

hamok

Voorzitter	Luc Melis VVO: sport en kaartencommissie Oude Mulsebaan 32 2490 Balen 014/816202 luc.melis@hamok.be	Public Relations Uitrusting	Bart Mellebeek Korteweg 13 3971 Heppen 011/391397 bart.mellebeek@hamok.be
Ondervoorzitter	Jos Thijs VVO: beheerraad Driegezustersstraat 36 3582 Beringen 011/421097 jos.thijs@hamok.be	Informatica	Bart Herremans Velmerlaan 43 3806 Velm 011/760455 bart.herremans@hamok.be
Secretaris (intern)	Pascal Mylle Maasbeekstraat 9 3945 Ham 0485/41.94.38 pascal.mylle@hamok.be	De Knijptang (sportief)	Wim Hoekx Sterstraat 19 3920 Lommel 011/552440 wim.hoekx@hamok.be
Secretaris (intern) Lidgeld	Fernand Scheelen Berkenlaan 95 3970 Leopoldsburg 011/345575 Rekening: BE84 7795 9196 4459 fernand.scheelen@hamok.be	Materiaal	Tuur Cloostermans Olmense Steenweg 103 3945 Ham 011/343880 tuur.cloostermans@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	Informatica	Ronny Timmers VVO: sport & kaartencommissie Poelstraat 7 3520 Zonhoven 0479/200967 ronny.timmers@hamok.be
Inschrijvingen	Dominique Schutjes Peerderbaan 13 3940 Hechtel 011/734453 fax: 011/733611 Rekening: HAM O.K Hechtel 735-0227934-69 dominique.schutjes@hamok.be	Jeugd	Dries van der Kleij VVO: ploegencommissie Blandenstraat 208 3052 Haasrode dries.vanderkleij@hamok.be

Tussen Berm en Toog



Ons hamokclubweekend 2014 in het Nederlandse Ede was voor mij zeker een groot succes, met 40 clubleden een weekendje O-plezier en andere geneugten beleven bleek weer eens heel plezant. De Hollandse O-club Argus zorgde zelfs voor een wedstrijd-cc in ons eigenste hotel! Ik heb al op heel veel plaatsen georiënteerd en gelogeed maar dit plezier had ik nog nooit genoten. Na een knappe en technische training (niet alleen op De Zwarte Weg zijn er dus loopgraven) in alle luxe kunnen douchen, even later de benen onder tafel steken voor de lunch en dan weer wat later een oriëntatieloop in het Edese Bos en dan weer in luxe douchen, de benen onder tafel en dineren en quizen en... en... Omzeggens alle podiumplaatsen gingen in Ede naar hamok trouwens, het loonde dat weekend dus de moeite en ik kijk al uit naar het hamokclubweekend 2015. Bedankt aan alle aanwezigen en aan iedereen in binnen- en buitenland die aan dit

gesmaakte O-event heeft meegeholpen!

Met alleen een regionale op de Winner van Marc Hermans en de naar Hengelhoef verplaatste militaire wedstrijd door onze 'militairen-op-rust' in samenwerking met het Limburgse Provinciecommando was november een rustige werkmaand voor ons.

Marc mocht op die zaterdagvoormiddag toch nog 172 lopers ontvangen aan de Ekselse tennisclub en daarbij waren 54 Hammers! En van al die deelnemers waagden er zich 45 aan de speciale crossen 'à la Masters of Oriëntering'. Belangstelling voor zoiets genoeg dus, al is een 'special-by-night' natuurlijk nog van een ander kaliber!

Weer meer dan 350 aanwezigen tekenden present op Hengelhoef, ik heb er nog niet veel van vernomen maar ik weet dat vooral de contacten vooraf met 'Het Limburgs Landschap' voor moeilijkheden en problemen hebben

gezorgd. Deze vzw is voor ons een nieuw gegeven maar heeft wel de zuidelijke helft van Hengelhoef in beheer gekregen. En zij vinden ons een vernielende sport???? Dat belooft voor de O-toekomst daar... Als iemand van jullie er contacten mee heeft, laat het dan graag weten a.u.b.

Het allerlaatste maar zeker ook te late kampioenschap liepen we op de vlakte van Helchterenbos, Het werd weer een erg snel Vlaams Kampioenschap en opnieuw waren we weer aan het feest met onze club! Niet minder dan 25(!) Hammers belandden er op het podium waaronder acht hamokkampioenen! Proficiat voor de titels van Nancy, Amber (wat een rentrée), Marijs, Greet, Hélène (welkom terug Hélène), Luc, Wim en Jos. Tweede plekken waren voor Lies, Klaas, Victor, Godelieve, Danielle, Roza, Gunther en André! Derde werden Elisabeth, Piet, Miel, Hilde, Julienne, Danny, Guido, Georges en Jean!

Twee crossen zijn voor ons in december. Gunther Deferme heeft vroeger zijn strepen al verdiend op de Engsbergense Rodenberg. Denken we maar aan de nadien veel besproken finale van ons clubkampioenschap een paar jaren geleden, ik ben dus weer benieuwd naar zijn baantjes op en rond de steile heuvel.

En natuurlijk lopen we de laatste dag van de Sylvester op onze aloude kaart van Gerhees. We hadden eerder dit jaar geprobeerd om hier de Vlaamse Sylvester-wre te redden nadat Trol moest afhaken om onduidelijke redenen en de andere clubs opzij keken toen om een snelle reactie werd gevraagd. De IOF-controller heeft nu een voor mij volledig onterechte uithaal gedaan naar dit Gerheese terrein van heel veel

gesmaakte O-kampioenschappen en O-plezier maar we laten zoiets zeker niet meer aan ons hart komen. Baanlegger Marc Hermans (tweede cross al op enkele alinea's) kent het terrein als geen ander, de crossen zullen dus een zeker en vast een Sylvesterfinale waardig zijn!

De laatste Vijfdaagsedag is altijd een zware organisatie. Vele helpende handen zijn nodig op de werkljst van coördinator Luc Bouve. Vooral de keuken- en toogploeg van de Heppense voetbalkantine heeft die dag veel volk nodig. Wij proberen wel de Sylvesterprijsuitrijking zo snel mogelijk te laten doorgaan. Het zijn zo al drukke dagen genoeg.

Slechts vier dagen later zijn we terug aan het hamok-O-feest met ons traditionele, jaarlijkse clubkampioenschap en sedert 2014 ook ons clubfeest. Hierover verder zeker meer van clubkampioen Bart Mellebeek maar ik kijk alvast samen met jullie uit naar zijn editie 2015 in Ham.

Door de prima staat van ons hamokclubkas kan dit feest nog steeds aan dezelfde lage prijs doorgaan, blijft het ook altijd lage lidgeld ook in 2015 behouden zoals al vele jaren en zal de drank op 4 januari ook zoals altijd van onze clubkas zijn!

Tot slot ook zeker nog meegeven dat Klaas en Victor zich mooi konden selecteren voor het ISF-scholenkampioenschap in Turkije en dat al op 15 december de VVO-selecties voor het Interlandweekend in Engeland begin februari zullen bekend zijn!

Tot op de Sylvester!

Luc

Hamnieuws

Ziekenbos

Henri Van Briel is 2 weken geleden geopereerd aan de schildklier. Het NMBS-kampioenschap is zijn voorlopig laatste wapenfeit, maar de operatie is goed verlopen zodat hij binnen afzienbare tijd opnieuw de strijd kan aanbinden in de oriëntatiewereld!

Op zoek naar een MTB?

Fred Wellens, veel te vroeg van ons heen gegaan eerder dit jaar, kocht een 4-tal jaar geleden een

nieuwe mountainbike, met de bedoeling er nog veel op te kunnen rijden. Zijn weduwe H el ene zou die nu van de hand willen doen.

De fiets is een Focus Black Raider 4030G SL X, aangekocht bij Cyclingshop Mondelaers (Diesterstraat 53/3 Tessenderlo). Hij is 4 jaar oud en de aankoopprijs was 799  . De fiets is nu te koop voor 350 à. De bijhorende helm, een Giro Stylus van 84,95   kan je overkopen voor 40 .

Je kan H el ene bellen op 011 344 046.

Lidmaatschap 2015

Het is december en dus krijg je, niet verwonderlijk, een uitnodiging om, met de glimlach, het lidgeld 2015 te betalen.

Je krijgt er heel wat voor terug :

- Gratis deelname aan het clubkampioenschap op 3/1/2015
- Bijna gratis clubfeest na het clubkampioenschap
- Abonnement op de Knijper
- Gratis deelname aan nationale kampioenschappen
- Eén euro korting bij elke organisatie van Hamok
- Gratis deelname aan ‘Beker van de secretaris’
- Kans om goedkoop nieuwe clubkledij aan te schaffen
- Verzekering tijdens wedstrijden

- Een dynamisch bestuur dat hard voor jou werkt
- Enz enz

Het is wel verwonderlijk dat het bedrag weer NIET gestegen is, dus :

- 20 euro voor het eerste gezinslid
- 17,50 euro voor het tweede gezinslid
- 15 euro voor het derde
- 12,50 euro vanaf nummer vier

Dit bedrag kan gestort worden op

BE84 7795 9196 4459

Hamok VZW

Berkenlaan 95

3970 Leopoldsburg

VK Lang

Helchteren-bos?

16 november 2014 – Koersel (Helchterenbos)

Over het VK lang werd voor één keer niet gediscussieerd. Iedereen was het eens dat te kaart eigenlijk te slecht getekend was om de benen te leggen die het op Helchterenbos normaal gezien moeilijk maken. Dwars over de heide is niet plezant als de geplagde zones niet staan waar ze moeten staan of als een grasveld opeens een grote zandvlakte wordt. Over de pad, dan maar.



Daniëlle (zilver) legt Dominique uit hoe het wel moest

Toch wil dat niet zeggen dat echt talent niet komt bovendrijven. Hamok mag dan wel ontstaan zijn om de recreatievere loper ook een kans te geven, medailles winnen is toch ook wel plezant.

Goud
Nancy Wenderickx
Amber Thys
Marijs Vandeweyer
Greta Mols
Hélène Gielen
Luc Melis
Wim Hoekx

Jos Duchesne
Zilver
Lies Deferme
Godelieve Bruynseels
Daniëlle Nolens
Roza Goos
Klaas Mellebeek
Victor Mellebeek
Gunther Deferme
Andre Aerts
Brons
Elisabeth Schutjes
Hilde Krols
Jen Vanreusel
Piet Deferme
Miel Deferme
Danny Swerts
Guido Timmers
Georges Deferme
Jean Ooms

Maar liefst 76 hamoklopers vonden hun weg naar Koersel. 25 (8-8-9) mochten blijven voor de prijsuitreiking! Als we ook nog eens de genen zouden laten meetellen, zou zelfs De Knijper nog eens het podium gehaald hebben, net als de regerend clubkampioen. Nu we toch die twee in één zin vermelden, kunnen we maar beter de aap uit de mouw laten komen: het kan niet dat Jos zo slecht bezig is. Hij zag natuurlijk de tactieken van Mellebeek vorig jaar: zogezegd gekwetst zijn, medelijden opwekken, een kinderomloop krijgen en dan De Schreeuw in de inkomhal knallen. Jos laat dan nog eens te pas en te onpas vallen dat de enige blanco plaats op zijn palmares clubkampioen is. Eén en één is twee.

Het zou de printkosten van deze knijptang maar de hoogte injagen als wij over iedereen zo'n verhaal moesten verzinnen, dus laten we het bij de droge observatie houden van: het zijn de vrouwen van hamok die voor de meerderheid van de gouden medailles zorgden.

ISF Orienteering

World Championship 2015

ISF staat voor International School Federation en we kunnen dit kampioenschap dus beter het scholenwereldkampioenschap noemen. Deze competitie wordt om de 2 jaar georganiseerd en vindt in 2015 (eind april) in de omgeving van Antalya (Turkije) plaats. Er zijn 2 verschillende competities : een competitie voor scholenploegen (dit wil zeggen dat alle deelnemers leerlingen zijn van dezelfde school) en een competitie voor een selectie (hier kan elke leerling van eender welke school deelnemen). In beide competities mag elke federatie maximum 5 deelnemers per categorie inschrijven. Er is ook een onderverdeling per geslacht en leeftijdscategorie. Zo is er een M1 en W1 reeks ("Men" en "Women" geboren in 1997 -1998 – 1999) en een reeks M2 en W2 voor degenen die geboren zijn in 2000 en 2001. Omdat iedere deelnemer een week de lessen moet missen, moeten ten eerste de ouders hiermee akkoord gaan maar moeten de atleten ook de toestemming van het schoolhoofd hebben om een week schoolverlet te hebben. Dit brengt natuurlijk met zich mee dat niet iedereen die sportief in aanmerking komt, ook effectief de selecties kan/mag lopen.

Op 26 nov 14 vond op de kaart van Vlierveld (Maasmechelen) de selectiewedstrijd voor dit wereldkampioenschap plaats. Er namen 2 hamokkers deel in de categorie M1, nl. de neven Klaas en Victor Mellebeek. Beiden klasseerden zich voor dit WK, wat eigenlijk niet verwonderlijk is want beiden zitten volgend jaar ook in de VVO-junioreselectie. We wensen hen veel succes toe, zowel tijdens hun voorbereiding als tijdens de competitie.

Vroeger werd dit kampioenschap gedeeltelijk bekostigd door SVS, maar de "Stichting Vlaamse Schoolsport" geeft vanaf dit jaar (door de besparingen) geen financiële steun meer en zag het daarom ook niet zitten om nog scholen te laten deelnemen aan dit wereldkampioenschap. Er werd daarom heel wat

overlegd en omdat veel oriëntatielopers vonden dat deze jonge atleten toch de kans moesten krijgen om deel te nemen aan deze internationale wedstrijd (zowel competitief als sociaal belangrijk) heeft VVO besloten om het hef in handen te nemen. Er werd gezocht naar enkele volwassenen binnen VVO die de kinderen kunnen begeleiden tijdens dit kampioenschap, maar die ook alle voorbereidingen en uitvoeringen voor hun rekening nemen. Uiteindelijk werd Bart Willems en Jean-Marc Gillet aangeduid om als trainer te fungeren en ikzelf zou alles coördineren en tevens delegatieleider zijn.



Klaas mag samen met Victor onze clubkleuren verdedigen op ISF

Ook VVO zal financieel niet tussen komen (maar wel als back-up dienen) en dus moeten alle atleten hun reis zelf betalen. Om dit voor de ouders financieel iets aantrekkelijker te maken, is er binnen de werkgroep beslist om verschillende acties te doen om geld in te zamelen voor de deelnemers die aangesloten zijn bij VVO. Zo hebben de 4 grote clubs (Hamok, Trol, Omega en Kol) al toegezegd om

tijdens en na een regionale wedstrijd ons (= atleten en ouders) in het voorjaar 2015 de mogelijk te geven om eten te verkopen. In functie van elk "CC" moet nog bekeken worden wat we ter plaatse kunnen klaar maken, maar je kan je binnenkort na een oriëntatiewedstrijd dus verwachten aan bv. spaghetti, broodjes, enz. Er zijn nog andere ideeën die op tafel liggen, maar deze moeten allemaal nog verder uitgewerkt worden. Meer info hierover volgt later. Hou dus vooral de VVO-website in het oog want daar zal je kunnen terug vinden waar en wanneer deze

acties lopen. Je hoeft dan zelf al niets meer van eten te voorzien na de wedstrijd.

Meer informatie over dit scholenwereldkampioenschap vind je terug op www.isfwsc2015.org. Als je ook alle voorbereidingen en info van de Vlaamse delegatie wilt volgen, kan je surfen naar de facebookpagina "ISF-Flanders Orienteering 2015" en deze 'liken'. Je wordt dan steeds op de hoogte gebracht van elke actie. Onze atleten hopen natuurlijk op heel veel respons.

– Luc Bouve

Nationale Regelmatigheid 2014

5 hamok winnaars!

Volgende HAMOK-lopers behaalden de eindoverwinning in de nationale regelmatigheid:

Jeroen Hoekx (H Elite)
Klaas Mellebeek (H-16)
Frederik Meynen (H21A)
Wim Hoekx (H55)
Pascal Mylle (HB)

De nationale regelmatigheid is een regelmatigheids criterium op basis van alle nationale wedstrijden en de Belgische kampioenschappen Lange en Midden Afstand. In 2014 betrof dit 8 wedstrijden. De beste 6 wedstrijden tellen mee voor het eindklassement en tijdens de laatste wedstrijd zijn er meer punten te verdienen. Dit was in 2014 het BK Midden Afstand.

In onderstaande lijst een overzicht van het klassement van alle HAMOK-lopers. Achter het puntentotaal zijn de behaalde podia vermeld. Toppers waren Klaas Mellebeek en Jos Duchesne met elk 4 overwinningen in hun reeks. Jeroen Hoekx kaapte de overwinning weg bij de Elitelopers.

Victor Mellebeek en Nancy Wenderickx verloren de eerste plaats met 1 puntje, Jos Duchesne met 2 puntjes, Phil Mellebeek liep met 3 puntjes de overwinning mis. Het verschil zit soms in een klein hoekje.

H Elite

1 Jeroen HOEKX (2x1ste + 1x2de)	158 p.
5 Thomas VAN DER KLEIJ (1x2de + 1x3de)	78 p.
23 Dries VAN DER KLEIJ	28 p.
24 Jeroen VAN DER KLEIJ	27 p.
32 Benjamin ANCIAUX	16 p.
33 Gunther DEFERME	15 p.

D Elite

5 Greet OEYEN (2x3de)	102 p.
7 Mira SCHEIR	63 p.
10 Sofie HERREMANS (1x3de)	46 p.
17 Nancy WENDERICKX	21 p.

D-10

2 Jil MYLLE (1x3de)	121 p.
4 Fee MYLLE (1x3de)	111 p.
12 Fin MYLLE	26 p.

D-12

6 Anneleen KNOOPS (1x3de)	113 p.
------------------------------	--------

H-14

4 Piet DEFERME (2x2de)	125 p.
5 Thomas KNOOPS (1x3de)	112 p.

H-16

1 Klaas MELLEBEK 189 p.
(4x1ste + 3x2de)

4 Miel DEFERME 140 p.
(1x2de + 1x3de)

10 Dimitry KNOOPS 56 p.

D-16

4 Lies DEFERME 149 p.
(1x1ste + 1x3de)

H-18

2 Victor MELLEBEK 181p.
(1x1ste + 4x2de)

H21A

1 Frederik MEYNEN 161 p.
(3x1ste)

4 Toon MELIS 94 p.
(1x1ste + 1x2de + 1x3de)

12 Benjamin ANCIAUX 30 p.
(1x1ste)

12 Dries VAN DER KLEIJ 30 p.
(1x1ste)

19 Wannas VAN HAM 19 p.

20 Thijs VAN HAM 17 p.

D21A

4 Sofie HERREMANS 60 p.
(2x1ste)

13 Greet OEYEN 27 p.
(1x2de)

16 Elien MELIS 25 p.
(1x3de)

19 Ariane DECRAMER 23p.

H35

6 Bob SCHILDERMANS 95 p.
(1x3de)

12 Stefaan SCHUTJES 37 p.

15 Peter KRAMPILTZ 32 p.

19 Jean-Claude JIMENEZ 27 p.

D35

2 Nancy WENDERICKX 183 p.
(2x1ste + 4x2de)

11 Elisabeth SCHUTJES 48 p.
(1x3de)

H40

3 Ronny TIMMERS 124 p.
(1x3de)

5 Gunther DEFERME 97 p.
(1x1ste + 1x2de + 1x3de)

14 Steffen KNOOPS 49 p.

35 Marc MERTENS 10 p.

D40

6 Sophie PAREE 86 p.

9 Marijke DEBRUYNE 45 p.

H45

7 Bart MELLEBEK 97 p.

23 Sven FRANCET 29 p.

38 Wim GEERTS 9 p.

D45

2 Marijs VANDEWEYER 174 p.
(1x1ste + 2x2de + 3x3de)

6 An VERBERNE 89 p.

H50

2 Luc MELIS 171 p.
(1x1ste + 2x2de + 3x3de)

4 Koen MEYNEN 100 p.

9 Guido TIMMERS 80 p.

10 Marc CLAES 73 p.

13 Dirk DEIJGERS 70 p.
(1x2de)

18 Luc HERMANS 50 p.
(1x2de)

20 Patrick BLEYEN 45 p.

23 Henri VAN BRIEL 32 p.

25 Johan MAES 31 p.

44 Jos GOVEN 10 p.

48 Henrik LISBY 4 p.

50 Danny SWERTS 3 p.

D50

2 Greta MOLS 160 p.
(1x2de + 3x3de)

8 Hilde KROLS 80 p.
(1x2de)

H55

1 Wim HOEKX 163 p.
(2x1ste + 1x2de)

3 Luc BOUVE 144 p.
(3x3de)

35 Lucien BOSMANS 14 p.

39 Luc VERWAEST 11 p.

D55

6 Julienne VANREUSEL 108 p.
(1x2de + 1x3de)

10 Godelieve BRUYNSEELS 67 p.
(1x3de)

15 Francine MOLS 17 p.

H60

19 Willy RENDERS 34 p.

24 Dominique SCHUTJES 24 p.

27 Andre AERTS 22 p.

31 Jean Paul HOMBROECKX	18 p.	H75	
33 Fernand SCHEELEN	16 p.	4 Bonaventur CLOOSTERMANS	129 p.
47 Jos SCHEPERS	1 p.	8 Pierre THEUNKENS	79 p.
H65		D75	
2 Georges DEFERME	155 p.	2 Roza GOOS	97 p.
(1x1ste + 1x2de + 1x3de)		(1x1ste + 2x2de)	
8 Vic VANDERSTRAETEN	111 p.	H80	
10 Jos THYS	100 p.	2 Jozef DUCHESNE	187 p.
29 Marcel OEYEN	12 p.	(4x1ste + 2x2de)	
D65		HB	
2 Danielle NOLENS	148 p.	1 Pascal MYLLE	152 p.
(2x3de)		(2x1ste + 1x2de + 2x3de)	
12 Maria DELARBRE	19 p.	4 Stefaan SCHUTJES	60 p.
H70		(2x1ste)	
2 Phil MELLEBECK	176 p.	7 Danny SWERTS	35 p.
(3x1ste + 3x2de + 1x3de)		DB	
4 Jean OOMS	138 p.	2 Anja STYNEN	57 p.
(1x1ste + 1x2de + 1x3de)		(1x3de)	
8 Roger PLEES	46 p.	4 Ellen HOUBEN	45 p.
(1x3de)		(1x1ste)	
13 Willy VAN CAELENBERGE	19 p.	5 Ariane DECRAMER	37 p.
D70		(1x3de)	
3 H�el�ene GIELEN	37 p.	7 Karin DECLERCQ	30 p.
(1x3de)		(1x1ste)	



Uitnodiging
Clubkampioenschap
Clubfeest
3 januari 2015

Programma

13.00 Ontvangst in het Vlietje
13.30 Briefing en start
15.30 Einde wedstrijd en gelegenheid tot douchen

Changement de decor

16.00 Ontvangst in zaal De warande
17.00 Receptie
18.00 Opening buffet
19.00 Vervolg festiviteiten met o.a. kampioenenhulde, dessertenbuffet, quiz, discobar...

Inschrijven voor clubkampioenschap bij Daniëlle
(schutjes@scarlet.be)

Inschrijven voor clubfeest met vermelding aantal deelnemers bij Luc Melis
(luc.melis@skynet.be)

Deelname aan het clubfeest bedraagt
15 euro voor volwassenen
en 7,5 euro voor -16jarigen.

