

NIEUWS



PRIKBORD



Uitgebreide vooruitblik op onze Jubileumtochten. U komt toch ook?



*NK Snelwandelen / Prestatietochten
Tilburg: Jack Bertrums doet verslag*



Arie Kandelaars behaalde een Centuriontitel in Nieuw Zeeland!

Jubileumtochten

Datum zaterdag 18 en zondag 19 november 2017

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

Afstanden en starttijden

50 km	08.00 - 09.00 uur (alleen zaterdag)
40 km	08.00 - 09.00 uur
30 km	08.00 - 10.00 uur
10, 15 en 20 km	08.00 - 12.30 uur

Startbureau vanaf 07.15 uur

Inschrijving vanaf 07.30 uur

Sluiting 17.00 uur (19.00 uur voor 50 km)

Inschrijfgeld

(inclusief verzorging bij de wagenrustposten, wandelboeksticker en stempel)

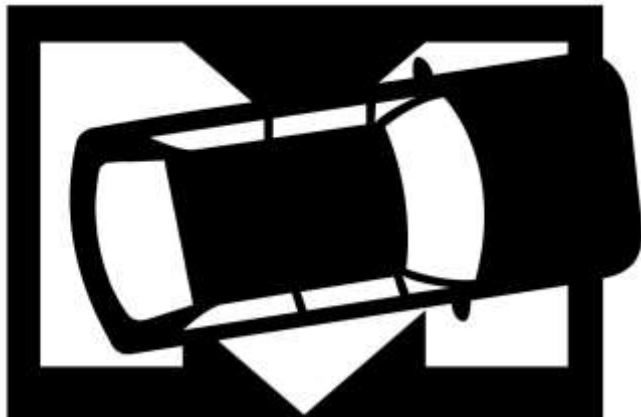
jubileumprijs: 50 Eurocent op alle afstanden

De routes op zaterdag zijn anders dan die op zondag.

OLAT: Ollandse Lange Afstand Tippelaars

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

*In dit nummer o.a.
een vooruitblik op onze
jubileumtochten, die
op zaterdag 18 en
zondag 19 november a.s.
hopelijk weer zullen
zorgen voor een
feestelijk gevoel, zowel
bij leden als niet-leden.*



M.V.D. HEIJDEN AUTOCENTRUM ZIJTAART

WWW.MYDHEIJDENZIJTAART.NL

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



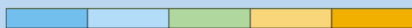
VAKANTIECENTRUM
DE ZWARTE BERGEN

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 19 november 2017

olatnieuws@olat.nl

WEBSITE-REDACTIE

Petra Rommers, Gerda Woestenberg,
Harrie Paulissen
websiteredactie@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

10 jaar 4-Kernenwandelen in Haaren	<i>Mieke en Toon van Boxtel</i>	3
Wandelen op Dinsdag; Rooise Wandelingen; wg Oirschot; Dagwandeltochten		4-5
Samenstelling bestuur en commissies OLAT		6
OLAT Nieuws	<i>Joop Wesseling / Nieuws Kort</i>	7
Onze jarigen/Ledenadministratie	<i>Jet Dreesen</i>	8
Van de bestuurstafel		9-10
Verslaggevers OLAT-activiteiten gezocht!		10
Vooruitblik Jubileumtochten 18 en 19 november	<i>Myriam van den Berg</i>	11-14
Hanny Klumpkens: een ware kilometervreter!	<i>Gerda Woestenberg</i>	15
LPS: Stand clubkampioenschap / Agenda / Nieuws	<i>Frank Marchand</i>	16-17
Prikbord (Westerborkpad is vanaf nu LAW)		17
NK Snelwandelen en Prestatietochten Tilburg	<i>Jack Bertrums</i>	18-19
Winterserietocht Helenaveen	<i>Jack Bertrums</i>	19
New Zealand Centurion, Mairangi Bay Auckland	<i>Arie Kandelaars</i>	20-22
Op avontuur in Afrika	<i>Rinda Scheltens</i>	23-24
Hoe lang duurt een Vierdaagse? (3, slot)	<i>Lies Wesseling</i>	25-26

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

10 jaar 4-Kernenwandelen in Haaren

Het is al ruim 10 jaar geleden dat OLAT-lid Kees van Iersel met 2 personen naar Sint-Oederode ging om te overleggen met de heer Marinus van Roosmalen, destijds voorzitter van OLAT, over de dinsdagwandelingen vanuit de dorpen behorend bij Sint-Oederode.

In ons dorp Haaren waren wandelingen die niet zo goed geregeld waren en na het overleg werd er contact gezocht met de KBO-verenigingen in de dorpen die bij Haaren horen (Biezenmortel, Esch, Helvoirt en Haaren). Er werden in elk dorp mensen gezocht om routes te maken.

Na overleg met onze toenmalige burgemeester, de heer Frans Ronnes, gingen we op donderdagmorgen 27 september 2007 om 10.00 uur, na koffie met gebak op het gemeentehuis en een toespraak van de burgemeester die de bel voor de start luidde, van start met meteen al 80 deelnemers.



Sindsdien gaan er elke donderdagmorgen, bij toerbeurt vanuit de vier dorpen (op alfabetische volgorde), om 10.00 uur de wandelingen van 7–10 km van start. Sinds ongeveer 3 jaar is er ook een groepje dat 4 à 5 km loopt met een koffiepauze. Hierbij lopen de “echte” ouderen in een langzamer tempo.

En nu bestonden eind september deze erg goed bezochte 4-Kernenwandelingen 10 jaar, met wéér de start op het gemeentehuis, een traktatie van koffie en gebak en een toespraak van de huidige burgemeester.

Na afloop was er in het gemeenschapshuis nog koffie met worstenbrood en een krentenbol voor de deelnemers.

Gemiddeld lopen er het jaar rond 70 wandelaars mee, het is nog steeds een groot succes, met dank aan Kees van Iersel en alle de helpers die dit mogelijk maken.

-Mieke van Boxtel- (coördinator 4 kernenwandelen)

-Toon van Boxtel- (routemaker/adm. 4 kernenwandelen)





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
21 nov.	De Moerputten	't Stroopsoldaatje, Fort Isabella 06-48340430 Reutsedijk 4, 5264 PC Vught
5 dec.	Surprisetocht	De Negende Zeligheyt, 0497-514698 Witrijtseweg 15, 5571 XJ Bergeijk
19 dec. 2)	Oisterwijkse vennen	Grillrest. Net lets Anders, 013-5129428 Scheibaan 5c, 5065 TM Oisterwijk
2 jan. 2)	Rond onze school	Onze School, 0495-623589 Stationsstraat 52, 6026 CW Maarheeze
16 jan. 2)	De Utrecht	Vakantiecentrum De Hertenwei, 013-5091295 Wellenseind 7-9, 5094 EG Lage Mierde
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
14 november	De Beckart
21 november	De Vriendschap
28 november	Oud Rooy
5 december	Den Toel
12 december	De Beckart
19 december	De Vriendschap
26 december	2e Kerstdag
2 januari 2018	Den Toel

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





w.g. OIRSCHOT

In april 2015 is er een OLAT-wandelgroep van start gegaan die wandelt binnen de gemeente Oirschot en directe omgeving. In de zomer op woensdagavond en in de winter op zondagmorgen.

Er wordt in 2 groepen gelopen:

- de 5+ groep (iets meer dan 5 km gemiddeld per uur)
 - de 6- groep (bijna 6 km gemiddeld per uur)
- volgens het principe 'samen uit, samen thuis'.

Deelname staat open voor alle OLAT-leden en ook voor niet-leden, die zo OLAT kunnen leren kennen.

Deelname is voor OLAT-leden gratis. Niet-leden kunnen 3x gratis deelnemen.

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

Als er een OLAT-winterserietocht is vervalt deze wandeling, zodat er kan worden deelgenomen worden aan de winterserietocht.

Vertreklocatie: Dinercafé 't Kroegske
Spoordonkseweg 80
5688 KE Oirschot

Vertrektijd: 1/10-8/4/2018: zondag 09.30 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



DAGWANDELTOCHTEN

De winterserietochten van OLAT gaan altijd zoveel mogelijk over onverharde paden en stille weggetjes. De routes zijn duidelijk uitgepijld en daarnaast krijgt u een routebeschrijving mee waarvan de nummers corresponderen met die op de pijlen. Verspreid over de routes zijn altijd meerdere wagenrustposten aanwezig, indien mogelijk met toiletvoorziening; op de langere afstanden is ook horeca opgenomen in het parkoers.

Nordic Walkers zijn welkom op alle afstanden.

Startbureau: geopend vanaf 07.15 uur
inschrijving vanaf 07.30 uur
finish voor 17.00 uur

Afstanden: **Starttijden:**
40 km 08.00-09.00 uur
30 km 08.00-10.00 uur
10-15-20 km 08.00-12.30 uur

Inschrijfgeld: 10 km €3,50
15 km €4,00
20 km €4,50
30 km €5,00
40 km €5,00

Bij het inschrijfgeld is de verzorging op de wagenrusten (brood, koffie, thee, bouillon, etc.) inbegrepen.

Korting:

OLAT-leden €2,50 op vertoon lidmaatschapskaart
Bondsleden €1,00 op vertoon lidmaatschapskaart
Voor elke startplaats krijgt u een sticker voor uw wandelboekje.

GPS-route: enkele dagen voor de betreffende tocht aanmelden via www.olat.nl

Informatie: Joop Wesseling 06-53909953
dagtochten@olat.nl www.olat.nl

AGENDA

Datum	Startpunt
Zaterdag/Zondag 18 november 2017 19 november 2017 (Jubileumtochten)	5491 PA Nijnsel (Sint-Oedenrode) Natuurpoort De Vresselse Hut Vresselseweg 33 voor starttijden/inschrijfgeld: zie jaarprogramma of www.olat.nl
Zondag 17 december 2017	5731 AM Mierlo Zaal den Heuvel Heuvel 2
Zondag 21 januari 2018	5087 BJ Diessen Hercules Partycentrum Rijtseseweg 1



OLAT COMMISSIES

Lange afstand- Prestatie- en Snelwandelen
Frank Marchand (*bestuursafgevaardigde en voorzitter*)

Piet van der Ree (*notulist*),
Pierre Emans, Hans de Vries
lps@olat.nl

Dagwandeltochten

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

Clubreizen

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

OLAT Wandeldagen

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

Wandelen op Dinsdag

Mieke van Boxel (*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

Technische ondersteuning

Otto Ahlers

OVERIG

Boetiek wandelgidsen

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

Overnachting Vierdaagse Nijmegen

overnachting4daagse@olat.nl

Notuliste Bestuursvergadering

Mariet Ahlers



HET BESTUUR VAN OLAT



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
Spoordonkseweg 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



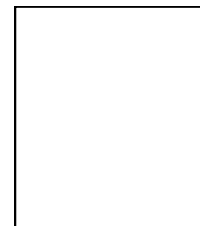
Aspirant-bestuurslid

Rob van Stuivenberg
Venuslaan 39
5694 TD Breugel
0499-461415
06-13017236
r.stuivenberg@olat.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



Als het clubblad van OLAT bij u op de mat valt dan staan we aan de vooravond van ons jubileumweekend en ook dat belooft weer een hoogtepunt te worden zoals we er in 2017 al vele beleefd hebben.

Dit jubileumweekend is dan ook de afsluiting van een bijzonder jaar uit de OLAT-geschiedenis waarin alle geledingen van OLAT aan bod zijn gekomen.

Ik noem een paar zaken zonder de pretentie te hebben om volledig te zijn.

Nederlands- en Europees kampioen op de 20 km Snelwandelen.

Een aantal leden van OLAT die een record aantal lange afstanden gewandeld hebben van 80 en 105 km en daar tussendoor ook nog eens een 160 km volbrachten.

Goed bezochte dagtochten met een bovengemiddeld aantal wandelaars.

Een erg mooi Jubileumboek.

Een fantastische ledendag.

En als klap op de vuurpijl dit jubileumweekend waarbij we een deelnameprijs van €0.50 voor iedereen hanteren.

Wie durft er een voorspelling te doen over het aantal deelnemers?

Hoeveel brood moet er gesmeerd worden voor zaterdag en zondag?

Wat moeten we inkopen aan soep en andere artikelen?

Als iemand van u dit weet, kom ons dan helpen. Indien je wilt helpen: we kunnen nog een paar medewerkers gebruiken die brood kunnen/willen smeren op vrijdag en zaterdag.

Maar ondanks deze zorgen, die we zelf over ons afgeroepen hebben, starten we vrijdag 17 november om 20.00 uur met de 110 km.

Om 23.00 uur volgen dan de deelnemers van de 80 km.

Als deze doorzetters om circa 07.00 uur op zaterdagmorgen binnenkomen in de Vresselse Hut en een pastamaaltijd voorgeschoteld krijgen, kunnen de andere wandelaars starten op 10/15/20/30/40 en 50 km.

Op zondag doen we dat nog een keer zonder de 50 km. en op andere parcoursen.

U ziet, er zijn vele mogelijkheden voor iedereen.

Ik wens u een goed weekend toe met veel wandel plezier en o ja, met hoevelen komt u?

Blijf wandelen.

-Joop Wesseling-
voorzitter

NIEUWS KORT



Voor degenen die nog niet in het bezit zijn van het Jubileumboek bestaat de mogelijkheid de tegoedbon die ieder gezin begin september per post heeft ontvangen alsnog te verzilveren bij de Rooise Wandelingen, Wandelen op Dinsdag, Wandelgroep Oirschot, Winterserie- en Jubileumtochten.

De redactie heeft besloten om de inzendtermijn voor de puzzel (quizwoordzoeker) die in dit boek is opgenomen te verlengen tot zaterdag 25 november. Iedereen die de goede oplossing instuurt, dingt mee naar de volgende prijzen:

- 1e prijs een OLAT-shirt en OLAT-cap
- 2e prijs een OLAT-shirt
- 3e prijs een OLAT-cap





ONZE JARIGEN

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

NOVEMBER

16	Jago Mulder	Kaatsheuvel
17	Jan van Houtum	Heeswijk Dinther
18	Bertine van Dijk	Sint Michielsgestel
18	Johan Hellings	Helmond
18	Erik de Jong	Eindhoven
18	Hans van Rossum	Sint-Oedenrode
19	Sjan van Genugten	Liempde
19	Jan Vermulst	Boxtel
20	Rini Groeneveld	's-Hertogenbosch
20	Niels van de Vondervoort	Oirschot
21	Mieke van Tiel	Sint-Oedenrode
22	Gemma van Elk	Best
22	Willy de Haas	Helmond
22	Toos der Kinderen-Manders	Nuenen
23	Frans de Wit	Waalre
24	Othmar Glänzer	Eindhoven
25	Jannie de Kruijk-de Zeeuw	Ameide
26	Peter van Asseldonk	Zijtaart
26	Kees van Iersel	Haaren
26	Piet Selten	Mill

26	Johan van der Valk	Heeswijk Dinther
27	Thea Koolen	Nederweert
27	Frans van den Oever	Sint-Oedenrode
27	Henk Treur	Geldrop
29	Kees van der Aa	Veldhoven
29	Jet Dreesen	Eindhoven
29	Jan Verhagen	Sint-Oedenrode
DECEMBER		
1	Leny van Berkel-van Acht	Sint-Oedenrode
1	Mario van de Kruis	Heeze
1	Els van der Valk-Snepvangers	Heeswijk-Dinther
2	Henrie Claassen	Helmond
2	Inge van Egmond	Breda
2	Adri Hagens-Stam	Geldrop
2	Pieter van de Mortel	Deurne
2	Bep vd Velden-Valks	Liempde
3	Isis la Croix	Nijmegen
4	Jan van Eck	Sint-Oedenrode
4	Marian Latijnhouwers	Sint-Oedenrode
4	Anneke Lieven	's-Hertogenbosch
4	Hugo Prinsen	Valkenswaard
5	Nel Bruins-de Wit	Sint-Oedenrode
6	Betsie Geerts	Gemonde
7	Wilhelmien de Koning	Eerde
7	Hanny Slegt-Hartog	Oost West en Middelbeers

7	Coos Zwaard	Sint-Oedenrode
8	Frans van den Boom	Eindhoven
9	Wil van Coenen	's-Hertogenbosch
9	Corry van der Heijden	Sint-Oedenrode
9	Harry Timmermans	Sint-Oedenrode
10	Theo Martens	Liempde
10	Janus van de Sande	Oirschot
10	Christ Vorstenbosch	Oisterwijk
12	Martien Baselmans	Sint-Oedenrode
12	Wil van den Broek	Sint-Oedenrode
12	Ger Heupink	Lieshout
13	Els van Acht	Sint-Oedenrode
13	Adrie Ros	Bergen op Zoom
13	Jan Swinkels	Son en Breugel
14	Silvia Arfman	Tiel
14	Kasper Tersmette	Sint-Oedenrode
14	Noud Wijn	Eindhoven
15	Jo van den Akker	Heesch
15	Piet van Bommel	Tilburg
15	Ted van Meteren	's-Hertogenbosch
15	Henk Molman	Steenwijk
15	Jelte van der Zee	Vleuten



LEDENADMINISTRATIE

Jet Dreesen

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

Alle wijzigingen rechtstreeks doorgeven aan de ledenadministratie.

Het lidmaatschap gaat pas in als de verschuldigde bedragen zijn ontvangen.

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

AANMELDINGEN

Mevr. Els van Acht, Sint-Oedenrode
Dhr. Ton Teerling, Bakel
Mevr. Paula Hendriks, Groenlo
Mevr. Carla van Driel, Boxmeer
Dhr. Jac Kessels, Weert
Mevr. Dorian van Zutven, Volkel
Dhr. en Mevr. Ben en Marianne Heesakkers, Sint-Oedenrode
Mevr. Gertrude Achterberg, Zwartsluis
Dhr. Abraham de Graaf, Mariaheide
Dhr. Adri Ros, Bergen op Zoom
Mevr. Thea Koolen, Nederweert
Mevr. Carla Duijn, Eindhoven

OVERLEDEN

Mevr. Fientje Manders-van Ham,
Oost-, West- en Middelbeers

RECTIFICATIE:

In het vorige OLATNieuws stond bij 'aanmeldingen':
Dhr. en Mevr. Jan en Petra van Boxtel.
Dit moet zijn Jan en Petra Spanjers.
Excuses voor deze vergissing.



HELENAVEEN

In Helenaveen genoten 895 wandelaars van een prachtige zonovergoten wandeldag. Weliswaar een winterserietocht maar het leek eerder zomer, waarbij wel de herfstkleuren al goed zichtbaar waren. De terrassen bij de rustlocaties en het startcafé bleven goed gevuld.

WEEKEND LUXEMBURG

Op 6, 7 en 8 oktober wandelden 28 deelnemers door het Müllerthal in Luxemburg. We reisden met 3 busjes en 1 camper. De overnachting was in de jeugdherberg in Echternach. Hier genoten we ook van het goede ontbijt en diner. Alle deelnemers hebben van de wandelingen genoten, het weer was goed en de sfeer onderling eveneens. OLAT wil waar-schijnlijk in 2019 weer een weekend organiseren.

JUBILEUMTOCHTEN

De organisatie van onze jubileumtochten op 17, 18 en 19 november verloopt goed. OLAT kan echter nog steeds extra inzet van vrijwilligers gebruiken. Wil je helpen, stuur dan een e-mail naar voorzitter@olat.nl of bel naar 06-53909953. De voorinschrijvingen voor de 110 en 80 km staan eind oktober al op 250 deelnemers. Voor de commissie LPS wordt dit de grootste activiteit ooit. Ook voor de dagtochten op zaterdag en zondag wordt een grote belangstelling verwacht. Vooraf is door ons echter moeilijk in te schatten wat er daadwerkelijk op onze tochten zal afkomen. Dit betekent dat we

Gezocht: 2e penningmeester

OLAT is op zoek naar een 2e penningmeester. Deze persoon zal volledig meedraaien in het bestuur van OLAT als gewoon bestuurslid en daarnaast zal hij als taak krijgen om de administratie van OLAT op peil te houden. Hiertoe behoren o.a. de boekhouding in e-captain, inkoop- en verkoopboek, debiteuren- en crediteurenbeheer, verwerken declaraties medewerkers etc. Een en ander na een inwerkperiode door de 1e penningmeester (Ad Ketelaars) en in samenwerking tussen beiden. Basiskennis van boekhouding is hierbij een vereiste.

Achtergrond van deze oproep is gelegen in het verschuiven van de taakpakketten binnen het bestuur en feit dat de 1e penningmeester zich daarbij ook op andere plaatsen voor OLAT wil inzetten.

Nadere inlichtingen zijn te verkrijgen bij Ad Ketelaars op penningmeester@olat.nl of 0413-475824. Aanmelding kan eveneens bij hem of bij onze voorzitter Joop Wesseling op voorzitter@olat.nl of 06-53909953.

een flexibele organisatie moeten hebben.

JUBILEUMBOEK

Voor degenen die nog niet in het bezit zijn van het jubileumboek bestaat de mogelijkheid de tegoedbon alsnog te verzilveren. Dit kan bijvoorbeeld tijdens onze jubileumtochten in november. Vergeet daarom de tegoedbon niet mee te brengen. Verdere mogelijkheden staan genoemd in de brief met tegoedbon die ieder gezin begin september per post heeft ontvangen.

BEGROTING 2017

Na onze ledendag HAPPEN & STAPPEN en uitgifte jubileumboek constateert onze penningmeester dat de uitgaven voor 50-jaar OLAT nog steeds binnen de begroting 2017 blijven.

INNING EN BETALING CONTRIBUTIE 2017-2018

Heeft u een volmacht verstrekt, dan is de contributie 25 oktober afgeschreven van uw bankrekening. De overige leden hebben een factuur ontvangen via e-captain of per post met het verzoek deze binnen 14 dagen te voldoen. Voor vragen kunt u contact opnemen met onze penningmeester op 0413-475824 of penningmeester@olat.nl.

Degenen die tijdig betalen ontvangen met het OLATNieuws van december hun lidmaatschapskaart 2018.

HULDIGING VIERDAAGSE-JUBILARISSEN DOOR KWBN AFD. BRABANT-ZEELAND

Op donderdag 26 oktober heeft afdeling Brabant-Zeeland van de kWbn in Tilburg de kandidaten gehuldigd die een vierdaagse mijlpaal in Nijmegen of Apeldoorn hebben bereikt.

GROTE CLUBACTIE 2017

Met ingang van dit jaar kunnen leden en iedereen die OLAT een warm hart toedraagt de loten online bestellen tussen zaterdag 16 september 2017 en 23 november 2017.

Dit kan door in te loggen op:

<http://clubactie.nl/OLATwandelsportvereniging>

Dit jaar is de opbrengst bedoeld om de activiteiten van ons jubileumjaar mede te kunnen bekostigen. Er zijn al veel leden die hebben gereageerd.

RABOBANK

OLAT zal dit jaar niet deelnemen aan de clubkasactie. Dit omdat we in onderhandeling zijn met de Rabobank over sponsoring van de Avond4Daagse en andere activiteiten van OLAT. Sponsoring en clubkasactie gaan niet samen en OLAT heeft gekozen voor sponsoring.

(Vervolg op pagina 10)

AANPASSING PRIJZEN OLAT-ACTIVITEITEN

OLAT zal in 2018 een kleine aanpassing doorvoeren van de prijzen voor deelname aan o.a. dagtochten en de Nacht van OLAT.

OLAT WEBSITE-REDACTIE

OLAT heeft een nieuwe commissie. Deze bestaat in het begin uit 3 personen: Petra Rommers, Gerda Woestenberg en Harrie Paulissen. Eventueel kunnen nog 2 'liefhebbers met talent' toegevoegd worden aan de redactie. Zij heeft een eigen e-mail adres: websiteredactie@olat.nl. Alle correspondentie over de inhoud van onze website en ook OLAT-Facebook (beheerd door Petra Rommers) gaat via deze mailbox lopen. Van daaruit wordt 'werk' doorgeleid naar de websitebeheerders. Omgekeerd kunnen zij vragen stellen aan de redactie via deze mailbox. Ook bestuursleden, commissies en gewone leden die iets met/van de website willen, kunnen bij dit e-mail adres terecht.

CALAMITEITENPLAN EN GEDRAGSREGELS

OLAT draait mee in een pilot van kWbn over het maken van een calamiteitenplan voor onze activiteiten. Hierin zullen ook gedragsregels worden meegenomen. Dit krijgt een vervolg in 2018.

LIDMAATSCHAP KWBN

Voor verenigingsleden kent kWbn sinds 2016 twee lidmaatschapsvormen: het basislidmaatschap (wandeloordelupas) en het standaardlidmaatschap (wandeloordelupas, magazine en jaargids). Voor individuele leden kent kWbn exact

dezelfde lidmaatschapsvormen, maar noemen ze Wandelvoordepas en Alles-in-1-pakket. Best wel verwarrend, vonden veel mensen. Niet alleen vanwege de verschillende benamingen voor verenigings- en individuele leden, maar ook omdat 'basis' en 'standaard' in de Nederlandse taal deels eenzelfde betekenis hebben. kWbn wil graag meer duidelijkheid scheppen en daarom gaan ze vanaf 2018 eensluidende namen voor deze lidmaatschapsvormen gebruiken. Zowel voor verenigings- als voor individuele leden worden dat:

1. Basislidmaatschap
(alleen wandeloordelupas) = OLAT basislid
2. Alles-in-1-pakket (wandeloordelupas, magazine, jaargids) = OLAT standaardlid

Voor OLAT leden verandert er niets.

ONTWIKKELING NIEUW BEWEEGPROGRAMMA KWBN

Wandelen is genieten, het helpt om je conditie te verbeteren en het houdt je fit en gezond.

Bij kWbn weten ze dat, maar er is een grote groep mensen die het wandelen nog niet heeft ontdekt. En dat is jammer, want wandelen heeft ontzettend veel te bieden. Bovendien vindt kWbn het hun verantwoordelijkheid om Nederlanders met behulp van wandelen te helpen vitaler te worden.

Daarom ontwikkelt kWbn een nieuw beweegprogramma. Dat is gericht op mensen die vanwege hun gezondheid meer moeten/willen gaan bewegen.

Behalve op bewegen, is het programma ook gericht op mentale fitheid. Dat laatste is een belangrijk onderscheid met het programma WandelFit, dat kWbn eerder ontwikkelde. Het nieuwe beweegprogramma lanceert kWbn daarom begin 2018 onder een nieuwe naam.



VERSLAGGEVERS OLAT-ACTIVITEITEN GEZOCHT!

Voor ons maandblad OLATNieuws streven wij naar een zo gevarieerd mogelijke inhoud en inbreng door leden via (vervolg)verhalen over hun recreatieve of meer prestatiegerichtte wandelervaringen.

Helaas loopt de hoeveelheid aangeboden materiaal de laatste tijd wat terug. Graag komen wij in contact met leden die het leuk vinden om met name hun belevenissen tijdens OLAT-activiteiten te beschrijven en beschikbaar te stellen voor publicatie in ons clubblad.

Via het redactie-adres olatnieuws@olat.nl kunt u tekstbijdragen (indien mogelijk met bijbehorende illustraties) bij ons aanleveren, b.v. over Winterserietochten, Wandelen op Dinsdag, Rooise Wandelingen, Wandelgroep Oirschot, OLAT-Wandeldagen, LPS-evenementen, Clubreizen of werkzaamheden binnen een commissie.

Ook kopij over langeafstandspaden, wandelreizen, pelgrimstochten e.d. blijft van harte welkom, net als relevante informatie op wandelgebied en 'prikbord'-berichten.

Heeft u nog vragen, neemt u dan even contact op met een van de redactieleden.

Er moet onder ruim 900 leden beslist talent te vinden zijn!

Wij kijken uit naar uw reacties, waarmee we de veelzijdigheid van ons clubblad kunnen vergroten.

-de Redactie-





VOORUITBLIK JUBILEUMTOCHTEN - za 18 en zo 19 nov.



2017 is een bijzonder jaar: OLAT wordt 50!!

Voor de leden is dit al gevierd met een bijzondere dag: Hap-pen en Stappen. Er was o.a. een prachtige wandelroute uitgezet.

Maar OLAT is er voor iedereen, dus ook de niet-leden willen we van harte mee laten genieten met dit bijzondere jubileum.

Daarom zijn er op zaterdag 18, en zondag 19 november twee fantastische wandeldagen georganiseerd!

Gedurende vele jaren verrassen onze routebouwers ons telkens weer met mooie wandelroutes, maar voor deze jubileumtocht hebben ze wel heel erg hun best gedaan!

Lees maar eens mee wat ze voor ons bedacht hebben.

De routes zijn op beide dagen verschillend. Kom dus op de dag die je het beste schikt of op alle twee de dagen meegenieten!

De start is zowel op zaterdag als op zondag vanuit ons "thuishonk" de Vresselse Hut in Nijnsel, gelegen op de geboortegrond van OLAT.

Zaterdag 18 november 2017

Alle wandelaars lopen na het vertrek uit Natuurpoort De Vresselse Hut de eerste kilometers gezamenlijk door het mooie Vresselse bos. Smalle slingerpaadjes laten ons genieten. We komen bij de Hazenputten en passeren twee fraaie vennen. Hoe treffen we deze aan, rimpelloos met afgevalen bladeren als een mooi mozaïek, of blaast een stevig novemberwindje het water op? Hoe dan ook, het uitzicht over de waterplassen is magnifiek!

We krijgen nu een afwisselend stukje: kleinschalige bosjes,



groensingels, stukjes landbouwgrond. Dan splitst de 10 km af om naar de grote wagenrust te lopen. Hier sluiten zij weer aan bij de andere afstanden.

Deze zijn inmiddels aangekomen bij de Moerkuilen, een veenplas met onder andere waterlelies, fonteinkruid en zeggensoorten. De plas is ontstaan in een laagte met veengrond die werd afgegraven voor het winnen van turf. De visrijke veenplas trekt veel vogels. Er ligt een broekbos omheen met een gevarieerde flora.

Opnieuw passeren we een mooi ven.

We komen nu in buurtschap Everse en treffen hier de Sint Martinuskapel. Een stukje verder laat het witte tentdoek weten dat er een heerlijke warme kop koffie, thee of bouillon en een smakelijke boterham wacht!

Even een momentje pauze. De benen strekken, een praatje met medewandelaars en dan weer op pad.



Na de wagenrust volgt een mooi stukje Dommelbeemden. Deze bestaan uit schrale hooilanden met knotwilgen en onder andere ratelaars en orchideeën. Ook treffen we hier een oude dichtgroeïende meander van de Dommel met in de zomer veel waterlelies. Op een hoger gedeelte liggen de karakteristieke bolakkers, ontstaan in voorgaande jaren.

Inmiddels zien we aan de horizon de karakteristieke Knoptoren van Sint-Oedenrode liggen.

Deze is al van veraf te zien. In 1800 ging de knop verloren bij een zware storm. Later is deze weer opnieuw aangebracht. De kerk met zijn prachtige toren van 65 meter hoog stamt uit 1400.

Ondertussen zijn we dicht bij de A50. Direct na het viaduct is de volgende splitsing, de 15 km gaat via de Kerkdijk naar de grote wagenrust, de soeppost.



De wandelaars op de 20, 30, 40 en 50 km lopen o.a. via de Dwarssteeg, langs de Knuffelboom, naar de caférust met de grappige naam "de Helden van Kien" in het park Kienehoef.

Na de rust vervolgt de 20 km de route in zuidelijke richting.

De langere afstanden lopen in de richting van de Schijndelse Heide, een groot open landbouwgebied met fraaie vergezichten.

De 30 km buigt af en loopt terug naar de Helden van Kien voor de 2e caférust en de samenkomst met de wandelaars op de 20 km.

De 40 en 50 km gaan via het waterwingebied aan het Achterste Hermalen, een buurtschapje van Schijndel, naar de exclusieve wagenrust bij de Eekhoorn. Op dit bijzondere plekje zijn allerlei antieke tuinornamenten te koop.

De wandelaars op de langste route, de 50 km, gaan nog verder. Er volgt een extra rondje langs het landelijke Gemonde over veel mooie smalle paadjes door natuurgebied Vossenholten. Hier vinden we rijen prachtige oude knotwilgen, waarvan de dikste op borsthoogte een omtrek heeft van 5.20 meter. Let eens op de vele soorten planten die in deze oude knotwilgen geworteld zijn.

De wandelaars op de 50 km komen opnieuw bij wagenrust 2.

Na een welkome pauze gaan ze samen met de 40 km door de Geelders. Het is nu een gevarieerd natuurgebied met hakhoutwallen, loofbos met dreven, populierenbosjes, heide, grasland en akkers. Het gebied maakt deel uit van het Nationaal Landschap Het Groene Woud en is nu een van de belangrijkste natte bosgebieden van Nederland.

We lopen op een stukje van de Kartuizer grenswalroute. De



Kartuizer monniken gebruikten het gebied al in de zeventiende eeuw als productiebos voor eikenhakhout.

Na de Geelders is de samenkomst met de 30 km en gaan de wandelaars opnieuw naar de "Helden van Kien" voor de 2e caférust.

Na de rust wacht iets bijzonders op ons: samen met de wandelaars van de 20 km lopen we het fantastisch mooie Rijsingepad. Behalve dat dit door een heel mooi stukje natuur gaat, is hier ook een ontmoeting met kunst.

We komen langs het zogenaamde Observatorium, een kunstwerk van Frank Havemans.

Ook treffen we hier een aantal kunstig aangelegde houten vlonders van Paul Roncken.

Van hedendaagse kunst gaan we terug in de tijd. We zien kasteel Henkeshage opdoemen, een zgn. edelmanswoning zonder militaire functie, gebouwd in het begin van de 14e eeuw.

Door het Diependaal lopen we naar de soeppost, waar de samenkomst is met de 10 en 15 km.

Dan volgen de laatste kilometers. De lopers, uitgezonderd de wandelaars op de 20 km, worden nog getrakteerd op een extra lusje Dommelbeemden. Uiteindelijk zijn alle afstanden samen en genieten we nog even van het Vresselse bos.

En dan is de finish in zicht. Een mooie wandeldag met natuur en cultuur is ten einde.



Zondag 19 november 2017

De tweede dag van de jubileumtochten.

Vandaag leidt de route ons een andere kant op, we gaan vooral genieten van veel natuur en mooie bosgebieden in de richting van Mariahout, Nuenen en Gerwen.

Na de start vanuit de Vresselse Hut lopen we meteen het mooie Vresselse bos in.

Mensen die wandelen, kennen de paaltjes met een route-markering van wandelknooppunten, maar daar zijn onze routebouwers niet van. Nee, zij hebben een prachtige wandeling voor ons samengesteld, naar eigen inzicht en met grote kennis van het gebied. Dat staat garant voor veel verrassingen en heel veel genieten!

Een afwisseling van smalle slingerpaadjes en brede bospaden leiden ons naar de uiterste hoek van het Vresselse bos. We komen langs de testbaan van de DAF. Als deze in bedrijf is, horen we met regelmaat het aanzwellende geluid van de motoren en van de banden op de oneffen ondergrond van de testbaan. We lopen ondertussen over mooie zandpaden en genieten van de late herfst, de inlandse eiken zullen hun goudbruine blad nog laten zien, andere bomen zijn inmiddels kaal. Daardoor kunnen we genieten van het fraaie silhouet van stam en takken, soms grillig, soms kaarsrecht.

In dit stukje bosgebied is de eerste splitsing, de wandelaars van de 10 km buigen af. Zij lopen een mooie route in de rich-

We vervolgen onze route, op weg naar de Mosbulten, een fraai kleinschalig natuurgebied dat aangelegd is ter compensatie van de A50. Ten behoeve van natuurontwikkeling werden in dit gebied twee oorspronkelijke vennen weer hersteld.



Het is een erg aantrekkelijk gebied geworden. Er zijn zelfs al weer enkele zeldzame planten waargenomen. We lopen er door afwisselende stukjes bos en velden.

In het bos is de splitsing van de 15 km.

De overige drie afstanden lopen nu richting Lieshout. Ze komen bij het Keelgras, een afgedekte en beplante voormalige afvalstortplaats. Het licht heuvelachtige gebied is rijk aan vogels. Naast de stort ligt een klein moeras met veel riet. Dan volgt de Moorselaar, eveneens een klein natuurgebiedje.

Het maakte deel uit van een oud kleinschalig landbouwgebied.

Toen echter in 1959 een ruilverkaveling in het gebied plaatsvond, wilde men ook dit gebied geschikt maken voor de intensieve landbouw. Dit lukte niet, daar het laaggelegen en drassig was. En dat is maar goed! We vinden er nu wilgenstruweel en riet, waardoor het gebied ook rijk is aan vogels, zoals kleine karekiet, rietgors en watersnip.



ting van de grote soeppost en komen daar weer samen met degenen die voor een andere afstand gekozen hebben.

Ondertussen zien we een glinsterend wateroppervlak opdopen tussen de bomen, het smalle, mooie Torreven. Na het ven komen we bij het nog in gebruik zijnde militaire complex, dat hier wel heel fraai gelegen is. En dat vonden onze parcoursbouwers ook! Een prima plekje voor de wagenrust. Hier is onze eerste pauze en dan weten we het: de OLAT-vrijwilligers wachten ons hier op met een lekker bekertje koffie of thee en een boterham.

Via mooie paadjes gaan we in de richting van Lieshout. Daar is in het gemeenschapshuis de caférust voor de wandelaars van de 20, 30 en 40 kilometer.

Na de rust komen we binnen enkele minuten bij het Wilhelminakanaal. Aan de overzijde buigt de 20 km af. Zij vervolgen de route in de richting van Nuenen. Zij lopen via het zgn. Achterbos naar het natuurgebied Ruweeuwsels en dan is er al snel de samenkomst met de wandelaars van de 30 en 40 km.

De wandelaars op de twee langste afstanden lopen door aangrenzende bosgebiedjes Deense Hoek en Het Hof, bij sommi-

gen van ons nog bekend van de Kempische Wandeldagen. We lopen nu naar de Geeneindse Heide. Ondertussen zijn we twee mooie vennen gepasseerd.

Net voor de weg Stiphout – Nuenen is de laatste splitsing. De wandelaars op de 30 km vervolgen de route door het mooie bos en komen bij een van de grootste vennen uit dit gebied. Ze lopen dit driekwart rond en ontmoeten dan al spoedig de lopers op de langste afstand.



Deze zijn ondertussen in het mooie gemengd bosgebied gebleven en volgen dit tot ongeveer het einde. Daar komen ze bij twee aaneengesloten natuurgebiedjes: de Papenvoortseheide en Vaarleseheide. Van oorsprong waren dit productiebossen met overwegend fijnspar en grove den. Door het huidige beheer is het een meer gevarieerd bosgebied geworden. In dit mooie stukje ligt een tiental grotere en kleinere vennen. Kortom, je komt er ogen te kort. Het is echt genieten hier!

Als we het bos uitlopen, komen we op de Oude Bosbaan. In dit gebied treffen we de exclusieve wagenrust voor de langste afstand. Na deze welkome onderbreking gaan we weer op stap. Mooie kleine stukjes bos leiden ons naar de Pannevoorteheide. Bij het zgn. Vossenhol treffen we de wandelaars op de route van 30 km.

Samen vervolgen ze de route naar de Geeneindse Heide. Na mooie kilometers wordt het tijd voor de 2e caférust. Deze is in het kleine en oude dorpje Gerwen bij De 3 Gebroeders. Na de rust komen we langs de kerk en de begraafplaats. Een paar leuke wandelpaden leiden ons naar een volgend bosgebiedje.

Het is in dit stukje Brabant een aaneenschakeling van mooie, kleinschalige bos- en natuurgebiedjes! Ditmaal belanden we in bosgebied Molenheide. We lopen een stukje langs de bosrand en komen dan in natuurgebied De Ruweeuwsels de 20 km-lopers tegen.

Als we dan samen uit het natuurgebied komen, zijn we meteen bij de ophaalburg over het kanaal. We gaan het kanaal



over en komen bij het waterwingebied. Via een paar zandwegen en opnieuw een bosgebiedje komen we bij natuurgebied de Mosbulten. Daar treffen we wagenrust 3, de soep-post. Kort voor deze rust is de 15 km erbij gekomen, bij de rust zijn ook de wandelaars op de 10 km aangesloten. Nu lopen alle afstanden samen. Het zal een gezellig treffen zijn en we kunnen hier genieten van een heerlijk warm dampend herfst/jubileumsoepje!

Nu gaan we het laatste stukje in. Onze routebouwers hebben toestemming gekregen om over terreinen van boomkwekerijen te lopen. Leuk om de variatie aan bomen te zien! En dan volgt onverbiddelijk het laatste natuurgebiedje: de Kuilen. Een mooi stukje bos volgt.

We lopen nu via zandwegen naar de Vresselse Hut en komen aan het einde van een bijzondere en mooie wandeltocht.

Noot: Het schrijven van deze voorbeschouwing maakt mij al heel enthousiast! Ik zet mijn wandelschoenen alvast klaar en ik hoop met mij, vele anderen!

Geniet van deze speciale jubileumtochten van de 50-jarige OLAT!!!

-Myriam van den Berg-



Hanny Klumpkens: een ware kilometervreter!

Er hebben de laatste tijd een paar interviews met OLAT-leden in OLATNieuws gestaan. Deze keer een interview met Hanny Klumpkens. Want die mag zeker niet ontbreken.

Het begon met Someren

Hanny wandelt al een lange tijd. Haar eerste Kennedymars liep ze in 1989 in Someren. Ze had een weddenschap met een zwager. Ongetraind liep ze de lange tocht uit, haar zwager ook! Voor Hanny was het de start van een heel lange lijst Kennedymarsen en lange-afstandswandelingen, tochten van 110 km of meer.

Na die eerste Kennedymars was Hanny verkocht. Ze werd lid van OLAT. Wanneer dat precies was, weet ze niet, maar "in ieder geval langer dan Jack, mijn man, want hij is geen lid!"
(Noot van de redactie: Jack zit al sinds jaar en dag bij iedere tocht van OLAT in de verzorging!)

375 x 80 km en méér

Hanny vertelt dat ze alle Kennedymarsen en lange tochten leuk vindt, want "bij iedere tocht maak je wel iets mee". Een leukste, speciaalste of bijzonderste is er niet.

Hoeveel tochten Hanny gelopen heeft? Schrik niet: 175 Kennedymarsen en 200 langeafstandswandelingen! Samen 375 in 28 jaar. En daarbij mag best worden opgemerkt dat ze haar eerste lange tocht "pas" in 1999 liep. Voeg daarbij 24 x de Nijmeegse Vierdaagse (50 km natuurlijk) en de "gewone" tochten, dan komt zij aan bijna 62.000 km ("netjes bijgehouden"). Als ze over de evenaar zou kunnen wandelen, dan zou Hanny al anderhalve keer de aarde hebben rondgelopen!

Erelijst

In 2007 werd Hanny Continental Centurion^{*)} 359.

Kennedyvriend^{**)} is zij nog niet en dat is opmerkelijk. Ze kan het uitleggen: zolang ik lange afstanden kan wandelen, ga ik daarvoor. Als dát straks niet meer gaat, dan word ik Kennedyvriend!

Er staat nog meer op haar palmares: Hanny werd in 2013 en 2015 clubkampioen en was meerdere keren de beste dame. En als u de jubileumgids hebt gelezen, dan weet u hoeveel lange tochten je daarvoor moet lopen!

En Jack?

Wat echtgenoot Jack vindt van deze uitzonderlijke hobby? Hij vindt het heerlijk! Het is lekker rustig thuis als Hanny weg is voor de zoveelste tocht. Hij kan het TV-programma dat hij wil zien, opzetten. Uiteraard met een wijntje erbij. U begrijpt: er is in de loop der jaren in huize Klumpkens een complete wijnkelder verdwenen!

Een nieuw doel?

Van stoppen wil Hanny nog niet weten. Ze is pas 68 en hoopt nog lang in goede gezondheid door te mogen gaan. Een doel? Gewoon doorgaan met ademen.

Hanny, wie van OLAT kent haar niet.

Hanny, altijd present als er een OLAT-wandeling is.

Hanny, altijd vriendelijk, vrolijk en positief.

Hanny, een echte kilometervreter.



-Gerda Woestenberg-
(redactie OLATNieuws)

*)

Om de Continental Centurion (snel)wandeltitel te krijgen, dient men een afstand van 100 Engelse mijlen (160,934 km) binnen 24 uur (snel)wandeldend af te leggen.

**)

Om de Kennedyvriend (snel)wandeltitel te krijgen dient men de 50 Engelse mijlen (80,463 km) binnen 12 uur (snel) wandeldend af te leggen.



LPS: STAND CLUBKAMPIOENSCHAP per 16 oktober 2017

1		Wim van Cappelle	13024	25	M
2	1	Hanny Klumpkens *13634/29	12784	26	V
3		Jan Dinnissen	11105	24	M
4		Bert Timmermans	10207	23	M
5		Rob van Stuivenberg	9173	21	M
6	2	Anita Pepers	9160	21	V
7		Arie Kandelaars	8133	17	M
8		Frank Marchand	7841	18	M
9	3	Petra Rommers	7813	21	V
9		Johan Rommers	7813	21	M
11		Jack Bertrums	6882	14	M
12		Gerrit Arfman	6840	18	M
13	4	Marleen Ramakers	6500	17	V
14		Hans van Heeswijk	6010	15	M
15		Pieter Boots	5420	14	M
16		Mart Douven	4870	13	M
17		David Vos	3870	11	M
18		Roel van der Wijst	3520	9	M
19		Rini Welten	3490	9	M
20		Ton de Jong	3232	7	M
21		Boetje Huliselan	3143	6	M
22	5	Miranda Slegers	2814	8	V
23		Marc Spierings	2591	7	M
24		Dirk Donders	2580	6	M
25		Jelte van der Zee	2520	7	M
26		Jan Willem Vogels	2502	5	M
27		Peter van den Brink	2392	4	M
28		Marco van Heel	2383	4	M
29		Remy van den Brand	2332	4	M
30	6	Connie Raijmakers	2276	6	V
31		Huub Raijmakers	2137	6	M
32		Servee Derks	1928	3	M
33		Frits Mennen	1920	5	M
34		Rino Hamelink	1910	4	M
35		Vincent Beckers	1800	5	M
36	7	Sjan van Roosmalen	1772	4	V
37		Adri van der Graaff	1690	4	M
37	8	Marij Smeets	1690	4	V
39		Ad Bijnen	1661	4	M
40		Hugo Prinsen	1583	3	M
41	9	Clazien Koopman v d Zande	1570	4	V
42		Ad van Erve	1520	4	M
43		Wilko van Nieuwenhuyzen	1460	4	M
44	10	Nicole Nacken	1440	4	V
45		Erik Dikken	1430	4	M

46		Marcel van Tulden	1425	3	M
47		Rick Liesting	1381	3	M
48		Jan Sinot	1347	3	M
49		Michiel Tamerius	1127	2	M
50		Richard Klein Bennink	1080	3	M
51		Rudolf van Roij	1070	3	M
52		Claude Herman	1060	2	M
53		Jan Swinkels	970	2	M
54		Theo Martens	960	2	M
54	11	Gerda Woestenberg	960	3	V
56		Mike Bertrand	720	2	M
56	12	Henny van der Haring	720	2	V
56	12	Ineke van Lieshout	720	2	V
56		Adrie Thijssen	720	2	M
56		Wil Zeebregts	720	2	M
61		Gerrit van Haandel	710	2	M
61		Cor van der Heijden	710	2	M
63		Herman van Buggenum	709	2	M
64		Erik Kroon	660	2	M
65	14	Annemiek v Aarle v der Schoot	610	1	V
65	14	Rina Prins-Bourgonje	610	2	V
65	14	Coby Visser	610	1	V
68		Hans Koopman	600	2	M
69		Bart Lutke Schipholt	598	1	M
70		Paul Canters	581	1	M
71	17	Tiny van Alphen	360	1	V
71		Jan van Boerdonk	360	1	M
71	17	Isis la Croix	360	1	V
71	17	Caroline Dinnissen-Vernie	360	1	V
71		Fred Fisser	360	1	M
71		Henri Floor	360	1	M
71		Ruud Horst	360	1	M
71		Ferdinand van Keeken	360	1	M
71		Rob Keetlaer	360	1	M
71		Gerrit Legierse	360	1	M
71		Ted Liebregts	360	1	M
71		Jos Raaijmakers	360	1	M
71		Henk van der Sanden	360	1	M
71		Peter van de Ven	360	1	M
71	17	Margret Vermeijs	360	1	V
71		Jan Vermulst	360	1	M
71		Jan Vogelsangs	360	1	M
88	21	Anja van Kempen	350	1	M
88		Jan van de Sande	350	1	M



LPS: AGENDA NOVEMBER/DECEMBER & NIEUWS

Datum	Plaats	Organisatie	Afstand	Start	Punten	Bonus
12-nov	Hengelo (60 km)	Deze tocht telt niet mee voor het clubkampioenschap. De tocht is pas later aangemeld.				
17-nov	Sint-Oedenrode	Jubileumtocht OLAT	110-80 km	20.00/23.00	500-360 + 250 punten extra	
18-nov	Sint-Oedenrode	Jubileumtocht OLAT	50 km	07.00	200 + 100 punten extra	
19-nov	Rotterdam RWV	RWV, Langepad	5-10 km	11.00	bof3/p.a	schema
3-dec	Rotterdam	RWV, Langepad	5-10 km	11.00	bof3/p.a	schema
17-dec	Amsterdam	LAT	5-10-15-20 km	11.30		schema

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.

*In totaal tellen er 26 tochten mee voor het clubkampioenschap. Bij deelname aan meer tochten tellen de 26 tochten met het hoogste puntenaantal. Hanny heeft 29 tochten gelopen. Daar zou zij 13.634 punten voor krijgen. Er vindt echter een herberekening plaats naar de 26 tochten met de meeste punten. Daarom krijgt zij 12.784 punten.

PROFICIAT

100 mijl Centurionwedstrijd Auckland (NZL) op 7/8 oktober 2017

Arie Kandelaars haalde in Nieuw Zeeland zijn Centuriontitel: Arie liep maar liefst 161,6 km in 23 uur 50 min en 7 sec. Arie werd in 2016 Afrikaans Centurion, in 2017 Engels Centurion en Nieuw Zeeland is zijn 3e Centurion titel. Arie is nog geen Continental Centurion.

Gertrude Achterberg (is recent lid van OLAT geworden) haalde ook in Nieuw Zeeland haar Centuriontitel. Gertrude ging een stap eerder dan Arie over de finish. Gertrude haalde in Nieuw Zeeland haar 4e Centurion titel: 2016 Afrikaans Centurion, 2017 Engels Centurion en Continental Centurion en 2017 Nieuw Zeeland.

Gertrude en Arie, van harte gefeliciteerd met jullie nieuwe Centurion titel. Chapeau!!

LIJSTEN LONG DISTANCE WALKERS EN KENNEDYWALKERS

Lijsten met Long Distance Walkers en Kennedywalkers kunnen online gevonden worden via de volgende link:

<https://www.wandel.nl/lange-afstand-wandelen.htm>



PRIKBORD

Het **WESTERBORKPAD** is vanaf nu een Lange-Afstand-Wandelpad (LAW). De historische route tussen Amsterdam en Kamp Westerbork werd vijf jaar geleden officieel geopend. Nu is hij opnieuw gemarkeerd in de bekende wit-rode kleuren en opgenomen in het netwerk van landelijke LAW's.

Het Westerborkpad is geïnspireerd op de wandeling die Jan Dokter in 2005 maakte. Ter nagedachtenis aan de twaalf familieleden die hij in de Tweede Wereldoorlog verloor, liep Dokter de route van de Hollandse Schouwburg in Amsterdam naar kamp Westerbork in Hooghalen.

Om het pad toe te kunnen voegen aan het landelijke LAW-netwerk van Wandelnet, moest het opnieuw gemarkeerd worden. "We kozen voor de bekende wit-rode markering", laat Johan Vellinga (padcoördinator Westerborkpad) weten. "Hier hebben we net als bij de oude markering het prikkeldraadje op afgebeeld, wat het kenmerk van Herinneringscentrum Kamp Westerbork is".

Het Westerborkpad is een pad met geschiedenis. Ruim 100.000 Joden werden hierlangs per trein vervoerd naar Kamp Westerbork. Slechts 5000 keerden er terug. Om respect te betuigen aan de nabestaanden is de route, in tegenstelling tot andere LAW's, maar in één richting gemarkeerd. Onderweg kunnen wandelaars meer leren over een aangrijpend stuk geschiedenis uit de Tweede Wereldoorlog. Het pad voert onder andere langs monumenten, onderduikadressen, struikelstenen en synagogen. Paul Sanders (directeur KWBN) vindt het Westerborkpad de moeite van het wandelen waard. "Het pad behandelt een stuk geschiedenis uit een tijd die nog niet eens zo ver achter ons ligt." De nieuwe wandelgids is nu te bestellen op www.wandelnet.nl voor €15,- incl. verzendkosten (normaal €21,30) met de actiecode LAW15 (t/m 1 januari 2018). Hij is ook verkrijgbaar in de (reis)boekhandel. De route is tot stand gekomen dankzij inzet van KWBN, Herinneringscentrum Kamp Westerbork en Wandelnet.

1 oktober 2017

NK Snelwandelen en Prestatietochten Tilburg



Op 1 oktober werd op de wielersbaan TWC Pijnenburg te Tilburg wederom het Nederlands Kampioenschap 50 km snelwandelen, Belgisch Kampioenschap 50 km snelwandelen, Nederlands Kampioenschap 10/20 km snelwandelen vrouwen en Belgisch Kampioenschap 20 km snelwandelen voor vrouwen georganiseerd.



Daarnaast werd er ook weer de "6 uur prestatiewandeltocht" gehouden waarop ik weer mag gaan acteren. Een wedstrijd waar ik ieder jaar mezelf ga meten met anderen maar zeker een wedstrijd voor mijzelf, kijken of ik mijn eigen snelste tijd scherper kan stellen.

Heb zo elk jaar mijn eigen voorbereiding: terugkijken wat en hoe ik de keren ervoor heb gelopen, mijn plan trekken hoe te gaan starten en vooral me niet te laten opjagen door andere wandelaars, mijn eigen tempo blijven lopen zodat ik voldoende over heb voor het einde.

De wedstrijd dag

Vroeg opgestaan, Rick ophalen die in Tilburg in een hotel zijn nacht had doorgebracht en samen naar TWC Pijnenburg. Daar is het nog rustig. Terwijl vele handen bezig zijn met tenten opzetten, zien wij de wandelaars mondjesmaat binnendruppelen. Iedereen heeft zo zijn eigen voorbereiding op wat komen gaat. Nadat het inschrijfbureau ook zover is, worden de startnummers opgehaald (gelukkig had ik geen nr. 47, gerelateerd aan het Ganzenbordspel van OLAT). Vol aandacht worden deze op de shirts geprikt/geplakt. De één doet het zelf, de ander heeft daar iemand voor meegenomen die daar zorgvuldiger in is. De deuren van de kantine staan tegen elkaar open en het tocht goed door. Buiten is het nog fris maar bij mij is deze keer geen twijfel wat ik aan zal trekken: het wordt prima loopweer. Spullen die ik tijdens de wedstrijd nodig heb, kan ik bij Arjan Lukken neer-

zetten op zijn tafel. Dan omkleden en inlopen.....

De start

Om 11 uur is de start en vijf minuten voor aanvang worden de namen omgeroepen of ze wel aanwezig zijn. Na het aftellen en het startschot door middel van een feesttoeter, zie ik de wedstrijdlopers voor mij wegsurten, zelf zoek ik mijn ritme op en loop samen met Paul Jansen, Dick van Peer en Jimmy Millard. Zo'n honderd meter voor mij zie ik Andrea Tóth en Peter van Hove. Zij lopen niet uit en ik heb een richtpunt. In deze combinatie lopen we onze eerste rondes. Na ongeveer 10 kilometer gaat het tempo iets hoger en ik zie in mijn ooghoeken dat Dick en Jimmy afhaken. Ik nader Peter en Paul geeft nog meer gas en loopt weer van mij weg.

De wedstrijd

Ik blijf mijn eigen tempo lopen en haal Peter en Andrea in. Bij de finish zit Theo van Houten (DAK Drunen) en hij blijft mij coachen en corrigeren waar nodig. Even verder aan de andere kant staat Boetje en geeft ook aanwijzingen. Het houdt mij wel scherp aangezien ik snel de neiging heb

om niet geconcentreerd te blijven en me af te laten leiden door de omgeving. Loop al een tijdje alleen en ik word door Paul op 1 ronde gezet. Door een van de juryleden word ik erop gewezen dat ik een van de bruinste benen heb op het parcours. Ik vraag dan ook meteen of daar ook prijzen mee te verdienen zijn.....

Ik kom met Peter van Hove te lopen maar al vrij snel loop ik weer alleen. Later kom ik Peter tegen en zie dat hij uitgestapt is, zó ook Ton van Anel en we zijn nog maar halfweg....

Meer deelnemers op het parcours

De korte afstanden zijn gelukkig intus-





sen ook gestart zodat het iets drukker wordt en ik meer voorgangers heb waarop ik me kan focussen.

Maar al snel krijg ik ook een teleurstelling te verwerken het desbetreffende jurylid komt met de mededeling dat ik het kan schudden met mijn prijs voor de bruinste benen er loopt er nog eentje en ja daarvan kan ik het niet winnen helaas! Krijg ook weer te horen van Boetje dat ik geconcentreerd moet blijven, dus dat is ook weer duidelijk.....

De laatste loodjes

De laatste uren zijn aangebroken en ik krijg Paul in mijn vizier. Jimmy (die ook is uitgestapt) geeft aan dat ik op hem inloop maar ik weet dat hij ook nog een ronde voor mij ligt! Maar ik heb weer een doel: dichterbij Paul kruipen. Zo ook zie ik dat ik aan het inlopen ben op Gerard Wildeman, die een halve ronde op mij voorloopt.

Ik kan nog steeds op tempo lopen en het parcours wordt steeds leger. Van Theo krijg ik de complimenten dat ik nog stevig loop, mijn horloge staat op een scherm dat ik niet kan lezen, dus ben aangewezen op tijden van de zijkant. Zo krijg ik van Herwin te horen dat, als ik op dit tempo blijf lopen, er een tijd van 5.50 in zit. Dat zou drie minuten van mijn oude PR afhalen.

Een nieuw PR!

In mijn beleving lopen we nog maar met een deelnemer of tien rondjes te



draaien, nog maar een paar juryleden langs de kant en de prijsuitreiking is al begonnen. Zelf heb ik nog genoeg energie om krachtig door te denderen en finish in een tijd van 5:49:15, een mooie verbetering van 4 minuten ten opzichte van vorig jaar. Gemiddelde ligt op 8.6 per kilometer.... Met de verbeterpunten die ik tijdens en achteraf krijg van Boetje en Theo is er weer werk aan de winkel.

-Jack Bertrums-

Genieten van begin tot eind

Winterserietocht Helenaveen

Prachtig herfstweer op de 1e winterserietocht van mijn clubje OLAT.

Bij aankomst herken ik de startlocatie van de vorige keer dat we in Helenaveen waren, klein heel klein. Maar niet minder gezellig. Na een ontvangst van de routebeschrijving gelijk van start. Velen zitten voor mij en dat is niet handig op een smal pad..... Eenmaal op de kop zie ik nog iemand flink tekeer gaan. In ieder geval "een haas" en het wildseizoen is al open dus maar eens kijken wat het kan lijden.....

Myriam van de Berg, die altijd een vooruitblik in het OLAT-Nieuws schrijft, had het erover dat we de mogelijkheid hadden om te lopen over het blotevoetenpad en erna gebruik te maken van de voetenwasplaats. Maar volgens mij bedoelde Myriam niet het hoge natte gras waar we tot 4x toe tot aan onze knieën nat waren.... Ik heb heel de tocht met soppige schoenen gelopen. Maar de rest van haar betoog om naar Helenaveen te komen is niks van gelogen: het is genieten van begin tot aan het eind. O ja, de haas heb ik na 5 km bij zijn nekvel en na 19 km laat ik hem maar achter te weinig vlees op de botten....

Trouwens, er zat weer als vanouds alles in de tocht verwerkt, los zand, slootkanten, mooie oversteken en alles wat met pittig te maken had. Top!

-Jack Bertrums-



7 en 8 oktober

New Zealand Centurion, Mairangi Bay Auckland



Na het geslaagde avontuur in Bury St. Edmunds in Engeland, waar ik mijn tweede Centuriontitel behaalde, stond er dit keer een reis naar de andere kant van de wereld op het programma.

Met Gertrude Achterberg en Marco Bloemerts ben ik naar Nieuw Zeeland gegaan om daar te proberen New Zealand Centurion te worden. De wetenschap dat er tot op heden geen enkele Nederlander deze titel heeft behaald, maakt de uitdaging nog een beetje specialer. In totaal zijn er sinds 1968 maar 21 mensen in geslaagd de Centurion te lopen in Nieuw Zeeland.

De voorbereiding

In april heb ik via de mail contact gezocht met Philip Sharp met de vraag of er een Centurionrace zou worden gehouden dit jaar in Nieuw Zeeland. Toen deze vraag positief werd beantwoord, heb ik eens een beetje rondgevraagd wie er zin had om mee naar Nieuw Zeeland te gaan. Uiteindelijk gingen Gertrude en Marco mee en later bleek dat nog twee andere Nederlanders, Antoine Hunting en Trudy Geldhof, zich hadden ingeschreven.

Philip gaf toen al aan dat we er rekening mee moeten houden dat er wel eens veel regen kon vallen en dat er vaak harde wind staat en dat deze omstandigheden al vele wandelaars gedwongen hebben hun poging op te geven. Met die wetenschap maar goede regenkleding in de koffer gepakt, voldoende schoenen en sokken om eventueel te wisselen. Verder blijkt dat de Centurionrace zal plaatsvinden op een atletiekbaan van 400 meter. Dit betekent voor ons dus ruim 402 rondjes, pffffff!!!!

Een tafel vol met eten

Een week voor de Centurionrace zijn we met zijn drieën naar Nieuw Zeeland gevlogen, om voldoende tijd te hebben om van een eventuele jetlag te herstellen. Achteraf bleek dit een goede keuze want ik heb toch zeker 2 á 3 dagen nodig gehad om in een goed slaapritme te komen.

De dag van de Centurionrace

zijn we al vroeg wakker want om kwart voor zeven staat de taxi voor het hotel om ons naar het AUT Millenium Stadium te brengen, waar om 9 uur de start zal zijn. Als we daar aankomen, ontmoeten we Antoine en Trudy. Eerst gezellig samen een bakje koffie gepakt in de kantine en daarna even aanmelden en het startnummer omspelden.

We krijgen van de organisatie een tafel die we op de atletiekbaan mogen zetten om onze spullen op te zetten. Antoine heeft zijn hele rugzak vol met eten en die wordt op de tafel uitgestrooid. Bananen, yoghurtjes, mueslirepen, krenten, fruitcocktail, het kan niet op. "Als jullie iets nodig hebben", zegt Antoine, "gewoon pakken". Hij zegt weinig hoop te hebben op een goede verzorging van de organisatie.

Achteraf blijkt gelukkig dat Antoine het niet bij het juiste eind heeft en de verzorging blijkt perfect te zijn. Later zal ik Antoine toch nog reuze dankbaar zijn voor hetgeen hij heeft meegenomen.

Ook Philip Sharp komt zich aan ons voorstellen en zegt dat hij de jury zal zijn voor diegenen die Centurion willen worden. Ik zeg gelijk tegen hem: "Okay my friend, do you like some of these lekkere things?", wijzend op de voorraad van Antoine en een paar vette knipogen makend. Hij geeft aan alleen voor geld een oogje te willen dichtknijpen. De sfeer met de Nieuw Zeelanders is gelijk goed.

7 deelnemers, w.o. 5 Nederlanders

Buiten Gertrude, Trudy, Antoine, Marco en ik, is ook Rob Robertson uit de



Verenigde Staten aanwezig om zijn zesde Centuriontitel te halen en daarmee als derde loper in de wereld deze prestatie te behalen. Eerder dit jaar heeft hij in Weert zijn Continental Centurion titel behaald, die zijn vijfde was. Ook loopt er één Nieuw Zeelander mee, Damien Wood, wat het totaal brengt op 7 deelnemers voor de Centurion. Voor de start nog even een foto gemaakt van de Nederlandse deelnemers en we zijn er helemaal klaar voor. Gertrude en ik hebben vooraf afgesproken samen te lopen en elkaar te steunen, daar waar mogelijk. Het weer is prima, een graad of 18, bewolkt en nauwelijks wind. Regen en wind, waar heeft die Philip het over???

The Dutch train



De eerste 40 kilometer gaan als een malle in 5 uur en 15 minuten dat is ruim 7,6 km/h. en er zit bij ons nog totaal geen sleet op. We krijgen dan al gauw de bijnaam "The Dutch Train". Na ruim 58 kilometer moeten Antoine en Trudy opgeven, Antoine heeft opnieuw last van een eerder opgelopen scheenbeenontsteking en voor Trudy zit het er helaas ook niet in. Ik heb vooral met Antoine te doen. Op het moment dat hij ons vertelt dat hij gaat stoppen, heeft hij de tranen in zijn ogen staan. Wat een teleurstelling moet dit voor



hem zijn. Ik heb dit jaar zelf in Weert ervaren hoe het is om te moeten opgeven, maar om dat nu te moeten doen aan de andere kant van de wereld lijkt mij nog vele malen erger. Opgeven is soms moeilijker dan doorlopen!!! Maar wij moeten verder en na 60 kilometer hebben we een tijd van 7 uur en 55 minuten dat is nog steeds een kleine 7,6 km/h en het gaat nog steeds super met Gertrude en mij.

Wéér die maag

Na ruim 65 kilometer krijg ik toch weer eens last van mijn maag zoals wel vaker en moet ik Gertrude laten gaan. Alleen de locomotief van The Dutch Train gaat op volle kracht door!! Als Gertrude mij even later weer passeert, vraagt ze of ze iets voor mij kan doen, maar ik zeg dat ze gewoon moet doorlopen omdat ze toch niets voor me kan betekenen. Ik moet het helaas gewoon even wat rustiger aan doen. Ik baal hier wel stevig van want mijn benen voelen zo verschrikkelijk sterk.

Nieuw-Zeelands weer

Na zo'n 8 uur lopen gaat het regenen en ook de wind neemt toe, zou die Philip toch gelijk krijgen? Helaas, de rest van de Centurionrace zal de regen er met bakken uitkomen, de wind neemt toe tot windkracht 4 à 5 en de temperatuur zakt in de nacht naar een graad of 12. Een ding is zeker: het regenpak heb ik niet voor niets meegenomen. Tot de 80 kilometer wordt het allemaal niet veel beter met mijn maag en loop ik een tijd van 11 uur en 5 minuten, mijn

gemiddelde is weggezakt naar ruim 7,2 km/h. Gertrude gaat onverstoort door en heeft mij inmiddels op zeker 7 ronden achterstand gelopen. Marco, die een stuk langzamer is gestart, komt mij na ruim 80 kilometer voorbij en zal uiteindelijk de sterkste blijken van ons drieën.

Op een gegeven moment besluit ik eens een paar bakjes yoghurt te pakken die Antoine

heeft achtergelaten en een kop warme thee bij de verzorging. Mijn maag reageert hier fantastisch op en ik kan weer meer snelheid gaan maken. Nogmaals bedankt Antoine!!! Het gevolg is dat ik tot de 100 kilometer eigenlijk nauwelijks iets verlies op mijn gemiddelde. Een tijd van 13 uur en 58 minuten, dus nog ruim 7,1 km/h. En mijn benen blijven van goud. Enkele kilometers later begin ik toch weer last te krijgen van mijn maag en besluit nog maar een bakje yoghurt te pakken van Antoine zijn voorraad. Nu heeft het niet de gewenste uitwerking, ik heb het nog niet op of mijn hele maaginhoud komt eruit. Het gevolg is wel dat er niets meer in de weg zit en dat het eigenlijk wel een opluchting is. Na enkele kilometers maar weer rustig wat vloeibaar eten proberen zoals rijstepap en warme vanillevla. Af en toe blijft de maag wat protesteren, maar geen reden tot paniek. Je leert ermee omgaan als dit je



vaker gebeurt.

Na 120 kilometer klok ik een tijd van 17 uur en 14 minuten, een gemiddelde van 7 km/h en de benen zijn vandaag niet kapot te krijgen, ik heb werkelijk nergens last van. Ik besluit maar even een muzikje op de kop te zetten om er nog een positievere draai aan te geven en dat werkt. Ik loop lekker en begin weer een aantal ronden van mijn achterstand die ik had op Gertrude goed te maken. Gertrude volgt mijn voorbeeld en ook zij zet een muzikje op om de laatste loodjes wat minder zwaar te maken. Met nog 4 ronden achterstand besluit ik weer bij Gertrude te blijven lopen, is toch een stuk gezelliger en ik loop goed op tijd, dus waarom haasten. The Dutch Train is weer in ere hersteld. Op een gegeven moment valt ons op dat we Rob Robertson niet meer zien lopen. Ook hij heeft helaas na ruim 132 kilometer moeten opgeven met onderzoekingsverschijnselen.



De laatste loodjes

Na 140 kilometer klok ik een tijd van 20 uur en 15 minuten, een gemiddelde van 6,9 km/h. Ik spreek met Gertrude af dat ik nog even wat harder loop om een grotere marge op te bouwen. Ik loop nog twee ronden in op Gertrude en lig nu nog maar op twee ronden achterstand. Dit geeft voldoende lucht en ik blijf nu bij Gertrude lopen om de laatste kilometers bij elkaar te blijven, zodat ik haar in ieder geval kan feliciteren als zij de streep passeert. Op een gegeven moment zien we Philip op de baan lopen en ik kan het niet laten hem even mee te delen dat het er naar uit ziet dat

er drie Nederlanders met een Nieuw Zeelandse Centurion medaille naar huis gaan. Hij steekt tevreden zijn duim in de lucht en heeft respect voor de prestatie die we leveren.

Alle drie gefinist

Na 23 uur 29 minuten en 45 seconden passeert Gertrude de finish. Ik begin dan aan mijn laatste 800 meter en kom na 23 uur 36 minuten en 29 seconden over de finish. Marco, die als eerste de finish passeerde in 22 uur 43 minuten en 30 seconden, is doorgelopen om de 24 uur vol te maken en loopt uiteindelijk 169,2 kilometer. We hebben een fantastische prestatie geleverd, zeker gezien de omstandigheden. Ruim 15 uur keiharde regen en wind. Heeft hij toch gelijk gekregen die Philip, wat betreft het weer, maar die taaie Nederlanders hebben het wel weten te weerstaan en ervoor gezorgd dat Centurion nummer 22, 23 en 24 mee naar Nederland gaan. Toch heel bijzonder dat Gertrude, Marco en ik de

enigen zijn die hier de Centurion uitlopen. Gertrude en ik gaan nog even onze rondetellers bedanken voor de steun die we gehele race van hen hebben mogen ontvangen. Hartverwarmend!!! Damien Wood komt uiteindelijk uit op een totaal

van ruim 115 kilometer na 24 uur, helaas niet genoeg voor een Centuriontitel.

Iets wat mij vooraf mentaal ontzettend zwaar leek, het lopen op een atletiekbaan, is mij ontzettend meegevallen. In de nacht gaat het kunstlicht aan, het is vlak en het veert lekker. Voor mij mogen ze alle Centurionraces wel op een atletiekbaan organiseren, ik ben helemaal om. Achteraf realiseer ik mij ook dat de focus zo goed was dat ik mij geen seconde heb geërgerd aan de omstandigheden. Ik heb wel een keer gedacht, je kan die kraan daar boven zo

hard opendraaien als je wilt, maar de medaille gaat mee naar Deurne. Ook blijft Gertrude mij verbazen, ze loopt de



gehele nacht in een korte broek. Ze heeft een katoenen shirtje aan, iets wat helemaal niet meer droog wordt en een klein dun regenjasje. Ze tart alle logica maar zij heeft het als enige op deze aardbol wel voor elkaar gekregen om in één jaar vier verschillende Centurions te lopen. Na Zuid-Afrika, Nederland, Engeland, nu Nieuw Zeeland. En dan zullen we het maar niet hebben over de kilometers die ze daar tussendoor nog heeft gemaakt. Petje af wandelvriendinneke!!!

Mijn totaal staat nu op drie Centuriontitels: na Zuid-Afrika en Engeland, nu dus Nieuw Zeeland. Nog drie te gaan om mijn doel te bereiken. Australië, Amerika en Nederland. De eerste zal Australië worden, volgend jaar april. Mijn reis gaat door, op naar alle Centuriontitels!!!



Op avontuur in Zuid-Afrika

Soms zijn het juist de dingen die je niet had gepland, die een vakantie de moeite waard maken. Na twee dagen ziekenhuis vanwege een gebroken pols jeuken mijn voeten om weer te gaan wandelen. Namibië gaat niet door, maar Zuid-Afrika heeft ook talloze trails. Eén ervan, de Cannibal Cave Trail, is een van de mooiste die ik ooit heb gelopen.



We vertrekken in het donker uit Johannesburg en terwijl de zon langzaam opkomt, wordt het landschap om ons heen steeds fraaier. Nadat we de slopen wijken met golfplaten huisjes achter ons hebben gelaten, wordt het landschap leeg en wijds. Uiteindelijk verschijnen er heuvels en zelfs bergen. Even buiten Clarens is een oud landhuis onze bestemming. Ernaast is een werkende boerderij en achter een van de bijgebouwen begint de Cannibal Cave Trail.

Officieel staan er twee dagen voor, maar vol zelfvertrouwen doen wij het



in één. Het pad is gemarkeerd met witte voetjes en meteen vanaf de eerste meter is het spectaculair mooi. We lopen dwars over de rotsen tot onder aan een zandstenen wand die boven ons omkrult. Het dak van de rots ziet eruit alsof er scherfjes van zijn afgebikt en in de kommetjes die overblijven geven restjes klei aan waar zwaluwen hun nest hebben gebouwd. Even verderop heeft de rotswand rode en zwarte banen en ik zou willen dat ik de geschiedenis van de aarde eraan af kon lezen. We lopen door lage struiken langs een diepe kloof, gevuld met het groen in de wijde omgeving. Aan het eind van de kloof buigen de wanden van de kloof naar elkaar toe, tot de rotsen een flinke overkapping vormen waarin je zeker droog blijft tijdens een storm. Precies op het eind van de kloof is een rotsformatie die Batwing Falls heet. In deze droge periode, zo vlak voor de regens, sijpelt er maar een klein, slijmerig stroompje water over de rotsen, maar de rotsen zijn gladgeslepen door de beek die hier elke lente volop stroomt.

We klimmen, dalen en draaien dat het een lieve lust is. Met elke stap verandert het uitzicht en ik geniet met volle teugen. Mijn linkerarm zit in een sling en ik moet het met één trekkingpole doen, maar het gaat prima. Eén rustdag na de operatie was meer dan genoeg. We komen bij een meertje waarin je uitstekend zou kunnen zwemen. Ook steken we een beekje over. Ik proef het water, heer-

lijk.

De ene kloof volgt de andere op. De zwartgeblakerde stam van een boom steekt hoog boven het groen uit, een teken dat het onweer hier niet zonder risico is.

Dan klimmen we de kloof uit en bereiken een grote grasvlakte. In de verte zien we een groepje huizen. Gelukkig dalen we dan alweer naar de volgende kloof. Zo komen we al vrij vroeg in de middag bij Mike's Cave, waar we lunchen. Volgens de legende liepen hier in 1800 kannibalen rond die zich tegoed deden aan de mensen die in de grot



overnachtten. Wij komen echter niemand tegen en genieten van de rust en stilte om ons heen. Je kunt in deze grot inderdaad overnachten en hoewel het heel primitief en avontuurlijk oogt, staat er onderaan de helling gewoon een toiletgebouwtje. De grond is bedekt met enorme lappen wit plastic waarop matrassen worden gelegd als iemand hier wil overnachten. Dit oogt niet erg aantrekkelijk en we knabbelen op onze hardkeks met uitzicht op de natuur die zich voor ons uitstrekt.

Daardoor missen we wel de San rotskunst die hier ergens verborgen moet zijn.

We gaan verder en volgen de rand van de vallei. Voor we het in de gaten hebben zijn we alweer flink gestegen en lopen we boven de struiken. Als we weer de top van een heuvel bereiken en over de kale rotsen bovenlangs een kloof lopen, gaan we iets te ver door en raken de route kwijt. Even teruglopen en dan zien we in de diepte weer een wit voetje dat ons de weg wijst. Door een bos dalen we af en even later lopen we langs een smalle beek die naar een wel heel bijzondere rotsformatie leidt.



Het lijkt wel een kleine paddestoel en met de bergen op de achtergrond is dit een plaatje dat zó op een kalender kan. Even later bereiken we de grindweg die

we naar het landhuis terug kunnen volgen. Niet bepaald een passend eind van deze spectaculaire dag. Gelukkig komen we een bordje tegen dat naar de Mushroom Cave wijst. Dat kan nooit ver weg zijn, doen! Langs een flinke beek lopen we door het bos en via een hangbrug steken we over. Aan de andere kant is een moeilijk en een makkelijk pad. David, mijn Zuid-Afrikaanse wandelmaat, kent me inmiddels goed genoeg om te weten wat ik kies. Moeilijk natuurlijk! Via een helling van kleine, roze steentjes klimmen we een grot in, waar ik vleermuizen hoor piepen. We zien ze helaas niet, of is dat een gelukje? Aan de andere kant dalen we af via een ladder. Dat kost enige moeite met één hand, maar ik geef mijn pole aan David en red het.

Even hebben we rust en is het terrein redelijk vlak, maar verderop beginnen we weer te klimmen, tot we een versleten ijzeren trap tegenkomen. Aan het eind ervan verdwijnt het pad in de struiken rondom een enorme rotsformatie. Even begrijpen we niet waarom, tot we ons omdraaien op zoek naar een markering. Pal voor onze snufferd staat de rots die we vanuit de verte zo hebben bewonderd. De enorme rots op



een afgeknabbelde steel die in de wijde omgeving beroemd is en zelf zijn eigen toeristische verkeersbord heeft. De Mushroom Rock doet zijn naam eer aan. Geweldig!

Ondanks dat deze vakantie niet gaat zoals gepland, voel ik me volkomen tevreden en voldaan. Ik wandel, ik fotografeer en met zulke spectaculaire landschappen om je heen kun je toch niets anders dan gelukkig zijn? Zelf had ik deze plek nooit gevonden of opgezocht. Juist door mijn ongeluk kom ik nu op plekken die ik zelf nooit had vermoed.

We keren op onze schreden terug en volgen een karrespoor naar het landhuis, waar onze gastvrouw erg onder de indruk is. Twee trails op één dag is blijkbaar ongehoord, maar ik ben niet moe. Meer! Meer!

-Rinda Scheltens-



Hoe lang duurt een Vierdaagse? (3, slot)

In de voorgaande afleveringen heb ik verteld over mijn "gevecht" tegen de warmte en regen, maar nu is het volop genieten. De mensen, de muziek, de bloemen, de glorie. Ik loop zelfs te zingen, al heb ik nog wel enige bijscholing nodig, maar lopen kan ik, al is het maar op "ik neem je mee-ee-ee-ee-ee.....".

Vrijdag 21 juli 2017

Zó lang naar uit- en tegenop gekeken! Hoe lang duurt een Vierdaagse? Alweer de laatste dag en opnieuw wakker vóór de wekker van 04.00 uur. Ik weet het, het moet wel heel gek gaan als ik het niet zal halen. Het zelfvertrouwen is gelukkig gestegen en ik loop iedere dag gemakkelijker. Er is een hoop van me afgevallen en ik kan steeds meer genieten. Ok, een beetje laat misschien, maar het is goed zo.

Ik heb opnieuw de vroege start en ben om 06.49 uur door de start. Ook al is de weg Nijmegen uit deze laatste 3 dagen hetzelfde, dat kan mij niets schelen. Het is breed, asfalt, loopt gemakkelijk, ik vind het prima. Vierdaagse loop je niet echt alleen maar voor natuurschoon. Het is kijken, luisteren en: overleven. De weersverwachting is vandaag zo stabiel dat ik niets extra's hoeft mee te nemen, al zit de poncho gewoon standaard in m'n rugzak.

Ook vandaag ga ik niet alleen langs, maar ook áán bij de mensen in Hatert in de Edisonstraat, geniet van hun lekkerrijen en toilet. Oh ja, zegt de man, het slot is defect, dus de deur niet op slot doen. Dan, terwijl ik thuis de deur nooit op slot doe, hier dus wel. Ik kan er niet meer uit!!! Stom, stom, ik trommel en bons op de deur en begin te roepen. Ach ja, ze hadden het al aan mijn neus gezien, zo'n sukkel. Er worden adviezen gegeven, trek aan de deurknop, zus draaien, zo draaien. Dan komt er een "sterke" man en de deur gaat weer open. Ik ben niet eens echt in paniek geweest, ze hadden me wel gemist na een tijdje. Voor de schrik drink ik nog even een kopje heerlijke bouillon en we maken wat foto's. Geweldige mensen. Ik besluit ze na de Vierdaagse nog even te bedanken met een grote doos

"Merci". (Dat heb ik ook gedaan en een printje van de foto's afgegeven.)

Voordat ik de Hatertsebrug over ga, hap ik nog een banaantje naar binnen en vervolg mijn weg, richting Sint-Walrick. Als je hier voorbij bent, is de OLAT-stand redelijk dichtbij, ik dacht op ongeveer 13 km. Gelukkig heeft de voorzitter vandaag wat minder zorgen en heeft hij even tijd voor mij, terwijl ik van de "nieuwe" koffie geniet met een krentenbol.



Daarna op weg naar Overasselt, waar ik een spandoek over de weg zie hangen: "Bij slager Hermanussen broodje gebakken ei". Nooit eerder zoiets gezien. Nieuw voor OLAT dit jaar in de Ganzenheuvel is dat deze Keurslager de catering verzorgt en dat volgens de lopers enorm goed doet. Vooral het ontbijt met gekookt en/of gebakken eitje doet het goed en ook de avondmaaltijden worden geroemd. Gelukkig voor alle partijen.



In Overasselt bezoek ik de kerk van de H. Antonius Abt. Het voelt heel goed om hier even in alle stilte en koelte te zijn. Er zijn ook redelijk wat wandelaars en er branden heel veel kaarsjes. Ik steek er ook een paar aan en denk aan verschillende mensen, de een gezond, de ander helaas niet. Echt een moment van bezinning. Buiten gekomen moet en gaat de knop weer om; ik ga verder genieten van het Vierdaagsefeest en mag me gelukkig prijzen dat mijn gezondheid dat allemaal toelaat.

Inmiddels hebben we de dijk gehad, best wel lang, maar de 40 km-lopers moeten nog verder de verkeersbrug over naar Linden toe. Jammer dat ik dat mis op het 30 km-parcours. Maar ik ga zondag wel kijken wat voor thema ze dit jaar hebben.

Dan maak je alweer zo iets leuks mee: een groepje mensen loopt voor mij (uiteraard) en het meisje daarbij roept steeds het volgende naar de mensen aan de kant: "Mensen luister, ik kom hier maar één keer langs, laat je kans niet voorbij gaan, je kunt nu KLAPPEN." Of iets van dien aard. Wel een goeie, vind ik.

Het kuint gemoedelijk verder, nou ja, niet iedereen heeft het "gemoedelijk", er zijn toch heel wat "probleemknetjes" of ander soort zaken. Het weer is uit de kunst, zonnetje, lekker briesje, prachtig weer, niet te warm en ook niet benauwd. Eindelijk, na bijna 4 dagen, begin ik de 4daagse-liedjes een beetje te kennen. "Ik neem je mee-ee-ee-ee" etc. wordt gezongen. Ja, ik had eigenlijk voor die tijd een cursus-Hollandse hits moeten volgen. Zo simpel als wat, maar dit loopt wel gemakkelijk hoor!



Het volgende plaatsje is Heumen, waar ik alvast cola “tank” voor de laatste kilometers. Hier neem ik nog even een korte rust en maak ook gebruik van de Dixies. Dan krijg ik nog een komisch “cadeau”, het is een ijsmuts mét flap-pen, van Nutricia Chocomelk (zeker afgekeken van die van de Unox rookworsten). Ik probeer hem even, maar nee, dat is toch écht te warm. Ik bewaar hem voor de kleinzoon van Els. Dan linksaf de Rijksweg op, die uiteindelijk zal uitmonden in de VIA GLADIO-LA. Hier ga ik uitkijken naar de rustplaats van Els en Ben, die bij hun zoon voor de deur aan de Rijksweg zitten. Ze verwachten mij daar ook. Nu komt opnieuw de 4daagse-app goed van pas; die stelt je in staat ook “volgers” te hebben. Zodoende kan Els mij precies volgen, ze ziet precies waar ik op de Rijksweg ben, zelfs het huisnummer wordt genoemd. Missen kan dus niet. We zijn blij elkaar weer te zien. De ijsmuts wordt overhandigd, weer iemand blij. Ik blijf even wat drinken en dan ga ik weer.

Net voor de Scheidingsweg krijgen we dit keer niet de laatste controle, wel zie ik een maxtribord met de vreemde tekst “Alternatieve route finish” (die de wandelaars het Heumens bos in zou sturen bij calamiteiten). Gelukkig hoeft deze route niet gevolgd te worden.

God zij dank. Ik zet het uit mijn hoofd. Het leukste is dan natuurlijk de nieuwe verkeersagent. Waar in voorgaande jaren altijd Max op de bok stond, staat er nu Sander, een soepel vanuit de heu-pen bewegende, knappe politieman. Die hebben ze ook niet zomaar uitgekozen denk ik dan. Ha ha. Hij heeft vele fans en de gladiolen rondom de verhoging waar hij op staat beginnen al een behoorlijke stapel te worden. Dit is echt wel genieten.

Ondertussen heb ik een oranje ballon bemachtigd en een eindje verder ook nog een groene (de 4daagse-kleuren). Nu nog een gladiool en ik ben helemaal



klar voor het laatste stuk van deze intocht. Dit is relaxed binnenkomen op dit vroege tijdstip, er is ruimte in overvloed. Zo kom ik dus aan bij de hoofdtribune. Ik neem even de tijd om een wandelaar die voor de 50e keer loopt zijn huldiging in ontvangst te laten nemen en daarna bedank ik Johan Willemstein die dit jaar voor de laatste keer marsleider is en feliciteer ondertussen Henny Sackers, de “coming man”. Ondertussen kan ik ook informeren naar Annie en Gerard, ja hoor, ze zijn al binnen, maar nu net even achter de tribunes. Ik zal ze dus niet zien of persoonlijk kunnen feliciteren, maar ik weet: het is goed.

Zo, mijn 27e is binnen, finish 14.06 uur. De afwikkeling van de medailles/cijfertjes verloopt heel vlot en nu heb ik wel zin even iets te drinken en ga naar het Vierdaagseplein, waar meestal ook gezellige muziek is. Ergens op een bankje drink ik een biertje en klets wat met andere wandelaars. Heel gezellig en ontspannen. Moe zijn we allemaal, maar dat geeft niet, de slaap gaat ingehaald worden, de moeheid zal verdwijnen en wat overblijft zijn de goede herinneringen. Ik denk nog even aan de spreuk: “wandelen is je hoofd leeg maken en kijken wat er overblijft”.

Ook voor de kop boven dit verhaal “Hoe lang duurt een vierdaagse?” is het antwoord gevonden: veel langer dan 4 dagen: de voorbereidingen, de aanloop er naar toe en na afloop het nagenieten. Mooi toch?

Zondags inderdaad naar Linden geweest en het thema was “Love is in the air”, waarbij één van de aardigste uitbeeldingen was: een “tasje vol liefde”, letterlijk een linnen tasje met een paar gladiolen erin.

-Lies Wesseling-



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

AANVANG 09:15 UUR



WWW.KROEGSKE.NL



AGENDA:

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.

Door onze nieuwe manier van analyseren wordt uw looppatroon op een van onze indoor banen geanalyseerd met een highspeed videocamera en nu ook met een geavanceerde RS Scan.

U wandelt over een twee meter lange drukplaat en 16.000 sensoren meten exact het drukverloop onder uw voeten. Deze specialistische manier van analyseren helpt ons nóg beter advies te geven!

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