

# NIEUWS



*Op 20 mei gaat de clubreiswandering van Barr de la Gilleppe naar Spa*



*Zondag 28 mei: 2e OLAT Dauwtraptocht naar de kapel van de H. Eik*



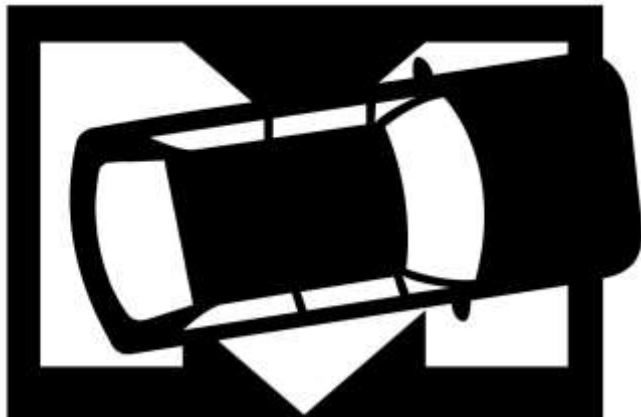
*Van 6 t/m 9 juni: de 13e Rooise Avond4daagse*



## **OLAT: Ollandse Lange Afstand Tippelaars**

Opgericht 23 november 1967  
te Sint-Oedenrode  
Lid van KWBN (Koninklijke  
Wandelsport Bond Nederland)  
Aangesloten bij:  
Atletiekunie

*In dit nummer o.a.  
de Voorjaarstocht  
die een koude start had,  
maar daarna  
heerlijk lenteweer.  
Deze drie heren zorgden  
bij een wagenrust  
voor de inwendige mens.  
Dat ging hen prima af!*



**M.V.D. HEIJDEN**  
**AUTOCENTRUM ZIJTAART**

[WWW.MVDHEIJDENZIJTAART.NL](http://WWW.MVDHEIJDENZIJTAART.NL)

PASTOOR CLERCXSTRAAT 34  
 5465 RH ZIJTAART, 0413-363374  
 INFO@MVDHEIJDENZIJTAART.NL

*Het autobusbedrijf waar U  
 het beste mee UIT bent !*

Sint-Oedenrode Tel. 0413-472545

Raaijmakers...maakt het!

**Raaijmakers**  
 Drukwerk

Belbroekstraat 5  
 5465 PH Zijtaart  
 Telefoon (0413) 36 66 13  
[www.raaijmakersdrukwerk.nl](http://www.raaijmakersdrukwerk.nl)

VAKANTIECENTRUM  
 DE ZWARTE BERGEN

Op zoek naar een geschikte locatie?  
 Vraag vrijblijvend naar de mogelijkheden.

**VAKANTIECENTRUM DE ZWARTE BERGEN**  
 Zwartebergendreef 1  
 5575 XP LUYKSGESTEL  
 Tel. 0497-541373  
 E-mail: [info@zwartebergen.nl](mailto:info@zwartebergen.nl)

**De Vresselse Hut**  
 de gezelligste 'Hut' in de regio

Al meer dan 40 jaar het adres voor  
 bruiloften, recepties, bedrijfsfeesten,  
 vergaderingen en kinderfeesten.

t 0499 472 870 • [www.devresselsehut.nl](http://www.devresselsehut.nl)

**LANDSCHAP**  
 reisboekwinkel

LANDKAARTEN REISGIDSEN ATLASSEN GLOBES  
 WANDELKAARTEN TAALGIDSEN FIETSKAARTEN  
 FOTOBOKEN LANDENINFORMATIE REISVERHALEN

[www.landschapreisboekwinkel.nl](http://www.landschapreisboekwinkel.nl)

Kleine berg 3  
 5611 JS Eindhoven

[info@landschapreisboekwinkel.nl](mailto:info@landschapreisboekwinkel.nl)  
 T 040 256 9653  
 F 040 256 9654



## REDACTIE OLAT NIEUWS

Gerda Woestenberg (coördinatie)  
Lineke den Boer, Mariet Ahlers, Lies Wesseling, Gerda Woestenberg (redactie)  
Lineke den Boer (eindredactie, vormgeving)  
Noud Wijn (fotografie)  
Otto Ahlers (archivering, techniek)  
Harrie Paulissen (bestuursafgevaardigde)

## INLEVEREN KOPIJ VOLGEND NUMMER

t/m 28 mei 2017  
olatnieuws@olat.nl

## WEBSITE

Otto Ahlers (coördinatie) - o.ahlers@olat.nl  
website@olat.nl

## LEDENADMINISTRATIE & ABONNEMENTEN

Jet Dreesen  
Groot Paradijs 29, 5611 KA Eindhoven  
040-2903060 of leden@olat.nl

## VERZENDING

Mariet & Mart Douven

## DRUK

Drukkerij SNEP BV, Eindhoven

ISSN 1570-4831



## IN DIT NUMMER

Vooruitblik clubreis Barr de la Gileppe-Spa - 20 mei	Ad Ketelaars	3/15
Wandelen op Dinsdag; Rooise Wandelingen; Clubreizen; Avond4daagse		4-5
Samenstelling bestuur en commissies OLAT		6
OLAT Nieuws	Frank Marchand	7
Onze jarigen/Ledenadministratie	Jet Dreesen	8
Van de bestuurstafel		9
Inschrijven ledendag Happen & Stappen		10-11
Inschrijven Wandelweekend Echternach	commissie Clubreizen	11
Vooruitblik 2e Dauwtraptocht - 28 mei	Harrie Paulissen	12-13
13e Rooise Avond4daagse	Betsie van Mil	14
LPS: Stand clubkampioenschap / Agenda / Nieuws	Frank Marchand	16-17
Duitse kampioenschappen 20 km snelwandelen	Rick Liesting	18-19
Wijzigingen lange afstand wandelen	kWbn	20
Waarom sokken wisselen?	het LoopCentrum / w.g. Oirschot	info 21
Eervolle vermelding voor Anita Pepers	Lies Wesseling	22
Kennedymars Sittard	Petra en Johan Rommers	23-24
Voorjaarstocht Milheeze	Jack Bertrums	25
Verslag clubreis van Spa naar Stavelot op 25 maart 2017	Martin Swarts	26-27
De Beara Way (4)	Rinda Scheltens	28-30

De redactie verwelkomt alle bijdragen in woord en beeld van OLAT-leden en over OLAT-evenementen. Indien nodig kunnen stukken worden ingekort.  
Voor de inhoud van de advertenties in dit clubblad kan door het bestuur van OLAT en de redactie van het OLATNieuws geen enkele verantwoordelijkheid worden aanvaard. Bezoek ook onze website: [www.olat.nl](http://www.olat.nl)



## VOORUITBLIK CLUBREIS Barr de la Gileppe-Spa - 20 mei

In afwijking van wat er in het jaarprogramma staat, is het traject niet een gedeelte van de GR573 maar van de GR15. We starten in het Westhertogenwald, met daarin het stuwmeer van de Gileppe, het oudste stuwmeer van België. Een passage door meer open en sterk golvend landschap voert ons naar het fotogenieke dorpje Polleur. Daarna volgt een tweede lange bosdoortocht. Aan het einde van dat Bois de Staneu duiken we de diepte in, naar het mondaine kuuroord Spa. Het Westhertogenwald is een gemengd woud van den en loofwoud. Er is een dichte ondergroei van adelaarsvarens met daarin hier en daar enorme burchten van bosmieren. Vanuit het woud komen we uit bij de Barrage de la Gileppe.

*Het kunstmatige meer en de stuwdam zijn de oudste van Bel-*



*gië in zijn soort en een van de oudste in Europa. De dam werd al in gebruik genomen in 1878, onder Leopold II. Rond 1970 werd de dam gemoderniseerd en verhoogd met 10 meter. De watermassa is groter dan 25 miljoen m<sup>3</sup>. Het meer was vooral bedoeld om de textielindustrie van Verviers van goed en voldoende water te voorzien. Het water van de Vesder volstond niet meer. Nu is het meer vooral op drinkwatervoorziening gericht. Een enorm leeuwbeeld van 130 ton domineert de dam. De toren is gratis te bezoeken. Je kunt er genieten van het uitzicht.*

Daarna stijgend door de vallei van een beek, de Borchène. Iets verder loopt GR15 langs een kruis voor een zekere JP Malay (1858-1885). Dit kruis is eigenlijk een hoax. De man leeft nog en runt een informatica-bedrijf in Verviers. Het werd geplaatst als grap door zijn scoutsmaakkers in de jaren '90. Na de kruising met een paar verharde wegen ter hoogte van Vervierfontaine wordt een punt op 390 meter bereikt, gemarkeerd met een antenne. Dadelijk daarna loopt het pad verder over een schitterende veldweg met veel veldbloemen langs het pad. We dalen naar de diep ingesneden beekvallei van de Ruisseau du Trou Colas en komen uit bij de rivier Hoëgne. We steken de Hoëgnebrug over. We wandelen nu

*(Vervolg op pagina 15)*



## WANDELEN OP DINSDAG

Op dinsdag om de 14 dagen wandelt een groep van ongeveer 50 enthousiaste OLAT-leden een route van ongeveer 20 km in de mooie natuur van de Kempen, de Meierij, de Peel en een enkele keer in het grensgebied met Limburg.

De start is stipt om 10.00 uur. Het startadres is al eerder open voor een kopje koffie of thee. De lunchpauze is over het algemeen ook in een horecagelegenheid. Soms mogen we er ons eigen brood opeten. Zo niet, dan is onderweg een pauze voor dit doel.

Omstreeks 15.30 uur zijn we weer terug op het startadres.

Deelname staat open voor alle OLAT-leden. Er zijn geen kosten aan verbonden, uitgezonderd de consumpties die je gebruikt.

Ben je geen lid en wil je een keer meelopen, dan ben je van harte welkom. Het is wel gebruikelijk dat je na 2x lid wordt van OLAT.

Deelname is voor eigen risico; aan- of afmelden is niet nodig. Er mogen geen honden meelopen.

### Informatie:

Voor nadere informatie en het programma: [www.olat.nl](http://www.olat.nl) of via onderstaande personen

Myriam van den Berg 073-5325286 (06-45252182)  
mvdberg@home.nl

Mieke van Boxtel 0411-622188 (06-49408821)  
acvanboxtel@home.nl

Pieter van Doorn 0492-382210 (06-52373639)  
pvandoorn@onsbrabantnet.nl

AGENDA		
Datum	Route	Startpunt
23 mei	Maasplassen-wandeling	Restaurant Int Brookx, 0475-551292 In 't Broek 1, 6107 BG Stevensweert
6 juni 2)	Rondje Assisië	Huize Assisië, 013-5118220 Hooghoutseweg 3, 5074 NA Biezenmortel
20 juni 1)	Chaamse bossen	De Kloostertuin, 013 5083888 Heuvelstraat 3, 5131 AP Alphen
4 juli	"Pietepad"	Cultureel Centrum 't Spectrum, 073-5441441 Steeg 9, 5482 WN Schijndel
18 juli	Geen wandeling	4Daagse van Nijmegen
1) geen cafépauze		
2) cafépauze op startplaats		



## ROOISE WANDELINGEN

Iedere dinsdag vertrekt in Sint-Oedenrode een enthousiaste groep wandelaars voor een tocht van circa 7 of 10 km. Iedereen loopt in zijn eigen tempo aan de hand van een routebeschrijving. Gestart wordt – altijd stipt om 10:00 uur – beurtelings vanuit het centrum en de drie kerkdorpen van Sint-Oedenrode:

Den Toel Pastoor Smitsstraat 4, Olland  
De Beckart Oude Lieshoutseweg 7, Nijnsel  
De Vriendschap Pastoor Teurlingsstraat 30,  
Boskant

Oud Rooy Markt 13, Sint-Oedenrode

Bij een 5de dinsdag van de maand is de start vanuit wisselende locaties.

AGENDA	
Datum	Startpunt
16 mei	De Vriendschap
23 mei	Oud Rooy
30 mei	Golfbaan de Schoot Schootsedijk 18, Sint-Oedenrode
6 juni	Den Toel
13 juni	De Beckart
20 juni	De Vriendschap
27 juni	Oud Rooy

Deelname is voor OLAT-leden gratis, op vertoon van clubpas. Niet-leden kunnen één keer gratis uitproberen; daarna betalen zij 1 euro per keer. Dit kan contant of via een strippenkaart van 14 euro. Iedereen wandelt mee voor eigen risico.

### Informatie:

Johan van de Sande 06-22304965

Peter van de Laar 0413-474759

Betsie van Mil 0413-475454



## WANDELGROEP OIRSCHOT

Wandelgroep Oirschot is vanaf begin april 2015 gestart met prachtige tochten vanuit Dinercafé 't Kroegske in Spoorndonk.

In de winter wordt er elke zondagochtend vanaf 9.30 uur gewandeld.

Voor meer informatie: zie pagina 21





## CLUBREIZEN

Het 'eigen reisbureau' van OLAT organiseert al vele jaren clubreizen naar de mooiste gemarkeerde wandelroutes in België, Duitsland en Zuid-Limburg. Deelnemers worden vanaf diverse opstapplaatsen per bus vervoerd. Bij de dagtochten is verzorging (soep) inbegrepen. Wel dient men zelf te zorgen voor voldoende eten en drinken onderweg. In de dorpjes op de route is niet altijd iets te krijgen.

Er is altijd keuze tussen twee afstanden van ca. 20 en 25 km (op de dag zelf eventueel nog te wijzigen). Men wandelt op eigen gelegenheid, aan de hand van markering en routebeschrijving. De reisleiding is in geval van nood op te roepen.

### PROGRAMMA 2017

20 mei	GR573	Barr de la Gileppe-Spa
26 aug	GR57	Houfalize-La Roche
6-7-8 okt		wandelweekend Echternach (Luxemburg)

Inschrijfgeld:	Leden	Niet-leden
dagtochten	€28,00	€32,00

### Inschrijven:

Stuur uiterlijk 14 dagen voor de tocht een e-mail naar [clubreizen@olat.nl](mailto:clubreizen@olat.nl) met daarin de tocht datum, opstapplaats, naam/namen en wel of niet lid van OLAT. Maak daarbij het verschuldigde bedrag over naar bankrekening:

IBAN: NL56 RABO 0157 9507 43

t.n.v. OLAT Sint-Oedenrode

Vermeld bij de betaling de tocht datum.

### Na-inschrijven:

Alleen mogelijk na vooraf informeren bij Isis la Croix of er nog plaats is.

### Afmelden:

Bij verhindering, mits uiterlijk 10 dagen vooraf gemeld, wordt de betaling doorgeboekt naar de volgende tocht, of kan (na aftrek van €1,10 administratiekosten) worden teruggestort.

Opstapplaatsen:	Tijden:
Sint-Oedenrode	07:00 uur
Eindhoven (NS/Fuutlaan)	07:30 uur
Leende (Jagershorst)	07.40 uur
Weert (NS station)	07:45 uur
Nederweert (AC-restaurant A2)	08.00 uur

Zorg voor een geldig identiteitsbewijs!

Er is een excursieverzekering afgesloten. Deze geldt niet voor bagage en kostbaarheden.

**Info & inschrijven:** Isis la Croix 06-38255805  
(bij voorkeur tussen 18.00-20.00 uur)  
[clubreizen@olat.nl](mailto:clubreizen@olat.nl)



## ROOISE AVOND4DAAGSE

Van dinsdag 6 tot en met vrijdag 9 juni wordt in Sint-Oedenrode de 13e Avondwandel4daagse georganiseerd door OLAT.

De wandelaars hebben de keuze uit drie afstanden: 5, 10 of 15 km. Kinderen die de 5 km lopen kunnen meedoen aan een leuke puzzelzoektocht.

De routes gaan zoveel mogelijk over zogenaamde OLAT-paden. Voor Sint-Oedenrode geen avond4daagse over alleen maar rechttoe rechtaan straten en verharde wegen, maar waar mogelijk gaan de routes over bos-, veld- en weidepaden door de vele mooie en groene natuur rondom Sint-Oedenrode en zijn drie kerkdorpen: Boskant, Nijnsel en Olland.

Onderweg worden verzorgingsposten ingericht, waaronder één grote post waar alle afstanden langskomen. Deze verzorging is inbegrepen bij het startgeld. Ook de medaille die men na 4 dagen wandelen ontvangt is bij de prijs inbegrepen.

### Startlocaties:

di 6 juni	De Vriendschap, Pastoor Teurlingsstraat 30, Boskant
wo 7 juni	De Beckart, Oude Lieshoutseweg 7, Nijnsel
do 8 juni	Den Toel, Pastoor Smitsstraat 4, Olland
vr 9 juni	De Gouden Leeuw, Markt, Sint-Oedenrode

### Startbureau:

Geopend:	vanaf 17:30 uur
Starttijd:	tussen 18:00 en 19:00 uur

### Startkaarten:

Voorverkoop: €4,50	voor een 4-daagse startkaart
16 mei t/m 3 juni	VVV, Kerkstraat 10, Sint-Oedenrode
16 mei t/m 5 juni	A.H., Markt 18, Sint-Oedenrode
Startbureau: €6,00	voor een 4-daagse startkaart
	OLAT- of bondsleden (op vertoon lidmaatschapkaart) €1,- korting op 4-daagse kaart
	€2,00 voor een dagkaart

Georganiseerd in samenwerking met



### Informatie:

[www.avondwandelvierdaagse-sint-oedenrode.nl](http://www.avondwandelvierdaagse-sint-oedenrode.nl)



**Lange afstand- Prestatie- en Snelwandelen**

Frank Marchand (*bestuursafgevaardigde en voorzitter*)  
 Piet van der Ree (*notulist*),  
 Pierre Emans, Hans de Vries  
 lps@olat.nl

**Dagwandeltochten**

Ad Verbakel, Theo van Boxmeer (*parkoersen*)  
 Ad Ketelaars (*voorz*), Jo Willems, Antoinet Gooren

**Clubreizen**

Isis la Croix (*informatie*)  
 06-38255805  
 (bij voorkeur tussen 18.00-20.00 uur)  
 clubreizen@olat.nl  
 Pierre Emans,  
 Ad Ketelaars (*bestuursafgevaardigde*)

**OLAT Wandeldagen**

Mia Dielesen (*secretariaat*), 040-2552742,  
 Hamakerstraat 11, 5652 RC Eindhoven  
 olat-wandeldagen@olat.nl  
 Joop Wesseling (*voorz*), Antoinet Gooren,  
 Ad Verbakel, Ad Ketelaars (*financiën*)

**Wandelen op Dinsdag**

Mieke van Boxtel (*coördinator*), 0411-622188  
 Myriam vd Berg, 073-5325286  
 Pieter van Doorn, 0492-382210  
 Antoinet Gooren (*contactpersoon*)

**Avondvierdaagse & Rooise Wandelingen**

Piet van Berkel, 0413-784742  
 Betsie van Mil, 0413-475454

**Wandelpaden**

Jan van Berkel (*Airbornepad*)  
 Frank Marchand (*Hertog Hendrikpad*)  
 Theo Beelen (*Graaf van Hornepad*)  
 Frank Marchand (*algehele coördinatie*)

**Onderscheidingen**

p/a Peppelbos 40, 4191 MG Geldermalsen  
 Voordrachten jaarlijks vóór 15 nov. indienen

**OVERIG**

**Boetiek wandelgidsen**

Daniëlle van Stuivenberg, 0499- 461415  
 boetiek@olat.nl

**Overnachting Vierdaagse Nijmegen**

overnachting4daagse@olat.nl

**Notuliste Bestuursvergadering**

Mariet Ahlers



**Voorzitter**  
**Joop Wesseling**  
 Dorpsveld 33  
 5258 MA Berlicum  
 073-5033322  
 voorzitter@olat.nl



**Penningmeester**  
**Ad Ketelaars**  
 Koninginnelaan 108  
 5491 JX Sint-Oedenrode  
 0413-475824  
 penningmeester@olat.nl

Bankrekening: 1382.11.736  
 t.n.v. OLAT Sint-Oedenrode  
 IBAN: NL34 RABO 0138 2117 36  
 BIC: RABONL2U



**Secretaris**  
**Harrie Paulissen**  
 Spoorдонkseweg 35  
 5688 KB Oirschot  
 06-53749249  
 secretaris@olat.nl



**Bestuurslid**  
**Petra Rommers**  
 Lange Tiende 3  
 4891 WZ Rijsbergen  
 076-5964027  
 p.rommers@olat.nl



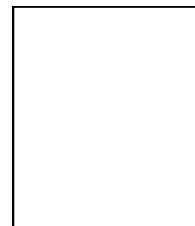
**Bestuurslid**  
**Ad Verbakel**  
 Past. Bogaertsstraat 12  
 5469 EZ Keldonk  
 0413-212161  
 a.verbakel@olat.nl



**Aspirant-bestuurslid**  
**Rob van Stuivenberg**  
 Venuslaan 39  
 5694 TD Breugel  
 0499-461415  
 06-13017236  
 rob.stuivenberg@chello.nl



**Bestuurslid**  
**Frank Marchand**  
 Deursenstraat 7  
 5043 JP Tilburg  
 013-5702662  
 f.marchand@olat.nl



**Bestuurslid vacature**

**DRAGERS VAN DE CORNELIS VAN MONTFORT TROFEE**

Ad van Asten, Piet Knoester, Hein Lenders †, Marinus van Roosmalen, Theo Tromp, Jan van de Ven, Ad Verbakel

**ERELEDEN**

Ad van Asten, Piet Knoester, Jos Koolen †, Hein Lenders †, Marinus van Roosmalen, Theo Tromp, Jan van de Ven, Ad Verbakel, Joop Wesseling, Toon van Wordragen

**LEDEN VAN VERDIENSTE**

Mariet Ahlers, Ad van Asten, Tonny & Bert † de Boer, Lineke den Boer, Jan Cortenbach, Mia Dielesen, Antoinet Gooren, Ad Ketelaars, Frans Peters, Henk Plasman, Antoon Stoop, Ben van der Velden, Ad Verbakel, Sjaan Verbakel, Kees van Vessem, Joop Wesseling, Toon van Wordragen





Jubileumjaar OLAT: de LPS is erbij

Het zal u niet ontgaan zijn: OLAT viert dit jaar dat de vereniging 50 jaren jong is. En wie jarig is, mag een feestje geven.

Ook de LPS pakt uit dit jaar. En wel met drie (!) langeafstandstochten. Van de eerste hebt u misschien wel eens gehoord, de tweede kent u, de derde is helemaal nieuw.

Het eerste evenement, het IWE (het internationaal wandelevenement), vindt plaats in Weert tijdens het pinksterweekend (van 3 op 4 juni). Dit is een weekend waarin grote prestaties worden geleverd. Wat dacht u van 160 km in 24 uur lopen? Wie het lukt, mag zich Centurion noemen. Of 80 km in 12 uur? Lukt dat, dan bent u Kennedyvriend. Of droomt u ervan om Honderdman te worden? Dan presteert u het om 100 km binnen 11.30 uur af te leggen. Voelt u wel voor zo'n mooie titel? In Weert krijgt u de kans. Is 80 km binnen 12 uur te snel? U mag deze Kennedymars ook in uw eigen tempo lopen. 80 km net iets teveel? Dan kunt u zich inschrijven op de 50 km. We zijn te gast (op een nieuw en snel parcours) bij AV Weert en de tijdmeting vindt plaats d.m.v. een chip op de schoen.

Het tweede evenement wordt georganiseerd op 4 en 5 augustus: de Nacht van OLAT. U kunt inschrijven voor 110 of voor 80 km. De 110 start op 4 augustus om 20.00 uur, de 80 om 23.00 uur. 's Nachts het grootste deel van de tocht lopen en na een stevig ontbijt (wie droomt er niet van een warme maaltijd 's morgens tussen 7 en 10 uur?) bij de startlocatie, sluit u aan bij de dagtocht van de OLAT Wandeldagen om nog 35 c.q. 25 km te lopen.

En dan het laatste evenement: Jubileumtocht 50 jaar OLAT. Dat is in het weekend van 17 en 18 november. En daar hebben de dames en heren langeafstandslopers zin in. In het weekend van 22/23 september is de laatste Kennedymars van 2017. En twee maanden later mogen de schoenen nog een keer uit het vet. Uniek! En let op: er mogen maar 250 mensen deelnemen.

Ik weet dat een lange afstand lopen niet voor iedereen is weggelegd. Maar hebt u zin om er toch bij te zijn? In Weert zijn we te gast bij de atletiekvereniging AV Weert. De wandelaars lopen daar rondes van 3,21868 km en komen dus vaak langs de centrale post. Toeschouwers en aanmoedigers zijn daar van harte welkom. De 110- en 80 km-tochten vallen samen met "gewone" tochten van OLAT. Dan kunt u én aanmoedigen én zelf wandelen!

Wilt u op een andere manier een steentje bijdragen? Misschien is de verzorging wel iets voor u. Informeer u eens bij [lps@olat.nl](mailto:lps@olat.nl). Of vindt u het leuk om een verslag te schrijven van één van de activiteiten bij OLAT. De redactie ziet uw artikel graag tegemoet: [olatnieuws@olat.nl](mailto:olatnieuws@olat.nl)

Inschrijven voor deze activiteiten kan via de website van OLAT. Veel mooie wandelkilometers en veel wandelplezier gewenst in 2017. En zeker in ons jubileumjaar: "alles weer voor de punten".

-Frank Marchand-  
(Commissie LPS)

## NIEUWS KORT



### PAUL SANDERS NIEUWE DIRECTEUR KWBN

Paul Sanders is deze maand benoemd als directeur van Koninklijke Wandel Bond Nederland (KWBN). De afgelopen vier maanden was hij al actief als interim-opvolger van directeur Henry Bronkhorst, die KWBN officieel per 1 januari 2017 verliet.

Sanders (59) vervulde diverse management- en directiefuncties bij KLM en ANWB, waarna hij van 2011 tot en met 2015 directeur van de Koninklijke Nederlandsche Schaatsenrijders Bond (KNSB) was. Bij de KNSB begeleidde hij een intensieve organisatietransitie, die vergelijkbaar is met de ontwikkeling die KWBN momenteel doormaakt, van een traditionele ledenorganisatie naar een hybride organisatie voor zowel leden, als wandelconsumenten.

'Het profiel en de ervaring van Paul Sanders sluiten goed aan bij de organisatiefase waarin KWBN nu verkeert', aldus KWBN-voorzitter Jan Rijpstra. 'De organisatie heeft behoefte aan rust en daar heeft Paul Sanders de afgelopen maanden voor gezorgd.' Sanders is blij met het in hem gestelde vertrouwen. 'Het potentieel van KWBN is enorm groot. Ik heb er zin in om samen met medewerkers en vrijwilligers de toekomst verder vorm te geven.'

Bron: Persbericht kWbn



## ONZE JARIGEN

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

MEI		
16	Klaas Bakker	Vught
16	Rianne Couwenberg	Helmond
17	Carin Daniels	Sint-Oedenrode
17	Marc van Dijk	Waalre
18	Gerrie Groen	's-Hertogenbosch
18	Piet Straatman	Nijmegen
19	Annie van Langen-vd Ven	Sint-Oedenrode
20	Miranda Beerendonk-Jonker	Vught
20	Andrea van Gestel	Schijndel
20	Wim van Roosmalen	Sint-Oedenrode
20	Riekie van de Ven	Eindhoven
20	Marianne van de Wiel	Best
21	Henk Kuiper	Eindhoven
21	Carin Rietveld	Beek en Donk
21	Coby Visser	's Gravenhage
21	Pieter de Weijer	Tilburg
22	Boetje Huliselan	Cromvoirt
22	Toos Kohlen-Meeuws	Someren
22	Jacq. van Rossum-van Gastel	Schijndel
23	Fred van der Aa	Sint-Oedenrode
23	Nolly Kuppens	Liempde
23	Lauran Otten	Tilburg
23	Bernadette Terra-Smits	Heesch
25	Theo Beekmans	Gemert
25	Marga van Dulken	Eindhoven
25	Cees Punselie	Nijmegen
25	Connie Raymakers-Volaart	Oss
25	Franny v.d. Ree	Maarheeze
26	Ad Ketelaars	Sint-Oedenrode
26	Joke van de Vossenbergh	Eindhoven
27	Marianne van Heereveld	Geldrop
27	Frans Smits	Linne
28	Nelly van Herwijnen	Vught
28	Erika Merks	Middelbeers
28	Jan Vissers	Veghel
29	Hennie Hendriks	Wijchen
29	Willy Meijer	Eindhoven
29	John Schepens	Oirschot
29	Francien Swarts	Veghel
30	Ronald Bolhuis	Eindhoven
30	Maria Brans	Son
30	Eric Kuenen	's-Hertogenbosch
31	Harry van Woerkum	Eersel
31	Mariette de Zeeuw	Rosmalen
JUNI		
1	Ad Bijnen	Schijndel
1	Johanna van de Sande	Sint-Oedenrode
2	Jolanda Anastacia	Eindhoven
2	Frits Bruijnijis	Eindhoven
3	Paula Janssen-Vervest	Sterksel
3	Tanny van de Ven-Hamels	Vught
3	Wil Wagemakers	Eindhoven
4	Nelly van Beek	Sevenum
4	Maria van Deursen	Sint-Oedenrode
4	Frans van Hoof	Middelbeers
4	Maria den Ouden	Esch
4	Jan Spijkerboer	Sint-Oedenrode
5	Annie Keuzenkamp-van Beurden	Sint-Oedenrode
5	Frans Mandos	Waalre
5	Ineke Paulusse	Tilburg
5	Marijke Post	Breugel
5	Paul Scholte	Eindhoven
5	Willy Timmermans	Veghel
6	Ad Martens	Rijsbergen
7	Angeline van de Ven-van den Berg	Schijndel
8	Toon Beekmans	Beek en Donk
8	Dirk Donders	Geldrop
9	Carin Delisse	Eindhoven
9	Dirk Maassen van den Brink	Leiden
10	Henri Floor	Driebergen
10	Jan Smit	Eindhoven
11	Regina van Gameren	Etten Leur
11	Jo Gorris	Eindhoven
11	Toon Kanters	Erp
11	Ingrid Kruijzen	Oss
11	Tjeu Looijmans	Heeze
11	Christ Nillezen	Sint-Oedenrode
11	Astrid Rühl-de Vries	Bakel
11	Willem Schoonhen	Eindhoven
11	Wim van de Wittenboer	Eindhoven
12	Ilona van der Heyden	Son en Breugel
12	Tonnie Soetens-van de Heuvel	Veldhoven
13	Janet van Gennip	Eindhoven
13	Willy Rühl	Bakel
13	Jacques Smits	Son
14	Richard Klein Bennink	Zutphen
14	Giel Westgeest	Sint-Oedenrode
15	Marjo van den Akker	Oirschot
15	Mies van Hoof	Sint-Oedenrode



## LEDENADMINISTRATIE

### Jet Dreesen

Groot Paradijs 29, 5611 KA Eindhoven  
040-2903060  
leden@olat.nl

Alle wijzigingen rechtstreeks doorgeven aan de ledenadministratie.

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 ledenpas te tonen bij de inschrijving.

### AANMELDINGEN

Dhr. Robin van de Moosdijk, Oirschot  
Mevr. Gerrie Groen, 's-Hertogenbosch  
Dhr. Noud van Eck, Breugel  
Mevr. Vivian Raymakers, Eindhoven  
Mevr. Els Hikspoors, Geldrop  
Dhr. Willie van Keulen, Veghel  
Mevr. Carin van Hout, Valkenswaard  
Mevr. Carien van der Zanden, Sint-Oedenrode  
Dhr. Hans Dohmen, Deurne  
Dhr. Frans Claessens, Weert  
Dhr. Janus van de Sande, Oirschot  
Dhr. Peter van de Ven, Oirschot  
Mevr. Marjoke Steenbekkers-Witte, 's-Hertogenbosch

Mevr. Anneke Leenders, Eindhoven  
Mevr. Nolly Kuppens, Liempde  
Mevr. Jacqueline Pennings, Sint-Oedenrode  
Mevr. Marijke Post, Breugel  
Mevr. Maria Rijkers, Sint-Oedenrode  
Dhr./Mevr. Roeland/Ellie Hoogstraten-van Dam, Rosmalen

Het postadres van onze ledenadministratie is gewijzigd in  
**Groot Paradijs 29**  
**5611 KA Eindhoven**  
Telefoonnummer en e-mail adres zijn ongewijzigd.





## VAN DE BESTUURSTAFEL

### VOORJAARSTOCHT MILHEEZE

795 wandelaars genoten van een zonnige Voorjaarsstocht vanuit Milheeze. Ze doorkruisten de natuurgebieden Stippelberg en Klotterpeel. Velen bleven daarna nog even hangen op het zonnige terras van Natuurpoort Nederheide.

### WATER TIJDENS ONZE WANDELTOCHTEN

Tijdens onze Voorjaarsstocht in Milheeze was er aan de rustposten vraag naar water. Dit vanwege het warme weer. Onze rustposten mogen echter geen water verstrekken vanwege besmettingsgevaar. Het water wordt al de dag van tevoren in jerrycans gedaan en is bedoeld om te worden gekookt voor het zetten van koffie, thee, bouillon en soep. Ook in de vergunningen die wij krijgen om te mogen wandelen staat dat het verboden is om onverpakt water te verstrekken. Dus zorg altijd dat je zelf genoeg water bij de hand hebt en vul dit zo nodig aan in een van de rustcafés.

### LEDENDAG OP 17 SEPTEMBER

Vanaf nu kan worden ingeschreven voor deelname aan de ledendag. Zie pagina 10-11.

### LEDENAANTAL

Ons ledenaantal blijft gestaag groeien. Momenteel zitten we op 935 leden.

### BIJENKOMST NIEUWE LEDEN

Op 26 maart hebben we weer vele nieuwe leden mogen ontmoeten in Oirschot bij de Stapperij. Na een fikse wandeling werden deze nieuwe leden geïnformeerd over wat OLAT zoal voor hen kan betekenen.

### SECTIE LANGE AFSTAND

Zie mededelingen kWbn op pagina 20.

### PROMOTIEFILM WANDEL.NL

Wandel.nl is er voor alle wandelaars. Of zij nu een mooie tocht zoeken, meer willen weten over een goede voorbereiding op een meerdaagse, een wandelroute willen lopen, op wandelreis willen of informatie zoeken over bijvoorbeeld wandelsokken. Op wandel.nl vindt de wandelaar het allemaal! Om extra promotie te maken voor wandel.nl maakte kWbn een promofilm. Daarin zie je heel mooi hoe de online wandelwereld en de echte ('offline') wandelwereld in elkaar overgaan. Je kunt de film bekijken via YouTube: <https://www.youtube.com/watch?v=DB5IsTS2fN0>.

### OLAT-BOETIEK

Na 10 jaar trouwe dienst draagt Janet van Gennip de OLAT-boetiek over aan Daniëlle van Stuivenberg. De wandelguiden kunt u blijven bestellen via [www.olat.nl](http://www.olat.nl) of [boetiek@olat.nl](mailto:boetiek@olat.nl). Info: Daniëlle van Stuivenberg, telefoon 0499- 461415..



Na 10 jaar trouwe dienst draagt Janet van Gennip de OLAT-boetiek over aan Daniëlle van Stuivenberg



# INSCHRIJVEN LEDENDAG HAPPEN & STAPPEN

**Datum** Zondag 17 september 2017

**Locatie** Natuurpoort De Vresselse Hut  
Vresselseweg 33  
5491 PA Nijnsel  
(Sint-Oedenrode)

## Programma

- Ontvangst in De Vresselse Hut tussen 07.30 uur en 10.00 uur.
- Ontbijtbuffet in De Vresselse Hut tussen 08.00 en 10.00 uur. Aanschuiven waar er plaats is; geen plaats, dan even wachten tot er plaatsen vrij komen.
- Vertrek voor wandelingen op diverse afstanden naar keuze tussen 09.00 en 11.00 uur. Bij de start en daarna na elke tussenstop kan men voor een lange of korte variant kiezen. De routes worden bepijld en men krijgt een routebeschrijving mee.
- Tussenstop bij De Knoptoren in Sint-Oedenrode voor koffie/thee met vlaai tussen 11.00 en 14.00 uur.
- Tussenstop bij Kasteel Henkenshage in Sint-Oedenrode voor soep met stokbrood tussen 13.00 en 16.00 uur.
- Warm/koud buffet in de Vresselse Hut tussen 17.00 en 20.00 uur. Aanschuiven waar er plaats is; geen plaats, dan even wachten tot er plaatsen vrij komen.
- Afterparty met live muziek.

We zijn nog in gesprek om enkele bezienswaardigheden onderweg te kunnen bezoeken.

Deze dag komt ook het jubileumboek uit. Een boek per gezin en de hoofdleden krijgen het boek mee naar huis. Degenen die die dag niet aanwezig zijn, krijgen het jubileumboek op een andere wijze en tijdstip.

Voor degenen die niet kunnen wandelen zetten we een huifkar in om de tussenstops toch te kunnen bezoeken. Bij de Vresselse Hut komt een rijtjendschema te hangen. Vooraf aanmelden is noodzakelijk om een planning te kunnen maken.

Degenen die met het openbaar vervoer komen, kunnen lijnbus 156 Arriva nemen



vanaf noordzijde NS-station Eindhoven met vertrektijd 09.21 uur (dit is de 1e lijnbus van die zondag). Aankomst om 09.33 uur op het Raadhuisplein in Son en Breugel. Vooraf aanmelden is noodzakelijk om een planning te kunnen maken voor het ophalen en wegbrengen van/naar De Vresselse Hut. Probeer echter eerst ander vervoer te regelen, bijvoorbeeld carpoolen met een ander OLAT-lid.

Deze dag is alleen voor OLAT-leden en voor vrijwilligers die geen OLAT-lid zijn. Verder is per OLAT-lid één introducé toegestaan. Er wordt in 2017 geen speciale OLAT-vrijwilligersdag georganiseerd. Daarom kunnen onze vrijwilligers (vrijwilliger gedurende de periode 1 september 2016 - 1 september 2017) gratis deelnemen aan deze ledendag.

## Kosten

OLAT-lid (geen vrijwilliger)	€15,00
OLAT-lid (vrijwilliger)	gratis
Introducé	€45,00

Deze kosten zijn inclusief ontbijt in De Vresselse Hut, koffie/thee met vlaai bij de Knoptoren, soep met stokbrood bij Kasteel Henkenshage, warm/koud buffet in De Vresselse Hut met afterparty, bezoek bezienswaardigheden. Verder ontvangt u enkele consumptiebonnen ter vrije besteding op deze adressen. Ook het vervoer per huifkar is inbegrepen.

## Inschrijfprocedure

Inschrijven bij voorkeur via de website van OLAT. Hiertoe moet men inloggen met gebruikersnaam en wachtwoord. De inschrijving sluit op 31 augustus 2017.

Voor degenen die geen internet hebben en voor vrijwilligers die geen OLAT-lid zijn, kan dit schriftelijk met een briefje aan de penningmeester OLAT, Koninginelaan 108, 5491 JX Sint-Oedenrode.

In deze brief moet staan:

- Lidmaatschapsnummer(s)
- Naam/namen
- Woonplaats
- Telefoonnummer



- Bent u wel/niet OLAT vrijwilliger? Zo ja, in welke commissie?
- Aantal introducés (maximaal 1 per OLAT-lid)
- Komt u wel/niet met openbaar vervoer?
- Wenst u wel /niet gebruik te maken van de huifkar voor bezoek tussenstops?

Voor degenen die aan OLAT een volmacht voor automatische incasso hebben afgegeven, worden de kosten na aanmelding door OLAT automatisch geïnd. De overige leden ontvangen een factuur die men zelf kan betalen per iDEAL of middels telebankieren.

#### Verdere info

Joop Wesseling - voorzitter OLAT  
[voorzitter@olat.nl](mailto:voorzitter@olat.nl) 073-5033322



## WANDELWEEKEND ECHTERNACH (LUXEMBURG)

Er kan nu worden geboekt voor dit wandelweekend, dat plaatsvindt op **6-7-8 oktober**.

We wandelen deze 3 dagen een gedeelte van de **Mullerthal Trail** in het zogenaamde Luxemburgse Klein Zwitserland. Deze trail ligt ten westen van Echternach. De omgeving kenmerkt zich door bizarre rotsen, oerbosachtige bossen, mooie bedekte beekdalen en veelbelovende hoogvlakten. De rivieren de Sûre, Zwarte Ernzen en Witte Ernzen doorkruisen dit gebied. Hier vindt men mooie paden, ongerepte wegen, mooie vergezichten en natuurlijke attracties. De routes zijn goed gemarkeerd. De trail is beloond met de titel "Leading Quality Trails - Best of Europe".

Er wordt gewandeld op zowel vrijdag, zaterdag als zondag. Tijdens deze dagen zal er keuze zijn uit diverse afstanden. De langste afstanden zullen we wandelen op zaterdag omdat er dan meer tijd is. De liefhebbers kunnen dan de Mullerthal Trail route 2 doen van 37 km. Op vrijdag en zondag moeten we ook rekening houden met de benodigde reistijd en zullen de afstanden korter zijn. De wandelaars worden gebracht naar beginpunt en opgehaald bij het eindpunt. Onderweg komt er een soeppost. Meer info op <http://www.visitluxembourg.com/nl/te-doen/natuur-tochten/wandelen-luxemburg/mullerthal-trail>.

We rijden met 3 kleine busjes en er is plaats voor maximaal 24 deelnemers (vol=vol). De overnachting is in de Jeugdherberg van Echternach. We slapen op slaapzalen. De slaapzalen beschikken elk over hun eigen badkamer. Ze zijn voorzien van stapelbedden en gasten kunnen hun bagage opslaan in de kasten. 's Ochtends kunnen we in de Jeugdherberg genieten van een ontbijt en 's avonds van een diner. Voor de lunch moet men voor eigen rekening zelf inkopen doen in Echternach of een lunchpakket kopen in de Jeugdherberg.

#### INLOGGEN IN MIJN OLAT

Ons bereiken berichten dat het inloggen in MIJN OLAT soms niet tot stand komt en dat verschillende leden daar problemen mee hebben. Vraag eerst of familie, vrienden of burens u kunnen helpen. Lukt dat niet, handel dan als volgt:

Stuur een mail aan Otto Ahlers: [o.ahlers@olat.nl](mailto:o.ahlers@olat.nl)

Vermeldt in deze mail: OLAT Lidnummer  
 Voornaam  
 Achternaam  
 Straat en huisnr.  
 Postcode en plaats

Otto stuurt dan als antwoord:

Gebruikersnaam  
 Inlogcode

Het kan gebeuren dat u niet direct antwoord krijgt, maar dat dit enige tijd duurt.

-Joop Wesseling-

#### Inschrijfgeld

OLAT-leden €145,- / niet-leden €155,-

Dit is inclusief vervoer, 2x overnachting, 2x ontbijt en 2x diner. Er wordt een reisverzekering afgesloten. Deze geldt niet voor bagage en kostbaarheden.

#### Opstapplaatsen en -tijden

Sint-Oedenrode	07.00 uur
Eindhoven	07.30 uur
Leende	07.40 uur
Nederweert	08.00 uur

De juiste locaties zullen we nog bepalen aan de hand van de aanmeldingen.

#### Boeking

Stuur een e-mail naar [clubreizen@olat.nl](mailto:clubreizen@olat.nl) met daarin de vermelding "weekend", naam/namen en wel of niet lid van OLAT. Geen e-mail, dan even een telefoontje naar 06-38255805 (bij voorkeur tussen 18.00 - 20.00 uur).

Maak daarbij het verschuldigde bedrag over naar IBAN: NL56 RABO 0157 9507 43 t.n.v. OLAT Sint-Oedenrode onder vermelding "weekend".

-Commissie Clubreizen-







## VOORUITBLIK 2E OLAT DAUWTRAPTOCHT — 28 mei



Op **zondag 28 mei** a.s. is de **2e OLAT Dauwtraptocht** naar de Kapel van de Heilige Eik in Oirschot. De eerste editie in 2016 kende 114 deelnemers, die vanuit 4 verschillende locaties naar Oirschot liepen. Uit de evaluatie kwam dat het prachtige tochten waren, maar dat 's morgens vroeg tussen half 6 en half 7 starten voor velen toch wel aan de heel vroege kant was. Dat is dan ook meteen de belangrijkste wijziging voor de 2017 tocht: Er kan gestart worden tussen 6.00 en 9.00 uur.

Nog even voor iedereen wat **achtergrondinformatie** bij het ontstaan van deze Dauwtraptocht op de laatste zondag van mei: In het katholieke geloof is mei de Maria-maand en vroeger ging men dan ook vaak op bedevaart met Hemelvaart of Pinksteren, naar bijvoorbeeld Scherpenheuvel of Kevelaer. Daarnaast ging men in Midden Brabant vaak naar de 'De Kapel van Onze Lieve Vrouw van de Heilige Eik' in Oirschot om een kaarsje aan te steken en te bidden voor Maria en dierbaren. Wil je meer weten over de geschiedenis en legende rondom het Mariabeeldje van de Heilige Eik, ga dan naar de website van de parochie Odulphus van Brabant:

<http://www.odulphusvanbrabant.nl/petrus/cultuur-historie/kapel-heilige-eik/>



In de jaren 70 en 80 van de vorige eeuw was ook Dauwtrappen een bekend gebeuren in onze regio. De plaatselijke harmonie trok er op een vroege zondag in mei op uit en maakte het hele dorp wakker. In de dorpen rondom Oirschot was dauwtrappen naar de kapel van de Heilige Eik een jaarlijks gebruik waar velen, jong en oud, aan meededen.

Deze dauwtraptraditie hebben wij vanuit OLAT in samenwerking met Dinercafé 't Kroegske in 2016 nieuw leven ingeblazen op de laatste zondag van mei, met een heel andere opzet dan de normale OLAT Dagtochten.

Er kan gestart worden vanaf **4 startlocaties** in dorpen in de regio, vandaaruit wandel je naar de kapel en loop je door naar Dinercafé 't Kroegske in Oirschot.

De startlocaties zijn horecagelegenheden in Esbeek



(Schuttershof), Oerle ('t Dorpsgenot), Haaren (De Michel) en Boskant (De Vriendschap). Er kan gestart worden tussen 6.00 uur en 9.00 uur. Men kan individueel starten, in groepjes met vrienden, familie of OLAT-maatjes.

Er zijn wederom 4 mooie **routes** uitgezet, die ongeveer 20 km lang zijn. Daarnaast zijn er dit jaar ook routes voor de terugtocht uitgezet van ongeveer dezelfde lengte. Onderweg is voor elke tocht een caférust ingepast en bij de kapel is een OLAT-verzorgingspost. De routes worden niet bepijld, maar hebben wel een routebeschrijving. We willen echter vooral iedereen digitaal laten en leren wandelen, met de wandelapp. Vorig jaar bij OLAT geïntroduceerd en nu beschikbaar bij elke tocht die OLAT aanbiedt. Je krijgt een digitale routekaart

in gpx-formaat toegemaïld, om te downloaden naar een wandelapp op je mobiele telefoon of te installeren op je GPS-apparaat. Heb je nog geen wandelapp op je mobiele telefoon dan is dit een goede gelegenheid. Er zijn vele wandelapps, maar wij bevelen TOPO GPS aan ([www.topo-gps.com](http://www.topo-gps.com)), een prettige Nederlandstalige app die eenmalig 3,99 Euro kost.



Bij de **Kapel van de Heilige Eik** kun je bij de OLAT-verzorgingspost bijkomen van de wandeling en een kaarsje aansteken natuurlijk. Daarna is het nog enkele kilometers lopen naar 't Kroegske, waar ruim gelegenheid is om bij te komen en een hapje en een drankje te nuttigen.

Het **vervoer** kent verschillende mogelijkheden. Je kunt natuurlijk gewoon teruglopen als je nog zin, conditie en energie over hebt. Je kunt ook je eigen ophaalservice regelen. Daarnaast bieden wij als organisatie een wegbrengservice en een terugbrengservice met de huifkar of minibus!

De wegbrengservice houdt in dat je 's morgens in Oirschot/Spoordonk bij 't Kroegske opstapt en met de huifkar naar één van de startlocaties gebracht wordt. Deze wegbrengservice vertrekt om 6.30 uur en om 8.00 uur.

De terugbrengservice houdt in dat je vanaf 't Kroegske met de huifkar of minibus teruggebracht wordt naar je startlocatie. Deze terugbrengservice vertrekt om 12.00 uur en 14.00 uur. De minibus gaat vaker.

**Deelname** is wederom gratis voor OLAT leden en 2,50 Euro voor niet leden. De vervoerservice kost 5 Euro p.p. Voor meer informatie kun je mailen naar [dauwtrappen@olat.nl](mailto:dauwtrappen@olat.nl) of contact opnemen met Harrie Paulissen (06-53749249) of John Schepens (0499-573671).



## Herdenkingswandeling Memorial Riet Emans

Op 23 oktober 2016 overleed Riet Emans na een kort ziektebed. Zij zou op 17 mei haar 67e verjaardag hebben gevierd. Riet was al sinds 1998 lid van OLAT. Ze had een voorliefde voor wandelingen over langere afstanden zoals Nijmegen-Rotterdam, de Bossche 100, Nacht van OLAT, etc., die ze de laatste tijd vaak liep met haar wandelmaatje Jeannette van Boerdonk. Veel OLAT-leden zullen haar echter ook kennen als een vrijwilligster die in de catering actief was, bijvoorbeeld bij het International Wandelevenement in Weert of de Nacht van OLAT. Samen met haar man Pierre maakte Riet ook deel uit van het team dat in 2016 de OLAT Clubreizen heeft overgenomen. Tijdens de jaarvergadering ontving ze voor haar vele vrijwilligerswerk de Speld van Verdienste.

In haar woonplaats Weert maakte Riet de laatste 3 jaar furore door op een jaarlijkse speciale datum het Graaf van

Hornepad, de OLAT-wandelweg van 93 km rondom Weert, in 1 dag af te leggen.

De bijbehorende foto's en verslag in de plaatselijke pers waren een uitstekende reclame voor het Graaf van Hornepad en de wandelsport.

In overleg met echtgenoot Pierre Emans is besloten om haar op **zaterdag 13 mei** tijdens de Graaf van Hornepad Wandel-



dag te gedenken. Dat gebeurt door een wandeling over een deel van het door haar geliefde pad. De afstand van de Herdenkingswandeling bedraagt 15 km. Iedereen kan aan deze Memorial deelnemen en iedereen mag zijn eigen tempo lopen. Gezien de positieve reacties die wij al mochten ontvangen houden wij er rekening mee dat velen uit de uitgebreide kring van vrienden en kennissen van Riet aanwezig zullen zijn. De wandeling voert o.a. door de natuurgebieden van het (Belgische) Stramproyer Broek en de bosrijke omgeving van het Vosseven in Stramproy. Via het Wijfelterbroek finishen we uiteindelijk in het Belgische natuurgebied De Smeethof. De start van deze tocht is om 10.00 uur vanaf het kerkplein in Stramproy. Wandelaars zullen zelf drinken en eten mee moeten nemen, want onderweg zijn geen pauzeplaatsen ingericht. Maar halverwege de route passeert u wel café-restaurant Het Nieuwe Vosseven.

Bij de start zijn routebeschrijvingen beschikbaar. Deelname is gratis, evenals het vervoer terug van de Smeethof naar de startplaats. In verband met het retourvervoer is het noodzakelijk om zich zo spoedig mogelijk, maar zeker vóór woensdag 10 mei, aan te melden bij **Theo Beelen**, e-mail [theobeelen@planet.nl](mailto:theobeelen@planet.nl). Inlichtingen: 0495-533966.





## 13e ROOISE AVONDWANDEL4DAAGSE

Vier dagen 5, 10 of 15 km wandelen in Sint-Oedenrode en zijn 3 kerkdorpen, het kan weer tijdens de Avondwandel4daagse die georganiseerd wordt op 6, 7, 8 en 9 juni. De routebouwers hebben aan de hand van routes van de voorgaande jaren weer mooie tochten voor u in petto. Door de start in 4 dorpen zijn er in Rooi veel mogelijkheden voor leuke routes door de natuur.

In de natte gedeeltes van de bossen kunnen de muggen erg vervelend zijn. Aangepaste kleding en goed smeren hiertegen helpen het euvel te bestrijden. Een controle op teken na de tochten bevelen we van harte aan.

Op het startbureau is EHBO aanwezig. Indien u hulp nodig heeft tijdens de wandeling, kunt u het noodnummer bellen dat vermeld staat in het routeboekje. Bij een routewijziging: gelieve de pijlen te volgen.



Voor kinderen is er een puzzelzoektocht op de 5 km-route

### Startbureau

Voor de verkoop van 4daagse- en dag-startkaarten is het startbureau geopend vanaf 17.30 uur. Tussen 18.00 uur en 19.00 uur mag er gestart worden. Na het afstempelen van de startkaarten kan de wandeling beginnen; ook bij terugkomst worden de kaarten gestempeld.

### Routes

In **Boskant** leidt de route de wandelaars richting Best, Donderdonk, Hamsestraat en Scheeken. De 15 km-route leidt de wandelaars naar Vleeschbroekstraat en Sort. Iedereen komt via Populierenlaan, Bus en Kremsele en een rondje door Boskant om terug naar de Vriendschap te komen.

In **Nijnsel** is gekozen voor een route vanuit de "Beckart" richting Bolckpad om daarna via het Everseakkerpad naar de Dommelbeemden te gaan. De 5 km-wandelaars mogen richting uitkijktoren, 10 en 15 km-wandelaars gaan richting Martinuskapel; hun route neemt een lus(je) door Vressel mee. Gezamenlijk komen ze terug via Lieshoutseweg en maken

nog een rondje door Nijnsel om bij de "Beckart" uit te komen. In **Olland** leidt de route de wandelaars over Locht en Roest naar de verzorgingspost aan de Boxtelseweg. Terwijl de 5 km-wandelaars richting Henselstraatje en fietspad gaan, nemen de langere afstanden een route via Hoefje naar de mooie, soms natte Geelders. Daarna leidt de route de wandelaars naar Kasteren en Liempde. Alleen de 15 km-route komt met het Sint-Janspontje de Dommel over om met z'n allen terug naar "D'n Toel" te gaan.

In het **centrum** gaan de wandelaars vanaf de Markt richting Kerkplein en Corridor, verder door Eerschot en Heikant. De 10 en 15 km-wandelaars worden richting Veerse Heide en Wolfsven gestuurd. Alleen de 15 km komt tot op de Vlagheide, volgens kenners "de kers op de taart"! Gezamenlijk komen de wandelaars weer door Eerschot en de Neul om te finishen bij de Gouden Leeuw op de Markt van Sint-Oedenrode.

### Verzorging

Onderweg staan er verzorgingsposten klaar met een natje en een droogje voor de wandelaars. De 1<sup>e</sup> grote post wordt geheel verzorgd door A.H. en zijn personeel. Post 2 en 3 zijn OLAT-posten.

### Beloning

Op vrijdag komen de wandelaars over een rode loper naar de finish. Op de Markt staan voor alle wandelaars bloemen klaar. Na een laatste finishstempel ligt er voor hen die 4 dagen meegelopen hebben tevens een medaille als beloning. Muziek bij de finish zorgt voor gezelligheid op de terrassen van de startcafés. We hopen natuurlijk op een Avond4daagse met mooi weer.



### Meer weten?

Kijk ook op [www.avondwandelvierdaagse-sint-oedenrode.nl](http://www.avondwandelvierdaagse-sint-oedenrode.nl)

-Betsie van Mil-





## PRIKBORD

Als nieuw lid van OLAT heb ik zaterdag 22 april mijn eerste clubreis gemaakt. Om 07.30 uur opgestapt in Eindhoven en aangekomen in Spa rond 09.30 uur. Ongeveer iedereen zocht daar even een lokaal cafeetje op om een bakkie koffie te nuttigen en vertrok daarna voor de wandeling.

Het regende licht, maar het was niet koud (later is de zon gaan schijnen gelukkig), dus was het heerlijk wandelen. Ik wist niet wat ik moest verwachten, dus in het begin nog niet erg moeilijk. De groep wandelaars was erg leuk, iedereen in prima humeur. De route was ontzettend mooi; aangekomen in het ravijn van het riviertje de Ninglinspo was het klimmen en klauteren langs de rand van de vallei. Gelukkig zat er op sommige plekken touw aan de rand, zodat we toch wat houvast hadden. Wat een geweldig leuke ervaring. Het was wel goed oppassen, want je lag zo in het water, de stenen waren spiegelglad (overigens is iedereen heelhuids aangekomen). Nadat het trotseren van menig bruggetje en unieke ervaring rijker kwamen we uiteindelijk aan bij het eindpunt, waar we ons tegoed hebben gedaan aan een lekker biertje. OLAT, bedankt voor deze geweldige route. Ik ga zeker nog eens vaker mee.

-Elly Vriend-

(Vervolg van pagina 3)

een tijdje door de Hoëgnevallei, langs het gehucht Neufmar-teau. We steken nogmaals de Hoëgne over. Via een veld en pad bereiken op de weg Verviers – Spa en gaan verder naar het centrum van Polleur.



Let op de gedraaide toren van Polleur en de mooie brug. Het is een volkse traditie waarbij ieder jaar in een folkloristische optocht de jongst gehuwde van Polleur in de Hoëgne wordt gegooid. In Polleur staat ook nog een standbeeld voor de mensenrechten. In de tuin bij het beeld kan je bijhorende teksten lezen. Na Polleur lopen we onder het 500 meter lange viaduct van de snelweg Verviers - Bitburg (E42) door.

We stijgen stevig door het Bois de Staneu over een goede stenige piste. Hogerop kruisen we een brede bospiste en gaan kort daarna rechts verder. We zijn inmiddels op een hoogte van 350 meter, bijna 150 meter zijn we gestegen sinds Polleur. De weg wordt weer pad en we lopen door een zone waar enkele beken ontspringen. Na nog een paar snelle padwissels bereiken we zo een mooie picknickplek (bij droog weer) midden in het bos en gelegen bij de vijver van Chawion. Een tijdje lopen we over een pad parallel met enkele vijvers om tenslotte het Bois de Staneu uit te komen bij het kerkhof van Spa. Langs een bungalowpark en een thermaal oord komen we op de rand van een crête. Onder ons ligt Spa; aan dat thermaal station begint een sterk dalend zigzagpad

naar Spa, af en toe de raillift kruisend. Het gaat snel nu, even later staan we beneden in het centrum van Spa, ons eindpunt van vandaag.

*De geschiedenis van Spa is nauw verweven met de vermeende heilzaamheid van haar waterbronnen. Vanaf de 16de eeuw ontwikkelt Spa zich echt tot een thermaal station, hoewel de Romeinen de bronnen al kenden. Personaliteiten uit zowel de culturele als de politieke wereld kwamen graag naar Spa om er zich tussen de diplomatieke contacten en salonbabbels door te laten verwennen. Peter De Grote, Descartes, de broers Grimm tot de Engelse adel gaven Spa élan. De stadsnaam werd een zelfstandig naamwoord: 'Spa' werd een algemene omschrijving voor kuuroord, nu nog staat het woord in Engelse woordenboeken. Met al dat bourgeoisiegeld aanwezig is het geen verrassing dat hier in Spa in 1764 het eerste casino van Europa zijn deuren opende. De uitstraling van Spa kreeg een dreun toen in 1807 een flink*



*deel van de stad verwoest werd door een grote brand. Het duurde decennia lang voor Spa herstelde van de opgelopen schade. Na 1850 beleefde de stad een climax in populariteit. Spa was weer hot onder de belle époque-bourgeoisie die door haar parken en boulevards flaneerde. Vele gevels en gebouwen die je nu ziet, dateren uit die revivalperiode (1860-1900). Theaters, termen, parken en galerijen verrezen en de grote namen van die tijd (zoals Alexandre Dumas en Victor Hugo) kwamen langs.*

-Ad Ketelaars-

(praktische informatie op blz. 5)



# LPS: STAND CLUBKAMPIOENSCHAP, AGENDA & NIEUWS

## STAND CLUBKAMPIOENSCHAP PER 17 APRIL 2017

1	1	Hanny Klumpkens	3305	8	V
2		Arie Kandelaars	2965	6	M
3	2	Anita Pepers	2960	8	V
4		Wim van Cappelle	2955	6	M
5		Bert Timmermans	2677	6	M
6		Frank Marchand	2576	6	M
7		Rob van Stuivenberg	2460	5	M
8		David Vos	2430	7	M
9		Jack Bertrums	2100	5	M
10	3	Petra Rommers	2044	6	V
10		Johan Rommers	2044	6	M
12		Jan Dinnissen	1894	4	M
13		Gerrit Arfman	1880	5	M
14		Hans van Heeswijk	1660	4	M
15	4	Connie Raijmakers	1556	4	V
16		Boetje Huliselan	1497	4	M
17		Huub Raijmakers	1417	4	M
18		Dirk Donders	1360	3	M
18		Roel van der Wijst	1360	3	M
20		Servee Derks	1253	2	M
21		Frits Mennen	1210	3	M
22		Marco van Heel	1157	2	M
23		Remy van den Brand	1149	2	M
24		Pieter Boots	1070	3	M
25		Jan Willem Vogels	977	2	M
26		Rick Liesting	941	2	M
27		Peter van den Brink	936	2	M
28		Rino Hamelink	860	2	M
29		Ad van Erve	800	2	M
30		Wilko v Nieuwenhuizen	750	2	M

31		Marc Spierings	720	2	M
31		Rini Welten	720	2	M
33		Erik Dikken	710	2	M
33	5	Marleen Ramakers	710	2	V
33		Rudolf van Roij	710	2	M
36		Mart Douven	660	2	M
37	6	Gerda Woestenbergh	600	2	V
38		Ton de Jong	547	1	M
39		Claude Herman	500	1	M
40	7	Sjan van Roosmalen	476	1	V
41	8	Miranda Slegers	404	2	V
41		Vincent Beckers	360	1	M
41	9	Caroline Dinnissen-Vernie	360	1	V
41		Ferdinand van Keeken	360	1	M
41		Richard Klein Bennink	360	1	M
41		Erik Kroon	360	1	M
41		Ted Liebrechts	360	1	M
41	9	Nicole Nacken	360	1	V
41	9	Marij Smeets	360	1	V
41		Jelte van der Zee	360	1	M
41		Wil Zeebrechts	360	1	M
52		Gerrit van Haandel	350	1	M
52		Cor van der Heijden	350	1	M
52		Anja van Kempen	350	1	M
52	12	Clazien Koopman vd Zande	350	1	V
52		Hans Koopman	350	1	M
52		Theo Martens	350	1	M
52		Jan van de Sande	350	1	M
59		Jan Sinot	300	1	M
60	13	Rina Prins-Bourgonje	250	1	V



## Kennedymars Sittard

In het Paasweekend vond al weer voor de 54e keer de Kennedymars van Sittard plaats. In wandelkringen hoor ik vaak kritiek op deze tocht, met name over de verzorging. Het weerhield de OLAT-langeafstandslopers er echter niet van om af te reizen naar Sittard. Maar liefst 33 OLAT-leden namen deel aan deze tocht.

### Proficiat

In de wedstrijdklasse namen drie OLAT-leden deel.

Servee Derks haalde maar liefst een 2e plaats op de 80 km in de mooie tijd van 08:48:16. Hij liep deze tocht voor de 27e keer. Boetje Huliselan eindigde op de 7e plaats in 09:45:55 en Marco van Heel werd 8e in 09:51:20.

### Sittard 15 april: 80 km

Servee Derks 8:48:16, Boetje Huliselan 9:45:55, Marco van Heel 9:51:20, Arie Kandelaars 10:21, Wim van Cappelle 10:33, Ton de Jong 11:14, Rob van Stuivenberg 11:26, Bert Timmermans 11:35:25, Jan Willem Vogels 12:11, Sjan van

Roosmalen 12:12, Frank Marchand 12:12, Petra Rommers 12:14, Johan Rommers 12:14, Huub Raijmakers 12:29, Connie Raijmakers 12:30, Hanny Klumpkens 12:30, Jan Dinnissen 12:47, Peter van den Brink 12:47, Frits Mennen 13:12, Mart Douven 13:26, David Vos 14:28, Rudolf van Roij 14:31, Ted Liebrechts 15:12, Nicole Nacken 15:31, Gerrit Arfman 15:50, Anita Pepers 16:05, Rini Welten 16:05, Pieter Boots 16:05, Rino Hamelink 16:28, Roel van der Wijst 16:50, Ferdinand van Keeken 16:50, Caroline Dinnissen-Vernie 16:53 en Richard Klein Bennink 18:28



Servee Derks

## AGENDA CLUBKAMPIOENSCHAP MEI/JUNI

Datum	Plaats	Organisatie	Afstand	Start	Punten	Bonus
12-mei	Hilversum	sv De LAT, Kennedymars	80 km	22.00	360	
20-mei	Cuijk	Reca Feest	80 km	05.00	360	
24-mei	Odoorn	St. DW4D - KM	80 km	22.00	360	
3-jun	Weert	OLAT Intern. Wandelevenement	24 uur	12.00	* - + 250 extra - schema	
			100 EM	12.00	725 + 250 extra - schema	
	* Puntentelling op de 24 uur: 105-129 km →500 punten / 130-149 km →600 punten / 150-159 km →700 punten		100 km	18.00	500 + 250 extra - schema	
			50 EM	20.00	360 + 250 extra - schema 13 uur	
			50 km	12.00	200 + 250 extra - schema	
10-jun	Hengelo	Kennedymars	80 km	05.00	360	
16-jun	Rijsbergen	Stichting Kennedymars	80 km	22.00	360	
17-jun	Rilland	Scheldetocht, KM	80 km	05.00	360	
17-jun	Gulpen	Veldlopers	70 km	22.30	300	
17-jun	Amsterdam-Leeuwarden - sv De LAT		150 km	10.30 en 08.30	675	
17-jun	Amerongen	Cunera Wandeltocht	60 km	07.00	250	
18-jun	Den Oever-Leeuwarden - sv De LAT		70 km	01.00	300	
23-jun	Duiven	Posbankloop Velp	80 km	24.00	360	
24-jun	Veere	Veerse Meer tochten	60 km	08.00	250	
25-jun	Schajik	Maashorstwandeltocht	60 km	6:00	250	

Deelname aan een tocht graag binnen 2 dagen melden bij [clubkampioenschap@olat.nl](mailto:clubkampioenschap@olat.nl) of [f.marchand@olat.nl](mailto:f.marchand@olat.nl)  
 Voor actuele informatie, kijk op [www.olat.nl](http://www.olat.nl) onder het kopje 'prestatief' in de bovenbalk.  
 Daar vindt u onder 'clubkampioenschap' de actuele tussenstand en het programma.



## 20 km snelwandelen, Naumburg, 23 april 2017



Let op nummer 80:

derde van links eerste rij: "onze" RICK Liesting. Hij gaat er weer als een speer vandoor.

Noemen we dit aanstormend talent, of doordenderend talent?

Lees en geniet mee van zijn wervelend verslag van de 20 km snelwandelen in Duitsland.

Dit seizoen wil ik graag wat meer internationale wedstrijden lopen van 20 km en daarom had ik mij ook ingeschreven om deel te nemen in Naumburg. Deze wedstrijd is het Duits kampioenschap 20 km alle klassen, voor zowel dames als heren, maar ook buitenlandse atleten zijn hier welkom.

Naast mij hadden ook Anne van Anandel, Han Holtslag en Annelies Sarrazin (B) zich ingeschreven voor deze wedstrijd. We gingen dan ook met 4 atleten en een mooie groep begeleiders op weg, te weten: Bas van Anandel, Boetje Huliselan, Frank van Ravensberg, Theo van Houten (trainer DAK) en Steve Verleure (B). Rob Tersteeg zou in eerste instantie ook meegaan, maar vanwege de trainingsachterstand door een hardnekkige blessure besloot hij dat het toch wijzer was om over te slaan, een verstandige beslissing.

Met Han en Frank samen in de auto op vrijdag naar Naumburg, zodat we op zaterdag rustig een training konden afwerken, tot rust konden komen en ter plaatse wat rond zouden kunnen kijken.

Op zaterdag was uiteindelijk iedereen in de loop van de middag aanwezig in het hotel waar ook diverse andere buitenlandse atleten uit o.a. Spanje, Mexico, Algerije, Kroatië en Noorwegen waren gehuisvest.

's Avonds maakte Boetje de gewrichten in mijn benen nog even los en probeerde ik voldoende rust te pakken richting de zondag. Dit heb ik opgepakt van

Joop Zoetemelk, hij stelde "de Tour win je in bed". Oftewel, rust draagt bij aan een goede prestatie en ik ervaar zelf ook dat door voldoende rust ik een stuk beter kan presteren.

Op zondagochtend toch vroeg wakker, maar we moeten ook al om 07.00 uur ontbijten, om vervolgens zo rond 08.15 uur bij het parkoers te zijn om warm te lopen, want om 09.30 uur is de start al. De weersvoorspelling voor vandaag is niet echt denderend, circa 8 graden, wind en kans op regen. Ik moest direct aan Remco de Bruin denken, dit is echt het weer waarin hij zijn beste prestaties neerzet, jammer dat hij niet mee kon dit keer. Ik doe de warming-up op mijn eigen manier en leef ook een beetje in mijn eigen wereldje. Dit weekend niet echt wedstrijdruddruk gevoeld en gevoelsmatig redelijk ontspannen naar dit moment kunnen werken.

*Boetje kent het klappen van de zweep*



Als we bij de verzorgingstafel nog wat zaken doornemen en hier ook zaken bespreken met Erin Taylor-Tallcot (USA) en Steve Allen (UK) denk ik ineens dat ik hallucineer, maar nee, er schalt toch echt het lied "ik heb geen bananen vandaag" uit de speakers, probeer dat maar in het Engels uit te leggen en de sfeer is helemaal gemoedelijk.

Boetje doet vandaag mijn verzorging en heeft een compleet schema voor de 2 drinkbussen en gel gekregen. Ik heb geprobeerd een schema op te stellen waardoor ik voldoende mineralen en glucose binnen kan krijgen. Ook ligt er een indicatief tijdschema, met een eindtijd van 1.34.30. Doel is onder de 1.37.00 te lopen en als het goed gaat mijn pr van Lugano (1.34.52) te benaderen; de tijd zal het leren.

Dan is het bijna tijd en begeven we ons naar de start. Ik kies een mooie plek direct vooraan, naast de Duitse toplopers, waaronder Christopher Linke. Hij finishte als 5e op de Olympische Spelen in Rio de Janeiro 2016. Dan valt het startschot en gaan we op weg. Ik moet mijzelf tegenhouden om niet met de hele vlugge heren mee te gaan, maar merk wel dat ik harder wil dan voorgenomen. Ik besluit om het hogere tempo tijdelijk vast te houden en indien nodig een stap terug te doen.

Het parkoers is 1 km lang, bijna compleet plat, amper een glooiing en kent een rotonde als keerpunt en een rede-



Na de finish vangt Frank mij gelukkig op, want de emoties nemen op dat moment toch wel de overhand. Mijn lichaam laat merken dat ik veel heb gevraagd en de tranen lopen ook spontaan uit mijn ogen, ik geloof het allemaal wel. Bij de verzorgingstafel kom ik tot rust en kijk naar de verrichtingen van de dames. Anne (1.54.52) en Annelies (1.56.51) lopen beiden een stabiele race en lijken in vorm te komen voor een goed seizoen. Han is helaas met drie rode kaarten voor kniestrekking na 10 km uit de race gehaald, maar zoals hij het zelf zegt, toch 7 kilometer verder gekomen dan vorig jaar. Winnaar was uiteindelijk Christopher Linke in een tijd van 1.20.26, winnares bij de dames was Julia Takacs (ESP) in 1.30.14.

lijk wijd keerpunt door gebruik van 3 rijbanen.

Bij het passeren van de verzorgingstafel hoor ik dat ik eigenlijk te hard ga, maar het voelt nog steeds goed. De eerste kilometer gaat dan ook in 4.35, bijna 10 seconden sneller dan gepland, maar ik wil niet de kans lopen mijzelf op te blazen door de eerste kilometers te hard te gaan, dus neem iets gas terug. De daarop volgende kilometers gaan net boven de 4.40 per kilometer. Ik loop dan nog steeds sneller dan gepland, maar hier denk ik eigenlijk niet eens over na gedurende de wedstrijd. Ik focus me op mijn techniek, neem dankbaar mijn voeding aan van Boetje en probeer gehoor te geven aan opmerkingen over mijn techniek door Theo vanaf de verzorgingstafel. Ik kan zelfs nog een beetje genieten van alles wat er om mij heen gebeurt. Wel vervloek ik een deelnemer die blijkbaar is gediskwalificeerd en midden voor de verzorgingstafels lekker in de weg staat. Ook 3 Duitse deelnemers die naast elkaar wandelen vormen een behoorlijk obstakel, maar hier kan ik gelukkig ook langs komen.

Ondertussen zijn ook de koplopers mij al voorbij gevlogen, maar doordat er zoveel mensen uit verschillende leeftijdsklassen rondlopen en dames en

heren door elkaar, loop je lekker in een druk veld en kan ik mij ook geregeld focussen op mensen voor mij om in te halen. Tussentijden zijn ondertussen stukken sneller dan in Lugano, ik zie 10 km in 46.30 voorbij komen, bijna een minuut sneller halverwege de race.

Ondertussen is het wel voelbaar dat het weer omslaat en jawel, wat eerst regen lijkt te worden draait uit op een regelrechte hagelbui. Resultaat is dat ik mijn hoofd wat naar beneden afwend, waardoor direct overal het commentaar komt dat ik rechtop moet lopen; dat wil ik wel, maar die bak hagel in mijn gezicht is niet echt fijn. De kou heeft ook zijn uitwerking op mijn spieren; met nog 4 km te gaan voel ik ze ondertussen goed.

Nu begint dan ook het echte afzien, de wetenschap dat ik een nieuw pr kan lopen, zorgt er toch voor dat ik aan het einde nog 4.37 en 4.32 per kilometer laat klokken om zo uiteindelijk op een eindtijd te komen van 1.32.53 seconden, ruim 2 minuten sneller dan ik ooit was op de 20 km!

We zien nog heel even de start van de 5 km maar besluiten dan terug te gaan naar het hotel. Het weer is helaas niet echt aangenaam en ik ben best wel toe aan een goede "plank" oefening, oftewel gewoon lekker languit op bed liggen en even tot rust komen. Het was voor mij een erg bijzonder weekend en erg leuk om met zoveel goede wandelvrienden en -vriendinnen hier te mogen zijn op dit mooie evenement. Dank aan de heren verzorgers en coaches voor alle steun, zonder hen zou het verhaal een heel ander einde gehad kunnen hebben.

*-Rick Liesting-*





KWBN en de Sectie Lange Afstand Wandelen (SLAW) hebben samen besloten de sectie op te heffen en te continueren als commissie van KWBN. De commissie zal bestaan uit Henk Klijn (voorzitter), Johan Hertgers, Jan Hacking en Hans van der Knaap.

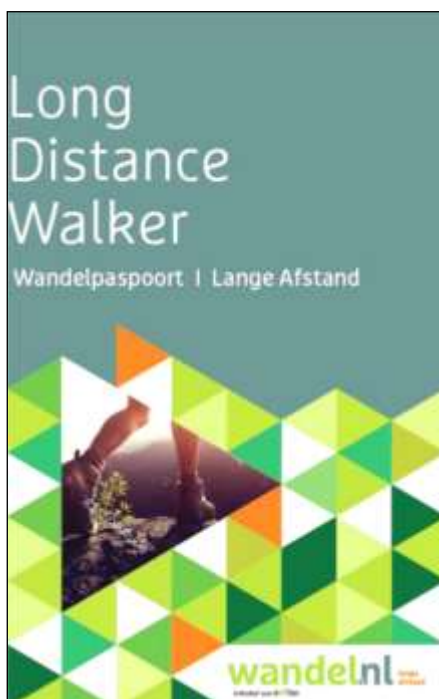
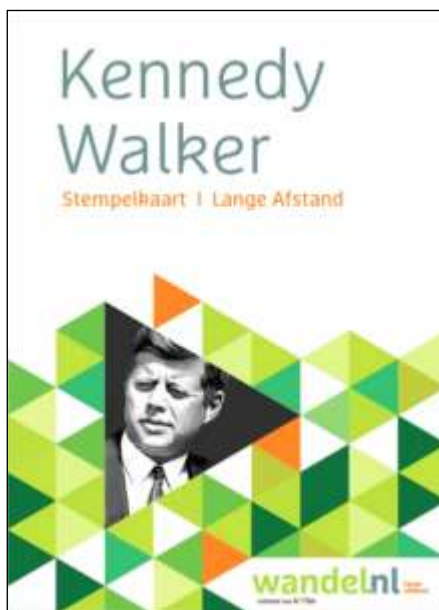
De commissie krijgt een beleidsmatige en ceremoniële functie en zal zich voornamelijk bezighouden met de kalender en de uitreiking van onderscheidingen. Het KWBN-bonds bureau neemt de operationele en organisatorische taken van de SLAW over. Denk hierbij aan de uitgifte van stempelkaarten en wandelpaspoorten, het toesturen van beloningen en oorkondes, maar ook aan de presentatie van de resultaten.

Het langeafstandwandelen krijgt in de loop van april een vaste plek op de website wandel.nl. De verschillende materialen zijn inmiddels aangepast aan de huisstijl van wandel.nl. Voor Kennedy Walkers is een lijn met een witte achtergrond ontwikkeld; voor Long Distance Walkers met een grijs/blauwe achtergrond.

### Aanvragen gratis materialen

Onderstaande materialen en beloningen zijn gratis aan te vragen via [info@kwbn.nl](mailto:info@kwbn.nl):

- Stempelkaart Kennedy Walker
- Wandelpaspoort Long Distance Walker
- Bronzen, zilveren en gouden speld Long Distance Walker
- Oorkondes en extra beloningen Kennedy Walker
- Oorkondes en extra beloningen Long Distance Walker



De aanvrager moet behalve de gewenste bestelling ook zijn/haar voornaam, achternaam, adres en eventueel KWBN-lidmaatschapsnummer vermelden. Stempelkaarten en wandelpaspoorten zijn vaak ook verkrijgbaar bij de finish van Kennedymarsen en langeafstandswandelingen.

### Aanvragen en betalen Kennedy Walker-medailles

Aan de brons-, zilver- en goudkleurige medaille voor Kennedy Walkers zijn kosten verbonden, respectievelijk €7,50, €6,50 en €5,50 + €2,20 verzendkosten. De medailles zijn vanaf medio april verkrijgbaar via de webshop van wandel.nl. Tot die tijd kunnen wandelaars ze aanvragen via [info@kwbn.nl](mailto:info@kwbn.nl).

De aanvraag wordt in behandeling genomen zodra het totaalbedrag (kosten medaille + €2,20 verzendkosten) is overgemaakt op IBAN-nummer NL70 ABNA 0566 3382 62 ten name van KWBN, o.v.v. de eigen naam en de gewenste medaille.

### Altijd stempelkaart of wandelpaspoort opsturen

Bij elke aanvraag voor een medaille, speld, oorkonde en/of extra beloning moet de wandelaar de stempelkaart of het wandelpaspoort voor registratie opsturen naar KWBN, Postbus 1020, 6501 BA Nijmegen. De stempelkaart of het paspoort komt samen met de bestelling weer retour.

Bron: kWbn



## Waarom sokken wisselen?

Naarmate de wandelafstand groter wordt, neemt de kans op blaren toe. Maakt u regelmatig een lange wandeltocht of loopt u bijvoorbeeld de Vierdaagse mee? Dan is het verstandig om een extra paar sokken mee te nemen. Gelukkig zijn ze niet zwaar en passen ze in het kleinste gaatje van uw (rug)tas.

Doe uw sokken tijdens een pauze moment even uit, zodat het overtollig vocht kan verdampen en uw voeten even vrij kunnen bewegen. Zijn ze nat van het vocht, dan is het aan te bevelen ze te vervangen door een droog paar om de volgende redenen:

- Wandelen met natte sokken, betekent een natte huid. Ook al zijn ze slechts een beetje nat, de kans op blaren is groter omdat een natte huid weker is.



- Sokken zorgen voor een stukje dempend vermogen. Bij elke pas moet het lichaamsgewicht gedragen worden en

iedere vorm van demping is meegenomen. Een sok die verzadigd is met vocht verliest en groot deel van zijn demping.

- De temperatuur van uw voeten kan stevig oplopen bij lange wandelingen. Zeker als u op het asfalt loopt waar de zon voortdurend op schijnt. Een droge sok zorgt in dit geval voor een stukje verkoeling.



Kortom: het verwisselen van sokken kan aangenaam zijn voor uw voeten die u toch tot aan de finish moeten dragen. Verzorg ze goed en wees er zuinig op.

Bent u de finish gepasseerd, doe dan uw schoenen en sokken uit en zorg voor frisse lucht en afkoeling.

Met sportieve groet,

-Team het LoopCentrum ([www.hetloopcentrum.nl](http://www.hetloopcentrum.nl))-



## WANDELGROEP OIRSCHOT

Wandelgroep Oirschot is vanaf begin april 2015 gestart met prachtige tochten vanuit Dinercafé 't Kroegske in Spoorдонк. Na het winterprogramma, waarbij op zondagochtend werd gewandeld, is vanaf 1 april de woensdagavond weer aan de beurt. Elke woensdagavond wordt er vanaf 19.00 uur gewandeld.

De te lopen afstand ligt rond de 12 km en is telkens wisselend in een van de natuurgebieden c.q. delen van de gemeente Oirschot. Af en toe zal met de huifkar naar een startlocatie gegaan worden of wordt men opgehaald vanaf een eindlocatie.

Deelname staat vrij voor alle OLAT-leden en zeker ook voor niet-leden, die zo OLAT kunnen leren kennen. Niet-leden kunnen 2 keer gratis deelnemen en betalen daarna 1 Euro per keer.

De invulling vindt plaats in samenwerking met horecagelegenheid Dinercafé 't Kroegske / De Stapperij.

**Vertreklocatie:** Dinercafé 't Kroegske  
Spoorдонkseweg 80  
5688 KE Oirschot

**Vertrektijd:** 1/4 - 1/10: woensdag 19.00 uur

**Afstand:** ca. 12 km

De te lopen route wordt een dag van te voren gepubliceerd via de gratis wandelapp Endomondo en via de website & facebookpagina van Dinercafé 't Kroegske:

<http://www.kroegske.nl/feesten/activiteiten/wandelroutes>

**Meer informatie:** oirschot@olat.nl of  
Harrie Paulissen 06-53749249  
John Schepens 0499-573671

# Sportkanjer Anita genomineerd voor Veghelse Sport Awards 2016

Onze zeer actieve en succesvolle langeafstandlooper Anita Pepers uit Veghel was genomineerd voor een van de Veghelse Sport Awards 2016 van de nieuwe gemeente Meijerijstad, die op 29 maart 2017 uitgereikt zijn in Veghel.



Anita staat al een aantal jaren in de top van de ranglijst van onze Lange Afstands Clubkampioenschappen. Over 2016 werd ze tweede bij de dames. Ze voltooide een groot aantal Kennedy-marsen, liep 14 keer de Nijmeegse Vierdaagse uit en hoorde bij een van de 100 uitverkorenen die bij de 100e Vierdaagse een extra ereronde van 50 km mocht lopen (boven op de 4 x 55 km per dag! Terecht dat ze nu genomineerd was voor de Veghelse Sport Awards 2016, die op 29 maart 2017 uitgereikt zijn in Veghel in de Blauwe Kei. Het was een groot feest, want er waren nogal wat categorieën: Categorie Sportstimulering, Sporttalent, Sportploeg, Sporter met een Beperking en last but not least: Sporter 2016: Anita Pepers en Joosje Burg van Hockey den Bosch. Natuurlijk hadden wij onze stem op Anita uitgebracht en wat was het spannend!

Gastheer Jan-Hein Opheij heette iedereen welkom en zorgde voor een vlotte presentatie. Wethouder Coby van der Pas zei: "De bedoeling van deze avond is om de kampioenen te eren en een aantal sporters extra in de schijnwerpers te zetten". Tevens roemde zij de inzet van de vele vrijwilligers, zonder hen kan de sport niet bestaan. De avond werd geopend door zangeres Yvon Kanters met een vertolking van het lied "Hallelujah". Het was natuurlijk voor alle sporters spannend, maar wij zaten te wachten

op de uitslag voor Anita. Ondertussen zat er een tekenaar, Frank, op het podium, die, à la minute, de meest treffende tekeningen op het papier/scherm wist te zetten.

Opmerkelijk was ook de kleine turnster Guusje Willems, die

als groot voorbeeld Sanne Wevers voor ogen heeft. Niet alleen kan ze heel goed turnen, maar ze is ook begaan met het lot van andere mensen, die o.a. aan de ziekte MS lijden. Ze heeft een bepaald doel voor ogen om daarvoor geld op te halen en ging dan ook na afloop enthousiast rond met de collectebus.

Eindelijk was het moment daar dat Anita en Joosje het podium op werden geroepen. Helaas voor Anita, collega-sporter Joosje mocht de Award in ontvangst nemen. Het was even slikken, maar je bent sportief of niet.



Uiteindelijk kwam er tóch nog een grote verrassing want Anita mocht nog een keertje het podium opkomen, samen met 2 dames Toos van de Broek en Henny Mater, beiden al 40 jaar vrijwilligster bij LGBS (Lichamelijk Gehandicapten Sportvereniging Veghel), waarbij zij gehandicapten helpen bij het zwemmen. Chapeau.

Anita mocht een eervolle vermelding in ontvangst nemen, waarbij werd opgemerkt dat zij niet alleen gigantisch veel kilometers per jaar wandelt, maar dat ze op deze manier deze "toch weinig zichtbare sport, wandelen," positief in de spotlights zet.



De tekenaar had al snel een grote voet getekend met de nodige blaren erop. Anita van haar kant maakte de goede man erop attent dat ze NOOIT blaren loopt, hij wiste de tekening snel. Nu Anita in een bak koel water met de voetjes.

Bravo Anita en PROFICIAT

-Lies Wesseling-

## Kennedymars Sittard



Op vrijdag 14 april op tijd naar bed, want de wekker zou de volgende dag weer eens vroeg aflopen. Tegen 02.00 uur vertrokken we op zaterdag met de auto richting Sittard voor de Kennedymars die we hier voor de 4e keer zouden gaan lopen. Tegen half 4 kwamen we aan op het parkeerterrein van de DSM in Sittard. Het duurde even voordat de bussen kwamen voor de pendeldienst naar de start. Tijdens het wachten op de bus stonden we hier flink in de wind. Dat was erg koud, dus een extra windjackje was geen overbodige luxe.

Na een kwartiertje wachten, stapten we in de bus die ons naar de grote tent op het marktplein in Sittard bracht. Nog een klein stukje lopen naar de markt. Daar kwamen we nog uitgaanders tegen en wat licht aangeschoten, werd er geroepen met een dubbele tong: "Succes he, ik gao nu slaopen". Dat leek ons wel heel verstandig voor die persoon. Op de markt aangekomen, hoefden we niet meer in te schrijven, dat hadden we namelijk al van te voren gedaan en de inschrijfkaart hadden we netjes thuisgestuurd gekregen. Even een bakje koffie gedronken en wat gegeten en toen naar buiten op het plein gaan staan. Voordat je het plein opging, werd je kaartje al voor de eerste keer geknipt. Om dan toch niet helemaal achteraan te hoeven starten, stonden we hier al om half 5. Gezellig wat kunnen kletsen met andere wandelaars en op die manier was dat half uur-

**Traditiegetrouw wordt op paaszaterdag de Kennedymars van Sittard gelopen. Het is een dagtocht met jaarlijks veel deelnemers. Dit jaar finishten er 1915 lopers. OLAT was goed vertegenwoordigd: 33 wandelaars.**

**Omdat er bij deze Kennedymars officiële tijdsregistratie is, zijn er bonuspunten voor de clubkampioenschappen te verdienen. Je moet de tocht dan wel binnen de 13 uur lopen. Hoe sneller je loopt, hoe meer punten je krijgt bovenop de 360 punten die je standaard voor een Kennedymars krijgt. Voor een aantal OLAT'ers was het een reden om weer eens stevig door te stappen. Wie welke tijd liep, kunt u op de website onder het kopje Prestatie-(LPS) / clubkampioenschap zien. Petra en Johan Rommers liepen de tocht. Hieronder leest u hun verhaal.**

tje wachten zo voorbij. Na een woordje van de organisatie op een balkon van een huis bij het plein konden we gaan aftellen. Met zijn allen 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1 en weg zijn we.

Achter de wedstrijdlopers aan vertrekken we voor deze tocht. Over het industrieterrein lopen we Sittard uit, richting Nieuwstadt. Af en toe valt er wat miezerregen uit de lucht. Na Nieuwstadt lopen we door het buitengebied naar de eerste controlepost, op 17 km in Böhmerwald. Hier moet eerst het kaartje geknipt worden. Daarna krijg je een broodje of een stukje fruit of een geschilderd gekookt eitje aangereikt.

Op alle oversteekpunten staan vrijwilligers die ons altijd voor laten op de rest van het verkeer. Op weg naar Mariahoop horen we de eerste klanken van een blaaskapel die ons in dit kleine plaatsje opwacht. Leuke afwisseling tijdens het lopen. Een stukje verderop bij een cafeetje staat een tweede blaaskapel voor ons te blazen. Daarna zien



we aan de zijkant van de weg een paastafereel.

Zo komen we na 28 km lopen bij de rustpost bij Posterholt. Hier krijgen we een broodje of een krentenbol en wat fruit aangereikt. Posterholt lopen we uit en daar is een verzorgingspost van de wedstrijdlopers die aan het opruimen is. Daar mogen wij nog wat fruit pakken en dropjes. Wedstrijdlopers moeten binnen 12 uur de 80 km volbracht hebben. Daarom moeten ze bij die rustposten binnen een bepaalde tijd geweest zijn. Hier worden we op de foto gezet door de fotograaf op de hoge fiets die we vorig jaar bij toeval ontmoet hadden. Leuk om hem weer te zien. Hij maakt zelf foto's van "zijn meissie", zegt ie dan en die loopt bij ons in de buurt. En dat was vorig jaar ook het geval. Dat maakt zo'n lange afstand lopen ook wel extra gezellig.

Na 36 km komen we in Montfort aan. Hier is een post bij een café en gaan we binnen zitten voor een bakkie en toiletbezoek. Ook krijgen we hier een broodje en fruit van de verzorgingspost. Montfort uitlopend, komen we langs de ruïne van kasteel Montfort. Daar lopen we min of meer omheen, om verder te lopen in het buitengebied. Nu begint het toch wel aardig door te regenen. Zodanig dat we uiteindelijk toch maar de paraplu pakken.

Door een bosgebied komen we bij het spoor uit dat we oversteken. Daarna





meteen over het viaduct over de A73. Deze stijging loopt gelijk aan de snelweg en zo zie je dan ook aan de andere kant van de weg de wandelaars weer naar beneden lopen. Als wij daar ook zijn, worden we door de politie begeleid om de drukke provinciale weg over te steken. Het blijft maar regenen, dus nog steeds paraplu in de hand. We zien in de verte de torens van de energiecentrale van Maasbracht waar we naar toe lopen. Eerst nog een gedeelte door Maasbracht langs de boulevard van de Maas gelopen om daarna de brug bij de Maas over te gaan.

Het regenen stopt nu, dus alles kan weer opdrogen. De brug over en nog een stukje langs de snelweg A2 gelopen. Die verlaten we via een trap naar beneden om daar meteen een rust tegen te komen. Hier krijgen we een bekertje bouillon. Meteen doorgelopen en aan de andere kant van de Maas lopen we weer verder. Slingerend door het plaatsje Wesseem moeten we verder over een lang stuk fietspad naar Thorn. Op een gegeven moment worden we gesupporterd door een bekende wandelaar, die op de fiets uit Geldrop is gekomen om hier als toeschouwer de wandelaars aan te moedigen. Hartstikke leuk!

Voor de kerk bij de binnenkomst van Thorn is een rustpost op ongeveer 51 km. Binnen drinken we wat fris en eten een krentenbol. Hier worden verschillende mensen voor de blarenbehandeling verzorgd door de EHBO. Hebben wij gelukkig geen last van. We genieten van het witte stadje Thorn met zijn mooie "kinderkopjes" die voor extra massage van de voetjes zorgen. Gelukkig is dit van korte duur.

Eerst door een haag van muzikanten en dan staat er midden voor de kerk nog een speciale rust met allerlei lekkers, van stukjes kaas tot een lekkere wafel en drinken. Wat een verwennerij!

Vrolijk verder lopend, gaan we vrij snel Belgisch grondgebied op en komen in het plaatsje Kessenich. Ook hier staan overal verkeersregelaars die zorgen voor een goede doorstroom. Veel wind op de dijk langs de Maasplassen en dat is een stuk frisser. Ook hier komt onze supporter langs gefietst en maakt een praatje met ons. De dijk moeten we weer verlaten om via het plaatsje Geistingen weer terug te komen op het fietspad langs de Maas zelf. Via de plaats Maaseik wandelen we weer richting Nederland. De brug bij de Maas over en we zijn weer in Nederland. Na Roosteren gaan we eerst het Juliana-kanaal over en gelijk erna de A2.

Ondertussen komen op onze route de 40 km-lopers er ook bij, dus nu wordt het veel inhalen geblazen. Onderweg nog een doorlooppst aan het fietspad met fruit en een bekertje drinken. Kort hierna horen we carnavalsmuziek van jeugd die op een versierde wagen zit. We komen door Dieteren

vanwaar we nog een 13 km moeten lopen naar Sittard. Hier is nog een grote doorlooppst, waar we nog een broodje krijgen en evt. fruit. Het volgende punt is Susteren. In deze plaats zijn veel inwoners actief voor de wandelaars. Op diverse plaatsen staan ze voor je klaar met een bekertje water of ranja. Kinderen met snoep langs de kant van de weg. Gewoon leuk!

Na Susteren gaan we richting Nieuwstadt over een gedeelte waar we op de heenweg ook gelopen hebben. Nog een trommelsessie van een leuke groep muzikanten en zo raken we stilaan bijna aan het einde van deze tocht.

Nieuwstadt verlatend gaan we het spoor over en dan komen we bij een lang stuk op dezelfde route als in de ochtend, maar nu dan de andere kant op. We blijven maar wandelaars van de 40 km passeren. De energie raakt stilaan op maar door het inhalen van andere wandelaars blijft het tempo erin. Nu nog door het industrieterrein van Sittard heen en dan zijn we er bijna. Nog een klein rustpostje met peperkoek en drinken tussendoor en op naar de laatste 3 km, met een bord aangegeven. Uiteindelijk nog 2 en dan zie je "nog 1 km" staan. Om een heel mooie tijd weg te kunnen zetten, gaan we nog even als een speer. Zodra je dan door de haag van mensen een rondje rond de tent loopt, voel je je trots van "Yes, we did it". Een recordtijd weggezet van 12 uur en 14 minuten volgens de scantijd binnen. Nummertje 4 in ontvangst genomen voor op de medaille en een stempeltje in ons boekje van de Kenne-



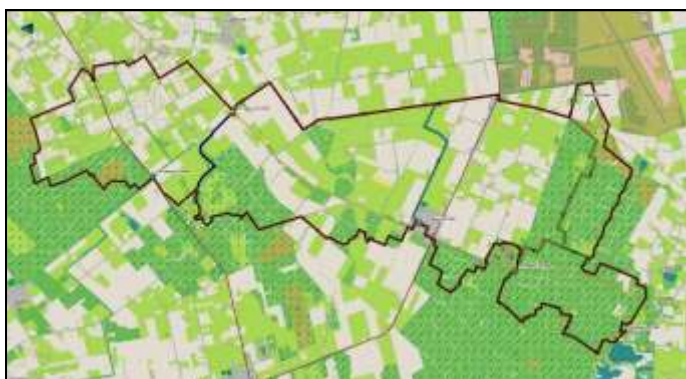
dymarsen. Van de 2430 starters vanmorgen kwamen wij als nr. 153 en 154 binnen. Toch wel iets om trots op te zijn. Nog gezellig wat drinken samen en uitrusten maar.

-Petra en Johan Rommers-



Zondag 9 april 2017

## Voorjaarstocht vanuit Natuurpoort Nederheide in Milheeze (40 km)



Vandaag gelopen met Paul Janssen en Marco van Heel, en twee keer soep gehad...snap niet wat er verkeerd ging...

Na gisterenmiddag in de zon te hebben gelegen en de zomer in mijn bol, had ik kleding klaargelegd voor vandaag. Korte broek, singlet shirt...

Eenmaal onderweg kijk ik op mijn temperatuurmeter en zie 3 graden buiten!!! Flink mistig en de temperatuur daalt naar anderhalve graad. Ik zet mijn verwarming wat hoger; niet dat het buiten dan warmer wordt, maar ik hoop dat ik het zelf iets warmer krijg. Ik heb nog een dun jackje meegenomen en handschoenen.

Als ik bijna in Milheeze ben, zie ik een grote oranje zon omhoog stijgen. Dit zou nog weleens goed kunnen komen qua temperatuur; ze hadden immers 21 graden beloofd.

Tegen de tijd dat we mogen vertrekken, is het nog fris. Marco en Paul zijn al onderweg. Tegen de tijd dat ik ze inhaal, ben ik al iets opgewarmd en met drieën zijn we onderweg.

donkere stofwolken stuiven omhoog. Zelf zak ik een schoendikte de grond in en bedenk me dat het maar goed is dat we deze lange akker (850 m) in de ochtend krijgen en niet op het einde als de temperatuur flink gestegen is.

De wagenrust is aanstaande en chocomel en een boterham gaan er goed in. We vervolgen onze route en genieten met volle teugen van de omgeving. Wanneer we alleen met de afstand 30 km komen te lopen, gaat er waarschijnlijk iets mis. Daar komen we na de tocht pas achter en met name "waar" we een lus hebben gemist. En waarschijnlijk was dat op het punt waar een wagen honden aan het uitladen was om deze aan de lijn te laten zwemmen.

Vanaf de start is het gelijk onverhard en een mooie bospartij, gevolgd door na ongeveer 6 km een akker die net is omgeploegd: lus gemist. Namelijk: we komen bij de rust en tot mijn verbazing is dat de soeppost. Normaal is deze op het einde en ik informeer nog ... krijg te horen dat wij nog een wagenrust krijgen! Dus na de soep lopen wij door, maar het bevalt me al niet. Mijn gevoel klopt, we zijn terug bij de start.



Joop staat ons al op te wachten en ik vertel mijn relaas. Natuurlijk heb ik een reputatie ,maar ja wie gelooft mijn bovenstaande verklaring? Gelukkig heb ik twee vrienden bij die mijn verklaring kunnen beamen.

Maar geen nood, gewoon een rondje van 10 km er achteraan gedaan.

-Jack Bertrums-

We vervolgen wel de pijlen maar hebben de



## De wandeling van Spa naar Stavelot

Aanvankelijk was voor de clubreis op 25 maart een trajectgedeelte van de GR5, van Spa naar Vielsalm, gepland. Echter bij de verkenning van de route, op een koude en regenachtige dag begin maart, bleek dat het op de route Spa - Vielsalm, gezien de grote hoogteverschillen, de lengte en de slechte gesteldheid van de route zelf, voor de meeste clubreizigers niet haalbaar zou zijn om op tijd bij de bus te zijn voor vertrek naar huis. Aangezien zowel op het traject Spa – Stavelot, alsmede Stavelot - Vielsalm geen horecagelegenheid was voor een koffiebreek, was inkorting van de route de enige mogelijkheid. Gekozen is voor het eerste traject van de geplande route.

Gelukkig was het de week vóór de clubreis en op de dag zelf zonnig weer. Ondanks dat de route ingekort was, was het “volle bak”. Naast de grote bus van de fa. Van Hoof was er nog een klein busje nodig om alle wandelaars te vervoeren. Nadat de laatste wandelaars in Nederweert ingestapt waren, kwamen in de bus rond met een schaal dik gesneden plakken cake, gebakken door een der reisgenoten. Voor sommigen was ook koffie beschikbaar, ook voor mij. Bedankt Annie, Netty en Coby !

De start in het centrum van Spa is altijd bij een horecagelegenheid, want er zijn

is. Dat blijkt heel snel, want we hebben het centrum van Spa nauwelijks verlaten, of er doemt voor ons een klim op met een stijgingspercentage tot 10%! Als een hazewind snellen Nelly en Nick dan omhoog; mijn diesel echter moet dan nog warm lopen. Eenmaal op stoom, dan ben ik niet te houden en zeker bij een dalend pad

of weg, dan dender ik naar beneden en geef mijn wandelgenoten het nakijken.



houten vlonders. In het midden van het veengebied bereiken we allereerst een monument ter ere van de omgekomen bemanning van een Engels vliegtuig, dat hier in oktober 1944 tijdens de Tweede Wereldoorlog neergestort is. Daarna bereiken we de eerste en hoogste top van deze wandeling, nl. 576 meter boven zeeniveau.

Bij de top vervolgen we onze route met een scherpe bocht naar rechts richting Bérinzenne, maar eerst komen we bij een uitkijktoren, 86 traptreden en 22 meter boven de grond. Om nogmaals te kunnen genieten van de omgeving zijn



Bij het verlaten van de bebouwde kom komen we tenslotte bij een beukenbos. In dit bos vervolgen we de route al stijgende via de Promenade des Artistes, langs een beekje dat we telkens moeten oversteken, totdat we bij een verharde weg uitkomen, de Chemin de Fontaines.

altijd koffieleuten bij die niet beginnen met de wandeling zonder eerst iets gedronken te hebben of een kort bezoek brengen aan het toilet. In Spa zelf was het ook druk door wandelaars op weg naar het startbureau van een lokale wandelsportvereniging, maar wij kozen de andere richting. Na ons natje en droogje gingen we, Nelly, Nick en ikzelf, op pad.

Bij bestudering van de route Spa – Stavelot valt het op dat het grootste gedeelte van de route stijgend of dalend

We steken de weg over en vervolgen de route, nog steeds in licht stijgende lijn, richting het hoogveengebied van Malchamps. Op het veengebied lopen we aanvankelijk over goed begaanbaar kiezelpad, maar verder in het veengebied vervolgen we onze route over een aaneenschakeling van







we naar het bovenste platform van de uitkijktoren gegaan, maar de koude wind jaagt ons weer zeer snel naar beneden; daar voelt de temperatuur wel wat aangener aan.

Het hoogveengebied van Malchamps fungeert als een ondergrondse waterreservoir voor ons Spa-water.

Bérinzenne bestaat uit een cluster van gebouwen, welke nu als Museum voor Bos en Water dienst doet.

Vlak voor de eerste gebouwen van Bérinzenne maakt de GR 5 een scherpe bocht naar links richting Andrimont.

Bij het eerste gedeelte van het pad lopen diverse wandelaars ons tegemoet, vermoedelijk deelnemers van de wandeltocht vanuit Spa.

Aanvankelijk is het een uitstekend wandelpad, maar dat is helaas van korte duur.

Het is "alle hens aan dek", ter voorkoming van natte voeten en/of vieze kleding. Gelukkig wordt de route na verloop van tijd beter begaanbaar, om in dalende lijn tenslotte in Andrimont uit te komen. In dit gehucht hebben we heel eventjes kunnen genieten van de enige asfaltweg die het gehucht rijk is. Het lijkt wel alsof Ad Verbakel dit stuk van de GR5 uitgezet heeft, want die houdt ook meer van survivalpaden dan van asfaltwegen.

Al vrij snel verlaten we Andrimont met

zijn enige asfaltweg om tenslotte weer scherp dalend via een stenig pad onze route te vervolgen richting Ruy.

Tussen Andrimont en Ruy komen we op sommige stukken deelnemers aan de (halve) Decathlon Marathon tegen. Voor hen was er ook geen gebaande, vlakke route zonder noemenswaardig hoogteverschil uitgezet. Het lijkt voor hen meer een cross country dan een hardloopwedstrijd; ook zij moeten soms bij stijging van hun route van hun looppas overschakelen naar een normale wandelpas.

In Ruy is de soeppost geïnstalleerd. Afgelegd tot hier toe ca. 12 km. Vanaf het hoogste punt op het veengebied van Malchamp tot hier in Ruy zijn we ca. 280 meter gedaald.

Bij de soeppost is het, onder genot van een beker soep en Turks brood met kruidenboter en onder toezicht van Maria met het kind, in de zon goed toeven.

Goed en wel uitgerust vervolgen we onze route; er staat voor ons nog een stevige klim te wachten met een hoogteverschil van ruim 200 meter.

Omdat het eerste gedeelte van de klim door open terrein loopt, levert dit voor ons mooie vergezichten op, o.a. met Ruy in het dal en Andrimont als het ware tegen een heuvelwand aangeplakt.

Na het tweede gedeelte, in het bosgebied, bereiken we via goed begaanbare paden de top van deze klim, ruim 500

meter boven zeeniveau.

Op de top aangekomen zijn we dan vanaf de soeppost ruim 200 meter gestegen. Als je denkt dat men na het bereiken van de top het zwaarste stuk van de route gehad heeft, dan heb je dat echt mis. Het komende stuk van ruim een kilometer is het glibberen, glijden, springen, door de modder stappen en sluipen door dichte bebossing ter voorkoming van natte voeten of een vuile broek. Ikzelf kom redelijk ongeschonden door deze moeilijke passage, hetgeen niet het geval was bij verkenning van de route. Maar zoals altijd geldt: de volhouder wint altijd.

Na passage van dit "survivalstuk" vervolgen we in dalende lijn de GR5 over goed begaanbare wegen, door bossen, over een smal bruggetje, over een weiland met koeienpoortjes en een klein stukje asfaltweg tot bij een smalle, donkere tunnel onder een oude spoorbaan, bestaande uit een watergoot en een smal trottoir. En zaklamp zou hierbij voor sommigen van nut kunnen zijn. Het geeft ons wel de gelegenheid onze schoenen in de watergoot te "kuisen".

Aan het einde van de tunnel een tiental traptreden omhoog en we zijn in Stavelot. In het centrum ervan is dan alles in gereedheid gebracht voor het halfvasten carnavalsgebeuren.

Volgens GPS-gegevens zijn we vandaag 573 meter gestegen en dat over ruim 17 km! Voor sommige deelnemers was de huidige route nog te kort en die hebben op eigen gelegenheid nog een rondje Stavelot genomen, maar voor de

meeste wandelaars was het nagenieten onder het genot van een trappest of wat het ook mag zijn geweest.

De foto's in dit verslag zijn beschikbaar gesteld door Kees van de Aa en daarvoor mijn hartelijke dank.

-Martin Swarts-



## De Beara Way, een verborgen parel in Ierland (4)



### Dag 5: Allihies – Ballaghboy - 26 km

Vanuit mijn slaapkamerraam kan ik de toppen van de heuvels zien en ondanks dat het pijpenstelen regent, geldt dit in Ierland als een mooie dag. Wanneer ik de route bij de brug over de Ballydoneganrivier weer oppik, krijg ik gelukkig alleen te maken met de korte Ierse drieminutenbuitjes.

Langs het strand volgt de route een grindweg, om even later de kust te volgen over het korte gras. De route is redelijk vlak, alleen een kloof verspert me de weg. Ik daal af en klim aan de andere kant net zo hard weer omhoog naar een weiland vol blonde koeien. Even kan ik het niet laten naar de rand van de afgrond te lopen, waar het water als een fontein omhoog spuit als het een rots tegenkomt. Een paar weilanden en mega-overstapjes verder kom ik weer op een weg, die langs een eenzaam, geel huis leidt. Dan begint het klimmen weer, want de Beara Way gaat over de flanken van Lackacroghan, een bergje van 260 meter. Misschien juist wel omdat hij zo laag is, zigzagt het pad nauwelijks, maar gaat het heel onaardig steil omhoog. Eenmaal boven staan de markeringen een eind van het pad af, maar daar trek ik me niets van aan. Zolang ik de oceaan aan mijn rechterhand zie, zit ik goed.

Uiteindelijk krult het pad een heel eind terug om de berg om weer op de verharde weg



Alweer de 5e dag van de wandeling van Rinda in Ierland. Gelukkig hoeven wij niet al die namen van plaatsen en bergen te onthouden, want dat is een ramp. Wij mogen ondertussen genieten van alle kleuren van het palet in de mooie "Parel van Ierland", waar de zee altijd dichtbij is.

te komen. Hier kan ik kiezen uit de Garinish- en de Finkeellus. De Garinishlus loopt dicht langs de kust en gaat over een iets lagere heuvel, en daarom sla ik rechtsaf langs Garinish strand.

Terwijl ik over het asfalt loop, begint mijn linkerknie weer te zeuren. Dat verbaast me. Hier vraag ik er toch niet teveel van? Gelukkig verdwijnt de pijn weer en kom ik even later zorgenvrij bij een handwijzer die omhoog wijst, terug naar de weg en de enige kabelbaan van Ierland. Dat is niet de richting die ik verwachtte, maar ik zie verder geen markeringen meer, dus neem ik het smalle graspad dat tussen twee hagen weer naar de weg slingert. Eenmaal op de top van de heuvel verschijnt Dursey Island aan de horizon. Een in zee uitstekende vinger, Illanebeg, is al praktisch van het eiland afgebroken. Hier stond tot juni 1602 een kasteel, O'Sullivan Castle. Tijdens een negenjarige oorlog, van gaëlic irish chieftains met de Engelsen, werd het verwoest en alle bewoners vermoord, wat bekend staat als het Dursey Massacre.

Op weg naar de kabelbaan passeer ik mijn B&B en daar laat ik mijn zware rugzak achter, om alleen met een lichte dagrugzak verder te gaan. Ik had me al afgevraagd of de kabelbaan nog wel zou gaan met deze zware wind, maar juist als ik de parkeerplaats bereik, komt de gondel vanaf het eiland mijn kant op. Het is een kleine cabine met twee bankjes, die maximaal 6 personen of 1 koe kan vervoeren.

Hoewel de cabine flink schommelt als ik instap, glijdt hij volkomen stabiel de Dursey Sound over.

Er zijn twee routes naar Dursey Head, de verre punt van het eiland, een hoge en een lage. Hoewel het eiland maar 1,5 km breed en 6,5 km lang is, worden die 6,5 km wel ingenomen door drie bergen: Knockaree, Foilbolus en Foilaininna. De laatste is met 252 meter de hoogste en daarop staat dan ook een signaaltoren uit de Napoleontische oorlog. Ik neem de bergen de maat en weet: dit kan ik. Natuurlijk kies ik voor de hoge route. Toch valt het nog niet mee, zelfs al passeert de route de 171-meter hoge top van Knockaree onderlangs. Vergeleken met de spectaculaire bergen van de eerste en tweede dag, zijn deze alleen maar groen en hoog. Toch geniet ik van de inspanning.

Aan de andere kant van de berg kom ik op een breed graspad dat ik volg naar Foilbolus, de tweede berg. Ook daar hoef ik gelukkig niet over de top, maar wanneer ik de rand van een weiland bereik, zie ik verder geen markeringen meer. In de oceaan aan mijn rechterkant zie ik wel twee eilanden, Bull Rock en Cow Rock, en nieuwsgierig volg ik een pad daar naartoe. In een zee die maar iets minder grijs is dan de lucht, zijn de twee eilanden donkere vormen zonder reliëf. Even later zijn ze door een nieuwe regenbui weer helemaal aan het oog onttrokken. Dichtbij lokken de stukjes klif me aan die ik diep beneden me zie en loop ik naar de rand van de afgrond. In plaats van de verwachte vogelrijkdom zie ik alleen een paar meeuwen op de vrijwel verticale rotsen. De golven zijn zoals steeds indrukwekkend, maar een nieuwe regenbui komt net op het verkeerde moment en ik laat mijn camera in zijn hoesje.



Uiteindelijk besluit ik dat ik ver genoeg op avontuur ben geweest en beklim de laatste heuvel, terwijl de miezer me in het gezicht slaat en het zicht steeds slechter wordt. Wanneer de signaltoren opdoemt uit de mist is het zicht amper nog twintig meter. Van de toren is alleen nog een ruïne over, maar in zijn hoogtijdagen was het een indrukwekkend bouwwerk. Ook na de toren blijft de markering schaars, maar er is slechts één richting en dat is recht vooruit.

Als ik Dursey Head bereik is het even droog en helder. Precies op de laatste meters eiland staat een kleine, vierkante ruïne. Geen idee wat hier heeft bestaan. Niet veel verder in zee zie ik de golven breken op een andere eilandje waarop de resten van een vuurtoren staan: Calf Rock. De 36-meter hoge vuurtoren is tijdens een storm in op 27 november 1881 verwoest en alleen de gietijzeren basis is nog duidelijk zichtbaar. Aan een rots in Ballaghboy die uitkijkt op Calf Rock hebben nazaten een plaquette bevestigd ter gedenken van een heroïsche daad: de redding van 7 dappere vissers.

Op goede dagen kun je vanaf deze plekken dolfinnen of walvissen te zien, maar vandaag is het geen goede dag en na de dappere vissers een mentaal saluut te hebben gegeven, keer ik op mijn schreden terug. Pas in het gehuchtje Tillickafinna, met welgeteld één geel huis, valt er iets te kiezen. Dit keer kies ik voor de makkelijke weg terug, de

asfaltweg die langs talloze lege weides leidt. Alleen de ruïnes zijn talrijk, schuurtjes van gestapelde stenen zonder dak. In Kilmichael en Ballynacallagh staan iets meer huizen, waaronder één vakantiehuis, maar waarom je hier een huis zou willen huren, is mij een raadsel. Tenzij je als schrijver zonder afleiding een boek wilt afmaken.

Vlak voor ik terug ben bij de kabelbaan, valt me in de diepte een kleine begraafplaats bij de ruïne van een kerk op. Ik daal af en loop langs de graven. De meeste lijken te stammen uit de jaren '50 tot '70. De kerk stamt echter uit begin 16e eeuw. Het blijkt een kapel te zijn geweest, gebouwd door een Spaanse bisschop. Al in 1602 was er niet meer van over dan een ruïne. Nu staan drie muren nog half overeind, mos groeit tussen de stenen. En zoals wel vaker vraag ik me af: welke monumenten laten wij na voor onze nazaten? Met deze gedachten overbrug ik de laatste meters naar de kabelbaan, die me weer terugbrengt naar de bewoonde wereld.

#### **Dag 6: Ballagboy - Eyerics - 26 km**

De Garinishlus die ik gisteren heb gemist, begint bij de kabelbaan en daarmee start ik mijn dag terug naar Allihies en verder naar Eyerics. Het is onverwacht helder weer en ik kan de signaltoren op Dursey Island duidelijk zien in het ochtendlicht. De branding stuift nog even onstuimig op de kust af en in de verte hangen grijze lichten.

Na de overstap bij de kabelbaan bereik

ik een dicht tapijt van gras en mos en begin langzaam te klimmen. De route gaat iets landinwaarts, maar als ik de kans krijg volg ik, ondanks de waarschuwingen op het pad te blijven, een spoortje naar de kliffen. Hoe hoger ik kom, hoe fraaier Dursey Island zich voor me uitstrekt, Bull Rock een klein stipje aan de horizon. Steeds meer rotsen vermengen zich met het gras en het spoor windt zich eromheen. Wanneer ik gevaarlijk dicht bij de kliffen kom, keer ik terug naar het officiële pad en het topje van de berg, waar ik Dursey Island helemaal kan zien, kleiner lijkend dan het daadwerkelijk is. En dan kom je boven en zie je ineens een rotsblok ter grootte van een Smart-auto en vraag ik me, ondanks dat ik op een berg sta, toch af: hoe komt die nu hier? Helaas hebben sommige vragen geen antwoord en ik daal redelijk steil af naar Garinish Point.

Aan de andere kant van de baai strekt Cod's Head zich uit naar zee, een rafelige bergketen die vaagblauw blijft. Bij een haventje kom ik weer op een asfaltweg en stap flink door langs een boerderij waar een paar katten en een handvol pluizige kittens net eten hebben gekregen. Een meeuw profiteert mee, maar vlucht als ik langs kom stampen. Bij Garinish kies ik terug voor dezelfde route als de heenweg gisteren. Die is mooi en groen en niet heel zwaar. Bovendien is het een stuk rustiger en korter dan het alternatief over de weg.

Ik volg de grindweg omhoog en buig dan af naar de flank van de Lackacrogahan. Net voorbij de top daalt het pad even hard als de waarde van het Britse pond na het Brexit-referendum. Ook hier geldt dat dalen makkelijker gaat dan stijgen en ik ben in een wip beneden. De weg terug langs de kust, over asfalt en gras, blijft schitterend, de kleurrijke huizen van Allihies tegen een dramatisch canvas van hoge bergen. Toch vallen me ook nieuwe dingen op, zoals de helderheid van het groene riet langs een beekje dat zich naar zee spoedt. Maar ik sta niet lang meer stil. Bovendien begint het weer te mieze-



ren, opdat ik niet vergeet dat ik in Ierland ben. De Slieve Misikish Mountains, een moment eerder nog zo heerlijk duidelijk en imponerend, hullen zich in grijstinten. Gelukkig duurt de bui maar kort en niet lang daarna loop ik over de weg Allihies binnen. Omdat ik nog een paar boodschappen moet doen, kies ik voor het dorp en niet de fraaiere kustroute.

Iets zwaarder beladen dan een uurtje geleden vind ik aan de andere kant van het dorp dan eindelijk de afslag naar Eyeries, maagdelijke grond. Na een paar meter grindpad mag ik meteen lekker klimmen. Eerst langs één meertje dat wordt gevoed door een kleine waterval, daarna een tweede, verscholen achter een dikke muur. Verderop toont een rots waarom in deze streek koper werd gedolven. Grijs mos heeft zich vastgezet op een steen die allerlei tinten bruin vertoont boven een gat waar water in staat. Een oude mijn-schacht? Het is leuk om daarover te fantaseren, een onderwaterwereld, die je als duiker kunt verkennen. Maar het water dient waarschijnlijk om te voorkomen dat iemand de mijn ingaat en verdwaalt, zoals in Limburg nog wel eens voorkomt.

Even later wordt de route aangenaam zwaar en mag ik lekker omhoogklimmen langs een beekje. Heerlijk puzzelen, waar zet ik mijn voet neer, welke rots ligt los en welke niet? Ik steek een beekje over, overwin de laatste meters en sta dan op een grindweg die verder de bergen in slingert. Ergens beneden me zie ik nog de restanten van mijnbouw. Een klein gebouwtje met een toren. Een andere keer misschien. Nu kijk ik nog één keer om naar Dursey Island en keer het dan de rug toe.

Over de top ontvouwt zich een nieuw landschap: Coulagh Bay met zijn vooruitstekende Iveragh Peninsula en daarop de geweldige bergketen Macgillycuddy's Reeks, nog wazige vormen, toppen die in elkaar overgaan. Als ik de weg verder naar beneden volg, blijkt de grond langs de kust verdeeld in nette vakjes weiden en akkers, bespikkeld met boerderijen en af en toe een bo-

menrij. Op een heel andere manier even schitterend als de bergen erachter. Inmiddels is de zon losgebroken en ik begin de warmte behoorlijk te voelen. Als ik de grindweg verlaat, kan ik volstaan met alleen een T-shirt.

Ik kom terecht in een drassige weide, een smal pad dat over de rug van de 488 meter hoge Knockoura loopt. De iets lager gelegen Miskish Mountain verschijnt als een vriendelijke reus aan de horizon. De weiden worden doorsneden door kleine stroompjes, de aarde heeft zich volgezogen met water en het pad is modderig en bij tijd en wijle ook behoorlijk glad. Ik doe niet bewust mijn best om door alle plassen en poelen te stampen, maar ik vermijd ze ook niet. Wat is anders het voordeel van waterdichte schoenen als je je ook nog zorgen moet gaan maken dat ze schoon blijven?

De markeringen blijven met enige regelmaat verschijnen en wenken me steeds een stukje lager te gaan. Tot er een me linksaf stuurt naar een overstap en ik langs een naamloos riviertje mag lopen. Bij een brug steek ik over en al na een paar meter grindpad, mag ik tot mijn grote plezier een tweede weide in, dit keer op de huid van Miskish Mountain. Het pad is redelijk kapotgelopen door vee en ik zie verschillende koeienvlaaien, hoewel alleen schapen vluchten voor mijn nadering. Dan zie ik even

verderop een koe liggen, natuurlijk precies op het pad. Wanneer ik te dichtbij kom, staat ze met grote tegenzin op. Door dan, over deze vrolijke weide. Dit is het soort pad waar ik als wandelaar van houd, waar de aarde mijn voeten vriendelijk verwelkomt en bij elke stap meer energie teruggeeft dan ze kreeg.

Eyeries nadert en dat begint met een weg die ik oversteek. Aan de andere kant een korte grindweg, waar een hond onderdanig voor me gaat liggen. Als ik hem mij heb laten ruiken en hij het aandurft geaaid te worden, geef ik hem wat liefde. Het is een heerlijk beest en even ben ik bang dat ook deze hond me een eind gaat volgen, maar hij luistert als ik hem streng naar huis stuur.

Een stukje verderop is er een graspad tussen twee hagen in, waarvan een enkele braam met nare stekels. Even later zijn het vooral varens die me insluiten en mijn horizon groen kleuren, ik heb totaal niet het gevoel dat ik al bijna in een groot dorp ben. Toch gebeurt het nadat ik de Kealincharivier oversteek en nog een eenzame standing stone op de foto zet. Het eindpunt. Ik ben nog niet eens moe....

*-Rinda Scheltens-*  
(wordt vervolgd)



# SEIZOENSWANDELINGEN ELKE WOENSDAG

AANVANG:  
19:00 UUR

ROUTE:  
±12 KM

VANAF  
5 APRIL

OPGEVEN VIA [OIRSCHOT@OLAT.NL](mailto:OIRSCHOT@OLAT.NL)



## AGENDA:

- 07 MEI: DAUWTRAPPEN NAAR DEN BOSCH
- 28 MEI: DAUWTRAPPEN NAAR DE HEILGE EIK
- 25 JUNI: ZOMERWANDELING DINERCAFÉ 'T KROEGSKE

DINERCAFÉ 'T KROEGSKE

SPOORDONKSEWEG 80  
5688 KE OIRSCHOT  
[WWW.KROEGSKE.NL](http://WWW.KROEGSKE.NL)  
0499-573671

[WWW.TT-WANDELREIZEN.NL](http://WWW.TT-WANDELREIZEN.NL)

Theo Tromp

IML-wandeltochten

Chantonay—Frankrijk

Mourne—Castlebar Ierland

Jurbarkas -Litouwen

Vaasa—Finland

Saga—Noorwegen

Beijing—Chengdu China

Korea—Japan—Taiwan

Indonesië

Nieuw-Zeeland—Australië

Madeira

Franciscus pad Assisi—Rome

Camino de Santiago de Compostela

IJsland

Thailand



# het LoopCentrum

DESKUNDIG ADVIES IN DE  
GROOTSTE HARDLOOP- EN  
WANDELSPECIALZAAK  
VAN NEDERLAND!


[www.hetloopcentrum.nl](http://www.hetloopcentrum.nl) · 077 - 398 71 00 · Horst aan de Maas



Of u nu de Vierdaagse gaat lopen, of een rondje wandelt in het bos: het dragen van de functioneel juiste wandelschoen is een must. Een goede wandelschoen biedt demping, comfort en stabiliteit voor alle wandelingen.

De adviseurs van het LoopCentrum werken uitsluitend met kwaliteitsproducten. In de grootste hardloop- en wandelspecialzaak van Nederland vindt u uitgebreide collecties wandelschoenen van bijvoorbeeld Hanwag, Meindl, New Balance en Salomon.

Kom voor **het betere schoenadvies**  
naar het LoopCentrum!



*"Ons persoonlijk advies kan  
veel klachten voorkomen  
en zorgt voor meer  
wandelplezier."*

*Rob Driessen,  
adviseur bij het LoopCentrum*

WAARDEBON

het LoopCentrum

Bij aankoop van een paar  
wandelschoenen ontvangt u een  
paar functionele wandelsokken

t.w.v. €19,95

**GRATIS\***



\* Bij inlevering en/of remmeting van deze bon, niet geldig i.c.m. andere aanbiedingen en/of acties

Stationsstraat 137 - 5963 AA Horst aan de Maas - 077 - 398 7100

Voor meer informatie en openingstijden kunt u terecht op [www.hetloopcentrum.nl](http://www.hetloopcentrum.nl)