



OLAT NIEUWS

CLUBBLAD VAN WSV OLAT • JAARGANG 33 • NUMMER 2 • FEBRUARI 2007



Gasttrainer in Wintelre 13



Marcelino clubkampioen 16-17

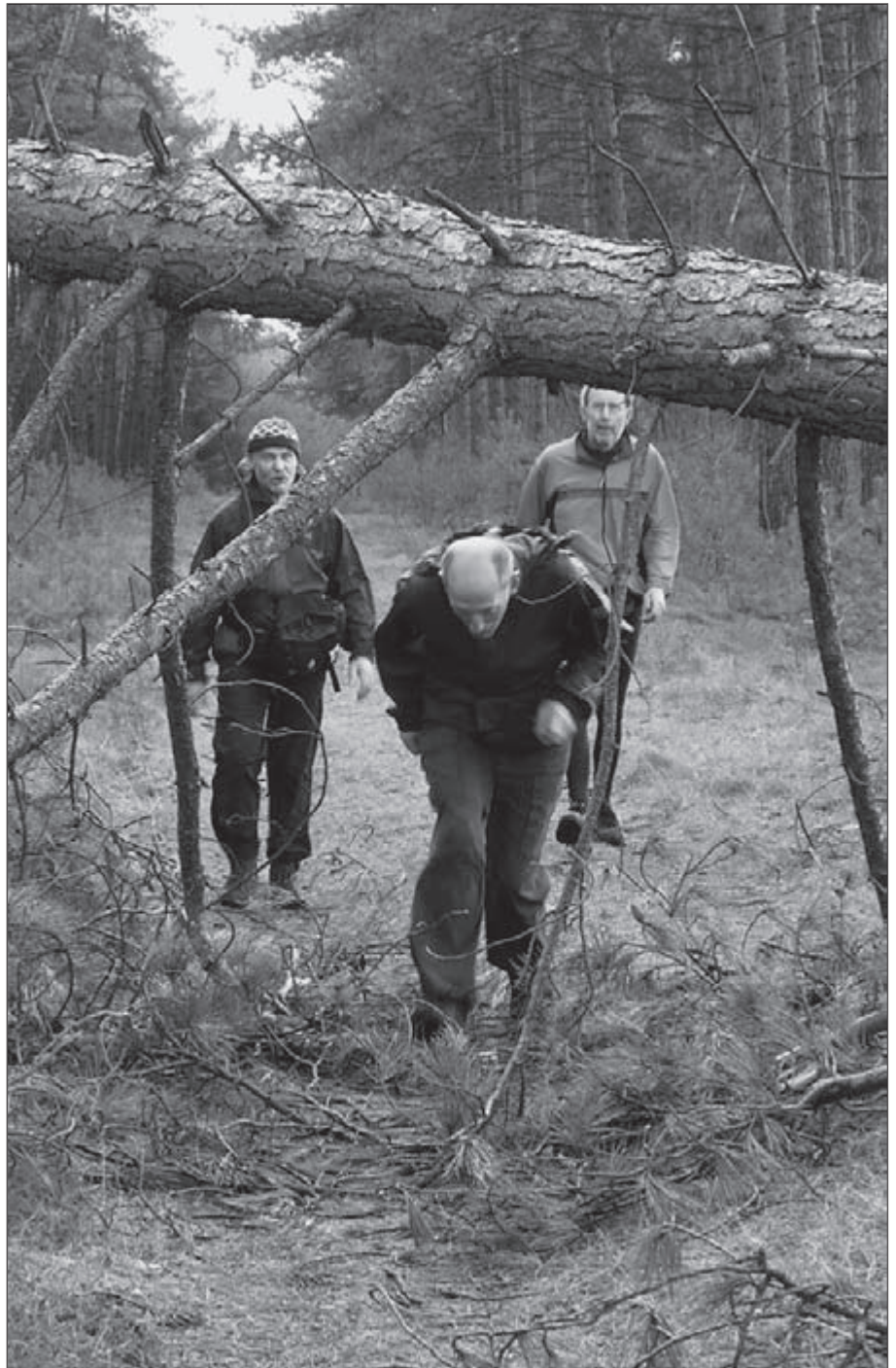


Grenzeloze Tocht 20-21



Land's End naar John O'Groats 26-30

Soms moesten de winterserie-wandelaars over een omgewaaide boom heen, soms eronderdoor



Olandse Lange Afstand Tippelaars

Opgericht 23 november 1967

Lid van de KNBLO-Wandelsportorganisatie Nederland

Angesloten bij: KNAU en NFV (IVV)

OLAT COMMISSIES

Lange afstand- Prestatie- en Snelwandelen, LPS

Paul Canters (bestuursafgevaardigde), Henk Plasman
Theo Tromp, Piet van der Ree (secretaris)
Boetje Huliselan
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

Conny Nakken

Druk

Ton Niëns, Weert

Inleveren kopij

Busken Huetstraat 37, 5615 NH Eindhoven
olatnieuws@chello.nl
voor plaatsing in het maartnummer:
uiterlijk 18 februari

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

INHOUD OLAT NIEUWS 2

Van de bestuurstafel <i>Kees van Vessem</i>	2
Voorwoord <i>Marinus van Roosmalen</i>	3
Wandelen op Dinsdag; Rooise wandelingen; Grenzeloze Tocht; Winterserie	4-5
Prikbord	6-7
Ledenadministratie	7
Onze jarigen	8
Vooruitblik Winterserie <i>Mirjam Kies</i>	9
Clubkampioenschap; agenda LPS	10-12
Houffalize-Plombières <i>Sjef Koolen</i>	11
Fred Röhner gasttrainer in Wintelre <i>Mirjam Kies</i>	13
32 ^e Marche des Trois Frontières <i>Rinda Scheltens</i>	14-15
Clubkampioen Marcelino Sobczak <i>Mirjam Kies</i>	16-17
Wandelen en wat ik zoal tegenkom (32) <i>Christiaan Koehler</i>	18
40 jaar OLAT <i>Corrie Tiersma en José Schimmel</i>	19
Rolf Craanen drie keer de wereld rond	19
Grenzeloze Tocht <i>Ad van Asten</i>	20-21
Nijmegen - Bad Godesberg (3) <i>Henri Floor</i>	22-25
Land's End naar John O'Groats (1) <i>Piet Jansens</i>	26-30
Constant aan de wandel <i>Constant Dedel</i>	30

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.

VAN DE BESTUURSTAFEL

Dank. Allereerst namens het bestuur dank voor de goede wensen die we van diverse leden mochten ontvangen rond de jaarwisseling. Dat dit pas in het februari-nummer komt heeft te maken met de deadline voor het januari-nummer, die al vóór de feestdagen sloot. U weet, een goed clubblad maken kost nu eenmaal tijd. Dat we een prima clubblad hebben is te danken aan de redactie, de vormgever en aan al die enthousiaste leden die niet schromen om steeds maar kopij in te zenden. Namens het bestuur dank aan iedereen.

In de gevarenzone. De clubreizen naar de Ardennen en de Eifel zijn een service aan al degenen die eens in een heel ander landschap willen wandelen dan gebruikelijk is. Jammer genoeg loopt de belangstelling voor de clubreizen terug, waardoor er tekorten ontstaan. Is de deelname aan de eendagsreizen nog redelijk te noemen met gemiddeld zo 'n 80 deelnemers, de deelname aan het weekend loopt schrikbarend terug en telt niet meer dan pakweg 35 wandelaars.

Hierdoor ontstaat er een financieel gat, waardoor het niet mogelijk is dit in de toekomst steeds maar te blijven doen. Vandaar de oproep: „Meld u aan voor de clubreizen, met name voor het weekend, want dat zit in de gevarenzone“.

-Kees van Vessem-



ERELEDEN

Piet Knoester, Jos Koolen†, 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

Het jaar was nog maar goed een week oud toen ik mijn verjaardag mocht vieren. Op zich is dat al 71 keer eerder gebeurd. Maar deze is toch het vermelden waard. In het begin van de namiddag werd ik verrast door een aantal dames en een heer als afgevaardigden van de dinsdag-wandelingen die wij wekelijks organiseren vanuit Sint-Oedenrode. Zij spraken namens de deelnemers hun waardering uit voor de mooie routes en wandeltochten die ze elke dinsdag opnieuw beleefden. Hierbij boden ze mij een beeld aan dat een wandelaar uitbeelde en door een van de wandelaars zelf was gemaakt – nogmaals dank .

Terwijl ik weer tracht een woordje tot jullie allen te richten, ligt de winter nog alsmaar in het verschiet. Ondanks de hoge temperaturen ben je in gedachten wel eens bezig met het wintergebeuren. Je herinneringen dwalen dan af naar een sneeuwtapijt uit je jeugd. Zo'n witte deken waar nog geen vogel of kat overheen is gewandeld, is bijna het mooiste wat er is. Maar het is nog mooier om als eerste je voetafdruk te zetten in die verse sneeuw. Dat heeft iets weg van het ontdekken van een nieuwe wereld. Er is nog iets fraais aan het bedwingen van verse sneeuw. Je kunt zien waar je hebt gelopen, en als je achterom kijkt, geeft het een prettige bevestiging van activiteit.

Ook leuk aan een sneeuwwandeling is, dat het nooit geruisloos gaat. Soms kraakt het als zwak ijs, soms zucht het zachtjes onder je schoenzool, maar altijd hoor je iets. Het geluid van wandelen in de sneeuw hangt samen met de temperatuur. Hoe lager de temperatuur, hoe hoger de toon. Vriest het meer dan vijf graden, dan wordt de sneeuw bijna geruisloos samengeperst onder de wandelschoen. Komt de temperatuur onder de min twaalf, dan hoor je sneeuw knarsen en kraken alsof we door glas lopen.

Maar helaas: in werkelijkheid sneeuwt het bijna nooit in Nederland, al zijn de stoepen en bospaden natuurlijk wel eens bepoederd. Maar wie weet... misschien komt er nog eens een echte winter.

Ik eindig – zonder sneeuw – met de spreuk:

Allen aan de wandel!

Tot ziens op een van onze tochten.

-Marinus van Roosmalen-
Voorzitter



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 Bersselaar
Postbus 6155, 5600 HD Eindhoven
040 2524404, j.f.c.j.vande.Bersselaar@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 Bogaertsstraat 12, 5469 EZ Keldonk
0413 212161, adverbakel@home.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 Bersselaar-Dreesen
Postbus 6155, 5600 HD Eindhoven
040 252 4404, j.f.c.j.vande.Bersselaar@freeler.nl

Startbureau

Jos van den Bersselaar, 040 2524404

Boetiek

Mia Dielesen/Janet van Gennip
040 2552742/040 2415802

Parkoersen

Ad Verbakel, 0413 212161

OLAT-verzorging

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



WANDELEN OP DINSDAG

Alweer zo'n acht jaar geleden is het initiatief genomen om door de week wandelingen te organiseren, met als doel het plezier in het wandelen te stimuleren. Aanmelden of afmelden hoeft niet, je doet mee als je zin/tijd hebt.

Dat dit aanbod in een behoefte voorziet bewijst de enthousiaste deelname. Om de 14 dagen vertrekt er op dinsdag om 10.00 uur 's morgens een groep van gemiddeld 35 wandelaars om met elkaar zo'n 20 km of méér te wandelen in een lekker tempo.

Het café van vertrek is om ± 09.30 uur open en heeft de koffie/thee klaar. Rond 15.30 uur zijn we weer terug bij het vertrekpunt.

Hoewel er rond lunchtijd meestal een rust in een café is, eten we de meegebrachte boterhammen in de natuur op.

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. Wel is het gebruikelijk dat iedereen na twee maal meegewandeld te hebben lid wordt van OLAT.

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

Wij wensen u veel wandelplezier en wie weet tot ziens.

Vanzelfsprekend loopt iedereen voor eigen risico mee.

Méér informatie?

Truus van Vessem 040 2110413 truusvanvessem@tiscali.nl

Jos Scheepers 0495 535848 jos.scheepers@planet.nl

Kees van Iersel 0411 621706

WINTERPROGRAMMA 2006/2007

Datum	Route	Startpunt
13 feb	Over de Meulenhai	Gasterij het Spitje, 0492 352817 Past. de Winterstraat 18, 5731 EJ Mierlo
27 feb	Rondom 't Kapelleke	Brasserie Kleijn Speijck, 013 5282263 Bosweg 140, 5062 SH Oisterwijk
13 mrt	Kasteelbossen	Café de Brug, 040 2264953 Ginderover 2, 5591 JP Heeze
27 mrt	Maas, duin en vennen	De Smid, 0478 502843 Rijksweg zuid 14, 5856 AB Wellerlooi
10 apr	Lange Duinen	NS Station Amersfoort, Amersfoort (eindpunt NS Hollandsche Rading)
24 apr	Beverbeek	Achelse Kluis, 040-2069955 Abdijweg 50 (Horeca), 5556 VE Achel



ROOISE WANDELINGEN

OLAT seniorenwandegroep Sint-Oedenrode

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

Er zijn twee afstanden mogelijk: ±7 km en 10 km.

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 2006/2007

Datum	Startpunt
13 feb	Den Beckart
21 feb	't Riethof
27 feb	Oud Rooy
6 mrt	Den Toel
13 mrt	Den Beckart
21 mrt	't Riethof
27 mrt	Oud Rooy
3 apr	Den Toel
10 apr	Den Beckart
17 apr	't Riethof
24 apr	Oud Rooy
30 apr	Vresselse Hut

Deelname voor OLAT-leden is gratis, dit op vertoon van hun OLAT-clubpas. Niet-leden kunnen de eerste keer gratis kennis maken en betalen daarna 1 euro. Dit kan contant of via een stripkaart.

Vanzelfsprekend wandelt iedereen voor eigen risico mee.

Meer informatie:

Marinus van Roosmalen 0413 475467 of

Betsie van Mil 0413 475454





CLUBREIZEN 2007

24 maart	GR 577	Houyet - Leignon (gare)	23 - 19 km
21 april	GR 5	Kanne - Dalhem	25 - 21 km
30 juni	GR 126	Anseremme - Houyet	27 - 21 km
25 augustus	GR 577	Marche - Han sur Lesse	27 - 18 km
22/23 september	GR 126	JHB Namen	zat. 19 km zon. 25 km

Weekend onder voorbehoud, alleen bij voldoende deelname.

27 oktober	GR 512	Boutersem - Neereisse	26 - 21 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) 07.35 uur

Weert NS 08.10 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



41^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
30-40 km om 09.30 uur

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

AGENDA 2007

11 februari 2007	Casteren Café 'den Bels' Zandstraat 1, 5529 AP	
Afstanden/starttijden	40-30 km	08.00-09.30 uur
	20-15-10 km	09.00-12.30 uur
Sluiting	10-15-20-30-40 km	17.00 uur
18 maart 2007	Cromvoirt Camping-Café de Vondst 5266 AJ Pepereind 13	
Afstanden/starttijden	60 km	07.00-07.30 uur
	40-30 km	08.00-09.30 uur
	20-15-10 km	09.00-12.30 uur
Sluiting	10-15-20-30-40 km	17.00 uur
	60 km	19.00 uur





GEEN ANONIEME KOPIJ

In december ontving de redactie een getypte brief met een grappig verhaal van een echtpaar dat een groepswandeling zou gaan uitzetten – nota bene per auto. God straft meteen, zullen we maar zeggen, want dit avontuur liep niet helemaal goed af... "Iets voor het OLAT blad?", stond erbij. Jazeker wel. Maar dan willen wij eerst weten wie dit stukje heeft geschreven, omdat wij geen anonieme kopij kunnen accepteren. 'Twee tochten uitzetters' als afzender is dus niet genoeg.

Als iemand ècht niet met zijn of haar naam in OLAT Nieuws wil staan, dan kan dat alleen als de redactie weet van wie dit stukje is. En: of diegene ook lid is van OLAT, want het blijft toch in de eerste plaats een ledenblad.

Daarom, onbekende schrijvers: maak u bekend, dan kunnen wij uw stukje alsnog plaatsen.

-de redactie-

PRIJZEN GANZENHEUVEL

Onlangs zijn de voor 2007 geldende pensioenprijzen bekend geworden. Deze worden hierna vermeld:

Logies/ontbijt € 98,- OLAT leden € 5,- reductie.

Halfpension € 141,- OLAT leden € 5,- reductie.

Extra en ter plaatse te regelen:

Diner op vrijdagavond € 28,-

LO vrijdag op zaterdag € 25,-

HP vrijdag op zaterdag € 36,-

Lunchpakketten per dag € 5,-

Voor meer bijzonderheden: zie www.olat.nl

SOERENDONK: 'N WINTERSE BUI WAARD

Waarschijnlijk lieten velen zich afschrikken door de plensbuien aan het begin van de dag, of misschien ook door waarschuwingen dat het als gevolg van de januaristorm niet veilig zou zijn in de bossen. Feit is dat de opkomst in Soerendonk nogal tegenviel, wat heel erg jammer was, want de prachtige parkoersen in dit stille grensgebied waren een winterse bui meer dan waard.

Hinder van omgevallen bomen was er amper, al lagen de 'kerstukjes' zo voor het oprapen. Wel waren er vrij veel routepijlen weggewaaid, zodat menigeen verkeerd liep. Gelukkig werd dit dan snel verholpen door Paul Canters en zijn mede-controleurs.

De verzorgingsposten hadden het meeste last van het stormachtige en natte weer. De eerste post kon niet worden opgezet omdat de vrachtwagen zou blijven steken in de modder en de gekozen plek op de hei totaal onbeschermt was; de laatste post kon alleen met doortastend optreden van de 'bemanning' aan de grond gehouden worden.



Op de 40 km-route passeerden de wandelaars De Tomp, die stamt uit 1330. De toren staat op domein 'De Lange Els', een landgoed dat speciaal voor OLAT werd opengesteld. De Tomp is van oorsprong een burcht.



Tegen de middag werd het droog, maar een paar uurtjes later moesten de regencapes weer tevoorschijn worden gehaald.



LEDENADMINISTRATIE

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.

ADRESWIJZIGINGEN

Dhr. Peter van de Ven
nieuw adres: Pleintjes 215, 5501 EJ Veldhoven

AANMELDINGEN

Dhr. Jan van Esch
Meerkoet 19, 5492 PM Sint Oedenrode
Dhr. Pieter Boots
Helenaveenseweg 96, 5985 NM Grashoek
Dhr. Kees Kooistra
Mercuriuslaan 196, 5632 ED Eindhoven
Dhr. Jo Hendriks
Duizendblad 13, 5731 PA Boxmeer
Mevr. Marianne van der Sterren
Langenakker 79, 5731 JZ Mierlo
Mevr. Marjan Hoekert
Ledige Stede 6/38, 8081 CS Elburg
Dhr. Ton Seetsen
Peter de Gorterstraat 4, 5248 NS Rosmalen
Dhr. en Mevr. Fried en Hanny van Rijt
De Kromme Geer 26, 5709 ME Helmond

Dhr. Frank Marchand
Deursenstraat 7, 5043 JP Tilburg
Mevr. Tineke Wichers
Plakkenweg 9, 8181 SN Heerde
Mevr. Karin Klomp – van Leuken
Pasakker 129, 5712 HT Someren
Mevr. Riet Hesselmans
Dorus van de Elsenhof 48, 5741 BZ Beek en Donk
Mevr. Leny van Es – van der Ree
Jacob van Campenweg 17, 3067 LG Rotterdam
Dhr. Dirk Donders
Lambertushof 10, 5667 SE Geldrop

OPZEGGINGEN

Dhr. en Mevr. Fokke en R. Hendriks, Heeze
Mevr. Enneke Middelkoop, Sint-Oedenrode
Mevr. Anja Vissers, Schijndel
Dhr. Ties van de Schoot, Schijndel

OVERLEDEN

Mevr. Diny van Hoof
Witte de Withstraat 33, 5666 EH Geldrop

LANGDURIG LIDMAATSCHAP

Tijdens de Algemene Ledenvergadering zullen enkele mensen wegens langdurig lidmaatschap in het zonnetje gezet worden. **In 2006 waren de volgende personen 25 jaar lid van OLAT:** Cees, Ria en Marc van Dijk, Bert van Deursen, Evert Morren. **10 jaar lid waren:** Ria v.d.Akker, Antoon Asveld, Jaap en Tine Blanken, Cor Broerse, Coby Cissen, Jan Philipsen, Tjeu v.d. Kerkhof, Gonnie Kessler, José Schimmel, Joop en Lies Wesseling.



Modder en storm speelden de verzorging parten in Soerendonk

Dankbetuiging

Hierbij dank ik iedereen die in het voorbije jaar, door de vele kaarten, e-mails, telefonische benaderingen en persoonlijke ontmoetingen met mij heeft meegeleefd bij het ondergaan van de chemo-kuur. Het was hartverwarmend. Lien, de kinderen en ook ikzelf hebben dit als een grote steun ervaren. Heel hartelijk dank. Een echo en wat bloedonderzoeken, die in februari/maart zullen plaats vinden, moeten meer duidelijkheid over het resultaat van de chemo-kuur geven. Momenteel ben ik echter best tevreden. Ik hoop binnenkort weer met het wandelen te kunnen beginnen. Op een van de tochten hoop ik u allen weer te zien.

met vriendelijke groeten

-Hein Lenders-



ONZE JARIGEN

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

FEBRUARI

15	Toon van Wordragen	Weert
15	Piet Royakkers	Nuenen
15	Mieke Raaijmakers	Veghel
15	Jolanda Maas	Mierlo
16	Carlien van Woensel	Oost- West- en Middelbeers
16	Frank Koster	Hilversum
17	Sjaan Cissen	Nistelrode
17	Ad van der Waal	Bergen Op Zoom
17	Petra Tops	Veldhoven
17	Iris van Limburg	Nijmegen
18	Doortje v.d. Akker	Eindhoven
18	Mart Buijtels	Helmond
18	Gerrie Makkink	Eefde
18	Francien van Genugten	Sint-Oedenrode
20	Ineke Daelmans	Helmond
20	Marij Baggermans	Helmond
21	Miquel Robbemont	Son
21	Hans Bontekoe	's-Hertogenbosch
21	Henny van Megen	Rhenen
21	Ria van der Heijden	Volkel
22	Anne Radder	Poortugaal
22	Loek Labout	Amsterdam
22	Jan van Berkel	Erp
22	Jeroen van Altveer	Eindhoven
22	Corry v.d. Burgt	Son
23	Conny Nakken	Weert
23	Sjaan Selten - v. Diepenbeek	Mill
23	Gonnie Kessler	Son
24	Piet Bernaerts	Weert
24	Servee Derks	Leiden
24	Elly van Berkel - Kleinee	Tilburg
24	Hans van Heeswijk	Schijndel
25	Theo Tromp	Weert
26	Alie Houthuyzen	's-Gravenhage
27	Ellie Perham	Eindhoven
27	Maja de Wit	Zijtaart
27	Peter van Dijk	Oisterwijk
27	Kees Kooistra	Eindhoven

28	Lian Kapteyns - Verhagen	Son
28	Theo Klanke	Vlissingen
28	Jackeline Wiertsema - Strating	Geldrop
28	Conny Dubbeling	Veghel
28	J.D. van Grol	Enschede
29	Ton Schenkelaars	Veldhoven

MAART

2	Gerrit Arfman	Kapel Avezaath
2	Herman Dekker	Eindhoven
2	Jan van Dalfsen	Eindhoven
3	Frank Weimar	Best
3	Patrick van Bosch	Borgerhout
3	Jos van de Velden	Sint-Oedenrode
4	Corry de Vries - Mimpen	Veldhoven
4	Ad van Hastenberg	Sint-Oedenrode
4	Margriet van den Boogaard - van Heel	Berlicum NB
5	Henk van den Boom	Wijchen
5	Nina Hoogerbrugge	Berkel en Rodenrijs
6	Jos Raaijmakers	Nuenen
6	Jan van den Elzen	Volkel
6	Ria Vischer	Hilvarenbeek
7	Wendy Bissels	Tilburg
8	Ton Trienekens	Eindhoven
9	Coos Verburg	Driebergen
9	Clara van Dooren - van Rooij	Best
9	Ria Elberse	Oss
10	Tonnie de Boer - Weeda	Ommel
10	Rob Vaessens	Deventer
10	Marijke Leenders - Migchels	Aarle-Rixtel
10	Maria Kuiper - v/d Bersselaar	Eindhoven
10	Jan Ronner	Utrecht
10	Cor van der Heijden	Geldrop
10	Ad Duijm	Waalwijk
11	Frits Mennen	Heteren
11	Hannie Sterken - Verberne	Helmond
11	Adi Heussen	Helmond
12	Pieta van Boxmeer	Boekel
12	Riek Donkers	Veldhoven
12	Gerrit van Handel	Zeeland
13	Marietje Jansen	Uden

OP EEN TEEK

Er was eens een gulzige teek
 die op 'n hap meer of minder niet keek.
 „Wandelaars”, sprak zij cru,
 „zijn 't toeristenmenu.
 Ik steek er wel dertig per week.”



Eerst Casteren, dan Carnaval

Aan Carnaval hebben we te danken dat de Winterserietoelt vanuit Casteren een weekje vroeger valt dan gebruikelijk. Op 11 februari is café D'n Bels het vertrekpunt van een mooie en afwisselende wandeling door de groenste gebieden in de Brabantse Kempen. De riviertjes die door deze omgeving noordwaarts stromen, vormen een natuurlijke verbinding tussen de vele bossen, heidevelden, meertjes en landerijen die we onderweg passeren.



Met name het stroomgebied van de Grote Beerze is zeer de moeite waard na de grote opknopbeurt die het de afgelopen tien jaar heeft ondergaan. De kanalisering werd ongedaan gemaakt, stuwen maakten plaats voor vistrappen van grote keien, en de beek kreeg weer een meanderende loop met oevers die dan weer steil zijn, dan weer geleidelijk aflopen. Het water heeft verder de ruimte gekregen door de aanleg van moerasjes en poelen. Door dit alles is een rijke variatie aan flora en fauna ontstaan. Het gebied heeft nu de status van Natuurpark.

Nadeel voor onze parkoersbouwer is wel, dat met het verdwijnen van de stuwen ook heel wat oversteekplaatsen zijn verdwenen. En in deze winterperiode staat het water te hoog om wandelaars over de vistrappen naar de andere kant te kunnen sturen. Het vergde dus heel wat gepuzzel om binnen de gestelde afstanden te blijven. Maar het is gelukt!

Tot de eerste wagenrust is de route voor alle afstanden hetzelfde. Men verlaat het dorp in noordelijke richting, en via een bos en een klein stukje verharde weg wordt al vrij snel de Grote Beerze bereikt. De wandelaars volgen het oeverpad en belanden vervolgens in natuurgebied de Grijze Steen (niet eerder betreden door OLAT) waar de wagenrust is. Voor de wandelaars op de 10 km is dit tevens het keerpunt; zij lopen eerst in de richting van Vesseem en buigen dan weer af naar Casteren. De overige afstanden worden naar de Landschotse Heide geleid, waar de 15 en 20 km met een wijde bocht via Vesseem terugkeren naar de start.

De 30 en 40 km steken na een poosje de Grote Beerze over en komen via klaphekjes het Natuurpark in.

Bij de volgende splitsing gaan de wan-

delaars op de 30 km rechtsaf naar Middelbeers, terwijl die op de 40 km linksaf slaan. Op weg naar de Neterselse Heide passeren zij een oud Mariakapelletje (uit 1637), dat blijkt de vele kaarsjes die daar branden nog immer vele gelovigen trekt. Vervolgens doorkruisen zij een deel van het uitgestrekte landgoed De Utrecht, ruim een eeuw geleden opgericht door de gelijknamige verzekeringsmaatschappij als ontginning en nu een paradijs voor vogelaars. De route voert langs natuurven 't Goor en het kunstmatige meer de Flaes (vlaas = plas), waarna het landgoed weer verlaten wordt via een paadje langs de oever van de Reusel.

Het duurt dan niet lang meer of De Spreeuwel komt in zicht. In 1932 gebouwd als werklozenkamp, tegenwoordig een conferentieoord, dat zijn mooie omgeving dankt aan de noeste ontginningsarbeid van de tewerkgestelden. Vanaf hier gaan de 30 en 40 km weer samen op weg naar de volgende horecarust: café De Kempmaan aan de rand van Middelbeers. De route daarheen loopt dwars over de Landschotse en Kuikseindse heide.

Na de rust volgt de weg terug via buurtschap Donk, waar de Kleine Beerze wordt overgestoken. De 15 en 20 km zijn dan alweer aangehaakt. Via de rand van de Buikheide loopt men Vesseem binnen, waar een caférust is in de Jacobushoeve. De laatste kilometers terug kunnen de wandelaars genieten van afwisselend bossen en heide, waarbij ook nog een prehistorische grafheuvel wordt aangedaan. Door de kom van Casteren komt men terug bij D'n Bels.

Voor informatie over startlocatie, inschrijfgeld en starttijden: zie pagina 5

-Mirjam Kies-

UIT DE MEDIA

'Heilige Kracht' door lange voettochten

Fervente wandelaars en neurowetenschappers wisten het al: lange voettochten hebben een heilzame uitwerking op de stemming, het denkvermogen en het algemeen welbevinden. Dat komt door een stofje in de hersenen (dopamine) dat vrijkomt bij langdurige inspanning en een gevoel van euforie teweeg brengt. Volgens socioloog Herman Vuijsje, die de Santiago-bedevaart in omgekeerde richting liep en daarvan verslag deed in zijn boek 'Pelgrim zonder God', heeft zo'n wandeltocht dezelfde uitwerking als een anti-depressivum.

Maar nu gaat ook de theologie op de loop met dit gegeven. De immense populariteit van pelgrimages naar Santiago hebben theologe Ineke Albers aan het denken gezet. Begin dit jaar promoveerde zij in Tilburg op een proefschrift met de titel 'Heilige Kracht wordt door genezing losgemaakt'.

In de Middeleeuwen waren pelgrimages net zo populair als nu. En ook toen lag er niet altijd een puur religieuze reden aan ten grondslag. Sinds de Verlichting hecht het christendom nog maar weinig waarde (behalve economisch dan...) aan bedevaarten; ze worden afgedaan als 'bijgeloof' en 'illusie'.

Albers verbaasde zich hierover, omdat moderne pelgrims het tegendeel beweren. Volgens haar maakt het niet uit of de Santiago-ganger wel of niet religieus is; de euforie is er niet minder om. Het enige verschil is, dat een gelovige dit toeschrijft aan God. Interessant is ook, dat een pelgrimage blijkbaar de dopamine-huishouding verandert. Wie eenmaal zo'n lange tocht heeft volbracht, ervaart daarna ook euforie bij kortere wandelingen. Dit maakt dat mensen aan het wandelen willen blijven; euforie werkt verslavend. Geen wonder dus, dat schrijver Bruce Chatwin zei dat drugs 'de voertuigen zijn voor mensen die niet meer weten hoe ze moeten lopen'.

Ineke Albers vindt het niet terecht dat haar vakgenoten geen aandacht besteden aan zulke aspecten. „Theologen moeten verder kijken dan de kerk en wandelen ook bezien in een theologisch kader.” Over islamitische bedevaarten laat Albers zich niet uit. „De meesten gaan immers niet lopend naar Mekka.”

Bron: Brabants Dagblad, 15 jan.'07



LANGE AFSTAND, PRESTATIE EN SNELWANDELEN

Stand OLAT-clubkampioenschap per 23-1-07

1	Henk Plasman	815	4	Marcelino Sobczak	600	7	Jan Warrink	165
2	Kees Lambregts	810	5	Boetje Huliselan	585			
3	Pé Everaerts	605	6	Ron Timmermans	525			

Programma OLAT-clubkampioenschap

Datum	Plaats	Vereniging	Srt.	Afstand	Punten	Bonus
februari						
24 feb	Horst	Eur	Eur	75-100-125 km	350-430-510	
maart						
4 mrt	Rotterdam	RWV	Pres.	10 km	schema	
10 mrt	Roosendaal/Zevenbergen Westhoek		L.A.	80-100-110 km	360-430-460	
11 mrt	Olland	OLAT	Pres.	5-10-20-30-50	schema	25-50-100-200-500
18 mrt	Cromvoirt	OLAT	L.A.	60 km	250	100
24 mrt	Amsterdam	LAT	Pres.	42.195 m	100	g200;z175;b150
april						
07 apr	Sittard	KMS	L.A.	80 km	360	schema binnen13 uur
14 apr	Castricum	LAT	L.A.	60 km	250	

Slechts 1 activiteit per weekend telt mee voor deze competitie

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

Agenda snelwandelwedstrijden en prestatietochten

Datum	Plaats	Vereniging	Informatie
24 feb	Zaandam	AV Zaanland	NK 3000 meter junioren & masters indoor. Sporthal de Vang; alleen voorinschrijving via Hans de Vries.
4 mrt	Rotterdam	RWV	Winterserie RWV, 1 tot 10 km snelwandelen + 10 km prest.wandeltocht, Langepad 16. Start 11.00 uur. Inschrijven bij start. Nadere info: Hans van der Knaap: 010 - 466 20 15 of Gijs den Ouden: 0181- 62 40 46 of www.rotterdamsewandelsportvereniging.nl
11 mrt	Olland	OLAT	Snelwandelwedstrijden en prestatietochten op de weg. Ook voor de sportieve wandelaars. Ontmoetingscentrum "De Holm" Past. Smitsstraat 40. 50 km: 10.30 uur, 30 km: 11.30 uur, 10 & 20 km: 13.30 uur, 5 km: 14.30 uur. Alleen voor de 50 km geldt een minimale snelheid van 7 km/u. Voorinschrijven kan tot 1 maart op www.olat.nl of bij Hans de Vries. Na-inschrijving bij start is ook mogelijk.
18 mrt	Rotterdam	RWV	Uurwedstrijd snelwandelen op baan, Langepad 16. Heren 13.15 uur, Dames en junioren 12.30 uur. Inschrijven voor 1 maart, info: zie 4 maart
22-25 mrt	Helsinki	SUL	EK masters, 22 mrt : 5 km weg; 24 mrt : 3 km indoor, inschrijving gesloten. Info: http://www.evaci2007.com
24 mrt	Zaandam	sv De LAT	Prestatietocht : Amsterdam – Hoorn, 42,195 km. Wingerdweg 260, 10.45 uur. Inschrijven bij de start. Nadere info: 020 – 690 00 36 of www.delat.nl
1 april	Dordrecht	av Hercules en av Parthenon	Dwars door Dordt, 10 km snelwandelen (wedstrijd en prestatie). Sportpark Reeweg (Halmaheiraplein), 13.00 uur. Inschrijven voor 29 maart op www.inschrijven.nl of bij de start. Info : www.dwarsdoordordt.nl .
7 april	Sittard	Unitas	Kennedymars. Stadssporthal, 5.00 uur. Wedstrijdklasse voor iedereen die de mars binnen 12 uur kan lopen. Inschrijven wedstrijdklasse voor 28 maart op www.kennedymars.org of bij Victor Mennen, Dijkveldstraat 40, Slek-Echt
21-22 april	Loon op Zand	Hart van Brabant	Nacht van Loon. De Wetering, Weteringplein, 21.00 uur. Prestatietocht van 15 uur waarin zoveel mogelijk kilometers gelopen moet worden. Voorinschrijving verplicht. Info: www.wsv-hartvanbrabant.nl/phpfusion of tel : 0416 - 362858 / 013 - 4554318

WINTERSERIE RWV IN ROTTERDAM OP 7 JANUARI 2007

[Gebruikte bron: RWV-bode]

Op 7 januari heeft RWV voor de vierde keer dit seizoen snelwandeldwedstrijden en prestatiewandeltochten georganiseerd. OLAT was dit keer sterk vertegenwoordigd. De 10 kilometer wedstrijd werd voor de vierde achtereenvolgende keer gewonnen door Jacques van Bremen. Na een snelle start bouwde Jacques een voorsprong op van enkele tientallen meters op zijn rivaal Pedro Huntjens, maar in de laatste kilometers dichtte Pedro het gat. Naast elkaar stormden beiden op de finish af, waar Jacques de betere sprinter bleek te zijn. De strijd om de derde plaats was een spannende strijd tussen twee OLAT-leden. Lang bleef Kees Lambregts Henk Plasman voor, maar Henk bewaarde het beste voor het laatst en passeerde Kees. Met Henk gaat het steeds beter, want hij verbeterde zijn beste tijd na zijn come-back met een minuut. Ook Kees zette een zeer sterke tijd neer.

Marcelino Sobczak raakt ook steeds meer vertrouwd met het snelwandelen en verbeterde zijn zoveelste PR. Boetje Huliselan waagde zich weer eens zich weer eens aan een 10 kilometer en liet zien dat hij weer is hersteld van zijn blessure een jaar eerder, door onder de 58 minuten te finishen.

Ron Timmermans, die het vanwege de ziekte van Pfeiffer afgelopen maanden ook wat rustiger aan moest doen, voelde zich nu weer sterk genoeg voor 10 kilometer en hij kwam al direct alweer heel dicht bij de 60 minuten.

OLAT-lid Pé Everaerts – regelmatig actief op de lange afstanden van 50 km tot 100 EM – testte zichzelf nu eens op de 10 kilometer. In de prestatieklasse liep hij zijn eigen race en wandelde deze in een snelheid van maar liefst bijna 9 kilometer per uur. Voor snelwandelaars stelt dit niets voor, maar Pé wandelt gewoon met deze snelheid.

Klaas Bakker realiseerde – zoals we van Klaas gewend zijn – weer een goede tijd van net boven de 30 minuten op de 5 kilometer.

Winterserie RWV: 10 km snelwandelen in Rotterdam, 7 jan 2007

Plaats	Naam	Vereniging	Geb.	Tijd	km/u
1	Jacques van Bremen	RWV	1984	49:13	12,2
2	Pedro Huntjens	av Unitas	1967	49:14	12,2
3	Henk Plasman Gen. Mich. / OLAT		1957	50:43	11,8
4	Kees Lambregts	OLAT	1959	50:50	11,8
10	Marcelino Sobczak	OLAT	1968	57:09	10,5
12	Boetje Huliselan	OLAT	1955	57:43	10,4
17	Ron Timmermans	RWV / OLAT	1982	1:00:32	9,9
P4	Pé Everaerts	OLAT	1951	1:08:33	8,8

Winterserie RWV: 5 km snelwandelen in Rotterdam, 7 jan 2007

Plaats	Naam	Vereniging	Geb.	Tijd	km/u
1	Dirk Bogaert (B)	Meetjesland	1958	24:16	12,4
2	Ronald Maas	RWV	1987	27:32	10,9
3	Hans van der Knaap	RWV	1959	27:35	10,9
4	Klaas Bakker	OLAT	1937	30:35	9,8
5	Liesbet De Smet (B)	av Duffel	1982	30:52	9,7



WINTERSERIE SV DE LAT: 20 KM PRESTATIETOCHT IN AMSTERDAM, 14 JANUARI 2007

Op 14 januari 2007 organiseerde sv De LAT haar winterserie vanuit de nieuwe locatie bij AV23 te Amsterdam. Er wordt gewandeld over een ronde van precies 2½ km.

Op de 20 kilometer waren twee OLAT-leden actief. Pé Everaerts continueerde zijn test van vorige week. Hij bouwde zijn race goed op en staat erom bekend dat hij zich niet gauw laat verleiden door te snel te starten. Halverwege de race liep hij op achtste positie. In de tweede helft – die Pé sneller liep dan de eerste helft en zelfs sneller dan de 10 km vorige week in Rotterdam – haalde hij nog drie wandelaars in waardoor hij eindigde op een mooie vijfde plaats.

Jan Warrink (ook OLAT) wandelde de 20 kilometer gemiddeld bijna 8 km/uur en eindigde daarmee op de zestiende plaats.

Winterserie sv De LAT: 20 km prestatietocht in Amsterdam 14 januari 2007

Plaats	Naam	Vereniging	Tijd	km/u
1	Frank van der Gulik	sv De LAT	1:55:04	10,4
2	Jan de Jonge	sv De LAT	1:56:23	10,3
3	Remco de Bruin	sv De LAT	2:02:48	9,8
4	Paul Altena	sv De LAT	2:04:49	9,6
5	Pé Everaerts	OLAT	2:17:58	8,7
16	Jan Warink	OLAT	2:31:16	7,9

METEN IS WETEN BIJ SPORTIEF- EN PRESTATIEWANDELLEN IN OLLAND ZONDAG 11 MAART

Het dorpje Olland (gemeente Sint-Oedenrode) is zondag 11 maart weer het toneel van het jaarlijkse sportief- en prestatiewandelen van OLAT. Op een stratenparkoers van 2372 meter kunnen afstanden worden afgelegd van naar keuze 5, 10, 20, 30 en 50 kilometer. Alleen bij de laatste afstand geldt dat deelnemers een gemiddeld tempo van 7 km per uur moeten halen; de rest mag in een sportief wandeltempo worden afgelegd.

Omdat er wordt geklokt, is er voor elke afstand een collectieve, exacte starttijd vastgesteld. Voor de 50 km is dat 10.30 uur; voor de 30 km 11.30 uur; voor de 20 en 10 km 13.30 uur en als laatste de 5 km om 14.30 uur.

Zelf hoeft je voor onderweg geen eten of drinken mee te nemen. Tijdens het wandelen is de zorg voor de inwendige mens inbegrepen.

Deelnemers ontvangen na afloop een diploma met de gewandelde afstand.

Op hetzelfde parkoers zijn die dag ook de snelwandelaars actief. Zij worden door een jury beoordeeld en wandelen volgens richtlijnen van de KNAU.

Wie ook eens zijn of haar sportieve wandelprestaties in cijfers uitgedrukt wil zien, kan zich tot 1 maart inschrijven via www.olat.nl of met een inschrijfformulier dat verkrijgbaar is bij Hans de Vries.

Na-inschrijven tot een half uur voor de start is mogelijk in ontmoetingscentrum De Holm, Pastoor Smitsstraat 40 in Olland.

UIT DE MEDIA

Wandelen op cowboyschoenen

Voor de consumentenrubriek van NRC Handelsblad werd aan vijf deskundigen (o.a. van universiteiten, TNO en media) gevraagd wat het beste product van het jaar 2006 was, gelet op technische kwaliteit, vormgeving, gebruiksvriendelijkheid en milieu-aspecten. Omdat die deskundigen werkzaam zijn in zeer uiteenlopende vakgebieden, leverde dat een dito lijstje op, van kinderfiets tot leemstucverf en van camcorder tot computermuis.

En waarachtig: op de 7^e plaats staat een schoen, en wel eentje van het stoere soort waaraan de Australische cowboys al 130 jaar verslingerd zouden zijn. Met geitenleer gevoerd en praktisch onverslijtbaar. Jaja, dat zal best, want verplaatsen die cowboys zich eigenlijk wel te voet?

Daarover geeft deskundige Wouter Klootwijk, die deze 'Bluntstone 550' nomineerde, geen uitsluitel. Hij testte ze uit op sneeuwwandelingen in Noorwegen en ontdekte louter positieve eigenschappen: waterdicht, schokdempend en bij -20 graden nog warme voeten.

Van dat laatste zullen ze in Australië vast opkijken.

Bron: NRC, 29 december 2006

Onzinnigste Kamervraag ging over Pieterpad

Sinds Joost Eerdmans (Eén NL) in de Tweede Kamer zit, maakt hij jaarlijks een lijstje van de meest onzinnige Kamervragen die het afgelopen parlementaire jaar werden gesteld. Eerdmans afficheert zich niet als groot wandelliefhebber, want bovenin zijn top 10 voor 2006 prijkt een vraag over hindernissen op het Pieterpad. Die werd ingediend door GroenLinks.

Blijkbaar iets minder onzinnig was een Kamervraag over het verplichte gebed voorafgaand aan de raadsvergadering in Dirksland (PvdA) en op de derde plaats eindigden de CDA-vragen over sluizen in Gouda.

Eerdmans vindt dat de Kamer zich niet moet bemoeien met lokale of regionale onderwerpen.

Bron: tweevoeter.nl

Op 15 en 16 december 2006

Houffalize-Plombières een 'mooie lijdensweg'



De tocht Houffalize-Plombières tocht wordt eigenlijk 'de lijdensweg' genoemd, als herinnering aan de Tweede Wereldoorlog; het Ardennen Offensief om precies te zijn. Zelf vind ik het één van de mooiste wandeltochten. Vrij pittig, en 's nachts met de mooiste vergezichten als de dorpen in de wijde omgeving zijn verlicht. Ook het veranderlijke weer speelt een rol.

Maar wat mij zo aansprak toen ik 22 jaar geleden voor de eerste keer aan deze tocht van 110 km meedeed, is nu toch aan het verdwijnen. Bij de monumenten van gevallen soldaten en oorlogsslachtoffers wordt bijvoorbeeld niet meer stilgestaan. De modderpadjes zijn nu goed begaanbare wegen. Alleen bij Basse-Bodeux is nog een stuk intact gebleven. De oude kerstversieringen zijn nu modern. En het deelnemersaantal is duidelijk minder geworden.

En toch stond ik op 15 december weer aan de start, nu zelfs in groep 3. Groep 2 kon ik nog goed aan, want ik had in oktober en november nog zes zware marathons in de Ardennen gewandeld. En die verliepen goed. Maar persoonlijk kan ik met deze groepskapiteins niet overweg. En ze blijven maar jagen om groep 1 (6,7 km/uur) in te halen! Ook dit jaar werden ze door de algemene leiding weer tegengehouden.

Groep 3 (6,4 per uur) bestond uit maar vijftien personen – daaronder wel één dame. Maar allemaal Franstalig, dus ik

kon tijdens de tocht met niemand een praatje maken. Toch voelden we elkaar wel goed aan. Het was net of ik met mijn dochter en zonen aan het wandelen was. Wat bleek, ze waren allemaal tussen de 30 en 40 jaar.

Maar aan de finish waren we allemaal trots op elkaar. En onze baankapitein was rustig, maar duidelijk in zijn beslissingen.

Het was voor de eerste keer dat deze tocht volledig gepijld was. En de verzorging was ook duidelijk beter dan andere jaren. We hadden wat je kunt noemen 'goed wandelweer', zelfs 's nachts: min vijf. Alleen de laatste dertig kilometer flinke regenbuien, maar daar stoor je je dan niet meer aan. Na een goede douche en een goed ontbijt, dat nog werd aangeboden door de organisatie, reed ik op 16 december om 16.00 uur vanuit Plombières weer vol-daan naar huis. Want ik had voor de achttiende keer onder de naam OLAT deze tocht uitgelopen.

Wat ik wel vreemd vond: dat ik hier 500 punten voor het clubkampioenschap kon behalen als ik hem uitwandelde. Terwijl ik een paar jaar geleden nog vroeg om de Belgische 100 km-tochten hierin ook te waarderen. Maar toen kreeg ik als antwoord „nooit buitenlandse tochten”.

Groeten,
-Sjef Koolen-

Trainer met 'éminence grise' Fred Röhner

„Wat 'n souplesse hè?“, roept een van de toeschouwers van de videobeelden die eerder die ochtend zijn gemaakt tijdens het trainingsweekend in Wintelre. „Mooie benen“, reageert een ander. En een derde vraagt zich af of we hier met z'n allen naar een of ander ballet zitten te kijken. Het is duidelijk: de sfeer op kampeerboerderij 't Caves is weer uitstekend.

Degene die de videofilm heeft gedraaid is Fred Röhner, trainer bij het Limburgse Unitas en 'éminence grise' in de wereld van het snelwandelen. Zo'n dertig jaar draait hij al mee. Op uitnodiging van OLAT kwam hij voor het eerst het vaste trio Henk Plasman, Kees Lambregts en Sjef Koolen versterken. Met name om de snelwandelaars te laten profiteren van zijn enorme kennis en ervaring, maar ook omdat zo met kleinere groepjes kan worden gewerkt, wat voor iedereen een voordeel is.

Op deze zaterdagmiddag kan worden vastgesteld dat het initiatief in goede aarde is gevallen – zelfs nog beter dan verwacht. Want na het zien van de video, die wordt afgedraaid na de lunchpauze, blijken ineens ook heel wat recreatieve wandelaars zin te krijgen in een sessie met Fred.

Zodoende wordt voor de middagtraining een gemengd groepje gevormd. Op een driesprong in de landelijke omgeving van de kampeerboerderij staan zij in een grote kring de aanwijzingen van Fred op te volgen, nieuwsgierig gadeslagen door het paard in de wei ernaast. Er wordt gerekt en gestrekt, in allerlei houdingen gebogen en gedraaid, en als de ledematen na een poosje helemaal los zijn komen de loopoefeningen aan bod. Maar goed ook, want er staat een verdraaid kil windje en al lopende word je vanzelf weer warm.

Het is leuk om te merken dat elke trainer zo z'n eigen trucjes heeft om sneller vooruit te komen. Fred leert hoe je de pas kunt verlengen door op het laatste moment voordat de voet de grond raakt, de hiel naar voren te steken en de tenen omhoog. „Het scheelt maar een paar centimeter, maar op den duur tikt dat toch lekker aan.“ Daarnaast wordt gelet op een goede houding. In de ganzenpas passeren de deelnemers de videocamera, want ook dit wordt weer vastgelegd als instructiemateriaal.

Als Fred een loopoefening voordoet, valt pas echt op hoe jaloersmakend soepel en snel de leermeester is. Bij één oefening



Veel plezier om de video van Fred Röhner



Spijeren losmaken voor het echte werk begint



Klaas Bakker (l) en Fred Röhner

zegt hij op doodserieuze toon: „Jullie mogen mij inhalen, maar het hóeft niet“, waarna hij een verbluffend staaltje van versnelling weggeeft. Schijnbaar moeiteloos en in enkele seconden van een rustig wandeltempo naar ruim 11, bijna 12 km per uur!

„Daar ligt mijn top“, vertelt hij later, met een frisse pint bier erbij. Na al die jaren kan Fred puur op z'n gevoel aangeven welk tempo hij loopt. „Op de 400 meterbaan hoef ik nooit een horloge te dragen. Als ik een bepaalde tijd wil lopen, zal dat per rondje niet meer dan 1 seconde schelen.“ Hij wordt dit jaar 57, en het idee dat hij tegen zichzelf of tegen anderen moet opboksen heeft hij allang achter zich gelaten. „Bij wedstrijden doe ik gewoon

mee, zonder echte streeftijd. Hooguit: in die buurt wil ik uitkomen.“

Bij Unitas heeft hij als trainer een handjevol lopers onder zijn hoede van wie er diverse tot de landelijke top behoren. Drie clubgenoten: Pedro Huntjens, Victor Mennen en Hans van Wakeren. En van OLAT Marcelino Sobczak en Boetje Huliselan, plus incidenteel Klaas Bakker. Heeft Fred zelf ook nog een coach? „Nee, dat is intussen niet meer nodig, voor 99 procent loop ik goed. Maar van Pedro en Victor krijg ik wel feedback.“

De contacten tussen Fred en Marcelino resulteerden vorig jaar in een trainingsweekend speciaal voor snelwandelaars, op de atletiekbaan van Unitas in Sittard. Een twaalftal mensen deed mee en het is de bedoeling ook dit jaar weer zo'n weekend op poten te zetten. Deze keer zonder inderhaast geïmproviseerde logeerpartijen, hopen de twee initiatiefnemers.

Het trainingsweekend van OLAT zat dit jaar weer helemaal vol; ongeveer voor de helft met mensen 'van buiten'. Tussen de wandeltrainingen door zien we hoe diverse OLAT'ers de oefeningen binnen op eigen houtje voortzetten. Gerrit Arfman verrast de aanwezigen met een spontane spagaat, zijn kleindochter Sonja blijkt heel goed in de lotushouding te kunnen zitten en Carry Ombelet, die in haar jeugd een zeer verdienstelijk dansmarieke was en voordoet hoe dat ging, legt zomaar een been van Klaas Bakker op haar schouder! Verder helpt ze Boetje, die zich hier in alle rust voorbereidt op het Belgisch/Nederlands indoorkampioenschap, met wat grond oefeningen.

Ria Mitchell uit Best komt opgetogen de recreatiezaal van 't Caves binnengelopen: „Jullie hebben me helemaal van mijn angst afgeholpen!“ roept ze naar wie het maar wil horen. Bij de laatste Vierdaagse van Nijmegen was ook zij in de hitte onwel geworden, en al vrij snel bleek dat dit te maken had met hartproblemen waarvan Ria helemaal niet wist dat zij die had. Hoewel de dokters haar allerminst hebben ontraden om weer te gaan wandelen, was de drempel daarna toch te hoog. „Maar door de goede begeleiding hier, ben ik er gelukkig overheen“, vertelt Ria. Waar een trainingsweekend al niet goed voor is!

-Mirjam Kies-

32^e Marche des Trois Frontières

Voor mij is er maar één Tocht der Tochten, maar aangezien ik voor geen meter kan schaatsen, is de 32^e Marche des Trois Frontières een goed alternatief om eens flink af te zien. Wat ik kan verwachten is me nog niet helemaal duidelijk, maar zwaar wordt het zeker. In de wandelverslagen van vorig jaar komt het beeld naar voren van een tocht die in Nederland zijn gelijke niet kent. Een helling van 8,5 km lang, steile afdalingen, sneeuwjachten, maar ook een baankapitein die de weg kwijt is en een rust die met een half uur wordt ingekort. Och hemel, waar ben ik aan begonnen?



Bij de start in Houffalize: Connie en Huub Raijmakers en Co Tops (r)

Vrijdag – 19.45. Met negentien man lopen we de nacht in. Het is aangenaam fris, tegen het vriespunt aan, maar gelukkig niet glad. We lopen een stukje omlaag naar Houffalize, langs de eerste van vele kerststallen. In vrijwel elke tuin staan verlichte rendieren, al dan niet met slee. 'Ijspiegels' langs de dakgoten, lichtslangen in struiken, kerstmannetjes op ladders. Het is een vrolijk en kleurrijk gezicht. Een bocht, een tank en we krijgen meteen een helling van 14% voor de voeten geworpen. Over de koude maak ik me geen zorgen meer.

De lucht is volkomen helder en wanneer we de laatste straatlantaarns achter ons hebben gelaten, valt de uitbundige sterrenhemel pas goed op. Aan de arm van Pieter, mijn vaste wandelmaatje, loop ik een tijdje naar boven te kijken. Co, die met ons vanuit Eindhoven is meegereisd in het busje van Theo, wijst me op het sterrenbeeld Orion en de bleke sluier van de melkweg. Een vallende ster flitst langs de hemel.

Na een uur al is de eerste rust in het dorpje Tavigny. Verwarmd door een lekkere tomatensoep gaan we verder. We lopen dan wel over asfalt, maar de omgeving maakt hier veel goed. Donkere bossen met een verkwikkende dennengeur, een kabbelend beekje en

het zachte piepen van iemand die een sms-je ontvangt. De enige auto's die we tegenkomen zijn van de organisatie, die ons telkens langs de weg opwachten. De route is uitstekend bepijld en we lopen nooit meer dan een paar meter verkeerd als een pijl wat onduidelijk is geplaatst of het aanvullende rood-witte lint in de takken van een boom verstrikt is geraakt.

Hoewel we in de groep van 6,2 lopen, is het tempo lekker hoog en daardoor zijn we te vroeg in Cherain, waar de vorige groep nog aan de broodjes en de soep zit.

Rond 01.00 uur is er opeens een grindpaadje, een welkome afwisseling met het asfalt. In het dal zien we Joubieval liggen, waar de volgende rust moet zijn. Het Gamma-wild staat hier grotendeels uit, wat de stad een sober aanzien geeft. Bij een apotheek wijst de thermometer -5 aan. Pieter en ik geloven er geen snars van. Min vijf, als ik niet eens handschoenen aan heb? Min vijf als ik bij de rust een van mijn twee shirts uit ga trekken omdat ik het zelfs met open jas nog te warm heb? Welnee.

Na de rust steekt er een klein briesje op, maar het blijft aangenaam fris. Dit is een prettige koude, een waarvan je energie krijgt en die maakt dat je de

hele dag buiten wilt zijn, tot je huid ruikt naar winter. Van slaapgebrek, meestal mijn grootste probleem bij lange tochten, heb ik vannacht totaal geen last en daardoor heb ik het gevoel dat ik de wereld aankan.

Na 6 km is er alweer een rust in Arbrefontaine; we zijn dan pas bij 35,5 km. Weer een uur vliegt om. De heuvels volgen elkaar snel op en na een tijdje weet ik niet meer hoeveel we er nu al hebben gehad. Direct na de rust in Basse-Bois worden we getraceerd op een pittige klim, hoewel niet zo zwaar als die eerste van 14%. Aan het eind van de weg duiken we het bos in voor een kleine doorsteek. Het is niet zomaar een brede brandgang, maar een heus bospad vol wortels, overhangende takken en modder op strategische plaatsen. Dit is mijn soort pad. Ik geniet en vind het alleen jammer dat ik teveel moet opletten waar ik mijn voeten neerzet om eens goed om mij heen te kunnen kijken.

Dan volgt de zeephelling waar Rolf ons voor heeft gewaarschuwd. Een circa 500 meter lange geul, steil naar beneden, smal en bemodderd, met losliggende stenen die even verderop verborgen zijn onder de bladeren van de omringende beuken. Een verraderlijk pad en daarom ruilen we het tempo tijdelijk in voor oplettendheid. Nadat we weer op de weg gekomen zijn, volgt weer een helling, die echter zo geleidelijk stijgt dat je er als wandelaar nauwelijks erg in hebt.

Zo bereiken we de rust, die net als de eerdere rusten aan de rand van het dorp ligt, zodat je niet het hele dorp door hoeft om er te komen. De vorige groep zit er nog, maar vertrekt na vijf minuten. Pieter en ik wachten tot de rij bij de bar wat is geslonken voor we de omelet met spek ophalen. Ik smul van het brood met de omelet, maar het spek laat ik voor wat het is.

Daglicht. Nu zien we voor het eerst het landschap waarin we lopen. Heuvels met dennenbossen, bolle akkers omzoomd door ouderwetse vlechthekken. Waren de eerste rusten allemaal binnen, nu verschijnt er zo nu en dan ook een wagenrust waar we drinken kunnen krijgen, gehaktballetjes, snoep en speciaal voor de Nederlanders: blokjes

jonge Goudse. Bij de tweede wagenrust is er ook jonge jenever, jakkes.

Hoe klein onze groep ook is, er zijn toch nog mensen die harder lopen dan de rest. De groep valt stelselmatig in tweeën uiteen, zij die net wat harder lopen dan 6,2 en zij die dat tempo prima vinden. Ik kan de eerste groep uitstekend bijhouden, als ik erbij nadenk. Maar dat is niet het ritme waarin ik al de hele dag loop. En als mijn aandacht wordt afgeleid door een gesprek met een van de andere wandelaars, val ik automatisch terug in het ritme van 6,2. Als de groep wel heel erg uiteen valt, vertraagt de baankapitein het tempo tot de hele groep weer bij elkaar is.

In de buurt van Spa komen we door een oud beukenbos. Langs de hellingen slingeren zich verschillende beekjes naar beneden, kronkelend door een diepe geul, het water artistiek over rotsen tuimelend. Het is schitterend.

Vlak voor Suristir komen we wandelaars tegen die een andere tocht lopen. Gelukkig gebruikt deze tocht zwart/gele tape in plaats van onze rood-witte. De wagenrust op het dorpsplein is vlak bij de start van deze tocht en verschillende Belgen begroeten bekenden. Ik loop een tijdje op met de Belg Pascal, die deze tocht al vijf maal eerder heeft gelopen. Nooit was het weer zo goed als nu, vertelt hij. Pascal verstaat mijn Nederlands maar half, maar met af en toe een vertaling door een vriend van hem, komen we een heel eind. In een vrij open bos wijs ik hem op een vervalven boomhut, op wel tien meter hoogte. De ladders hangen in stukken aan de boom en ook van de hut zelf resten enkel wat planken. Gelukkig maar, want zo hoog is het beslist niet veilig spelen.

Ik begin nu toch een beetje moe te worden en mijn voeten zijn gevoelig geworden. Ik kijk daarom uit naar de rust in Limbourgh, maar die laat lang op zich wachten. We zijn de gemeentegrens al lang gepasseerd en lijken het dorp weer uit te lopen als we in een ander dorp eindelijk de rust bereiken. Mijn voeten zijn hoognodig aan verzorging toe. Blaren heb ik niet, maar mijn kleine tenen zitten altijd in de verdrukking en het wreekt zich dat ik een nagel niet heb geknipt. Met een schaar en wat tape is het probleem hopelijk verholpen.

De laatste 18 km gaan grotendeels door stedelijk gebied en zijn nauwelijks interessant. De miezer die al een tijdje valt, gaat over in een gestage regenbui, waar ik me niets van aantrek. Een beetje regen kan mijn humeur niet bederven, dit is een fantastische tocht en we hebben geweldig weer gehad. Wat is regen, als wandelaars bij vorige tochten met sneeuw en ijzel te kampen hadden? De baankapitein mist de laatste rust in Welkenraedt en we lopen ineens door naar Plombières. Toch nog een klein beetje afzien dus, al is deze tocht bij lange na niet zo zwaar als ik van tevoren had verwacht.

Eindelijk is daar dan Plombières, het einde is in zicht. Ik heb genoten, maar ben nu toch wel blij dat de tocht er bijna op zit. Vlak voor de zaal vertragen we wat, zodat de laatste wandelaars aan kunnen sluiten en we als één groep de zaal binnen kunnen komen. Hoewel ik niets heb gedaan om het te verdienen, mag ik als eerste de zaal binnenstappen, waar onze groep met applaus wordt ontvangen.

-Rinda Scheltens-



De finish in Plombières: Rinda Scheltens, Pieter Boots en Co Tops (r)

UIT DE MEDIA

Wandeltochten met geluidskunstenaren

Voor mensen die een wandeling willen combineren met cultureel genot, zijn in het zuidelijk deel van de Veluwe bijzondere dagtochten ontwikkeld in samenwerking met geluidskunstenaren, muzikanten en schrijvers.

Hiervoor is een speciaal pakket te koop, bestaande uit een gids van het zogeheten Elfbergenpad (genoemd naar de elf 'bergen' in dit gebied) en de bij deze tochten behorende kunstenaarsbijlagen (een audio-cd en een MP3-link). De benodigde walkman of MP3-speler moet men zelf meenemen of kan worden gehuurd. Vier dagtochten zijn in de loop van vorig jaar al uitgebracht – met o.a. een hertenkoor van Spinvis – en in maart volgt de laatste, met o.a. schrijver Dirk van Weelden. Voor meer informatie: 026-3771344.

Bron: www.dekunstvanhetwandelen.info

Natuurorganisaties slechten grenzen

Grensgebieden zijn vaak ook natuurgebieden. En wat ligt in deze moderne tijden nou meer voor de hand dan een grensoverschrijdende samenwerking op dit vlak. Zeker als er in Brussel ook nog een potje met geld ligt te wachten.

Het Brabants Landschap en zijn Belgische tegenvoeter stichting Het Kempens Landschap gaan in de loop van dit jaar zo'n samenwerking aan. Toevallig is 2007 het jaar waarin de Brabantse organisatie 10 jaar bestaat en de Belgische stichting het 75-jarig jubileum viert. Die feestdagen worden aangegrepen om extra aandacht te vestigen op elkaars activiteiten. En samen hopen ze – met Europese steun – meer te kunnen doen aan de bescherming van natuur en landschap.

Bron: www.brabantslandschap.nl

Marcelino blijft zijn horizon verleggen

Zijn ster rijst snel: de eerste keer dat Marcelino Sobczak de kolommen van OLAT Nieuws haalde was in september 2004. Hij kwam toen binnen op een gedeelde 62e plaats in het clubkampioenschap en zou dat seizoen eindigen als nummer 44. Het jaar erop was hij in de slotstand al opgerukt naar de 10e plaats en in 2006 bereikte hij de hoogste eer binnen de OLAT-gelederen: clubkampioen.

En passant sleepte hij bij de Nacht van Loon en in Schiedam ook nog even de beker in de wacht van 'beste debutant'. Bij de Centurionrace op het eiland Man was hij bovendien de beste Nederlander en winnaar van de 24 uursrace; bij de mannen haalde hij er zilver op de 100 EM. Nog een wapenfeit: de eerste plaats bij de 50 km prestatiewandelen van OLAT in Olland.



Zowel Marcelino als Carry hebben afgelopen jaar enorme vooruitgang geboekt

„Overall waar iets te winnen viel heb ik wel iets weggesleept”, zegt Marcelino. Voor hem kan het jaar 2006 niet meer stuk. „En ik ben nog steeds groeiende.”

In zijn kielzog boekte levenspartner Carry Ombelet eveneens opmerkelijke resultaten. Haar eerste notering in het clubkampioenschap dateert van mei 2005, nadat ze met Marcelino de Kennedymars in Sittard had uitgelopen. Het stel kwam – waar hebben we dat meer gezien – samen over de eindstreep. Carry nestelde zich dat jaar op de zevende plaats bij de OLAT-vrouwen. In 2006 is zij (en niet 'Henny' zoals in het vorige nummer abusievelijk stond vermeld) als derde geëindigd. Zonder blessure had er wellicht zilver in gezeten, denkt ze.

Over-enthousiast

Marcelino en Carry behoren tot de nieuwe aanwas in het prestatie- en snelwandelwereldje. Hij is van 1968, zij drie jaar jonger. Trainen voor Nijmegen was, zoals zo vaak, de aanleiding. Marcelino: „In mijn jeugd deed ik veel aan sport, maar daarna heb ik 26 jaar gewalmd als een schoorsteen. Ik was net met roken gestopt toen ik vier jaar geleden met wandelen begon. Het eerste jaar stelde niks voor. Ik liep één lange tocht en lag er meteen voor negen maanden uit door een zware blessure. Ik was over-enthousiast.”

Carry raakte via haar eerste Kennedymars in Someren verslaafd aan het lange-afstandslopen. „Ik ben een jaar later begonnen, en Marcelino ging toen al veel te snel voor mij. Op natuurtoch-

ten liep hij 30 en ik 20 kilometer en kwamen we op het einde weer samen. Bij alles boven de 80 kilometer bleef ik thuis. Maar dan hoorde ik achteraf zijn verhalen en bedacht: ik wil al die tochten ook één keer zelf gelopen hebben. Gewoon om te voelen wat het is.”

Sindsdien gaan ze in principe overal samen heen. Zoals afgelopen zomer bij RWV in Schiedam, waar Carry voor het eerst 80 km liep binnen de 12 uur, wat haar tot Kennedyvriend maakte. „Ik was nog nooit zó zenuwachtig geweest voor een wedstrijd”, vertelt ze. Op hetzelfde parkoers, maar een eind van haar vandaan, was Marcelino intussen bezig aan de 100 EM. „Toen ik hoorde dat Carry in haar laatste ronde zat, ben ik heel snel gaan lopen zodat ik haar vlak voor de finish kon feliciteren.”

Dat hij zich tevens zou ontwikkelen als snelwandelaar was voor Marcelino aanvankelijk ondenkbaar. „Maar nu wil ik niet anders. Het is een leuk wereldje. Rang en standen tellen niet. Waar je ook zit, je bent altijd thuis. En je gaat steeds beter presteren met steeds minder energie. Heel efficiënt!” Carry is eveneens gewonnen voor het snelwandelen. „De techniek die je daarbij gebruikt, is handig als je moe wordt bij het lange-afstandslopen. Je kunt dan al lopend ontspannen.”

Speldenkussen

Bij OLAT voelen de twee geboren Limburgers zich vanaf het begin op hun gemak – „zó warm, zó hecht” – en de grote afstand tot hun woonplaats Heerlen was geen bezwaar om lid te worden. Vervolgens werd het clubkampioenschap opgepakt. „We hebben thuis een grote landkaart hangen en die zit vol prikkers”, vertelt Carry. „Zwart voor 80 km, wit voor 60 en rood voor alles boven de 100. „Net een speldenkussen”, zegt Marcelino, die zich het afgelopen jaar als een jonge hond op een mand vol botten wierp. Alles was nieuw, leuk en spannend.

„In 2006 heb ik 43 prestatietochten gelopen, in sommige weekends zelfs twee. Als beginneling heb je geen idéé. Je pakt die lijst van OLAT erbij en begint met aanstrepen. Ik had het niet in de gaten als er weinig tijd zat tussen twee extreme tochten. Ik schreef me in voor

een super-Euraudax van 200 km, een 40-uurs tocht, terwijl ik nog nooit 24 uur had gedaan of meer dan 160. Omdat niemand jou kent, denken mensen: 'wat een rare snuiter'. Dan kreeg ik te horen: 'jij tikt niet helemaal goed' of ze waarschuwden 'doe toch rustig aan.' Hij lacht als hij eraan terugdenkt. „Gelukkig herstel ik snel.”

Nog afgezien van de punten die ermee te verdienen zijn, valt het samenstellen van een persoonlijk jaarprogramma niet mee. Er zijn 'maar' 52 weekenden en er is veel overlap. „Soms wel vier tochten per weekend, en je wilt ze allemaal een keer gelopen hebben.” Carry:



Een beetje dollen tijdens de groepstraining in het buitengebied van Wintelre

„En bij eenmalige gelegenheden zoals een jubileumtocht wil je natuurlijk niet verstek laten gaan. Maar we kijken ook terug: hoe was het daar vorig jaar?” Verder spreekt het OLAT-familiegevoel vaak een woordje mee bij hun keuze. Marcelino: „Sommigen lopen alleen Kennedymarsen, en anderen weer uitsluitend Euraudax. Als je die mensen graag wilt zien, hou je daar rekening mee.” Bij de jaarplanning houdt Carry altijd de belangen van Marcelino in het oog. „Maar van Someren blijft hij af, dat krijgt 'ie niet!”

Tussen de bedrijven door doet Marcelino aan hardlopen en mountainbiken, en is hun huiskamer gedeeltelijk opgeofferd aan trainingsapparaten. Twee avonden per week vervoegt hij zich bij Unitas-trainer Fred Röhner in Sittard. Maar fanatiek? Nee, zo wil hij niet genoemd worden. „Gedreven. Dat wel. Sport is voor mij het maximum uit jezelf halen, tot het naadje gaan. Dan weet je waar de grens ligt. Ik werk voor mijn sport. Maar ik wil er ook lol aan hebben. Wel heb ik er een heel andere kijk op gekregen. Ik was onbezonnen,

maar heb het afgelopen jaar geleerd dat beleid telt, juist op de lange afstand. Kijk maar naar Ernst; die loopt echt op zijn ervaring.”

Zeven jaar

De komende tijd zal er voor hen beiden op wandelgebied veel veranderen. Marcelino heeft zijn horizon allang verlegd naar nieuwe verten. Hij wil Parijs-Colmar lopen, een monstertocht van 440 kilometer non-stop. Nou ja, er zijn wel rusten gepland. „Dit kost zeven jaar voorbereiding. Alleen al om deze tocht te mógen lopen moet je twee kwalificaties halen op tochten van meer dan 200 kilometer, en dat binnen een half jaar, in België of Frankrijk. Zonder de vereiste kwalificaties krijg je geen uitnodiging. In Nederland hebben hooguit zeven mensen dit ooit gehaald. En dan ben je er nog niet.”

Daarom zal hij veel meer dan afgelopen jaar in het buitenland te vinden zijn. Zoveel mogelijk 24-uurs wedstrijden lopen. Of de 28 uur van Roubaix. „En als ik daarvoor punten moet laten vallen in het clubkampioenschap – zo zij het.”

In Nederland kon hij regelmatig terugvallen op de uitstekende verzorging van Carry. In het buitenland zal hij meestal op zichzelf zijn aangewezen. Er moet thuis toch brood op de plank komen.

„Van wat we vorig jaar aan sport hebben uitgegeven hadden we wel drie keer op vakantie gekund”, zegt Marcelino. „Ik heb alleen al twaalf paar wandelschoenen versleten. En omdat we in Limburg wonen maken we veel reiskosten.” In haar nieuwe baan als treinmachiniste bij een kleine vervoersmaatschappij in Zuid-Limburg krijgt Carry bovendien te maken met onregelmatige werktijden, ook in het weekeind. En dan is er nog de hond, die ook weleens gewoon wat huiselijke rust wil.

De Centurionrace op Man was in dat opzicht misschien een voorproefje. Marcelino was voor verzorging op anderen aangewezen en Carry bleef thuis. „Dat weekend ben ik de Kennedymars van Melderslo gaan lopen met de familie Arfman. Ik lag net een half uurtje heel diep te slapen toen Marcelino belde: 'Hoi schat, ik ben centurion en winnaar op de 24 uur'. Ik zei alleen maar 'ja', heb de telefoon neergelegd en sliep verder. Ik wist niet eens meer dat hij het was. Dat vond ik echt heel pijnlijk.”

*-Mirjam Kies-
tekst en foto's*

Clubkampioen moet steeds meer punten bij elkaar lopen

Marcelino Sobczak heeft er keihard voor gewerkt om zijn naaste rivaal Ernst Westerhoff 'eruit te lopen', wat hem in de zomer is gelukt. Zuur voor Ernst, die al twee jaar op rij clubkampioen was en natuurlijk gehoopt had ook de beker van 2006 mee naar huis te nemen. Aan de andere kant: het is zeker geen schande om op dit niveau gepasseerd te worden.

Bovendien gaat het aantal behaalde punten ook gestadig omhoog, zo blijkt als men de uitslagen van de afgelopen drie jaar eens onder de loep neemt. In 2004 waren 13875 punten nog ruim voldoende om clubkampioen te worden. In 2005 maakte Ernst een flinke sprong naar 17180, maar afgelopen jaar waren zijn 18015 punten zelfs niet meer genoeg voor goud. De nieuwe bekerwinnaar laat 19710 noteren. Een absoluut record in de geschiedenis van het clubkampioenschap.

Ook bij de dames valt een stijgende trend waar te nemen. Hanny Klumpkens, al vele jaren onbetwist de nummer één bij de vrouwen, behaalde drie jaar terug 9370 punten, wat in het algemeen klassement goed was voor een vierde plaats. In 2005 liep Hanny 10520 punten bijeen, maar zakte desondanks een plaatsje in het algemeen klassement. Vorig jaar steeg haar score naar 11280, waarbij ze haar vijfde plaats wist vast te houden.

Ad van Asten, die het OLAT clubkampioenschap onder zijn hoede heeft, bevestigt deze indruk. „Een aantal mensen aan de top is er steeds intensiever mee bezig. Zij nemen vaker dan voorheen deel aan tochten en willen daar dan ook ècht presteren. De coryfeeën mogen bij wijze van spreken geen weekendje meer ziek worden, willen zij zicht behouden op het goud.”

Het puntenaantal van Marcelino is volgens Ad het maximum dat in 2006 te verdienen viel. Voor dit jaar zal het strijdperk er iets anders uitzien, verwacht hij. Vorig jaar rustte er een beperking op het aantal prestatietochten van RWV. Die tellen nu weer helemaal mee, wat gunstig kan uitpakken voor de echte snelwandelaars.

Wandelen en wat ik zoal tegenkom (32)

Er wordt wel eens gezegd: wie gaat er nu elk jaar naar de zelfde plek op vakantie? Zo wordt er ook wel eens gezegd: als je een goede plek hebt moet je hem vasthouden! Weer anderen zeggen met ons: 't is een soort heimwee dat ons trekt. Het is immers elke keer weer anders!



Uitzicht over Reckingen

In 1970 maakten we een verrukkelijke wandelvakantie in het Zwitserse Lax, aan de voet van de beroemde Eggishorn in Wallis. 'n Dagje 'niet wandelen' brachten we toen door in het Goms, een wat hoger gelegen dal richting de Furka- en Grimselpas; we werden op slag verliefd op de stokoude bergdorpen Reckingen en Münster. Sindsdien zijn we tot het jaar 2000 bijna jaarlijks hier teruggekeerd om in alle richtingen al wandelend, klimmend en dalend van alle schoons te genieten.

Door het Goms, een ogenschijnlijk vlak dal op ± 1.300 meter hoogte, stroomt de 'Junge Rotte', zoals men daar de kersverse Rhône noemt. Langs de zuidelijke bergflanken loopt de Rottenweg, 'n niet gemakkelijk maar ook weer niet al te moeilijk wandelpad van een flinke dagtocht lengte. De goed gemarkeerde route loopt van Oberwald naar het lieflijke muziek- en kunstminnende Ernen, langs geurige kruidige en bloemrijke weiden, door bossen met eeuwenoude lariksen, voorbij de oevers van klaterende bergstroompjes, veldschuurtjes en door de vriendelijke bergdorpjes Steinhaus en Mühlebach.

Je wandelt stroomafwaarts met de Rotte mee, die hier en daar vlak langs het pad stroomt en gaandeweg alsmaar breder en wilder wordt. Er moeten berg-

stromen worden overgestoken, die uitgelezen plekjes bieden voor een pauze. Praten is er niet bij, want het geluid van het omlaag stromende water overheerst en snoert automatisch de mond.

Verrassend zijn de vele doorkijkjes over de markante dorpen aan de overkant van de Rotte, die als het ware liggen te dromen tegen de noordhellingen; Reckingen met uitzicht op de Bächigletscher is een markant voorbeeld. Elk dorp heeft zijn verhaal, waaraan elke kerk, kruis, kapelletje en Denkmal uitvoerig herinnert.

En of het nu over 'der Sieg der Walliser über die Berner in 1211' gaat of om de Berner, die zowel in 1212 als in 1419 het dorp Obergesteln hebben gebrandschat, de verschrikkelijke lawines, die delen van dorpen hebben weggevaagd, overal is wel iets over de veel bewogen geschiedenis te lezen.



Woonhuis in Bodmen

Recenter – nog vers in de herinnering van de dorpsbewoners – zijn de twee verschrikkelijke natuurrampen in de vorm van lawines: Reckingen in 1969 en Münster in 1987, die de bewoners tot in de ziel hebben geraakt en oeroude gedeelten van deze schitterende dorpen voor eeuwig hebben aangetast. Met diepe bewondering valt te zien hoe de schade is hersteld door herbouw in klassieke stijl en het verleggen van beken, etc.

Zo word je ter hoogte van Bodmen bij het oversteken van een ruige stenige bergbeek geconfronteerd met ongevaarlijke wanden, die duidelijk de sporen hebben nagelaten van wat lawines teweeg kunnen brengen.

Je hebt overigens maar een paar handen nodig om het inwonertal van deze museumachtige nederzetting te tellen, maar des te meer tijd om de oeroude bouwstijl te bewonderen. Juweeltjes van houten huizen, die rondom het barokkappelletje uit 1722 zijn opgetrokken of er al eerder stonden en bewaard zijn gebleven. We keken onze ogen uit naar de prachtig verzorgde tuintjes met groenten en bloemen in alle kleuren.

Ja, de Rottenweg houdt je bezig, je krijgt er nooit genoeg van! En mocht het toch zo zijn, wel loop hem dan in tegengestelde richting en je weet niet wat je overkomt, als is het maar om de lichtinval uit een andere gezichtshoek en een eerdere steile helling, die nu een afdaling is.

En horeca, is er iets te krijgen? Neen dus, leef maar uit je rugzak, zet je op de grond, kijk om je heen, geniet van de stilte en de ongekend mooie uitzichten.

-Wordt vervolgd-

Bodmen

Ein Nest? Klein, armseblig hingeworfen, drüben über dem Rotten.

Abgetrennt von der Nabelschnur der Kirche, von Konsum und Wirthaus.

Braun, Schwarzbraun, aber stolz in jeder Schindel uns Hautnah.

Dem Gespräch des Rotten ... und nah dem Wald ... und nah den Lawinen.

Verdammt eigensinnig in die Ecke da unten geschupft.

Waisenkind.

(Grundgedanke zur Heimattagung 1971)



VEERTIG JAAR WANDELSPORTVERENIGING OLAT 1967-2007

NOTEER ALVAST IN UW AGENDA: FEESTAVOND 24 NOVEMBER 2007

Beste OLAT-leden,

Zoals jullie wellicht al weten viert OLAT in november 2007 haar 40-jarig bestaan. Dit mag niet onopgemerkt voorbijgaan. We willen dit graag met zoveel mogelijk leden op allerlei manieren gaan vieren. Er zullen in het najaar diverse activiteiten plaatsvinden. Zo is er een jubileumtocht op 20-21 oktober (zie programaboekje). Ook is er, in navolging van het grote succes 5 jaar geleden, wederom een grandioze feestavond gepland op 24 november (uitnodiging volgt).

Er is enige tijd geleden een speciale commissie in het leven geroepen om het jubileum mede te organiseren. Deze jubileumcommissie bestaat uit: Jos van den Bersselaar, Ruud van der Horst, Frans Peters, Bram Stelling, José Schimmel en Corrie Tiersma.

Vanaf nu zullen we iedere maand een stukje schrijven voor het clubblad om U op de hoogte te brengen van de ontwikkelingen.

Dit keer willen we een oproep doen:

Het idee is ontstaan, in samenspraak met de redactie, om het clubblad van november gedeeltelijk tot speciale jubileumuitgave te maken. Ook zal er een audio-visuele presentatie worden gemaakt die tijdens het weekend zal worden getoond.

Het thema zal zijn: Wat betekent OLAT nu eigenlijk voor U?

De jubileumcommissie is hiervoor op zoek naar mensen die leuke, boeiende verhalen over hun OLAT-verleden te vertellen hebben.

Deze verhalen mogen zelf geschreven worden. Het is ook mogelijk dat U het liever verteld, we komen dan met alle plezier een interview afnemen. Ook zijn we blij met foto's die U wilt uitleenen. We garanderen dat we daar zeer zorgvuldig mee omgaan en dat U ze ongeschonden retour krijgt.

U kunt ons hiervoor mailen, bellen of schrijven.

OLAT jubileumcommissie
Otterstok 9
5641 LA Eindhoven
040-2528873
joseeschimmel@hotmail.com

We hopen op een groot aantal enthousiaste reacties!

Namens de jubileumcommissie:
-José Schimmel en Corrie Tiersma-



Rolf Craanen heeft sinds 21 januari ruim 120.000 km op de teller staan. Hij is nu officieel 3 keer de wereld rondgewandeld. Een unicum! Dat mocht niet ongemerkt voorbij gaan. Tijdens de rust in café De Hospes in Leenderstrijp verraste voorzitter Marinus hem met een oorkonde. Trots als een pauw zette Rolf daarna zijn winterserietocht voort.

Mijn wandeling van het leven

*Voeten, ik heb ze om mij te dragen
Waarheen ik maar wil
Ik hoef het ze niet te vragen
Het gaat vanzelf, vlug en stil*

*Soms zijn er momenten, dan ben ik o zo moe
Dan staan mijn lieve voeten mij het lopen niet meer toe
Ik ga er dan maar bij zitten en doe ze lekker in bad
Je hoort ze dan genieten in dat volle nat
Na het wassen in dat koele water, stralen zij mij roze toe
En ze voelen lang niet meer zo moe*

*Voeten, ik heb ze om mij te dragen door het leven heen
Ze zijn sterk en houden mij op de been
Mijn voeten, ze zijn heel kostbaar in mijn leven
Zoveel als ze mij hebben gegeven
Een groot stuk van mijn vrijheid en veel gevoel
Mijn levende voeten, ze begrijpen precies wat ik bedoel*

*Mijn lieve voeten elke keer maar weer
Soms zijn ze fit, soms doen ze zeer
Eind januari 120.000 km aan tochten erop gedaan
M'n voeten zijn mij dankbaar hoe alles is gegaan
We doen nu wat rustiger aan met links en rechts
Zodat ze samen zichzelf versterken kunnen, ja echt
En daarna verder, want aan de natuur geef ik gehoor
Met de voeten, die mij dragen het leven door.*

door Rolf, 21 januari 2007

Grenzeloze Tocht blijft een aparte beleving

Dat lange weekend met kerstboom, gedekte tafel en feestelijk verlichte tuinen is voorbij. Het knallen begint verspreid op gang te komen. De nacht verloopt onrustig, ook als omdat we niet meer gewend zijn aan vroeg opstaan. Om kwart voor zes het bed uit en vlug even naar buiten kijken hoe het weer er voor staat. Dat wordt weer niks vandaag!

Gelukkig kennen we de weg naar Luyksgestel uit het hoofd. Vorig jaar was het spiegelglad en deden we over die 25 km meer dan een uur. Nu stonden we al om even over zeven aan de poort van Cambiance De Zwarte Bergen. Bijna veertig jaar geleden kampeerden we daar enkele jaren achtereenvolgend met de kinderen in een grote bungalowtent en deden de afstand elk weekend met de brommer; later werd dat trouwens een Dafke.

Toon van Wordragen houdt nu de wacht bij de poort. Hij herkent ons gelukkig in het donker: we mogen door. Het restaurant is binnen feestelijk verlicht met een schitterende kerstboom. Je kunt je nu al voorstellen hoe het straks zal zijn als al die mensen de tocht hebben voltooid.

Joop Wesseling is al druk in de weer met het in orde maken van de inschrijftafel. Ook Dini heeft het zichtbaar naar haar zin: ze hoeft zich nu niet te haasten. Al vlug komen de andere dames en 'het inschrijven' kan beginnen. De kaartjes gaan vlot van de hand. Geen wonder, want ze kosten bijna niks.

Ik zoek een stoel vlak bij de toog en kan zo de bekenden goed zien aankomen. Je wordt ook herkend en korte praatjes maken dorstig. Zo heb ik tegen de tijd dat maat Piet en Francien arriveren al een paar kopjes koffie verwerkt. Piet wil het vandaag niet laten maken, dus maar vlug inschrijven en op pad. We gaan open-neer dus krijgen een complete routebeschrijving mee van Henk, die de deur doet.

Ondanks de natte bedoening buiten is de toeloop goed op peil. En het routeboek kan wat mij betreft in de jaszak, we vertrouwen op de voorgangers. Trouwens, na al die jaren kennen we de weg binnendoor naar België als onze eigen broekzak. Nu zie ik mensen al denken: zullen die twee nooit een stukje afsnijden? Zelden, al zeg ik het zelf!

Tot aan de grens is alleen het tweede straatje echt nieuw voor ons, de overige paadjes hebben we allemaal al eens gehad. De eersten die ons aanschieten zijn Erik en Iris; die twee zijn al vroeg

uit Nijmegen overgekomen en ze verheugen zich op deze wandeling. Na een praatje zullen ze zowat de hele tocht min of meer in zicht blijven.

Net voor de voetgangersbrug wijst een pijl naar rechts en die brengt de meeste wandelaars in verwarring: vóór de brug



rechtsaf, dat is toch geen optie want dan moet je zowat tot Mol voordat je het kanaal over kunt! Dus die pijl gaat er af. De voetgangersbrug over en dan rechtsaf voor de 15 km.

Al vlug komen we in de Sahara. Het ziet er niet naar uit dat Jan en Gerard hier geoefend hebben, alles ligt er maagdelijk bij en het water in de meertjes kabbelt rustig om het scheepswrak, alsof het er voor is neergelegd.

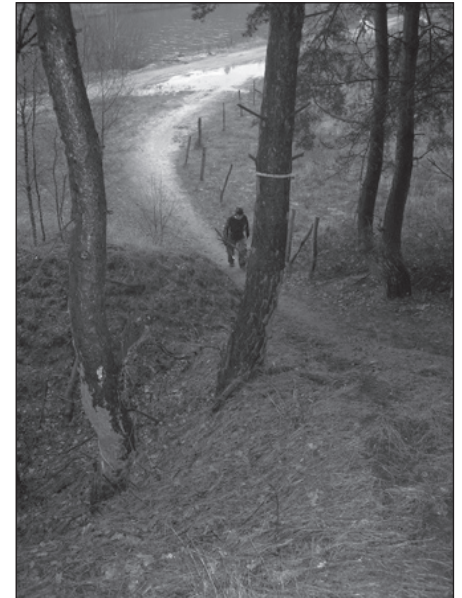
Vorig jaar was het hier pas echt cool! Nu hangt er een nevel door een gestage motregen. Daar ligt dat heuveltje waar we drie jaar geleden nog vanaf waaiden door de storm, twee jaar geleden konden we er niet tegenop door de ijzel, vorig jaar durfden we er niet vanaf vanwege de ijslaag, en vandaag is het een fluitje van een cent.

Volop genieten

Het is hier prachtig om te wandelen. Ook al ligt er geen sneeuw, toch kijk je je ogen uit en vraag je je af hoe het mogelijk was dat dit heerlijk plekje natuurlandschap werd geschapen in een eertijds, door chemische uitstoot van de lokale zinkfabrieken, verstoorde omgeving.

We wandelen langs diverse vennetjes, gaan over zandheuveltjes met verspreid

wat bosschages. Alles bij elkaar een paar kilometer volop genieten. Daarna komen we door wat ruiger bosgebied vol met gaten en al vlug zijn we in de bewoonde wereld. Hier treffen we Ad



Verbakel, die wat reparaties uitvoert vanwege verdwenen pijlen.

We lopen verder op met het groepje Servee en Rianne en bereiken het voetbalstadion van Lommel. In de kantine van deze accommodatie is sinds een paar jaar de halverwege rustpost ondergebracht. Persoonlijk heb ik geen behoefte aan zo'n uitgebreide post na pakweg 7 km wandelen, maar we gaan toch elk jaar even binnen om poolshoogte te nemen. Van enige ambiance is daar meestal geen sprake en de bril vertroebelt al na een paar seconden de vrije blik, dus is het hier altijd zo vlug mogelijk weer wegwezen.

De sightseeing rondom het complex verloopt dit jaar ook zonder enig probleem en na enkele honderden meters komen we bij weer een andere sportaccommodatie, en even verderop het indrukwekkende gebouw voor culturele manifestaties. Ja, Lommel is een leefbare stad!

We laten het echter weer voor even achter ons en zetten de tocht voort door het bosgebied langs het kanaal, met af en toe even asfalt om dan weer vlug het struikgewas in te gaan. Uiteindelijk komen we zo terecht in Heide-Heuvel waar we verwacht worden in de parochiezaal. De muntjes zijn er spotgoedkoop en daarmee automatisch ook de

koffie en het gebak. Een plaatsje vinden is even moeilijk, maar het lukt en we laten ons de lekkernij goed smaken. Het volk zit er gemoedelijk onder mekaar. Zal dat dan het zichtbare bewijs zijn van de verbroedering tussen twee wandellanden? Houwen zo!

Na een halfuurtje vinden we het wel weer welletjes in de parochiezaal en wordt het tijd om huiswaarts te keren. Op het vertrekstaatje zien we dat de Belgen om precies 12.00 uur ruim achthonderd deelnemers hebben geregistreerd. Er is daar zelfs iemand belast met het toewijzen van deelnemers aan de diverse regionale wandelbonden. Mijn lijntje reikt vandaag jammer ge-



noeg niet tot aan de andere zijde van de grens, dus blijft het aantal Nederlandse deelnemers nog even open.

Voor de terugweg moeten we overschakelen op een ander kleur pijlen, maar verder blijft alles van hetzelfde recept. We wandelen Heide-Heuvel uit richting de brug over het kanaal. Al vlug bemerken we dat een eindje verderop de mogelijkheid bestaat om iets vlugger 'thuis' te komen en zo staan we in een wip onder aan de brug. Daar loopt een prachtig geasfalteerd fietspad langs het kanaal, maar denk je dat de Belgische parkoersbouwers dat opgemerkt



hebben? Nee hoor, we moeten zonnig door de bosjes, heuveltje op, paadje af en maar gissen waar je terecht komt. Dat is natuurlijk pas na een paar kilometer duidelijk: op het fietspad.

Alweer een brug die we oversteken. Even zwaaien naar bekenden aan de overkant. Hier treffen we Anja en Co en hebben wat praat over dingen die gebeuren. En dat ze gebeuren zien we aan de kapitale optrekjes die hier links en rechts van de dreefjes staan geëta-leerd...

Het voetbalstadion ligt te wachten op nog meer gasten, maar een blik naar binnen leert dat de omstandigheden ongewijzigd zijn t.o.v. vanmorgen. Dat is dus vlug bekeken en voor ons behoort



KVSK-United weer voor een jaartje tot het verleden....

We keren terug naar de brug. Nadat we het fietspad een eind hebben gevolgd zien we in de verte de futuristische voetgangersbrug, nu komen we echter niet zover. Voorlopig is het bos ons domein en ter afwisseling mogen we nog een heideveldje oversteken. De Heer keek en zag dat het goed was! Kun je je even daarna in het bos weer afvragen waar een vijf-armig kruispunt goed voor is en gaat de gekozen richting vanzelfs weer over in een asfaltpad.

We blijven de pijltjes volgen en gera-

ken warempel na enige tijd in het open veld. We herkennen de omgeving als Boscheind. Dichter bij het dorp even kijken bij de kerststal. Zachte sfermuziek brengt ons weer bij de tijd waarin we leven! Nog wat slingerweggetjes en heuveltjes en we zijn terug op de camping. De regen is inmiddels ook gestopt!

Bij het afmelden zijn we blij verrast met de goede opkomst. Al is het geenszins een record, toch kunnen we weer blij zijn met 911 deelnemers, een fractie meer dan aan de overkant...

We hadden onszelf een versnapering beloofd en dat wordt voor Piet dus een Palmke en voor mij ook zoiets!

Van 't een komt 't ander en na nog een 'bordje friet' kan ik er weer een paar



uurtjes tegen.

Het was een prachtige tocht, we deden samen alle uitvoeringen, en elke tocht was een ervaring apart. Laten we hopen dat het nog jaren zo blijft en dat we ze nog vaak mogen meebelevan.

-Ad van Asten-
foto's Mirjam Kies

Zonder veel ophef beleven we met deze Grenzeloze Tocht alweer de 15e uitvoering, oftewel het derde lustrum zoals Groot-Eindhoven het in een uitvoerig artikel noemde.

Het begon allemaal in 1992 met het afschaffen van de grenscontrole. We wandelden toen van Borkel en Schaft naar Lommel, door de Lage Heide en het Plataux. Bij de grenspost kregen we een echte douanestempel in het wandelboekje. Velen koesteren die stempel nog steeds: nostalgie?

Drie jaar vonden we een tehuis in Borkel, daarna moesten we twee keer verkasen omdat we uit de startlocatie groeiden. Twee jaar was 'De Drie Linden' in Luyksgestel ons onderkomen en dit jaar was De Zwarte Bergen voor de tiende keer een gastvrije accommodatie waar het goed toeven is.

Van Nijmegen naar Bad Godesberg (3)

Zondag 17 september 2006

Kaldenkirchen - Brügggen 25 km

Tegen half negen begaven we ons op pad. We volgden de Grenzlandweg het dorp uit. Daarop betraden we bosgebied. Eerst heette dat Ravensheide. We liepen deze dag flinke trajecten van het Pieterpad. We konden ons deze trajecten niet meer zo goed herinneren.

Door het Brachter Wald voerde ons pad over lange wegen. We kwamen uit bij Forsthaus Kamerikshof. Een eind verderop kwamen we op de NS-route van de Meinweg, een tweedaagse tocht vanuit Herkenbosch, nabij Roermond.

Bij de Wacholderheide kwamen we nog langs een uitkijktoren. Daar hadden we een mooi uitzicht op de omgeving. Nabij de Dilborner Mühle verlieten we de route voor ons overnachtingadres in Brügggen. Via slot Dilborn bereikten we Brügggen.



maandag 18 september 2006

Brügggen - Birgelen 22 km

Het had de afgelopen nacht geregend en 's-ochtends druppelde het nog wat. We kochten broodjes en limonade en dronken nog lekkere Mühlermilch. Ook een banaan ontbrak niet.

Toen we op pad gingen, hoefden we de regenkleding nog niet aan te doen. Langs de Burcht van Brügggen verlieten we de plaats. Daarna betraden we de bossen en verbleven daar verder voor een groot deel van de dag.

Even voor Elmpt troffen we twee mannen waar we mee aan de praat raakten. Buiten Elmpt staken we de A52 snelweg over en bereikten weer de bossen. We kwamen langs buurtschap Meinweg. Hier kruisten we meerdere keren een niet gebruikte goederenspoorlijn, vijf maal in totaal.

We kwamen nog langs Forsthaus Dutz-

rode, maar het huis was zo goed afgeschermd dat je er bijna niets van zag. Tweemaal hadden we een rust in een Schützhütte. Zoals al eerder gezegd liepen we deze dag veel in de bossen. Vaak bestond de onderbegroeiing uit varens. In Birgelen was ons overnachtingadres 15-20 minuten lopen van de route.

dinsdag 19 september 2006

Birgelen - Oberbruch 12 km

We konden om 7 uur ontbijten. We liepen weer terug naar het centrum van Birgelen voor inkopen. Daarna waren we in 10 minuten weer op het parkoers. We kwamen bij de Marienkapelle Birgelener Putzchen, er brandden talrijke kaarsjes.

Even verderop bereikten we Wassenberg. Hier was een burcht, maar die bekeken we niet van binnen.

Door een industriegebied verlieten we



Wassenberg weer. Bij de Roer aangekomen volgden we deze rivier tot aan Kempen. Op een muurtje met beschutting hadden we een lunch. Daarna volgden we een tijdlang de rivier de Wurm.

We volgden het parkoers tot aan Oberbruch. We verlieten het parkoers en liepen naar ons overnachtingadres.

woensdag 20 september 2006

Oberbruch - Ubach 28 km

We hadden goed geslapen. Tegen half negen verlieten we ons overnachtingadres. Na 5 minuten kwamen we bij een supermarkt. Vlak voordat we verder liepen sprak een man ons aan die heel enthousiast vroeg welke tocht wij liepen. Hij was lid van de Eifelverein. Na 4 hartoperaties ging het wandelen helaas niet meer.

Deze hele dag stond in het teken van

de rivier de Wurm waar we vaak heel dicht langs liepen. In Porselen was de route/markering zodanig, dat deze niet meer langs de Wurm ging omdat het pad daar vrijwel dichtgegroeid was. Er was nog wel een markering van de oorspronkelijke route zichtbaar. We kwamen uit in Horst. We liepen Horst uit over een grintweg overgaand in een grasweg. Dit was parkoerstechnisch één van de mooiste trajecten van deze dag.

We kwamen uit in Randerath en liepen langs de oostkant van de plaats.



Na Randerath liepen we langs de oostkant van de Wurm naar Müllendorf. Hier dronken we in een café koffie. Een eind verderop werden we ingehaald door een Nederlandse wandelaarster die in Nijmegen had gestudeerd. Haar ouderlijke woonplaats was Vlijmen (bij Den Bosch). Zij liep ook de E8 en was ook in Nijmegen begonnen, alleen 4 dagen later dan wij.

We vervolgden ons pad. Na Suggesterath kwamen we aan de rand van Geilenkirchen. Na Geilenkirchen kwamen we voorbij Frelerberg en Zweibrügggen en Ubach-Palenberg bij Rimburg. Hier liepen we even Nederland in. Na slot Rimburg liepen we lange tijd op korte afstand van een spoorlijn en staken deze een paar maal over. Eenmaal moesten we op een knopje drukken om te zorgen dat de spoorbomen open gingen. Tegen half zeven kwamen we bij ons overnachtingadres aan.

Donderdag 21 september 2006

Herzogenrath - Aken 10 km

We stonden om 8 uur op. Het was de vorige dag een lange dag geworden en we wilden het nu rustig aan doen. Het pad werd nu erg heuvelachtig, maar wel mooi. In Pley bekeken we een kapelletje. Daarna volgde een steile afdaling. Bij restaurant Burgruine Wilhelmstein dronken we koffie.

In Aken was door de warmte de fut eruit om nog echt van de omgeving te genieten. We kwamen nog langs een muur met een mooie muurschildering. Hiervan maakte ik verschillende foto's. Toen we onze kamer betrokken, hebben we eerst weer een dutje van een uur gedaan.

Vrijdag 22 september 2006

Aken - Mulartshütte 19 km

Omdat deze overnachting zonder ontbijt was, ontbeten we op het station van Aken, waar we vlakbij zaten. Na wat inkopen gedaan te hebben, gingen we op pad. Na een stuwmeertje betraden



we een bosgebied. Eerst volgden we een asfaltweg. Toen deze in een grintweg overging, steeg ons pad en kwamen we bij een schuilhut en een bron, de Pioniersquelle. Hier hadden we een brunch. Het ontbijt was voor mij eigenlijk te weinig geweest.

Nu kwam weer een mooi traject door bosgebied, het Aachener Wald. Toen we het Aachener Wald waren uitgelopen met als laatste het Augustinerwald, bereikten we via een niet meer gebruikt militair terrein Hitfeld. We liepen onder de snelweg door en bereikten Eich. Bij Bierstrauch stond een heel modern kapelletje uit 2002. In Kornelimünster hadden we een rust in een voormalig stationsgebouw. Een sein stond er nog wel, maar de rails waren weg. Hier lag nu een fietspad.

We liepen naar het centrum tot aan de rivier de Inde, maar de binnenstad gingen we niet in. We verlieten Kor-

nelimünster langs de Inde. Verderop staken we een riviertje over en volgden opnieuw een beek.

Vlak voor een grote manege staken we een grasveld over dat aan beide zijden was afgesloten met een draadhek. Bij de manege werd het pad dat de wandelaars mochten gebruiken erg smal. We liepen hier onder een oude spoorbrug door met hele hoge bogen. De brug werd echter niet meer gebruikt.

Vlak voor Hahn liepen we even zeer steil omhoog. Bovenop waren bankjes waar we dankbaar gebruik van maakten. In Hahn stonden verschillende, voor deze omgeving typische 'Bruchsteinhäuser'. Buiten Hahn zagen we de eerste rotspartij van de wandeling. Na nog een rust werd hotel Birkenhofen bereikt.

Zaterdag 23 september 2006

Mulartshütte - Simonskall 18 km

We konden om 7 uur ontbijten. Rond kwart voor acht begaven we ons al op pad. We overnachtten namelijk in een hotel in het buitengebied waar geen



winkels waren om inkopen te doen.

In Mulartshütte ging ons pad aanvankelijk flink steil omhoog. Na een schuilhutje volgden we een hele lange rechte weg door bosgebied. Voorbij een beek, de Solchbach, sloegen we af. We bleven door de bossen dwalen, veelal over grintwegen naar Forsthaus Jägerhaus. Dit was met 565 meter het hoogste punt van de dag en de vakantie.

Over grintwegen door bossen daalden we af naar het Kalltal stuwmeer en volgden de beek Kall tot aan de doorgaande verkeersweg naar Simonskall. We staken de brug over de Kall via de verkeersweg over en volgden de beek nu even aan de andere zijde. Vlak daarna staken we de beek opnieuw over. Uiteindelijk werd Simonskall bereikt.

Nadat we onze rugzakken in onze kamer van hotel Kallbach hadden geplaatst en ons omgekleed hadden, maakten we nog een rondwandeling

door het dorpje, dat vrijwel alleen uit hotels bestond.

Bij de VVV kochten we kaarten. Op de bovenste verdieping was een tentoonstelling van heel aparte beelden. Hier van maakten we talrijke foto's. Daarna bezochten we nog de Mariakapel. Toen we weer terug waren, zwommen we nog een half uur in het zwembad van het hotel. 's Avonds aten we er warm.

Zondag 24 september 2006

Simonskall - Heimbach 16,5 km

Vanaf half achten was er een zeer uitgebreid ontbijt, maar dat mag ook wel voor € 110.

Kort nadat we weer op de wandelroute zaten ging het pad steil omhoog en moesten we flink transpireren. We dwaalden lange tijd door bosgebied. Aan de bosrand stond een schuilhut (Schutzhütte Waldesruh) die min of meer weer was opgetut tot tuinhuisje inclusief kussens. Er was zelfs een gastenboek. Toen we het bosgebied definitief verlieten kwam ons een wandelgroep tegemoet van zo'n twaalf man.



In Schmidt bezochten we Haus Seeblick en namen koffie met appelgebak. Op de plek waar we zaten hadden we geen uitzicht op het meer. Toen ik iemand van de uitspanning hiernaar vroeg, zei deze: „kom maar mee”. En vanuit een ander vertrek zag je het meer wel (Seeblick). Verderop in Schmidt deden we bij de Edeka nog inkopen. We waren verbaasd dat deze supermarkt open was omdat het zondag was.

Buiten Schmidt dwaalden we weer door bossen en daalden af naar het Rurdal stuwmeer. We liepen naar de stuwdam en gingen er overheen.

Via de rand van Hasenfeld liepen we over een pad langs de Staubach-Heimbach. Hier waren verschillende keren bruggetjes tegen de rotsmuur, waar we overheen liepen.

Bij ons overnachtingadres aangekomen kleedden we ons om en bekeken Heimbach.

Maandag 25 september 2006

Heimbach - Kall 16,5 km

Rond 8 uur verlieten we Heimbach. Nadat we broodjes hadden gekocht bleek de supermarkt nog niet open te zijn en kochten we limonade bij de bakker.

Over een verkeersweg verlieten we Heimbach. Buiten het dorp gingen we een steil pad op. Op de top van de Bildchesberg stond een relatief nieuwe schuilhut en hier was een panorama. Ons pad ging over in een bosweg en via de Allenberg werd Abtei Mariawald bereikt. Het café bij dit klooster ging pas om 10 uur open terwijl wij er om half tien waren.

We liepen nu een tijdlang over een mooi wandelpad dat op korte afstand van een verkeersweg liep. We moesten goed op de markeringen en de beschrijving van de wandelroute letten. Het leek wel of er onderweg veel aan- en afvoerroutes waren, die op dezelfde manier gemarkeerd waren als de hoofdroute. In Wolfgarten zaten op een paal heel veel markeringen en boven het begin van een pad stond een boog met de tekst



'hoofdwandeling'. Maar wij waren via een ander pad in Wolfgarten aangekomen.

Over een vrij steil pad daalden we af naar Gemünd. In het centrum dronken we koffie en aten er wat lekkers bij. Vanwege de vele verschillende markeringen verlieten we Gemünd bijna aan de verkeerde kant. We kregen buiten dit dorp nog een mooi uitzicht op de plaats.

Op de top stond een schuilhut, met daarin vier wandelaars die ons eerder waren gepasseerd. We kregen nog een slok Jägermeister van hen. Daarna daalden we door de bossen af in de richting van Kall. Even voor Kall volgden we nog een traject van het Pingenwanderpfad Kall. Dit voerde onder andere langs rotswanden.

Ons overnachtingadres lag ongeveer één km van de route, aan een uitvalsweg. Toen we om vier uur aankwamen

bij het hotel was dit dicht. Tegen half vijf kwam er iemand opdagen.

Daarna deden we een dutje van ruim een uur. 's Avonds aten we er warm.

Dinsdag 26 september 2006

Kall - Bad Münstereifel 19 km

Het had 's nachts wat geregend. Toen we rond 7.45 uur op pad gingen, miezerde het nog een beetje, alhoewel de lucht praktisch blauw was. We liepen eerst naar een bakker die tegenover het station van Kall lag. Hier kochten we ook limonade. Daarna volgde een steile klim over de verkeersweg naar het naburige Keldenich.

Na de onderdoorgang onder een Landstrasse werd het traject/parcours veel gemakkelijker. Door het Weyerer Wald voerde ons pad fraai langs bossen en weiden door het Königsfelder Tal. We kwamen uit in Urfey. Hier stond een mooie Bruchsteinhof (Gestüt). Dit was een soort boerderij die met bijzondere stenen was gebouwd. Aan de rand van het dorp stond een kruisje met de tekst:



*Wanderer schau in Gottes freie Natur
Zum Wald und auf die grüne Flur
Ins schöne Urfeijer Tal
Wo einst der Römerkanal war*

Via de rand van Weyer kwamen we in buurtschap Drei Mühlen. Hier dronken we wat in Gasthaus Kakushöhle. Daarna bekeken we de rotsformaties en de Höhlen, die achter het café waren gelegen.

In Pesch was de markering wat onduidelijk ten aanzien van de parkoersbeschrijving. Buiten Pesch voerde het pad fraai langs weiden in bosgebied.

In Bad Münstereifel liep ons pad, de Bergstrasse, vrij steil omlaag. Ons overnachtingadres lag aan een weg waar je niet met de auto kon rijden omdat het zo smal was. Op weg naar een restaurantje bekeken we Bad Münstereifel nog met zijn vele vakwerkhuizen.

Woensdag 27 september 2006

Bad Münstereifel - Rheinsbach 21 km

We hadden goed geslapen. Weliswaar was ik 's nachts wakker geworden van de kou omdat Coos een raam had opengezet, waardoor ik wat kou op mijn longen kreeg. Maar een paracetamol deed wonderen. Het overnachtingsadres kostte slechts € 38 en was daarmee de goedkoopste overnachting. We kochten weer eerst broodjes en limonade en dit keer ook weer eens een banaan en Mühlermilch. Bij een postkantoor kochten we nog wat bijzondere postzegels van Duitsland voor onze postzegelverzameling.

We verlieten Bad Münstereifel en dwaalden weer veel door bossen. Na een uur lopen hadden we al een rust bij een schuilhut en aten en dronken wat. Langs overwegend bosranden dwaal-



den we naar de Steinbachtalsperre. Hier was een Gasthaus waar we koffie dronken en een taartje aten. Daarna liepen we langs het bijbehorende zwembad en het stuwmeer. Ook liepen we over de stuwdam.

Het pad ging op en neer door het bos zonder dat we een bankje zagen. Uiteindelijk besloten we langs de kant op het gras te gaan zitten. Daarna kwamen we door Queckenberg, een klein plaatsje. Omdat we vóór een kerkje afsloegen in plaats van erna liepen we even verkeerd.

In het plaatsje Loch stonden verschillende vakwerkhuizen. Na een open stuk kwamen we weer door bosgebied. Op de 292 m hoge Beuelskopf stond een heel grote schuilhut. Hier was vroeger een uitkijktoren, die echter in vlammen is opgegaan.

Nog een laatste bospassage volgde alvorens we Rheinsbach bereikten.

We kwamen nog langs het Rheinbacher Burg. Het overnachtingadres lag een kleine kilometer van de route. We aten er 's avonds warm.

Donderdag 28 september 2006

Rheinbach - Bad Godesberg 24 km

We konden al vanaf half zeven ontbijten. We hadden in eerste instantie om 7 uur afgesproken, maar omdat wij om kwart voor zeven al klaar waren, besloten we op dat tijdstip te gaan.

Eerst liepen we terug naar het punt waar we de route hadden verlaten. Onderweg daarheen kwamen we nog langs een bakkerij waar we broodjes voor onderweg kochten. Ook limonade konden we hier kopen.

Bij de kerk in Rheinbach pakten we de route op. Volgens de beschrijving liepen we eerst naar de spoorlijn en later



er onderdoor. Daarna verlieten we de officieel beschreven route om een eigen variant te lopen. We hadden namelijk gelezen dat de officiële route verderop door een 150 cm hoge tunnel onder een verkeersweg zou lopen. En daar hadden we geen trek in. Bovendien zou weer iets verderop een zeer nauwe doorgang onder een snelweg zijn.

Omdat we een gedetailleerde kaart bij ons hadden, konden we een alternatieve route volgen. Na de spoorlijn volgden we deze nu tot na het viaduct onder de A61-snelweg. Vervolgens volgden we de A61 via een parallelweg tot het punt waar we weer op de route uitkwamen. De onderdoorgang onder de snelweg bleek een beek te zijn, waar een pad naast liep van drie vierkante keien breed.

Langs de Eulenbach liepen we naar buurtschap Ramershoven. Het parkoers was hier vlak en door het enig-

zins zonnige weer waren er goede vergezichten. Over een rustige asfaltweg gingen we van Ramershoven door naar Flerzheim.

Op een bank nabij Heisterbacher Strasse 42 hadden we een rust. Toen we bijna één broodje ophadden kwam er een vrouw aan met een dienblad. Op het dienblad stonden twee mokken gevuld met koffie. Ook was er suiker en koffiemelk. Zij bood ons dit aan en zei dat we het blad met de kopjes konden laten staan als we verder gingen. We besloten echter om het blad met de bakers naar haar huis terug te brengen. Daarna spraken we nog met haar. Het bleek dat zij ook een fanatieke wandelaarster was. Vooral huttentrektochten in de bergen hadden haar voorkeur.

We vervolgden ons pad en kwamen door het aangrenzende dorp Lüftelberg, met kasteel. Buiten Lüftelberg was een nieuwe weg aangelegd, maar met wat inventiviteit was de vervolgroute wel te bepalen.

We liepen vervolgens om een groot industriegebied heen. Door bosgebied bereikten we een spoorwegovergang. De



spoorbomen waren gesloten. We moesten op een knop drukken om te zorgen dat ze open gingen. Zoiets hadden we al eerder tijdens onze wandeling gezien. We liepen nu een tijd lang in noordelijke richting langs de spoorlijn en gingen weer de bossen in, die hier de naam Kottenforst droegen. We liepen weliswaar over een asfaltweg, maar troffen hier slechts enkele auto's. We gingen onder de A565 snelweg door en kwamen verderop bij een Jägerhauschen. Dit was een oud jachthuisje dat geel gekleurd was met luiken. Even verderop liepen we lang een oude eikenboom. Deze had een omvang van 5,50 meter en was ongeveer 350 jaar oud. Ondanks het feit dat het een bijzondere boom was, zag ze er niet erg fraai uit. Ze had, vermoedelijk door stormen, takken verloren en mogelijk had men er ook een aantal afgezaagd.

Aan de bosrand en aan de rand van het

plaatsje Villiprott stond een Gasthaus (Waldesruh), waar we wat dronken.

Vanuit het einde van de bebouwde kom van Villiprott liepen we langs de bosrand naar de rand van het plaatsje Pech. Over de bosweg Professorenweg werd Forsthaus Venne bereikt. Dit huis zag er niet bijzonder uit. Toen we aan een fietser die op een bankje zat, vroegen of we erbij konden zitten, zei hij dat hij juist verder wilde gaan. Zo hadden we de bank voor onszelf.

We begonnen Bad Godesberg, ons einddoel van de tocht, te naderen en nu werd het terrein flink heuvelig. En daardoor ook mooi. Er waren hier diep uitgeschuurde dalen, die geheel met bomen waren begroeid. We kwamen op een uitzichtpunt waarvandaan we tot in Bonn konden kijken.

In een buitenwijk van Bad Godesberg aangekomen, in de buurt van een burcht, liepen we meer dan we eigenlijk van plan waren. In de parkoersbeschrijving was namelijk sprake van een 'Abstecher'. Wij dachten dat we hier de route konden inkorten. En daar voelden we wel voor. Maar met een 'Abstecher'



bedoelt men een omweg om iets moois op de route te bezoeken. Bij de burcht aangekomen hadden we wel een mooi uitzicht, maar we verlangden erg naar de finish.

Via het centrum van Bad Godesberg en een parkje werd rond 17.00 uur ons einddoel bereikt.

Met de trein van 17.25 uur reden we naar Keulen. Hier kwamen we om 18.02 uur aan. Met de trein van 18.18 uur verlieten we Keulen en om 19.52 werd Arnhem bereikt. Na een overstap van 5 minuten kwamen we om 20.20 uur in Driebergen-Zeist aan.

Met de taxi reden we verder huiswaarts.

-Henri Floor en Coos Verburg-

Uitgebreide inlichtingen over vervoer en overnachtingsadressen vindt u op: www.henrifloor.nl

Van Land's End naar John O'Groats (1)

Wim Veerman en ikzelf (Piet Jansens) wandelen nu al weer een aantal jaren over de diverse Lange Afstands Wandelpaden in binnen- en buitenland. Allebei hebben we al eens in Engeland de 'Coast to Coast' gelopen en vorig jaar wandelden we samen de 'Tour du Mont Blanc'. De verhalen daarover zijn in diverse wandelbladen gepubliceerd. Wat is dan de volgende uitdaging? Niet een wandeling naar Santiago de Compostello in Spanje, omdat wij ons niet aangetrokken voelen tot het maken van een pelgrimstocht. De GR-5 van Hoek van Holland naar Nice is wel een aardige optie. Doch het wandelen in Engeland blijft ons ook bekoren. En als je daar de LAW's bekijkt, dan hoor je al gauw over de ultieme wandeling van Land's End in het uiterste zuidwesten van Engeland naar het noordelijkste puntje John O'Groats in Schotland. Oftewel de End to End Walk, maar tegenwoordig kortweg LEJOG genoemd.

De Engelstalige beschrijving rept van „a special magic” en van „romantic images of challenge and adventure”. In Land's End kijk je uit over de Atlantische oceaan terwijl aan het andere uiteinde de koude zeeën zich tot in de poolcirkel uitstrekken. Afgezien van de kleinere eilanden, liggen geen twee plekken op Britse bodem verder uit elkaar.

Al in het begin van de 19e eeuw wordt geschreven over mensen die deze End to End in een zo snel mogelijke tijd willen afleggen en dan ook nog op de vreemdste mogelijke manier. Maar écht bekend werd de End to End toen ene Dr. Barbara Moore, een dame van Russische komaf, in 1960 de hele afstand wandelend aflegde in slechts 22 dagen. En dit terwijl de kortste afstand over de gewone openbare wegen toch minstens 874 mijl (± 1400 km) is.

Het was het begin van een soort competitie wie deze afstand in zo kort mogelijke tijd kon afleggen.

Vooralsnog zijn er nu de volgende records geregistreerd:

- 1980: Ann Sayer - wandelen
13 dagen, 17 uur, 42 minuten
- 1986: Malcolm Burnish - wandelen
12 dagen, 3 uur, 45 minuten
- 1990: Arvind Pandya - achteruit rennen
26 dagen, 7 uur
- 1990: Steve Fagers - rollerskaten
9 dagen
- 1990: Andy Wilkinson - fietsen
1 dag, 21 uur, 2 minuten

En verder zijn er veel mensen die een snelheidsrecord willen vestigen met de auto, motor of een ander vreemdsoortig vervoermiddel. Bekend in de media is geworden de man die in 2005 probeerde de hele afstand al rennend

in zijn blootje te doen, maar elke keer op het politiebureau terecht kwam. Het nieuwste record hardrennen staat sinds 13 mei 2002 op naam van Andrew Rivett met 9 dagen, 2 uur en 26 minuten. Maar het allersnelste record is gemaakt met een straaljager, McDonnell F-4 Phantom die er slechts 46 minuten voor nodig had om van Land's End naar John O'Groats te vliegen.

Toch is dit niet helemaal onze bedoeling en we willen slechts de duizenden wandelaars volgen die de End to End al wandelend op het gemakje hebben afgelegd. Er is geen vaste route welke je per se moet volgen, doch er zijn in de loop der jaren door diverse mensen beschrijvingen gemaakt die een leidraad kunnen zijn. Daarbij is dan gebruik gemaakt van de bestaande National Trails, zoals de South West Coast Path, The Cotswolds Way, Pennine Way en West Highland Way.

Omdat deze routes niet allemaal op elkaar aansluiten zijn er verbindings-

stukken (zogenoeten 'links') gemaakt, die zoveel mogelijk over rustige landwegen en public footpath's gaan. De afstand komt dan – afhankelijk van welke route je kiest – tussen de 1800 km en 2200 km en daar ben je als je de End to End in één keer wil doen, toch al gauw een paar maanden mee bezig.

Voor ons is dat geen optie, want Wim heeft nog een volledige baan en zelf wil ik ook niet al te lang van huis zijn. Dus plannen wij twee wandelweken met de bedoeling om in een aantal jaren de gehele LEJOG afgelegd te hebben.

De planning en indeling van de route

Nu de plannen vaster vorm hebben gekregen zoeken we uit welke route we zullen nemen. Het boek 'The Land's End to John O'Groats Walk' van Andrew McCloy is het basisboek waarin de route globaal beschreven wordt met afstanden en kaartjes, praktische tips en nuttige adressen. Voor een gedetailleerde beschrijving heb je de wandelgidsen van de National Trails nodig en andere zogeheten Recreational Path Guides. Daarbij ook nog een flink aantal topografische kaarten waar veel wandelroutes ingetekend zijn. En voor de stukken die niet in gidsen vermeld zijn kun je wel wat op het internet vinden.

Route eerste deel

Voor ons komt dat het er op neer dat wij in twee wandelweken vanaf Land's End het South-West Coast Path zullen nemen naar Plymouth. Daar kunnen



we de Erme-Plym Link oppikken naar Ivybridge waar de Two Moors Way begint die dwars door Dartmoor en Exmoor naar het noorden gaat. Dan halverwege weer een doorsteek maken langs het Grand Western Canal en de Two Counties Way volgen. Tenslotte de zogenaamde Limestone Link nemen om het einddoel, de grote stad Bath, te bereiken. Dat is volgens onze berekeningen ongeveer 440 kilometer.

Etappe-indeling maken

We gaan nu aan de hand van alle gegevens een planning van de etappe-indeling maken. Niet dat hieraan per se vastgehouden moet worden, maar dan heb je voor jezelf een idee van de te lopen afstanden per dag. Veel zal afhangen van de weersomstandigheden en de moeilijkheid van het gekozen traject.

Omdat het wandelen langs de kust met alle kliffen niet echt gemakkelijk is, kiezen we ervoor om in dit gedeelte de dagafstand niet al te lang te maken. In het gedeelte van de provincies Devon en Somerset is het wat vlakker en kunnen we een wat langere afstand plannen. Verder moet je natuurlijk rekening houden met de mogelijkheden voor het overnachten. In Engeland zijn hotels erg duur, maar er is volop keuze uit de vele B&B-adressen en Youth Hostels. Omdat het in augustus erg druk kan zijn langs de toeristische kust, willen we pas eind augustus beginnen. De weersomstandigheden zijn dan vaak nog prima met stabiel weer. De datum van vertrek is vastgesteld op 26 augustus 2006; dan de twaalf loopdagen, en de datum van terugkeer plannen we op 8 september 2006.

Zaterdag 26 augustus 2006

Schiphol - Bristol - Penzance

De snelste reis naar het uiterste zuidwestelijke puntje van Engeland is per vliegtuig naar Bristol en dan met de trein naar Penzance in Cornwall. Het beste is om daar te overnachten en dan de volgende dag met de bus naar Land's End om aan de eerste wandeldag te beginnen. Eindelijk is het zover: de rugzakken zijn gepakt en na een korte nachtrust wordt Wim thuis opgehaald en brengt Janny ons naar het station van Baarn voor de trein naar Schiphol. Het inchecken bij Easyjet gaat deze keer wat minder snel, de controles zijn verscherpt en onze Airbus 319 heeft



een half uur vertraging. Opmerkelijk is dat we wel op de geplande landings-tijd in Bristol aankomen. We pakken de rugzakken van de bagageband en wandelen naar de uitgang. Daar worden we aangenaam verrast door onze Engelse wandelvrienden Richard en Sandra Brown die ons verwelkomen. Ze wonen vlak in de buurt van het vliegveld en wisten hoe laat we zouden landen.

Na een poosje babbelen haasten we ons naar de shuttle-bus die naar het station gaat. We kunnen nog net instappen en dan begint de lange treinreis naar het zuidwesten. In het eerste stuk naar Taunton gaat het nog redelijk snel, maar naar Exeter gaat het al een stuk langzamer en na Plymouth wordt bij elk stationnetje gestopt. Na ruim vier uur treinen komen we dan uiteindelijk op het eindstation Penzance aan.

We wandelen naar het besproken Backpackers Hostel, waar de eigenaar ons begroet, maar vreemd genoeg geen plaats heeft. We hadden nog een extra bevestiging moeten sturen wat helaas vergeten was. Ook de nabijgelegen B&B's zitten vol want het is Bank Holiday. Gelukkig is er nog wel plaats in het niet veel verder gelegen Youth Hostel waar we voor twee nachten kunnen boeken. We komen op een overvolle kamer terecht, maar hebben in elk geval een bed.

We wandelen terug de stad in, lopen wat rond door de winkelstraten en drinken een biertje op een terras. Het was de hele dag prachtig weer en nu ook nog behoorlijk warm. The Dolphin Taverne is een goed restaurant voor het avondeten. Het stadje Penzance heeft een lange historie als vissersplaats,

maar toen het in 1850 een treinstation kreeg werd het meer en meer een toeristische badplaats. Vooral in de zomermaanden kan het er verschrikkelijk druk zijn. Verder is er een veerboot naar de Scilly eilanden. We gaan op tijd naar bed, maar door de herrie van laat binnenkomende gasten komt van slapen niet veel terecht.

Zondag 27 augustus 1e etappe

Land's End - Penzance 28 km

Omdat het zondag is kunnen we pas om 09.00 uur de bus nemen naar Land's End en we komen na een half uur in het nog totaal verlaten dorpje aan. Dit is echt de meest zuid-westelijke punt van Engeland en dat wordt toeristisch behoorlijk uitgebuit. Er is een themapark met kermisachtige attracties en volop souvenirwinkeltjes. Natuurlijk ontbreekt de zin: 'The First and Last' bij geen enkel gebouw of andere gelegenheid van belang.

Verder is er een kantoortje waar je je kunt laten registreren bij de End-to-End Club. Als je met stempels en foto's van onderweg kunt bewijzen dat je hebt 'geleijogd' krijg je een certificaat. Maar het belangrijkste punt is toch de Land's End Signpost, waar iedereen op de foto wil staan. Hier is dus het begin (of het eindpunt) van alle 'End-to-Enders'.

We moeten even wachten tot het plein waar de signpost staat open gaat, en daarna mogen we zelf aangeven wat op de armen van de richtingaanwijzers komt te staan. Dat wordt natuurlijk: „Wim en Piet uit Soest” en „End to End Walk”. Een grote foto komt op £ 5,00 en als we die een paar weken later thuis



gestuurd krijgen, blijkt dat niet eens zo duur te zijn. Er zit zelfs een mooi lijstje omheen. Gelukkig mogen we daarna (na het betalen) ook nog foto's met onze eigen camera maken.

Direct na ons komt er een motorrijder aan die ook op de foto wil. Hij heeft de afgelopen nacht in één ruk doorgereden vanaf John O'Groats. Daarna komt er een soort open quad aan met een paar begeleidende auto's. Ook zij zijn in één dag vanaf John O'Groats komen rijden en hebben een nieuw wereldrecord neergezet. Cameraploegen zijn druk in de weer om alles vast te leggen. De meeste recordjagers doen het namelijk tegelijkertijd voor een goed doel en halen heel veel geld aan sponsoring binnen.

Het is al ruim over tien uur als we dan eindelijk het South West Coast Path (SWC) op gaan, eerst nog de goede richting naar de kliffen zien te vinden, maar zoals de beschrijving aangeeft is het erg simpel. Houdt de zee aan je rechterkant en het land aan de linkerkant, en je kunt niet mis gaan. We hebben de rugzakken in de Youth Hostel achtergelaten, want daar komen we op het einde van deze etappe toch terug. Dat scheelt een hoop gewicht op zo'n eerste dag als je toch weer moet wennen aan een nieuw wandelritme.

We kruisen een footbridge en zien een paar mooie rotspilaren voor de kust. Het water van de oceaan is prachtig helder blauw en de grote zeemeeuwen vliegen krijsend laag over ons heen. Het geluid van deze uit de kluiten gewassen 'gulls' zal nog dagenlang bij ons blijven. Elke bocht levert opnieuw een magnifiek uitzicht op en daar wil je wel een foto van maken. Overal kleine strandjes waar

mensen liggen te zonnen of in de zee zwemmen. Het is ondertussen behoorlijk warm geworden, de broek wordt afgeritst en de sweater gaat uit.

Het lopen over de kliffen gaat wel een stuk zwaarder dan we hadden gedacht. Telkens steil omhoog en dan weer steile afdalingen en we moeten veel hekses (stiles) overklommen. Het tempo wordt op deze manier nooit echt hoog, meer dan 3 à 4 km per uur wordt niet gehaald. Het pad zelf is meestal onverhard, soms door open terrein, dan weer geheel omsloten door hoge heggen.

Na 6 mijl passeren we het plaatsje Porthurno. Bijzonder is hier het Minack Theatre, een openlucht-theater dat als een 'natural wonder' wordt beschouwd. Ene Mrs. Rowena Cade heeft er vanaf 1930 vijftig jaar aan gewerkt om tegen de rotsen aan, in een soort halve maan van zand en stenen een openlucht-theater te bouwen. Ook nu nog worden er regelmatig optredens gehouden, wat veel bezoekers trekt.

Dan weer verder over de kliffen. De SWC neemt bijna elke bocht rondom de kliffen mee en het is soms mogelijk om een stukje af te snijden. Tenslotte hoeven we niet bij elke rots het uitzicht te bewonderen. Bij het piepkleine haventje van Penberth (eigendom van de National Trust) houden we een pauze en vullen de bidons met water. Een paar vissersbootjes zijn op de kant getrokken en een man is bezig om de visnetten schoon te maken.

We klimmen het haventje uit naar de volgende 'cliff top', een 'rough track' komt uit bij Portguarnon Cove. Weer moeten we een paar honderd voeten steil naar beneden omdat een riviertje een diepe geul in de rotsen heeft gesne-

den. Dus moet je daarna weer steil omhoog tegen de kliffen op. Dit punt wordt ook wel aangegeven als het steilste dat men zal tegenkomen op de hele End to End Walk.

Het is inmiddels al twee uur in de middag en bij Lamorna Cove zijn we toe aan een lunchpauze. Op een terrasje bestellen we wat te eten en drinken en kijken ondertussen naar de vele sportduikers die hier in de baai bezig zijn. Daarna nog wat steile kliffen op en af en dan wandelen we het stadje Mousehole binnen. Alweer zo'n prachtig kustplaatsje met een mooi strand. De weg is nu vlak naar Newlyn, een drukke vissersplaats. Wij kopen in een supermarkt (toch wel mooi open op zondag!) een paar blikjes bier voor vanavond, want die zijn in het Youth Hostel niet verkrijgbaar, en lopen de laatste mijlen naar Penzance. Eigenlijk was het de bedoeling om nog door te lopen tot aan het dorp Marazion, vijf kilometer verderop, om dan met de bus terug te gaan. Dan zouden we de tweede etappe daar ook kunnen beginnen, wat een stuk zou schelen in de te lopen afstand. We vinden het wel genoeg voor vandaag en nemen de kortste weg naar de Y.H. waar we om 17.00 uur aankomen. We zijn toch wel aardig moe na zo'n zware dag van inspanning tegen al



die kliffen op. Van een lekkere douche en een blikje bier knap je al gauw weer op. We bestellen het avondeten en gaan op tijd naar bed.

Maandag 28 augustus 2e etappe Penzance - Mawnan Smith 38 km

We staan vroeg op want het wordt een lange wandeldag van zo'n 40 km. Ook al omdat we gisteren niet tot aan Marazion konden komen. We weten niet zeker of we Mawnan Smith kunnen halen, maar we hebben wel een B&B adres besproken. Tijdens het uitgebreide Engelse ontbijt zien we dat het wat regent, maar gelukkig is het droog als we om half acht de rugzakken omhangen en het Youth Hostel verlaten. Het is een

half uur lopen naar het station, waar we de SWC opgaan. We volgen een mooie boulevard langs het strand en zien in de verte al het eiland St. Michael's Mount liggen. Het is het evenbeeld van de Mont St. Michel aan de kust van Bretagne in Frankrijk. Helaas is het hoog water zodat je er niet naar toe kunt lopen.

De SWC-route is een National Trail en deze worden altijd gemarkeerd met een eikel als symbool. De richting wordt aangegeven met gele pijlen. Verder staan er langs de route richtingaanwijzers met de te lopen afstand naar het volgende dorp of een bijzonder punt. Het lijkt er wel op of de afstanden die in de gids staan, in werkelijkheid wat langer zijn. Wij doen in elk geval minder kilometers per uur dan we gewend zijn, terwijl wij er toch rekening mee houden dat we met een rugzak door soms moeilijk terrein gaan.

Voorbij Marazion wandelen we nu verder over een stuk strand dat opeens overgaat in een grote rotspartij. We klauteren er overheen en over een metalen trap klimmen we tegen de klif omhoog naar het



voetpad. Het pad gaat met een paar omleidingen langs de rand van een akker, want het kustpad zelf is door erosie weggeslagen. Een paar mijl verderop bij Peranuthoe is een 'refreshment hut' waar we koffie drinken. Dan weer verder de kustlijn blijven volgen, nog steeds klif op en af. We passeren Cudden Point en Prussia Cove, een paar indrukwekkende inhammen van de kliffenkust. Bij Praa Sands is het erg druk met badgasten, want het is vandaag 'Bank Holiday', wat een extra dag vakantie is in Engeland. Het is al half drie als we het mooie havenplaatsje Portleven binnenwandelen. Het is met het mooie weer een drukte van belang met alle toeristen. Toch nemen wij de tijd om uitgebreid te lunchen en vinden een uitstekende lunchroom.

De kustweg zelf gaat nu verder over het schiereiland de Lizard. Om dat helemaal rond te lopen ben je twee dagen bezig en dat is niet onze bedoeling. We hebben een doorsteek gepland om via het dorp Gweek naar Mawnan Smith te gaan. Eerst nemen we de drukke weg naar Helston en dan volgen we een aantal openbare voetpaden door weilanden en langs akkerranden. Dat valt nog niet mee, want vaak gaat een mooi pad via een hek het weiland in maar stopt dan abrupt en zie dan maar dat je aan de andere kant het weiland weer uitkomt. Geen hek of overstap te vinden! Dan maar dwars door de heg kruipen. Eindelijk zijn we dan in Gweek, niet meer dan een gehucht. Het is ondertussen al 17.00 uur en we willen eigenlijk niet verder. We bestuderen de route en denken dat het zeker nog ruim twee uur lopen is naar Mawnan Smith. De plaatselijke Inn is echter dicht, het dorp is uitgestorven en er is geen B&B te bekennen. Wat nu?

Toevallig komt op dat moment net een lijnbus door het dorp, we steken een



hand op en vragen of de bus soms ook langs Mawnan Smith gaat. Dat doet hij, dus is de beslissing niet moeilijk. Een halfuur later stappen we de Lion Inn binnen en vragen waar het huis staat van ons B&B-adres. Dat is een paar honderd meter verderop en even later worden we begroet door Mrs. Spike. We krijgen een prachtig appartement in de tuin met de merkwaardige naam Asen Crow. Christine legt uit dat dit in het Cornwall's dialect (Cornish) 'stal voor pakezels' betekent, wat ze wel toepasselijk vindt voor de vele rugzakwandelaars die hier langs komen. De natte kleren kunnen gedroogd worden op een elektrische radiator en na het douchen gaan we een pint drinken in de Lion Inn, 'a well-established hostelry at 1717'.

Dinsdag 29 augustus 3e etappe Mawnan Smith - Portloe 32 km

Het is vanochtend prachtig weer en we horen dat in Nederland de buien volop overheersen. Christine heeft voor ons naar een B&B-adres in Portloe gebeld waar we terecht kunnen. Dat is mooi geregeld. Om kwart over zeven nemen we afscheid en vanuit het dorp gaan we gelijk een public footpath op en de weilanden in. We hebben een kaartje van de omgeving, dus dat moet gemakkelijk zijn, maar bij een boerderij worden we omgeleid en twee weilanden verder zijn we de weg alweer kwijt.

We stuiten op een maisveld en Piet gaat over een pad er langs heen. Wim besluit echter om het pad door de mais te nemen. We zien elkaar niet, maar houden contact met elkaar. Dan roept Wim dat het pad allemaal rare bochten maakt. Op het einde van het maisveld ziet Piet een bordje waarop staat dat door de mais een 'maze' (doolhof) is gemaakt. Dat is wel grappig en eindelijk komt Wim uit de plantage tevoorschijn.

We nemen nu de asphaltweg naar Maenporth dat een aardig strandje en haven-tje heeft, en volgen weer de markering van de SWC. Het pad is overwoekerd door bosjes en je kunt er nét doorheen.



In de verte zien we de stad Falmouth liggen en om half elf wandelen we daar binnen. Langs de boulevard staan grote, luxe 5 sterren-hotels, echt iets voor de welgestelden. Falmouth heeft grote havens voor zeeschepen en zeiljachten en we zien zelfs een paar grote vaartuigen liggen van de Royal Navy.

In de haven lopen we naar de Prince of Wales Pier, waar de boten van St. Mawes Ferry aanleggen om de baai over te steken. Door de vele inhammen van de kust zullen we nog diverse keren met een pont een baai oversteken, en dat zijn aardige onderbrekingen van het wandelen. Ze zijn allemaal opgenomen in de routebeschrijving van de SWC, maar je moet er wel rekening mee houden dat er verschillende pontjes zijn die



alleen in het zomerseizoen varen. Ook ben je nogal veel tijd kwijt met wachttijden en het overzetten. Maar omlopen om de baai heen is ook niet alles want daar gaan vele dagen extra wandelen in zitten. De kosten voor al deze pontjes kunnen wel aardig oplopen, deze overtocht kost toch een slordige vier Engelse Pond.

We moeten een half uur wachten en varen dan in twintig minuten over naar St. Mawes. Daar moeten we overstappen op de volgende ferry naar Place. Deze heeft echter maar plaats voor 10 personen en we moeten wachten op de volgende afvaart. Dus eerst maar even koffie drinken. Het pontje is niet meer dan een open sloep en wordt gewoon tegen de steile oever aangevaren en via de voorstevan stappen we de glibberige kant op van St. Anthony's Head. Het is met al dit oponthoud ondertussen al 12.00 uur en we hebben nog zeker 22 km te gaan.

Na een stevige klim zijn we op St. Anthony's Head en hebben een mooi zicht op de twee kastelen van Falmouth die strategisch aan elke kant van de grote Carrick Bay liggen. We blijven de SWC-markering langs het kustpad volgen met prachtige uitzichten over de zee. Soms is het pad geheel omsloten door hoge heggen, en overal zijn er volop bramen. Piet stopt telkens om er een handvol te plukken. Vanaf het hoge kustpad zien we ver beneden ons de mooi strandjes van Porthbeor Beach en Towan Beach. Om 13.45 uur bereiken we het plaatsje Portscatho en bestellen in de Plume of Feathers Inn een omelet en een pint bier.

De huisjes van Portscatho zijn allemaal witgepleisterd en het heeft een paar leuke nauwe straatjes. Na een half

uur stappen we op. We krijgen nu een stuk kustpad dat wordt omschreven als 'roller coaster walking', oftewel: het is zwaar ruig terrein, voortdurend steil omhoog tegen de kliffen op en dan weer steil naar beneden. Het is vermoeiend lopen en het schiet niet hard op. Bij Pendower Beach volgen we groot stuk strand, dat evenwel overgaat in een grote rotspartij waar we over grote keien moeten klauteren. Gelukkig duurt dit niet lang. We volgen het strand nog een poosje en gaan dan weer steil omhoog tegen de klif op. In de verte zien we Nare Head liggen, een uitgestrekte landtong waar de SWC helemaal omheen gaat. Omdat het toch

alweer laat in de middag is besluiten we om een doorsteek te maken via een public footpath door de weilanden naar Pennare.

We komen bij een breed pad aan en zien ver beneden ons de zee. Daartussen moet dus het kustpad liggen dat van Nare Head afkomt. We gaan een weiland in maar vinden geen pad. Er zijn geen 'stiles' of andere doorgangen door de heggen te vinden, en een brede beek kunnen we ook niet over. Dan maar terug langs een boerderij en zowaar vinden we hier een omleidingsroute van de SWC. Om 17.15 uur wandelen we Portloe binnen en bellen aan bij het besproken B&B adres Carradale. Alweer een prachtig luxe onderkomen, en voor ons allebei is er een 2-persoonsbed.

Portloe is een piepklein havenplaatsje, een diepe inham tussen de kliffen, en was vroeger zoals zoveel van deze havens een waar smokkelparadijs. Het is vergelijkbaar met Robin Hood's Bay in het noorden van Engeland (het eindpunt van het C2C-wandelpad). We zullen nog veel van deze plaatsjes zien.

's Avonds eten we mosselen in de Ship Inn en horen dat er een gedeelte van de kliffenkust bij Portloe is ingestort, waardoor de route van het SWC-pad omgelegd moest worden.

-wordt vervolgd-

CONSTANT AAN DE WANDEL

Blixemse wandeltocht Euraudax te Eindhoven

Op woensdag 10 januari 2007 organiseerde Comité Euraudax zijn wandeltocht vanuit het dorps huis VTA Blixem te Eindhoven. De start was om 10.00 uur. We wandelden via straten en plantsoenen tot aan een drukke weg, die overgestoken werd. Daarna liepen we door bossen en de buitenwijken van Son en Breugel en weer door bossen. We volgden paden langs de Dommel tot aan Dommelpas en kwamen weer door bossen (Sonse Bergen), totdat we een drukke weg bereikten, waar overgestoken werd. Hierna volgden we de Rooijseweg tot aan de bushalte. Daar sloegen we het fietspad in, dat we volgden tot voorbij witte stenen paaltjes.

Inmiddels hadden we verzorging bij het huis van de zuster van de organisator van de tocht. Daar kregen we koffie of thee. Na de verzorging volgden we straten in bosrijke omgeving tot einde bebouwde kom. Daarna gingen we een bosgebied in met oversteek van drukke wegen. Inmiddels naderden we het Joe Mann Paviljoen (tussen Best en Son), waar de grote rust was.

Na de pauze opnieuw door bossen tot aan een dijk, waar we omhoog gingen om de asfaltweg te bereiken. Daarna volgden we enige tijd fietspaden met passage van recreatiegebied Aquabest. Bij het naderen van Eindhoven liepen we eerst over fietspaden en later door plantsoenen. Na enige tijd bereikten we het dorps huis, waar de finish was.

Het was een mooie wandeltocht. Het was 's morgens droog en 's middags regende het. Er gingen van start 58 wandelaars. De organisatie was in handen van Marcella Creemers (Eindhoven) en Jan Vogelsangs (Deurne).

-Constant Dedel-