

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 | JEUGDSPOORT

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

BESTUURSLID

Wim Geerts

Tenderlo 40 | 2490 Balen
0479 74 60 43 | wgeerts@gmail.com

KALENDERCOMMISSIE

Luc Melis

Oude Molsebaan 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

Tot de volgende cross, tot in 2024

En we zijn nog volop strijd aan het leveren in de Sylvester maar toch even de tijd nemen om het laatste voorwoord van dit jaar neer te schrijven.

De enigste wedstrijd met Hamok belangen was de herfstwisselbeker. Wim G. en Koen hadden samen de omlopen ingetekend en de posten gezet. Luc M. had de kaart getekend en gaf al aan dat het wel de moeite zou zijn. Dat was het ook. De oro-hydro kaart was mooi met enkele herkenbare stukken doch de bossen waren goed doorloopbaar. Water was er ook, enkele passages waren droog te nemen (als ge ver kon springen), doch eentje was tot aan de enkels erdoor. Hamok was met 3 ploegen ingeschreven, doch ik weet dat we niet bij de eerste 3 waren. Zelf in mijn team had ik het goed tot aan post 16. Niet te vinden, veel rondgedraaid tot ik Filip van mijn team tegenkwam die toevallig naar dezelfde post liep. Dan weet ge dat ons team niet kon scoren, maar al bij al was ik content (buiten die ene post) van mijn eigen oro-hydro parcours. Verder bedank ik alle medewerkers die hier weer een geslaagde Hamok-wedstrijd van gemaakt hebben.

En dan is het Kerstmis en het zicht op 5 dagen oriënteren in onze kontreien. Er mag al eens iets mislopen, want slechts 4 van de 5 resultaten worden bijeen opgeteld. Dat is de formule van de Sylvester voor meer dan 500 lopers. De coronaperiode is voorbij en deze wedstrijd begint zich stilaan op de kalender te zetten als een jaarlijkse traditie. Wij verzorgen dag 3 met de mooie kaart van Opglabbeek en baanlegger Stefaan. De reclame die ik maakte voor deze wedstrijd zorgde er mee voor dat Hamok het grootste deelnemersaantal heeft. Proficiat. Ik hoop dat we de tegenstand kunnen verslaan en op het hoogste schavotje geraken.



Laat ons daarna dan genieten van het vuurwerk met eindejaar en hoopvol uitkijken wat 2024 ons zal brengen.

De titel die Rune vorig jaar behaald heeft in Lommel, zal tot het verleden behoren en we kijken reikhalzend uit wie zijn opvolger gaat worden. Wat we zeker weten, het zal een kampioen zijn! De Kapucienenberg in Geel-Bel zal de scheidsrechter worden en de familie Sels zal er ons mee laten kennismaken. We kijken ernaar uit.

Waar we ook naar uitkijken is het avondfeest volgend op het clubkampioenschap. Alles netjes tot in de puntjes voorbereid met de vertrouwde attributen: de vertrouwde speech van de voorzitter, het voortreffelijke avondmaal waar Bart de regie heeft, de kampioenenviering en de Gouden Balise door Jos, de vertrouwde Hamok-quiz door Pascal en de dansmuziek door dj JC. Wie kijkt daar niet naar uit? Een eerlijke prijs voor dit alles en een gezellige avond onder Hamokkers. En over wat wordt er dan de hele avond gepraat?

Het jaar 2024 wordt voor de Hamok-organisatie gestart in Hamont met een baanlegging van Thomas. Een werklijst zal ten gepaste tijde aangemaakt worden.

Hieronder vind je ook nog de kalender voor 2024, met enkele cruciale open plekken waar we een baanlegger zoeken. Dus bekijk het eens en laat ons iets weten, indien interesse, of eventuele vragen.

Tot zover de voorbije maand december.

Tot de volgende cross, tot in 2024.

Uwe voorzitter

BAANLEGGINGEN 2024

Een nieuw jaar, nieuwe baanleggingen. Als jij op het clubfeest in 2025 ook graag een gepersonaliseerde koffie-mok onder een daverend applaus in ontvangst wil nemen of als jij gewoon mee wil werken aan onze Hamok-werking, dan is dit je kans.

Laat snel iets weten aan onze Voorzitter!

En hebben jullie het ook al opgemerkt: een Tuur-Classic en een Hamok-Cup omwille van ons 40-jarig bestaan. Weer iets om erg naar uit te kijken!

Datum	Wat	Waar	Baanlegger
za, 06 jan '24	Clubkampioenschap	Geel-Bel	Rune
zo, 14 jan '24	Forest-Cup	Hamont	Thomas
vr, 01 mrt '24	Avond	Ham	
zo, 10 mrt '24	BK middle	De Witte Berg	Wim H.
ma, 01 apr '24	Regionale	Baeckelandt	Peter H.
wo, 01 mei '24	Tuur Classic	Balendijk	Wim G.
zo, 16 jun '24	City?	Heserbergen	Patrick B ?
do, 15 aug '24	4 daagse: City	Tessengerlo	Pascal
vr, 16 aug '24	4 daagse: Rodenberg	Tessengerlo	Peter B.
za, 17 aug '24	4 daagse: Schoterse bossen	Tessengerlo	Voorzitter
zo, 18 aug '24	4 daagse: Houterenbergh	Tessengerlo	
zo, 17 nov '24	Hamok-Cup	Kattenbos	Bart/Jos/Luc
zo, 24 nov '24	VK middel	Waterschei	An&Ronny
zo, 29 dec '24	Sylvester	Winner	



Wie herinnert zich nog waar deze foto getrokken is? 25 hombres? 25 Männer? 25 viri?

Inderdaad, 25 Manna in 2018 met 45 Hamokkers aan de start! En ja, je voelt het al komen. Waar begint Elisabeth plots over te praten in het CC in Opglabbeek: 25 Manna op 12-13 oktober 2024 in Haninge (net ten zuiden van Stockholm). De voorzitter knikt instemmend en Elisabeth begint "in haar enthousiaste zelf" onmiddellijk alle aanwezige Hamokkers warm te maken.

"A plan was born" en op het clubfeest krijg je er alles over te horen. We gaan terug naar Zweden! Wil je de sfeer van 5 jaar geleden nog eens opnieuw opsnuiven. Kijk dan even in de Knijptang Oktober 2018, blz 8.

En zo zijn de plannen weer groots voor volgend jaar. Maar de Knijptang kijkt vooruit en ook terug naar de roemrijke verhalen uit de maand december.

Met een beperkte delegatie zakten we af naar de Ultra-Long in het Zoniënwoud. Jeroen vdK vertelt jullie hoe donkergroen donkergroen wel kan zijn. Peter H kijkt in een nostalgische bui terug op de afgelopen oriëntatiejaren en Tania stelt graag ons nieuw lid Kateryna Nikonenko aan jullie voor. Het VK Nacht door Lucien bracht heel iets anders dan de meeste verwacht hadden en het zelfde gold voor de herfstwisselbeker.

Het meest frappante Knijptang-moment van de maand speelde zich af op 29 november 13h38. Zoals jullie weten, heeft Marijke "een patent" op de column van de middelmatige oriëntatiecrosser. Te pas en te onpas bereiken prachtige en vooral heel eerlijke columns mijn mailbox, geschreven door iemand die erin blijft geloven dat het ooit nog allemaal goed gaat komen met haar oriëntatiekunde. Op die bewuste woensdagmiddag 29 november krijg ik inderdaad weer een mailtje met als bijlage "column van een middelmatige oriëntatiecrosser". Afzender: Patrick Bleyen. Inderdaad: Patrick Bleyen die zich aansluit bij het geesteskind van Marijke. Zo krijgen we een verslag van de Sinterklaascross in een winterzonnetje en van de memorabele waterpret in Ravels-Zuid. Echt tof om te zien gebeuren.



*De ultieme sprint tussen de 2 Hamok slotlopers
25 Manna 2018*

Afsluiten wil ik graag met deze foto. Het volledige archief van de Knijptang sinds het prille begin, netjes bijgehouden en ingebonden door Tuur en netjes afgeleverd door onze Knijper Emeritus Jos. Voorlopig staan de dozen nog in onze gang onder de trap, ik moet nog even wennen aan dit historisch artefact.



*Verslag 25 Manna
Knijptang Oct 2018*



25 Manna 2024

Maar blad voor blad zullen we er in 2024 doorheen gaan en als we iets frappants tegenkomen, dan zien jullie het wel verschijnen in een volgende Knijptang.

Maar nu genoeg editoriaal geleuter: veel leesplezier!

Filip



LIDGELD 2024

2023 zit er weer op. Tijd om weer terug te blikken op de prestaties van het voorbije jaar. Sommigen zullen content zijn, andere zullen vinden dat het toch wel wat beter kon. Misschien stond het lopen op een laag pitje, misschien heb je jezelf wel overtroffen.

Eentje winnen, eentje verliezen, een NCL of moeten opgeven ... maakt niet uit, genieten van het bos is al wat telt.
In 2024 doen we het allemaal nog eens over.

Betaal snel je lidgeld op het rekeningnummer BE84 7795 9196 4459 zodat je veilig verzekerd los kan gaan in het bos.
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.

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. Redenen genoeg dus om snel je betaling in orde te maken en te genieten van het komende jaar.

Karin



Tot er geen doorkomen meer aan was

10 december stonden er een zestal Hamok ploegen aan de start van deze zware beproeving. Benjamin en ikzelf, Kristof en Filip voor de lange.

Greet en Joke, Gunter en Nancy en tot slot Jean-Claude op de middenafstand.

Korte historiek over de Longues Distances

Hivernal (*althans voor zover ik weet*)

Ik vermoed dat deze Long Distance wedstrijd in ploeg van 2 lopers ondertussen al een twintigtal jaar meegaat.

In de eerste edities (begin jaren 2000) herinner ik mij dat hij begin januari op de agenda stond en in de buurt van Chiny doorging. Het was een opwarmertje voor de Karrim' Hoc zou je kunnen zeggen.

Maar sinds 2008 staat de wedstrijd vlak voor de Sylvester geprogrammeerd in het Brusselse Zoniënwoud.



Pré-Balises ophangen

De kaart Rouge-Cloître / 3 Fontaines

Hier zit wel wat meer historiek in. Het is één van de eerste IOF kaarten in België getekend! Althans zo sprak de man van ASUB aan de inschrijvingstafel.

Deze kaart heette vroeger "Flossendelle" deel van het Zoniënwoud tussen Jezus-Eik, Tervuren en het Léonardkruispunt en verscheen in november 75 als experimentele kleurenfotokopie aan de hand van Pierre Willems. (nog steeds actief en een geduchte concurrent van onze Voorzitter in de H65 categorie)



IOF Flossendelle 1975

Benjamin, partner in crime

In november polste ik bij broer Thomas (ik pakte samen met hem vorig jaar zilver op parcours 2), om mee te doen ...

"Was goed", zei hij. Maar hij sukkelte jammer genoeg met een achillespeesblessure en gaf forfait ...

Op zoek naar andere partner gooide ik de vraag in een Whatsapp groepje met oud-elites waarop meervoudig Belgisch kampioen in HE Benjamin Anciaux meteen positief antwoordde en doorverwees naar de lange omloop van 19km ...

Als je dat bericht dan leest kan je ofwel het poesje uithangen en terugkomen op je stappen, ofwel meteen de knop omdraaien. Ik ging voor het laatste en dus uit m'n pijp moeten komen, dat stond vast ...

De voorbereiding

Veel bijtrainen was er niet meer bij, eerder een beetje minderen de week voor de wedstrijd. Een dieet met extra porties witte rijst en een pretpakket met sportvoeding en cafeïne-kauwgom moest werken. (3 Isogels tijdens de wedstrijd was het plan)



Op de wedstrijd toegekomen sprak ik nog even met Benjamin, hij zei me dat ik moest aangeven wanneer het sneller of trager moest en dat het voor de rest wel goed kwam. Er stonden veel sterke teams aan de start, fysiek was ik beperkt t.o.v. deze mannen maar met het oriëntatiebrein van Benjamin konden we wel wat tijd rechtzetten was mijn gedachte.

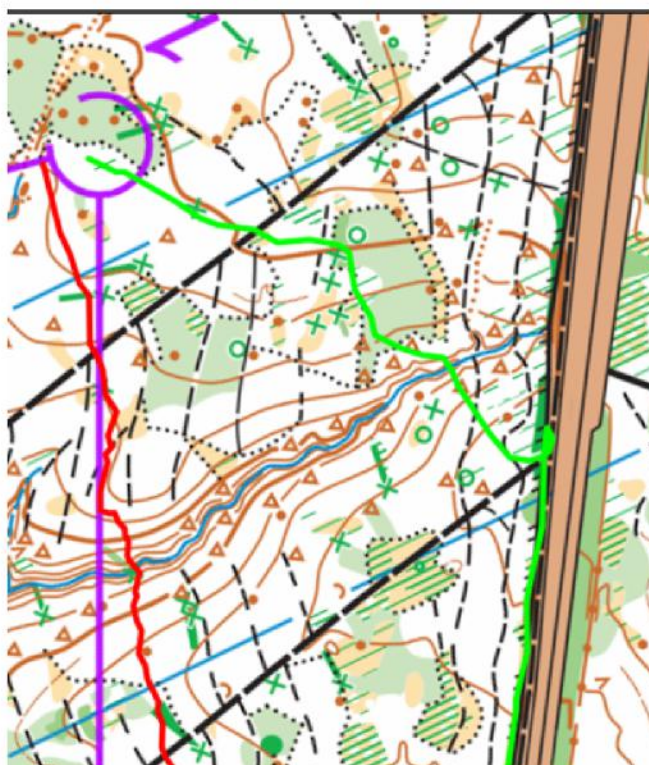


Partner Benjamin en geblesseerde Thomas

De draad en de snelweg

De eerste post hadden we een kleine achterstand. De topploegen kwamen ineens van rechts 45 sec voor ons aan de post. Achteraf op Livelox zagen we dat de eerste ploegen het fietspad naast de snelweg hadden genomen en dan over de dubbele draad waren geklauterd.

Volgens Jeroen Hoeckx (kaartexpert) die ik hierover aansprak in Congo, gaat het hier over 518 Impassable fence van ISOM 2017-2 en is dat perfect in regel "je kan er niet over maar je mag er wel over 😊".



Dwars door alles heen

We bleven hangen op 1 minuut van de eerste teams ... Ze liepen 10% harder, maar Benjamin navigeerde beter waardoor we ze in de verte bleven zien.

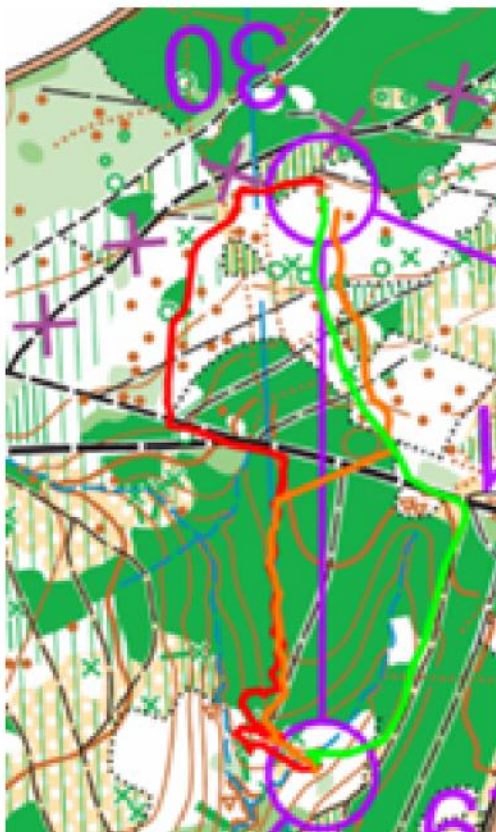
Na verloop van tijd begon ik wel te verlangen naar een iet of wat hardere ondergrond. Benjamin bleef maar overal doorploegen alsof het niks was, zware ondergrond, vegetaties, struikgewas, omgevallen bomen, valleitjes overal door, zonder al te veel geslalom.

De Jungle

Tot er geen doorkomen meer aan was. Tussen post 29 en 30 gingen we op zoek naar de linker brandgang in het donkergroen. (oranje lijn is onze route) Dat bleek een tevergeefse zoektocht door een bramenjungle, want die brandgang bleek er niet meer te zijn ...

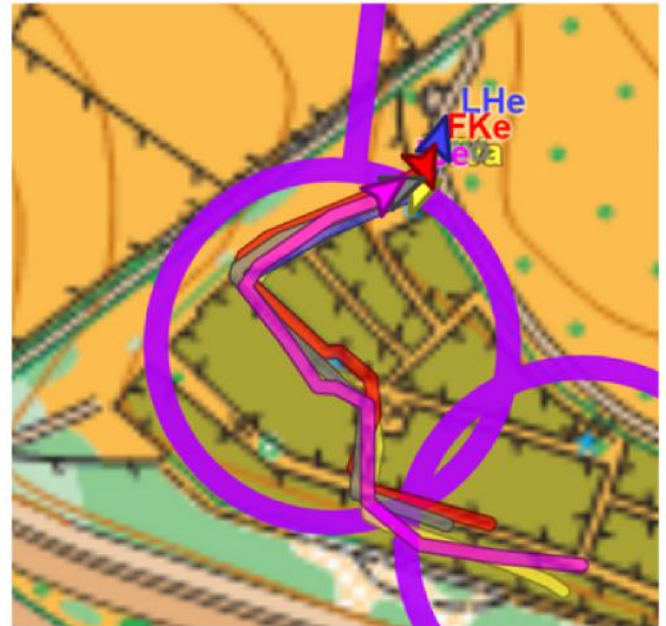
Resultaat, een kapotte broek, verbaasde wandelaars die stonden te kijken op de hoofdweg en 6 minuten aan onze fiets t.o.v. de rechtse wegkeuze (groene lijn)

Het andere Hamok-team Filip en Kristof gingen hier ook de jungle in en hebben waarschijnlijk onze sporen gebruikt (rode lijn) 😊



Met Centwafelkes kom je er niet

Het laatste stuk van het parcours bleef m.b.v. de Iso-gelletjes aan een behoorlijk tempo, althans voor mij, want voor Benjamin was dit niet meer dan een doorgedreven training. We eindigden verdienstelijk op plaats 4. Bert Marien (KOL) die we halverwegen hadden opgepikt moest er nu wel af, ik vrees door een suikerklop. Hij had de 2u10 minuten enkel op centwafelkes gelopen



Park OL met de finish in zicht

De laatste posten liepen doorheen het plaatselijke park. En tussen post 41 en post 42 was de weg afgesloten met een poortje.

Nu was dat poortje dichtgeklapt en toen het team van Filip en Kristof er aankwam stonden ze daar met drie groepjes tegelijk te schilderen.

Omdat ze natuurlijk allemaal opgejaagd waren, kregen ze dat verdomde poortje niet open en zijn ze daar met z'n allen over dat hek beginnen klimmen.

Dat was natuurlijk niet evident. Tot iemand simpelweg de hendel bediende en het poortje met het grootste gemak opendeed. Algemene hilariteit natuurlijk!

Hamok-resultaten

De Hamok delegatie tekenende weer mooie prestaties op.
Filip en Kristof sprintten na 3u30 minuten nog voor plaats 15, maar moesten net de duimen leggen.

Joke en Greet kwamen als 1e volledige vrouwenploeg aan op de middenafstand.
Gunter en Nancy en Jean-Claude eindigde op de middenafstand ook verdienstelijk vlak achter Joke en Greet.

Met een kleine kramp in de hamstrings keerden we voldaan weer naar huis.

Jeroen vdK

ULD long 19200m (22)

4.	 Jeroen Van Der Kleij & Benjamin Anciaux	BEL	H40
16.	 Kristof Wolles & Filip Kennis	BEL	H45

[Top](#)

ULD moyen 13600m (27)

12.	 Greet Oeyen & Joke Zoons	BEL	D40
13.	 Gunther Deferme & Nancy Wenderickx	BEL	H50
14.	 Jean-Claude Jimenez & Philippe Crefoeur	BEL	H60
25.	 Emmanuel Van Hullebus & J Taffeiren	BEL	H60

[Top](#)



Als iemand op je verjaardag tegen je zeg 'Goh, alweer een jaartje ouder', dan doet je dat niet zo veel. Maar als je van de ene op de andere dag vijf jaar ouder wordt, waarbij het eerste cijfertje ook nog verspringt, dan is dat even slikken. Ik heb hierboven een beetje cryptisch omschreven dat ik op 1 januari 2024 de overstap ga maken naar H60. Ach, het is maar een momentopname. Toch goed om even terug te kijken wat de afgelopen vijf jaar mij en bij uitbreiding de wereld gebracht hebben.

Om met dat laatste te beginnen: niet veel goeds. De natuur reageerde steeds gewelddadiger op wat wij haar aandoen, oorlogshavikken vonden dat het vreedzaam samenleven lang genoeg geduurd heeft en vanuit een markt in China veroverde een beestje de hele wereld. Dit alles heeft de meesten van ons niet al te veel persoonlijke schade berokkend en onder het motto 'virussen houden niet van bossen' hielden we de moed erin, maar er moet wel wat georganiseerd mogen worden.

En voor mezelf? Even op Helga kijken Nou, in totaal minimaal 120 starts en zelfs vier maal een 1 voor m'n vlaggetje en naam, al hoort daar nog wel een verhaaltje bij. Daarnaast vast nog een aantal niet geregistreerde starts. Niet slecht, in ogenschouw nemend wat ik hieronder nog ga beschrijven. Na een slecht begin (een NCL op het clubkampioenschap) nam het jaar een vlucht met als letterlijk hoogtepunt de reis naar de Dolomieten, wederom een buitenlandse Hamok-reis. Door de doortocht van het virus in golven werd deze zojuist voor mij ontstane traditie weer bruut afgebroken en het maakte in de jaren erop de oogst op Helga schraal, maar toen we weer losgelaten werden, was het enthousiasme des te groter en werden er zoveel mogelijk wedstrijden aangedaan.

Ik denk dat iedereen dit wel een beetje op dezelfde manier ervaren heeft. Zelfs een zweepslag hield me maar tijdelijk aan de kant.



Men was mij bijna vergeten, maar begin 2022 had ik toch nog prijs bij een coronatest. Ik weet het "virussen houden niet van bossen" maar ik stond te boek als superverspreider en dan begin je ook niet veel meer. Ook dat was van voorbijgaande aard en de rest van dat jaar werd een superjaar met een record aantal starts en meerdere meerdaagsen.

In 2023 zou ik gewoon doorgaan op datzelfde elan en dat ging ook van een leien dakje. Totdat men in april ergens in de Wickow mountains getuige kon zijn van een krakje. Was het een takje? Nee, het was een kuitbeenbot. Het jaar, waarin we als club ook afscheid hebben moet nemen van een drietal clubiconen, was een waar annus horribilis geworden .

Na twee operaties en zeven weken gips en rolstoel, plande ik, voordat de lichten op groen stonden al stiekem mijn terugkeer in de bossen. In oktober, als een kind zo blij, maar met de daver op het lijf, overwon ik op de Winner de vermaledijde breuk. De rest van het jaar kon nog in stijl afgesloten worden met zes andere starts.

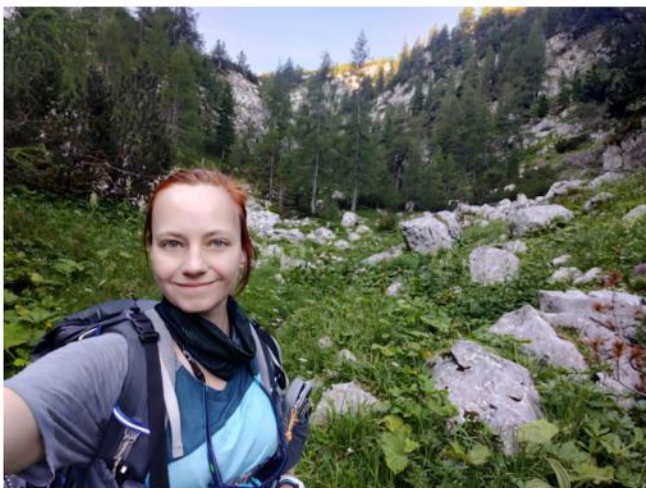
En nu dus H60. Tempus fugit, clara futura est. Danielle zou geschreven hebben 'H60, opgepast, concurrentie in aantocht!', maar maak je daarover maar geen zorgen. Veel belangrijker is dat er weer veel oriëntatie-avontuur op de planning staat, ook zeker weer in het buitenland. Dát kan normaal gesproken alleen maar beter gaan. Nu de wereld nog.

Peter H



NIEUWE LEDEN

Kateryna Nikonenko, geboren en getogen in Kyiv, Oekraïne. Ze verhuisde in 2013 naar België. Ze is 45 jaar, tenminste zo staat het op haar ID. Maar ze voelt haar helemaal niet alsof ze 45 is. Ze woont met haar man en dochtertje in Herent. Waarom ze voor deze geweldige sport koos, wel dat laten we haar zelf even vertellen.



Om te beginnen kan ik niet stil zitten. Buiten zijn, in een bos voor een dag of twee verdwijnen of een weekje in de bergen gaan trekken zijn mijn favoriete activiteiten.

Bovendien loop ik heel graag, liefst trails en lange afstanden (ik ben traag, maar kan lang gaan, een diesel). 😊

In september was hier in Herent een LOS evenement georganiseerd, mijn man heeft het gezien en voorgesteld dat ik het ga proberen.

En ik was van de eerste keer verkocht! Het is een combinatie van lopen, buiten in de natuur zijn, nadenken, kaart lezen ... Geweldig toch!"

Kateryna droomt ervan om later samen met haar dochtertje te kunnen oriënteren, laten we ze ondertussen alvast welkom voelen in onze grote Hamok familie.

Tania

Met schaamrood op de wangen

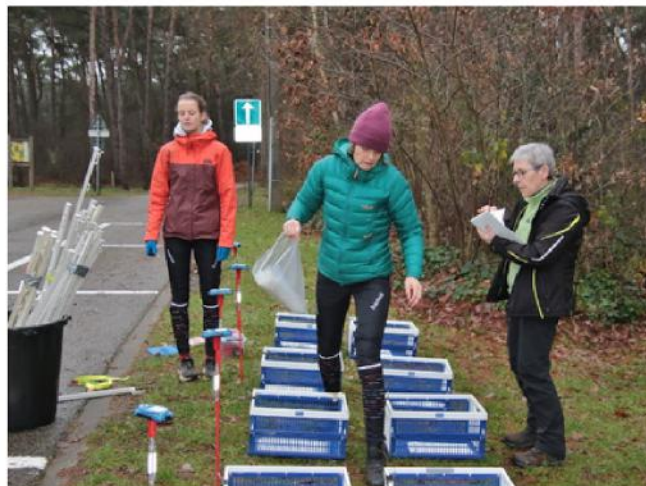
De Herfstwisselbeker is een traditiewedstrijd op maat gemaakt voor de 'echte' oriënteur. Zeg nu zelf: enkel wat bruine lijnen en een spatje blauw op de kaart, meer moet dat niet zijn voor een pittige wedstrijd. Deze formule wordt door sommigen verguisd, terwijl anderen er al weken naar uitkijken.

De aandachtige Knijptang-lezer heeft al opgemerkt dat deze eerste paragraaf puur plagiaat is. Niet door mij geschreven maar wel door de Godfather van de Oro-Hydro: Wim H. Het was de inleiding van het verslag over de vorige editie van de Herfstwisselbeker in Dilsen.

Terwijl de verwachtingen vorig jaar hoog gespannen waren, gingen de grapjes vlot de ronde: hoe kan je nu op een kaart als Congo een herfstwisselbeker organiseren, die zijn naam waardig is. Zouden de hoogtelijnen 25 cm i.p.v. 2.5 meter voorstellen?



Wim G en Koen vertrokken als baanleggers met een grote achterstand, althans qua perceptie. Maar om de spanning onmiddellijk weg te nemen: iedereen moest achteraf met schaamrood op de wangen toegeven dat niets minder waar bleek te zijn. Een ogenschijnlijk versnipperde kaart bleek de basis van een erg solide baanlegging waar menig oriënteur zijn tanden op stuk beet. Het veldwerk van Luc M was zonder twijfel ook een element van het succes. Maar laten we bij het begin beginnen.



De startzone werd een pareltje. Door het afwezigheid van Nico, die Sam in de Hel van Kasterlee ondersteunde, begonnen we aan de opbouw zonder een concreet plan. Stap voor stap werden de linten wat verhangen, schoven de bakken op en werden auto's die de looprichting belemmerden verplaatst. Een testloper leerde dat alles pico bello klaar was voor de 18 ploegen en de 104 individuele starters. Guido knikte instemmend en gaf groen licht.

Wim G kwam nog even in een flits langs omdat Luc M twee posten bij het voorlopen had aangedaan, maar blijkbaar niet had ingelezen. Elektronica problemen. Snel werd alles rechtgezet en het eerste Hamok-team kwam aan de start.



Een herfstwisselbeker is ook wat teamwerk. Het feit dat de kousen van Dominique afzakte, werd dan ook vakkundig met wat tape opgelost. Dominique liep met ware jarretels door de bossen van Balen. In dezelfde ploeg zat ook Roland, die voor de eerste keer in zijn lange oriëntatieleven een oro-hydro liep.



In het tweede team was vooral Lennert gebrand op een snelle tijd. Misschien niet zo zeer ter meerdere eer en glorie van Hamok, maar wel omdat zijn vriendin heel erg zwanger begon te geraken en hij wel eens vader kon worden terwijl hij zorgvuldig de contouren van Congo aan het afschuimen was. Hij had twee uur off-line tijd gekregen om cc-start-finish-cc af te werken. En Lennert heeft zich daar ruimschoots aan gehouden.



Hamok 3, aangevoerd door Jeroen en vol oro-hydro geweld, vertrok als laatste maar werden de beste Hamok-ploeg in de einduitslag.

Het wedstrijdgebied kon je ruwweg opdelen in drie zones.

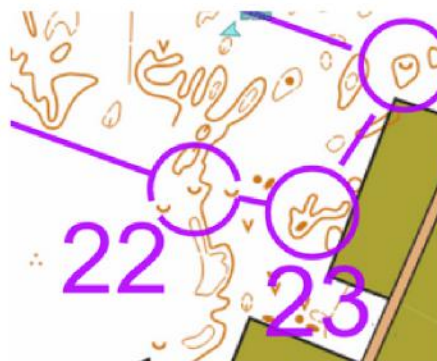
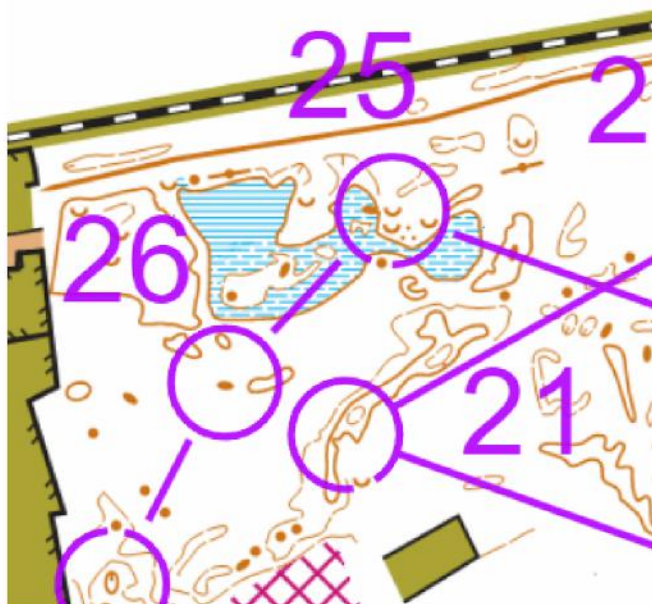
De eerste sectie bestond uit een aantal heuvelrijen met tussenin redelijk verwilderd bos. Het was dan ook de zaak juist te "springen" van de ene zone naar de andere. Het aantal "dweilers" in het bos was nog beperkt maar de voedingsbodem voor fouten verderop in de wedstrijd werd gelegd.

De tweede zone was achteraf gezien niet zo moeilijk maar omdat de loopzones nogal smal waren, was het toch een zaak van goed te weten waar je zat. Naast een Hamokker viel vooral de Geletruidrager van de Forestcup op om dwars door olijfgroene zone ten zuiden van de beek te lopen. Livelox gaf echter een logische verklaring voor het onvrijwillig betreden van de verboden zone. Hij heeft er dan ook enkel nadeel uit gehaald.



Maar toen kwam de derde zone. Hier waren het vooral de elementen die niet op de kaart stonden, die de zaak compliceerden.

Post 21-25-26 stonden in een zone met draad omheind. Ook al wist Amber dat haar post achter die draad hoorde te staan, stopte ze instinctief en verloor vele minuten. Onze Voorzitter was er nog veel erger aan toe en geraakte volledig de kluts kwijt toen hij vanuit het zuiden post 21 moest vinden, ook mooi afgeschermd door de zelfde draad. Een illustere ploeggenoot heeft hem uiteindelijk de weg gewezen. De herfstwisselbeker blijft een teamgebeuren.



Ik liep voor mijn doen, relatief mooi van post 22 naar 23 maar zag plots een huis opdoemen. (zie IOF-kaart in de cirkel van post 22). Opperste verwarring want bevind ik me nu al in de olijfgroene zone? Dan maar naar het noorden waar ook Ronny aan het rond dwalen was ... op zoek naar de zelfde post. En wie durfde nu nog beweren dat de kaart Congo geen oro-hydro vermaak zou bieden.

De Hamok-resultaten waren beperkt, maar onze organisatie was weer top!

En dan nog het douche-verhaal. Iedereen die apart onder de douche ging staan, kwam van een koude reis terug. Met dank aan het technisch inzicht van Patrick B bleek dat ook douchen vandaag een teamgebeuren moest zijn. Als je alle kranen tegelijk opendraaide, was er voldoende debiet om de warmte tot op de sportieve lijven te brengen. En ja 5 Hamokkers samen onder de douche en iedereen blij.

Afsluiten doen we met de wijze woorden van Wim H uit 2022: voor diegene die twijfelen of dit alles wel iets is voor hen. Gewoon doen zou ik zeggen. Plezant en een uitdaging is het alleszins. Hopelijk brengen we volgend jaar opnieuw 5 of 6 teams aan de start van deze bijzondere wedstrijd.

Filip



Blij dat ik erbij kon zijn, bij de Sinterklaascross. De weergoden waren ons in de voormiddag alvast goed gezind: een zonnetje, heel weinig wind en zeker geen neerslag in de vorm van buien of sneeuw. Ideaal weer om te lopen. Mutsje op, handschoenen aan en weg naar de start.

Aanvankelijk verliep het nog relatief vlotjes (lees: "naar mijn normen" verliep het vlotjes), maar na post 4 voelde ik iemand in mijn nek ademen. Dat vind ik helemaal niet leuk en dat wegens verschillende redenen. Ten eerste is het een realitycheck want er is nu al iemand die mij zal voorbijsteken en ik ben pas vertrokken. Ten tweede is dit niet goed voor mijn concentratie, wat dan ook heel goed te zien is op Livelox. In plaats van naar links te gaan om post 5 te nemen, ga ik naar rechts. Hilariteit alom wanneer ik dit samen met mijn eega in de namiddag aan het bekijken ben, want op het moment zelf was ik me daar helemaal niet van bewust.

Het stopte niet bij post 5, post 7 viel ik via een omweg aan, en post 8 was ik in het verkeerde vak aan het zoeken. Maar ik ben niet de enige! Dankzij Livelox zie ik dat er nog meer sympathieke mensen al eens 90° of 180° de verkeerde kant uitgaan. Of die in het verkeerde vak de post zoek. Mooie uitvinding die Livelox J.

Naar allergewoonte heb ik me tegen het einde van mijn omloop kunnen herpakken en mijn cross op een rustige manier kunnen beëindigen. Ik kwam zelfs onze hoofdredacteur nog tegen en naast zijn goeiendag verstond ik nog iets in de trant van "Schrijven". Bij deze dus ...

Grtjs,
Marijke, een middelmatige oriëntatiecrosser.

De Forest Cup 2023-2024 is weer op gang geschoten. De prijzen, de eindwinst, de eeuwige roem, daar kom ik niet voor in aanmerking, het is het plezier om uw omloop zo goed mogelijk af te werken. Soms moet je uw principes aan de kant schuiven. Ik had jaren geleden me voorgenomen om hier in deze bossen niet meer te komen lopen. Mijn ene been was korter geworden dan het andere, door telkens over de grachten te springen! Ik had er een degout aan overgehouden. Maar met ouder worden word je een beetje softer en ga je gekke dingen doen.

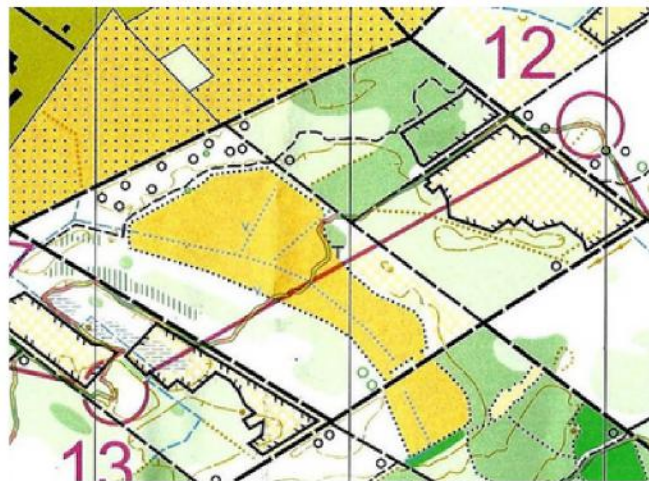
Dus de auto in en op weg naar Ravel. Een kleine 45 min later aangekomen bij het CC. In de kantine was het al lekker druk. De "Die Hards" waren ook op de afspraak. Wim en Jeroen waren ziek en lagen nog lekker onder de lakens. De start was volgens Wiet Laenen op 225,5 meter. Snel vertrekken zou ik zeggen, want warm is anders. Door mijn knieblesure kan ik nog niet lopen, maar wandelen is ook plezant. Dan heb je meer tijd om rond te kijken en andere wegkeuzes te maken, wat je anders niet doet! Wetende wat op me af ging komen, alle natheid op een stokje, vertrok ik.



Naar post één en eens uittesten hoe het bos erbij ligt. Redelijk nat zou ik zeggen, maar toch nog aanvaardbaar. Naar post twee over de weg, insteken achter de draad en na 80 meter staat daar de post te blinken. Maar nu, hoe geraak ik hier weg uit dit nat gebied, dat was meer de uitdaging dan de daad! Springen en huppelen en strompelen over de grachten tot we op de weg kwamen en de volgende post konden aandoen. Hallo, wat zijn we aan het doen? Probeer eens de kortste weg te nemen! Over de rode lijn oriënteren was in dit bos geen sinecure, dus proberen zo min mogelijk natte voeten te krijgen. Tijdens de wedstrijd kom ik niet veel volk tegen, dus ik zal wel weer ergens ronddwalen waar ik niet moet zijn zeker? Daarom ben ik ook één van de mindere middelmatige oriëntatielopers die komt voor de "fun", om op een mooie natte zondagvoormiddag als een kiekje door het bos te dwalen.

Nog twee posten te gaan, we zijn er bijna vanaf! Dat was toch het idee! Van post 12 naar post 13.

Langs de weg links of rechts van de omheining? Ik twijfel nog, links of rechts? Aan de linkse kant is het beetje omlopen, maar zal sneller gaan. Of rechts over de weide, recht op recht? Ik kies de noordkant om zo via de weide door te steken naar post 13. Peter Hoogstrate is samen met mij aan post 12 en neemt ook de route recht door de weide. Hij is al eerder aan het doorsteken en ziet mij ook komen. Hij roept in de verte: "Patrick, zou je dit wel doen, 't is hier een beetje nat?" Hij was nog niet uitgeroepen en verdween in het opgeschoten gras. Hey jong, waar zit jij? Plots komt er een kopke boven, "HIER"! Tot onder zijn oksels in het water, snorkel juist niet nodig. Den deze dacht, mij gaan ze niet hebben en ga over het groene gedeelte, dat ligt er beter bij. Tot halverwege ja, plots ook in een gracht gesukkeld en tot mijn eierstokken erin. Nat, koud, je wilt het niet weten. Maar nu ik er toch in zit, maar door naar post 13. Op de weg nog snel een wegkeuze proberen te maken, maar eigenlijk had ik een moerasboot nodig om naar post 13 te gaan.



Peter ging langs de draad naar de post en ik ging meer naar rechts om het water te omzeilen. Veel keuze had ik niet, dan maar door het water op kniehoogte en zo naar post 13. Ze zeggen altijd dat je eerst eens goed op de kaart moet kijken voor je een wegkeuze maakt, maar ik maak eerst een wegkeuze en kijk als het te laat is op de kaart. Ook plezant eigenlijk. Als je bedenkt, dat ik met door te steken, gemakkelijk 10 minuten laat liggen, is dit over de ganse wedstrijd wel heel veel. Het is wel een feit, als je 7 euro betaalt om 1 uur en 15 minuten waterpret te hebben, dan mag het wat meer zijn! Met dank aan Wiet Laenen, de baanlegger van dienst! "HET WAS PLEZANT" (voor één keer)

Gts,
Patrick



Langs het hek richting post 13



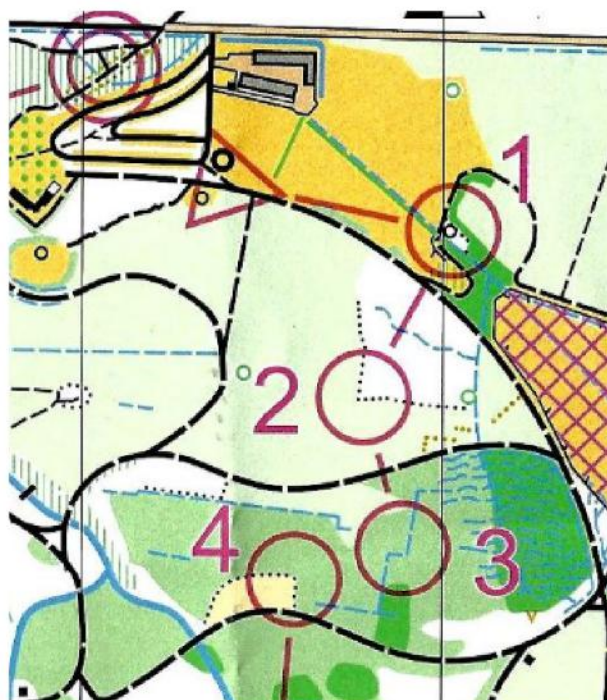


Ik had mij netjes op voorhand ingeschreven voor de nacht in het Prinsenpark. Met de vorige avondaflossing nog vers in het geheugen (19h) wou ik op tijd starten en dus rond 18h15 daar zijn om rond 18h45 te starten. De laatste dagen kwam er dan nog de vraag om op de kleinzoon te babysitten en men zou er om 17h30 zeker zijn. Natuurlijk werd dit 18h00 zodat mijn planning al gedeeltelijk verstoord was. Ik zat blijkbaar al enkele dagen in een tunnelvisie gefixeerd op een starttijd rond 19h.

Uiteindelijk was ik toch om 18h35 aan het cc. Zie ik daar een mooi scorebord staan waarop ik mijn naam zie, Bosmans Lucien running 25 min. Oei, wat is dat !! Blijkt dat het VK met starttijden werkt en dat ik om 18h11 al moest starten. Door de tunnelvisie was dit totaal aan mij voorbij gegaan. Moet wel zeggen dat dit de eerste keer in mijn 35 jarige loopcarrière is, dat ik te laat aan de start kom. Gelukkig kon men mijn starttijd nog aanpassen naar 19h39 omdat er iemand afwezig was, zodat de verplaatsing niet voor niets was. Het wachten aan de start was wel wat bibberen in deze eerste vriestemperaturen.

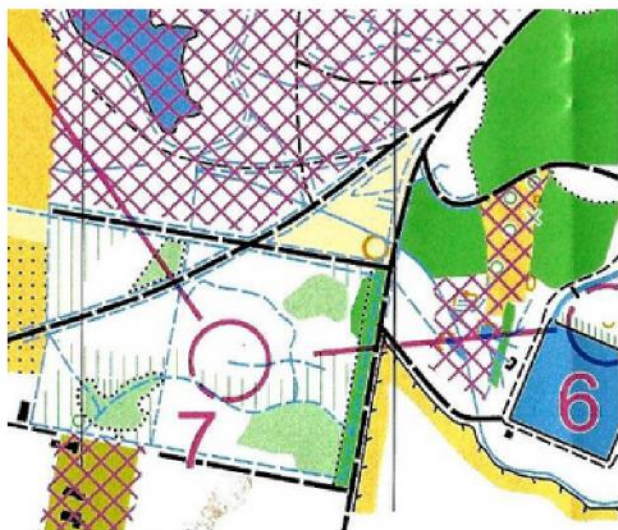
Vertrek naar post 1, insteken over het grasveld, de post moet aan het begin van het donkergroen staan. Kijk naar links, niets dan groen, ben ik al te ver? Kan toch niet!

Waarschijnlijk door de voorbije spanning te onzeker, even terug, klopt niet. Beter op de kaart kijken, staat er naast de gracht nog een groene haag op de kaart, die dan blijkbaar groter en voller bleek als verwacht, dus terug iets verder en post 1 ok. Post 2 geen probleem, maar op weg naar de 3 iets te ver naar rechts en kom bij de 4 uit, die kort bij elkaar staan. Gelukkig heb ik het postennummer goed gecheckt. Dus terug en de 3 en 4 in de juiste volgorde genomen.



Naar de 5 wijselijk rond gelopen vanwege het vele donkergroen op de azimuth. Van 5 naar 6 een brede gracht, loop naar de zelfgemaakte oversteek in de vorm van een omgevallen boom. Zet de eerste stap op de stam, merk dan de witte rijm op de schors, zie het lonkende koude water onder mij 3m lang en besluit dan om toch maar de volgende echte brug te nemen naar de 6.

Bij de 7 weer een misser, verkeerde gracht. Naar de 8 de juiste beslissing om langs de rand van de wei te lopen en niet door te steken vanwege de waterige ondergrond. Vanaf dan is de foute mind dan toch uit het hoofd en gaat het vlot naar de aankomst. Blij dat ik binnen was zonder al te natte voeten. De tijd was wel niet denderend.



Goud	
D Open	Joke Zoons
D Masters A	Nancy Wenderickx
H Masters E	Jean Ooms
Zilver	
H Masters B	Gunther Deferme
H Masters D	Dominique Schutjes
Brons	
H Masters C	Guido Timmers



De alternatieve "brug" richting post 6

Bij het omkleden komt er nog een collega binnen, verkleumd en bibberend van de kou. Hij is een snelle jongen die altijd recht door zee gaat naar zijn posten, maar het nu toch iets te letterlijk had gedaan. Hij vertelt dat hij tot zijn nek in het water heeft gezeten en dit bij - 4 °C. Hij heeft toch enige tijd nodig gehad om terug op temperatuur te komen, maar was wel eerste.

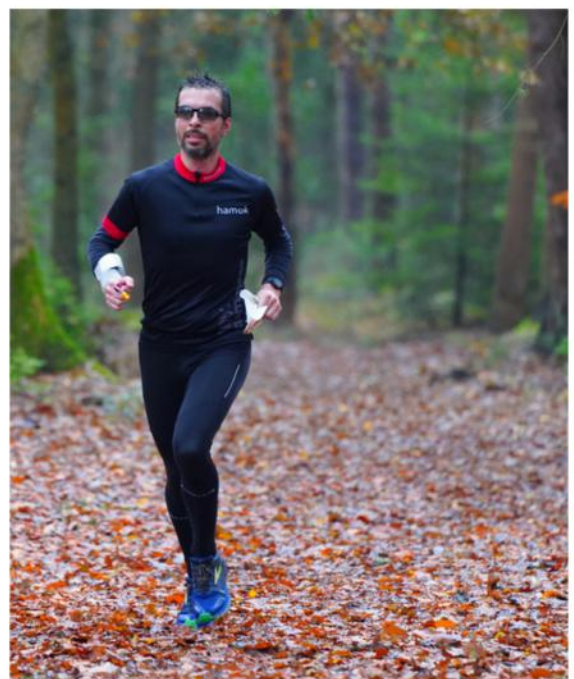
Zo zie je maar, als je al met de verkeerde focus aan de start komt, dan lopen er onderweg sowieso nog andere dingen verkeerd (Murphy). De rest van de Hammers hebben achteraf gezien toch een vrij goede wedstrijd gehad.

Filip had mij op voorhand gevraagd om een klein verslag over deze avond te schrijven om het clubblad wat te spekken. Maar dit was toch niet wat ik in gedachte had.

Lucien



vrijdag	Avond - Kesselse Heide
5	
Jan 2024	
zaterdag	Clubkampioenschap 2024
6	Parochiezaal Geel Bel 
Jan 2024	hamok
vrijdag	Avond - Kelchterhoef Oost
12	Binnenvaartstraat 
Jan 2024	
zaterdag	W.O.R. - Gerhagen
13	
Jan 2024	



zondag	Regionale - Hamont
14	hamok
Jan 2024	
zondag	Regionale - Hechtelse Duinen Oost
21	Duinenstadion, Lupinenstraat Hechtel 
Jan 2024	
zondag	Régionale 5 couleurs Seraing
28	
Jan 2024	



zondag	Regionale - Horensberg
28	Sint Barbarakerk 
Jan 2024	
zondag	Karrim'HOC
4	place Sergent Achille 
Feb 2024	HOC
zondag	Regionale - Merodese Bossen + Kruiskensberg
4	FC Sparka 
Feb 2024	
zondag	Regionale - De Keiheuvel (Forest Cup 2023-2024)
11	Sint Jansstraat 1, Balen 
Feb 2024	