

JULI 2023

# hamok

## 100% ORIENTEERING

### VOORZITTER

#### André Aerts

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

### ONDERVOORZITTER

#### Jos Thijs

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

### EXTERN SECRETARIS | JEUGDSPORT

#### Pascal Mylle

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

### INTERN SECRETARIS | LIDGELD

#### Karin Declercq

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

### SCHATBEWAARDER

#### An Verberne

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

### INSCHRIJVINGEN

#### Dominique Schutjes

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

### BESTUURSLID

#### Wim Geerts

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

### KALENDERCOMMISSIE

#### Luc Melis

Oude Mulsebaan 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

*Het gaat hem goed hierboven!*



En wij die dachten dat het tof zou zijn in Oostenrijk met Pinksteren, vergeet het maar. Speciaal niet naar de Jura gegaan omdat er teveel hoogtemeters op ons bord zouden liggen. Niet dus. Ze slaagden er zelfs in om de H75 langer te maken en meer hoogtemeters te laten doen dan de H65. Ik 265 en onze Vic - ocharme- 275hm. In 2017 was het tof maar dit jaar niet meer.

En wat zeggen we dan, daar komen we niet meer terug.

Krijgen we dan op de terugweg te horen van het verlies van onze Tuur. Toen moesten we toch even slikken. Een uitgebreide bloemlezing van onze ere-secretaris krijgt u in deze Knijptang. Het gaat hem goed hierboven. Wij houden zijn sport en zijn club in ere door blijven verder te doen!

Maar ja, na Imst waren we dan toch getraind voor de Beker van de Secretaris. Alleen is het altijd koffiedik kijken wat de secretaris, in Italiaanse stijl, ons deze keer ging voorleggen. Een aangename zaterdagvoormiddag, met als overwinnaars bij de dames Elisabeth en bij de heren Toon, juist voor onze clubkampioen.

Daarna was het tijd voor onze Algemene Vergadering. Met redelijk wat toehoorders kwamen alle facetten van onze club aan bod. Het bestuur, het sportieve, het financiële, de kalender, de vooruitzichten voor het lopende werkjaar en iets verder. Maar voldoende inzetbaar personeel is en blijft een heet hangijzer. Als onze club wil blijven bestaan dan moeten er stilaan jongeren mee in de bres springen, want de gemiddelde leeftijd van ons bestuur stijgt ieder jaar en dat is niet goed.

De vermoeidheid van de wedstrijd op zaterdag werd de dag nadien al op de proef gesteld met de Cityrun op Heeserbergen. Nieuwe kaart, gedeeltelijk City, gedeeltelijk bos en gedeeltelijk park. Goed gedaan van Wim als kaarttekenaar in zijn achtertuin en baanlegger van dienst Jeroen. Bedankt aan alle helpers om dit weer tot een goed einde te brengen.

Als volgende in het rijtje afgelopen maand stond er het VK mix aflossing. De interesse om hieraan deel te nemen bij Hamok, stond op een zeer laag pitje. Desalniettemin hebben we toch een bronzen medaille binnengehaald met de enige ploeg die was ingeschreven. Lennert, Amber en Tomas hebben hiervoor gezorgd. Goed gedaan.

Met de City-Run in Borsbeek werd de cyclus van 5 City-Runs afgesloten en kan de City-Cup rangschikking definitief opgemaakt worden. Je kan eens op de OV-website kijken naar je persoonlijk prestatie. Slechts 4 van de 5 wedstrijden tellen.

Gedaan met in het stad of de City's te lopen. Terug de bos in en dat kon je afgelopen weekend doen op zaterdag in Emmels-Eidt en zondag de Wagener in Schönberg. Er waren niet zoveel Hamok-atleten ter plaatse en voor de Wagener had Hamok slechts 1 ploeg en die deed het naar behoren. Nico, Greet en Sam zorgden voor een mooi resultaat. Verder heb ik nog nooit zo kort achter onze Thor in den uitslag gestaan als nu zondag. Heb ik dan goed gelopen?

Een bostraining nodig voor de 3-daagse? Die gaat eraan komen begin juli. Met 38 Hamok-leden trekken we naar Daverdisse, iets onder Dinant. Kijken wat dat wordt, nieuwe kaarten, toch iets grotere afstanden per dag af te leggen. Succes Hamok. Wij verbreederen onder de Hamoktent op de weide, 3 dagen dezelfde plaats.

En dan is het vakantie. Dit brengt Hamok naar alle hoeken van Europa, denk ik, zowel op sportief als op rustgevend vlak. Meestal komen we dan terug tegen de 4-daagse half augustus met een schat aan mooie verhalen. Vergeet echter niet dat we de week ervoor nog een wedstrijd hebben, als training op Holven. Dominique is baanlegger van dienst en ik zal ergens eind juli een mailing doen met de vraag naar wat helpers om ook deze wedstrijd tot een goed einde te brengen.

Kijken we dan iets verder dan hebben we mid september een 3-daagse MTBO. Ik heb al een helperslijst van de organisatie zien passeren en ik laat nog iets weten waar we nog tekorten hebben.

Dat was het dan voor dit voorjaar. De redactie rust even uit en de volgende Knijptang is voor september.



Deze kaart kan je downloaden via onderstaande QR-code of een mailtje sturen naar [filip.kennis@gmail.com](mailto:filip.kennis@gmail.com)



Voor diegene die over de Fernpass gaan richting Oostenrijk, 10 km voorbij deze pas, is er een tankstation in Nassereith. Daarachter ligt de kaart die je hierboven ziet. Deze Middle was aangenaam om te lopen. Dus toch iets goeds over ons pinksterweekend.

Geniet van de zomer en van de rustige dagen!

Tot zover de voorbije maand juni.

Tot de volgende cross,  
**Uwe voorzitter**

Een extra dik vakantienummer van de Knijptang ligt in jouw handen.

Op de eerste plaats een extra dik nummer omdat we een mooie hommage brengen aan Tuur, onze stichter, onze ere-secretaris en onze zoveel meer. Vermits het onwezenlijke nieuws net voor het "ter perse" gaan van de vorige Knijptang bekend werd, heb ik in het vorige Editoriaal nog enkele persoonlijke gedachten weer gegeven. In deze Knijptang geef ik graag het woord aan andere Hamokkers die elk hun persoonlijk verhaal met Tuur beschrijven. Een pakkende 10 bladzijden vlak achter dit Editoriaal. Of om het met de woorden van Jos te zeggen: bijna een hagiografie.

In een goede tekst komt nu een verbindingszin om terug tot de orde van de dag over te gaan. Een verbindingszin die ik niet kan en misschien ook niet wil vinden. Ik ben nog altijd heel blij dat ik Tuur de laatste jaren een klein beetje beter heb leren kennen. Niet zo goed als vele onder jullie, maar toch heb ik een glimp mogen opvangen. Bedankt daarvoor.

Laten we na deze pauze in dit Editoriaal verder gaan met de rest van de Knijptang.

Extra dik door een boeiend interview met Nancy en Gunther rond hun driedaagse in de Jura. Let vooral op de ondertitel bij het begin van het artikel op pagina 22: daar gaan we Nancy aan houden ...

Maar ook extra dik door een meeslepend verslag van Dries over zijn non-stop Solstice Sprint Race van 1.000 km met de fiets langs 10 CPs. Een voorproeftje voor zijn non-stop TransContinental Race die hem later deze maand van Geraadsbergen naar Griekenland brengt.



Wim neemt ons opnieuw mee samen met Jonny Vermichelli naar de Coppa del Segretario: de jaarlijkse hoogmis ontsproten uit het verdorven brein van onze gelauwerde secretaris. Ik ben er nog altijd niet goed van dat ik na jaren WOR-ervaring me samen met vele anderen zo heb laten vangen aan post 3 die verwees naar een kerkgebouw van de regels van de kunst.

Onze jeugd heeft er zijn eerste stage in Italië in het kader van het Ori-Yoeu project opzitten. Een ware ervaring voor het aankomende talent, maar ook voor een paar van hun begeleiders. Zij zoeken trouwens nog steeds vrijwilligers om mee te komen helpen op hun stage van 9-11 augustus in Lommel. Laat maar iets van je horen.

Traditioneel sloot de Beker van de Secretaris af met de Algemene Vergadering. Interessant om het Hamok-jaar op alle vlakken even te overlopen, maar 1 zinnetje is heel goed in mijn hoofd blijven hangen. Volgend jaar gaan we terug met de hele club op weekend: een buitenlandse aflossingswedstrijd zoals 25 manna, een lokale wedstrijd inclusief trainingen, .... Ik hoop dat er snel iemand opstaat om de daad bij het woord te voegen en de zaak te organiseren.

Tot slot wil ik nog even Karel Sabbe in de picture zetten, die onlangs als 17de finisher ooit de Barkley Marathons heeft uitgelopen. Een werelds huzarenstukje die velen onder jullie gevolgd hebben. Over een weekje gaat hij proberen om de FKT (Fastest Known Time) op de PCT (Pacific Crest Trail) terug te nemen. Een looptocht van 4.300 km met 120.000 positieve hoogtemeters langs de westkust van de Verenigde Staten.

De route start aan de grens met Mexico en eindigt aan de grens met Canada. Karel Sabbe heeft in 2016 de snelste tijd ooit gelopen maar in 2021 werd dit record verbroken met een luttel 15 uur tot 51 dagen 16 uur en 55 minuten. Karel gaat proberen zijn record terug te pakken. Een echte aanrader om te volgen op Instagram en aanverwanten.

Maar nu genoeg editoriaal geleuter: veel leesplezier!

Filip

## ORI-YOEU

*We Need your Help!*

We pionieren sinds begin januari met onze jeugd en hun trainers in het ORI-YO EU project. Met z'n allen namen we begin juni voor het eerst deel aan een trainingskamp van één van de andere partners, in Italië.



**ORI-YOEU** is  
ORIenteering for YOUTH in the EU

-  EU values
-  grow together
-  learn environmental care
-  stay in touch
-  share knowledge
-  create a network

**Op 9, 10 en 11 augustus is het onze beurt om een driedaagse training op te zetten!**

Vlak voor de vierdaagse van Vlaanderen ontvangen we Litouwers en Italianen. Mogelijk komt daar nog een delegatie van Spaanse, Poolse of Roemeense jeugd bij.

Met de Hamok-delegatie verblijven we in het vakantiehuis van de Lage Kempen in Hechtel-Eksel van 7-11 augustus. De trainingen vinden plaats in Groot-Lommel.

De trainingen en spelactiviteiten, bereiden we nu volop voor met het projectteam.

Maar elke helpende hand is welgekomen:

- kookploeg (spaghettisaus maken, helpen bij BBQ,...)
- groepje jongeren begeleiden tijdens een van de trainingsdagen
- posten zetten
- posten ophalen
- .....

Wil je graag een handje toesteken? Heb je nog tips? Dan kun je via de QR-code een kort formuliertje invullen, zodat we weten wie we wanneer kunnen contacteren.

Dankjewel alvast!

Het HAMOK ORIYOEU-team



Dag Tuur,

Dag eresecretaris

Dag stichter van Hamok, een oriëntatieclub die in 1984 een 20-tal leden telde en nu het tienvoudige, een club die dit jaar pronkt met de nationale interclubbeker en het Zweedse Dalarna-paard van de wisselbeker SOFT in zijn trofeeënkast heeft staan. Een eresaluut aan het oriëntatievirus dat jij verspreidde.

Dag man die een leven leidde in het teken van de sport  
in je professionele leven als sportmonitor bij de para's  
in je vrije tijd als atleet en bestuurder van atletiekclub Looise  
als sportgangmaker in de gemeente Ham  
als bezieler van de oriëntatiesport in onze regio

Dag para

Organiseren zat je in het parabloed: de vele militaire kampioenschappen en de massacross in Schaffen als hoogtepunten, maar je zorgde ook voor heel veel meerwaarde met jouw bijzondere aandacht voor de oudere aftakelende medemens.

Je introduceerde in 71 de 'gouden spike' een veldloop met handicap waarbij de te lopen afstand omgekeerd evenredig was met de leeftijd. Inmiddels een klassieker en vorige week voor de 40ste keer georganiseerd en ongetwijfeld tot jouw groot genoegen was het een 90-jarige die won.

Dag bestuurder van Looise A.V.

ooit de grootste atletiekclub in België met meer dan 800 leden, vele nationale kampioenen en in 1970 de organisator van de eerste marathon in Limburg, tevens Belgisch kampioenschap met Karel Lismont, toen 21, als winnaar. Een jaar later zou Karel Europees kampioen worden, twee jaar later zilver in München.

Jij was secretaris van die club en duivel-doet-al.

Elke maand een clubblad, een jaarverslag van meer dan 150 blz en weer meer dan bijzondere aandacht voor het lokale, de jongeren en de oudere aftakelende medemens.

De crossen voor seniors B (+35) werden geïntroduceerd, de veteranenreeksen gelanceerd en jaarlijks meer dan 20 oefencrosskes onder de kerktoren.





Maar als er op de atletiekmeeting waar jij starter was, een atleet zijn startblokken niet op tijd klaar had, kon hij ze in de haag gooien. Stiptheid was jouw leidraad!

Toen al kwam ik bij jou over de vloer als medewerker van een regionale krant voor de meetinguitslagen. En al was ik toen lid van aartsvijand AVT, toch stond er steeds een glas wijn op tafel.

Je was een vurig verdediger van naam en faam van jouw club en schuwde geen polemieken. Als Roger Moens het op de toenmalige BRT had over de opgebrande jeugd van Looise A.V., diende jij grote Roger (je noemde hem de man die Rome 1960 nog altijd niet had verteerd) van antwoord met een lijvig bundeltje scherpe formuleringen.

#### Dag atleet

Geen absolute hoogvlieger of verzamelaar van titels, maar toch een marathon in 2u48'45", een tijd om de meesten van ons jaloers te maken. Deelnemer aan de marathon van New-York en Londen en de volksloop in het onooglijke Stal-Koersel waar je mij in mijn eigen organisatie kwam kloppen in de spurt. In de bocht waar jij onder mijn arm doorglipte groeit nog altijd geen gras.

#### Dag BLOSO-sportgangmaker

Jij zette de hele gemeente aan het sporten met de BLOSO-acties zoals het Olympisch minimum, Sportiva, Toss-80 en later de dag van de sportclub. Geen scholenveldloop passeerde zonder jouw logistieke en organisatorische ondersteuning. Bekers en medailles werden dan kwistig uitgedeeld. De sportraad van Ham kon steeds op jouw medewerking rekenen en zij waardeerden dat door jou te huldigen als 'Sportman van het jaar' of zelfs een 'Levenslange Prestatieprijs'

#### Dag SVS-initiator van het oriëntatielopen.

Duizenden leerlingen gingen onder jouw leiding en assistentie van Jos en Fred en vele anderen met kaart en kompas op avontuur in de Limburgse bossen. Het regende dan telkens weer medailles en bekertjes alom. Jouw aandacht voor de succesbeleving van die jonge gasten was genereus.

Dag stichter van hamok  
Dag schatbewaarder met het kasboek  
Dag secretaris met het typemachien  
Dag kaarttekenaar met het meetwiel en het mikkompas  
Dag kaartendrukker met de drukplaat  
Dag materiaalmeester met de garagebox  
Dag baanlegger met de prikisimo en het koordje  
Dag hoofdredacteur van het clubblad met de stencilmachine

Dag oriënteur

Want hoe ongelooflijk het ook klinkt. Jij had nog tijd over om crosskes te lopen. Niet om je prijzenkast te vullen met vele titels.

Zeven Belgische titels op een carrière van 40 jaar is volgens oriëntatienormen niet echt indrukwekkend. Maar je concurrenten heetten Gilbert Stapelaere en Michel Ooms en Felicien Gillet en Frans Vandemoortel en dan weet je het wel.

Je genoegens lagen ook elders.

Je zag liever hoe het oriëntatievirus zich verspreidde onder de clubgenoten die jij met een zekere wellust had besmet.

Jij kleine deugniet. Jij kende de gevolgen: verslaving aan de oriëntatieloopsport.

Eerst de initiatie, dan de eerste lokale kennismaking, de regionalletjes, het verlangen naar meer en dan het uitzwermen: de Ardennen, Europa, de wereld. Een traject vol onbetaalbare meerwaarde voor onze jeugd.

Voor die prille jeugd heb jij ook een spoor getrokken. Elke wedstrijd wist je de jongsten van het gezelschap te belonen met medailles en prijzen. Voor de jonge moeders wist je als eerste al een kinderkoetsvriendelijk parkoer uit te stippelen. Je was een voorloper voor de kinderomloop.

Je prikkelde eveneens een kolonne voorzitters: je zoon Luc, zelf een uitstekend oriënteur, Jos Dekelver, Marc Hermans, Luc Melis, André Aerts en een veelvoud aan bestuurders.

Je zoon Luc kreeg dan ook nog je schrijversgen in het lijf gedropt: auteur van het eerste oriëntatiehandboek in Vlaanderen, later kleurrijk geperfectioneerd met een lijvig 'Technisch handboek' en 'Trainingsvormen'

Het maakte je trots.







Toen ik kennismakte met het oriëntatielopen wist je me te vertellen: "Je komt uit den atletiek. Over 5 jaar kan je mee." Ik dacht dat ik beter wist, maar had ik toen die boeken maar gelezen!

Trots was je ook op je trouwe Rosa met haar niet aflatende bijzonder loyale ondersteuning van jouw oriëntatiewerk. Jullie vormden een hecht duo. Al verdachten wij je van jaarlijkse omkoperij met een boeket bloemen op het clubfeest. Zelfs haar grotere verzameling titels maakte je niet jaloers.

Trots was je ook toen je stiefkleinzoon Tristan, Europees sprintkampioen bij de junioren werd. Een prachtprestatie. Een Belgische primeur.

Zelfs een hartoperatie hield je niet tegen. Je bleef snoepen van het oriëntatielopen, trok talrijke weekends naar het vertrouwde Weris en kletste met kompanen Jos en Pierre en Phil en Fik vele uren vol. Voor iedereen tijd. Voor iedereen een woordje.

Tot je onlangs verloren liep.

In je eigen hoofd.

Clubgenoten Fik en Jos en Phil gaven je nog bijzondere ondersteuning om het goede spoor te vinden.

Je verdween in een bos vol onoverkomelijke hindernissen.

Wees gerust Tuur.

Daar zal je je gouden balise vinden voor eeuwig.

Jos T

Ergens eind jaren tachtig tekende ik op aanraden van mijn sportleraar George mijn lidkaart bij Tuur en de roodwitten van Ham OK. 'Verkeerde club' volgens mijn geelblauwe Balense kennissen. Die geelblauwen lopen al heel lang niet meer en ik heb het mij nog geen halve seconde beklagd.

Wat ik de volgende jaren aan aan onverdroten werkkraft en inzet bij secretaris Tuur ontdekte, heb ik nergens meer gezien. Lang voor '100% oriëntering' werd bedacht? vulde Tuur onze hamokleuze al 24/7 in.

12 Jaar als voorzitter kon alleen met een secretaris die altijd in orde en ruimschoots op tijd mee de steeds opduikende organisatiegaten vulde.

Dikke merci en rust zacht Ere-Secretaris!

Luc



### Tuur Cloostermans, mijn mentor en carpool makker

Het moet zo'n 35 jaar geleden zijn, dat ik voor het eerst van mijn collega's op het werk, de Swa, de Cisse en den Dré hoorde van het oriëntatielopen. Ik ging toen regelmatig joggen en deed jaarlijks enkele stratenlopen dus het wekte mijn interesse naar deze sport. André vertelde mij dat er volgende zondag een initiatie was op het blauwe meer in Lommel en dat ik maar achter Tuur moest vragen, alom bekend.

Dus ik mijn stoute (loop)schoenen aan en daarheen. Tuur, een vriendelijke man stelde zich aan mij voor en gaf duiding over de inhoud van het O-lopen. Ik kreeg een speedcursus kompas- en kaartlezen (wat zijn Noorderlijnen?) en hoe het gebruiken. Hij gaf mij een zwart-witte I.N.G. kaart 1/25000 in handen met voor mij allemaal Chinese symbolen. De zwarte tentjes bleken naaldbomen en de streepjes grasland, enz...

Met een knijpkaart om mijn pols, een kompas en een beschrijving, mocht ik op een eenvoudige omloop alle posten proberen te vinden. Tuur wachtte mij op en was tevreden over het resultaat.

De honger naar meer was aangesterkt en Ham ok was een lid rijker. Hij nodigde mij uit op de volgende wedstrijden waar hij mij verder ondersteunde. Zo leerden wij elkaar wat beter kennen en kwam ik al eens bij hem aan huis om bij een organisatie het materiaal uit de garage en de gedrukte kaarten af te halen.

Samen met Roza en een tas koffie konden we wat bij praten. In een later stadium hebben we samen nog de Klitsberg en de Busselberg op kaart getekend(kalkpapier).

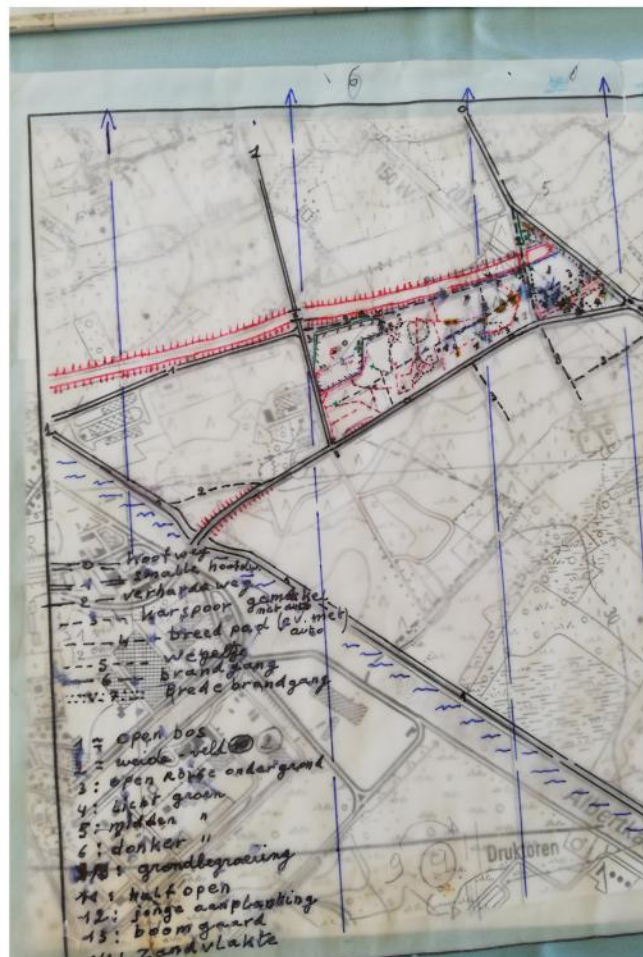
Dit was toen nog met een kijkkompas, stiften in alle kleuren, gekleurde linten en een meetwielje. Een zeer intensieve bezigheid waarbij we uren en dagen in het bos gesleten hebben.

Op gegeven moment zijn we dan ook beginnen carpoolen samen met de ons te vroeg ontvallen Fred Wellens. Vooral de wekelijkse sprintjes (nu lentelopen) en de nachtlopen. Bij de dag crossen reden de vrouwtjes mee en zat de auto vol. Na zijn hartoperatie durfde Tuur al eens te passen voor de sprintjes, vooral als het zeer warm was, maar de nachten bleven we stevast op post.

Op een later moment hebben we afgesproken dat ik met de nachten zou rijden omdat hij in het donker niet zo graag meer de baan op ging. Wij hadden op de heenrit altijd leuke gesprekken over koetjes en kalfjes. Tijdens de terugrit soms iets minder leuke over de fouten en de stomiteiten die we begaan hadden en waar we de mist in gegaan waren of ook wel hoe goed het weeral geweest was.

Tuur had na de cross wel steeds dezelfde gewoonte als we in de auto stapten. Het eerste wat hij stevast deed was zijn GSM nemen en bellen met de woorden " ROZA wij komen eraan, wij zijn vertrokken ". Ik vermoed om haar gerust te stellen dat we veilig en wel uit het bos en op komst waren. Het zullen voor altijd mooie herinneringen blijven.

Tuur bedankt voor je inzet en het gaat je goed hierboven, **Lucien**.



# De gouden Balise

Gedicht ter ere van de eerste gouden balise uitgereikt op 13 januari 1996 in de feestzaal van Stal tijdens het 10de clubfeest, aan Bonavontur Cloostermans wegens onuitgesproken verdienste. (naar Paul Van Ostayen)

## TUUR GROET 'S MORGENS DE DINGEN.

Dag **baliseke** aan het **piket**  
alleen in het **BOS** ik cross, ik cross,  
dag **HAND** aan de **kaart,**  
dag *kom pas* aan de *hand,*  
dag *loperke loop* met de **get,**  
**get** en **NOP**  
van het *loperke-loop*  
**goeiendag**

## DAA-AG BALISEKE

dag *lief* baliseke

dag klein **balisekefijn** *mijn.*

Wat slechts een handvol Hamokkers weten, is dat Tuur jarenlang mijn vaste maat was op de jaarlijkse quiz van de Sportraad Ham. Dat is een quiz met 12 á 15 teams van 2, in de cafetaria van Warande Sport.

In de eerste jaren dat we meededen, was dat nog met een diaprojector, en papiertjes om elk antwoord apart op te schrijven en af te geven; om maar aan te geven hoe amateuristisch en sfeervol deze organisatie wel was.

Net als in zijn sportieve en bestuurderscarrière toonde Tuur zich van zijn fanatieke zijde in de voorbereiding van de quizdeelnemers: elk jaar schuimde hij het internet af naar allerlei weetjes en ... droedels. Bijna elke droedel die op quizavond via de diaprojector passeerde, was voor Tuur bekend terrein. En bij elk juist antwoord zag je zijn ogen blinken zoals ochtendlijke zonnestrallen op verse sneeuw.

Zijn enthousiasme zorgde er soms voor dat ook andere teams van zijn antwoorden konden meegenieten.



Ondanks de zware tegenstand, hebben we toch verscheidene edities kunnen winnen, totdat het covid-virus ervoor zorgde dat de quiz voorlopig niet meer doorging.

Ik keek er naar uit om de draad terug op te pikken met Tuur als quizmaat. Het heeft jammer genoeg niet meer mogen zijn.

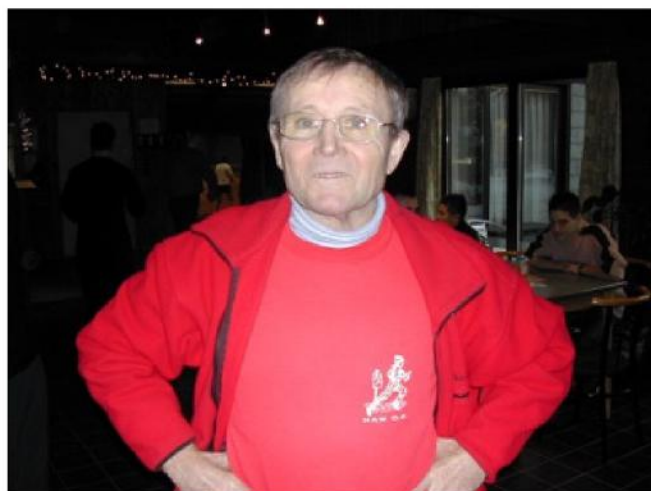
Op zijn indrukwekkende palmares mag alleszins bijgeschreven worden: Tuur, de meest toegewijde (quiz)maat: Bravo.

Ronny

Met jouw pep talk voelde ik mij zekerder in het bos!

Merciekes Tuur.

Francine



De garage van Tuur, de samenkomsten daar, maakten grote indruk op mij als klein manneke. Er hing een erg bepaald sfeertje in de lucht, nergens anders te vinden. De organisator van dienst had alles tip-top in orde, de deelnemers allen erg competitief maar goedgeluimd en amicaal, en de verhalen waren enorm begeistertend. Hier werd geschiedenis geschreven, de geschiedenis van de oriëntatiesport in Vlaanderen. Dat boek moet nog geschreven worden, maar de garage van Tuur, en hoe Looise lopers Hamokkers werden met veel ambitie, verdient meer dan een hoofdstuk in dat boek.

Tuur, ik heb je graag gekend - en als het waar is wat mijn tantes over je zeggen, dat je een tweede vader was voor mijn papa, dan ben jij mijn derde opa. En dat blijf je voor altijd. Het ga je goed. Tot in mijn gedachten.

Dries

# Den Tuur

In een vlaag van overmoed duwden wij op een kostbare winteravond de afscheidnemende hoofdredacteur, de heer Banaventur Cloostermans, een onbeschreven bloecnote onder zijn fijnbesneden neus. Twee uur later stond die vol maar we hadden het wel zelf moeten opschrijven. "Den Tuur" leidde ons langs Looise crossen en Belgische kampioenschappen, organisaties en kwetsuren, trainingsboekjes en grote atleten, secretariaten, warm water in koude kleedkamers, Ruanda Burundi en Lombardsijde. Er werd gegoocheld met legereenheden gewezen generaals en datums en ik verloor in deze kakifonische wereld al vlug het noorden en de draad. Ik zat daar aan tafel met een man die ik al meer dan dertig jaar kende: als atleet van de blauw-gele garde van Looise A.V., als starter op de 340 m-piste van het H.H.-instituut, als organisator van de militaire veldloopkampioenschappen in Schaffen, als secretaris van Looise om mij uitslagen voor "Het Belang" in de handen te stoppen, als oriëntatieloper, als schrijver, als materiaalmeester, als ....

"Als ik zestig word dan stop ik!" vertelde dat bezig bijtje enkele jaren geleden zonder enige stemverheffing. Niemand die hem geloofde maar op 1 april 1995 was het zo ver.

De Tuur gaf de antwoorden en De knijper verzor er de vragen bij

**De Knijper:** Eindelijk op je gemak, Tuur?

**Den Tuur:** Als het deftig weer is kan ik terug gaan verkennen.

**Roza:** Eerst moet hij 't serreke nog volzaaien!

**Den Tuur:** Ik ben wel van een hoop "bazaar" verlost, veel werk dat niemand ziet. Na elke cross bijvoorbeeld moest ik altijd nog mijn garage uitmesten. Materiaal opbergen, kas maken, rekeningen opvragen en betalen. Als ik naar een cross reed dan stopte ik soms zelfs langs de autosnelweg om de klokken precies om 8 u te starten.

**De knijper:** Hoe was je als atleet?

**Den Tuur:** In 1955 ben ik beginnen te lopen. Ik was geen uitbinker maar in '68 werd ik wel Limburgs kampioen op de marathon met 2 u 48'. Ooit klopte ik op een volkscrosske in Stal een zeker Jos Thijs in de spurt. Als ik een AVT-er kon kloppen in zijn eigen nest dan kon ik altijd iets meer. Maar toen zat ik al lang in het bestuur van Looise.

**De knijper:** Dat kan ik mij niet voorstellen Tuur!

**Den Tuur** (onverstoorbaar): In '66 belandde ik in Schaffen en het was zo ver. In '68 maakte ik het eerste klubblad van Looise en ik heb dat zo een klein twintig jaar volgehouden. Bij het samenstellen van de Lexicath op het einde van het jaar waren we daarmee weken mee bezig. Toen ik 32 was zat ik al in het Uitvoerend comité van de KBAB. Ik ben daar van miserie gaan lopen. Ik werd daar gek. Veel te jong natuurlijk. Ik was eigenlijk niet te jong maar die anderen waren veel te oud.

**De knijper:** Wat vond je eigenlijk het plezantste van de hele atletiek?

**Den Tuur:** Het lopen. Je kabaske pakken en zonder zorgen

vertrekken naar een cross. Vroeger reden we met de bierwagen van "den Timmer" (Frans Timmermans, jarenlang voorzitter van Looise A.V.) naar de cross. Den Timmer was nog zotter dan ik. Die liet zijn bierronde liggen om te kunnen werken op aan de piste waarvoor hij een persoonlijke lening had voor moeten afsluiten. Den Timmer was ook een slordige "puid". Op een zeker ogenblik had hij meer dan 100.000 fr schuld aan busuitbaters. Leon Vanhengel was ook zo ene. Toen ik in 1970 in Tessenderlo het Belgisch kampioenschap marathon organiseerde waar Karel Lismont nog won, vond ik overal nog onbetaalde rekeningen van de organisatie van Vanhengel twee jaar voordien. Rombaux had zich toen gedrogeerd om mee naar Mexico te kunnen gaan. Het jaar erop vertrok Vanhengel naar AVT.

**De knijper:** Het waren uw beste vrienden niet, die van AVT?

**Den Tuur:** Het waren klootzakken! (Lachje) Vanhengel en ik werkten dag en nacht voor ons club. Het enige verschil tussen hem en mij was dat ik 's nachts thuis was en hij niet.

**De knijper:** Welke club was de beste?

**De Tuur:** In de jaren 70 waren wij onklopbaar in de veldlopen. Wij wonnen vijf jaar achtereenvolgens de algemene interklubrangschikking op het Belgisch kampioenschap. Het geheim van Looise waren de oefencrossen en werken. Dag en nacht werd er gewerkt. Ham en Olmen samen leverden twee derden van het volk van de club. Achter in mijn hof stonden er kleedkamers en we traiden hier in de bossen.

**De knijper:** Waarom begon je met oriëntatielopen? Je wilde nog meer werk?

**Den Tuur:** Onze Lue kende de zoon van Rik Thijs en kwam op die manier in contact met het oriëntatielopen. Er werd toen nog gelopen op 1/25.000. Toen ik in '75 veteraan werd - Looise is in België trouwens de stichter van de veteranenatletiek. - kreeg ik last van mijn knie. Ik passeerde langs 16 dokters en ik moest stoppen. Ik begon dan meer met het oriëntatielopen. Ge moest dan niet zo hard trainen en ik vond het plezant. Toen ik een tijd later terug wilde crossen wist ik het wel. Ik werd gedubbeld door mijn concurrenten.

Die kniepijnen waren het gevolg van een jaar schermen in de sportschool van Eupen. In '60 werd ik daar sportmonitor. Het tweede jaar werd je "meester" in de sport en het derde jaar "schermmeester". Dat schermen interesseerde mij voor geen kloten maar in het eerste jaar was ik als 1ste geëindigd en in het tweede jaar behaalde ik met mijn thesis over "De afstandsloper" met 18 op 20 ook het beste resultaat. Ze hebben mij dan een beetje onder druk gezet om verder te doen. In het derde jaar zat ik samen met drie Walen. Ze vertaalden mijn werk en haalden daar meer punten mee dan ik.

**De knijper:** Is er iemand in België die meer posten heeft gezet dan Tuur Cloostermans?

**Den Tuur:** Ik den niet dat er in België iemand meer posten heeft gezet dan ik. Ik kon het niet laten. In Hevrflee, in Tervuren of in Schaffen, overal waar ik kwam begon ik te tekenen en te organiseren. Ik moest overal van nul beginnen.

tekenen en te organiseren. Ik moest overal van nul beginnen. Dat was trouwens niet alleen voor het oriëntatielopen zo. Na de sportschool kwam ik terecht in Lombardsijde. Daar kwam ik Gustje tegen. Samen hebben we daar de hindernispiste heraangelegd. Een heerlijke tijd. Samen met Gustje was het altijd een ganse dag lachen. Later in Schaffen kwam ik hem terug tegen. In 75 organiseerde ik daar de eerste "Gouden Spike", een cross met leeftijdshandicap. Vier à vijfhonderd man aan de start en Gustje won de eerste uitgave. In 83 in Heverlee was ik nog altijd niet geleerd. Ze kenden daar niets anders dan voetbal. Ik eiste dan maar een peleton piket op om een piste uit de grond te stampen.

**De knijper:** Bij Looise schreef je zo een 300 tal bladzijden per jaar vol. Je levert een kanjer van een thesis af van meer dan 100 bladzijden. Je schreef tien jaar lang het klubblad van Ham vol en als je naar Schotland of een wereldkampioenschap in Hongarije trok om gezellig wat te gaan oriënteren kwam je terug met een lijvig verslag. Altijd graag geschreven Tuur?

**Den Tuur:** Dat is zo. Ik vloog altijd in mijn pen. Roger Moens schreef eens een stukje in het Nieuwsblad over het "fenomeen Looise". Hij beweerde daarin dat de vele jeugdkampioenen die Looise had het resultaat waren van onverantwoorde weerstandstraining. Hij wilde de jeugdcrossen zelfs afschaffen. Hij was toen de enige die het wist in België. Moet je ons antwoord eens zien?

*Tuur haalt het lijvig jaarboek 1979 van Looise naar beneden en wij vinden daarin een 20 bladzijden tellend antwoord op het gewraakte artikel (2 blz!). Daarin ontzenuwt hij de stelling van Moens en spaart daarbij man noch paard. (19 jaar na zijn gemiste gouden medaille in Rome nog steeds verbitterd) Het curriculum vitae van de dertien jeugdkampioenen van Looise wordt uit de doeken gedaan, lastige vraagjes aan Moens gesteld, een vergelijking met wielrenners gemaakt, het "fenomeen" Looise uitgelegd, meningen over nationale trainers en trainingen en suggesties voor het doen, laten en denken van de heer Moens en om te eindigen nog een reeks besluiten, verzuchtingen en wensen: "A.U.B. één POSITIEF artikelje over atletiek in de krant. Een document van een antwoord waarin Tuur als klap op de vuurpijl beweert dat Looise te weinig medailles haalt met precies de tegengestelde argumenten van Moens' beschuldigen.*

**Als illustratie van het drukke leven van "Den Tuur" publiceren we hieronder een (fictief) verhaal, ooit uitgesproken op een Hams clubfeest.**

#### EEN DAG UIT HET LEVEN VAN TUUR

Het is zeven uur en op is Tuur. Hij trekt zijn pyama en zijn getten uit want 's nachts durft Tuur wel eens dromen over oriëntatielopen en hij wil niets aan het toeval overlaten. Hij doet enkele rekkingsoefeningen terwijl Roza spek en eieren bakt.

Onder het eten bekijkt Tuur nog nagrommelend de kaart van de nachtorientatie van de avond voordien. Hij meet de kilometers na en stelt vast dat "die klootzakken" hem 635 m meer hebben doen lopen dan in de briefling

vermeld. Hij neemt pen en papier en schrijft een brief naar de bond van de gepensioneerden dat dat geen toeren zijn.

Terwijl hij zijn laatste kop koffie leegslurpt telt hij de posten die in een put verstopt stonden: 5! Hij schrijft opnieuw een brief. Nu naar de konijnenvereniging "Het diepe hol" om te vragen of ze niet snel op de kaarten van Ham voor een duizendtal putten kunnen zorgen.

Als Roza met de afwas begint trekt Tuur naar zijn secretariaat, zijn heiligdom, zijn Sixtijnse kapel, zijn sportbordeel, zijn Louvre, zijn archieftempel, zijn retraiteoord, alé...zijn werkkot.

Hij monteert nog zeven trofeeën voor het regelmatigheids criterium "De lange kniptang" (let op de naam!) en doet dan de deur open voor Victor die zijn handen vol heeft met de ochtendpost. De betaalde rekeningen worden met militaire precisie netjes bijgeschreven, de nieuwe worden stante pede uit de onuitputtelijke Hamse kas betaald. Roza komt Tuur roepen voor de telefoon en voor de afwas. Tuur kiest de telefoon en hoort Gilbert Stapelaere die vraagt of hij bij Ham mag komen. Tuur zegt dat hij het zal voorstellen aan het bestuur maar dat 150 man op het clubfeest het maximum is. Gilbert dringt aan en dan zegt Tuur dat er in Ham al vier foefelaars zitten en 2 % is de tolerantiegrens voor een gereputeerde club. Of Gilbert nog eens wil terughellen als Ham 300 leden telt. Volgende maand of zo.

Tuur gaat terug naar zijn heiligdom, zijn orgasmehol, zijn oriëntatieolympus, zijn tabernakelbalise, alé...zijn werkkot en hoort dat Gustje is binnengekomen. Als Gustje achter het gasvuurtje uitkomt ziet hij hem ook.

Als Gustje uitgepraat is heeft hij de post helemaal doorgenomen, 13 brieven geschreven en zich klaargemaakt om een nieuw bos te verkennen. Hij moet zijn getten nog gaan halen in de slaapkamer en Roza duwt hem in het passeren zijn lunchpakket in de handen en twee briefjes met boodschappen.

Tuur rijdt eerst naar de bakker en begint ijverig een plattegrond te tekenen van zijn winkel. Gustje laat hij alles afpassen en zelf tekent hij met grote trefzekerheid de reliëflijnen van de sandwichbak, het moeras van de pruimenvlaai en de begroeiingsgrens van de schimmels op de crémelaar.

De bakker die Tuur heel goed kent laat hem doen en geeft terwijl hij voldaan buiten gaat nog een prijsje mee voor de tombola van het clubfeest.

Als Tuur in het bos aankomt haalt hij Roza's boodschappenbriefje boven en gaat achter een rij dennen staan. Na vijf minuten zegt hij tegen Gustje: "Kom, jong, te veel volk hier!" en hij rijdt terug naar huis waar de bakker ondertussen Roza al bediend heeft. Pierre Vnaderkley, Marc Vanotten, François Schoonis en Luc Bouven staan voor de garage aan te schuiven in rijen van twee voor piketten, balisen, controlekaarten, plastic en wegwijzers voor een paar crosskes.

Tuur kan niet alles meegeven want hij moet ook nog wat materiaal hebben voor initiaties voor NSVO, de natuurvrienden "De Wielewaal" en het kinderdagverblijf "Bamby". Voor die laatste groep heeft Firmin Peeters van luciferdoosjes al minibaliseskes gemaakt om in hun parkske te hangen.

Als alles de deur uit is moet Roza de soep terug opwarmen...

## VK MIXED SPRINTAFLOSSING

Na veel smeken netwerkwerk en lichte dwang kreeg Stefaan één ploegske op de been dat reglementair gemengd voor het clubbelang streed door Fortje Vijfje heen

Zij trotseerden in eigen zweet een loden zon en liepen verhit naar brons als je weet hoe het begon verdient dat applaus van ons

epiloog

Alexander volgde pa Raf gedwee naar het militaire Fort voor een dagomloop esdee maar had post zes tekort

Jos

Brons	
Open	Lennert Lens
	Amber Thys
	Tomas Hendrickx



## CITY CUP

Goud	
D-12	Noore Sels
H-14	Thor Wolles
H40	Roland Van Loon
H65	André Aerts
H80	Phil Mellebeek
H85	Jos Duchesne
Zilver	
D75	Daniëlle Nolens
H-12	Rune Sells
Brons	
H21	Lennert Lens
D-20	Jil Mylle
D35	Ellen Mols
D50 (!)	Jen Vanreusel
H35	Wannes Hendrickx
H45	Ronny Timmers
H80	Jean Ooms

Een erg interessante bezigheid om eens door de uitslagen van de City Cup te grasduinen.

Het reglement geeft weer:

*Loop je een andere omloop, dan zal je punten krijgen in al de leeftijdscategorieën van die omloop waarin je mag lopen.*

Op die manier heeft de immer jeugdige Jen brons gehaald bij D50. Roland heeft dan weer gewonnen in zowel H40, H45 en H50. Jos D is tweede bij H80 en heeft gewonnen bij H85 en H90. Een ware teletijdmachine voor deze mensen.

En bij onze Elite-lopers nog het brons van Lennert vermelden, die eerbiedig het hoofd moest buigen voor Wouter en Warre. Maar er is hoop want op de laatste City-Cup heeft hij Warre 3 volle minuten aan zijn broek gesmeerd.

Bij de Dames-Elite herinneren we ons nog de knappe tweede plaats van Kirsten in 2022. Dit jaar was er geen spoor te bekennen van deze Genkse, die de laatste maanden meer aan het vliegen is dan met kaart & kompas rondloopt.



In de wereld van sportevenementen zijn er weinig wedstrijden die zo'n onvergetelijke indruk achterlaten als de Beker van de Secretaris.

Deze unieke looporiëntatiewedstrijd combineert gewoonlijk strategie, avontuur en een speels karakter en rolt jaarlijks uit het brein van onze secretaris Pascal. Bij menig Hamokker staat deze ludieke wedstrijd, samen met het clubkampioenschap, dan ook steeds met stip genoteerd in hun agenda.

Een paar weken voor de wedstrijd werd er via een YouTube filmpje al een tipje van de sluier opgelicht. Het ging dus een wedstrijd worden met een maffioos karakter. Links en rechts werden er door Jonny Vermicelli lid van de maffia Calabrese wat tips rondgestrooid en kon de aandachtige kijker al deels achterhalen wat hem te wachten stond op de kaart van Ham.



*Jonny Vermicelli*

Enkele tips uit het filmpje:



We werden verwacht vanaf 10h00 in de Hamse Tennisclub om dan via een korte briefing te vernemen dat het concept van de wedstrijd een scoreloop was.

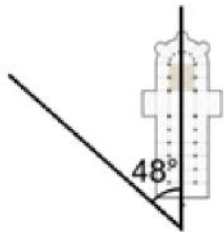
Het eerste deel van de posten stond verspreid over het "stads"gedeelte van Ham waarna de wedstrijd zich zou verplaatsen naar de Hamse "wouden". Ieder deelnemer moest zelf bepalen wanneer hij de oversteek tussen de 2 kaarten uitvoerde. Eens de transitie gemaakt was echter was er geen weg meer terug.

De massa start was voorzien om 10h37 waarna we logischerwijs 53 min de tijd hadden om zo veel mogelijk posten te knippen.

Verspreid over de kaarten stonden er gewone posten goed voor 10 punten aangevuld met speciale posten goed voor 20 punten of 20 strafpunten afhankelijk van het resultaat van de bijhorende opdracht. Het was dus opletten wat je deed en strategisch je route plannen om binnen de tijd zo veel mogelijk punten binnen te halen.

Na het startschot, gegeven door Jonny Vermichelli, stoven de deelnemers alle windrichtingen uit. Ikzelf ging richting post 1 waarna de eerste speciale post 3 was. Hier hing dan de eerste opdracht. Hier ging ik al volkomen de mist in en was ik, en blijkbaar vele lotgenoten, er heilig van overtuigd dat de te knippen post bij de kerk moest staan. Even op de kaart gekeken en via post 7, 8 richting kerk dan maar. Daar eens vlug rondgekeken en maar snel door want geen post te vinden

Extra punten kan je verdienen op 124 meter van hier in een hoek zoals hieronder geschetst.



Het betreft een kerk „volgens de regels van de kunst“.

Post 3

Op naar de volgende speciale post post 5. Hier hingen de foto's van 2 bevallige Italiaanse filmgrootheden.

Mijn af en toe al falend geheugen liet me vandaag gelukkig niet in de steek en de keuze van Claudia Cardinale als de mama van Jonny Vermichelli bleek uiteindelijk correct te zijn.

Mijn mamma geeft je met plezier extra punten. Maar is dit mia mamma?

Mijn mamma geeft je met plezier extra punten. Maar is dit mia mamma?



Post 5



Hop verder door naar post 10, 11, 6, 13 om dan opnieuw aan te komen bij speciale post 2. Hier stonden al een aantal in diepe gedachten verzonken Hamokers rond te draaien.

Even de kaart goed oriënteren de opdracht 2 keer nalezen om dan uiteindelijk de post te prikken en door te lopen naar post 14.

Deze hoop kan nog verkocht worden als minderwaardige cement.

Opgelet: Prik deze post enkel indien de postenbeschrijving fout is.



Ten onrechte prikken kan je duur te staan komen.

Post 2



Ook hier hing er weer een opdracht. Ook dit wist ik nog, ik ken mijn pasta's, 40m rechtdoor dan naar rechts, 150m rechtdoor, bocht naar links en dan op 90m moet ik mijn post terug vinden. Het probleem was alleen naar welke richting moet ik nu vertrekken? Lang verhaal kort, ik was verkeerd vertrokken.... Wim 0 Points.

Volg dit pad 40m 

Ga dan naar 

Volg vervolgens 150m 

Ga dan naar 

Volg nu 90m 

Kijk nu naar rechts voor je extra punten.

Post 14

Terug naar de start voor de kaartwissel om dan met gezwinde tred richting bos te trekken. Hier eerst naar post 2 om dan zo richting post 4 te lopen.

Laten we zeggen dat het bosverhaal niet vlot verliep, post 4 niet gevonden op goed geluk dan maar naar post 13 gelukkig waren er hier wat extra punten te sprokkelen en gingen we volle goede moed naar post 6, ook hier weer compleet de mist in. Dan maar met veel moeite naar post 1.

Mijn vriend Pietro heeft ook enkele punten voor jou. Volg zijn spoor er naar toe.



Post 1

Hier had ik al snel Pietro zijn spoor te pakken zodat ik op de valreep toch nog wat extra punten kon verzamelen door de juiste post te prikken. De tijd begon te dringen dus het was tijd om me richting finish te begeven want zoals bij iedere score loop werden de laatkomers bestraft met 10 strafpunten voor iedere begonnen minuut over de 53 minuten. Met niet al te veel overschot is het me gelukt om binnen de tijdslimiet te blijven en wist ik dus deze strafpunten te vermijden.



Tijdens de bijna obligatoire nabespreking tussen pot en pint is er menige discussie gevoerd over de verschillende opdrachten en viel het mij op dat ik niet de enige was die zonder al te veel nadenken naar de kerk gehold was.

Er waren er blijkbaar ook Hamokkers, ik ga geen namen vernoemen Stefaan, die het filmpje te grondig bestudeerd hadden en zodoende de Hamse horeca zijn binnen gestormd op zoek naar een post.

Zoals steeds hadden de afwezigen weer ongelijk en hebben de aanwezigen weer kunnen smullen van een mooie wedstrijd georganiseerd door onze krak van een secretaris. Ik kijk alvast uit naar de editie van het Hamse jubileum jaar 2024.

Wim G



Coppa Del Segretario  
03/06/2023

### Il pozzo segreto



Deze post was niet aangeduid op de kaart, enkel zichtbaar in het filmpje.



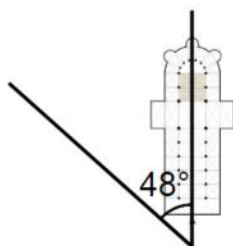
Coppa Del Segretario  
03/06/2023

### Un bel pozzo



Deze post was aangeduid als een gewone post op de kaart, maar er werd gezegd dat deze meer punten waard was dan op papier. Dus deze was eveneens 20 punten waard.

Extra punten kan je verdienen op 124 meter van hier in een hoek zoals hieronder geschetst.



Het betreft een kerk „volgens de regels van de kunst“.

Een kerk volgens de regels, van de kunst heeft het altaar in het oosten, dus op 90° staan (werd in het filmpje gezegd). Je moet dus kompasrichting 42° (90-48) aanhouden over 124m.

Volg dit pad over 1 maal de afstand van:



Zoek hier naar jou punten.

Dit is de Duomo van Milaan en deze is 120m groot. Althans volgens Johnny Vermicelli.

Mijn mamma geeft je met plezier extra punten. Maar is dit mia mamma?



Dit is Claudia Cardinale en dus de mamma van Johnny Vermicelli. Dit werd zo in het filmpje gezegd. De post gaf dus extra punten.

Mijn mamma geeft je met plezier extra punten. Maar is dit mia mamma?



Dit is Sophia Loren en dus niet de mamma van Johnny Vermicelli. De post gaf dus minpunten.




Coppa Del Segretario  
03/06/2023

Volg dit pad 40m 

Ga dan naar 

Volg vervolgens 150m 

Ga dan naar 

Volg nu 90m 

Kijk nu naar rechts voor je extra punten.

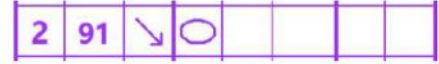
Spaghetti is recht door, macaroni naar links en volkoren macaroni naar rechts. Simpel, maar je moet wel in de juiste richting vertrekken.



Coppa Del Segretario  
03/06/2023

Deze hoop kan nog verkocht worden als minderwaardige cement.

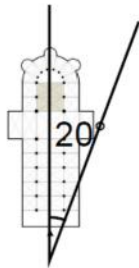
Opgelet:  
Prik deze post enkel indien de postenbeschrijving fout is.



Ten onrechte prikken kan je duur te staan komen.

De postenbeschrijving is fout door een fout gebruik van het pijltje. Deze post mocht je dus gewoon prikken.

Extra punten kan je verdienen op 92 meter van hier in een hoek zoals hieronder geschetst.



Het betreft een kerk „volgens de regels van de kunst“.

Als je de afbeelding van de kerk eerst oostwaarts (90°) legt, weet je dat je een hoek van 110° (90+20) moet aanhouden over 92m.

Volg dit pad over 1 maal de afstand van:



Neem dan een afslag volgens:



De duomo van Firenze is 150m groot, weten we uit het filmpje. En volkoren pasta wilt zeggen „naar rechts“.

Mijn vriend Pietro heeft ook enkele punten voor jou. Volg zijn spoor er naar toe.



In het filmpje werd gezegd dat Pietro zijn rechtse knie vernield werd met een honkbalknuppel. Je moest dus in het bos het spoor volgen van een linker schoen (en 2 krukken).

Un gemello:



„Als je een tweeling ziet, neem je de meest oostelijke“ werd in het filmpje gezegd. Dus ook zo bij de twee posten bij twee tegen elkaar liggende putten.

## NANCY & GUNTHER IN DE JURA

Op mijn bucketlist staat dat ik ooit D90 wil lopen.

Einde mei trokken Nancy en Gunther, net zoals een aantal andere Hamokkers naar de Driedaagse van de Jura. De Knijptang stuurde zijn reporter Tania mee op pad om alle inside information te kunnen verzamelen. Een weekje later spreken we af op een warme maandagavond voor weer een boeiend virtueel interview. Nancy & Gunther zitten samen in hun mobilhome in de buurt van Bordeaux. Tania heeft zich in haar tuin geïnstalleerd en zelf zit ik achter onze desktop om het interview op twee verschillende manieren op te kunnen nemen.

**De Jura staat bekend als één van de meest technische kaarten in het oriëntatiewereldje. Met welk gevoel vertrek je daar dan naar toe?**

**Nancy:** Ik had een gevoel van "O Shit, als dat maar goed komt." Ik heb altijd heel veel schrik om te beginnen dolen.

Mijn driedaagse van Pasen was niet zo fantastisch. Gunther en ik hebben toen samen geanalyseerd. Ik ben na verloop van tijd met het oriënteren zelf zo hard bezig dat ik constant vergeet een plan te maken. Met die instelling ben ik vertrokken: ik ga niet alleen maar hardlopen, ik ga eerst een plan maken en dan oriënteren.

**Gunther:** Ik ben een 25-tal jaar geleden daar eens 2 jaar na elkaar geweest met de militaire ploeg. Ik zag deze wedstrijd op de kalender staan en vroeg aan Nancy: "Zouden we dat eens doen ook al is het 750 km rijden?" Ik wist nog dat het heel technisch was maar ook een heel ruw terrein. Daar moet je dus niet als een zot invliegen.

En heel toevallig in Les Rousses, waar het cc was, ben ik vroeger ook nog geweest. Er is daar een fort, dat vroeger een militaire kazerne was van de Fransen. Ondertussen is dat al heel lang gesloten maar het was heel plezant om dat nog eens terug te zien.

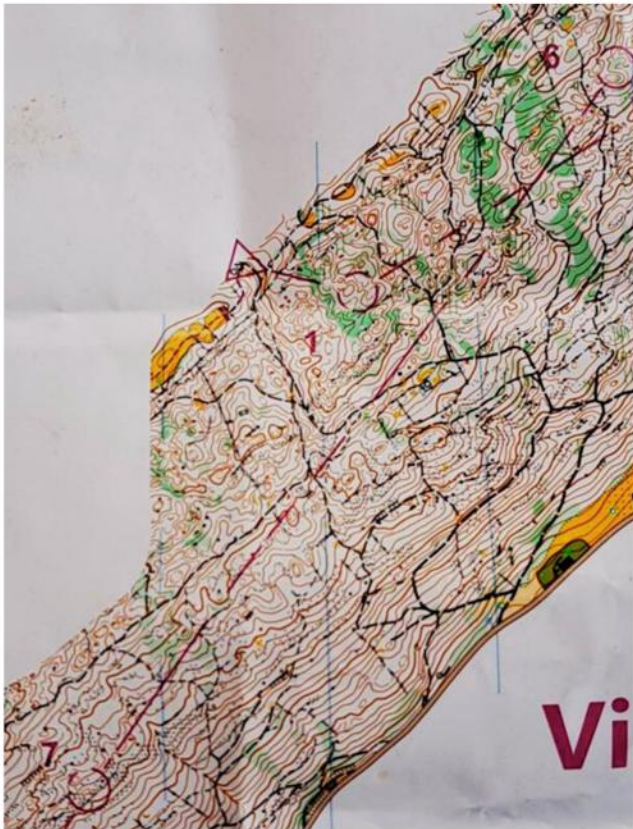
**De 3-daagse van de Jura staat bekend als één van de grotere uitdagingen. En toch als je daar aankwam, was de organisatie heel low profile. Het cc was kleinschalig en gezellig. Ook de categorieën waren niet onderverdeeld in mannen-vrouwen. Er was ook geen podium achteraf. (instemmend geknik). Voor jou was de eerste dag ook een heel goede wedstrijd, Nancy?**

**Nancy:** Ja, dat klopt. Ik begreep de kaart direct. In 2008 ben ik beginnen oriëntatielopen en toen heeft iemand me gezegd dat je moet proberen te interpreteren wat de kaarttekenaars belangrijk vindt. Op die eerste kaart waren de hoogtelijnen belangrijk, de kleine rotsjes, ook de muurtjes stonden perfect getekend. En ik had ook een plan. En natuurlijk ook KISS: Keep it Stupid Simple voor de eerste post op de eerste dag. En dat lukte.

**Het was inderdaad een mooie omloop. Was dit ook voor jou zo, Gunther?**

**Gunther:** Absoluut. Ik loop heel graag de Middle Distance omdat de posten heel snel op elkaar volgen. Je kan wel veel fouten maken, maar ze kunnen nooit enorm groot zijn. Ik heb die eerste dag ook wel fouten gemaakt, maar ik ben direct terug op mijn poten gevallen, recht naar de herkenbare stukken en verstandige beslissingen genomen.





Dag 2, Post 6-> 7

**Ik moet wel beamen dat ik de kaart de eerste dag het meest leesbaar vond. Er waren redelijk veel grote punten waar je op kon terugvallen. (Nu volgt in het interview een heel stuk over een dolende Dirk Goossens die Tania verschillende keren tegenkomt. Algemene hilariteit tijdens het interview. Alle details kan je aan de betrokkenen vragen 😊)**

**De eerste dag was absoluut een hele mooie omloop maar dag 2, dat was toch wel iets anders.**

**Gunther:** Dag twee vond ik persoonlijk ook heel wat moeilijker. Het waren soms langere benen waar je weinig referenties had behalve de hoogtelijnen. Als je dan begint te missen, dan zie je het einde niet meer. Er waren alleen een paar wegen en de stenen muurtjes. De baanlegging bood verschillende wegkeuzes. Op de eerste dag was de schaal 1:7500 en op de tweede dag 1:10000. Voor degenen die passen tellen, was dat niet zo eenvoudig. Persoonlijk tel ik nooit passen, maar toch. Het was ook een hele moeilijk start. Je moest eigenlijk 270 graden terugdraaien. Op het einde vond ik het iets te gemakkelijk, het was eerder langs een rechte lijn binnen komen.

**Ik moet nog altijd iemand een pint betalen op de driedaagse van België die me in de Jura op weg geholpen heeft van post 6 naar post 7. Mijn strategie was heel logisch maar ik zag de wegen gewoon niet. Wij hadden toch de zelfde kaart, Nancy?**

**Nancy:** Mijn stoplijnen waren de muurtjes en nog maar eens de hoogtelijnen. En toen kwam inderdaad dat lange been. Plots had ik echt wel een bang hartje. Ik was me hard aan het focussen op de zijwegen maar er waren er bijgemaakt met een tractor en daarenboven had ik mijn passen ook niet meer geteld. Ik was eerst vrij zeker dat ik het allemaal wel zou zien, maar toen zag ik het eigenlijk niet meer. Ik was veel te vroeg ingestoken. Mijn enige houvast waren mijn zwarte punten, een stenenpartij. Naar mijn gevoel moest ik nog iets verder en dan ben ik er los op gelopen. Dat is een factor geluk en dan is de uitkomst wel plezant. Maar is dat zuiver oriënteren?

**En die muurtjes zijn die typisch voor Jura of kom je die ook nog ergens anders tegen?**

**Gunther:** Vooral in Slovenië maar daar zie je ze 10 keer beter. In de Jura zijn de muurtjes erg begroeid met mos. De stenen die ze tekenen zijn dikwijls heel slecht zichtbaar. Dan vraag je je af: wat bedoelen ze eigenlijk met de kaart? Dat had ik eigenlijk alle drie de dagen. Sommige muurtjes zijn ook onderbroken en dan ben je erover voor je het weet. Dat geeft ook veel onzekerheid bij het lopen. Als je een muurtje verwacht en het komt niet, dan ben je er misschien al voorbij. En dan ben je "Lost in Space".





### En dan kwam de derde dag: jachtstart.

**Gunther:** Stress-start ... ik heb daar eigenlijk weinig last van. Met degene die voor me startte was er al een verschil van 4 of 5 minuten en achter mij zat ook al een gat van 2 minuten. Je kunt die mannen wel inhalen of als je wat pech hebt, dan kunnen ze u inhalen maar uiteindelijk krijg je die mannen bijna nooit te zien. Omdat je die niet in de box zag staan, wist ik zelfs niet wie ze waren. Ik heb mijn cross gewoon alleen gelopen.

**Nancy:** Ik startte met 5 mensen op 50 seconden. En dan loop je toch niet je eigen cross. Naar de eerste post word je meegezogen. Je zit in stressmodus. Die drie mannen, die voor me startten, heb ik snel opgeraapt. Dan was er ook nog een vrouw die 40 seconden voor me startte en die kwam ik plots tegen. Dan kijk je naar elkaar. Ik merkte dat ze fysiek wel sterker was, want ze liep van me weg op het pad maar in het bos kwam ik er dan telkens terug bij.

Op een bepaald moment ben ik tot de constantie gekomen dat ik dringend een SportIdent Air nodig heb. Zij had er eentje en ik dus niet. Ik dacht bij mezelf dat ik vóór haar moest zijn bij de laatste drie snelle benen. Maar zij had dat ook door en uiteindelijk heeft zij gewonnen omdat ze telkens door kon lopen aan de posten met haar SI Air terwijl ik moest stoppen om te punchen. Ik liet me op zo'n laatste dag nog teveel leiden door zaken die rond me gebeuren. Je weet van jezelf dat je sterker bent bij het doorsteken en dan toch laat je je meevoeren door de anderen en neem je toch het pad.

### Julie mogen absoluut trots zijn met het eindresultaat.

**Gunther:** Nancy was 23ste, maar qua leeftijd bij de dames denk ik dat er niemand voor haar was. Zelf ben ik bij de jachtstart als derde vertrokken maar uiteindelijk ben ik toch nog tweede geworden. Ik ben geen enkele dag bij de eerste drie geweest maar ik heb telkens gewoon de schade beperkt. Ik verschiet ervan dat ik uiteindelijk nog tweede ben geworden vermits degene voor me bij de jachtstart toch bijna vijf minuten voorsprong had.





Stel dat ik aan de jachtstart met slechts een tiental seconden voor of achter iemand zou staan, dan was er zeker ook stress geweest. Ik weet dat ik niet de snelste ben, dus dan zou ik toch een andere wegkeuze maken op een bepaald moment.

**Nancy:** Wij zijn niet de hindes in het bos, wij zijn de tractoren. Baggeren. Hoe zwaarder, hoe liever. Hoe langer, hoe liever. Maar het komt erop neer dat je altijd plezier moet hebben in wat je doet.

**Heeft de wedstrijd jullie gegeven wat jullie ervan verwacht hadden?**

**Gunther:** Ja absoluut. Het was niet overdreven moeilijk, maar nog doenbaar voor een wedstrijd. Je kan het ook zo moeilijk maken dat het op den duur helemaal niet meer plezier is. Voor een WK zou het waarschijnlijk te gevaarlijk zijn geweest. Het moet voor zo'n WK-wedstrijd ook nog loopbaar blijven. Je moest hier toch serieus opletten.

**Nancy:** Ja het was klein maar fijn. De kleinste organisaties zijn vaak de leukste. We zijn ook al eens naar O-ringen geweest en dat moet je zeker eens gedaan hebben. Het is het Mekka van oriëntatielopen, maar na 4 dagen met 20.000 man is het genoeg geweest.



Dag 3



**Hebben jullie nog bepaalde oriëntatieplannen voor de toekomst of staan er nog zaken op jullie bucket-list?**

**Nancy:** We gaan binnenkort samen nog eens Transforiestière doen. Gunther is lang geblesseerd geweest en nu kan het weer, dus daar kijk ik wel naar uit. Ik zou eens graag een hele vakantie van de ene oriëntatiemeerdaagse naar de andere gaan.

**Gunther:** Op mijn bucketlist staat gewoon gezond blijven en kunnen blijven fietsen en oriënteren. Ik heb nu 3-4 jaar last gehad van iets in mijn kuit. In vergelijking met iemand die echt ziek is, is dat een heel kleine blessure. Maar toch, het houdt je bezig.

**Nancy:** Op mijn bucketlist staat dat ik ooit D90 wil lopen. En liefst samen met Gunther maar dan is hij al H95. (algemene hilariteit) Ik heb ooit eens een H90 in Italië de berg zien afkomen met z'n stok. Hij kreeg een staande ovatie.

**We keuvelen nog een beetje verder en sluiten weer een fijn interview af.**

We pionieren sinds begin januari met onze jeugd en hun trainers in het ORI-YO EU project. Met z'n allen namen we begin juni voor het eerst deel aan een trainingskamp van één van de andere partners, in Italië.

De eerste dag gingen we naar het bos en om kennis te maken, speelden we een spel. Beter gezegd een interview in het Engels. Je moest naar iemand gaan en vragen wat is jouw naam en van welke oriëntatieclub ben jij...Door vragen te stellen leerden we elkaar een beetje kennen. It was a Nice day !!!

Noore

De tweede dag was leuk, we gingen samen naar het archeologisch park en maakte daar een wandeling met iedereen naar de necropolis. In de namiddag moesten we samenlopen met iemand, ik moest met een Italiaanse jongen lopen, maar ons Engels ging niet zo vlot. Na het lopen zijn we natuurlijk nog gaan zwemmen!

Rune



Ik heb echt genoten van deze ervaring, omdat ik de kans kreeg om samen te lopen met iemand uit een ander land. Hoewel communiceren in het begin moeilijk was, vonden we al snel een andere manier, namelijk wijzen. Het was fascinerend om te kunnen zien hoe we door middel van gebaren konden begrijpen wat we bedoelen. Het was een geweldige ervaring die me heeft laten inzien dat taalbarrières kunnen overwonnen worden door creativiteit.

Ninthe

Tijdens deze training kregen we een aantal posten die we onder ons ploegje van 3 moesten verdelen. De volwassenen hielpen ons een beetje om goed te verdelen en de postenbeschrijving nog eens samen te overlopen. Ik zat samen met een meisje uit Letland en een jongen uit Italië in een team. Ik kreeg de verste posten toegewezen. Na de laatste training konden we nog eufiek zwemmen in het supercoole zwembad in het Hu park. Iedereen werd om beurt van de bult in het zwembad afgeduwd! Na een laatste ijsje vertrokken we richting luchthaven ...

Thor





Ik spreek een man bij het handen wassen - na het toiletbezoek op de parking van de Eurotunnel, of hij ook meedoet aan die modball race, waarvan ik wel 100 zotte auto's had zien rijden op weg naar Folkstone. Yes, yes! is zijn antwoord en ik vraag hem naar zijn strategie. Oh, speed is not that important, it is not a race, but we keep on going through the night to arrive as soon as possible - is zijn antwoord. Wel ik doe hetzelfde zeg ik, maar dan op de fiets.

Het avontuur begon in Warwick, maar eerst nog maar even voor het werk enkele bezoeken afwerken aan mogelijke klanten en partners samen met mijn manager. Ik zet Roald af aan Heathrow Airport en heb nog zo'n 3 uur tot de start en het is toch 1u50 rijden. Nog een stopje om wat te eten in een wegrestaurant. Daar maak ik strategisch al een foute keuze door 2 baguettes met wat te veel kaas en tomaatjes te kiezen. Die kaas zou mijn maag wat laten protesteren, maar dat viel al bij al wel mee. Snel omkleden aan de auto, waar ik al een naar mijn inschatting "snelle tegenstander" zie, die al helemaal klaar is als ik nog moet beginnen. Alles inladen in de fiets - de armwarmers laten we thuis, de handschoenen gaan wel mee, een gabbake (zo'n waterdicht jasje dat je ook nog redelijk warm houdt) en voor de rest het normale lycra pakske. Ik had kilo's haribo gekocht, toch maar niet overdrijven, ik kan altijd bijkopen, zakske of 4, ik heb nog wat peperkoek, 3 bidons vol. En klaar voor de start.

Wat een gezellig sfeertje aan de start, ongeveer 60 gelijkgezinden maken me blij. Ik weet dat ze hetzelfde avontuur zullen doorstaan, elk een andere route zullen rijden, maar wellicht komen we er wel een paar tegen onderweg. De tracker gaat gewoon in de achterzak. 18u45. klaar voor de briefing, die gaat vooral over veiligheid, en in "one piece" terugkomen. Nogal plastisch uitgedrukt van die Britten. Ik heb er ongelooflijk veel zin in en vind het best jammer dat het een "staggered start" is, in groepjes van 10 vertrekken we om de 2 minuten. Ipv met alle 60 tegelijk. En hoppatee, we zijn weg, de rest van mijn groepje al vrij snel achterlatend heb ik heel veel zin om naar de eerste vertrekkers te knallen. Ik weet dat ik me moet proberen inhouden, de enkele lange trainingen hadden me al vaak geleerd dat het eerste uur niet hetzelfde is als het 8ste, laat staan het 20ste of 40ste uur op de fiets. Nu ja, het is plezant, het gaat vooruit, geniet er gewoon van.



Wat later denk ik iedereen van de eerste groep wel te hebben gepasseerd, en het eerste checkpoint is niet ver meer. Een relatief korte steile helling op en hup, we zijn er. Wel benieuwd naar de rest, maar nog te nerveus om al tijd te verliezen laat ik het checken van waar de rest is nog even rusten. Ik wist dat de route naar 2 wat aangepast had kunnen worden omdat het segment van CP1 veranderd was, toch had ik de route behouden en vooral op een relatief grote "gele" weg gekozen. Het begint te regenen en een eerste stop is een feit. Kort. 30 seconden. Dan is het gabbake aan en kunnen we verder.

De regen heeft nog meer implicaties, de GSM gaat beter in de tas (ook al is die waterdicht) en ik kijk ook even op de buienradar, ooh, die bui trekt snel over net in tegengestelde richting als ik fiets. Dus als ik sneller fiets ben ik er sneller vanaf. Zogezegd zogedaan. Ook de muziek (oortjes) gaan weer in de fietstas - liever eventjes geen muziek dan een hele rit geen muziek. Dat is de enige doping die ik heb. Het gaat vaak relatief lang en zacht naar beneden met daarna weer een helling die wat korter en steiler is. Heerlijk. In de afdalingen trap ik wat extra hard net op de momenten dat een auto me passeert. Zo kan ik toch eventjes "aanpikken". De regen stopt en ik kan weer terug naar het normale. Wat verder wordt het wegdek wat minder in de afdaling, gebodder. Toch maar oppassen.

Een klein beetje verder merk ik het. Dedju, mijn bidon is gaan vliegen. Niks gehoord door de muziek en het gebodder wellicht en weg 0,8L water goed voor toch 2 uurtjes drinkplezier. Mijn hele plan om water op strategische plekken bij te vullen valt, jawel, in het water. Toch een klein paniekske, want het is nog maar middernacht, ik had wel een vulpunt na het 2e checkpoint, maar dan had ik voorzien om zowat 200km te doen met 3 volle bidons, 200km met slechts 2 bidons wordt zwaar rantsoeneren. Tenzij ik wat tegenkom onderweg. Ik besluit er nog niet naar te zoeken op dit moment, maar pas na de Gospel pass - wat het hoogste punt is van het parcours. Een mooie col eigenlijk wel.

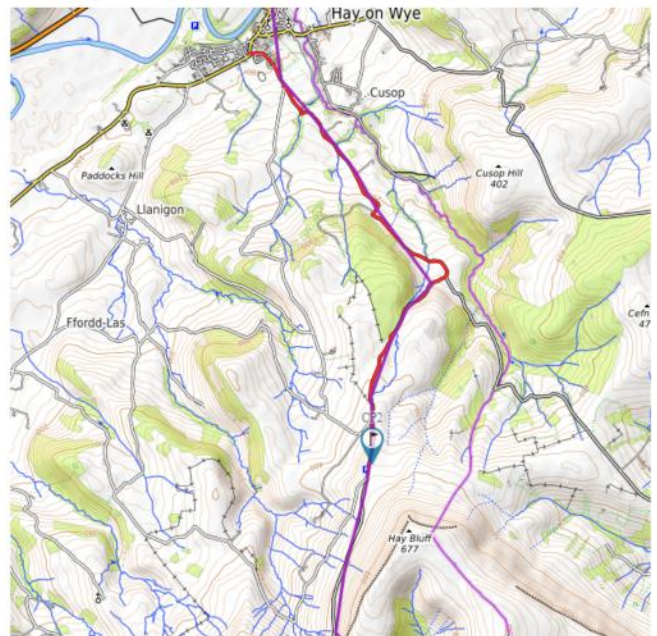
Op die col heb ik ook tijd om een keer te kijken naar de rest van het deelnemersveld. Wow - ik lig dus op kop, maar nummer 20 is dichtbij. De rest lijkt al op een half uurtje.

Ok easy nu, ik ben wat te vlug gestart. Ik duik de afdaling in nadat ik de stand van mijn lamp harder zette. Schapenstront overall, en tot overmaat van ramp toch wel redelijk wat putten in de weg. Ik vertraag. En dan "DOE-DOEK" met beide wielen door dezelfde put. En jawel prijs - daar waar het voorwiel enkel wat druk verloor sta ik achteraan echt lek. Ik heb achteraan ook een ander wiel en een binnenbandje (historisch zo gegroeid ;-)). We beginnen eraan - lampje richten op den atelier - achterwiel eruit, band eraf, binnenband eruit. Buitenband nog eens goed controleren, geen probleem. Nieuwe binnenband erin. KAK. Huh, wat is dit nu, die soupape is niet even lang. Maar unk, dat was toch dat 2e bandje dat ik samen met dit kocht... kak-kak-kak. Al die kakken komen net nadat nummer 20 was gepasseerd en ik nog had gezwaaid en gezegd dat alles wel zou lukken. gedoeme. De soupape steekt wel een beetje uit. Het is zo'n beetje als met een tube tandpasta uitduwen dat ik probeer hem er nog net wat verder door te duwen en tegelijk mijn pompje erop te draaien. Maar tevergeefs - miserie. Daar sta ik dan op de Gospel Pass. Stopt hier het avontuur al?



Nummer 3 en 4 passeert, ze willen hun spare tube niet geven omdat ze er maar ééntje hebben. Ik denk niet na - en had wellicht kunnen wisselen met het bandje dat ik had. Nu is het niet lang wachten op nummer 5 die wel beter was uitgerust. Hij had een "valve extender" - saving my ride. Er gewoon opdraaien en hup ik kon wel pompen. De CO2-bommekes had ik ondertussen al opgebruikt in probeersels om daarmee de band om te pompen. Het pompen duurt eeuwig, en gaat eigenlijk niet vlot - ergens ontsnapte lucht in de pomp. Ok, gevonden... Band staat eindelijk hard. We kunnen verder, maar huh, nu gaat hij weer af. Wat ik eerst niet snapte was dat de soupape nog open was blijven staan omdat de valve extender er nog op zat. Goed, 2e keer helemaal hard gezet - deze keer iets minder druk, maar genoeg om te starten. Wel een klein uur verloren met het gedoe doe ik de rest van de afdaling ook nog rustig. Die nummer 20 is gaan vliegen.

Het wordt heel rustig op de weg en ik zet mijn Garmin Varia (soort radar) af om het gewone achterlichtje aan te zetten. Ik vertraag om dat te doen, maar zoals alles (eten, drinken, tanden poetsen, insmeren ...) kan dit ook wel al fietsend. Maar dan merk ik dat ik dat gewone achterlichtje aan de verkeerde kant heb. Het zou beter meer rechts hangen, want links is schijnen in de richting van de berm. Ik vertraag en al fietsend probeer ik het te verdraaien - en dan gaat het "weer" mis, voor ik het weet lig ik in het gras. Ik raakte een borduurke met het voorwiel. Ik sta op en maak me vooral zorgen om de fiets. Na een check-up kunnen we verder. Ok, ik hoop dat dat het was voor deze rit. Een nieuwe start aan een nieuw tempo, allé hup. Allemaal wat rustiger, maar na 20-30 minuten kan ik het toch niet laten om goed gas te geven. Het gaat super. En ik zie op het kaartje dat ik best een leuke inhaalrace kan starten.



De nacht ruilt zich weer voor de dag en het wordt ietsje drukker op de weg. Ik maak me er niet te druk in. De chauffeurs doen hun best om rekening te houden met mij. Er zijn haast nergens fietspaden en dus zijn de automobilisten ook gewend om fietsers op de weg tegen te komen. Het blijft lastig om links te rijden. Toch maar opletten. In het oversteken is het Rechts-Links-Rechts kijken ipv links rechts links.

Dat probleem met dat water, had ik intussen schonekes opgelost. Toevallig een nacht-winkel tegengekomen waar ik goed kon bijtanken. Maar ik kon me wel voor het hoofd slaan dat ik daar dan weer geen extra eten had gekocht, de Haribo-voorraad was namelijk aanzienlijk geslonken. Nu ja, ik had nog sandwichkes - en Net op het moment dat ik het laatste snoepke binnensteek doemt er weer een tankstation op. Met jawel, zo'n ultrafiets met snelle zakken, voor de deur. Hier moeten we ook maar eens een ontbijtje inslaan. Ik spreek met de andere deelnemer. Het blijkt James te zijn. Wat zag hij er slecht uit - seriously, rood-doorlopen ogen. Geen idee wat hij al voor de wedstrijd had gedaan, maar fris was die jongen niet. Wel vriendelijk, want James was mijn reddende engel op de Gospel Pass. Alleen werd alles pas duidelijk helemaal aan het eind.

Ik zag James op het kaartje - nummer 37 - en ook nummer 36. Den Benny. Ze zijn niet ver voor mij. En toen kwam er een huis voorbij gereden. Jawel. Zo'n chalet - op een truck. Immens - en dat om deze wegen, dat moet voor problemen zorgen. Ik moet al een keer stoppen omdat het huis niet door kan. Een bus moet achteruit rijden. Maar dan zie ik het huis niet meer. Een goeie 20 minuten later, weer een file, weer het huis. En deze keer zie ik ook mijn 2 "rivalen" in de file staan wat verderop. Alrighty. Het is een raar gegeven. In een race zitten, waar natuurlijk niks mee te verdienen valt, behalve een beetje eer. Waar je vooraf niet goed weet wat te verwachten qua tegenstand, maar eens je erin zit en je de tegenstand voelt, wil je ze voor zijn. En dat lukte dus ook goed. Van Benny was ik snel af, daar was het beste al van de soep zo leek het. Maar James speelde kat en muis, al had ik wel het gevoel over de betere benen te beschikken. Toch kwam hij soms weer piepen, of me als een sneltrein voorbij rijden.

CP4 is Porlock hill, een helling om u tegen te zeggen. Een steil ding - 25% - slalomdend lukt het wel om boven te geraken. Maar het is echt wel een killer. Nummer 52, waar we het later nog over zullen hebben is het minder goed afgegaan op die helling. Wandelend, "from the bottom to the top". En wellicht ook een groot deel van de rest van de deelnemers. Respect voor iedereen die deze challenge aanging met een lagere W/kg ratio dan mezelf, kan me niet inbeelden dat ik nog zwaardere klimmen had moeten verteren.



Voor het traject van CP4 naar CP5 had ik mezelf geïnformeerd bij de organisator, ik vroeg hem hoe het verkeer was "op die grote weg". Hij had geantwoord, dat het zou afhangen van de timing, maar dat wellicht er veel meer verkeer was in de andere richting, gezien mensen eerder naar de westkust zouden rijden, een beetje zoals héél Vlaanderen bij ons naar de zee trekt aan het begin van het weekend. Dus had ik die baan gekozen - maar ik zou het niet opnieuw doen. De Varia terug opgezet en het fluo-hesje maar aan gedaan. Maar dit was geen pretje. zo'n 50km langs die grote weg - de afdalingen vielen mee, dan kon ik snelheid halen en reed ik min of meer met de auto's mee, maar de klimmen duurden eindeloos.

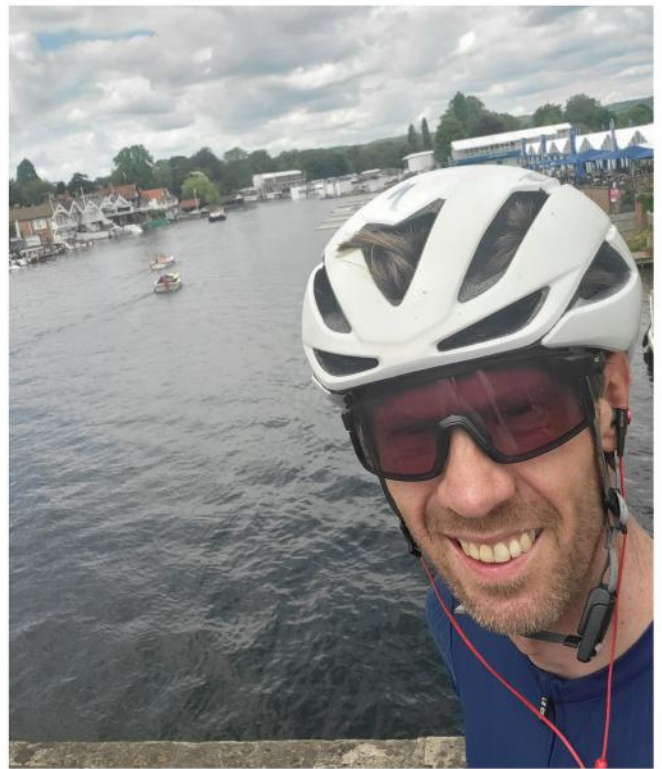
Van route veranderen doe je niet zo gemakkelijk en blijkbaar had James een paar keer de neiging om toch ook maar naar mijn route te switchen omdat hij zag dat ik zoveel sneller vooruit ging. Het begon ook warm te worden. En met 400km op de teller kon ik beginnen aftellen naar de slaappleats die ik mezelf had geboekt. Ik had hem strategisch gekozen op het schiereiland zodat ik zowel op 550 als op 580km kon stoppen.



Tussen km-paal 400 en 450 keek ik zo vaak op de kilometerstand dat ik besloot die informatie van mijn wahoo te halen. Ik kon het niet meer aanzien dat het zo traag vooruit ging. Allez, nog maar eens een streepje muziek en gaan met die banaan. Maar toen werd het echt wel wat veel. Het heetste van de dag was aangebroken, en ik gaf mezelf een eerste kleine pauze zonder dat er inkopen gedaan werden. Een rustig plaske. De ketting wat hersmeren en toch maar terug weg. 2 minuutjes, meer niet. Maar het tempo was er wel wat uit. Wat ik niet goed wist was dat iedereen dat wel zo ervaaarde en ik blijkbaar nog het snelst vooruit ging. Ik haalde zelfs in op de nummer 20.

Nog een uurtje verder, een schaduwplekje. Ik stop even, kijk waar de rest zit. Dat valt mee. Ik check Whatsapp even. Huh. What-The-F\*ck. De AirBnB is gecancelled. Een heel vreemd verhaal waarom het zo was, maar goed. Ik besluit er geen energie in te steken. Ik bel het thuisfront. Blij de stem van Ariane te horen, vertel ik haar dat ik het lastig heb. En dat ik een nieuwe slaapplek moet zoeken. Het telefoontje doet goed, en Ari is meteen in actie geschoten. Ze heeft een hotel en een restaurant. Vlakbij elkaar en op slechts een uurtje van waar ik nu rij. Het geeft moraal. Ik ga dan wel 50km eerder slapen dan gepland, maar ik kijk ernaar uit even goeie rust te nemen en goed te eten. Dat eten duurt wat te lang naar mijn goesting, al had ik 45' nog altijd niet mijn 2e limonade van 50cl op.

De spaghetti was ook duwen om binnen te krijgen. Tijdens het eten lees ik de vele aanmoedigingen en bedenk ik dat ik iedereen een verslagje verschuldigd ben. Bij deze. Ik lees ook van enkele aandachtige volgers dat ik cp4 niet het volledige segment heb gereden. Ik denk er niet negatief over. En weet dat het ligt aan de niet 100% voorbereiding op deze race, omdat ik sinds maart ook weet dat ik toch ook aan de Transcontinental race mag meedoen, is dit allemaal maar een voorbereidingske. Ik stuur de organisator dat ik een foutje gemaakt heb en hij apprecieert mijn eerlijkheid en zou me enkel een straf geven ipv een diskwalificatie.



Inchecken in het hotel, de fiets ergens in een kot zetten en blij zijn dat het allemaal redelijk vlot gaat. De procedure in het hotel, daar had ik al over gedroomd. Eerst alle toestellen aan een oplader hangen - Dan douchen en de kleren wassen tegelijk - alles mooi klaarleggen voor de volgende dag, en hup bed in. Dat ging helemaal zo als gepland, behalve dit ... Tijdens het douchen krijgen zowat alle spieren in mijn lichaam een krampreactie. Het valt allemaal redelijk mee, behalve in mijn 2 wijsvingers. Hoe gek is dit, ze trekken zich in gebogen toestand en moet telkens met de andere hand ze terug recht trekken. Bizar. Misschien is het van die overload aan suiker die ik in mijn lichaam heb geduwd... misschien is het water wat te fris.

Het inslapen gaat moeilijk omdat er een bar net onder mijn kamer is, niet ideaal, volgende keer zeker mijn oorstopjes meenemen. 20u is het. en ik zet mijn wekker om 2u. Ik ken een beetje mijn biologisch klok en weet dat 6u heel goed werkt, en 8u ook. En jawel om 2u spring ik superfris uit bed. Ik voel me echt goed. En eet nog even een ontbijtje. 2u30 op de fiets en check de rest. Die zijn wellicht allemaal aan het slapen.

Ik zie wel redelijk wat atleten op de schiereiland, dat is inderdaad waar ik ook wou slapen. En zie dat de top 3 duidelijk de nacht is doorgereden. Zotten . Al de rest is misschien nog haalbaar, alhoewel dieje 27 en 52 zijn wel al heel ver voor mij. Soit, maakt niet uit. Ik geniet van de hele vroege uurtjes. De rust. De opkomende zon. Ik varieer een beetje in koekjes. Van kitkat naar oreo, altijd in combinatie met haribo. Vanaf 11u voeg ik cola toe aan het dieet . En ik heb een erg goed gevoel.

Het volgende checkpoint is Stonehenge. Daar kijk ik echt naar uit. Het is prachtig. Het is zoals in de sprookjes. Ik geniet van het weinige volk. Kan rustig wat foto's nemen. En ben blij even één te zijn met de geschiedenis van dit land. Een geweldig moment. En ook nog eens een moment om te checken hoe het met de anderen zit aha, die 27 en 52 zijn helemaal niet zo ver weg meer, en de anderen heb ik al heel erg ver achter me gelaten. Goed, dan concentreer ik me op deze 2 pipo's. Ik geef goed gas op weg naar een heel mooi sluizensysteem - Caen Hill Locks. De sluizen worden manueel bediend. En er zijn er wel 15 ofzo. Een alternatief voor het hellend vlak van Ronquières zeg maar. Nog eens checken. Okido, die zijn echt niet meer ver voor mij... ik begin al wat gas terug te nemen, want als ik zo vlot dichterbij kom kan het niet anders dat ik ook aan iets rustigere snelheid ze ook nog voorbij ga. Maar natuurlijk niet als ik fouten begin te maken. Het gebeurt een keer of 2-3 dat ik een afslag mis.

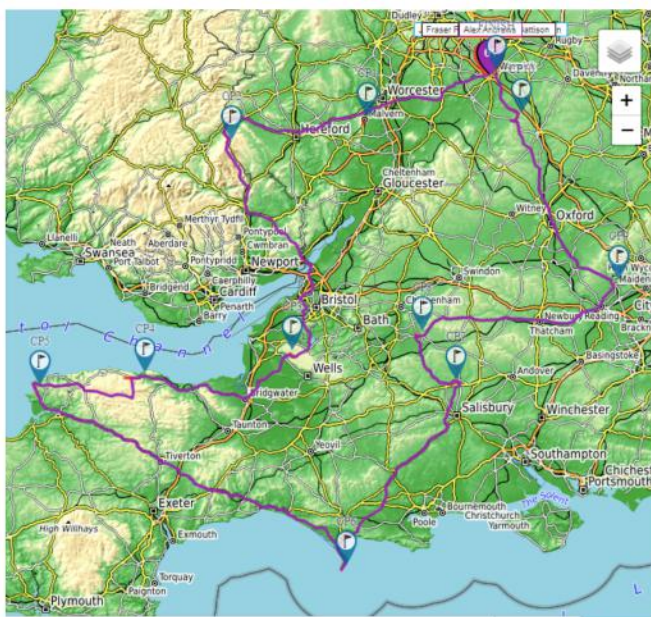


Aan CP8 en 9 ben ik ze voor, en ik permitteer het mij te denken aan een McDonalds-stop. Maar uiteindelijk besluit ik toch gewoon fietsend verder te doen. op 50km van de meet spuit er een colaflesje mijn hele voorzijde onder ... djee. Dat plakt. Even denk ik eraan mijn water te gebruiken om te spoelen, maar dan heb ik niet genoeg water. Dan maar met de plakboel verder.

Ik check nog eens waar ze zitten. Ze lijken wat verder weg. Dus ik gun mezelf een stopje en zet mijn klakske op om zo in stijl te kunnen finishen. Aan de laatste post check ik nog een keer waar ze zijn. Maar huh. amai. Die is dicht. En den 27 ook. Ik zie den 52; hij heeft ook een naam; De Shawn. Ik ben te traag om te zwaaien, of iets te zeggen; had em echt niet zo dicht verwacht. Ok- komaan maat. Draai de gas nog eens open. Nog 5km ofzo. Huh, maar. zie ik daar. Djee, maar dat kan toch niet. Jawel nummer 52 voor mij... hij staat te wachten aan lichten van werkzaamheden. Ik kom dichterbij hem, en juist voor ik hem een schouderklopke wil geven merk ik dat hij helemaal geen zakken heeft aan zijn fiets. Hij ziet er iets te aero-fietser uit... haha. Wat een grap. Ik had al bedacht dat ik zou zeggen dat hij mocht winnen - omdat ik nog een penalty zou krijgen, maar dat is dus even niet het geval; Nog even en dan finishen. De race-organisator, zijn vrouw. en nummer 1 en 2 staan me op te wachten. Mijn glimlach van oor-tot-oor. Mijn eerste commentaar, dat ik me eigenlijk nog wel heel goed voel, en het fantastisch vond, vooral in de ochtenduren.



Niet veel later komt Shawn en ook Andrew binnen; En met z'n 5'en spreken we over andere uitdagingen, over tandems, over slaapstrategie, over de transcontinental race en over onze ervaringen, al is het voor mij moeilijk om al die plaatsnamen en hellingen bij naam te noemen. Het biertje gaat vlot binnen en wat later is het tijd voor fish en chips en een goeie nachtrust. Ik leg me neer en doe mijn ogen toe, ik blijf even haken met een nagel aan een wondje aan mijn wijsvinger en zie voor me dat ik de wonde helemaal heb opengekrabd. Ik twijfel om op te staan om het bloed te stelpen, maar wat later gutst het bloed echt uit mijn vinger. Ik doe mijn nachtlampje aan - kijk naar de vinger. Er is helemaal niks opengekrabd. Was het een startende droom - een hallucinatie, of gewoon een gedachtenstroom ... Ik sluit opnieuw de ogen en weg zijn we. 15 uur later spreek ik de meneer van modball race. En zo is het verhaal rond.



Het was een fantastische ervaring. Merci nog eens iedereen!! Stay tuned voor de Transcontinental race - start 23 juli - 22u - Geraardsbergen.

Wat helaas het verhaal niet heeft gehaald:

De zadelpijn en de 2 stopjes die ik ervoor nam om het zadel anders te zetten om de pijn wat te verzachten.

Het gezweet en gepuf op al die beklimmingen, 10000hm in totaal

De mooie doorkomsten in Oxford, de vergezichten, het mooie landschap, het genieten van alles rondom

Het caféstopje

Het superharde genieten van het in de beugels liggen en gas geven

Het vloeken op diezelfde beugels en de zeurende pijntjes in de nek en schouders

Dries



za - zo	33ème Transforestière - Rochehaut Vivy
8 - 9	
Juli	
zaterdag	Regionale - Gerhagen Parking Bosmuseum Gerhagen
29	
Juli	
zondag	Regionale - Holven Zaal Holheide
6	hamok
Augustus	
donderdag	Antwerp Orienteering Series - Berchem Prieel Berchem Prieel
10	
Augustus	

za - di	4-daagse van Limburg Limburg
12 - 15	
Augustus	
vr - zo	ASOM 2023 Gent
18 - 20	
Augustus	
zaterdag	Régionale MD Spéciale - Virton Rabais 
26	
Augustus	
zondag	Championnat Belgique Interclubs - Virton 
27	
Augustus	



zaterdag	Hasselt Orienteering Series - Kiewit 
2	
September	
zaterdag	Regionale - Vorselaar Lepelstraat, 2 Vorselaar 
2	
September	
zondag	BK Lang - Kempische Heuvelrug Kasterlee -Gemeentelijke Basisschool De Pagadder
3	
September	
zondag	Belgian Club Relay - Eisenborn Eisenborn
10	
September	