

"DE KLEPPER", Clubblad van Wielervereniging Terheijden

14e jaargang no.1

februari 1997

Bestuur Wielervereniging:

Voorzitter: K.Klerk, tel. 076-5933152
Gagelveld 6, 4844 RG Terheijden

Secretaris: G. van Duuren, tel. 076-5932674
Zeggelaan 125, 4844 SE Terheijden

Penningmeester: K. Michielsen, tel 076-5931722
Markkant 13, 4844 BB Terheijden

Bestuursleden: A Nuiten, tel. 076-5933998
Hoofdstraat 46, 4844 CG Terheijden

G. van Dorst, tel. 076-5933311
Nassastraat 7, 4844 BC Terheijden

L. van Tetering, tel. 076-5931176
Zeggelaan 72, 4844 SJ Terheijden

H. van Gils, tel. 076-5932722
Ruitersvaartseweg 15, 4844 PH Terheijden

Bankrekeningnummer: 15.06.80.643

Redactie Clubblad:

W. Kuylen, tel. 076-5933426
Thijsseweg 9a, 4845 PJ Wagenberg

N. de Laat, tel. 076-5933943
Klaverbeemd 24, 4844 RJ Terheijden

F. van Tetering, tel. 076-5933659
Bosbies 1, 4844 HM Terheijden

Van de voorzitter



Graag begin ik met iedereen van harte een sportief en vooral een gezond en gelukkig 1997 toe te wensen !

In dit nieuwe jaar zullen wij wederom regelmatig een beroep op U moeten doen, want er zijn nogal wat plannen voor het jaar 1997. Zoals U allen hebt kunnen lezen en horen in persberichten zit de wielersport in een dal en de nieuwe golf van dopinggeruchten, met name **EPO**, doet hier niet veel goeds aan.



EPO,

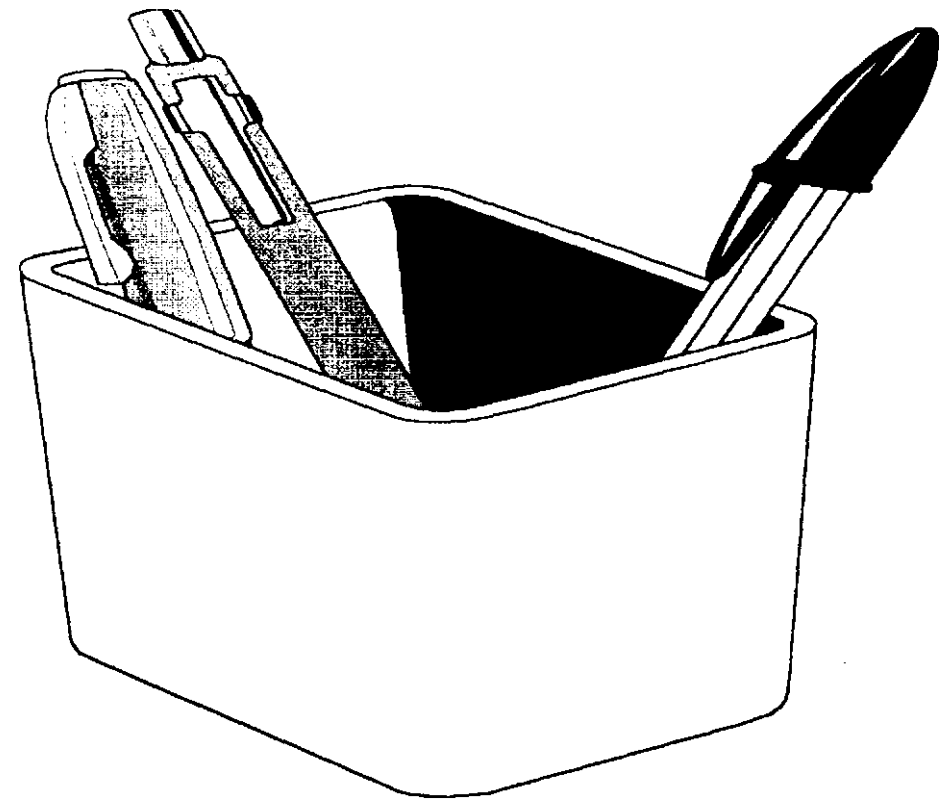
Terhe
toch

Buiten kijf staat dat wij als Wielervereniging ijden het volste vertrouwen in onze leden hebben, die Buiten kijf staat dat wij als Wielervereniging Terhe ijden het volste vertrouwen in onze leden hebben, die toch op een andere manier sport bedrijven en voor hun plezier en gezondheid fietsen!

Met belangstelling kijk ik dan ook uit naar de nieuwe evenementenkalender.

Rest mij nog U allen een sportief en gezellig fietsseizoen toe te wensen en veel succes met het verwijderen van het "wintervet" !

Cees Klerk



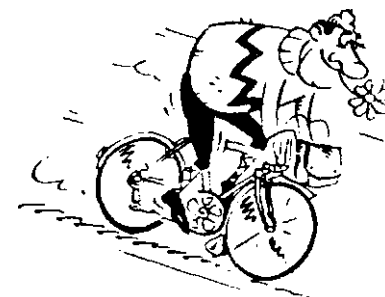
copy inleveren vóór 1 april

Opzeggingen

Rinus Bakkers
Jacco Tettelaar

-
-

Breda
Vlaardingen



RUFO INSTALLATIEBURO B.V.

A D E L L A A N 9 — 4921 B M M A D E

T E L E F O O N 0 1 6 2 — 6 8 2 4 5 3
T E L E F A X 0 1 6 2 — 6 8 6 8 9 1

OPROEP (namens enkele betrokken leden van WVT):

Heeft u al aan onze penningmeester gedacht?

Zo ja, heeft u dan ook al die vijfendertig piek overgemaakt?

Wat is dat nou?

Wel gedacht maar niet gedaan?

Weet je het bankrekeningnummer niet meer?

Nou vooruit dan maar weer :

Pak nu uw overschrijvingsformuliertje en vul het volgende in :

Fl. 35,00 op bankrek.nr. 15.06.80.643 t.n.v.
Wielervereniging Terheijden.

Eigenlijk te zot om hier woorden aan te besteden, vind u ook niet?

Toertochten 1997

Het nieuwe wielerseizoen is weer aangebroken!

Hoewel velen hun "stalen ros" misschien nog angstvallig in de schuur laten staan, heeft een groot aantal er de eerste trainingskilometers al weer opzitten. Ook de verschillende commissies zijn bijeen geweest om de agenda voor het nu nog prille seizoen vast te stellen.

Zo ook de toercommissie. Dit wielerjaar proberen we de toerrijders onder u weer een gevarieerd programma voor te schotelen. Het toerseizoen opent traditioneel op zondag 16 maart met het 50 kilometer lange "Rondje Slingerdreef". De weken daarna wordt het aantal kilometers geleidelijk aan verhoogd tot aan zaterdag 26 april, het eerste hoogtepunt in het toerseizoen: "De Omloop het Volk", een klassieker door het Vlaamse land.

Vanaf begin mei tot aan de zomervakantie staan de langere tochten op het programma, waaronder een aantal klassiekers. Nieuw is de zgn. "gezinstocht", op zondag 13 juli. Het idee is nog niet geheel uitgewerkt, maar u wordt tijdig geïnformeerd in "De Klepper". Als afsluiting van het toerseizoen staat de Verrassingstocht gepland, niet al te lang gezien de datum: zondag 28 september.

Wij hopen velen van u vanaf zondag 16 maart te mogen begroeten bij het postkantoor. Laten we er een gezellig en sportief toerseizoen van maken en let u goed op de publicaties in ons clubblad!!

Namens de toercommissie,

Kees Jacobs.

P.S. Ondanks de vaste overtuiging van één van onze clubleden, leek het de commissie niet verstandig om de tochten in gezelschap van uw grootmoeder te fietsen!!!

Trimmerscompetitie 1997

Onlangs is de commissie "trimmerscompetitie" bijeen geweest en heeft data voor de wedstrijden in 1997 bepaald, de categorieën ingedeeld en reglementen aangepast. De wedstrijddata voor 1997 zijn:

303	Rit in lijn	Tunneltje
3-4	Sprint 300 meter	Tunneltje
11-5	Rit in lijn	Tunneltje
1-6	Tijdrit 18½ km	't Kopske
22-6	Rit in lijn	Tunneltje
17-8	AfValkoers	Weststad
31-8	Rit in lijn	Tunneltje
21-9	Tijdrit 12½ km	Witteweg/Schimmelseweg
10	Prijsuitreiking	't Barreke

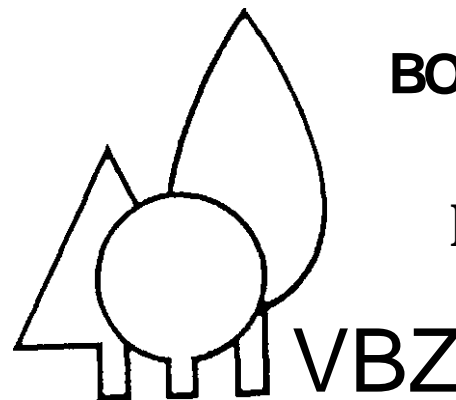


De categorieindeling voor 1997. De navolgende renners zullen bij Deelname in de A-categorie moeten starten:

Jack Bakkers	Jos van Ginneken	Cor Luteyn
Jack v.d. Blik	Cor Haanskorf	P.J. Luttikhuis
Jack Brouwers	Louis de Haas	John v.d. Luytgaarden
Paul Castelijns	Henk Hamers	Bram Martens
Marc Castelijns	Ad Havermans	Rudolfo Martinus
Ronny Castelijns	Gerrit van Helmond	Theo van Mook
Jan Couweleers	Sjaan Horrevoets	Eric Oostdijk
Cees Daamen	Rene Hulsman	Piet v Oosterhout
Piet van Dongen	Kees Jacobs	(v. Goorstraat)
Fans van Dongen	Gerard de Jong	Bob Rasenberg
Gerrit van Dongen	Piet de Jong	Din de Ridder
Piet van Dongen	Joop van Kempen	Corné Rombouts
Pierre Driessen	Kees Klerk	Jack Sins
Roel Eland	Robert Laming	Martin Stam
Marino v.d. Elshout	Frans Leyten	Frank v. Tetering
Ron van Geel	Theeuw Lodewikus	Geert v. Tetering

Jan v Tetering	Peter Voesenek	Quirijn de Wit
Leon v. Tetering	Adrie Voogt	André Zijlmans
Ronnie v. Tetering	Corné Voogt	Piet van Zundert
Jacco Tettelaar	Ton Vrolijk	Rocky van Zundert
Marcel Verhagen	Ronald v.d. Wal	Stef van Zundert
Eric v.d. Wiel		

Alle niet genoemde leden mogen in de B-categorie starten.



**BOOM KWEKERS
HOUDEN
HET GROEN**

**Kwekerij „DE WIEL“
TERHEIJDEN**

TEL. 076 - 5931648

.TUINAANLEG

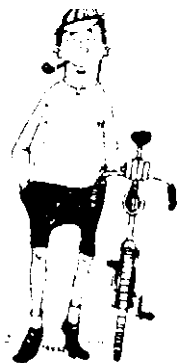
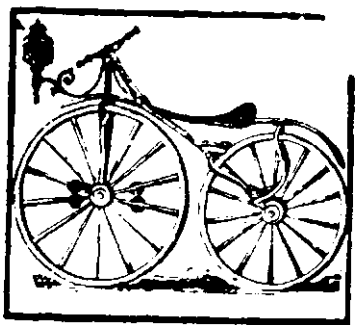
.TUINVERZORGING



ALLES VOOR UW TUIN

Verder wijzen wij alle deelnemers nogmaals op de (aangepaste!) reglementen. De jury ziet toe op naleving van deze reglementen:

1. De deelnemers worden verzocht in clubkleding te rijden
2. De categorie waarin de eerste keer wordt vertrokken, is bepalend voor het verdere seizoen. Een B-renner mag in de A-categorie vertrekken, maar kan in de loop van het jaar niet meer terug. Iemand die nu in de A-categorie is ingedeeld mag niet in de B-afdeling starten.
3. Tijdens alle wedstrijden is het dragen van een valhelm **verplicht** ! Bij overtreding mag **niet** worden gestart door betrokkene.
4. De start van alle competitiewedstrijden is om 9.30 uur.
5. KNWU-renners (uitgezonderd nieuwelingen) zijn van deelname uitgesloten.
6. De afstand van een rit in lijn bedraagt voor de A-categorie ± 43 km (10 volle ronden), voor de B-categorie ± 35 km (8 volle ronden). De start van een rit in lijn is tot aan de eerste bocht geneutraliseerd.
7. Bij sprint of tijdrif mag slechts één keer worden vertrokken. Bij pech volgt geen herkansing
8. Tijdens een tijdrif is stayeren verboden. Bij een geconstateerde overtreding volgt een straf tijd van 5 minuten voor de stayerende renner. De afstand tussen 2 renners dient minimaal 25 meter te zijn.
9. De uitslag van een wedstrijd wordt door de jury opgelezen zo spoedig mogelijk na deze wedstrijd. Eventuele protesten dienen direct na oplezing plaats te vinden, hierna is de uitslag definitief.
10. De 6 beste uitslagen zijn bepalend voor de eindklassering; heeft men aan minder dan 6 wedstrijden deelgenomen komt men niet in aanmerking voor een prijs



Voorbeschouwing Trimmerscompetitie (B)

Als de redactie van "de Klepper" mij vraagt om een voorbeschouwing te geven voor de komende trimmerscompetitie, ben ik nog volop aan het mountainbiken. Samen met de volledige crosselite van de W.V. hebben we juist alle door de Pedaalridders uit Made georganiseerde crosswedstrijden verreden. Deze tweede wintercompetitie is in korte tijd zeer populair geworden bij de renners ! Vóór iedere wedstrijd wordt er een schitterend parcours uitgezet, dat kun je wel overlaten aan Flip Segeren en zijn medewerkers ! Namens alle renners.....bedankt !

Tijdens deze wedstrijden kwam het onmiskenbare crosstalent van Gied van Dorst naar boven: als hij deze vorm kan vasthouden, dan hebben we er een geduchte concurrent bij gekregen voor de zomercompetitie. Nog zo'n "overwinteraar" is Jan (diesel) Stroop: steekt zich heel de winter weg (tegen de kou ?) maar zorgt er wel voor dat hij de eerste rit op scherp staat. Jan barst van de revanchegedachten en hij hoopt af te rekenen met zijn matige vorige competitie. Tja, en wat te denken van Co Driessen. Rijdt heel de winter op z'n crossfiets door het bos, alleen ! Dit om de nodige koershardheid op te doen voor de komende wedstrijden. Hij heeft nog steeds één doel voor ogen n.l.: K(0)ampioen !. Dan Din v. Meel, oké, ook een met een diesel maar dan uitgerust met een "turbo". Kent geen winterstop. Dus reken er maar op dat hij iedere wedstrijd precies naar zijn hand wil zetten ! Maar dan moet hij eerst toch afrekenen met de sterke crossers Henk Lievens en Fer Rompa. Renners die dit seizoen een enorme progressie gemaakt hebben. Zij zullen er zeker in gaan "vliegen".

Ook van Roger, Emile, Henk III, Nico, Peter (Kloosterman) en zeker Ger de Peyper verwacht ik het nodige vuurwerk.

Nu toch het peloton aan me voorbijrijdt, kunnen we niet om Peter en Arie Diepstraten heen, nee, geen broertjes. Arie is de "coming man" en ikzelf ga voor minstens één overwinning.

Marco Beerens is ook een te kloppen man: de snelste sprinter van de W.V. en de benjamin van de B, zegt lekker mee te willen rijden in de zomercompetitie. Zijn maatje Henk Boon wil gaan vlammen, maar moet eerst nog in training

En dan onze first lady Ingrid Rompa: zal zij nog enkele mannen kunnen verschalken ?! Last but no least Jan Driessen en Dim Jansen: gevaarlijke outsiders ! Die kun je beter niet weg laten rijden, want dan ben je gezien. Tenslotte: Ben jet bij naam genoemd of ben je een "nieuweling" niet getreurd: tijdens deze zomercompetitie kun je naam maken !

Peter Diepstraten

Rockx-Assurantiën

Uw adres voor:

- verzekeringen
- hypotheke
- financieringen
- spaar-adviezen



Bel voor een
vrijblijvend gesprek:
076-593 1555

Veldtoertocht, 22 december 1996

8 graden onder nul. De vorst zit diep in de grond Koning Winter laat zich gelden en Nederland zwicht voor de gevoelstemperatuur. Het is zondag 22 december 1996. Toch zie ik zweetdruppeltjes peltjes in de vroege, donkere morgen peltjes op de hoofden van de organisatoren Van of van angst ? Tenslotte is het de eerste keer dat de niging Terheijden een veldtoertocht organiseert,



Zweedrup
Zweedrup
de warmte
Wielervere
ook voor

Ondanks de goed uitgepijldde route door de schitterende omgeving. Ondanks het vele voorbereidende werk. Ondanks de goede PR. Ondanks het perfecte veldtoertochtweer. En niet in de laatste plaats, ondanks de vele bereidwillige dames en heren vrijwilligers. Het blijft altijd wachten wie of er zich meldt aan de inschrijftafel van "Het Kopske". 8 uur en 254 deelnemers later, o.a. afkomstig uit Ridderkerk, Schiedam, Vlaardingen, Tiel, Vianen, diverse plaatsen in België en natuurlijk de nabije omgeving, mocht van een zeer zeker geslaagd evenement worden gesproken. Enig minpunt van deze dag is het feit dat een gefrustreerd persoon dacht medelijden te moeten hebben met de renners en de te verrijden 40 kilometer. Door het opzettelijk en wederrechtelijk wegnemen van uitpijlings-linten met het beoogd doelwerk om de organisatie figuurlijk flink in de wielen te rijden, hebben een klein deel van de deelnemers een deel van de route gemist Aan de bar is hen hiervoor een poedelprijs vergeven.

Na de evaluatie door de commissie zijn de kinderziektes onder de loupe genomen en is hiervoor het vaccin ontwikkeld of reeds toegediend. Met vol vertrouwen en enthousiasme zijn inmiddels de eerste schreden gezet naar de 2e grote veldtoertocht van de Wielervereniging Terheijden. Ontstaan en gedragen door de commissie en de vele vrijwilligers waarvoor onze onuitsprekelijke dank Vandaar dat ik deze aan het papier toevertrouw. Allemaal bedankt

Gied van Dorst

Ode aan de vrijwilligers

Zelf doet hij niet mee
hij kwijt zich van zijn taak
geduldig en gedwee
zeker van zijn zaak.

Voor hem geen felle strijd
geen bloemen aan de meet
maar geen gevoel van nijd
hij weet voor wie tjut deed

Maar zonder dit wegcijferen
van menig man en vrouw
kan geen vereniging niet wedijveren
hoe graag men dat ook wouw

Commissies en bestuur
moeten vele klussen klaren
maar raakten zeker overstuur
als U vrijwilligers er niet waren.

Daarom voor al deze mensen
waarop een vereniging kan drijven
willen wij tenslotte slechts één ding nog wensen
laat ze heel lang als lid aan ons verblijven

Gied van Dorst

GARAGE VAN RIEL

*Het adres voor onderhoud en reparatie van
alk merken personen- en bedrijfswagens.*

***APK keuring.
VVN keuringen
Schade reparaties
Schade taxaties.***



Ook kunt u bij ons
24 uur P/dag Tanken
met onze eigen
credit card,
travel card en
Multitank card.

Hoofdstraat 72
4844 CG Terheijden
TEL: 076-5931215

RUN-BIKE-RUN ofwel, hoe sterk is de eenzame fietser.

Langzaam loopt ons clubhuis, 't Barreke van onze Bob, vol voor de gebruikelijke op 2^e Kerstdag georganiseerde run-bike-run voor onze leden. Echter niet iedereen wil opgeschreven worden op de deelnemerslijst. Naast vele toeschouwers zijn er ook vele atleten die het niet in hun trainingsschema vinden passen voor de altijd aanwezige onderlinge strijd.

Als er 9 namen, waaronder de sterke dame Ingrid Rompa, op het wedstrijdformulier staan, probeert ondergetekende het hoofdjurylid Jan van Tetering nog te bewegen om het gezamenlijk fietsen (stayeren) als uit den boze te verklaren. Echter zonder resultaat. Als de startvolgorde bekend is en alle deelnemers staan te trappelen van ongeduld en de kou kijk ik mijn tegenstanders nog even na. Door de ongunstige loting van mijzelf en de loting van de overige deelnemers is het aantal concurrenten met 300 % toegenomen. Wat verwacht was wordt waarheid Na 1 km lopen kijk ik 25 km lang tegen een, respectievelijk twee en drie konten in de verte. Zij hadden elkaar gevonden en rijden langzaam maar toch zeker van mij weg. Ook achter mij klikt een tweetal bij elkaar. Niet de minste. Peter Kloosterman, een gevierd sportman en Frank van Tetering, een gevierd.....Met moeite blijf ik uit hun greep. Echter de inspanning om dit te doen geven de benen bij het lopen zo een raar gevoel dat pas na 2 kilometer er enige kadans en souplesse ten toon te spreiden is. Peter Kloosterman is dan al bijna aan zijn 3^e Kerstdag begonnen



-14-

Na de bekendmaking van de uitslag blijkt inderdaad Peter voor mij weer te sterk is geweest. Of was het toch geluk met de loting. De verdere onderlinge wedstrijden zullen het in de winter uk moeten wijzen. Gezellig wordt er nagekeuveld in het clubhuis. Met dank aan de organisatie en de hoop dat volgend jaar meer deelnemers de strijd aan durven aangaan, ga ik naar huis om mezelf alvast voor te bereiden op de volgende editie.



Industriële verlichtingsarmaturen

o.a.

- Halogeenarmaturen 300-1500 Watt
- Schijnwerpers voor floodlighting, sportveld- en terreinverlichting t/m 1000 Watt
- Reflectorarmaturen voor industrie
- Openbare verlichtingsarmaturen
- Uitstekende kwaliteit
- Concurrerende prijzen
- Perfekte service

exclusief voor Nederland:
Handelsonderneming

IMCECO

Postbus 66
4844 ZH Terheijden, Tel.: 076-5933152-5933153
Telefax 076-5933855

Voor al die sportieve leden die niet enkel fietsen wil ik vast verklappen dit om hun trainingsschema reeds nu aan te passen, dat in 1997 de tweede Kerstdag valt een dag na eerste Kerstdag.

Gied van Dorst

-15-

Uitslag RUN-BIKE-RUN 26-12-1996

	Lopen 1 km	Fietsen 25 km	Lopen 6 km	Eind- tijd
1. Peter Kloosterman	4.14 (1)	47.48 (3)	24.23(1)	1.16.25
2. Gied v. Dorst	4.29 (4)	49.18(6)	25.52 (2)	1.19.39
3. Bram Martens	4.48 (6)	47.44 (2)	27.25 (5)	1.19.57
4. Din de Ridder	4.59(8)	48.33 (4)	27.07 (4)	1.20.39
5. Frank v. Tetering	4.38(5)	48.33 (4)	28.22 (6)	1.21.33
6. Leon v. Tetering	5.01 (9)	46.31 (1)	32.00(9)	1.23.32
7. Marcel Verhagen	4.18(2)	50.14(7)	29.33 (8)	1.24.05
8. Nico de Laat	4.27 (3)	53.38(8)	26.47 (3)	1.24.52
9. Ingrid Rompa	4.53 (7)	58.09 (9)	28.25 (7)	1.31.27

' T BARREKE

is vrijdag en zaterdag vanaf 19.00 uur
geopend, zondag al vanaf 16.00 uur.

4 fun, gezelligheid, 'n lekker biertje,
goede muziek (soms)



Bob Rasenberg
Molenstraat 22
4844 AN Terheijden
076-5932628
e-mail: [barreke\(@worldonline.nl\)](mailto:barreke@worldonline.nl)

IN DE WIND

Het moest er 'n keer van komen, in de wind gezet te worden door een van de laatste 8 schrijvers van "In de wind" waarvan er 5 meer aan triathlon doen dan alleen fietsen. Na 'n paar jaar gefietst te hebben ben ik ook overgestapt Haar de triathlonsport. De eerste keer was natuurlijk de triathlon van Terheijden.

Dat geeft een geweldig gevoel als je dat kunt presteren en over de finish komt, maar toch wil je steeds verder. Het jaar daarop zit je bij de Triathlon Vereniging Breda en doe je mee aan diverse wedstrijden. Bijvoorbeeld 'n R-B-R in Waalwijk, lopen, mountainbiken, lopen of 'n duathlon in Breda, zwemmen en lopen. Daarna 'n aantal kwarttriathlons. Telkens weer is dit 'n spannende gebeurtenis, omdat je geheel op jezelf aangewezen bent en alles alleen moet doen en je je nooit in 't peleton kan verstoppen, zodat je nooit van te voren weet hoe het zal gaan. Bijvoorbeeld vorig jaar in Zoutelande waar we in zee moesten zwemmen 1 km bij windkracht 6 a 7 met golven van 1,5 meter hoog. De eerste dagen hierna hoefde ik geen zout op m'n aardappelen, zoveel zout water slik je dan. Steeds ben je je grenzen aan het verleggen en wil je weten hoever je kunt gaan, zodat we nu aan het trainen zijn om eerst een hele marathon te lopen, 1 februari in Apeldoorn. Daarna 1 of 2 halve triathlons, 2 km zwemmen, 90 fietsen en 21 lopen en als alles goed gaat zonder blessures enz. starten in augustus in Almere voor een hele triathlon, 3,8 km zwemmen, 180 km fietsen en 42 km hardlopen. Dit vereist natuurlijk veel training, zodat we nu in januari per week 2x zwemmen, 3x lopen en 1 a 2 keer fietsen. Straks als de tijd verzet is gaan we weer meer fietsen. Dit alles doe ik samen met Ger de Peyper, die hetzelfde program af wil werken deze zomer. Samen trainen is veel leuker, omdat je je aan elkaar optrekt, ook als je 'n keer geen zin hebt.

Omdat wij best veel getraind hadden op het lopen hadden we graag meegedaan met de R-B-R op 2e Kerstdag (Peter, proficiat met je overwinning), maar we vonden het te koud om te fietsen.

Tegelijk met de R-B-R van Terheijden was er 'n bosloop van de TV. Breda op 't kadettenkamp in Teteringen. Daar hebben we toen maar meegedaan. 10,8 km op heuvelachtig, bochtig loszand terrein in 47 min. Wel blijven we natuurlijk zoveel mogelijk fietsen, de zomercompetitie en voor 't trainingsweekend in Valkenburg hebben wij ons reeds opgegeven. Ik hoop alleen dat als ik in Limburg weer op dezelfde kamer met Henk Lievens wordt ingedeeld dat hij net zo moe is als vorig jaar, zodat hij na slechts 1 kussengevecht al wil gaan slapen, zodat ik ook 'n beetje aan nachtrust toekom.

Verder wil ik de organisatie van de Grote Veldtoertocht nog bedanken voor de goed georganiseerde tocht, met 'n goede opkomst. Reden om het volgend jaar weer te organiseren. Tenslotte wens ik iedereen een zeer goed, gezond en sportief seizoen toe. Omdat er de laatste tijd veel schrijvers van "In de wind" uit de triathlonsport kwamen, wil ik nu een echte wielrenner in de wind zetten: Henk Lievens ziet (zag) overigens op 5 februari Abraham.

Tot ziens op vele activiteiten van de Wielervereniging Terheijden in 1997.

Henk Hamers

J. HOOGVELDT B.V.

**Loodgieters en
Centrale Verwarmingsbedrijf
Sanitair - dakbedekking**

Raadhuisstr. 40 - 4844 AE Terheijden - Tel. 076-5931255
Fax 076-5934189

Crosskampioen 1997 Wielervereniging Terheijden

Voor het eerste jaar is dit fenomeen opgenomen in de rijkelijk gevulde kalender van de Wielervereniging Over een zestal wedstrijden, in goede organisatorische handen van de Pedaalridders uit Made, waarvoor onze welgemeende hartelijke dank, konden coureurs die reden in de clubkleuren van Terheijden onderling uitmaken wie zich de allereerste officiële crosskoning mocht noemen. Aangezien dit zoals genoemd het eerste jaar betrof was de deelname nog niet zo schokkend. De onderlinge strijd was er echter niet minder om. Met een tiental deelnemers van Terheijden werd menige heuvel beklommen, vele kilometers blubber en zand werden doorkruist, in de harde winter werden de ingewanden danig op de proef gesteld door de stijf bevroren bodem. Kortom allen kwamen aan hun trekken of kregen hun trekken thuis. Degen die zich hebben laten afschrikken door de kou kan ik gerust stellen. Stoempend op de mountainbike bij 6 graden vorst geeft een gevoelstemperatuur van +31.

Hopelijk wordt het deelnemersaantal het komende jaar fors uitgebreid. Dat men niet kan winnen of gewonnen heeft doet bij het Kopske, onder het genot van koffie met gebak, niemand terzake.

Samen starten betekent echter ook dat men niet altijd samen aankomt en hieronder mag lijken dat iedere discipline zijn eigen toppers heeft, het feit geworden is:

CROSSKAMPIOEN 1996/1997

Gied van Dorst



ZATERDAGAVONDTRAININGEN 1997.

Iedere zaterdag vertrek om 18.30 uur vanaf 't Barreke,

<u>DATUM</u>	<u>ONDERDEEL</u>	<u>VOORRIJDER</u>	
april	5	Rit in lijn (4 ronden + 2 halve ronden koers)	Gerrit van Dongen
	12	Rit in lijn	Jack van Dongen
	19	Rit in lijn	Piet van Dongen
	26	Individuele tijddrit (3 ronden)	
mei	3	Rit in lijn	Gied van Dorst
	10	Rit in lijn	Co Driessen
	17	Rit in lijn	Jan Driessen
	24	Koppeltijddrit (4 ronden)	
	31	Rit in lijn	Pierre Driessen
juni	7	Rit in lijn	Ger van Duuren
	14	Rit in lijn	Roel Eland
	21	Ploegentijddrit (5 ronden)	
	28	Rit in lijn	Marino v.d. Elshout
juli	5	Clubkampioenschappen/Bindingsavond	
	12	Individuele tijddrit (3 ronden)	
	19	Rit in lijn	Joost Engelen
	26	Rit in lijn	A.C. den Engelse
aug,	2	Rit-in-lijn	Frans-Everts
	9	Rit in lijn	Martin Fens
	16	Rit in lijn	Ron van Geel
	23	Ploegentijddrit (5 ronden)	
	30	Rit in lijn	Rob Geerards
sept.	6	Rit in lijn	Ruud van Gijzen
	13	Kermiskoers	
	20	Rit in lijn	Henk van Gils
	27	Rit in lijn	Jos van Ginneken

De voorrijder dient op tijd aanwezig te zijn bij 't Barreke. Hier is een zwaailamp aanwezig die zonder moeite (magneet) op ieders auto kan worden geplaatst. Indien u zelf geen tijd heeft of geen auto of rijbewijs bezit, zorg er dan zelf voor dat er in ieder geval iemand anders voorrijdt !!

Wees sportief, breng uw medeleden niet in gevaarlijke situaties door uw afwezigheid. U komt als voorrijder slechts één keer in de 7 jaar aan de beurt. Rijdt altijd ongeveer 100 meter voor de renners uit. In onoverzichtelijke situaties claxonneren wanneer een tegenligger nadert.

En namens alle renners :

Hartelijk dank !

KNWU-kalender Brabant Zuidwest.

- 2-3 Omloop van de Houtse Linies (klassieker voor neo+elite amateurs)
9-3 St. Willibrord (neo+el, cycl+dk)
16-3 Woensdrecht (neo+el, J)
16-3 Effen BWF (cycl, V)
22-3 Oud-Vossemeer (neo+el, cycl+BWF, recr+BWF)
23-3 Huijbergen (neo+el, J, N)
23-3 Ulicoten BWF (cycl, V)
23-3 Dongen (neo+el)
30-3 Steenberg (neo+el, cucl, J, N)
31-3 Werkendam (neo+el, cycl+BWF, V+BWF)
6-4 Oud Gastel (neo+el, cycl, J, N, Vr)
20-4 Princenhage BWF (cycl, V)
27-4 Made (profs, neo+el, cycl, J)
30-4 Oosterhout (jeugd)
30-4 Wouwse Plantage BWF (cycl, V)

BEN EVEN WEG NAAR EEN VAN DE RIJWIELZAKEN VAN

JANUS VAN NISPEN

Ons adres voor rijwielen, sport-, tour- en kinderrijwielen

Mastbosstraat 82 - Tel. 076 - 5218752

Ons adres voor bromfietsen en snorfietsen

Mastbosstraat 80 - Tel. 076 - 5213372

A.T.B. en Race afdeling

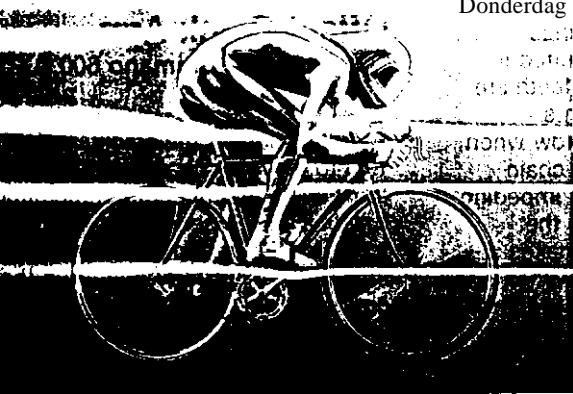
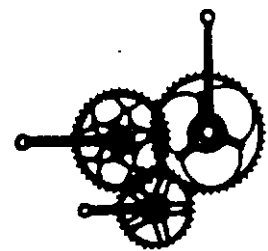
Mastbosstraat 84 - Tel. 076 - 5218752

Breda

Natuurlijk ook een eigen reparatie-inrichting aanwezig.

Donderdag na 13.00 uur gesloten

Telefax: 076 - 5203739



BWF - kalender

- 16-3 Breda (de Rith)
22-3 Oud-Vossemeer (KNWU 2-cat.)
23-3 Ulicoten (met KNWU)
30-3 Breda (Spinveld)
31-3 Werkendam (met KNWU)
- 6-4 Breda (E-10 prijs, Semi-klassieker)
13-4 Someren-Heide (St.Jozefklassieker)
20-4 Breda (Princenhage met KNWU)
27-4 Langeweg
30-4 Wouwse Plantage (met KNWU)
- 4-5 Liessel (Ronde van Brabant)
8-5 Breda (de Burcht met KNWU)
11-5 Bavel (KNWU 2-cat.)
18-5 Breda (Ginneken)
19-5 Rijen (Haansberg)



Handelskwekerij Ad Snoeren

Molenstraat 75, 4844 AM Terheijden

Telefoon 076 - 5931244, Telefax 076 - 5934134

H E T A D R E S

V O O R

T U I N L I E F H E B B E R S -

INTERVIEW MET.....

Toen we met de redactie begin januari weer voor het eerst bijeenkwamen, waren enkelen van ons nog behoorlijk bevangen door het schaatsvirus.

Bovendien vond één der redactieleden het tijd worden dat er weer eens een vrouw werd geïnterviewd. Gezien de minderheid die de dames binnen onze club als groep inneemt en de nog volop aanwezige schaatsgedachten zal het geen verwondering wekken dat we bij Miriam van Helmond uitkwamen. Een afspraak was snel gemaakt maar toen één van de interviewers deze afspraak op het laatste moment enkele dagen uit wilde stellen en de weersvoorspellingen voorzichtig spraken van terugkeer van de vorst, moest Miriam wel even een voorbehoud maken: „als de ijsbaan weer open gaat ga'k schaatsen"! Daar hoefden we dus niet bang voor te zijn. Wat ons echter wel verraste was de dikke mist in combinatie met vorst die het ons moeilijk maakte de verbouwde boerderij op het Munnikenhof goed te kunnen vinden en later die avond weer veilig thuis te zien geraken.

Uiteraard lukte het ons als ervaren "Munnikenhofparcourskenners" de stallen van Miriam en Sjel te vinden, maar toen moesten we nog de juiste voor- of achterdeur zien te vinden. De buiten bel was helaas defect, maar onze goed oplettende interviewster had al wel snel de namen van de inwonenden in haar geheugen opgenomen. Met name op de onderste naam (Chef) zou ze later in het gesprek nog terugkomen. Nadat we uiteindelijk, weliswaar met hulp van zoon Koen, de goede achterdeur hadden gevonden werden we gastvrij ontvangen in de (van verbouwde stal naar) ruime woonkamer. De kachel (een echte Belgische, maar de naam schiet me nu even niet te binnen) doet haar best om van het vele aanwezige hout uit Sjel z'n schuur een gezellige warmte te produceren. Dat lukt opperbest en zodra we achter een bakske koffie met gebak zitten kunnen de vragen op Miriam worden afgevuurd en de volgende antwoorden worden genoteerd. (Zo gaat het dus vrijwel nooit in de praktijk van onze interviews maar om toch een vraag- en antwoordsituatie te creëren zodat het op een heus interview lijkt kiezen we altijd voor deze vorm. RED.)

RED: Wij kennen jou wel als een echte Traaise (van Kuijk) maar vertel eens wat over je roots?

MIRIAM: Zoals je al zei ben ik een geboren van Kuijk, dochter van de bakker en we waren thuis met 6 meiden en 3 jongens. We waren burens van de fam. van Tetering, dus die kende ik al wat eerder als via het wielrennen. Hoewel we de lagere schooljeugd destijds in aparte jongens- en meisjesscholen doorbrachten ken ik die mannen dus al wat langer. Zoals mijn buurtjongens wel eens in de bakkerij meewerkten heb ik ook eerst na de Mulo nog een aantal jaren thuisgewerkt en brood rondgebracht voordat ik ging werken bij een andere "baas". Dat was de rechtbank in Breda en dat heb ik gedaan totdat onze eerste zoon Koen werd geboren. Toen de kinderen (inmiddels was ook Jaap geboren- red.) ouder werden ben ik weer gaan werken en momenteel werk ik 20 uur per week als afdelingssecretaresse op de afdeling voorlichting en preventie gezins

RED: De onvermijdelijke volgende vraag. We kennen jou, en zeker de laatste tijd is dit weer duidelijk, vooral als schaatsliefhebster. Heb je nog meer sportief verleden?

MIRIAM: Ja, eigenlijk bestaat het verleden voornamelijk uit volleybal. Dat heb ik bijna 20 jaar met veel plezier gedaan. Inmiddels was ik ook al met tennis begonnen maar dat heb ik maar 2 jaar volgehouden. Ik leerde het niet al te snel en omdat ik geen geduld daarvoor had werd dit dus niets. Ondertussen ben ik 8 jaar geleden met fietsen begonnen op de woensdagavond. Samen met o.a. onze Annemiek en Christ Slabbers op de woensdagavond. Jan van Tetering reed toen ook mee op woensdagavond en het ging best hard.

RED: Hoezo hard als Jan er bij is?

MIRIAM: Dat begrijpen jullie best wel hoor! Jan zei altijd: zolang ze mouwen kenne ze mee. Pas enkele jaren later zijn we meer op de zaterdagmiddag gaan fietsen met o.a. Jacques en Ingrid Ojens en Jos van de Berg. Schaatsen doe ik eigenlijk pas sinds 4 jaar, op noren wel te verstaan. Daarvoor deed ik het ook veel en graag maar wel alleen op kunstschaatsen. Ik werd overgehaald om ook eens op echte noren te gaan schaatsen en dat beviel me zo goed dat ik gelijk prijs reed op de Traaise kampioenschappen en de marathons bij de dames won. Dit beviel ook weer

goed en vorig jaar ben ik samen met Els Vervuren en Willy Thijssen op zaterdagmiddag op schaatsles gegaan.

RED: Dat is wel te zien, we genieten van jouw techniek en je prestaties. Maar vertel eens, hoe zat dat dit jaar met de wedstrijden in Terheijden? Hebben wij nou geen verstand van schaatsen of was dit een tactische wedstrijd?

MIRIAM: Nee hoor die ene ronde van 500 meter is gewoon ieder voor zich rijden wat je waard bent en dan neem je soms risico's in de bocht. Met de langebaanwedstrijd van 5 rondes is het, als je maar met vieren rijdt en de krachtverschillen niet zo ver uiteenlopen, heel moeilijk om alleen weg te komen. Het is nog wel even geprobeerd maar de laatste bocht en eindsprint moesten toch de beslissing gaan brengen en daarin had ik deze keer het meeste geluk. Die marathon had ik ook wel graag willen winnen, maar je schaatst in zo'n klein deelnemersveld niet zomaar die anderen los. Hier dacht ik toch in de sprint te kunnen gaan winnen maar helaas voor mij bleek Ingrid nu net ietsje eerder over de finish te zijn gegaan. Het lijkt er dus wel op dat de prijzen dit jaar onderling eerlijk zijn verdeeld, maar dit was echt niet de bedoeling; we wilden allemaal graag zelf winnen.



- 26 -

RED: Nou vooruit dan maar, dan is dat ook weer duidelijk. Toch hebben we nog niet alle vormen van sport gehad, voorzover ik jou bezig heb gezien.

MIRIAM: Dat klopt, ik volg al 10 jaar de conditietraining bij de judo afdeling van dhr. van der Heijden. Dat is ook hartstikke leuk en vooral nuttig. Lopen doe ik ook nog wel maar dat is voornamelijk voor het plezier. Trouwens, dat geldt voor alle sporten die ik heb gedaan en nu nog doe. Dat lopen bijvoorbeeld schiet niet echt op maar daarom vind ik het nog wel leuk om te doen. Op de estafettetriathlon verlies ik altijd veel tijd en plaats. Dat zal dit jaar misschien nog meer opvallen, want de afspraak is nu dat er een team wordt gevormd met onze Ger van mij zwager Jan van Helmond en zijn vriendin Carlijn. Als je hun capaciteiten kent, dan kan je het al raden: ik moet vermoedelijk als eerste gaan lopen en dan maar zien dat er zo min mogelijk deelnemers mij gaan inhalen.

RED: Behalve je werk thuis en buitenshuis, de sport en andere sociale zaken zie ik daar ook nog een boek liggen van Isabel Allende. Is lezen ook één van je hobbies?

Een goede prestatie verdient een bloemetje, nietwaar?

Iedere Dinsdag
op de markt.

**JONGEJANS**

Bloemenboetiek

- Verse snijbloemen
- Bloemstukjes
- Plantenbakjes
- Kamerplanten
- Rouw- en Bruidswerk
- Kunst bloemen en planten
- GRATIS Ringzegels
- Lid Teleflora

Hoofdstraat 66
4844 CG Terheijden
Nederland

Telefoon:
076-593 2155
Telefax:
076-593 2155



MERIAM: Niet speciaal een hobby, maar ik doe wel graag veel en verschillende dingen. Op z'n tijd een goed boek hoort daar ook zeker bij.

[aar er wordt ook tijd vrijgehouden voor het op z'n tijd gaan stappen of eens een keertje naar de schouwburg. Ik vind eigenlijk het hele sociale ven erg leuk en de sport is daar ook een belangrijk onderdeel van

RED: Jullie hebben ook een mooie en vooral lieve hond.

MERIAM: Ja, toen we eenmaal hier woonden en ruimte hadden, wilden el en ik en de jongens graag een hond. Met Chef hebben we het goed getroffen. Hij is erg lief en je hebt er veel plezier van. Zo is de hond uitlaten met een langere wandeling ook een nieuwe en leuke bezigheid geworden.

Terwijl Sjel de glazen nog maar weer eens volschenkt, genieten de verslaggevers zo van de ongedwongen sfeer en verhalen van Miriam en el dat ze gewoon vergeten hun aantekeningen te maken. Daar komt nog bij dat Sjel als geboren Wagenberger ook veel overeenkomsten heeft met onze vrouwelijke verslaggeefster. Als je dat allemaal opschrijft en uitwerkt voor zo'n interview dan kan deze Klepper wel eens te dik arden.

De tijd vliegt en we gooien er nog maar eens een vraag tegenaan die in veel interviews vaak standaard als een afsluitende vraag wordt gesteld.

RED: Wat bevalt jullie zo al aan de wielerclub en zou er nog wat te wensen zijn?

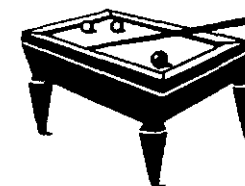
MIRIAM: Het is vooral een gezellige en sociale club. Er zouden trouwens best wat meer vrouwen lid mogen zijn, zodat je meer steun en gezelligheid aan elkaar hebt tijdens activiteiten. Vooral als er bij toertochten meer vrouwen zouden meedoen of kortere langzamere tochten zouden worden georganiseerd zou de animo misschien wat groter kunnen worden. Zie dit niet als kritiek hoor, maar meer als wens. verder hoop ik dat de triathlon goed en lang blijft bestaan. Dit jaar proberen we (Miriam is lid van de commissie-red.) extra deelnemers te krijgen door de invoering van een triotriathlon. Dus bij deze een oproep aan allen: formeer een leuk team en doe mee!

Met deze oproep besluiten we dit uitgewerkte interview maar af te sluiten.

Voordat we weggaan krijgen we van Sjel en Miriam nog een korte rondleiding door hun prachtige verbouwde boerderij. We delen niet zo gauw in het openbaar complimentjes uit, maar moeten hier toch wel kwijt stevig onder de indruk te zijn geraakt van de vrij ingrijpende verbouwing die de voormalige stallen en andere ruimten binnen een maand of 4 hebben omgetoverd tot praktische en sfeervolle woonruimten. We verlaten met een warm gevoel en onder dankzegging voor hun gastvrijheid hun woonstede.

Buiten worden we gelijk weer geconfronteerd met kou, dikke mist en aangevroren autoruiten. Gelukkig was er reeds gestrooid, hoewel we de waarschuwing mee kregen dat de strooiwagen i.v.m. de geringe doorrijhoogte op het Munnikenhof niet overal kan komen. Dus bij Henk Lievens in de bocht was het even extra opletten maar na rustig aan te hebben gedaan keren beide verslaggevers weer veilig thuis.

Café du Commerce



WAAR

de verwachting van goed
gezelschap en een goed glas bier
op een ontspannen, vrije, niets
verplichtende plek samen gaan.

Bredaseweg 20, Terheijden

Deeltijd AC'er Harry Bakker volbracht De Tocht der Tochten

"Eigenlijk kan ik helemaal niet schaatsen"

Op 4 januari 1997 was Nederland niet groter dan Friesland. Oranjegevoel mengde zich met de blauw-witte vlaggen van onze noordelijke provincie. De natie en ver daarbuiten dacht maar aan één spektakel: de Friese Elfstedentocht.

Nerveuze weken gingen er aan vooraf, waarin WIJ overvoerd werden door advertentiecampaagnes 'n het Fries en ijsmeesters en rayonhoofden die even het episch centrum van de wereld vormden. Gaat HIJ nu wel door of gokt de voorzitter van de vereniging weer fout, net als vorig jaar. Harry Bakker heeft er hoogstwaarschijnlijk een kaarsje of twee extra voor opgestoken. "Ik zou en moest De Tocht der Tochten ooit helemaal uitrijden. Dat is me nu gelukt. Ik ben dol- en dolblij", zegt de deeltijdstudent AC, gevolgd door nog een paar superlatieven. Een levensdroom van Harry Bakker is werkelijkheid geworden: de boomlange schaatsers haalde op de Bonkervaart de eindstreep, die inmiddels als relikwie voor redelijk grof geld van de hand is gegaan. Leuk zo'n plasje water op het dressoir.

Wat is dat toch met die Elfstedentocht? Leden van de vereniging De Friesche Elfsteden halen er steevast ieder jaar rond oktober al de schaatsen voor uit het vet. Vorst of geen vorst. Meer dan zeven miljoen mensen keken naar de live-uitzending

honderdduizenden omzoomden in bittere kou het parcours. "Het is magisch. Anders kan ik het niet omschrijven", zegt Harry Bakker met respect. "Het is De Tocht der Tochten. Misschien heeft het met de heroïek van vroeger te maken. Bij mij gaat in ieder geval het bloed sneller stromen als de rayonhoofden voor de eerste keer bij elkaar komen."

Harry Bakker volbracht de tocht in ruim 15 uur. En dat mag een prestatie heten. Een derde deel van 16.000 toerrijders bereikte nooit schaatsend Leeuwarden. Iedereen die de elf steden schaatsend wilde afstempelen, sprak over een loodzware vijftiende editie. De wind op grootste stukken tegen, het ijs dat bij iedere slag slechter werd, dwongen velen tot opgeven. Harry Bakker vond het eigenlijk allemaal wel meevallen. "Ik moest, kost wat kost, Leeuwarden halen. Dat moest gewoon" zegt hij terwijl hij even in het hemelse staart. "Die wind tegen vond ik alleen maar prettig. Dan schaats ik het lekkerst. Een inzinking heb ik ook niet gehad. De enige pech was dat halverwege een braam



Harry Bakker: "Ik ben dol- en dolgelukkig dat ik de Elfstedentocht heb uitgereden. Het is het mooiste wat er is."

in mijn schaats kwam. Daar ben ik maar mee doorgereden. Ik had er overigens wel mijn voorbereidingen voor getroffen. Ik had geld bij me om desnoods onderweg nieuwe schaatsen te kopen, als ze die in maat 47 hadden. Ook lagen op zes plaatsen langs het parcours reserveparen klaar. Die zouden dan door

vrienden gebracht kunnen worden. Ik had het ook verdomd om in een bus te stappen en naar Leeuwarden te rijden. Als ik het schaatsen in Sneek zou hebben moeten opgeven, dan was ik naar de finish gelopen."

Door de invallende vorst werd de Elfstedentocht vroeg in het seizoen

gereden. Vooral de wedstrijddrijders klaagden daarover. Harry Bakker wijkt ook van die mening af "Ik had al een paar tochten gereden. Bovendien komt zo'n evenement voor mij nooit te vroeg of te laat. Als het maar komt. Vorig jaar ging Hij niet door en in 1985 en 1986 haalde ik de eindstreep door allerlei omstandigheden niet. Het moest dus nu gebeuren..." De deeltijdstudent trainde niet speciaal voor de 200 kilometer lange rit. "Ik haat kunstijsbanen om op te trainen. Bovendien kan ik eigenlijk helemaal niet schaatsen. Pootje over moet ik nog steeds leren. Ik denk dat ik dat nu maar eens ga doen." Harry Bakker maakte ontelbare malen onvriendelijk kennis met het Friese ijs. "Ik ben wel wat gevallen. Je moest, zeker in het donker, ook zo goed opletten. Daardoor mis je

ook veel van de plaatsen waar je doorheen schaatst. Er zijn plekken die je helemaal niet ziet of waar je niets hoort, terwijl er duizenden mensen staan. Die bruggetjes waar je moest bukken, daar denk je van dat je die echt toch wel ziet. Vergeet het maar, je stootte zo je hoofd. Het gekke is dat je op andere momenten wel aandacht hebt voor de omgeving. Als ik bijvoorbeeld dorst had, hoorde ik overal dat er warme thee en soep gratis werd uitgedeeld. Ik denk dat dat een kwestie van overleven is. Je moet nu eenmaal veel drinken en goed eten. Als je merkt dat je dorst en honger hebt, ben je in feite al te laat." De ontberingen derden Harry Bakker allang niet meer. Zijn felbegeerde kruisje heeft hij nog niet binnen, maar een eventuele volgende Elfstedentocht zit al zijn hoofd. Ook als hij het pootje over nog niet onder de knie zou hebben.

De schoonheidsspecialist. Je wordt er weer mens van.



ANGELAOTJENS

HUIDVERZORGING

Wilhelminastraat 127
4818 SB Breda
Telefoon 076-(5)213774
Telefoon 076-(5)213774

HORECA VERENIGING TERHEIJDEN - WAGENBERG

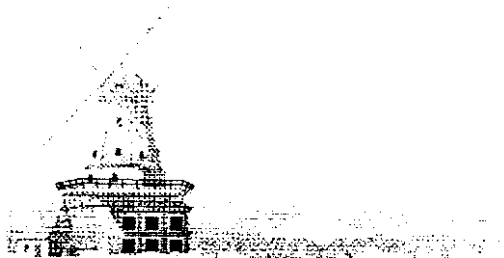
"Wij heten u van harte welkom"

<p>Café Restaurant Buitenlust Moerdijkseweg 10 4844 PD TERHEIJDEN Tel. 076 - 593 1297</p>	<p>Cafeteria 't Pleintje Hoofdstraat 23 4844 CA TERHEIJDEN Tel. 076 - 593 3905</p>
<p>Hotel Café Restaurant De Gouden Leeuw Raadhuisstraat 13 4844 AA TERHEIJDEN Tel. 076 - 593 1353</p>	<p>Café De Zevende Hemel Hoofdstraat 20 4844 CE TERHEIJDEN Tel. 076 - 593 2211</p>
<p>Café De Harmonie Markstraat 5 4844 CN TERHEIJDEN Tel. 076 - 593 1207</p>	<p>Cafeteria Het Eethuisje Kerkstraat 2 4845 ED WAGENBERG Tel. 076 - 593 3831</p>
<p>Café-Restaurant De Kleine Schans Molenstraat 52 4844 AP TERHEIJDEN Tel. 076 - 593 1237</p>	<p>Café Restaurant Driedorp Kerkstraat II 4845 EC WAGENBERG Tel. 076 - 593 1601</p>
<p>Café Cafeteria 't Markkantje Markstraat 16 4844 CR TERHEIJDEN Tel. 076 - 593 1390</p>	<p>Café Nicortiny Dorpstraat 26 4845 CG WAGENBERG Tel. 076 - 593 1566</p>

WIJ FELICITEREN

2-3 Hans van Brummen
2-3 **Jan** Driessen
3-3 Jan Snoeren
4-3 Eric Oostdijk
5-3 Pieter-Jan Lutikhuis
5-3 Ronnie van Tetering
6-3 Jack van Dongen
8-3 Corné Voogt
10-3 Sjel Welten
21-3 Emile Rasenberg

2-4 Dim Jansen
2-4 Ger de Peyper
3-4 Henk Hamers
3-4 Rinus Ooninx
7-4 Ingrid Rasenberg
14-4 Marco Beerens
17-4 Toon Wouters
19-4 Cor Haanskorf
24-4 Gerrit van Dongen



Visie

Fietspedaal met nieuwe as levert pure winst op

Meer rendement uit de trappers

Een fietser die meer kracht wil zetten gaat op de pedalen staan.

De fiets wordt bij iedere slag een beetje opzij geduwd, waardoor de tweedimensionale beweging die de trappers gewoonlijk toelaten, wordt omgezet in een driedimensionale. Dit principe staat aan de basis van een nieuwe as voor fietspedalen, die ervoor zorgt dat het rendement minimaal 4,2 procent toeneemt.

In de wereld van de topsport, waar vaak met fracties wordt gerekend, een aanzienlijk percentage.

Het volgende artikelje
Meer rendement uit de trappers
hebben we overgenomen uit het
maandblad Inno Visie, januari 1997

Het idee is afkomstig van de Limburger Math Buck, die in zijn dagelijks leven werkzaam is als fysiotherapeut. „In mijn werk ga ik uit van een concept dat populair gezegd stelt dat iedere beweging die de mens maakt in drie bewegingsrichtingen tegelijk verloopt. Daarom viel het me tijdens het fietsen op dat de fietsbeweging eigenlijk niet geheel natuurlijke is”, aldus Buck. Hij wilde weten of het mogelijk zou zijn de driedimensionale beweging ook in fietspedalen te laten terugkomen er of dit dan zou leiden tot een rendementsverbetering.

Testen

Hij besprak zijn idee met zijn kennis Leo Cüppers en samen besloten ze dit te gaan onderzoeken. Het resultaat is een pedaal-as die bij het ronddraaien ook een zijwaartse beweging van 1,2 centimeter maakt. Bij één volledige rotatie maakt de pedaal een beweging van buiten naar binnen, of omgekeerd en weer terug.

Hiermee zijn diverse proefnemingen gedaan, onder meer met een groep van tien personen, allen geoefende fietsers

Het ging hierbij om sporters van topniveau: wereldkampioen ATB, profwielrenner, Europees kampioen triathlon en diverse medaille-winnaars op nationale kampioenschappen. De tests werden uitgevoerd door Louis Delahaye, bewegings-wetenschapper en bondscoach van de triathleten. Hieruit kwam naar voren dat de fietsen uitgerust met de nieuwe assen leidden tot een rendements/verbetering van gemiddeld 4,2 procent. „En dat terwijl we werkten met assen die nog niet eens volledig waren uitontwikkeld”, aldus Buck. Even belangrijk waren de conclusies dat de hartslag van de fietsers iets lager lag, hetgeen duidde op een efficiënter gebruik van de spieren. Buck: „Dit is pure winst voor de sporter. Bovendien gaven de testpersonen aan dat er geen wringing in de knie of enkel optrad. Dit was voor ons het bewijs dat het systeem werkt.”

Nieuwheidsonderzoek

Het Innovatiecentrum kwam ruim twee jaar geleden in contact met Cüppers en Buck. Onder begeleiding van het IC werd een nieuwheidsonderzoek gedaan, en werden de twee verwezen naar een octrooigemachtigde en het

Reactie Klepperredactie :

4% winst is voor de winnaar totaal onbelangrijk !
WINNEN = WINNEN

Maar: voor de man die anders 100-ste geworden zou zijn betekent het echter 4 plaatsen winst!

De trimmer die voor een toertocht 25 glazen bier gedronken zou hebben kan er nu gerust eentje meer nemen zonder extra af te moeten zien.

Specialistisch InnovatieCentum voor uitvindingen ID-NL. Ook heeft het IC het onderzoeker met de tien proefpersonen begeleid en contacten gelegd met de universiteit van Maastricht, waar de test werd uitgevoerd. Verschillende sporters maken inmiddels gebruik van de nieuwe pedaal-assen. Zo heeft triathleet Ralph Zeetsen er al de nodige successen mee geboekt. Het is wat moeilijker om wegrenners nu al te laten profiteren van deze assen, omdat hun ploegen gebonden zijn aan materiaal van de sponsors die de nieuwe assen nog met hun pedalen hebben ingebouwd. De UCI, de internationale wielerbond, heeft bepaald dat het nieuwe systeem in wedstrijden wordt toegelaten.

Kleppertje

Wie heeft er thuis nog staan en gebruikt deze niet meer ?

Hometrainer of rollenbank of hoe zoets ook heten mag.

Ik ken iemand die tijdens niet fietsbaar weer (o.a. de wintermaanden) toch wil blijven bewegen en zo de conditie enigszins op peil probeert te houden en waarom ook niet op deze manier geprobeerd ?

Wie kan haar helpen om dit te proberen / te lenen / te verkopen of wat dan ook.

Reacties graag naar Nico de Laat, tel. 5933943



RASENBERG PARKET

ambachtelijke vloeren. 't laagst geprijsd in uw omgeving

alle houtsoorten en motieven

reparatie en onderhoud

schuren van bestaande vloeren

volledige garantie

Oe krijg ik nouw ok zukke sterke benen ??

Ik zou zóogère ok eens met die andere meiden willen knokken om de eerste plaotsen tijdens de Traaise kampioenschappen schetsen.

Ik had al eens tegen mijne mens thuis gezeed van : „slept de schaatsen van Meriam mar zo dat er vooral vééél haken aan zitten”.

Mar nie doen hoor, dus..... ze wint wir!!!

Ik moet da verdorie toch ok kunnen.

Nou, als ik het volgende weekend nou eens flink train bij H. van Wijk, zouwen jullie mij doar dan een bietje bij kunnen helpen°

Veul leut meej carnaval.

Willy Thijssen.



Wa
denkte
daor
van ?!



WIST U DAT.....

- diverse leden hun fiets helemaal niet misten deze winter?
- zij blij waren dat er weer echt en veel geschaatst kon worden?
- de meesten dit dan ook volop deden?
- wij opvallende schaatstechnische vorderingen constateerden?
- met name ons kermiskoninkje ook probeert een waardig winterkoninkje te worden?
- hij behalve zijn schaatslessen en overig talent ook nog een paar uurtjes slaap, een Mars en een kop koffie moet gebruiken?
- dit nodig is om gelijkwaardig met Bob de strijd aan te gaan?
- behalve Harry Bakker ook Dim Jansen in Friesland is gestart?
- dat de prestaties van Dim het best het daglicht kunnen verdragen?
- velen tijdens maar ook na hun prestaties hebben genoten van gereden toertochten?
- velen hun materiaal scherp hielden door toedoen van onze meesterslijper en zijn eerste gezelschap?
- Hun "concollega" ondanks drukke slijperikelen en een uitstapje naar Fryslan toch nog 3 medailles in de wacht wist te slepen en 2 (of meer?) tetanusspuiten?
- Jan van Tetering behalve ijswedstrijdleider nu ook bevorderd is tot plaatselijk rayonhoofd?

WIST U DAT.....

- de redactie ook iets actueler kan schrijven dan bijvoorbeeld over het schaatsen ten tijde dat de bloembollen al de grond uitkomen?
- wij ook meej carnaval alles nauwlettend proberen te volgen?
- dit ons helaas ook dit jaar weer niet gelukt is?
- wij toch melding moeten maken van diverse schitterende creaties in dun optocht?
- de Drupkes dit jaar met hun wolven(opvang) hoge ogen gooiden?
- zij zelfs zo hoog eindigden dat ze nu met een reuzebeker opgescheept zitten?
- Jan van Tetering zich heeft aangeboden deze publieksprijs goed te verzorgen?
- Henk Lievens nu wel met zijn jockeyhelm in de Markstraat mocht rijden?
- dit hem zo motiveerde om maar gelijk de zeepkistenrace te winnen?
- meesterkok Joop Braakhekke zich ook waardig en culinair heeft gedragen?
- onze getuigedeskundigen hebben gemeld dat Willy goed heeft getraind bij Henk van Wijk?
- de redactie daarom toch maar besloten heeft haar ingezonden stukste helaas 2la de carnaval te moeten plaatsen?
- wij toch nooit kunnen concurreren met de snellere media als dagbladen, kijkradio of internet?