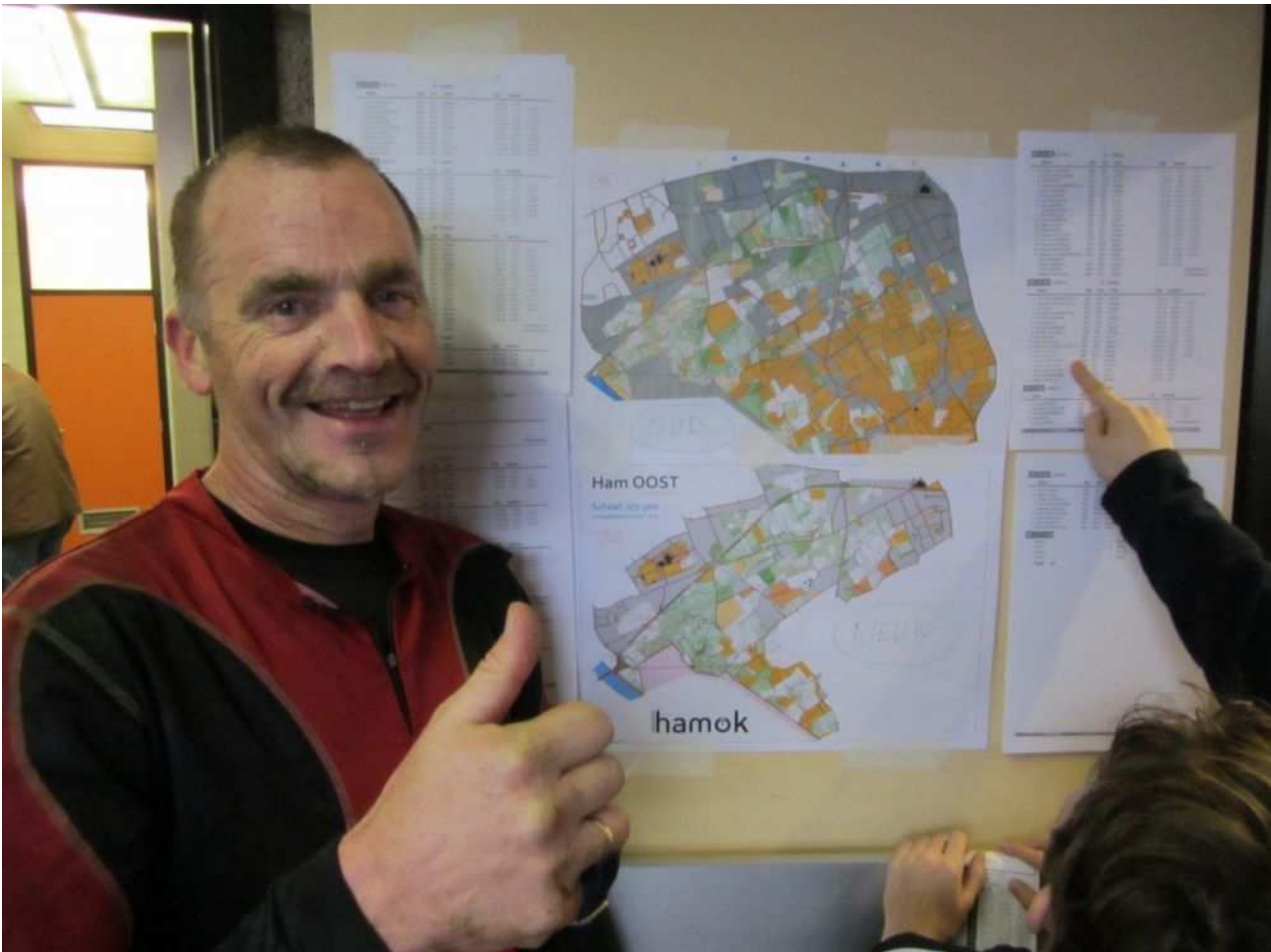


# hamok

Voorzitter	Luc Melis VVO: sport en kaartencommissie Oude Melsebaan 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 (extern) Materiaal	Tuur Cloostermans Olmense Steenweg 103 3945 Ham 011/343880 tuur.cloostermans@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	Sponsoring	Dirk Godelaine Molenstraat 41 3980 Tessenderlo 013/675562 dirk.godelaine@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	Sofie Herremans VVO: ploegencommissie Hamerstraat 2 2230 Ramsel 0494/313525 sofie.herremans@hamok.be

## Tussen Berm en Toog



Nancy had van ons hamokclubkampioenschap een aangenaam, niet te moeilijk en ook niet te technisch crosske gemaakt. Een aantal grote terreinkenmerken zoals de hoogste heuvel, een akker en een vakantieverblijf waren van de kaart verwijderd en dat geeft altijd verwarring. Het was een gezellige en sportieve aangename namiddag en met Jeroen Hoekx als meer dan verdiende winnaar kon eindelijk nog eens een A-loper de hamok-schreeuw mee naar huis hangen. En zullen we begin volgend jaar naar Lommel moeten trekken om het vervolg te weten. Alvast dikke proficiat Jeroen en voor de tweede keer in de hamokkampioenengalerij! Bij de dames was Greet Oeyen de ruime winnares!

Door een aantal organisatorisch problemen en het veel te koude weer moesten we onze nachtcross op Teunenberg afgelasten. Spijtig

maar het is niet anders. De kaarten waren al gedrukt dus het zal enkel uitstel zijn maar jammer genoeg is het onmogelijk om deze cross nog dit nachtseizoen te laten plaatsvinden.

Onze regionale wedstrijd op de eerste doordag bracht ons vooral een nieuwe kaart van "Ham". Deze laatste realisatie van Luc Cloostermans was bijna onherkenbaar veranderd en zal ons nog veel plezier bezorgen. Ik heb veel positieve commentaren gehoord. Er waren er zelfs die het terrein nu ineens te goed vonden om er een 'gewone' regionale wedstrijd op te lopen. Om te onthouden zoiets natuurlijk en de afwezigen hadden weer eens ongelijk, dat was zeker duidelijk!

Op organisatorisch en bestuurlijk hamokvlak zal januari 2013 natuurlijk vanaf nu de maand blijven van ons hamokconcilium! Die zaterdag

in Genebos leverde heel wat toffe ideeën en bruikbare voorstellen op die nu in enkele werkgroepen verder zullen worden uitgewerkt. De eerste werkgroep voer jeugdwerking en clubtrainingen liet er geen gras over groeien en is reeds van start gegaan. Ik ben heel benieuwd naar de reële uitwerking! Ook andere werkgroepen over communicatie, wedstrijdorganisatie en clubactiviteiten zullen weldra van start gaan. Wie zin heeft om zijn hamoksteentje bij te dragen, je bent heel welkom!

Dat er ook met andere afspraken niet getalmd werd, bleek al direct duidelijk op onze website! Hamok werd de eerste twitterclub!.. en een eigen facebookpagina kon dan natuurlijk ook niet ontbreken. Jaren geleden was ons clubforum heel aantrekkelijk en veel besproken, ik denk dat dit nu zeker opnieuw moet kunnen gebeuren!

Binnen het clubbestuur heeft het hamokconcilium ook al zijn vruchten afgeworpen. Luc Bouve wordt vanaf nu onze hamokwedstrijdcoördinator. Luc verdiende op dat vlak natuurlijk al veel strepen als sportverantwoordelijke in Kleine Brogel. Ik denk dat deze job hem dan ook op het lijf is geschreven! Onze organisaties zullen alvast nog beter en vlotter verlopen.

We houden jullie natuurlijk op de hoogte van de verdere evoluties na het consilium maar de hamokflyer van secretaris Pascal die één week later al aan de inschrijvingstafel lag, mag ook zeker overal getoond, gelezen en overhandigd worden!

Ook Dries van der Kleij heeft na het consilium de knoop doorgemaakt en is togetreden tot ons clubbestuur! Broodnodige en welkome verjonging en al op zijn eerste vergadering bleek duidelijk dat Dries zeker niet over één nacht ijs is gegaan en een aantal doordachte ideeën op tafel legde.

Dries wordt nu het jongste bestuurslid want Sofie Herremans werd voor de tweede keer

mama en die drukke bezigheden zijn natuurlijk onmogelijk te combineren met haar bezigheden als hamokbestuurslid en de agenda van de Vlaamse ploegencommissie want de jeugdwerking is natuurlijk bij uitstek het terrein waar de meeste O-interesses van Sofie liggen. Bedankt Sofie voor het vele geleverde werk, geniet veel van je kinderen en ik weet zeker dat we nog geregeld op jou kunnen rekenen!!

Op sportief organisatorisch vlak wordt februari voor ons erg rustig. Slechts één SVS-wedstrijd op Baeckelandt van de hand van Jos Thys en voor de rest kunnen we ons voorbereiden op de eerste nationales en de nachtkampioenschappen! De winter loopt nog niet ten einde maar nu al worden de eerste nationale nachttitels uitgereikt, ditmaal op de heuvels van de Witte Bergen in Lichtaart. Veel succes aan onze nachtuilen daar.

Maar vergeet je zeker niet in te schrijven voor onze eigen hamoknationale op Gerhees! Marc Hermans is terug van even gekwetst weggeweest en zal ons zeker de meest technische zones van zijn trainingsbossen laten aandoen. De kaart van Gerhees is vorig jaar trouwens volledig opnieuw verkend en getekend door de Oekraïners ! Zij hadden beloofd de zones met onderbegroeiing duidelijk aan te duiden. Ik ben erg benieuwd naar het resultaat want dit zal daar zeker de eerlijkste oriëntatie mogelijk maken. Helpers kunnen zich met veel plezier aanbieden bij Marc Hermans of wedstrijdcoördinator Luc Bouve!

Stilaan begint ook het internationale seizoen! Danielle, Dominique en C° zijn al naar midden-Spanje en Koen, Marijs, Marc, Jos, Hilde, Dirk, Greet en ik gaan nog eens genieten van het O-leven op de Andalusië-O-meeting in het diepste Spaanse zuiden. Het leven van een O-loper kan erg aangenaam zijn...

Tot op het nachtkampioenschap!

Luc

# Voorinschrijvingen

*Alle inschrijvingen bij Daniëlle!*

## **Nationale 1**

De eerste nationale wedstrijd van het seizoen staat al op 24 februari op het programma. De bossen rondom Felenne zijn bekend, of beter berucht, van de driedaagse van België in 2011. Inschrijven voor 9 februari.

## **Nationale 2**

Onze nationale wedstrijd gaat door op 3 maart. Dan toont Marc Hermans ons alle kanten van Gerhees en aangezien niemand het daar beter kent dan hij, staat er ons een mooie wedstrijd te wachten.

Inschrijven voor 15 februari.

## **VK Nacht**

Na het BK nacht is dit het tweede grote kampioenschap van het jaar. Het provinciaal domein van de Hoge Rielen kan voor een selectieve wedstrijd zorgen en is toch niet te moeilijk. Een aanrader dus. Inschrijven voor deze wedstrijd op 1 maart voor 17 februari.

## **Nationale Middle**

De derde nationale wedstrijd gaat door op 24 maart in Baudour, vlakbij Bergen. Het is al een tijdje geleden dat het nationale circuit nog aan de kanten halt hield, dus deze middenafstand zal wel gesmaakt worden. Inschrijven voor 3 maart.

# Varia

## **Lidgeld**

Maak Fernand blij en stort nu eindelijk je lidgeld voor 2013. Veel is het niet:

- 20 euro voor eerste gezinslid
- 17.50 euro voor tweede gezinslid
- 15 euro voor derde gezinslid
- 12.50 euro voor het vierde gezinslid
- De vijfde en volgende gezinsleden zijn gratis.

Storten op rekening BE84 7795 91964459 van Hamok – Fernand Scheelen, Berkenlaan 95 – 3970 Leopoldsburg.

## **Mailinglijst**

Belangrijke clubboodschappen of inschrijvingsdeadlines worden gewoonlijk gestuurd naar de hamok e-maillijst. Wij horen regelmatig dat niet iedereen die mails krijgt.

Geklungel aan onze kant of een verandering van mailadres? Is dat bij jou het geval, laat het zo snel mogelijk weten aan [jeroen.hoekx@hamok.be](mailto:jeroen.hoekx@hamok.be).

## **Verloren voorwerpen**

Er zijn de laatste tijd veel wegpijlen achter gebleven, ook mis ik nog een startpost. Wil iedereen eens kijken in zijn omgeving of er nog materiaal is.

Oude rugzakken : die zijn heel praktisch om posten op te halen, dus wanneer U een rugzak afdankt bezorg hem dan aan de materiaalmeester (*Tuur, de ex-secretaris, nvdr.*)!!!!!!

## **Ziekenbos**

Onze Gentenaar Norbert Beelaert heeft in Gent een hartoperatie ondergaan. Wij wensen Norbert een spoedig en algeheel herstel toe.

# Clubkampioenschap

## Verdorie...

5 januari 2013 – Geel Bel

Voor de start van het clubkampioenschap zegt iedereen dat de tweede plaats de beste is. Dan heb je goed gelopen en toch geen extra werk volgend jaar. Toch is er niemand die zich in de sprint zal inhouden als het er echt toe doet, want die tweede plaats vergeet men snel, buiten als je Martin Beckers heet, maar in alle andere gevallen weet men binnen 10 jaar enkel nog wie clubkampioen was. Nu Martin in Frankrijk woont, was de spanning dan ook de snijden.



Geel-Bel is bij de meeste clubgenoten wel al bekend. Fijn reliëf zoals wij dat het liefste hebben. Nancy en Gunther hadden dan nog de perfecte startplaats gevonden. Genoeg plaats om iedereen langseen te krijgen en dan direct een duin op. Het was zonder twijfel Anciaux die het snelste weg was. Spijtig genoeg had hij bij de groepsfoto boven op die duin niet goed opgelet. Iedereen had al gezien dat de lintjes daarna naar rechts draaiden, buiten één man die naar links wou draaien. Zo kwam het dat uw dienaar opeens aan de leiding hing, met Anciaux toch nog daar achter en dan volgens mij Victor Mellebeek. De rest van de club werd op een lang lint getrokken aan de rechterkant van de weg, langs de diepe plassen. Alleen oud-clubkampioene Nancy liep langs links en liep dan ook nog eens het halve deelnemersveld

voorbij. Zo had bijvoorbeeld Thomas van der Kleij al een halve minuut achterstand op de kop van de wedstrijd nog voor hij zijn kaart in handen kreeg.

Op die kaart van onbekende, maar sterk vergrote schaal stonden veel posten. Daarvan moest iedereen er 6 vinden, met post 169 als laatste. Dat bleek een lastige opgave. De eerste moeilijkheid was de posten die je moest gaan zoeken op de kaart vinden. Daar gingen al minuten voorbij bij het halve rode legioen. Dan moesten ze nog beginnen met die posten te vinden. Twee mannen hadden daar geen last mee. Dat was uw dienaar die gewoon een richting uit begon te lopen en wat geluk had dat die richting de juiste bleek voor een aantal van zijn posten. Wat vertragen juist voor en na de eerste post en wij konden weer verder. De tweede die er geen last mee had was Stefaan Schutjes. Waar hij tijdens de briefing met zijn gedachten zat, wij willen het waarschijnlijk niet weten, maar hij dacht dat het de bedoeling was om alle posten te vinden. Zo ook post 101. Stond op enkele meters van de aankomst, zij het enkel op papier. Na daar wat te sukkelen, van arren moede posten 104 en 109 maar geprikt te hebben, terug daar aan het zoeken geslagen. Gelukkig kreeg de organisatiefamilie Deferme dat in't oog en zij vertelden Stefaan wat dan wél de bedoeling was.

Na verloop van tijd kwamen ook de volgende rode vuurpijlen uit het bos naar de kaartwissel gevlogen. Dat was eerst Peter Krampiltz, wel al op zegge en schrijve 2 minuten. Dan volgde een peloton met Frederik Meynen, Thomas van der Kleij, Greet Oeyen en onze voorzitter, druppelsgewijs gevolgd door de rest.

Zij konden achter uw dienaar aan gaan op het volgende deel van de omloop en zij konden hem nog bijna inhalen ook. Vooraf was geweten dat paadjes of gebouwen wel eens verdwenen zouden kunnen zijn op de kaart en dat er aan een aantal posten geen balise hing, maar de hoogste

berg op de kaart weghalen was toch een snood plan. Daar hield het zelfs niet bij op. Een hele weide. Compleet verdwenen! Toen wij uiteindelijk toch onze post vonden en enigszins gelanceerd waren kwam Peter Krampiltz daar al aan. Tijd dus om de gashendel wat open te draaien en de nogal eenzame tocht naar het oostelijk uiteinde van de kaart verder te zetten.

Wij waren al op terugweg van dat oostelijk uiteinde en dus al half-koers toen we de volgende levende ziel tegenkwamen. Het was de voorzitter en de kaarttekenaar in eigen persoon die naar zijn verste post opdieselde. Even later kwam levend wezen nummer vier in zicht, Koen Meynen. Wij zagen ook nog twee reetjes, daarom. Achter ons, maar daar keken wij niet naar, liep nog Thomas van der Kleij die bij momenten nog een mikpunt kreeg. Dan kwamen wij ook de rest van de club tegen. Kruisten Victor en Klaas Mellebeek. Het was duidelijk van wie van de twee Bart de vader was en wat de ploegorders waren. Waar Victor een deftig tempo wist te ontwikkelen, was Klaas op zijn dooie gemakje aan het wandelen.

Dan was het terug rustig in het bos. Nog een laatste toertje in de scoreloopzone en wij konden richting aankomst snellen. Kruisten Thomas nog eens, kwamen Gustje tegen, die zich op de Lissenvijver goed had geïnstalleerd en zo enigszins te laat aan de start kwam. Had het uiteindelijk gevonden door aan wildvreemden te vragen of die geen lopers gezien hadden. "Allemaal in het rood?" Ja, die zocht hij en wie zoekt, die zal ook vinden.

Bij de aankomst gekomen zagen wij de organisatie staan en Anciaux stond er ook al bij. Zou hij zich dan toch herpakt hebben tijdens de scoreloop? Een glijpartij op het mos verder na de aankomst bleek dat blessureleed hem tegengehouden had, zowat het enige dat dat kan. Zo kwam het dat wij nu toch een tweede beker

moeten afstoffen thuis. Al de rest zit ver weg, maar die van het clubkampioenschap 2002 staat altijd mooi te blinken. Ook de Schreeuw mag weer in de hal.

Voor de tweede plaats was het nog uitermate spannend. Koen Meynen kwam net wat te kort tegen Thomas en werd zo veilig derde. Voor plaats 4 werd er terug gespurt. Dirk Deijgers haalde het voor Greet Oeyen, eerste dame, en Luc Melis. De volledige uitslag vind je achteraan deze knijptang.



Even later in de tenniskantine werden ook diegenen die in het bos enkel tegen zichzelf gewonnen hadden toch een beetje meer winnaar, met veel drank en lekkere broodjes of taart, vast besloten om volgend jaar in één of andere Lommelse heide of zandvlakte niet meer dezelfde fout als dit jaar te maken.

# Hamokconcilium

19 januari 2013 – Kepkensberg

Hierna volgt een korte samenvatting van alles wat er gezegd werd op het hamokconcilium. Dit zijn voorstellen en natuurlijk nog geen besluiten, maar om een open sfeer te hebben staat hier alles op papier.

**Aanwezig:**

Een 25-tal gemotiveerde hamokkers waren aanwezig, met een mix van amateur tot elite en van jong tot al wat ouder.



## **Deel 1: hamok geschetst**

Concilievader Jos wijst nogmaals op het intensief karakter van cluborganisaties en het draaiende houden van een dergelijke club op een kwaliteitsvolle manier. Hiervoor werd de input van het huidige bestuur gebruikt. Sommige bestuursleden hadden hier veel woorden voor nodig, soms volstond één beeld.

Verder schetst hij het hamok clubbeeld. We leren uit welke leeftijdscategoriën onze club bestaat. We zien onze prestaties evolueren. Zonder te willen overdrijven zien we het aantal kampioenstitels toch wat zakken. Welke ambities hebben we als club en is er opvolging voor onze huidige kampioenen?

*Diepgaande analyse...*

## **Deel 2: voorstellen clubwerking**

Via de digitale snelweg bereikten sommige voorstellen zich al eerder bij Jos. Deze worden eerst overlopen en vervolgens krijgt iedereen aanwezig nog een kans om aan te vullen.

Er werd gelijktijdig een poging ondernomen om deze te groeperen. Alles werd opgeschreven zonder rekening te houden met de uitvoerbaarheid van of eensgezindheid rond het voorstel.

## **Clubwerking op het hoogste niveau**

- Zorgen voor een kwaliteitsvolle kalender, afgestemd met FRSO.
- Kaarten voldoende laten rusten
- Aanwezigheid van jong bloed in alle commissies
- Minder wedstrijden organiseren
- Oprichten van werkgroepen die specifieke taken opnemen los van het bestuur
- Doelstelling voor de club opstellen
- Meer jongeren in het bestuur.

## **Organisatie wedstrijden**

- Checklist voor de baanlegger opstellen
- Leden aansporen om te helpen
- Taken van de baanlegger beperken
- Niveau van de kaarten op peil houden
- Cursus ‘herverkennen van kaarten’ organiseren
- Een verantwoordelijke per kaart aanduiden.

## **Communicatie**

- Leden tijdiger laten inschrijven voor wedstrijden
- Meer carpooling
- Hamok-website hernieuwen
- Forum weg

- Carpooling item
- Opfrissen
- Levendig houden
- Meer publiciteit naar buiten uit
- Naar scholen, sportkampen ... trekken
- Digitale knijptang promoten
- Sociale media gebruiken (twitter, facebook ...)

### **Werving, jeugd & training**

- Naar werving toe het recreatief karakter benadrukken (woorden als 'wedstrijd' of 'kampioenschap' vermijden)
- Onthaal voor nieuwelingen organiseren
- Iemand hiervoor voorzien
- Speciale omloop voorzien
- Jeugdwerking opstarten
- Begeleiding/training voor nieuwelingen
- Iets kunnen aanbieden na het aflopen van een 5-beurtenkaart.
- Oprichten van sattelietclubs
- Senioren motiveren voor kampioenschappen
- Nieuwe leden aantrekken met een korting op het lidgeld van hij die aanbrengt

### **Extra-sportieve**

- Aanwezigheid clubtent benadrukken
- Clubfeest samen met het clubkampioenschap laten vallen
- Een clubuitstap organiseren
- Meer volk motiveren voor de ploegen- en aflossingswedstrijden
- Trainingslopen in groep met een pint achteraf
- Welkomstbrochure opfrissen
- Publiciteit maken in de gemeenten waar gelopen wordt

### **Deel 3: Uitwerking in kleine groepjes**

In een volgend luik werd de groep opgesplitst en werden als het ware 'werkgroepen voor één dag' geboren. Tevens een aanzet tot definitieve werkgroepen. Het is niet zo dat de personen die nu in een werkgroep zaten hier per definitie later

ook in zullen zetelen. Bovendien is het ook toegelaten om bij meerdere werkgroepen aan te sluiten.

Volgende besluiten werden genomen:

### **Werkgroep Communicatie**

- De website wordt opgefrist
- We gaan op twitter en er komt een feed op de site
- Er komt een blog-ruimte om artikels te posten
- Er komt een link naar een face-book pagina waar ruimte is voor foto's
- Geen forum meer
- Op de website komt er een mogelijkheid tot inschrijven voor wedstrijden met een carpool item hieraan gekoppeld.
- Er komt meer promotie in het omgevingsbeeld: flyers, gemeentelijke infoboekjes
- De ervaring leert dat het bezoeken van scholen niet veel oplevert. Men verwacht meer van veteranen in het atletiek-circuit.
- In slogans wordt er vooral gefocussed op het aspect familiesport, bv. "Ultieme sport voor avontuurlijke families".

### **Werkgroep Organisatie wedstrijden**

- De taken van de 'huidige baanlegger' splitsen in baanlegger en organisator.
- Baanlegger:
  - Omlopen uittekenen
  - Pre-balises hangen
  - Pre-balises laten controleren
  - ...
- Organisator:
  - Vastleggen kantine
  - Posten ophalers voorzien
  - Voorlopers voorzien
  - ...
- Mensen persoonlijk aanspreken om de handen uit de mouwen te steken
- Het hoge aantal wedstrijden is belastend



- Minder organisaties op een kaart
- Zorgen voor voldoende nieuwe/hernieuwde kaarten
- Duo-job zo snel mogelijk uittesten
- Gebruik maken van een Excel tabel (zoals Dries en Luc B. eerder al deden)

### Werkgroep Jeugd en Training

- Jeugd = 6 – 20 j
- Te bereiken via school
- Te bereiken via jeugdbeweging
- Gaan zoeken tussen de veldlopers
- Twee locatie Ham & Lommel, misschien ooit uit te breiden naar Sterrebeek
- Trainingen van ± 1h.
- Er moeten trainingen gegeven worden aangepast aan ieders niveau. Er zal dus voldoende volk nodig zijn.
- Dit wordt haalbaarder indien bv. de pare weken te Ham, de onpare weken te Lommel.
- Schaduwlopen organiseren
- Initiaties voorzien op wedstrijden op een bepaald uur.
- Slapende leden met kinderen wakker maken
- Nieuwe jeugd eerst een jaar gratis laten proberen
- Begin april zouden we moeten starten.
- Infobrochure op kindermaat samenstellen

### Werkgroep Clubactiviteiten

- Voldoende op voorhand een kalender voor clubactiviteiten samenstellen
- Deze kalender bevat dan:
- Clubkampioenschap (met clubfeest als de locatie het toelaat!)
- ClubBBQ in de zomer
- Clubweekend (volledig georganiseerd)
- Eén meerdaagse wordt extra gepromoot (zonder veel organisatie)
- Eén aflossing wordt extra gepromoot

- Eén clubtraining wordt extra opgefleurd met een hapje en een drankje.
- Familie-uitstap na een loop in een provinciaal domein?
- Op organisaties waar clubtenten opgesteld zijn zal de hamok-tent er staan, geflankeerd met vlaggen en er zal beweging rond zijn.

### Deel 4: Engagement rond de tafel

Tot slot werd er aan de nog aanwezigen gevraagd of zij zich voor een bepaalde taak of werkgroep wilden engageren.

- Toon M: sociale media ; vrijdagavond training
- Luc B: organisator (rechterhand baanlegger); als er tijd gevonden wordt ook jeugd
- Dries vdK: promotie rond wedstrijden, werkgroep communicatie
- Peter K: werkgroep clubactiviteiten
- Bart H.: website; inschrijvingen
- Stefaan S.: variabel inzetbaar: inschrijvingen via website, begeleiden jeugd, up-to-date houden kaarten (na opleiding).
- Thomas vdK: werkgroep clubactiviteiten, enkele trainingen voor de jeugd, baanlegger (linkerhand van de organisator)
- Benjamin A.: mee uitbouwen van Lommelse kern
- Jeroen H.: website; knijptang
- Pascal M.: werkgroep jeugdwerking; werkgroep clubactiviteiten
- Georges D.: onderhoud materiaal; voorlopen; meedraaien in organisatie van een baanlegging
- Jos D.: startploeg; voorlopen
- Marcel A.: Jeugdwerking; stage mee organiseren.

## Hamok on-line

### *Blijf op de hoogte!*

Binnen onze club zijn er soms schitterende resultaten, bepaalde gebeurtenissen of vragen naar clubleden die te laat of zelfs niet tot bij sommige clubleden geraken. Daarom hebben enkele computerfreaks de koppen bij elkaar gestoken om hiervoor een oplossing te komen. Als club willen we met de tijd mee gaan en daarom wordt er al enkele weken via de sociale netwerken facebook en twitter snel gecommuniceerd. Op beide netwerken worden zowel berichten als foto's gepost, soms zelfs rechtstreeks vanaf de wedstrijdlocatie. Sneller kan het dus niet!! Natuurlijk is de eerste doelstelling om eigen clubleden te bereiken maar iedereen die in de oriëntatiesport geïnteresseerd is, kan van beide netwerken gebruik maken en volgen.

Hoe kan je dit doen? Je moet in beide gevallen wel een account hebben (deze kan je zelf aanmaken) via [www.facebook.com](http://www.facebook.com) of [www.twitter.com](http://www.twitter.com). Sommige mensen hebben schrik van deze netwerken omdat ze overladen worden door berichten van personen die ze niet

kennen. In beide gevallen kan je zelf kiezen hoe groot je de privacyinstelling maakt en dus ook het aantal personen dat je berichten leest kan beperken.

Op facebook ga je naar de pagina Hamok. Opgelet er zijn meerdere pagina's met deze naam. Bij onze pagina staat er sportbond bij. Klik rechtsboven op deze pagina "Vind ik leuk" aan en je krijgt telkens er iets nieuws op deze pagina verschijnt dit onmiddellijk op je eigen FB-pagina. Voor twitter maak je een account aan en vraag je om "@hamokham" te volgen. Meer hoeft je niet te doen. Wie in geen van beide gevallen een account wenst aan te maken, kan Twitter ook volgen op de Hamok- website. Hier is een rubriek "tweets" aangemaakt waar alles verschijnt wat op twitter over naar onze club gepost wordt.

Wens je meer uitleg over twitter dan vind je een link op de hamok-website in de "tweets". Heb je toch nog vragen over beide netwerken neem dan contact op met Toon Melis.

-- Luc Bouve

## Hamokkalender

In de kalender verschenen in de Knijptang van januari stonden nog enkele onvolmaaktheden. Dit is de correcte versie:

zon	03/03	Nationale 2	Gerhees	Marc Hermans
maand	01/04	Paascross	Baeckelandt	Benjamin Anciaux
woe	08/05	lenteloop	Heidehuizen	Peter Krampiltz
zon	18/05	3DVB	Zwarte Bergen	Henrik Lisby
woe	29/05	lenteloop	Tessengerlo/Zonhoven	Ronny Timmers
zon	16/06	reg	Balendijk	Patrick Bleyen
zon	07/07	reg	Pelter Rallye	Jeroen Hoekx
zon	15/09	BK Lang	Kattenbos	Wim Hoekx
zon	20/10	VVO Mid Dist	Kepkensberg	???
zon	10/11	reg	Galbergen	Toon Melis
vrijd	22/11	nacht	Congo	Thomas van der Kleij
zon	22/12	reg	Rodenberg	Greet Oeyen
vrij	28/12	Sylvester	Heeserbergen	Jeroen van der Kleij

# De complete levenswandel van de ex-secretaris

Op 19 december eindigde mijn functie als secretaris en bestuurslid van Hamok ten huize Familie Mylle – Declercq. Gastvrouw Karin en gastheer Pascal zorgden voor een uitgebreid etentje met alles er op en eraan. Gans het bestuur, waarmee ik zo lang heb samengewerkt, was aanwezig om mij na zoveel jaren uit te wuiven. Daarom wil ik jullie allen danken voor dit fijne afscheid.

Met hetzelfde gevoel dat ik had, toen ik in september 1988 na meer dan 35 jaar in het leger, de allerlaatste maal de kazernepoort buitenreed in Tervuren, heb ik nu Maasbeekstraat Nummer 9 verlaten. Maar ja het moest er toch eens van komen .... en tussen september 1966, toen ik in het bestuur van Looise AV trad ... en 19 december 2012 is er toch heel veel water naar de zee gelopen!!! Niet minder dan 44 jaar, meestal als secretaris, heb ik deel uit gemaakt van het bestuur van een sportvereniging.... en nu als “secretaris op rust” zal ik verder nog materiaalmeester blijven, clubafgevaardigde blijven in de sportraad van Ham, eventueel (indien nodig) de vergaderzalen vastleggen, het clubblad verdelen (Jos had dat wellicht anders begrepen) in Ham en omstreken (Phil zal mij hierbij helpen) en zal ik verder de initiaties in de gemeente Ham voor de sportraad en de scholen blijven verzorgen. .... misschien is dit wel een bestuursfunctie waard!!!

Maar ja, voor iemand van bijna 78, die dan al niet te best meer hoort, is het late vergaderen een beetje van het goede te veel. Ook mijn pechjaar 2012 heeft misschien mijn beslissing beïnvloed. Ik kwam vorig jaar 4 maal in een ziekenhuis terecht en kreeg een zeer pijnlijke

## *De Laatste Bestuursvergadering*

liesbloeding te verwerken... maar na lang zoeken wist men dat een te trage pols (te lange tijd tussen 2 hartslagen) de boosdoener was ... en met een pace-maker heeft men nu dat euvel weggewerkt en ben ik weer stilaan de oude aan het worden.

Ik ben blij dat iemand van de gemeente mij als secretaris opvolgt en ben er van overtuigd dat Pascal die taak zeer goed zal doen. Ik wens hem alle succes toe en zal hem in de toekomst zoveel mogelijk helpen in zijn werk. Met de geplande cross op Teunenberg (weliswaar afgelast) en de regionale in Ham, heb ik de laatste weken heel veel energie moeten steken in de voorbereiding van deze wedstrijden. ( In “ enkele weken in het spoor van de secretaris op rust” verneemt U hierover meer). Voorlopig is het wat rustiger (alhoewel, want de cross van SVS op Baeckelandt en de nationale van Gerhees zijn niet ver meer af) en zal ik mijn taak zorgvuldig kunnen overgeven. Na het door onze club georganiseerde concilium, waarop een 25-tal aanwezig waren, werden er heel veel voorstellen op tafel gelegd. Ik hoop dat iedereen in onze club er van overtuigd is dat het bestuur het niet langer alleen kan maar dat ieder clublid zich voor Hamok moet inzetten en dat we moetenvoorkomen dat sommigen onder ons te veel hooi op hun vork moeten nemen. Daarom hoop ik dat het allemaal niet bij voornemens blijft, vergeet echter niet dat het geen gemakkelijke weg is die we op moeten, maar met een goede samenwerking moet mogelijk zijn, wat wij in het midden van de jaren 90 hebben gerealiseerd : namelijk meer dan 100 Hammers aan de start brengen van een wedstrijd!

# Enkele weken in het spoor van "de secretaris op rust"

## Deel 1

De nachtwedstrijd van Teunenberg van 18 januari nadert met rasse schreden. Voorzitter Luc, die in de mening verkeerde dat de kaart helemaal door mij was herverkend, vroeg Jean-Paul om de banen te leggen voor deze nacht. Jean Paul trekt naar Olen ... om er vast te stellen dat er enorm veel veranderingen zijn, ( ik had enkel een klein deel voor initiatie herverkend) en dat hij daar terecht geen wedstrijd kon organiseren. Op 19 december, mijn laatste bestuursvergadering, zegt Luc dat we ten laatste op 5/1 moeten beslissen of de kaart nog geschikt is voor de geplande wedstrijd. Enig alternatief is annulatie van de cross. We beslissen dat Luc de omlopen maakt en dat ik, zodra het weder gunstig is voor een man met een hulpmotor, de pré-balisen zal gaan hangen en dan zal zien of de cross kan doorgaan. Ik krijg de omlopen van Luc en die heeft de start voorzien dichtbij het voetbalterrein dat hij al gereserveerd heeft. Ik trek naar Teunenberg en plaats zoveel mogelijk pré-balisen. Sommige posten moet ik verleggen omdat er niet meer te geraken is door de groei van bramen en anderen zijn er gewoon niet mee omdat het terrein veranderd is ... of omdat er een hoge afspanning rond staat. Ik vertel Luc dat ik na de Sylvester zeker een dag naar Teunenberg moet om in de omgeving van de posten de kaart aan te passen.

De toelating van Bos en Groen provincie Antwerpen is zoals ieder jaar te laat ... en op 27 december doe ik eindelijk de aanvraag aan de gemeente, ik moet dit aangetekend doen want anders zijn we te laat en krijgen we zeker geen toestemming. Ik bel op 2 januari nog naar de bevoegde dienst in Olen om de situatie uit te leggen en die beloven mij dat het met de toelating snel in orde zal komen en dat gebeurt ook. Op 2 januari rond 9 uur begin ik de verbetering van de kaart in Olen. De omheining tekenen gaat snel maar dat pad met die vele

bochten is tijdrovend. Op sommige plaatsen moet ik nieuwe mogelijkheden voorzien om posten te plaatsen omdat hetgene wat op de kaart staat niet klopt. Een gekapt bos heeft de omgeving van enkele posten erg veranderd en er komt veel meten aan te pas om alles juist te tekenen. Mr Vercammen, de boswachter van het domein, ziet me bezig en komt natuurlijk zien wat ik aan het doen ben. De kennismaking verloopt vlot en hij vraagt mij om tijdens de wedstrijd zo veel mogelijk de open vlaktes te vermijden. Hij weet me nog te vertellen dat er aan de vroegere fito-meter een pad is bijgekomen. Ik moet hiervoor nog wel naar de uithoek van de kaart .... en het is half duister wanneer ik in mijn Yariske stap om terug naar Ham te rijden. Het lang verblijf in het bos heeft er voor gezorgd dat ik die avond niet meer aan het overtekenen van de kaart toe kom. Woensdagvoormiddag ben ik zoet met het hertekenen en verklaren van mijn veranderingen want Luc moet dat alles verbeteren op de computer. Natuurlijk moet mijn werk dan nog bij Luc geraken. De politie zal de kaart wel uit de brievenbus komen halen..... maar ik krijg mijn kaart niet in de brievenbus en moet Luc bellen dat ik ze vanachter wel aan de deur zal leggen. Luc belt de dag later dat hij toch nog eens moet langskomen omdat hij niet altijd weet wat ik bedoel. Herverkennen en tekenen door een ander is natuurlijk altijd moeilijk. We klaren samen de problemen op en de omlopen kunnen gelegd worden en de wedstrijd kan doorgaan, alleen moeten start en aankomst verlegd worden omdat het voetbalterrein op een andere plaats ligt dan wij oorspronkelijk hebben gedacht. Luc zal mij de omlopen doorsturen op Ocad , ik kan ze echter niet openen .... want Ocad staat niet op mijn PC .... maar wel op mijn oude PC en die gebruik ik al jaren niet meer..... Nancy en Gunther zullen de pré-balisen in Teunenberg nog wel eens nazien. Voor Luc is er echter een

probleem, precies op 18 januari kan hij ieder moment van de dag worden opgeroepen voor zijn werk. Ik zal dus de posten wel plaatsen en Jos (Duchesne) zal me wel helpen.

Martine en Luc komen op zaterdag 12 januari pré-balisen plaatsen voor de regionale van Ham op 27 januari..... en installeren Ocad op mijn nieuwe PC. Ze vragen mij of ik de omloop eens wil doen om te zien dat alles klopt en ik beloof hun dat ik wel een 20-tal posten zal plaatsen. Zij plannen van op zaterdag hun deel posten te plaatsen en zondagmorgen hetzelfde in de Wijngaerd te doen.

Aangezien ik niet naar de Klinge ga lopen, vertrek ik zondagmorgen om in mijn zone de controle te doen. Het klopt allemaal best buiten een kleine verandering die ik aan de baanlegger doorspeel. Op maandag slaat het wederom en we krijgen sneeuw en heel sterke vorst. Ik laat Luc weten dat ik in Teunenbergh in die koude absoluut geen posten kan gaan plaatsen. Onze voorzitter luistert eens in het bestuur en al spoedig beslist men dat de wedstrijd niet doorgaat. Intussen stuur ik het zoveelste mailtje naar het VVO in verband met de toelatingen van Natuur en Bos.... de toelatingen zijn er nog steeds niet ! Ik doe mijn aanvraag aan de gemeente Ham met de belofte dat ik de goedkeuringen later zal overmaken Ik mail naar het VVO en zeg hun dat ik voor het einde van de week de toelatingen moet hebben of dat de wedstrijd in Ham niet kan doorgaan. Op vrijdag, 9 dagen voor de cross krijg ik de toelatingen van het VVO !!!!Deze moet ik dan zo snel mogelijk doorspelen naar de cultuurdienst van Ham. Door het lang wachten op de toelatingen van Natuur en Bos, heb ik vergeten voor Gerhees de aanvraag ook te doen aan de gemeente Leopoldsburg. Dus dat moet ik tussendoor ook nog opknappen. Op zaterdag moet ik eerst nog naar een begrafenis en kan ik maar rond de middag aanwezig zijn op het concilium in Genebos. Ik maak er van de gelegenheid gebruik om er ... met mijn ogen dicht... symbolisch het secretariaat over te geven aan Pascal.



Voor de regionale van Ham heb ik de reservatie van de Jeugdzaal al heel lang gedaan..... maar de douches hangen van de sporthal af en er is een scholentornooi op 27 januari en de school heeft alle kleedkamers nodig die dag ! Ik moet toch trachten de douches te hebben en begin mijn lobbywerk. Danny Meykens, de verantwoordelijke van de Jeugdzaal kan me ook de vestiaire aanbieden en daar kunnen wel een paar klassen in op zondag. ( Ik moet nog wel even rap langs Danny gaan want ik moet de bestelling van dranken, die door An werd gedaan, nog in de brievenbus deponeren). Met dit voorstel trek ik naar de schoolverantwoordelijke..... maar dat is Sielke ....(een stagiaire die voor het eerst een scholentornooi moet organiseren) en die vervangt meester Theo die in ziekenverlof is. Sielke beweert bij hoog en bij laag dat ze alle kleedkamers nodig heeft..... Dus naar meester Theo om de zaak te bespreken en die belooft mij de 2 kleinste kleedkamers te geven op zondag. Intussen passeer ik bij de eigenaars van de weg waarop we zullen starten. Het is een privéweg en er is een slagboom. Zonder problemen

mogen we over de weg.

Katleen en Marissa van de Sportdienst vragen mij of ik een crossomloop van ongeveer 6 km kan uitstippelen want het BLOSO geeft toelagen voor zulk parcours. Jos en Phil hebben ergens een omloop en ik roep hun hulp in, op de nieuwe kaart van Luc kan ik een omloop uitstippelen. Tussen de buien door stap ik de omloop eens af en het parcours is lang genoeg. Wel zal ik later links en rechts wat moeten wijzigen want op een paar plaatsen lopen honden achter de omheining en daar passeren zullen we maar best niet.

Aangezien het winteroffensief blijft duren, vraag ik aan Phil en Jos of ze een deel van de posten van de regionale kunnen plaatsen. Ze zijn natuurlijk akkoord op voorwaarde dat ze hun wedstrijd kunnen lopen op 27 januari. Dus in de zone waarin ze toch niet lopen en dat is dan nog dicht bij hen thuis plaatsen zij de 19 posten. Ze willen echter eerst toch eens ter plaatse gaan. Ik bezorg hen de moederkaart ....en ze kunnen vertrekken. Baanlegger Luc heeft rood-witte lintjes met een nummer gehangen... heel laag .... soms ligt de pré-balise wel op de grond. We hadden natuurlijk niet op die sneeuw gerekend. Phil en Jos zijn uren onderweg, geven niet af en blijven zoeken ...en vinden 18 van de 19 posten. Nummer 130 is niet te vinden, de 2 grachten zijn er en de samenkomst is duidelijk, dus ze hebben op de goede plaats gezocht.....

Woensdagmorgen brengt voorzitter Luc de kaarten. Ik heb aan baanlegger Luc beloofd dat ik de kaarten wel zal inpakken. Ik heb het lasapparaat voorzien van een nieuwe band en het inpakken verloopt vlot tot aan.... kaart 150. Vanaf dat moment springt iedere keer de lasdraad over en moet Roza met een reserveapparaat redding brengen. Er is natuurlijk weer veel tijd verloren gegaan door die panne, maar ja het inpakken is gedaan. De postenbeschrijvingen doorsnijden en de kaarten en postenbeschrijvingen van de voorlopers klaarmaken moet nog gedaan worden. Ik breng Bart (Herremans) op de hoogte van het

probleem met het lasmachine en vraag hem hoe wij de zaak zullen oplossen.

Het is pas in de late namiddag, als de temperatuur wat schappelijk is, dat ik door de Wijngaerd kan gaan om daar de pré-balisen na te zien. Het blijft de volgende dag bitterkoud en ik vraag mij af of ik wel piketten in de grond ga krijgen op zaterdag. Ik speel zeker, met een hamer en een pin trek ik het bos in en plaats de piketten en leg de balise erbij. Omdat het zo koud is riskeer ik het niet van de blokken al te plaatsen want anders zijn er misschien weer al enkelen die niet meer werken. Het valt echter mee, de grond is zachter dan ik dacht, en al de piketten zijn al geplaatst 3 dagen voor de cross. Zo goed heb ik er nog nooit voorgestaan!!! Donderdagmorgen maak ik 5 groepen met de te plaatsen posten en in de namiddag breng ik 19 posten naar Phil,..... die woensdag jarig was en stilaan de H 75 in het zicht krijgt, zodat die zaterdag tijdig kunnen beginnen met posten te plaatsen. We praten enkele uren over koetjes en kalfjes, Magda verwent mij met taart en koffie ... maar ik moet verder want ik moet nog vier piketten plaatsen aan 4 posten die zowat buiten mijn zone liggen. Ik kan er tamelijk dichtbij komen met de wagen. Nadien moet ik nog naar de wijk om daar de gaten voor de posten te maken want in de open vlaktes is geen piket in de grond te krijgen. Het is toch al duister en wanneer ik thuis kom .... ben ik hees en kan ik bijna niet meer spreken,.... Roza zegt al direct dat ik bij Magda en Phil het te veel heb moeten uitleggen .... en dat ik dat niet gewoon ben !

Geen risico lopen en vrijdagmorgen naar de dokter want ik heb nu echt geen tijd om ziek te worden. Vrijdagnamiddag klaarmaken van het nodige startmateriaal, verkeersborden, reserve materiaal, kabeltjes, sloten enz. Ook ga ik de pijlen naar het wedstrijdcentrum nog plaatsen, gelukkig in totaal maar 6.

*Gaan de posten op de juiste plaats staan? Gaat Tuur de wedstrijd in Ham recht houden? U leest het antwoord op deze en nog veel andere vragen volgende maand in 'De Knijptang'.*

### hamok

1. Jeroen HOEKX	BEL	hamok	0:45:04	5'55"	
2. Thomas VAN DER KLEIJ	BEL	hamok	0:47:49	6'22"	
3. Koen MEYNEN	BEL	hamok	0:47:52	7'58"	
4. Dirk DEIJGERS	BEL	hamok	0:50:25	7'18"	
5. Greet OEYEN	BEL	hamok	0:50:31	8'16"	
6. Luc MELIS	BEL	hamok	0:50:36	7'19"	
7. Peter KRAMPILTZ	BEL	hamok	0:51:57	6'50"	
8. Victor MELLEBEEK	BEL	hamok	0:53:16	9'30"	
9. Roger TIMMERS	BEL	hamok	0:53:35	11'24"	
10. Stefaan SCHUTJES	BEL	hamok	0:53:46	14'08"	
11. Lucien BOSMANS	BEL	hamok	0:54:55	9'48"	
12. Miel DEFERME	BEL	hamok	0:54:58	11'41"	
13. Marc MERTENS	BEL	hamok	0:55:02	11'42"	
14. Roxanne GELDOF	BEL	hamok	0:55:03	14'29"	
15. An VERBERNE	BEL	hamok	0:55:46	14'40"	
16. Jos THYS	BEL	hamok	0:56:17	11'29"	
17. Frederik MEYNEN	BEL	hamok	0:58:56	9'39"	
18. Lies DEFERME	BEL	hamok	0:59:28	14'52"	
19. Ronald MENS	BEL	hamok	1:01:17	10'12"	
20. Luc VANHAEREN	BEL	hamok	1:01:27	12'32"	
21. Marcel AERTS	BEL	hamok	1:01:30	12'33"	
22. Kirsten VERSTRAETE	BEL	hamok	1:01:42	13'07"	
23. Roger PLEES	BEL	hamok	1:04:53	13'48"	
24. Ellen MOLS	BEL	hamok	1:05:06	13'51"	
25. Dieter SELS	BEL	hamok	1:07:15	13'43"	
26. Jil MYLLE	BEL	hamok	1:07:29	28'07"	
27. Willy RENDERS	BEL	hamok	1:08:26	14'33"	
28. Steve VERSTRAETE	BEL	hamok	1:08:40	12'15"	
29. Jean OOMS	BEL	hamok	1:08:42	14'37"	
30. Vic VANDERSTRAETEN	BEL	hamok	1:08:48	14'38"	
31. Ruben TIMMERS	BEL	hamok	1:09:57	11'28"	
32. Patrick BLEYEN	BEL	hamok	1:13:32	12'03"	
33. Greta MOLS	BEL	hamok	1:16:18	13'37"	
34. Klaas MELLEBEEK	BEL	hamok	1:16:32	14'10"	
35. Tom VAN LOMMEL	BEL	hamok	1:16:36	12'33"	
36. Guido TIMMERS	BEL	hamok	1:16:48	20'12"	
37. Hilde KROLS	BEL	hamok	1:18:17	14'29"	
38. Julienne VANREUSEL	BEL	hamok	1:22:06	20'31"	
39. Danielle NOLENS	BEL	hamok	1:23:20	24'30"	
40. Maria DELARBRE	BEL	hamok	1:23:25	24'32"	
41. Francine MOLS	BEL	hamok	1:23:26	24'32"	
42. Jan VAN TICHELT	BEL	hamok	1:24:25	13'50"	
43. Peter HOOGSTRATE	NED	hamok	1:26:23	17'37"	
44. Ludo AERTS	BEL	hamok	1:27:27	23'00"	
45. Leo ADRIAENSSENS	BEL	hamok	1:31:37	22'54"	
46. Pascal MYLLE	BEL	hamok	1:40:24	16'27"	
47. Godelieve BRUYNSEELS	BEL	hamok	1:41:47	25'26"	
-- Andre AERTS	BEL	hamok	1:03:45	11'23"	
Dominique SCHUTJES	BEL	hamok			niet geklasseerd
Fernand SCHEELEN	BEL	hamok			niet geklasseerd

Piet DEFERME  
Ronny TIMMERS  
Willy VAN CAELENBERGE

BEL hamok  
BEL hamok  
BEL hamok

niet geklasseerd  
niet geklasseerd  
niet geklasseerd

Deelname
----------

hamok

53

**Totaal 53**