagse Hein Lenders ☎ 06-12074473 giro: 2608214 OLAT-Wandelpaden: Theo Tromp</p>	<p>Redactie OLAT-Nieuws: Margriet Fischer Peter van de Ven Ad van Asten Lupinelaan 27 5691 WC Son en Breugel ☎ 0499-473767 (ook fax) a.h.van.asten@hccnet.nl Verzending OLAT-Nieuws Nellie Leijssen Corrie Tiersma</p>
--	--	---	---

OLAT **COMMISSIES**

Lange afstand-Prestatie- en Snelwandelen, LPS:

Theo Tromp, coördinatie
Mariet Ahlers, wedstrijdsecr.
☎06-24175221

Hulstbosakker 47
5625 VS EINDHOVEN
OLAT-LPS@zonnet.nl
Paul Canters
Henk Plasman
Hans de Vries



Clubblad OLAT-Nieuws:

Ad van Asten, coördinatie
☎0499-473767
☎0648327640

Lupinelaan 27
5691 WC SON
a.h.van.asten@hccnet.nl
a.asten1@chello.nl
Peter van de Ven
Margriet Fischer

Kees van Vessem, b.a.



Clubreizen:

Toon van Wordragen
☎0495 - 537775

Jul. van Stolbergstraat 10
6006 ZM Weert
toon.van.wordragen@hetnet.nl

Simon Willems
Jan Hendrix
Theo Bouwmans



Kempische Wandeldagen

Joop Wesseling vz.
Mia Dielesen
☎040 - 2552742

Diephuisstraat 24
5652 PA Eindhoven
e-mail:
m.dielesenbeerens@chello.nl
Hein Lenders

Jos van den Bersselaar
Ad Verbakel
Toon van Wordragen
Jacques Smits



Wandelen op Dinsdag

Truus van Vessem
☎ 040-2110413

Redactie en Samenstelling:

Ad van Asten, Peter van de Ven, Margriet Fischer.

Druk: A.L.J. Niëns, Weert

Inleveren Kopij:

Voor 16 januari 2004 voor plaatsing in ons
februarinummer.

OLAT-Nieuws verschijnt maximaal 11x per jaar.

e-mail: a.h.van.asten@hccnet.nl

Post: Lupinelaan 27 5691 WC Son

januari 2004
JAARGANG 30, NR. 1

VOORWOORD

'De tijd vliegt', dat zult u in de laatste maanden van het jaar ook vaak gezegd hebben. Met onze gedachten waren we nog bij de heerlijke zomer, terwijl we op weg waren om kerstinkopen te doen en ons voor te bereiden op het eindejaarsfeest.

Het jaar 2003 ligt nu achter ons.

Ik mag u, mede namens het bestuur en de commissies een goed 2004 toewensen en dat u het nieuwe jaar naar wij hopen vooral in een goede gezondheid mag beleven. Onze zieke wandelvrienden wensen wij van harte beterschap en wij hopen voor hen dat ze in het voor ons liggende jaar ook mogen genieten van een wandeling en de verbondenheid die ons tot een vereniging maakt.

Nog omgeven door de schittering en alle uitbundige uitingen rond het kerstfeest, denk ik bij het schrijven van dit Voorwoord terug aan alle activiteiten die de fusie van de KNBLO en WO-Nederland teweegbrachten. Vooral de gelijktijdig op gang gebrachte Vitalisering van de Wandelsport vergde grote concentratie om de belangen van de wandelaar daarbij de eerste prioriteit te geven.

Per 1 januari 2004 is de nieuwe belangenorganisatie voor wandelend Nederland een feit, onder de naam:

KNBLO-Wandelsportorganisatie Nederland.

Het laatste nieuws dat bekend werd via een Nieuwsbrief kunt u lezen in het bericht van de bestuurstafel.

Voor onze vereniging zullen de veranderingen vooral liggen op het financiële vlak. Hierover informeerde ik u al in mijn Voorwoord van december.

Tijdens de Algemene Ledenvergadering kwam de commissie LPS -Lange Afstand, Prestatie en Snelwandelen- ter sprake; het bestuur heeft daarna goed overleg gehad en over afspraken dienaangaande wordt u ook geïnformeerd in dit clubblad.

De opkomst bij de eerste wandelingen van onze 37^e Winterserie is goed te noemen en wij hopen dat deze trend zich in het nieuwe jaar voortzet. Met de Grenzeloze Tocht, die wij organiseren in hechte samenwerking met Milieu 2000 uit Lommel, ligt het wandeljaar 2003 nu definitief achter ons.

Bent u van plan naar de wintersport te gaan, dan wij wensen u daar een prettige ontspanning en houd de benen heel!

Tot volgende maand.

Marinus van Roosmalen, voorzitter.





Van de bestuurstafel, door: Kees van Vessem

Klompjes afhalen

Zoals bekend is, krijgt iedereen die 10 jaar lid van OLAT is een klompje als aandenken.

Deze klompjes worden dan uitgereikt op de jaarvergadering.

Omdat op de laatste jaarvergadering van 22 november een aantal jubilarissen niet aanwezig was, hebben zij ook geen klompje uitgereikt gekregen.

De jubilarissen die hun klompje niet ontvangen hebben, kunnen dit afhalen tijdens de winterserietochten van 18 januari te Elsendorp of 14 februari te Best aan het startbureau.

Graag even tevoren melden dat je ze komt afhalen, anders sleept de voorzitter iedere keer voor niks een kist met klompen met zich mee.

Heb je de aankondiging van de jubilarissen gemist? Kijk dan even op blz. 5 in het novemnummer van OLAT-Nieuws.

Wilt u verkeersregelaar bij OLAT worden?

Dit vragen wij u omdat per 1 september 2001 de Regeling Verkeersregelaars gewijzigd is.

Om het verkeer te mogen regelen is er voortaan een vergunning nodig. Zonder vergunning mag dat niet meer. OLAT wil bij verschillende wandelevenementen graag over medewerkers beschikken die het verkeer willen regelen en vraagt daar vrijwilligers voor.

Aan welke eisen moet je voldoen om verkeersregelaar te worden?

1. De verkeersregelaars moeten minimaal 18 jaar oud zijn (16 jaar mag ook, maar dan alleen op 50 km-wegen en bij voldoende straatverlichting).
2. Men moet een instructie van de politie gevolgd hebben. (van circa 1 ½ uur.)
3. Men moet aangesteld zijn door de burgemeester, die een groslijst van verkeersregelaars opstelt.
4. De vergunning is alleen geldig tijdens het evenement
5. Men moet voldoende verzekerd zijn.
6. Men moet de voorgeschreven kleding dragen.
Dit is een goedgekeurd vest of een jas met daarop het woord "verkeersregelaar"

Zoals gezegd, heeft OLAT behoefte aan medewerkers die als verkeersregelaar ingezet kunnen worden en zoekt mensen die dit willen doen. (±15 personen).

De politie geeft gratis instructie, de gemeente St.Oedenrode stelt een lokaal ter beschikking en regelt verder een aantal zaken en OLAT zorgt voor de verzekeringen.

Heeft u interesse of wilt u nadere informatie? Dan kunt u zich opgeven bij de voorzitter of secretaris.

Graag zo spoedig mogelijk i.v.m. het regelen van de instructie op korte termijn.

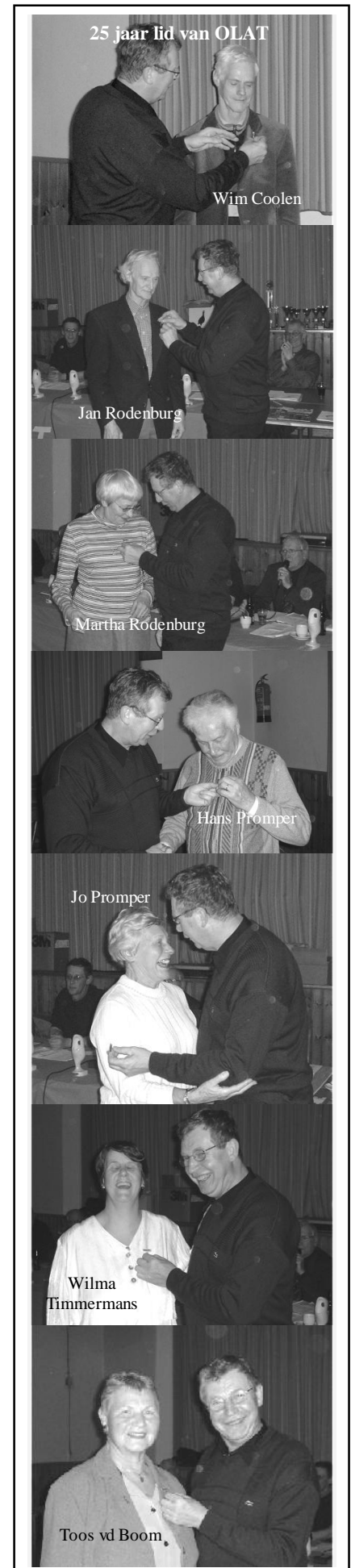
Met dank voor uw medewerking.

Nieuws over de bond.

Zoals bekend zijn per 1 januari 2004 de bonden KNBLO en Wandelsportorganisatie Nederland gefuseerd. De nieuwe naam is nu "KNBLO-Wandelsportorganisatie Nederland".

Het had nogal wat voeten in de aarde. Bijzondere ledenvergaderingen van de KNBLO en de Kringen (onderafdelingen) waren nodig op 20 sept., 11 okt., 12 nov. en 15 nov. 2003.

Geen wonder, want behalve een fusie stond er ook nog een reorganisatie op het programma, namelijk het project "Vitalisering Wandelsport". Bovendien haalt



de overheid in 3 jaar een streep door de instellingssubsidies, dat zijn de subsidies die de bonden moeten laten draaien. Problemen alom, met veel voorstellen, wijzigingen en nieuwe voorstellen. Maar met het nieuwe startschot is de kogel nu eindelijk door de kerk. Bezoekers van de jaarvergadering hebben hierover in de nieuwsbrief van OLAT het een en ander kunnen lezen.

In de laatste nieuwsbrief van de KNBLO van 10 december 2003 staan een aantal besluiten vermeld. De financiële gevolgen hiervan voor de vereniging en de leden heeft de voorzitter al in het voorwoord van het decembernummer uitgebreid toegelicht, maar toch is er op het allerlaatste moment nog een wijziging opgetreden. Het verschil in inschrijfgeld tussen bondsleden en niet-leden bedraagt nu ten minste €0,50 in plaats van de verplichte €1,-. Hieruit blijkt wel hoe moeilijk het voor verenigingen geweest is om in de afgelopen periode de leden adequaat voor te lichten over allerlei voorgenomen veranderingen van bondswege.

Het project "Vitalisering Wandelsport" is aangenomen, alsmede de nieuwe statuten en het meerjarenbeleidsplan met een meerjarenbegroting.

Voor 2004 geldt dat dit een proefjaar wordt. Geen vliegende, maar een voorzichtige start dus.

Voor bovenstaand project is inmiddels subsidie aangevraagd in het kader van de breedtesportimpuls bij het Ministerie van VWS (deze subsidie staat los van de zogenaamde instellingssubsidie).

De Kringen heten voortaan Regio's en zijn ingedeeld per provincie. Wij gaan nu onder de Regio Brabant vallen in plaats van de Kring Brabant/Zeeland.

OLAT heeft stemrecht op de Regiovergaderingen, maar niet in de landelijke organisatie, daar stemmen alleen de Regio's. Zij stemmen hier weer 'in de geest van het meerderheidsbesluit' op de Regiovergaderingen. Omdat OLAT een grote vereniging is en bij een stemming het aantal leden telt, heeft zij grote invloed op de uitslag in de Regiovergadering en dus ook op het stemgedrag van de Regio in de landelijke bond..

Wat valt er verder nog te melden?

Het zogenaamde "midweekwandelen" is vrijgesteld van bondsafdracht per deelnemer, indien aan een aantal criteria wordt voldaan. Dat betekent dat het "wandelen op dinsdag" gratis blijft.

Dat was weer het laatste nieuws over de bond. Leuker of makkelijker kon ik het niet maken.

Kees van Vessem, Secretaris

Verklaring

Het bestuur en de redactie van het OLAT-Nieuws delen u het volgende mee.

Zoals u vorige maand in het verslag van de algemene ledenvergadering in ons blad heeft kunnen lezen was er tijdens de rondvraag geen overeenstemming tussen bestuur en redactie over het al of niet beïnvloeden door het bestuur op het plaatsen van een onderwerp in het OLAT-Nieuws.

Als er geen overeenstemming is, lijkt het logisch om te proberen als verstandige mensen in een gesprek te ontdekken waar en hoe de verschillen van inzicht ontstaan zijn. Zo hebben ook de meest betrokkenen bij dit geschil gedaan. Uiteindelijk bleek dat een verschil in tekstinterpretatie hieraan ten grondslag lag. Na dit misverstand hebben beide partijen het geschil bijgelegd en zijn over gegaan tot de orde van de dag en zet iedereen zich weer voor 100% in voor onze wandelsportvereniging OLAT.

Ledenadministratie

Nellie Leijssen:

Jacobus Deckersstraat 9 5616 JN Eindhoven

☎040-2526772 e-mail nellie_leij@hotmail.com

Alle wijzigingen rechtstreeks doorgeven aan de ledenadministratie. Mocht U bezwaren hebben tegen een aspirant-lid, dan verzoeken wij U dat binnen 14 dagen na het verschijnen van het verenigingsorgaan met argumenten te melden bij het secretariaat. Het lidmaatschap gaat pas in als de verschuldigde bedragen zijn ontvangen. Om in aanmerking te komen voor korting op het inschrijfgeld bij OLAT-tochten is het noodzakelijk uw lidmaatschapskaart te tonen bij de inschrijving.

Aanmeldingen:

Riek van Hattum	Neuborgh 2	6002 XV Weert	14-12-1934
Joke Donders Jansen	Mispelgaarde 24	5103 ES Dongen	15-11-1940
Carien Boerekamps	Groenstraat 88	5701 MN Helmond	17-07-1947
Martien Janssen	Beethovenlaan 21	5751 EX Deurne	11-08-1938
Robert van Aggelen	Th.de Smethstraat 14	5751 MT Deurne	15-08-1940
Anny van Veggel	Maassingel 176	5751 VS Deurne	12-10-1951
Corry Nettekoven	Roosendaalstraat 7	5652 JW Eindhoven	18-08-1964
Ilona de Vries	Citadel 74	5509 NV Veldhoven	11-12-1969
Hans van der Sanden	Albinonistraat 135	5283 KL Boxtel	10-06-1948
Joke van der Sanden	Albinonistraat 135	5283 KL Boxtel	07-06-1952

Opzeggingen:

Gitta Hooegeven uit Reusel; Martha de Heus uit Buren; Truus Pijnappels van de Camp uit Sint Michielgestel; Gerard en Toos Kuijpers uit Eindhoven.



ONZE JARIGEN

De volgende personen willen wij feliciteren met hun verjaardag. Wij hopen dat zij deze dag in goede gezondheid kunnen vieren.

Januari			Februari		
15	Mari Hak	St.-Oedenrode	1	Martin Rijkers	Gemonde
16	Jan van Loon	Tilburg		Rien de Vos	Bennekom
	Regina Martens-de Kok	Rijsbergen		Mieke van Eert-Brouwers	Heeze
17	Nellie Leijssen	Eindhoven	2	Winnifred van den Boom	Eindhoven
18	Bertie Mennen	Heteren		Bram Stelling	Eindhoven
19	Alie van Os	Erp		Pierre Emans	Weert
	Wil Wijnants	Nuenen	3	Ron Timmermans	Veghel
	Andre Loos	Lelystad	4	Marijke Duijvesteijn	's Gravenzande
20	Wim Suiskens	Den Bosch		Dick Jacobs	St.-Michielsgestel
	Leo van der Heijden	Veghel		Nelly van Veghel	Veghel
21	Willy Reefs	Eindhoven	6	H. van der Donckt	Uden
	Dini van Asten	Son	7	Betsie van Mil	St.-Oedenrode
23	Arie de Jong	Berlicum		Toos Geerts-v/d Wiel	Eindhoven
	Henk Spaan	Beek en Donk	8	Gijsje van Boxel	Haaren
	Mirjam Kies	Eindhoven		Joop Wesseling	Berlicum
24	Ronald Menting	Eindhoven	9	Willem de Vries	Veldhoven
26	Riet Wassenberg-Derks	Boekel		Frans Joosen	Best
	Peter van Erp	St.-Oedenrode		Jack van Dongen	Best
27	Gertie Broers	Budel	10	Ria van Breda	Haren N.B.
	Bert Bosman	Valkenswaard		Henk Vink	Schelluinen
28	Michel van Krimpen	Maarssen	11	Jan Cortenbach	Almere Buiten
	Jan Legius	Veldhoven		Paul Franken	Heeze
	Toos Snoeijen-Verbeek	Heeze	13	Berrie Nijmens	Deurne
30	Reinout Raymakers	Oss		Kor Zijlmans	Kaatsheuvel
	Antoon Asveld	St.-Oedenrode	15	Piet Royakkers	Nuenen
	Bep van der Voort-van der Vooren	Uden		Toon van Wordragen	Weert
31	Bert van Hoef	Vierpolders			
	Hein Dirx	Bladel			

Lopen in de wind....

Jouw lopen door hël licht, in strakke wind
is als een onaanraakbaar zweven,
voorbij aan alle grens, aan tijd ontheven;
de levensvreugde van een lentekind.

Zo koninklijk het hoofd geheven.
Tussen die muren van hël stralend licht
dat vlammen van je haren; zo lopen richt
een monument op voor de oerkracht van het leven

Johan.

INITIATIEFGROEPEN:

WANDELEN OP DINSDAG

Een groepje enthousiaste wandelaars heeft het onderstaande programma bedacht.

Mocht je ook eens zin hebben om mee te wandelen op dinsdag, dan is hier wat informatie.

We starten om 10.00 uur in de morgen, meestal met ± 30 mensen. We vertrekken vanuit een café dat dikwijls speciaal voor ons opengaat. Vaak zijn we om ± 15.30 uur weer terug en wordt er samen met de liefhebbers nog wat nagepraat en wat gedronken.

We blijven als groep bij elkaar en onderweg ontstaan er vaak leuke of interessante gesprekken. Er zijn altijd twee mensen die de wandelroute verzorgen. Eén van hen loopt voorop en de andere achteraan met de routebeschrijving.

Soms hebben we rond de middag een pleisterplaats. Zo niet, dan eten we het meegebrachte lunchpakketje op aan de rand van een ven of midden in het bos.

Als we onderweg iets tegenkomen waar we bij stil kunnen staan b.v. een kapelletje, een molen, een pas geboren veulen, een vogelkijkhut of een mooi uitzichtpunt dan doen we dat. Onze wandelingen zijn meestal rond de 20 km lang.

Aanmelden of afmelden hoeft niet. Kosten zijn er niet aan verbonden, behalve de evt. consumpties. Wil je graag eens mee-lopen, zorg dan dat je op tijd bij het vertrekpunt bent. Tot ziens en veel wandelplezier.

Meer informatie? Truus van Vessem tel. 040-2110413 of Jos Scheepers tel. 0495-535848

Winterprogramma 2004 Wandelen op dinsdag

Datum	Route	Startpunt	Plaats
20-jan	Bikkelsroute	NS Stationsplein	Deurne
3-feb	Bos en vennentocht	Hut van Mie Pils, Leenderweg 1 (in het bos)	Aalst-Waalre
17-feb	Luchense Heide	Restaurant "de TV toren", Geldropseweg 28	Mierlo
2-mrt	de Weerterbergen	Bung.park "de Weerterbergen", Trancheeweg 7	Weert
16-mrt	Lanschotrout	Café "de Toverstaf", Andreasstraat 10	Oostelbeers
30-mrt	Door de Witrijt	Café "de Koperen Teut", Postelseheideweg 6	Luyksgestel
13-apr	Kanaal en Duinenroute	"De Rustende Jager", Oude Bossche baan 11	Biezenmortel
27-apr	Dommeltocht	Café "de Oude Ketting", Bosscheweg 74	Boxtel

De Broekentocht, dinsdag 25 november 2003

Door: Kees van Vessem

Wie van de dames wandelt er tegenwoordig nog in rok? Het is lang geleden dat ik deelneemsters aan een wandeling in rok gekleed ben tegengekomen. Of ze nog bestaan betwijfel ik net zo zeer als het feit dat deze "Broekentocht" aan zijn naam is gekomen bij gebrek aan ruisende rokken.

Een "broek" is ook een moerasachtig drassig stuk grond en startplaats Den Bosch lag er vroeger middenin, vandaar.

Direct na de start bij het station zien we het symbool van de stad, een vergulde moerasdraak. Onbenaderbaar en onverslaanbaar totdat Frederik Hendrik met behulp van de waterbouwkundige Leeghwater in 1629 de loop van de Dommel en de Aa liet verleggen, het moeras droog viel en de stad ingenomen kon worden.

Even later glijden we over een talud naar beneden, de Dieze langs. Liever modder dan asfalt, trouw aan de OLAT-filosofie, óók in de stad.

We wandelen over de wallen (voor de goede lezer: *ves-*



tingwallen) naar de Bossche Broek, normaal een domein van allerlei soorten ganzen, maar nu opvallend stil. Terugblikkend zien we het silhouet van Den Bosch afsteken tegen de grijze lucht. Via de oever van de Dommel en over een boerderijf, waar de tijd stilgestaan lijkt te

Wandelmijlpaal voor Rolf Craanen

Op zondag 28 december maakte Rolf Craanen zijn 100.000 wandelkilometers vol. Tijdens de Euraudaxwandeling te Renswoude, juist op het moment dat Rolf, voor zijn tweede rust, de deurklink vastpakte van Restaurant 'Mona's Eetgelegenheden' bereikte hij zijn mijlpaal. Rolf leefde de laatste maanden bewust naar dit moment toe, vandaar dat hij zijn wandelingen ook 'doseerde' om zo na 18 km wandelen het heugelijke moment te beleven.

Wandelsportvereniging OLAT wenst Rolf van harte geluk met deze indrukwekkende prestatie.

hebben, lopen we over een dijkje van het Sterrenbosch door naar de Patersberg, waar we weer op een dijk belanden. Dat deze dijkjes ook nú nog hun nut bewijzen, leert een bord op de Dooibroek, even buiten de route. In 1995 stond het water hier tijdens de overstroming pakweg anderhalve meter hoog.

Luchtpauze bij kasteel Haanwijk, nu een gespecialiseerde koffie- en theetent. Accommodatie binnen: 15 personen. Buiten onder het afdak is het ondanks de maand november minstens zo gezellig. Wie hier geen plaats vindt, moet maar binnen zitten.

Via het oude gehucht Plein komen we terecht op een stuk van de Dijkenroute, zo genoemd naar de oude keerdijk, die de vruchtbare landerijen van Den Dungen moest beschermen tegen het water van de Maas en de Dommel. Dat dit niet altijd lukte zien we aan de vele - nu idyllische - wielen onderaan de dijk, restanten van oude dijkdoorbraken.

Omdat er bij het station Rosmalen geen gelegenheid is voor een afzakkertje, nemen we dit als voorschot in Poeldonk. Plèkstoelen daar. Nauwelijks van los te scheuren als je nog voor het donker thuis wilt zijn. Maar toch gelukt.

Op naar de Wamberg. Een landgoed met eiken- en beukenlanen, paden, vijvers en bruggetjes. 'n Perfecte locatie voor trouwfoto's. Daarna de Lofaert, ook een landgoed, maar verarmd, zo te zien. We naderen ons einddoel Rosmalen, maar voordat we daar zijn doemt nog een verrassing op; het stuifzandgebied bij Maliskamp. Ingeklemd tussen de rijksweg en een woonwijk ligt het daar heel apart te wezen. Uiteindelijk bereiken we via een omweg het station, de laatste 2 van de 24 kilometer steeds sneller lopend om de trein nog te halen, wat lukte. Overuren voor de eenzame kaartjesautomaat. Later bleken de laatste twee van de 36 wandelaars de trein nog gemist te hebben. Houden we voortaan appèl na afloop?

Hieronder een ode die Rolf schreef aan zijn voeten....

Mijn wandeling van leven.

Voeten, ik heb ze om mij te dragen
Waarheen ik maar wil
Ik hoef het ze niet te vragen
Het gaat vanzelf, vlug en stil
Soms zijn er momenten, dan ben ik o zo moe
Dan staan mijn lieve voeten mij het lopen niet meer toe
Ik ga er dan maar bij zitten en doe ze lekker in bad
Je hoort ze dan genieten in dat volle nat
Na het wassen in dat koele water, stralen zij mij roze toe
En ze voelen lang niet meer zo moe
Voeten, ik heb ze om mij te dragen door het leven heen
Ze zijn sterk en houden mij op de been
Mijn voeten, ze zijn heel kostbaar in mijn leven

Zoveel als ze mij hebben gegeven
Een groot stuk van mijn vrijheid en veel gevoel
Mijn levende voeten, ze begrijpen precies wat ik bedoel
Mijn lieve voeten elke keer maar weer
Soms zijn ze fit, soms doen ze zeer
Nu een 100.000 kilometer aan tochten er op gedaan
M'n voeten zijn mij dankbaar hoe alles is gegaan
We gaan nu feesten samen, links en rechts
Totdat ze samen rusten willen, rechts en links
En daarna verder, want aan de natuur geef ik gehoor
Met de voeten die mij dragen het leven door.

door Rolf.

COMMISSIES

CLUBREIZEN

Aanpassen data clubreizen 2004

Wilt U de data die voor onze clubreizen die foutief in het programmaboekje 2003/2004 staan, als volgt aanpassen:

Zaterdag 06 maart 2004	GR De Kempen	Arendonk – Pov. Domein Retie
Zaterdag 24 april 2004	GR 57	Hotton – La Roche en Ardenne
Zaterdag 19 juni 2004	GR 57	Bonnerue-Houffalize-Gouvy station
Zaterdag 21 augustus 2004	GR 573	Sart Lez Spa – Pepinster
Weekend 25/26 september 2004	Eifel JHB Gerolstein	Mürtenbach-Gerolstein, Gerolstein-Daun
Zaterdag 23 oktober 2004	GR 512	Diest - Houwaart

Reglement Clubreizen OLAT

Inschrijven minimaal een maand van tevoren met vermelding van tocht, aantal personen, opstapplaats en afstand door overmaking van het bedrag op **gironummer 70.68.01 t.n.v. w.s.v. OLAT te Weert**, onder vermelding van: datum clubreis en het aantal personen dat deelneemt en de gewenste opstapplaats.

Prijzen zijn onder voorbehoud.

Kosten dagtocht:	OLAT-leden	€17,50	Kosten weekend:	OLAT-leden	€50,00
	Niet-leden	€21,00		Niet-leden	€60,00

Na-inschrijvers kunnen alleen mee als er plaats vrij is.

Informatie en inschrijfadres: Toon van Wordragen, Juliana van Stolbergstraat 10, 6006 ZM Weert,
☎ 0495-537775 E-mail: toon.van.wordragen@hetnet.nl

CLUBKAMPIOENSCHAP: Stand per 31 december 2003

1	2590	Boetje Huliselan	410	Henk Vink
2	1940	Ernst Westerhoff	410	Hans de Vries
3	1805	Ron Timmermans	410	Wim van Gemert
4	1450	Klaas Bakker	13	400 Sjef Koolen
5	1060	Hanny Klumpkens	14	350 Rolf Craanen
6	575	Ad Martens	15	300 Reny Heymans
7	515	Henk Plasman		300 Servee Derks
8	410	Theo Klanke	17	235 George v/d Boogerd
	410	Hugo Prinsen		

Voor het clubkampioenschap gelden onderstaande tochten:

11 januari 2004	Zaandam	prestatieserie	20 km	de LAT	Tijdschema
23 januari	's Hertogenbosch	Bossche 100	100-(110) km	stichting B100	500 (525)
25 januari	Zaandam	prestatieserie	25 km	de LAT	Tijdschema
01 februari	Rotterdam	5 ^e prest./wedstrijd	10 km	RWV	Tijdschema
13 februari	Horst	Euraudax	100 km	Euraudax Ned.	300 punten
15 februari	Zaandam	prestatieserie	30 km	de LAT	Tijdschema
05 maart	Monnickendam	Euraudax	100 km	Euraudax Ned.	300 punten

Wandelen en Snelwandelen

Door: Ad van Asten

Onder bovenstaande aanhef schreef ik eind september een notitie naar enkele ereleden, het OLAT-bestuur, de commissie LPS, de redactie en Henk Plasman. De reden hiervan was een simpel briefkaartje van een van onze leden. De secretaris haakte eerst persoonlijk en later ook namens het bestuur in op het onderwerp.

De vraag werd gesteld: moeten wij naast het recreatief- en prestatiewandelen in OLAT-Nieuws ook plaats inruimen voor het snelwandelen, dat een onderdeel is van de atletiek.

Duidelijk was in ieder geval dat er bij OLAT, en specifiek in het clubblad, te weinig of helemaal geen aandacht meer was voor het snelwandelgebeuren.

Er zou op de korte termijn iets moeten gebeuren en het bestuur vroeg de commissie om een beleidsplan uit te werken. Vooruitlopend hierop besteedden we al enige aandacht aan het snelwandelen in OLAT-Nieuws, kort weliswaar, maar het item werd weer genoemd. Het bestuur ging bij haar vraagstelling uit namens hoeveel personen OLAT bij de KNAU een sportlicentie heeft aangevraagd en of er voldoende rechtvaardiging bestaat om het snelwandelen met een investering in menskracht, aansporing en geld blijvend te stimuleren.

Een opdracht waarop niet meteen een kant en klaar antwoord te geven is.

OLAT heeft een rijk snelwandel verleden, maar om daarop een visie voor de toekomst te bouwen is niet mogelijk; het antwoord zal daarom gebaseerd moeten zijn op de wil en inzet van bestuur, commissie en leden om het snelwandelen bij OLAT mee te gaan ondersteunen.

OLAT heeft momenteel 14 licentiehouders bij de KNAU, waarvan slechts enkele leden op dit moment ook daadwerkelijk het snelwandelen beoefenen. Naast deze licentiehouders heeft OLAT een aantal leden die wel snelwandelen, maar die dat om praktische redenen niet doen onder de OLAT-vlag.

Begin november werd van gedachten gewisseld om het snelwandelen bij OLAT weer enigszins in de schijnwerper te plaatsen en daarmee een nieuwe basis te creëren voor een actieve snelwandelsport waarbinnen onze vereniging zich laat gelden. Een goede investering hiervoor lijkt daarvoor gerechtvaardigd.

De volgende punten verdienen hiervoor onze inzet:

***Het clubblad:** publicatie snelwandelagenda en prestatietochten; publicatie van uitslagen; wedstrijdverslagen.

Een beknopte rubriek is gewenst met items zoals hierboven staan. De uitslagen moeten beperkt blijven, maar een duidelijk beeld geven van de bezetting. Henk Plasman zal algemene informatie verzamelen voor het clubblad en zonodig voor verslaggeving zorgen. Ook Klaas Bakker is genegen om regelmatig een wedstrijdverslag te maken.

***Bredere basis:** er zal contact worden gezocht met atletiekverenigingen in onze omgeving om in een samenwerkingsverband op de korte termijn wedstrijden en op iets langere termijn ook trainingen ter hand te nemen. De wedstrijden beogen een algemene competitie op de korte afstand van 5 km en maximaal 10 km

De clubs die in eerste instantie benaderd zullen worden zijn: Gen Michaëlis in Best, PSV in Eindhoven en AV Weert. Hoofdzakelijk wordt naar deze 3 clubs gekeken omdat zij het snelwandelen ook daadwerkelijk kennen.

***Eigen inzet:** OLAT zal het snelwandelen ook blijvend bevorderen door het organiseren van een wedstrijd- / prestatietocht te Olland met afstanden van 5-20-(30)-35 en 50 km. Uiteindelijk zullen hiervoor goede afspraken en inzet van voldoende menskracht de basis voor het succes moeten zijn.

***Int. Wandelevenement:** in navolging van RWV zal OLAT het Internationale Wandelweekend in de oneven jaren voorlopig gaan organiseren in het Pinksterweekend van zaterdag op zondag, dit voor het eerst in 2005.

Om deel te mogen nemen aan snelwandellevensmomenten, zowel in Nederland als in het buitenland, moet de deelnemer in het bezit zijn van een geldige sportlicentie in Nederland uitgegeven door de KNAU waarbij wsv OLAT is aangesloten.

Belangstellenden voor een snelwandellicentie via OLAT kunnen daarvoor contact opnemen met:

Mariet Ahlers, 📞 mobiel: 06-24175221

Hulstbosakker 47, 5625 VS Eindhoven.

Snelwandelagenda (uit de RWV-bode) 2004

25 januari	Zaandam	de LAT	Baanwedstrijd. Vincent van Goghweg. 1 ^e start 12.00 uur. 1 t.m.10 km
01 februari	Rotterdam	RWV	5 ^E Wedstrijd winterserie. Melden voor 10.45 uur kantine Langepad
21 februari	Gent	KNAU	Ned. Kamp. 5 km indoor. Aanmelden z.s.m. via Mariet Ahlers
22 februari	Zaandam	Zaanl.	N.K. indoor jun. en senioren. Inschr. Voor 1 febr. via Mariet Ahlers
07 maart	Rotterdam	RWV	6 ^E Wedstrijd winterserie. Melden voor 10.45 uur kantine Langepad
14 maart	Olland	OLAT	Wegwedstrijden: 50 km €10; 35 (30) km €9; start: 10.30 uur precies 20 km €8; start: 13.30 uur precies 5 km €3,50; start 11.45 uur precies

Melden minimaal een half uur voor de start: OC De Holm, Past. Smitsstraat 40, Olland, gemeente St.-Oedenrode.

Inschrijven voor 1 maart 2004, met 25% korting op gironr 1775156 t.n.v. Penningmeester OLAT. OLAT-leden mits als zodanig herkenbaar tijdens wedstrijd genieten 50% korting.

Oranje-feest

Door: margriet fischer

Onze nieuwe prinses is pas 16 uur oud als ik de deur uit ga voor de wandeling Veluwezoom.

Dit wordt weer zo'n dag met een gouden randje: een wolkeloos blauwe lucht, windstil, een laagstaande zon en rijp op de grond. Mijn wandelschoenen maken mij al vroeg wakker met hun gestommel in de kast. Alsof ze zeggen: sta op, slaapkop!!

Als mijn trein Dieren binnenrolt ben ik weer geheel op de hoogte van alle Oranje-nieuwtjes dankzij de Spits. Nadat ik de (voor mij gratis) routebeschrijving heb opgehaald, verlaat ik weldra de stad in de richting van de Carolinaberg, waar 14 paden samenkomen, fascinerend!

Deze berg is genoemd naar de dochter van stadhouder Willem IV. Via de Lange Juffer kom ik bij Nationaal park Veluwezoom, waar de Schotse hooglanders grazen.

De Carolinahoeve is gesloten maar de banken op het terras nodigen uit tot het nuttigen van meegebrachte boterhammen en koffie.

Daarna volg ik de Koningsweg waarlangs koninklijke beuken zich aaneenscharen om mijn pad te verfraaien. Deze weg is aangelegd door Willem III als verbinding tussen zijn jachthuizen. Pittig stijgend en dalend over deze prachtige weg loop ik door de Onzalige bossen. Aan het eind ervan kom ik op het Maarten van Rossumpad (LAW 4 van Den Bosch naar Ommen 315km.) In de ijstijd heeft het hier flink gerommeld.

Het landschap verandert nu: heide en dennenbossen, zandgrond met aarden wallen.



Kijk, daar komt onze koningin aangefietst met wapperende rokken, ze heeft zojuist het moderne paviljoen op de Posbank verlaten. Vlakbij staat een stenen bank die is genoemd naar G.A.Pos, ooit directeur van de ANWB die blijkens de uitgebeitelde tekst de natuur naar de mensen bracht. Of andersom? Het is in ieder geval een schitterend uitzichtpunt en een wirwar van paden komt hier samen. Tijdens de afdaling krijg ik een folder in handen gedrukt over sneeuwwandelen.

www.lopendvuurtje.tk Het doet me denken aan Theo, die onder het wandelen ook argeloze

sportief uitzijnde wandelaars overvalt met reclamefolders van OLAT die daarvoor speciaal in een van zijn zakken zitten.

Even verderop loopt een schaapskudde met een herderin, drie honden en een geit.

Tijdens de klim naar de Zijperberg word ik afgeleid door een boom vol met mezen van allerlei soorten. Staart, kuif, pimpel en koolmezen zijn de soorten die ik ken.

Aan de achterkant van de berg zit een specht te kloppen. Kan iemand mij vertellen waarom een specht soms klinkt als een mitrailleur, en een andere keer als een luie timmerman? Ik snap er niks van.

De laatste kilometers gaan door waterrijk gebied met vijvers, watervallen, watermolens, beken en bruggetjes. Dit gebied staat weer vol met beuken die op zonnige hellingen voor een mooi landschap zorgen. Veel te snel komen de huizen van Velp in zicht, maar tijdens de treinreis naar huis kan ik nog wel van een stralende oranje zonsondergang genieten.



Winterwandeling in grauwe verlatenheid

Door: Ad van Asten

Voor Sinterklaaszondag heeft OLAT voor ons een wandeltocht bedacht vanuit het gastvrije Leeuwke in Nijnsel. Ik moest de reis daar naartoe per fiets overbruggen en dat vergt geen echte inspanning omdat we bijna burens van elkaar zijn. Hoe anders zou het op de terugweg gaan!

Onderweg word ik voorbij gereden door wandelmaat Piet met zijn boekenwinkeltje en Francien. Pijsnel verdwijnen zijn achterlichten in de verte, hij heeft me geen seintje gegeven en dus ook niet herkend. Ik moet daarom doortrappen om gelijktijdig met hem te kunnen starten. De vroege meute is al weg als ik aankom.

Bij het inschrijven is het even wennen, nu Dini er niet is. Ik zeg: één OLAT tegen Jos, maar die goeie man weet niet eens dat daar een kaartje van 40 tegenover staat. Dan nog even 'discussiëren' met Marinus, over een paar lopende zaken, en weg kunnen we.

Via een buitenwijk van Nijnsel gaan we naar het open veld. Het weer is donkergrijs, maar nog droog.

Vreemd om even later op een 'echt' wandelpad terecht te komen. We moeten via een opstapje een weiland in zien te komen om het dan na ongeveer 300 meter weer via een ander opstapje te verlaten. Zoiets 'unieks' hebben we hier in het Brabantse nog niet eerder aangetroffen. Dat Rooi zorgt toch wel goed voor zijn bevolking, moeten wij als thuisbasis in ere zien te houden!

Midden in het veld staat daar opeens een soort circustent, waarvan mij pas de dag erna de reden duidelijk is. De Bisschop heeft daar gisteren de nieuwe Martinuskapel ingezegend, een geschenk van organisaties en sponsors aan de gemeenschap.

Even daarna wandelen we door 'een bussel', de paden zijn er heuvelachtig en er ligt een duister bosven achter kreupelhout. Dit is het natuurmonument Moerkuilen, dat zeker bekend is bij de wandelaars die het Vennekespad hebben gewandeld.

Amper 5,5 km van huis komen we bij de eerste wagenrust. Het is er tamelijk druk en het aanbod is ruim voldoende voor een goed ontbijt; en alles is hier immers bij het inschrijfgeld inbegrepen! Ik probeer nog een foto te maken, maar Toos wil steeds in beeld! Bij een gezellige drukte wil je graag blijven, maar er zijn nog veel kilometertjes te gaan.

Het zal vandaag ook niet echt licht worden, zeker niet in de bossen rond Vresel. Stilaan is het ook gaan regenen en er hangt een grauwsluijer over de natuur. Het mobilisatiecomplex ligt er verlaten bij, alleen lichte voertuigen staan rijndik en keurig in het gelid, een bewijs dat het zaakje nog in bedrijf is! Het enige teken dat er naast wandelaars op deze morgen ook nog andere personen uit hun bed zijn gekomen, is een viertal Poolse auto's die ons passeren en waarschijnlijk voor 'een heitje' op weg zijn naar karweitje.

In Mariahout zorgt een buurman voor wat overlast, hij is bezig met het ophangen van een schilderijtje en gebruikt zo te horen een klopper. Onze rust is echter gewaarborgd in zaal 'De Vijfeijken', een voormalig pelgrimscafé naast de Mariagrot, die helemaal vernieuwd is en thans een indrukwekkende uitstraling heeft.



Leest u even mee!

Feest: op 30 oktober werd in Leiden de LAW3-3 Marskramerpad officieel geopend. De vicevoorzitter van het Wandelplatform Kramer en gedeputeerden van de provincies Zuid-Holland en Utrecht L. van der Sar en J. van Bergen spraken hierbij mooie woorden, maar een feit is dat met deze opening waarschijnlijk ook de allerlaatste schakel in het landelijk rood-witte padennetwerk is gerealiseerd. Wel zullen nog geelrode 'themapaden' worden ontworpen. Dit derde deel is een vervolg op de delen 3-1 Oldenzaal-Deventer; 3-2 Deventer-Amersfoort en completeert nu de route tot Den Haag. Het laatste deel van het Marskramerpad is 120 km lang en kenmerkt zich door een grote landschappelijke variëteit.



Van asbest naar asfalt is opnieuw vervuiling:

De asfaltering van zandwegen en onverharde paden op de Noord-Veluwe moet gestopt worden. Het is volstrekt oneigenlijk dat wegen met asbestvervuiling geasfalteerd worden, als 'extra zekerheid' na het verwijderen van de vervuilde toplaag. Beter zou het zijn een nieuwe zandlaag aan te brengen of desnoods een in het landschap passende vorm van halfverharding toe te passen.

Hiermee wijst het Wandelplatform-LAW de asfaltering van vervuilde paden rond Harderwijk op de Veluwe af.

Het Wandelplatform is een koepel van dertien organisaties die, naast het ontwikkelen van een netwerk van wandelroutes, zich sterk maakt voor de belangen van wandelend Nederland.

Aldus een persbericht uitgegeven op 25 november door het Wandelplatform LAW.



We nemen hier ruimschoots de tijd voor een kopje koffie. Frans is hier gastcontroleur en hij is er maar wat trots op dat zijn vrouw vorige maand het boomklimkampioenschap won. Glunderend als een pauw wandelt Toos nog een eind met ons op, tot de wegen van de 30 en de 40 uit elkaar gaan.

Wij wandelen verder door een

kaal landschap, nu niet duidelijk herkenbaar meer als landbouw- of veeteeltgebied. Een 'veld' van vele hectaren groot is zo secuur platgewalst alsof er binnenkort clubschuifwedstrijden voor naaktslakkige zullen plaatsvinden. Toch zijn er ook aardige plekjes zoals een beukenlaan die zomaar ineens uit het niets tevoorschijn komt.

In dit gebied verwacht je ook een sloot, en alsof Ad Verbakel het geraden heeft; hij regelt zijn parkoers hier zo, dat het direct aansluit op de loop van de Biezenloop.

Omgeven door de Boerdonkse Kampen en het Lijnt ligt daar ergens een reservaat verscholen. Het Geregt is een mengelmoes van loofbos en grove den. Het gebied is een dikke eeuw geleden aangelegd op een heideveld. Modern ecologisch denken, aan het eind van de vorige eeuw, heeft de Zuid-Willemsvaart ter plaatse benut om samen met een kilometerslange strook bos te fungeren als verbindingszone. De buizerd en specht gebruiken het gebied als broedzone!

Na 20 kilometer wandelen treffen we een knusse partytent, waarin Lenij en Parcifal ons dorstige gemoed met 'iets' warm proberen op te beuren.

We zijn op de helft van de tocht, en de miezerregen is inmiddels ver-



Nordic Walking 1: Een snel aan populariteit winnende vorm van wandelen. Je hebt er wel 2 speciale inschuifbare skistokken met een anti shock systeem voor nodig, dus naast je benen gebruik je ook je armen bij het voortbewegen. Iemand heeft de spieren geteld die je na het eerste uurtje oefenen voelt, het schijnen er 600 te zijn. De belasting van gewrichten schijnt bovendien erg mee te vallen, maar het belangrijkste, en waarschijnlijk ook een reden voor het succes is, je gebruikt 46% meer energie dan bij het 'gewone' flink doorwandelen.

Wandelreisorganisaties geven graag advies, en bij buitensportzaken kun je ook meteen de attributen die je ervoor nodig hebt inslaan.

Nederlanders moeten meer bewegen: Volgens de Nederlandse Norm voor Gezond Bewegen moeten wij minstens vijf dagen in de week een half uur overwogen bewegen. Zelfs de meeste sporters, die een keer per week 'aan sport doen' halen dit niet. Het Instituut voor Sport en Bewegen van het ministerie van VWS voert campagne om ons allemaal in beweging te krijgen. Het ligt niet in de bedoeling om ons meer aan sport te laten doen, maar vooral om ons aan te sporen dagelijks die dingen te doen waarbij het nodig is om je in beweging te zetten. En dan volgen een rijtje mogelijkheden: de fiets pakken, ramen lappen en 'ja hoor' een stevige wandeling met de hond. De campagne heet FLASH (fietsen-lopen-actiemomenten-sporten-huishoudelijke klussen) en duurt tot 1 maart. Zie je het ook zitten, surf dan naar www.flash123.nl

Blotevoetenpad: In Duitsland waren ze al lang bekend: de blotevoetenpaden. Nu heeft Nederland er ook één en wel op de grens tussen Groningen en Friesland, bij Opende. Het paadje is 2 km lang en men kan er op wandelen met of zonder schoenen. Vooral op kinderen heeft het wandelen op blote voeten een 'avontuurlijke invloed'. Men vindt het pad aan de Kale Weg in Opende. Wees erop voorbereid dat het er druk is en dat het soms tot filewandelen komt! Bij Lutjegat is een nieuw blotevoetenpad in de maak dat circa 5 km lang wordt. Heb je belangstelling, kijk dan op www.blotevoetenpad.nl

anderd in gewone regen. Na nog een eindje door een bos dolen, wandelen we weer door het kenmerkende open gebied bij Donkersvoort gelegen tussen de dorpen Lieshout en Mariahout. Na enkele kilometers en een lange sloot komen we weer samen op het parkoers van de 30 km.

Ad weet hier elk busseltje te vinden en je zou haast gaan denken dat het vandaag weer een 'boswandeling' betreft.

Even komen we terug in de 'bewoonde wereld' om bij 'Vogelshof' gastvrij te worden ontvangen. Het is een boerderij met een nieuwe recreatieve functie. 'ANDERS GENIETEN OP HET BRABANTSE PLATTELAND', luidt de slogan op het visitekaartje. Op afspraak kan men hier sfeervol logeren. Tevens is het een rustpunt voor wandelgroepen en fietsers. Informatie voor afspraken en over de accommodatie is te vinden op: www.vogelshof.nl

Wij worden gastvrij ontvangen door 'de boerin', en voor één euro is er koffie met krentenbrood en verpozen wij daar bij een heerlijk knappend vuurtje in de kachel. Je waant je er thuis als op een regenachtige grauwe zondagmiddag. Jan van der Zanden is daar 'onze wandelhost', en geloof maar dat zijn vertelsels aanslaan!

Bij ons afscheid poseren 'boer en boerin' nog even voor de journalist van de

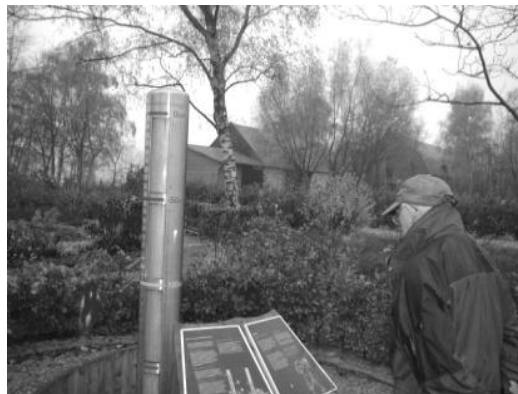


wandelclub. Om er nog eens terug te gaan! Nooit eerder van gehoord, maar nu treffen we al voor de tweede opeenvolgende keer het fenomeen: 'grondwaterstandmeter' in ons clubboekje. Bij deze boerderij staat er een in de tuin, de vorige zagen de wandelaars op het troubadourpad bij Oisterwijk.

We hebben ruim 28 km afgelegd als wij bij een roestvrijstalen ketting een slootkant mogen betreden. Het is een heerlijke schuifpartij! Dan naderen we het Broek, een waterwingebied tussen Lieshout en Breugel, waar inderdaad zoals in het voorberichtje stond, een overdadige rust heerst. Het bosgebied is er 'ongerept', op die enkele putdeksels na. In het voorjaar en de zomer is het hier waarschijnlijk één vogelparadijs.

Onopvallend sluit het waterwingebied aan op het nieuwe natuurgebied van Staatsbosbeheer. Dit voormalige landbouwgebied heet nu natuurreservaat De Mosbulten en is daar aangelegd ter compensatie van 'de kap' in het bos westelijk van Son t.b.v. de nieuwe A50. Aan de waterstand is duidelijk te zien dat de natuur nog veel water tekort komt vanwege de afgelopen droge zomer, maar dat ze dat juist vandaag moeten aanvullen is wel een beetje jammer!

Omdat ik hierboven ons tweelingdorp al noemde, weet u dat we inmiddels in onze eigen omgeving aan het rondwalen zijn. Stilaan gaan we richting het Vresselsbos. Op een zeker punt komt de route van de 15 en de 20 km er ook weer bij en op dit late donkere uur zijn daarop nog wandelaars bezig met het



Nordic Walking versus

sportief wandelen 2

Natuurlijk vraagt Nordic Walking meer inspanning dan alleen maar wandelen in een stevig tempo. Je gebruikt niet alleen je benen, maar ook je armen en rug. En dat maakt verschil: bij Nordic Walking verbrandt je lichaam al gauw 400 kcal per uur, tegen 280 kcal bij sportief wandelen. De polsslag is ruim 10% sneller, zo hebben wetenschappers al eens becijferd.

Maar het belangrijkste verschil is wel dat Nordic Walking geroemd wordt om zijn weldadige effect op nek, schouder en bovenrug. Dat is niet verwonderlijk: de constante beweging van de armen zorgt voor betere doorbloeding en sterkere spieren. Zo zijn al veel beoefenaars van chronische klachten, waaronder RSI, afgekomen. Het is natuurlijk wel verstandig om eerst met je huisarts te overleggen, voordat je gelijk wandelstokken aanschaft.

Andere delen van het lichaam hebben er eveneens baat bij: wandelen met stokken is ook minder belastend voor de knieën. Veel Nordic Walkers waren vroeger hardlopers, maar zijn daarmee gestopt wegens hardnekkige blessures. In vergelijking met hardlopen kun je Nordic Walking tot op hogere leeftijd volhouden.

Tot zover de vele pluspunten. Zijn er dan helemaal geen nadelen te noemen? Twee minpuntjes kun je zelf raden. Nordic Walking is duidelijk inspannender dan gewoon wandelen. Mensen zonder wandelervaring zullen daarom een extra hoge drempel moeten nemen. Wie het zekere voor het onzekere wilt nemen, begint eerst met recreatief wandelen.

Voor sommigen is er daarnaast misschien ook een sociale drempel. In Nederland zijn we het straatbeeld van langlaufers zonder ski's immers nog helemaal niet gewend. Je zult dus ongetwijfeld worden nagekeken.

www.tweevoeter.nl

'volbrengen' van hun tocht.

De soep staat klaar als we op de laatste post arriveren. Er heerst een gezellige sfeer en niets wijst erop dat 'de crew' zich vandaag verveeld zal hebben. Ook onze meeschrijver Peter is hier juist gearriveerd en we beloven elkaar binnen de kortste keren aan de finish weer te treffen. Willem heeft zich 'herkenbaar' verkleed en Aad lurkt nog eens aan zijn 'laatste' peukje!!! Verzorgers, als altijd ook nu weer onze hartelijk dank voor deze mooie ondersteuning.

Een nieuwe wandelbrug over de Dommel, stond in de annonce, en warempel ze ligt er. Deze aanwinst is voor de recreatieve wandelaar een geweldige mogelijkheid om de prachtige Dommelbeemden te 'betreden'. Voordat de duisternis definitief invalt bereiken we 't Leeuwke. Aan de afmeldingtafel zijn ze enthousiast, het was een leuke, drukke dag. En ook wij genoten op onze manier van een heerlijke wandeling, ondanks alle grauweheid van deze dag. Voor de statistiek, er waren 897 deelnemers.

Enige tijd later verdwaal ik nog met mijn fietsje in mijn eigen achtertuin, op dat moment natte, donkere en enge 'Sonse Bergen'. Tot volgende keer.

Constant aan de wandel

Op basis van verslagen van Constant Dedel

Winterserietocht WS'78 te Delft

Op zaterdag 22 november 2003 organiseerde WS'78 een wandeltocht vanuit buurthuis De Wending te Delft. Als altijd kon men starten tussen 9.00 en 10.00 uur. Al gauw passeerden we via een tunnel het NS-station Delft. In het centrum van Delft wandelden we langs grachten, waaraan diverse pittoreske huizen liggen met prachtige historische gevels.

Daarna kwamen we in de wijk waar de gebouwen van de Technische Universiteit zijn gelegen. Wij konden hier een diversiteit aan gebouwen onderscheiden. Nadat we het Universiteitsterrein hadden verlaten, staken we de Schie over. Aan de overkant van de rivier gingen we met een trapje naar beneden en vervolgden de route in zuidelijke richting langs het water tot bij een vuiloverslagbedrijf.

In het Abtswoudse Bos benutten we de fietspaden om bij de Mandjeskade te komen. Dit bos werd hier aangelegd als een bufferzone binnen de Randstad. Pas sinds een half jaar is het ontsloten door het aanleggen van een spoortunneltje, bruggen en fietspaden. Vervolgens wandelden we onder andere over het Broertjespad naar de rand van Schiedam, waar aan de Woudweg de soeppost was.

Na de verzorging volgden we kronkelige graspaden, die waren aangeduid met linten. Zodoende kwamen we in Vlaardingen terecht. Daar wandelden we onder meer door winkelcentrum De Loper. Een brug over de Vlaardingervaart hielp ons op weg om in de Broekpolder te komen. Deze polder was eens een open weidegebied, die werd bestemd voor woningbouw. Nadat de polder was opgehoogd met havenslib, tot vijf meter boven de omgeving, was het gebied bouwrijp. De woonwijk is er echter nooit gekomen en zo blijft de Broekpolder een uniek natuurgebied.

Na de Broekpolder gingen we door de Vlietlanden - één van de weinige laagveengebieden in ons land - en door de Aalkeetbuitenpolder - een aan de natuur teruggegeven polderland - waar veel weidevogels voorkomen.

Door de Foppenpolder en de Middelvliet wandelden we vervolgens naar Maassluis, waar in de kantine van voetbalclub 'van der Lely' een horecarust was. Nadat we, na deze rustpauze, via een brug de Boonervliet waren overgestoken en door een recreatiegebied in de Aalkeetbuitenpolder teruggekeerd waren in de Broekpolder, bereikten we uiteindelijk de kantine van roeivereniging Natsec te Vlaardingen, waar voor ons een koffie/theepost was geregeld.

Na de verzorging moesten we een zeer lang traject volgen over het trekkpad langs de Vlaardingervaart. Onderweg passeerden we het Zouteveense en Ho-

Pelgrimspad Market-Garden: We lazzen er al over in OLAT-Nieuwsbrief, en er verscheen zelfs een Nieuwsbrief, dus we zijn al volop bijgepraat over het nieuwe OLAT-wandelpad Market Garden dat in september wordt geopend. Maar er zijn nog meer paden die bij ons de bevrijding van 60 jaar geleden in herinnering willen roepen. Geert Bakker, LAW-coördinator bij de ANWB, heeft een reeks wandelingen ontwikkeld die de 'slagvelden van de operatie Market-Garden' betreden. Het Pelgrimspad Market-Garden zal uiteindelijk bestaan uit diverse themawandelingen die elk een deel van het slagveld behandelen. De eerste wandeling is compleet en is te vinden op de site van de Tweevoeter onder de naam: Oosterbeekroute. De tweede route verschijnt in het voorjaar. In de loop van de tijd volgen dan nog drie thema's en zal er een ellipsvormig pelgrimspad liggen in de regio Ede-Renkum-Arnhem.
www.tweevoeter.nl



De Grensverkenner
Ze zijn nieuwsgierig wat ze nog prettig vinden en wat niet meer, en daarom gaan de grensverkenners graag in exotische buitenlanden wandelen. Daar komen tenminste giftige spinnen en slangen voor, of chagrijnige wilde beren en andere enge beesten die je in Nederland niet hebt. En daar kun je dan zomaar je tent tussen opzetten! Ook zoeken ze graag extreme weersomstandigheden op, want hoe zou je reageren als je ergens rond de evenaar zonder water komt te zitten, of als je je slaapzak niet meer droog krijgt, of er vriest een teen of zelfs een hele voet af? Spannend!
De Volkskrant mei 2003.



lierhoekse Poldegemaal en hadden mooie vergezichten over de Vlietlanden en de Zouteveense Polder.

Voordat we in Schipluiden kwamen, passeerden we een trambrug uit 1912, van de Westlandse Stoomtramweg Maatschappij. Vanuit Delft kon men destijds met de stoomtram via Schipluiden naar Maassluis en de Lier reizen. Na 1925 werd deze spoorverbinding alleen nog maar voor goederenvervoer gebruikt. De 60 meter lange brug werd tot 1968 gebruikt en is nu, als fietsbrug, een monument.

Nadat we via de tramburg waren overgestoken en de Korpershoek achter ons hadden gelaten kwamen we bij de kade van de Gaag. Over deze rivier liggen veel bruggen en we kregen mooie vergezichten op de daar in de buurt liggende dorpen. We volgden de Gaag een flink eind en gingen daarna over de Tramkade naar Den Hoorn, waar we bij een hoveniersbedrijf fruit kregen aangeboden. We gingen nog verder naar het noorden en kwamen tenslotte over de Hoornsekade en Buitenwatersloot bij de finish van deze wandeling. Het was een afwisselende wandeltocht, met redelijk weer en 366 deelnemers.

Winterserietocht WS'78 te Ravenstein

Op zaterdag 13 december gingen de WS-wandelaars op stap vanuit de voetbalkantine in Ravenstein. Constant startte met alle anderen omstreeks 9.00 uur. Al vlug werden de wandelaars de Herpse bossen ingestuurd. Deze bossen maken deel uit van het Herperduin, een natuurgebied dat 450 hectare beslaat met naald- en loofhout, heidevennen, heuvels en zandverstuivingen. Een mooi herkenningspunt was een uitkijktoren van 22 meter hoog.

In Oss, de gemeente waartoe sinds januari Ravenstein toe behoort, was bij een boerderij een soeppost ingericht.. Na deze verzorging wandelden we door de Osse Hei, met hier en daar een zandvlakte. We kwamen ook in de buurt van Vorstengrafdonk. Dat is een voormalig woonwagenkamp waar nu een industriegebied wordt gerealiseerd. Men is van plan om de daar gevonden grafheuvel te reconstrueren.

Op weg naar Heesch genoten we ondanks de gestage regen van het vergezicht. Buiten het dorp werd 'Eeterij 't Bomenpark' aangedaan voor de grote rust. Na de rust liepen we over paden langs een bomenpark, waar diverse soorten bomen 'kunstmatig' zijn geplant. Ze gedijen prima en stralen rust en balans uit, aldus de constatering van Constant ter plekke.

Daarna werd een bezoek gebracht aan natuurgebied De Hooge Vorsel, dat ligt op het noordelijkste puntje van de Peelhorst op een breuklijn in de aardkorst, die van Roermond over Utrecht en Alkmaar naar Groot-Brittannië loopt.

Bij Nistelrode kwamen we in het bosgebied waar in de Tweede Wereldoorlog een vliegveld lag. Het bos is nu een onderdeel van het uitgestrekte natuurgebied De Maashorst. Bij een boerderij in Schaijk had de organisatie een koffie- en theestandje voor ons opgetrokken.

Nogmaals keerden we terug in het Herperduin om daar de heuveltjes te nemen

Schoenen passen:
Het spreekt vanzelf dat je schoenen altijd moet passen.

Twee tips:

- *Neem je wandelsokken mee naar de winkel als je wandelschoenen gaat kopen. Daarmee voorkom je dat de schoenen tijdens het wandelen veel groter of kleiner uitvallen dan in de winkel.*
- *Koop je schoenen op een doordeweekse dag. Dan heeft het personeel mee tijd voor je.*

Pas in de winkel zoveel mogelijk schoenen. Loop er een stukje mee. Veel buitensportwinkels hebben speciale hellinkjes, zodat je kunt voelen hoe je schoenen bergop of bergaf zitten.

Wat niet acceptabel is: een schoen mag bij het lopen nooit knellen of pijn doen. Koop schoenen nooit te klein. Zorg ervoor dat je tenen altijd genoeg ruimte hebben, ook als je bergaf loopt. Let ook op de enkels: hebben ze voldoende steun?

Wat wel acceptabel is: de eerste stappen met een nieuwe schoen zullen altijd wat stroef zijn. Pas als je er een paar dagen op gelopen hebt, worden ze soepeler. www.tweevoeter.nl

De Groeier

Ze weten niet meer wat ze moeten doen in het leven, ze zijn zogezegd 'onder constructie', en daarom gaan ze maar wandelen. De groeiers zijn een egocentrisch soort Denkers: ze willen hun hoofd leegmaken zodat er mooie nieuwe gedachten over zichzelf in kunnen, en over de wending die hun leven nu moet nemen. Groeiers met geld te veel nemen soms een 'wandelcoach' mee op hun tochten. Die luistert tegen forse betaling naar hun levensverhaal, en geeft inzichtbrengend commentaar waar metaforen als 'steile hellingen', stappen zetten' en 'kruispunten van wegen' een prominente rol in spelen. De Volkskrant mei 2003.

en diverse zandvlakten over te steken. Bij Herpen kregen we nog een stukje fruit voordat we weer koers zetten richting Ravenstein. Met een wandeling door Ravenstein bereikten we de finish. Het einde van een mooie, maar pittige wandeltocht. De 308 wandelaars doorstonden een regenbui die gedurende de hele wandeling viel.

Deltapad LAW 5-1 van de ANWB. Deel één van het Nederlandse kustpad. (1)

Door: Willemien Hietland

Martin en ik verdeelden het pad in acht etappes. De eerste twee liepen wij in het voorjaar en de laatste zes etappes in het najaar. Het pad loopt van Sluis naar Hoek van Holland en van Bergen op Zoom naar Goedereede.

De eerste twee etappes waren een onderdeel van onze voorjaarsvakantie. In het weekend ervoor hadden we de Ronde van Zuid-Limburg gewandeld. Van daaruit zijn we naar Zeeland gereden, en wel naar Goes waar ons logeeraadres was voor het verdere verloop van onze vakantie.

Twee dagen Deltapad, en daarna de driedaagse van Goes. Alle dagen was het prachtig zonnig weer. Alle dagen geen paraplu, en heerlijk wandelen in de korte broek.

Op dinsdag 22 mei begonnen wij in Sluis op Zeeuws Vlaanderen. In Breskens, 25 km verderop, zou ons eindpunt zijn voor die dag. We gingen met de auto naar Vlissingen en reden tot het NS-station, waar ook de overstap van de Veerpont naar de overkant is (was). We kochten kaartjes voor de overtocht met de boot, die al vrij snel vertrok. Aan de overkant aangekomen namen wij de bus en die bracht ons uiteindelijk naar Sluis. Hier begon onze wandeltocht.

Sluis is een oude stad met een rijke historie die in 1290 stadsrechten kreeg. De route voerde over de stadswallen die in 1384 als versterking rondom Sluis heen werden aangebracht. Ook poorten en grachten werden aangelegd. Boven op de stadswallen hadden we een mooi uitzicht op de toren van het raadhuis die in de 14^e eeuw gebouwd is. Na deze eeuw ging het steeds minder goed met Sluis! Het dieptepunt kwam tijdens de tweede wereldoorlog, toen de Duitsers in 1944 de strijd om het bezit van de Westerschelde voerden. Pas na 1950 is alles weer herbouwd.

Na Sluis gaan we door de polder richting Retranchement. Natuurgebied Het Zwin, dat voor een groot gedeelte op Belgisch grondgebied ligt, laten we links liggen. We wandelen verder naar Cadzand-Bad. Daar nemen we een pauze op een bank met uitzicht op de zee.

Tot aan Breskens wandelen we door de duinen, met aan de ene kant het water en aan de andere kant de polder. Mooi uitzicht, vooral als we langs 'De Verdronken Zwarte Polder' komen, waar vogels en planten goed gedijen. Zeeuws-Vlaanderen is aan het einde van de eerste wereldoorlog door toedoen van de geallieerden en de Aardenburgse predikant J. Patti toch bij Nederland gebleven. België wilde Zeeuws-Vlaanderen inlijven ten behoeve van een betere beveiliging en beheersing van de scheepvaart. Zo merken we opnieuw hoe interessant de geschiedenis is; en we lopen er zomaar langs!

Breskens kwam in zicht en ook de veerpont konden we al aan zien komen. We waren net op tijd om met die boot terug te varen naar de overkant. Onze eerste etappe zat erop. We vonden het prachtig. Ook al was het veel duin en dijken, het pad deed zijn naam alle eer aan!

Woensdag 23 mei begonnen we aan de tweede etappe: van Vlissingen naar Domburg, weer een afstand van 25 km. Vanuit ons logeeraadres in Goes reden we naar Vlissingen. We parkeerden de auto bij het NS-station en begonnen om half negen aan de wandeling.

We zijn nu op Walcheren. Het is interessant om in het routeboekje te lezen wat allerlei oorlogen met Walcheren en zijn steden heeft gedaan. Eerst de bloei van de handel, daarna de tachtigjarige oorlog en de bevrijding door de Geuzen. Dan de bouw van de buitenplaatsen en kastelen met de mooiste tuinen om alles

Ouderen veilig op KNAU-paden: *Het is algemeen bekend dat de KNAU in de afgelopen jaren heel actief is geweest met het 'aanleggen' van looppaden. Dat zijn paden die speciaal bedoeld zijn voor mensen die na een actieve loopbaan als atleet of verdienstelijk sportman door een blessure of anderszins, b.v. leeftijd, moeten afhaken of aan herstel werken. Om deze mensen toch voor de vereniging te behouden heeft men dit prachtige initiatief uitgewerkt en zijn in veel dorpen zulke looppaden ontwikkeld. Een nieuwe wandelbond ziet het nu in het kader van haar vitaliseringsdrift als een 'mooie kans' om daar 's avonds bejaarde wandelaars op af te sturen, want die paden zijn veilig omdat er geen kruispunten op voorkomen en ze zijn verlicht. Omdat er nu voor overdag geen wandelaars meer overblijven om onze dreven te bewandelen, biedt de wandelsportorganisatie als tegenprestatie aan de atletiekunie de wandelpaden van het Wandelplatform aan.*

Nu vragen wij ons ondertussen af onder welke voorwaarde de nieuwe wandelsportorganisatie ons verzekeringspolissen gaat aanbieden wanneer deze overgaat de actieve wandelaar onder te brengen in het ziekenfondspakket!

Toerisme Recreatie Nederland: *Deze organisatie is na een onderzoek tot de conclusie gekomen dat in Nederland jaarlijks ruim 5 miljoen personen regelmatig met anderen op stap gaan. Dat kan zijn met burens, vrienden, familie of zelfs collega's. Het populairst bij deze uitstapjes is een wandeling, die gekoppeld is aan een andere activiteit. Een woordvoerder van TRN noemt deze groepsuitjes opmerkelijk omdat toch algemeen wordt beweerd dat we in een ik-tijdperk leven, waarin individualisme hoogtij viert. Het blijkt dat dat allemaal nogal meevalt, en dat mensen juist steeds vaker samen iets willen ondernemen. Dat wandelen bovenaan staat in het rijtje vindt TRN niet zo verwonderlijk: 'wandelen is lekker goedkoop en makkelijk te doen.'*

vervolgens in de negentiende eeuw weer af te breken! Ook overstromingen hebben het landschap en de steden veranderd.

In Vlissingen komen we langs het standbeeld van Michiel de Ruyter: 1607-1676. Een vlootvoogd die vele zeeslagen leverde en op handen werd gedragen in Holland en Zeeland. We wandelen verder over de boulevard, waar je het idee krijgt dat die enorme zeeschepen over je voeten heen willen varen! Je hebt er een prachtig uitzicht over de stad aan de ene kant, en de zee aan de andere kant. Door en over de duinen gaan we richting Zoutelande. Wij blijven de kustweg volgen tot Westkapelle. Daar gaan we door het dorp en wat meer landinwaarts richting Domburg gaat het weer terug naar de kust. Daar is ons eindpunt van deze dag. Op een bank aan de boulevard gaan we nog even zitten om wat te eten en te drinken en we kijken en genieten van de zee, de meeuwen, de mensen en de rennende honden.

't Was weer een prachtige warme en zonnige middag. De bus kwam precies op tijd aanrijden en die bracht ons weer terug naar Vlissingen, waar de auto nog geduldig op ons stond te wachten.

Wordt vervolgd

In Bergeijk was het zo slecht nog niet!

Door: Ad van Asten

In ons vorige clubblad lazen we een verhaal van de hand van Hans Brongers over de Kennedymars van Bergeijk, dat me wel een beetje rauw op de maag viel. Toen Joop Krul en ik op zaterdagmiddag tegen twee uur bij de finish in Bergeijk aankwamen wensten wij elkaar proficiat en kwamen tot de conclusie dat we zojuist een bijzonder fijne Kennedymars hadden afgesloten.

Op vrijdagavond 18 september even voor aanvang van de tocht trof ik al enkele OLAT-troeven, waaronder: Hugo Prinsen, Wim van Gemert, George van den Boogerd en natuurlijk Adje Mollen. Adje had er zin in en de extra bonuspunten zag hij zo voor het oprapen!

Traditiegetrouw gingen we om tien uur met ongeveer 195 dames en heren achter de Koninklijke Harmonie Echo der Kempen aan, die ons onder feestelijke klanken de eerste 200 meter langs het volop toegestroomde publiek loodste. Dat het werd gewaardeerd bewees het applaus toen de harmonie ruim baan voor ons maakte! Al vlug zat er bij diverse wandelaars de vaart in en dat konden een paar laatkomers niet goed aan. Ze lieten zich dan ook gelden door in vol galop langs de meute naar voren en al doende de nacht in te gaan. Het zal wel niet bij die ene versnelling gebleven zijn!

Een politiewagen begeleidde ons de eerste kilometers en we konden volop genieten van de omgeving; het was een kraakheldere nacht met een maantje, dat bij ons bleef tot aan de dageraad, en een heerlijke temperatuur die niet onder de 11 graden kwam.

In 't Hof, na 11 km kregen we de eerste verzorging met krentenbrood en thee, we zouden ook de volgende uren helemaal niets tekort komen!

Voor Seville in Riethoven staat 0.50 uur op mijn controlekaart, dat betekent dat we de eerste 17 km binnen de drie uur hadden gehouden. Nadat Joop en ik onze consumptiebon hadden omgezet in koffie en die rustig hadden opgedronken, werd de tas verplaatst en gingen we op weg voor de volgende 9.5 km: het Klooster in Waalre! De routebeschrijving is beknopt, maar duidelijk. Na 300 meter bij het kerkplein dus netjes linksaf de Gildestraat in en zonder problemen komen we bij de doorlooppoort waar een lekker slokje drinken voor ons klaarstaat.

De stempel geeft aan dat we de rustpost in Waalre om 02.44 uur bereikten. Bij een gezellige drukte werd de consumptiebon ingeruild voor een glaasje fris en op dat moment kreeg ik ook nog een broodje weggewerkt! Mijn laatste vaste voedsel dat ik op zo'n tocht nog kan binnenkrijgen! De overige kilometers gaan dan uitsluitend op drinken.

Nadat de tas in een ander hoekje was gezet gingen we weer de heerlijke nacht in. Op de Dommelseweg, richting Valkenswaard, kwam Adje Mollen ons te-

Het laatste nieuws: *Het laatste nieuws vinden we in België, maar komt uit Zwitserland. Het betreft de uitvinding van een rugzak op wieljes. De firma Carrix heeft namelijk een draagstel ontwikkeld waaraan een opvouwbaar lichtgewicht wagentje met één wiel kan worden bevestigd. Op zo'n 'karretje' kun je dus je rugzak vastsjorren en er moeiteloos mee door 'onherbergzame streken' gaan struinen. Moet je ergens een trap af of een helling nemen, dan hang je het hele geval toch gewoon op je rug en daarvoor hoeft je het wagentje niet te demonteren!*
www.carrix.ch

Limiet aantal deelnemers Nijmeegse Vierdaagse: *Als Vierdaagse wandelaars hebben we er nog nauwelijks over gehoord en nieuws in het bondsblad moet een geheim blijven. Maar zoals altijd: nieuws lekt uit! Vanaf 2004 mogen er 'slecht' 47.000 inschrijvingen zijn voor de Vierdaagse. Een groot voordeel daarbij is dat we een computer moeten kopen om er zeker van te zijn dat we ook mee mogen doen. Want het moment van stoppen met inschrijven wordt met communicerende vaten via het internet doorgeseind naar de potentiële 'klant'. Dus begin februari allemaal een 'kaartje kopen', dan is de buit voor de organisatie ruimschoots op tijd binnen. Inschrijfgelden worden immers niet gerestitueerd*

De Voskuilen *Oudere echtparen, veelal (ex-)lezers van wandelblad Op Lemen Voeten, ooit zijn ze met wandelen begonnen omdat ze er plezier aan beleefden, maar ergens is er iets misgegaan. Nu moet iedereen en alles het ontgelden: de Voskuilen kankeren op Vinexwijken en de fietspadisering van Nederland ('lelijk is het hier, hè), op hun collega-wandelaars ('dat is héél slecht hoor, om onderweg je schoenen uit te doen'), en vooral op elkaar. Gemeenschappelijke broodtrommels blijken altijd verkeerd ingedeeld. En als de man zich ergens zit te ontlasten, weet de vrouw daar een nog véél betere plek voor. Zo ging het tenminste in het Reisdagboek van J.J. Voskuil.*
De Volkskrant mei 2003.

gemoet wandelen. Die dacht in Riethoven nog aan de Kempenlandtocht van OLAT bezig te zijn en hij volgde tot tweemaal toe het ezeltje met de stenen! Maar hij gaf de moed nog niet op.

Via Valkenswaard, Dommelen en Westerhoven, met nog een doorlooppost, maakten we om 05.12 uur de eerste lus van 40 km vol. Opvallend was dat we op het laatste stukje ergens voor Westerhoven iemand zagen invoegen, die zo'n anderhalf uur daarvoor in Waalre nog in de kreukels lag. Het kan verkeren!

In Bergeijk kregen we heerlijke soep en na een goed halfuur stapten we weer op. De temperatuur was 11 graden en op hetzelfde instrument lazen we dat 06.01 uur is als we onze weg richting Steensel inslaan. Tegen de tijd dat we in Knegsel aankwamen, was ook het daglicht verschenen en het beloofde een prachtige dag te worden.

Bij de Leenhoef in Knegsel hebben ze 07.30 uur op m'n kaart gezet, dat is anderhalf uur voor 10 km, niet slecht mag ik stellen. We ruilden de bon in voor koffie, en de pannenkoek ging eraan, maar of ik die allemaal zelf naar binnen heb gewerkt durf ik niet te verklappen!

Het was heerlijk wandelen van Knegsel, via Vessem naar Hoogeloon, waarop dit vroege uur zelfs al mensen op een terrasje zaten! Nog een doorlooppost bij Casteren, voordat we bij de sportaccommodatie Lemelvelden banana met yoga aangeboden kregen. Joop ging even verkennen of er ook gemasseerd werd en inderdaad, daar lagen een paar personen op de kneedbank! We hadden er op dat punt 62 km opzitten, maar hier werd geen tijd genoteerd.

We wandelden door Hapert en dat er ook een kerk is bewijst de straat die er naar genoemd is, het was wel even zoeken! De Pan is in de Kempen wel zo bekend, dat ze de weg er naartoe aanduiden: met de 3^e weg naar links. Alles bij elkaar een taai stuk, maar een wandeling door de Cartierheide op een zaterdagmorgen, ook al heb je er al bijna 70 km opzitten, maakt toch alles goed. Nog even een drankje onderweg, dat breekt de tijd en trouwens de temperatuur was al behoorlijk aan het oplopen! Jan Soetens kwam ook nog even langszij, hij had afgezien van de 80 omdat maatje Anton zonodig naar het buitenland moest. Dan maar geen punten, dacht Jan natuurlijk bij zichzelf, maar ik ga wel genieten van dat rondje van 40 km.

't Sant in Weebosch is een vertrouwd adres bij de Bergeijkse Kennedymars. Bijna 74 km zaten erop en de stempel zegt dat het 12.05 uur was toen we er aankwamen. We bleven een halfuurtje en Joop begon zelfs nog aan een lunch! Ook Ben Duin kwam even naar het Brabantse, voor zijn zaterdagmorgen-oefening. Goed bedacht Ben, om dat bij het rondje Bergeijk te doen!

De laatste kilometers naar Bergeijk waren zwaar, vooral omdat we langs een verharde weg moesten, zonder trottoir of fietspad. En niet iedere mobilist weet dat daar wandelaars bezig zijn aan de laatste loodjes van een Kennedymars. Bij een doorlooppost stond ook de plaatselijke journalist van het Eindhovens Dagblad, maar die korte zijn verhaaltje in voor een grotere foto en gelijk had hij! Wat velen niet wisten, was dat 't Hof pas komt na 't Loo, maar tegen de tijd dat ze dat doorkregen, waren ze ook aan de finish. Onze tijd van binnenkomst 01.45 uur, een medaille en een roos.

Het slot van een fantastische Kennedymars, goed georganiseerd en prima verzorgd!

Met Rolf aan de wandel.

Door: Rolf Craanen

Op 3 december ging de 5^e Euraudax Lange Duinentocht vanuit Den Dolder van start. Hoewel in Den Dolder (gemeente Zeist) gestart werd, gaat 98 % van de route over grondgebied van de gemeente Soest.

Met een opkomst van 73 enthousiaste wandelaars met Rolf voorop en assistentie van Coos ging een langgerekte groep met zo'n 6 km p/uur via het terrein van de Willem Arnzhoeve de bossen in.

Door de Pijnenburgse bosgebieden, met z'n educatiepaden van het I.V.N.. Over de heerlijke heuvelruggetjes met ernaast kleine stuifzandgebieden, door

*Wandelnet.nl
compleet vernieuwd
Nieuwe site biedt meer structuur
en overzicht
Onlangs is de compleet ver-
nieuwde site*

*(www.wandelnet.nl) van het
Wandelplatform-LAW on line ge-
gaan.*

*Het Wandelplatform is de koepel-
organisatie van wandelend Ne-
derland, met 13 aangesloten or-
ganisaties. De vernieuwde site
geeft op heldere en informatieve
wijze weer waar de stichting voor
staat. De site bevat een aantal
nieuwe gebruiksmogelijkheden.*

*Met de restyling is de vormgeving
en de structuur van de site gron-
dig aangepakt. De tweeledige
taak van het Wandelplatform,
beheer / ontwikkeling van wan-
delroutes en belangenbehartiging,
is overzichtelijk in beeld gebracht.
Binnen 'Wandelroutes' is een on-
derverdeling gemaakt in lange-
afstandroutes en dagwandelin-
gen, waaronder de bekende NS-
wandeltochten. Elke afzonderlijke
lange-afstandroute heeft een kopje
'Actuele informatie'. Hier zullen
in de komende maanden de wijzi-
gingen van de laatst verschenen
routegids worden opgenomen. Als
voorbeeld is dit voor het Floris V-
pad (LAW 1-3) al helemaal uit-
gewerkt.*

*De site heeft nog meer nieuwe ge-
bruiksmogelijkheden. Zo is er nu
een interactief routekaartje van
alle lange-afstandwandelroutes,
een prikbord en een rubriek 'Veel
gestelde vragen'. Ook is een aan-
tal documenten te downloaden,
zoals het jaarverslag en de be-
leidsnota 2000-2010. Via de site-
map is het makkelijk zoeken naar
wáár een onderwerp wordt
behandeld.*

*Een internetsite is geen statisch
product. Ook www.wandelnet.nl
zal steeds verder ingevuld en ge-
optimaliseerd worden (waaronder
bijvoorbeeld Engelstalige infor-
matie voor buitenlandse bezoek-
ers). De ervaringen van gebrui-
kers zullen hier mede een lei-
draad voor zijn.*

mulle ruiterroutes waar we de spieren konden verwennen en na 10 km gelopen te hebben een welverdiende rust kregen in de kantine van de v.v. Hees.

Na gelaafd te zijn en op het fluitsignaal van Rolf, gauw weer verder het Soesterspoor over en het zogenaamde Aardkundig monument de Lange Duinen in. Eerst wat eromheen om aan de vergezichten en het gevoel van de verleidelijke uitdaging te wennen en ja hoor, daar gingen we de zandbak in.

Heerlijk banjeren over zandhellingen wegzakend met knarsend zand in de schoenen, en bij controle bleek dat verscheidene wandelaars hun schepje en emmertje met zeefje bij zich hadden.

Na 8 km afmatting door voorman Rolf in dit mooie gebied waren we weer aan wat rust toe voor de tweede maal in de kantine van v.v. Hees.

Daar konden we de twee bij de start gekregen consumptiebonnen opmaken aan het benodigde vocht en voor iedereen die dat wilde een lekkere kom soep erbij.

Gezelligheid kent geen tijd, dus voor je er erg in had moesten we weer op pad voor het laatste stuk van 7 km.

Ook weer door het 'Pijnenburgerbos' en 'De Zoom' terug, waar Rolf soms even een heuveltje nam om de groep te kunnen overzien en om bij elkaar te houden.

Hij wilde toch graag met iederéén gezond binnenkomen.

Om precies 15.00 uur kwamen we voldaan op het eindpunt terug en konden de wandelaars na afstempeling een oorkonde met wandelboekfoto in ontvangst nemen. Mede dank aan enkele begeleiders die er ook voor zorgden dat het een heerlijke en gezellige wandeldag werd.

Het weer was in het voordeel van de herfst, geur en kleur hadden de overhand. **Tot ziens, Rolf**

Pelgrimstocht lezing bij

Volksuniversiteit Geldrop:

"Lopend stilstaan bij het leven zelf (beeldverslag van een pelgrimstocht naar Santiago de Compostela) In deze lezing met dia's wordt een verslag gegeven van sportieve, cultuurhistorische en religieuze aspecten van een pelgrimstocht. Het is een tocht waarbij je ook jezelf echt tegenkomt in vermoeidheid, spanning en pijn. Elke dag, een maand lang, leven in het 'hier en nu', maakt deze tocht heel apart."

Inschrijven voor de lezing is verplicht, de toegang is niet gratis. **De datum is dinsdag 27 januari 2004.**

Het adres van de volksuniversiteit is:

**Cultureel Centrum Hofdael,
Molenstraat 27, 5664 HV Geldrop
tel 040-2800203, fax 0402800207**

Gezond op pad met: Anja Edwards van Muijen in gesprek met: Klaas Bakker

Nacht en Dag doorlopen

Uit: Te voet

'Ik vind het niet erg om 's nachts te lopen. Je ruikt meer, voelt de nacht. Het is een bepaalde sfeer', zegt Klaas Bakker. Hij wandelt in een jaar circa acht tochten van 80 kilometer of meer. Zijn eerste 100 kilometer liep hij in 1978. Bakker: 'Ik ben begonnen met 15 tot 20 kilometer. Het ging zo makkelijk, je wilt meer. Je ziet dat 40 km redelijk makkelijk gaat, en ook de twee keer 40 kilometer. De volgende stap is de Kennedymars, dan komt de nacht erin.' Ook voor Bakker zijn de lange afstanden niet vanzelfsprekend: 'Na een dagtocht van 40 km ben ik ook blij aan het eind te zijn. Maar als je weet dat je 100 km gaat lopen, dan stel je je daar op in. Na 40 km ben je moe, maar dan komt de cafèrust en daarna ga je weer. Het is niet voor iedereen weggelegd. Er zijn wandelaars die 80 km makkelijk aankunnen, maar zodra het boven de 100 km komt, lukt het niet meer. Sommige mensen kunnen 's nachts moeilijk lopen, omdat ze veel last hebben van slaap. Daar kunnen ze weinig aan doen. Na afloop van 100 km ben ik wel moe, maar dinsdag, woensdag is het over.' Het tempo op de lange tochten ligt best hoog. Zo moeten op de Bossche 100 wandelaars de 100 km met minimaal 6 km per uur afleggen. De maximum snelheid is 8 km per uur. Wanneer er geen grenzen zouden zijn, dan zou het veld te ver uit elkaar liggen om de verzorgingsposten te bemensen. Klaas Bakker: 'Tijdens de drie cafèrusten zit je wat of lig je. En verder wat eten, drinken, schoenen even uit, droog T-shirt, andere sokken. 's nachts doen sommigen een hazenslaapje.'

Als training voor de lange tochten loopt Klaas Bakker elke zondag 30 km en verder 3 à 4 keer per week zo'n 12 km. 'Als je die 6 km per uur op een tocht van 100 km wilt halen, dan is het wel aan te bevelen om op 7 à 7,5 km per uur te trainen, want na 40 km valt je tempo toch terug. Je kunt dat trainen door bijvoorbeeld gewoon vlugger te gaan wandelen. Het hoeft niet zo lang, als het maar regelmatig gebeurt, zeg maar drie keer een uur per week. Probeer dan eens hoe het gaat op de 40 km. Als 40 km redelijk makkelijk gaat, dan kun je eens langer lopen. Niet iedereen heeft er zin in om langer te lopen, dan moet je het ook niet doen.'

En hoe gaat het met eten en schoenen? 'Heel vaak word je mond droog, je hebt geen speeksel meer. Krentenbrood gaat er bij mij ook niet meer in, yoghurt en vla wel. De meesten dragen gewone lage sportschoenen. Ik draag een iets steviger lage wandelschoen. Iedereen heeft een tweede paar mee, dat je bij een cafèrust eventueel kunt aantrekken.'

Op de valreep geeft Klaas Bakker nog een tip voor beginnende lange-afstandlopers: 'Om te beginnen zijn de wandelingen van Euraudax de beste keuze. Je wandelt in een groep met een baankapitein die het tempo van 6 km per uur aangeeft. 'En vanaf tochten van 50 km kun je met Euraudax ervaren hoe het is om 's nachts te wandelen. Stichting De Bossche 100 van 23 op 24 januari:

www.bossche100.nl

Stichting Euraudax: www.euraudax.nl

Opmerkelijk

In het bondsorgaan van de NWB (waarbij ook OLAT aangesloten is) lezen we in een weergave van de Halfjaarlijkse Algemene Vergadering de volgende opmerkelijke episode:

*'Een belangrijk punt op de agenda was het dit voorjaar gestarte hernieuwde overleg tussen KNBLO en NWB onder leiding van NOC*NSF om te trachten alsnog te komen tot een federatie tussen beide bonden. En van daaruit te bezien of op langere termijn een fusie mogelijk zou zijn. Een en ander werd mede ingegeven door de destijds door het ministerie van VWS gestelde eis tot fusie omdat in de toekomst nog maar aan één landelijke organisatie subsidie zou worden verstrekt.*

Uitgangspunt voor de NWB is en blijft dat een van boven opgelegde fusie (door de overheid) ongewenst is en ook niet zal werken. Alleen als men aan de basis overeenstemming tot een fusie bereikt, heeft dit kans van slagen. In ons geval betekent dat dus dat de regionale bonden en de daarbij aangesloten leden (en dan met name de verenigingen die immers de wandeltochten organiseren) achter een dergelijk plan tot fusie moeten staan. Over de voortgang van de gesprekken zijn de regionale besturen volledig geïnformeerd.

*Ons standpunt (federatie met wellicht fusie op termijn) was voor NOC*NSF niet voldoende om bij het ministerie de zaak nogmaals aan te kaarten. Inmiddels is door het drastisch gewijzigde beleid ten aanzien van de subsidiering van sportbonden de noodzaak om te komen tot een fusie weggefallen. Na een levendige discussie hebben de regionale bonden zich dan ook uitgesproken voor een zelfstandige NWB.'*

Het Pieterpad vanaf Beek/Ubbergen tot aan de Sint-Pietersberg

(1)

Door Henri Floor

www.henrifloor.nl

Vanaf deze dag was het plan, dat ik ook mee zou lopen. Na het ontbijt liepen we naar de bushalte toe in Gennep. Hier zagen we, dat de voorgaande bus voor onze neus met 5 minuten vertraging vertrok. Wij hadden de bus van 9.09 uur. We kwamen in de bus tegenover een student te zitten. Deze dag was voor hem de eerste dag van zijn eerste studiejaar. Hij studeerde bestuurskunde. Hij had alle introductievoorzichtingsdagen gemist en had ook nog geen enkel boek.

Op het centraal station te Nijmegen stapten we over op de bus in de richting van Kleef. In Beek/Ubbergen, halte Wylerberg, stapten we uit. Hier begon ik samen met Coos aan de nog resterende kilometers van het Pieterpad. Het was voor mij bepaald niet de makkelijkste etappe om te beginnen. Het begon al meteen met een steile klim tegen de Duivelsberg op. En daarbij bemerkte ik, dat ik flink aan conditie had ingeboet. Vanaf de top van de 75,9 meter hoge Duivelsberg viel het uitzicht toch wat tegen. Slechts aan één kant was een vergezicht zichtbaar. We liepen Café Restaurant De Duivelsberg voorbij. Nu volgden we een traject door bossen en over veldwegen op geaccidenteerd terrein. Daarbij volgden we trajecten, waar we met de herfstdagtocht van de LAT ook talrijke malen waren geweest. We liepen achter de Canadese Erebegraafplaats langs en passeerden minicamping annex appartementencomplex Hoge Hof. Vlak hier voorbij stond een bankje met de tekst: "Deze rust wordt aange-

boden door camping Hoge Hof". We aanvaardden dit aanbod graag en hielden hier een rustpauze. Twee Pieterpadwandelaars passeerden ons in noord/zuid richting en nog eens twee passeerden ons in zuid/noord richting. Beide stellen maakten naar het begin- en eindpunt van hun dagetappe gebruik van de auto en de fiets.

Toen we Groesbeek naderden, hadden we uitzicht op een opvallend futuristisch aandoende witte tentkoepel. Dit moet een parachute voorstellen en is het dak van het "Bevrijdingsmuseum 1944". We vonden het ook wel op een grote hooiberg lijken. Spoedig daarop bereikten we het centrum van Groesbeek. In het centrum van Groesbeek zochten we een supermarkt op en kochten er melk en karnemelk. We liepen weer verder en kwamen langs een apart beeldhouwwerk. Het stelde vluchtende mensen voor en was een oorlogsmonument.

Nu volgde het Pieterpad een tijdlang wegen en paden door de bossen ten westen en zuiden van Bredeweg, behorende tot de gemeente Groesbeek. Daarbij voerde het pad door de bossen van de Sint Jansberg. Dit is een sterk geaccidenteerd bos. Daarbij hadden we eenmaal een mooi uitzicht op Groesbeek.

Het begon wat te regenen, maar onder de bomen hadden we daar geen last van. Op het punt waar we de bossen verlieten "schuilden" we verder in café / restaurant De Diepen. Dit is gelegen aan de noordkant van Milsbeek.



Het meest noordelijke dorp van de gemeente Gennep heet **Milsbeek**. Deze woonkern is nog geen honderd jaar oud. Het ontstaat als er een kerk en school gebouwd worden en men zich als eigen parochie afscheidt van Ottersum (1930). Bij kerk en school worden dan spoedig de eerste woningen gebouwd: het begin van de woonkern Milsbeek. De naam Milsbeek komt in oude geschriften al in 1389 voor. Oorspronkelijk de naam van de beek die roestbruin ('mil') water bevat, omdat zij uit een moerassig veen komt, geeft de volksmond later het gebied achter de beek die naam: je woont op de Milsbeek.

In het café troffen we twee andere wandelaars, die ons hadden gepasseerd. Na het nuttigen van een consumptie en nadat het droog was geworden, begonnen we aan de laatste 7 km.

De eerstvolgende 2 km liepen langs een bosrand. Dit is tevens de grens met Duitsland en het bos behoort bij Kleef en heet het Reichswald. Langs deze bosrand passeerden we tweemaal een picknickbank en beide keren moesten we hier even rusten.

Even na grenssteen 584 sloegen we af en nu volgde een relatieve rechte route naar Gennep. Opnieuw hadden we een rust bij een bankje. Kort voor Gennep kwamen we

*De gemeente **Gennep** bestaat uit vijf kernen (Gennep, Ottersum, Milsbeek, Heijen en Ven-Zelderheide) en telt bijna 17.000 inwoners. De gemeente beslaat zo'n 5.040 hectare en heeft een landelijk karakter. Naast het afwisselende landschap vormt de cultuurhistorie een van de belangrijkste kenmerken van de gemeente.*

Gennep en omgeving wordt al sinds eeuwen bewoond.

De keltische benaming 'Ganapja' verwijst naar de locatie van Gennep: plaats waar twee wateren samenkomen. De eerste bewoners maakten daarmee duidelijk, dat zij nabij de uitmonding van de Niers in de Maas hun woonplek hadden. Een goed gekozen plaats, omdat daar een (romeinse) weg van west naar oost én een weg van zuid naar noord gezamenlijk via een doorwaadbare plek de Niers overstaken.

Als we de rijksweg vervolgen en het dorp Heijen achter ons hebben gelaten, komen we in de grootste woonkern van de gemeente, namelijk Gennep. Op de rotonde kijken we naar rechts en zien daar op circa honderd meter afstand een locomotief op een stuk rails en grintbedding staan. Het is Genneps spoormonument en herinnert aan

op de rijksweg naar Gennep uit. Bij een bankje lag een grote natuursteen met een afstandsvermelding naar de Sint Pieterberg en Pieterburen. De steen werd ver-
eeuwigd met Coos als achtergrond.

Na 6½ uur lopen bereikten we de markt te Gennep. We hadden 23 km van het Pieterpad afgelegd. Bij ons overnachtingadres in Gennep aangekomen ging ik eerst een uurtje plat, want ik was behoorlijk moe geworden.

's-Avonds aten we warm in hotel De Kroon te Gennep. Hier werden we bediend door een ober die een hele fraaie draaisnor had.

de tijd dat Gennep aan de spoorlijn Boxtel-Wesel lag. De eerste trein reed hier in 1873, de laatste (goederen)trein verliet Gennep in 1971. De particuliere maatschappij heette de Noord-Brabantsch-Duitse Spoorwegmaatschappij (NBDS). Het monument is in 1981 onthuld en staat op het voormalig spooreplacement.

Gennep - Afferden - Vierlingsbeek

Bij het ontbijt om half negen zaten nog 4 mensen die ook het Pieterpad liepen. Deze dag reisden zij echter huiswaarts. Wij wandelden van uit ons overnachtingadres, omdat we maar op korte afstand van het Pieterpad overnachtten. We liepen eerst een tijd door buitenwijken van

over de N271 uit en dachten dat we deze moesten oversteken, maar dat bleek niet het geval te zijn. Verderop, nog voordat we door een tunneltje onder de A77 snelweg zouden doorlopen, hadden we een rust op een picknickbank. Hier maakten we met het statief een foto van ons beiden. Even voorbij camping De Merelhoeve sloegen we een bosweg in. Het bosgebied heette hier Zwarte Heide. Op een gegeven moment herkenden we de kronkelweg voor ons van de omslagfoto van het Pieterpadboekje. Het heette hier De Groene Streep. We kwamen uit bij het natuurreservaat "het Quin". Dit is een mooi heideveldgebied met een aantal vennetjes. Verder graasden er Schotse Hooglanders. Een paar van deze exemplaren liepen vlak langs het pad. Daarom moesten we noodgedwongen van het pad af. We moesten in principe 50 meter afstand houden. Maar we beperkten dat tot ongeveer 25 meter.

Na de grote witte boerderij "Dal Mambre" verlieten we de bossen en bereikten het plaatsje Afferden. We zagen een levensmiddelenzaak, maar hier hadden ze geen verse melk. Daarop liepen we naar de plaatselijke Spar. Voor deze supermarkt stonden twee grote picknickbanken. Toen we er even opzaten vroeg een stem: "wat wenst u"? Het bleek dat de picknickbanken bij een naastgelegen



Gennep alvorens we de bebouwde kom van Gennep verlieten.

Daarna dwaalden we door de bossen op afstand langs de N271, een 4-baansweg. We kwamen vlak bij een viaduct

snackbar hoorden. Daarop liepen we naar het veer van Afferden. Daarbij kwamen we langs een picknickbank, waar we de melk en karnemelk alsnog opdronken. Met de pont voerden we de Maas over. Hoewel de waterstand van de Maas laag was en de overtocht daardoor korter was, moesten we toch het volle pond van 50 cent betalen. We dwaalden nu verder. Eerst in de richting van Vortum. Daarna richting Vierlingsbeek, onze etappeplaats voor deze dag. We passeerden nu een paar maal picknickbanken, waarop we de naam van Ome Piet lasen. Uiteindelijk bereikten we Vierlingsbeek. Bij café De Wildman dronken we een kop koffie. Ze hadden hier in het café

Vierlingsbeek - Holthees - Smakt - Geysteren - Wanssum - Meerlo - Swolgen

Deze dag zaten bij het ontbijt nog 2 dames die het Pieterpad liepen. We reden met de auto naar station Vierlingsbeek. We deden daar de korte broek aan. Er was 21 graden voorspeld, geen regen en flink wat zon. We moesten ongeveer 15 minuten lopen vanaf NS-station Vierlingsbeek alvorens we weer op de route uitkwamen. Dat was ter hoogte van hofstede Makken. Vroeger stond

een jukebox met CD's. Het Hollandse repertoire was favoriet, want we zagen namen als Willeke Alberti, enz staan.

Buiten Vierlingsbeek liepen we door een bosgebied langs de Molenbeek. Daar, waar we de beek overstaken, verlieten we het parkoers en liepen naar het NS-station van Vierlingsbeek. We troffen hier een echtpaar uit Nijverdal met een hond die een NS-route hadden gelopen en ome Piet waren tegengekomen. Ome Piet schijnt een vrij dikke man te zijn van een jaar of 60 met dikke brillen-glazen en hij was op de fiets. Met de trein reden we naar Nijmegen en vervolgens met de bus naar Gennep.

hier een kasteel. We liepen hier over particulier terrein, maar overpad werd gedoogd.

We liepen deze dagetappe wat meer over verharde wegen. In Holthees liepen we langs een grote witte kapel, de Mariakapel. Er was zelfs een homepage van deze kapel op internet (<http://www.mariakapel.nl/>). We staken hier nog een kaarsje aan.



De kapel van Holthees heeft een lang en bewogen verleden achter zich. In 1464 wordt deze al beschreven als "capella ten Hout, parochie de Vierlinxbeke". In 1520 heet de kapel "capella in hole heze". De devotie van Onze Lieve Vrouw van de Zeven Smarten vindt eveneens reeds zijn oorsprong in de 15e eeuw. Als een jeugdig persoon het Sacrament der Stervenden had ontvangen, trokken de familieleden en buurtbewoners naar de kapel van Holthees. Bij genezing schonk men als teken van dankbaarheid een zilveren schildje of een sierraad.

Tijdens de Tachtigjarige Oorlog (1569-1648) mochten er in de kapel geen diensten worden gehouden. De kapel werd toen door Kasteel Macken als tiendschuur gebruikt. Later is de kapel door de katholieken genaast en in 1848 weer voor de godsdienst opengesteld op

30 september 1944 werd tijdens een bombardement aan de kapel zware schade toegebracht. Eerst op Onze Lieve Vrouwe Lichtmis (2 februari) 1951 werd de kapel weer in gebruik genomen. In 1970 is de kapel op de Rijksmonumentenlijst geplaatst. Tot midden 1995 zijn er in de kapel nog zondagse kerkdiensten gehouden.

Nadat het Bisdom 's-Hertogenbosch had besloten de kapel aan de eredienst te onttrekken, heeft het Kerkbestuur in 1999 de kapel overgedragen aan de Stichting Mariakapel Holthees en deze is gestart met een grondige restauratie, die mogelijk werd gemaakt door subsidies van Rijksmonumentenzorg en de gemeentelijke overheid.

Op 20 en 21 mei 2000 is de kapel weer feestelijk geopend; de devotiekapel werd ingezegend door Mgr. A. Hurkmans, bisschop van 's-Hertogenbosch.

De geschiedenis van de kapel is nauw verbonden met het ruim 660 jaar oude Onze Lieve Vrouwe Gilde van Holthees. Vele koningsschilden van de Gildeleden zijn aan deze kapel geschonken. Ook heden vindt de viering van de traditionele Gilde-missen van het O.L.V. Gilde op Maria Lichtmis en 2e Pinksterdag nog in deze kapel plaats.

Verderop kwamen we langs een oude kapel, de St.Jozefkapel uit 1699. Daarbij stond ook een nieuwe kerk, waar we wel naar binnen konden kijken, de kerkzaal in. In het naastgelegen café-restaurant Pelgrimshuis kon nog geen koffie worden gedronken. We waren hiervoor gewoon te vroeg. Even voorbij buurtschap Smakt verlieten we de verharde weg en volgden een zandpaadje langs de spoorlijn Venlo-Nijmegen. Nu volgde een mooi traject door de bossen van landgoed Geysteren. Dit is één van de weinige bossen in Nederland die nog particulier bezit zijn. Het Pieterpad loopt niet door het centrum van Geysteren, maar blijft mooi door de bossen of langs de bosrand lopen. We bereikten uiteindelijk Wanssum. Hier

was de parkoersbeschrijving even onduidelijk. "We moesten rechtdoor gaan tot voor de kerk. Hier even naar links gaan en dan weer rechtsaf". We liepen daarop voor de kerk naar links. Het bleek echter dat dit de achterkant van de kerk was en we moesten bij de voorkant van de kerk linksaf. Buiten Wanssum volgde een vrij rechte zandweg. Voor de St. Goarkapel sloegen we af, waardoor we deze niet bezochten. Daarna volgden we een leuk smal pad langs een naamloos beekje. Voor Meerlo kwamen we langs een kasteeltje. In de tuin van het eerstvolgende huis stond een paal met daarop de afbeelding van de houten schoenen, die als een soort handwijzer

stonden, waarop de afstanden vermeld stonden van de St. Pietersberg en Pieterburen.

In Meerlo dronken we nog koffie in café Oud Meerlo. Hier stond nog een ouderwetse jukebox, die het ook nog deed. Wel konden alleen maar oude nummers worden gedraaid waaronder Ramona van de Blue Diamonds uit Driebergen.

Toen we het café verlieten was het 13.50 uur. We hadden nog 4 km te gaan. Daarop versnelden we onze pas om de bus van 14.49 uur uit Swolgen te halen. Opnieuw volgden we verharde wegen. Dat kwam nu goed uit want daardoor haalden we de bus nu ruimschoots. Dit ondanks

Swolgen - Zwaaneneike (Lottum) - Houthuizen - Grubbenvorst - Velden- Venlo NS

Deze dag werd om 8.15 uur geroepen dat het ontbijt (van half negen) klaar was. Er zaten nu ook twee dames aan de ontbijttafel. Het waren fietsers. We reden met de auto



naar Swolgen en begonnen hier aan onze vervolgetappe. We bevonden ons al weer spoedig in de bossen. We kruisten ook een heideveldje. We kwamen in het natuurgebied Schuitwater en liepen over een knuppelbruggetje. Verderop kwamen we meerdere watertjes van het Schuitwater tegen. In buurtschap Zwaaneneike, bij Lottum, hadden we een rust op een bank.

We bleven nu overwegend over onverharde wegen en wisselend door bos en langs weilanden lopen tot aan Grubbenvorst.

het feit, dat we wat verder moesten lopen, vanwege een omleiding door Swolgen van auto's.

Nadat we in de bus waren gestapt troffen we in Meerlo 4 wandelaars, die we al een keer gepasseerd waren en gesproken hadden en die ook in Vierlingsbeek gestart waren. Zij hadden hun auto bij het station van Vierlingsbeek staan, maar waren vandaar met een buurtbus naar het centrum van Swolgen gereden. Dat was ongeveer 2 km. Wij reden met de bus van Swolgen naar Venray NS en vandaar verder met de trein naar Vierlingsbeek. Rond 16.15 uur kwamen we weer op ons overnachtingadres te Gennep aan.

Even voor Grubbenvorst kwamen we nog langs kasteelhoeve Kaldenbroek. In Grubbenvorst kwamen we langs een standbeeld van een koe met een non en hadden we een grote rust bij een supermarkt, waar we melk en karnemelk kochten. We vervolgden ons pad en staken de Maas met een pont over. Gezicht op Grubbenvorst. Daarna liepen we langs Velden in de richting van Venlo op korte afstand van de Maas. Daarbij kwamen we nog over een pad, waarlangs het straatnaambordje "Pieterpad" stond.

Verderop kwamen we langs een picknickbank voor een huis met wat uitgebloeide zonnebloemen. Op tafel lag in plastic een Pieterpadboek. Wij schreven onze naam erbij in. In Venlo aangekomen liepen we fraai door de binnenstad langs enige fraaie oude panden, waaronder Old Weishoes, oorspronkelijk Latijnse school, gebouwd in Gelderse Renaissancestijl in de 17e eeuw.

Rond half vier kwamen we bij NS-Venlo aan. Nu moesten we 45 minuten wachten, alvorens onze uurbus van 16.18 uur vertrok naar Swolgen. Hier stond namelijk onze auto. Bij de bushalte troffen we twee andere Pieterpadwandelaars, die hetzelfde traject hadden gelopen en ook met dezelfde bus naar Swolgen reden. Van Swolgen reden we met de auto naar ons overnachtingadres in Gennep. 's-Avonds aten we warm in restaurant De Dragonder.

Wordt vervolgd.

COAST TO COAST WALK 14 – 23 SEPTEMBER 2002

Door: Piet Jansens

Voorbereiding en introductie.

Eindelijk is het zover! Al een aantal jaren liep ik met het plan rond om een keer een 'rugzak'-wandeling te maken over een Lange Afstand Wandelpad in het buitenland. Ik had al een keer een artikel gelezen over de 'Coast to Coast Walk' in Engeland en dat leek mij wel wat. Vooral het gebied waar de wandeling doorheen gaat en de afstand van 190 mijl vond ik wel aantrekkelijk. Dus werden boeken aangeschaft en op Internet rondgekeken voor een zo goed mogelijke planning. In eerste instantie was het de bedoeling om de wandeltocht in het jaar 2001 te doen, maar de MKZ-crisis die in Engeland nog veel omvangrijker was,

waardoor grote gebieden het gehele jaar afgesloten waren, maakte dat de plannen een jaar op moesten schuiven. Nu is het een medisch ongemak dat bijna roet in het eten gooit, maar ik heb nog steeds niets gehoord van een opname in het ziekenhuis, dus waag ik het er maar op.

Alfred Wainwright. De 'Coast to Coast Walk', in deze tijd van moderne afkortingen ook wel de C2C genoemd, is ontworpen door de beroemde schrijver van boeken over de gebieden in het Lakeland en Yorkshire, A. Wainwright, geboren in Blackburn in het jaar 1907 en gestorven in 1991. Deze had in 1967 de zojuist voor het publiek geopende 'Pennine Way' gewandeld - een noord-zuid-route

door Engeland - en bedacht dat het ook mooi zou zijn om een Long-Distance-Footpath van kust naar kust te maken. De route moest dan door het noorden van Engeland gaan van de Ierse Zee naar de Noordzee door de National Parks van het Lake-District, de Yorkshire-Dales en de North-Yorkshire Moors. Het wandelpad werd in 1973 officieel in gebruik genomen en de afstand bedraagt zo'n 190 mijl, oftewel een slordige 305 kilometer, maar door een aantal routewijzigingen in de loop der jaren zijn er een paar mijl bijgekomen. Het officiële beginpunt is op het strand van het dorpje St. Bees in Cumbria en het eindpunt is op het strand van Robin Hood's Bay.

De wandelrichting. Alhoewel het mogelijk is om de route zowel west-oost als oost-west te wandelen, geeft de schrijver aan dat het wandelen vanuit St. Bees het meest aan te bevelen is. Je wandelt zoals je een brief schrijft of een boek leest, van links naar rechts. Maar de belangrijkste reden zijn toch de weersomstandigheden. In Engeland is de hoofdstroming van de wind bijna altijd westelijk, en dat betekent dat als je in westelijke richting zou wandelen, je deze altijd tegen hebt. En omdat het in dat gebied nogal eens wil regenen, is dat niet zo prettig.

Het boek 'Wainwright's Coast to Coast Walk' is onmisbaar als voorbereiding en - zoals al gemeld in mijn verslag van de Heuvelland Vierdaagse - mocht ik dit boek lenen van Wim Veerman uit Soest die ik daar tegen kwam. Plus

De etappe-indeling is als volgt gemaakt:				
1 ^e dag:	St. Bees	- High Gillerthwaite	19 mijl / 30,4 km	Y.H.
2 ^e dag:	High Gillerthwaite	- Grassmere	19 mijl / 30,4 km	Y.H.
3 ^e dag:	Grassmere	- Shap	24 mijl / 39,0 km	B&B
4 ^e dag:	Shap	- Kirkby Stephen	21 mijl / 33,6 km	Y.H.
5 ^e dag:	Kirkby Stephen	- Reeth	24 mijl / 38,0 km	B&B
6 ^e dag:	Reeth	- Danby Wiske	24 mijl / 38,0 km	B&B
7 ^e dag:	Danby Wiske	- Clay Bank Top	21 mijl / 33,6 km	B&B
8 ^e dag:	Clay Bank Top	- Glaisdale	19 mijl / 30,4 km	B&B
9 ^e dag:	Glaisdale	- Robin Hood's Bay	20 mijl / 32,0 km	Y.H.

De reis naar Engeland: Soest – IJmuiden – Newcastle.

Op donderdag 12 september vertrekt de trein om 14.51 uit Baarn en ik neem afscheid van Janny. De rugzak is al een paar keer opnieuw gepakt en ik heb er een paar dagen mee getraind. Het totale gewicht wat meegesjouwd moet worden is op zo'n 13 kg uitgekomen, toch nog aardig wat, en dan komt er nog een watervoorraad voor overdag bij. In Amsterdam staat voor het Victoria-Hotel de bus van DFDS-Seaways al te wachten om de passagiers naar de boot in IJmuiden te brengen en de chauffeur vindt mijn briefje van €20,- te veel om van terug te geven en zegt: "laat maar zitten". Precies om 18.00 uur vertrekt de 'Queen of Scandinavia' richting Engeland en het prachtige weer zorgt er voor dat iedereen buiten op het dek blijft om de kust te zien verdwijnen. Met een 'keycode' krijg ik toegang tot een vierpersoonshut en leg mijn rugzak op een bed neer. Zo, daar ben ik even vanaf. Later op de avond in het restaurant wat gegeten en na een biertje op tijd de hut opgezocht. De nacht is toch wat onrustig door de straffe wind op zee en de hoge temperatuur in de hut maakt het ook niet al te prettig.

een paar video's van de BBC-serie maken dat je al goed in de stemming komt. Verder een paar routekaarten en het kleine routeboekje van Paul Hannon, waarin elke mijl wordt beschreven. Van Internet haal ik nog meer gegevens over het wandelpad en diverse B&B adressen die langs de route zijn gelegen. Heel handig is het om lid te zijn van de Nederlandse Jeugdherberg Centrale. Dit scheelt sowieso 25% op de bootkosten naar Engeland en het is de bedoeling om onderweg een aantal Youth Hostels aan te doen. Ook kun je er alle reistijden afhalen van de boot en de treinen in Engeland.

De planning. Alhoewel iedereen voor zichzelf een planning maakt van de te lopen afstand per dag en waar je wilt overnachten, wordt in het routeboekje uitgegaan van ongeveer 12 tot 13 dagen om de wandeling te maken, niet vergetende dat de route over zeer heuvelachtig gebied gaat en - vooral in het begin - over alle hoge 'bergen' van het Lake-District. Gezien mijn wandelervaring deel ik de wandel-etappes zodanig in dat het in negen of tien dagen te doen moet zijn. Dit is gemiddeld zo'n 21 mijl per dag. Dan moet wel het weer een beetje meezitten en vandaar dat ik de wandeling in september wil maken, omdat het dan meestal de langste tijd droog en stabiel weer is en ook is het dan niet meer zo druk bij de Y.H. en B&B adressen zodat je niet vooraf hoeft te boeken.

Vrijdag 13 september. Een luidspreker meldt dat er ontbeten kan worden. Twee broodjes met koffie naar binnen gewerkt en een praatje gemaakt met een paar dames die een winkelarrangement naar Newcastle hebben geboekt en 's avonds weer terug gaan, zoals de meesten op de boot. Om 09.00 uur meert de boot aan en via een lange loopbrug kom ik bij de bus waar een steward - naar mijn rugzak kijkend - vriendelijk vraagt wat de plannen zijn. Als ik zeg dat ik van plan ben om de C2C te gaan doen, gaat hij over in perfect Nederlands en vertelt trots dat hij al 11 x de 4-Daagse in Nijmegen heeft gelopen en wenst mij veel succes.

Newcastle-St. Bees. De afstand naar het station is toch nog zo groot dat de bus er ruim een half uur over doet, maar ik heb tijd genoeg omdat mijn trein pas om 11.24 uur zal vertrekken. Bij een stalletje haal ik een grote beker koffie. Dan lees ik op de vertrektabel dat er om 10.24 ook een trein naar Carlisle gaat en besluit dan om die te nemen, dan zien we daar wel weer verder. De trein, een dieseltje, gaat dwars door het land naar het westen en je krijgt al een idee hoe dun bevolkt het noorden van En-

geland is. Hoe meer naar het westen we komen, hoe mooier weer het wordt. Vanochtend nog dikke bewolking in Newcastle en bij Carlisle is het een schitterende blauwe lucht.

Nu blijkt dat de tijdswinst weer teniet wordt gedaan, want voor de aansluiting naar Whitehaven moet ik toch weer wachten op de latere trein van Newcastle! Het laatste stukje wordt uitgevoerd door de Cumbrian Coast Line, en na het dorpje Manyport loopt het spoor bijna over het strand met een schitterend uitzicht op de zee. Uiteindelijk kom ik om 14.25 uur op de eindbestemming in St. Bees aan. Alles precies op de minuut nauwkeurig volgens het tijdschema van de spoorwegen. Het stationnetje ziet er nog uit zoals een honderd jaar geleden en lijkt zo uit de TV-serie te komen van 'Mr Beecham'.

Tomlin Guest House. Bij het verlaten van het station kijk ik wat rond om de weg te nemen naar het eerste geplande B&B-adres wat vlak bij het strand moet zijn. Een mevrouw spreekt mij aan en vraagt belangstellend of ik wellicht een overnachtingsadres zoek. Zij neemt ondertussen van twee andere personen die ook uit de trein zijn gestapt de bagage over en doet die in haar auto. Ik antwoord dat ik eigenlijk op weg ben naar een B&B op de Beach Road en - hoe bestaat het! - zij geeft aan dat zij dat zelf is. Dus ook in de auto mee en we worden keurig geïnstalleerd op een prachtige kamer met uitzicht over de Ierse Zee en maar 50 meter van het beginpunt. Mijn mede-overnachters - Duncan en Christie uit Yukon, Canada - hebben ook het plan om de C2C te doen. Zij laten

Zaterdag 14 september 1^e Etappe

De kustlijn. Na een redelijk goede nachtrust staat er een uitgebreid Engels ontbijt klaar en om 08.45 uur afscheid genomen van mevrouw Whitehead van het 'Tomlin Guest House'. Mijn Canadese collega's Duncan en Christie ook veel succes gewenst en zo worden de eerste schreden gezet op de 'Coast to Coast' route. Natuurlijk eerst naar het startpunt waar ik aan een



jongen vraag of hij van mij een foto bij het muurtje wil maken, wat geen probleem is. Het laatste ritueel is om met de schoenen het water van de Ierse Zee aan te tippen en dan gaat het steil omhoog tegen de kliffen die 300 ft boven zeeniveau liggen. Een smal pad volgt de kustlijn (soms akelig dicht langs het randje) en je hebt een fantastisch uitzicht over de zee.

Regelmatig moet je een

opstapje (stile) over klimmen bij een heg of omheining.

St. Bees Head is verdeeld in een South Head en North Head en wordt onderbroken door de Fleswick Bay, een

hun bagage elke dag met een speciale 'Backpack Shuttle Service' vervoeren naar de B&B-adressen, waarvan de bekendste de 'Sherpa Van' is. Ook het probleem van de eerste geplande Y.H. wordt opgelost, die hoort bij het dorp Ennerdale Bridge en een telefoontje geeft aan dat er plaats genoeg is.

Later in de middag nog langs het strand gewandeld en een stukje van de route gevolgd over de kliffen richting Whitehaven. Bij het strand staat een muurtje met informatiebord over de C2C, en de aankondiging dat dit het officiële startpunt is. Dan nog een mooie 'pebble' uitzoeken, want volgens Wainwright dien je een steen van het strand mee te nemen in je rugzak en deze bij aankomst op het strand van de Noordzee te deponeren.

St. Bees. Het dorpje St. Bees stelt niet zo veel voor, maar de geschiedenis gaat toch al terug tot het jaar 650 toen er een klooster werd gesticht. Verder zijn er een paar winkeltjes, hotels en een camping. In de Post Office kun je alle informatie over de C2C krijgen en zelfs souvenirs daarvan kopen. Eerst maar eens lopen. De tuin van het Queens Hotel is een mooie plek om een biertje te drinken en te dineren. Nog een keer over het strand wandelen, het is inmiddels eb geworden, en terwijl de ouderen ook een ommetje maken vermaakt de jeugd zich door met brommers over het strand te scheuren. Een telefoontje naar huis en een SMS'je naar dochter en schoonzoon die op huwelijksreis in Schotland zijn - hier dus niet ver vandaan - en dan op tijd naar bed.

SAINT BEES - GILLERTHWAITE Y.H.

diepe insnijding, wat betekent dat je steil naar beneden moet tot aan het strand en daarna weer bijna loodrecht omhoog de North Head op. Door de vele wandelaars die de C2C al gedaan hebben, is er een soort trap ontstaan in het pad. Toch kost het heel wat zweetdruppels. Opmerkelijk is dat je boven totaal niets hoort van het gebeuk van de golven tegen de rotsen en ook de vogels hoor je niet. Het is vandaag prachtig helder weer en de temperatuur loopt al aardig op. Helaas kan ik het eiland Man in de Ierse Zee niet zien. De vuurtoren wordt gepasseerd en na 4 mijl worden de cliffs verlaten.

West Cumbria. Een landweggetje komt uit in het dorpje Sandwith en het pad gaat langs een paar boerderijen. De hekken door het land zijn dicht, maar de markering is hier nog duidelijk, dus over het erf en de weilanden waarbij de boer vriendelijk wordt gegroet. Op 6 mijl kan ik mijn bidon met water vullen bij "Bell House" en dan gaat het mis. Het pad gaat duidelijk rechtdoor maar ik kom niet bij het spoortunneltje uit. Dan maar een stuk terug en door het weiland naar beneden waar de spoorlijn is. Op goed geluk loop ik tegen het tunneltje aan en probeer de route verder te volgen. Ik kom er achter dat de markering soms te wensen overlaat en zeker niet zo goed is als de LAW's in Nederland. Het weiland is erg nat (a very muddy path skirts through the fields) en er moet een omweg worden gemaakt om droog aan de andere kant te komen.

Dan krijg ik weer een tunneltje, nu van een voormalige spoorlijn, waarvan er nog vele zijn uit het tijdperk van de kolenindustrie. Het is nu een fietspad en even later kom ik door het dorp Moor Row. Nog een paar keer passeer ik de slingerende 'disused railway' en na het oversteken van de 'River Ehen' arriveer ik in het dorp Cleator en zijn er 9 mijl afgelegd. Tot nu toe zit het tempo er aardig in al is het toch overal heuvelachtig. Het zijn best leuke paadjes, alleen zijn de draaihekjes en poortjes (gate) erg krap om met een rugzak door te moeten gaan. Regelmatig komen mij wandelaars tegemoet die de C2C vanaf de andere kant zijn komen lopen en het er dus bijna op hebben zitten.

Dent. Bij boerderij 'Black How' geeft mijn map aan dat ik een nieuwe route moet volgen omdat de oude route over de berg Dent niet meer gebruikt mag worden vanwege natuurbescherming. Een man bij een huis waar ik mijn bidon kan vullen zegt echter dat het pad over de berg Dent dit



jaar weer is opengesteld en dat dit veel mooier is (en zwaarder!). Door een dennenbos gaat het modderige pad steil omhoog en ik moet een paar keer stoppen om even uit te blazen voordat ik boven ben. De top ligt op 1131 feet (420 meter) en het uitzicht is magnifiek!! Naar het oosten toe zijn de contouren van het berglandschap al goed te zien met als hoogste top de 'Scafell Pike'. Dat is iets voor de volgende etappe. Er is van de andere kant net een groepje wandelaars aangekomen en we maken een praatje met elkaar. En natuurlijk moeten er foto's gemaakt worden.

Naar Ennerdale Bridge. Ik laat het groepje achter en begin aan de afdaling in de richting van een donker bos. Een wandelwijzer geeft aan dat de route linksaf gaat en volg een breed pad naar beneden. Toch klopt het niet met mijn routekaart en aan het einde van het pad zie ik dat ik nu op de 'nieuwe route' zit en totaal niets opgeschoten ben. Dan deze maar volgen, maar hier zijn helemaal geen markeringen te vinden en het wordt een beetje dwalen. Bij Meadly

Reservoir, een stuwmeertje, is net een visser zijn spullen aan het inpakken en ik vraag wat de beste weg is naar Ennerdale Bridge. Door de weilanden gaat niet, vanwege de hoge muurtjes, maar hij wil mij wel even met zijn auto op de juiste route zetten. Vlak voor het dorp en op de goede weg nemen we afscheid en ik vervolg mijn weg. River Ehen wordt overgestoken en over een vlakke asfaltweg gaat het tot het 15 mijl punt.

Ennerdale Water. De rivier wordt nog een keer overgestoken en een pad gaat achter de grote boerderij 'Grag Farm House' langs naar het Ennerdale Water. Het is een van de grote meren van het Lake-District en het meest westelijk gelegen. Het is er nog niet toeristisch druk, ook omdat er geen boten mogen varen. De C2C volgt de zuidkant van het meer en voorlopig gaat het erg gemakkelijk over een slingerend paadje. Het is hier schitterend !! Ik passeer een jongedame die een rondje om het meer heen wandelt (± 6 mijl), wat vele dagwandelaars doen, en al pratend wandelen wij samen verder. Na het passeren van 'Angler's Crag', een rotsformatie, wordt het een stuk moeilijker. Veel klimwerk tussen de rotsen door en we hebben soms handen en voeten nodig om er door te komen.

High Gillerthwaite Y.H. Aan het einde van het meer bij de 'River Liza' scheiden onze wegen zich en ik volg een breed zandpad naar Gillerthwaite. Het enige huis wat er in de totale eenzaamheid staat is de Youth Hostel en het is al 17.00 uur dat ik er aan kom en volgens de map 19 mijl heb afgelegd. Het is toch een stuk zwaarder dan het wandelen in Nederland en zeker met een rugzak. De beheerder is net aangekomen want nu blijkt dat de Y.H. pas om 17.00 uur opengaat. Er zijn nog een aantal gasten gearriveerd, en we krijgen een kamer toegewezen. Omdat ik de enige mannelijke gast ben, heb ik een vierpersoonskamer voor mezelf alleen.

Het is er nogal primitief, elektriciteit wordt opgewekt door een aggregaat en als die het niet doet zijn er overal gaslampjes. Ook is het de bedoeling dat je eventjes meehelpt in de keuken en de eettafels in orde maakt. Eerst belt de beheerder voor mij naar de Youth Hostel van Grasmere voor een plaatsje en het avondeten. Er zijn in Grasmere twee Y.H.'s en ik kies voor 'Thorney How', die op de route ligt. Dan maar eens douchen (er is er maar één!) en de natte (zweet)kleden kunnen drogen in een droogkamer. De avond wordt doorgebracht met een gezellig babbeltje onder elkaar en na een biertje en het maken van een etappeverslag is het vroeg naar bed, want morgen zal het een erg zware dag worden door de bergen van het Lakeland.

Wordt vervolgd.

Het Lauwersmeergebied

Door: Christiaan Koehler

Bij het lezen van een lovend artikel in het Eindhovens Dagblad van 13 12 2003 onder de kop "LAUWERSMEER voor jaren beschermd" kan ik niet nalaten een vreugdekreet te slaken.

Hoera! We zijn een nationaal park rijker: het 'Lauwersmeergebied'.

Het informatieve verhaal eindigt met een verrukkelijk toetje: maar liefst 250 hectaren voormalig militair terrein in de Kollumerwaard gaan terug naar de natuur!

De Marnewaard, het voormalig buitendijks land oostelijk van het Lauwersmeer, hebben wij met veel goede herinneringen in alle uithoeken zowel te voet als fietsend doorkruist. Ga er heen, begin in het vriendelijke dorpje Vierhuizen en struin naar Lauwersoog of omgekeerd. Neem een verrekijker plus een welgevulde knapzak mee en trek je niks aan van weer, wind, regen of een brandende zon.

Het LAW Wad- en Wierdenpad is zo nodig een uitstekend rugsteuntje om in Lauwersoog te beginnen. En als je van plan bent dáár te starten vergeet dan niet even de haven aan te doen voor een hartversterking: nieuwe haring!

Met rugwind is het zalig wandelen langs de oever van het Nieuwe Robbengat op weg naar het jonge bos in de Marnewaard. Je krijgt daarbij bovendien het prettige gevoel om over een voormalige zeebodem te lopen. Het uitzicht over het water is fantastisch. Duizenden watervogels houden de wandelaar bezig. De lucht is vol van hun gekwetter en gesjilp. Brutale sterns scheren rakelings langs je hoofd. Meeuwen wekken de indruk met je me te willen zeilen naar de randen van het Marnebos.

De nog lang niet uitgegroeide bomen laten zien, dat zij bij het Staatsbosbeheer in goede handen zijn. Maar toch, zo halfweg komt er even een eind aan de pret; een militair kampement doemt op. Talloze borden herinneren de wandelaar aan de gulle gastvrijheid de paden te mogen betreden zolang hij de voorschriften maar respecteert en de rode banier niet wappert. Je doorkruist namelijk met de gratie van het Ministerie van Defensie een smakeloos militair oefenterrein met doorwaadbare plaatsen voor amfibievoertuigen. Je passeert veelkleurige hoge nep-panden, die kennelijk dienst doen om de hedendaagse militair bij te brengen hoe je een stad moet uitroken en de vijand verjagen; je reinste speelgoed, schaal 1 : 1. In het weekend is de polder voor de vijand gesloten, dan valt er geen schot en kun je redelijk vrij struinen.

De enige levenstekenen in deze troosteloze enclave komen van talloze konijnen en enkele reeën. Vogels, wat meeuwen uitgezonderd, laten zich hier nauwelijks zien. Zij hebben een betere stek aan de waterkant.

De paden zijn breed, onverhard en goed begaanbaar. Een enkel bochtje daargelaten lijkt wel alsof de landinrichters uitsluitend te werk zijn gegaan onder het motto: 'recht toe recht aan Jan, dan zijn we gauw klaar!'

Maar zij hebben gelukkig ook voor verrassingen gezorgd zoals hier en daar 'n bankje en bovenal de lichtkleurige schelpenpaadjes; elke stap gaat gepaard met zo'n heerlijk knisperend geluidje.

Einde polder stappen we op de Lauersdijk, een miezerig aftreksel vergeleken bij zijn enorme plaatsvervanger op de bekende deltagoogte. Een gedenksteen herinnert aan de 'Overstroming der Westpolder op 30 januari 1877'.

Het is nauwelijks te bevatten, dat dit dijkje het beukende zeewatergeweld heeft weten te trotseren. De Ignatiusvloed van februari 1953 deed op deze zwakke plek de deur dicht; de buitendijkse waard inclusief de Lauwers-

zee werden daarna ingedijkt. Niet ver van de oude zeedijk komt in een kale polder 'Torum', de eerste boerderij in zicht. 'n Prachtig staaltje Groninger bouwkunst omgeven door een tuin om te likkebaarden. Daar loopt je niet zomaar aan voorbij!



Kort daarna komt het ogenschijnlijk verloren dorpje Vierhuizen, dat óók gezien mag worden. Van verre laten de draaiende wieken van de dominerende korenmolen 'De Onderneming anno 1885' zien, dat we welkom zijn. Dat zijn we trouwens ook in herberg 'Het lachende Paard'. De deur zit weliswaar op slot maar bij een ommeegang langs het pand opent de uitbater spontaan de achterdeur en zegt: *"Ik zag jullie al aankomen en dacht: ik ben net zo hard aan koffie toe als die wandelaars. Al ben ik gesloten, kom binnen en doe mee."*

Midden in dit terpdorpje staat op een nog hogere terp een juweel van een kerkje.

Een gevelsteen vertelt, dat in 1840 de zadeldaktoren is afgebroken. De rest van het gebouwtje kreunt van ouderdom en heeft dringend een flinke opknapbeurt nodig. Op een van onze latere doorgaande tochten treffen we op de grasmat vóór de kerk dorpsbewoners aan de koffie; we mogen spontaan aanschuiven. Binnen is er een expositie gaande van voortbrengselen van locale kunstenaars. Maar ook vlijtige bewoners laten maar al te graag zien hoe zij met naald en draad, papier en potlood tot figuurzaag toe, op een leuke manier weten om te gaan.

Zo zie je maar weer, waarin een kleine gemeenschap groot kan zijn en er bovendien een gezellige sfeer bij weet te scheppen.

Maar alle goede bedoelingen en offers kunnen het in verval zijnde bouwwerkje helaas niet redden. Monumentenzorg en de Stichting Oude Groninger Kerken zouden onlangs hun beurs op een kiertje hebben gezet en ligt de redding in het verschiet.

Van uit Vierhuizen liggen prachtige wandeltochten op het Groninger land voor het oprapen. Eén ervan is het Wad- en Wierdenpad. Jan de Boer uit Warffum heeft zich met zijn gezinsgenoten op zeer verdienstelijke wijze uitgeleefd in het ontwerpen en beschrijven van deze interessante en prachtige route. Alleen al het lezen van de beschrijving met de kaart op schoot is een feest op zich.

Een beetje bergen als hekkensluis van het clubreizenseizoen.

Ad van Asten

Op de laatste zaterdag in oktober nam clubreizen ons mee voor een wandeling over de GR 573 tussen Heusy (Verviers) en Eupen. We reden met twee bussen van de Fa. van Hoof en een personenwagen die tevens de verzorgingsaanhanger meetrok. De bus, die Eindhoven aandeed, was bijna vol en we hoefden daarom niet naar Weert zodat Jan, onze chauffeur, meteen kon doorrijden naar Heusy, een voorstadse buitenwijk van Verviers.

In navolging van het succesvolle initiatief van vorig jaar om een extra busreis in januari te organiseren, liet Coby een lijst in de bus circuleren waarop we kenbaar konden maken of we het idee ondersteunden om begin volgend jaar mee te gaan met een extra clubtocht. In onze bus bleken 42 liefhebbers te zijn om een dergelijk voorstel bij de commissie in te dienen. Later op de dag liet Toon ons echter weten, dat de commissie het idee niet zou uitwerken omdat januari een te riskante periode is om een clubwandereis te organiseren.

Op onze rendez-vous (we zijn in Wallonië) staan Jan Hendrix en Toon van Wordragen al op ons te wachten met de routebeschrijving. Toon heeft ook nog een huishoudelijke mededeling vooraf en dat gaat over soep die vandaag wel weer heet zal zijn, maar dat er bovendien naartoe gewandeld moet worden en wel rechtstreeks vanaf de koffie en de plas in de Brasserie van het warenhuis hier op de hoek! We zijn nog even gaan kijken!

Aan de hand van de voorinformatie zijn we toen maar gaan wandelen en dat bleef zo'n beetje duren tot we de eerste markeringsstekens vonden. Ondertussen kreeg ik de kans om iets van de uitstraling van het stadje op te merken.

Bijna als afgesproken lag 'ook hier' de stoep (trottoir) helemaal opengebrouwen en daarom wandelden we gewoon over de rijbaan. Over het plaatsje zelf staat niets geschreven, alleen dat er een bushalte is en een kerk, maar het heeft nog de uitstraling van een gegoede buitenwijk van het aloude Verviers. Was dat niet ons eerste en enige Franse woord dat we op de lagere school leerden, de meester zelf kende er waarschijnlijk ook niet meer! Nadat Verviers al vanaf de middeleeuwen bekendheid genoot om haar wolindustrie kreeg de plaats in 1651 stadsrechten en de straten, zo wil de geschiedenis: 'getuigen nog steeds van die tijden'. En dat willen ze natuurlijk zo houden, vandaar het onvoorziene ongemak zoals in de meeste plaatsen gebruikelijk is.

We vinden onze markering en om er in te komen laat de helft van de groep dan meteen horen dat ze mee lezen: zo schijnt Nicolaas Defrêcheux een dichter te zijn geweest die 129 jaar geleden stierf, vandaar dat er een redelijk brede dalende asfaltweg naar hem vernoemd werd. Het zou nooit in OLAT-Nieuws zijn gekomen, ware het niet dat Toon een andere invalshoek voor ons bedacht dan de schrijver van deze wandelroute. Toon is geen dichter kun je dan stellen, maar dat heeft niets met deze route te maken.

Wij slaan dus linksaf bedoelde dalende asfaltweg in; hier staat ter verduidelijking in onze gids: schuin rechts de straat inslaan, derhalve rechtdoor lopen en daarbij voor de rechtse tak van de Y-splitsing kiezen. Dus als u daar nog eens komt, denk dan aan deze formulering!

Zodra de spraakverwarring weer in de jaszak is verdwenen zijn er ook geen problemen meer met de route en worden asfaltweg en verharde weg weldra de gebruike-

lijke aardeweg met kiezel, gras en gaten. Mijn eerste plaatje maak ik door het struikgewas van een kasteeltje dat een eindje van ons pad af ligt.

We wandelen een poos onder de beschutting van wat struikgewas en komen dan plotseling bij de eerste glooiingen, die we afdalend nemen. De toppen van de bergen liggen hier zo'n beetje tussen de 225 en de 350 m. De



dorpjes waar we af en toe doorheen lopen zijn niet veel meer dan gehuchten met een kerk; ze behoren allemaal tot de agglomeratie Verviers zoals vaak ook in de plaatsnaamaanduiding wordt meegenomen.

Af en toe kruist ons pad een riviertje, maar veelal wandelen we over veldwegen om dan weer zo'n donker bos in te gaan. Een groep 'prestatiewandelaars', ze dragen de naam van hun club trots op de rug, haalt ons in en de gebruikelijke begroetingen gaan over en weer. Op een splitsing van bospaden probeert een Waalse chercheur de tekst te ontcijferen op een herinneringskruis dat daar bijna 2 eeuwen geleden werd geplaatst. Was het een wandelaar die van Verviers naar Eupen trok en op die plek wreed werd vermoord, wie zal het zeggen? Vandaag en meestal ook op andere dagen is het rustig in bossen aan de rand van de Hoge Venen, de Eifel en de Ardennen.

Omdat we een beetje in een 'onbepaald gebied' rondlopen, krijgen we van alles een beetje voor onze voeten en in ons gezichtsveld: vlak, glooiend en zelfs nu en dan een heuveltje of zijn het gewoon spontane dalingen of stijgingen in het landschap!

Even pakken de wolken zich samen en het dreigt zelfs te gaan regenen, het blijft gelukkig bij een paar druppels. Omdat we de koffie aan het begin van de tocht gemist hebben, zijn we nu op zoek naar een cafeetje dat ons wil

ontvangen. Maar, noch in het plaatsjes Verviersfontaine, noch in Hevremont is enig teken van leven te bespeuren, laat staan een café met open deur.

We naderen nu het dal van de Gileppe, genoemd naar een rivier die in het reusachtige Hertogenwald ontspringt om daarna samen te vloeien met de Vesdre. Tenminste dat was altijd zo, totdat iemand op het idee kwam een dammetje in de rivier te leggen. In de rijke textieldagen van Verviers waren ze maar al te blij met dat idee en zo ontstond hier een stuwmeer. We hebben het allemaal wel eens gezien, dat grote beeld van die leeuw op de dammuur in de Gileppe! Ons pad voert er vandaag niet langs, maar we krijgen wel even een fantastisch uitzicht over het dal, juist voordat er nog enkele capriolen nodig zijn om weer beneden te komen. Het zijn vooral de smalle doorgangen van het ene weiland naar het andere, die ons regelmatig uitnodigen om de buikspieren wat in te trekken!

Dan bereiken we Halloux en even verderop een statig gebouw, dat staat aangeduid als 'staats eigendom', erachter liggen de gebouwen van een 'pensionnat'.

Ofschoon de route niet door het plaatsje Limbourg leidt, besluiten we daar toch maar een kijkje te gaan nemen.

We wandelen langs een eeuwenoude muur het stadje binnen. Hier heeft de tijd stil gestaan. Via een smalle toegangsweg naar het centrum komen we op een soort marktplein met een laan in het midden die omzoomd



wordt door lindebomen. Het plein is omringd door statige huizen van zo'n 400 à 500 jaar oud. De bestrating is al even uniek: kleine steentjes die als het ware op hun kant tot een geheel zijn geworden. We halen ons de straatjes van Thorn voor de geest en vermenigvuldigen dat met ongeveer een schoonheidsfactor 5.

In een van de oude panden wordt een brasserie, annex bakkerswinkel gerund door een familie die er wel een heel precieze openingstijd op na houdt. Op het moment dat wij daar aankomen, om precies te zijn 10 over 12 wordt de zaak voor de klanten opengesteld. Het duurt even voor de koffie op de juiste temperatuur is, maar dan wordt ons ook een heerlijk bakje voorgezet, met daarbij een warm kersenvlaaitje met slagroom! Zo word je zelfs

tot in het buitenland nog door de bekoringen van Marinus achtervolgd!

Terwijl we daar zitten te bekomen, stroomt de hele zaak vol met lokale en interlokale bevolking, geen nood: de schuifdeuren gaan open en er is weer een nieuwe 'antieke' zaal in bedrijf. De hele familie: pa, ma (de baas) dochter en zonen weten zo in die kleine drie kwartier dat wij daar zitten een aardig dagloontje bij elkaar te verdienen.

Al bij al is het een prachtig plaatsje, dat vroeger werd beheerd door een kasteelheer die vanuit zijn hooggelegen vesting de buurt onder controle hield. De Fransen hebben het hele zaakje in 1677 echter de lucht in laten vliegen. Er staat niet bij vermeld of de kasteelheer toen thuis was, of in de kerk zat; in het laatste geval zal hij gespaard gebleven zijn, want de oude St.Joriskerk staat al overeind vanaf de 12^e eeuw.

We verlaten Limbourg langs dezelfde weg die ons er binnen bracht. Als we op het kronkelende halfverharde pad even naar links kijken zien we in een vergezicht het stadje beneden ons liggen in het dal.

We maken daar een rondtrekkende manoeuvre en zien even later het kerkje van Limbourg weer hoog boven ons op de rotsen. Het moet in vroeger eeuwen een erg belangrijke plaats zijn geweest, want het markante herkenningspunt zie je nog lang vanuit de verte.

Vorbij Goe -de plaatselijke bakker is daar, helaas op de dag voor onze doorkomst overleden- gaan we weer dezelfde oefeningen met de buikspieren doen als eerder op de dag. Omdat het gras bij de burens altijd groener is, trekken we ook nu van wei naar wei totdat we tot het besef komen dat we toch een uitgangetje gemist moeten hebben. Kijk, dan wordt Joop actief en Piet zoekt naar elke gaatje om maar niet al die stappen terug te hoeven doen! Na een paar honderd meter, voor de kenner al gauw een kilometer, vinden we het likje verf dat we over het hoofd zagen.

We wandelen verder door een stijgende bosrand met rechts van ons een prachtig uitzicht op ongerepte natuur. De natuur zorgt vandaag voor afwisselende panorama's, zo wandel je door weilanden of langs landbouwgrond, dan weer langs meidoornhagen of door een bos. Juist als we weer zo'n onleesbaar geraakt opschrift van een herinneringskruis proberen te ontcijferen, gaat de 'detector' over: het is Francien die ons de hartelijke groeten stuurt vanuit ons edele Brabants land.

We komen in Membach. Midden in het dorp heeft ons verzorgingsteam een post ingericht en we genieten daar van een heerlijk soepje. Dini laat weten dat ze inmiddels haar knieoperatie achter de rug heeft. Als de therapie naar wens verloopt wil ze zeker de volgende keer weer van de partij zijn!

Ongemerkt zijn we in het Duitstalige gebied terecht gekomen en in de verte zien we een dubbele toren, een teken dat we in de buurt van Eupen geraken. We lopen nog even naar een kerkhof dat even buiten het plaatsje ligt en

ons valt op dat er veel personen begraven liggen uit de periode 1914-18 en 1940-45 zonder dat uitdrukkelijk vermeld staat dat het een oorlogskerkhof betreft.

Dan gaan we weer de wei in, de poortjes staan er plompverloren bij, meidoornhagen worden echter wel benut om er doorheen te lopen. Ook midden in een wei twee levensgrote betonnen palen, het blijken grenspalen te zijn vanuit de tijd dat de Oostkantons nog Duits grondgebied waren.

Langzaam bereiken we de buitenwijken van Eupen. Eerst wandelen we door een soort open scholengemeenschap, tevens woongemeenschap met diverse voorzieningen. Waarschijnlijk een typisch Belgische instelling die ons vreemd is.

We bereiken de bovenstad van Eupen. Op een zeker ogenblik komen we op een plek waar we de gehele benedenstad kunnen overzien. Rechts een groot fabriekscomplex, waarschijnlijk de chocoladefabriek van Jacques. In het midden de kerk van de benedenstad, ook Haas genoemd. Daar ergens ligt onze finish.

Eupen is de hoofdstad van de Oostkantons, die pas sinds 1920 tot het Belgisch koninkrijk behoren. We dalen nu af naar de benedenstad over een smal pad dat aan het einde overgaat in trappen. Bij een verkeersweg gaan we naar rechts en komen bij het riviertje dat de hele dag Vesdre heette, maar nu opeens Weser wordt genoemd. Hoe zouden de Vlamingen dat opgelost hebben?

Afgesproken is dat we samen komen bij 'Café Zur Weserbrücke', dat meteen wordt gevonden. Omdat het pas kwart over drie is, hebben we nog ruimschoots de tijd



even door het centrum te lopen en bij een patisserie annex bakkerswinkel wat leefstof voor de komende week in te slaan!

Nog even kwajongensstreken op een prentje zetten en dan weer terug naar ons afscheidsfeestje.

Het was vandaag geen opwindende dagetappe in de Belgische bergen, maar voor een keertje best leuk. Het was tevens het einde van een geslaagd clubreisseizoen. Met dank aan de organisatie en de gezelligheid van jullie allen. Ook dank aan de beide buschauffeurs die ons weer een heel seizoen lang veilig uit- en thuisbrachten.

Keurig op tijd vertrekken we terug naar huis.

Tot ziens na de winterstop, begin maart, als we nu eens heel dicht bij huis op verkenning gaan in de Vlaamse Zuiderkempen! Het zou per fiets kunnen!

Informatie over de OLAT-winterserietocht op 18-1-2004 in Elsendorp

We vertrekken vanaf Café Howard's, gelegen aan de Ripseweg 2, dat is vooraan in Elsendorp bij de Middenpeelweg. Ons vertrekpunt ligt in een bosrijke omgeving en er is ruime parkeermogelijkheid.

Vanaf de start gaan alle afstanden eerst in zuidelijke richting om daarna weer af te buigen naar het zuid – oosten. Daar wandelen we door natuurgebied De Krim van het Brabants Landschap. Verder naar het oosten komen we op het landgoed de Grote Slink- Bunthorst, dat eveneens eigendom is van het Brabants Landschap.

In deze mooie omgeving bereiken we de eerste wagenrust.

Na de wagenrust buigt de 40 km af naar het zuid-westen. De overige afstanden gaan in oostelijke richting.

Tegen het einde van de wandeltocht, als iedereen weer ongeveer in dezelfde richting wandelt, gaan we door het bos- en heidegebied van Staatsbosbeheer bij St. Anthonis om daarna via wagen- en caférust terug te keren naar het eindpunt in Elsendorp.

De routebouwers en verzorgers wensen u een prettige wandeling.

3^e tocht 37^e OLAT-winterserie

**zondag 18 januari
café-restaurant Howard's
Ripseweg 2 Elsendorp**

40 – 30 km 8.00 uur – 9.30 uur

20 – 15 – 10 km 9.00 uur – 12.30 uur

kinderen tot en met 12 jaar krijgen 50 % korting op het inschrijfgeld

informatie: Marinus van Roosmalen ☎ 0413-475467 e-mail: mvroosmalen@tridodsl.nl