



OLAT NIEUWS

IN DIT NUMMER

JAARGANG 32 • NUMMER 9 • SEPTEMBER 2006



De 100.000 van Constant 14-15



7-Dorpentocht 21



De Apeldoornse vierdaagse 26-28



Vierdaagse 2006 30-31-32

*Tijdens de eerste dag van de
Kempische Wandeldagen*



Clubblad van wandelsportvereniging OLAT

Olandse Lange Afstand Tippelaars

Opgericht 23 november 1967

Lid van de KNBLO-Wandelsportorganisatie Nederland

Aangesloten bij: KNAU en NFV (IVV)

Voorzitter

Marinus van Roosmalen
Hoge Vonderstraat 7, 5492 CH St.-Oedenrode
Tel/Fax 0413 475467, mvroosmalen@tridodsl.nl

Vice-voorzitter

Theo Tromp
Daalenbroek 32, 6002 VN Weert
0495 450325, m.h.tromp@hccnet.nl
Internet web-postmaster www.wandel-olat.org

Secretaris

Kees van Vessem
Diepmeerven 112, 5646 HC Eindhoven
040 2110413, keesvanvessem@tiscali.nl

Penningmeester

Jos van den Berselaar
Postbus 6155, 5600 HD Eindhoven
040 2524404, j.f.c.j.vande.Berselaar@freeler.nl
Banknummer OLAT 13.82.11.736
Gironummer OLAT 17.75.156
t.n.v. penningmeester OLAT, Eindhoven

Bestuursleden**Toon van Wordragen**

J. v. Stolbergstraat 10, 6006 ZM Weert
0495 537775, toon.van.wordragen@hetnet.nl

Ad Verbakel

Pastoor Bogaertsstr. 12, 5469 EZ Keldonk
0413 212161, adverbakel@zonnet.nl

Paul Canters

Verdilaan 3, 5707 RG Helmond
06 16885375/0492 550154, paul.canters@hetnet.nl

Joop Wesseling

De Turfkamp 6, 5258 EN Berlicum
073 5033322, joopwesseling@hetnet.nl

Notuliste Bestuursvergadering

Mariet Ahlers

Ledenadministratie

Jet van den Berselaar-Dreesen
Postbus 6155, 5600 HD Eindhoven
040 252 4404, j.f.c.j.vande.Berselaar@freeler.nl

Startbureau

Jos van den Berselaar, 040 2524404

Boetiek

Mia Dielesen/Francien vd Laar,
040 2552742/0499 471298

Parkoersen

Ad Verbakel, 0413 212161

OLAT-verzorging

Algemeen Willem Schoonhen, 06 48783069
Overnachting Vierdaagse Hein Lenders, 06 12074473
giro 2608214

ERELEDEN

Piet Knoester, Jos Koolent†, Hein Lenders, Marinus van Roosmalen, Theo Tromp en Jan van de Ven

DRAGERS VAN DE CORNELIS VAN MONTFORT TROFEE

Piet Knoester, Theo Tromp en Jan van de Ven

LEDEN VAN VERDIENSTE

Mariet Ahlers, Ad van Asten, Tonny en Bert de Boer, Jan Cortenbach, Mia Dielesen, Henk Plasman, Antoon Stoop, Ben van der Velden, Ad Verbakel, en Toon van Wordragen

Voorwoord

Langs deze weg willen mijn vrouw Leny en ik allen bedanken voor de vele reacties en kaarten die ze heeft ontvangen naar aanleiding van haar schouderoperatie.

Voor velen is de vakantie ten einde en de dagelijkse werkzaamheden verdienen weer de aandacht. Dat is ook het geval bij de wandelsportvereniging OLAT.

Op zondag 3 september hebben we onze vrijwilligersdag georganiseerd, deze keer gingen we naar Limburg.

Het eerstkomende evenement is de Lichtstadavondwandeling op zaterdag 7 oktober. Deze zullen we organiseren in samenwerking met wandelvereniging De Lichtstadstappers. Voor OLAT zal dit de laatste keer zijn. In 2007 ligt de organisatie geheel in handen van voornoemde vereniging.

Wij zijn alweer druk bezig met de voorbereidingen voor het nieuwe seizoen 2006/07, o.a. de winterserietocht op 15 oktober en de Grenzeloze tocht op donderdag 28 december 2006.

De natuur en de vogels gaan zich ook voorbereiden op de winter, dat is voor hen ook een nieuw seizoen. Neem bijvoorbeeld de grutto's: met hen gaat het als met Sinterklaas. In de dagen tot en met 5 december is iedereen vol van de gulle bisschop. Na pakjesavond is iedereen hem vergeten. Met jubel wordt hij ingehaald, op 6 december sluipt hij stilletjes het land uit.

Zo is het ook de grutto's. In de lente wordt er naar hen uit gekeken. De bladen staan vol gruttoverhalen, want hij is bedreigd en interessant. Maar bij zijn vertrek staat niemand stil. Ook de grutto's zelf zijn stil. Zwijgend verzamelen ze zich in vluchten en ineens zijn ze verdwenen naar het zuiden (Het Sinterklaas-effect). Je zou dit uit kunnen leggen als een soort rouw. Zo gaan deze vogels wandelen op de rijstvelden in Senegal, om daar hun voedsel te zoeken. Zij bereiden zich daar voor op hun terugkeer naar Nederland voor de voortplanting. Wereldreizigers dus, en dat herhalen ze jaarlijks.

Wij zullen als wandelaars maar niet zo ver van huis gaan, en we blijven in de winter merendeels in ons eigen land wandelen.

Ik eindig met de bekende spreuk:

DUS AAN DE WANDEL !

Tot oktober,

-Marinus van Roosmalen-
Voorzitter



OLAT COMMISSIES

Lange afstand- Prestatie- en Snelwandelen, LPS

Paul Canters (bestuursafgevaardigde), Henk Plasman
Theo Tromp, Piet van der Ree (secretaris)
Marinus van Roosmalen
Hans de Vries (wedstrijdsecretaris)
Stationsweg 136, 5611 BZ Eindhoven
06 20133971, havries@cappgemini.com

Clubreizen

Toon van Wordragen
Juliana van Stolbergstraat 10, 6006 ZM Weert
0495 537775, toon.van.wordragen@hetnet.nl
gironummer. 70.68.01, t.n.v. OLAT-clubreizen, Weert.
Simon Willems, Jan Hendrix, Theo Bouwmans.

Kempische Wandeldagen

Mia Dielesen
Diephuisstraat 24, 5652 PA Eindhoven
040 2552742, kwdagen@dielesen.demon.nl
Joop Wesseling, (voorzitter), Hein Lenders,
Jos van den Berselaar, Ad Verbakel,
Toon van Wordragen, Jacques Smits.

Wandelen op Dinsdag

Truus van Vessem, 040 2110413
Jos Scheepers, Kees van Iersel.

OLAT-Wandelwegen

Marinus van Roosmalen (b.a.),
Theo Tromp (Airbornepad)
Info: 0495 450325
Els de la Parra (Hertog Hendrikpad)
Tjeu vd Kerkhof (Graaf v Hornepad)
Ad Verbakel (Peellandpad)

OLAT-Nieuws

Redactieadres:
Busken Huetstraat 37, 5615 NH Eindhoven
olatnieuws@chello.nl
040 848 77 23

Redactie:

Peter van de Ven
Mirjam Kies
Joop Wesseling (bestuursafgevaardigde)
Marten Hogeweg (opmaak)

Verzending OLAT-Nieuws

Tjeu en Lies v/d Kerkhof, Conny Nakken

Druk

Ton Niëns, Weert

Inleveren kopij

Busken Huetstraat 37, 5615 NH Eindhoven
olatnieuws@chello.nl

voor plaatsing in het oktobernummer:

uiterlijk 17 september

*De redactie verwelkomt alle bijdragen van wandelaars.
Indien nodig kunnen stukken worden ingekort.
Leuke foto's kunnen wij altijd goed gebruiken.*

INHOUD OLAT NIEUWS 9

Voorwoord <i>Marinus van Roosmalen</i>	1
In Memoriam <i>Kees van Vessem</i>	2
Onze jarigen	3
Prikbord	4-5
Ledenadministratie	5
Wandelen op Dinsdag; Rooise wandelingen; Clubreizen; Winterserie	6-7
Clubkampioenschap; agenda LPS	8-10
Rondje om Texel <i>Klaas Bakker</i>	10
Wandeltrainingsweekend	11
KWD en Kempenlandtocht succesvol verlopen <i>Mirjam Kies</i>	12-13
Constant Dedel passeerde de 100.000 wandelkilometers <i>Mirjam Kies</i>	14-15
Wandelen en wat ik zoal tegenkom (28) <i>Christiaan Koehler</i>	18-19
WaddenWandelWeekend <i>Marion en Ben</i>	20
7-Dorpentocht <i>Peter van de Ven</i>	21
Barchemse 4daagse <i>Gerrit Arfman</i>	22
Ronde van het Veerse Meer <i>Theo Klanke</i>	23
Het geheim van de koffer <i>WOD-groep</i>	24
Op weg naar Santiago de Compostela (2) <i>Anneke & Herman Lieven</i>	25
Apeldoornse vierdaagse 2006 <i>Joop Reichenfeld</i>	26-28
OLAT-deelnemers 4-daagse van Apeldoorn	28
Constant aan de wandel <i>Constant Dedel</i>	29
Een 'onvergetelijke' Vierdaagse voor post 2 <i>Mirjam Kies</i>	30-31
Afblazen Vierdaagse strop voor OLAT <i>Mirjam Kies</i>	31
De onvoltooide 2006 <i>Marion en Ben</i>	32

Het bestuur van OLAT en de redactie van het OLAT Nieuws aanvaarden geen enkele verantwoordelijkheid voor de inhoud van de gepubliceerde advertenties in het clubblad van wandelsportvereniging OLAT.

IN MEMORIAM

Toos Geerts - van de Wiel



Op 4 juli is Toos Geerts na een langdurige ziekte op 67-jarige leeftijd overleden. Toos was vooral bekend bij de wandelaars van Wandelen op Dinsdag, waar zij jarenlang een trouwe medewandelaar was. Zij was niet alleen graag gezien als wandelaar, maar werd ook erg gewaardeerd om de persoon die zij was. Altijd klaar voor een praatje met iedereen over elk denkbaar onderwerp. Zeer sociaal betrokken met alle mensen om haar heen.

Op de dinsdagen buiten het WOD-programma liep zij samen met een klein clubje vrienden hun eigen routes en ook bij de winterseries was zij regelmatig aanwezig. Vorig jaar heeft zij samen met haar André nog kunnen genieten van een prachtige wandelvakantie op La Gomera. Graag was ze nog een keer terug gegaan, maar helaas zat dat er niet meer in.

Ook toen de vitaliteit minder werd en de wandelingen haar te veel werden, liet zij haar sociale gezicht zien door soms bij de start of finish van de wandeling aanwezig te zijn en nog eens een praatje te maken met oude bekenden.

Op haar rouwkaart lazen we de volgende tekst:

*Herinner mij niet in sombere dagen
herinner mij in de stralende zon
hoe ik was, toen ik nog alles kon*

Toos, dat zullen we doen.

André, kinderen en kleinkinderen, veel sterkte toegewenst!

-Kees van Vessem-



ONZE JARIGEN

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

SEPTEMBER

16	Lilian Jansen	Oss
16	M. Paardekooper	Valkenswaard
16	Hanny Klumpkens	Eindhoven
16	René van Keulen	Geffen
16	Sjors Liebregts	Heeze
16	Trijnie v.d. Schans	Eindhoven
17	Peter Mariën	Bladel
17	André Geerts	Eindhoven
18	Piet Huyberts	Sint-Oedenrode
18	Henk Verhagen	Sint Michielsgestel
19	Dorine Dekker	Eindhoven
20	Ria van Gestel	Sint Michielsgestel
20	Benita van Erp-Verbake	Zijtaart
20	Anny van Asseldonk-van de Sanden	Zijtaart
21	Dorien Brans	Breugel
21	Jos van Zantvoort	Geldrop
21	Lydia ten Hoeve de Lig	Utrecht
21	Bert van Deursen	Rosmalen
21	Jolana Meeuwse	Boxtel
23	Theo Leijnsner	Eindhoven
24	Sjef Koolen	Nederweert Eind
24	Coby Cissen - v.d. Ven	Eindhoven
25	Theo van Boxmeer	Boekel
25	Maria van Emden	Eindhoven
25	Leo Buijtenweg	Eindhoven
25	Ria van den Bogaart	Helmond
26	Arie Evegroen	Ouderkerk aan den IJssel
26	Jan Soetens	Veldhoven
27	Piet de Ruijter	Breda
27	Harrie de Wit	Eindhoven
27	Piet de Ruijter	Breda
27	Bert Geeven	Sint-Oedenrode
27	Annelies Hund	Eindhoven
28	Tonny v.d. Rijt - van Gerwen	Sint-Oedenrode
28	Nelly van Roosmalen	Sint-Oedenrode

30	Sjef van Gestel	Eindhoven
30	Lammieke Kriekjes	Ermelo

OKTOBER

1	Louis Claassen	Eindhoven
1	Lon Kraan	Lommel (B)
2	Frits Benjaminsen	Eindhoven
2	Hennie Maathuis	Eindhoven
2	Jan Hendrix	Weert
2	Heerke van Doorne	's-Hertogenbosch
3	Johan Wijdeven	Veghel
3	Tonny Vogels	Uden
3	Annemieke Rensen	Raamsdonksveer
3	Mia Vaassen - Janssen	Valkenswaard
3	Marga Verduin - Smits	Sint-Oedenrode
4	Frans Peters	Sint-Oedenrode
5	Harrie Bont	Waalre
5	Vera Klaassen	Riethoven
5	Ania Heijmans	Neeritter
5	Paula Kersten	Uden
6	Mart Douven	Ospel
7	Ina van Kessel - van Erp	Eersel
7	Ilone Douma	Berkel en Rodenrijs
7	Carmen Mulders	Eindhoven
8	Eduard Dix	Ede
8	Jans van Griethuijsen-van Schaik	Hazerswoude Dorp
8	Diny Verschuijten - van Eijk	Sint-Oedenrode
8	Jan de Wit	Veghel
8	Wilma Gommers-de Baay	Sint-Oedenrode
9	Mariet Ahlers - Geurts	Eindhoven
9	Rina van der Heijden - van der Leest	Veghel
9	Theo Lormans	Leunen
10	Mariet Douven - Mackus	Ospel
12	Ruud van Woensel	Oost- West- en Middelbeers
12	Anny van Veggel	Deurne
12	Maurice Stassen	Eindhoven
13	Francien van Berkel	Erp
14	Anja van de Rijt	Sint-Oedenrode

Inleveren zomerpuzzel

Een twintigtal lezers heeft de oplossing van de zomerpuzzel in ons vorige nummer opgestuurd. Het was de bedoeling om in dit nummer de prijswinnaar bekend te maken, maar... in het vorige OLAT Nieuws is helaas niet vermeld wat de uiterste datum is waarop lezers hun oplossing kunnen inzenden.

Daarom is de termijn verlengd. De oplossingen moeten nu binnen zijn **vóór 1 oktober**.

Ook vakantiegangers krijgen dus nog een kans om 15 euro te winnen.

Stuur de oplossing naar Mirjam Kies,
Scheidingstraat 50, 5615 KN Eindhoven,
of mail naar mirjamkies@tomaatnet.nl





Theo Tromp ontving onderstaande brief van Willem H. van Heuven, PRESTON, WA USA

Zeer geachte OLAT leiding,

Graag maak ik van deze gelegenheid gebruik mij voor te stellen. Ik heet Willem H. van Heuven en woon sinds 1959 in Amerika. Mijn vader groeide merendeels op in Groesbeek en Wageningen. Gedurende de WW2 was hij krijgsgevangene in Indonesië. Ik ben daar geboren in 1941. Mijn familie heb ik nooit gekend, maar ik had wel altijd de wens om de streek van herkomst te bezoeken. Die kans kwam toen ik ineens de gelegenheid kreeg de 4-daagse 1994 te lopen. Toen ik door Groesbeek kwam kreeg ik 'kippenvel' op de armen en werd ik emotioneel getroffen. Ik nam mij voor om 'meer' te zien.

In 1995 kreeg ik de kans om uit een oude DC-3 met militairen uit Engeland, Amerika, Canada en Polen parachute te springen ter gelegenheid van de 50e herdenking van het einde van de oorlog. Al de factoren speelden een rol mij er toe te bewegen mij te verdiepen in de geschiedenis van Operation Market Garden.

Ergens in het najaar 2004 kreeg ik van een kennis een krantenknipsel waarin ik constateerde dat 'The Hell's Highway' een officiële wandeling werd. Met hulp van kennissen werd besloten de uitdaging aan te gaan. Het werd een hele bijzondere uitdaging, want zoals U nu wel gemerkt heeft, woon ik in het uiterste NW van Amerika. In Washington State, net ten Oosten van de stad Seattle in het plaatsje Preston, tegen de bergen aan.

Ik ben purser bij Northwest Airlines en heb de laatste jaren hoofdzakelijk de route Seattle-Amsterdam gevlogen. Ik kom 's morgens om 07.45 uur aan en vertrek de volgende dag weer om 13.00 uur. Tegen de tijd dat ik buiten Schiphol sta en ik mij moet melden de volgende dag ben ik zeker drie uur kwijt van mijn korte verblijf.

Toch was het mogelijk om na een de hele nacht (10 uur) gevlogen te hebben, het Airbornepad in etappes te lopen. Ik werd bijtijds opgehaald, verkleedde mij terplaatse en reed vervolgens naar Lommel om zo de eerste etappe te lopen. Bussen waren er wel, maar niet altijd op zondag, juist de dag dat mijn kennissen voor transport konden zorgen, dus moest het een paar keer met een taxi. In het najaar werd het gauw donker en was het soms moeilijk de groen-witte streepje te zien. Het weer was niet altijd medewerkend. De laatste etappen konden we gebruik maken van twee auto's en dat ging perfect.

Op 24 augustus 2005 liepen wij de eerste etappe en op 14 juli 2006 liepen wij Arnhem binnen, om in 9 1/2 dag (layovers) het parcours uit te lopen. (Net zo lang als de originele tocht). Het pad was indrukwekkend, mijn respect is vermeervoudigd, ik heb genoten van het landschap en ik heb zoveel geleerd....

Persoonlijk zou ik graag mijn dank willen betuigen aan U allen die deze 'Hell's Highway' zo'n prachtige wandeling hebben gemaakt. Als voormalig US marinier-parachutist heb ik menig maal met de para's van de 82e en 101e, ook met Canadian en Britch para's gesprongen. Ook heb ik de Poolse para-brevet in Polen verdiend.

Deze wandeltocht bracht heel veel herinneringen op. En ik heb er van genoten, maar boven alles uit mijn waardering voor allen die hun leven gaven....

Willem H. van Heuven

PS. Neemt mij niet kwalijk voor enige spelfouten na 47 jaar het land uit te zijn...

Ik herinner mij nog een klein gedichtje waarvan de dichter mij niet bekend is...

*Zij kwamen van ver, over de oceaan...
Zij hebben in stormen van kogels gestaan....
Zij gaven hun bloed en hun leven...
Om ons weer de vrijheid te geven....*



GESLAAGDEN WANDELPADEN

Airbornepad

150	Lenie Kraker-Kalb	Eindhoven
151	Vera Kox-Dovens	Nuenen
152	W. van Buel-v.d. Aa	Milheeze
153	Patrick Coumans	
154	Paul Franken	Heeze
155	Elly Franken-Swenker	Heeze
156	Toos Kantelbergs-v.d. Berg	Nuenen
157	Annie Stoop	Nuenen
158	Riet v.d. Linden-Bekx	Beek en Donk
159	Rolf Craanen	Amersfoort
160	Willem H. van Heuven	Preston -USA
161	Gerrit van Ojen	Nuenen
162	Marie-Louise van Ojen	Nuenen
163	Christ van Rooij	Son en Breugel
164	Gerda van Rooij	Son en Breugel

Graaf van Hornepad

79	Mariet Douven-Mackus	Ospel
80	Mart Douven	Ospel

Hertog Hendrikpad

482	Niels Post	Utrecht
483	Iris Haubrich	Eindhoven
484	Maurice Stassen	Eindhoven
485	Nicole Nacken	Helmond

ROUTEWIJZIGINGEN

De Dommel krijgt weer een gezicht

Zo luidt de kop in het Eindhovens Dagblad van maandag 14 augustus. Tussen de Vestdijk en de Stratumsedijk krijgt de rivier aan weerszijde een brede oever. Daarom moeten er tijdelijke routewijzigingen worden aangebracht voor zowel het Hertog Hendrikpad als het Airbornepad.

Hertog Hendrikpad

Kaart 1, blz 5, regel 6:

LA bij de Vestdijkbrug over en meteen RA Bleekstraat, Dommel nu aan de rechterhand houden.

RA bij volgende brug van het Stratumseind. LA Molenstraat in. RA Bouwstraatje en LA bij T-kruising (Oude Stadsgracht).

RD richting Stadskantoor op de Wal. LA op de Wal en oversteken.

RA direct na brug 'de Sluis', Dommel rechts houden.

Airbornepad

Kaart 8, blz 43 (bij regel 9 Paradijslaan oversteken): route volgen tot brug 'de Sluis'.

LA de Wal op gaan, voorbij Stadskantoor richting bevrijdingsmonument. Bij monument RA.

Regel 13: LA Stadsgracht, RA Bouwstraat, LA Molenstraat en RA Stratumseind.

Na brug LA Bleekstraat tot aan brug. Kanaalstraat oversteken; daarna voetpad links van de Dommel blijven volgen tot de Dommelstraat.

Jet van den Bersselaar-Dreesen,
Postbus 6155, 5600 HD Eindhoven
040 2524404, j.f.c.j.vande.Bersselaar@freeler.nl

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.

AANMELDING

Mevr. Leny Hendriks Middelweg 18, 2651 KT Berkel en Rodenrijs
Mevr. Petra Visser

Bergen op Zoomstraat 92, 5652 KG Eindhoven

Mevr. Yvonne Deijkers Friezenlaan 200, 5037 KP Tilburg

Dhr. Heerke van Doorne

Admiraliteitslaan 404, 5224 EM 's-Hertogenbosch

Mevr. Dagmar Vos Jan Heinsstraat 99, 5211 TB 's-Hertogenbosch

Dhr. Michel Scheffer Zuiderstraat 38, 5701 LB Helmond

Mevr. Faber van Manen Kluisweg 9, 6028 RA Gastel

Mevr. Jolanda Maas Rogge 25, 5731 LG Mierlo

Dhr. Henk Wissink Gildestraat 1, 6006 LB Weert

Mevr. Lammieke Kriekjes Looweg 12 / 5, 3853 JV Ermelo

Dhr. Richard Klein Bennink Postbus 221, 7200 AE Zutphen

Mevr. Soetens – van de Heuvel Aquila 7, 5505 VH Veldhoven

Dhr. Marco van Heel Jan Duikerlaan 8, 5622 BS Eindhoven

Mevr. Net Janssen

Van der Steenstraat 71, 5768 AJ Meijel

Mevr. Carmen Mulders Besançonlaan 3, 5627 LR Eindhoven

Mevr. Marianne van Oorschot

Schutsboom 40, 5481 GM Schijndel

ADRESWIJZIGINGEN

Dhr. René van Keulen

nieuw adres: Saturnusstraat 114, 5345 LE Oss

Mevr. Henny van der Haring

nieuw adres: Broekzijde 17, 5066 PE Moergestel

Mevr. Francien Swarts

nieuw adres: Reigerdonk 3, 5467 AM Veghel

OVERLEDEN

Mevr. Toos Geerts

Venbergsemolen 143, 5612 DZ Eindhoven

ZIEKENBOEG

Winnifred van den Boom bedankt iedereen die door telefoontjes of kaarten belangstelling heeft getoond na haar ongelukkige val tijdens een OLAT-wandeling.





WANDELEN OP DINSDAG

Om de veertien dagen vertrekt er op dinsdag om 10.00 uur een groep wandelaars om met elkaar zo'n 20 km te wandelen in een leuk tempo.

Genietend van de natuur brengen we met elkaar de dag door en zijn meestal rond 15.30 uur weer terug in het café van vertrek.

In de winter hebben we meestal de lunchpauze in een café. In de zomer eten we soms het meegebrachte lunchpakketje op aan de rand van een ven of in het bos.

Het café van vertrek gaat vaak speciaal voor ons om ± 09.30 uur open en heeft dan vanzelfsprekend de koffie klaar.

Wie zin heeft om mee te doen hoeft alleen maar op tijd bij het vertrekpunt te zijn, natuurlijk met eten en drinken voor onderweg. Behalve de gebruikte consumpties zijn er géén kosten aan de wandeling verbonden.

We hebben een aantal vaste deelnemers die een structurele bijdrage leveren aan het programma. Hierdoor wordt het leuk en afwisselend en kunnen we van de Brabantse of Limburgse natuur in al zijn variaties genieten.

Wij wensen u veel wandelplezier en wie weet tot ziens.

Vanzelfsprekend loopt iedereen voor eigen risico mee.

Meer informatie:

Truus van Vessem 040 2110413

Jos Scheepers 0495 535848

Kees van Iersel 0411 621706

ZOMERPROGRAMMA 2006

Datum	Route	Startpunt
12 sept	Bruggetjesroute	Café Schuttershoeve, Grote Steeg 10, 6006 TE Weert
26 sept	Grevenschuttocht	Hut van Mie Pils, Leenderweg 1, 5583 TC Aalst
10 okt	Langs de Donge	't Trefpunt, Hoofdstraat 91, 5109 AB 's Gravenmoer
24 okt	Wandelen om Lierop	Café 't jagershuis, Hogeweg 2, 5715 AR Lierop



ROOISE WANDELINGEN

OLAT seniorenwandelgroep Sint-Oedenrode

Elke dinsdag starten wij om 10.00 uur voor een fikse wandeling op een bepaald punt in Sint-Oedenrode.

We wandelen ongeveer twee uur. Iedereen kan in zijn eigen tempo wandelen.

Er zijn 5 startpunten:

Den Toel	Pastoor Smitsstraat 4, Olland
Den Beckart	Oude Lieshoutseweg 7, Nijnsel
't Riethof	Pastoor Teurlingsstraat 30, Boskant
Oud Rooy	Markt 13, Sint-Oedenrode
Vresselse Hut	Vresselseweg 33, Nijnsel

PROGRAMMA 2006

Datum	Startpunt
12 sept	De Beckart
19 sept	Het Riethof
26 sept	Oud Rooy
03 okt	Den Toel

Deelname voor OLAT-leden is gratis, dit op vertoon van hun OLAT-clubpas. Niet-leden betalen 1 euro. Dit kan contant of via een strippenkaart.

Vanzelfsprekend wandelt iedereen voor eigen risico mee.

Meer informatie:

Marinus van Roosmalen 0413 475467 of

Betsie van Mil 0413 475454





CLUBREIZEN 2006

weekend 23/24 sept GR AE zat. Chiny – Chassepierre 17 km
zon. Marbehan – Suxy 20 km
zaterdag 28 okt GR 573 Brug Belleheid – Theux 24 - 17 km

Inschrijven: minimaal een maand van tevoren met vermelding van: tocht, aantal personen, opstapplaats, afstand.
Gironummer 706801 t.n.v. OLAT-clubreizen te Weert

Inschrijfgeld:

Weekend: leden € 55,00; niet leden € 65,00
Dagtocht: leden € 19,00; niet leden € 23,00
Prijzen zijn onder voorbehoud!

Na-inschrijvers kunnen alleen mee als er nog plaats is. Indien men op de woensdag voor de tocht nog geen bericht heeft gehad, kan men informeren van woensdag- tot vrijdag-avond of er nog plaats is.

Afmelden: Bij verhindering zal, indien dit uiterlijk 10 dagen voor de tocht is doorgegeven, de betaling doorgeboekt worden naar de volgende tocht of (na aftrek van € 1,10) worden teruggestort. Bij afmelding binnen 10 dagen voor de tocht wordt niet meer terugbetaald of teruggestort.

Opstapplaatsen:

Eindhoven NS (Fuutlaan) 7.35 uur
Weert NS 8.10 uur
Bij voldoende belangstelling ook in: Sint-Oedenrode, Son, Leende, Veghel, Keldonk, Helmond, Someren en Nederweert.

Tenslotte: Zorg voor een geldig grensdocument. Er is een excursieverzekering afgesloten. Deze geldt niet voor bagage en kostbaarheden.

Informatie en inschrijfadres:

Toon van Wordragen, Juliana van Stolbergstraat 10,
6006 ZM Weert, 0495 537775
toon.van.wordragen@hetnet.nl



40^e WINTERSERIE

Startbureau: Geopend vanaf 07.15 uur voor koffie. Inschrijving vanaf 07.30 uur.

Kosten: 10 en 15 km € 2,60
20 km € 3,10
30 km € 3,50
40 km € 3,50
60 km € 4,00

Korting voor OLAT-leden € 2,00 op vertoon lidmaatschapskaart. Korting voor wandelbondsleden € 0,50, alleen op vertoon lidmaatschapskaart. Voor elke startplaats krijgt u een aparte sticker voor in het wandelboekje.

Nordic Walking 10-15-20 km start om 11.00 uur

Informatie: Marinus van Roosmalen
Hoge Vonderstraat 7, 5492 CH St.-Oedenrode
Tel/Fax +31 (0)413 475467/+31 (0)495 450325
winter@wandel-olat.org, www.wandel-olat.org

AGENDA

15 oktober 2006 Borkel en Schaft
Grand Café 'De Zwaan'
Mgr. Kuijpersplein 16-18, 5556 VS
Afstanden/starttijden 40-30 km 08.00-09.30 uur
20-15 km 09.00-12.30 uur
Sluiting 15-20-30-40 km 17.00 uur

19 november 2006 Eersel
Café 'Het Vierspan'
Eikenburg 1, 5521 HZ
Afstanden/starttijden 40-30 km 08.00-09.30 uur
20-15 km 09.00-12.30 uur
Sluiting 15-20-30-40 km 17.00 uur





LANGE AFSTAND, PRESTATIE EN SNELWANDELEN

Stand OLAT-clubkampioenschap per 22 augustus 2006

OLAT-leden moeten zich binnen 2 dagen na het volbrengen van de tocht melden bij: Ad van Asten 0499 47 37 67 of: a.asten1@chello.nl

1	Marcelino Sobczak	13765
2	Ernst Westerhoff	12935
3	Hugo Prinsen	10405
4	Wim Freriks	8940
5	1 Hanny Klumpkens	8050
6	Hans de Vries	7975
7	Gerrit van Haandel	7500
8	Frances Rouppe vd Voort	5930
9	Rolf Craanen	5820
10	2 Connie Raijmakers	5565
11	Huub Raijmakers	5480
12	Mart Douven	5190
13	Wim van Gemert	5030
14	3 Carry Ombelet	4695
15	Erik Dikken	4475
16	Boetje Huliselan	3840
17	Henk Vink	3820
18	Sjef Koolen	3585
19	Jelte van der Zee	3330
20	Hans Pranger	3180
21	Rob Keetlaer	3130
22	4 Mariet Douven	2660
23	5 Coby Visser	2650
24	6 Anja van Kempen	2620
25	Frits Mennen	2480
26	Theo Klanke	2430
27	Kees Lambregts	2365
28	Klaas Bakker	2355
29	Paul Canters	2335
30	Evert v Ampting	2260
31	7 Henny van de Haring	2135
32	Ad Mollen	2085
33	Rini Welten	2050
	Gerard Meeuws	2050
35	Claude Herman	1990
36	Co Tops	1975
37	8 Nicole Nacken	1940
38	Gerrit Arfman	1900
39	Kees Mol	1800
40	9 Mariette v Ampting	1760
41	Jack Hendriks	1710
42	Peter Koolen	1530
	Piet van Buul	1530
44	Wil Timmermans	1420

45	Piet Bernaerts	1365		Jan van Houtum	610
46	Ben Duin	1330		16 Janny den Braber	610
47	Ad Verbakel	1290	73	Ron Timmermans	575
	Cor v/d Heijden	1290	74	Henry Gerrits	360
49	Jan Warrink	1150		17 Monique Barten	360
50	10 Doortje vd Akker	1135		Willem Steenbakkers	360
51	Kees Punselie	1110		Fred Fisser	360
52	Peter Rijkers	1080		Jos Raaijmakers	360
53	Wim vd Wittenboer	1045		Jan van der Zanden	360
54	Hans van Ginkel	970		17 Riet Emans	360
	11 Josee Schimmel	970		Peter vd Ven	360
56	12 Maria vd Oetelaar	860		Theo Gijzen	360
57	Frits v Duijnhoven	835		17 Corry Nettekoven	360
58	Ronald Iliohan	800		Ted Liebrechts	360
59	Jan Vogelsangs	735		Louis Vernie	360
60	Bart Lutke Schipholt	725		Hans Bontekoe	360
61	Wim Coolen	720		Frans Smits	360
	Gerrit Legierse	720		Jan van Boerdonk	360
	13 Maria van Hoek	720	89	Henri Floor	350
64	14 Jeannette v Boerdonk	680	90	Rien Taks	270
	14 Jans v Griethuizen	680	91	Wiebe Boverhoff	250
66	Theo Tromp	610		Geert van Dijk	250
	Marco van Heel	610		Tjeu vd Kerkhof	250
	Louis Claassen	610		20 Nelly van Bommel	250
	Hans van Grol	610		Ton van Dijk	250
	Frans van Horrik	610	96	21 Mirjam Kies	50

Programma OLAT clubcompetitie '06

Datum	Plaats	Cat.	Afstand	Punten
15 sep	Bergeijk	L.A.	80 km	360
16 sep	N'megen-R'dam	L.A.	160 km	630
	Roubaix	L.A.	28 uur	Bonus: schema vanaf 160 km 500
23-sep	Veenendaal	Eur	100 km	430
29-sep	Leerdam	L.A.	80 km	360
29-sep	Amerongen	L.A.	80 km	360
1-okt	Tilburg	NK50	alle afstanden	schema
6-okt	Maasland	L.A.	80 km	360
7-okt	Katwijk	L.A.	65 Land van Cuijk	250
7-okt	Leusden	Eur	150-125-100-75 km	600-510-430-350
14-okt	Berg en Dal	L.A.	60 km	250
20-okt	Bocholtz	L.A.	100-110 km	430-460
W 25-okt	De Lier	Eur	75 km	300
4-nov	Vlierden	Eur	150-125-100-75 km	600-510-430-350
5-nov	Rotterdam	W/P	10 km*1)	*)Best of 3 schema
17-nov	Horst	Eur	100-75 km	430-300
19-nov	Rotterdam	W/P	10 km*2)	*)best of 3 schema

*)Voor de winterserie W/P tochten van RWV geldt: alleen beste tijd jan/mrt telt mee; alleen beste tijd nov/dec telt mee.

Agenda snelwandelwedstrijden en prestatietochten

Datum	Plaats	Vereniging	Informatie
16 sept	Roubaix		28 uur van Roubaix (Frankrijk), van 16 op 17 september
1 okt	Tilburg	Hart van Brabant/RWV	NK 50 km snelwandelen + prestatiewandeltochten van 1, 3, 5, 10 en 20 km, terrein Bijsterveldenlaan. Nadere info: zie bij 2 september

Baanwedstrijden snelwandelen te Best, zondag 2 juli 2006



Op deze atletiekdag van A.V. Michaelis in Best heeft Henk Plasman ervoor gezorgd dat wij snelwandelaars ook ons kunstje kunnen laten zien. Boetje is er ook en samen wandelen we een paar showrondjes op de baan voordat de wedstrijd begint. Het is warm, 17 deelnemers staan om 12.30 uur aan de startstreep. Kees Lambregts van OLAT is er ook.

Jordi Huntjens, de zoon van Pedro, finisht als eerste op de 1000 meter na 6,5 minuut en bemant de water- en sponspost die vandaag ook weer voor de nodige verkoeling zorgt.

Boetje en ik hebben voor de 3000 m gekozen met deze hoge temperaturen. Ik probeer Boetje bij te houden, maar dat lukt voor geen meter. Er zit smog in de lucht, na ruim 1000 meter merk ik het aan de ademhaling en moet gas terug nemen. Later hoor ik dat er meer wandelaars last van hadden. Gelukkig is de finish nabij. Boetje wordt eerste op deze afstand; ik volg op gepaste afstand. Kees Lambregts gaat door en wordt tweede op de 5000 m. Hans de Vries is na het volbrengen van de Kennedymars in Someren ook nog even langsgelopen en maakt foto's van onze inspanningen op de baan.

Het is een leuke wedstrijd geweest, zo blijven we scherp en verliezen de bewegingen van het snelwandelen niet en zien elkaar weer op een van de volgende ontmoetingen.

-Klaas Bakker-

Baanwedstrijd 5.000 m snelwandelen heren, Best, 2 juli 2006

Plaats	Naam	Vereniging	Geb.jr.	Tijd	km/u
1	Pedro Huntjens	av Unitas	1967	25:43,95	11,7
2	Kees Lambregts	OLAT	1959	26:48,92	11,2
3	Hans van der Knaap	RWV	1959	28:28,85	10,5
4	Fred Röhner	av Unitas	1950	29:58,18	10,0
5	Hans van Wakeren	av Unitas	1949	30:19,29	9,9
6	Tjabel Ras	RWV	1935	30:51,75	9,7
7	Peter van Hove	Brabo (B)	1981	32:45,94	9,2

Baanwedstrijd 5.000 m snelwandelen dames, Best, 2 juli 2006

Plaats	Naam	Vereniging	Geb.jr.	Tijd	km/u
1	Marleen Radder	RWV	1951	30:36,53	9,8
2	Riet Jonkers	Attila	1943	34:35,63	8,7
	Hermien Teske	RWV	1949	gestopt	

Baanwedstrijd 3.000 m snelwandelen te Best, 2 juli 2006

Plaats	Naam	Vereniging	Geb.jr.	Tijd	km/u
1	Boetje Hulselan	OLAT	1955	16:20,82	11,0
2	Klaas Bakker	OLAT	1937	17:38,21	10,2
3	Ad van Oyen	av Weert	1944	18:08,75	9,9
4	Liesbeth de Smet	Duffel (B)	1982	20:10,77	8,9
5	Tariq van Rooijen	Pallas '67	1980	21:47,12	8,3
6	Co Laan	Tartletos	1980	21:47,32	8,3

RWV drieluik snelwandelen, mei, juni 2006

In de maanden mei en juni organiseerde RWV in samenwerking met enkele atletiekverenigingen drie snelwandelwedstrijden. Boetje Hulselan heeft in Vlaarding en Oud-Beijerland meegedaan op de 5000 meter. In Vlaarding deden 16 deelnemers mee en werd Boetje zesde. In Oud-Beijerland was er één deelnemer meer en eindigde Boetje op een zevende plaats.

1^e wedstrijd drieluik 5.000 m, Vlaarding, 13 mei 2006

Plaats	Naam	Vereniging	Geb.jr.	Tijd	km/u
1	Jacques van Bremen	RWV	1984	24:31,5	12,2
2	Pedro Huntjens	av Unitas	1967	25:22,7	11,8
3	Richard Leijenaar	RWV	1959	25:43,2	11,7
4	Marcel Bunschoten	sv De LAT	1978	26:51,4	11,2
5	Robert van Bremen	RWV	1982	26:51,8	11,2
6	Boetje Hulselan	OLAT	1955	28:08,5	10,7

2^e wedstrijd drieluik 5.000 m, Oud-Beijerland, 20 mei 2006

Plaats	Naam	Vereniging	Geb.jr.	Tijd	km/u
1	Pedro Huntjens	av Unitas	1967	24:57,6	12,0
2	Kees Lambregts	OLAT	1959	26:38,1	11,3
3	Robert van Bremen	RWV	1982	27:08,3	11,1
4	Marcel Bunschoten	sv De LAT	1978	27:15,4	11,0
5	Hans van der Knaap	RWV	1959	27:36,3	10,9
6	Alex Wijsman	sv De LAT	1948	28:54,1	10,4
7	Boetje Hulselan	OLAT	1955	28:58,5	10,4

3^e wedstrijd drieluik 5.000 m, Rotterdam, 24 juni 2006

Plaats	Naam	Vereniging	Geb.jr.	Tijd	km/u
1	Jacques van Bremen	RWV	1984	24:16,9	12,4
2	Pedro Huntjens	av Unitas	1967	24:51,2	12,1
3	Richard Leijenaar	RWV	1959	25:35,6	11,7
4	Robert van Bremen	RWV	1982	26:46,8	11,2
5	Marcel Bunschoten	sv De LAT	1978	27:23,0	11,0
6	Frank van der Gulik	sv De LAT	1977	27:35,8	10,9

Hiermee wil ik de organisatie, alle vrijwilligers van de Kempenlandtocht (voorpijlers, voorlopers, inkopers, bagageteam, verzorgingsteams, groepsleiders, inschrijfbureau, controle caférusten, pastamaaltijdverzorgers en de masseur/voetverzorger) bedanken voor hun inzet. Ondanks het hele slechte weer hebben ze er voor gezorgd dat de wandelaars een goed gepijlde en verzorgde tocht kregen voorgeschoteld.

Ook de organisatie en alle vrijwilligers van de Kempische Wandeldagen wil ik bedanken voor de medewerking, het gebruik maken van de mooie 25-35 km routes en de daarbij behorende verzorging. De samenwerking tussen deze twee goed georganiseerde wandelevenementen was heel goed.

Marsleider Kempenlandtocht

-Boetje-

Unitas Snelwandeltrainingsweekend in november in Sittard

Bij voldoende belangstelling organiseert a.v. Unitas in het weekend van 10 november 18.00 uur tot 12 november 16.00 uur een snelwandel-trainingsweekend. Een trainingsweekend zoals bij OLAT, maar dan speciaal gericht op het snelwandelen.

Voorkennis van het snelwandelen op zich is niet vereist; de techniek kan iedereen leren. De rest is een dosis talent en de wil tot trainen.

De totale groep (maximaal 50 personen) wordt op niveau onderverdeeld in kleinere groepen. Ieder groepje krijgt een eigen trainer. De trainers rouleren tussen de groepen. De ene trainer ziet en weet weer andere zaken dan de andere trainer.

Trainers zijn in ieder geval Fred Röhner en Pedro Huntjens. Met nog een aantal andere snelwandeltrainers is men in gesprek.

Geslapen wordt in het Unitas-gebouw. Dit is een vrij groot en modern sportcomplex voorzien van voldoende douches, recreatieruimte enz.

De richtprijs voor het gehele trainingsweekend bedraagt ongeveer 50 euro p.p. en is inclusief studiemateriaal, eten en drinken.

Interesse? Meld je dan aan bij Marcelino Sobczak. Bij voorkeur vóór 20 september.

Je verneemt dan zo spoedig mogelijk of het trainingsweekend definitief doorgang kan vinden.

Aanmelden of informatie:

Marcelino Sobczak

Potgieterstraat 12, 6416 SP Heerlen

Iranicus@iranicus.demon.nl, 06-16672708

SECTIE LANGE AFSTAND KNBLO-NL

100 x Master Kennedy walker

001 Ad Mollen Eindhoven OLAT, St. Willibrord

50 x Master Kennedy walker

Rob Keetlaer Best OLAT

Piet van der Kroft Gouda RWV

Evert van Ampting 's Hertogenbosch OLAT

40 x Master Kennedy walker

Rob Keetlaer Best OLAT

Jan Steven Bakker Zeist WS'78

25 x Master Kennedy walker

Rob Keetlaer Best OLAT

Roland Weyers Alkmaar EHS

Jan Dinnissen Wijchen De Posthoorn

Master Kennedy walker (goud)

Rob Keetlaer Best OLAT

Adrie Zoon Dirksland RWV

Super Kennedy walker (zilver)

Jelte van der Zee Vleuten OLAT

Wim Bandsma Hilversum WS'78

Marcelino Sobczak Heerlen OLAT

Donny Meijerink Haaksbergen Wandelkring DIO

C.L. Vissers Breda

M. Hooijmaaiers Dongen

Rondje om Texel

Er komt voor deze 36^e editie een grote groep deelnemers uit het zuiden des lands, waarvan het merendeel OLAT-lid is. Het wordt een lange maar mooie dag met veel zon en wind op het grootste waddeneiland.

Vorig jaar was de tocht in mei, nu op 8 juli en volgend jaar wordt het 25 augustus. De datum hangt af van het moment waarop eb en vloed op een zaterdag precies op het juiste tijdstip rond elf uur in de morgen samenvallen, het zogenaamde dode tij, zodat de sluftergeul overgestoken kan worden.

We komen over het Marsdiep met de eerste veerboot van half zeven; op de boot kunnen we ons inschrijven. Om zeven uur zijn we op het eiland; met 289 anderen beginnen we aan de rondwandeling.

De eerste kilometers zijn een aanloop naar het strand. Als we daar eenmaal zijn, hoeven we alleen maar het strand te volgen tot het noordelijkste puntje op 31 km. In de eerste gang op het strand is er veel zacht en nat zand waar je in wegzakt. Gelukkig geen schuim zoals vorig jaar.

Op 17 km is er de eerste rust en controle bij strandpaviljoen 'Beachcafé De Buren'. Hierna wandelt het stukken beter over het nu goed begaanbare strand. We moeten wel een vooruitziende blik hebben en niet te dicht langs de vloedlijn gaan; anders hebben we kans ons vast te lopen op een open stuk water, meestal net diep genoeg om natte voeten op te lopen. De sluftergeul wordt overgestoken via een geïmproviseerd overloopje.

Op het noordelijkste puntje in het Torenrestaurant nemen de meeste wandelaars even rust. De goulashsoep smaakt uitstekend. Dit jaar gaat alles in een iets rustiger tempo. We zijn hier drie kwartier later dan vorig jaar.

Dan beginnen we aan de weg terug langs de waddenzeedijk; afwisselend wandelen we aan de zeezijde en de landkant van de dijk waarop nu geschoren schapen grazen. De organiserende vereniging Het Gouden Boltje heeft vijf kleine verzorgingsposten ingericht op deze laatste 30 km terug naar de finish, bij de haven waar de veerboten op regelmatige tijden vertrekken naar Den Helder.

Als we aan de binnenkant van de dijk wandelen, zien en horen we scholeksters en kieviten die in groepen aan het fourageren zijn. Aan de zeezijde dobberen in de luwte van de dijk jonge eiderenden. We gaan langs de haven van Oudeschild, waar ook nog een controlepost is. Je kunt voor onderweg ook een weekendtas meegeven die op drie plaatsen beschikbaar is. Nu nog 9 km, meestal aan de binnenkant van de dijk met een stevige tegenwind die fris aanvoelt.

Dan zijn we terug bij de veerhaven waar we vanmorgen begonnen zijn. Vorig jaar bleven we nog een nachtje op het eiland, nu vertrekt iedereen naar huis, om 's avonds laat thuis te komen na een welbestede wandeldag.

-Klaas Bakker-

Marcelino Sobczak en Erik Dikken hebben 19 en 20 augustus op het Isle of Man de wandeltitel Centurion behaald. Marcelino liep de 100 EM (engelse mijl) in 20 uur 16 minuten en 19 seconden. Hij wandelde tevens de volle 24 uren tocht uit en bracht daarmee het totale evenement op zijn naam. Erik Dikken voltooide de 100 EM in 23 uur 1 minuut en 34 seconden. Het was de eerste keer dat Erik de 100 mijl voltooide.

OLAT WANDELTRAININGSWEEKEND

12 t/m 14 januari 2007

In januari 2007 houdt wandelsportvereniging OLAT voor de 16^e maal haar jaarlijkse trainingsweekend. Opnieuw is gekozen voor een kampeerboerderij in de prachtige omgeving van Wintelre (nabij Eindhoven).

De trainingen zijn geschikt voor iedere wandelaar; van jong tot oud en van recreatie- tot snelwandelaar. Veel aandacht wordt er besteed aan het verbeteren van techniek en houding tijdens het wandelen. Naast de gezamenlijke onderdelen, waarbij met name 'warming-up' en 'coördinatie' centraal staan, wordt er iedere dag in verschillende groepen gewerkt. Iedere groep staat onder leiding van een eigen trainer, zodat er voldoende aandacht is voor elke afzonderlijke deelnemer.

De inschrijving staat vanaf heden open. Het aantal deelnemers is aan een maximum gebonden, dus schrijf op tijd in. Men kan kiezen uit het hele weekend of een gedeelte daarvan. Aangemelde deelnemers ontvangen rond kerstmis een programma en een routebeschrijving.

Datum: Vrijdag 12 t/m zondag 14 januari 2007. Aankomst op vrijdag vanaf 17.00 uur; vertrek op zondag ca 16.00 uur.

Lokatie: 't Caves, Veneind 5, 5513 NE Wintelre, telefoon 040 - 205 18 05.

Kosten: Personen vanaf 18 jaar: € 45,00

Personen tot 18 jaar: € 25,00

Korting OLAT-leden: € 5,00

Prijzen voor een losse dag zijn op aanvraag beschikbaar.

Inschrijving: Inschrijven kan tot uiterlijk 15 december 2005 door de antwoordstrook te sturen aan Henk Plasman, Weegbree 81, 5684 JC Best, of digitaal te verzenden naar h.p.a.n.m.plasman@tpgpost.nl

Het inschrijfgeld dient te worden overgemaakt op giro 17.75.156 of bankrekening 13.82.11.736 ten name van de penningmeester van OLAT, onder vermelding van „Trainingsweekend OLAT 2006“.

Inlichtingen: Henk Plasman, telefoon: 0499 - 39 03 24 of 06 - 12 21 24 40

Email: h.p.a.n.m.plasman@tpgpost.nl

Inschrijfformulier

Naam _____ Voornaam _____

Adres _____

Postcode _____ Woonplaats _____

Telefoon _____ Email _____

Naam	Geb.dat.	Geslacht	OLAT-lid	Bedrag
		M/V*	J/N*	€
		M/V*	J/N*	€
		M/V*	J/N*	€
		M/V*	J/N*	€
		M/V*	J/N*	€
		M/V*	J/N*	€
		M/V*	J/N*	€

Het totaalbedrag ad € _____ is overgemaakt op de giro/bankrekening* van OLAT.

* doorhalen wat niet van toepassing is.

UIT DE MEDIA

Strandzesdaagse 2006

Op woensdag 26 juli werden er weer temperaturen van boven de 30 graden verwacht. Met de dramatische gebeurtenissen van de Nijmeegse Vierdaagse nog in het achterhoofd, nam de organisatie van de Strandzesdaagse de beslissing om op die dag bussen in te zetten voor de deelnemers. Het traject tussen Noordwijk en Velsen-Noord, 35 kilometer, werd te lang gevonden om in deze temperaturen te lopen.

Tweede van de 997 deelnemers (er waren drie uitvallers) besloot daadwerkelijk in de bus te stappen. Eenderde liep dus wel, maar op eigen risico. De organisatie kon de veiligheid van de lopers niet garanderen. De laatste drie dagen stak er gelukkig weer een verkoelend briesje op, en kon er weer 'normaal' gelopen worden.

Toen men op de laatste dag in Julianadorp aankwam, was het aantal uitlopers (94%) in ieder geval niet lager dan de andere jaren. Radio 2 zag hier een aanleiding in om voor haar programma 'Tijd voor Twee' hier een tweespraak aan te wijden:

Twee Strandzesdaagselopers nemen de bus. Zegt de een tegen de ander:
„Hopelijk is de kust morgen weer veilig.“

„Is het de eb- of de vloedlijn?“

„Vorig jaar, bij stromende regen, beviel dit ook heel goed!“

„Geen risico lopen!“

„Het werd ons toch iets te heet onder de voeten.“

„Dit scheelt ons zeeën aan tijd“

Bron: website *Tijd voor Twee*

Napraat

Weliswaar duurde de Vierdaagse in Nijmegen dit jaar maar één dag, de napraat in Veldhoven, al meer dan tien jaar aldaar in het City-centrum georganiseerd door Cor Koning, ging wel door. Er waren plm. 20 Veldhovenaren en een Eindhovenenaar op af gekomen. Volgend jaar zal de napraat extra elan krijgen, omdat de organisator dan zijn 50ste Vierdaagse gaat voltooien.

Bron: *Eindhovens Dagblad*, 24 juli 2006

KWD en Kempenlandtocht succesvol verlopen

De Kempische Wandeldagen zijn succesvoller verlopen dan het zich aanvankelijk liet aanzien. Normaal staat er een lange rij wandelaars te wachten als Joop Wesseling vrijdagochtend vroeg de deuren van de sporthal open zet, maar dit jaar niet. Pas tegen achten, toen de nachtelijke plensbuien eindelijk waren opgehouden, kwam de loop er goed in. De rest van het weekend was nog beter. Redelijk zonnig, soms een buitje, weinig wind en prettige temperaturen. Uitstekend wandelweer, en dat lokte in totaal 1520 deelnemers naar Geldrop.

KWD de 50.000 gewandelde kilometers overschreed, wat hij natuurlijk trots rondvertelde.

Rampenplan

Op last van de gemeente Geldrop beschikte OLAT dit jaar voor het eerst over een heus rampenplan, dat in werking



Doormodderen in de Collse Zeggen

Vrijdag waren het er 711, zaterdag 857 en zondag 948. Voor de snelle rekenaars onder ons: Joop Wesseling kan wel degelijk tellen, maar filtert er sinds drie jaar de dubbele en driedubbele inschrijvingen uit. Anders gezegd: hij telt de mensen, niet de mandagen. Volgens ditzelfde rekensysteem waren er vorig jaar 1553 deelnemers en het jaar daarvoor 1446.

Uitvallers waren er dit jaar nauwelijks. De masseurs en de EHBO hadden het dan ook niet druk – behalve natuurlijk met de deelnemers aan de Kempenlandtocht, waarvan het laatste stuk samenvalt met de KWD. Na de start, donderdagavond om 20.00 en 23.00 uur (resp. 110 en 80 km), hielden de lopers het maar 'n paar uurtjes droog, waarna de hemelsluizen wijd open gingen. Vrijdagochtend was het voor alle wandelaars meer glibberen dan lopen, want het toch al natte gebied van de Zeggen was veranderd in één grote modderpoel en met het legertje stapers werd dat er niet beter op.

Een bijzondere KWD-deelnemer is meneer Ykema uit Sneek, die met zijn vaste wandelmaat van de FLAL is komen afzakken uit Friesland. Ykema kan bo-

gen op een wandelcarrière van ruim een halve eeuw, waaronder 46 keer de Elfstedentocht (200 km). Die kun je, behalve schaatsend, namelijk ook lopend en fietsend afleggen, en daar maakt deze Fries graag reclame voor: „Als je alle drie doet, krijg je een heel mooi brevet van de stad Leeuwarden. Te voet doe je er vier dagen over, en je slaapt op schepen.” Dat weten we dan ook weer! Ook het vermelden waard is dat G. de Gier uit Broek in Waterland tijdens de



Joop Wesseling

zou treden bij temperaturen boven de 30 graden in combinatie met een luchtvochtigheid van tenminste 60 procent. Het plan bestond uit het inkorten van de routes. Verder was OLAT voor het eerst verplicht een lijst van kampeersders te overleggen; een maatregel die volgens Joop Wesseling voortvloeit uit aangescherpte legionella-regelgeving. De brandweer had op zijn beurt verordonneerd dat de caravans verder uit elkaar moesten staan dan vorig jaar. Het wachten is nu nog op een controleur van de arbo-dienst....

De verzorgers van de Kempenlandtocht kijken terug op een zware nacht. “Op post 5 stonden we nog op te bouwen toen we een gigantische wolkbreuk



Op weg naar Geldrop, langs de Dommel

over ons heen kregen”, vertelt Tony van Duijn. “Probeer dan maar eens met een zeiltje de wandelaars droog te houden. Het was echt kunst en vliegwerk.”

Het is zijn derde jaar in de verzorging van de Kempenlandtocht en hij raakt bijna niet uitgepraat over hoe leuk het is. Zelf wandelt hij ook; zijn limiet ligt bij 60 km (gelopen in Boskant) maar dat wil hij dit jaar oprekken naar 80. Vrijdagmiddag zit Tony alweer gezellig te buurten op het kampeerveld, en is het hem niet aan te zien dat hij ander-



De voorraad medailles

halve dag non-stop in touw is geweest. Hij heeft ook nog genoeg energie om zaterdag en zondag de KWD te lopen, en daarnaast maakt hij zich verdienstelijk op de camping.

Dit laatste tot groot genoegen van ‘opperhoofd’ Ad Koerntjes, die dit jaar zijn compagnon moet missen, want Rudie Polman is gestopt. Bij het opbouwen van de tijdelijke OLAT-camping boden enkele kampeerders gelukkig de helpende hand, zoals met het uitrollen van de elektriciteitskabels. “Maar het is wel de bedoeling dat er weer iemand



Tony van Duijn (r) komt even buurten bij campingbaas Ad Koerntjes

voor vast bijkomt”, zegt Ad. Dan kan hij tussendoor nog eens een dag meewandelen. Bij gebrek aan een tweede man zat dat er nu helaas niet in.

Nieuwe gezichten

Er zijn nog meer vacatures te vervullen; zo wacht Mia Dielesen al een jaar op iemand die haar wil opvolgen in de OLAT-winkel. De combinatie van twee functies (Mia doet ook het KWD-secretariaat) wordt haar teveel.

De vacature van Jacques Smits als bureauchef van de KWD bestaat ook al langer. Kort tevoren meldde zich Henry Gerrits uit Sint-Michielsgestel, die graag de organisatie uit de brand wilde helpen. Alle dagen heeft hij met groot enthousiasme meegewerkt op alle mogelijke plekken achter de schermen, zodat hij meteen een goed beeld kreeg van deze veelzijdige functie. Henry roemt de uitstekende sfeer binnen het OLAT-team en kreeg op zijn beurt complimenten voor zijn grote inzet. Maar of hij Jacques wil opvolgen heeft hij nog niet besloten.

Nog meer OLAT-leden maakten dit jaar hun debuut als vrijwilliger. Onder hen Boetje Huliselan, die de Kempenlandtocht nu eens van achter de inschrijftafel meemaakte in de functie van marsleider. Een titel die bij niet-ingewijden gemakkelijk tot misverstanden leidt, want Boetje verzette bij wijze van spreken geen stap. Als marsleider stond hij voortdurend in contact met de posten en de werkers ‘in het veld’ en daarnaast hielp hij Mariet Ahlers met de papierkraam in de sporthal, waaronder het afmelden van binnenkomers en uitrekenen van oorkondes.

Ook verdwaalde wandelaars vielen onder zijn verantwoordelijkheid. Midden

in de nacht meldde de politie dat er een dwalende vrouw was aangetroffen. “Maar zij hadden haar niet opgevangen zodat niemand wist waar zij intussen was gebleven. Later vonden de agenten de vrouw terug en leverden haar af op de tweede rustpost. Ze was in het donker de andere wandelaars kwijt geraakt en was zó overstuurd dat ze eerst niet verder wilde lopen”, vertelt Boetje, die haar met soep en bemoedigende woorden probeerde op te peppen. Even later kon zij gelukkig aanhaken bij een



Jan Hendrix en Toon van Wordragen (r)

wandelgroepje onder leiding van Theo Tromp, die toevallig net op de tweede rustpost kwam binnenvallen. Het was trouwens maar goed dat Boetjes auto is uitgerust met een navigatiesysteem, want anders was hij geheid zelf verdwaald tijdens zijn expedities.

Aan de inschrijftafel troffen we twee nieuwkomers: Annie van Veggel en Gerrie Verstappen. Annie vindt het leuk werk en wil dit blijven doen, ook al moet ze er vroeg voor opstaan. “Je kijkt er aan deze kant van de tafel heel anders tegenaan.”

Toon van Wordragen, die met zijn voorradingsbus zo’n 350 kilometer per dag aflegde, zal nog lang geplaagd worden met de volgende anekdote. Toon had zijn veldbed neergezet in een kantoortje van sporthal de Kievit. Na een welverdiend afzakkertje was hij vrijdagavond in een diepe slaap gevallen. Toen hij wakker werd en op zijn klokje keek, schrok hij zich een ongeluk: kwart voor vijf! Over een kwartier moest hij klaarstaan. Dus snel eruit, douchen, scheren, aankleden, horloge omdoen... en dan ontdekken dat het pas kwart voor één was.

-Mirjam Kies-

foto's: Mirjam Kies/Marten Hogeweg

„Deze mijlpaal is voor mij een zegen”

Uitbundigheid ligt niet in zijn aard, maar iedereen die hem een beetje kent, weet hoe blij en trots Constant Dedel is met het passeren van de 100.000 wandelkilometers. Dat feestelijke moment vond plaats tijdens zijn recente IML-reis naar het Ierse Castlebar, waar de burgemeester hem na afloop persoonlijk kwam huldigen.



De burgemeester van Castlebar was pas kort in functie en dit was zijn eerste officiële optreden

Terecht, want er zijn maar weinig mensen die Constant kunnen evenaren met deze respectabele afstand, die neerkomt op twee en een half keer de wereld rond. En dan te weten dat zijn zicht al langere tijd beperkt is en de laatste jaren gestadig achteruit gaat. Lopen op ongelijk terrein wordt steeds moeilijker, en ook verandering van lichtval speelt hem parten.

Zijn prestatie is er daarom des te groter om, al is de Baarnse kilometervreter zelf de laatste om daar ophef over te maken. Desgevraagd vat hij zijn vreugde over deze mooie mijlpaal ietwat plechtig samen met de woorden: „Het is voor mij een zegen.”

Wie in OLAT Nieuws regelmatig zijn stukjes leest, zou de indruk krijgen dat Constant het hele jaar door vakantie heeft, zo vaak is hij op reis. Alleen al dit jaar stuurde hij verslagen op van wandeltochten in Blankenberghe, Chantonay, Diekirch, het Deense Viborg en nu dus ook van Castlebar. De grootste klapper moest toen nog komen: in augustus drie weken naar de Noordkaap, via Finland en Noorwegen. Tussendoor neemt hij deel aan talloze tochten in heel Nederland, of trekt hij

er in z'n eentje op uit om een LAW-pad in etappes te voltooien.

De naam van zijn rubriek 'Constant aan de wandel' had dan ook niet beter gekozen kunnen zijn. Toch heeft hij al die 100.000 kilometers gewoon in de weekends en tijdens zijn vakanties bij elkaar gelopen. Doordeweeks is Constant namelijk werkzaam op het archief van de Rijksuniversiteit Utrecht. Bijna veertig jaar heeft hij er vol gemaakt. Zou dat de reden zijn dat hij zijn hele wandelverleden zo nauwgezet kan opdissen, alsof hij ergens in zijn hoofd een archieflade opentrekt? Wie zal het zeggen.

Wapenfeiten

In een gesprek met hem vliegen de jaartallen met bijbehorende wapenfeiten je in elk geval direct om de oren. Op zijn 21^e sloot hij zich aan bij een vereniging, Dudok de Wit in zijn woonplaats Baarn. „Dat was in 1968. Ik kende er enkele andere lopers en ging trainen voor de Vierdaagse van Nijmegen. Mijn eerste wandelervaringen deed ik echter al op in mijn jeugd, tijdens vakanties in de bergen met mijn ouders. En een avond-vierdaagse had ik in 1959 al eens gelopen met wat nu de scouting heet”, vertelt hij in Geldrop, genietend

van een pilsje na afloop van de tweede Kempische Wandeldag.

Als beginnend wandelaar maakte Constant snel vorderingen. In 1975 voltooide hij zijn eerste tocht van boven de 100 km en in 1980 liep hij twee keer de 100 Engelse Mijl: in Sint-Oedenrode en in het Engelse Leicester. Hij werd afgeklokt op respectievelijk 21:31:13 en 21:43:18 – eindtijden waarmee hij in het RWV Wandelweekend van dit jaar ruimschoots in de top-tien zou zijn beland. Op de kortere afstanden liet hij zich evenmin onbetuigd, met in zijn beste jaren een wandeltempo tot bijna 10 km per uur.

Daarnaast legde Constant zich toe op Kennedymarsen. Vijf keer die van Tilburg en van Sittard, tweemaal die van Someren en ook twee in Sint-Oedenrode. In 1981 liep hij de laatste, in Sittard. Zijn ogen gingen toen al achteruit, en lopen in het donker werd al eens een probleem. Gelukkig bleven er nog genoeg alternatieven over! Van zijn Euraudax-marsen houdt hij zelfs een apart boekje bij. „Als dat vol is, krijg je een schelp. Ik heb er nu twee. Je kunt ook een Gouden Arend verdienen, maar dat is niks voor mij want dan loop je ook 's nachts.”

Bij Vierdaagsen en IML-tochten heeft hij daar geen last van. De Vierdaagse van Nijmegen had hij dit jaar voor de 36^e keer willen lopen. „Dat het niet doorging was voor mij een schok”, vertelt Constant. „Zelf had ik ook wel wat last van de extreme hitte, maar als je de instructies van de organisatie volgde ging het wel. Je moest een halve liter per uur drinken en je af en toe laten natspuiten door de mensen aan de kant. Dat had wel effect, maar je droogde natuurlijk snel weer op.”

Aan IML-wandeltochten neemt Constant al deel zolang die bestaan. Hij weet het nog precies: „De start was in 1987 in Japan, in Higashimatsuyama, een stadje boven Tokyo. Ik heb twee IML-titels: International Master Walker en Pan Pacific Walker. Voor de eerste tellen de wandelingen in Japan en de zeven Europese landen van oprichting; voor de tweede de tochten in zeven verschillende landen daarbuiten, waarvan je er eentje dubbel moet doen. In veel landen ben ik vaker dan één keer

geweest, in Ierland zelfs al acht keer. Er komen ook steeds meer landen bij. Helaas is Indonesië inmiddels afgevalen, omdat hun parcours op Bali niet aan de voorwaarden voldeed. Daar was ik nog niet geweest. Naar Israël had ik komend jaar willen gaan, maar ik ben bang dat 't niet doorgaat. Ook moet ik nog een keer naar Arenzano, in Italië. Toen ik daar in 1983 was, bestond de IML nog niet. Bovendien was het er toen zo mistig dat ik uit het parcours ben gehaald, het was veel te gevaarlijk in die hoge bergen."

De Noordkaap prijkte ook al een poosje



Constant heft het glas: missie volbracht

op zijn verlanglijstje. Vorig jaar was hij wel in de buurt van de Poolcirkel, maar viel de Noordkaap af als bestemming. Dit jaar moest het er dan toch van komen. Dat het in het hoge noorden niet echt donker wordt, maakt de reis voor Constant extra aantrekkelijk: „Dan kan ik weer eens 's nachts lopen."

Alleseter

Van OLAT werd hij lid nadat hij in 1975 eerst een abonnement had genomen op OLAT Nieuws. Het jaar erop werden zijn eerste wandelverslagen gepubliceerd. Als ware alleseter heeft Constant sindsdien het hele OLAT-menu afgewerkt; bij Ardennenreizen, winterseries en Kempische Wandeldagen, overal kon je hem tegenkomen. Vorig jaar voltooide hij in etappes ook het Airbornepad. „Een leuke route, met veel gedenktekens", zegt hij. „In maart 2005 ben in in Lommel begonnen en op 5 juni 2005 was ik in Arnhem." Het alleen wandelen bevalt hem net zo goed als het lopen in groepsverband: „Het fijne is, dat je je eigen tempo kunt bepalen."

Als vrijwilliger maakt hij zich verdienstelijk in de functie van koerier bij de 24 uur van Weert en bij de prestatietochten in Olland. Op de jaarlijkse

vrijwilligersdag verheugt hij zich altijd enorm. En dan zijn er nog enkele wandelclubs waarvan Constant een trouw lid is: WS 78 (Almere) en Prinses Marijke (Geldermalsen). Verder is hij lid van de vereniging van Gouden Kruisdragers. „Die is voor iedereen die minstens tien keer de Vierdaagse van Nijmegen heeft uitgelopen. En ze hebben elk jaar een reünie."

Een voorkeur voor een speciale tocht of streek heeft Constant niet; het is maar net waar hij zin in heeft. Wel bereidt hij zijn wandelingen altijd grondig voor. „Ik kijk op internet waar de plaatsen precies liggen, en dan zoek ik informatie over alles wat onderweg interessant



Piet van de Laar wenst Constant geluk

kan zijn." Daarvoor put hij onder meer uit de boekjes van Natuurmonumenten, dat – het leven zit vol toevalligheden – gevestigd is in zijn geboortehuis te 's Graveland (bij Hilversum).

In Baarn woont hij sinds zijn derde jaar. Een apart hoekje van zijn flat is ingericht met de honderden medailles en bekens die hij in zijn lange wandelcarrière heeft verzameld. Die uit Castlebar en de speld met inscriptie die hij van de Regio Utrecht ontving, hebben er al een plekje gekregen. Een plakboek houdt Constant niet bij; wat de moeite waard is bewaart hij in een kist. Daaronder de artikelen die over hem verschenen in de Baarnsche Courant, toen hij er 40.000 km op had zitten, en onlangs nog eens in de rubriek 'Bijzondere Baarnaars'. En natuurlijk ook de negentig wandelboekjes waarin de 100.000 gelopen kilometers zijn afgestempeld.

Maar... als iemand in Geldrop vraagt hoeveel schoenen hij nu eigenlijk heeft versleten, moet ons 'wandeland archief' tot ieders verrassing het antwoord schuldig blijven.

-Mirjam Kies-
foto's: Janet van Gennip

UIT DE MEDIA

Een heel hoog OLAT-gehalte in het zomernummer van het Wandelsport Magazine. Aan het woord komt Willy Timmermans over de georganiseerde wandeltochten, Boetje Huliselan over het sportieve (snel)wandelen, Joop Reichenfeld over het GPS-wandelen, Marinus van Roosmalen over het 55+ wandelen, en tot slot Wil Coenen over het wandelen met een visuele handicap. Daarnaast heeft Johan Vellinga uit Friesland, die al sinds jaar en dag in het KNBLO-blad schrijft, drie pagina's besteed aan het Airbornepad Market Garden. Hier komen in het volgende nummer nog minstens drie pagina's bij, want dit is een vervolgverhaal.

Bron: Wandelsport Magazine

De houding van de meest bekende Eindhovense krant ten opzichte van de wandelsport blijft tweeledig: aan de ene kant een uitgebreid verhaal over de honderdste Kennedymars, die Adje Mollen gelopen heeft voor het Kennedy Master Walker-systeem (dinsdag 20 juni 2006), aan de andere kant zowat geen berichtgeving over de Kennedymars van Someren. Zowel de stads- als de Kempen-editie maakten helemaal geen melding van dit gebeuren, en in de editie Helmond werd volstaan met enkele kolommen. Weten ze daar bij de redactie dan niet, dat ten westen van de lijn Veghel-Weert ook honderden enthousiastelingen hiet menig zweetdruppeltje hebben laten liggen??

Bron: Eindhovens Dagblad

Een heel aparte benadering van het zomernummer van het spoorwegblad 'Rails' van de Vierdaagse van Nijmegen. Op de pagina's 57 t/m 59 zijn de onderkant van de voeten van een aantal wandelaars gefotografeerd, nadat zij respectievelijk 2, 3 en 4 dagen gelopen hebben. Opvallend is wel dat 7 van de 9 gefotografeerde personen hem minder dan 8 keer gelopen hebben. Zouden de 'die-hards' hier de humor niet van inzien, of zouden die voeten er na afloop nog zo gaaf uitzien, dat ze voor publicatie niet interessant genoeg zijn?

Bron: Rails



15-DAAGSE REIS LA PALMA

19 maart t/m 2 april 2007

15-DAAGSE REIS LA GOMERA

2 t/m 16 april 2007

**14-DAAGSE wandeling over het Pelgrimspad
naar Santiago de Compostela**

*zonder bagage vanaf Vézelay - Le Puy-en-Velay door Frankrijk
juni en september 2007*

**WANDELREIZEN
MET THEO TROMP**

Daalenbroek 32, 6002 VN WEERT
Tel 0495 450325 m.h.tromp@hccnet.nl
<http://wandelreizen.webtromp.nl>

Wandelvakantie



**Genieten van een fantastische wandelvakantie
in Zwitserland?**

Dat is nu mogelijk vanuit onze comfortabele chalets midden in de Alpen. U verblijft op prima slaapkamers en profiteert van de ongedwongen sfeer van 'niets hoeft en alles kan'. Onze chaletstaf serveert u een smakelijk ontbijt en drie gangen diner.

Zij wijzen u de mooiste wandelroutes en weten alles over de leukste excursies.

Even genoeg gewandeld?

Uw stoel op het terras of in de tuin staat al klaar! U bent het gehele jaar welkom en boekt alleen, met z'n tweeën of met een hele (wandel) club.

En natuurlijk kunt u ook golfen, fietsen, zwemmen, tennissen, parapenten, paard rijden en uitrusten!

Kinderen mee? Boek dan de speciale SwissKids weken!

Vraag onze uitgebreide folder aan
of bezoek onze website en boek
direct uw wandelvakantie!

vanaf € 329,- p.p.p.w.

FLEXChalet 070 - 347 23 23

www.wandelvakantie.nl

Wandelen en wat ik zoal tegenkom (28)

Aangekomen in Saltburn-by-the-Sea verheugen we ons al op de resterende etappes van de Cleveland Way: 84 km Noordzeekust, het niet aflatend geluid van aanspoelende golven in de branding, alsmar rondwarrelende vogels en met een beetje geluk constant het zonnetje in het gezicht. Wat willen we nog meer?

Het eerste stuk – de 6^e etappe van Saltburn-by-the-Sea tot Sandsend van bijna 28 km – zit boordevol verrassingen. Er is zoveel te beleven, dat je jezelf zwaar te kort doet om deze ruk in één dag te maken; wij vinden het welletjes wanneer we in de achtermiddag het schilderachtige vissersdorpje Staithes binnenstappen.

Het feest begint al bij de Ship Inn, het startpunt op het Noordzeestrand. Dáár voert het pad tegen de steile klppen op naar het uiterste puntje op zo'n Utrechtse Domtoren hoogte. Het is een geliefd punt, dat bekend staat om het bijzondere panorama: een verre terugblik over de roestbruinige kustlijn en vooruit het tot aan de horizon reikende strand richting Sandsend. Diep onder ons slaan alsmar aanrollende golven met veel geweld stuk op de rotsen. Daarboven fladdert een onnoemelijke hoeveelheid meeuwen, op zoek naar hun kostje.

De route over de cliffs, die soms meer van een spoor dan van een pad weg heeft, brengt de wandelaar al snel in de verleiding tot het uiterste randje te gaan met alle risico's vandien. Geen wonder, dat bij Hunt Cliff op een infopaneel een verre van overbodige waarschuwing wordt gegeven om zeer voorzichtig te zijn en niet te dicht bij de rand van de vaak loodrechte cliffs te komen. Trouwens, bij vochtig weer is het extra uitkijken want de bodem kan dan spekglad zijn. De regelmatig herhaalde waarschuwingen liegen er niet om.

Het is opvallend hoe wandelaars het verzoek om het milieu van de 'Cleveland Heritage Coast' te respecteren ter harte nemen; de gehele route is brandschoon, géén paaltje, struikje of plantje beschadigd.

Kijk niet raar op wanneer je plotseling op een oud spoorlijntje stoot, dat ooit dienst heeft gedaan voor het transport van ter plekke gedolven potas, een



Koolzaadakker aan de kust.

grondstof voor zeep, glas en kunstmest. Even verrassend zijn de met manshoog koolzaad begroeide akkers, die soms tot randje cliff reiken. Het kost vaak wat inspanning om hierdoor het pad te vinden. Maar wel zo aardig zijn de wat kalige cliffs, die tot het uiterste randje begroeid zijn met polletjes lieflijke roze/rode *Armeria*, beter bekend als Engels gras. Je moet echt moeite doen om er niet op te trappen.

Hoe heerlijk het ook is om over de hoge cliffs te wandelen en van het uitzicht te genieten, het is toch ook weer eens prettig om met twee benen op het vlakke strand te staan. Ter hoogte van de

Cattersty Sands komt die kans vanwege de in zee uitmondende Kilton Beck. Het goed beloofbare strand wordt daar geleidelijk breder en na een poosje komt er een jetty, een aanlegpier voor de zeevissers in zicht. "Maar waar blijft dan toch de haven en waar liggen dan hun boten?" vraag je je verbaasd af. Nou, die is er niet: de vissers parkeren hun trailers met boot en al gewoon langs een toegangsweggetje en benutten het getij om uit te varen.

De lol om over het strand te lopen is overigens van korte duur want ná de beekpassage gaat het pad weer steil de cliffs op. Ian Sampson raadt terecht aan om, eenmaal boven, eerst maar eens diep adem te halen en rond te turen over het prachtige landschap alvorens verder te gaan. Het is waarschijnlijk ook bedoeld als een soort afscheid want van af dit punt ondergaat de route de nodige veranderingen.

De koolzaadakkers hebben inmiddels plaats gemaakt voor golvende grassige velden, die omzoomd zijn met een ondoordringbare heining van meidoornhagen, scheefgegroeid onder invloed van de zeewind; landinwaarts rijst een omvangrijk verlaten staalcomplex op uit de tijd, dat hier ijzererts werd gewonnen.



Nesting Sites.



Restanten van aluinvindplaatsen

Ter hoogte van Hummersea Bank verlaten we even de kust over een werkp pad in de richting van een afgelegen bedoening, kruisen daarna wat akkers en nemen via de inmiddels vertrouwde ‘stiles’ de ene stekelige omheining na de andere. Bij Gallihowe, de ‘re-entry’ van het Nationale Park pikken we het kustpad weer op. Een smetteloos infopaneel laat goed gedocumenteerd weten, wat de wandelaar van af dat punt te wachten staat: de restanten van twee eeuwen aluinwinning.

Als op een presenteerblaadje krijgen we op Rock Cliff +203m – het hoogste punt van de Engelse oostkust – een fantastisch uitzicht over de onder ons liggende uitgestrekte restanten van de eeuwenoude aluinvindplaatsen. Het zet je wel aan het denken. Er mag dan wel iets van een verlaten spoorlijntje zijn maar hoe hebben de ‘miners’ in hemelsnaam ooit kans gezien het aluin te winnen en te verplaatsen: gewoon met ‘pick and shovel by the poorly-paid

quarryman’ staat ergens te lezen! Ongelofelijk! Boeiend! Het kost heel wat moeite om de verleiding te weerstaan af te dalen en rond te struinen in dit historische wingebied.

En er is al zo veel te zien van af de hoge cliffs: de meeuwen, sterns en aalscholvers laten je geen moment met rust, vooral wanneer je te dicht bij hun slordige nesten op uitstekende rotsranden komt. Maar dat leer je wel: hoe sterker de penetrante geur, hoe groter het aantal nesten en des te meer geweld van de als maar duikende bedreigers om je heen. Voordat je er erg in hebt dient het weinig zeggende gehucht Boulby zich aan: niks meer dan een handvol huisjes op een wat beschutte locatie tegen de cliffs. En dan te weten dat hier nauwelijks een eeuw geleden in de diepste schacht van Engeland op ruim 1.200 meter enorme hoeveelheden potas werd gedolven. Nog een kilometer of drie langs de rotsige kust en dan komt voor ons het hoogtepunt van deze on-

vergetelijke tocht: het zo’n 100 meter lager liggende betoverend mooie visersplaatsje Staithes!

Als een donderslag bij heldere hemel buigt bij Cowbar Nab het kustpad plotseling naar beneden af. Tijdens de afdaling komt dan het door de cliffs ingeklemd plaatsje, als in een film, stap voor stap tot in alle uithoeken in beeld. De dicht op elkaar gebouwde huizen grenzen aan de monding van een ogenschijnlijk rustige beek, die uitmondt in een hoefijzervormige baai, tevens haven. Bij laag water valt de haven grotendeels droog. Niemand bekommert zich dan om de drooggevalen bootjes en het vele vistuig, zoals de kooivormige lobsternetten, dat overal rondslingert. In vroeger tijden leefde Staithes, evenals Robin Hoods Bay en nog wat geïsoleerde kustplaatsjes, niet van vis alleen. O neen, ze waren ooit berucht vanwege de smokkelarij van thee, alcohol, zijde en zout. In menig huisje is nog steeds een goed verborgen toegang naar een ondergrondse gangenstelsel te vinden.

Tijdens een rondgang door het vriendelijke plaatsje met zijn nauwe doorsteekjes proef je de historie. Het haventje doet er nog een schepje bovenop, want het is laag water zodat we onbelemmerd tot op de uiterste drooggevalen plekjes kunnen komen. Het panorama landinwaarts wordt daardoor als maar groter en indrukwekkender.

En wat te denken van een nachtglogies onder een groot dakraam met uitzicht over de baai? Super, vooral omdat we de volgende morgen worden getraceerd op roodgekleurde zonsopgang. Maar vóór het slapen gaan hebben we rijkelijk mogen proeven van wat de zee hier te bieden heeft: crab, lobster, cod, plaice and haddock!

-Wordt vervolgd-



De haven van Staithes bij vloed.

Ben en Marion gaan eilandhoppen

WaddenWandelWeek 2006

Het is alweer een tijd geleden dat we ons hiervoor hadden ingeschreven. Voorkeur week 22 mei 2006. Alleen deze week zou Marion kunnen. Erop of eronder. Verdomd, we hadden mazzel. We konden nog mee ook. Mogelijk ten koste van Jacques en Nel (Bleiswijk), randstedelingen die reeds 16 jaar hadden deelgenomen en dit jaar voor het eerst waren uitgeloot.

Op maandag 29 mei was het zo ver. We moesten ons rond 09.15 uur melden op het binnenvaartschip de Hydra, vorige week nog de vrouwenboot bij de Friese Elfstedentocht. Locatie Leeuwardenshaven. Om de hoek van het Elfstedenmonument. Exact 09.45 uur de afvaart. Tezamen met nog 10 andere wandelfanaten alsmede reisleader Lucas Bolhuis. Samen een weekje Wadden. Lekker eilandhoppen. Via Harlingen de waddenzee op.

In het groepje ook een drietal Brabanders, te weten Tonny Beijers, Bertje Robben en Annie Knapen. Allen omgeving Eindhoven. Uit het groepje waren 4 man bereid de 35 km te lopen. De rest volgde relaxt de 20 km route. Deze lopers hadden de middag dan weer vrij voor andere dingen.

Ik weet niet of het weer beter had moeten zijn. Een enkele keer wat regen. Regelmatig zon. Mooie luchten. Het was ideaal om foto's te schieten. Maar om nu aan het strand even de kleren uit te trekken? Daar was het net even te koud voor. Zo vlak voor de Pinksteren hadden we de eilanden voor ons alleen, weinig toeristen. Alleen wat volk van de bruine vloot. Voornamelijk Duitse scholieren. Dat zorgde zo hier en daar in de havens voor wat extra baldadigheid. Schipper Hoekstra zorgde dan weer voor de juiste ligplaats. Aan het eind van elke dag werd er gezamenlijk

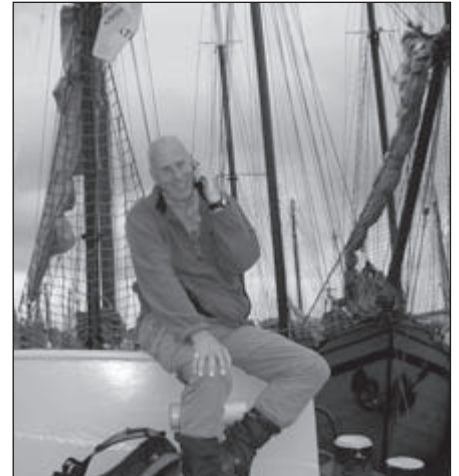
gedineerd. De lunchpakketten werden betrokken van de bezochte restaurants. De slaapgelegenheid was eenvoudig. Hoogslapers om ons te bergen. Voor koffie en thee werd gezorgd. De toiletvoorziening was aan boord. Maar wilde je wat luxer douchen, dan moest je toch echt de wal op.

Als eerste koersten we op Texel af. De haven van Oudeschild. Na de volgende dag een rondje van 35 km op Texel gedaan te hebben, op woensdag richting Vlieland. Met de boot recht door de Noordzee-branding. Veel deelnemers zaten dan ook met reddingsvest op het dek tijdens de oversteek.

Vlieland werd voor ons geen wandeling. Pas rond 11.00 uur kwamen we in het haventje aan. En om nu nog een 20 km wandeling te doen? Nee, we kozen voor wat anders. Lekker door de Dorpsstraat slenteren. Een bakje koffie. Een beetje shoppen. We hebben het plaatselijke museum bezocht. Een voormalige rederswoning. Met veel volkskunst en schilderijen en VOC-scheepskanonnen voor de deur. Aan het eind van de middag zijn we de groep tegemoet gelopen. Dan met z'n allen aan het diner en richting boot. Klaar voor de oversteek naar Terschelling.

Meer eilanden zaten er niet in. Dit gezien de stroming in combinatie met de zandbanken. Rond 21.00 uur voeren we de haven van West-Terschelling binnen.

Alwaar we pal naast de aanlegplaats van de veerboot afmeerden. De twee volgende dagen waren rondjes van 35 km. De eerste dag werden we per openbaar vervoer halverwege het eiland gedropt. Uiteraard bezochten we het Wrakkenmuseum. Deze was aan de



route gesitueerd. Veel van de wandelaars kochten een paar sportschoenen dan wel een regenjas. Nog maar net gejut door de eilandbewoners. Op diverse adressen voor een klein prijsje te koop. Een mooi volkje, die Terschellingers.

We hebben heerlijk over de Boschplaat gewandeld. Zagen de voorbereidingen voor het Oerol-festival. Troffen de eerste Terschellingdag diverse prachtig versierde boerenwagens met kinderen. „Op-uh-riet” zoals ze dat daar noemen. Nog even gezellig een dagje naar buiten voordat de vakantie begint. Een soort schoolreisje dus. De eendenkooien, de broedende weidevogels, kortom een perfecte natuur. Het wandelen zeker waard.

Vrijdag, na afloop van ons diner op Terschelling, voeren we weer op Friesland aan. Via Harlingen meerde schipper Hoekstra de Hydra rond 22.00 uur af bij de sluis van Franeker. Tijdens een klein feestje werden de herinneringschildjes uitgedeeld. En na een korte nacht rond 05.30 uur verder richting Leeuwarden. Tijdens een pracht zonsopgang. Marion was niet weg te slaan van de boeg.

Rond 07.30 uur waren we terug in Leeuwarden. Dan een kort afscheid en snel richting Groenlo. Het was weer mooi.

-Ben en Marion-



Annie, Marion, Bertje en Tonny voor de Brandaris

De 7-Dorpentocht op Tholen

Pas vrij laat (vrijdagavond na 8 uur) besliste ik, dat ik aan deze tocht zou deelnemen. Bergen op Zoom ligt qua reisafstand behoorlijk dicht bij Eindhoven, 1 uur en 11 minuten, en het zou nog dichterbij gelegen hebben als ik niet twee keer had moeten overstappen. Maar alle aansluitingen klopten, en 'mijn' chauffeur meldde zich binnen 5 minuten. Toch een hartstikke goede service van die wandelclub. Ik hoop alleen dat ze hiermee door blijven gaan, want het blijft het bekende verhaal: van de 2500 deelnemers zijn er maar 30 afhankelijk van het openbaar vervoer.



Op 8 juli om 10 uur was ik in café 'Hof van Holland' in Oud-Vossemeer, op tijd voor de 30 kilometer. En omdat ik voor die 30 kilometer acht uur de tijd had, begon ik maar met een kop koffie en een gevulde koek. Ik had de avond tevoren nog een Rolling Stones-vriend uit Bergen op Zoom opgebeld, maar die zag de tocht niet zo zitten: veel te veel lange wegen, veel wijde blik, en ook stukken waar het bij 26 graden behoorlijk afzien is. Gelukkig werkte de temperatuur mee: ik begon met 19 graden en een behoorlijk wolkendek, waar zelfs nog 26 druppels uit gevallen zijn. In het eerste stuk zaten wel lange gedeeltes, maar we liepen over rustige dijkjes, en er stonden bomen langs de weg. Na 5,1 km de eerste rust, met peperkoek en water. Toen kwam er een heel lang stuk van 8 km, waarna de 50 km zich afsplitste. En zei ik twee zinnen geleden nog 'we'; nu zeg ik ik, tot 13,75 km heb ik niemand gezien.

Wat wel opviel waren de vele bloemenvelden; wist niet dat ze hier een bloemencultuur hadden: margrietten (doet me ergens aan denken), dahlia's, lupines. Vooral als er wat kleuren door elkaar stonden, was het een prachtig gezicht. Na de kleine dijk een vrij taaie dijk, net geasfalteerd, en er stonden pas aangeplante boompjes naast. Was een fantastisch fietspad, maakte ook deel

uit van het fietsroutenetwerk. Het enige leven dat ik hier tegen kwam waren wat doezelende schapen. In St. Maartensdijk de eerste caférust. Er was al een post op 11,2 km opgedoekt omdat ik zo ver achteraan gezeten zou hebben. Hier ontmoette ik Corné, een 50 kilometer-loper. Die zat nu op de helft. Ook kwam ik Piet Janssens tegen. Bleek achteraf Aart van Dijk te zijn, maar die komt ook bij OLAT.

Na een bakje soep doorgelopen. Er kwam nu een prachtig gedeelte, een pad door een minibos, en tien meter naar links lag een breed water. Na 800 meter dat water overgestoken over een houten brug en aan de andere kant verder gegaan. Aan het eind van dat water een meeuwen-broedkolonie. Eerst hoorde ik nog het gefluit van merels, maar daarna was er een allesoverheersend gekrijs.

Op de parkeerplaats voorbij het meer mijn enige controle op 16 km, en daarna gunde ik mijzelf een trappistje in de kantine van een camping. Er was daar behoorlijke muziek van drie accordeonisten, dat zal zeker wandelaars getrokken hebben (of afgeschrikt, als je dat geluid te veel van het goede vindt). Nu kwam er een gedeelte van 4 kilometer, eerst door de camping en daarna langere drukke wegen naar Spijkenisse. In Spijkenisse na een café en een

camping een cafetaria, met de originele naam 'De Heksenketel'. De laatste 7 kilometer zag ik weer wandelaars, maar het hield niet over. Wat bleek: toen ik mij 'bezondigde' aan een kroketje, kwam nog iemand van de EHBO binnen, want die stonden op het punt van vertrekken. Ik verzekerde hem, dat ik een half uur later bij de laatste horecarust zou zijn.

Het uitlopen van Spijkenisse was ook weer mooi, een dijkje tussen behoorlijk veel lover, maar dat duurde maar 400 meter. Ook was er aan de linkerkant een mooie watertoren, waarschijnlijk onlangs gerestaureerd. Daarna ruim 2 kilometer langs een autoweg op het fietspad. De zon ging nu een grotere rol spelen, het werd tijd om een petje op te zetten (24 graden).

Bij de vierde en laatste horecarust, een Chinees restaurant in Poortvliet, werd ik getraakteerd op de traditioneel Zeeuwse lekkernij, de bolus. Omdat ik daar weer de laatste was, beloofde ik de EHBO-man geen wagenrusten meer te nemen tot de finish. En het was nu lekker doorlopen, want de wegen waren weer recht.

SC Vosmeer, bij deze de opmerking dat jullie veel te bezorgd over mij waren, want een kwartier later kon ik toch nog bij iemand instappen. En het is maar goed dat ik dat niet gedaan heb, want de boomgaard 3 kilometer voor het einde was weer een leuke afwisseling, en de watermeloen die we daar aangeboden kregen, smaakte overheerlijk! Hier zat Lisette op haar Corné te wachten, en ik kon haar dus vertellen dat ik die op 25 km gesignaleerd had.

Nu bleek dat alle zorgen om de laatste 30 kilometer niet nodig waren geweest, want net voor de boomgaard waren de 40- en 50 kilometer-lopers er weer bij en omringd door 25 wandelaars kwam ik binnen. En daarna zouden er nog minstens 100 volgen.

Toen ik uitstapte bij station Bergen op Zoom ging ik nog even onderuit. Dit had niets met drank, emotie of hitte te maken. Als je wilt weten wat dan de oorzaak was, moet je het mij maar vragen, een mooie testcase of je dit gelezen hebt.

-Peter van de Ven-

De Barchemse 4-daagse

Afgelopen winter was duidelijk geworden dat de Barchemse 4-daagse dit jaar doorgang zou vinden, dus bedacht ik mij geen moment om me zo snel mogelijk aan te melden samen met mijn kleindochter Sonja, om de 40-kilometerafstand te gaan wandelen.



Camping-rust Wildenborch

Dat ik zo enthousiast was, heeft te maken met het feit dat ik in Barchem geboren ben en daar tot mijn 21^e gewoond heb. Tweede reden was dat ik de Achterhoek goed ken en zodoende al zeker was van een mooie 4-daagse. Donderdag 29 juni was het zover: 1017 wandelaars(sters) vertrokken.

1e dag, de Slingeroute.

De tocht voerde van Barchem via Ruurlo, Beltrum, Haarlo, Borculo weer terug naar Barchem.

Onderweg was er een radioverslaggever die naar de bevindingen van de wandelaars vroeg. Een terechte klacht op dat moment was, dat de route teveel asfaltkilometers bevatte, doch de 2^e tot en met de 4^e dag was er niets te klagen.

2e dag, de Bronkhorstroute

Deze liep voor 80 procent over onverharde wegen en bospaden. De tocht voerde onder andere naar Vorden.

3e dag, de Berkellandroute.

Ongeveer 50 procent onverharde wegen voerden langs Borculo, Geestere, Neede en Gelselaar.

Gezicht op Gelselaar

4e dag, de Lochemroute.

Ongeveer 50 procent onverhard naar Lochem, Exel en Laren (Gld)

Gedurende deze 4 dagen konden we genieten van een prachtige natuur, kastelen, molens en landgoederen, waar deze streek zo rijk aan is.

Het was tijdens deze 4-daagse behoorlijk warm, rond de 30 graden, dus was

veel drinken gewenst. Veel bewoners langs de route stonden klaar met water, melk etc.

De rustplaatsen waren goed gekozen. Elke 8 kilometer was er wel een café- of campingrust.

Op de rustplaatsen was het meestal een vrolijke boel met accordeonmuziek en boerendansers.

Tijdens deze vier dagen waren de kerken en molens geopend, en kon men die gratis bezichtigen.

De intocht in Barchem was op zondag 2 juli. De finish-sstraat was omgetoverd in 'Via Barcholia'. De wandelaars werden verwelkomd in een zinderende hitte van boven de 30 graden door vele honderden toeschouwers, muziek en boerendansers.

Van de 1017 starters waren er 929 uitlopers; gezien het warme weer niet slecht.

Al met al was het een buitengewoon mooie 4-daagse, prima georganiseerd in een gemoedelijke en vriendelijke sfeer, maar dat wist ik al vantevoren.

Mijn kleindochter Sonja was de jongste deelneemster, 11 jaar, 160 kilometer gewandeld en nergens last van. Ik had drie flinke blaren, zo zie je maar weer. We hopen in elk geval volgend jaar er weer bij te zijn.

-Gerrit Arfman-
tekst en foto's



OLAT in Zeeland!

Rond het Veerse Meer

Op zaterdag 24 juni organiseerde WSV 't Zand vanuit het schitterende stadje Veere de 19^e mars rond het Veerse Meer. Voor mij was dat een goede gelegenheid om voor deze tocht een aantal van mijn 'Brabantse' wandelmaten uit te nodigen om deze tocht van 60 kilometer gezamenlijk te volbrengen.



Sluis in de Zandkreekdam

Zo trof ik om half acht aan de start Boetje, Frances, Hans, Wim en Hugo. Voorwaar niet het minste gezelschap waarin ik mij bevond, want het merendeel van deze doorgewinterde wandelaars had de week daarvoor met succes Amsterdam - Leeuwarden tot een goed einde weten te brengen. Wellicht geplaagd door enige overmoed ontlokte dat al snel uitspraken van Hans de Vries waarbij hij ons groepje al ging indelen in een 1^e, 2^e en 3^e garnituur wat niet door iedereen enthousiast ontvangen werd.

Het was in Zeeland die dag schitterend weer en we vertrokken om 8 uur 's morgens samen met zo'n 110 andere wandelaars voor de tocht van 60 kilometer. Eerst op Walcheren door het stadje Veere en vervolgens langs de zuidkant van het Veerse meer in oostelijke richting via Oranjeplaat en natuurgebied 'De Piet' naar onze eerste caf rust in Wolphaartsdijk.

Nadat de inwendige mens wat versterkt was met eten en drinken gingen we op weg naar de Zandkreekdam om de oversteek te maken van Walcheren naar Noord-Beveland. Na Kortgene en een aantal lange, zonnige en warme

wegen kwamen we aan bij onze tweede caf rust in Kamperland.

Van hieruit konden we Veere alweer zien liggen, maar we zaten wel aan de verkeerde kant van het Veerse Meer en moesten dus het meer nog via de westkant 'ronden'. Deze laatste etappe via de Veerse Dam gaf verder echter geen problemen zodat we om half zes weer aankwamen op de plaats vanwaar we 's morgens vertrokken waren.

Na enige consumpties gingen we om circa half zeven weer uit elkaar. Ik weer terug naar Vlissingen de rest weer op weg naar Brabant.

Al met al was het een zeer gezellige zaterdag, het weer was perfect, alle vrienden waren weer aanwezig en de tocht was goed verzorgd. De vele vrijwilligers van WSV 't Zand hebben er met 11 wagenrusten en 2 caf rusten voor gezorgd dat het Rondje Veerse Meer zeker voor herhaling vatbaar is.

Aangezien deze tocht meestal geen concurrentie ondervindt van ander lange tochten, is het dus een uitstekende aanrader voor volgend jaar om als aanloop naar de Vierdaagse de conditie op peil te houden.

-Theo Klanke-

UIT DE MEDIA

Geen kruis, wel een speld

Geen Vierdaagsekruis, wel een herinneringsspeld voor alle wandelaars die de eerste dag in Nijmegen hebben uitgelopen. En voorrang bij de inschrijving van volgend jaar. Op die manier wil de organisatie iets goedmaken bij de talloze teleurgestelde deelnemers. Het inschrijfgeld wordt echter niet getourneerd, omdat er al veel kosten waren gemaakt.

Bron: website stichting De 4-Daagse

Kun je alle risico's wel uitbannen?

Netwerk, Twee Vandaag, Nova, allemaal besteedden ze uitgebreid aandacht aan de onverwachte gebeurtenissen van de Vierdaagse. Netwerk voerde de 80-jarige Robert Cohen op, die de eerste dag zonder mankementen heeft uitgelopen ondanks dat hij begin dit jaar een nieuwe hartklep en 3 bypasses had gekregen. Na zijn herstel is hij flink gaan trainen. Wat ook hielp: hij ging als eerste van start en was al v or half twee binnen. Daardoor had hij minder last van de hitte. Dat de tocht werd afgelast betreurt hij zeer. Volgend jaar wil hij er weer bij zijn.

Twee Vandaag maakte zich zorgen over de toekomst van grote publieksevenementen. De verantwoordelijkheid verschuift steeds meer van individu naar organisatie. Als er iets mis gaat, volgt meteen onderzoek naar de aansprakelijkheid. De vraag is of we daarin niet doorschieten. Wie wil er nog iets organiseren in zulke omstandigheden? Kun je alle risico's wel uitbannen?

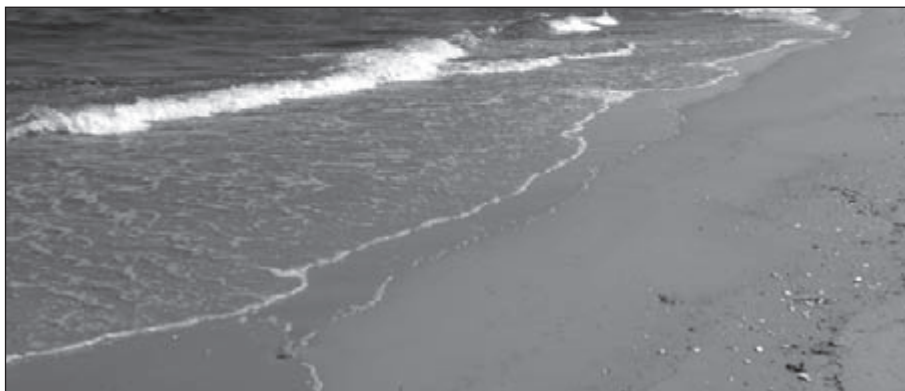
In het programma verwees de organisator van de Strandzesdaagse naar de Elfstedentocht van 1963, die onder barre omstandigheden verreden werd. „Zoiets zou vandaag de dag niet meer mogelijk zijn”, zei hij. „Iedereen kijkt meteen de directie van een evenement aan.”

Eigen verantwoordelijkheid kwam ook ter sprake bij Nova, dat bij gewone burgers te rade ging. „Als een organisatie zegt het niet aan te kunnen, wat moet je dan?”, vond de een. „Bangigheid voor claims”, zei een ander. En een grapjas voorspelde: „De Elfstedentocht zal straks wel niet doorgaan wegens kou.”

Bron: actualiteitenrubrieken op tv

Het geheim van de koffer

In de groep van het 'wandelen op dinsdag' was de wens ontstaan om eens te wandelen aan zee. Kees en Truus van Vessem pikten dit signaal op en begonnen aan de klus om de organisatie op, en de wandelingen uit te zetten!



En zo kon het gebeuren, dat van alle kanten uit Brabant en Limburg op dinsdag 27 juni mensen met rugzakken en zware wandelschoenen naar diverse stations togen om de grote reis naar zee aan te vangen.

Jos en Els hadden een koffer bij zich en iedereen vroeg zich af wat daar de bedoeling van was.....!

Alles leek goed te gaan; in Eindhoven was de eerste grote verzameling en in Den Bosch de tweede samenkomst. De deelnemers zaten in de trein richting Castricum, maar eigenwijs als sommigen zijn ging dat natuurlijk niet zonder problemen. Amsterdam-Amstel was de eerste stopplaats met het woord Amsterdam en dus dachten enige lieden dat ze hier over moesten stappen. Helemaal, ze bleven op station Amstel achter en konden de trein alleen maar nakijken. Gelukkig werden we op station Centraal weer verenigd.

Als je denkt dat alles nu op rolletjes ging: vergeet het maar! Twee laatkomers dachten slim te zijn door een snelle trein te pakken, zij reden station Castricum voorbij en kwamen in Alkmaar terecht. Gelukkig zijn er mobiele telefoons en kwam alles op zijn pootjes terecht. Ook de koffer met de geheime inhoud werd in Castricum meegezeuld naar het restaurant waar we koffie konden drinken. Vragende ogen van alle deelnemers, wat zit er in 'gods' naam in die koffer? Zijn het de lunchpakketten of drinken voor onderweg? Het geheim werd nog niet prijsgegeven.

Uiteindelijk kon Kees de groep aan het wandelen zetten; de eerste wandeldag van Castricum naar Egmond Binnen,

waar we verwacht werden in de Stay-Okay, we noemden dat vroeger een jeugdherberg.

O ja, de koffer was door Jos op een slinkse wijze achtergelaten in het restaurant, toen begrepen we helemaal niet meer wat er met die koffer aan de hand was..

In ieder geval was de wandeltocht van hoge natuurwaarde met prachtige doorsteekjes in de duinen en het strand. Iedereen was verbaasd hoe Kees en Truus zo'n tocht uitgezet kregen, maar ja, hier zie je het meesterschap van jarenlang bestuursschap bij OLAT. De temperatuur was hoog, maar dat werd gecompenseerd door voldoende schaduw van het bos. Wat een mooie omgeving!

We waanden ons in het paradijs en alles ging vredig zijn gang tot later in de middag nabij Egmond aan Zee.... hier sloeg het noodlot toe.

Kees, Truus en Yvonne zouden in zee gaan zwemmen, de rest kon dan op het terras van strandpaviljoen Zilverzand verpozen en een trappistje nuttigen, maar dat pakte anders uit. Voordat de uitbater de bestelling op kon nemen was er plotseling een krentenbol in iemands mond verzeild geraakt en meneer Zilvertand (dit is geen schrijffout) werd zo boos, dat hij de hele groep als een stel asielzoekers zijn 'land' uit dreef.

Daar zaten we voor straf in het hete zand: geen consumptie voor ons en geen dagopbrengst voor Zilverzand.

Met de zwemmers ging het intussen ook niet zo best. Kees was het elastiek

uit zijn zwembroek verloren en later bleek zijn rugzak in menselijke uitwerpselen te staan achter het strandhokje.... sommigen onder ons hebben vermoedens dat iemand daar meer van wist. Kortom voldoende commotie om nog jaren over te praten.

Uiteindelijk werden we gastvrij ontvangen in de herberg van Egmond-Binnen. Prima eten en goede verzorging, nette kamers, we konden relaxen.

Na het avondeten werden er fietsen georganiseerd en werd per fiets de geheimzinnige koffer opgehaald in Castricum. Wat bleek nu, er zaten alleen maar deftige kleren in van Jos en Els want die bleven langer in Noord-Holland. Jammer, we hadden in onze fantasie van alles verwacht maar niet zo'n alledaagse ontknoping.

Na een rustige nacht – zelfs de kampioen snurker bleek rustig geweest te zijn – begonnen we aan de tweede dag richting Bergen

Prachtige paden, mooie omgeving, kortom Truus en Kees hadden alles uit de kast gehaald om ons het mooiste van Noord-Holland te laten zien.

Toen we Bergen aan Zee naderden, waar we op het terras zouden vertoeven, werden er vooraf duidelijk afspraken gemaakt. Iemand die het zou wagen om op het terras eigen eten te nuttigen, kreeg een gele kaart en bij 2 gele kaarten werd de persoon voor 2 wandelingen geschorst. Je moet toch iets doen, om mensen op te voeden nietwaar...

In de namiddag werd er door het trio weer gezwommen terwijl de rest van de groep trachtte bruin te worden of genoot van de blote lichamen op het strand.

Uiteindelijk hebben we Bergen bereikt, waar we op een terras het afscheid hebben gevierd. De bus naar Alkmaar en de trein naar Amsterdam sloten goed op elkaar aan en in Brabant is ieder weer zijn eigen weg gegaan.

We waren onder de indruk van de perfecte organisatie en de prachtige wandelroutes. Kortom we hebben twee dagen genoten en ontspannen gewandeld. Hulde. Kees en Truus en bedankt!

-De WOD groep-

Op weg naar Santiago de Compostela (2)

Hier dan eindelijk een berichtje van ons. Nou, wij maken het uitstekend en vorderen zo ongeveer volgens schema. Het afscheid op 11 juni vanuit de kerk in Den Dungen heeft ons veel goed gedaan. De woorden van de pastoor, het gezellige koffieurtje aan de overkant; als we daar weer aan denken krijgen we vleugeltjes.



Het tympaan boven de ingang van de basiliek Madeleine in Vezelay

De eerste dagen zijn erg warm en we moeten de watervoorraad regelmatig aanvullen. We ontmoeten veel mensen en allemaal zijn ze geïnteresseerd in wat we doen. In Ell zitten we op een bankje bij de kerk te lunchen als we door iemand worden aangesproken. Deze jongeman is ook naar Santiago gelopen en geeft ons zijn telefoonnummer. Als we in Hunsel zijn, bellen we hem en krijgen een privérondeleiding door de Jacobuskerk. Bij zijn ouders thuis nog koffie met koek en dan weer opgefrist verder. Lief toch!

In Elslloo worden we bijna het terras opgetrokken door een echtpaar dat in juli het Spaanse deel gaat lopen. Op de camping horen we dat de eigenaar ernstig ziek is geweest. Zijn vrouw vraagt ons om aan hem te denken in Santiago. Natuurlijk doen we dat.

In Maastricht blijven we een dag extra om wat inkopen te doen. Onze water-

zak lekt en moet vervangen worden. Vanaf hier volgen we de Via Mosana, een Jacobs-route. Als we geen camping kunnen bereiken, zetten we ons tentje op in het bos of op een weiland – liefst uit het zicht. In Namen hebben we een hotel in de stad en eten 's avonds gezellig in een restaurantje; hoera! Herman is vandaag jarig.

Vanaf nu volgen we een GR-route die gaat door bossen en soms behoorlijk klimt. Dat is oppassen, vooral bij de afdalingen. Er is weinig grip en het is vrij steil. Als we net na Provondeville het bos uitkomen krijgen we een gigantisch onweer. Ik heb nog nooit zoveel bliksemschichten gezien! We wachten in een winkel tot de bui voorbij is. We volgen het jaagpad langs de Maas naar Dinant, want de bergen gaan we nu niet in. Vlak na Dinant in Blaimont hebben onze vrienden Elly en Martin een huisje gehuurd. Daar blijven wij

een extra dagje; heel gezellig en een rustdag is ook fijn.

Woensdagochtend worden we al filmend uitgezwaaid. De route die we dan lopen is echt een ramp. We moeten langs touwen omlaag scharrelen, het is steil en glad vanwege de regen. Als deze dag ten einde is, bellen we Martin en Elly die ons weer ophalen. We kopen een Michelin-atlas en halen er de pagina's uit die we nodig hebben. Nu kunnen we zonodig onze route aanpassen. We slapen dus nog een nacht in het huisje. Het is geweldig, net als het moreel hard nodig is!

Zo gaan we elke dag een stukje verder en genieten enorm van de mooie natuur en de stilte om ons heen. Als Frankrijk de halve finale wint, liggen we een behoorlijke tijd wakker van het getoeter en het vuurwerk.

We hebben ook geslapen in een judozaaltje en in een klooster van de Clarissen-zusters.

Op een dag belanden we in een gigantische regenbui en ondanks onze poncho worden we drijfnat. Het water sopt in onze schoenen en de wegen lijken wel modder-riviertjes. In het dorp zoeken we de gîte en plotseling horen we achter ons roepen. Een vrouw wenkt ons terug, we moeten binnenkomen en onze natte spullen uitdoen. Eerst denk ik dat we in de gîte zijn, maar zij wil ons alleen maar helpen. Voor we het weten staan we onder een warme douche en zitten onze kleren in de wasmachine. Daarna belt ze alles af om een overnachtingsplek te vinden. Dat lukt pas na minstens 10 telefoontjes.

De droge was wordt ons 's avonds nog nagebracht. De ontmoeting was kort, het afscheid intensief.

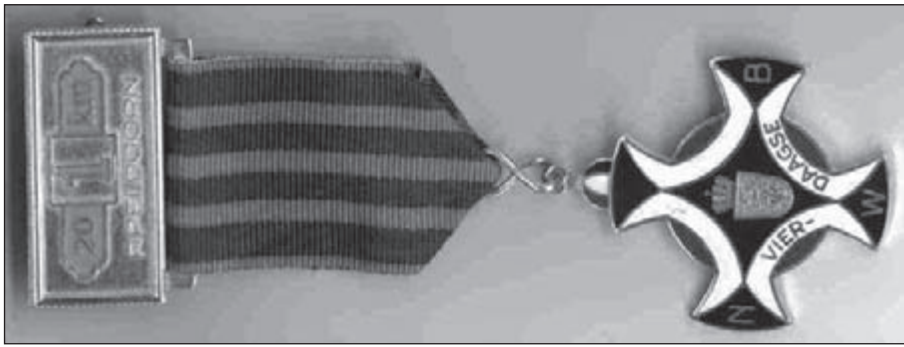
Zo scharrelen we over Gods wegen en hebben af en toe een rottdag. Dan doen de voeten zeer, zit de rugzak niet lekker of voelt te zwaar en zelfs de weg wordt soms lang en saai. Maar die dagen zijn er gelukkig maar zelden.

Als jullie aan ons denken zie je in gedachten die grote en die kleine vrolijk door het land stappen. En elke stap komt een beetje dichterbij Santiago, net zo lang tot we er zijn!

Bonne route!!!!

-Hermanneke-

De Apeldoornse vierdaagse 2006



Hier was het dan allemaal om begonnen... Vorig jaar liep ik de 50 km tijdens de Apeldoornse vierdaagse. De hele familie logeerde ook bij de Stayokay (jeugdherberg) in Apeldoorn, maar was er voor vakantie en niet om te wandelen. De laatste dag kwamen ze me ophalen bij de finishtent en Onne (onze jongste zoon) zag al die mooie medailles. Hé Joop, moet je ook doen: 50 keer Apeldoornse vierdaagse, krijg je zo'n mooie medaille! Ja, dan ben ik 93; ik weet niet of ik dan nog wel kan wandelen. Onne begon te rekenen en dacht: „Als ik nu begin haal ik die 50 keer wel!” Hij wilde dus meedoen aan de Apeldoornse vierdaagse, maar dan de 20 km.

Oké, dan loop ik wel met je mee. Dat mocht niet, ik moest van hem weer 50 km gaan lopen. Dat was in eerste instantie ook de bedoeling, maar door mijn hielblessure heb ik na de zomer alleen nog maar tochten van maximaal 20 km (met af en toe een uitzondering van 30 km) gelopen. Volgens de podotherapeut is dat al te veel, maar het gaat wel een stuk beter met mijn hiel nu.

In het najaar van 2005 begon de training voor Onne met de eerste winter-serie van OLAT in De Rips. Omdat we een eindje moesten rijden om er te komen, wilde ik wel 20 km lopen. Onne heeft de hele weg gemopperd dat hij zijn allereerste wandeltocht wel 20 km (het was zelfs nog 2 km meer) moest lopen. Het wandeltempo aan het eind was dan ook 2 km/uur lager dan waar hij enthousiast mee begon. Steeds meer ging hij aan mijn arm hangen, doodvermoeiend. Toch zei hij bij het finish-café: 'Ik wil lid worden van OLAT' en hij schafte meteen een wandelkilometerboekje aan. Alle kilometers worden nu genoteerd. Zo 'trainden' we door, de ene keer was het slechts 10 km (na een schoolfeestje de vorige avond), maar meestal 15 of 20 km.

De driedaagse van Alblasserwaard en Vijfheerenlanden viel een beetje in het water (drie dagen regen), waardoor we drie dagen slechts 15 km liepen i.p.v. de geplande 25 km.

En er waren twee 30 km-tochten: de Vrijbuiterswandeloctocht bij Wijk en Aalburg en de Heinekentocht te 's-Hertogenbosch.

Bij het wandeltrainingsweekend van OLAT in januari leerden we 'beter' wandelen. Er werd kritisch bekeken hoe we normaal liepen. Eigenlijk liepen we alledrie wel goed rechtop en met onze voeten goed rechtoet (niet als Donald Duck). Door met de armen te zwaaien, hoofd rechtop en grotere stappen te nemen en de heupen mee te bewegen (zodat de stappen nog groter worden) kun je meer snelheid maken. Met minder stappen kun je dan dezelfde afstand afleggen (minder moeite dus).

Als er geen wandeltocht in de buurt werd georganiseerd, dan liepen we een stuk van 'rondom de Sint Jan' (regionaal wandelpad van 122 km lang), waar ik al eerder over schreef.

Dinsdag voor de vierdaagse wandelden we nog mee met de dinsdagochtendgroep in de tuin van Brabant, een rondje om Haaren met slechts dertien wandelaars onder tropische omstandigheden, maar ja, we moesten onder alle omstandigheden trainen.

Zo had Onne 562 wandeltrainingskilometers in zijn boekje staan.

De ene keer liep hij met zijn moeder (ik dus), de andere keer met zijn vader (Bart) en ook vaak liepen we met zijn drieën. We kletsen wat af onderweg, meestal veel flauwekul.

Onne vertelt over zijn hobby's: computerspelletjes en lego of een boek wat hij aan het lezen is. Soms begrijp ik er niets van, maar hij vertelt gewoon door. Ook al onderbreek ik hem door hem op iets te wijzen wat we onderweg zien, een buizerd, een bijzondere bloem of een auto waar hij voor aan de kant moet. We vermaken ons ook met vraagspelletjes, rijmpjes, rekenspelletjes en de GPS (hoe ver hebben we al gelopen, hoe hard lopen we, hoe laat is het en hoe ver moeten we nog) enz. Soms vindt hij het zwaar, vooral als het heel heet is, maar vaak zegt hij onderweg wel eens: 'leuk hè wandelen!'



Dan eindelijk maandag 10 juli vertrekken we naar Apeldoorn. Eerst halen we de startkaarten op en we zien aardig wat bekenden. Onne sleurt mij mee, hij vindt dat ik te lang bij sommigen blijf kletsen.

Dan door naar de StayOkay. We slaan de openingsceremonie met het NWB-vierdaagselied maar over. Wel horen we rond een uur of vijf ergens het Wilhelmus uit het bos klinken. Wij slapen in een hutje in een stapelbed. Er is nog plek voor twee anderen, een bed is al bezet. Daar ligt een 50 km-loper en die staat dus vroeg op. Pas op de derde dag krijgen we een vierde slaapgenoot, voor slechts een dag.

We hebben volpension geboekt, dus het diner- en ontbijtbuffet staan elke avond en ochtend voor ons klaar. We kunnen zoveel eten als we willen en een lunchpakketje mogen we elke dag klaarmaken. Dat gaat mee met wat extra's. De eerste dag met een krentenbol. Ook wordt er bij de start een krentenbol uitgedeeld, dus dit wordt de krentenbollendag.

De eerste dag begint bewolkt en er zijn 's nachts en 's ochtends wat buitjes gevallen. Ik verwacht geen regen meer

en we fietsen naar de start. We beginnen enthousiast om een uur of negen. De route gaat de eerste dag richting de Loenermark, in het zuiden. Al snel begint het toch te regenen. We zien allemaal plastic uit de tassen komen, blauw, groen, paars, rood, geel, oranje, het lijkt de regenboog wel, maar die zien we voorlopig niet, ook veel paraplu's (we moeten nog uitkijken voor onze ogen) en bij een klein stortbuitje gaan heel wat mensen schuilen. Wij hebben geen regenjas of paraplu meegenomen en lopen dus vrolijk door en vinden de regen wel lekker verfrissend. Al zingend (it's raining men, het regent, het regent, ...) passeren we heel wat mensen.

Terug bij de StayOkay eerst een warme douche en droge kleren. We waren al zo vroeg terug, dat we de lunch nog



niet eens op hebben en eten die voor ons hutje tijdens een spelletje en boek lezen op.

Nadat Onne naar de WC is geweest ontdekt hij een hele grote blauwe plek op zijn bovenbeen. Ik snap niet hoe hij daar aan is gekomen, hij ook niet. Hij was toch nergens gevallen. Tot ik bedenkt dat hij een nieuwe blauwe portemonnee in zijn broek had zitten. Door de regen is die af gaan geven op zijn been.

De verzorging onderweg is uitstekend. Bij de grote rust, waar je bij diverse standjes fruit, ander eten en drinken kunt kopen, staat ook de OLAT-stand'. De 30, 40 en 50 km lopers hebben die (de eerste dag) op de heenweg gemist, maar wij hebben er veel plezier van gehad. Connie en Johan bedankt voor alle goede zorgen !

Een week later in Nijmegen zal ik met een grote ploeg hetzelfde gaan doen: koffie, thee, bouillon, melk, karnemelk, cola en sinas schenken, koekje d'r bij? Alleen wat hectischer en grootschaliger dan in Apeldoorn.

Onne neemt bij de eerste pauze warme chocolademelk met extra suiker en bij



de tweede pauze bouillon. De laatste dag wagen we ons maar niet aan de 'geen idee soep', want wat er inzit: geen idee!

De tweede dag zijn we nog enthousiast, de route gaat door het Kroondomein richting het noorden, wel heb ik waarschijnlijk kou op de spieren opgelopen de vorige dag, of mijn spieren zijn een tijdje niet gebruikt, want ik heb spierpijn in mijn rug en mijn scheenbenen zijn ook aardig gevoelig. Na een plas-pauze ben ik Onne even kwijt. Hij is al doorgelopen, maar ik denk dat hij nog op mij staat te wachten. Dan zijn er opeens wel veel mensen met een rood shirtje aan en een wit hoedje, maar het is niet Onne, dan maar flink doorlopen en uiteindelijk kom ik hem weer tegen, waar ik toch bleef....

Onderweg kletst Onne de oren van mijn hoofd en hij vindt dat ik ook wat moet vertellen, maar daar heb ik niet altijd zin in. Ik heb soms al genoeg aan het wandelen en opletten of je niet over een boomwortel struikelt.

Weer terug bij het StayOkay wordt eerst het zwarte zand afgespoeld. Zelfs het snot uit mijn neus is zwart. In eerste



instantie denk ik nog dat ik bruin geworden ben, maar na een douche ziet het er toch weer wat bleker uit.

De derde dag is het een stuk warmer. Het tempo ligt dan ook een stuk lager. Onne heeft toch ook wel gevoelige schenen en kuiten. Ikzelf voel mijn scheenbenen bij elke stap, vooral bij het 'afdalen'. We starten met een appel en lopen richting het westen: Kootwijkerzand, maar de 20 km-route hoeft daar niet overheen en we blijven in de bossen met redelijk wat schaduw. In Hoog Soeren krijgen we nog een stukje kaas (aangeboden door de gemeente Apeldoorn) en we nemen een lange pannenkoekpauze (mede door de 'vlotte' bediening). Onze medehutbewoner, die 50 km liep, was nog eerder klaar dan wij.

De vierde dag gaat redelijk, het is weer iets koeler; 's morgens op de fiets is het



zelfs een beetje koud. We moeten veel file-lopen over smalle bospaadjes en uiteraard bepaalt de langzaamste het tempo. Inhalen is lastig en wordt niet altijd door medewandelaars gewaardeerd. Op bredere asfaltfietspaden gaat het beter.

Op een gegeven moment worden we ingehaald door drie vrouwen gekleed in rode t-shirts van WSV-Raalte en met gele en roze hoedjes. Dat laat Onne niet gebeuren en in hetzelfde tempo loopt hij mee en zelfs harder. Bij modder, smalle paadjes of steile afdalingen gaat Onne er als een speer vandoor. Zo heb ik nog moeite om hem bij te houden. Deze laatste dag staat in het teken van die drie vrouwen voorblijven voor Onne. Gelukkig rusten zij iets langer en hebben we een voorsprongetje. In de laatste kilometers horen we ze al weer van verre aankomen, dus gaat Onne's tempo weer omhoog en finishen we ruim voor hen.

Er zijn veel verschillende wandelaars tijdens deze natuurrijke vierdaagse (waarbij zoveel mogelijk op onverharde bos- en heidepaden wordt gelopen), van Centurion tot wandelaars die zomaar



Vierdaagse Apeldoorn



Ditmaal slechts de deelnemers van de Vierdaagse in Apeldoorn. Tijdens de vierdaagse in Apeldoorn kreeg de OLAT-verzorging bezoek van Erica Terpstra. Zij kwam op de post en liet zich met de verzorgers op de foto zetten. Dagelijks was OLAT goed zichtbaar met een spandoek op de rusten. De laatste jaren is een hechte samenwerking tussen OLAT en de EHBO-medewerkers ontstaan. De OLAT-posten in Apeldoorn zijn een contactpunt voor OLAT-leden met aanhang en zijn geheel anders van opzet dan in Nijmegen. De posten bedruipen zichzelf door vrijwillige bijdragen. De verzorging werd gedraaid door Johan Berkhof en Conny Nakken en kreeg steun van enkele uitvallers.

DEELNEMERS 53^e 4 DAAGSE APELDOORN 2006

Riek van Hattem	25	Elly van der Lek	15	Jan Hogeloon	9
Henk Verbeek	25	Pia Kersten	15	Cor Jansen	9
Jan Rodenburg	25	Frans Smits	14	Jan Soetens	9
Martha Rodenburg	25	Harold Janssen	14	Anton Leygraaf	9
Rolf Craanen	24	Gerrit de Gier	14	Nelly Leijgraaf	9
Theo Tromp	21	Henk Vink	13	Tjeu van de Kerkhof	9
Wilma Timmermans	21	Wim Lubberding	13	Emile Terheggen	8
Bert Timmermans	21	Marij Berkhof-Pfeiffer	13	André Loos	8
Willemien Konink-Hietland	20	Jac van de Raad	13	Jelte v.d. Zee	7
Ad Koertjens	19	Jans Griethuizen	12	Henk Vissers	7
Willy Timmermans	19	Ron Timmermans	11	Hein Dirkx	6
Ria Vredenburg	19	Arie van Veen	10	Corry van Loon-v.Riel	5
				Ronald Menting	5
				Theo Klanke	5
				Wim van de Kerkhof	5
				Wim v.d. Heuvel	5
				Evert van Ampting	5
				Piet Boudewijns	5
				Tiny Nouwens	5
				Cees Visser	5
				Rob Keetlaer	4
				Mario van der Kruis	3
				Inger Havinga-Dorost	3
				Maria v.d Hoogenhoff	3
				Coby Cissen-v.d. Ven	3
				Truus Maas	3
				Richard van der Pol	3
				Leo Schuurmans	2
				Ton Trienekens	2
				Ria Trienekens	2
				Joop Reichenfeld	2
				Johan van de Hoogenhoff	2
				Ernst Westerhoff	2
				A. van Hoof-van Bussel	1
				W van Hoof	1
				Onne van der Kraan	1
				Toon van Cranenbroek	1
				Miet van Cranenbroek	1
				Dirk Belde	1
				G.v.d. Westerlaken	1
				Jeannette van Velzen	1
				Lia Hulsman	1

→ een keertje meedoen, jong, maar ook veel ouderen, voor de eerste keer, maar ook voor de tigste keer. Elke dag krijgen we een 'cadeautje' aan de finish. De eerste dag een zakje met voetenbad van Gehwohl. Bij de supermarkt kopen we een teiltje en kunnen onze voeten afkoelen. De tweede dag ontvangen we een puzzelblad, hier vermaken we ons wel twee dagen mee. Er vallen leuke prijzen te winnen: van badjas, wandelschoenen

tot vakanties voor twee personen. Als ik win moet ik Onne meenemen, vindt hij. De derde dag korting op 't Loo, maar wij hebben geen extra vermaak nodig. In ons hutje zijn we bezig met lezen, spelletjes doen en uitrusten en daar hebben we genoeg aan. De vierde dag dan eindelijk de medaille. Ook veel bloemen, maar als wij die willen, moeten we ze zelf kopen. Terug bij de StayOkay zijn er al heel wat wandelaars naar huis, of naar huis aan

het gaan. Wij blijven nog een nachtje en hebben ons hutje met zijn tweeën. De volgende dag om tien uur komt Bart ons ophalen. Twee dagjes thuis en dan naar Nijmegen (maar niet om te wandelen).

Volgend jaar doen we weer mee, maar dan gaan we voor de 30 km. Een tweepersoonskamer in de StayOkay hebben we al geboekt.

-Joop Reichenfeld-

CONSTANT AAN DE WANDEL

UIT DE MEDIA

Four Days Walks te Castlebar (Ierland)

Op woensdag 28 juni 2006 vertrok mijn persoon uit Baarn per trein naar Schiphol. Na aankomst ging ik naar de balie van KLM/Aer Lingus, waar ingecheckt werd en na enige tijd naar een gate, waar we (Jago Travel) een instapkaart toonden, voordat we in het vliegtuig stapten. Na aankomst in Dublin gingen we naar de bus, die ons naar Castlebar bracht. Tussentijds pauzeerden we in een restaurant in Longford.

Na aankomst in Castlebar werden er eerst wandelaars bij Daly's Hotel (voorheen Imperial Hotel) afgezet en vervolgens bij andere onderkomens. 's Avonds vond de opening in het Welcome Inn plaats met wat redevoeringen er tussendoor.

Donderdag 29 juni 2006 startten we om 08.30 uur vanaf het Welcome Inn Hotel via Pontoon Road, Knockaskibbole en Sarnaght. Wij (wandelaars van de 40 km) gingen verder noordwaarts via Windy Gap naar Lough Beltra. Aan het eind van dat meer volgden we de weg via Tawnycoolawee en Rathbawn naar de finish. Het was een mooie tocht en het weer was regenachtig. Na de finish was er muziek.

Vrijdag 30 juni 2006 startten we om 08.30 uur. We wandelden via Snugborough, Kilmageer en Raheens en daarna via Letter en Derrintioura. Na oversteek van een drukke weg lopen we via grindwegen met veel brom aan weerszijden. Na enige tijd doemt de Lough Beltra op, waar we langs liepen tot aan Glenisland. Daar passeerden we een witte kerk. Vervolgens via Monagerrau tot aan een kruising, waar we grindwegen ingingen langs weilanden en boerderijen tot aan een asfaltweg, welke we volgden in zuid-oostelijke richting via Tawnycoolawee en Rathbawn naar de finish.

Het was een mooie tocht en het weer was goed. Net als de vorige dag was er in het Welcome Inn weer muzikaal entertainment. 's Avonds live entertainment met bekende Ierse musici.

Zaterdag 1 juli 2006 om 08.30 uur vertrokken vanuit het Welcome Inn Hotel. We wandelden in noord-oostelijke richting via Newantrim naar Clydagh, waar de splitsing van de 20- en de 40 km-wandelaars was. De veertigers wandelden in oostelijke richting via Cloonkes en daarna in noord-westelijke richting naar Ross West, waar we een drukke weg overstaken. Na die oversteek eerst in westelijke richting naar Crimlin. Na Crimlin in noordelijke richting via Tawnyknaff met boerderijen en Sheeans tot aan

een verharde weg. We naderden de verzorgingspost voor de rambler. De rambler kwamen net aanlopen. Het was een lange sliert. Na enige tijd langs kronkelige en bergachtige grindwegen met vele vergezichten naar Burren. Na Burren volgden we de weg in zuidelijke richting via Sarnaght en Knockaskibbole naar de finish.

Zondag 2 juli 2006 om 8.30 uur gestart vanaf het Welcome Inn Hotel. We wandelden eerst door de stad met passage van de Mall (vroegere startplaats) tot aan de spoorlijn. Daarna in zuid-oostelijke richting via French Hill, Milebush, Lightford en daarna in zuidelijke richting via Gortnamuttaug en weer in oostelijke richting naar Belcarra. Na Belcarra in noordelijke richting naar Manulla. Hierna gingen we de heuvels in over kronkelwegen met vele vergezichten. We volgden een heuvelachtig parcours tot Miadletown. Vandaar over asfaltwegen in westelijke richting via Lecarrow, Derrynacross, Breandrum. Intussen hoorden we auto's rijden in de verte, waar we later die weg overstaken. Na die weg in westelijke richting naar de finish.

Het was een mooie tocht. Het was warm weer. Er gingen van start 793 wandelaars. Net als voorgaande dagen was er weer muzikaal entertainment. Om 18.30 uur vond de sluitingsceremonie plaats met diverse prijsuitreikingen en redevoeringen. Mijn persoon werd door de burgemeester van Castlebar gefeliciteerd vanwege het bereiken van de 100.000 km mijlpaal op vrijdag 30 juni jongstleden.

Om 08.30 uur door de bus bij Daly's Hotel opgehaald. Zodra iedereen in de bus zat gingen we via autosnelwegen in oostelijke richting naar Dublin met een pauze in Longford.

Tegen de middag arriveerden we in het centrum van Dublin ter hoogte van het Trinity College. Er was gelegenheid in Dublin te wandelen, te winkelen of te lunchen. Vervolgens naar Dublin Airport, waar we incheckten. Om 17.10 uur (Ierse tijd) vertrok het vliegtuig naar Schiphol, waar we om 19.45 uur arriveerden. Mijn persoon vertrok om 20.27 uur per trein naar Baarn met overstap in Weesp. Om 21.50 uur was ik thuis.

-Constant Dedel-

N.B. op vrijdag 30 juni 2006 bereikte mijn persoon de 100.000 km-grens aan wandelkilometers tijdens de Vierdaagse van Castlebar.

KNAU geeft advies over vochtgebrek bij hitte

Kort na de abrupte afgelasting van de Vierdaagse, verschenen in diverse media berichtjes dat de KNAU had geadviseerd 'om boven de 28 graden niet te lopen'. Dat is wel erg kort door de bocht. Extreem warm weer komt niet voor in de reglementen van de atletiekunie. Wel zijn er internationale richtlijnen voor loopevenementen, waarbij niet alleen gelet wordt op temperatuur, maar minstens evenzeer op luchtvochtigheid en zonnestraling.

Ook wijst de KNAU op de individuele verantwoordelijkheid van de deelnemer. Mensen die in slechte conditie zijn, een chronische aandoening hebben of zwaarlijvig zijn, lopen een verhoogd risico op warmtestuwing en kunnen bij hitte beter thuisblijven. Verder geldt voor iedereen dat bij warm en vochtig weer het wandeltempo naar beneden moet.

Dorst ontstaat nadat iemand 1 tot 2 liter vocht heeft verloren door zweten. Voldoende drinken is dus van groot belang om de lichaamsfuncties in stand te houden. Het is goed om al vóór vertrek veel te drinken. Onderweg moet ook regelmatig vocht worden ingenomen. Bij wedstrijdlopers is de norm 1 à 2 bekertjes per kwartier, maar voor een wandeltocht lijkt dat wat overdreven. Ook na afloop moet vocht zo snel mogelijk worden aangevuld.

Warmtestuwing is een sluipend proces. De eerste symptomen zijn verlies van coördinatie. Mensen gaan slingerend lopen, verstappen zich of gaan zich gedragen als een zombie. Ook kippenveld, rillingen, misselijkheid, duizeligheid, hoofdpijn zijn tekenen dat het niet goed zit en de loper beter even naar de EHBO kan.

Eigenlijk zouden lopers al tijdens het trainen moeten letten op hun vochtgebruik bij wisselende weersomstandigheden en inspanning. Door jezelf te wegen voor en na het lopen, en bij te houden hoeveel je drinkt, krijg je een idee van wat je lichaam nodig heeft, en dat is voor iedereen weer anders. Ook zijn trainingen een goede gelegenheid om verschillende soorten drank (gewoon water, sportdrink) uit te proberen.

Bron: website KNAU

Een 'onvergetelijke' Vierdaagse voor post 2

Over de Vierdaagse van 2006 is het laatste woord nog niet gesproken. Lag het aan de de extreme hitte, aan vochtgebrek, schoot de organisatie tekort, waren de deelnemers zelf onverantwoordelijk bezig? Of was het een combinatie van dit alles? Hoe het ook zij, vooral voor de vrijwilligers op de tweede OLAT-verzorgingspost was deze negentigste editie er één om nooit te vergeten.

„Ik was blij dat ik in de verzorging zat, want ik kan niet tegen lopen in de hitte”, vertelt Mia Dielesen. Nadat zij maandag de honneurs had waargenomen aan de inschrijftafel in de Ganzenheuvel, was ze dinsdag ingedeeld op post 2, die was ingericht bij een boer in Oosterhout. „We hadden onze bankjes eerst in de wei gezet, maar daar was geen enkele beschutting tegen de zon. Later kwam er gelukkig wel wat schaduw bij een schuur, en hebben we de bankjes daar neergezet.”

Dat er ernstige problemen waren is grotendeels aan Mia voorbij gegaan. „We hadden het op de kraam zó ontzettend druk, dat je gewoon geen tijd had om te denken 'er zijn nu wel érg veel ziekenauto's en helicopters'. Je ziet ook niet meer wat voor 'n stroom mensen aan je voorbij gaat. Je staat alleen maar in te schenken en uit te delen. Toen wij om zes uur moe en vies aan tafel gingen, wisten we van niks. Ook niet dat er twee doden waren.” Mia herinnert zich wel een wandelaarster die het dopje van haar waterfles had laten vallen en dat al lopende wilde oprapen. „Die vrouw werd meteen onder de voet gelopen door een andere wandelaarster, die niks meer zag of voelde en gewoon doorliep.”

Andere vrijwilligers kregen juist wel direct te maken met lopers die in moeilijkheden kwamen. Een van hen is OLAT-lid Henk Vellema uit Eindhoven, voor wie deze Vierdaagse in alle

opzichten nieuw was. Hij heeft er zelf nog nooit een gelopen, en het was ook de eerste keer dat hij in Nijmegen in de verzorging zat. „Mijn taak was eigenlijk puur logistiek: de voorraden in de kraam bijhouden, met name de gekoelde dranken en de melk, en ook het water opwarmen voor de bouillon en zo. Maar het is heel anders gelopen.”

Doordat zoveel wandelaars werden bevangen door de hitte, had Henk zijn handen vol aan de eerste opvang en aan het ondersteunen van de EHBO'ers. Hij zorgde voor verkoeling en rust, maar vooral keek hij hoe onwel geworden wandelaars reageerden. Als hij het niet vertrouwde haalde hij er meteen een EHBO'er bij en zorgde dat die ongestoord zijn werk kon doen door omstanders op een afstand te houden. Ook hielp hij met het wegdragen van oververhitte slachtoffers. „Een vrouw zag ik zó voor mijn ogen flauwvallen. Een andere loper zakte helemaal scheef, maar die was nog wel aanspreekbaar. Gelukkig kon iedereen na een poosje op eigen kracht verder; anders was de impact veel groter geweest”, aldus Henk.

Het was voor hem toch al een indringende ervaring. „Op het moment zelf heb je geen tijd om na te denken, dan is het aanpakken en wegwerken. Naderhand heb ik er met Willem Schoonhen wel over gepraat; daar was ik blij om want dat was een goede uitlaatklep.” Behalve Willem was er nog een andere EHBO'er op de kraam aanwezig. Deze William was ten behoeve van een groep

sponsorlopers uit Heeswijk-Dinther ingekwartierd bij de OLAT-kraam en had zijn brancard en aluminiumfolie niet voor niks meegenomen.

Willem Schoonhen wisselde zijn taak als EHBO'er af met de bevoorrading, wat die dag harder nodig was dan ooit. „Hij is wel vijf keer naar de winkel geweest om 'vocht' bij te kopen”, zegt Mia. Als Willem in het dorp 24 pakken karnemelk had ingeslagen, was er na 500 meter sjouwen nog 23 liter over... Tweemaal heeft Willem zelf ervaren wat vochttekort met iemand doet, en hij wil dit niet nog eens meemaken. „Veertien jaar geleden in Apeldoorn was de eerste keer. Op mijn gastadres kreeg ik 's avonds extra soep en koffie, maar desondanks ging het fout. Ik heb alles aangepakt wat ik aan drinken kon krijgen, maar het duurde heel lang voor ik weer in mijn gewone doen was. De tweede keer was in de bergen; ik had toen niet genoeg water meegenomen. Het gekke is: je hebt het niet in de gaten. Je dorst verdwijnt, en dan ineens is het gedaan. Je raakt totaal gedesoriënteerd. Sindsdien ontbijt ik met een liter thee. 'Du musst trinken bis du weiss pinkelst', zeggen ze in Duitsland.” Dat doet hij dan ook braaf.

In Nijmegen was er volgens hem best een behoorlijk aanbod aan water. „Maar dat is niet voldoende; je hebt ook zout en mineralen nodig. Daar hebben we goed op ingespeeld. Op post 2 is ruim 200 liter soep verkocht, dat zijn zo'n 800 koppen. We zijn ook helemaal door de bouillon heen geraakt. Die dag hadden we wel 10 tot 15 procent meer klanten dan normaal.”

Willem had ook een waarschuwing aan de kraam gehangen: goed drinken bij



hitte. Bovendien was de soep 'in de reclame gegooïd'. De prijs van €1,10 werd 1 euro. Maar dat had ook te maken met wisselgeld: dat dubbeltje zorgde voor een hoop gedoe en dat konden ze op de kraam nou net niet gebruiken.

De ploeg van post 2 had zich al voorbereid op een tweede dag vol oververhitte wandelaars, maar dat was niet meer nodig. Dat de Vierdaagse werd afgelast vindt Mia Dielesen een goede beslissing. "Je had er niet aan moeten denken, nog zo'n dag. Maar raar was

**LET OP .
GENOEG
ZOUT MET
HEET WEER**

**DRINK
BOUILLON.
Nu 60 ct.**

het wel. Je bent 'n beetje verdoofd als zoiets gebeurt. De terugslag kwam pas toen ik woensdagavond thuis kwam."

Hoe groot de paniek was geweest, hoorde Mia van een van haar gasten in de Ganzenheuvel. "Een ervaren loper, die regelmatig had gegeten en gedronken en toch onwel werd. Hij is een huis binnengebracht, waar de bewoners 112 belden omdat hij alsmat wegviel, maar anderhalf uur lang kwam er geen enkele hulp. En met de wagen van het Rode Kruis kon hij ook niet mee, die was overvol. Uiteindelijk is hij naar het ziekenhuis gebracht waar hij 2,5 uur aan het infuus heeft gelegen."

Bij anderen streden verontwaardiging en ongeloof om voorrang toen zij hoorden van de afgelasting. "Het kwam hard aan maar het was een terechte beslissing", zegt Willem Schoonhen achteraf. "Bovendien had het ook z'n goeie kanten. Normaal ligt de ploeg van post 1 heel vroeg in bed, maar toen konden wij voor het eerst met allebei de verzorgingsploegen de avond samen doorbrengen. Het vuurwerk is toch doorgegaan en wij zijn allemaal tot ruim na middernacht opgebleven. Dat is uniek!"

Afblazen Vierdaagse is strop voor OLAT

Niet alleen voor de wandelaars kwam de afgelasting van de Nijmeegse Vierdaagse als een schok. Ook de tientallen OLAT-vrijwilligers hadden zich deze jubileum-editie anders voorgesteld. Daarbovenop komt dan nog de financiële strop, waarvan overigens nog niet becijferd is hoe groot die precies is.

Willem Schoonhen had net al zijn voorraden aangevuld – vaste prik aan het eind van de dag – toen het nieuws bekend werd. „Zuivel, limonade, bijna alles konden we de volgende dag weer inleveren bij de supermarkt. Ze hebben 95% teruggenomen, daar hebben we geluk mee gehad”, vertelt hij. „Maar ja, wij doen ook sinds jaar en dag al onze inkopen bij dezelfde winkel.” OLAT bleef alleen zitten met een partij gevulde koeken, maar daarmee wist men op de Kempische Wandeldagen wel raad.

Toch is de vereniging er wel degelijk bij ingeschoten, zegt Willem. „De koelwagens waren bijvoorbeeld voor drie dagen gehuurd en betaald, terwijl we er maar één dag gebruik van hebben gemaakt. Ook lopen we drie dagen inkomsten mis op de verzorgingsposten. Verder moeten wij van tevoren bij iedere gemeente een vergunning aanvragen. Dat kan oplopen tot 60 euro aan leges per keer, dus dat geld zijn we ook kwijt. En denk eens aan de vooraf geboekte overnachtingen in de Ganzenheuvel voor alle vrijwilligers.”

Onwezenlijk

Veel vrijwilligers hoorden pas laat wat er aan de hand was. Die kwamen rond zessen moe en bezweet de eetzaal binnenvallen en vingen toen pas iets op over doden en talloze door de hitte onwel geworden wandelaars. Ook Hein Lenders werd in de Ganzenheuvel door het nieuws overvallen. „Ik zat de hele dag in een aparte ruimte om de boekingen te verwerken van de lunchpakketten, warme maaltijden, extra overnachtingen en dergelijke. Zodoende had ik weinig meegekregen van wat zich had afgespeeld, al merkte ik wel dat de sfeer gespannen was. Toen ik het op de televisie hoorde, drong het eerst niet tot me door. Zo onwezenlijk!”

Veel tijd om na te denken had Hein niet. Hij ging meteen in conclaaf met

de baas van de Ganzenheuvel om de chaos van een versnelde uittocht vóór te zijn. „De overnachtingen konden natuurlijk niet worden terugbetaald, maar wel de extra boekingen. Verder hadden we geen idee hoeveel mensen meteen zouden vertrekken. Daarom hebben we in allerijl een formulier met keuzemogelijkheden gemaakt, dat iedereen de volgende ochtend op zijn ontbijtbord aantrof.”

Het uitprinten van een kleine 300 formulieren had trouwens heel wat voeten in de aarde, vertelt Willem Schoonhen. „In de Ganzenheuvel hadden we wel een printer, maar geen printerkabel. Na middernacht ben ik die nog gaan zoeken. Toen ik op straat liep, vroeg iemand of ik iets kwijt was. Die man woonde aan de Waalkade en wilde ons wel helpen. We hebben zijn printer losgemaakt en meegenomen naar de Ganzenheuvel, en een diskette gehaald waarmee Hein het formulier kon afdrukken. Intussen bleek Hein erin geslaagd om de laptop aan te sluiten op andere software. Dus uiteindelijk konden we precies tegelijk aan de gang met twee printers.”

Van de circa 270 gasten (van wie 80 procent mensen 'van buiten'; vooral veel Duitsers) pakte het merendeel meteen de koffers. Hein: „Na de eerste dag bleven er 36 gasten over, de dag erna waren het er nog twintig, en vijf mensen bleven tot het bittere eind. Die lieten hun uitje door niks in de war sturen.”

Met het afhandelen van alle zakelijke kwesties is Hein zo'n anderhalve dag zoet geweest. Wie blijft, wie gaat weg? Eet iemand 's avonds nog mee of niet meer? Hoeveel lunchpakketten moeten er terugbetaald worden? En welke mensen krijgen restitutie voor een extra overnachting in het weekend? Wie is OLAT-lid, en wie niet? Een hele uitzoekerij, maar dat is hem wel toevertrouwd. „Ik doe 't graag, en ik blijf het doen”, zegt hij.

Wel was dit keer de hulp van Mia Dielesen aan de inschrijftafel reuze welkom, want Hein is nog steeds bezig met zijn chemokuren. „En dat blijft toch vermoeiend.”

-Mirjam Kies-

De onvoltooide 2006



Weer thuis. Een vreemd gevoel. Een week vakantie voor niets. De week begon prima. Maandag rond 14.00 uur stonden we op Nijmegen Centraal. Buiten vrolijke muziek, overal aankomende wandelaars. Zo te zien was Nijmegen klaar voor de Vierdaagse 2006. Eerst maar naar ons logeeraadres, de plunjebaal droppen. Dan richting centrum, onze startbewijzen ophalen en eens kijken wie we gingen treffen. Na het avondeten niet meer de stad in gegaan. Spullen klaargelegd en na een douche wat proberen te slapen. Dat ging moeizaam met die hitte. Als klap op de vuurpijl begon een brassband te spelen en dat liep al gauw uit tot 02.00 uur. Ook dit is Nijmegen.

Om 03.00 uur op. Na een half uur zaten we aan 't ontbijt. Rond 04.00 uur weg, richting Wedren. Dwars door de stad met het tumult van vertrekkende feestvierders. Rond 04.30 uur konden we van start. Op weg naar Huissen even genieten van het Korps Mariniers. Die speelden hier Antilliaanse steelbandmuziek en die jongens hadden er zin in. Prachtig! Dan richting Arnhem, ons volgende rustje. Wat was het warm. Ik heb maar een nat zweetdoekje op mijn hoofd gelegd. Liever geen zonnesteek krijgen. Naar Elst, door het sfeervolle centrum en daarna geleidelijk terug naar Nijmegen. Maar eerst de boog richting Oosterhout.

Voor de dijk aldaar hadden we ons vaste rustadresje. Wat had ik een dorst. Ik kon wel twee pakken Milk & Fruit op. Neen, geen bier. Dat maar even laten. Loek Labout sloot zich bij ons aan. Na ruim een uur wij de dijk op. Het moet 14.30 uur geweest zijn. Loek was in goeden doen. Maakte de ene grap na de andere. Vlak voor Lent raakten wij hem kwijt. Marion wilde even rusten, het ging te snel.

We scoorden weer wat water. Verderop troffen we diverse wandelaars langs de weg die duidelijk last hadden van de warmte. Daar kwam de eerste ziekenwagen. Binnen vijf minuten volgde politie met motorambulance. Vervelend. Een heli draaide rondjes in de lucht. We kregen steeds minder zin in wandelen. Dan bij Lent weer een wandelaar langs de weg. Ik bleek het goed te hebben gezien. Men was duidelijk bezig met reanimeren. Wat een ellende!

Op naar Nijmegen. Wij namen de aanloop richting de brug. Marion had het zwaar. Wilde na de brug even stoppen. Zo gezegd, zo gedaan. Het was 16.00 uur toen we aan het laatste stuk begonnen. Voor het postkantoor veel geel. Ambulances! Op straat lagen diverse mensen. Een deel aan het infuus. Op de kruising ambulances vanuit diverse richtingen. Sirenes aan. Wat was dit voor gekkenhuis? Dan ons laatste stukje richting Wedren. Direct

onze kaartjes opgehaald voor dag twee. Weg, de schaduw in en snel de rust zoeken. Koffie. En dan een heerlijke douche. En de dag nog even de revue laten passeren.

Opnieuw hadden we geen zin om de stad in te gaan. Na de maaltijd TV Gelderland bekeken. Daar hoorden we over de dood van twee wandelaars. Kregen het nieuws door dat de militairen morgen zonder bepakking hoefden te lopen. Het bleek nu ook dat we vandaag tot 18.00 uur hadden kunnen binnenkomen. Waar hadden we dat kunnen vernemen?

Opeens kwam iemand vertellen dat de hele Vierdaagse was stopgezet. Over! We konden naar huis. Verbijstering. Wat is dit? Waarom niet inkorten? Waarom niet vroeger starten? Vragen en nog eens vragen. Het was duidelijk: de hulpverlening kon onze veiligheid niet meer garanderen. In die zin was het te begrijpen. We konden nu toch naar het vuurwerk op de Waal. Gemengde gevoelens, dat wel. Na afloop nog een drankje in de stad.

De volgende dag richting Wedren. Verder nieuws vernemen. Het was duidelijk: de Vierdaagse was voorbij. We troffen onze Engelse vriend Paul. Geëmotioneerd, met een rouwband over zijn shirt. Even een biertje nemen. Even lullen. Het deed hem duidelijk goed. De Britten zouden tot zaterdag blijven. Een eerder vertrek kostte al gauw 200 euro extra. Verbijsterd waren we dat de Wedren al snel werd afgebroken. Het hart voor de wandelaars. Het was de plek waar men elkaar kon treffen.

Afrekenen. Spullen pakken. Naar huis. In de trein de Metro met nadere berichtgeving over de dag van Elst. Wat rest is de rugzak, de barcodekaart alsmede de controlekaart voor dag twee.

-Marion en Ben-



VERHEES
reclameproductie

**OOG VOOR RECLAME
OOG VOOR DETAIL**

Gun uw klanten een heldere kijk op uw bedrijf; wij verzorgen uw complete bedrijfspresentatie van ontwerp tot realisatie geheel in eigen huis!

Oog voor u én uw klanten!

HOGELANDSEWEG 101 • 6545 AB NIJMEGEN • T 024 3231021
WWW.VERHEESRECLAME.NL

RECLAMEBELETTERING • FULL-COLOUR PRINTEN
TEXTIELDRUK