

hamok

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

Voorwoord



Terugkomend van een geweldig HAMOK-weekend is het een beetje zoeken naar woorden en tastbare feiten van de afgelopen maand, doch het jaar is al één maand ver en laat ons eens kijken wat er gepresteerd is.

Te vermelden dat we met enkele HAMOKKERS deel genomen hebben aan de WOR in Kattevenia en dat we in de prijzen gelopen zijn.

Wat is de WOR, een iets langere oriëntatieweekend waar niet alle punten op de kaart staan en er sommige zelf via bepaalde vragen moeten gezocht en op de kaart gezet worden.

Gezien de hoeveelheid punten die gezocht kunnen worden, is het soms nodig om deze met de laagste score links te laten liggen om toch binnen het tijdsvak van 6 uur te blijven. Daarna

begint er voor de organisatie wat puzzelwerk en kwam men tot de slotsom dat zowel Marijs en Marc bij de gemengde ploegen, en Willy en uwe voorzitter bij de heren boven 110 (als samengestelde leeftijdscategorie) als primus naar voren kwamen. Ter info wij kwamen net binnen de 6 uur binnen en hadden in totaal 29.5 km gelopen.

De dag nadien in Koersel ging het lopen voor iedereen nog, doch de dagen nadien helemaal niets meer.

Doch we waren allen gerecupereerd voor onze wedstrijd op Geneberg, getekend Lucien Bosmans.

Een vertrouwde omgeving die veel lopers kan smaken, gezien het grote aantal inschrijvingen die dag. Iets geprofitteerd van de annulatie van

de wedstrijd bij FRISO omwille van het slechte weer aldaar.

De organisatie was af en meer is er niet over te zeggen en te schrijven. Bedankt Lucien en alle helpers die hun steentje hebben bijgedragen.

Daarmee is voor mij de maand januari voorbij en zijn we al toe aan het clubweekend.

Er komt nog een stukje in de knijptang voor, doch even mijn impressie.

Na de vorige editie dec 2016 was het voor iedereen uitkijken wat de versie februari 2018 zou worden in Oostduinkerke. Doch ik mag stellen dat HAMOK erin geslaagd is om deze uitdaging

tot een goed eind te brengen. Er was trainingsmateriaal voor alle leeftijden en voor alle moeilijkheidsgraden. Er was ontspanning voor klein en groot. Sociale contacten in overvloed en het eten was er ook lekker. Ik proef toch dat velen het verblijf bij “de peerdevisser” zeer positief hebben ervaren.

Met dank niet alleen aan de diegene die de omlopen gelegd hebben, doch zeer in het bijzonder Pascal en Karin, die ons weer aangenaam verrast hebben.

Ter plaatse is er duidelijkheid verschaft over de mail die Dries enkele weken rondgestuurd heeft ivm “deelname door HAMOK aan een aflossing in 2018?”

Dries gaat de resultaten en conclusies hiervan rondsturen, zodat iedereen dezelfde info heeft hierover.

Doch ik rond het clubweekend als een zeer tevreden voorzitter af. Bedankt aan al diegene

die erbij waren en die er niet bijwaren, ze hebben iets gemist.

Wat gaat er komen:

Nu zondag a.s. een wedstrijd op de Heeserbergen, getekend Thomas VDK.

Verder begin maart VK avondwedstrijd Schrikkelberg, getekend Dries VDK.

De bevraging voor medewerkers om deze organisatie vlot te laten verlopen, gaat via de geijkte kanalen.

Iets verder in maart is het de Interland-wedstrijd waar verschillende HAMOKKERS voor zijn geselecteerd.

Ik zet ze even op een rijtje, doch ik geef niet aan of ze mee zullen doen:

Jolien VDB (res), Greet O., Amber T. Nancy W., Elisabeth S (res), Marijs VDW en Jen VR. voor de dames.

Klaas M, Thomas VDK(res) Jeroen H. (res), Dirk D., Timmers G.(res), Wim H. , uwe voorzitter en Luc B. voor de heren.

Ge kunt er dat weekend een uitje vaan maken ,vermits er ook avond sprintwedstrijden zijn op vrijdag en zaterdag. Verder op zaterdag een gewone training MD en dan zondag de interlandwedstrijd.

Wedstrijden die open staan zowel voor selecteerden als niet geselecteerden, en naar ik vernomen heb op nieuwe kaarten en niet eens zover van onze regio.

Gegroet en tot de volgende cross,

Uwe voorzitter.

Inschrijvingen

De winter, en daarmee ook het onvolprezen wintercriterium, loopt stilaan op zijn einde. De dagen beginnen te lengen, wat meer zon, hogere temperaturen, het trainen loopt daardoor wat vlotter...tijd dus voor de serieuze wedstrijden!

25 februari BK Middle Hooggoed

Trol lokt ons voor de verandering naar een andere kant van België voor het BK Middle. Peter Bleyens heeft de parcours gelegd, en de kaart waarschijnlijk ook getekend, dus dat maakt de verplaatsing hopelijk de moeite waard. En als we het goed gelezen hebben, komt Joke Schauvliege de prijsuitreiking doen. Nog een extra reden om hard te lopen!

Inschrijven bij Daniëlle voor 11/2.

Alle inschrijvingen bij Daniëlle!

2 maart VK Avondoriëntatie Schrikkelberg

Hamok heeft door toedoen van ANB het oorspronkelijk plan om het VK Nacht in Zonhoven te organiseren moeten laten varen, maar gelukkig was er Dries VDK. Hij heeft ons uit de nood geholpen door zijn voorstel om op Schrikkelberg onze oriëntatielampen in het duister te laten schijnen. Een kaart die bij dag al niet simpel is, dus veelbelovend voor een nachtkampioenschap!

Inschrijven voor 18/2

4 maart Nationale LD Lac veilles Forges.

CO Liege is het over de landsgrenzen gaan zoeken voor de eerste Nationale van 2018. Aan het Franse Lac Veilles Forges kan je het hele weekend al oriënterend doorbrengen, met zondag de Nationale LD als kers op de taart. Meer info op

[Http://www.coliege.be/vf2018/index-nl.html](http://www.coliege.be/vf2018/index-nl.html)

– Bart Mellebeek

Start to Orienteering

In Beringen...

Vanaf zaterdag 23 maart 18 organiseert stad Beringen een cursus "Start to Orienteering". Dit is een 10 weken durende begeleiding om personen (volwassenen en jeugd vanaf 10 jaar) de eerste stappen te laten zetten in de oriëntatiewereld (opgelet : geen les tijdens het lang weekend van O-L-Heer Hemelvaart en het Pinksterweekend). Om te starten is er geen enkele kennis op gebied van oriëntatie vereist. De initiaties gaan door op zaterdagvoormiddag van 10.00 u tot 11.30 u. De eerste lessen zullen

plaats vinden in het park van de directeur in Beringen (tegenover VVO). De inschrijvingen dienen te gebeuren via de sportdienst Beringen. Meer info hierover volgt in het volgend clubblad, maar je kan nu al reclame maken bij familie of vrienden die geïnteresseerd zijn in onze sport. Er zal ook via de sportdiensten van de omliggende gemeentes promotie gemaakt worden.

– Luc Bouve

Clubweekend 2018

Posten aan zee!

2-4 februari 2018 – Oostduinkerke

Zoals een visser zijn netten in zee uitgooit en hoopt op een goede vangst, zo hoopte hamok om in de duinen rond Oostduinkerke veel posten te vinden. De oogst was rijkelijk.

Vrijdagavond was al geslaagd door het vispannetje in de jeugdherberg, maar begon pas echt toen Stefaan verscheen. Stefaan was de baanlegger van de tweede voormiddagoefening op zaterdag, maar besloot om niet zo lang te wachten. Iedereen kreeg dus een kaart in de handen geduwd en een experimentele postenbeschrijving. Op die postenbeschrijving stond zoiets als:

1. Uitloper ten oosten van de meest oostelijke tweedelaagste inzinking

Of:

5. De meest noordelijke heuvel in zone 3

Zo moesten er tot 19 posten gevonden worden. Geen sinecure na een werkdag en lange rit. Toch zorgde het direct voor de juiste sfeer van competitie en hulpvaardigheid.

Wij schreven net dat het over de tweede voormiddagoefening ging. Dat kwam omdat Pascal de eerste voorzien had. Recht na het ontbijt een SportIdent rond de vinger doen en beginnen aan een sprint rond de Peerdevisser. Drie mooie omlopen met de nieuwe SportIdenttrainingsset van VVO.

Tegen 10u was het dan al tijd om richting de kerk van Oostduinkerke te lopen om daar aan de training van Stefaan te beginnen. De aandachtige looper had de avond ervoor al door dat de kaart een oro-hydrokaart was, met wat ondoordringbaar groen er bij op als hulpmiddel. Niet iedereen was echter aandachtig. Zo bleef Fik onverstoord zoeken naar het bos waarin zijn eerste post stond. Stefaan moest hem redden. De rest van de club lukte het beter en wie dan al niet goed gezind werd van zijn eigen kunnen, werd dat dan zeker wel van de mooie omgeving.

Voor de jongsten was er op dat moment in dezelfde duinenzone een zoektocht naar een bom, getekend Pascal. Zij maakten de bom onschadelijk en konden zo het nodige snoepgoed van een vurig verdwijnen redden. De bom ontplofte pas bij het posten ophalen.

's Namiddags waren er drie voorziene activiteiten en dan nog een ad-hoc georganiseerde WK-veldrijden-kijken-activiteit door Fik, die toch niet het bos in ging, want dat was er toch niet.



De anderen konden kiezen tussen een wandelzoektocht richting zee, op door Pascal getekende kaart, een speelplein oefening voor de jongsten of op een groepstraining op het oostelijke deel van de kaart. Die training had uw dienaar uitgedacht. Om geen posten te moeten zetten, was het een training met levende posten: start in groepjes van gelijk niveau, wie het eerste aan de post komt, blijft daar wachten tot de laatste van het groepje doorkomt en probeert dan terug op te rukken naar de koppositie. De postlocatie moet dus zelf gevonden worden.

Dat ging weeral goed en minder goed. Goed omdat het naar ons weten niet tot ruzie leidde, minder goed omdat wij merkten dat het groepje voorzitter-koller-Filip-Peter tot twee keer toe unaniem besliste dat hier de post moest staan, maar eigenlijk 50 meter verkeerd stond.

Daarna was er cake en koffiepauze, voordat er nog losgelopen werd naar de zee of gewoon gerust om fris aan het avondeten en de daaropvolgende quiz te verschijnen. De quiz, weer een Pascal-organisatie, werd gewonnen door de ploeg van Jos, zijnde 'Robert T did nothing wrong'.

's Zondags was het gedaan met trainen en bittere ernst. Net over de grens in Zuydcoote stonden twee sprintwedstrijden op het programma. Eén sprint vond plaats in de duinen, de andere op het domein van een oud ziekenhuis.

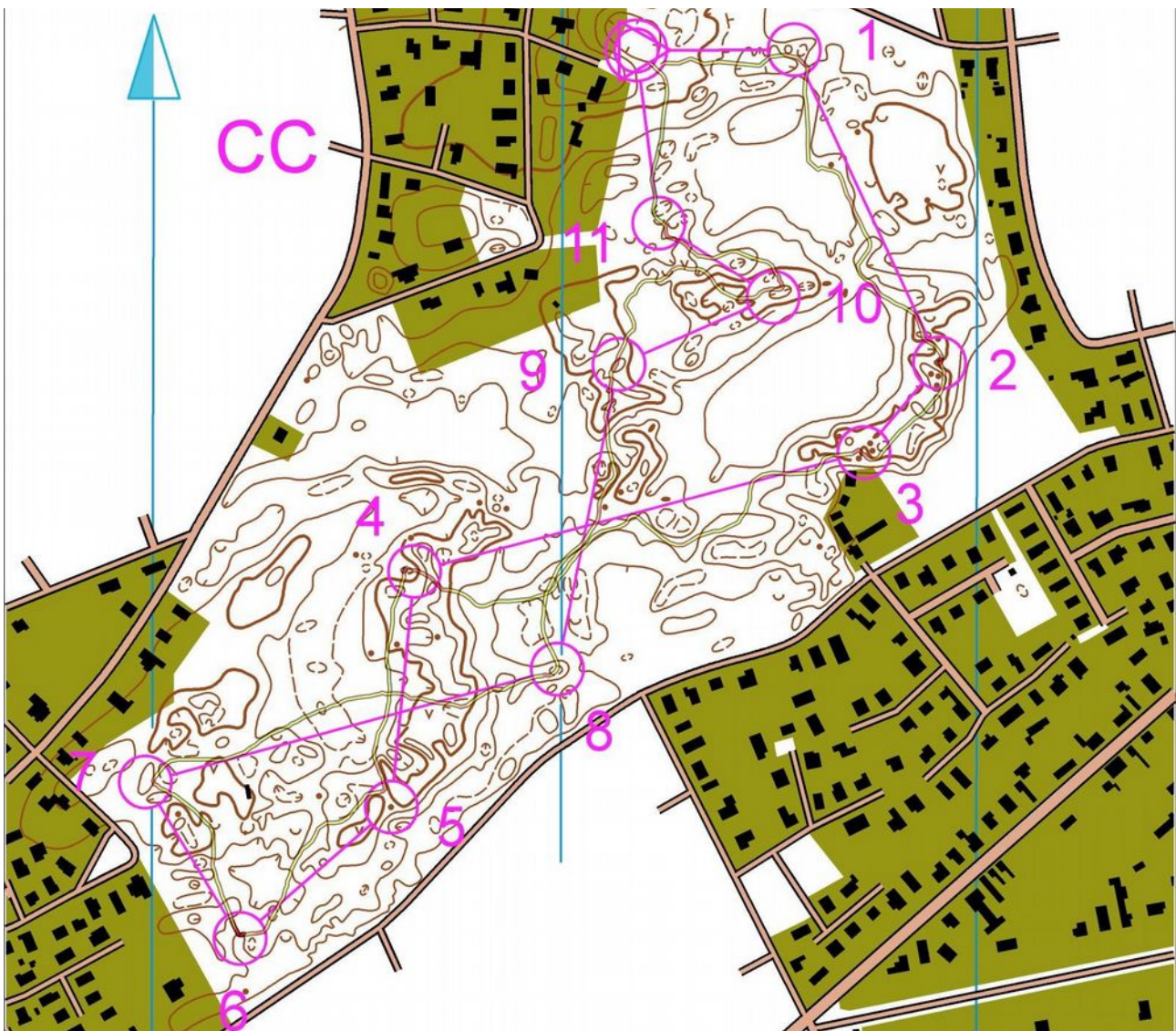
Het was duidelijk dat de Fransen aandachtig waren geweest tijdens ons BK, want de zaal was zowat de beste locatie die wij ooit op een Franse

wedstrijd zijn tegengekomen. Normaal gezien mag je al blij zijn als er een tentje staat, dus dit was, ondanks het ontbreken van douches, ongeziene luxe.

Het startstelsel bleef bizar, naam op een bord schrijven en dan toch maar op een andere tijd starten, maar de wedstrijden zelf werden ook wel gesmaakt. Laveren tussen Duitse bunkers doe je niet elke dag!

De twee sprints volgden elkaar snel op, zodat iedereen ook weer op tijd aan de rit naar huis kon beginnen, kwestie van toch nog het WK veldrijden bij de mannen mee te kunnen pikken!

Zoals altijd op het clubweekend hadden de afwezigen ongelijk.



Organisatiehoekje

Wedstrijden in 2018

11 feb 18	Regionale Thomas van der Kleij	Heeserbergen Verbroedering Lommel
2 mar 18	VK Avond Dries van der Kleij	Schrikkelberg Sporthal De Steenberg
2 apr 18	Regionale Wim Geerts	Baeckelandt Visclub Patria
25 apr 18	Lenteloop Wim Hoekx	Pelter Rally Sporthal Dommelhof
23 mei 18	Lenteloop Luc Bouve	Tessengerlo Campus Russelberg
12 aug 18	City-O ?	Waterschei ?
21 okt 18	BK Interclub Klaas Mellebeek	Opglabbeek Jeugdkamp Kimpenhof
9 nov 18	Avondaflossing Marc Hermans	Holven Parochiezaal Holven
25 nov 18	Regionale Patrick Bleyen	Kattenbos-Zuid FC Gelderhorsten
27 dec 18	Sylvester Jeroen van der Kleij	Heiderbos Schutters St-Sebastiaan

Zoals al in het vorig clubblad vermeld stond, is het VK Avond gewijzigd van locatie naar de IOF-kaart "Schrikkelberg" te Boorseme (Tervuren). Ondertussen hebben we alle toelatingen bekomen en hebben we ook een accommodatie voor het CC gevonden, nl. sporthal "De Steenberg" in Boorseme. Dit is dezelfde locatie als tijdens het clubkampioenschap enkele jaren geleden. Voor velen is dit, in tegenstelling tot al onze andere wedstrijden, een "ver-van-mijn-bed"-

organisatie. Toch hopen we dat er zich genoeg clubleden aanmelden om dit kampioenschap een vlot verloop te geven. Wat hebben we nodig? Voorlopers, postenophalers, startploeg, secretariaat, eventueel parkeerwachters. Kandidaten kunnen zich nu al melden bij lucbouve56@gmail.com. Indien mogelijk zullen we trachten om zoveel mogelijk te carpoolen.

– Luc Bouve

Kalender 2018

Dit is de VVO kalender voor de komende drie maanden, met wegaanduiding voor zover die bekend is.

11 februari 2018	hamok	Wintercriterium Heeserbergen verkeerslichten N71 en N769
18 februari 2018	KOL	Wintercriterium Witgoor-Dessel Baan Dessel-Postel
23 februari 2018	Omega	Avond Sanicol Basischool Boskant, vanaf rond punt Leopoldsburg
24 februari 2018	Trol	Scoreloop Vagevuurbos vanaf afrit Beernem E40
25 februari 2018	Trol	BK Midden Hooggoed inschrijven voor 11 februari vanaf afrit Beernem E40
2 maart 2018	hamok	Avond Schrikkelberg inschrijven voor 18 februari vanaf Moorsel, Moorselstraat-Streekstraat
4 maart 2018	CO Liège	Nationale LD Lac Vieilles Forges (FR) inschrijven voor 18 februari Base de Loisirs des Vieilles Forges
9 maart 2018		Interland nachtsprint Ravenstein
10 maart 2018		Interland nachtsprint Herperduin
11 maart 2018		Interland Herperduin
17 maart 2018	OLVE	BK Avond Hahnenberg inschrijven voor 4 maart kerk van Schönberg
18 maart 2018	KOL	B-Mine Cafeteria Mijnstadion Beringen
25 maart 2018	Hermathenae	Nationale LD Esneux inschrijven voor 9 maart kruispunt N638 en N633
2 april 2018	hamok	Paascross Baeckelandt
12 april 2018	Trol	Antwerp Orienteering Series Kielpark
15 april 2018	Omega	Sledderlo
22 april 2018	Trol	Rozebroeken, Gent
25 april 2018	hamok	Lenteloop Pelterrally
29 april 2018	KOL	Nationale midden Zillebos-Melberg