

NIEUWS



OLAT Wandeldagen: het was 1, 2 of 3 dagen genieten vanuit Nijnsel



De nacht van OLAT: 78 deelnemers op de 80 km en 40 op de 110 km



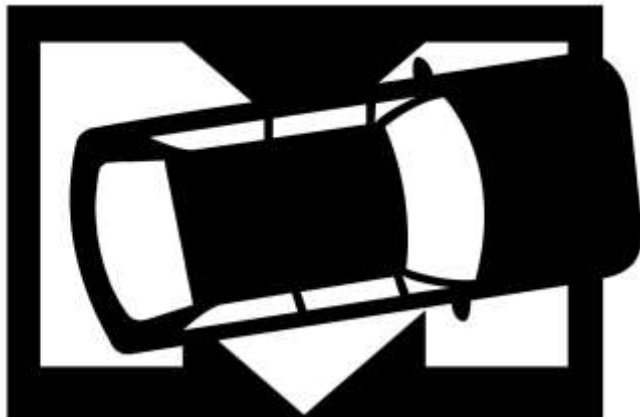
Eerste aflevering van de 4Daagse beleving van Lies Wesseling



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 doet Rick Liesting verslag van de EK snelwandelen Masters in Aarhus (DK), waar de Nederlandse deelnemers uitstekende prestaties leverden. Zelf veroverde hij 3 gouden medailles.



M.V.D. HEIJDEN
AUTOCENTRUM ZIJTAART

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



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

LANDSCHAP
reisboekwinkel

LANDKAARTEN REISGIDSEN ATLASSEN GLOBES
WANDELKAARTEN TAALGIDSEN FIETSKAARTEN
FOTOBOEKEN LANDENINFORMATIE REISVERHALEN

www.landschapreisboekwinkel.nl

Kleine berg 3
5611 JS Eindhoven
info@landschapreisboekwinkel.nl
T 040 256 9653
F 040 256 9654

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

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 24 september 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

Deelnemers 4Daagse Nijmegen/Apeldoorn	3/5
Wandelen op Dinsdag; Rooise Wandelingen; Wandelgroep Oirschot	4-5
Samenstelling bestuur en commissies OLAT	6
OLAT Nieuws Harrie Paulissen	7
Onze jarigen/Ledenadministratie Jet Dreesen	8
Van de bestuurstafel	9
Hulde aan bestuur en vrijwilligers Arie de Jong	10
OLAT Wandeldagen Nelly (en Jo) van de Voort	11-12
Hoe lang duurt een Vierdaagse? (1) Lies Wesseling	13-15
LPS: Stand clubkampioenschap / Agenda / Nieuws Frank Marchand	16-17
Nacht van OLAT Petra Rommers	18-20
Europese kampioenschappen snelwandelen Aarhus Rick Liesting	21-23
De Hærvejevandring Erik Kroon	24-25
OLAT Wandeldagen Lies Wesseling	26

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



DEELNEMERS 4DAAGSE NIJMEGEN / APELDOORN 2017

NIJMEGEN

x	Naam	Woonplaats
54	Connie Raijmakers	Oss
52	Piet Selten	Mill
48	Huub Raijmakers	Oss
47	Martin Swarts	Veldhoven
44	Theo Tromp	Weert
41	Bert Timmermans	Veghel
40	Ben Duin	Nijmegen
38	Jeannette van Boerdonk	Keldonk
38	Peter van de Ven	Veldhoven
38	Wim van den Wittenboer	Eindhoven
36	Ad Verbakel	Keldonk
36	Gerrit Legierse	Amsterdam
35	Rino Hamelink	Best
33	Wim Peters	Veghel
31	Ernst-Jan van Eck	Rotterdam
31	Frans Jaspers	Eindhoven
30	Caroline Dinissen	Maasbracht
28	Tonny van Neerven	Beek en Donk
27	Henny van der Haring	Moergestel
27	Antoon Asveld	St-Oedenrode
27	Annie Beekmans	Beek en Donk
27	Lies Wesseling	Berlicum
27	Richard Klein Bennink	Zutphen
27	Erik Dikken	Nijmegen
26	Peter van den Brink	Laren

26	Ferdinand van Keeken	Apeldoorn	17	Dirk Maassen vd Brink	Leiden
25	Fred Fisser	Boxtel	17	Sjaan Cissen-Verbakel	Nistelrode
25	Hans Cuper	Beek en Donk	16	Wout Kivits	Eindhoven
25	Ben Berben	Middelbeers	16	Adrie Toonen	Wijchen
24	Hanny Klumpkens	Sevenum	16	Jelte van der Zee	Vleuten
23	Gerrit van Haandel	Zeeland	16	AnneRiet Janssen	Beek en Donk
22	Willemien Hietland	Aalten	16	Marco van Heel	Helmond
21	Betsie Geerts	Gemonte	16	Cor Verschuijten	St-Oedenrode
20	Theo Beekmans	Gemert	15	Anita Pepers	Veghel
20	Ad van Erve	Tilburg	15	Marij Verberckt	Helmond
19	Willy de Haas	Helmond	15	Coby Poelmans	Ravenstein
19	Nelly Leijgraaf	Veldhoven	15	Isis la Croix	Nijmegen
19	Rudolf van Rooij	Eindhoven	14	Nel Bruins	St-Oedenrode
19	Bart Lutke Schipholt	Helmond	14	Jannet Vissers	Hoek van Holland
18	Martina de Wit-Verbakel	Veghel	13	Henri Gerrits	Sint Michielsgestel
17	Wim Toonen	Langenboom	13	Ans Ceulemans-Straatman	Nijmegen
			13	Tine Verberne	Helmond
			13	Toiny van Woensel	Oost-, West- en Middelbeers



12	Gerrit Arfman	Kapel Avezaath
12	Marc Spierings	Tilburg
12	Pierre Verstegen	s Hertogenbosch
12	Rinus Ars	Eindhoven
12	Jeanne van Roosmalen	Son
12	Nelly Veldhuis	Kerkdriel
12	Henriëtte Raats-van Uden	Schijndel
12	Ruud van Woensel	Oost-, West- en Middelbeers



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 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
12 sept 2)	De 8 van Joe Mann	Joe Mann Paviljoen, 0499-372032 Joe Mannweg 4, 5681 PT Best
26 sept 2)	Het Leudal	St. Elisabeth's Hof, 0475-491829 Roggelseweg 56, 6081 NP Haalen
10 okt.	Balsvoort-route	't Tweespan, 0411-672782 Kapelweg 28, 5281 LR Boxtel
24 okt.	Langs de Duuvelskuul	't Kapelleke, 0485-531099 Langstraat 2, 5851 BE Afferden
7 nov. 2)	Tussen de Aariviertjes	Café De Brug, 040-2264953 Ginderover 2, 5591 JP Heeze
21 nov.	De Moerputten	't Stroopsoldaatje, Fort Isabella 06-48340430
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
12 september	De Beckart
19 september	De Vriendschap
26 september	Oud Rooy
3 oktober	Den Toel
10 oktober	De Beckart
17 oktober	De Vriendschap
24 oktober	Oud Rooy
31 oktober	info volgt

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

IN MEMORIAM AD KOERTJES

Ons lid Ad Koertjes uit Zevenaar is op 70-jarige leeftijd op 29 juni jl. overleden.

Ad is 14 jaar lid geweest van OLAT en vele jaren was hij actief als OLAT-campingbaas tijdens de Kempische Wandeldagen in Geldrop. Op de camping was hij het gezicht van OLAT en Ad kende zijn campinggasten. Ad was een fervent NWB-lid. Voor zijn werkzaamheden is hem door OLAT de Speld van Verdienste toegekend.

Wij wensen zijn familie veel sterkte toe bij het verwerken van dit verlies.



WANDELGROEP OIRSCHOT

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

(Vervolg van pagina 3)

11	Wim van Asseldonk	Erp	8	Janet van Gennip	Eindhoven	1	Gerrit van Baal	Eindhoven
11	Maria von Bergh	Helmond	8	Mieke Raaijmakers	Veghel	1	Ria Foolen	St-Oedenrode
11	Peter van Beljouw	Sint-Oedenrode	8	Betty van Genugten	St-Oedenrode	1	Ernst Jacobs	Nijmegen
11	Jeannie van Rooij	Mariahout	7	Dirk Donders	Geldrop	1	Marga van Genugten	St-Oedenrode
11	Regine Uitenhoven	Helmond	7	Anne Hartland	Milheeze	1	Jan in 't Veld	Luyksgestel
11	Lilian Verhoeven-Jansen	Oss	7	Jan van Houtum	Dinther	1	Erik Kroon	Den Haag
11	Jan van de Sande	Boxtel	7	Mari Platenburg	Bakel	1	Frans Smeyers	Oirschot
11	Co Tops	Geldrop	7	Renske Visser	Eindhoven	1	Jeroen van Gerven	Oirschot
11	Piet v Schijndel	St-Oedenrode	7	Kees van Dongen	Dongen	1	Joep van Haaren	Oirschot
11	Riekie v Schijndel	St-Oedenrode	7	David Vos	Lopik	1	Robin van de Moosdijk	Oirschot
11	Bram Stelling	Eindhoven	7	Ottie Arie	Waalre	1	Niels van de Vondervoort	Oirschot
11	Willy Traxel	Kerkwijk	7	John Schepens	Oirschot	?	Ger van Heesch	Oirschot
11	Henk Plasman	Best	7	Elly Deenen	Middelbeers			
11	Ton de Jong	Boxtel	7	Jos Deenen	Middelbeers			
10	Jan Vissers	Eerde	6	Arie Kandelaars	Deurne			
10	Roel van der Wijst	Uden	6	Ruud de Rijke	Cuijk			
10	Adri van der Graaff	Breda	6	Kevin van Stuivenberg	Breugel			
10	Ine van Houtum	Dinther	6	Marleen Ramakers	Geldrop			
10	Theo Martens	Liempde	6	Jos Boeijen	Oss			
10	Huib Coenen	Eindhoven	6	Gemma van Elk	Best			
10	Henk van der Sanden	Almere	6	Harry Prins	Vaassen			
10	Jack Bertrums	s Hertogenbosch	6	Harry Prins	Vaassen			
10	Rob van Stuivenberg	Breugel	5	Geert Hendriks	St-Oedenrode			
10	Rina Prins	Vaassen	5	Ans Ars-Janssen	Eindhoven			
10	Ton Coppens	Eindhoven	5	Vincent van Boerdonk	Keldonk			
9	Trudy Toonen	Langenboom	5	Adriaan Rijkers	Landhorst			
9	Joke van de Vossenbergh	Eindhoven	5	Hans Rietveld	Beek en Donk			
9	Jan van Boerdonk	St-Oedenrode	5	Jan Vermulst	Boxtel			
9	Christ Vorstenbosch	Oisterwijk	4	Jenny van Genugten	St-Oedenrode			
9	Frans Mandos	Waalre	4	Perno van Stuivenberg	Breugel			
9	Antoine Raats	Schijndel	3	Clazien Koopman	Breugel			
9	Rita van Doren	Someren	3	Sjan van Roosmalen	St-Oedenrode			
8	Piet Straatman	Nijmegen	2	Kees Rommelse	Best			
8	Ruud Horst	Geldrop	2	Adrie Thijssen	Nijnsel			
			2	Hans Koopman	Breugel			
			2	Maria Geerts-Lemmen	St-Anthonis			
			2	Janneke Goets	Herpen			

APELDOORN

x	Naam	Woonplaats
32	Bert Timmermans	Veghel/Henri
32	Henri Floor	Driebergen
30	Wilma Petersen	St-Oedenrode
26	Richard Klein Bennink	Zutphen
21	Dirk Maassen vd Brink	Leiden
14	Ferdinand van Keeken	Apeldoorn
3	Paula Janssen	Sterksel
2	Bertie Mennen	Heteren
2	Frits Mennen	Heteren





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 (*parkeersen*)
 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
 06-53909953
 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
 Spoorдонksesweg 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



Vijftig jaar OLAT en wat daarna?

De drukke juli/augustus-periode met de Nijmeegse Vierdaagse en de OLAT Wandeldagen is achter de rug. Even wat rust in OLAT-land, of stilte voor de storm?

We zijn op weg naar de hoogtepunten van ons jubileumjaar: de Ledendag op 17 september en het Jubileumweekend van 17 en 18 november. En vergeet ons jubileumboek niet. Ik heb het concept mogen zien, een prachtig beeld van OLAT in al zijn facetten in woord en beeld. Een collectors-item, of je nu al bijna 50 jaar lid bent of nog maar een paar weken. Ik heb helemaal zin in komende weken en maanden en hoop jullie allemaal te ontmoeten, want ondertussen organiseren we ook nog een buitenlands wandelweekend, een paar winterserietochten, zijn onze wandelgroepen actief en ga zo maar door.

Ik heb ondertussen ook nog tijd om af en toe zelf te wandelen of te fietsen tussen mijn werkend bestaan door en dan heb ik tijd om wat te mijmeren, weg te dromen, te filosoferen of gewoon wat na te denken. Dat gaat over van alles, zoals een ieder dat wel heeft, maar OLAT komt daar regelmatig in voor, want ik voel me 'thuis' bij OLAT, voel me medeverantwoordelijk en ben ook altijd bezig om vooruit te kijken!

Dan realiseer ik me dat OLAT op weg is naar een nieuwe levensfase. We hebben de afgelopen 3 jaar ruim 300 nieuwe leden mogen verwelkomen (we zitten vandaag op 956) en elke week komen er weer een paar bij. Blijkbaar doen we met zijn allen iets goed, voelt men zich thuis bij ons en willen ze er ook bij horen. Maar dat brengt ook uitdagingen met zich mee, want wandelaars lid maken is één, maar zorgen dat ze lid blijven is twee. Daarvoor hebben we al deze nieuwe leden ook hard nodig, de komende 10 jaren op weg naar ons 60-jarig jubileum. Want zij moeten de nieuwe generatie OLAT-voorgangers gaan worden, terwijl de huidige generatie vrijwilligers stap voor stap overdraagt en wegwijs maakt.

Dus, ben jij een van die nieuwkomers en wil je wel wat extra's betekenen voor OLAT, kom dan eens vrijblijvend praten over van alles rondom deze leuke, speciale club en samen ontdekken we waar jij je steentje bij kan dragen.

Geniet allemaal van de komende mooie wandelmaanden!

-Harrie Paulissen-
secretaris

NIEUWS KORT

PITTIGE TOCHT DOOR BERG EN DAL

De N70 is een Natuurroute die in 1970 is ontwikkeld ter gelegenheid van het natuurbescheringsjaar. De 16 km lange wandelroute voert langs de mooiste (lees heuvelachtige) plekken in Berg en Dal, het gebied rond Nijmegen. Er liggen 8 heuvels op de route, waaronder de Boterberg, de Sterrenberg en de Duivelsberg. Ze zijn allemaal onderdeel van de stuwwal die duidelijk merkbaar aanwezig is in het landschap. Erg mooi gelegen is Beek-Ubbergen. Het ligt op de grens van twee landschappen, de stuwwal (in de volksmond 'Het Hoog') en de polder ('Het Laag'). De bossen op de wal reiken tot wel 90 meter boven NAP. Ander moois zijn De Kleverberg (met oeroude kastanjes), de Filosofenbeek (oevers vol bonte bloemen) en een mottekasteel - 'Mergelpe' - uit het jaar 1000 waar je een fraai uitzicht hebt op het Duitse Zuyfflich. Het Everbos is nu een mooi wandelbos, maar voor de Romeinen was vooral de leem in de bodem interessant - je kon er uitstekend potten van bakken.

Heel wat klimmen, dalen en weer klimmen verder sta je op de Wolfsheuvel, een uitzichtpunt waarvandaan je Persingen kunt spotten, het kleinste dorp van Nederland nadat overstromingen van de Waal een deel van het dorp hebben weggevaagd. Bij helder weer kijk je over het Oliedal helemaal tot aan de Veluwezoom. Bij Beek tot slot wandel je door het Kastanjedal waar kolossen van kastanjabomen groeien, een erfenis van de Romeinen die rond 50 voor Christus een grote legerplaats op de heuvelrug ten oosten van Nijmegen vestigden. Eén van de kastanjabomen is de 'Kabouterboom', alles behalve een ukkie, want z'n omtrek is maar liefst 8,5 meter.

Onlangs werd de N70 herzien en opnieuw gemarkeerd. Er zijn verschillende startpunten, en inkorten is ook op meerdere plekken mogelijk. En koffie? Keuze zat, o.a. in Nijmegen, Beek-Ubbergen en Berg en Dal.

GPS-track, routekaart en routebeschrijving vind je op de website van de VVV.

Bron: www.wandel.nl



ONZE JARIGEN / LEDENADMINISTRATIE

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

SEPTEMBER

16 Hanny Klumpkens Sevenum
 16 Jeanne Timmermans Middelbeers
 16 Lilian Verhoeven -Jansen Oss
 18 Geert Hendriks Sint-Oedenrode
 18 Joop Schijf 's-Gravenhage
 19 Thea Baselmans Sint-Oedenrode
 19 Frans Claessens Weert
 19 Peter van de Ven Oirschot
 19 Gerrie Verstappen Someren
 20 Anny van Asseldonk-vd Sanden
 Zijtaart
 20 Eveline van der Linden Mierlo
 20 Lisette Munten Schijndel
 20 Benita Verbakel Zijtaart
 20 Ingrid van der Weijden
 's-Hertogenbosch
 21 Gerry van der Aa Schijndel
 21 Bert van Deursen Rosmalen
 21 Frans van Ham Duizel
 21 Jolanda Meeuwssen Boxtel
 22 Hans Wijnen Eindhoven
 23 Sjan van Acht Sint-Oedenrode
 23 Toon van de Rijt Eerde
 24 Coby Cissen-vd Ven Eindhoven
 24 Sjef Koolen Nederweert Eind
 25 Theo van Boxmeer Boekel
 25 Adriane Dusseljee Geldrop
 25 Annette Termeer
 Sint-Oedenrode

26 Arie Evegroen
 Ouderkerk aan de IJssel
 26 Jan Soetens Veldhoven
 27 Johan vd Sande Sint-Oedenrode
 27 Kevin van Stuivenberg Breugel
 27 Michiel Tamerius Boxtel
 28 Anneke van der Aa-van Riel
 Veldhoven
 28 Caroline Dinnissen-Vernie
 Maasbracht
 28 Nelly van Roosmalen
 Sint-Oedenrode
 29 Frank Marchand Tilburg
 30 Mike Bertrand Geleen
 30 Sjef van Gestel Eindhoven
 30 Jeanne van de Laar
 Sint-Oedenrode
 30 Mieke Quirijnen Wintelre

OKTOBER

1 Jan Beekmans Nuenen
 1 Lon Kraan Lommel
 2 Frits Benjaminsen Eindhoven
 2 Jan Hendrix Weert
 2 Hennie Maathuis Eindhoven
 2 Wies Stenssen Sint-Oedenrode
 3 Arja van den Broek Haghorst
 3 Marga Verduin-Smits
 Sint-Oedenrode
 4 Frans Peters Sint-Oedenrode
 4 Perno van Stuivenberg Breugel
 5 Jeannette Beekmans
 Biest Houtakker
 5 Rieky Verstappen Sint-Oedenrode
 6 Maria von Bergh Helmond

6 Mart Douven Ospel
 7 Anneloes van Gelder Eindhoven
 7 Theo van Tiel Sint-Oedenrode
 8 Wilma Gommers-de Baay
 Sint-Oedenrode
 8 Jans van Griethuyzen-v. Schaik
 Hazerswoude Dorp
 8 Diny Verschuijten-van Eijk
 Sint-Oedenrode
 8 Jan de Wit Veghel
 9 Mariet Ahlers-Geurts Eindhoven
 9 Betsie van den Elzen Erp
 9 Herman Rutten Sint-Oedenrode
 10 Mirjam Bosch Boxmeer
 10 Mariet Douven-Mackus Ospel
 11 Ton van Heeswijk Schijndel
 11 Ria van Oirschot Sint-Oedenrode
 11 Doortje Spanjers Wintelre
 11 Leny van der Velden
 's-Hertogenbosch
 11 Carla van de Wetering
 Sint-Oedenrode
 12 Anny van Veggel Deurne
 12 Ruud van Woensel
 Oost West en Middelbeers
 13 Gerdy van Aarle-van den Bogaart
 Sint-Oedenrode
 13 Francien van Berkel Erp
 13 Pim van der Wijst Schijndel
 14 Ans Schennink Wintelre
 14 Jan Willem Vogels
 Nieuw-Vossemeer
 15 Paul van Leeuwen Mierlo
 15 Jan Slagboom Son
 15 Miranda Vlemminx Oirschot



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 ont-
 vangen.
 Om in aanmerking te komen voor
 korting op het inschrijfgeld bij OLAT-
 tochten is het noodzakelijk uw leden-
 pas te tonen bij de inschrijving.

AANMELDINGEN

Dhr. Bert van Hal, Vught
 Mevr. Gonny van der Doelen,
 Sint-Oedenrode
 Mevr. Phemia de Boer,
 Alphen aan de Rijn
 Dhr. Bert Westerveld, Luysgestel
 Mevr. Irene Zöllner, Heesch
 Dhr. Frans van Asseldonk, Zijtaart
 Mevr. Janneke Sinot-Versmissen,
 Waalre
 Mevr. Nanda Wijnen, Geldrop

Mevr. Dorine van Oirschot, Gemonde
 Dhr. Pim van der Wijst, Schijndel
 Dhr. Marcel van Tulden, Ommel
 Dhr. Marc Steenvoorden, Beuningen
 Mevr. Jose van de Laar,
 Sint-Oedenrode
 Mevr. Mai van den Akker,
 Sint-Oedenrode
 Mevr. Gonnje van de Moosdijk,
 Eindhoven
 Mevr. Esther van Agt, Oirschot



VAN DE BESTUURSTAFEL

NACHT VAN OLAT

Bij deze activiteit gingen 118 wandelaars van start, een bijna gelijk aantal als vorig jaar; 78 wandelaars liepen de 80 km en 40 wandelaars de 110 km.

OLAT WANDELDAGEN

Aan deze wandeldagen deden 1.460 wandelaars mee, die in totaal 2.055 dagen hebben gewandeld. Hiervan liepen 183 wandelaars 10 km, 403 wandelaars 15 km, 505 wandelaars 20 km, 555 wandelaars 25 km en 409 wandelaars 35 km. In totaal werd daarmee 46.165 km door het prachtige landschap van het Groene Woud afgelegd.

GANZENHEUVEL

Dit jaar sliepen er 208 gasten in Ganzenheuvel. Dit was een stuk minder dan vorig jaar toen we een record aantal hadden in verband met de 100e Vierdaagse. Hadden we vorig jaar problemen met de kwaliteit van de maaltijden, dit jaar kregen we volop complimenten over de maaltijden. Zowel het ontbijt als het diner waren in goede handen bij onze nieuwe cateraar Hermanussen. Voor het vervoer van de bagage op vrijdagavond hadden we een busje ingezet om deze te vervoeren naar parkeerterrein Oude Stad. Hier konden de gasten hun bagage oppikken met de eigen auto. We zullen als vereniging aan Ganzenheuvel niet zoveel overhouden als vorig jaar, maar toch zeker wel een mooi bedrag.

WEEKEND LUXEMBURG

Het clubweekend in oktober naar Luxemburg zit vol. Verder staan er enkele mensen op de reservelijst.

VERSE KOFFIE OP DE OLAT-VERZORGINGSPOST

Degenen die koffie hebben gedronken op de OLAT-verzorgingspost tijdens de Vierdaagse in Nijmegen of op de grote koffiepост tijdens de OLAT Wandeldagen zullen het zeker gemerkt hebben: OLAT zet voortaan echte verse koffie. Dit komt de smaak ten goede. Hiervoor heeft OLAT enkele percolators en een nieuw aggregaat aangeschaft.

LEDENDAG HAPPEN & STAPPEN OP 17 SEPTEMBER

De verwachting is dat we over de 300 deelnemers gaan krijgen op onze ledendag. De laatste dagen komen er vele aanmeldingen binnen. Naast het Happen & Stappen kunnen de deelnemers gratis 2 musea bezoeken die op de route liggen. Het 1e museum is Hoeve Strobol, welk een arsenaal aan zeldzame nostalgische aandenkens bezit uit het vroegere dagelijkse leven: doeltreffend in hun eenvoud. Het 2e museum is het Brabants museum van Poffers en Mutsen uit vroeger tijden. Tevens loopt hier de tijdelijke tentoonstelling "In de Rouw", waar valt te zien hoe men vroeger rouwde. Verder is op de Markt de jaarlijkse fokpaardendag te zien. Een folkloristisch gebeuren.

Niet ingeschreven en spijt? Informeer bij onze penningmees-

ter of er nog plaats is (e-mail penningmeester@olat.nl of per telefoon 0413-475824). In verband met de voorbereidende werkzaamheden sluiten we uiterlijk zondag 10 september de inschrijving.

JUBILEUMBOEK 50 JAAR OLAT

Tijdens de ledendag wordt het jubileumboek "50 jaar OLAT" aangeboden. Inmiddels hebben alle hoofdeden per post een tegoedbon ontvangen van OLAT. Tegen inlevering van deze tegoedbon ontvangt men 1 exemplaar van het jubileumboek. Het jubileumboek kan men afhalen op 17 september op de ledendag en verder tijdens OLAT-activiteiten zoals winterserie, jubileumtochten, Wandelen op Dinsdag, Rooise Wandelingen en bij de Wandelgroep Oirschot. Wij verwachten dat onze leden enkele uren leesplezier hieraan beleven.

JUBILEUMTOCHTEN NOVEMBER

De voorbereiding voor de jubileumtochten is in volle gang. Daar we dit weekend zowel de 110 en 80 km tocht organiseren en verder zowel op zaterdag als zondag winterserietochten, kan OLAT dat weekend wel enkele extra handjes gebruiken. We zijn daarom op zoek naar vrijwilligers die of zaterdag of zondag bereid zijn als vrijwilliger een handje te helpen. De aard van de werkzaamheden kunnen we in onderling overleg bepalen. Aanmelden kan via onze voorzitter (e-mail voorzitter@olat.nl of telefonisch op 06-53909953).

FLYER DAGTOCHTEN SEIZOEN 2017/2018

De nieuwe flyer voor het komende seizoen is uit en wordt al vanaf de OLAT Wandeldagen verspreid.

NIEUWE WANDELTRAINERSOPLEIDING START IN SEPTEMBER

Op 16 september start in Woerden de opleiding tot Allround Wandelsport Instructeur (AWI-3). Vanaf 23 september start dezelfde opleiding ook in Breda of Vught.

Tot april 2018 volgen de deelnemers 11 bijeenkomsten, lopen ze 25 lessen stage en werken ze 10 opdrachten uit. Daarna worden ze in de praktijk getoetst met een Proeve van Bekwaamheid. Als assistent-trainer kun je een deel van deze opleiding volgen op niveau 2. Je volgt dan 7 bijeenkomsten. De cursisten die slagen, kunnen wandeltraining geven in de vormen Sportief Wandelen en Nordic Walking. Ook kunnen zij specifieke programma's uitwerken voor wandelaars die zich goed willen voorbereiden op bijvoorbeeld de Vierdaagse Nijmegen of gezondheidsprogramma's zoals WandelFit.

Geïnteresseerd? Meld je dan snel aan, zodat je in september nog met de opleiding kunt starten. Neem hiervoor contact op met Diana of Bram via opleidingen@kwbn.nl of 024-3655575 (maandag t/m donderdag). Voor meer info over de technische opleidingen van KWBN: <http://www.kwbn.nl/pagina/wandeltrainers/opleidingsaanbod>

Hulde aan bestuur en vrijwilligers



Ze mogen best eens die aandacht krijgen die ze verdienen. Bestuur en vrijwilligers zetten zich immers in om het voor ons, wandelaars, naar de zin te maken.

Stel je nu eens voor, je wilt op een zondag gaan wandelen en je wilt om 8.00 uur starten. Je hebt ongeveer een half uur nodig om op de startlocatie te komen, die ook om 8.00 uur opengaat. Het startbureau moet nog in orde worden gemaakt, dus om 7.00 uur zijn die mensen er al. Ook zij hebben, laten we zeggen een half uur, reistijd. Die vrijwilligers zijn dus om 6.30 uur van huis gegaan.

Wij gaan wandelen, vooruit, 20 km en dan zijn we rond 13.00 uur weer terug op het startbureau, drinken nog wat en rijden dan naar huis. Rond 2 uur zijn we thuis, douchen en hebben nog wat tijd over van onze vrije zondag voor familiebezoek of iets dergelijks.

De vrijwilligers zijn nog steeds present. Wachten tot de laatste wandelaar binnen is. Bepijling moet ook opgehaald worden, startbureau opruimen, verzorgingsposten opruimen en materiaal terugbrengen naar de centrale opslag. Met een beetje geluk is men dan om 19.00 uur weer thuis. Dus pakweg 12/13 uur vrijwilligerswerk gedaan om het ons naar de zin te maken. Wat blijft er voor hen over van die vrije zondag?

Maar die mooie route die je wilt lopen, moet ook uitgezet worden met de juiste afstanden erbij. Ook daar gaat veel vrije tijd in zitten. Het juiste en net dat ene fraaie paadje opzoeken, smal, wild en kronkelend. Vergunningen moeten aangevraagd worden, krijgt OLAT toestemming om over privéterrein te mogen lopen en al dat soort zaken waar je als wandelaar eigenlijk niet bij stil staat. Dan moet er ook nog een stukje ge-

schreven worden over de route om ons enthousiast te maken om naar deze locatie te komen. En als OLAT-lid mag je dan een paar euro op tafel leggen om te kunnen wandelen. Bepijling aanwezig en routebeschrijving in de hand. Wij wandelaars kunnen gaan genieten!

O ja, zaterdags moeten die broden ook allemaal nog gesmeerd worden en de soep moet ook gemaakt worden, allemaal gratis voor de wandelaar, materiaal dat nodig is voor de verzorgingsposten (tent, tafels, afvalbakken, gasbranders, jerrycans met water etc.) moet klaargezet worden. Bepijling moet aangebracht worden. Kortom, heel veel vrije uren opgeofferd voor onze 6,5 uur genot van wandelen (incl. reistijd).

Is nogal wat hè! En dan heb ik het nog niet eens gehad over de verzorgingsposten tijdens de Vierdaagse! Dan is de ploeg elke dag(!) van rond 03.00 uur tot 15.00 uur in de weer om te zorgen voor het natje en droogje voor wandelaars die een medaille willen binnenhalen en genieten van alle festiviteiten er omheen. Het zijn onmenselijke tijden, gaat ten koste van hun vakantiedagen, maar ze doen het wel! Daarom mogen we er best eens bij stil staan wat een ander voor ons wandelaars over heeft!

Geef ze eens een complimentje, het kost niets en geeft hen extra impuls om het vol te houden. Of biedt jezelf eens aan om een keer te helpen. Er is vast wel iets passends voor je.

Ik heb ook eens een kijkje mogen nemen in het centrale magazijn van OLAT, 50 m2 groot. Stellingen langs de wanden, alles perfect gesorteerd, kratten met tentdoek, koffiezetapparaten, containers met jerrycans, gasbranders. Verzin het maar wat er allemaal nodig is. Het staat keurig gesorteerd en dus gemakkelijk te pakken voor de volgende wandelag(en).

Al het genoemde (en ik ben ongetwijfeld veel vergeten) vereist een strakke planning en organisatie. En heel veel vrijwilligers!

En dan de koffie. Nieuwe koffiezetapparaten hebben ervoor gezorgd, dat de smaak van de koffie met 400% vooruit is gegaan! Ook dat mag nu gezegd worden!

Daarom: DANK, DANK, DANK en HULDE aan hen die dit verdienen!!

-Arie de Jong-
(een tevreden OLAT-lid)



4, 5 en 6 augustus 2017

34ste OLAT Wandeldagen

DAG 1, RICHTING BOSKANT (35 KILOMETER)

het is alweer een jaar geleden dat we hier kwamen
en aan de OLAT Wandeldagen deelnamen
maar nu zijn we weer van de partij
met zon, schitterende wolkenluchten en een straffe wind erbij
bij Natuurpoort De Vresselse Hut schreven wij ons in
natuurgebied 't Vresselse Bos, Noordoost Brabant, een ATB-pad lag er middenin
de Dommel kronkelend door het landschap, door Nijnsel, over het Berkpad
genoemd naar Gerard van den Berk die zo'n mooie tenorstem had
schaapskudde 'Het Groene Woud', een wagenrust in het park van kasteel 'Henkenshage'
daar liepen we langs, even kijken, even onze passen vertragen

een wandelpad over de Lichtenbrug, Katoenenbrug en het Vlonderpad
heel verrassend gemaakt was dat
hoeve Arbeidslust of Kienehoef heet nu 'Helden van Kien'
het is een restaurant en je kunt er heerlijk eten bovendien
Mari Landicapad, Ollandse Waterloo, de Dommel, Hezelaar
luchten die steeds dreigender werden, er kwam geen regen uit, gelukkig maar
bij de kapel van Sint Antonius was een wagenrust, wij staken er een kaarsje aan
het zat nu vol met wandelaars, die straks net als wij weer verder gaan
Groote Waterloo, uitkijktoren 't Mulke in het Dommeldal
mooie vergezichten zag je overal

Gebied Scheken, dorp Boskant en bij 'Café De Vriendschap' (een toepasselijk naam)
gingen wij natuurlijk aan
het Groene Woud, 'Sonnemans Driehoek', een eerbetoon aan Theo, een kunstenaar
hij maakt mooi houtsnijwerk, hier zag je van hem een exemplaar
we liepen het gebied Oud Meer en Sonse Bossen in door het mulle zand
een prachtig gebied met zandverstuivingen en een meer aan de rechterkant
Son en Breugel, hier was weer een wagenrust, de laatste zeg
een oorlogsmonument, De Watermolen van Wolfswinkel, stond op een infobord langs de weg
gebied Noordoost Brabant, een klein stukje nog te gaan
en wij kwamen weer bij De Vresselse Hut aan

DAG 2, RICHTING EERDE (35 KILOMETER)

dag twee reden we met regen vanuit Nederweert weg
maar in Nijnsel aangekomen was het droog zeg
door het Vresselse Bos, een infobord over De Haag
veel wandelaars op de been vandaag
een wagenrust, we genoten zoals altijd hier
want de vrijwilligers bedienen je met plezier
Vlagheide, een molensteen, Liberation-steen, informatie over de oorlog te zien
hoe hier vroeger was gevochten bovendien
Hof van Eerde, een Bed en Breakfast waar je altijd welkom bent
Brabantse gastvrijheid zoals men die hier kent

Eerde, de Sint Antoniusmolen, een oorlogsmonument
waarop stond: ontmoeting, herinnering, waardering, die woorden bij iedereen wel bekend
een oorlog die lang geleden gestreden is maar nog altijd tastbaar
het Duits Lijntje deed toentertijd dienst, nog stukken in het landschap te zien onuitwisbaar
een wagenrust, wij rustten even uit, altijd fijn tijdens de wandeling
natuurgebied Groene Woud, Wijsboschbroek waar de tocht nu doorging
terug in Eerde hadden we pauze bij 'Camping Het Goeie Leven', de naam goed gekozen
want het was daar aangenaam verpozen
door een park met varkentjes, water, bruggetjes, fantastisch mooi om door te gaan
Vlagheide, heuvelachtig met mooie vergezichten, je bleef er even voor stil staan



Landgoed De Rijt, we kwamen vooraan in Sint-Oedenrode uit de kerk met zijn toren zag je vanuit de verte er hoog bovenuit een wagenrust, het was er gezellig druk een man speelde er nu op een doedelzak, hadden wij geluk natuurgebied Noordoost Brabant nog eventjes te gaan maar de laatste kilometer, tenminste voor ons, kwam er regen aan het viel met bakken uit de hemel, jammer voor menig wandelaar daar kun je tegen wordt er gezegd maar het is nooit fijn nietwaar morgen de laatste dag en dan zit het er weer op en tot nog toe waren de tochten helemaal top

DAG 3, RICHTING MARIAHOUT (35 KILOMETER)

een frisse start toen de dag begon
nog nevelig maar met een opkomende zon
over een pad dat achter De Vresselse Hut liep, over een privéterrein dat nu opengesteld was, wat fijn
langs minicamping Vresselse Bos en Stoeterij
gelegen midden in de Meierij
natuurgebied Noordoost Brabant, gebied Mosbulten, een wagenpost
we aten en dronken er wat want we hadden dorst
om ons heen maïsvelden, koeien in de wei, Hollandse taferelen
al wandelend gaat dat je nooit vervelen

een infobord, 'Kronkelend door de eeuwen heen' stond erop
daarna 'Volg het pad van de Pioniers', een stukje langs de Zuid Willemsvaart op natuurgebied Geregde, door het hoge gras, hier ging het even mis
maar we werden teruggeroepen door andere wandelaars, wat dan heel fijn is
een wagenrust, dat was aangenaam
een mountainbike route, mountainbikes op het pad, we moesten af en toe aan de kant gaan
Mariahout, enkele straten door, we kwamen bij Restaurant De Pelgrim, een pauzeplek
hier was weer van alles te koop, dus aan eten en drinken was geen gebrek
de Onze Lieve Vrouw van Lourdeskerk, de Mariagrot, ik kan daar nooit aan voorbij gaan
en stak er net als vele wandelaars een kaarsje aan

door het park, langs het openluchttheater
langs de Beeksche Loop, het werd alsmat later
gebied Noordoost Brabant, vele keren gingen wij er deze dagen door
soms bloeiende heide, dan weer een vennetje en heel soms al paddenstoelen hoor
de laatste wagenrust, een stukje nog, we waren wel wat moe en dat mag
met 105 kilometertjes in de benen op de derde dag
we kijken met veel plezier terug op deze mooie wandeldagen
we hadden werkelijk niets te klagen
en op z'n Brabants gezegd: het was goe
houdoe

BEDANKT, ALLE VRIJWILLIGERS VAN OLAT

een bedankje is wel op zijn plaats voor de jubilerende OLAT
want wij hebben drie fijne wandeldagen gehad
we gingen door het Brabantse landschap met zijn mooie boerderijen
en uitgestrekte landerijen
we struinden door bosgebieden, liepen langs sloten op
maar de tochten waren top
we hebben genoten van de Brabantse gastvrijheid
zoals altijd
en tegen wandelaars die deze tochten nog nooit hebben gelopen: doe het een keer
ons zie je volgend jaar hopelijk weer



-Nelly (en Jo) van de Voort-

Hoe lang duurt een Vierdaagse?

Een koptekst van soortgelijke strekking trof ik aan in het laatste Wandelmagazine van de KWBN vóór de Vierdaagse.

De tekst sprak mij wel aan, want ik herken er alles in. Let op, want het wordt een lange aanloop naar de Vierdaagse.



Dan ga je voor de 27e Vierdaagse en weet je dan nóg niet hoe het moet???

Echt waar, ik ben opnieuw zenuwachtig, ben er ook al maanden mee bezig! Heb je dan niets anders te doen, zult u denken? Jawel hoor, maar de Vierdaagse en de bijbehorende rituelen en gevoelens nemen ieder jaar bezit van mij. Er gebeurt van alles: zo loop ik al jaren probleemloos op Hanwagschoenen. Ik heb meestal twee paar en nu was bij het ene paar een scheurtje in het bovenleer gekomen. Dan zijn ze natuurlijk niet meer waterdicht, ondanks de Goretex voering. Dus begin dit jaar "even" een nieuw paar erbij kopen, dacht ik. Het type schoen waar ik op loop was uit de handel, maar een "bijna" hetzelfde type werd aangeboden. Ik heb nog een paar andere zaken gebeld en op internet gekeken, maar moet mij erin schikken. Het voelt "aardig", een beetje stijf, maar dat is "nieuwigheid" wordt mij verzekerd. Wat doe je dan, je waagt het erop. Het voelt inderdaad wat stijf en het lijkt alsof de schoenen zwaarder zijn én een tikkie groter (overdreven gezegd dan). Enfin, ik heb er 3 x 20 km op gelopen, maar het is niet m'n oude leest, dat is duidelijk. Ik ben er niet gelukkig mee. Wat nu? De schoenen op Marktplaats gezet, maar geen resultaat. Ondertussen zitten denken welke andere schoenen wel? Toen kreeg ik het idee van "oudsher" Mephisto, daar ik heb behoorlijk wat jaren terug heerlijk op gelopen. Dus een paar nieuwe Mephisto's gekocht mét Goretex, fluweelzacht, heerlijke schoenen. Alleen, ook hier weer iets, pas later gemerkt dat het ook niet helemaal "super" loopt, want het blijkt dat de zolen wat aan de dunne kant zijn, dat merk je niet meteen. Na een kilometer of 20 beginnen m'n voet-zolen wel wat te branden en gevoelig te

worden. Oh wat nú weer? Toch door blijven lopen?

Zo zijn we inmiddels weer een paar weken verder en naarmate de Vierdaagse dichterbij komt neemt de onzekerheid toe. Al een keer een blaar aan m'n kleine teen gelopen, (toeval?). Soms zijn er een paar druppuntjes, maar wie maakt zich daar druk om? Ik dus. Alles bij elkaar schetst dit het beeld van het begin van mijn 27e Vierdaagse.

Nog 14 dagen te gaan en ik ben bezig lekkere bouillon te trekken, verse tomaatensoep maken, kilo's tuinbonen doppen en dubbeldoppen, want ik wil goed eten, makkelijk en toch vers. Je kunt het er maar druk mee hebben.

Nog 10 dagen te gaan. Er zitten wel veel "spinnenwebben" in mijn hoofd, want vanmorgen werd ik wakker met de vraag: ik ga met de fiets naar het station, maar wat doe ik als ik een leuke band heb? Op de fiets van Joop (herenmodel) kan ik niet fietsen. Het onzekerheidsduiveltje brengt me tot wanhoop. Ik besluit naar de fietsenmaker te gaan en regel dat ik een "leenfiets" krijg, zodat ik te allen tijde op tijd weg kan naar Rosmalen om de trein te halen. Joop is nl. al om 03.15 uur de deur uit voor de OLAT-verzorging. Geregeld dus.

Nog 2 dagen te gaan. Weet je wat ik doe: ik trek mijn oude, vertrouwde Hanwags aan. "Maar", fluistert het gemene duiveltje in mijn oor, "je hebt wel twee paar dure schoenen in de kast staan".

Zondag 16 juli 2017

De vlag hangt en ook de gladiolen staan op het balkon. Het komt er aan....

Vandaag eerst naar de Vierdaagsemissie. Ik besluit bijtijds de trein te nemen, ben

dan wel érg royaal op tijd, maar dat geeft niet. Op de fiets naar Rosmalen, kom ik daar, hoor ik de bekende pingel van NS "dames en heren, de trein van 07.39 uur heeft een kwartier vertraging".... Even later komt de mededeling dat deze reis vervallen is. Gelukkig heb ik tijd genoeg. Beter nu dan a.s. dinsdag. Rond 08.46 uur kom ik aan in Nijmegen en begin mijn wandelingetje naar de St. Stevenskerk. Om 09.00 uur gaat de kerkdeur open en ik zie al wat bekenden.

De mis wordt voorgegaan door een dominee en een pater, geassisteerd door een aalmoezenier uit Zwitserland. De muziek wordt verzorgd door het Groesbeeks Gemengd Koor met daarbij het Silva kwartet, dwarsfluit, klarinet, hobo en fagot. Het wordt een ingetogen mis qua muziek, maar daarnaast uitgelaten door de inspirerende woorden van de dominee. De dominee weet zijn toehoorders enorm te boeien als hij het verhaal uit de Bijbel over de wonderbaarlijke vermeerdering van de visvangst in zijn preek toelicht. Eerder geeft hij aan niet van wandelen en vissen te houden, waarmee hij bij de toehoorders nogal wat lachsalvo's ontketent. Kort gezegd komt van het vissen, vissen vangen en tenslotte een bruggetje naar opvangen. Daarmee bedoelt hij tijdens de Vierdaagse, en ook in het dagelijks leven, mensen opvangen. Hij brengt het erg goed en na zijn preek volgt, heel ongebruikelijk, een waarderend applaus.

Ondertussen hebben we al eerder een geweldige trompettist gehoord: Rob Faltin. Geboren in Zwitserland, studeerde bij Herman Krebbers, op 20-jarige leeftijd naar Nederland gekomen. Was 8 jaar altviolist bij het Koninklijk Concertgebouworkest. Tussen de gebeden

door verrast dezelfde trompettist ons ook met zijn viool, met het bekende en wonderschone stuk "Die Forelle" van Franz Schubert. Hij speelt het héél zacht, komt heel stilletjes aanlopen en verdwijnt ook weer heel stilletjes. Typisch voor mij dat ik het dan niet droog houd.

Nog eerder maakten we kennis met het fraaie spel van het Silva kwartet. Net voor de communie-uitreiking zingt het koor een prachtig verstillied, het Onze Vader in het Indonesisch, gevolgd door Amigos para siempre. Zó mooi!!

Ook een hartverwarmend gebaar is dat de bloemen van deze mis worden aangeboden aan Bert van der Lans, die zijn 70e Vierdaagse hoopt uit te lopen.

En dan, nadat we de zegen hebben ontvangen, breekt het los: het VIERDAAGSELIED, ik ben alweer zo emotioneel dat de tranen me over de wangen lopen, ik laat het maar zo. De zenuwen zijn weggeëbd, maar ik moet de mis en alles eromheen nog even verwerken.

Samen met Ria en ondertussen ook Annemieke gaan we koffiedrinken. Gezellig kletsen we wat bij en daarna op ons gemak naar de Wedren voor het afhalen van het startbewijs. Ik ga op zoek naar het loket van de 30 km. Eindelijk heb ik de rij gevonden van de "Wandelschoen", het is 13.20 uur en om 14.00 uur heb ik het polsbandje om (voor het scannen) en m'n startkaart: morgen "late start", d.w.z. starten tussen 07.30-08.00 uur. Zo, nu eerst een beetje rondkijken. Op het Vierdaagseplein ga ik op een bankje naar de muziek luisteren, altijd heel gezellig, en inspecteer ook het tasje met de "gadgets". Daarin zit o.a. een klein blikje Heineken, dat lust ik nu wel na de koffie. Daarna op m'n gemak naar de Ganzenheuvel om de locatie van de OLAT-slapers te bekijken en Joop gedag te zeggen. Daarna besluit ik zo langzamerhand naar het station te lopen. Of, zal ik wel/niet wachten op de "Vlaggenparade" die nog door de stad komt? Ik loop lekker door de Lange Hezelstraat, de Pijkestraat omhoog naar de Parkweg: mijn geboortegrond. Ik sta nog even stil bij no. 80, mijn oude

woonhuis. Aan de overkant, in het bekende portiek, blijf ik staan wachten, ik hoor inmiddels de muziek komen. Het moet een soort "street-parade" worden met muziek en de vlaggen van verschillende deelnemers, groepen, militairen etc. De parade valt wat tegen, dus nu écht naar de trein. Op het stationsplein aangekomen wacht een leuke verrassing: de NS maakt weer foto's en die kun je dan ook meteen ophalen in een mooi uitgevoerd (papieren) lijstje. Al met al en gezellig dag.



Maandag 17 juli 2017

Nog één dag te gaan. Vandaag ga ik niet meer naar Nijmegen maar houd een rustdag. Nou ja, gewoon de bedden verschonen, wassen, strijken, enfin wachten totdat het tijd is om naar bed te gaan, zodat de Vierdaagse eindelijk kan beginnen. Ik blijf bij mijn BELANGRIJKE BESLISSING; ik ga lopen op mijn **OUDE SCHOENEN**. Om 21.30 uur naar bed en natuurlijk voorlopig niet slapen.

Dinsdag 18 juli 2017

Wekker Joop 02.45 uur en 03.15 uur weg, ik ben natuurlijk ook die tijd wakker, mijn wekker staat op 04.30 uur. Ik neem gewoon mijn havermoutje met frambozen, thee en een beschuit en stap om 05.30 uur op de fiets naar Rosmalen. Ondertussen maak ik nog een foto van een prachtige zonsopgang. Om 06.09 uur de trein. Vandaag heb ik dus de late start. Ondertussen lees ik op de 4Daagse-app dat ik al kan starten v.a. 07.15 uur. Mooi meegenomen. Aan de start valt de rij mee en eerst is er een toespraakje van marsleider Johan Willemstein, die deze functie voor het laatste jaar uitvoert; hij presenteert meteen zijn opvolger Henny Sackers. Het gaat met enige "tragiek" gepaard,

daarna volgt het aftellen Jaaaaah daar gaan we dan. Het is 07.30 uur. De afstand is 33,1 km en nieuw is dat de route vandaag omgekeerd wordt gelopen, dus na de Waalbrug niet eerst via Ressen, Bommel naar Elst, maar eerst over de Oosterhoutsedijk. Het weer is prima, lekker windje, zonnetje, nu nog niet te warm. Ik geniet van het uitzicht over de Waal vanaf de Waalbrug, daarna van het zicht op de spoorwegbrug en daarachter nog de nieuwe brug de "Oversteek". Vóór ons het lint van wandelaars dat zich over de dijk slingert. Iedereen is letterlijk vol goede moed. Natuurlijk is het altijd druk, maar ik maak me er niet druk om. Ik zie wel op de 4Daagse-app dat het tempo 4,2 km/uur is. Geen supersnelheid dus!

Sanitaire stops zijn hier lastig, dus ik moet wachten tot er Dixies in zicht komen. Er staan er 30 bij elkaar, 30!!! Hoewel ik daar geen liefhebber van ben, heb ik geen andere keus dan in de rij te gaan staan. Ik bereken: als er 120 mensen (dames) voor staan, betekent dat 4 personen vóór mij. Dat rekensommetje klopt inderdaad, na 7 minuten ben ik opgelucht weer op weg.



Mijn eerste stop is de OLAT-rust die op ca. 7,5 km staat. Ik geloof dat het iets van 09.10 uur is. Het ziet er weer goed uit, de stand. Ik bestel een thee en een krentenbol en ga even op een van de vele banken zitten.

Joop, als voorzitter, is druk met het aansturen en bekijken of alles naar wens verloopt. Ze hebben nieuwe koffiezetapparaten en de koffie schijnt heel lekker te zijn. Het is voor de verzorgingsploeg even wennen om het allemaal bij te benen, want er zijn veel liefhebbers. Ik blijf niet zo lang, maar een kleine 20 minuutjes ben je zo kwijt.

Het is een goede beslissing om op mijn oude Hanwags te lopen, dat neemt al weer een stuk onzekerheid weg. Ik heb mijn voeten ingetaped met Fixomull en zo moet het lukken. Ik ben benieuwd naar Valburg, waar ik altijd huisgemaakte soep eet bij de Viersprong, een bruine kroeg met royale zaal. Hé maar vandaag is er ruimte te over, prettig voor mij, minder voor de uitbater. Ik geniet daar van een lekkere kop tomaatsoep en eet op m'n gemak een meegebracht eitje op.

Hierna op weg naar Elst. Andere jaren gaat het hier meestal stapvoets, maar nu, ik zit in de 30 km-groep en heb ook nog de late start, kuiert het gemakkelijk door. Dat betekent dat wij echt zo'n beetje de laatsten zijn, dat merk je ook. Hier en daar wordt al een stoeltje of bankje weggesjouwd.

Wat me trouwens opvalt is dat op een belangrijke kruising wel minstens 2 brandweerwagens haaks op elkaar staan geparkeerd. Even verderop ook 2 politiewagens. Toch bepaalde voorzorgsmaatregelen? Niet aan denken, maan ik mijzelf. Het is ondertussen flink warm geworden en ik heb al heel wat gedronken uit m'n camelbag, dus ik ga bij Kruidvat even nieuwe voorraad halen. Het is lekker koel in de winkel en ik neem de tijd.

Als je Elst uitloopt wordt het saai, en niet zo'n klein beetje ook! Wanneer het station in zicht komt, bedwing ik de neiging om de trein te pakken, "Ho, ho, dat gaat 'm niet worden!" spreek ik mezelf vermanend toe, "kom op, niet flauw doen". Na het station wordt het nog erger, dat industrieterrein duurt voor mijn gevoel vreselijk lang. Ik loop enorm te balen hier, de zon brandt harder, dit is echt een flinke dip. Ook mijn voeten zijn branderig. Het zal toch wel goed gaan? Is dit een begin van blaarvorming? Mopper, mopper, mopper. Gelukkig, het industrieterrein hebben we eindelijk gehad, er is trouwens ook nog een controle op dit stuk. Kan me voorstellen dat iemand denkt, bekijk het maar, ik sla dit stuk over. Ik zou trouwens niet weten hoe. Gelukkig komt aan deze beproeving een eind en

komen we op een veel betere weg uit. Ondertussen denk ik regelmatig aan mijn wandelvrienden, eentje loopt voor de 2e keer, de andere de 12e. Ook bij hen was de deelname niet vanzelfsprekend. Ze hebben goed getraind en ik hoop van ganser harte dat ze het weliswaar met de nodige inspanning, maar ook met veel plezier, goed mogen halen. Een eindje verder staan een paar lage muurtjes, perfect om even bij te tanken, dat is gewoon nodig op dit moment.

Ik ga uitkijken naar Bemmell, want vóór Bemmell zou ook een WIOS-rust (wandervereniging) zijn. Hoe ik ook kijk, ik zie geen WIOS, gelukkig tellen de kilometers af en de namen van straten komen me bekend voor. Maar ja 33,1 km moeten wel weggestapt worden en het valt me best zwaar. Ergens voorbij het centrum is een soort parkje met gelukkig heel veel stoeltjes, hier ga ik nog maar eens pauzeren en even "de boel de boel laten". Verschillende wandelaars liggen in het gras, sommigen met de benen omhoog voor de bloedsomloop. Maar toch, ik moet verder. Nu ben ik op een punt aangekomen dat een cola het goed zou doen voor de energie. Ik zie nergens een flesje, dus besluit dan maar om een blikje te kopen. Lekker onhandig, want zo'n blikje drink ik niet in één keer op. Bah, plakhanden, ik vind het ook vies om uit zo'n blikje te drinken, maar ik neem het toch. Wat gebeurt er dan? Het kraam-



pje ernaast is van "voor positiviteit.nl". Weet je wat er ligt: een drinkzakje. En de tekst: "Wandelen is de haast uit je hoofd lopen en kijken wat er overblijft" Nou zeg....! Een klein wonderdje. Ik snap er niets van. Ik hoef nergens voor te betalen, me nergens aan te melden, er is alleen een big smile! Ik ben helemaal beduusd hiervan. Dit komt zó mooi op tijd! Ik weet ook niets uit te brengen dan "heel veel dank".

Mijn moraal schiet omhoog en met wat cola op en dit mooie gebaar loop ik Lent binnen. De bekende straten o.a. de Begoniastraat die gezellig versierd is en er is veel muziek. Als ik bij het Witte Huis ben gaan we linksaf richting de Waalbrug en ik weet: we zijn er bijna. Een heerlijk briesje maakt dat ik het nog wel even volhoud. Volgens de 4Daagse-app zal ik om 15.30 uur binnen zijn. Aan de ingang van het Faberplein is het 15.10 uur dus ben ik er misschien nog wel eerder. Maar dan staan we stil, echt stil. De DJ brult "Malle Babbe", dat massaal wordt meegezongen. Nou ja, ik doe mee, maar niet van harte, ik wil naar de finish, ben moe. Het is mooi geweest. Dus uiteindelijk kom ik toch om 15.30 uur binnen en ga me melden bij een van de afmeldbureaus; ik val onder de groep Wandelaar. Het is een nieuwe methode, waarbij je niet gebonden bent aan één bureau, maar daar waar er plaats is binnen de categorie 30 km en Wandelaar. Dus het afmelden is snel gebeurd. Daarna slenter ik de Wedren op, even m'n laatste cola opdrinken. Als ik langs het podium loop, zie en hoor ik dat daar een band speelt met muziek uit de jaren 60, Elvis Presley, Buddy Holly. Hé, echt iets voor mij. Ik ga even op een bankje zitten en geniet. Lang blijf ik niet, een douche en uitrusten trekt me meer. Dus op naar de trein naar Rosmalen, dan op de fiets naar Berlicum, om 17.30 uur thuis. Jammer, geen tijd meer om nog even een dutje te doen voor het eten. Daarna boterhammen klaarmaken voor morgen, spullen controleren en om 21.15 uur naar bed.

-Lies Wesseling-

(wordt vervolgd)



LPS: STAND CLUBKAMPIOENSCHAP, AGENDA & NIEUWS

STAND CLUBKAMPIOENSCHAP PER 22 AUGUSTUS 2017

1	1	Hanny Klumpkens	10823	23	V
2		Wim van Cappelle	10158	19	M
3		Jan Dinnissen	9115	19	M
4		Bert Timmermans	7562	17	M
5		Rob van Stuivenberg	7257	16	M
6	2	Anita Pepers	7155	17	V
7		Arie Kandelaars	6765	14	M
8		Frank Marchand	6411	14	M
9	3	Petra Rommers	6373	17	V
9		Johan Rommers	6373	17	M
11	4	Marleen Ramakers	5420	14	V
12		Gerrit Arfman	5410	14	M
13		Jack Bertrums	5180	10	M
14		Hans van Heeswijk	4930	12	M
15		Pieter Boots	4340	11	M
16		Mart Douven	4150	11	M
17		Rini Welten	3490	9	M
18		David Vos	3150	9	M
19		Roel van der Wijst	3160	8	M
20		Boetje Huliselan	3143	6	M
21		Ton de Jong	2742	6	M
22		Marc Spierings	2591	7	M
23		Dirk Donders	2580	6	M
24		Peter van den Brink	2392	4	M
25	5	Connie Raijmakers	2276	6	V
26		Huib Raijmakers	2137	6	M
27	6	Miranda Slegers	2094	6	V
28		Jan Willem Vogels	2012	4	M
29		Servee Derks	1928	3	M
30		Rino Hamelink	1910	4	M
31		Jelte van der Zee	1800	5	M
32		Remy van den Brand	1780	3	M
33		Marco van Heel	1777	3	M
34	7	Clazien Koopman v der Zande	1570	4	V
35		Frits Mennen	1570	4	M
36		Adri van der Graaff	1330	3	M
36	8	Marij Smeets	1330	3	V
38	9	Sjan van Roosmalen	1291	3	V
39		Hugo Prinsen	1233	2	M
40		Ad Bijnen	1220	3	M
41		Ad van Erve	1160	3	M
42		Michiel Tamerius	1127	2	M

43		Wilko van Nieuwenhuyzen	1110	3	M
44		Vincent Beckers	1080	3	M
44	10	Nicole Nacken	1080	3	V
46		Erik Dikken	1070	3	M
46		Rudolf van Roij	1070	3	M
48		Theo Martens	960	2	M
49	11	Gerda Woestenberg	960	3	V
50		Rick Liesting	941	2	M
51		Jan Sinot	910	2	M
52		Richard Klein Bennink	720	2	M
52		Wil Zeebregts	720	2	M
54		Gerrit van Haandel	710	2	M
54		Cor van der Heijden	710	2	M
56		Erik Kroon	660	2	M
57	12	Coby Visser	610	1	V
57	12	Annemiek v Aarle v der Schoot	610	1	V
57		Jan Swinkels	610	1	M
60		Hans Koopman	600	2	M
61		Herman van Buggenum	586	1	M
62		Paul Canters	581	1	M
63		Claude Herman	500	1	M
64	14	Tiny van Alphen	360	1	V
64		Mike Bertrand	360	1	M
64		Jan van Boerdonk	360	1	M
64	14	Caroline Dinnissen-Vernie	360	1	V
64		Fred Fisser	360	1	M
64		Henri Floor	360	1	M
64	14	Henny van der Haring	360	1	V
64		Ruud Horst	360	1	M
64		Ferdinand van Keeken	360	1	M
64		Gerrit Legierse	360	1	M
64		Ted Liebregts	360	1	M
64	14	Ineke van Lieshout	360	1	V
64		Jos Raaijmakers	360	1	M
64		Henk van der Sanden	360	1	M
64		Adrie Thijssen	360	1	M
64		Peter van de Ven	360	1	M
64		Jan Vermulst	360	1	M
64		Jan Vogelsangs	360	1	M
82	18	Anja van Kempen	350	1	M
82		Jan van de Sande	350	1	M
84	19	Rina Prins-Bourgonje	250	1	V

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

AGENDA CLUBKAMPIOENSCHAP SEPTEMBER/OKTOBER

Datum	Plaats	Organisatie	Afstand	Start	Punten	Bonus
8-sep	Zeewolde	Z tot Z-tocht	deze tocht gaat niet door			
9-sep	Waalwijk	De 80 vd Langstraat	80 km	20.00	360	schema 13 uur
15-sep	Haaksbergen	Kennedymars	80 km	22.00	360	
16-sep	Nijmegen-Rotterdam	RWV	160 km	11.00	725	
22-sep	Leerdam	Glasstad Kennedymars	80 km	21.00	360	
24-sep	s Gravenhage	Den Haag Vredesmarath.	60 km	5:00	250	
1-okt	Tilburg	HvB - RWV	De 6 uur v Tilb	11.00	schema	
1-okt	Tilburg, prestatie/wedstrijd		50 km	11.00	schema	
	Ned kampioenschap snelwandelen:		20 km	13.00	schema	
	50 km heren en 10 km dames		10-5-3-1 km	14.00	schema	
14-okt	Berg en Dal	SV De LAT, Herfstdag-tocht	60 km	07.30	250	extra 100 punten

EK MASTERS OP 31 JULI (5000M BAAN) EN 3 AUGUSTUS 2017 (10 EN 20 KM WEG) IN AARHUS (DENEMARKEN)

Proficiat Rick Liesting

Tijdens dit Europees kampioenschap waren er maar liefst drie gouden medailles voor OLAT-lid Rick Liesting: twee individuele gouden medailles en één gouden teammedaille!

Ook haalde hij deze twee individuele gouden medailles in een nieuw Nederlands record! Wowww, wat een grandioos resultaat. Chapeau voor Rick!

Rick kwam uit in de klasse M40 / 5000m baan. Direct na de start nam Rick de kop en meter voor meter werd zijn voorsprong groter. Op superieure wijze liep Rick naar het goud in een nieuw Nederlands record in een tijd van 21:27.07. Het oude record van Henk Plasman (ook OLAT-lid) werd met 15 seconden verbeterd.

Bij M40 / 20 km mannen weg, won Rick ook met overmacht. Met een voorsprong van maar liefst 2min 28sec kwam Rick aan de finish. Rick werd niet alleen winnaar in zijn klasse, maar ook overall winnaar. Rick verbeterde het Nederlands record met meer dan 5½ minuut!!

Samen met Remco de Bruin (M50) en Hub Kaenen (M55) werd een gouden teammedaille binnengehaald bij de M40.

Proficiat Boetje Huliselan

Bij de M60 stonden maar liefst drie Nederlanders aan de start: Boetje Huliselan (OLAT), Hans Drijvers en Han Holtslag. Samen wonnen zij een bronzen teammedaille!!

Boetje eindigde de 20 km in een tijd van 2h11:20 en behaalde daarmee een verdienstelijke 10e plaats.

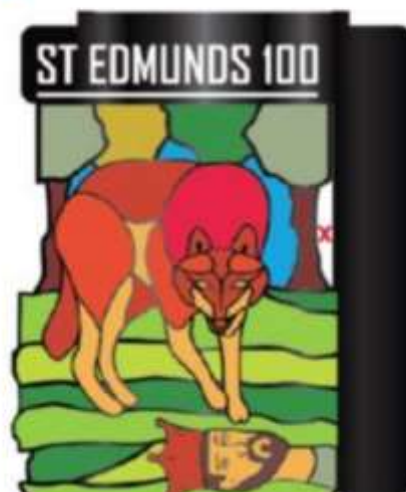
100 MIJL CENTURIONWEDSTRIJD OP 5/6 AUGUSTUS 2017 IN BURY ST. EDMUNDS (GBR)

Tijdens de 100 mijl in Engeland deden ook twee OLAT-leden mee.

Jack Bertrums (C1142) heeft al eerder deze 100 mijl gehaald en finishte nu in een tijd van 22.20.43. Ruim binnen de 24 uur op een 9e plaats.

Arie Kandelaars werd 'nieuwe' centurion (C1185) in een tijd van 23.49.28.

Jack en Arie, van harte gefeliciteerd met deze grandioze prestatie!



De nacht van OLAT van 4 op 5 augustus



Na een maand niet teveel gelopen te hebben, bereidden we ons vrijdag weer eens voor om een Kennedymars te gaan lopen. Deze keer reisden we af naar onze eigen wandelvereniging OLAT, naar het vertrekpunt in Nijnsel bij de Vresselse Hut, voor de Nacht van OLAT.

Na een uurtje rijden waren we hier ruimschoots op tijd en wel om kwart voor 10. Meteen al zagen we vele bekenden waar we dan ook gezellig bij gingen zitten. Voor deze tocht hadden we ons al online ingeschreven, dus even bij de inschrijftafel onze startkaarten gehaald en het labeltje voor de tas. Een bakje koffie erbij en iets voor 23.00 uur, nadat we onze tas hadden ingeleverd bij het busje, gingen we naar buiten. Na een woordje en uitreiking van een oorkonde aan een andere wandelaar, kregen we nog even een korte uitleg over de route, waarna we meteen konden vertrekken. Met een vrijwel volle maan gingen we aan deze nacht beginnen.

Het was niet koud en in een korte broek en T-shirt met daarover ons reflecterend hesje vertrokken we. We liepen over asfaltwegen langs vele akkers en boerderijen. Het was al vrij snel duidelijk dat dit een nacht ging worden met een luchtje eraan. Er was nl. op vele akkers gier (mest) gereden en dat kon je heel goed ruiken. Achteraf hadden we



Traditiegetrouw organiseert de LPS een tocht van 110 km en een Kennedymars tijdens de OLAT Wandeldagen. Op de 110 km deden 9 leden van OLAT mee, op de 80 schreven er 18 in. In totaal deden 118 atleten mee.

De wandelaars lopen een gedeelte van de tocht 's nachts: 75 van de 110 en 55 van de 80; de resterende afstand wandelen ze overdag, samen met de dagwandelaars.

een diversiteit aan luchten van koeien, varkens en kippen, heel wat afwisseling zo verspreid over heel de route. Het was bijna volle maan en met de laaghangende mist over de akkers was het gewoon genieten van de nacht.

Na een goed verzorgde wagenrust op ongeveer 8 km liepen we verder. We waren bijna aan het einde van deze weg toen we een auto in volle vaart rechts van ons op de weg aan zagen komen, de weg die wij in moesten. Daar liepen al wandelaars en wij dachten, nadat hij met piepende remmen was gestopt, dat hij ons gezien had. Wij draaiden nu richting die weg om daar verder te gaan lopen en net op dat moment, terwijl hij op het eind van onze weg stond te wachten, gaf hij volop gas en ging met volle vaart slingerend onze weg in. We wisten niet welke kant we op moesten springen, het ging allemaal zo snel en met toch wel angst achterom kijkend dat hij daar geen wandelaar zou scheppen. Gelukkig liep het goed af en met schrik in de benen vervolgden we de route. En toch hadden we allemaal in ons achterhoofd "zolang we geen sirenes horen is het goed".

Rustig aan liepen we verder en gingen bij Eerschot de A50 over om daarna door Sint-Oedenrode te komen en zo verder te lopen richting Olland.

Nu kwamen we bij de tweede wagenrust en hadden we alweer ruim 15 km afgelegd. Met een heerlijke boterham en wat worst met drinken erbij even lekker genieten. Na een toiletbezoek in de bosjes konden we weer verder. We liepen nu over de brug de "Dommel" richting Liempde. Op het fietspad kwamen we een fietser tegen zonder licht die wij er even op attendeerden dat ie zijn licht aan moest doen, maar hij had volgens mij te diep in het glaasje gekeken en slingerde rustig verder.

Via het viaduct de A2 over en zo kwamen we door een tunneltje onder het spoor bij de volgende wagenrust uit, net na het spoor op ruim 23 km. Lekker wat eten en drinken erbij en vrij snel liepen we door. Langs het spoor vertrokken we weer. De maan was nu achter de wolken verdwenen, dus het was donkerder dan in het begin van de nacht.

Nu waren we op weg naar Spoordonk waar onze eerste caférust zou zijn. Na een kleine 10 km kwamen we daar aan bij Zaal De Stapperij. Onze tassen stonden hier voor ons klaar en die paktten we dan ook mee naar binnen. Eerst even naar het toilet om daarna te gaan zitten met een colaatje en een bakje koffie erbij. Er stonden ook nog heerlijke



broodjes voor ons klaar en deze waren net iets specialer omdat ze overgebleven waren van een feestje van die avond. Heerlijk belegd met snijwaren en sla erbij. Smakelijk opgesmikkeld.

Je kon er deze nacht ook voor kiezen om een 110 km te gaan lopen en deze wandelaars waren al om 20.00 uur vertrokken. Zij hadden hier ook een rust en zodoende was het hier best druk. Zij hadden er nu 20 km meer opzitten dan de 80 km lopers. Even buiten een fotoshoot van ons allen en nadat we de tas weer in de bus hadden gezet, vertrokken we hier om 10 over half 5 in de ochtend.

Het begon nu al wat te schemeren en heerlijk verder lopend met volop gezelligheid in ons groepje gingen we op weg naar de volgende wagenrust. Dit is waar je naar toe loopt, dan zijn het iedere keer wat kleinere afstanden waaraan je dan denkt als je loopt. Aan onze linkerkant zagen we de rode gloed van de zon die op wou komen. We hadden alleen de pech dat er veel bomen voor stonden en als het geen bomen waren dan was het wel een maisveld. Naderhand werd het bewolkter, dus dat beeld was ook maar van korte duur.

Bij de volgende rust hadden we er al bijna 41 km opzitten, dus we waren nu over de helft. Deze rust was net voor het spoor. Hier zijn we gaan zitten op een bankje. Er was genoeg keuze om wat te drinken en te eten. Er waren mensen die hier in de nacht aan het

spoor aan het werk waren, daarvan moest er één met zijn wagen en grote aanhanger manoeuvreren in zijn achteruit om langs de wagenrust te kunnen. Mooi om naar te kijken en hij deed het heel goed.

Vanaf nu liepen we verder met één wandelaarster meer erbij, die namelijk op de 110

km route zat. Nog meer gezelligheid in ons clubje.

Het spoor onderdoor en de A2 weer over. Vanaf hier gingen we een fietspad volgen langs de weg, waarbij we ook het bordje met de aanduiding Sint-Oedenrode nog 8 km zagen. Toen dachten we, we zullen dit fietspad toch niet 8 km moeten volgen. We hadden geluk, na ongeveer 3 km hadden we een breakpunt, namelijk de volgende wagenrust. Volop gezelligheid met de vrijwilligers en een paar heerlijke bankjes en stoelen. Op het moment was het ook wat lichtjes aan het regenen, dus je moest wel even oppassen dat je niet op een nat bankje ging zitten. Lekker een vlapflip op uit een bekertje. Gewoonweg genieten van deze goede verzorging

onderweg en wat een geluk, hier konden we naar een toilet en wel een bijzonder mooi buitentoilet.

Na nog ruim een kilometer over hetzelfde fietspad kregen we een verandering in de route en gingen we een andere weg in. Uiteindelijk gingen we de A50 over en passeerden we de kerk in Nijssel rond de klok van 8.00 uur.

Na nog een lang stuk over de laatste weg te hebben gelopen naar de Vresselse Hut, kwamen we daar aan na 55 km in de benen. Onze tas stond weer voor ons klaar en we werden heerlijk verrast met een pastamaaltijd. Vegetarische macaroni of gewone met een gebakken eitje, wat kroepoek, kaas, Amsterdamse ui en zure augurk. Heerlijk op zitten smikkelen met een consumptie erbij. Op dat moment begon het buiten harder te regenen, waarop we besloten om pas te vertrekken als het ergste nat weg was.

Deze dagen staan ook in het teken van de OLAT Wandeldagen. Vrijdag, zaterdag en zondag kun je hieraan deelnemen op diverse afstanden. Ons vervolg van de 80 km route was nu de route van de zaterdag van 25 km. Dat betekende dat er nu ook meer wandelaars te zien waren dan in de nacht. De 110 km vervolgde de route van de 35 km.



Voordat we bij de Vresselse Hut weggingen, moesten we ons nog even melden met onze wandelnummers en kregen we consumptiebonnen mee voor onderweg bij de rustposten.

Om 9 uur gingen we aan deze lus van 25 km beginnen. We liepen vrij snel het Vresselse bos in waarin een paar mooie vennen liggen. De ondergrond werd nu meteen anders voor ons, na 55 km verhard gelopen te hebben, kregen we nu zachtere ondergrond en veelal ongelijk. Over mooie paadjes slingerden we door het bos. Langs de mooie waterplas de Moerkuilen, dwaalden we zo verder over smalle paadjes. Na het bos verlaten te hebben, liepen we door de akkergebieden verder om zo na een kleine 6 km bij de eerste rust uit te komen. Lekker even gaan zitten en wat drinken genuttigd.

Na een korte pauze verder over een graspad. Zo liepen we een rondje over asfalt, zand en gras en kwamen we uit bij de A50. Deze gingen we middels een viaduct over en aan de andere kant van de weg vervolgden we de route over eerst een zandpaadje langs de weg en daarna over een asfaltweg verder.

Bij caférust Het Goeie Leven bij een camping was er weer een rust op nu 12 km. Net hiervoor verliet onze wandelaarster van de 110 km ons voor een extra lus van 10 km. Op dat moment pikten we weer een andere wandelaarster op die op een bankje aan het rusten was. Bij de caférust namen we de tijd voor een heerlijk bakje koffie in het zonnetje dat toen eventjes scheen. Op naar de volgende rust.

We mochten over een mooi stukje privéterrein met een paar mooie bruggetjes over een grote waterplas. Van dit mooie eilandachtige gebied hebben we kort mogen genieten.

Nu vervolgden we de route en zagen in dit vlakke gebied ineens een flinke heuvel verschijnen. Dit is een voormalige vuilstortplaats, genaamd de Vlagheide. Deze gingen we beklimmen en liepen

zo naar een mooie uitzichtplek. Mooie vergezichten vanaf deze heuvel. Onderaan de heuvel liepen we op een rustpost af die speciaal voor de 80 en 110 km lopers was. Eventjes een stukje banaan en wat drinken en op voor de laatste 10 kilometers.

Terug richting Sint-Oedenrode, waarbij we onze laatste rust kregen op een rustig weggetje langs een maisveld. Na inlevering van twee bonnen kregen we hier een heerlijk soepje. Op een bankje hiervan genoten met onze blik op de naderende donkere lucht in de verte. In eerste instantie dachten we nog: dat waait wel over. Nu gingen we voor de laatste 5 km van onze 80 ronde. Over een graspad gingen we weg en kwamen we in een natuurgebied met zigzagpoortjes en tevens een uitkijktorentje waaraan we voorbij gingen. Nog een mooie blik op de kerk van Sint-Oedenrode.

De lucht werd toch wel steeds dreigender en op het moment dat we een dikkere weg over moesten, begon het hard te regenen. We besloten om even onder de bomen te schuilen en onze regenkleding of paraplu tevoorschijn te toveren. Nadat de ergste regen voorbij was, gingen we verder over een fietspad dat erg nat was, dus alles spatte

flink op. Vrij snel liepen we nu het Vresselse bos weer in. Zandpaden en de smalle paadjes waren in één keer veranderd in modderachtige gebieden. We ontweken de vele plassen en voor het merendeel keken we nu naar de grond waar we op liepen.

De mooie grote waterplas de Hazenputten passeerden we en zo liepen we op ons eindpunt af, met af en toe nog wat regen. Net na twee uur in de middag kwamen we hier aan met weer 80 km in de benen. Onze oorkonde in ontvangst genomen en gezellig nog wat nagekletst met vele bekenden.

-Petra Rommers-



3 x goud voor Rick Liesting, brons voor Boetje Huliselan

EK snelwandelen Masters 2017, Aarhus (DK)

Eén van de grootste uitdagingen welke ik dit jaar op mijn kalender had staan, was de Europese Master kampioenschappen. In de atletiekwereld kent men wedstrijden in allerlei soorten, dus ook voor "ervaren" (lees oudere) atleten. Vanaf de leeftijd van 35 jaar kan deelgenomen worden aan dit kampioenschap. De klassen worden vervolgens per 5 levensjaren bepaald, 35-40-45-50 etc. Alle onderdelen van de atletiek komen naar voren, discus, slingeren, horden, etc. Zelf had ik me ingeschreven voor de 2 snelwandel onderdelen: 5000 m op de baan en 20 km op de weg. Met in het totaal 184 Nederlandse deelnemers en over de 3.900 deelnemers totaal is het een goed bezet toernooi.

De Nederlandse deelnemers

Zelf ben ik half juli jarig en kom dan ook voor het eerst uit in de klasse M40. Over het algemeen is dit een relatief sterke klasse waar toch behoorlijke tijden gelopen worden. Ik had thuis al eens bekeken wat de concurrentie kan en kwam tot de conclusie dat ik behoorlijk aan de bak zou moeten, maar een podiumplek op met name de 20 km moest haalbaar zijn, gezien mijn eigen resultaten dit seizoen.

We waren op beide afstanden met een redelijke delegatie vanuit Nederland en België, te weten:

Dames 5000 m baan en 10 km weg

V35 Annelies Sarazin (BE)
Liesbeth de Smet (BE)
V50 Muriel Oger (BE)
V60 Anita Bakker

Heren 5000 m baan en 20 km weg

M40 Rick Liesting
M50 Remco de Bruin
M55 Hub Kaenen
M60 Boetje Huliselan
Hans Drijvers
Han Holtslag (alleen 20km)

Naast de lopers waren ook nog diverse andere mensen mee, waaronder Ronnie Timmermans als een soort algemeen begeleider/verzorger en Hans van de Knaap als jurylid voor beide wedstrijden. Al met al een leuke groep en zeer zeker ook gemotiveerd om tot goede resultaten te komen.

Maandag 31 juli, 5000 m baan

De hele maandag staat in het teken van snelwandelen dat plaatsvindt op de kleinere atletiekbaan, circa 2,7 km van het stadion. Omdat het hele snelwandelingcircus hier is (circa 300 deelnemers, inclusief fans, verzorging en andere toeschouwers) is het leuk vertoeven hier. Ook zijn er nog enkele andere onderdelen aan de gang, dus dit zorgt toch voor een leuke sfeer en afwisseling.

Om 14.25 uur is het zover, ik moet naar de callroom voor de laatste voorbereidingen. Han Holtslag heeft de taak op zich genomen om de lopers te begeleiden en spullen vast te houden, waardoor het voor mij een stuk makkelijker wordt om mijn focus te houden. Bedoeling is om een behouden race te lopen, niet direct aan kop, proberen in de top 5 van mijn klasse te komen. Ik loop in de enige wedstrijd met 2 leeftijdsklassen, dus het is prioriteit om goed op te letten wie er voor mij liggen om te bepalen waar ik zelf loop in de wedstrijd.



Ik weet dat een tijd van onder de 22 minuten noodzakelijk is voor het podium, maar vind finishen toch wat belangrijker.

Als het startschot valt begint het spel van positie kiezen. Ik loop ongeveer op de vijfde positie maar vind dat het tempo wel erg laag is en besluit toch maar om naar de kop te gaan om mijn tempo te lopen en te kijken wie volgen. Antonio Pereira uit Portugal haakt aan en samen lopen we gestaag weg van de rest. Dit is niet wat ik had verwacht en tot mijn verbazing blijkt het veld echt moeite te hebben met ons tempo en blijven we wegllopen.

De eerste kilometer gaat hard zie ik en de Portugees begint vervelend te worden, hij heeft al enkele keren op mijn hak getrapt. Gelukkig neem hij de kop over, maar dan begint hij het tempo te drukken, daar word ik ook niet zo gelukkig van. Het valt op dat hij op het rechte stuk tegen de wind in moeite heeft en ik besluit om hier gebruik van te maken. Ik heb geen idee hoe ver we dan al in de wedstrijd zijn, maar bij het opkomen van het stuk met wind tegen, voer ik het tempo op. Bij het uitkomen van de bocht verneem ik via Boetje dat het gat direct 15 m is. Nu dit tempo volhouden en technisch blijven lopen. Ergens in kilometer 3 komt dan toch mijn eerste geel voor zweven, tja met een snelheid van boven de 14 km per uur wist ik dat dit kon gebeuren. Het gat groeit gestaag en per ronde verneem ik dat het groter wordt.

Vanaf de kant wordt nu geroepen om de race te controleren, geen risico's meer nemen. Met 100 m voorsprong kan dit ook wel besluit ik, ook omdat er een tweede gele kaart bij is gekomen.

Bij de bel voor de laatste ronde zie ik de tijd en realiseer ik me ook dat een Nederlands record mogelijk is. Dit zet ik gauw uit mijn hoofd, omdat ik in voorgaande wedstrijden diverse deelnemers in de laatste 100 m heb gezien die direct werden gediskwalificeerd en hier heb ik echt geen behoefte aan.

De laatste bocht wordt gelopen, de finish is in zicht, langzaam tellen de seconden door, groot applaus van de aanwezige Nederlanders, Belgen, maar ook van het overige publiek, waaronder diverse bevriende Duitse lopers. De dame met het rode bord begint haar vizier op mij te richten, ik probeer rustig en technisch door te gaan en dan ben ik over de streep. Ik zie een tijd die ik in eerste instantie nog niet kan bevatten, 21.27.07, een PR en Nederlands record. Als ik kijk waar de nummer 2 is, zie ik een harde strijd tussen Antonio en Steffen Borsch uit Duitsland; uiteindelijk wint de Portugees het en zijn de medailles verdeeld.

De eerste plak is binnen en dit was niet waar ik op gerekend had.

Uitslag

1 Rick Liesting	21:27.07 NR
2 Antonio Pereira	21:49.56
3 Steffen Borsch	21:54.42



De medaille-uitreiking is helaas slecht gepland, en hierdoor mis ik toch gedeeltes van de wedstrijden van de andere heren.

Resultaten van de Nederlandse heren

M50		
4e Remco de Bruin	23.47.89	
M55		
7e Hub Kaenen	27.35.73	
M60		
6e Boetje Hulselan	30.09.01	
12e Hans Drijvers	33.20.75	

Donderdag

1 augustus, 10 km Dames en 20 km Heren

Wat een regen komt er naar beneden als we ons al vroeg in de ochtend voorbereiden voor de wegwedstrijd.

De dames mogen om 09.30 uur de spits afbijten en de heren zijn dan om 13.00 uur aan de beurt. Het wa-

ter komt werkelijk met bakken uit de lucht, maar soms is het ineens heel even droog. Vandaag lopen alle klassen gezamenlijk, voor de dames betekent dit een veld van ongeveer 130 deelnemers en voor de heren circa 160 deelnemers.

20 km snelwandelen

Om 12.30 uur moeten alle mannelijke deelnemers in de callroom zijn en zo rond 12.50 uur gaan we naar buiten.

Het is even droog en de zon schijnt lichtjes. In het startvak is het druk, maar ik weet een mooie positie op de eerste startrij te bemachtigen, met Remco vlak achter mij. Er heersen toch een soort van waarden en normen waarbij snellere lopers zich voorin mogen positioneren. Het aftellen begint en

dan het startschot.

Gezien de grootte van de groep probeer ik direct voorin te zitten, op deze wijze hoop ik niet ingesloten te worden en aansluiting te kunnen vinden bij de kopgroep. Maar net als bij de 5000 m vorm ik weer de kopgroep met de Portugees Antonio Pereira en weer probeert hij mij uit mijn ritme te halen. Dit keer ben ik er eigenlijk direct klaar mee en besluit dan maar direct de race hard te maken op dit 2 km parkoers. De eerste keer passeren we samen start/finish, maar daarna loop ik toch redelijk



vlot van hem weg. Ondertussen gaan de hemelsluizen weer open, maar dat is eigenlijk best lekker lopen. Juist als het niet regent, vind ik het benauwd en maak ik gebruik van de water- en sponzenpost om mijzelf te verkoelen.

Met hulp van de diverse Nederlanders en Belgen langs de route krijg ik te horen wat mijn positie is, de voorsprong groeit gestaag. Ik merk wel dat ik wat moeite heb met sommige stukken van het parkoers, er zitten redelijk wat glooiingen in en met name een stuk achterin gaat voor mij te steil naar beneden, waardoor ik daar geel en uiteindelijk een rode kaart oloop. Toch wordt ook deze race weer een "one man show" zoals diverse mensen het noemden na afloop. De rondetijden zijn goed, tussentijd 5 km is 22.21 en op de 10 km 44.27 minuten. Dat gaat wel heel hard en heel even denk ik aan een tijd onder de 1.30.00 minuten, maar zet dat snel uit mijn hoofd, goud behalen en een goede race vind ik nu toch even wat belangrijker.

Ronnie geeft goed elke ronde mijn drinken of gel aan in de verzorgingszone. Ondertussen is mijn voorsprong al meer dan 2 minuten, heb ik al vele deelnemers op minimaal een ronde gezet en loop ik af en toe een andere Nederlandse deelnemer voorbij. Er is een keerpunt op het parkoers en het is dan mooi om de gezichten van de deelnemers te zien. Het lijkt wel of alle Nederlanders stralen en er veel plezier in hebben vandaag. Mijn rondetijden lopen ondertussen een beetje terug krijg ik te horen via de speakers. De omroeper heeft mij omgedoopt tot "Lijsting" maar vind het allemaal wel prachtig geloof ik.

Als dan de bel gaat voor de laatste ronde weet ik het zeker, de winst kan mij eigenlijk niet meer ontgaan. Ik heb 1 rode kaart en nog 1 waarschuwing voor zweven, dus technisch is het redelijk goed gegaan en hoef ik in de laatste ronde niet meer bang te zijn. Ook de voorsprong is dermate groot dat ik van de Portugees ook niets meer heb te vrezen. Ik loop dan eigenlijk ook een ereronde van 2 km en vind het allemaal prachtig. Dan komt de finish echt in zicht, ik passeer net nog Boetje en Han en zij zijn getuigen van mijn finish. Er staat redelijk wat publiek en het applaus maakt deze overwinning helemaal compleet.

Ik passeer uiteindelijk de finish in 1.31.04, een dik PR en Nederlands record M40. Bij de finish word ik opgevangen door Liesbet en Sandra en stort ik naar de grond om het asfalt even van wat dichterbij te bekijken. Antonio finisht uiteindelijk meer dan 2 minuten achter mij, iets later gevolgd door Ruben Pinera Alvarez uit Spanje.

Uitslag klasse M40

- | | |
|---------------------------------|---------|
| 1 Rick Liesting | 1.31.04 |
| 2 Antonio Pereira (Portugal) | 1.33.32 |
| 3 Ruben Pinera Alvarez (Spanje) | 1.34.56 |

Klassering overige Nederlanders

- | | | |
|-----|-----|------------------|
| M50 | 5e | Remco de Bruin |
| M55 | 8e | Hub Kaenen |
| M60 | 6e | Hans Drijvers |
| | 10e | Boetje Huliselan |
| | 11e | Han Holtslag |

Hierna is alles ineens toch compleet anders, de races zijn gelopen en waar je zoveel maanden naar toe geleefd hebt, is ineens voorbij. Ik kijk nog even naar de wedstrijd, maar besluit om snel te gaan douchen om de spieren te ontlasten.

Als het tijd is voor de prijsuitreiking is het prachtig om voor zo'n volle zaal met snelwandelaars te staan en de ge-



hele oranje / Benelux blauw club er ook te zien staan. Er zijn zeer veel ceremonies en na mijn ceremonie zoek ik de rust op net buiten het zaaltje, totdat Ronnie ineens komt aangesnel dat ik nog een keer moet! Blijkt dat ik samen met Remco en Hub het samengestelde landenteam ook nog een medaille heb gewonnen. Ik kan mijn lachen niet inhouden als blijkt dat dit ook goud is, driemaal is scheepsrecht! Dacht ik dat dit het wel was, blijkt dat het team M60 bestaande uit Hans Drijvers, Boetje Huliselan en Han Holtslag ook in de prijzen is gevallen Deze heren hebben een prachtige derde plaats behaald! Op deze wijze gaan alle Nederlandse mannen met een medaille naar huis. Een mooie afsluiting van een bijzondere en sportieve week.

Ik wil toch nog even benadrukken dat voor mij deze prestaties niet mogelijk waren geweest zonder hulp en steun van het Benelux Race Walking Team, Team Europe Pallet Holland en enkele andere mensen uit mijn directe omgeving. Deze overwinningen zijn mede door hen tot stand gekomen, dank allemaal!

-Rick Liesting-
Aarhus Denemarken
27 juli t/m 6 augustus



De Hærvejvandring, in 7 dagen ruim 300 km wandelen



Bij aankomst bij de inschrijving wordt er links en rechts hartelijk gezoend en omhelsd. Het evenement blijkt in de loop der jaren flink gekrompen te zijn en nu voor een groot deel door een vaste kern deelnemers gelopen te worden. Waren er naar verluid voorheen wel eens 500 deelnemers, dit jaar zijn er van de 137 deelnemers op de 300 km maar 25 eerstejaars, en 43 personen die de tocht 15x of vaker hebben uitgelopen. Daarnaast zijn er 18 personen die de 'light'-versie van 200 km lopen; zij worden dagelijks vanaf de derde rustpost per busje naar de finish gereden (en missen zo de mooiste stukken). Het aantal niet-Denen bedraagt dit jaar 60 van 12 nationaliteiten, onder wie 7 Nederlanders, 21 Belgen en 14 Duitsers. Uiteindelijk zijn in totaal 8 lopers uitgevallen.

We slapen de eerste nacht in een school en voor de nieuwelingen is een apart slaaplokaal gereserveerd, dat vergemakkelijkt het kennismaken. Buiten op lange banken aan tafels zittend met een biertje is het gemoedelijk en er is gegrilde braadworst met aardappelsalade te koop als avondhap. Niet alle Denen spreken Engels of Duits, dus met een deel van hen is het moeilijk communiceren. Na twee biertjes en een leuk gesprek met een ervaren Deense sportvrouw die me goed inlicht over wat ik kan verwachten, ga ik toch maar vroeg slapen.

De volgende morgen begint al om 5.30 uur met het vaste dagritme van zaal-

Na tweemaal de vijfdaagse Elfstedentocht van 209 km en wat Kennedymarsen uitgelopen te hebben, durfde ik deze uitdaging wel aan. En omdat de laatste jaren regelmatig langeafstandstochten ophouden te bestaan wegens een tekort aan vrijwilligers dan wel deelnemers, had ik me eind vorig jaar al heel vroeg aangemeld bij organisator Fodslaw, de Deense nationale wandelvereniging. Daardoor kwam het begin juli zo uit dat ik twee dagen na mijn plotselinge verhuizing de verhuisdozen onuitgepakt heb laten staan en zaterdag de 8e doodmoe per trein afreisde naar Sleeswijk met de hoop dat ik na een week uitgeruster terug zou komen.

licht aan, opstaan, aankleden, matrasje, slaapzak en rugzak inpakken. De eerste en laatste dag is de start om 07.00 uur, de overige dagen om 08.00 uur en deze keer worden we per bus met onze bagage naar de startlocatie/sporthal gebracht waar we ook het ontbijt krijgen. Na toespraken van burgemeester en bobo's blijkt de tocht vol tradities te zitten: allereerst is er de mok die je eenmalig uitgereikt krijgt voor alle warme drank de hele week (geen mok bij je = geen koffie/thee/soep). Verder wordt er dagelijks een begeleide warming up gedaan en vervolgens onder tamboerijnslag ruim een kilometer langzaam achter een vlaggenparade van de deelnemende nationaliteiten gelopen. Daarna gaat het op eigen tempo verder.

De dag-etappes zijn achtereenvolgens 48, 44, 45, 46, 48, 49 en 25 km op mijn GPS, dus het venijn zit in de staart. De organisatie heeft enkele verhuishagens gehuurd: een voor het bagagevervoer en twee voor de dagelijkse vier wagenrusten. Dat gaat volgens een strak schema: als je 's ochtends (te) laat bij de (koffie)post 1 aankomt is men al aan het inpakken omdat men kort daarna als (thee)post 3 weer de voorhoede moet verzorgen. De crew met de grote wagen zorgt tussen de middag voor o.a. soep, hartige broodjes (vis, warme bal gehakt, worst, gezond) en is er in de namiddag als post 4 tot ruim twee uur voor de sluitingstijd van 21.00 uur. Je hebt dus dagelijks 13 of 14 uur en dat lijkt lang, maar schijn bedriegt vanwege

enkele gezellige oorzaken.

Een traditie is het vieren van jubilea: het 10x, 15x, 20x of 25x deelnemer zijn moet gevierd worden met een drankje. Zo stond ik tot mijn verbazing de tweede dag na 10 km midden in het bos al 's ochtends om 10.00 uur aan het bier en twee Nederlanders te feliciteren met hun 10e deelname. Ik had als nieuweling niet gezien dat er dagelijks een nieuwsblaadje Hærvejistidende werd uitgegeven waarin alle bezienswaardig-



heden en ook deze evenementen en locaties werden aangekondigd; 8 km verder vierden drie Denen hun jubileum met een stapel kratten zwaar bier. Voor mij een blikje fris alstublieft.

Achterin het peloton is het druk, daar lopen zowel de beginners, zoals ik, als ook de zeer ervaren oude rotten (Deens oud-kampioen snelwandelen, Centurions, Euraudax-arenden) die de tijd maximaal gebruiken voor het eten van ijsjes, brouwerij- en restaurantbezoek, het drinken van herstelbiertjes op de

rusten en tussendoor nog een Schnaps of wat en dan weer in snelle pas doorlopen. Toen ik bij gelegenheid geen klein plastic borrelmokje aan een karabijnhaak bleek te bezitten werd ik uitgemaakt voor beginner en kreeg ik een medicijn-maatbeker voor de borrel (men houdt dus wel rekening met beginners). Gezien mijn algemene vermoeidheid en mijn ambitie de tocht uit te lopen, heb ik zeer beperkt aan deze drankinname onderweg meegedaan.



Overnachten is afwisselend in scholen en sporthallen waarin ook tot 22.00 uur het avondeten in buffetvorm geserveerd en gezellig aan lange tafels gegeten wordt. Het eten (van cateraars) is genoeg en meestal van goede kwaliteit maar basaal (geen soep of toetje) en bier, fris en wijn is apart bij de bar van de organisatie te koop. Afhankelijk van snelheid en pauzelengte overdag en douche-gewoonten (voor of na het eten), blijf je aan tafel een bepaalde groep lopers te leren kennen. De "vroegen" liggen al op bed als de "lateren" tegen 20.30 uur aankomen en gaan eten. Voor de eerstejaars die hun rust nodig hebben is er daarom meestal een aparte slaapruijme gereserveerd. Na een snelle dag van korte pauzes en doorstappen ontmoette ik opeens heel andere gezellige mensen.

Door een paar nachten goed slapen, werd ik minder moe in het hoofd, kwam ik beter in de dag-routine en ging ik meer van de tocht, het gezelschap en de mooie natuur genieten. De route loopt buiten het onvermijdelijke asfalt voor een groot deel over natuurpleden

door bos en langs akker maar ook, tot ongenoegen van de vermoeide voetzolen, over grove kiezelwegen zoals je ze in noordelijke landen veel aantreft. En, Denemarken is niet zo vlak als ik had verwacht. De tegenliggers zijn meestal wandelaars met flinke rugzak die deze weg als pelgrimsroute (naar Santiago de Compostella...) volgen. We hadden goed zonnig en niet te warm weer met maar enkele buien waartegen een paraplu, gamachen onder de korte broek en een dun jasje mij genoeg bescherming boden, dus mijn regenkleding en reserveschoenen zijn de hele week niet uit de bagage-rugzak geweest.

De dorpjes (en winkeltjes) liggen ver uit elkaar met gevolg dat iedere gelegenheid om iets in te kopen te baat genomen wordt en soms ontstaat zo 'spontaan' een eet- of drinkpartij. Ook daarin zitten wat tradities bij de oude rotten, zoals de verrukkelijke vis met dillesaus plus Akvavit en bier op een terras bij een klein hotel twee uur lopen voor Viborg.

Op de laatste dag, 4 km voor het einde, is er een wagenrust/verzamelplek waar gedoucht kan worden als je op tijd



bent. De wandeling wordt afgesloten met een intocht in Viborg met vlaggegroepeerd per nationaliteit en met muziekcorps voorop. Dat was het meest ongemakkelijke deel: na 300 km en die laatste Akvavits nog 4 km in veel te langzaam slentertempo lopen en vervolgens ruim een half uur staand luiste-

ren naar toespraken en jubilarishuldigheden telkens in drie talen door wethouder en wandel-voorzitter. Maar de beloning is mooi: alle eerstejaars lopen door een haag van applaus van de verzorgers naar de wethouder die je de Hærvejs-ketting omhangt. De (nog korte) ketting bevat drie zilverkleurige replica's van runenstenen en daaronder een medaille. Ieder jaar dat je terugkomt moet je de ketting inleveren en wordt hij met versierselen verlengd tot hij in negen jaar compleet is en tot onder je middel hangt. Het tiende jaar begin je opnieuw maar dan goudkleurig. Zo zie je de laatste dag pas wie de echte oude rotten zijn.

Geheel in stijl krijg je dan nog een biertje en na felicitaties en kort afscheid vertrekt de touringcar naar Sleeswijk voor degenen die daar hun auto hebben staan of met de trein verder gaan. In die bus wordt voornamelijk geslapen.

Mijn motto bij dit soort tochten is: de eerste keer kijk je of je het kan, de tweede keer of je het leuk vindt. Een paar dagen later heb ik de Nijmeegse Vierdaagse voor het eerst gelopen, daarvoor geldt hetzelfde. Of ik ze nog een keer direct na elkaar ga lopen betwijfel ik; 480 km in dertien dagen was voor mij aan het eind op het randje van nog leuk/fysiek mogelijk. Toch zag ik in Nijmegen zeker vijf m/v uit Denemarken, enkelen zelfs op de 4x50. Een van hen, een Zuid-Afrikaan, zei me op de een na laatste dag van de Hærvej-tocht "het is ieder dag weer baie ver en ik ben vandaag pas op de helft". Hij had gelijk: het is ver en lang, maar het is ook mooi en gezellig en door die combinatie bijzonder. Volgende keer kom ik uitgerust aan de start.

-Tekst en foto's: Erik Kroon-

Informatie:
www.fodslaw.dk

Van 4 tot 6 augustus 2017 in Nijssel

OLAT Wandeldagen

De eerste dag van deze 3 dagen voert ons richting Boskant. Terwijl de vroege starters al om 07.00 uur op pad zijn, begin ik wat later. Het team achter de inschrijftafel zit er monter bij in frisse rode poloshirts. Ze stralen uit: wij en OLAT hebben er zin in! Nou, ik ook!

Ik kies voor de 20 km. Door eens een korte route te wandelen heb je alle tijd en rust om alles op je gemak te bekijken en te genieten en vooral niet op de klok te letten. Het "grote werk" (lees: lange afstanden) is vanavond aan de beurt bij de Nacht van OLAT. Zie elders in ons blad hiervan ook een verslag.

Vrijwel meteen het bos in met een heerlijk zacht dennentapijt. Fijne start zo. Bij de splitsing met de 10 km kom ik uit bij de Dommel, zó Brabants, prachtig landschap, bruggetje, water en een koe die sloom ligt te herkauwen (het is tenslotte al 10 uur geweest). Op het weiland links liggen de hooibalen mooi opgerold klaar, daarboven een echt Hollandse lucht. Veel mensen uit tropische landen zijn hier stinkend jaloers op. Dat diezelfde mooie wolken later op de dag wel erg donker worden doet niets af van het plezier van nu.

Het parcours is heel afwisselend. De eerste rustpost dient zich al vlot aan: wat chique trouwens denk ik, als ik door een parklandschap wandel, met hoge statige bomen. Er schijnt ook een kasteel in de buurt te zijn, dat zie ik nog niet, maar wel het witte tentdoek van de OLAT-kraam. Het lijkt wel of ze tegenwoordig de catering van Maison van den Boer inhuren, zo mooi ziet het eruit. Het is helder, schoon, vriendelijk (niet dat dit voorheen anders was hoor, maar ik zie wel materiaal-technisch vooruitgang). Vandaag wil ik die nieuwe "echte", versgezette koffie wel eens proberen en ja hoor, die smaakt! Als ik naar het toilet vraag, blijkt dat een eindje uit de buurt te staan, ja dat kun je ook niet naast een kasteel zetten natuurlijk. Dus na mijn pauze verder op weg, daarna zie ik het prachtige kasteel Henkenshage dat verderop staat.

Het blijft uitstekend wandelweer. Je merkt echt dat het hartje zomer is aan de begroeiing die op dit moment overdadig is. Je ziet zóveel kleuren: geel, oranje, paars, blauw, rood, wit, grijzen,

en rose en dan heel veel van die "springbalsemien"; ze "springen" op dit moment nog niet (de zaaddoosjes die zich openen als je er met een vinger over heen gaat). Het is geweldig, echt iets om in je op te slaan en te bewaren voor als het in de winter weer grauw en kleurloos is. Nu: volop genieten.

Alles wat kan groeien doet het goed, of het nu varens zijn of brandnetels en hoe dat allemaal mag heten. Zo volgt al heel vlot de volgende rust bij Café de Vriendschap in Boskant. Ze hebben een heerlijk terras, maar daarna weer verder. Na een tijdje wordt het landschap niet alleen nog groener, maar ook met meer geluid. We zijn dan ook in de "populierenstreek". Het ritselt en ruist en dat klinkt bijna net zo lekker in de oren als de branding aan zee, maar dan



op zijn Brabants, over bomen, hout en klompen.

Bij een houten hek moet ik rechtdoor en daarna een weiland oversteken. Het hekje is wel héél erg smal. Ik ben gelukkig niet zo heel erg breed, maar door dit hekje? Dan zal ik eerst de rugzak af moeten doen, want anders zie ik het niet zitten. Gelukkig maakt een andere wandelaar mij erop attent dat er ook een klaphek is, dat werkt beter; hij zei wel: "ik had je wel even bezig willen zien". Haha!

Het is hier wel aardig maar het vorige stuk was leuker. Op een gegeven moment moet ik linksaf (Waterwingebied), 300 m RD, ik zie dan nog niet dat het volgende punt ook 630 m RD is en nog eens 300 m RD. Maar het is rechtdoor en blijft rechtdoor, daarna nog eens 1.030 m rechtdoor. Mijn goede humeur zakt wel wat in hier, totdat we bij het viaduct uitkomen en de volgende rustpost zich aandient. Hier weer even lekker gezeten en wat gebuurt en daarna het laatste stukje. Dat is dan weer een leuke verrassing, vooral als ik over het stuk "Odaberg" wandel, het gaat op-en-af, op-en-af. Gelukkig is er niets mis met m'n conditie. Dit slingerende afwisselende pad brengt me bij het parkeerterrein aan de achterkant van de Vresselse Hut, dus finish.

Het is weer een leuke wandeldag geweest. Bedankt alle medewerkers in welke vorm dan ook, ik heb ervan genoten.

-Lies Wesseling-



**ELKE WOENSDAG EEN
MOOIE ROUTE VAN
12 KILOMETER**

AANVANG 18:45 UUR
DINERCAFÉ 'T KROEGSKE

WWW.KROEGSKE.NL



AGENDA:

22 OKT: HERFSTWANDELING
24 DEC: WINTERWANDELING

DINERCAFÉ 'T KROEGSKE

SPOORDONKSEWEG 80
5688 KE OIRSCHOT
WWW.KROEGSKE.NL
0499-573671

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 - 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. Ook wandelaars met bijvoorbeeld grote of kleine voetmaten of een hallux valgus kunnen terecht in het LoopCentrum.

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