

# hamok

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

## Voorwoord



De 3-daagse van België zijn achter de rug en we hebben ervan genoten, sommigen met weemoed, de andere met de glimlach op hun gelaat.

Lommel en omstreken kunnen ons bekoren en zeker onze Wim heeft zich van zijn beste kant laten zien. Niet allen kaarten tekenen, moeilijke omlopen neerleggen, ombudsman naar de gemeente spelen en ceremoniemeester bij de uitdeling van de prijzen. Het is niet te verwonderen dat hij de pluim van de gemeente mocht ontvangen van die bevallige schone.

Bedankt Wim voor deze 3/4-daagse, want zonder uw inbreng had dit een totaal ander plaatje opgeleverd.

Dit vierluik begon als training op Winnerheide waar Jeroen een opwarmertje neergelegd had. Voor de vele buitenlandse inschrijvingen, een eerste kennismaking met het soort terrein dat ze te verwerken zouden krijgen.

Pijnven daarachter deed niet veel pijn, alleszins bij mij toch niet. De varens waren spelbreker, doch laat starten heeft zo zijn voordelen.

Kattenbos, was al iets moeilijker. Mooi parkoers door Wim neergelegd. Verder geen commentaar. Dit was goed.

De Sahara is wat het is. De zandvlakte kennen we, doch het eerste gedeelte werd ontsierd door de massa netels waar we al dan niet door moesten. Dit was spijtig.

Eindresultaat en het ganse verloop van de 3-daagse leest ge verder in het clubblad.

Mij rest eenieder die geholpen heeft te bedanken voor hun inzet tijdens deze 4-daagse.

Wat hebben we verder afgelopen maand nog gepresteerd.

Het sprintseizoen is aangebroken. En soms van het goede teveel: Als we Turnhout, Geel, ASOM, Arendonk en nadien voor diehards een

2-daagse in Eindhoven. En dit op een maand tijd.

Natuurlijk moeten we wat oefenen, om voor het kampioenschap goed beslagen ten ijs te komen, doch dan is het niet verwonderlijk dat de lentelopen zulk een groot succes hebben. We willen wel eens een sprint lopen doch onze aard ligt in de natuur en de bossen, en niet door centra's en rond gebouwen, want daar kunnen ongelukken van komen. Dit moet herbekeken worden zodat dit meer

gespreid wordt over het jaar.

Desalniettemin hebben we Belgische kampioenen in onze club op deze korte afstand en met name: Greet bij de D35, Roza bij de D75, maar ze heeft er wel heel lang over gedaan, Dries bij de H35, Luc M. bij de H55 en Phil M. bij de H75.

Verder vermeld ik dat Bart M. een goede ASOM heeft gelopen, met een sterk deelnemersveld.

Een groep is die sprintwedstrijden ontlopen en zijn richting Monte Pana getrokken in San Christina (Val gardena) Dolomieten. Dit is voor mij de derde buitenlandse reis die ik meemaak met een grote groep Hamok-leden en telkens weer is dit een unieke ervaring: na Finland, Zweden nu Italië. Een toffe sfeer, misschien soms wat ongeordend, doch we hebben goed kunnen trainen, we hebben goed gegeten, goed geslapen. Een schitterend appartement op een ideale locatie, dwz op loopafstand van het wedstrijdcentrum. Dus we kijken ernaar uit wat de volgende groepsreis kan worden? Verder leest u het reilen en zeilen in het clubblad.

Zelf waren we de afgelopen maand aan de slag in de Schotse Bossen. We vertrokken van een nieuwe locatie, Campus Russenberg, en desondanks dat de afstand van en naar het CC

een 1000 m bedroeg, hadden we toch een 167 atleten aan de start. Het was dan ook World Orienteering Day, of dit de doorslag gegeven heeft, weet ik niet.

Neen de HAMOK-organisatie was af: de locatie perfect en deze kan dan dienen als we naar de toekomst een sprint in Tessenderlo-centrum gaan houden. Luc B. heeft ter plaatse nog een briefing gehouden over zijn Siciliaans avontuur.

Dit is zowat het relaas van de afgelopen 1.5 maand.

Wat komt er nog aan: Balendijk waar Patrick B. de omlopen zal neerleggen. Medewerkers worden hiervoor nog gezocht.

En dan wordt het zomer.

De roep naar het zuiden trekt ons aan.

Veel atleten trekken over de landsgrenzen heen naar de 4 windstreken. Zelf trekken we naar Oostenrijk en dan Duitsland.

Maar ik hoop dat iedereen terug is tegen half augustus.

Dan is het werken geblazen. Onze 4-daagse moet toch tot de verbeelding spreken van ieder HAMOK-lid. We hebben onze nek uitgestoken om van de standaard 3-daagse, nu een extra dag aan toe te voegen, dit gezien het verlengde weekend. Doch om hier te slagen moeten er niet alleen atleten zijn, doch ook HAMOK-helpers. Ik hoop dat eenieder zijn steentje wil bijdragen, al is het maar enkele uren, enkele dagen. Het maakt niet uit. Het bestuur kan niet alles alleen gedaan krijgen.

Ik wens eenieder een prettige vakantie toe, veel oriëntatieplezier en ik zie u allen graag terug op de 4-daagse van Vlaanderen in Opglabbeek.

Tot de volgende cross,

Uwe voorzitter.

# Inschrijvingen

*Alle inschrijvingen bij Daniëlle!*

## Vierdaagse van Vlaanderen

Weinig inschrijvingen die nog na het verschijnen van dit boekje binnen gebracht mogen worden. Wij herinneren er u dus aan dat hamok midden augustus de vierdaagse van Vlaanderen organiseert.

Bekijk Luc zijn oproep voor helpers verder in dit blad nog eens.

Op tijd inschrijven om nog van het goedkope tarief te genieten is ook de boodschap. 1 juli is de deadline!

# Beker van de Secretaris

*Scrabble-O*

5 mei 2017 – Kepkensberg

't Is alweer een maand geleden dat we op de Beker van de secretaris het Scrabble®-oriënteren op de proef stelden. Deze nieuwe discipline bleek veel belovend. De puntentelling was soms onverbiddelijk (thuiskomen met negatieve scores stemt tot nadenken), maar een tactisch spelletje was het zeker.

Volgende valkuilen ontdekten we tijdens deze proefronde:

### 1. Overschatting

Tuur voelde dat hij goede benen had en hoopte AZALEAKWEKERIJ bijeen te lopen. Goed voor 30 punten en al zijn verplichte letters er in verwerkt. Na AZAL begon de straf tijd echter al te lopen en moest Tuur het voor bekeken houden. AZAL kon ik niet goedkeuren en -40 punten was zijn eindscore.

### 2. De jury

Anja, winnares in de Gamma-reeks, had geluk met de jury. Ze vormde het woord MISTBALK. Aanvankelijk dachten we aan een verkeerd gespelde MISTBANK. Neen hoor, een MISTBALK is zo'n ding dat ze bij haar op 't werk hebben. De jury had uit vrekigheid geen officieel Scrabble®woordenboek aangekocht en moest haar dan maar op haar woord geloven. Of

dat ze bij het komende BK Scrabble®-oriëntatie even toeschietelijk gaan zijn durf ik te betwijfelen.

### 3. Opgelet met collega-oriënteurs

Ook Marc Mertens spelde een term uit het vakjargon bijeen: GALGSEIN. De jury, niet vertrouwd met de vaktermen van de NMBS, ging ten rade bij de collega-spoormannen. Deze bleken opeens allemaal nog nooit van een GALGSEIN gehoord te hebben.

### 4. Spelfouten

Een foute post prikken of dus een spelfout maken komt je ook duur te staan. Zo wou Fik KERKUILEN lopen, maar spelde KESKUILEN. We rekenden UILEN nog juist, maar daardoor miste hij wel 2 verplichte letters met strafpunten tot gevolg. Volgende keer voor UILSKUIKEN gaan?

### 5. Bonus voor lange woorden missen

Greet Oeyen had al een mooie WINDHOND verzameld. Goed voor 17 punten en 10 bonuspunten voor 'woorden van gemiddeld 7 letters'. Ze begon nog aan een tweede woord en prikte een eerste letter. Ze bedacht zich snel om

de bonus te vrijwaren. Jammer genoeg was de geprikte letter een U en tevens een woord op zich. Geen gemiddelde meer van 7 letters per woord en geen bonus meer.

## 6. Buiten de lijntjes proberen te kleuren

Het reglement zei “Niet tweemaal hetzelfde woord vormen”. Logisch en welke oriënteur wilt nu 2x dezelfde posten gaan zoeken. Dat was buiten Filip Kennis gerekend. Die liep 5 keer, en dus niet 2 keer, hetzelfde woord STAF. De jury was ‘not amused’ en rekende STAF slechts één keer geldig. Doordat zijn laatste poging voor de F strandde, werd STA ook nog aan zijn woordenlijst toegevoegd.

## 7. Te weinig ambitie of grote dorst

Wie bij een gewone oriëntatiecross snel aan de toog wilt zitten, moet snel lopen. Bij het scoreloopsysteem is dit niet het geval. “Snel een paar postjes pakken en dan richting dat vaatje wijn met onze naam op” dacht het duo Krols&Mols. Met minuten overschot, maar toch tevreden met hun respectievelijke woorden MORGEN en DIKTE, zaten ze als eerste aan de toog. Gezellig en met een positieve score in de tabellen.

## 8. Over tijd gaan

Om te vermijden dat men eindeloos blijft lopen, moesten de strafpunten voor buiten tijd lopen

aanzienlijk zijn. Zo ervaaarde ook Piet. Zijn WATEROVERDRACHT was goed voor 35 punten, maar de strafpunten o.w.v. het niet respecteren van de tijdslimiet herleidde dit tot 15.

## 9. Posten teveel pakken

In een gewone cross is extra posten prikken toegestaan. In het Scrabble®-oriënteren leidt dit tot onverstaanbare woorden. HCUISDIER bevat dan wel de opgelegde C, de jury herleidt dit tot DIER. De strafpunten voor de gemiste opgelegde letter komen er bovenop.

## 10. Zonder woordenboek lopen

Als Jos een artikel voor de Knijptang schrijft, lees ik dit met de woordenboek op de schoot. Wellicht schrijft hij dit ook zo. In het bos, zonder hulpmiddelen, kwam hij niet verder dan NEST, ZOT en KUS. Geen EXTRAVAGANZA noch de OBLIGATE, ERUDIETE, ADEQUATE woorden van Jos.

## 11. Boodschappen aan de baanlegger

Ronny vond het nodig met een welgeplaatste laatste woord HOMO nog een boodschap aan de baanlegger mee te geven. Hierdoor liep hij wel fel buitentijd. Zo werden 35 strafpunten zijn deel, doch eindigde hij met een voldaan gevoel.

– Secretaris

## De beker in beeld



Klasse	Deelnemer	Totaal	Strafpunten voor tijd	Overgebleven verplichte letters	Woorden >= 7 letters	Gevormde woorden
Alfa	Dries van der Kleij	54	0	0	0	54 STEM, DROL, ZWICHTEN, PUK, FA
Alfa	Jeroen Hoekx	41	0	0	10	31 CURLINGKAMPEN
Alfa	Wim Geerts	36	0	0	0	36 BULT, ZEN, ZETEL, ZET
Alfa	Greet Oeyen	21	0	0	0	21 WINDHOND, U
Alfa	Filip Kennis	20	0	0	0	20 STAF, POR, STA
Alfa	Peter Hoogstrate	17	-15	0	0	32 MIKPUNT, WOLVEN
Alfa	Piet Deferme	15	-30	0	10	35 WATEROVERDRACHT
Alfa	Ronny Timmers	2	-35	0	0	37 WAXEN, TAXI, HOMO
Alfa	Gunther Deferme	-11	-20	-10	0	19 MENS, DIER, ZON
Alfa	Marc Mertens	-29	-45	-10	0	26 GALGSEIN, LOL, DEN
Beta	Ellen Mols	33	0	0	10	23 FIETSENDRAGER
Beta	Dieter Sels	28	0	-10	10	28 MIKPUNTEN, ROZEN
Beta	Jean-Paul Hombroeckx	28	0	-10	10	28 MIKPUNTEN, MENSEN
Beta	An Verberne	27	0	0	0	27 AMEN, DOLK, MAX
Beta	Tom Vivet	17	-10	0	0	27 TIK, NESTEN, ZOLDER
Beta	Jos Thys	17	-5	0	0	22 NEST, ZOT, KUS
Beta	Marijke Debruyne	16	0	0	0	16 TENTEN, DOPEN
Beta	Willy Renders	14	0	-10	0	24 KIND, WACHT
Beta	Hilde Krols	11	0	0	0	11 MORGEN
Beta	Greet Mols	9	0	0	0	9 DIKTE
Beta	Fik Vanderstraeten	-10	0	-20	0	10 UILEN
Beta	Andre Aerts	-11	0	-30	0	19 LATEX, NET
Beta	Luc Bouve	-12	0	-20	0	8 MEST
Gamma	Anja Stynen	28	0	0	10	18 MISTBALK
Gamma	Danielle Nolens	27	0	0	10	17 MESTSTOF
Gamma	Maria Delarbre	23	0	0	10	13 MINSTENS
Gamma	Francine Mols	16	0	0	0	16 METER, ZES
Gamma	Jil Mylle	12	-5	0	0	17 MIK, OXO
Gamma	Fee&Fin Mylle	0	0	-10	0	10 FLES
Gamma	Godelieve Bruynseels	-6	0	-20	0	14 DOT, PUT
Gamma	Rosa & Roza	-30	0	-30	0	0
Gamma	Jen Vanreusel	-32	-60	0	0	28 FAX, DOM, WIP
Gamma	Tuur Cloostermans	-40	-10	-30	0	0
Gamma	Dominique Schutjes	-62	-75	-10	10	13 FRANKEN

## Nationale Sprint

### Ongeval 1

7 mei 2017 – Geel

Eerste
Marijs Vandeweyer (D50)
Maria Delarbre (D70)
Luc Melis (H55)
Phil Mellebeek (H75)
Tweede
Klaas Mellebeek (H-20)
Sigi Bakelants (H35)
Bart Mellebeek (H50)
Wim Hoekx (H60)
Derde
An Verberne (D50)
Jen Vanreusel (D55)
Peter Krampiltz (H35)
Ronny Timmers (H40)

Zondagvoormiddag gebeurde te Geel in de Paster hoogte van het café “De flauwe zot” een ongeval. Een man werd licht gewond toen hij bij het naderen van een personenwagen plots ten gronde stortte. Toen de hulpdiensten ter plaatse kwamen was hij echter al verdwenen. Volgens de omstaanders gaf de bejaarde man een erg

verwarde indruk. Zonder op het verkeer te letten liep hij de straat over. Hij hield het hoofd gebogen en keek daarbij op een blaadje papier. De bestuurder van het betrokken voertuig was in shock. “Ik zag hem met rare pasjes het voetpad verlaten en zonder op te kijken de straat oversteken. Ik remde onmiddellijk. Volgens mij heb ik hem niet geraakt maar ik zag hem niet meer en dacht dat hij onder de wielen van mijn auto was terechtgekomen. Enkele tellen later zag ik hem met diezelfde gekke pasjes verder lopen. Hij viel ook op door een pak met witte streep op de rug. Ik was volledig van mijn melk.”

Bij navraag in het plaatselijke politiekantoor bleek men niet op de hoogte. Volgens het Psychiatrisch Zorgcentrum zou het ook niet om één van hun patiënten gaan. Wel wist het VVV-kantoor ons te signaleren dat die voormiddag de genaamde V.V. door de plaatselijke hulpdiensten werd verzorgd. Hij was een deelnemer van een oriëntatiewedstrijd.

De voornaamste uitslagen staan hierboven.

– Uw verslaggever

## Relay of the Dolomites

### De schans omhoog!

10-15 mei 2017 – Val Gardena, Italië

Een aflossing met 5 lopers: een 55+/16-, een 45+/18-, een dame en dan nog twee opvulsels zonder beperkingen – perfect op maat van hamok dus – dat was wat het doel was van de buitenlandse trip van dit jaar. Tel daar nog prachtige bergen, goed weer, fijne trainingen en een goed verblijf bij en je weet dat het eigenlijk al niet meer stuk kan. Een jacuzzi is dan maar een kleine bijkomstigheid. De relay of the Dolomites in Südtirol is dan ook iets om nog eens te doen.

In gespreide slagorde werd er naar Italië gereden. Met de auto in twee keer op dinsdag en woensdag, in twee keer op woensdag en donderdag, in één keer op donderdag, met de auto vanuit Italië voor't werk, met de vlieger naar Innsbruck of met de auto tot Innsbruck en dan met de fiets verder. Dat ondanks die gezellige chaos iedereen donderdagavond samen aan tafel zat in een restaurant in Santa Cristina in Val Gardena ofte St. Christina in Gröden voor de niet-gebrainwashten door de Italiaanse propaganda van na de Eerste Wereldoorlog ofte Santa Cristina Gherdëina voor de echt



ingewijden die Ladinisch spreken, was een klein mirakel.



Het trainingsvolume varieerde. Toon, Marijs en uw dienaar stopten onderweg in Oostenrijk al om een uurtje door de sneeuw te ploeteren. Koen, Stefaan, Jur, Elisabeth, Dominique en Daniëlle begonnen vanaf donderdag mee te trainen. En hoe! Levende post op de kaart met veelzeggende naam Labyrint. Dat concept is simpel: iedereen vertrekt samen. De eerste die op de locatie van de post komt, blijft daar staan totdat iedereen hem/haar aangetikt heeft. Dan is het zaak van de rij terug op te rollen, want aan elke post herhaalt zich dat principe. De bedoeling is dat heel de groep zo min of meer samen blijft. Dat was niet het grootste succes. Uw dienaar was eerste aan post één. Moest 20 minuten wachten tot Daniëlle onder begeleiding van Stefaan door alle takken bergop gesukkeld was – direct al een straf voor het niet voorzien van een aangepaste omloop – en kon dan verder op zoek naar Toon, die als eerste aan post twee kwam. Hij stond, naar mening van uw dienaar, fout. Toon beweerde uiteraard van niet. Dit halen wij aan omdat het de enige woordenwisseling is geweest op heel de trip. Dan ging het verder naar post 3, waar Koen stond te wachten, maar waar Dominique nog niet gepasseerd was. Dit was een probleem. Want zonder dat de laatste daar passeerde kon de eerste natuurlijk niet weg. Toon en uw dienaar dus op zoek naar de verloren zoon., die al gauw uit de richting van post 4 aan kwam gelopen. Bij post 4 (Marijs) was het hergroepering. Tegen dat we aan post 5 kwamen – een klein uurtje na de start – begon het te

druppelen. Er was weinig animo om nog post 6-7-8-9 bergop te doen, waarna het voor de volgende posten terug bergaf ging tot het startpunt en dus splitste de groep zich op. De eenpersoonsgroep van uw dienaar trok verder de bergen in. De rest stak door naar de dalende posten.

Er is niets beters dan direct met de moeilijkste training te beginnen. Dan is een wedstrijd die anders aartsmoeilijk is uiteindelijk maar klein bier.

Training twee was heel wat eenvoudiger en werd volledig op eigen tempo genomen. Wij hadden die dag 5u gereden tegen een gemiddelde van rond de 25. Voor de passage van de Giro in de streek moesten blijkbaar alle wegen heraangelegd worden, met omleidingen bergop en bergaf tot gevolg.

De volgende dag op Seiseralp – het grootste almagebied van Europa – was er een perfect voorbeeld van wat in het bedrijfsleven als self-organizing teams doorgaat, wat dan weer een duur woord voor georganiseerde chaos is. Voor de oriënteur is dat: iedereen doet waar ie zin in heeft. Wil je lopen, er gaat wel iemand mee lopen. Ga je geocaches zoeken, er gaat wel iemand mee geocaches zoeken, wil je per sé tot boven op de berg, dan gaat er wel iemand mee tot boven op de berg.

De namiddag werd wel eensgezind doorgebracht: de officiële training. Er werd door het bos geknald (Melis!) of bedachtzaam georiënteerd (de rest).

Na dat knallen was het perfect thuiskomen. Mevrouw Stuffer, huisbazin met bakkebaarden, had de jacuzzi al op temperatuur gebracht en de pintjes lagen klaar in de koelkast.

Dat was de perfecte voorbereiding voor zaterdag. Wedstrijddag 1: individuele middenafstand.

Hier geen georganiseerde, maar wel complete chaos. Geen starttijden, geen rijen, maar een mevrouw van de organisatie die eerst in het Italiaans de categorie waarvan iemand mag starten roept en dan om ter eerste naar voor springen en hopen dat ze u kiest om te

vertrekken. Dubbel spijtig is het dan als je met meerdere reeksen in één omloop loopt. Jur stond zo anderhalf uur te wachten. Melis, van zodra hij opgewarmd was, 30 seconden.

De wedstrijd was niet voor iedereen een even groot succes. Enkel Sofie wist het podium te halen, met een mooie 3<sup>e</sup> plaats bij de D35. Toch hadden we nog een goed gevoel bij de tegenstand. Onze ambitie – het podium van de aflossing– voelde haalbaar.

Zondagochtend deed je het gordijn open. Bekeek eerst de bergen met mooie blauwe lucht op de achtergrond. Dan liet je je ogen dalen en zag je bedrijvigheid. Dat was het wedstrijdcentrum voor de aflossing. Hamok had de luxe om op een tweetal minuten wandelen van de arena te liggen.



Drie starters. Dries, Toon en Pascal. Zij stormden door de alpenweiden/skipistes het bos in. Voor de eerste post moest het pak al wandelen wegens bergop.

Voor de toeschouwers bleef het interessant. Een tiental ploegen had GPS aan en zo kon iedereen de wegkeuzes van de topteams zien, weliswaar op een blank achtergrond. Door het terrein of rond over de pad, de topteams haalden uit en de GPS bracht de spanning over naar de toeschouwers. De waarheid was zo mogelijk nog veel spannender dan de fantasie. Dries, die geen GPS aan had, bleek op dat ogenblik op kop te lopen! Pas bergaf naar de arenapassage haalden een tweetal teams hem in.

Die arenapassage was ook niet zomaar een arenapassage. Het begon met een vlakke strook, maar dan draaide het lint pal bergop, langs de plaatselijke schans. Daar boven zag je de post blinken. Een wedstrijd in de wedstrijd! King of the Hill!

Dries z'n exploit zorgde natuurlijk voor wat zenuwen bij de rest van de lopers. Daar werd goed mee omgegaan door achtereenvolgens André, Koen, Sofie en uw dienaar. Uiteindelijk goed voor een 9<sup>e</sup> plaats in het klassement. Op 77 ploegen was dat zeker niet slecht.

Toon, Lucien, An, Elisabeth en Ronny liepen naar plaats 46, terwijl Pascal, Fik, Dominique, Marijs en Stefaan 53<sup>e</sup> werden. Daniëlle en Jur liepen bij een gemengd team met Italianen en werden 69<sup>e</sup>.

De tijden van de King of the Hill willen wij u niet onthouden:

14	Jeroen Hoekx	1.26
38	Stefaan Schutjes	1.38
134	Ronny Timmers	2.03
134	Dries van der Kleij	2.03
147	Koen Meynen	2.05
152	Toon Melis	2.06
227	André Aerts	2.25
251	Jur Ringers	2.32
263	Sofie Herremans	2.35
279	Dominique Schutjes	2.40
288	Pascal Mylle	2.44
293	Lucien Bosmans	2.46
300	Marijs Vandeweyer	2.51
325	Elisabeth Schutjes	3.00
347	Fik Vanderstraeten	3.14
367	An Verberne	3.32
376	Daniëlle Nolens	4.10

# BK Sprint

## Ongeval 2

21 mei 2017 – Arendonk

Goud
Greet Oeyen (D35)
Roza Goos (D75)
Dries van der Kleij (H35)
Luc Melis (H55)
Phil Mellebeek (H75)
Zilver
Klaas Mellebeek (H-20)
Maria Delarbre (D70)
Wim Hoekx (H60)
Jos Thys (H70)
Jean Ooms (H75)
Pierre Theunkens (H80)
Brons
Peter Krampiltz (H35)
Wim Geerts (H35)
Koen Meynen (H50)
Tuur Cloostermans (H80)



*Luc op weg naar de zege (Jacques Grauls)*

Zondagvoormiddag gebeurde te Arendonk in de Vrijheid ter hoogte van het café “De hoge dunk” een ongeval. Een man werd licht gewond toen hij bij het naderen van een personenwagen plots agressief werd. Op een wilde manier ging hij de auto te lijf. Toen de hulpdiensten ter plaatse kwamen was hij echter al verdwenen. Volgens de omstaanders gaf de bejaarde man een erg verwarde indruk. Zonder aanleiding liep hij de straat over. Hij hield het hoofd gebogen en keek daarbij op een blaadje papier. De bestuurder van het betrokken voertuig was in shock. “Ik zag hem met rare pasjes het voetpad verlaten en zonder op te kijken de straat oversteken. Ik remde onmiddellijk, maar plots begon hij op mijn wagen te kloppen, sleurde hij aan de ruitenwissers en trachtte de zijspiegels af te rukken. Voor mijn eigen veiligheid heb ik de portieren afgegrendeld. Enkele tellen later zag ik hem met diezelfde gekke pasjes verder lopen. Hij viel ook op door een pak met witte streep op de rug. Ik was volledig van mijn melk. Ik hoorde hem nog roepen:”Geen twee keer op veertien dagen!”

Bij navraag in het plaatselijke politiekantoor bleek men niet op de hoogte. Volgens Fedasil zou het ook niet om één van de asielzoekers gaan. Wel wist het VVV-kantoor ons te signaleren dat die voormiddag de genaamde V.V. door de plaatselijke hulpdiensten werd verzorgd. Hij was een deelnemer van een oriëntatiewedstrijd.

De voornaamste uitslagen staan hierboven.

– Uw verslaggever

# Organisatiehoekje

## *Wat komen gaat!*

18 jun 17	Regionale Patrick Bleyen	Balendijk Provil
12 aug 17	4Daagse van Vlaanderen Stefaan Schutjes	Kolenspoor Zaal De Kring
13 aug 17	4Daagse van Vlaanderen Henrik Lisby	Oud-Waterschei City Zaal De Kring
14 aug 17	4Daagse van Vlaanderen Marc Hermans	Opglabbeek Kampverblijf Kimpenhof
15 aug 17	4Daagse van Vlaanderen Stefaan Schutjes	Opglabbeek Kampverblijf Kimpenhof
24 sep 17	BK Lang Thomas van der Kleij	Heiderbos Schutterij Sint Sebastiaan
21 okt 17	Fiets-O Jos Thys	Geneberg/Genemeer Sporthal Stalvoc
12 nov 17	Regionale Wim Geerts	Kolisbos Voetbalkantine FC Herkol
23 nov 17	Militair Luc Bouve	Zonhoven GC Tentakel, Zonhoven
24 nov 17	Avond Miel Deferme	Kepkesberg FC Rio
10 dec 17	Regionale Luc Melis	Galbergen
27 dec 17	Sylvester Jeroen Hoekx	Kattenbos-Oost Kattenbos Sport

We zitten bijna halweg 2017 en hebben al een heel deel organisaties tot een goed eind gebracht. Voor de zomervakantie begint hebben we nog een regionale op het programma staan, nl op 18 juni. We hopen natuurlijk dat we ook voor deze wedstrijd kunnen rekenen op de nodige hulp.

Buiten onze "4 Daagse van Vlaanderen" staan er ons dit jaar nog 2 grote organisaties te wachten, nl het BK Lang op Heyderbos en een wedstrijd van de Sylvestervijfdaagse op Kattenbos. Alle andere wedstrijden zijn kleinschaliger.



Stilaan komt ons grootste evenement van 2017 naderbij. Nog 2 maanden scheidt ons van de 4 Daagse van Vlaanderen 2017. Stilaan passen alle puzzelstukjes in elkaar en wordt het ook allemaal overzichtelijker. Dit liep natuurlijk niet altijd van een leien dakje maar mits hier en daar wat water bij de wijn te doen, kunnen we nu al stellen dat er alles aan gedaan is om er weeral een geweldige organisatie van te maken. Om deze meerdaagse te laten slagen, en het voor ieder clublid plezierig te houden, hebben we wel heel wat medewerkers nodig. Heb je je nog niet opgegeven, mail dan vlug naar [lucbouve56@gmail.com](mailto:lucbouve56@gmail.com) en geef door welke job je graag voor je rekening wenst te nemen. Hoe meer zielen, hoe ....

We hebben intussen ook al contacten gehad met de sportverantwoordelijken van Genk en Oplabbeek en zij verlenen hun volledige medewerking op gebied van materiaal, prijzen, veiligheid, promotie, enz. Er wordt deze editie ook aan de nieuwkomers/recreanten gedacht. Zo zal er in Genk de mogelijkheid gegeven worden om aan een wandel-O en/of fotowandelzoektocht deel te nemen, in Oplabbeek zal dit enkel een wandel-O zijn. Je kan dus jullie minder sportieve partners mee brengen om eens op een laag pitje te proeven van onze sport.

Onze buitenlandse deelnemers vinden stilletjes aan ook hun weg. We hebben al inschrijvingen van Noorwegen, Zwitserland, Frankrijk, Nederland, Engeland en Amerika binnen.

Indien jullie tijdens de vakantie nog naar buitenlandse wedstrijden gaan, kan je eventueel nog wat flyers meenemen. Vraag ernaar bij één

van de bestuursleden. Het goedkope tarief zal dan misschien wel al voorbij zijn, maar maak toch zoveel mogelijk promotie voor onze 4 Daagse.

## **Programma 4Daagse van Vlaanderen**

### ***Vrijdag 11 augustus (Kamphuis Kimpenhof)***

- Opbouw camping + Competitie Center

### ***Zaterdag 12 augustus (Kolenspoor)***

- Middle Distance
- Wandel-O

### ***Zondag 13 Augustus (Oud-Waterschei)***

- City-O
- Fotowandelzoektocht

### ***Maandag 14 augustus (Oplabbeek West)***

- Long Distance

### ***Dinsdag 15 augustus (Oplabbeek Oost)***

- Long Distance
- Wandel-O
- Afbraak competitie center

Meer gegevens over onze "Flanders 4 Days"s vind je terug op <https://fl4d.hamok.be/>

– Luc Bouve

# Kalender 2017

## VVO Kalender

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

11 juni 2017	Balise 10	Nationale lang Saint-Hubert inschrijven voor 30 mei N849 Fourneau St. Michel
14 juni 2017	KOVZ	Lenteloop
18 juni 2017	hamok	Regionale Balendijk Lommel kruising N746 en Vreyschoring
23 juni 2017	Omega	Lenteloop Kessel-Lo afrit 20 (Wilsele) E314
24 juni 2017	CO Liège	BK Fiets-O Sart Tilman inschrijven voor 10 juni ziekenhuis Bois de l'Abbaye Seraing
25 juni 2017	CO Liège	Nationale middel Bois des Manants inschrijven voor 11 juni kruising N30 en N689
9 juli 2017	KOVZ	HTC run Afslag 32a op de ring van Eindhoven
16 juli 2017	Trol	Gielsbos N12 Vosselaar
29 juli 2017	Omega	Gerhagen N174, Geel-Diest
12 augustus 2017	hamok	Kolenspoor E314 afrit 31
13 augustus 2017	hamok	Oud-Waterschei E314 afrit 31
14 augustus 2017	hamok	Opglabbeek West Rond punt centrum Opglabbeek
15 augustus 2017	hamok	Opglabbeek Oost Rond punt centrum Opglabbeek
19 augustus 2017	Trol	Kayak-Bike-Run Meer inschrijven voor 5 augustus Afrif 1 op de E19
27 augustus 2017	Ardoc	BK Interclub Recht inschrijven voor 14 augustus Vanaf de kerk van Recht

“ Sport shows us how to win with honesty and sport shows how to lose with dignity. That means that sport shows us how to live ”  
-Ernest Hemingway -



Fair play en Respect in de Oriëntatiesport...

Op 1 januari 2015 is het nieuwe GES decreet van kracht geworden in Vlaanderen. Waar vroeger MVS (Medisch Verantwoord Sporten) de slogan was voor het sporten, is GES nu de nieuwe richtlijn voor alle Vlaamse sporters.



GES staat voor Gezond en Ethisch Sporten en juist dat ethische heeft nu ook een belangrijke plaats gekregen in het sportgebeuren. Er is zelfs een "Internationaal Centrum voor Ethiek in de Sport" (ICES) opgericht.



Door Sport Vlaanderen (vroegere BLOSO) is VVO verplicht om initiatieven te nemen om de doelstellingen van dit GES-decreet te promoten, uit te werken en de genomen initiatieven te rapporteren.

Met dit artikel willen we de oriëntatiesport iets bijdragen inzake Ethiek. Inzake Gezond sporten is elke sporter over het algemeen voldoende bezig, het ethische daarentegen is soms wat moeilijker om na te leven.

In het decreet wordt de Ethiek in de sport omschreven als:  
*"Het vrijwaren van de fysieke en psychische integriteit van de sporter "*

Om die integriteit te bewaren moet er voldoende **Fair Play** aanwezig zijn zodat er met gelijke kansen kan gestreden worden. In de meeste sporten is er een scheidsrechter aanwezig die waakt over een reglementaire wedstrijd en overtredingen onmiddellijk kan bestraffen. Bij OL zijn er geen toezichters in het bos. Elke loper verdwijnt ongecontroleerd tussen de bomen.

Tijdens een oriëntatiewedstrijd ongezien een balise met opzet scheefftrekken, een balise plat leggen of zelfs weg werpen en dit om een concurrent op die manier het oriënteren moeilijker te maken, zou niet mogen gebeuren. De "onzichtbaarheid" van een oriënteur tijdens het lopen vereist daarom een grote zelfdiscipline!

Heeft men zijn emit/borstnummer vergeten of is die zoek geraakt en kan je met de emit/borstnummer van een ander niet-deelnemer lopen, dan moet dit minstens gemeld worden aan de inschrijftafel. Zo doe je buiten wedstrijd mee en sluit je wedstrijdvervalsing uit.

**Grensoverschrijdend gedrag** is terecht een item dat heel gevoelig ligt bij Sport Vlaanderen. Voor en na de wedstrijd moet er voldoende aandacht en alertheid zijn om geen aanstoot te geven bij het aan- en uitkleden. Ten aanzien van jeugdige



deelnemers en/of deelnemers van de andere sekse zijn er grenzen. Respecteer ze en vermijd of voorkom ontoelaatbaar gedrag in dit verband.

**Respect voor de natuur** tenslotte is iets vanzelfsprekend en toch.... Het is soms verleidelijk om een op de kaart rood gearceerd veld over te steken of toch een hoge omheining te willen forceren. Sorry maar het mag niet! Back-up labels die onvoldoende zijn vastgeplakt blijven in het bos of aan de posten liggen. Ook de plastic strips aan struiken en bomen als prebalisen of om de weg aan te duiden, mogen niet blijven hangen en moeten

verwijderd worden. Het ANB (Agentschap Natuur en Bos) neemt dit de laatste jaren expliciet op in haar jaarmachtiging op straffe van mogelijke weigering van machtiging in de toekomst.

Om af te sluiten nog enkele nuttige webadressen:

[www.ethicsandsport.be](http://www.ethicsandsport.be)

<https://cjsm.be/gezondsporten/>

[www.bloso-kics.be](http://www.bloso-kics.be) : Kennis en InformatieCentrum Sport

We hopen met deze raadgevingen bij te dragen om de oriëntatiesport proper, attractief en spannend te houden,

Namens de commissie GES van VVO,

Van Hees Jan

