

hamok

Voorzitter	André Aerts Boshuis 11 3980 Tessenderlo 0484/482886 andre.aerts@hamok.be	Bestuurslid	Luc Melis VVO: sport en kaarten Oude Melsebaan 32 2490 Balen 014/816202 luc.melis@hamok.be
Ondervoorzitter	Jos Thijs VVO: beheerraad Driegezustersstraat 36 3582 Beringen 011/421097 jos.thijs@hamok.be	Public Relations Uitrusting	Bart Mellebeek Korteweg 13 3971 Heppen 011/391397 bart.mellebeek@hamok.be
Secretaris (intern)	Pascal Mylle Maasbeekstraat 16 3945 Ham 0485/41.94.38 pascal.mylle@hamok.be	Informatica	Bart Herremans Velmerlaan 43 3806 Velm 011/760455 bart.herremans@hamok.be
Secretaris (intern) Lidgeld	Fernand Scheelen Berkenlaan 95 3970 Leopoldsburg 011/345575 Rekening: BE84 7795 9196 4459 fernand.scheelen@hamok.be	De Knijptang (sportief)	Wim Hoekx Sterstraat 19 3920 Lommel 011/552440 wim.hoekx@hamok.be
Schatbewaarder Kantine	An Verberne Poelstraat 7 3520 Zonhoven Rekening: VZW HAM O.K. IBAN BE68 4581 0482 3134 BIC KREDBEBB 0476/755895 an.verberne@hamok.be	Organisaties	Luc Bouve Beringssteenweg 44 3971 Leopoldsburg 0473/930069 luc.bouve@hamok.be
Inschrijvingen	Dominique Schutjes Peerderbaan 13 3940 Hechtel 011/734453 fax: 011/733611 Rekening: HAM O.K Hechtel IBAN BE71 7350 2279 3469 dominique.schutjes@hamok.be	Informatica	Ronny Timmers VVO: sport & kaartencommissie Poelstraat 7 3520 Zonhoven 0479/200967 ronny.timmers@hamok.be
		Jeugd	Dries van der Kleij VVO: ploegencommissie Blandenstraat 208 3052 Haasrode dries.vanderkleij@hamok.be

Voorwoord



Het eerste kwartaal is achter de rug en als we buiten kijken en lopen is het net zomer. Iedereen gelukkig doch laat ons even naar de resultaten kijken van afgelopen maand of daar ook de zon schijnt. Laat de harde realiteit van de cijfers spreken.

De eerste wedstrijd van maart was op Holven. Zowel de kaartverkenning als de wedstrijd werd volledig door Wim H. gedragen. Het was lang geleden dat hier nog gelopen is , zelfs voor mij de eerste keer, doch een toffe kaart. Wim had alle mogelijkheden die de kaart had, benut. Op wedstrijdgebied geen verkeerd woord, alleen de kantine, een chirolokaal aub, vuil en smerig. We hebben nog moeten poetsen vooraleer de deelnemers arriveerden en hebben het geheel properder achter gelaten dan dat we het 's morgens gekregen hadden. Bedankt aan de

helpers om dit klaar te krijgen. Qua resultaten, ter info:uwe voorzitter voerde het ganse peloton aan, in zijn categorie.

De week nadien BK nacht in Kasterlee en ziedaar de nachtraven van HAMOK zijn weer daar. 27 leden aan de start. Proficiat aan de kampioenen en dit zijn ze:

Greet O. bij de D open, An V. bij de D masters B, Daniëlle N. bij de D masters D, Piet D. bij de H beloften en hoe ze het kunnen doen weet ik niet doch Bart M. en Guido T. hebben exact dezelfde tijd gelopen bij de H masters B. Hebben deze nu allebei een halve medaille gekregen of is men voorzien voor zulk een onvoorziene omstandigheid?

De week nadien op de Hoge Rielen een opmerkelijke prestatie van Jil M. , knap voor

deze jongedame in de categorie D:05. Ook uwe voorzitter laat zich weer niet onbetuigd, zoals ook Greet, Greta, Klaas en Bob S.

Wat betreft Gent en de Klinge heb ik geen reacties mogen ontvangen. Ik kan alleen in de resultaten zien dat er respectievelijk 5 en 17 Hamokkers aanwezig waren. Wel is er voor eind van de maand in de aanloop van de Interland nog een militaire geweest op Gerhees, doch voor sommigen was dit niet meer dan een training in het licht van Herbeumont. Ik durf het niet meer aanhalen, doch uwe voorzitter had weer zijn best gedaan.

Wat staat er te gebeuren? De interlandwedstrijd in Herbeumont met een trainingsdag in Grandvoir. De resultaten zijn voor de volgende knijptang. Defoto boven is genomen door onze redacteur vlak voor de start. Merk op, niet de traditionele HAMOK-kleuren, doch de uniforme VVO-shirts. Wie Herbeumont zegt, zegt veel hoogteverschillen te overbruggen. We hebben in dezelfde omgeving gelopen als de laatste dag van de 3-daagse 2016. Dit wordt afzien.

Verder komt Pasen eraan, en dan denken we op maandag de traditionele cross op Baeckelandt.

De baanlegger van dienst is Klaas M.

De week voordien een nationale in Küchelscheid en de week nadien een BK clubaflossing in Straimont.

Verder weer een eigen organisatie in Ham met een eerste lenteloop op woensdagavond.

Dus de maand april wordt een stuk drukker dan de afgelopen maand maart.

Via de sociale media wordt er geregeld opgeroepen om te helpen. Ik weet dat velen hierop onmiddellijk reageren, bedankt hiervoor en een dikke merci doch we komen nog handen tekort. Het moeten niet altijd dezelfde zijn die de handen uit de mouwen steken. Niet alleen voor de regionale wedstrijden, doch dit jaar hebben we nog een grote klus te klaren met de 4-daagse rond half augustus. Ik hoop dat we op veel steun van al onze HAMOK-leden mogen rekenen om dit evenement tot een goed einde te brengen.

Ik wens u verder een vrolijk paasfeest toe.

Tot de volgende cross.

Uwe voorzitter.

Inschrijvingen

Alle inschrijvingen bij Daniëlle!

VK Sprint

Op 30 april staat het volgende Vlaams kampioenschap op het programma. De stad Turnhout zal het decor zijn van het VK Sprint.

Inschrijven voor 17 april.

Nationale Sprint

Het is gedwongen sprintseizoen, want op 7 mei volgt de volgende sprintwedstrijd. Dit keer een nationale sprint in Geel. Inschrijven voor 23 april.

BK Sprint

Voor lopers die nog niet genoeg gesprint hebben, is er op 21 mei ook het BK Sprint. Dit wordt gelopen in Arendonk. Om de achterbuurten en kleine steegjes van Arendonk centrum te ontdekken, moet je je voor 9 mei inschrijven.

Na het kampioenschap is er ook een estafette stratenloop. Wie waagt zich daar aan?

Beker van de Secretaris

Met algemene vergadering...

Op 5 mei is het weer zover en houden we onze algemene vergadering.

Om van de avond een onvergetelijk moment in de hamokgeschiedenis te maken, wordt er een Beker van de Secretaris aan gekoppeld.

Plaats van gebeuren?

Kantine FC Rio
Oude Baan
3945 Ham – Genendijk



Beker van de Secretaris?

Een oriëntatiewedstrijd, exclusief voor hamokleden, in een onuitgegeven concept en met veel geheimzinnigheid vooraf en mooie prijzen achteraf.

Wat ik al weet:

- Briefing en vertrek naar de start om 18h45.
- Kaart: Kepkensberg (gewoon op papier deze keer)
- Schaal: 1/7.500
- Afstand: Afhankelijk van jou snelheid

We gaan mee met de tijd en gebruiken emit als registratiesysteem, vergeet je badge niet.

Een uurwerk kan overigens ook handig zijn.

Geen kinder-O, douches en cafetaria zijn wel aanwezig.

Algemene vergadering?

De algemene vergadering is dé gelegenheid voor het hamokvolk om het bestuur te interpellieren, voor schut te zetten, af te zuipen of, godbetert, toe te juichen.

Laat deze kans niet voorbij gaan.

Op het programma staan een aantal verplichte nummers, maar ook relevante items rond belangrijke thema's:

- 1) Welkom
- 2) Sportief verslag
- 3) Financieel verslag en aanduiden controleurs
- 4) Samenstelling bestuur
- 5) 4-daagse van Vlaanderen
- 6) Hamoktrainingen
- 7) Rondvraag
- 8) ...

Is dat alles?

Bijlange niet!

Naast het nodige drinken voorzien we ook een hapje.

Zoals steeds is deelname aan de Beker van de Secretaris en de algemene vergadering volledig gratis en all inclusive.

Ongelofelijk, wat moet ik doen om in te schrijven!

Stuur voor 2 mei een mailtje naar pascal.mylle@hamok.be

Ik kijk uit naar jullie inschrijving,

Sportieve groeten,

– Pascal, jullie secretaris

BK Nacht

13 medailles!

11 maart 2017 – Kasterlee

Goud
Greet Oeyen An Verberne Daniëlle Nolens Piet Deferme Bart Mellebeek Guido Timmers
Zilver
Maria Delarbre Klaas Mellebeek Stefaan Schutjes Tuur Cloostermans
Brons
Miel Deferme Thomas van der Kleij Jean Ooms

Met 27 Hammers aan de start in Kasterlee

mochten we van een fraaie opkomst gewagen. Dat de helft van onze Hamse deelnemers met een medaille naar huis kwam is gewoon prachtig te noemen. Onze delegatie was goed voor 6 x goud, 4 x zilver en 3 x brons. Ik herinner mij dat wij in het BK nacht van 20.03.93 (dat is toch al efkes geleden) door Hamok georganiseerd in Hamont, ik was er baanlegger, ook 6 x goud en 4 x zilver en 1 x brons wisten te veroveren, sommige namen vinden we 24 jaar later nog terug bij de medaillewinnaars op de "Hoge Mouw". Natuurlijk zijn er nog BK's geweest waarin Hamok veel medailles heeft gehaald, maar Hamont 93 schiet me zo te binnen. Toen werd het goud voor Greet Oeyen(dames beloften) – Elisabeth Schutjes (dames juniors) – Nicole Vanhees (veteranes dames A) Roza Goos (veteranes dames B) Fré Nuyts (heren veteranen A) en Dries van der Kleij (heren beloften).

Zilver werd het voor : Jeroen van der Kleij (heren beloften) – Frans Lambrechts (heren veteranen A) – Nijs August (heren veteranen C) en Oeyen Jan (heren juniors). Brons werd het toen voor Peter Krampiltz (heren juniors).

Terug naar de wedstrijd van 11 maart in Kasterlee.

Bij de dames open behaalde Greet Oeyen een mooie overwinning, zij rekende af met de Spaanse Serrallonga en Miek Fabré (... de zoveelste nachttitel voor Greet) Elisabeth Schutjes behaalde een mooie vierde plaats. Bij de dames Masters A zorgde An Verberne voor de verrassing door de zege weg te snoepen voor de neus van Betty De Meyer. Anja Stynen moest de strijd staken omdat haar lamp het begaf.....den Danny was met de goede lamp vertrokken ! Danielle Nolens en Maria Delarbre hadden geen tegenstand in hun reeks maar liepen een voortreffelijke wedstrijd, ge moet het toch maar doen ! Bij de Beloften Heren toonde Piet Deferme zich de beste, hij ging de Koller Van Lommel met een half minuutje vooraf. Bij de juniors nam Klaas Mellebeek een goede start, hij liep zijn grote rivaal Wout Keuppens, drie minuten voor hem gestart, al in na drie posten, hij verschrok zodanig dat hij even van “zijn melk” was en vergat toen van het tactisch uit te spelen. Wanneer gij in een wedstrijd iemand inloopt..... kan die nooit voor u eindigen als gij er blijft! Maar in zijn jeugdige overmoed vergat Klaas tactisch te lopen en ging een paar maal in de fout en verloor nog meer dan 4’ op zijn rivaal die dank u zei en met het goud ging lopen. Klaas zullen ze zo niet meer vangen ! Miel Deferme eigende zich in deze reeks het brons toe. Bij de Heren Open was er brons voor Thomas van der Kleij, Thomas moest 2 Trollers laten voorgaan en dat is niet te verwonderen tegen lokale lopers. Jeroen Hoekx was nu goed voor de 5e plaats en Siegfried Bakelants wist zich als 8e te plaatsen. Bij de H Masters A liep Stefaan Schutjes een zeer goede wedstrijd en haalde de zilveren plak, Ronny Timmers miste net het podium en moest dan nog met 2 kampioenen in de wagen terug naar Zonhoven! Hij kon zich echter troosten want hij mocht bij een kersverse

Belgische kampioene slapen ! Filip Kennis trok goed zijn streng en werd 7e. Wim Geerts kreeg NCL op bezoek en dat is natuurlijk niet prettig, een volgende keer beter Wim. Bij de Heren Masters B zorgden Guido Timmers en Bart Mellebeek voor een stunt van de bovenste plank. Na een wedstrijd van 5.000 m klokten ze beiden af op 47.34!!!! Twee kampioenen in één slag, doet het hen maar eens na. Nochtans was Bart allesbehalve tevreden van zijn wedstrijd na de aankomst, maar gij ziet : “Geef nooit op” in een koers. Fijn gelapt mannen !!! Onze andere nachtuilen werden respectievelijk : 7e Koen, 8e Sven en de moedige Danny 12e. Bij de Masters C liepen Jean Paul Hombroek en Dominique Schutjes verdienstelijk als 7e en 9e over de meet. Bij de Heren Masters D liep Jean Ooms zijn allereerste nachtwedstrijd, Jean behaalde brons ! en wanneer gij weet dat Jean een “sanitaire stop” moest doen, moeten we gewagen van een schitterende prestatie van Jean. George Deferme, een abonnee op het podium van de nachtwedstrijden, deed een slippertje in het zicht van de haven en miste voor éénmaal het podium. In oriëntatielopen is natuurlijk alles mogelijk maar heeft George zijn grote rivaal Jos die, (door ongekende redenen) niet kwam opdagen, niet gemist..... de stress was er niet ... met alle gevolgen van dien. Dat mijn grote rivaal fenomeen Michel (Ooms) al aan zijn 2e Lefte toe was als ik toekwam kon mij niet deren... voor de zoveelste maal haalde ik zilver in een BK nacht en daar kon ik best mee leven. Nadat ik op 14 maart 1981 brons behaalde in mijn allereerste BK nacht in Amel,(toen nog bij de heren 42 en nog bij Omega), ben ik gelukkig omdat ik 36 jaar later nog zilver behaal. Ik heb mij geamuseerd in de bossen van Kasterlee en ik denk dat al de deelnemers tevreden waren van de organisatie. Natuurlijk hadden we mooi weder en waren de afstanden aangepast! Een schril contrast met de 2 laatste BK ‘s nacht, Koersel Kapel (2015) en Bois d’Acoz (Henegouwen) in 2016 waar ik telkens 2 uur onderweg was..... en mij niet heb geamuseerd ...en mijn reserve lamp moest gebruiken. Jil Mylle en Peter Hoogstrate kwamen even proeven van de sfeer van het nachtlopen en

zullen zeker een goede indruk hebben opgedaan van het nachtgebeuren en we zien ze stellig terug in de toekomst.

Mooie omlopen, een mooi bos, prachtig weder en gerespecteerde afstanden, dus alles was er om van een geslaagde organisatie te gewagen. De Wiet (baanlegger) mocht best tevreden zijn. Maar jammer genoeg was de avond niet volledig geslaagd! De prijsuitdeling was gewoon een BK onwaardig, het enige positieve was dat ze op tijd begon! Geen geluidsinstallatie, geen podium, weinig

aandacht, echt jammer. Uit mijn vorig leven bij Looise AV herinner ik mij dat we op 24 februari 1957 een Limburgs kampioenschap veldlopen liepen in Tessenderlo (in de omgeving van de “vakschool”) en dat onze toenmalige secretaris Frans Timmermans (een bierhandelaar) een podium gemaakt had van lege bierbakken!!!! Heeft die man toen hiervoor later kritiek gekregen in het “Belang van Limburg” !!! Nu 60 jaar later zijn er zelfs geen lege bierbakken meer !!! Jammer.

– Tuur

Interland

Geen vlak vaderland.

2 april 2017 – Herbeumont

Geen al te groot succes voor de Vlaamse delegatie op de interland. Het vele klimmen en het onderscheiden van lichtgroen, middengroen en donkergroen waren duidelijk een te groot contrast met onze biljarttafels waar enkel de dichtheid van de bramen de wegkeuze bepaalt.

De Engelsen, Walen en zelfs de Noord-Fransen waren beter.

Toch konden we van Hamse kant enkele mooie prestaties bewonderen.

Greet Oeyen mocht nog eens opdraven bij de dames 21 en werd daar direct nog eens eerste Belgische, op een tweede plaats in de totaalrangschikking.

Bij de D50 zat Marijs midden in het pak, een 9^e plaats en beste VVO loopster.

Bij de heren 17 deed Piet het ook behoorlijk. Werd 5^e van de 12, beste Vlaming en een dikke 8 minuten na de winnaar. Een soortgelijk resultaat was er ook voor Klaas Mellebeek, 7^e, op 18 minuten.

Thomas van der Kleij stond op het reserveblad en uw dienaar was zelfs daar niet op te vinden, maar deed uit liefde voor de federatie toch maar de moeite om aan de start te verschijnen. Dat resulteerde dan nog in een spannende tweestrijd,

waar Thomas uiteindelijk 2 seconden sneller was. Dit op 12km en 570m klimmen, of 1:37:43 en 1:37:45 wedstrijd. Dat ging spijtig genoeg voor de 9^e en 10^e plaats, op dik 20 minuten van de winnaar.

Er werd overal met de minuten gegooid, want Luc Melis moest ook al een kleine 10 minuten toegeven op de Britse winnaar, maar werd nog 5^e. Het is de plaats die punten oplevert!

Ook een tiental minuten achter was de voorzitter. André werd 7^e bij de H60. Luc Bouve liep daar ook naar een 11^e plaats en was net iets meer dan een half uur na de winnaar.

Uit deze resultaten is al snel duidelijk dat dat geen prestaties zijn waar je klassementen mee kan winnen. Spijtig van de vele afzeggingen, want het weer, de kaart, het terrein en de omlopen waren echt een feest voor elke oriënteur. Ik zou er niet van verschieten moest een enkeling het wat langer getrokken hebben, gewoon omdat het een wedstrijd was, waar je eigenlijk niet genoeg van kon krijgen.

- 1) ENG: 202
- 2) FRSO: 158
- 3) LHFCO: 132
- 4) VVO: 110
- 5) NOLB: 52

Organisatiehoekje

Organisaties in 2017

17 apr 17	Regionale Klaas Mellebeek	Baeckelandt Visclub Patria
26 apr 17	Lenteloop Klaas Mellebeek	Ham Sporthal 't Vlietje
24 mei 17	Lenteloop André Aerts Marijs Vandeweyer	Schoterse bossen Campus Russelberg
2 jun 17	Proloog driedaagse Jeroen Hoekx	Winnerheide Tennis Eksel
18 jun 17	Regionale Patrick Bleyen	Balendijk Provil
12 aug 17	4Daagse van Vlaanderen Stefaan Schutjes	Kolenspoor Zaal De Kring
13 aug 17	4Daagse van Vlaanderen Henrik Lisby	Oud-Waterschei City Zaal De Kring
14 aug 17	4Daagse van Vlaanderen Marc Hermans	Opglabbeek Kampverblijf Kimpenhof
15 aug 17	4Daagse van Vlaanderen Stefaan Schutjes	Opglabbeek Kampverblijf Kimpenhof
24 sep 17	BK Lang Thomas van der Kleij	Heiderbos Schutterij Sint Sebastiaan
21 okt 17	Fiets-O Jos Thys	Geneberg/Genemeer Sporthal Stalvoc
12 nov 17	Regionale Wim Geerts	Kolisbos Voetbalkantine FC Herkol
23 nov 17	Militair Luc Bouve	Zonhoven GC Tentakel, Zonhoven
24 nov 17	Avond Miel Deferme	Kepkesberg FC Rio
10 dec 17	Regionale Luc Melis	Galbergen
27 dec 17	Sylvester Jeroen Hoekx	Kattenbos-Oost Kattenbos Sport

We hadden een kleine maand geen Hamok-wedstrijden maar tot half juni staan er al weer vijf Hamok-organisaties op het programma. Ben je bereid om op één van deze wedstrijden een handje toe te steken, hou dan je mailbox in het

oog. Er zal telkens tijdig een mail verschijnen om de nodige hulp te vragen. Alvast een dikke merci aan iedereen die mee helpt om tijdens een wedstrijd alles vlot te laten verlopen.



Een meerdaagse organiseren kan alleen lukken als we dit goed voorbereiden en vooral als we over voldoende medewerkers beschikken. Om een idee te hebben op wie we kunnen rekenen en van daaruit al een voorlopige taakverdeling te kunnen doen, vragen we om zo snel mogelijk volgende gegevens voor de 4 Daagse van Vlaanderen (12 – 15 aug 17) aan mij (lucbouve56@gmail.com) door te geven :

- Mee helpen aan organisatie : ja - neen – misschien
- Wanneer mee helpen : alle dagen – één of enkele dagen (graag aangeven welke dag)
- Eventuele voorkeur voor een taak :
- Sportief : start, aankomst, voorlopen, posten ophalen, posten plaatsen, wedstrijdsecretariaat, ...

- Niet sportief : camping (van 11 tot 15 aug), kantine, kinderopvang, bewegwijzering, parking, materiaal,
- Mee helpen bij opbouw (11 aug) en afbraak (15 aug) : ja - neen
- Deelnemen aan meerdaagse : ja – enkel dagomloop – neen

Indien we bovenstaande gegevens van elk hamok-lid hebben, wordt het voor ons eenvoudiger om een degelijke taakverdeling te doen en kunnen we er voor zorgen dat niemand overbelast wordt. We hopen natuurlijk dat iedereen zijn steentje bij draagt, maar weten nu al dat er tijdens deze meerdaagse clubleden in het buitenland vertoeven.

– Luc Bouve