

APRIL 2023

hamok

100% ORIENTEERING

VOORZITTER

André Aerts

Boshuis 11 | 3980 Tessenderlo
0484 48 28 86 | andre.aerts@hamok.be

ONDERVOORZITTER

Jos Thijs

Driegezustersstraat 36 | 3582 Beringen
0478 31 33 62 | jos.thijs@hamok.be

EXTERN SECRETARIS | JEUGDSPORT

Pascal Mylle

Maasbeekstraat 16 | 3945 Ham
0485 41 94 38 | pascal.mylle@hamok.be

INTERN SECRETARIS | LIDGELD

Karin Declercq

Maasbeekstraat 16 | 3945 Ham
BE84 7795 9196 4459 | karin.declercq@hamok.be

SCHATBEWAARDER

An Verberne

Poelstraat 7 | 3520 Zonhoven
0476 75 58 95 | an.verberne@hamok.be
BE68 4581 0482 3134 | vzw HAM O.K.

INSCHRIJVINGEN

Dominique Schutjes

Peerderbaan 13 | 3940 Hechtel
011 73 44 53 | dominique.schutjes@hamok.be
BE71 7350 2279 3469 | HAM O.K. Hechtel

KALENDERCOMMISSIE

Luc Melis

Oude Melsebaan 32 | 2490 Balen
0485 59 55 51 | luc.melis@hamok.be

PUBLIC RELATIONS | UITRUSTING

Bart Mellebeek

Korteweg 13 | 3971 Heppen
0472 57 75 13 | bart.mellebeek@hamok.be

TOPSPORTCOMMISSIE

Thomas van der Kleij

Snellewindstraat 48 | 3950 Bocholt
0497 04 45 45 | thomasvdk@gmail.com

MILIEU & TOEGANKELIJKHEID

Wim Hoekx

Sterstraat 19 | 3920 Lommel
011 55 24 40 | wim.hoekx@hamok.be

PLOEGENCOMMISSIE ABSO | BVOS

Benjamin Anciaux

Bakhuisstraat 53 | 3920 Lommel
0498 25 84 78 | anciauxbenjamin@hotmail.com

INFORMATICA | WEDSTRIJDKWALITEIT

Ronny Timmers

Poelstraat 7 | 3520 Zonhoven
0479 20 09 67 | ronny.timmers@hamok.be

MARKETING

Dries van der Kleij

Blandenstraat 208 | 3052 Haasrode
0473 98 05 48 | dries.vanderkleij@hamok.be

WOORDJE VAN DE VOORZITTER

Het paardje is weg, neen het is terug!



Naar de maand maart werd reikhalzend uitgekeken, want er zou een grote wedstrijd aankomen en Hamok zou zijn beste beentje voorzetten. Een wedstrijdgebeuren en evaluatie leest u verder in de Knijptang. Ik wil alvast al onze medewerkers nogmaals bedanken voor het geleverde werk, zowel zaterdag in Pelt als zondag op Kattenbos. Het waren zware dagen, maar we kunnen er tevreden op terugblikken. Dat OV met de beker is gaan lopen, is natuurlijk de kers op de taart. Dus ook alle Hamokkers die in de wedstrijd al dan niet punten verzameld hebben voor de winst, top prestatie, ge waart met velen. En een dikke duim voor organisator Luc met de baanleggers van dienst Wim en Peter.

Wat betreft de wisselbeker Kamp Beverlo, die we al eens gewonnen hadden, had ik onvoldoende aandacht om een goede ploeg samen te stellen. Alleen de hogere categorieën werden in aanmerking genomen voor de puntentelling en het aantal Hamok atleten was te min. Volgend jaar doen we zeker beter.

Den Autmans komt er nog aan op 20 april en daar hebben we ook wat te verdedigen. Er staat een item in O'Punch om u kenbaar te maken. Nadat we de ploegen hebben samengesteld, zullen we dit communiceren aan alle ingeschreven atleten. Regio Spa. Dus dat kan best pittig zijn met een afstand van rond de 5-5,5 km voor iedere loper.

Het paardje is weg, nee het is terug en het is in veilige handen van de familie Deferm. Zo hebben Jens en Kobe het toch beloofd. We moesten het wel in Hèvremont gaan afhalen. De eerste nationale of SOFT geheten is daar gelopen. We hadden een gelijk aantal eerste plaatsen als Herma, maar we hadden daar bovenop twee tweede plaatsen en Herma slechts een derde plaats. Dus de trofee voor ons, maar het was nipt.

Hetzelfde voor de week nadien met de tweede nationale in Kasterlee, trofee Oosterlinck. Verderop in de Knijptang vind je een relaas. De dag voordien werden de nationale nachttitels uitgereikt.

De kampioenen 2023 die een schildje in ontvangst mochten nemen zijn Greet en Nancy bij de dames en bij de heren Tomas, Gunther en Jean. Proficiat nachtkampioenen.

En dan het BK in Banneux/Sprimont, waar de watersluizen constant openstonden. Wat een weer, wat een slijkboel. Hier kon de organisatie ook niets aandoen, doch met zulk een omstandigheden word je gehard in het oriëntatiewereldje. Negen kampioen op het podium, maar of er nog veel gebleven zijn voor de ceremonie, weet ik niet. Een bijdrage vind je verder in de Knijptang.

Wat komt eraan, Pasen natuurlijk of beter tweede paasdag en dan moeten we paaseitjes gaan zoeken of krijgen aan de visvijver. Patrick is de baanlegger van dienst. Helperslijst staat op O'Punch. Dus dat komt goed.

Dit is ook de gelegenheid om even de koppen bij mekaar te steken, wat gaan we doen als buitenlandse wedstrijd de volgende maanden? Wat met de zomer? Voor de 3 daagse van België (Daverdisse) willen we gaan kamperen in Gedinne (Croix- Scaille) Dus diegene die daar boeken, er zullen nog Hamokkers aanwezig zijn. Voor de rest hoor ik veel fantastische bestemmingen. Ook voor het komende pinksterweekend.

Verder wens ik iedereen een goede paasvakantie toe. De O'Punch kalender staat weer vol met een groot aantal evenementen. Diegene die naar de sneeuw trekken (zoals ik) veel plezier.

Tot zover de voorbije maand maart.

Tot de volgende cross,

Uwe voorzitter

ORIENTEERING SOIREE

Op vrijdagavond 21 april vieren we met Orienteering Vlaanderen weer de mooiste sport ter wereld. Als verwoed oriënteur en OV-lid ben je van harte welkom op de tweede Orienteering Soirée.

Er is een heuse award show om de meest verdienstelijken onder de Homo Navigatus te eren. Ook de laureaten van de Forest Cup 2022-2023 en de City Cup 2022 worden gevierd. Die avond worden ook de OV-vrijwilligers (commissieleden, stagebegeleiders, ...), waaronder ook menig hamokker, bedankt.

De bevoegde commissies zullen beslissen over de "Sterkste Vlaamse orienteering prestatie", "Young Talent" en "Beste Baanlegging". De genomineerden worden in de komende weken bekend gemaakt. Hou de sociale media van OV in de gaten!

Maak er een interactief event van en nomineer mee voor de overige categorieën: "OV-vrijwilliger van het jaar", "Wedstrijd met de hoogste funfactor", "Mooiste orienteering foto" en "Lifetime Achievement".

Je kan dit doen via onderstaande link (QR-Code). Ook als je niet aanwezig zou kunnen zijn, kan je jouw nominaties doorgeven.



Jouw nominaties

We voorzien, naast veel sfeer en gezelligheid, ook voldoende drank, hapjes en broodjes. Je wordt met open armen ontvangen vanaf 19u en om 19.30u start het officiële programma.

Gelegenheidsadres: Aerobar Bike Valley, Tervanstraat 2b, 3583 Paal.

Je kan je inschrijven voor deze avond via O'Punch tot en met woensdag 12 april.

Niet twifelen, onmiddellijk doen!

Pascal

Wat een club! Ja, laten we het editoriaal beginnen met de woorden waar Luc M zijn artikel over onze Interland mee afsluit. Wat een fantastische club is Hamok toch!

We organiseren vlotjes met een hele grote hoop vrijwilligers de Interland, die ons zelfs een artikel in CompassSport gaat opleveren. Luc M steekt verderop de loftrumpet over dit uiterst geslaagd weekend.

Een weekje later halen we de S.O.F.T.-beker weer eens binnen waardoor het Dalapaardje nog een jaartje langer binnen onze club blijft. Vorig jaar was het groot nieuws dat we voor de eerste keer in onze geschiedenis deze wisseltrofee konden binnenrijven. Dit jaar lijkt het al volledig normaal dat we onze Softheerschappij kunnen verlengen. Maar niets is minder waar met onze uiterst nipte overwinning op het scherpst van de snee.



Met onze sterke jeugdwerking stappen we als enige Vlaamse club mee in een Europees project om onze "jeugdige hoop op de toekomst" alle kansen te geven, die ze verdienen. In het vorig nummer hebben Greet en Dries dit uitvoerig en passioneel toegelicht. Verderop kan je lezen hoe Greet haar eerste artikel voor dit project schrijft waarbij ze trainerservaring uitwisselt met haar Europese collega's.

Maar op het BK Nacht en zeker ook op het uitgeregende BK Middel excelleren we. Ik ben zo blij en trots dat Guido T de pen ter hand heeft genomen en ons meeneemt naar het combi-weekend in Kasterlee: BK Nacht en de Nationale. Kijk snel op pagina 15 om alles over zijn Trollenervaring te lezen.

Maar van de andere kant zijn we ook een club met veel "gewone" oriëntatielopers die elke week proberen een foutloos parcours af te leggen, maar meestal de nodige kemels schieten. Zowel Marijke als Patrick zijn er in deze Knijptang weer niet te beroerd voor om met een goede dosis humor en zelfrelativering hiervoor uit te komen. Maar ooit gaat het ook voor hen lukken, net zoals voor zovelen onder ons.

Maar dat het niet altijd lol en vertier is, leert ons het afscheid van Gustje. Een kleurrijk figuur die een groot deel van Hamok-geschiedenis meegeschreven heeft. Het is op zo'n momenten altijd mooi om te zien dat er van ergens uit de club spontaan initiatieven ontstaan om toch een mooi eerbetoon te brengen in ons clubblad. Dank deze keer aan de familie Schutjes en Jos T.

De foto's met de iconische caravan werden trouwens genomen bij gelegenheid van de 'Tuur Classic' in Lommel (16 juni 2013). De 'Tuur Classic' was een retro-wedstrijd ter ere van ere-secretaris Tuur waarbij het oriëntatielopen-uit-de-oude-doos nog eens werd naar bovengehaald. Zo ook de caravan van Gustje.

Tot slot legt Karin vakkundig uit waarom sommige onder jullie een mysterieuze rode bol op het adreslabel hebben gekregen. Pascal maakt wervende reclame voor de tweede editie van de Orienteering Soiree. Maar nog sneller komen er weer aflossingswedstrijden aan, waar Stefaan je alle details over vertelt. En beginnen doen we naar goede gewoonte met het onvoltroffen voorwoord van de voorzitter.

En ja, zo ligt hier weer een prachtige Knijptang in jullie handen.



Als ik terugkijk naar het editoriaal van exact een jaar geleden, dan zie ik dat de helft hiervan de fantastische prestatie van Karel Sabbe in Barkley Marathon 2022 bezingt. Even snel het geheugen opfrissen: Karel is een Belgische ultra-loper die enkele FKT (Fastest Known Times) van mythische trails op zijn naam heeft staan, zoals de Pacific Crest Trail (4.200 km - 52 dagen), de Appalachian Trail (3.500 km - 47 dagen) en de Via Alpina (2.500 km - 30 dagen).

Afgelopen maand heeft Karel voor de derde keer meegedaan aan de Barkley Marathons: een ultramarathon race van 5 rondes, in totaal zo'n 200 km en 21.000 positieve hoogtemeters. Je hebt 60 uur om deze afstand af te leggen en de navigatie gebeurt o.b.v. een soort stafkaart. De posten zijn boeken die verstopt liggen waarbij je de pagina die overeenkomt met je borstnummer moet uitscheuren. Vermits het gebied in Tennessee uiterst onherbergzaam is en oriëntatie problemen door slaaptkort standaard zijn, hebben sinds de eerste editie in 1986 nog maar 15 atleten de finish weten te halen. Gooi daar nog een saus cynische humor van de bezieler Lazarus Lake over en je hebt de zwaarste en meest bizarre oriëntatieloop ter wereld.

Terwijl zijn fantastische prestatie in 2022 als "Last Man Standing" nog beperkte media-aandacht kreeg, werd de editie van 2023 uitgebreid besproken op alle nationale media. Karel is er dit jaar samen met 2 andere topatleten in geslaagd om te finishen. Was hij een luttele 6 minuten trager geweest, dan had hij de cut-off tijd van 60 uur niet gehaald. Wie is er nog om kwart voor drie 's nachts opgestaan om Karel via een brakke Twitter-stream aan te zien komen? Als je ziet wie er allemaal medeed en het onderspit moest delven, dan kan je alleen maar respect hebben voor deze extreme trailrunner-oriëntatieloper.

En wie denkt dat Karel het hierbij gaat laten: in juni-juli doet hij een poging om de FKT (Fastest Known Time) voor de Pacific Crest Trail (4.200 km - 51dagen 16uur) terug te pakken. Een echte aanrader om dit avontuur gedurende twee maanden via sociale media te volgen.

Maar voor het juni is, komen eerst nog de maanden april en mei met hopelijk wat warmer en zonniger weer. Tijd voor de sprinten, tijd voor de lentelopen, tijd voor de City-Races, tijd voor de eerste buitenlandse oriëntatie-trips, tijd voor weer veel Hamokplezier. Of om het nog eens te zeggen met de woorden van Luc M: tijd voor nog veel meer van onze fantastische club!

Maar nu genoeg editoriaal geleuter: veel leesplezier!

Filip

LIDGELD

De eerste maanden van het jaar zitten er alweer op. De paasvakantie staat voor de deur. Voor we het weten is het weeral zomervakantie. Tijd voor veel binnenlands en buitenlands oriëntatieplezier.

Als Hamoklid profiteer je van vele voordelen: korting op wedstrijden georganiseerd door je eigen club, een veelbelovende beker van de secretaris (en ik kan het weten want ik zit aan de bron), maandelijks een hippe knijptang in je bus, 24/7 verzekerd tegen blessures, gratis deelname aan aflossingen ...

Wil jij dat ook? Kijk dan vooraan deze knijptang op je adresstickertje. Staat daar een rood bolletje op? Dan heb je je lidgeld nog niet betaald voor 2023.

Breng het snel in orde en ga zorgeloos het nieuwe wedstrijdseizoen tegemoet. Voor elk eerste lid van het gezin betaal je nog steeds maar €20. Het tweede lid €17,5. Het derde €15 en het vierde €12,5. Vanaf het vijfde is het zelfs gratis. En dat allemaal via rekeningnummer BE84 7795 9196 4459.

Ook dit jaar krijg je korting op elke Hamokwedstrijd, de beker van de secretaris, het clubkampioenschap en zoveel meer. Deze fijne Knijptang waarin je dit nu leest krijg je ook elke maand in je bus.

Geen rood bolletje? Proficiat, alles is in orde, veel loopplezier.

Karin

INSCHRIJVINGEN

Wisselbeker Gilbert Autmans 20 april, inschrijven vóór 12 april

De Wisselbeker Gilbert Autmans is een klassieker onder de ploegenwedstrijden bij de verdedigers van ons land. Elk jaar staat onze club paraat voor deze wedstrijd en strijden we mee voor de medailles. Een ploeg bestaat uit 3 personen.

Schrijf u snel in via O'Punch. Opgelet vergeet je niet eerst aan te melden. Onze voorzitter zal naar goede gewoonte van voorgaande jaren de ploegen opstellen en communiceren naar de deelnemers en de organisatie.

Mix sprintaflossing Hoogstraten 23 april, inschrijven vóór 15 april

Een nieuw concept in de lijn van vele initiatieven om onze sport attractief te maken voor de buitenwereld is de Mix Sprintaflossing te Hoogstraten. Deze wedstrijd voor teams van 2 personen bestaande uit 1 man en 1 vrouw vindt plaats na het VK Sprint van 23 april 2022. De start zal plaatsvinden rond 12u30.

Details van de organisatie:

- Het team loopt met de SI van startloper.
- Elk team bekommt 1 kaart waarop 4 omlopen staan.
- Elk teamlid loopt 2 omlopen met de keuze (1 en 3 of 2 en 4)
- De aflossing gebeurt met het doorgeven van kaart en SI.
- Snelste tijden op omlopen zijn ongeveer 6-7 min
- Plezier en spanning verzekerd.

De organisatie vraagt om zich rechtstreeks in te schrijven via O'Punch op hun event met de vermelding van een teamnaam. De Hamokkers die niet onmiddellijk een teamgenoot in gedachten hebben, kunnen zich inschrijven via O'Punch "Mix Sprintaflossing - deelnemen Hamokploeg". Je kan je dan toevoegen aan een bestaande ploeg of een nieuwe ploeg aanmaken en aangeven bij opmerkingen dat je een tweede looper zoekt.

Stefaan



Autmans



Mix Sprint

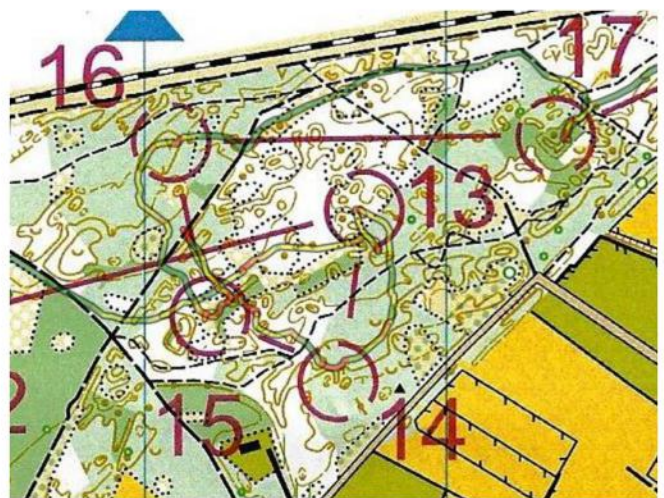
Zondag 5 Maart 2023, 07:00 Hr.

De wekkerradio! Het wordt zo'n dagje waar je de ganse dag zoet mee bent. De startarena moet worden opgesteld. De Interland mag niet de mist ingaan. Deze nacht slecht geslapen, niet van de spanning, maar van de buikkrampen. Is dit een voorbode? No stress, gewoon, tja wat is dat? Boterhammen gesmeerd, alles klaargemaakt en weg. Ik had me voorgenomen om iedereen eerst te laten starten en dan zelf te lopen. Ik twijfelde nog eerst, maar als het kriebelt, moet je oriënteren. Iedereen is gestart, dus ga ik er ook aan beginnen.



De paadjes zijn getrokken, dus geen probleem. Op naar post 1 met de nodige voorzichtigheid om vertrouwen te krijgen. De volgende posten komen eraan en ondertussen begint het nachtelijke slaapgebrek zijn werk te doen. Ik kom geen meter meer vooruit. Geen tempo, geen lucht, een maag waar precies nog 10 liter water inzit, klots ... klots, wat gebeurt er nu? Er komt een lang been aan naar post 6, genoeg om te bekomen dacht ik, maar neen, niks is wat je denk dat het is. Een martelgang en we waren nog niet eens half weg! Tussen post 6 en post 12 niet al te veel problemen.

Dan gaan we post 13 aanvallen! Insteken, langs het donker groene gedeelte. Op het einde naar links en klaar is kees. Kees was klaar, maar ik niet, want ik ga rechts zoeken i.p.v. links? Maar ja, de tekenaar had de kleuren verkeerd gezet op de kaart, niet mijn schuld! Dus rechts niets te vinden, dan gaan we links kijken. En ja hoor, daar stond hij te blinken in volle ornaat.



Na 14, op naar 15. Om het wat spannend te maken loop ik naar 16 en de kaart, die klopte precies voor geen meter. Miljaar, post 15 vergeten, waar sta ik nu juist? Kom ik op de pad een loopster tegen die hetzelfde parcours liep als ik en vraag: "Post 15 al gevonden?" "Jaja", zegt ze en weg was ze. Oriënteren is een individuele sport. Maar een sukkelaar als ik zouden ze toch mogen helpen niet? Dan zal ik het maar alleen zoeken, azimut geschoten en op weg naar 15. Op de kaart Kattenbos always fun! Nog een paar posten en we zijn klaar ... **EINDELIJK DE FINISH!!!**

Mijn lamp, niet de echte, is een paar keer uit gegaan.

Ik denk, nee, ik weet het zeker, na verschillende uren stilstaan en helpen aan de start, ga ik niet meer lopen.

Perte Totale, niet meer goed bij geest, volledig uit den haak, bijna gebroken, hou ik de eer aan mezelf om deze fout niet meer te maken en stillekes aan de start te blijven.

Lang leve de orientatiecross

Patrick

Het Interlandweekend zal één van de drukste hamokweekenden van het jaar geweest zijn. Met 700 lopers op de twee dagen beleefden we ook sportieve hoogdagen in Pelt en Lommel!

Voor heel wat Hammers is “De Interland” natuurlijk wat onbekend, een korte uitleg is dus nodig.

Onder de impulsen van wijlen Europees Rallykampioen en fervent oriënteur Gilbert Staepelaere wordt sedert 1987 jaarlijks een interlandweekend georganiseerd. De eerste jaren was het een ontmoeting tussen Oriëntering Vlaanderen (toen nog VVO, nu OV) en Nederland (NOLB). Nadien telkens uitgebreid met FRSO (onze Waalse vrienden), WTB (een Duits team van West-Falen) en ook Engeland (EOC) en Noord-Frankrijk (Ligue Hauts de France LHFC0). Dat de Engelsen meededen (er zijn negen Engelse liga's, allemaal groter dan OV!) hebben we geweten! Van 1987 tot 1994 wonnen de Vlamingen alles, nadien de Engelsen alles, toch tot 2015. Rond 2012 haakten de Duitsers af en vanaf dit jaar doet ook Luxemburg mee (LUX-O).

Een volledige ploeg bestaat uit 42 lopers en loopsters. Drie D+H -14, -17, -20, +21, +40, +50 en +60. In elke loopreeks scoren de eerste twee van elke federatie punten!



Het bestuur van OV heeft de waarde van deze landenwedstrijden altijd erg gewaardeerd en ook financieel goed gesteund, we krijgen nieuwe loopshirts en kunnen de tweedaagse en soms verre verplaatsingen met een autobus maken. Alles deels betaald door OV, waarvoor veel dank natuurlijk!

Na het spijtige ongeval van Jacky Sallaerts in 2011 nam ik een paar weken later noodgedwongen de teamleaderfunctie over. Het was door een aantal eerdere interlanddeelnames niet direct een sprong in het heel onbekende, maar ik was wel verrast van wat bij zoiets komt kijken. Van voorbereidingen tot soms moeilijke selecties en lastminute-problemen. De selecties worden door de teams zelf gedaan tot aan de masterscategoriën. Voor de masters-selecties zitten we samen met een aantal personen van de verschillende clubs. Ik doe die selecties niet zelf ... dit verhaal hoor ik namelijk af en toe ... NIET dus!



Voor dit Interlandweekend wilde ik onze topkaart van Kattenbos zeker gebruiken. OV had in 2016 en 2018 de Interland gewonnen op kaarten met klein relief. Ons thuisvoordeel konden we dus het beste benutten op zo'n terrein en Kattenbos is daarvoor top. Met Wim Hoekx hebben we bovendien één van de meest ervaren kaarttekenaars in onze eigen club en hij is ook de meest ervaren persoon wat betreft kampioensbaanleggingen. Een heel grote zorg minder dus toen hij direct ja antwoordde. Wim had ook contacten in het Peltse Dommelhof en het Lommelse 'Huis van de Vrede' voor de noodzakelijke overnachtingen. Meer dan 150 personen goed en goedkoop laten overnachten is niet niks!

Covid kwam nog tussenbeide en 2021 werd noodgedwongen 2023, al die tijd bleef de kaart van Kattenbos daardoor verboden voor oriëntatie. Niet plezant, maar het kon niet anders.

Het Interlandweekend zelf werd een grandioos succes!

De trainingswedstrijd op Pelter Rally werd gesmaakt, de logementen werden meer dan oké bevonden en de Interlandwedstrijd met heel zware tegenstand werd ook nog eens gewonnen door ons Vlaamse team! Met 14 Hammers en Hamsters in het OV-team waren we duidelijk aanwezig in de ploeg. Thor, Greet en Tomas behaalden zelfs de overwinning in hun -toch heel zware- crossen! Gunther en ik behaalden een podiumplaats.



De ganze Hamokorganisatie was dat weekend meer dan in orde! Met de borstnummers, de inrichting van de start (16 omlopen!), de aankleding van de grote zaal (met vlag en wimpel!), de podiumceremonie, de pc-ploeg, de kantine en al hetgeen er ook nog bijkomt, maakten we duidelijk indruk want door de andere delegaties werden de woorden 'professionele organisatie' gebruikt! En dat was heel plezant om te horen! Bedankt aan iedereen natuurlijk, ik kan hier geen namen schrijven, maar iedereen weet wel wie aan dit succes heeft meegewerkt!

Ik denk dat we terecht fier mogen zijn op ons Hamokteam! Een aantal mooie woorden enkele dagen later in mijn mailbox wil ik zeker meegeven!

Gentlemen,

In the name of LHFCO, i'd like to thank Luc MELIS, HAMOK and OV for this excellent edition of Interland we took part to.

We appreciated both MD with small contours in PELT and Interland LD in one of the nicest Flemish forest (LO MMEL Kattelbos)

Our final accomodation in "Huis van de vrede" YH was very quiet (next to the largest german cemetary in Belgium) and suitable, with a low full board price and a warm welcome.

Joël

Dear Luc

Thank you very much for hosting us all at Kattenbos (and Dommelhof) ten days ago. Like you I have been to many Interlands, sometimes competing, always managing and also coordinated all 5 Interlands England have hosted, so I know how hard arranging everything is. Especially the 'out of forest' hospitality. 2023 will stand out in the memory.

I hope Orienteering Vlaanderen are proud of Interland 2023: you should be. And also proud of your club Hamok, with special thanks to Wim and Jeroen. After two missing years you have reset a standard all federations will seek to match. The staff at Dommelhof were quite excellent and accommodating, the food was good, and the bars in Pelt were within easy walking distance. Already looking forward, on behalf of the athletes, to the Ardennes next year.

John

~

Dear all,

on behalf of Luxembourg Orienteering, I join the chorus of appreciation for HAMOK.

Jan

We hebben nog een mooie waardering voor onze interlandwedstrijden en de kaart van Kattenbos ontvangen van het bekende Engelse oriëntatiemaandblad "Compass Sport". Hun redactie heeft de kaart en de wedstrijd duidelijk gesmaakt en gaat er een hoofdstuk aan wijden in hun paaseditie. Als blijk van waardering kan dat toch tellen.

Volgende editie is voor FRSO op 24 maart 2024 'ergens' in de Ardennen! We kijken er weer naar uit!

Nogmaals bedankt aan iedereen, ik kan het niet genoeg zeggen, dat gaat niet zonder zo'n club, wat een club!

Luc

Hommage aan een kleurrijk figuur

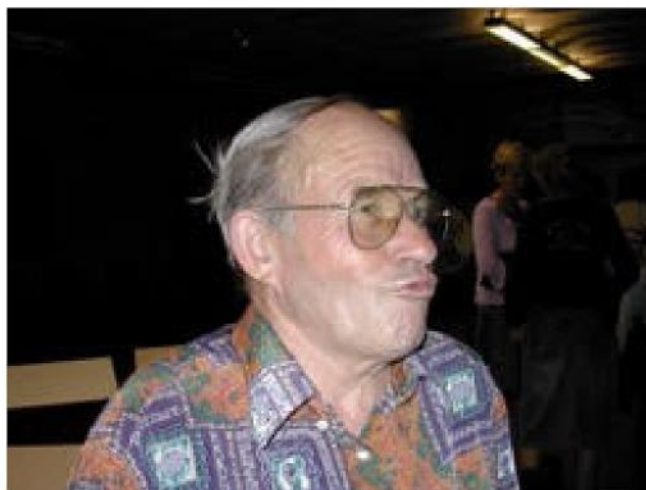
Gustje werd geboren in Kiambi, Zaire, zoals hij het zei: "In de broes, terwijl de leeuwen aan de deur stonden te krabben." Hij was de eerste van acht kinderen en hij woog bij de geboorte maar anderhalve kilo! Een klein manneke van jongs (af) aan. Na een voettocht door de jungle samen met zijn zwangere moeder, nam hij de boot naar België, naar zijn grootouders.



Zijn grootouders woonden aan de kerk in Schriek en zorgden voor Gustje alsof het hun eigen kind was. Zijn tantes waren leraressen dus hij moest zich goed gedragen op de schoolbanken. Van kindsbeen af zat hij in de garage van 'Boerke Nijs', zijn nonkel Jules, de garagist van Schriek. Hij sleutelde aan fietsen en later ook aan auto's. Nonkel Jules en tante Celine waren als ouders voor hem, ze zagen hem doodgraag en hier leerde hij zijn stiel, mecanicien. Maar, ..., hij leerde niet alleen de stiel van Boerke Nijs, maar ook de plezante deugnieterij. Het was een fijne tijd en de garage was een bekende plaats in Schriek waar vele dorpsgenoten samen kwamen.



Toen Gustje tien jaar was brak de tweede wereldoorlog uit. Over de oorlogsjaren vertelde hij ons verhalen over gerantsoeneerde benzine en het smokkelen van etenswaren in de pofbroeken die toen in de mode waren. Een jong manneke zoals hij lieten ze wel gerust. Er waren ook mooie verhalen bij, over hoe hij en nonkel Jules auto's op hout of steenkool lieten rijden. Een kachel achterin de koffer en een buizensysteem naar voor, naar de motor. Het werkte niet altijd, maar, als het werkte, reed de auto wel. Hij was gefascineerd door de verhalen en avonturen van de soldaten.



Na de oorlog, toen hij zestien jaar oud was, beschikte Gustje over een zware moto, een Ariel 1000 cc. In die tijd reden er zo niet veel rond en dus was hij een ware bezienswaardigheid.

Er brak een andere tijd aan, hij ging naar school in Leuven en later naar Aalst in de richting mechaniek. Tegelijkertijd ging hij samen met zijn dikke vriend 'de Jokke' pinten pakken in Putte, waar ook vele mooie verhalen over zijn.

Bij één van de bevallingen van tante Celine kreeg hij een oogje op de vroedvrouw van dienst, Julia van Craen. Hij ging dus 'verkeren'. In die tijd, in een gemeenschap van voornamelijk boeren, was je rijk als je veel grond bezat. Als hij ging verkeren zei nonkel Jules dat hij grond in zijn zakken moest steken, 'jeir in z'n tesse', om indruk te maken op de vrouwen. En indruk had hij gemaakt, want in 1956 zijn Gustje en Julia getrouwd. Ze zetten vijf kinderen op de wereld.



Jean en Gust

Gustje was adjudant paracommando en werkte al die tijd als mecaniciens bij het leger.

In 1977 en 1978 deden zich enkele zeer pijnlijke gebeurtenissen voor. In 1977 verloor hij zijn dochter Didi en in 1978 werd Gustje zelf geraakt door een verdwaalde kogel tijdens een militaire interventie in Zaire. Het positieve van dit voorval, volgens Gustje, was dat hij dankzij deze gebeurtenis zo goed Frans kon spreken. De kogel was namelijk eerst door een Waalse militair gegaan alvorens hem te treffen.

Als militair had hij de kans om op relatief jonge leeftijd op pensioen te gaan en hij was nog zeer fit waardoor hij intensief aan oriëntatieloop deed.



In 1998 overkwam hem een volgend drama, de vroegtijdige dood van zijn dierbare vrouw Julia, ze was slechts 68 jaar oud. Alleen zijn was voor hem ondraaglijk en na verschillende jaren van rouw vond hij in Amanda Hendrickx een nieuwe levenspartner. Samen met Amanda genoot hij nog van vele mooie jaren tot ze tijdens de corona periode werd opgenomen in een rusthuis en aldaar overleed.

Nadien maakte Gustje lange wandelingen ter compensatie van de ondraaglijke eenzaamheid, tot ook zijn conditie dit niet meer toeliet. Toen ging het helaas snel achteruit.

Niemand van ons heeft hem ooit ziek gezien, maar nu geraakte de energie op en het einde kwam snel, hij doofde uit als een kaars. Alhoewel, de deugniet in hem bleef echter tot op het einde present.

Het gaat je goed daarboven



De gouden balise

Dé (geheime) formule om er één te winnen:

1. Koop een caravan
2. Kom naar alle HAM-activiteiten
3. Loop én werk
4. Wees vriendelijk tegen alle mensen

("Daar gaan we voor," zeiden Julia en Gust en ze wonnen hem nog ook)

Kwatongen beweren dat je nu ook al moet tracteren op het clubfeest om "de gouden balise" te winnen maar dat gerucht willen we meteen uit de wereld helpen. Het één heeft écht niets met het ander te maken en om de proef op de som te nemen stellen we voor dat we vanaf volgend jaar de apéritief door een Hammer (in alfabetische volgorde) laten betalen. Wédden dat het niet altijd klopt! De knijper zocht Julia en Gust (allebei 66 en ook nog eens allebei 40 jaar getrouwd-dat moet lukken!) en vond hen in de Tulpenstraat nummer 3 (de caravan stond voor het huis van de gebuur). Gust deed alsof het een aankomst was van een oriëntatiewedstrijd was (het was erger) en stond mij op te wachten. Bij de deur had ik mijn eerste palm al binnen.

De knijper: Hoe is het begonnen?

Gust: Het was in april 1956 dat wij elkaar de ja-woordjes in de oren hebben gefluisterd. Dat was na een vrijage van slechts 10 maanden. Maar ik moet er bij zeggen dat het wel een heel strenge winter was.

De knijper: Hoe is het eigenlijk begonnen?

Gust: Ons Juliake was vroedvrouw en ik ben haar in volle actie ergens bij familie tegengekomen. Na afloop bleek haar fiets defect en ik kende toen al iets van mechaniek en ik herstelde haar fiets. Toen ze de dagen erna nog verschillende keren moest terug komen bleek telkens haar fiets weer stuk. Maar daar zat die nonkel van mij voor iets tussen.

De knijper: Hoe is het toen begonnen?

Gust: Ik kreeg van die nonkel ook advies. "Gust," zei die, "als je de eerste keer op stap gaat met Julia, neem je de

auto mee en doe je je goei kleren aan. De tweede keer ga je op stap met de motor en doe je gewoon kleren aan. Als ze je daarna nog wil zien dan doe je maar verder.

De knijper: En hoe is het toen begonnen?

Gust: De tweede keer dat we op stap gingen hadden we ons, zoals toen de mode was, in een cinemazaaltje genesteld. De vertoning was nauwelijks begonnen of ze kwamen ons Juliake al roepen om te helpen bij een bevalling.

De knijper: Hoe is het eigenlijk begonnen?

Julia: Ik was al op mijn 17de vroedvrouw. Mijn leeftijdsgenoten hadden toen nog lessen in sexuele opvoeding gehad. Ik deed de eerste bevalling van mijn klas. Ik heb nog samen met de moeder van Gust op dezelfde school gezeten. In '50 ben ik dan vroedvrouw in Schriek en omgeving geworden.

De knijper: Hoe is het dan begonnen?

Julia: Ik ben altijd actief geweest bij de BJB en later bij de KAV. Vanaf mijn 13de was ik al leidster. Bij de KAV was ik ontspanningsverantwoordelijke.

De knijper: Hoe begon het dan?

Julia: In 1957 werd ons An geboren, in '58 kwam Jan ter wereld, in '60 Griet en in '65 onze Koen. Wij hebben ook nog een kind moeten afgeven. Op 16 jaar is zij overleden tijdens een astma-aanval. Wij hebben nu al negen kleinkinderen.

De knijper: Hoe...

Julia: Ik heb gouden tijden beleefd bij "Liseke bak". Daar kwamen niet minder dan 21 kinderen ter wereld. Op zeker ogenblik heb ik daar 5 (vijf) kinderen op op 2 (twee) jaar tijd helpen geboren worden: twee tweelingen en één éénling!

De knijper: Gust, hoe is het dan begonnen?

Gust: Ik ben in 1930 geboren in "de Congo", op 5 december, de dag voor Sinterklaas. Ik woog 1,400 kg. Als min moeder moest hoesten vloog ik de wieg uit. Ze hebben me dan maar naar België gestuurd en ik ben daar opgevoed door mijn grootouders.

De knijper: En...

Gust: Ik was al vanaf mijn derde jaar garagist. Ik huppelde toen al rond in de garage van mijn nonkel. Ooit ruilde ik mijn Sinterklaascadeaus voor een handvol vijzen. Op mijn 16de reed ik al rond op een "Ariël", een motto met 4 cilinders en 1000 cc, toen nog nooit gezien in België. Mijn pa had die opgestuurd vanuit Congo.

De knijper: Hoe begon het dan?

Gust: In 1953 ben ik bij het leger gegaan als mechaniker en in '62 ben ik bij de paras gegaan. In Lombardsijde ben ik ene Tuur Cloostermans tegen het lijf gelopen. Die besmette iedereen in zijn omgeving met de atletiekvirus en later met de oriëntatieziekte.

De knijper: Hoe begon...

Gust: Ik sloot dan aan bij Looise. Ik deed alleen maar aan veldlopen en ik ben pas begonnen als veteraan. Ooit ben ik Limburgs kampioen geworden. Vijftientig keer heb ik meegedaan aan de "Golden Sike", een wedstrijd bij het leger dat te vergelijken is met ons clubkampioenschap. Iedereen start in dezelfde wedstrijd en des te ouder dat je bent des te minder moet je lopen. Het is een wedstrijd met handicap. Vorig jaar, 6 december, heb ik die voor de 5de maal gewonnen. Toen ik in 71 (niet officieel) voor de eerste maal meedeed won ik een varken. Goed vetgemest en opgegeten.

(Julia heeft ondertussen de archieven bovengehaald en wat blijkt? Gust is in die wedstrijd ook nog 10 maal tweede, 7 maal derde en 2 maal vierde geworden!)

De knijper: Hoe is het eigenlijk beg....

Gust: Eigenlijk heb ik het oriënteren van mijn vader. Die maakte in Congo vanaf 1929 landkaarten. Als de zwarten over rivieren spraken hadden ze het altijd over "mai", wat eigenlijk "water" wil zeggen. Over welke rivier het ging wist geen mens. Mijn vader heeft toen alle rivieren in kaart moeten brengen. Het waren helse tochten in dat oerwoud waarbij in de dorpen moest overnacht worden. Meestal kreeg hij dan een leegstaande hut toegewezen. Om die te ontluizen stuurde hij wel eerst een paar families van het dorp voor enkele uren die hut in.

De knijper: Hoe is het dan ...

Julia: Wij hebben op en zeker ogenblik de kruidenierswinkel van mijn ouders moeten overnemen. Acht jaar hebben we dat gedaan. Toen we daarmee stopten zat de zolder nu vol met breigaren. Ongeveer 83 kg. Het is daarom dat ik jaren aan een stuk op al die oriëntatiewedstrijden met breien bezig bleef.

Gust: Ik moest dan altijd met een emmer water klaar staan om haar breipriemen af te koelen.

De knijper: En hoe begon het nu?

Gust: Toen ik klein was reed ik altijd rond op mijn fietske. Ik werd nooit moe. Winnen zegt me eigenlijk niet zoveel. Ik ben liever tweede na een koers zonder fouten dan eerste na een wedstrijd waarvan ik niet tevreden ben met mezelf. En het moet ook plezant blijven natuurlijk.

In Weert kom ik Felicien Gilet tegen. Hij was doodop en zag het echt niet meer zitten. "Geef uw controlekaart maar hier," zei ik tegen Félicien, "ensla maar een paar posten over." Ik heb hem zijn controlekaart een paar posten verder geprikt teruggegeven.

De knijper: En...

Gust: Ik was ooit op zoek naar post 10 en ik kwam bij de elf uit. Ik weigerde te knippen want een mens moet eerlijk blijven! Ik terug naar mijne tien. Na wat speurwerk had ik hem dan gevonden en ik terug naar die elf. Ik heb hem niet meer terug kunnen vinden.

De knijper: Hoe...

Gust: Ik ging naar de dokter voor mijn geneeskundig onderzoek en mijn fysiek was nog in orde. "En hoe zit het met de sex?" vroeg ik aan de dokter. "Dat ik het nog kan, moet je mij niet vertellen, maar is het nog goed voor mijn gezondheid?"

De knijper: Julia, hoe...

Julia: Eindelijk hebben we na veertig jaar onze huwelijksreis gemaakt. Vorig jaar zijn we onder ons beidjes met de auto naar de wereldkampioenschappen veteranen in Murcia gereden.

Gust: Ik dacht: Dat moet gebeuren in grote stijl met alles erop en eraan. Als grote heren reden we 's avonds een grote parking van een klassehotel op. Veel sterren en heel chic. Ons Juliake zal content zijn dacht ik en ik zorgde dat ze helemaal geen klagen had.

Gelukkig als een jong koppel reden we de volgende morgen verder. We reden een ganse dag al toeristend verder en zochten 's avonds opnieuw iets om de nacht in grote stijl door te brengen. Alles vol en voor de rest niets te vinden. We hebben geslapen op een parking en de liefde was over.

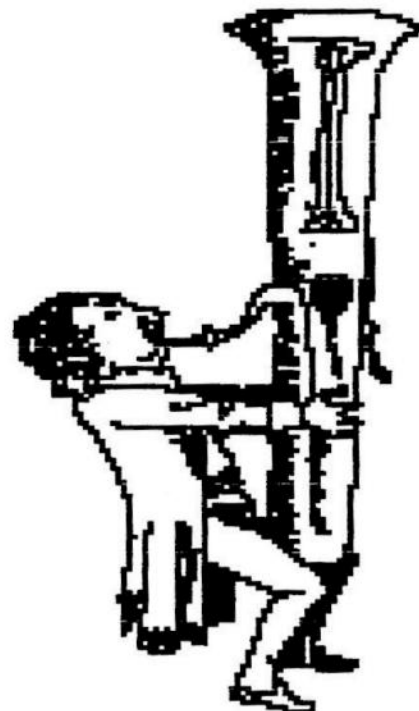
Julia: Nee, leugenaar. We waren even content.

De knijper: Hoe is het eigenlijk....

Gust: Op 6 jaar tijd reed ik 200.000 km alleen voor oriëntatielopen. Als ik goesting had om in Hengelhoef te gaan trainen reed ik naar Hengelhoef. Je moet plezier hebben in de dingen en het moet niet allemaal te serieus zijn. Alles wat ik ooit gedaan heb, heb ik graag gedaan. Ik moet kunnen klappen...

De knijper:...

Gust: Ik denk dat het gaat ijzelen. Je moet voorzichtig zijn en niet te veel zeveren in 't boekse!



Vraag: En als Gust nu eens muzikant was geworden?
Antwoord: Dan had Julia gene klank gehad.

Eigenlijk klopt deze titel niet want het gaat over 2 wedstrijden binnen pakweg 15 uren, namelijk het Belgisch kampioenschap nacht en een nationale LD. Het CC, met mogelijkheid om te overnachten, was voor beide wedstrijden in het vakantiehuis Sint Lutgardis te Kasterlee. Het BK op een combinatie van de kaarten Hoge Rielen en Rulheyde, de nationale op Hoge Mouw.

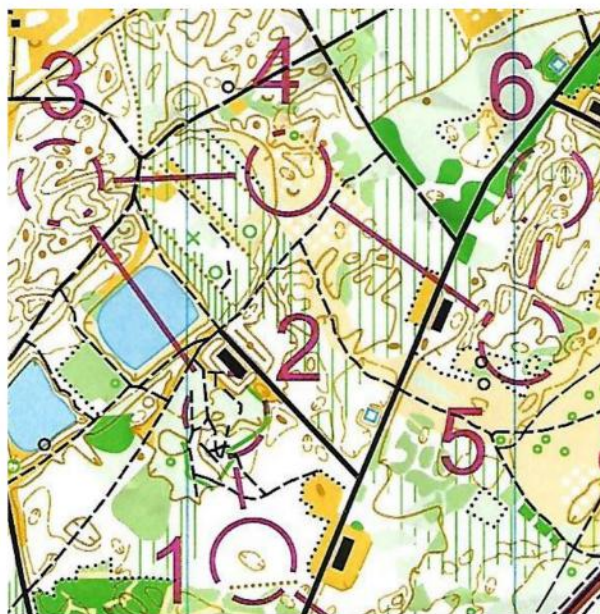
Ik vond het geen slecht idee van niet naar huis te rijden, 52 km, alleen om te slapen want mijn starttijden waren 20h36 en 10h14!

Het nachtkampioenschap is ieder jaar één van mijn hoofddoelen, omdat dit (meestal) de enige mogelijkheid is om Belgisch kampioen te worden. De andere kampioenschappen worden immers gewoonlijk in mijn fietsseizoen georganiseerd (EN dan is de tegenstand groter).



Mijn wedstrijd verliep niet zoals ik zou willen met hier en daar wat tijdverlies en een foute wegkeuze. Het ergste zat echter in het slot met effe rond de laatste post draaien vooraleer ik hem zag staan (-25sec) en daardoor 180° verkeerd weg naar de finish (-2min!).

Overtuigd dat het weer niet voor dit jaar zou zijn SI laten uitlezen. Vanboven op de uitprint OK, da's al iets, vanonder 1/6 (15). Zou het dan toch nog kunnen? Er hebben wel nog maar 6 lopers uitgelezen en één kanshebber moest nog na mij starten: C. Stoffels.



Wie ik dacht dat zou winnen, Bart VDM, in de douche tegengekomen. Ook hij was helemaal niet content en staat uiteindelijk zelfs niet op het podium. Ik moet weer een jaartje verder met zilver na onze Waalse collega Christiaan. Volgend jaar proberen we opnieuw!!!

De krappe kantine werd tijdens de prijsuitreiking regelmatig gevuld met Hamoks applaus, want onze club deed het traditioneel weer erg goed met 5 nachtkampioenen!!!!

Goud	
D Open	Greet Oeyen
D Masters A	Nancy Wenderickx
H Masters A	Tomas Hendrickx
H Masters B	Gunther Deferme
H Masters E	Jean Ooms
Zilver	
H Masters B	Bart Mellebeek
H Masters C	Guido Timmers
Brons	
H Junioren	Jorn Kennis

Deel 2 van het "weekend", de overnachting: Vlak na de wedstrijd verliep alles zoals gewoonlijk, iets drinken met clubgenoten en/of concurrenten, wedstrijdbespreking en wachten op de prijsuitreiking.

Nadat iedereen zijn medaille had ontvangen, liep de kantine snel leeg en bleven er vooral trollers en enkele Waalse oriënteurs over. Mijn frans is ondermaats dus was de keuze snel gemaakt waar ik het best kon aansluiten. Eerst nog rechtstaand (zonder toog) met de gebroeders Vervoort en hun voorzitter, later aan een tafeltje beland met de echte plakkers terwijl het poetspersoneel aan de slag ging. Na een tijdje vond ik plots dat er toch nog maar heel weinig volk overschoot en vroeg aan André DVM. of dit alles was wat bleef slapen?

Ah nee, de meesten liggen er al in! Hebt gij nog geen bed gekozen dan? Er zijn nog bedden vrij op mijn kamer. Die kamer was de laatste in de gang met 12 stapelbedden! De gesprekken gingen vooral over vroeger, want de gemiddelde leeftijd aan tafel was niet "jeugdig" te noemen. Onder de Trollers is er blijkbaar ook een strijd wie er in de meeste landen heeft georiënteerd en hierbij horen Bobbejaanland, Plopsaland enz. gewoon bij België.



De meeste van mijn gezellen sliepen op diezelfde kamer en besloten samen dat het bedtijd was, zo viel het niet te fel op dat ik niets had voorbereid. Het eerste lege bed dat ik tegenkwam (boven Oswald) ingenomen voor een redelijk rustige, maar iets te korte nacht. Bij het eerste daglicht was ik ook wakker en was er al redelijk wat activiteit op de gang en het tegenoverliggende toilet. Beetje opruisen, verse loopkleden aangetrokken en terug naar de kantine waar het ontbijtbuffet klaar stond. Hier was alles beschikbaar wat ik nodig had en zo startte de voorbereiding, inclusief een korte wandeling, op naar deel 3.



Nationale wedstrijd op Hoge Mouw, een kaart waar ik wel goede herinneringen aan heb met o.a. een Belgische titel nacht!! Weliswaar ex aequo met Bart M. maar er was toen niemand sneller dus ...

Ook deze keer redelijk tevreden over mijn wedstrijd met vooral op post 3 wat tijdverlies. Uiteindelijk waren Luc M. en Bart VDM. sneller, waar ik wel mee kan leven. Het was vooral prachtig weer en mijn eerste cross dit jaar in t-shirt. Bedankt aan Trol en de Trollers welke mij toch weer een ervaring rijker hebben gemaakt.

Guido T

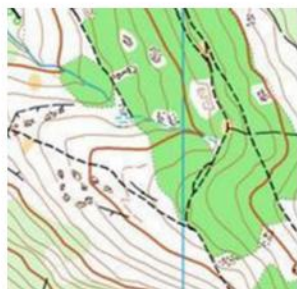
In de vorige editie van de Knijptang hebben Dries & Greet ons uitvoerig hun nieuw jeugdproject voorgesteld: Ori-YoEU. Naast een hele hoop stages voor onze jeugd worden er tussen de trainers ook ervaringen uitgewisseld. In dit kader heeft Greet, met de hulp van ons technisch hoekje, haar visie op het aanleren van fijn oriënteren aan jeugdige atleten in Vlaanderen uit de doeken gedaan. We laten jullie graag meelesen van de Nederlandse vertaling.

Al jaren merken we dat de jeugd in Vlaanderen op internationaal vlak nog wel mee kan in de jongste categorieën (D/H-10, D/H-12), maar dat er tegen de tijd dat ze junioren zijn, toch een kloof ontstaat tussen de Vlaamse atleten en hun internationale leeftijdsgenoten. In dit artikel ga ik op zoek naar de mogelijke oorzaken hiervan en hoe we hier als trainer kunnen op inspelen.

In het noordelijk deel van België zijn vooral kaarten met veel paden en klein reliëf te vinden. In het zuidelijk deel hebben we eerder te maken met grote terreinvormen zoals heuvels en valleien. In het buitenland kom je echter vaker complexere terreinen tegen.



Noordelijk Deel



Zuidelijk Deel

In Belgische terreinen is ruw oriënteren over het algemeen de meest voor de hand liggende techniek. Met het volgen van lijnmerkpunten kan je vaak heel veel wegkeuze problemen oplossen. Bijkomend staan de posten dan ook nog op (of vlak bij) een lijnmerkpunt waardoor je in België niet genoodzaakt bent om van techniek te veranderen. De jeugd in België is dan ook heel goed getraind in het ruw oriënteren, maar komt vaak te kort op het vlak van fijn oriënteren.

Fijn oriënteren is het zien en het lopen van herkenningspunt naar herkenningspunt. Deze techniek is noodzakelijk in een gedetailleerd reliëf. Aangezien we in België weinig beschikken over zeer gedetailleerd reliëf, wordt deze techniek misschien onvoldoende aangeleerd. Daardoor gaan jongeren, volgens mij, ruw oriënteren in terreinen die daar niet geschikt voor zijn.

Eigenlijk zou een combinatie van beide technieken aangeleerd moeten worden. Ruw oriënteren kan meestal toegepast worden in het begin van een been. Het is dan voldoende om ongeveer te weten waar je bent en de details rondom zijn minder van belang. Fijn oriënteren heb je meestal nodig in de omgeving van de post waar elk detail je kan helpen om de post te vinden. Het eerste deel van een been ga je dus een groot stuk afleggen tegen een snel tempo (ruw oriënteren), terwijl je dichterbij de post moet vertragen en over moet schakelen op een aangepaste techniek (fijn oriënteren).



Aangezien het fijn oriënteren minder aan bod komt in onze Belgische bossen, is het noodzakelijk dat we hier al vanaf de jeugd extra op gaan trainen.

Een goede trainingsvorm hiervoor is oro-hydro. Misschien lijkt deze trainingsvorm nog wat moeilijk voor de leeftijdscategorieën D/H-12 en D/H-14, maar met behulp van een trainer die schaduwet, is zo'n trainingsvorm zeer leerrijk. De trainer heeft dan de kans om het reliëf samen met de atleet te bespreken. Door bij ieder been het vooropgestelde plan te laten verwoorden en de vervolgweg met de opeenvolgende herkenningspunten te laten benoemen, krijgt de trainer een beter beeld van de denkwijze van de atleet en kan de trainer eventueel bijsturen. Op deze manier wordt de atleet wel verplicht om de techniek fijn oriënteren toe te passen.



Indien er onvoldoende trainers beschikbaar zijn om te schaduwet, kan de achtergrond ook gedeeltelijk zichtbaar gemaakt worden, waardoor de atleet steeds kan teruggevallen op de basiskaart, indien nodig.



Vorige week heb ik deze trainingsvorm toegepast bij mijn zoon (H-12). Ik merkte tijdens het schaduwet op dat hij de hoogtelijnen goed begreep en zijn duim gebruikte om zichzelf te lokaliseren. Tijdens het uitvoeren van zijn vooropgestelde plan, vergat hij soms de richting te controleren, maar over het algemeen was het een succesvolle training. Hijzelf vond het ook heel leerzaam.

Bovendien volgde de bevestiging de week nadien, toen hij aangaf dat hij de hoogtelijnen had gebruikt als hulpmiddel voor het aanvallen van zijn post. Doel bereikt!

Greet

- 4-5 maart 2023: Roemenië Boekarest
- 8-10 april 2023: Letland locatie te bevestigen
- 10-14 april 2023: Roemenië - Buzau
- 6-7 mei 2023: Roemenië - Boekarest

- 9-11 juni 2023: Italië- Toscane
- 31 juli - 3 augustus: Polen - Sudety
- 9-11 augustus: België
- 29-31 augustus: Letland



Ik had er zo naar uitgekeken om nog eens in "t Kemp" te kunnen lopen. Een kaart waar we normaal elk jaar in december op kunnen lopen, beter gekend als de Sinterklaascross en die nu op 9 maart werd gebruikt voor een militaire wedstrijd. Maar mijn prestatie is tegengevallen. Het is me gelukt om van de kaart te lopen, tweemaal na het inleggen aan een post 180° verkeerd te vertrekken en daarbovenop bij post 16 de gebouwen verkeerd te "lezen", de concentratie was dus ver te zoeken ...

Bij het van de kaart lopen, was ik me er in het begin zelfs niet van bewust dat ik de kaart verkeerd aan het lezen was. Je moet het maar doen, denken dat je in een wijk de juiste weg aan het volgen bent, maar eigenlijk zit je volledig verkeerd. Wat die 180° betreft, zoek ze zelf maar op de kaart hieronder. Mijn tijd was dus slecht, mijn gemiddelde nog slechter!



Dwalen in 't Kemp

Maar dan was er de militaire cross in Oost-Vlaanderen op het vroegere militair vliegveld te Ursel, met een nieuwe kaart "Drongengoedbos". Deze cross werd eigenlijk georganiseerd door enkele leerlingen van een sportschool in Oostende met de steun van Defensie, meer bepaald van de Zeemacht. Jawel, de marine kwam in het bos naast het vliegveld spelen, van "joint" gesproken ...



Wonder bij wonder is er tijdens deze cross niet veel misgelopen, ik heb wel veel omgelopen.

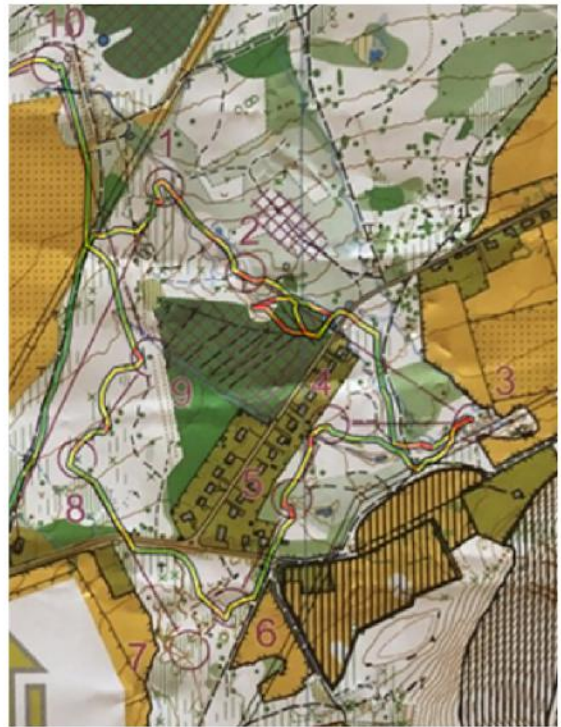
Op een bepaald moment (van post 5 naar post 6) moesten we door een poort. Nu vraag ik jullie wat je moet doen in de volgende situatie: op de kaart staat geen "verboden terrein" aangegeven, de poort staat open, er hangt een plakkaat "privaat eigendom", je ziet een hond vrij rond kuieren en je ziet niet of de poort aan de andere kant van de weg open staat. Daarbovenop komen er 2 lopers vanuit de tegenovergestelde richting naar je toe lopen waarbij de ene na de poort naar links loopt terwijl de andere naar rechts gaat. Doeme, chaos in mijn hoofd: mag ik hier nu door of niet, is de poort aan de andere kant nu open of dicht en komen die lopers terug op hun stappen of is dit effectief hun route? Ik heb dan maar het zekere voor het onzekere genomen en heb extra meters gelopen. Ik ben er deze keer ook goed mee weggekomen.

Als je het eindresultaat bekijkt, zie je dat ik eerste militair na 3 burgertoppers was. Ik mocht ook op de blokjes staan om een medaille in ontvangst te nemen. Kan je geloven dat ik me even geen kneusje voelde (knipoog)?

En dan kwam luik drie: even naar Plainevaux om een militaire regelmatigheidscriterium te lopen.

Het begon al goed met 45 minuten file en de parking die niet echt dichtbij lag. Het was een regenachtig weertje, maar gelukkig was het niet koud. Na een opwarming (lees: wandeling) van ongeveer 1,5km naar de start, was ik met goede moed vertrokken. Een goed gevoel die ik al snel ben kwijtgeraakt. Na post 2 liep het ferm mis, ik heb een paar extra lusjes gelopen om dan eindelijk op post 3 aan te komen. Maar bon, ik was al blij dat ik terug op het goede spoor zat. Tussen 12 en 13 terug volledig in de mist om me dan terug te herpakken en met een relatief goede tijd (volgens mijn horloge) aan de finish te komen. Ik had er goede hoop in om een goed klassement te hebben. Maar het zag er anders uit toen ik mijn emit liet uitlezen, ik had een NCL want ik had blijkbaar post 7 niet gepakt. Weg goed gevoel, weg punten, weg klassement. Volgende keer beter opletten!

Wat ik ook nog even zou willen meegeven, is dat ik een grote bewondering heb voor jong en oud die door het bos loopt alsof er geen doornen, struiken of stronken zijn.



Als ik dat enigszins ook maar durf te proberen, dan haak ik met mijn voet achter één of andere tak en lig ik op de grond. Ik blijf het me afvragen: hoe doen ze het toch?

Grtjs,

Marijke, een middelmatige oriëntatiecrossser

BK Middle Distance - Banneux

Regen, echt veel regen.

Nog meer regen.

Enkel een kleine tent als cc voor meer dan 400 deelnemers

Heel winderige startlocatie

Zo word je hard als oriënteur.

We zijn direct na de aankomst terug naar huis gereden.

Ik ben terug thuis en heb nog altijd kou.

Knappe kaart

Fijne baanlegging

Tof om Yannick live te kunnen volgen.

Om Yannick in het bos te volgen moet je echt hard lopen.

Terechte kampioenen

Het zijn maar enkele van de vele commentaren van de "survisors" over dit kletsnat BK.

Proficiat!

Goud	
D55	Marijs Vandeweyer
D65	Jen Vanreusel
H-10	Jens Deferm
H-12	Kobe Deferm
H-18	Jorn Kennis
H40	Tomas Hendrickx
H60	Luc Melis
H70	Roger Hendrickx
H80	Phil Mellebeek
H90	Jos Duchesne
Zilver	
D-12	Noore Sels
D-18	Maya Renard
H-14	Thor Wolles
H80	Jean Ooms
Brons	
DE	Greet Oeyen
D40	Ellen Mols
H40	Jeroen van der Kleij



donderdag	Antwerp Orienteering Series Boekenbergpark Boekenbergpark
6 April	ANTWERP ORIENTEERS
maandag	Regionale - Baeckelandt (Paascross)
10 April	hamok
zondag	Nationale(r) LD Dreihütten (St.Vith)
16 April	

woensdag	Lenteloop - Park Molenheide Park Molenheide
19 April	
donderdag	AUTMANS 2023 Chemin de Frahinfaz 3, 4900 SPA
20 April	
zondag	Régionale - Rochehaut Vivy (Bouillon)
23 April	
zondag	VK Sprint - Hoogstraten Het Spijker
23 April	TROL ORIENTEERING CLUB



zondag	MIX Sprintaflossing - Hoogstraten Het Spijker
23 April	
zaterdag	Hermarathon 2023 - Engreux Engreux
29 April	ThAR
zondag	Regionale - Meerhout (City Cup 2023) Schoolstraat 1, Meerhout
30 April	