

hamok

Voorzitter	Luc Melis VVO: sport en kaartencommissie Oude Melsebaan 32 2490 Balen 014/816202 luc.melis@hamok.be	Public Relations Uitrusting	Bart Mellebeek Korteweg 13 3971 Heppen 011/391397 bart.mellebeek@hamok.be
Ondervoorzitter	Marc Hermans Hamse Steenweg 11 3971 Heppen 011/344734 marc.hermans@hamok.be	Informatica	Bart Herremans Nieuwstraat 6 3806 Velm bart.herremans@hamok.be
Secretaris (extern) Materiaal	Tuur Cloostermans Olmense Steenweg 103 3945 Ham 011/343880 tuur.cloostermans@hamok.be	De Knijptang (redactie)	Jos Thijs VVO: beheerraad Driegezustersstraat 36 3582 Beringen 011/421097 jos.thijs@hamok.be
Secretaris (intern) Lidgeld	Fernand Scheelen Berkenlaan 95 3970 Leopoldsburg 011/345575 Rekening: 779-5919644-59 fernand.scheelen@hamok.be	De Knijptang (sportief)	Wim Hoekx Sterstraat 19 3920 Lommel 011/552440 wim.hoekx@hamok.be
Schatbewaarder Kantine	An Verberne Hulsen 78 2490 Balen Rekening: VZW HAM O.K. 458-1048231-34 0476/755895 an.verberne@hamok.be	Sponsoring	Dirk Godelaine Molenstraat 41 3980 Tessengerlo 013/675562 dirk.godelaine@hamok.be
Inschrijvingen	Dominique Schutjes Peerderbaan 13 3940 Hechtel 011/734453 fax: 011/733611 Rekening: HAM O.K Hechtel 735-0227934-69 dominique.schutjes@hamok.be	Informatica	Ronny Timmers VVO: sport & kaartencommissie Sonnisstraat 119 3530 Helchteren 0479/200967 ronny.timmers@hamok.be
		Jeugd	Sofie Herremans VVO: ploegencommissie Groenstraat 34/107 3001 Heverlee 0494/313525 sofie.herremans@hamok.be

Tussen Berm en Toog



Onze thuisgemeente Ham was ons heel genegen afgelopen maand. We konden het dorpscentrum en de gemeentepleinen belopen op het sprintkampioenschap en op de gemeentelijke sportlaureatenavond stonden Tuur, Roza, Phil op het atletenpodium en ik mocht er voor onze algemene clubprestaties op gaan staan. Phil Mellebeek zag zich tussen heel wat jeugdig geweld zelfs tot sportlaureaat 2011 van de gemeente Ham uitgeroepen! Proficiat Phil, zeker en vast verdiend! Zoals gewoonlijk was het er een aangename avond met heel wat natjes en droogjes en weeral het traditionele geschenkje voor de atleten die in de prijzen liepen vorig jaar. Met

zelfs het leeuwenaandeel van de weggeschonken buffs voor de hamokatleten!

Voor ons was de belangrijkste cross deze maand natuurlijk het Vlaamse Sprintkampioenschap in Kwaadmechelen op zondag 15 mei.

Luc Cloostermans had de bossen van Kwaadmechelen maar ook het centrum en het plein rond het gemeentehuis volgens de sprintnormen verkend en getekend. Heel wat lopers verslikten zich na de snelle opening natuurlijk in het dichte bosgedeelte. Op tijd en stond gas minderen blijft natuurlijk altijd belangrijk om fouten te vermijden, zeker in die

technische zone van de waarheid op het einde.

Tristan, Gunther en ikzelf konden ons na afloop Vlaams Kampioen noemen, Greet O, George, Toon en Gust vice-kampioen en An, Ian, Frederik, Jeroen H, Luc B en Phl werden knap derde. 212 deelnemers kwamen naar Ham en dat is goed voor een sprint. Pascal Mylle bood de jongste lopertjes zelfs een nieuwe kinder-O aan in het sportpark waar nog eens 30 atleetjes op af kwamen!

De volgende zondag was er de Nationale wedstrijd op de duingebieden van de Zwarte Bergen in Luiksgestel. Weer heel wat Hammers aanwezig daar en overwinningen voor Martine, Roza en Elien. Julienne, Danielle, Tuur, Tristan, Thomas (HE), Gunther en Ronny werden knap tweede en Hélène, Jeroen (HE) en ik behaalden er de derde plaats.

De tweede O-titel van het jaar kon eind mei in Sint-Truiden behaald worden. Borasca had er het stadscentrum en het Speelhof verkend en getekend op 1/4000, Sam Deferm was de ervaren baanlegger. Na de nuloperatie van de middenafstand in het verre Grandvoir was hamok nu iets meer aan het feest. Ik was erg blij met mijn gouden medaille en bijhorend kampioenenschildje... als oriëntatieloper word je om de 5 jaar de jongste in je reeks en voor de Sprint-O's is dit zelfs 10 jaar... en dat geeft natuurlijk altijd nieuwe mogelijkheden... Greet M, Gunther en Luc Cl behaalden er eveneens erg knap de bronzen medaille. En met bijna 300 deelnemers is de Sprint-O stilaan een volwassen deel van ons O-programma geworden!

Midden in het plezante lenteloopseizoen worden we nu echter plots met de te grote droogte geconfronteerd. Onze lenteloop van de Schotse Bossen hebben we met spijt moeten annuleren. De broers Aerts hadden alles gepland en geregeld

maar de weergoden beslisten anders... met de voorbije grote branden op Masy en in Kalmthout kunnen we de beslissing van het Agentschap Natuur en Bos best begrijpen. De baanlegging en de geprinte kaarten zijn natuurlijk niet verloren, we gaan deze cross zeker nog ergens in de kalender proberen in te passen.

Er is geen andere hamokcross voorzien in juni zodat we rustig kunnen uitkijken naar de Driedaagse van België in Beauraing!

Op zondag 19 juni nodigt Tuur ons zeker uit voor de jaarlijks terugkerende en steeds spannende "Beker van de Secretaris" op en rond het sportpark van Kwaadmechelen! Onmiddellijk daarna houden we onze Algemene Vergadering van 2011 waarop we heel graag jullie willen verwelkomen want Driedaagsedirecteur Wim hoopt er met jullie steun zijn organigram grotendeels te kunnen invullen! De kantineploeg zorgt er voor drank en misschien ook spijs om op een gezellige manier ons clubleven en de komende Driedaagse van Vlaanderen te kunnen bespreken.

Om af te sluiten natuurlijk ook aandacht voor onze jaarlijkse Finse Aflossing en bbq op vrijdag 1 juli aan de sportterreinen van Gsk op de kaart van Congo in Mol-Gompel! Stefaan Schutjes heeft de bbq-organisatie dit jaar in handen, Benjamin Anciaux de baanlegging! Ook hier stellen we jullie aanwezigheid erg op prijs, de opbrengst gaat zoals steeds volledig naar de hoge sportieve onkosten van onze eigen hamokatleten!

Intussen gaan wij ons nog eens meten met Scandinavische tegenstand in Litouwen en trekt ook een damesteam naar de Vierdaagse Mesa aan de Baraque Fraiture.

Tot op de Beker van de Secretaris!

Luc

Voorinschrijvingen

Alle inschrijvingen bij Daniëlle!

Beker van de secretaris

Zondag 19 Juni is de belangrijkste zondag van het jaar. Om 10.00uur (stipt) begint dan de Beker van de Secretaris aan sporthal 't Vlietje. Dat is, na het clubkampioenschap natuurlijk, de belangrijkste wedstrijd uit het clubgebeuren. Ieder krijgt een individueel aangepaste omloop naar zijn/haar kunnen aangepast. Dat mag letterlijk genomen worden. Deelname melden bij de secretaris himself voor 12 juni!

Tuur Cloostermans Olmensesteenweg 103 3945 Ham

Tf : 011.343880 - tuur.cloostermans@telenet.be

Met vermelding van kilometertijd die je, zonder onderschatting van je eigen zelve - denkt te lopen op de kaart van "HAM Centrum". (kaart van het Vlaams sprintkampioenschap). Desnoods lopen we enkel op het deel ten Noorden van het fietspad als we niet in het bos mogen.

Aansluitend de algemene vergadering. Zie uitnodiging achteraan deze knijptang.

Memorial "Jacky Sallaerts"

Iedereen herinnert zich onze goede oriëntatiecrossvriend Jacky Sallaerts nog wel. Omdat hij toch een monument binnen de oriëntatiewereld was, willen wij (Luc Heuninckx en Luc Bouve) als boezemvrienden van Jacky voor de tweede maal de "Memorial Jacky Sallaerts" organiseren in samenwerking met de 10 W Tac. Deze zal dit jaar doorgaan op vrijdag 24 juni 11 op het schietveld van Helchteren. Meer informatie (omlopen, wegaanduiding) kunnen jullie terug vinden in de VVO-kalender.

We willen deze organisatie niet aan één club verbinden omdat Jacky altijd voor iedereen klaar

stond. Daarom doen we ook een oproep naar iedereen die een steentje wil bijdragen. Luc H. zal instaan voor de baanlegging, inschrijvingen en computer, Luc B. neemt het organisatorische voor zijn rekening. Om iedereen (zowel militairen als burgers) de kans te geven om deel te nemen aan deze wedstrijd, kan er zowel in de voormiddag als 's avonds gestart worden. Met ons twee alleen kunnen we dit niet organiseren, daarom zijn we op zoek naar helpende handen van alle clubs. Het gaat van opbouwen, voorlopen, start, kantine, posten ophalen, afbraak enz. Kandidaten kunnen hun naam doorgeven aan lucbouve@hotmail.com . Inschrijven voor de wedstrijd zelf dient te gebeuren bij luceuninckx@skynet.be. We hopen op een talrijke opkomst. Alvast bedankt.

Luc X 2

Omlopen :

- 5 klassieke omlopen : omloop 1 = 9,2 km ; omloop 2 = 8 km ; omloop 3 = 6,7 km ; omloop 4 = 5,6 km ; omloop 5 = 4 km
- 2 specialekes (IOF, zonder zwart, oro-hydro, enz....) : omloop 6 = 7 km ; omloop 7 = 4,5 km

Voorinschrijving verplicht voor 22 juni 11 via luceuninckx@skynet.be , tony.celus@mil.be of lucbouve@hotmail.com

Start : van 10.00 Hr tot 13.00Hr en van 18.00 Hr tot 20.00 Hr

Wegaanduiding vanaf N719 Helchteren - Meeuwen

Finse Aflossing

Op 1 juli wordt voor de 16e keer de Finse Aflossing met aansluitende barbecue gehouden. Dit keer is de plaats van het gebeuren Congo. Dat wil zeggen dit jaar veel minder bramen, veel meer

klein reliëf en toch nog even spannende wedstrijden.

Het concept is welbekend, maar wij leggen het toch nog even uit. Je schrijft je de dag zelf in met een ploeg van twee. Ben je alleen, dan zoek je ter plaatse iemand die in dezelfde situatie is en vertrek je naar de start. Om 19u15 stipt wordt het startschot gegeven. Dan krijgt elke ploeg twee kaarten in de handen geduwd. Op elke kaart staat een heel postennet. Het is de bedoeling om al die posten te verdelen over de twee ploeggenoten en om ter snelste hand-in-hand over de aankomst te komen. Hoe je die verdeling maakt, is naar eigen voorkeur te beslissen, maar doe het niet zoals De Knijper en Marc Hermans enkele jaren terug. Trokken één lijn. Gij de boven-, ik de onderkant, riep Hermans en ze spurten weg. Pas toen ze elkaar tegen kwamen tijdens de wedstrijd hadden ze door dat de ene de kaart ondersteboven hield en zo de boven- de onderkant werd. Wij vertellen dit om te vermijden dat het ook u overkomt.

Wil je niet nog meer moeten nadenken dan bij een gewone loop, dan zijn er ook drie daginschrijvingsomlopen voor u voorzien door baanlegger Benjamin Anciaux. Starten kan tot 19u45.

Er zijn prijzen voorzien voor de eerste herenploeg, de eerste damesploeg, de eerste gemengde ploeg en de ploeg met het grootste leeftijdsverschil. Meestal hangt daar een gratis ijsje op de barbecue aan vast. En zo komen we bij het tweede, al even belangrijke onderdeel van die 1 juli-avond: de barbecue.

Voor de barbecue schrijf je vooraf in. Dat kan door een formulier door een hamok jeugd lid in de hand geduwd te krijgen, of er zelf één te vragen.

Dat kan ook elektronisch, door een mail naar BBQ@hamok.be te sturen. De uiterste inschrijfdatum is 29 juni, de kostprijs voor een hele avond vlees, groenten, pasta en brood is de luttele som van 10 euro.

Samenkomst: Voetbalterreinen GSK Mol-Gompel, Owenslei Mol

Wegaanduiding: vanaf het kruispunt N71 (Expresweg Mol-Lommel) met de N136 (Postel-Balen)

Nationale 3

Bastonge-Arlon, une Balise d'Avance organiseert op 3 juli de derde nationale wedstrijd in Martelange.

Wij kregen onderstaande boodschap in onze mailbox. Ze spreekt voor zich:

“H21E= 13.5km / 550m / 33 postes

Superbe parcours que j'ai testé hier ; très varié tant physiquement que techniquement.

Il faudra s'orienter tantôt dans un labyrinthe de petits sapins (régénération sauvage mais néanmoins précisément relevé), tantôt dans la hêtraie classique de la forêt d'Anlier très courant, mais la difficulté technique limitera la vitesse de course, tantôt dans du terrain très vallonné, techniquement simple, courable moyennant une importante dépense d'énergie...

Temps gagnant estimé. 95'

Je pense que c'est la plus belle et variée que nous ayons jamais organisée.”

Inschrijven voor 19 juni bij Daniëlle.

Varia

Kampioenviering 2011

Op donderdag 26 Mei werden in Ham de kampioenen gevierd.

Roza, Tuur en onze club waren bij de genomineerden van sportvrouw, sportman en sportclub van Ham. Phil Mellebeek werd verkozen tot sportman van het jaar !

Onze club was sterk vertegenwoordigd op deze viering en al onze leden die in het voorbije jaar een podiumplaats behaalden mochten een geschenk in ontvangst nemen en werden later ontvangen op de receptie.

Bedankt aan al onze leden die aanwezig waren op de huldiging en proficiat aan Phil voor de titel van "Sportman van het jaar".



Phil na weer een sterke wedstrijd

Ziekenbos

Vic Vanderstraeten verblijft nog steeds in het Salvator ziekenhuis in Hasselt. Hij ligt op kamer 215. Hij is te bereiken op 011.289229. Wij wensen hem een spoedig herstel toe.

Bent

17 mei 2011, 56 cm en 4,3 kg
Kleine bengel van Peter & Inge Krampiltz –
Demuyne, Kiezel 268 2450 Meerhout
0477/698755 - 0498/678770

Iedereen is van harte welkom op de babyborrel op 18 juni 2011 van 14 u tot 17 u in PC Zittaart, Lindestraat, 24 te Zittaart. (Graag een seintje voor 1 juni)

Vrijblijvende geboortelijst bij
<http://babybaby.geboortelijst.be/bentkrampiltz> of
pamperrekening: 979-5869146-69

Tuur en Roza

Ondanks de liefde van Tuur voor de club, mogen we niet vergeten dat hij eigenlijk getrouwd is met Roza, zelf natuurlijk ook niet uit het bos weg te denken. Zij zijn zelfs al 50 jaar getrouwd. Op de daarmee gepaard gaande festiviteiten beschreef de Knijper een dag uit hun leven, hierna te lezen.



Roza houdt Tuur in een wurggreep

Wij, van de knijptangredactie, willen daaraan toevoegen dat wij op diezelfde dag van feestgedruis nog om 14u30 een mail kregen van Tuur met daarin zijn bijdrage voor de Knijptang. Het feest zelf begon om enkele uren later. Als Roza dat te weten komt...

Een dag uit het leven van...

... *Tuur en Roza!*

Dag Tuur en Roza,

Vandaag zijn jullie een symbool van eeuwige trouw of van ouderwetsigheid, 't is maar hoe dat je het bekijkt in deze barre tijden van scheiden van 50 % van de Belgen.

Sta ons toe, als lid van uw levensclub, HAMOK, op zoek te gaan naar de geheimen van dit mysterie, jouw recept om al 50 jaar te kunnen genieten van elkaars aanwezigheid of gewoon bij elkaar te blijven zonder juridische bijstand.

En wat leert ons het meest van een huwelijksleven dan het leven van elke dag.

Met uw goedvinden doen we dus een poging om een reconstructie te maken van 1 dag uit jouw leven zodat de goegemeente haar conclusies kan trekken.

Een dag uit het leven van Tuur en Roza

Om 6 u loopt de wekker af. Een echte ronde wekker die rinkelt. De benen van Roza liggen wijd open. Nog van een kramp van de avond voordien toen ze tot elf uur met een kom peulerwten van Tuur zijnen hof op schoot zat. Tuur duikt in voorligsteun - naast zijn bed - en begint aan zijn ochtendgymnastiek. Roza verdrijft de kramp met fietsbewegingen.

In pyjama overvalt Tuur zijn kippen, verzamelt 7 eieren, klutst ze in de pan en knabbelt ondertussen bij wijze van tandenpoets op enkele radijsjes. Als Roza met frisse bos koffie zet, begint Tuur met het lezen van de krant en het geven van kommentaar.

Dehaene steelt zijn spaarcenten, Bart De Wever moeten ze koning maken en Roger Moens had maar niet moeten achterom kijken.

Roza vindt Freia Vandenbosch ook een trut, peult de laatste erwt van de avond voordien en kampt Tuur zijn haren want hij trekt voor een ochtendsessie den hof in. Hij wiert 17 rijen prei en 12 rijen selder, flanst een constructie van staken in elkaar voor de bonen, plukt drie kisten aardbeien en schoffelt het kippenhok proper.

Roza roept Tuur aan de telefoon. De voorzitter van Hamok wil weten of de gemeente Tessenderlo toelating heeft gegeven voor de volgende oriëntatiecross en Tuur zegt dat de toelatingen voor het volgende seizoen ook allemaal al in orde zijn.

Vic Vanderstraeten komt langs met een korf met 7 duiven. Tuur plukt ze levend en draait ze daarna vakkundig de kop om. Hij mag er twee houden, geeft één kist aardbeien mee aan Vic en Roza steekt ze in de stoofpot. Ze schilt de patatten en Tuur snijdt een verse bloemkool uit zijn hof en maakt zich klaar voor het plaatsen van de prébalisen voor de beker van de secretaris.

Hij wordt tegengehouden door Luc Bouve die posten terugbrengt van de laatste organisatie. Tuur hangt alle natte balisen te drogen aan zijn wasdraad en Luc drinkt samen met Roza een wijntje.

Tuur is in zijn tuinhuis blijven hangen om nog drie trofeeën in elkaar te knutselen en enige orde te brengen in zijn wedstrijdkaarten van seizoen 87-89 tot Roza voor het eten roept.

Tuur plukt nog een kom kersen voor het dessert. Tussen de soep en de patatten maakt Tuur een verslag van de jongste hamokwedstrijd voor Fred Engelen voor het Belang van Limburg en als hij 's namiddags vertrekt voor een initiatie voor de leerlingen van de school van Heppen op Gerhees steekt hij dat samen met een aanvraag voor jeugdsubsidies in de brievenbus van de post. Fred

Wellens heeft de posten al gezet en Roza komt na de afwas juist op tijd om de aankomsten te noteren.

7 leerlingen worden niet meer teruggevonden en Tuur vindt dat het elk jaar achteruit gaat met de conditie van de leerlingen. Drie balisen moet hij uit een dennenboom halen en maar vier piketten terug recht plooiën.

Als ze terug thuis komen staat Fernand Scheelen aan de deur voor het startmateriaal van volgende zondag maar Tuur zegt dat hij zich van week heeft vergist en belt naar Jos Duchesne die dat bevestigt. Fernand krijgt een zak tomaten mee en geeft Roza een kus.

Tuur vult zijn SVS-administratie in en belt naar de voorzitter van de sportraad om te zeggen dat hij de sportveertiendaagse van Ham wel zelf zal organiseren maar Roza protesteert want ze wil dat weekend wel eens naar de Ardennen.

Tuur zegt dat hij die veertiendaagse wel in de Ardennen zal organiseren, kijkt nog even vlug naar de aankomst van de 10de rit van de Ronde van Frankrijk en de finale van Wimbledon en draait den hof in voor de avondsessie.

Een uur later geeft hij aan Roza genoeg materiaal af om een halve diepvries te vullen en drinkt samen met Felicien Gillet en zijn madam een rood wijntje. Tussendoor telefoon van zoon Luc om te vragen hoeveel diepvriesruimte hij voor de

groenten en geslachte kiekens moet reserveren.

Rikske Geenen komt ook binnen vallen en ze hebben het over vroeger terwijl ze de speelkaarten boven halen.

Roza wint en om halfacht rijdt Tuur naar de Warande want het is vergadering van hamok en er moet toch iemand de sleutel gaan uithalen en de verwarming opzetten en de meubels klaarzetten.

Tuur heeft de kaart van Ham herverkend en geeft de resultaten aan Ronny die dat digitaal moet verteren.

Tuur zet die avond 8 jeugdtrainingen op de agenda, zegt viermaal “Ik zal dat wel doen”, houdt een filosofische beschouwing over topsport en heeft het slechts 2 maal over de tijd van Looise A.V.. Maar om 10 u is zijn tijd gekomen, plooit hij de boeken dicht, laat het gezelschap in de steek en keert terug naar zijn Roza.

Over de rest van de avond moeten wij de lippen stijf op elkaar houden maar welaan dan, geacht feestgezelschap, ligt de kracht van een gouden koppel niet besloten in het eten van gezond voedsel, het koesteren van een uitgebreide analoge vriendenkring, een innige omhelzing na een clubvergadering en een onverdroten werkkraft voor die club. Vooral dat laatste mag ons nog vele jaren welgevallig wezen.

Vanwege hamok nog vele identieke dagen.

VK Sprint

15 mei 2011 - Ham

Sprintoriëntatie is gewoonlijk iets wat de doorgewinterde oriëntatieloper zo maar doet omdat dat nu eenmaal de enige wedstrijd is die er dat weekend op de kalender staat. De echte oriënteur houdt namelijk meer van bos dan van huizen, ploetert liever over een zandweg voort dan een verschroeiend tempo op een verharde weg te ontwikkelen en de meest sadistische loopt ook liever door een bos vol bramen dan over een groen stukje gras. Het Vlaams kampioenschap sprintoriëntatie in Ham bleek beide kampen te verzoenen. De snelle jongens en de toeschouwers kregen van baanlegger Luc Cloostermans eerst de kans om zich uit te leven in de straten van Kwaadmechelen. Daarna kwam het echte werk, want waar er eerst in hondersten van seconden gerekend moest worden, werden dat in het tweede bosrijke gedeelte ettelijke seconden. Zo'n wedstrijd was al lang niet meer vertoond in het circuit en de commentaren achteraf bestonden dan ook uit niks anders dan positieve bewoordingen.



Baanlegger Luc en Martine

Wat eveneens positief genoemd mocht worden waren de prestaties van de plaatselijke club hamok. Met 13 podiumplaatsen op de 44 over alle leeftijdscategorieën gespreid was het duidelijk dat

iedereen extra gemotiveerd aan de start verscheen. Alle Hamse podiumplaatsen staan hieronder vermeld, maar wij willen toch de voornaamste even in een bredere, fellere schijnwerper plaatsen. Zo kleurde bij de juniors het hele podium hamokrood. Tristan Bloemen toonde zich de betere van Toon Melis en Frederik Meynen. Ook in de oudere reeksen was het succes aan de plaatselijke veelwinnaars. Phil Mellebeek, bijna op het wedstrijdgebied wonend, hoopte natuurlijk op meer, maar een derde plaats is ook niet slecht. Ook in de elitereeksen waren het dichte ereplaatsen die door hamok gewonnen werden. Bij de dames was er een snelle tweede plaats voor Greet Oeyen, terwijl bij de heren de spannende wedstrijd eindigde met een derde plaats voor Jeroen Hoekx. Winst was er in de Mastersreeksen voor Gunther Deferme en voorzitter Luc Melis.

Eerste plaats
Tristan Bloemen (H Junioren)
Gunther Deferme (H Masters A)
Luc Melis (H Masters B)
Tweede plaats
Greet Oeyen (D Open)
Toon Melis (H Junioren)
Georges Deferme (H Masters C)
Gust Nijs (H Masters E)
Derde plaats
An Verberne (D Masters A)
Ian Geldof (H Beloften)
Jeroen Hoekx (H Open)
Luc Bouve (H Masters B)
Phil Mellebeek (H Masters D)

Met in totaal 212 deelnemers in de reguliere wedstrijd en een ons onbekend aantal in de initiatielopen kon er van een meer dan geslaagde organisatie gesproken worden. De vernieuwde kaart zal ook de komende jaren voor menige clubwedstrijd of training een uitdaging blijven.

Nationale 2

22 Mei – Zwarte Bergen, Luyksgestel

Sperperiode in Vlaanderen, dus moet er een oplossing gezocht worden om toch een nationale door en Vlaamse club te laten organiseren. Zo heeft Trol nogal goede banden met KOVZ en was de oplossing eenvoudig: ga 5km de grens over. Daar komt dan nog eens bij dat de bossen in Nederland meestal wat witter zijn, bramen amper voorkomen en dat er mooie zandduinen te vinden zijn. Kortom, iets wat wij alleen maar kunnen aanmoedigen.

Wij gingen dus naar Luyksgestel met de verwachting om daar een dik uur van de ene post naar de volgende te mogen navigeren tussen de duinentoppen. Onze verwachting kwam niet uit. Geen uur, maar eerder 1u40 lang zagen wij de bodem onder onze voeten doorschuiven. 16,8km wedstrijd, dat is langer dan enkele Lang-OL edities van in de tijd dat die nog gelopen mocht worden.



Thomas van der Kleij, 2e HE

Dat de Zwarte Bergen een terrein zijn waar de doorsnee hamokloper zich op thuisvoelt, mag zeker blijken uit de resultaten. Wat direct opvalt is de eerste plaats bij de Dames B van Elien Melis. Volgens broer Toon is haar plan om dit jaar “top te zijn in DB, volgend jaar de D21 te overheersen, het jaar daarna bij de Elites terug zoals in vroeger tijden alles winnen en het jaar daarna aan te treden in SuperElite, waar ze eigenlijk thuishoort”. Dat zei hij niet letterlijk natuurlijk, maar daar kwam het wel op neer. De dames waren trouwens de sterkhouders van hamok. Geen enkele eerste plaats voor de mannen. Op de tweede plaats waren er hammers in overvloed. In het licht van de artikels op de vorige bladzijden willen wij er ook op wijzen dat Roza won en Tuur maar tweede was. Dat zijn de momenten dat wij daar niet aan huis willen passeren.

Eerste plaats
Elien Melis – DB
Martine Taffeiren – D50
Roza Goos – D70
Tweede plaats
Julienne Vanreusel – D50
Daniëlle Nolens – D65
Ian Geldof – H-16
Tristan Bloemen – H-18
Thomas van der Kleij – HE
Ronny Timmers – H35
Gunther Deferme – H40
Tuur Cloostermans – H75
Derde plaats
Hélène Gielen – D65
Jeroen Hoekx – HE
Luc Melis – H50

Wisselbeker "Gilbert Autmans"

25 Mei – Eupen

De wisselbeker "Gilbert Autmans" is een aflossingswedstrijd die elk jaar door het Koninklijk Militair Instituut voor Lichamelijke Opvoeding (KMILO) in de omgeving van Eupen wordt georganiseerd. Deze editie waren de bossen langs de atletiekpiste Schönefeld het wedstrijdterrein. Het eindklassement voor deze wisselbeker wordt opgemaakt door de optelling van de tijden van de beste twee ploegen per eenheid/club. Elke ploeg bestaat uit drie oriënteerders die elk ± 6.5 km moeten afleggen. Als oudgediende van het Belgisch leger deed ik een oproep om met HAMOK mee te doen aan deze wedstrijd. Uiteindelijk kregen we maar één ploeg bij elkaar; Dirk Deijgers, Luc Melis en ikzelf zouden onze roodwitte clubkleuren verdedigen en trachten een zo goed mogelijk resultaat bij de burgerclubs neer te zetten. Ter plaatse kwamen we ook nog Dries Vanderkley tegen die zich pas op het laatste moment had ingeschreven en dus geen ploeg had. Hij zou toch kunnen starten maar met een onvolledige ploeg (slechts 2 lopers).

Dirk was de eerste loper van onze HAMOK-veteranenploeg en moest dus het gewriemel tijdens een massastart ondervinden. Door onze wat laattijdige inschrijving bevond onze kaart zich bijna het verst van de doorgang om naar buiten te lopen. Dirk (die toch vlug zijn kaart vast had) moest zich al botsend een weg banen tussen lopers die van links naar rechts als dollen kippen rondvlogen omdat ze niet op voorhand gekeken hadden waar hun kaart hing. Na 1.700 m was er een kijkpost en daar is altijd de vraag : wie komt er als eerste uit de bos? Omdat Dirk fameus gehinderd was bij de start werd hij niet bij de eersten verwacht. Wij (Luc x 2) waren dan ook verbaasd wanneer hij als vijfde de kijkpost aandeed (Kan een piloot dan toch vliegen door de bos?). Luc M. zijn tikkertje begon aan te slaan en

prompt begon hij zijn opwarming. De eerste loper die de aflossingszone binnen kwam gelopen was onze Dries met de nummers 2, 3 en 4 op geruime afstand. Luc M. stond ook al in de aflossingszone op Dirk te wachten. Toen de nummers 5 tot en met 10 binnen gelopen kwamen was er nog altijd geen Hamok-truitje te zien. Wachten duurt lang, maar dit was toch wel buiten verwachting. We begonnen al te twifelen of Dirk niets aan de hand had maar rond de 35e plaats kwam hij toch binnen gelopen. Luc M. liet het niet aan zijn hart komen en vertrok of er niets aan de hand was. Dirk had zich na de kijkpost ergens compleet in het onbekende gelopen en was niemand in de omgeving tegengekomen om te vragen waar hij zich bevond. Dan is het altijd balen, maar welke oriënteerder heeft dit nog niet aan de hand gehad? Maar Balen liep ook door de bos. Onze voorzitter liep zoals hij tegenwoordig elke week bezig is : onopvallend maar wel juist en met een drafje waarvan je denkt dat hij niet snel vooruit gaat (maar zijn resultaten zijn wel verbluffend). Hij zette een knappe tijd neer en zo maakten we een remonte naar een plaats binnen de top 15. Toen was het mijn beurt. Ik wist van mijn trainingen dat mijn conditie top was en wou dus nog enkele plaatsen goed maken om misschien de top tien te kunnen binnen duiken. Eén voor één raapte ik lopers op. Daar zaten nog 2e lopers bij, maar ik zag aan de witte borstnummers (3e lopers) dat ik regelmatig een plaats in de rangschikking opschoof. In het 2e deel van de wedstrijd moest ik wel enkele kleppers (o.a. clubgenoot Gunther Deferme en Bart Delobel) laten voorbij gaan, maar dat is zeker geen schande. Aan de meet was ik zeker dat we ons met een veteranenploegje van 152 jaar kort bij de 10e plaats genesteld hadden. Maar toen kwam het slechte nieuws : Luc B. = declassée. Ik wist dat ik elke postnummer goed gecontroleerd had, want ik had al in het begin

ondervonden dat er regelmatig posten van verschillende omlopen heel kort bij elkaar stonden; dus de back-up label nakijken : er mankeerde een puntje. Had ik dan een post slecht ingelegd want ik had toch ze toch allemaal gedaan? Ik kon het niet begrijpen (ongelovige Thomas) tot ik op de kaart mijn volledig looptraject had aangeduid. Toen viel mijne euro, ik ben van post 17 rechtstreeks naar post 19 gelopen en had dus het korte been naar post 18 overgeslagen. Hier is het woord balen voor de derde maal op zijn plaats. Eindresultaat van de ploeg : gediskwalificeerd, weg onze mooie rangschikking en misschien wel een eerste plaats als burgerclub. Deze trofee werd dit jaar (net zoals de voorgaande jaren) gewonnen door FRSO

(ook in de totaalstand per ploeg 1e) maar in mijn ogen is dit geen club maar wel een federatie. Maar deze discussies zullen we hier maar niet voeren.

Ik heb bovendien weer een lesje bijgeleerd : ook al wordt je ouder (wijzer?) en heb je keigoede benen, loop nooit sneller dan dat je verstand kan volgen. Bovendien heb ik aan mijn ploegmakers de belofte gedaan om in het BK aflossing (ongeacht in welke ploeg ik zit) dit terug recht te zetten. Hopelijk krijgen we dan niet : schrijf nooit wat je verstand niet kan waarmaken. De tegenstrevers zijn bij deze toch gewaarschuwd. Op naar Sterrenbeek.

-- Door Luc Bouve

BK Sprint

29 Mei – Sint-Truiden

Drie medailles. Dat is alles wat hamok mee naar huis mocht nemen na het Belgisch kampioenschap sprintoriëntatie in Sint-Truiden. Het konden er meer zijn. Zo lagen zowel Tristan als uw dienaar op medaillekoers en hadden ze die aan de hand van de gelopen tijd ook in ontvangst mogen nemen. Tristan werd door de jury hardhandig uit de wedstrijd gezet wegens het overschrijden van een volgens de normen niet overschrijdbare haag. Uw dienaar diskwalificeerde zichzelf omdat hij over dezelfde haag was gelopen. Een schoothondje moest zelfs niet springen om er over te kunnen, zo onoverschrijdbaar was het. Luc Cloostermans beschrijft in het volgende deel van het artikel vakkundig wat er allemaal mis was met de aankomstzone.

Met al die negatieve klanken zouden wij nog bijna voorbij gaan aan de lichtpuntjes die er wel degelijk waren. Voorzitter Melis was al overtuigend Vlaams kampioen geworden in Ham enkele weken voor dit BK. Hij was dan ook de te kloppen man in zijn reeks. Last en zenuwen komen in zijn woordenboek enkel met betrekking

toe de concurrentie voor. In zijn overbekende dieselstijl walste hij die concurrentie dan ook plat. Roger Hendrickx kon vanop de tweede plaats enkel bewonderend toekijken. Op de derde plaats moest Wiet Laenen de podiumtrede delen met Luc Cloostermans. Luc vond dat zo maar niks. Was liever alleen derde, of eigenlijk tweede. Had zo hard gelopen dat de organisatie nog geen lint had kunnen spannen van de laatste post naar de aankomst en verloor daar een halve minuut.

Eerste plaats
Luc Melis – H Masters B
Tweede plaats
Gunther Deferme – H Masters A
Derde plaats
Luc Cloostermans – H Masters B

Toch is het nog mogelijk dat er nog hamoklopers een sprintmedaille mee naar huis mogen nemen. In de kortere omlopen was er in het begin van de wedstrijd een post verdwenen. Die werd teruggezet, maar toen was de wedstrijd van een aantal toppers al afgelopen. In navolging van het

incident in de elitereeks van het BK in Lommel enkele jaren geleden, waar een kwaadwillege mevrouw onterecht een poortje dat niet haar eigendom was tijdens de wedstrijd had afgesloten,

werd de wedstrijd dus geannuleerd voor de desbetreffende categorieën. Een vervangwedstrijd zal op de kalender verschijnen.

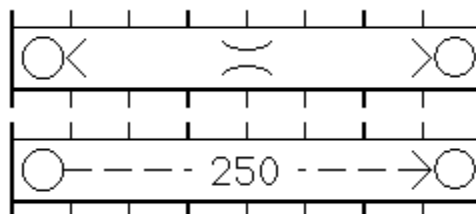
Regels zijn regels en normen zijn normen.

Ik wil even reageren op het BK-sprint te Sint-Truiden. Het stadsgedeelte vind ik op een paar details na zeer goed getekend en de baanlegging was prima. De stad Sint-Truiden biedt verrassend veel wegkeuzemogelijkheden en veel leuke steegjes, muren, doorgangen, enz. Aan de tijden en het aantal diskwalificaties te zien had men de wedstrijd misschien beter afgesloten aan de kijkpost. De winnaartijd moet bij een sprint ongeveer 15 minuten zijn (volgens IOF tussen de 12 en de 15 minuten). Enkel de heren beloften komen in de buurt van deze tijd.

Het gedeelte vanaf de kijkpost wil ik eens onder de loep nemen, vooral omdat men zeer strikt de regels heeft toegepast betreffende het overschrijden van het donkerste groen (ik kom hier verder op terug) wat uiteindelijk geleid heeft tot het declasseren van ongeveer 1/3 van de deelnemers in de open categorie van de heren. Misschien hebben de andere deelnemers veel geluk gehad dat er enkel op het einde van de voormiddag iemand stond om de namen van de zondaars te noteren, anders waren er waarschijnlijk nog veel meer slachtoffers gevallen. Maar, als men de regels zeer strikt wil toepassen moet men als organisator ook onfeilbaar zijn. Ik zal hieronder dus eens uitgebreid ingaan op de normen van de sprintkaarten, want normen zijn normen en die moeten ook nageleefd worden! Om de rest van dit artikel goed te kunnen volgen raad ik jullie aan de “online” versie van de kaart (op de volgende pagina) en de foto te bekijken. Voor de punten van kritiek geef ik telkens de volgens mij juiste oplossing.

1. Het begint aan de kijkpost. Iedereen zal wel een gelijkaardige beschrijving gehad hebben vanaf de kijkpost. Wat wil dit zeggen? Verplichte volgweg met lint tussen twee posten, dus vanaf de kijkpost tot aan de eerste post in het park moest een lint gespannen zijn. Dit zou een mooie spaghetti geweest zijn omdat de meeste omlopen een andere eerste post na de kijkpost hadden. Van de vroege starters hebben er verscheidene een toertje gemaakt op de parking voor

de veehal. De latere starters hadden het natuurlijk door en waren hierdoor in het voordeel. Een juiste beschrijving is hiernaast weergegeven. Deze zegt gewoon dat er een verplichte doorgang is tussen twee posten.



2. Een zwarte stippellijn mag NIET gebruikt worden voor paden op sprintkaarten omdat dit verwarring kan meebrengen met muren (symbool bestaat niet in de norm!). Op de koop toe wordt dit pad getekend naast een muur. (PS: de beek loopt onderaan de berm en natuurlijk niet halverwege de berm)

3. Elk symbool heeft minimum afmetingen. Voor een verharde weg is dit 0,63 mm want overeenkomt met een breedte van ongeveer 2,5 meter op schaal 1/4.000. Ook al is de weg smaller, de minimale breedte is altijd van toepassing omdat een smaller symbool niet goed meer leesbaar is. Bovendien ligt dit pad in een “non-urban” gedeelte zodat de inkleuring moet gebeuren in 20% donkerder bruin dan de gebruikte inkleuring voor het stadsgedeelte.



4. Het brugje over het brede water is amper zichtbaar (ik had het in elk geval niet gezien en heb hierdoor een omweg gemaakt via de andere brug). Het water moet onderbroken worden.

5. De inkleuring van de siertuintjes kan in vraag gesteld worden. De haagjes zijn amper 30 cm hoog en in het donkerste groen getekend, dus kan of mag niet overschreden worden. De rest van de siertuintjes is getekend in licht groen, dus je mag door de rozen lopen. Is deze keuze wel logisch? Volgens mij niet en is het zeker niet de bedoeling dat de lopers door de siertuintjes zouden lopen en hadden de perkjes volledig ingekleurd moeten worden in het donkerste groen. Nu werden er lopers dus gedeclasseerd omdat ze over deze haagjes sprongen. Regels zijn regels! Tja, maar valstrikken uitzetten om lopers moedwillig in de fout te lokken en dan achter een hoekje gaan staan om de namen te noteren is niet meer van deze tijd.

6. Over dit donkerste groen gesproken. Als je goed kijkt zie je dat er extra zwarte stippen (raster) getekend zijn bovenop de groene kleur. Deze combinatie bestaat NIET in de norm.

7. En het pad in de siertuintjes heeft een witte achtergrond (bos?). Zo ook de zone rond mijn post 12. Nochtans staat er geen enkele boom. Deze paadjes hadden volgens mij beter getekend met het voorziene symbool voor onverharde paden i.p.v. met dit voor smalle paadjes.

8. Merkwaardige voorwerpen met een witte vulling? In een open bos is dit mogelijk maar niet boven lichtgroen.

9. De combinatie van donkergeel met grondbegroeiing is NIET toegelaten volgens de norm. Licht geel met grondbegroeiing mag wel.

10. En ten slotte van de laatste post naar de aankomst. Ik had de pech als eerste te starten en net zoals bij de kijkpost moest er een lint hangen tussen de laatste post en de aankomst. Vanwaar ik kwam leek het mij logisch uit te kijken naar dit lint om mij te helpen de laatste post te vinden. Pech, het lint hing er niet en ik verlies hierdoor minstens 30 seconden. Nadat ik mijn beklag heb gedaan werd het lint gehangen zodat jullie het waarschijnlijk niet gemerkt hebben. Mij kost het de tweede plaats!

Eén opmerking over het stadsgedeelte. Er komt een soort kaki voor op de kaart, een tint tussen licht bruin en het groen van privé. De juiste betekenis van

symbool is onbekend want nergens op de kaart wordt er melding gemaakt van deze afwijking. Blijkbaar is dit symbool gebruikt voor een harde zanderige ondergrond of voor dolomiet. Voor paden moet hiervoor in elk geval een licht bruine inkleuring gebruikt worden. Ook als het gaat over grote zones is de norm duidelijk: als de zandgrond een goede beloopbaarheid heeft moet deze getekend worden als grasland (donker geel) of als verhard terrein (licht bruin). De gebruikte tint bestaat dus NIET in de norm.



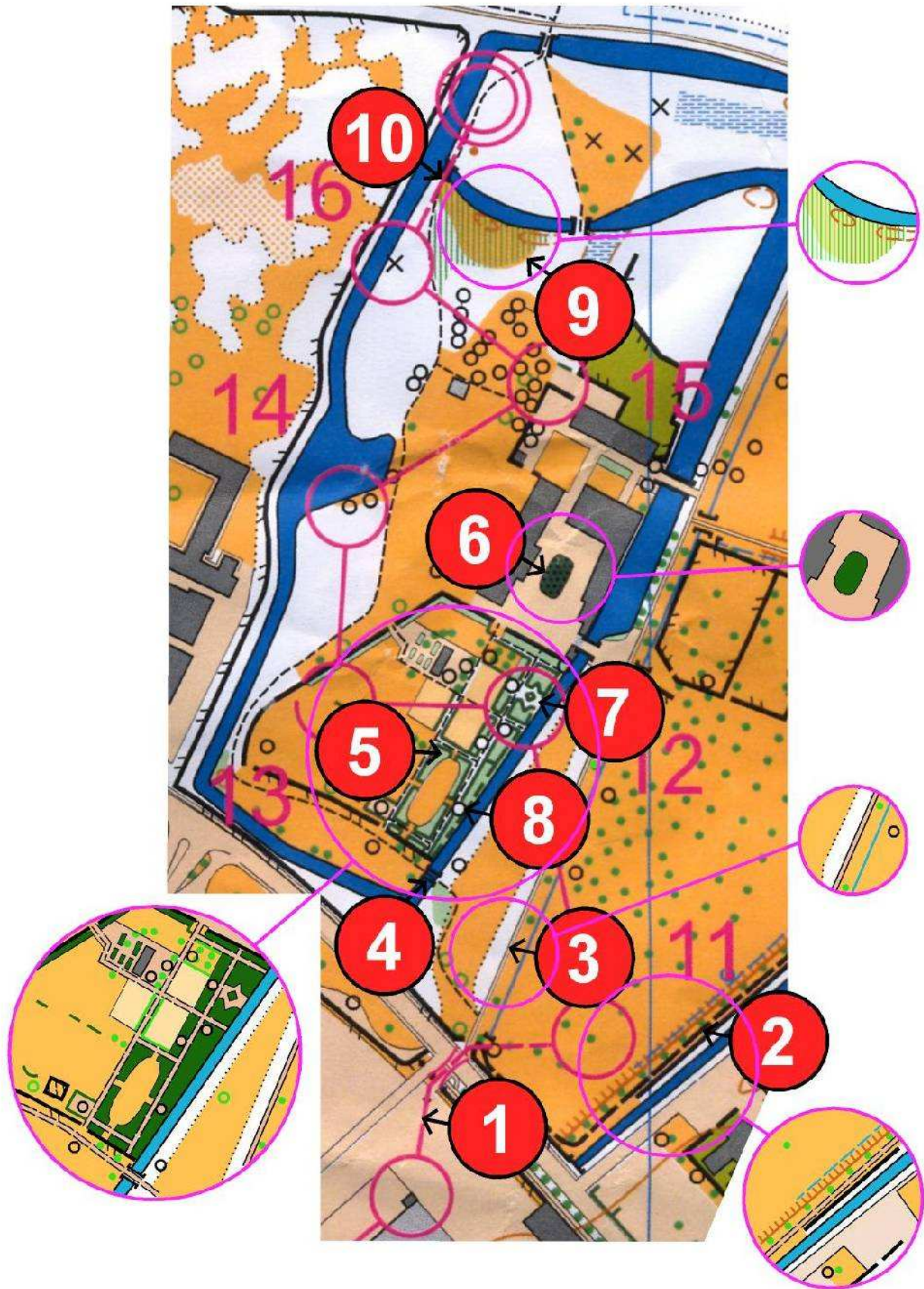
Het naleven van de normen is zeker geen eenvoudige opgave. De laatste maanden heb ik er mij in verdiept omdat ik in het najaar met een nieuw boek over het tekenen van kaarten op de proppen ga komen. Vandaar dat deze fouten mij onmiddellijk opvallen. Daarnaast teken ik voldoende kaarten en help ik vaak met organiseren om te weten dat er altijd wel iets mis kan gaan of dat er fouten kunnen gemaakt worden, maar het uitlokken van declasseringen is zeker niet in de geest van de IOF. Twee uittreksels uit het IOF wedstrijdreglement om dit laatste te staven:

Bijlage 2 over de baanlegging en de deelnemers aan een sprint: “Competitor enjoyment: The popularity of orienteering can only be enhanced if competitors are satisfied with the courses they are given.”

Bijlage 6 over de wedstrijdtypen en meer in het bijzonder over de baanlegging bij sprintwedstrijden: “Course planning considerations: The course must be planned to avoid tempting competitors to take shortcuts through private property and other out-of-bound areas.”

Jammer dat een leuke wedstrijd in een mooie stad met een prima baanlegging ontsierd werd.

Luc C.



Driedaagse van Vlaanderen

13 - 14 - 15 augustus 2011



Drie schitterende kaarten en dito wedstrijden... maar ook nog véél helpers gezocht!

Om de drie jaar, alternerend met KOL en Omega, organiseert onze club een Internationale driedaagse, telkens in het weekend van halfoogst. Dit jaar strijken we neer in Lommel.

We organiseren er twee dagen op onze legendarische kaart KATTENBOS en één dag op een spiksplinternieuwe kaart in Lommel-Heeserbergen.

De eerste dag zaterdag 13 augustus wordt er gelopen in Kattenbos-Zuid. Tijdens deze wedstrijd wordt er opnieuw gebruik gemaakt van de omgeving van Camping Blauwe Meer. Dit is geleden van het BK Midden-afstand dat destijds nog gelopen werd in twee wedstrijden. Een kwalificatie in de voormiddag en een finale kort na de middag. Deze zone wordt gekenmerkt door het fijnste klein- reliëf dat er in de Noorderkempempen te vinden is. Aan de overzijde van de weg Lommel-Leopoldsburg zijn er naast klein reliëf, ook nog enkele oude zandwinnings en een recent mooi uitgezuiverde carrékes zone die door kappingen een héél ander uitzicht gekregen hebben. Aan de Zuid-West zijde is er nog een pittig heidegebied. Dus alles aanwezig

om het hartje van een doorwinterde oriënteur sneller te laten kloppen.

Dag 2 komt Kattenbos-Noord aan de beurt. Ook hier veel klein reliëf afgewisseld met jonge heide en duinenzones en eveneens goed doorloophbare percelen. Ook hier dus veel variatie en uitdagende terreinen die de vergelijking met de Lommelse Sahara kunnen doorstaan.



Heeserbergen

Dag 3 wordt een nieuwe kaart gepresenteerd. De kaart kreeg de naam Heeserbergen mee. En 'bergen' zijn er inderdaad. Centraal op de kaart was destijds een hoge zandduin. Deze werd gebruikt voor zandwinning en is dus nu omgetoverd tot een enorme inzinking waar de dennen vrij spel kregen. U raadt het al...een paradijs voor de oriënteur. Verder nog héél veel klein reliëf in afwisselend goed en minder goed doorloophbaar bos. Dit is het terrein van de 'echte' oriënteur. Ondanks het feit dat er geëindigd wordt met een middle distance zal hier nog héél wat tijd goedgeemaakt of verloren kunnen worden...

Dus sportief zal niemand iets te kort komen tijdens deze driedaagse. We hopen dan ook op een massale deelname van HAMOK en uiteraard van de andere Vlaamse en Waalse clubs naast een

resem buitenlanders die komen genieten van onze toch wel interessante terreinen.

Het organisatiecomité is al enkele maanden bezig met de voorbereidingen. Nu alles echt dichtbij komt doen wij een oproep voor uw medewerking. Er zijn immers veel helpende handen nodig om deze driedaagse tot een goed einde te brengen. De grote lijnen liggen vast...nu is het tijd om de laatste puntjes op de i te plaatsen en daarbij is uw steun onontbeerlijk!

Hieronder een overzicht van wat al ingevuld is en waar nog blinde vlekken zijn:

Algemene wedstrijdleiding: Wim Hoekx

Baanleggers: Dries van der Kleij, Jeroen van der Kleij, Wim Hoekx



Kaartfragment Kattenbos - Noord

Kaartverkenningen: Wim Hoekx

Postenzetters/ophalers/balising

wedstrijdlocaties en wedstrijdcentrum: Thomas van der Kleij/Benjamin Anciaux/de baanleggers/
nog enkele te bepalen helpers

Voorlopers: *...nog te bepalen*

Controle prébalisen: Jeroen Hoekx/Thomas van der Kleij/Benjamin Anciaux

Coördinatie/opvang wedstrijdcentrum PROVIL (Provinciale school Lommel-Duinenstraat 1, Lommel): Patrick Bleyen

Startploeg(en): *...nog te bepalen helpers*

Materiaalmeester: Georges Deforme

Computerploeg: coördinatie Ronny Timmers
aangevuld met *... nog te bepalen helpers.*

Catering/cafétaria: coördinatie An Verberne
aangevuld met *...nog te bepalen helpers.*

Inrichting wedstrijdlocaties: *...nog te bepalen helpers*

Wedstrijdlocatie dag 1 en dag 2: weiland bij boer Lijen (Zandstraat); dag 3: omgeving van voetbalterrein FC Germinal. Dag 1 en 2 kan alles dus opgebouwd blijven staan. Na dag 2 dient alles afgebouwd te worden en opgebouwd op locatie van dag 3.

T-shirts/sponsoring en prijzen: Bart Mellebeek
Kinderopvang drie wedstrijddagen, + kinder O op 3de dag: Pascal Mylle

Protocol, prijsuitreiking: Jos Thijs

Drankposten/drank bij aankomst: *...nog te bepalen helpers*

Parkeerwachters: *...nog te bepalen helpers*

Wedstrijdboekje: *...nog te bepalen*

We zijn nog op zoek naar enkele tenten te gebruiken voor administratie/cafétaria/schuilplaats lopers bij slecht weer...

Verder zoeken we nog wat handelbare en verplaatsbare tafels.

Wie heeft er een camionette of remorque voor vervoer van materialen van dag 2 naar locatie dag 3?

Zoals je merkt is er al heel wat ingevuld maar toch zoeken we nog héél wat helpende handen. En vele handen maken het werk licht!

Heb je wat tijd en clubliefde geef dan je naam door voor één van de cursief gedrukte taken. Mail even naar Wim Hoekx (zie bestuur), bel 011/552440 of spreek een van de werkgroepleden aan. We hebben uw hulp hard nodig!

Op de algemene vergadering van zondag 19 juni in Ham (tevens wedstrijd 'beker van de secretaris) zal de driedaagse en het wedstrijdorganigram nogmaals overlopen worden.

We rekenen op uw hulp en uw enthousiasme om de driedaagse 2011 tot een succes te laten uitgroeien.

De Zondag

Op woensdag 18 mei in Sledderlo...

Je hebt soms zo van die dagen dat er precies niets wil lukken. Wel vandaag had ik zo een dag !

Op het werk liep alles maar mis wat er mis te lopen viel, computer werkte niet naar behoren, printer deed raar en Zuid-Afrika (ja onze helpdesk zit nu eenmaal in ZA) kon me niet verder helpen, belangrijke vergadering in verband met komende verlofwerken gecanceled, verlof geweigerd, ... kortom, een dag om snel te vergeten.

Vanavond zou ik me eens goed ontspannen, dus vol goede moed vertrok ik richting Genk om aan een lenteloopje deel te nemen. Onderweg belandde ik uiteraard in een file. Gelukkig was die redelijk snel opgelost. Hopelijk was het nu niet te druk in Genk want zij hadden immers kampioen gespeeld. Al bij al viel dit alles nog mee.

Aan de inschrijving was ik vastbesloten om omloop 1, voor de niet-kenners, de langste omloop die er te kiezen viel, af te leggen. De stress moest uit mijn lijf. Wim Hoeckx was ook al daar. Hij vond het een hele ambitie dat ik voor de lange omloop had gekozen, maar ach, ik had toch een zee van tijd en wat is nu 6 km ? Achteraf bleek dit een spijtige vergissing ...

Bij post 1 ging het al goed mis. Ik dacht me goed te oriënteren, maar nee. Na wat te hebben rondgetaffeld en gezocht vond ik dan uiteindelijk deze post tussen de lage struikjes. Op naar de volgende met iets meer concentratie. Op weg naar deze post liep ik naast een geweldig prachtige moskee. Even kijken en hop dan verder. Ik kwam terecht in een turkse wijk. De wijk leefde. Mannen klitten in groepjes samen, maar ook de vrouwen hielden buiten aan de deur een gezellig theekransje. Joelende kinderen vergezelden ons al

lopend of met de fiets. Een van de vrouwen vroeg me zelfs welk spelletje er gespeeld werd. Het was daar een drukte van jewelste.

Post 2 ging iets beter, omloop wordt verder gezet. Volgende posten worden gevonden. Vanaf post 8 gaat het dan volledig mis. Ik vind hem niet, loop terug richting de 7, nog eens terug richting 8 en maar zoeken. Met wat ben ik toch in godsnaam bezig. Ik kwam om me te ontspannen, maar noem je dit nu ontspanning ? Ik had me dit eerlijk gezegd toch anders voorgesteld. Ondertussen vind ik post 8 en loop verder. Elke post erna moet ik zoeken. Wanneer ik naar post 16 loop en ook daar weer begin rond te dolen geef ik er de brui aan. Ik hou het voor bekeken. Heb er echt geen zin meer in en loop binnen. De eerste keer in mijn oriëntatiecarrière dat ik er mee stop. Ben nog meer gestresseerd dan voorheen. Kneed me om en zoals gewoonlijk zitten er gelukkig nog enkele hammers aan de toeg. Ook zij zagen dat het niet goed was. Wim had me nog zo gewaarschuwd om toch niet te veel ambitie te hebben, maar ja, noem dit dan maar vrouwelijke koppigheid !

We overlopen het parkoers maar zelfs daar kan ik me niet op concentreren en eerlijk gezegd, het interesseert me op dat moment allermist. Ondertussen komen er nog wat lopers binnen en hoor ik hier en daar dat ook zij toch hebben moeten zoeken. Ben toch niet alleen.

We praten dan maar gauw over wat anders en drinken er nog eentje. Dit keer ontbreekt zelfs de goesting in een wijntje. Ondertussen is het tijd geworden om huiswaarts te rijden, snel vergeten dit crosske, maar vooral deze dag. Morgen starten we vol goede moed opnieuw !

Beste Hamokker
Hamokster,

Met dit schrijven nodigen wij u uit op onze jaarlijkse algemene vergadering op zondag 19 juni 2011 om 11.00 uur in de **SPORTHAL 't VLIETJE** te Ham-Kwaadmechelen

Programma: 1. Welkom (Luc)
2. Sportief Verslag (Tuur)
3. Financieel verslag (An)
4. Ontlasting bestuurders
5. Aanduiding controleurs 2010
6. Voorstellen kandidaat-bestuursleden
(kandidaat-bestuursleden moeten zich schriftelijk melden)
7. Verkiezing vernieuwd bestuur
8. Verdeling functies binnen het bestuur
9. Voorstelling Driedaagse van Vlaanderen 2011 (Wim Hoekx)

Wij hopen u allen op deze vergadering te mogen verwelkomen
Sportieve groeten
Het bestuur

P.S.: Vergeet het aperitiefje niet:
de oriëntatiecross 'Beker van de secretaris'
start om 10 uur.

Beker van de secretaris

De cross van 't jaar waar Phil Mellebeek zijn titel van 'Sportman van het jaar' op het spel zet!

zondag 19 juni 2011
Start om 10 u
Sporthal 't Vlietje
Ham-Kwaadmechelen

(met in aansluiting de algemene vergadering en een zondags aperitiefje)