

JUNI 2024

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 Molsebaan 32 | 2490 Balen
0485 59 55 51 | luc.melis@hamok.be

PUBLIC RELATIONS | UITRUSTING

Bart Mellebeek

Korteweg 13 | 3971 Heppen
0472 57 75 13 | bart.mellebeek@hamok.be

TOPSPORTCOMMISSIE

Thomas van der Kleij

Snellewindstraat 48 | 3950 Bocholt
0497 04 45 45 | thomasvdk@gmail.com

MILIEU & TOEGANKELIJKHEID

Wim Hoekx

Sterstraat 19 | 3920 Lommel
011 55 24 40 | wim.hoekx@hamok.be

PLOEGENCOMMISSIE ABSO | BVOS

Benjamin Anciaux

Bakhuisstraat 53 | 3920 Lommel
0498 25 84 78 | anciauxbenjamin@hotmail.com

INFORMATICA | WEDSTRIJDKwalITEIT

Ronny Timmers

Poelstraat 7 | 3520 Zonhoven
0479 20 09 67 | ronny.timmers@hamok.be

MARKETING

Dries van der Kleij

Blandenstraat 208 | 3052 Haasrode
0473 98 05 48 | dries.vanderkleij@hamok.be



Voorlopig zijn we in de ban van de uitpattingen van onze Filip. Niemand van Hamok laat dit onberoerd. Wat een tocht en hoe georganiseerd. We zitten er live op. Los van de prestatie natuurlijk die Filip daar neerzet, wordt er druk mee gevolgd op de Social Media door alle Hamokkers. Daarom spreekt dit velen tot de verbeelding. Zelfs mijn vrouw supportert mee. Ik veronderstel dat dit wel eens uitgebreid in een Knijptang te lezen valt.

Wij gaan over tot de normale agenda en dat is begonnen met de 1ste Tuur classic op Balendijk. Een wedstrijd getekend door Wim G. en een toffe Finse aflossing. Niet alleen een 65+ in het team maar ook een bonificatie omwille van +120 voor beide atleten, zorgden ervoor dat de oudste deelnemer de beker mee naar huis kreeg. Omdat uitgerekend ook de vrouwen tot dezelfde club behoorden, is Omega de grote overwinnaar van deze Tuur Classic. Met dank aan Roza en Jos D. om beide bekertjes te helpen overhandigen. We gaan dit concept iets bijschaven en zetten het terug op de kalender voor 1 mei 2025. Finse aflossing op Balendijk. Verder bedankt aan alle helpers en natuurlijk Wim G. om dit eerste concept uit te werken.

Vele Hamokkers hebben tijdens het lange Hemelvaartweekend een citytrip gemaakt naar Maastricht. Het was eens uitzonderlijk mooi weer gedurende het ganse weekend in vergelijking met hetgeen we nu voor hebben. Gisteren Schotse bossen gaan verkennen en droge grachten staan nu vol water.

Terug naar Maastricht en dag 1. De wegen naast de brug rond de finish zone en de verschillende doorgangen onder deze brug brachten heel wat atleten in verwarring, doch het venijn zat in de staart. Iedereen dacht de post te vinden bovenaan de brug, neen vlak langs het water stond hem. Ook de aanduiding dat dit pad onder de brug doorliep is niet iedereen bekend. Prijzen worden aan de meet gegeven en de snelste wint. Zelf heb ik de organisatie erop attent gemaakt, via een mondelinge klacht, dat een bepaalde poort die dicht getekend stond, open was als ik er passeerde. Ze is door verschillende lopers en loopsters gebruikt. De volgende keer ga ik ze schriftelijk neerleggen, want uiteindelijk is mijn klacht geminimaliseerd. Dag 2 in het oude centrum was zeker opletten geblazen: veel kleine technische zones met loopstukken ertussen. Het was mooi weer en daarmee is alles gezegd.

En dan een week later, na al die sprint en Cityruns van de voorbije weken het BK sprint in Gembloux. Daar te bewijzen dat ge top waart en dat waren volgende Hamokkers: Jens, Greet, Amber, Phil en de voorzitter. Tevreden van mijn tijd doch als ik de splittijden zie, sta ik achter 10 H-14 lopers. Toch nog harder lopen in het vervolg! Proficiat aan allen die op het podium gestaan hebben of toch bijna. Laat de fles maar smaken!

Wat komt eraan: de Beker van de Secretaris op 14 juni en de City-Run op Heeserbergen op 16 juni. Kaart getekend Wim H. doch baanlegging is dit keer van Patrick. Een werklijst zal uitgestuurd worden.

Voor de Beker van de Secretaris kijken we weer naar Pascal, wat hij dit jaar in petto heeft voor ons. Inschrijven via O'Punch. Wat krijgen de deelnemers: mogelijkheid tot het winnen van de beker, zowel mannen als vrouwen.

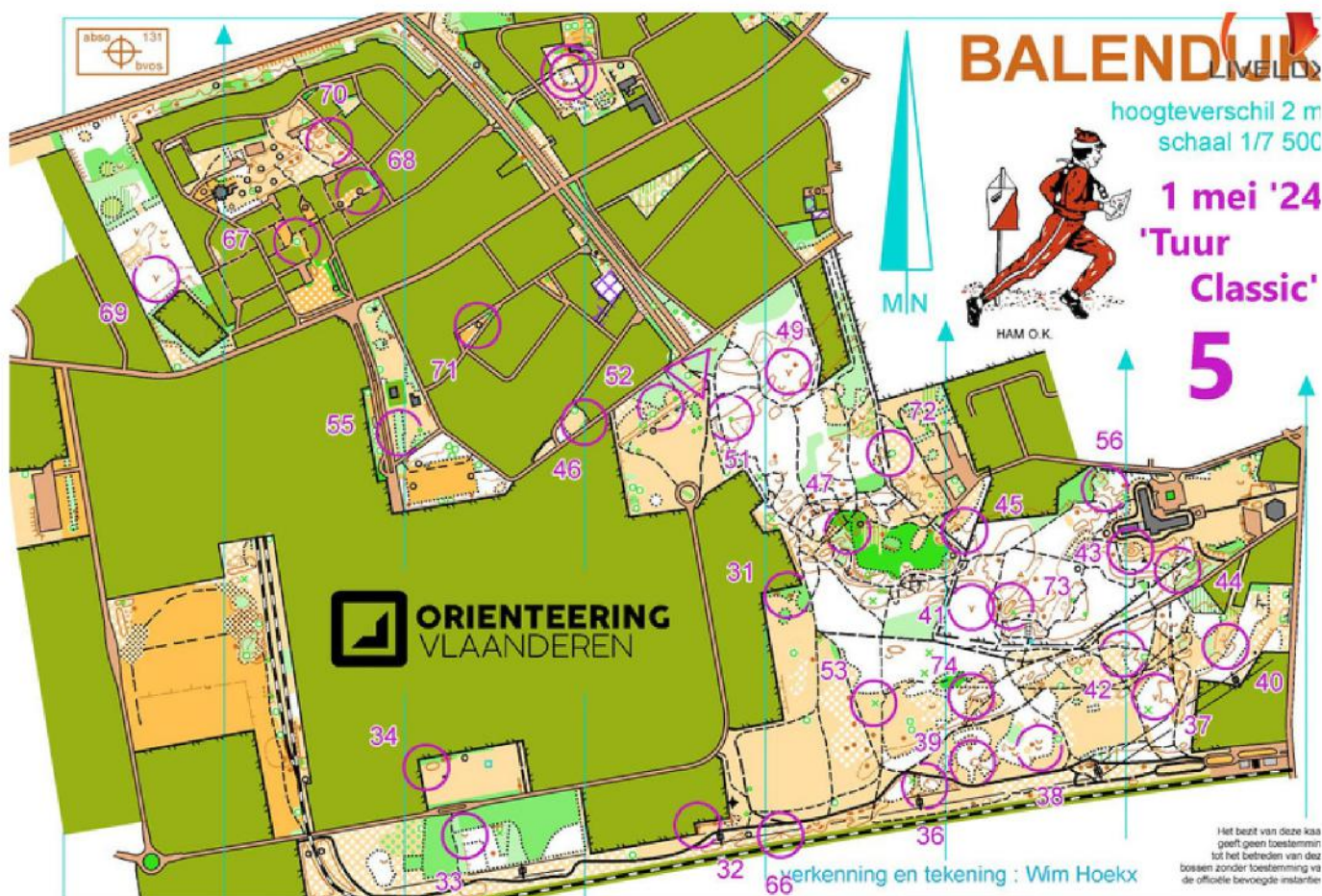
Nadien kunnen we onze honger stillen en is er de algemene vergadering van Hamok. Vergadering met een vaste agenda, doch er zal ook aandacht zijn voor onze 4 daagse die er gaat aankomen. Toelichting wordt hier gegeven door Dries. Ook voor 25 Manna is er een stand van zaken. Want geef toe, naar ik vernomen heb hebben de dames zich op 10Mila goed geamuseerd en denken ze al aan 2025. Top gedaan dames. En wij gaan dat met z'n allen ook zo doen op 25Manna.

Wie nog wil kan ook nog deelnemen aan de 3-daagse van België. Het zal er de moeite zijn, met een training op donderdag en zelfs op woensdag kan men den Autmans lopen in Waimes.

Tot zover de voorbije maand mei,

Tot de volgende cross,

Uwe voorzitter.





Ooit moest het er van komen. Deze Knijptang is door een aantal Schotse uitspattingen een weekje later dan normaal. Niet dat iemand er wakker van ligt, vermoed ik. Zeker niet als je weer eens kan grasduinen in een paar literaire pareltjes. Jeroen legt de ware organisatie achter het O-Ancioke bloot. De ploegen van de Tuur Classic worden zorgvuldig gefileerd door Jos. Bij de eerste lezing van de hersenspinsels van onze Knijpers-Emeriti kreeg ik telkens de tranen in de ogen van het lachen. Wat zijn zij toch goed ter pen, zoals velen anderen onder ons.

De grootste sportieve prestatie van de maand ligt zonder twijfel in handen van onze Hamok dames op Tiomila. W hebben massaal live mee gevolgd hebben of de samenvatting in onze WhatsApp bekeken hebben: waaw, wat mogen we trots zijn op hun prestatie. Ver boven zichzelf zijn ze uitgestegen! Dat belooft alleen maar veel goeds voor onze 25Manna in de herfst van dit jaar.

Enkele maanden geleden schreef Coen een wervend artikel over zijn eigen bestaan maar vooral over het concept van Hamok zomer T-shirts. Ondertussen is de droom gerealiseerd en kunnen we dit vestimentair hebbedingetjes gewoon via O'Punch bestellen. Knap gedaan!

Tot slot wil ik graag al even iets zeggen over Cape Wrath Ultra. De Expedition Race van 380 km, 13.500 hoogtemeters op 8 dagen door Schotland. Toen ik net terug was, was het eigenlijk moeilijk om daar veel over te vertellen. Het was zoiets groots waarbij je 8 dagen door een soort mentale tunnel liep. Langzaamaan begint het wat door te dringen wat ik daar eigenlijk gedaan heb en hoe "kantje-boordje" dat het was op die fameuze dinsdagavond. In de volgende Knijptang krijgen jullie een uitgebreid verslag.

Maar zover zijn we nog lang niet. Een fantastische juni maand ligt aan onze voeten met zonder twijfel een 50 minuten durend hoogtepunt op vrijdag 14/06 tijdens de onvolprezen "Beker van de Secretaris".

Maar nu genoeg editoriaal geleuter: veel leesplezier!

Filip

Op 14 juni doet de secretaris doet zijn petje af voor Hamok en jullie verdienen het. Hamokker na Hamokker zet heroïsche prestaties neer, kampioenstitels worden verdiend bij de vleet, anderen verzetten dan weer bergen werk achter de schermen en uiteraard blinkt iedere hamokker uit in sympathiek zijn. Jullie verdienen het respect van de secretaris en daarom dus: Petje af!

De secretaris doet daarom op zijn beurt zijn best om jullie te verblijden met een sportief spektakel. Dit jaar zijn er geen filmpjes te analyseren. Er zal sportief uitgeblonken moeten worden, all-in gaan, om te winnen. Dit spektakelstuk start met hartelijke ontvangst vanaf 18:30h in sporthal 't Vlietje (te Ham) en een massastart om 19:00h. Een luttele 50 minuten later is dit alweer gepasseerd en kijken we een jaar verder.

Handig om de opdracht tot een goed einde te brengen is een kompas, uurwerk en mogelijks een watervaste stift, rekenmachine of abacus. Na de inspanning volgt de ontspanning. De club trakteert op spijs en drank. De club trakteert verder ook op een algemene vergadering.

De (voorlopige) agenda van deze laatste:

- Woordje van de voorzitter
- Financieel verslag
- Sportief verslag
- Een deftige brok FL4D (onze 4-daagse dus)
- Rondvraag



Inschrijven kan via O Punch en wordt van harte aanbevolen.

Verder is er ook nog dit, niet te analyseren, filmpje:

Pascale



Je moet in het oriëntatieriviertje al menig steentje hebben verlegd vooraleer je naam verbonden wordt aan een wedstrijd. Zo prijken Gilbert Stapelaere, Rik Thys, Jozef Autmans of ene Robert Wagener elk jaar prominent op de oriëntatieloopkalender. Stamvaders die geïnspireerd door deze nobele sport het O-virus kwistig verspreidden in de federaties, clubs en het hart van de natuurminnende sportmens en daarvoor gerespecteerd werden. In alle bescheidenheid kon ook Jacky Sallaerts een plek in onze harten veroveren, maar helaas moesten allen sterven om als monument de geschiedenis in te gaan.

Historie

Onze Tuur Cloostermans vormt hierop een uitzondering. Toen op 16 juni 2013 de eerste 'Tuur Classic' werd georganiseerd stond de naamdrager himself immers tussen de deelnemers. Hij eindigde 11de op 39 in zijn eigen 'Tuur Classic'

Op de laatste bestuursvergadering van het jaar voordien had hij zijn ontslag als secretaris gegeven. Daarmee werd die avond in december de eerste 28 jaar van – aanvankelijk HAM O.K., later Hamok – met enig feestgedruis afgesloten.

De eerste 'Tuur Classic' enkele maanden later was het eresaluut van de club voor een kwarteeuw organiseren, coördineren, kaarten tekenen, kaarten drukken, clubbladen typen en stencillen in voor de digitale medemens onvoorstelbaar primitieve omstandigheden. Omdat Tuur altijd een bijzondere aandacht had voor de verouderende sporter (veldlopen voor senioren B, veteranencrossen, opschuivende leeftijdscategorieën, de 'Gouden spike' met leeftijdbonificaties ...) kwam het accent in de eerste 'Tuur Classic' ook hierop te liggen: elk jaar jonger dan Tuur één strafminuut, elk jaar ouder dan Tuur één minuut boni.

Alzo werden Magda Goffin (-1') en Denis Reynders (-6'), een mythisch oriëntatie-echtpaar, de eerste winnaars van deze editie. 50 would-be Mathusalems lieten zich verleiden om op archaische wijze in een retropakje met controlekaart, knijptang en historische kaart een duik in het verleden te maken.

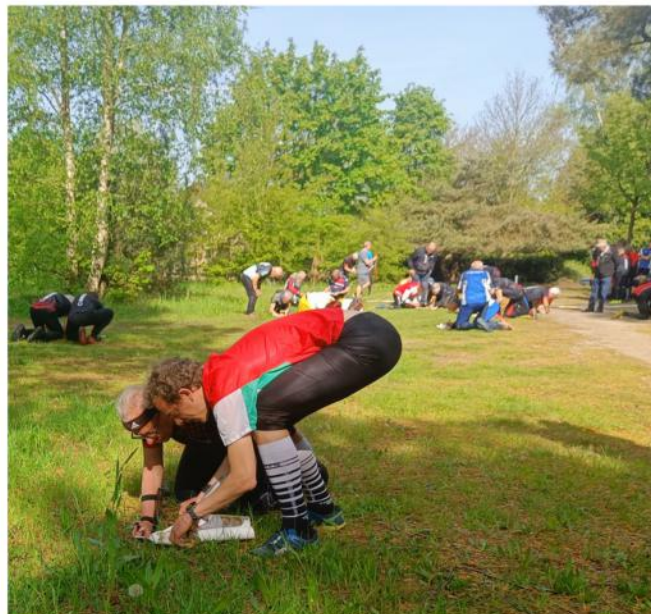


Elf jaar later

Dat Tuur op 29 mei 2023 het tijdelijke voor het eeuwige ruilde plaatste hem meteen op gelijke voet met de eerder genoemde corryfeeën en zo geschiedde dat op 1 mei 2024 een 2de 'Tuur Classic' op poten werd gezet. Men koos voor een 'Finse aflossing', een bedenkfel uit de jaren negentig dat uit de archieven van Hamok werd gevist: ploegen van 2 lopers waarvan één – uit respect voor de Tuurfilosofie - ouder dan 65! Om de erfenis van Tuur nog meer luister te geven konden ploegen met een gezamenlijke leeftijd boven 120 jaar nog meer boni verdienen: 1 minuut aftrek van de totaal tijd per jaar meer! Verder werd er niet al te ijverig naar nostalgische elementen gehengeld, wellicht om de fashionista's niet af te remmen. Wim Geerts liet zich niet pramen om op de 'uitgebreide' kaart van de Balendijk (dank zij Wim Hoekx) 31 posten te plaatsen waarvan 5 voor beide leden van de ploeg en de rest 'eerlijk' te verdelen.

De ploegen

18 ploegen meldden zich al dan niet pittoresk omschreven met een zelfgekozen teamnaam. Soms droop de ambitie eraf met 'Eremetaal' (Jeroen en Wim Hoekx) of 'Fast & Furious' (Tom Geypen en Patrick Wallaert). Dan weer zelfrelativering met 'Haas en Schildpad' (Greet en Marcel Oeyen) of grenzeloze fantasie met 'De Groene Poort' (Dominique Schutjes en Patrick Bleyen) of Tuurkastaja (Peter Hoogstrate en uw dienaar) (Tuurkastaja waarvoor enige duiding wellicht nodig is: Tarkastaja is Fins voor 'inspecteur' en de schuilnaam van Koen en Kris Wauters op Pukkelpop 2023. Voor Peter genoeg redenen om er in deze omstandigheden 'Tuurkastaja' van te maken.)



Team "Eremetaal"



Team "De Miekes"

De meesten waren echter narcistisch geïnspireerd en jongleerden met eigen naam zoals 'Moortelmans' (vader en zoon Van De Moortel), 'Ed-die' (DIETER Coen en EdDIE De Kerf), 'LALA' (Lennert Lens en André Aerts) 'Hilde & Bert' (Hilde Vercaeren en Bert Geudens), 'DanAn' (Danielle Nolens en An Verberne), 'Mellok' (vader en zoon Mellebeek), 'Torroteam' (Jan en Flore Toelen) of andere 'Vic&Bob's' (Vic Vanderstraeten en Bob Schildermans). De prijs voor de originaliteit ging ontegensprekelijk naar 'De Miekes' (Els Put en Mia Kinnaer) die de daad bij het woord voegden en zich aanboden in de outfit van Annemieke en Rozemieke. Dat het secretariaat opgefleurd werd met de oerpet en oerkleur van Hamok 'Rood-Wit' was dan weer de verdienste van Jeroen Hoekx en het team-met-die-naam Ronny Timmers en Jean Ooms.



De wedstrijd

Het loont beslist de moeite om een studie te wijden aan de postenverdeling van de ploegen. Met drie collectieve posten centraal in het bosgedeelte en twee in de bijgetekende wijk was het geen sinecure om met enkele stevige stiftstreden aan verdeling te doen. Het leeftijdsverschil in al de ploegen was ook een variabele van doorslaggevende rol. Zo mocht uw dienaar slechts de helft van de posten van ploeggenoot Peter opsporen. Dat kon beter want de rusttijd aan de laatste post 70 was zelfs voor een versleten knol te lang. Geniaal was de beweging van Jeroen Hoekx die eerst naar post 71 in het midden van de wijk navigeerde en dan het zuidelijke deel van de kaart opkuiste om dan langs de oostkant van de kaart naar het noorden te laveren. Zij realiseerden de snelste tijd, zo maar eventjes een klein kwartiertje voor 'Fast&Furious'! Volgens LALA hadden zij die tijd zeker overtroffen als AA tenminste één post niet had vergeten. Dus LULU, net als de Torro's, de Melloks en Vic&Bob.



De eindafrekening zou echter worden gemaakt na de verrekening van de bonificaties. Geen bonificaties voor de eerste drie ploegen, maar op de 5de plaats stond ploeg 'Moortelmans' te pronken met een tijd van 1 u 07'18" en niet minder dan 33" boni (leeftijd Bart 67 + leeftijd Frans 86 = 153) Eindtijd: 1u 07'18" - 33" = 34'18" of ruim 3' beter dan 'Eremetaal' en winnaars bij de heren.

Bij de dames stonden slechts twee ploegen aan de start. 'De Miekies' fladderden met hun gele rokjes door bos en wijk in 01:12:23 en met 5' boni realiseerden zij 1 u 07'23" DanAn eindigden op ruim een half uur en konden met 16' boni die achterstand niet meer ophalen.

Volgend jaar wordt het weer 1 mei!

Knijper Emeritus Maximus

1	Moortelmans	01:07:18	00:33:00	00:34:18
2	Eremetaal	00:37:42	00:00:00	00:37:42
3	Haas en Schildpad	00:51:43	00:00:00	00:51:43
4	Fast & Furious	00:53:22	00:00:00	00:53:22
5	Team De Groene Poort	01:10:11	00:14:00	00:56:11
6	Tuurkastaja	01:16:19	00:18:00	00:58:19
7	The Outlaws	01:03:35	00:05:00	00:58:35
8	Omega	01:27:30	00:27:00	01:00:30
9	Avontuur	01:23:35	00:21:00	01:02:35
10	1 Annemieke en Rozemieke	01:12:23	00:05:00	01:07:23
11	Hilde&Bert	01:37:31	00:21:00	01:16:31
12	Ed-Die	01:16:51	00:00:00	01:16:51
13	LALA	01:18:01	00:00:00	01:18:01
14	De RoodWitten	01:40:33	00:13:00	01:27:33
15	2 DanAn	01:45:52	00:16:00	01:29:52
	Mellok	NCL		
	Torroteam	NCL		
	Vic&Bob	NCL		

Hamok dames op de Tiomila 2024 - Nynäshamn



Hoe moeilijk kan het zijn om een damesploeg samen te stellen voor de Tiomila, traditioneel de eerste topontmoeting voor elitelopers om hun form te testen na een lange Scandinavische winter? Niet moeilijk, dacht Joke toen ze op 11 december 2023 het plan lanceerde. En ze had gelijk, amper 10 dagen later stond er al een mooie ploeg klaar met 5 Hammers en gastloopster Hannah Thiels. De voorbereidingen en trainingen konden beginnen. De Tiomila vond plaats in Nynäshamn ten zuiden van Stockholm en niet zo heel erg ver van het strijdtoneel voor de 25Manna later dit jaar.

De Tiomila 2024 zal de geschiedenisboeken in gaan als de eerste aflossing, waarbij naast de mannen, ook de vrouwen de nacht trotseren met hun nachtlampen, 'an equal relay', waarbij de vrouwenteams evenveel aandacht krijgen als de mannenteams. Hierdoor heeft de Tiomila een complete make-over gekregen. Het klinkt waarschijnlijk ingewikkelder dan het is, maar hierna een poging om dit toe te lichten. De start van de vrouwen was zaterdag 4 mei jl. om 21:30. De startloopster en de tweede loopster lopen in de nacht. Daarna volgt er een pauze voor de vrouwen.

Tijdens deze pauze gaat de mannenaflossing gewoon door. De winnende mannenploeg wordt aan de finish verwacht rond 6:00 's ochtends. Redelijk snel daarna, om 7:00 's ochtends, is er een restart bij de vrouwen in de vorm van een jachtstart voor de teams die nog binnen het uur van de eerste vrouwenploeg staan. Voor de overige teams is er een massastart om 8:00. De laatste 4 lopers oriënteren dus in het licht. Na veel nadenken en heen en weer gepraat over tactics zijn wij tot de volgende teamopstelling gekomen:

- startloper: Hannah (6,8km);
- 2de looper: Elisabeth (5,2km);
- 3de looper: Greet (10km);
- 4de looper: Joke (5,6km);
- 5de looper: Amber (6km); en
- slotloper: Maya (7,3km).





Samenkomst in Zweden was op donderdagmiddag 2 mei jl. zodat we nog een paar trainingen konden afwerken om te wennen aan het terrein. De eerste training was vakkundig in elkaar gezet door coach Benjamin die met het plaatsen van echte balisen meteen het succesgevoel aanwakkerde, ware het niet dat de posten-ophaler iets te voortvarend te werk is gegaan, maar dat heeft de pret niet kunnen bederven. Na de training en een winkelkar vol koolhydraten en proteïnen gingen we richting ons huisje met een prachtig uitzicht op een zee-inham, zo een 20' rijden van de wedstrijdarena. Een heerlijke plek om te hangen en maximaal tot rust te komen tussen de vele trainingen door die op vrijdag en zaterdagochtend nog zouden volgen. De stralende zon, zonder ook maar een wolkje aan de lucht maakte het plaatje compleet. Zaterdagavond naderde en na wat puzzelwerk hadden we minutieus bedacht wanneer welke auto naar de arena zou rijden en terug. Kortom, we waren er klaar voor, ook al begonnen de zenuwen te stijgen, de trainingen hadden ons toch eerder bescheiden gemaakt.

Zaterdag 4 mei 2024, 21u30

Om 21:30 was het eerst de beurt aan Hannah. Als ploeg zonder ranking hadden we een gunstige startpositie gelooft en kon Hannah in het midden van het veld van start gaan. Onder luide muziek, geschreeuw en getoeter begon zij aan haar nacht. De eerste radiocontrole werd gepasseerd en Hannah was goed mee, vervolgens dook Hannah pas weer op bij de derde radiocontrole ... oei, wat zou er gebeurd zijn? Ze had wel een ware inhaalslag gemaakt en even was er spanning, maar al gauw bleek dat er niets aan de hand was en deelde Greet de verlossende beelden van Hannah aan de tweede radiocontrole. Nu Greet 's ochtends vroeg moest starten volgde zij het eerste deel van de aflossing vanuit de zetel in ons huisje om zo toch nog aan een goede nachtrust toe te komen. Die inhaalslag hield Hannah vol tot aan het eind en nog geen 11' na het eerste team kwam Hannah al aansnellen bij de wisselzone. De adrenaline steeg even heel hoog bij mij, wat deed ik hier eigenlijk tussen dat jonge Scandinavische geweld, maar zodra Hannah de kaart in mijn handen stopte keerde de mentale rust terug.

De eerste 500m waren puur afzien voor mij, totdat we eindelijk het bos in konden. De eerste post was meteen een lang been met ook een serieuze helling, hier had ik op getraind. 'Skal du til 226?', 'Ja!', hoorde ik twee Noorse dames achter mij, 'Mooi', dacht ik en de race was nu echt begonnen. Een prachtige kaart, de nachtlamp haalt de contouren, de rotsen, stenen en moerassen mooi naar boven, dit komt goed. De lichtjes spreiden zich meer en meer, sommigen zijn zelfs aan het dwalen, maar telkens is er een punt dat je plotseling weer het gezelschap hebt van enkele dames die ik dan al eerder ergens tijdens de wedstrijd was tegengekomen. De laatste meters richting de prewarning waren opnieuw afzien en dan moest de schnitzel nog komen, maar ik wist met een gerust hart dat over enkele uurtjes in de ochtend Greet onze race zou voortzetten. In totaal hadden we een achterstand van 23' op de eerste ploeg, dit had onze verwachtingen ruim overtroffen. Snel een berichtje naar Greet, dat ze 40' eerder moet opstaan dan verwacht, maar dit had ze natuurlijk al lang uitgerekend.

Terwijl de dames op tijd hun bed in doken (alles is relatief natuurlijk) om de volgende ochtend goed voor de dag te komen, heb ik de nacht in de arena doorgebracht en heeft Benjamin zijn 14km lange nachtbeen solitair afgelegd. Hij wist op die manier zelfs enkele plaatsen goed te maken voor zijn Zweedse club. Intussen heb ik kunnen keuvelen met een Zweedse loopster, ze wist me te vertellen dat dit weer de eerste keer was dat ze een kaart in de handen had na een lange winter met veel sneeuw. Gelukkig waren daar ook onze Belgische junior heren die aanwezig waren met een ploeg, de nacht was hierdoor een stuk gezelliger.

Zondag 5 mei 2024, 7u23

Om 6u00 vertrok de eerste auto weer naar de arena, ik had toen net 2 uurtjes geslapen. Het was nu de beurt aan Greet om niet minder dan 10km af te leggen in dit mooie, maar ook heuvelachtige en geaccidenteerde terrein. Zij heeft dit uitstekend en op pure inhoud gedaan.



Iets voor 9:00 kon zij al onze 4de loopster, Joke lanceren. Met de 10 Miles van Antwerpen in de benen, stootte Joke de arena uit tegen een snelheid van 3'50" per km. Een paar laatste coachende woorden van Benjamin hebben haar geen windeieren gelegd. Ze passeerde de eerste radiocontrole met positiebehoud en toen kwam de tweede radiocontrole, nog steeds op positie. Wat waren wij hier aan het meemaken!

De doorgang aan de derde radiocontrole liet eventjes op zich wachten, we raakten intussen al verwend, maar daar kwam Joke al uit het bos met een lach op het gezicht. De zenuwen bij onze slotloopsters, moeder en dochter, hebben zich de hele nacht en ochtend opgebouwd.

Om 10u08 kon Amber aan haar race beginnen. Eindelijk! De focus zat meteen goed, gestaag heeft zij 10 plaatsen ingehaald en al gauw kwam een van de mooiste momenten van de dag, Amber kon Maya aflossen (of was het verlossen), die al een hele dag de spanning voelde stijgen.

Maya heeft (op z'n Hollands gezegd;-) een dijk van een wedstrijd neergezet en maar liefst 20 plaatsen goedgehaakt. De ontspanning op haar gezicht na de wedstrijd vertelt alles over hoe dat moet hebben gevoeld. Wat een nacht, wat een dag, wat een team en wat een coach! Het resultaat is een fantastische 128ste plaats op 275 damesploegen.

Het nagenieten kan beginnen!

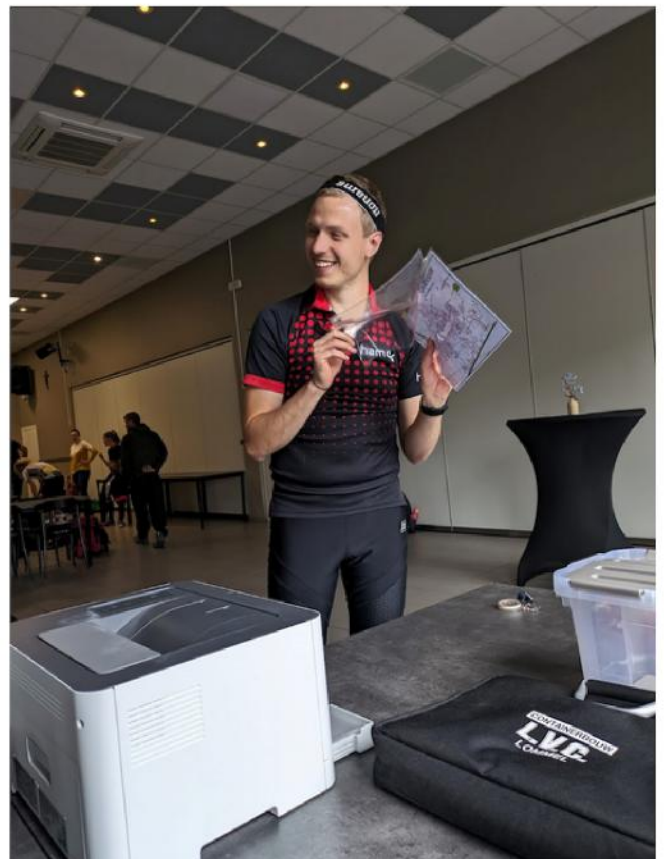
Elisabeth

Hoogmis van het oriëntatielopen



Trouwen zorgt alleen maar voor meer klusjes. Zo kreeg Benjamin bij de werkverdeling van de trouwdag als opdracht het organiseren van de trouworiëntatieloop voorgeschoteld. Dat was acceptabel, want Joke deed al de rest. Benjamin leverde dan ook een voorbeeldige organisatie op waar toch 38 clubgenoten konden genieten van een stukje frisgroen bos. Voor een 40-tal andere genodigden werd het de eerste kennismaking met onze sport. Hij begon ruim op voorhand aan de baanlegging. Maar liefst 6 dagen voordien werden de eerste omlopen in OCAD getekend. De kaarten werden de dag voordien om 15u al gedrukt, net voor het posten zetten. Geen nachtwerk.

Lopers werden verwelkomd met een kaart in een plastic mapje en een bijhorende SportIdent of kompas als dat van toepassing was. Sommige lopers sakkerden over slecht sluitende mapjes en probeerden ze langs alle kanten met ducttape te dichtten. Zij hadden echter niet door dat ze dubbel bedeed waren qua plasticjes.



Ook aan wat afwisseling voor de computerploeg werd gedacht. Waar bij een normale wedstrijd de postnummers die doorgestuurd worden doodsaaï overeen komen met wat er geprint is, was er hier een fijne puzzel om op te lossen. Daaruit bleek dat uw dienaar niet zo'n goede puzzelaar is, want de laatste post van z'n eigen omloop werd niet gecontroleerd door Helga.

Op de goedgevulde werklijst stond als voorloper Benjamin Anciaux. Maar goed dat die gevraagd was, want er bleek 's morgens een post verdwenen. Het is niet te begrijpen dat de posten 's avonds in de regen gezet worden en dat ze dan toch gestolen worden. Het opbreken van de start werd ook ruim op tijd ingepland, nog voor de laatste start. Gelukkig dat er op een moderne SI nogal veel posten passen en er ook zonder clearen 42 posten bijkunnen. Op een oude SI, *kuch* familie Schutjes *kuch*, passen die 42 posten helemaal niet, zelfs niet als je een lusje overslaat, Stefaan.



Gewoontes zijn er om doorbroken te worden. Na een kaartwissel is een extra startsymbool maar een overbodige luxe. Het weglaten bespaart op inktkosten - net als het uitdelen van oro-hydrokaarten.

Met dank aan het ontluikende zonnetje waren er na de looptocht niets dan lachende en enthousiaste gezichten te zien. Er zijn zelfs een viertal nieuwe deelnemers die hun route op Livelox opgeladen hebben. Dat is altijd interessant om te bekijken.

Joke kan dus met een gerust hart wel vaker een klusje aan Benjamin toekennen.

De reservesleutel van het Kloosterhof is ook terecht.

Knijper Emeritus



zondag	Regionale - Kieldrecht (City Cup 2024) Ten Huize Michèle 🇧🇪
9 Juni	
vrijdag	Beker van de Secretaris 2024 't Vlietje 🇧🇪
14 Juni	hamok
zondag	Régionale 5 couleurs à Spa Nord Spaloumont 🇧🇪
16 Juni	

zondag	Regionale - Heeserbergen City (City Cup 2024) 't Heeske 🇧🇪
16 Juni	hamok
woensdag	Lenteloop - Rulheyde Jeugdruimtes, domein Rulheyde 🇧🇪
19 Juni	
zondag	Nationale Longue Distance Salle "Le Blé qui lève" 🇧🇪
23 Juni	



woensdag	Lenteloop - Einderheide Sporthal De Kemphaan 🇧🇪
26 Juni	
vr - zo	3 Days of Belgium / 1, 2 or all 3 days Etalle - Saint-Léger 🇧🇪
28 - 30 Juni	
za - zo	Transforestière 2024 Virton 🇧🇪
29 - 30 Juni	