

hamok

100% ORIENTEERING

VOORZITTER

André Aerts

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

ONDERVOORZITTER

Jos Thijs

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

EXTERN SECRETARIS | JEUGDSPOORT

Pascal Mylle

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

INTERN SECRETARIS | LIDGELD

Karin Declercq

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

SCHATBEWAARDER

An Verberne

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

INSCHRIJVINGEN

Dominique Schutjes

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

BESTUURSLID

Wim Geerts

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

KALENDERCOMMISSIE

Luc Melis

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

PUBLIC RELATIONS | UITRUSTING

Bart Mellebeek

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

TOPSPORTCOMMISSIE

Thomas van der Kleij

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

MILIEU & TOEGANKELIJKHEID

Wim Hoekx

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

PLOEGENCOMMISSIE ABSO | BVOS

Benjamin Anciaux

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

INFORMATICA | WEDSTRIJDKWALITEIT

Ronny Timmers

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

MARKETING

Dries van der Kleij

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

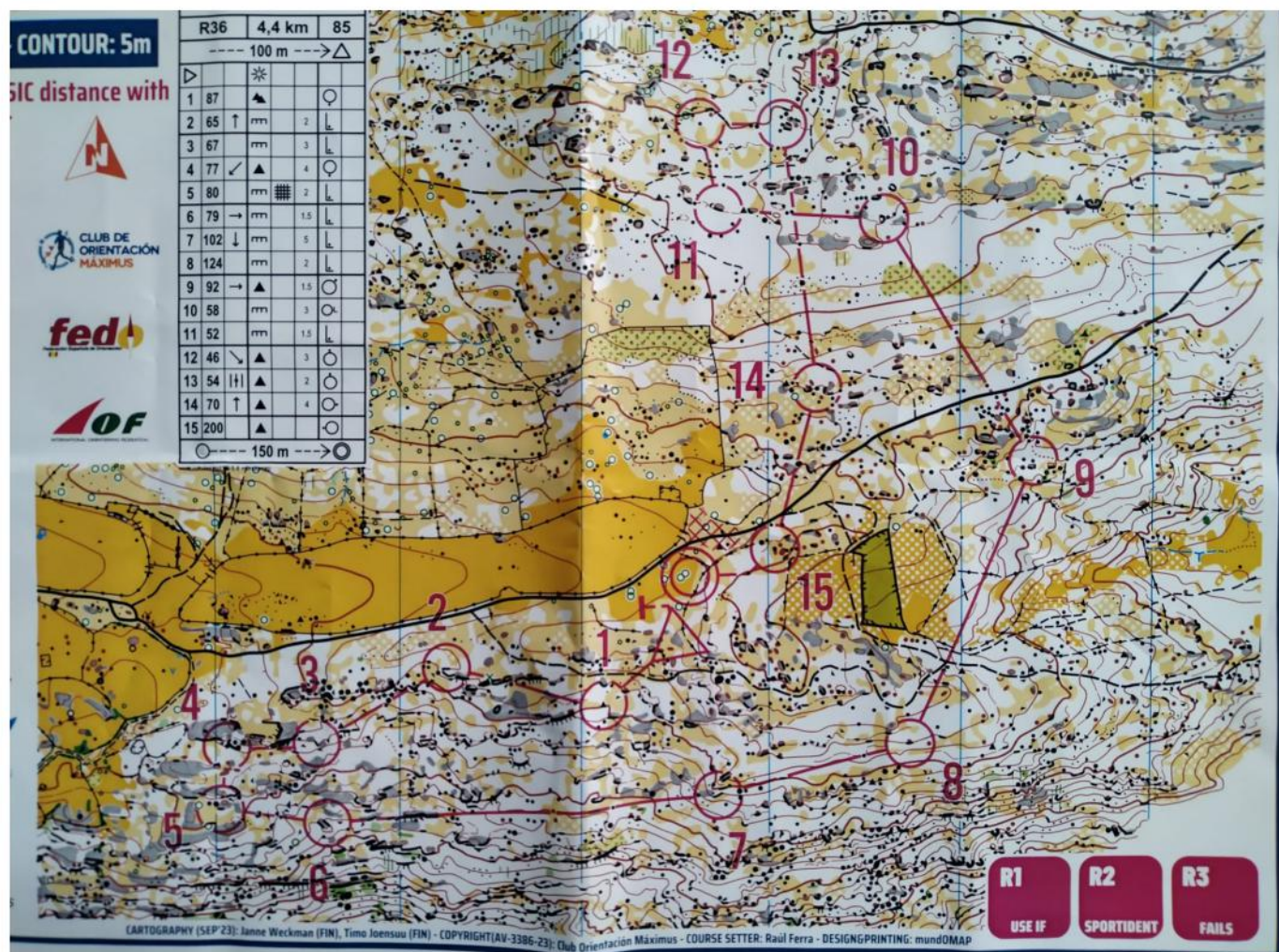
De kortste maand van het jaar had ons toch weer wat oriëntatieplezier te bieden en voor sommigen onder ons hebben ze dit buiten de grenzen gevonden.

Traditioneel is er rond de krokusvakantie het één en ander te doen in het zuiden, meer specifiek in Spanje en Portugal. Het slechte weer achterlaten en lekker lopen in de zon. Maar dit jaar was dit voor de POM niet het geval. Wij zaten op de MOM en hadden meer geluk. Dit is de Maximus Cup (stond ook in O'Punch) die in de buurt van Madrid gelopen werd.

Ik laat jullie meegenieten van de kaart die voor de jachtstart is gebruikt. Rotsen en kammetjes: meer moesten we niet zoeken. Telkens stonden de posten aan de andere kant van de looprichting.

Iedereen die al in dergelijke terreinen gelopen heeft, weet dat je contact met de kaart moet houden. Je moet altijd weten waar je bent of het is verloren.

In het eerste stuk geen wegen om op terug te vallen, een lange helling naar beneden. Je zoekt naar gele vlakke zones/structuren die opvallend zijn in het parcours en zodoende ben ik er toch redelijk uit geraakt. Het voordeel/nadeel van Livelox-Winsplits is dat je ook de problemen van ervaren lopers ziet. We leren nog steeds bij en als dit dan bij een zonnetje kan, waarom niet.



Het plezier hier was voor sommigen wat magertjes. Niet elke week aan de slag maar het gaat beteren. Maart belooft uitdagender te worden.

Hamok heeft 2 wedstrijden die kort op mekaar volgen. Als eerste gaan we de nacht verzorgen op 8 maart met als baanleggers Jill en Kristof. Ontmoetingsplaats is het vertrouwde Vlietje. Twee dagen later hebben we het BK middle op een nieuwe kaart getekend Wim H. Voor beide wedstrijden heb ik een werklijst laten aanmaken.

Voor het BK heb ik een grote groep van vrijwilligers nodig om deze wedstrijd tot een goed einde te brengen. Inschrijven! Natuurlijk verwacht ik ook een groot aantal Hamokkers aan de start om zoveel mogelijk kampioenen te kunnen vieren.

Verderop in de maand hebben we de Interland. Luc M. is als vaste vertegenwoordiger voor OV de coach van de Vlaamse ploeg. Maar liefst 12 Hamokatleten zijn geselecteerd op een totale ploeggrootte van 38 atleten. We wensen de hele ploeg veel succes toe.

En dan wordt het Pasen en wie Pasen zegt, denkt aan Baeckelandt. Dit jaar op 1 april en dit is geen grap. Baanlegger van dienst is Peter H. Een kleine kaart, maar traditioneel wordt dit weer een aangename wedstrijd.

Zowel 25 Manna en de 4 daagse blijven onze aandacht hebben. Het nieuws wordt u door de respectievelijke verantwoordelijken meegegeven.

Tot zover de voorbije korte maand februari,

Tot de volgende cross,
Uwe voorzitter.

DROEVIG NIEUWS

Juliette Janssens



echtgenote van de heer André Bukenbergs

° Kwaadmechelen 28/05/1948

† Mol 22/02/2024

Woonachtig: Kwaadmechelen

Bedankt, echt waar bedankt aan iedereen die gereageerd heeft op mijn oproep.

Laten we even 22 Knijptangen teruggaan in de tijd. Jeroen H had me net het maandverloop van een "Knijper" uitgelegd. In het begin van de maand is er niets aan de hand, maar tegen dat je voorbij de 20ste van de maand geraakt, komt de stress: wie gaat nog iets schrijven over dat bepaald kampioenschap?, waar vinden we nog een foto van de voorzitter? De laatste dagen wordt alles bij elkaar geschraapt en uiteindelijk krijgt iedereen netjes een Knijptang in handen alsof er geen vuiltje aan de lucht was.

Bij mij loopt het eigenlijk helemaal andersom. Vanaf het moment dat de tekstjes & foto's binnenstromen, krijg ik een geweldig warm gevoel. Het is prachtig om al jullie bijdrages als eerste te mogen lezen en dan zo goed mogelijk tot hun recht doen komen in een nieuwe Knijptang. Jullie hebben er hard aan gewerkt dus het minste wat ik kan doen, is het mooi presenteren.

De laatste lezing gebeurt altijd 's ochtends rond 7 uur zodat ik tegen kwart voor acht de Knijptang kan doorsturen naar enerzijds de drukker en anderzijds Jeroen H om hem live te brengen. Het berichtje voor de Whatsappgroep zit al in mijn hoofd en op Karin kan ik blindelings vertrouwen voor de distributie.

Maar net op het moment dat de nieuwe Knijptang verstuurd is, gebeurt het. Elke keer opnieuw schiet deze gedachte in mijn hoofd: "De volgende Knijptang is nog helemaal leeg." Naarstig kijk ik op O'Punch wat er allemaal aankomt en welke artikels ik nog achter de hand heb. En elke keer denk ik: dit gaat ons nooit lukken en elke keer krijg ik een weekend later een gerust gevoel: we krijgen over een paar weken weer een mooi vol boekje. Elke keer maar niet deze keer.



@ Jacques Grauls

Februari was een erg oriëntatieluwe maand, mijn trukkenkast van tijdloze artikels achter de hand was leeg aan het geraken en februari had maar 29 dagen. Op Whatsapp lanceer ik een oproep waar in eerste instantie geen reactie opkomt. Ik begin noodscenario's te verzinnen en dan gebeurt het ineens.

Jos stuurt me een uitgebreid Sportjaaroverzicht waar de baanleggers terecht in de bloemetjes worden gezet samen met alle andere kampioenen. Alvast 1 artikel en wat voor ééntje.

Nancy spreekt me aan op de Keiheuvel en zegt dat ze samen met Gunther een artikel over Karrim'Hoc aan het schrijven is om me te helpen. Simpelweg geweldig! Nancy & Gunther! Het enthousiasme spat van dit schrijfsel af.

Een paar minuten later zegt Nico me op diezelfde Keiheuvel dat hij samen met Lennert hun belevenissen in de Merodse bossen zullen neerpennen. Lees verderop maar eens over "Aquaman". Vermits ik die dag ook diezelfde omloop 1 gelopen heb, kan ik zeggen dat het allesbehalve overdreven was. Zelden zo gestonken na een overlevingstocht door de Lierse moerassen.

Lucien B had me nog een oud artikel over 25Manna 2018 toegestopt. Ik hoop dat Lucien trouwens snel weer terug in de bossen te zien is na zijn lopende revalidatie. Klaar voor de Hamok-activiteit van het jaar: 25 Manna 2024.

Ondertussen hebben Elisabeth en Sofie al voldoende inschrijvingen ontvangen om 1 volledige reglementaire ploeg te vullen, maar ook een tweede ploeg begint zich langzaam te vormen. Verder is er al slaapgelegenheid geregeld waar iedereen een bed krijgt, dus deze keer geen matrassen op de grond en helaas ook niet slapen in de bezemkast. 😊

Tot slot laten we ook onze clubkampioen nog aan het woord. Hij licht al een tipje van de sluier rond 2025 op.

En nog even dit: twee artikels in de Knijptang hebben weer inspiratie gevonden bij het concept van de "Middelmatige oriëntatiecrossover". Ga maar vlug op zoek. Dus weer een boeiende Knijptang, net zoals de vorige edities waar zoveel andere mensen hard aan hebben meegewerkt.

Maar nu genoeg editoriaal geleuter: veel leesplezier!

Filip

ARDF is Radiotechniek, Natuur en Sport



Radio-Oriëntatie

Radio Oriëntatielopen is de ultieme combinatie van sport en avontuur! Het is een unieke manier om je lichaam en geest uit te dagen terwijl je geniet van de prachtige natuur om je heen. Tijdens Radio Oriëntatielopen gebruik je een radio-ontvanger en kaart om je weg te vinden naar verschillende checkpoints in het terrein.

Dit is een geweldige manier om je navigatievaardigheden te verbeteren terwijl je in beweging blijft.

Nieuwe uitdaging

Of je nu een ervaren oriënteerder bent of nieuw bent in de sport, Radio Oriëntatielopen biedt voor ieder wat wils. Het is een sport die je op je eigen tempo kunt beoefenen en waarbij je altijd nieuwe uitdagingen kunt vinden. Bovendien is het een geweldige manier om nieuwe mensen te ontmoeten en samen te genieten van het buitenleven.



Op een donderdagavond spreken we via een webcall af met onze kersverse clubkampioen. Kristof zit vaderlijk naast hem om het interview mee in goede banen maar veel werk heeft hij niet. Thor is rad van tong en kan het goed uitleggen. We steken dan ook dadelijk van wal.

Was je zenuwachtig voor de start van het clubkampioenschap?

Een beetje. Ik wou eigenlijk wel winnen en vooral beter dan papa zijn.

Vond je het een fijne wedstrijd?

De baanlegging was heel leuk. Ik heb er van genoten. Het was zeker moeilijk genoeg en ook lang genoeg voor mij.

De wedstrijd bestond uit drie delen. Eerst klein reliëf, dan sprintoefeningen en tot slot een normale bosoriëntatie. Wat vond je daarvan?

Het eerste deel had ik oro-hydro met paden. Dat vond ik het leukste. Ik kan dat wel. Het tweede deel was vooral hard lopen en niet zoveel nadenken.

Toen ik aan het tweede deel bezig was, waren er al mensen vertrokken voor het derde deel. Ik dacht dat ik ongeveer in de helft van het peloton zat en niet veel kans meer had om te winnen.

Hoe ging het derde deel?

Ik was mijn best aan het doen. Ik kwam op het laatste Miel nog tegen. Ik had toen geluk dat zijn voorlaatste post verder was dan de mijne. Aan de finish hoorde ik dat ik eerste was als ik geen fouten had gemaakt.

Waar gaat het clubkampioenschap volgend jaar door?

Op het clubfeest heb ik de terril van Beringen gezegd maar daar mag je niet lopen. Ik denk misschien aan Hechtel waar ik atletiektraining doe.



Wat zijn je oriëntatiedromen?

EYOC meedoen en later wereldkampioen worden. Long Distance doe ik het liefste. Ik loop wel graag lang en ik steek graag door. Sprint doe ik niet zo graag: dan mag je niet doorsteken door de tuinen.

Vorige week ben je naar POM in Portugal geweest. Hoe was dat?

Dat was ook wel leuk. Het was een heel ander gebied, anders dan ik gewoon ben. Er waren geen paden, gewoon rotsen en op kompas lopen. Ik heb ervan genoten en ook nog goed gelopen.

Ga je nog naar andere buitenlandse wedstrijden dit jaar?

OOCUP, Silva kamp in Tsjechië, op stage in Duitsland. Misschien naar Kroatië en eventueel ook 25 Manna in Zweden.

Nog veel succes met al je oriëntatiedromen en vooral veel plezier!

Aquaman is er niets tegen

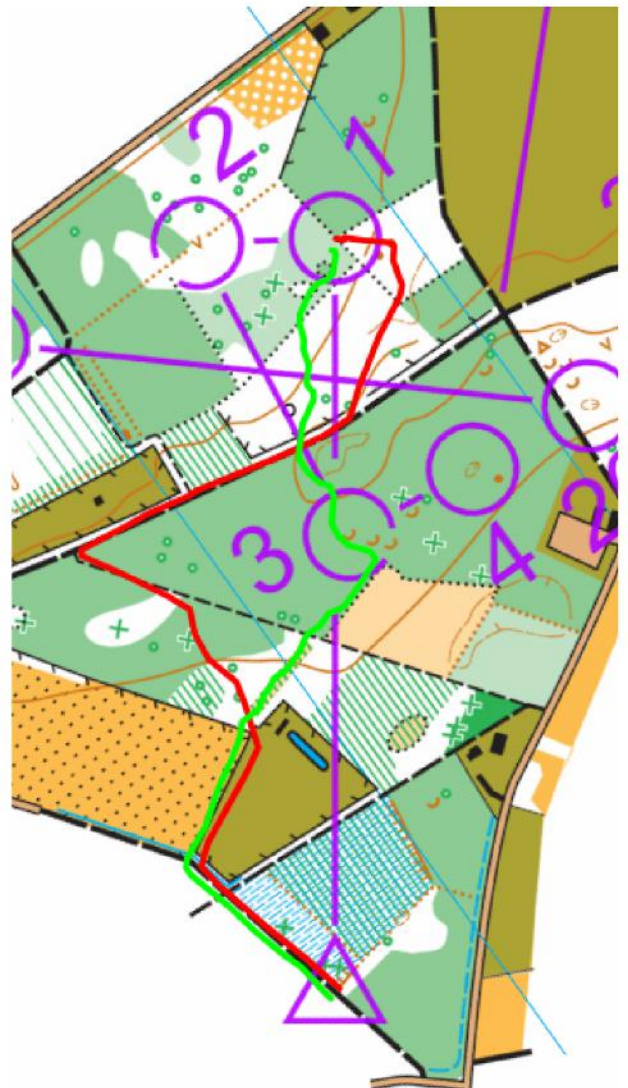
Na de oproep van Filip voor extra artikels voor de Knijptang van de maand februari kreeg Nico het idee om een doorweekt duo verslag uit te brengen van de voor velen onbekende kaart in de Zuiderkempen.

Nico: Deze kaart is mij onbekend. Maar in het cc, nog voor de wedstrijd, komt voorloper Wiet voorbij met wijze raad. "Dat verste bos loopt voor gene meter. Loop zo lang mogelijk via de weg."

Lennert: Eindelijk eens een korte oriëntatieverplaatsing was mijn gedacht toen ik deze wedstrijd op de kalender zag. (Dat de meeste bossen rond de Nete in mijn contreien meer dienst doen als moeras vergaten we op die moment even.) Vriendin, grootouders en pasgeboren kind (jong geleerd, oud gedaan) opgetrommeld om toch maar eens te komen supporteren. Bleek dat ik ook nog eens 4 min na Nico startte en 2 min na Evert Leeuws, motivatie genoeg dus.

Nico: Start en de driehoek op de kaart niet vinden, wat is dit? 1/15000, voor een regionale? Moet wel doorlopen want Evert Leeuws en Lennert starten direct na mij. Op naar post 1, door de wei over de prikkeldraad en de bos in. Wat een gebrak. Met Wiets wijze raad in het achterhoofd dan toch maar rondgelopen vanaf de eerste weg die ik tegenkwam.

Lennert: Start, richting post 1 kom ik volgens plan post 3 tegen, duidelijke kuil: kan ik sewens al niet missen. Geen problemen, alleen veel gebrak en natte voeten tot nu toe. Richting post 3 kom ik de familie al tegen, duidelijk gebriefd om me niet af te leiden, ikzelf gebruik hun dan maar voor mijn beklag over het nogal begroeide en natte bos. Gevolg: te ver naar rechts en post 3 toch missen...



Nico - Rood & Lennert - Groen

Nico: Aan post 3 tegen Jos al een eerste klaagzang over de netels afgestoken. De 4de gepunct, waar ligt de 5 in godsnaam? 🤔 Ah, helemaal aan de andere kant van de kaart. Dat gaat hier weer een been van 15min worden. Al slimmer geworden, loop ik langst de paden. Alleen is dat pad al zo overgenomen door de bramen dat ik blij ben dat ik mijn nieuwe schoenen niet aan heb.

Lennert: post 4 na wat wringen en wroeten, post 5 was me van in het begin al opgevallen: schaal 1/15000 en een diagonaal been van 15 cm door moerassig gebied: padenloop dus. Bij aankomst na 11 minuten loopplezier kom ik Evert Leeuws tegen die zich vergist had van richting, rechts ipv links gaan zoeken van het pad. Nog niet zo slecht bezig dacht ik, eens kijken of ik kan volgen.

Nico: 6 naar 7 doorsteken. How, die beek is wel heel breed. Mmm, een brugje ga ik hier niet vinden. Erdoor dan maar. Een eerste stap en ik zit al tot mijn midden in het water. Een tweede stap en het water zit al aan de borstkas. Nu er terug uit geraken, de eerste poging mislukt al grandioos. Even naar een boom waden om ergens aan te kunnen trekken en bij de 2de poging lukt het wel. 🏊

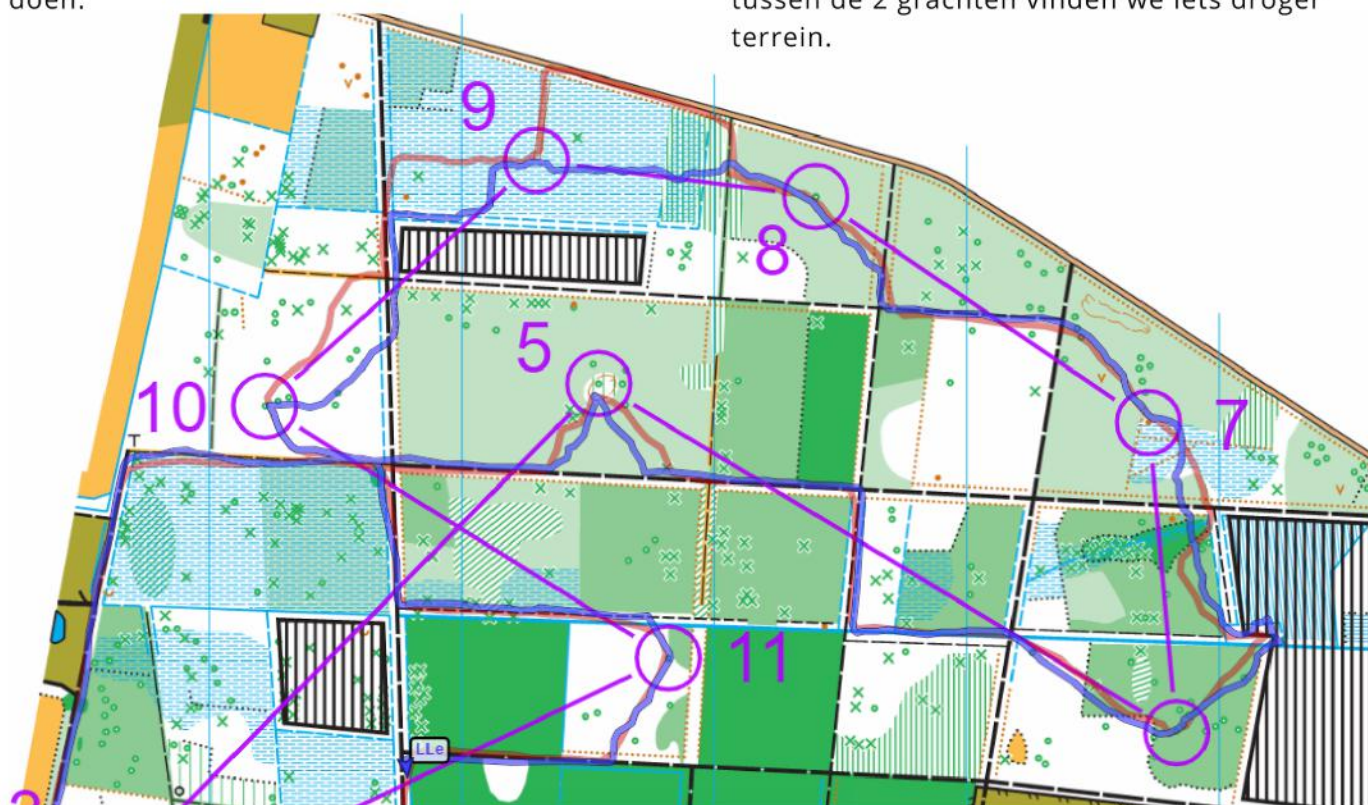
Lennert: De snelheid ging met z'n twee duidelijk omhoog, post 6 padenloop. Post 7 mikken op het pad naast het verboden gebied, eerst even een beekje over. Dat beekje blijkt iets breder te zijn als verwacht. Het zal moeten, hoor ik Evert zeggen, terwijl hij springt. Achteraf weet ik niet wat beter was, als eerste springen en niet weten wat komt of zoals in mij geval Evert net niet kopje onder zien gaan en weten dat je dat ook gaat moeten doen.

Lennert: Bij mijn duik valt me ook op dat het water stinkt, niets proberen binnen krijgen met de gedachten aan enge ziektes. Gelukkig zijn we met twee zegt Evert nog, dat pad richting post 7 hebben we nooit gezien, enkel meer zwart rottend stinkend water en bramen.

Nico: 9 staat op een berm in een blauw gebied. 😞 Ik kom aan de rand van dit gebied en zie alleen bramen en water. Beslis dan maar om via de betonweg rond te lopen tot aan de berm. Alleen staan daar de bramen overal weer zo hoog dat ik beslis om, richting 10, toch maar door het blauw te gaan. Ik ben toch al kletsnat, dus... weer 10 keer tot de borstkas in het water. 🏊 Aquaman is er niks tegen.

En als bonus stink ik, door het vuile water, uren in de wind. Al heb ik dit pas aan de finish door.

Lennert: Het hoogtepunt van deze kaart: toch wel post 9. Mijn eerste gedacht, rond via de betonbaan, Evert dacht er anders over, wie ben ik om te discussiëren met een BeArrow, we waren toch al doorweekt. Paar keer tot de nek erin, de berm waar de post stond was me niet duidelijk, leek meer op een oranje zwembandje in een grote vijver. Nu hier nog uit raken... richting het verboden gebied tussen de 2 grachten vinden we iets droger terrein.



Nico - Rood & Lennert - Blauw

Nico: Na nog een paar posten gaan we eindelijk uit het noord-oostelijke bos weg. Hopelijk is dit bosdeel properder. Aan de 17 aangekomen zie ik dat de nummer niet klopt. Kaart bestuderen en zien dat post 21 op de lijn tussen 16 en 17 ligt. Een beetje tijd verloren, maar niet te veel.

Lennert: post 10 tot 16 was een combinatie van lopen, braakwerken richting 12 (begroeid pad nooit gezien) en toch aangenaam oriënteren. Het valt me op dat ondanks het kop over kop lopen van Evert en mezelf we nog steeds geen glimps van Nico gezien hebben. Die is goed bezig percies! Even op de kaart kijken, hmm post 17 tot 25 sprinten op 1/15000. Bij post 17 splits ik van Evert, hij gaat voor de zuidelijke wegkeuze, ik voor de noordelijke. Mijn idee was om het gele open gebied te gebruiken om recht naar 18 te lopen. De heidestruiken tot aan de heupen leverde echter wat vertraging op, weg was Evert.

Nico: 19 gepunct. Op de kaart zie ik richting 20 100m groen en dan, joepie, eindelijk een stuk wit bos. Ik vertrek en 10 meter verder, BAM de grond op 🤢. Snel op en door, BAM. Nog geen 2 meter gelopen en al terug achter een netel blijven hangen. 🤢. Snel door. BAM. HOE IS HET MOGELIJK, weeral k*tnetels. 🤢🤢 Aan 21 ben ik al geweest 🤢, dus geen probleem.

Richting 22 vloek ik eens luid, om dan te zien dat je daar gelukkig toch niet door de beek moet

Lennert: Hoewel ik graag sprint was dit niet zo mijn ding, naar posten 19 tot 25 zag ik het niet en twijfel sloeg toe ipv gwn op de duidelijke herkenningspunten af te gaan. Misschien toch wat te veel energie gestoken in het lopen met Evert?...

Nico: Van 28 naar de finish verkies ik om door de wei te lopen in plaats van de groene strook errond. Alleen is die wei zo nat dat het groen waarschijnlijk nog sneller was.



Lennert: De laatste posten waren opnieuw vooral padenloop. Ik kom Wim Geerts nog tegen die dezelfde negatieve mening als mezelf deelde over de kaart. Op weg naar de finishpost stel ik me de vraag of dit laatste stuk eigenlijk wel meerwaarde had, verzopen weide en nog enkele bramen om of te sluiten. Maar Nico, Evert en de familie stonden te wachten, dus zo erg was het nu misschien dus ook niet.

Nico: Quote van Evelien aan de finish: "Ik mag niks roepen van Lennert omdat dat afleidt. Kom ik hem onderweg tegen en roept hij k*tbos."

Als Lennert 2 min later aankomt: "k*tbos".

Samengevat, niet meteen het leukste bos, maar zoals elke cross een verhaal om verder te vertellen en een leuke zondag voormiddag. Velen waren eens zo blij om een douche te zien. Het veelvuldig doorwaden van beken en moerassen zorgde voor de nodige geurhinder bij sommigen.

Lennert & Nico

Wedstrijd	Datum	Kaart	Baanlegger
Clubkampioenschap	7/01/23	Lommel-Balendijk	Jeroen H.
Forest Cup	29/01/23	Ham- Gerhees	Nico
Training Interland	4/03/23	Pelt-Dommelhof	Peter/Wim
Interland	5/03/23	Lommel-Kattenbos	Wim H.
Regionale	5/03/23	Lommel	Wim H.
Paascross	10/04/23	Baeckelandt	Patrick
Coppa del Segretario	3/06/23	Ham	Pascal
City Cup Heeserbergen	4/06/23	Lommel	Jeroen H.
Holven	6/08/23	Pelt	Dominique
Fiets-O World Masters Series	15/09/23	Lommel Sahara	Wim V.
Fiets-O World Masters Series	16/06/23	Kattenbos-Pijnven	Sam
Fiets-O World Masters Series	17/09/23	Heeserbergen-Sahara	Wim G.
BK Aflossing	8/10/23	De Winner	Wim H.
VK MD	12/11/23	Sterrebeek-Schrikkelberg Dries	
Herfstwisselbeker	17/12/23	Mol Congo	Wim/Koen
Sylvester	28/12/23	Opglabbeek	Stefaan



Baanleggers

Met 16 organisaties hebben onze werkpaarden het zweet kwistig laten dampen.

Daarbij 2 exclusieve cluborganisaties: het clubkampioenschap en de Copa del Segretario.

De 14 andere evenementen stonden open voor het regionale, nationale en internationale oriëntatievolkje. Internationaal scoorden we met de interland in Lommel met Luc Melis als gastheer/ploegkapitein voor zijn confraters uit Engeland, Nederland, Frankrijk, Luxemburg en Wallonië en Wim Hoekx als master baanlegger. De delegatiehoofden staken hun lof niet onder stoelen of banken. 240 lopers genoten in stilte. Met de Fiets-O World Masters Series was het weer internationale lof. Niet zoveel deelnemers (130) maar zij vertegenwoordigden een 30-tal clubs uit alle hoeken van Europa. Ook hier een prima organisatie o.l.v. Dirk Deijgers met baanleggers Wim Geerts, Sam Deferme en Wim Vervoort. Het partnerschap Hamok-Trol liep gesmeerd.

Excellent baanlegwerk alom, inclusief het BK aflossingen en dat is –algemeen geweten – geen sinecure.

Op een totaal van 200 Belgische organisaties van clubevenementen/trainingen tot internationale happenings (ASOM Ghent) is Hamok (16) een nijver clubje. KOL (14) en Antwerp Oriënteers (13) zitten ook niet op hun gat maar Borasca (0) wel. Omega telt met 29 stuks de meeste publieke activiteiten al zijn die runs van Hasselt (HOS) en Leuven (LOS) eerder ludiek van aard. Hetzelfde kan gezegd worden van Trol (23) die met 7 Gentse activiteiten gelijkaardig presteren. Hamok is gestopt met de BOS-series (10) en daar is niet iedereen rouwig om.

De prijs van de meest ongelukkige baanlegger van 2023 gaat naar Dries van der Kleij: puik werkstukje afgeleverd en in extremis het boeltje moeten afblazen wegens veto van de privé-eigenaar. Doodjammer!



Belgische Kampioenen

Van de 140 te verdelen Belgische titels ging hamok er met 34 lopen. Dat is omzeggens 25% en dat is fameus. De kampioenen van de 13 Waalse en de vijf overige OV-clubs hebben we niet geteld, maar de kans dat er clubs bij zijn die beter scoren is klein. 25 Hamokkers zorgden voor deze bijzondere score. Uitmuntend was de titel van Belgisch aflossingskampioen bij de heren elite. Voor de eerste keer in de Hamokgeschiedenis en dus eeuwige roem voor Thomas van der Kleij, Benjamin Anciaux en jonge snaak Jorn Kennis!



Vlaamse Kampioenen

Een 70-tal titels verdeeld (MD op Schrikkelberg geannuleerd) waarvan 21 voor Hamokkers. 30 % en dat is niet schrokkerig, maar bevredigend.

Hoogdag op Staleykerheide met de LD: 13 van de 34 titels voor Hamok!



Individuele criteriums

Scoren in regelmatigheidscriteria is niet alleen voor freaks maar evenzo en niet in het minst voor de 'middelmatige oriëntatiecrosser'. De belangrijkste factor is 'aanwezigheid'. Met deze attitude kan je de toppers die een 'van Aertje' doen (trainingsstage/ hoogtestage/ rustperiode/ andere prioriteiten...) immers puntengewijs gemakkelijk bijhouden of zelfs inhalen en voorbijsteken! Een overwinning in de regelmatigheid (nationale, Forest Cup, City Cup, Vlaams kampioen) is bijzonder eerzaam en de Vlaamse versies worden luisterrijk gevierd op het jaarlijks O.V.-oriëntatiegala, nog niet zo gemediatiseerd als 'De gouden Schoen', '-Spike' of andere 'Kristallen fietsen', maar dat is een kwestie van tijd?

Geen bijzondere score in het Nationaal regelmatigheids criterium: van de 41 titels slechts 7 voor Hamok. De familie Oeyen is slokop: 3 keer raak met Jens, Kobe en Greet. Samen met de familie Wolles zeer reislustig! Voor de anderen: familietime? Voor Marijs, Luc en Wim: net niet! Dit jaar beter rekenen?



De Forest Cup (vijf wedstrijden) heet misschien ooit de 'Lennert Cup', voor de tweede maal op rij won onze Lennert immers deze ranking in de koningsklasse. Realiseert hij dezelfde stunt als kersverse vader? 10 andere hamokkers waren een voorbeeld van regelmaat (31%). Voorbeeldig!

De City Cup openbaart een breuk tussen woudlopers en stadslopers. Alleen Jos Duchesnes, Noore Sels en Roland Van Loon scoren in beide rangschikkingen. Roland stunt met 3 (drie!) titels: H40, H45 en H50! Wie ontfutselt hem zijn geheim?

Om Vlaams kampioen genoemd te worden moet je goed zijn in sprint, MD én LD. Helaas werd MD (Schrikkelberg!) afgelopen jaar geannuleerd. 8 hamokkers werden Vlaams kampioen en Jos en Noore er wederom bij. Onze oudste en jongste zijn wakker én aanwezig!

Clubcriteriums

Het 'Dala'-paardje (Soft) bleef in Hamokhanden. In Hèvremont behaalden we met 7 overwinningen en 2 tweede plaatsen evenveel punten als de troepen van Fabien Pasquasy (Hermathenae). Hun 'slechtste' prestatie was echter een 3de plaats. Een diepe buiging voor de Hamokkers die weer present waren.

In Kasterlee beten wij onze tanden stuk op schaal Oosterlynck. De organiserende club Trol waren met hun 6 snelste tijden een 40-tal secondjes beter dan het Hamoksextet.

Te veel Hamokkleppers afwezig in Elsenborn om in de Clubaflossing hoge ogen te gooien. Toch even petje af voor Greet Oeyen, dé Hamokklepper die zowel in de Soft, Oosterlynck als Clubaflossing present was in het topteam.

Met spijt in het hart moesten we ook afscheid nemen van de interclubbeker. In Virton (te ver?) waren niet minder dan 7 clubs beter vertegenwoordigd dan Hamok met amper 6 puntenpakkers. Ardoc won met 12 puntenpakkers voor Trol met 13 puntenpakkers.



Het thuisvoordeel werd niet benut in de Herfstwisselbeker op 'Congo'. Eén reekszege (Amber) was te weinig om het maximum van Omega (5 reekszeuges) maar te benaderen.

Sinds het afscheid van Walter Vankrunkelsven als secretaris van BVOS werden de resultaten van de Massawisselbeker niet meer gepubliceerd. Jammer, want door de sterke aanwezigheid van Hamok op omzeggens al de nationale wedstrijden hadden we de laatste jaren zeker enkele overwinningen voor de neus van KOL of Omega kunnen weggapen.



@ Jacques Grauls

Internationaal

De trouwe knijptanglezer pikt her en der wel wat mee van het internationale gestoei van zijn stoere clubgenoten. Dat is echter maar een deeltje van de buitenlandse Hamokavonturen. Velen schuimen immers op nomadische wijze de buitenlandse meerdaagse evenementen af maar we wagen ons hier niet aan een opsomming uit schrik om enkele trips (en namen) te vergeten.

Tenzij iemand zich waagt aan de officiële internationale competities, zoals Jorn Kennis. In de Knijptang van november kon je zijn bijzonder boeiend relaas lezen: klaargestoomd in en door het team van Be Arrows nam hij begin juli samen met 8 andere geselecteerden deel aan de JWOC in Baia Mare in Roemenië. Een slopende week, een meeslepend verslag. Herlezen dus.

Eind augustus stond de JEC in zijn oriëntatieagenda. Die ging door in Virton en de aanwezige supporters zagen hem in actie in MD,LD en een erg competitieve Relay (9de en 6de voor de Belgen - van 23 ploegen) Nog niet bevredigd trokken Jorn en maatje Rune De Clercq treingewijs 3 weken op tournee doorheen Europa: Tsjechië, Denemarken, Zweden, Noorwegen en Duitsland! Een weergaloze ervaring (met noorderlicht) voor de rest van hun leven ... en het leven van de club.

Als club is het immers bijzonder verheugend vast te stellen dat deze jonge snakes de meerwaarde van het 'oriëntatielopen' op eigen houtje ontdekt hebben. Vooralsnog genietend, later hopelijk met hun rijke ervaring weer anderen ondersteunend.



De toekomst lacht ons toe,
want ...

Ori Yoeu

heeft een eerste experimenteel jaartje achter de rug. Dit internationaal en gesubsidieerd project met zes deelnemende landen (Italië, Polen, Spanje, Roemenië, Litouwen en België) hebben als doel de eigen jeugd in de oriëntatiesport samen te brengen: stages, trainingen en uitwisseling van ervaring tussen de trainers (www.oriyo.eu) Het hamok-jeugdcomité o.l.v. Dries(Ariane) en Greet en m.m.v. de families Sels, Herremans en Wolles organiseerde in augustus een fantastische driedaagse stage in Lommel, annex 4-daagse van Limburg, om de grote internationale oriëntatieverbroedering te realiseren. Geslaagd met grote onderscheiding! Onze jeugd ligt in gouden handen!

Knijper Emeritus Maximus



ORI-YOEU is
ORienteeing for YOuth in the EU

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

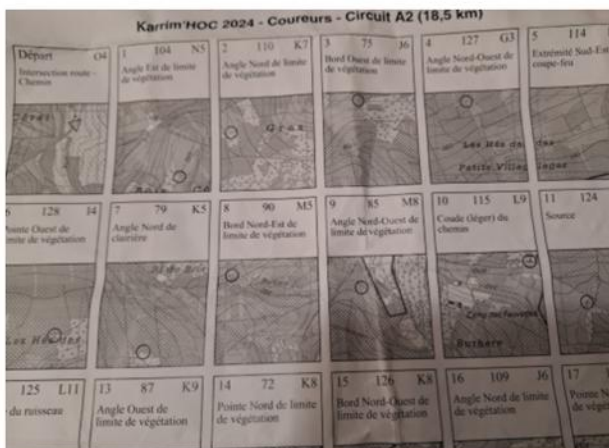
En laat ons eerlijk zijn, voor een goei fles Chimay heb je veel over

Gedinne 3 februari 09h00

Concept : 2 dagen , 2 mensen, lange afstand, bij elkaar blijven , zelf kaart intekenen en vooral niet zagen 😊
Waar zijn we weer aan begonnen?

10.00h briefing: in het frans, de kaart (IGN 1/15000) is oud en niet overal correct.

Het startschot werd gegeven en zoals elk jaar vertrokken we al lopende met een blanco kaart. Een kilometer verder, bergop natuurlijk, stonden de organisatoren klaar met fotokopie van een vierkant net waar onze posten opstaan.

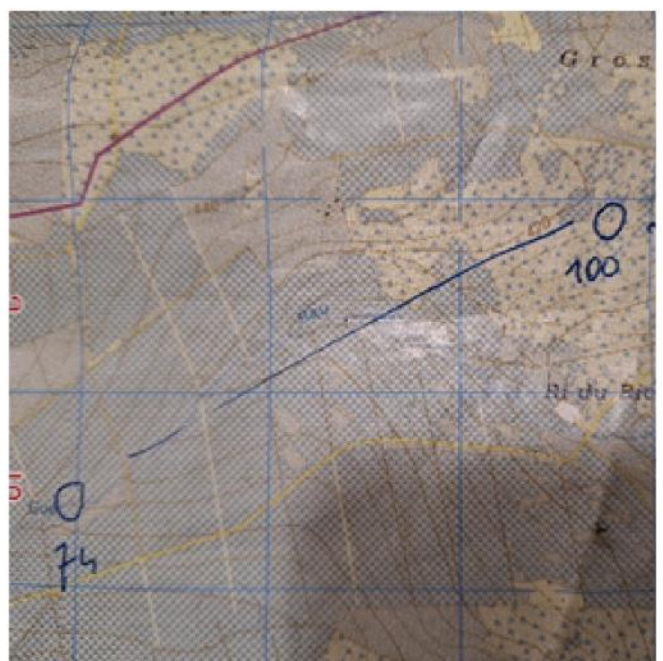


Na de derde post wisten we dat we vooral terug moesten vallen op wegen en hoogtelijnen.

Van punt 100 naar 74 bijvoorbeeld was de beste keuze naar de gele pad te lopen aangezien het dennenbos ondoordringbaar was.

Als twee blinden probeerden wij in de motregen deze zwart-witte kopie over te tekenen op de kaart.
Tien minuten later waren we weg, de kopie probeerden we voorlopig nog effe droog te houden, je weet maar nooit!!!

In het begin zaten we nog met een redelijke bende samen maar na twee posten waren we alleen, ieder zijn eigen wegkeuze.
Na twee posten hadden we wel door dat de organisatie gelijk had qua accuraatheid van de kaart, vooral vegetatie en wegen waren een uitdaging om te ontcijferen voor twee bijna blinde zielen.





Zonde van post 122: niet goed ingetekend en te snel aan het zoeken. Volgens Gunther waren er twee splitsingen van beken terwijl er maar één getekend was.

Ik was ondertussen mijn nat, vettig kopieke aan het bovenhalen waar we nog net op konden checken of we wel juist ingetekend hadden. Dit kostte ons 10 minuten. Ondertussen kwam de legendarische trein van familie VIS, ook al meezoeken.

En ja hoor 50 meter verder stond hij al te blinken...

Ondertussen half gestikt in een gelleke, geen tijd om te stoppen liepen we verder, nog stil vloekend, niet hardop want dat zou de moraal echt wel naar beneden halen 😊

OK, de volgende posten gingen vlotjes tot aan de 107 waar we onze ware concurrenten (Liesbeth en Marc) tegen het lijf liepen. Onder het motto met vier zie je nog meer dan met twee, liepen we deze dag uit.



Dag 2

Ik word wakker.....en ik voel niet veel..... oef.....ik kruip uit mijn bed en nee..... ça va dan kunnen we weer hé 😊, zolang we niks hardop benoemen zoals ahhh, ohhhh, aajaijaijai , gaan we verder!!!

Gunther is de oudste en die zegt ook niks dus het kan 😊

2 koffies, wat granola, en Hazes die op de radio zingt 'leef, alsof het laatste dag is' trekken we onze schoenen aan.



Briefing:

Gelieve nog een extra 'zone inderdite' op de kaart te tekenen!!!

Het weer van vandaag, motregen maar dan met een extra striemend koud windje. Lekker als je nog effe moet wachten voor je mag starten!!

We zijn weg en deze keer is het 1 kilometer naar beneden in plaats van naar boven voor we onze kopies krijgen, wauw, een echt cadeautje deze keer 😊

Zoals gisteren was het druk bij de eerste posten daarna was je net alleen. Naar post 110 moesten we terug door een zeer nat stuk waar bevers en ander gedierte hun best hadden gedaan met gevolg dat het water toch al op heuphoogte was geweest....lekker als je nog maar net vertrokken bent.

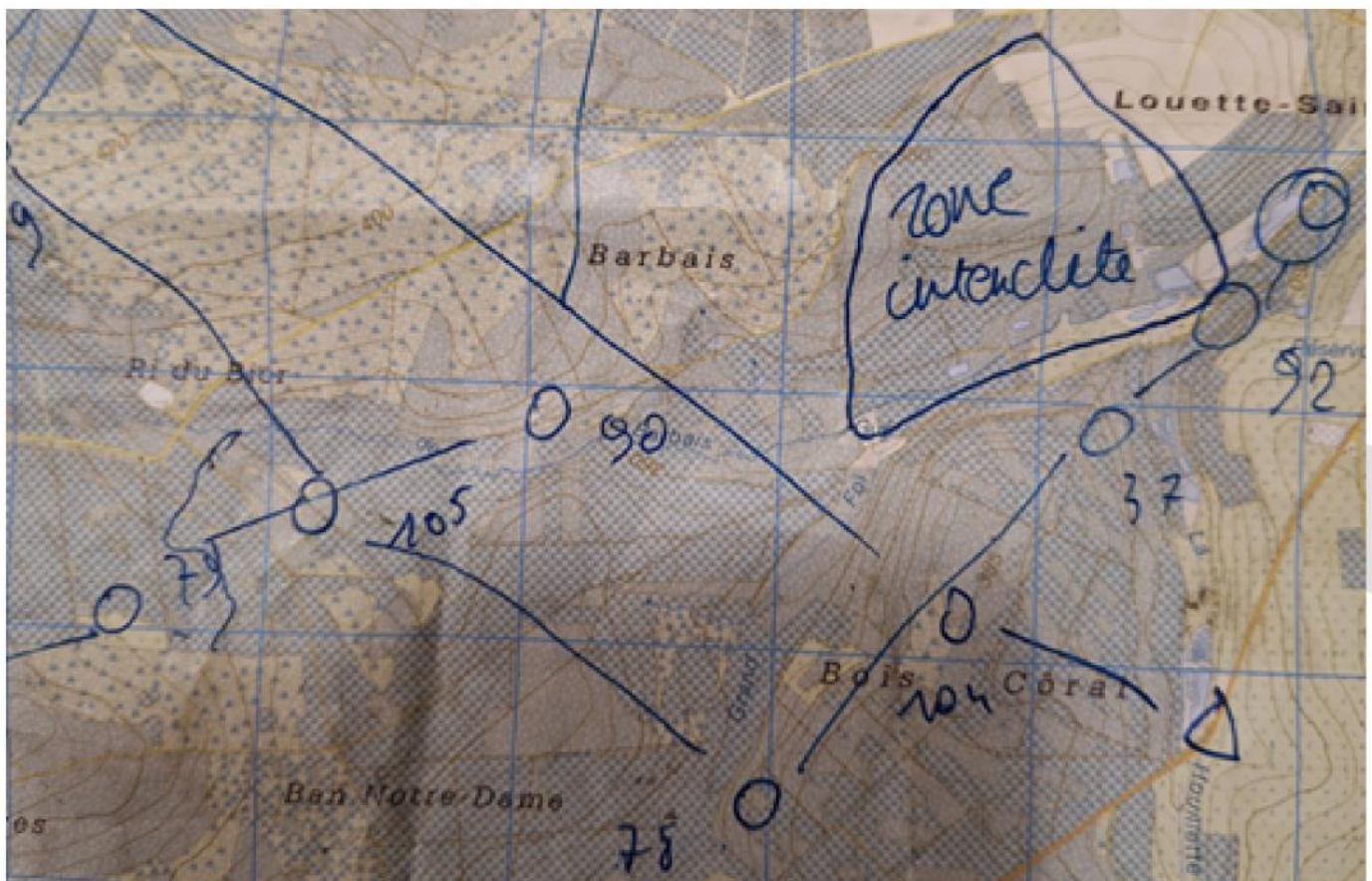
Dit was ook al direct een lang been waar we goed zijn doorgekomen, deze gepunct en toen.....twijfel.....heb ik dieje eerste post nu gepunct of niet.....shit.....zou ik er iets van zeggen of niet.....verdoeme, dat punchen is zo een automatisme dat je der zelfs niet meer bij stil staat, terug gaan na zo een lang been, neen....das echt geen optie. In stilte liep ik nog effe verder maar het moest toch van mijn hart. Gunther moest effe lachen. Het is wat het is....tis nie dat we een gouden koe krijgen hé 😊.

Effe spannend als je dan gaat uitlezen, zorgen gemaakt om niks natuurlijk!!!!
Deze dag was zwaarder, langer, natter of het voelde toch wel zo.



Je voelt pijn en moeheid en tezamen voel je je overgelukkig dat je dit avontuur weer mag afvinken, met mijn beste maatje en goede vrienden: dikke proficiat!!
En laat ons eerlijk zijn, voor een goei fles Chimay heb je veel over 😊.

Nancy & Gunther





Nieuws Regio Sport Goesting Billie Podcast



© Lucien Bosmans



Oriëntatieclub HAMOK schrijft geschiedenis in Stockholm

De Hamse oriëntatieclub HAMOK is er als eerste club in geslaagd met 2 volledige niet Scandinavische teams in de uitslag van de Manna 25 te verschijnen. Buiten onze Belgische club was er ook nog een Zwitserse ploeg ingeschreven.

Lucien Bosmans

Dinsdag 23 oktober 2018 om 10:20



Het originele artikel



De manna 25 is een oriëntatieaflossingswedstrijd met 25 deelnemers per ploeg die jaarlijks in Zweden georganiseerd wordt. Eerst moeten achtereenvolgens 2 individuele lopers de aflossing doen. Daarna vertrekken er afwisselend 5 teams van 4 heren en/of dames samen het bos in met elk hun eigen parcours, die dan telkens weer doorgeven aan het volgende team. De aflossing gebeurt met verschillende vooropgestelde leeftijdscategorieën van 10 tot 80 jaar. Loper 23 moet dan weer wachten tot alle 4 lopers uit het bos zijn en weer individueel doorgeven aan 24 en 25. Een puike organisatie waar veel komt bij kijken omdat 9300 deelnemers in goede banen moeten geleid worden. Na de vorige editie in 2016 dacht HAMOK dat het moeilijk zou worden om nog 25 leden samen te krijgen om een team te vormen. De inschrijvingen starten stroef, maar uiteindelijk waren er toch 46 kandidaten en werd besloten twee teams in te schrijven. De eerste 17 deelnemers vertrokken al op woensdag 3 oktober naar Stockholm en namen de voorbereidingen voor hun rekening. We logeerden in een clubhuis van een plaatselijke O-club in Thorgarden Uppsala, vlakbij een natuurreservaat. De tweede groep arriveerde op donderdag en de laatsten kwamen vrijdag toe. Dank zij de ter plaatse wonende Belgische oriënteur Ken Peeters waren er elke dag trainingssessies voorzien om voeling te krijgen met het onbekende terrein, gevolgd door een laatste briefing. HAMOK besloot om de teams gelijkwaardig in te delen om tot een onderlinge competitie te komen, daar zelfs het sterkste team geen kans zou maken tegen de Scandinavische profs. Zaterdag 6 oktober was het dan zover, om 7 uur vertrek naar het wedstrijdcentrum in Hägerstalund, Järvafältet. Om 9 uur werd met een massastart de wedstrijd op gang geschoten. Een hele belevenis toen de 368 teams samen het onbekende bos indoken. Amber en Nancy waren de eerste startsters voor Hamok en gaven als 166ste en 254ste de fakkel door aan Thomas en Sam. Eén voor één zagen we onze lopers zonder fouten binnenkomen en onze hoop om met beide teams in de uitslag te verschijnen groeide met het uur. Om 16 uur werden onze laatste lopers Jeroen en Dries met een massastart gelost om de eindsprint van 6 km in te zetten, om 36 min later geschiedenis te schrijven in de Europese O-sport. De vreugde was groot en we mogen fier zijn op beide teams daar we zelfs op een onverhoopte 186ste en 271ste plaats eindigden op 368 teams en dat in een land waar oriënteren als nationale sport geldt. De goede teamgeest en samenwerking heeft tot een mooi resultaat opgeleverd. Op zondag hebben de meesten nog deelgenomen aan een regionale koers waarmee we ons geslaagd verlengd weekend konden afsluiten in de prachtige en betoverende Zweedse bossen.

HAMOK GOES "25 MANNA 2024"

12-13 oktober 2024 - Haninge (Zweden)

Jullie hebben het goed gehoord, Hamok neemt in oktober 2024 voor de derde keer in haar geschiedenis deel aan de 25Manna in Stockholm, Zweden!

Om heel precies te zijn vindt de wedstrijd dit jaar plaats in Jordbro vlakbij Haninge. Dit ligt ongeveer 25 km ten zuiden van Stockholm. Neem gauw een kijkje op de kaart hieronder!!

Uit vertrouwde bron hebben we vernomen dat de wedstrijd zich naar verwachting op het noordelijke deel van deze kaart zal afspelen. Dit stukje van de kaart laat zich kenmerken door een dicht padennetwerk aan de oostkant en meerdere technische zones. Wij zouden zeggen, print hem uit en hang hem boven je bed of op de koelkast.



Het noordelijke deel van de kaart

De volledige kaart

Het concept

- We verblijven met z'n allen op één en dezelfde locatie. Zodra wij meer informatie over de locatie hebben, wordt dit met jullie gedeeld. De kosten worden zo laag mogelijk gehouden;
- Tijdens ons verblijf in Zweden zijn we altijd zelfvoorzienend geweest, dat zullen we dit keer weer zijn. Iedereen helpt mee boodschappen doen, koken, afwassen, opruimen, etc.;
- Afhankelijk van ieders verplichtingen op het werk, school of elders kan je zelf kiezen hoelang van tevoren je naar Zweden komt voor terreingewenning en de gezelligheid. Wij zijn er vanaf woensdagavond 9 oktober 2024 om iedereen op te vangen;
- Iedereen boekt zijn eigen vlucht en vervolgens bepalen we hoeveel auto's we nodig hebben en met wie je de auto deelt. Vanaf Brussel Charleroi, Brussel Zaventem en Amsterdam Schiphol vertrekken iedere dag meerdere vluchten naar Arlanda (Stockholm);
- Donderdag 10/10 en vrijdag 11/10 worden trainingen voorzien, waarbij begeleiding op verschillende niveaus mogelijk is. Een training op de kaart Paradiset, vlakbij Jordbro, is één van de mogelijkheden. Voor sommigen wordt dit een weerzien met deze legendarisch mooie kaart;
- Vrijdagavond 11 oktober 2024 vindt een laatste briefing plaats met de finale ploegensamenstelling en maken we ons klaar voor de grote dag;
- Zaterdag 12/10 is het dan zover, dan nemen we deel aan de grootste clubaflossing ter wereld, samen met nog zo een 10.000 andere oriëntatielopers. De afstanden die moeten worden overbrugd variëren van 2,5km tot ca 9km.
- Zondagochtend 13/10 volgt voor de liefhebbers nog een nagerecht in de vorm van een individuele Middle Distance, waarna iedereen rustig huiswaarts keert.

Voor de ploegensamenstelling hebben we iedereen nodig, jong en oud, van beginner tot gevorderd, mannen en vrouwen, dus ook jou!

Ga je mee op dit avontuur of twijfel je nog, vul het antwoordformulier in via de onderstaande QR-code. Op die manier krijgen wij een beeld van de groep en kunnen we jullie up-to-date houden van de ontwikkelingen. Mocht het niet lukken met het formulier of heb je andere vragen, dan kan je ons altijd mailen of bellen.

Venlig hilsen,
Sofie en Elisabeth



Het antwoordformulier





@ Jacques Grauls

zaterdag	VK Avond - Weyervlakte Vakantie Patronaat Hechtel 
2 Maart	
zondag	Nationale Lang - Zwarte Weg Sporthal zuid Baron Rucquoylaan te Leopoldsburg 
3 Maart	
vrijdag	Avond - Ham Sporthal 't Vlietje 
8 Maart	hamok



@ Jacques Grauls

zondag	BK Middel - De Witte Berg Chiro Hamont-Achel 
10 Maart	hamok
zaterdag	Championnat de Belgique de nuit Rue de Heyd 2 à WERIS 
16 Maart	
zondag	Nationale Middle Distance Rue de Heyd 2 à WERIS 
17 Maart	



@ Jacques Grauls

zondag	INTERLAND Habay-la-Neuve 
24 Maart	FRS 
zondag	Régionale 5 couleurs BAUDOUR Baudour rue du parc 
31 Maart	
maandag	Regionale - Baeckelandt (Paascross)
1 April	hamok