

NIEUWS



Door extreme weersomstandigheden helaas minder deelnemers aan OWD



Gelijk aantal deelnemers bij Nacht van OLAT; wel meer uitvallers



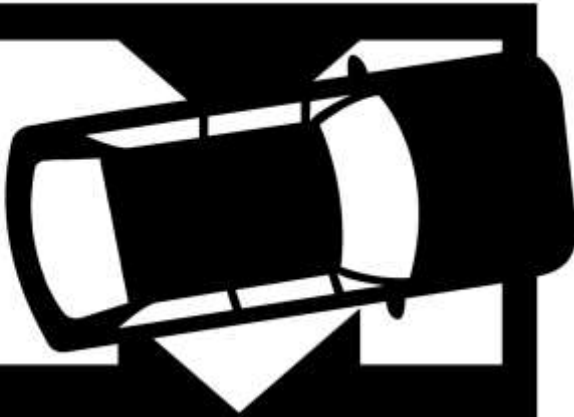
Vierdaagse Nijmegen: voor de 1e, 11e of zoveelste keer?



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.
artikelen over de OLAT
Wandeldagen,
de Nacht van OLAT en de
Nijmeegse Vierdaagse.
De nieuwe 'pop-up'-
tenten voor de verzorging
kwamen goed van pas!*



**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**

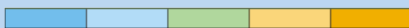
Belbroekstraat 5
5465 PH Zijtaart
Telefoon (0413) 36 66 13
www.raaijmakersdrukwerk.nl

**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

info@landschapreisboekwinkel.nl
T 040 2569653
ook te volgen op Facebook

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, Frans van den Boom (fotografie)
Otto Ahlers (archivering, techniek)
Harrie Paulissen (bestuursafgevaardigde)

INLEVEREN KOPIJ VOLGEND NUMMER

t/m 23 september 2018

olatnieuws@olat.nl

WEBSITE-REDACTIE

Petra Rommers (coördinatie), Harrie Paulissen
Mariet Ahlers, Ankie van Boxtel
Otto Ahlers (websitebeheerder)
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

Wie verdient de Speld van Verdienste? <i>comm. Onderscheidingen</i>	3
WoD; Rooise Wandelingen; Clubreizen; w.g. Oirschot <i>info</i>	4-5
Samenstelling bestuur en commissies OLAT	6
OLAT Nieuws <i>Marc Spierings / Nieuws Kort</i>	7
Onze jarigen/Ledenadministratie <i>Jet Dreesen</i>	8
Van de bestuurstafel	9
Wij stellen aan u voor: Toon Kanters en Jo Willems <i>Lies Wesseling</i>	10-11
Verslag OLAT Wandeldagen <i>Ankie van Boxtel</i>	11-12
De eerste keer Nijmegen! <i>Fleur Hamelink / Nog meer Nijmegen</i>	13
LPS: Clubkampioenschap / Agenda <i>Frank Marchand</i>	14-15
Trainingsweekend, info betr. inschrijving <i>Rick Liesting</i>	15
Verslag 20e Nacht van OLAT <i>Petra Rommers</i>	16-18
Stempels halen op het Pronkjewailpad <i>Willemien Hietland</i>	19-21
Hellismannaleio, adembenemend IJsland (deel 1) <i>Rinda Scheltens</i>	22-24
Deelnemers Vierdaagse Nijmegen/Apeldoorn	25
Opleidingen KWBN tot wandeltrainer vernieuwd <i>KWBN</i>	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



WIE VERDIENT DE SPELD VAN VERDIENSTE?

Het is alom bekend: zonder vrijwilligers zou de wereld er heel anders uitzien.

Ook OLAT is dit zich zeer bewust en kent verschillende onderscheidingen voor vrijwilligers die zich op een bijzondere wijze voor OLAT inzetten. Jaarlijks worden de onderscheidingen tijdens de Algemene Ledenvergadering uitgereikt.

Het bestuur doet voordrachten voor de onderscheiding Lid van Verdienste, evenals voor het Erelidmaatschap van de vereniging. Voor deze laatste onderscheiding is instemming van de Algemene Ledenvergadering vereist.

De hoogste onderscheiding die OLAT kent, is de Cornelis van Montforttrofee. Deze wisseltrofee wordt uitgereikt aan een persoon die zich gedurende lange tijd zeer actief voor de organisatie heeft ingezet.

Maar ook de leden van OLAT kunnen voordrachten doen en wel voor de Speld van Verdienste. Kent u iemand die zoveel voor OLAT doet of heeft gedaan dat hij of zij in aanmerking zou moeten komen voor deze onderscheiding, dan kunt u deze persoon voordragen.

Vermeld in uw voordracht, behalve uiteraard de naam van deze persoon, ook waarom u vindt dat juist hij of zij in aanmerking komt. Hoe meer u vertelt over de kandidaat, hoe meer u de Commissie Onderscheidingen helpt bij de niet eenvoudige taak om te beoordelen of de voorgedragen persoon in aanmerking komt voor de Speld van Verdienste.

U kunt uw voordracht sturen naar:

Commissie Onderscheidingen OLAT
Kloosterstraat 26
5391 AB Nuland
of per e-mail: mvdberg@home.nl

Graag ontvangen wij uw voordracht **vóór 1 november 2018**.

-namens de commissie: Myriam van den Berg-





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 Meerij, 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
11 sept 3)	Maasduinen/ Reindersmeer tocht	Bezoekerscentrum De Sluis, 0478-503821 Bosscherheide 3E, 5855 EA Well
25 sept 3)	Kleefswit	Stichting De Bron, 0492-322118 Onze Lieve Vrouwenstraat 53, 5423 SL Handel
9 okt 3)	Naar de Achelse Kluis	Café De Hospes, 040 2061288 Strijperstraat 46, 5595 GD Leenderstrip
23 okt 2)	Dwalen in Heerlijkheid Sterksel	Huize Providentia; Café de Broeders, 040 227 9188 Dokter Ruttenpark 6, 6029 TK Sterksel

- 1) geen cafépauze
- 2) cafépauze op startplaats
- 3) cafépauze



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
11 september	De Beckart
18 september	De Vriendschap
25 september	Oud Rooy
2 oktober	Den Toel
9 oktober	De Beckart
16 oktober	De Vriendschap
23 oktober	Oud Rooy

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

Informatie:

Johan van de Sande 06-22304965

Peter van de Laar 0413-474759

Betsie van Mil 0413-475454





CLUBREIZEN

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

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

PROGRAMMA 2018

15 sept.	GR15	Monschau - La Gileppe
3 nov.	GR563	Plombières - Eupen

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

Inschrijven:

Tot uiterlijk 14 dagen van tevoren, met vermelding van tocht datum, naam/namen, opstapplaats, wel of niet lid van OLAT. Binnen 2 dagen het verschuldigde bedrag overmaken op de bankrekening ten name van wsv OLAT, Sint-Oedenrode IBAN NL56 RABO 0157 9507 43, o.v.v. de tocht datum.

Na-inschrijven:

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

Afmelden:

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

Opstapplaatsen:	Tijden:
Sint-Oedenrode	07:00 uur
Eindhoven (NS/Fuutlaan 4)	07:30 uur
Leende (Jagershorst)	07.40 uur
Nederweert (AC-restaurant A2)	08.00 uur

Zorg dat u ook een (doorlopende) reisverzekering hebt voor u zelf als er onverhoopt problemen ontstaan. OLAT sluit een groepsverzekering af, maar deze is niet voor bagage. Neem een geldig legitimatiebewijs en een opgeladen mobiele telefoon mee.

Info & inschrijven: Isis La Croix 06-38255805
(bij voorkeur tussen 18.00-20.00 uur)
clubreizen@olat.nl



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: vanaf 9-9-2018: 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





Lange afstand- Prestatie- en Snelwandelen

Frank Marchand (*bestuursafgevaardigde en voorzitter*)
 Rob van Stuivenberg,
 Pierre Emans, Hans de Vries
 lps@olat.nl

Dagwandeltochten

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

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*), Ad Verbakel,
 Ad Ketelaars (*financiën*)

Wandelen op Dinsdag

Mieke van Boxel (*coördinator*), 0411-622188
 Myriam vd Berg, 073-5325286
 Pieter van Doorn, 0492-382210

Avondvierdaagse & Rooise Wandelingen

Ton Teerling, 0492-342864
 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 Kloosterstraat 26, 5391 AB Nuland
 mvdberg@home.nl
 Voordrachten jaarlijks vóór 1 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



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
 Spoorдонkseweg 35
 5688 KB Oirschot
 06-53749249
 secretaris@olat.nl



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



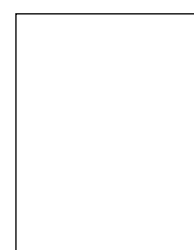
Bestuurslid
Frank Marchand
 Deursenstraat 7
 5043 JP Tilburg
 013-5702662
 f.marchand@olat.nl



Bestuurslid
 Marc Spierings
 Ringbaan Oost 56
 5013 CC Tilburg
 06-12855019
 m.spierings@olat.nl



Bestuurslid
Petra Rommers
 Lange Tiende 3
 4891 WZ Rijsbergen
 076-5964027
 p.rommers@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, Otto 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



De hete zomer loopt op zijn einde, op naar de herfst.

Het is maandag 6 augustus, het gaat eens tijd worden om aan mijn eerste voorwoord te gaan beginnen. Op mijn kantoortje thuis is het op het moment 30 graden, buiten is het nog steeds 32 graden, ik besef heel snel dat hier niets uit gaat komen. Toch ga ik het maar even proberen....

Afgelopen weekend waren de OLAT Wandeldagen; ik liep hier zelf de Kennedy-mars en man o man wat was het heet overdag. In Tilburg tikte het kwik de 33 graden aan, het zal in Nijnsel niet veel minder zijn geweest. Dat is dus het enige wat in me opkomt, wat het is het heet, nog steeds.

Het enige wijze besluit nu: zet je computer uit, ga een douche nemen, trek een biertje open en blijf rustig. Komend weekend de Dodentocht in Bornem, de vooruitzichten zijn goed: 22 graden en regen.

Na het weekend maar eens verder, als het wat koeler is op mijn zolderkantoor.

Het is inmiddels 15 augustus en de temperatuur is gedaald tot een behaaglijke 24 graden op mijn zolder. Afgelopen weekend liep ik de Dodentocht in Bornem, mijn traditionele afsluiting van het wandeljaar. Het was nog steeds warm, niet heet, maar behoorlijk warm.

Vanaf nu ga ik mij verheugen op de najaar- en winterwandelingen, lekker, we kunnen weer een lange broek aan, dun truitje met lange mouwen, fleece jasje, muts over je oren, glibberen en glijden door de modder, koude wind uit het oosten, af en toe een buitje, herfstkleuren, vallend blad, heerlijk!

Ik ben er aan toe en ik denk ik niet alleen, maar ook mijn medewandelaars, de verzorgers, begeleiders, routebouwers, marsleiders en verder iedereen die het wandelen een warm hart toedraagt verlangt naar een mildere temperatuur.

Mijn gedachten zijn op dit moment alleen maar: winter is coming...

-Marc Spierings-
bestuurslid



NIEUWS KORT

WELKOM 1000e LID

In het juli/augustusnummer konden wij u melden dat het 1000e lid van onze vereniging was ingeschreven. Een mijlpaal!

In een interview kon u al met Trudy van der Hagen kennismaken.

Begin juli is een afvaardiging van het bestuur (voorzitter en penningmeester) bij Trudy op bezoek geweest om haar officieel welkom te heten. Ze kreeg een gratis lidmaatschap voor 2018/2019, een OLAT-wandelshirt en cap, en natuurlijk een mooie bos bloemen overhandigd, in aanwezigheid van de plaatselijke pers.

Inmiddels zijn we Trudy al tegengekomen bij de Rooise Wandelingen en de OLAT Wandeldagen. Ongetwijfeld volgen er nog vele andere tochten.



CORRECTIE

Aan het einde van het artikel '90 jaar RWV' in het juli/augustusnummer van OLATNieuws is een fout geslopen. Het lijkt alsof er vier auteurs van het artikel zijn.

Er had het volgende moeten staan:

Aan deze jubileumtocht deed ook een aantal OLAT-leden mee: Hannie, Anita, Bert, Michiel en Mike. Ze krijgen geen punten, maar zijn beslist een mooie ervaring rijker.

-Redactie-



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 Marcel Noordman Oirschot
 16 Jeanne Timmermans Middelbeers
 16 Lilian Verhoeven-Jansen Oss
 18 Geert Hendriks Sint-Oedenrode
 19 Thea Baselmans Sint-Oedenrode
 19 Frans Claessens Weert
 19 Peter van de Ven Oirschot
 19 Gerrie Verstappen Someren
 20 Anny van Asseldonk-v/d 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-v.d. Ven Eindhoven
 24 Hans Kok 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 Wim van Happen Soerendonk
 27 Johan van de 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
 28 Nellie Ruijs Veghel
 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 Nuene
 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 Rosmalen
 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 Den Helder
 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 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. Maria Brands, Eindhoven
 Mevr. Jacqueline van Drongelen, Puttershoek
 Dhr. Patrick van Keulen, Geldermalsen
 Dhr. Michael de Keizer, Meteren
 Dhr. Peter van Zutven, Volkel
 Dhr. Kees Bierbooms, Helmond
 Mevr. Sjan Adam, Heeswijk-Dinther
 Dhr. Jos Kuijer, Gendt
 Dhr. Willy Rosmulder, Gendt
 Mevr. Marian Schreuder, Reek
 Dhr. Eric Crombaghd, Son
 Dhr./Mevr. Theo en Liesbeth Vermeulen, Veldhoven
 Mevr. Ellen Wilgenhof, Eindhoven
 Dhr. Rene Vervoort, Sint-Oedenrode
 Mevr. Ernie Kanters, Vorstenbosch
 Mevr. Elly Minten, Vorstenbosch
 Mevr. Mieke Beekmans-v/d Elzen, Boekel*

OVERLEDEN

*Dhr. Mario v/d Kruis, Heeze
 Mevr. Maria Sleuwen-vd Tillaer, Boekel*



OLAT WANDELDAGEN

1.535 wandelaars liepen begin augustus bijna 34.000 km door tropisch Brabant. Door de extreme hitte waren er minder deelnemers, koos men veelal voor een kortere afstand en startte men vaak vroeg. De meeste wandelaars waren goed voorbereid op de hitte en hadden genoeg drinken mee. Ook de rustposten waren voorzien van voldoende drinken. Degenen die wandelden, men kwam vanuit heel Nederland en België, hebben genoten van de prachtige omgeving en mooie routes.

NACHT VAN OLAT

Het aantal deelnemers deed niet onder voor eerdere jaren: 130. Het was vooral 's-nachts beter te harden met deze temperaturen. Het aantal uitvallers was dit jaar echter hoger, vooral door de laatste kilometers in de hitte overdag.

Er zijn 45 deelnemers gestart op de 110 km, waarvan er 41 (91%) zijn gefinisht. En 85 deelnemers zijn gestart op de 80 km, waarvan er 73 (86%) zijn gefinisht.

OVERNACHTING VIERDAAGSE NIJMEGEN

We mochten dit jaar 217 gasten verwelkomen, waarvan de helft HP en de andere helft LO had geboekt. We verhuurden dit jaar voor het eerst bedden en daarvan maakten 69 personen gebruik. De verwachting is dat dit komend jaar meer zal worden. Over de catering was men zeer te spreken en de vervoersservice op vrijdag werd op prijs gesteld.

VRIJWILLIGERSDAG

De vrijwilligersdag wordt dit jaar gehouden op zaterdag 22 september in Sint-Oedenrode. De vrijwilligers hebben hiervoor inmiddels per e-mail of post een uitnodiging ontvangen. Mocht u vrijwilliger zijn geweest tussen september vorig jaar en nu, maar geen uitnodiging hebben ontvangen, dan spijt ons dit zeer. U kunt zich dan alsnog melden bij de coördinator van de betreffende activiteit waar u vrijwilliger was of bij onze secretaris via secretaris@olat.nl of 06-53749249.

HERDENKINGSTOCHT 75 JAAR OPERATIE MARKET GARDEN

In 2019 is het 75 jaar geleden dat het zuiden van Nederland werd bevrijd in het kader van operatie Market Garden. OLAT wil in dit kader een herdenkingstocht organiseren gedurende 3 weekenden (vr-za-zo) in september/oktober 2019. In deze 3 weekenden wordt het hele OLAT-Airbornepad Market Garden bewandeld in dagelijkse stukken van ongeveer 25 km. Nadere bijzonderheden volgen.

BESTUUR KWBN

Per 1 januari krijgt het bestuur van KWBN een nieuw bestuursmodel. De huidige regiobesturen komen te vervallen. De huldiging van Vierdaagse-wandelaars door KWBN regio Brabant-Zeeland zal dit jaar doorgang vinden, maar of dit de komende jaren ook het geval zal zijn is nog niet duidelijk.

GROTE CLUBACTIE

OLAT heeft €300,- gewonnen als prijs in de Kickstart-actie 2018 van de Grote Clubactie. Het bestuur van OLAT is hiermee heel blij. Hiermee kan zij extra leuke dingen doen voor de vele vrijwilligers op de komende vrijwilligersdag in september. Dit bedrag is extra naast de te verwachten opbrengst uit de lotenverkoop die in september van start gaat.

DIEFSTAL

Ook OLAT is niet ontkomen aan criminaliteit. Tijdens de voorbereidingen van de overnachting in Ganzenheuvel in Nijmegen is de kas van onze penningmeester op onverklaarbare wijze ontvreemd. De club lijdt hierdoor een financieel verlies van €206,50.

SCANNEN EN OLAT RELATIEKAARTEN

Tijdens de OLAT Wandeldagen is er volop gescand. De OLAT-leden konden inschrijven op vertoon van hun ledenpas. De overige wandelaars moesten eerst een aanvraag voor een OLAT-relatiekaart invullen. Zij ontvangen voor aanvang van de eerste winterserie in oktober onze OLAT-relatiekaart, zodat ook zij op vertoon van deze kaart rechtstreeks naar de inschrijftafel kunnen gaan, zonder eerst een formulier in te vullen. Het was even wennen voor de dames achter de inschrijftafel, maar op enkele kleine foutjes na werkte het programma voortreffelijk. Met dank aan onze programmeur Otto.

VERKIEZING SPORTVERENIGING VAN HET JAAR

Op maandag 20 augustus hebben onze voorzitter en penningmeester de jury ontvangen die beoordeelt welke provincie-winnaar sportvereniging van het jaar wordt van geheel Nederland. In de week van 10 september wordt de top-3 bekendgemaakt en in de week daarop wordt er een verrassingsbezoek gebracht aan de uiteindelijke winnaar.



Beachvolleyballer Alexander Brouwer was in Sint-Oedenrode voor een interview met provinciewinnaar w.s.v. OLAT. Wordt OLAT straks ook landelijk Vereniging van het Jaar?

Wij stellen aan u voor



We kennen natuurlijk allemaal de fantastisch ogende OLAT-verzorgingsposten, voorzien van vriendelijke vrijwilligers, die de veeleisende wandelaar van alles kunnen bieden: vergezette koffie, thee, bouillon, chocolademelk, soep en een lekkere boterham, in de zomer tijdens de Vierdaagse karnemelk, tijdens de OLAT Wandeldagen een stuk vla! Heerlijke zitplaatsen op de vele banken. Geweldig toch? Maar voor het zover is, zijn er andere mensen in touw om dit allemaal te kunnen verwezenlijken.

Dat zijn **Toon Kanters** en **Jo Willems**.

Zij zorgen ervoor dat alles netjes schoon en op tijd aanwezig is, tenten opgebouwd, aggregaat op zijn plaats, water aan

de kook, banken klaar, etc. Daar komt heel wat bij kijken.

Om te beginnen hebben ze het huidige magazijn, de opslagloods van OLAT, perfect opgebouwd, alles heeft er een vaste plaats, er zijn lijsten van wat in iedere krat zit, b.v. de koffiepost of de soeppost, alles gaat in vaste volgorde.

Jo en Toon zijn mannen van hetzelfde kaliber: ze houden van orde en netheid en vooral van perfectie, ze vinden een goede voorbereiding heel belangrijk.

Natuurlijk houden ze van een geintje, maar eerst het werk, dat moet goed zijn en ze streven er ook naar het iedere keer nog beter te doen. Dus altijd worden de materialen gecontroleerd, is alles schoon en in goede staat. Ze brengen heel wat vrije uurtjes door in de loods om te zorgen dat alles goed is en onderhouden blijft.

Voor er een evenement plaatsvindt nemen ze alvast een kijkje waar de rustpost komt te staan. Is het toegankelijk voor de vrachtauto, komen we niet voor verrassingen te staan?

In de loods zelf worden een dag van tevoren een groot aantal (45 stuks!!) waterkannen gevuld (à 10 ltr.). Bij te verwachten stormachtig weer nemen ze ook enkele 20 ltr. kannen mee, om aan de tent te hangen. Dit om te voorkomen dat deze de lucht in zou vliegen. Kunt u zich voorstellen hoeveel gewicht er door de handen van deze stoere, sterke mannen gaat??

Op de dag zelf zijn ze al zeer vroeg aanwezig. Als het inschrijfbureau gaat opstarten en de eerste wandelaars binnendruppelen, zijn zij ergens in het bos al bezig met de opbouw.

Allereerst vuur maken, om het water aan de kook te krijgen voor de koffie, thee, etc. Dat doen ze wel met de nodige voorzichtigheid, want veiligheid vóór alles!

Daarna de tenten opbouwen. Het is tegenwoordig gelukkig heel wat gemakkelijker met de nieuwe z.g. "pop-up" tenten. Als dan ook de benodigde banken zijn uitgeladen en de post in grote lijnen klaar is, kan de bezetting van start gaan en vertrekken zij snel naar de volgende post. Immers tijdens de Winterserie heeft OLAT 3 verzorgingsposten. Weer gaat het team dan als een goed geoliede machine voortvarend aan de slag.

Als alles klaar is, bestaat de kans dat ze bij de ene of de andere post iets moeten aanvullen, je weet nooit precies, hoeveel wandelaars er komen en op welke tijd.

Naast de Winterserie (6 stuks) zijn de heren ook op andere evenementen actief.

Zoals b.v. tijdens de Vierdaagse van Nijmegen. In de sporthal onder de Sint-Stevenskerk, de "Ganzenheuvel" genoemd, biedt OLAT slaapplek aan zo'n 300 mensen in de sporthal en klaslokalen. Jo Willems is hierbij de vertegenwoordiger van OLAT in de functie van toezichthouder. Voordat de lopers



arriveren kunnen ze, sinds 2018, kiezen voor het huren van een bed voorzien van matras, hoofdkussens, laken en deken. Om dit alles in goede banen te leiden is Jo van tevoren flink bezig om dit allemaal netjes klaar te zetten.

Hij houdt verder ook een stevig oogje in het zeil opdat alles volgens de regels verloopt (dat is hem wel toevertrouwd).

Tijdens de verzorging op de Vierdaagse zelf, is een team van ca. 14 vrijwilligers dagelijks in touw voor de wandelaars.

Toon Kanters verzorgt hierbij de planning en de inkoop en verder dat de materialen en dranken etc. aanwezig zijn.

Het zijn lange en drukke dagen voor alle vrijwilligers.

Wat ik me dan ook afvraag: "Wat is het geheim van jullie krachtige uitstraling en energie?"

Bescheiden als ze zijn glimlachen Jo en Toon wat. "Gewoon doorgaan. We vinden het leuk om te doen, we doen het voor OLAT, want dat voelt als de OLAT-familie. We vinden het natuurlijk fijn als er veel deelnemers komen. Mooi is het om via de mensen van de verzorgingspost en andere kanalen complimenten te ontvangen over OLAT in het algemeen en de verzorging in het bijzonder."

Deze twee mannen zijn altijd de eersten op de post en de laatsten die weer alles opruimen en volgens systeem inpakken en nauwkeurig op de plaats terug zetten. Dat levert ook nog op de maandag na het evenement het nodige werk.

Toch zien ze nog kans om zo af en toe zelf ook een wandeling te maken, want daar is het allemaal mee begonnen.

Ik besluit met deze twee topfite zeventigers met zoveel positieve uitstraling te bedanken voor hun bijdrage aan dit interview en speciaal voor hun inzet voor OLAT.

Het ga jullie goed en we hopen op de eerste plaats dat jullie er zelf plezier in blijven hebben en verder dat OLAT nog lang op jullie inzet mag rekenen.

-Lies Wesseling-



3-4-5 augustus

OLAT Wandeldagen

Na een zeer geslaagde 16-daagse rondreis door Griekenland kwam ik woensdag 1 augustus weer thuis. Op vakantie had ik al besloten dat ik in het weekend alle dagen wilde gaan wandelen. Dus zat er niets anders op dan op donderdag thuis wat te doen, zodat ik het weekend gewoon weg kon gaan.



Vrijdag 3 augustus

Rond 8.30 uur begon ik aan de 1e wandeldag; de route zou vandaag richting Son en Breugel gaan.

Bij de startlocatie kwam ik in gesprek met Mariet Ahlers. We startten zowat gelijktijdig, waardoor we het idee hadden opgepakt om in het begin samen aan de wandel te gaan.

Direct bij de start liepen we al de natuur in en nee, niet het Vresselse Bos maar door het groen langs de Dommel, over het talud van de A50, om daarna de koffiëpost in het vizier te krijgen.

Na een heerlijk bekertje karnemelk gingen wij ieder onze eigen richting op, ik liep immers een andere afstand dan Mariet, namelijk de 25 km.

Via de Sonse Bossen en langs het Oud Meer en nog meer bossen kwam ik uiteindelijk bij het Wilhelminakanaal uit om zo naar Café de Zwaan in Son en Breugel te lopen voor de caférust. Daar heerlijk genoten van een stuk nougatine-ijstaart; wat was die toch lekker hé Lineke!

Na deze welverdiende rust, het was toch wel behoorlijk warm zo onder de zon, weer op pad. Weer richting het Wilhelminakanaal, dit overgestoken om vervolgens richting buurschap Bokt te lopen. Via het schitterende Dommeldal uitgekomen bij de brug bij de Oude Toren van Nederwetten en niet veel later was daar weer een wagenrust.

Na wat te hebben gedronken en mijn boterhammen te hebben genuttigd weer op pad voor het laatste deel van deze schitterende route, nu o.a. door het natuurgebiedje Heerendonk en buurtschapje Stad van Gerwen.

Na de brug over het Wilhelminakanaal was daar de soeppost. Vervolgens via een stukje van een boomkwekerij weer aangekomen bij het startadres, de Vresselse Hut.

Zaterdag 4 augustus

De route voor deze dag ging richting Olland. Omdat ik me op vrijdag al had aangemeld voor 3 dagen hoefde ik nu niet langs "start", maar kon ik direct de routebeschrijving ophalen om vervolgens aan de wandel te gaan.

Via de Leemputten naar het mooie natuurgebied Diependaal, over het Gerard van den Berkpad naar de andere kant van dit gebied, om vervolgens over te steken richting Kasteel Henkenshage alwaar de wagenrust was. Hierna via de Emmausstraat richting het centrum van Sint-Oedenrode gewandeld. Na de Hoge Vonder-brug over de Dommel via een overstapje het weiland ingegaan om zo langs een afgesneden Dommelarm richting Olland te lopen. Maar daar kwamen we niet, net voor Olland boog de route af om weer richting Sint-Oedenrode te gaan om aldaar op het terras van Café de Gouden Leeuw op de Markt te genieten van de caférust.

Na deze korte pauze ben ik samen met Bram, een WoD-wandelaar, verder gegaan, er zouden namelijk op onze routes géén splitsingen meer komen. Direct volgde er een mooi stuk Dommel met draaiportjes en een paar voetgangersbruggen.

Na een oversteek over privéterrein van een boer liepen we via de Dommelbeemden langs een nieuwe uitkijktoren (moet voor het uitzicht nog een keer terug) om vervolgens bij de soeppost uit te komen. Hier kwamen, zoals gewoonlijk, alle afstanden bij elkaar en dus ook de wandelaars van de 80 en 110 km. Sommigen zagen er nog fris en fruitig uit en anderen hadden het er maar zwaar mee. Ik heb niets dan lof voor deze wandelaars: zo'n lange

afstand lopen en dat ook nog eens met zulk warm weer.

Via een ander stuk Vresselse Bos uiteindelijk weer bij de Vresselse Hut aangekomen.

Zondag 5 augustus

En zo kondigde zich de laatste van de 3 wandeldagen al weer aan. Nu weer een andere richting op, namelijk richting Eerde. Na ontvangst van de routebeschrijving met Mariet op pad gegaan.

Ondanks dat ik me had aangemeld voor de 25 km besloot ik vandaag om de 20 km te lopen, omdat er ook een Oogstfeest bij Hoeve Strobol was wat ik graag wilde zien.

In het Vresselse Bos passeerden we de achterzijde van de Oude Putten waar zich Schotse hooglanders bevinden; helaas deze niet gezien. Langs de Antoniuskapel richting de wagenrust vóór het viaduct met de A50.

Na deze rust gingen Mariet en ik al snel onze eigen richting uit (dat krijg je nu eenmaal als je andere afstanden loopt). Na veel groen doemde in de verte een tientallen meters hoge heuvel op (ja, ook Brabant heeft hoge heuvels), daar was de Vlagheide. De route ging hier overheen, dus dat was klimmen geblazen en dat onder de nog steeds goed aanwezige zon. Het weidse uitzicht was geweldig. Eenmaal weer beneden liepen we over het voormalige vliegveld van Schijndel.

Hoewel ik vandaag de 20 km-route zou lopen, wilde ik toch de Eerdse Molen en het naastgelegen oorlogsmonument

van dichtbij bekijken, dus dan er maar een extra lus lopen om dit te kunnen doen.

Na de caférust bij camping Het Goede Leven weer op pad. Tja, daar was weer een dilemma. De 20 km-route ging rechtdoor, de grotere afstanden gingen nogmaals de Vlagheide op, dus toch maar even naar boven gewandeld om nogmaals te genieten van het schitterende uitzicht (ik was hier overigens nog nooit geweest). Vervolgens via een stukje privéterrein, de thee- en pluktuin Miss Hyacinth, weer op pad. Hebben jullie daar ook de pasgeboren biggetjes gezien? Via het buurtschap Heikampen het viaduct met de A50 weer over, richting de Dommelbeemden, om via een veldweggetje naar de Martinuskapel te gaan, waar de soeppost was.

Nu nog maar een paar kilometers in het vooruitzicht door natuureservaat de Moerkuilen in de richting van het Vresselse Bos alwaar Hoeve Strobol is gelegen. Daar was op dat moment een Oogstfeest gaande, wat erg interessant was om te zien. Bij de bakker, die vers brood aan het bakken was in een takkenbosoven, nog een lekker broodje gekocht.

Via een zandrug, het mooie vennengebied de Hazenputten en een stukje mountainbikepad weer aangekomen bij de Vresselse Hut.

Daar heb ik eerst maar mijn stempelboekje af laten stempelen (dit jaar, met deze 3 wandelingen erbij, al 970 km gewandeld) om daarna te genieten van een heerlijk glas fris.

Via deze weg wil ik de routebouwers en alle vrijwilligers bij de rustposten bedanken voor hun geweldige inzet.

-Ankie van Boxtel-



Eindelijk

De eerste keer Nijmegen!

Ik, Fleur Hamelink (12 jaar) uit Best wilde de Vierdaagse in Nijmegen al heel lang lopen. Ik heb daarom ook een brief naar de marsleider geschreven bij de 100ste editie. Ik had de brief heel netjes geschreven, maar het antwoord bleef nee. Jammer, ik kon het proberen. Afgelopen Vierdaagse mocht ik wel: het jaar dat ik 12 werd.

Ik heb me daarom ook gelijk ingeschreven. Toen ik ingeschreven was, kreeg ik ook nog een mail of ik in een speciaal team wilde: het V-team. V staat voor vrede, vriendschap en vrijheid. Met dat team heb ik ook verschillende dingen gedaan zoals naar Burgers Zoo, op kamp geweest en natuurlijk de Vierdaagse gelopen.

Ik moest me een dag van te voren melden om alvast een tasje met allerlei spulletjes in ontvangst te nemen. Op die dag kwam ook Piet Paulusma langs voor het weerbericht, ook zijn we op de radio geweest met Harm Edens.

De dag erna begon de Vierdaagse pas echt. Ik meldde me netjes dinsdagochtend bij de V-team tent, we gingen gelijk van start. Toen kwamen we ook langs de OLAT-tent en heb ik snel hallo gezegd. Ik had niet veel tijd om te stoppen, want de rest van de groep liep door. We hebben heel veel plezier ge-

had die dag, het enige dat mij opviel was dat er nog best weinig mensen langs de kant stonden. De volgende dag was dat niet meer zo, er stonden meer mensen. En weer kwam ik langs de OLAT-tent; toen ben ik wel even rustig gestopt. Daar heb ik een praatje gemaakt, heb wat gedronken en ben weer verder gelopen samen met mijn wandelmaatje Tijn. Elke ochtend heb ik mij gemeld bij de V-team tent en elke middag heb ik afgevinkt dat ik de dag had gehaald. De derde dag liep ik opeens met 3 andere kinderen Tijn, Malcolm en Meagen. We hebben de vierde dag ook met z'n vieren gelopen; dat was heel gezellig. De derde dag was de langste dag voor mijn gevoel, maar toen ik de OLAT-tent zag was ik heel blij dat ik even tot rust kon komen en weer even praten en wat drinken. De vierde en laatste dag was toch wel het leukst: alle mensen langs de kant, zo nu en dan wat drinken en de gezelligheid met je vrienden.



En zo heb ik de Nijmeegse Vierdaagse overleefd.

-Fleur Hamelink-



Elfde keer Nijmegen!

Ons lid **Henk van der Sanden** uit Almere heeft de 4Daagse van Nijmegen dit jaar op een bijzondere manier voltooid, nu voor de 11e keer.

Op zijn website doet hij hiervan verslag, geïllustreerd met vele foto's.

<http://www.heopa.nl/archives/category/4-daagse-tochten-nijmegen/>

Nog meer Nijmegen

Om nog meer te proeven van de sfeer tijdens de Nijmeegse Vierdaagse, o.a. bij de Verzorgingspost van OLAT die natuurlijk weer iedere dag present was, kijkt u op de OLAT-website www.olat.nl bij Nieuws/Fotoverslagen of rechtstreeks op

<https://www.flickr.com/photos/140392054@N04/albums/72157699684425285>



LPS: CLUBKAMPIOENSCHAP / AGENDA

STAND CLUBKAMPIOENSCHAP PER 5 AUGUSTUS 2018

1	1	Hanny Klumpkens	8008	17	V
2		Adrie Ros	7438	14	M
3	2	Anita Pepers	6960	16	V
4		Jan Dinnissen	6445	14	M
5		Maik Eijdemans	5836	14	M
6		Rob van Stuivenberg	5114	11	M
7	3	Marleen Ramakers	4930	13	V
8		Marcel van Tulden	4874	10	M
9		Hans van Heeswijk	4650	11	M
10	4	Agnes Sijtsma	4360	11	V
11	5	Petra Rommers	4260	10	V
12		Adriaan van den Dool	4210	11	M
13		Arie Kandelaars	3818	8	M
14		Johan Rommers	3650	9	M
15		Jan Willem Vogels	3107	6	M
16		Paul Jansen	3067	5	M
17		Frank Marchand	3000	7	M
18		Bert Timmermans	2900	8	M
19		Roel van der Wijst	2770	7	M
20		Mart Douven	2460	7	M
21		Mike Bertrand	2440	7	M
22		Rino Hamelink	2430	6	M
23		Marc Spierings	2410	6	M
24		Remy van den Brand	2402	4	M
25		Peter van den Brink	2273	5	M
26		Jan Sinot	2180	6	M
27		John van Loenhout	2050	5	M
28		Servee Derks	1906	3	M
29		Ad Bijnen	1811	4	M
30		Gerrit Arfman	1800	5	M
31	6	Miranda Slegers	1740	5	V
32	7	Rina Prins-Bourgonje	1690	5	V
33		Erik Lambrechts	1628	4	M
34		Ton de Jong	1557	4	M
35		Rick Liesting	1505	3	M
36		Adri van der Graaff	1330	3	M
36		Jan Swinkels	1330	3	M
38		Jack Bertrums	1300	3	M
39		Bart Lutke Schipholt	1162	2	M

40		Abraham de Graaf	1080	3	M
40	8	Nicole Nacken	1080	3	V
40		Jelte van der Zee	1080	3	M
43		Wim van Cappelle	1000	2	M
44		Rudolf van Rooij	970	3	M
45		Theo Martens	910	2	M
46		Frits Mennen	862	2	M
47		Boetje Huliselan	860	2	M
48		David Janssen	850	3	M
48		Erik Kroon	850	3	M
50		Jan Vogelsangs	772	2	M
51		Dirk Donders	720	2	M
51		Ferdinand van Keeken	720	2	M
51		Richard Klein Bennink	720	2	M
51		Adrie Thijssen	720	2	M
51		Rini Welten	720	2	M
56	9	Rinda Scheltens	710	2	V
57		Marco van Heel	610	1	M
58		Paul Canters	572	1	M
59		Hugo Prinsen	500	1	M
59	10	Connie Raijmakers	500	1	V
61		Noud van Eck	465	1	V
62	11	Tiny van Alphen	360	1	V
62		Vincent Beckers	360	1	M
62		Jan van Boerdonk	360	1	M
62		Hans Cuper	360	1	M
62	12	Caroline Dinnissen-Vernie	360	1	V
62		Fred Fisser	360	1	M
62		Henri Floor	360	1	M
62	12	Anneriet Janssen	360	1	V
62	12	Clazien Koopman vd Zande	360	1	V
62		Henk van der Sanden	360	1	M
62	12	Marij Smeets	360	1	V
73		Ad van Erve	350	1	M
73		Gerrit van Haandel	350	1	M
75		Erik Dikken	300	1	M
75	16	Gemma van Elk	300	1	V
75		Co Tops	300	1	M

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
1-sep	Amsterdam-Vleuten-Tilburg	Hart van Brabant w.s.v.	125-80 km	15.00/22.00	600-360	
1-sep	Vijfhuizen	Kennedymars Vijfhuizen	80 km	22.00	360	
8-sep	Waalwijk	De 80 vd Langstraat	80 km	20.00	360 schema 13 uur	
14-sep	Zeewolde	Z tot Z tocht	110-82,5 km	19.00/23.00	500-360	
15-sep	Nijmegen-Rotterdam	RWV	160 km	11.00	740	
21-sep	Haaksbergen	Kennedymars	80 km	22.00	360	
23-sep	Den Haag	Vredesmarathon	60 km	5:00	250	
28-sep	Leerdam	80 van de Glasstad	80 km	21.00	360	
7-okt	Tilburg, prestatietocht	HvB - RWV	De 6 uur v Tilb	11.00	schema	
	Tilburg, prestatie/wedstrijd	HvB - RWV	50 km	11.00	schema	
	Ned kampioenschap snelwandelen & prestatietochten		20 km	13.00	schema	
	50 km heren en 10 km dames		10-5-3-1 km	14.00	schema	
13-okt	Berg en Dal	SV De LAT, Herfstdagtocht	60 km	07.30	250 + 100 punten extra	

Wandeltrainingsweekend 2019

Begin 2019 organiseert OLAT voor de 28e maal haar trainingsweekend. Er is weer gekozen voor de vertrouwde locatie, de kampeerboerderij 't Caves in de prachtige omgeving van Wintelre (nabij Eindhoven).

De trainingen zijn geschikt voor iedere wandelaar: van jong tot oud en van recreatie- tot prestatie- en snelwandelaar. Als minimumeis hanteren we wel de regel dat een tempo van 6,5 km per uur makkelijk gewandeld kan worden.

Aandacht wordt o.a. besteed aan het verbeteren van techniek en houding tijdens het wandelen. Naast de gezamenlijke onderdelen, waarbij voornamelijk 'warming-up' en 'coördinatie' centraal staan, wordt er iedere dag in verschillende groepen gewerkt aan diverse facetten van het wandelen, afhankelijk van de samenstelling van de groepen. Iedere groep staat onder leiding van een eigen trainer/begeleider, zodat er voldoende aandacht is voor elke deelnemer.

Inschrijven is mogelijk vanaf maandag 3 september 2018. Het aantal inschrijvingen is aan een maximum gebonden, dus schrijf op tijd in.

Deelname is mogelijk voor het hele weekend, maar ook voor een gedeelte daarvan.

Aangemelde deelnemers ontvangen enkele weken vooraf nadere informatie over de locatie, het programma en een routebeschrijving. We trachten om zo snel mogelijk een bevestiging van uw inschrijving te doen, zodat u weet dat deze goed is aangekomen.

DATUM: vrijdag 11 t/m zondag 13 januari 2019
aankomst op vrijdag vanaf 17.00 uur
vertrek op zondag ca. 16.00 uur

LOCATIE: 't Caves, Veneind 5, 5513 NE Wintelre
telefoon 040-2051805

KOSTEN: personen vanaf 18 jaar: €62,50
personen tot 18 jaar: €42,50
korting OLAT-leden € €2,50
prijzen voor een losse dag: op aanvraag

Bij de kosten zijn maaltijden, drinken etc. inbegrepen.

INSCHRIJVING:

Inschrijving kan geschieden door het inschrijfformulier te downloaden op www.olat.nl en dit te zenden naar trainingsweekend@olat.nl

Daarnaast dient het inschrijfgeld te worden overgemaakt op bankrekening NL34 RABO 0138 2117 36

t.n.v. OLAT Sint-Oedenrode

onder vermelding van "Trainingsweekend 2019".

Bij annulering door een deelnemer wordt het volledige inschrijfgeld gerestitueerd, verminderd met €5,- (voor 1 januari) en €7,50 (na 1 januari) aan organisatiekosten.

INLICHTINGEN:

Rick Liesting - tel. 06-28172810 of

Ronnie Timmermans - tel. 06-40243288

e-mail: trainingsweekend@olat.nl



3/4 augustus

Nacht van OLAT (80 km)



Vanavond was het tijd voor de Nacht van OLAT. Na de vele warme dagen beloofde het een warme nacht te worden. Op tijd vertrokken we richting Nijnsel en rond 21.30 uur waren we bij de Vresselse Hut. Het was al best druk en nadat we ons gemeld hadden bij de inschrijftafel en de papieren en tassenlabels hadden meegekregen, gingen we heerlijk buiten op het terras zitten, waar ook andere bekende wandelaars bij kwamen zitten en werd het een gezellige boel. Tegen 23.00 uur onze tassen voor transport in de wagen gezet en onze reflecterende OLAT-jubileum hesjes aangedaan. Na een woordje en een huldiging van de marsleider konden we beginnen aan de nachtlus van 55 km.

Het voelde lekker fris aan, maar na een paar kilometers gelopen te hebben, was het al weer warm. Via de Vresselse weg gingen we richting Son en Breugel. Bij de eerste afslag naar links liepen we terug richting het Vresselse Bos, waar we over een asfaltweg doorheen liepen om daarna langs de rand van het bos verder te wandelen. Ondertussen hadden we een leuk en gezellig groepje gevormd met een aantal wandelaars, waarmee we de nacht met volop gekigheid wel weer door zouden komen. Na ruim 7 km kwamen we bij de eerste wagenrust vlakbij het plaatsje Everse. We werden al meteen verwend met een bakje soep, brood, stukjes komkommer, kaas en worst. Ook konden we er fris drinken krijgen en een flesje water of je kon je bidon daarmee vullen. Er was hier een mobiel toilet aan-

Petra en Johan hebben zich samen opgemaakt voor de Nacht van OLAT.

Voor Johan verliep de tocht toch anders dan hij had gehoopt. Hij moest in verband met een knieblesure de tocht voortijdig afbreken. Ook voor Petra was dit even slikken: het zou hun 54ste Kennedymars zijn die ze samen zouden lopen. Maar helaas, bij de 2e wagenrust scheidde hun wegen; Petra ging alleen verder. Na de tocht kreeg alleen zij een oorkonde en stempel in haar wandelboekje. Nu staan ze niet meer gelijk met het aantal gelopen Kennedymarsen. Hopelijk lukt het Johan de volgende wel.

wezig, waar een wandelaar heel blij mee is. Ons buikje gevuld en door in de tocht wel donkere nacht. Helaas begon Johan klachten te krijgen aan zijn knie en zei dat hij de tocht zou moeten staken om zijn knie niet kapot te lopen. Dit komt toch wel even rauw op je dak. Na samen 53 Kennedymarsen gelopen te hebben zou dit er nu een worden die ik alleen verder zou lopen. In een rustig tempo liepen we nu met drie wandelaars samen en lieten de groep even voor wat het was. Johan mocht nu niks forceren en bij de volgende rustpost zou hij ons verlaten. We gingen de snelweg over bij het plaatsje Everse, waar we daarna doorheen kwamen. Zo legden we samen nog 7 km af tot de volgende rust en konden we dit besluit van Johan om te stoppen nog even goed bespreken. We kwamen tot de conclusie dat dit het beste was, zeker met de Heuvelland Vierdaagse en de vakantie in zicht. Aangekomen bij de volgende wagenrust vlakbij Olland kreeg ons groepje pas in de gaten wat er aan de hand was. Samen hebben we nog genoten van de goede verzorging



bij deze rustpost, waarna ik met ons leuke wandelclubje verder liep met een toch wel vreemd gevoel. Johan was er niet meer bij. Hij was in goede handen

en kon met de organisatie van de verzorging mee op de route. Toch moet je er dan zelf nog een leuke wandeling van maken en dat komt zeker goed met zulke leuke medewandelaars.



Via het Morgenstraatje wandelden we nu richting Liempde. We zagen niet veel van de mooie route door de toch wel donkere nacht. Iedere wandelaar die we passeerden, werd begroet met 'hallo'. Omdat we niet allemaal hallo of goedemorgen hoefden te zeggen, zei iemand voortaan 'hallo' namens de hele groep; later werd ook nog 'een prettige wandeling' namens de groep gewenst. Daar konden de wandelaars die we inhaalden wel om lachen en zo hadden we veel plezier tijdens deze nacht. Ook waren we de lucht aan het bewonderen met de sterren en een kleine maan in beeld en een andere vlek aan de hemel, waarover we een hele discussie kregen over Venus en Mars. In de verte zag iemand een helder licht en zei: dat lijkt wel Mars (de vorm van een Mars, haha); het was natuurlijk gewoon een lantaarnpaal. Het viaduct bij de snelweg A2 over en zo kwamen we bij de volgende wagenrust met een mobiel toilet, waar we weer blij mee waren. Even wat gegeten en gedronken om zo op weg te kunnen gaan naar een caférust.

We gingen door een tunneltje en ver-

volgden het eerste gedeelte langs het spoor. Met volop gezelligheid en gein liepen we door en bleven nog steeds iedereen groeten als groep. Af en toe loop je ook even met een andere wandelaar met andere gespreksstof. Dan gaat het lopen je iets makkelijker af en lijkt het net of de tijd sneller gaat.

Op een gegeven moment roken we een brandlucht, maar we zagen geen brand. In SpoorDonk was de caférust. De tassen stonden hier voor ons klaar en binnen wachtte Johan op ons. Heerlijk aan het uitrusten en gezellig aan het kletsen met andere wandelaars. Johan haalde voor mij met de ontvangen consumptiebon een lekkere frisse cola. Ik at op mijn gemak mijn eigen meegebracht broodje op. Johan vertelde dat ze om hadden moeten rijden vanwege een boerderijbrand. Dus die brandlucht die wij roken was dan daarvan.

Gelukkig niks uit de tas nodig, dus die kon zo mee terug op transport. Mijn 'persoonlijke' begeleider zorgde er voor dat de tas op de goede plek terecht kwam. Je moet alles positief blijven bekijken! De hesjes konden nog niet uit, maar dat zou niet lang meer duren. Toen we weer een stukkie aan het lopen waren, roken we weer brandlucht en deze keer rook het naar plastic, waarschijnlijk van dezelfde brand. We konden nu gaan genieten van de rode gloed van de zon die langzaam opkwam. Door de bewolking die was ontstaan deze nacht kregen we zulke mooie wolkenpartijen te zien met een rozige of donker rode gloed. Hier kan ik zo van genieten.

Oirschot lag links van ons en passeerden we via de landweggetjes eromheen. Het verschil met vorig jaar in de nacht was dat we nu niet constant de agrarische luchten roken. Af en toe alleen een beetje als we langs een stal liepen. Na 8 km stond er net voor het spoor de volgende wagenrust klaar. Even op een bankje gaan zitten om wat te drinken en te eten. Er was voldoende keus in drinken bij iedere rustpost, zelfs

gekoelde melk of karnemelk. Mijn hesje had ik onderweg al uit gedaan toen het licht was geworden en hoe gek het ook klinkt, het scheelt een stuk in warmte als je het uit hebt. Bij vertrek had een medewandelaar moeite met het uitdoen van zijn hesje. Maar echte wandelaars helpen elkaar en dat was nu heel komisch om te zien.

Nu verder richting Best en bij het bordje Best maakten we het grapje: 'Hier vinden we alles best'. Het spoor onderdoor en daarna bij Best de snelweg A2 terug over naar een fietspad. We zagen een bordje Sint-Oedenrode nog 8 km. Na een aantal kilometers over het fietspad stond de volgende wagenrust al voor ons klaar op 46 km. Hier konden we genieten van een heerlijke vlapflip en ook wat drinken. Het mobiele toilet was hier ook weer aanwezig en zo hadden we alles wat ons hartje begeerde.

Na deze rust nog een klein stukje over het fietspad door Boskant en daarna via de A50 naar de bebouwde kom van Nijnsel. Vrij snel in het buitengebied volgden we een stukje de Dommel. Op deze route kwamen we al de eerste wandelaars tegen van de dagtocht. Dus dat hield in dat wij op de dagroute hier ook weer zouden lopen.



We staken de Dommel over en kwamen zo terug op de Vresselse weg. Dit is altijd een vervelend stuk vanwege de drukte van het verkeer en van dagwandelaars die willen gaan wandelen. Uiteindelijk kwamen we net voor 9.00 uur aan bij de Vresselse Hut en hadden we er 55 km opzitten. Johan maakte een foto bij binnenkomst; hij zat daar heerlijk op het terras.

Binnen werden we verwelkomd met een pastabuffet. Macaroni met een



vegetarische saus of vlees met een spiegeleitje en Amsterdamse uien. Kroepoek en kaas erbij maakte het helemaal af. Johan speelde voor ober en dat deed ie heel goed. Ook maar even vastgelegd. Voordat we bij de Vresselse Hut aankwamen, was mijn maag flink aan het knorren, dus een tweede bordje macaroni ging er nog goed in.

Omdat ik wat last kreeg van doorloopplekken ging ik die eerst goed insmeren met zinkzalf. Uit mijn tas haalde ik alleen even de deodorant en besloot om geen ander shirtje meer aan te doen. Mijn tas werd door Johan later op de juiste plek gezet, dus even geen gesjouw voor mezelf.

Na hier op ons gemak uitgerust te hebben, vertrokken we na 9.00 uur aan de daglus van 25 kilometer. Ons groepje was ondertussen iets verkleind, maar dat maakte voor de gezelligheid niks uit. We vertrokken richting het Vresselse Bos om daar even uit de zon te kunnen lopen. Gelukkig had het allemaal wat langer geduurd voordat de zon ging schijnen i.v.m. de bewolking die eerst nog moest oplossen. Na een tijdje kwamen we terug op de Vresselse weg en staken die over om zo op het gedeelte van de route te komen waar we eerder gelopen hadden.

Weer langs de Dommel op naar de splitsing van de 10 km. Wij wandelden nu de A50 over en gingen aan de andere kant verder langs de snelweg lopen en kort daarna van de weg af langs een sloot over lang afgemaaid gedroogd gras. Vrij lastig om hier doorheen te ploeteren. Dit ging verder langs een veld met bomenaanplant. We bleven nog een tijdje het pad langs de sloot volgen en kwamen zo uiteindelijk in Sint-Oedenrode bij de volgende rust-

post. We hadden bonnetjes gekregen, voor een consumptie en een flesje water. Deze rust stond in het park net voor het kasteel Henkenshage. Even gerust op een picknickbankje en hier werd ik aangesproken door bekende wandelaars uit eigen omgeving. Deze hadden we al gesproken bij vertrek van de Vresselse Hut. Ze genoten van de omgeving, ze hadden hier nog nooit gewandeld. Nu wandelden we langs de rand van het kasteel weg door het droge park. We gingen de Dommelbrug over en gingen vanaf daar een graspad langs de Dommel volgen. Een aantal wandelaars van ons groepje die voorop liepen, waren boven over het fietspad blijven lopen en wij moesten hard roepen om ze 'terug te fluiten'. Ze hadden geluk en konden langs een weilandpoort terug op het weiland komen waar wij liepen. Na nog 2 bruggen verlieten we dit gebied via een draaihekje.

Dit stuk van de route was 11 km naar de volgende rust en dat is vrij lang. Maar gelukkig werden we ongeveer halverwege verwend met een extra rustpost voor de langere afstanden. Hier kregen we meloen waar we lekker voor gingen zitten. Ook een bekertje ISOstar of wat anders werd ons aange-reikt. Het was een gezellige boel met de vrijwilligers en alle wandelaars. Helemaal top! De 35 km-route zou hier weer aansluiten. Nu door naar een caférust in Sint-Oedenrode. De temperatuur was ondertussen aardig opgelopen en de zon stond flink te branden. Mijn benen waren ondertussen al aardig rood en bevekt geworden door warmte-uitslag. Gelukkig had ik er weinig last van.

We wandelden over mooie paadjes dwars door maisvelden. We genoten wel erg van de omgeving en kwamen al



gezellig kletsend met zijn allen bij de caférust op de Markt in Sint-Oedenrode. Hier zaten vele bekende wandelaars op het terras en daar gingen we lekker bijzitten. Het duurde wel even voordat we werden bediend, dus maar wat langer uitrusten. Vanaf hier moesten we nog ongeveer 8 km. Het was nu bijna 13.00 uur, dus onze binnenkomst zou wel later worden dan vorig jaar. Daar draait het uiteindelijk niet om, want met deze weersomstandigheden moet je toch wel even op-letten. Je maag krijgt het ook wat taaier en je eetlust is weg terwijl je toch moet blijven eten.

We wandelden door de bebouwde kom en staken de weg over bij een bushalte om zo via een draaiport langs de Dommel te gaan lopen. Nu konden we de Knoptoren bewonderen van Sint-Oedenrode die we met de OLAT-ledendag beklommen hadden. Aan het einde een weg over om daarna onder de A50 door te gaan. Aan de andere kant kwamen we bij een boerderij uit, waar we over privéterrein liepen om daarna de Dommel terug over te gaan. Dwars door een mooi natuurgebied kwamen we steeds dichterbij de finish. Een medewandelaar gaf kort voor de rust aan even te gaan plassen en even in het gras te gaan liggen; hij zou zo achter ons aankomen. Zelf ben je dan natuurlijk ook al moe en denk je ja die zal zo wel komen. Een kleine kilometer verderop stond de laatste wagenrust voor ons klaar. Hier kon je een bakje soep krijgen, maar daar had ik nu geen zin meer in. Het enige wat ik wilde was suiker. Een andere wandelaar zei tegen mij: dan pak je daar toch een suikerklontje. Dat was geen slecht idee van hem. Iets wat ik normaal niet zou doen. Nog even met een glas cola lekker op een bankje gaan zitten en wetende dat je nog maar 4 km hoeft. We zaten hier al een tijdje en onze medewandelaar kwam maar niet opdagen. Toen dacht ik dan ga ik maar even bellen. Na drie pogingen was hij nog niet wakker te krijgen en vroeg ik aan de organisatie om even naar hem toe te gaan om hem wakker te gaan maken. Zelf zag ik dat

niet meer zitten. Na een tijdje wachten, werd uiteindelijk verteld dat ie in aantocht was. Met drie overgebleven vrouwen van onze groep besloten we verder te lopen, want dit duurde voor ons te lang en we wilden naar de finish om zelf uit te kunnen rusten. Toen we weg wilden gaan, kwam hij er aan en we vertelden hem dat wij vast verder gingen. Hij begreep ons wel en ging daar nog even zitten om wat te drinken. Wij met drieën verder aan de laatste kilometers; we hadden nog een mooi stukje voor de boeg. Veel door de bossen over mooie paadjes. Ook kregen we nog een gezellig praatje met twee andere wandelaars die toch wel een grote bewondering voor ons hadden qua afstand. Dit praatje was heel gezellig en stiekem maakt dat het lopen een stuk aangenamer. De laatste kilometers zijn altijd het zwaarst. En ja hoor, daar kwam de Vresselse Hut terug in beeld. Blij dat we er waren. Johan zat ons al op te wachten en maakte foto's bij binnenkomst.



Het was bijna drie uur toen we ons af-meldden en de oorkonde kregen. Helemaal nu alleen eentje voor mij en een stempeltje in alleen mijn wandelboekje. Nu staan we niet meer gelijk met het aantal gelopen Kennedymarsen. Hopelijk gaat het voor Johan de volgende keer weer wel lukken. Lekker op het terras gaan zitten en gewacht op onze medewandelaar. Het duurde wat langer, maar uiteindelijk konden we nog gezellig samen toasten op de goede afloop.

Ook een foto gemaakt van het resultaat van de mooie benen na een tochtje van OLAT. Deze keer geen modder maar één en al stoffige paden.

-Petra Rommers-

Stempels halen op het Pronkjewailpad



7 april 2018

Appingedam - Woudbloem

Op deze zaterdag heb ik samen met de openingsgroep het gedeelte Appingedam-Woudbloem gewandeld. Dat was heel gezellig, en gemakkelijk. Ik had de app nog niet geactiveerd. Bij elke stempelpost was wel wat te beleven, we kregen van alles aangeboden en er werd het nodige verteld. We wandelden van Appingedam naar Steendam, een pronkjewail aan het water en verder naar 't Roegwold en als eindpunt Woudbloem. De route was een van de mooiste door een prachtig natuurgebied met veel water, over een knuppelpad in 't Roegwold, waarop in het midden ook een stempelpost was. Ook toen was het in 't Hemeltje een gezellige boel.

25 mei 2018

Groningen - Bedum, 15 km

Op 25 mei ging ik voor het eerst alleen op pad. De app zat op mijn mobiel en nu nog de code scannen. Dat deden ze voor mij op het VVV-bureau in Groningen, want ik scande een verkeerde code.... Daarna ging ik op pad, nadat ik op het VVV-bureau mijn eerste stempel had gekregen. Ook had ik een extra accu meegenomen want de gsm staat wel steeds aan. Dat ging prima. Via de app wandelen viel reuze mee en je ziet dan ook meteen wanneer je de verkeerde kant op gaat. Leuke ervaring, met markering ben je vaak al weer te ver doorgelopen en moet je soms wel een kilometer weer terug! Door Groningen ging het niet zo snel, ik moest nog erg wennen en liep dan ook door

Het Pronkjewailpad is een nieuw pad in Groningen en gaat door 55 dorpen en langs ca. 150 stempelposten. Je hoeft niet bij elke stempelpost te stempelen, maar je moet wel in elk dorp minimaal 1 stempel zien te halen.

Ik had mij opgegeven om als voorloper mee te wandelen om het pad voor te lopen, te bekijken en om pronkjewailen op de route te onderzoeken en zodoende eventueel pronkjewailen met de wandelaars te delen.

bij enkele kerken die ik ook had kunnen bezichtigen. Nadat ik de stad had verlaten, wandelde ik heel ontspannen naar Zuidwolde waar ik mijn tweede stempel haalde bij Eetcafé "Moeke Vaatstra". Het was niet open, maar er waren wel mensen aanwezig, dus ik kon stempelelen en even naar het toilet. Verder ging de tocht naar Bedum, mijn eindpunt voor vandaag. Eerst nog even stempelelen bij het VVV-bureau, dat gesloten was, maar de stempel hing buiten. Toen kwam ik bij de bakker terecht en daar dronk ik koffie en kreeg er rozijnenbrood bij. Een echt lekker pronkjewail..... Daarna wandelde ik naar het station om weer met de trein naar huis te gaan.

2 juni 2018

Bedum - Uithuizen, 25 km

Ik vervolgde het pad en dat ging weer prima via de app op de gsm. In Westervijver was mijn eerste stop in het Huiskamercafé. Daar dronk ik koffie met een Groningse lekkernij erbij, een soort rozijnencake, die warm was met gesmolten boter en bruine basterdsuiker, erg lekker én een stempel. Vervolgens wandelde ik naar Middelstum en



daar haalde ik een stempel in de kerk. Verder richting Toornwerd waar ik bij de toren zelf moest stempelen. Bij de molen, de grote Geert, maakte ik een praatje met de eigenaresse, en ook daar een stempel. In Rottum ook en in Zandweer hing de stempel in een vogelhuisje aan de boom. Kinderen zagen mij zoeken en wezen mij op het vogelhuisje en na het stempelen gingen we samen op de foto. In Uithuizen nog een laatste stempel bij Schathoes Menkamaborg en daarna weer het station opzoeken om zo met de trein naar huis te gaan.

16 en 17 juni 2018

Dit keer wandelde ik twee dagen, want het is steeds een heel eind met de trein. Het was goed weer, een beetje bewolkt, maar dat is juist prettig i.v.m. het kijken op mijn gsm. Om tien uur begon ik aan de wandeling. Bij de kerk lag de stempel al klaar in een kastje en kon je op het plankje je stempelkaart neerleggen. Het was een wit plankje, dus ik zag het regenwater niet ... gelijk mijn stempelkaart nat ... Snel wat papieren zakdoekjes er tussen gelegd en zo kon ik de schade nog een beetje beperken. Verder ging het naar Usquert waar ik in een winkeltje "De Snuisterij" terecht kwam met allerlei oude en nieuwe spullen. Daar kon je wel een tijdje doorbrengen om alles te bekijken. Ik kreeg een stempel en wandelde verder door de polder naar 't Zielhoes in Noordpolderzijl. Ik was daar al eens geweest met het Wad- en Wierden pad. Ook nu was het weer druk met toeristen. Aan de andere kant van de dijk tegenover 't Zielhoes ligt het kleinste haventje van Nederland. Ik nam er



koffie en stempelde een stempel op mijn stempelkaart en wandelde weer verder naar Warfum. Ook daar weer uitzien naar de pronkjewailen en stemfels halen. Via Breede, Den Andel, Saaxumhuizen in de Bloemenboerderij de nodige stemfels gehaald. Inmiddels was het al laat in de middag en dus kwam ik na vijf uur in Pieterburen aan. De tijd gaat snel als je alles goed wilt bekijken. Dus in Pieterburen was al veel gesloten! Maar achter het VVV-bureau werd er een feestje gevierd, ik kon dat zien via de ramen die een doorkijk gaven. Dus liep ik achterom en een vriendelijke meneer wilde mij wel even helpen aan een stempel. Want de andere dag was het zondag dus dan was alles nog gesloten. Mijn slaapadres lag aan de route, een bijzonder adres, in een mooi Gronings huis. Met veel kleuren, vooral roze en een mooie ontbijtzaal. Het was bij de koningin van Pieterburen! Dat was de naam van het huis. En...ik sliep in de koninginnenkamer! Ik vervolgde mijn pad naar Molenrij waar ik in eerste instantie de stempel-post voorbij liep, dat merkte ik in Kloos-



terburen. Dus weer terug, één km heen en één km weer terug! Ook in Kruisweg was de stempel-post nog gesloten, ik was er om elf uur en de Coop ging pas om één uur open. Daar heb ik niet op gewacht. In Hornhuizen lag het stempelblok in de kerk en die was open. Ik kon zelfs nog even de toren beklimmen, maar dat heb ik niet gedaan, mijn rugzak was nogal zwaar! Deze kleine dorpjes lagen allemaal dicht bij elkaar en nu moest ik nog ruim tien kilometer naar Lauwersoog door de Marnewaard. Een mooi gebied en lekker rustig wandelen. In Lauwersoog mijn laatste stempel gehaald en daarna met de bus naar Leeuwarden en verder met de trein naar huis. Om acht uur was ik thuis na twee mooie wandeldagen.

Op **21, 22, 23 juni 2018** vervolgde ik mijn pad, en begon in Appingedam. Ik vertrok om half zes met de trein uit Aalten en om half tien was ik aan het wandelen. Het was regenachtig met een zeer harde wind die ik nu voor had. Alle drie de dagen had ik pal de wind voor. De stempel in Appingedam had ik al en ik kwam al snel op de route. Inmiddels was het gaan regenen. In Farmsum bij de molen haalde ik mijn eerste stempel, en ook nog een tweede. Delfzijl ligt er tegenaan en ik wandelde verder door het centrum naar de Rabobank Daar werd ik gastvrij ontvangen en kreeg meteen een stempel, mocht een paar sokken uitzoeken en kreeg ook nog een kop koffie aangeboden (mocht ook gebruikmaken van het toilet). Een echt pronkjewail. Verder ging het langs het MuzeeAquarium en verderop langs Bettingstate, een verzorgingshuis. De route ging verder naar Uitwierde/Biesum en dan naar Holwierde, naar Krewerd. Oosterwijtwerd en dan Leermens, allemaal kleine, leuke dorpjes met mooie pronkjewailen. In Eenum was de kerk dicht, het sleuteladres was ook niet thuis, dus ik mis een stempel! Wel een foto gemaakt en gemaild naar het bureau! In Loppersum haalde ik een stempel bij hotel Spoorzicht en na mijn overnachtingsadres opgezocht te hebben, ging ik daar ook

eten. Ik haalde nog een extra stempel bij de Brasserie Meer. Het was een goed adres om te overnachten en ik ging na het eten meteen naar bed en sliep snel in. Zo was ik uitgerust voor de volgende dag.

Het ontbijt was prima en na het afscheid van het gastgezin vertrok ik voor de volgende etappe. Het was nog steeds buig weer, dus de cape moest ik bij de hand houden. Niet altijd gemakkelijk, je handen zijn wat vochtig en dat is weer lastig met je gsm. Na de molen in Loppersum wandelde ik verder naar Westereynden, daar haalde ik mijn verplichte stempel. Ook bij het museum Helmantel belde ik aan voor een stempel. Mooi museum om later nog eens te bekijken, zoals veel pronkjewailen.

Voorbij Huizinge, ook een stempel-post, werd de lucht alsmaar donkerder! Ik redde het niet tot Middelstum, dus liep ik een nat pak op!! Bij bakker Post kon ik uitrusten en genieten van een kop koffie, weer een beetje opdrogen en natuurlijk weer een stempel. Nog een in de monumentale Hippolytuskerk, waar ik al was geweest. Verder ging de wandeling via Westerwijtwerd naar de kerk in Onderdendam, waar een mooie tentoonstelling was van schilderijen met teksten erop van Inge Zwerver. Je kunt haar vinden op internet en dat is de moeite waard. In Winsum waren meerdere pronkjewailen dus het duurde even voor ik Winsum uit was. De buigheid was afgenomen en zo wandelde ik via Schouwerzijl en Mensingeweer naar Eenrum. Hier ging ik overnachten, ook aan de route, maar eerst nog even langs menig pronkjewail. Het was een lange dag, een fijn adres om te overnachten. Bij het pronkjewail Mostermakerij ging ik een hapje eten.

Al weer de laatste dag, en deze dag was het geheel droog. Ik wandelde naar Wehe de Hoorn waar ik een stempel haalde bij Energiek groepsaccommodatie, ook daar heb ik al eens overnacht, een mooi en goed adres. Toen ik belde zaten ze vol! Bij de fam. Weber, voor mij wel een pronkjewail, kreeg ik een



stempel en kreeg zelfs koffie aangeboden. Hij kende het fenomeen pronkjewail. Hij zag mij bij zijn burens voor de deur staan, een horecabedrijf dat helaas nog gesloten was, dus kreeg ik van hem een stempel. Dat is zo mooi van al die vriendelijke mensen die ik heb ontmoet tijdens het wandelen van dit pad, geweldig vind ik dat. Verder ging het naar Leens, naar DoeZoo, waar ik ook een stempel kreeg. Toen naar Houwerzijl waar in de voormalige kerk een theefabriek annex museum was gevestigd. Ik mocht daar een kijkje nemen en het was een prachtig pronkjewail om later nog eens meer tijd aan te besteden. Nu wandelde ik door naar Zoutkamp. Daar, in de mooie viswinkel waar je ook kon zitten en wat gebruiken, kocht ik koffie en een bakje kibbeling. Natuurlijk kreeg ik er een stempel. Ook in het Visserij-museum ernaast mocht ik even kijken en werd er weer gestempeld. Verder ging de wandeling naar Vierhuizen, een stempel halen in de horeca en tevens een camping. Door de Marnewaard naar Lauwersoog, een prachtige wandeling. Daar haalde ik mijn laatste stempel en kon nog net de bus pakken om naar Leeuwarden te gaan en dan verder met de trein naar huis. Mooie drie dagen ondanks wat buien en een harde wind die ik steeds voor had!

5 juli 2018

Mijn laatste etappe, van Woudbloem

naar Groningen. Vandaag ging ik met mijn eigen auto, dan kon ik wat vroeger beginnen. Ik reed naar Kolham, naar de eerste stempelpost Ecomotion. Ik was er om acht uur en de eigenaar was ook al aanwezig. Maar ik had een probleem: ik kreeg mijn app niet geopend!! Daar ben ik de hele tijd bang voor geweest. Bij andere lange afstandspaden heb je een boekje en de markering, dus altijd wel kans dat je de weg vindt! Nu heb je alleen de app. Op een gegeven moment deed hij het weer en ging ik op pad. Maar na nog geen kilometer was het weer mis. Het begon ook nog te regenen, terwijl de weermannetjes droog weer hadden voorspeld. Ik liep dus weer terug om mijn jas uit de auto te halen. Intussen deed de app het nog steeds niet! Maar ik ging toch op weg. Ik dacht ik zie wel hoe het gaat. Het ging goed. In Scharmer haalde ik mijn stempel in partyboerderij 't Hof van Scharmer en verderop in Harkstede ging ik naar de fietsmaker die een mooie stempel voor mij had. Net voor Meerstad zag ik drie mannen wandelen die ook naar Groningen gingen en ik heb hen gevraagd of ze mij konden helpen om de app weer actief te krijgen. Mijn gsm moest helemaal uit En na een paar minuten weer aan en toen was de route weer zichtbaar. Ik was helemaal blij en zonder problemen kon ik naar Groningen wandelen. Eerst nog een stempel halen in Noorddijk en daar ook even rusten en mijn broodje op eten. Samen met de mannen ben ik toen naar de stad Groningen gewandeld en heb daar de laatste stempel in de grote Martinikerk gehaald. Mooie kerk waar we even mochten kijken. Ook bij de VVV haalde ik nog een stempel en zo had ik het mooie Pronkjewailpad afgerond.

Ik wandelde naar het station en daar kon ik met de bus mee die mij naar Kolham bracht. Toen ik weer aangekomen was in de voormalige boerderij, en nu Ecomotion, werd ik door de vrouw des huizes uitgenodigd voor koffie om even bij te praten over de dag. Ik vertelde hoe mijn dag was geweest en ook zij was bezig met het pad. Ze bood aan om mij naar Woudbloem te rijden, dan kon ik terug lopen en zo mijn auto weer ophalen. Maar ik was te moe. Ik wilde nog graag naar de familie Fluks van 't Hemeltje, dus ging ik zelf met de auto. Nu had ik ook tijd om daar uitgebreid rond te kijken en met de mensen te praten. Zij vinden dat ook geweldig om aandacht te geven aan hun pronkjewail. Deze familie Fluks is al in de tachtig! Er werd koffie geschonken, gepraat en een liedje gezongen dat hij begeleidde op een orgeltje, zo apart en mooi. Ook nog een kijkje in de galerie waar zij haar schilderijen en beschilderde borden heeft hangen, zelfs de tuin was een pronkjewail met al de mooie bloemen die bloeiden. Ik kreeg ook nog een bakje witte bessen mee, een waar pronkjewail. Ik heb er van genoten en het was een mooie afsluiting van het pad.

Een onvergetelijk pad. Leuk om te doen. Het heeft mij heel veel voorbereiding gekost, maar de moeite is ruimschoots beloond.

-Willemien Hietland-



Met de openingsgroep in Woudbloem

Hellismannaleio (deel 1)



7 juli 2018

Rjúpnaveilir - Valahnúkar, 21 km

De plek waar de bus mij en een groep van zeven Nederlanders afzet is idyllisch. Een handjevol houten huisjes, een kabbelende rivier en op de achtergrond een geweldig decor van met felgroen mos beklede heuvels. Maar zodra we door het bosje dwergberken beginnen te lopen, worden we belaagd door honderden vliegjes. Ze bijten niet, maar kruipen in je oren, je neus en als je toevallig je mond open doet op het verkeerde moment kruipen ze ook daarin. Het is hels en totaal onverwacht. IJsland is koud, dus hoezo insectenplaag? Maar de temperatuur valt best mee en het is windstil. Is dat even pech. Mijn hoofdnet is een van de weinige dingen die ik niet heb meegenomen. Ondanks de vliegen probeer ik te genieten.

De rivier, de Ytri-Rangá, is prachtig en een goudplevier poseert zowaar voor een foto. Toch ben ik blij wanneer we de rivier oversteken en de bruine bergen aan de overkant van het water beklimmen.

Het is geen aarde waar we op lopen, maar grof grind. Heerlijk zacht aan je voeten en ik ben blij met mijn trekkingpoles. Na een uurtje besluit de groep een korte rust te houden en ga ik alleen verder. Er volgt een steile afdaling naar een snelstromende beek. Het is alsof je in de duinen loopt en ik zet mijn hakken in het eigenaardige zand om beneden te komen. Daar zoek ik een plek die ondiep genoeg is om zonder mijn schoenen uit te trekken over te steken.

Wij zijn verheugd wederom een adembenemend verslag van Rinda te hebben mogen ontvangen, dit keer over haar wandelavonturen in IJsland.

Geen alledaagse wandeltocht dus!

Het is een wandeling over ruige lavavelden, zwart zand, over de kammen van heuvels en soms moeten er zelfs rivieren worden overgestoken (doorheen waden) maar ook wandelt ze door groene valleien vanaf de vulkaan Hekla naar o.a. Lambafitjarhaun. In 3 dagen over een totale lengte van 68 km. De plaatsnamen zijn wat lastig uit te spreken, maar de foto's spreken boekdelen.

Wanneer ik de gok waag, blijkt mijn inschatting niet helemaal juist, maar de gamaschen houden de ergste nattigheid tegen. Mijn sokken zijn vochtig, gelukkig niet zo erg dat ik er last van heb.

Rechts zie ik een grote berg met sneeuwvelden. Dat moet de Hekla zijn, een vulkaan die zich in de loop van duizenden jaren en uitbarstingen heeft gevormd. Volgens mijn gids is Hekla geologisch gezien uniek, omdat het een aseismische vulkaan is. Dit betekent dat een uitbarsting niet vooraf wordt gegaan door een aardbeving. Zoals de schrijver, een vulcanoloog, het verwoordt: 'Aseismische erupties zijn niet eerlijk. Dat is net alsof een witte haai aanvalt zonder het fatsoen om van tevoren tenminste een minuut lang het muziekje van Jaws te spelen'.

Het pad is goed aangegeven met stokken, al kan ik me voorstellen dat je hier in slecht weer zo verdwaalt. Er is niet altijd een uitgesleten pad, soms loop je gewoon over de stenen van stok naar stok op de manier die jezelf het meest praktisch lijkt. Een aantal hellingen verder daal ik af naar Fossabrekkur, mijn eerste waterval. Hij is niet hoog, maar wel spectaculair, zo'n dertien watervallen op een rij. De rivier

breekt met slanke vingers door de vegetatie heen en stort zich bulderend naar beneden. Het pad volgt de oever over een smalle, schuine rand en even zijn er weer wat vliegen. Gelukkig mag ik al gauw klimmen en op een winderige heuvel houd ik dan toch lunchpauze.

Daarna draait de route naar rechts en volgt een andere beek die door een indrukwekkende kloof stroomt.

Het begint te regenen. Aanvankelijk lijkt het mee te vallen, maar als de bui ambities heeft, trek ik toch mijn regenbroek aan. Ook mijn handschoenen komen van pas, want de combinatie van wind en regen maakt het behoorlijk koud. Eenmaal goed ingepakt, volg ik de witte paaltjes weg van het water.

We lopen om de Sauðafell heen, alhoewel het mij niet duidelijk is welke van de vele bergen nu precies die naam draagt. Er zijn schitterende met mos





bedekte rotsformaties en een soort vink verdedigt nerveus zijn nest of territorium.

Als ik een steen opraap, blijkt het puimsteen te zijn, zo licht dat het in water drijft. Het voelt ook bijzonder aan onder je voeten, alsof je op piepschuim loopt. Je zolen zakken steeds een centimeter of wat weg.

Volgens de kaart moet ik een weg oversteken en inderdaad verschijnt er een spoor dat ik niet als weg had herkend, ware het niet dat er in de verte een jeep rijdt.

Even later is er een veel grotere weg, waarover een lege touringcar rijdt die wandelaars heeft afgezet in Landmannalaugar.

Aan de andere kant van de weg is er laag gras en weer een helling die wel lijkt te zijn geplaveid met kleine kiezels. Na deze laatste heuvel daal ik door weilanden af naar Áfangagil, een kleine verzameling met gras bedekte hutten. Meteen belagen de vliegen me weer. Mooi dat ik hier niet ga kamperen. Ik loop de hutten voorbij en beklim een grashelling die een geweldig uitzicht geeft op een kloof. Het waait en vliegen zijn er niet. Een prima plek om de tent op te zetten. Maar het is pas half vijf en de groep Nederlanders gaat door. Ik wil niet de eerste zijn die er het bijltje bij neergooit.

Ik beklim een helling zwart grind en aan de andere kant daal ik af naar een

zwart lavaveld. Ik steek de zwarte vlakke over, waarin een slingerend beekje langzaam in het niets verdwijnt. De groep Nederlanders zwaait af naar de heuvels om hun kamp op te zetten. Ik ga nog even door tot een volgende vallei, waar ik op het mos een zacht en wonderig plekje voor mijn tent vind. Van vliegen ga ik hier geen last hebben en het uitzicht is fantastisch.

8 juli 2018

Valahnúkar - Domadalsháls, 27 km

Alweer een fantastische dag! Een dag waarop ik foto's blijf maken, zowat om de paar honderd meter sta ik stil. Dat had ik 's ochtends nog niet bedacht. De miezer slaat op mijn tent en uit voorzorg trek ik mijn regenbroek vast aan. Als ik uiteindelijk de tent opvouwt is het gelukkig droog, maar wel grijs en bewolkt. Het geeft de vallei een somber aanzien. Toch ga ik opgewekt op pad. Ik voel me bevoorrecht hier te lopen. Vanuit mijn groene oase wandel ik weer een lavavallei in. Een hele vallei, zwart. Van de as onder mijn voeten tot de grimmige bergen. Toch groeien ook hier kleine bloemetjes, hun kopjes plat tegen de grond drukkend.

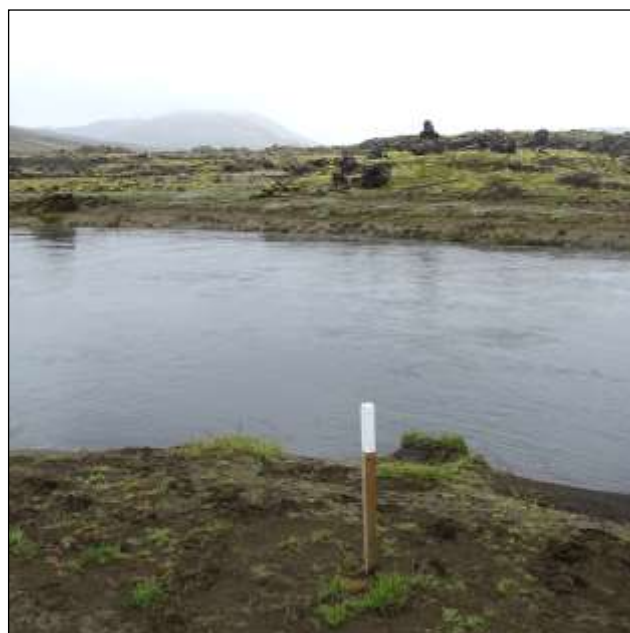
De ene na de andere vallei doorkruis ik, tot het, ik durf het bijna niet te zeggen, wat eentonig begint te worden.

Dan is er weer een stevige klim en dit keer is het uitzicht groener. Prachtig groen gestreepte bergen. Ik daal af en steek

weer een lavaveld over. Nog een klim en aan mijn linkerhand meen ik de caldera Valagjá te herkennen die in de gids staat beschreven. Het zwart is doorzweemd met roodbruin, heel bijzonder. Weer een afdaling en nu een waar panorama aan groene bergen. Fantastisch. Helaas komen de wolken wat omlaag en verhullen de toppen. Ik kijk uit op een IJslandse weg en aan de andere kant een groene vlakke. Op het houten bord dat richting Landmannahellir wijst, vind ik twee hoefijzers. Ik doorkruis de vlakke, onderwijl foto's nemend.

Aan mijn rechterhand verschijnt iets wat ik aanvankelijk voor een meer houd. Als ik dichterbij kom, zie ik dat het een riviertje is. Twee dingen vallen me meteen op. Hij is diep en het water is helder. Geen gletsjerwater, dat zal niet zo koud zijn. Eventjes leiden de markeringen nog langs de oever, tot het punt waar de volgende aan de overkant staat. Mijn eerste oversteek. Ik wist dat het eraan zat te komen. Leuk!

Een rivier oversteken kost tijd. Rugzak af, sokken en schoenen uit en gezien de diepte van het water ook mijn broek. Sandalen uitgraven en mijn speciale waterdichte sokken. Ik haal de drybag tevoorschijn die ik speciaal voor mijn camera kocht, want fotograferen is een



van de dingen die deze reis voor mij de moeite waard maakt. Met mijn camera neem ik geen risico's. Vervolgens de rugzak weer omhijzen, met de gespen los voor het geval dat. Stokken voor de stabiliteit en gaan. De bodem van de rivier bestaat uit grind en dat loopt redelijk makkelijk, afgezien van de steentjes die zich in mijn sandalen nestelen. Het water stroomt snel, maar met mijn stokken houd ik mezelf in balans en de andere oever komt snel dichtbij. Het water is onverwachts toch ijskoud, maar ik heb er minder last van dan ik dacht. Opgelucht beklim ik de zandbank aan de andere kant en leg mijn rugzak naast een rots neer. Dan bedenk ik me dat ik mijn wandelschoenen ben vergeten. Oeps! Dus nog een keer heen en weer. Ach, de eerste keer mag je deze beginnersfout nog maken en ergens vind ik het ook wel hilarisch. Gelukkig staat er geen wind en eenmaal met de broek weer aan heb ik het al snel weer warm. De waterdichte sokken, bedoeld voor mountainbikers en wielrenners die ook met slecht weer op pad willen, hebben het niet gehouden. Zowel van binnen als van buiten zijn ze drijfmat. Maar ze hebben de ergste kou van mijn voeten gehouden en dat is al heel wat.

Na een korte pauze ga ik verder. Maar niet zonder eerst nog wat foto's te hebben gemaakt, want de wolken lichten hun rokken en ik kan de groene bergen in hun volle glorie bewonderen. Aan hun voeten ligt een vreemde verzamelen rotsen, de Lambafitjarhaun. Het is een lavaveld afkomstig van de uitbarsting van de Hekla in 1913. Ronde bollen die bedekt zijn met mos. Heel apart. Nu wordt het landschap afwisselend en interessanter. Er verschijnt een bergketen waarvan de combinatie van sneeuw en groen mos adembenemend mooi is. Ik passeer enkele meren in de diepte en raak niet uitgefotografeerd. Dan een laatste afdaling naar Landmannahellir, waar ik voor het eerst weer wat mensen en auto's zie. Het is een flinke handvol houten vakantiehuusjes, maar de meeste zijn rond dit tijdstip leeg. Ik tap water in de toiletten en

maak er ook dankbaar gebruik van. Na een korte pauze ga ik weer verder.

Met een stevige klim. Aan de andere kant van de heuvel daal ik af naar een meer, Löömundarvatn. Aan de oever staan wat auto's, maar ik kom niet bij ze in de buurt en loop links om het meer heen. Er zijn ook weer vliegen, maar gelukkig niet zoveel.

De oever is bezaaid met rotsen en ik vraag me af of het lavabommen zijn. Twee prachtige beekjes slingeren door het gras naar het water. Ze zijn diep, maar niet breed en met één stap ben ik er overheen. Het pad schiet een vallei in en weer mag ik klimmen.

Opnieuw heeft zich een meer prachtig tussen de bergen genesteld, wat is het hier toch mooi. Op een volgende berg slaan goudplevieren alarm, de vogel die ik in IJsland tot nu toe het meest ben tegengekomen. Hoewel ik al goede foto's van ze heb, kan ik het niet laten er nog meer te maken.

Een soepele afdaling brengt me naar een weg die ik oversteek. Aan de andere kant heb ik uitzicht op een kloof waar een beek door stroomt. Meteen als ik het zie weet ik dat dit de meest idyllische kampeerplek ooit is. Hier wil ik staan! Alleen jammer dat de kloof zichtbaar is vanaf de weg. Ik dacht dat IJslandse binnenwegen maar een paar auto's per dag zagen, maar de toeristen



keren terug naar Landmannahellir en er komt behoorlijk wat verkeer voorbij. Daarna wordt het rustig en maak ik het me gemakkelijk naast de kabbelende beek. Hopelijk helpt het me slapen, want dat gaat nog niet zo makkelijk als het 24 uur licht is.

*-Rinda Scheltens-
(wordt vervolgd)*

U kunt deze foto's ook in kleur bekijken op de OLAT-website onder de knop Nieuws, OLATNieuws.





DEELNEMERS 4DAAGSE NIJMEGEN / APELDOORN 2018

NIJMEGEN

x	Naam	Woonplaats
55	Connie Raijmakers	Oss
49	Huub Raijmakers	Oss
48	Martin Swarts	Veldhoven
43	Hennie Hendriks	Wijchen
43	Jan Stevens	Gassel
42	Bert Timmermans	Veghel
41	Ben Duin	Nijmegen
39	Jeannette van Boerdonk	Keldonk
39	Wim van den Wittenboer	Eindhoven
37	Gerrit Legierse	Amsterdam
36	Rino Hamelink	Best
34	Wim Peters	Veghel
32	Ernst-Jan van Eck	Rotterdam
32	Frans Jaspers	Eindhoven
32	Willy Timmermans	Veghel
29	Tonny van Neerven	Beek en Donk
28	Annie Beekmans	Beek en Donk
28	Henny van der Haring	Moergestel
28	Richard Klein Bennink	Zutphen
28	Lies Wesseling	Berlicum
27	Peter van den Brink	Laren
27	Ferdinand van Keeken	Apeldoorn
26	Hans Cuper	Beek en Donk
25	Hanny Klumpkens	Sevenum
25	Martijn Vos	Waalre
23	Willemien Hietland	Aalten
22	Betsie Geerts	Gemonde
22	Iris van Limburg	Nijmegen
21	Theo Beekmans	Gemert
21	Ad van Erve	Tilburg
20	Willy de Haas	Helmond
20	Nelly Leijgraaf	Veldhoven
20	Rudolf van Rooij	Eindhoven
20	Bart Lutke Schipholt	Helmond
19	Martina de Wit-Verbakel	Veghel
18	Sjaan Cissen-Verbakel	Nistelrode
18	Dirk Maassen vd Brink	Leiden
18	Wim Toonen	Langenboom
18	Leny van der Velden	Rosmalen
17	Tiny van Alphen	Mariahout
17	Jan Dinissen	Wychen
17	Adriaan van den Dool	Rotterdam
17	Wout Kivits	Eindhoven
17	Tiny Ruijs	Erp
17	Lambert Snieders	Eersel
17	Adrie Toonen	Wijchen
17	Cor Verschuijten	St-Oedenrode
17	Jelte van der Zee	Vleuten
17	AnneRiet Janssen	Beek en Donk
16	Isis la Croix	Nijmegen
16	Anita Pepers	Veghel
16	Marij Verberckt	Helmond
15	Jannet Vissers	Hoek van Holland
14	Ans Ceulemans-Straatman	Nijmegen

14	Pieter van Doorn	Aarle Rixtel
14	Henri Gerrits	Sint Michielsgestel
14	Jose Houtappels	Eindhoven
14	Hans Ruijs	Erp
14	Tine Verberne	Helmond
13	Rinus Ars	Eindhoven
13	Henriëtte Raats-van Uden	Schijndel
13	Marc Spierings	Tilburg
13	Pierre Versteegen	s Hertogenbosch
12	Anny van Asseldonk	Zijtaart
12	Maria von Bergh	Helmond
12	Leo de Kruijk	Ameide
12	Jannie de Kruijk-de Zeeuw	Ameide
12	Jan van de Sande	Boxtel
12	Henk Plasman	Best
12	Piet v Schijndel	St-Oedenrode
12	Riekie v Schijndel	St-Oedenrode
12	Bram Stelling	Eindhoven
12	Willy Traxel	Kerkwijk
12	Regine Uitenhoven	Helmond
12	Lilian Verhoeven-Jansen	Oss
11	Ton Coppens	Eindhoven
11	Adri van der Graaff	Breda
11	Theo Martens	Liempde
11	Inge Mol	Breda
11	Rina Prins-Bourgonje	Vaassen
11	Henk van der Sanden	Almere
11	Rob van Stuivenberg	Breugel
10	Rita van Doren	Someren
10	Mirjam Koppelman	Erp
10	Antoine Raats	Schijndel
10	Hans Sondagh	Nuenen
10	Trudy Toonen	Langenboom
10	Johan van der Valk	Heeswijk-Dinther
10	Christ Vorstenbosch	Oisterwijk
10	Joke van de Vossenbergh	Eindhoven
10	Bernadette van Vugt	Liempde
9	Janet van Gennip	Eindhoven
9	Piet Straatman	Nijmegen
8	Nelly Blenckers	Helmond
8	Elly Deenen	Middelbeers
8	Jos Deenen	Middelbeers
8	Dirk Donders	Geldrop
8	Kees van Dongen	Dongen
8	Annie van den Elzen	Erp
8	Albert Grin	Oostzaan



8	Anne Hartland	Milheeze
8	Marja Hoekstra	Oostzaan
8	John Schepens	Oirschot
8	David Vos	Lopik
8	Wil Zeebregts	Tilburg
7	Jos Boeijen	Oss
7	Henk Molman	Steenwijk
7	Marleen Ramakers	Geldrop
7	Marjoke Steenbekers's-Hertogenbosch	
7	Ton Teerling	Bakel
6	Ans Ars-Janssen	Eindhoven
6	Vincent van Boerdonk	Keldonk
6	Peter van Dongen	Tilburg
6	Geert Hendriks	St-Oedenrode
6	Cor van der Heijden	Geldrop
6	Hans Rietveld	Beek en Donk
6	Jan Vermulst	Boxtel
4	Harold van Alphen	Mariahout
4	Wim van den Biggelaar	Best
4	Ger van Heesch	Oirschot
4	Clazien Koopman-v.d. Zande	Breugel
4	Heidy Meeuws	Beek en Donk
4	Ineke Paulusse	
4	Jos Raaijmakers	Nuenen
3	Adrie Thijssen	Nijnsel
3	Hans Koopman	Breugel
3	Maria Geerts	St-Anthonis
3	Annemie Roelofs	Boxmeer
2	Mirjam Bosch	Boxmeer
2	Joep van Haaren	Oirschot
2	Ernst Jacobs	Nijmegen
2	David Janssen	Leidschendam
2	Erik Kroon	Den Haag
2	John van Loenhout	Nijmegen
3	Kees Rommelse	Best
2	Frans Smeyers	Oirschot
2	Esther van der Velden	Veghel
1	Ad Bijnen	Schijndel
1	Hans van den Elzen	Mariahout
1	Fleur Hamelink	Best
1	Frank van Hamsvoort	Oirschot
?	Ger van Heesch	Oirschot

APELDOORN

x	Naam	Woonplaats
43	Albert Grin	Oostzaan
40	Marja Hoekstra	Oostzaan
33	Bert Timmermans	Veghel
31	Willy Timmermans	Veghel
31	Wilma Petersen	St-Oedenrode
27	Richard Klein Bennink	Zutphen
22	Dirk Maassen vd Brink	Leiden
15	Ferdinand van Keeken	Apeldoorn
4	Paula Janssen	Sterksel
3	Bertie Mennen	Heteren
3	Frits Mennen	Heteren

KWBN heeft zijn opleidingen tot wandeltrainer toegankelijker en compacter gemaakt. (Sportief) wandelen, didactische en pedagogische kwaliteiten staan centraal, waarna trainers zich via bijscholingen verder kunnen specialiseren.

Binnen de nieuwe opleidingsstructuur verloopt de opbouw van wandeltrainer 1 (begeleider) naar wandeltrainer 3 (zelfstandig trainer) gelijkmatiger dan voorheen. Dat komt omdat we goed hebben gekeken naar de basisstof die een goede wandeltrainer moet beheersen. Vandaar dat de opleidingen zich nu specifiek richten op (sportief) wandelen en natuurlijk de didactische en pedagogische kwaliteiten waarover een wandeltrainer moet beschikken.

Bijscholingen

Een trainer kan zich door het volgen van bijscholingen specialiseren. Denk daarbij aan specialisaties op het gebied van:

- wandelvormen: bijvoorbeeld nordic of smovey walking;
- leefstijl: extra bijscholingen in relatie tot het menselijk lichaam (conditie, voeding, chronische aandoeningen etc.);
- applicaties: gebruik van technische hulpmiddelen zoals apps en devices (navigatie);
- coaching: bijvoorbeeld mentale weerbaarheid en doorzettingsvermogen.

Meer thuisstudie, minder contactdagen

Deelnemers aan de trainersopleidingen maken meer voorbereidende opdrachten thuis. Hierdoor verschijnen zij beter voorbereid op de contactdagen. Deze waardevolle dagen zijn sterk verminderd, omdat we verwachten dat de deelnemers de theoretische kennis thuis of op de vereniging opdoen. Zo is het aantal contactdagen van de opleiding assistent-wandeltrainer (niveau 2) van 8 naar 2 teruggebracht. Dit sluit ook beter aan bij het aantal contactdagen dat andere sportbonden hanteren. De contactdagen bestaan voornamelijk uit praktijkonderdelen: samen leren, samen doen.

Informatie opleidingen

Informatie over onze opleidingen en bijscholingen vind je overzichtelijk ingedeeld op de website van KWBN onder het menu-item Wandeltrainers. In het submenu Actueel staan de geplande opleidingen voor aankomend seizoen.

Direct instromen op niveau 2

Tenslotte nog een korte toelichting op de meest gestelde vraag: iedereen boven 16 jaar kan direct instromen op niveau 2, assistent-wandeltrainer. De opleiding wandeltrainer 1 staat meer op zichzelf. Hier leer je een groep wandelaars op een verantwoorde manier te begeleiden tijdens een wandeling. Je zou kunnen zeggen dat het trainersvak begint bij opleiding wandeltrainer 2.

Bron: KWBN



Wandelen
met OLAT

Dat ondersteunen
we graag

Trotse sponsor

Wat zijn er mooie routes in Sint-Oedenrode en omgeving én wat heeft OLAT dat weer uitstekend georganiseerd. Dat is de reactie van de deelnemers aan evenementen van OLAT. We zijn trots om sponsor te zijn van deze prachtige club. Veel wandelplezier!

Rabobank Hart van De Meerij



Rabobank



HERFSTWANDELING

23 SEPTEMBER - AANVANG 09.00 UUR

WWW.KROEGSKE.NL



WIST JE DAT?

- JE BIJ DINERCAFÉ 'T KROEGSKE OOK HEERLIJK KUNT ETEN?
- WIJ OOK EEN HELE MOOIE PITCH&PUTT GOLFBAAN HEBBEN?
- ER DIVERSE STANDAARD ROUTES BIJ ONS VERKRIJGBAAR ZIJN?

DINERCAFÉ 'T KROEGSKE

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



WWW.TT-WANDELREIZEN.NL

Theo Tromp

IML-wandeltochten

Chantonnay—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!

Horst aan de Maas - www.hetloopcentrum.nl - Venlo

Al 11 jaar het beste **hardloop- en wandelschoenadvies** van Nederland!

Ons persoonlijk en merkonafhankelijk schoenadvies komt tot stand via de onderstaande werkwijze en is gratis bij aankoop van schoenen:



1 Persoonlijke doelstelling, trainingen en evt. klachten worden besproken



2 Sitogepeetraan van de huidige schoenen wordt beoordeeld



3 Analyse van voertype en beenstand met behulp van een voerspiegel



4 Je voeten worden zowel in lengte als in breedte opgemeten



5 De high speed camera maakt een opname van je looppatroon



6 De RS-scan registreert het drukveelhoop onder je voeten



7 De metingen leiden tot een functioneel schoenadvies



8 Probeer de geadviseerde hardloop of wandelschoen



9 Bekijk de opnames van de high speed camera thuis

Horst aan de Maas
Hardlopen & Wandelen

Venlo
Hardlopen

Kijk voor onze hockeywinkel
op www.hethockeycentrum.nl

WAARDEBON

€ 20,- KORTING
op hardloop- en trailschoenen*

Bij aankoop van wandelschoenen
een paar functionele wandelsokken t.w.v.
€ 19,95 GRATIS*

*Deze actie is alleen geldig bij aankoop of vervanging van één paar bij één keer.