

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

Wat is er mooier voor een 1 april om op Baeckelandt te vertoeven. Een klassieker die voor iedere oriënteer een goed gevoel geeft als hij na de wedstrijd zijn paaseitjes in ontvangst mag nemen. Dit jaar was Peter de baanlegger en waar we andere jaren altijd lopen in de zone waar die betonnen banen liggen, niet dit jaar. Precies een andere kaart, neen toch, de andere kant van de kaart heeft ook wat moois en de kantine aan de visvijver is nog steeds dezelfde. Het aantal voorinschrijvingen was niet groot maar het aantal daginschrijvingen was beduidend hoog. En ook mogen we ieder jaar weer de paashaas verwelkomen. Een top 1 april. Bedankt voor alle helpers en voorlopers, en die specialist die alle omlopen heeft voorgelopen.

Wat verderop in de maand staan er van alle wedstrijden op doch we wachten eerder op het VK sprint in Houthalen. Kort, pittig, snelle tijden. Dus dat was goed voor de volgende Vlaamse kampioenen van Hamok: Amber, Rune, Jorn, Roland(?) en Jean. Proficiat. Zelf slaagde ik er niet in om alle posten netjes achter elkaar te punchen. Door de snelheid post 5 overgeslagen die vlak naast de 6 lag. Beste tijd van iedereen, doch ik sta onderaan de lijst. April is niet goed voor mij want ook in Baeckelandt had ik hetzelfde voor. Dus ik sta meer beneden in de rangschikking dan bovenaan. Dat belooft voor de sprintaflossing nu zondag. Sst.. voor mijn aflossingcollega's en met de Tuur Classic.

Den Tuur classic, wat gaat dat geven? Terug aanknopen met het verleden en een wedstrijd waar de posten tussen 2 atleten verdeeld worden met een aantal gemeenschappelijke posten. Wat betreft de leeftijdscategorie, minstens 1 atleet 65+. Voor de anderen is er een gewone omloop uitgetekend en dit allemaal van de hand van Wim G op Balendijk.



Nog te onthouden. 18 mei en nog steeds in te schrijven voor O-Ancioke. Joke en Benjamin gaan hun jawoord geven doch van te voren willen ze eerst nog een crosske organiseren. Nadien is er den Asom in Leuven en de organisatie heeft meegegeven dat de Hamok-atleten iets later in de startlijst zullen gezet worden in de namiddag-sessie. Dus niets houdt u tegen om naar dit evenement van Joke en Benjamin te komen.

Ook in mei wachten we op een datum van de secretaris om zijn "beker"-wedstrijd. We laten dit samenvallen met de algemene vergadering van de club zodat de werking kan toegelicht worden. Zeker op deze avond zal Dries en het bestuur het verdere verloop van onze 4 daagse nader toelichten, want het is niet zolang meer. De kaarten zijn opnieuw ingetekend, het CC is gekend. Werklijsten worden opgevuld.

Verder in Juni hebben we terug de cityrun op Heeserbergen, getekend Patrick.
Wat betreft juni, even herhalen voor de 3 daagse van België in de buurt van Virton. Hamok en andere clubs kamperen op camping Colline de Rabais in Virton. Er zijn ook andere slaapgelegenheden te boeken. Ook op donderdag is er al trainingsmogelijkheid. Dus iedereen top voorbereid voor deze 3 dagen!

Wat spookt er in het hoofd van onze Dries. Zolang en zover fietsen. Daar hoort een woordje uitleg bij, misschien in de volgende Knijptang.

Naar ik verneem en gecheckt op de site, de Hamok-dames gaan de 10mila lopen nu 4-5 mei a.s. Ze hebben startnummer 562 gekregen en er zijn in totaal 922 ploegen van 6 loopsters. De start wordt gegeven om 21.15. Succes dames. Breng zeker Joke mee terug of 18 mei wordt een moeilijke dag.

Tot zover de voorbije maand april,

Tot de volgende cross,

Uwe voorzitter.



HAMMOCK 1

- 1 Hannah Thiels
- 2 Elisabeth Schutjes
- 3 Greet Oeyen
- 4 Joke Zoos
- 5 Amber Thys
- 6 Maya Renard

Malungs OK Skogsmårdarna

Met Benjamin

OK OB 1

Met Jorn

Het minste wat je over deze Knijptang kunt zeggen, is dat behalve Frank Aerden (KOL) niemand de inhoud begin april had kunnen voorspellen. Terwijl de meeste edities mooi al onze verschillende oriëntatie avonturen weergeven, is het deze keer een waar themanummer geworden.

Maar liefst drie spontane inzendingen op een paar dagen tijd met allemaal het zelfde onderwerp: de indoor-outdoor aflossing. "Amper" 14 Hamokkers ter plekke maar evenveel verhalen alsof we met 5 volledige ploegen naar TioMila geweest waren. Na wat speurwerk ook nog de foto's van Eske Aerden te pakken gekregen en je vindt verderop 8 bladzijden pure zinsbegoocheling.

Om zoveel "madness" te compenseren, is het goed dat Ronny zijn licht laat schijnen over het VK Sprint en Luc M terugkijkt op een weer erg geslaagde Interland.

Naar aanleiding van de SIAC-problemen op het VK Sprintaflossing vind je alvast een iets meer technische uitleg over onze geliefde SportIdent verderop in "het boekje". Op het verslag zelf moet je nog een maandje wachten: dat is voor het juni-nummer.

En op de valreep viel er nog een gewaardeerde update rond 25Manna binnen. Elisabeth en Sofie geef ik graag de rechterbladzijde van de Editoriaal-ruimte. Dus zeg ik nu al graag:

Maar nu genoeg editoriaal geleuter: veel leesplezier!

Filip

O-ANCIOKE



Wij gaan trouwen! Joke en ik (Benjamin) vieren ons feest op zaterdag 18 mei. Aangezien we het niet kunnen indenken dat er op deze dag geen oriëntatie staat gepland, doen we dat gewoon! Jullie zijn allemaal uitgenodigd om aan het O-Ancioke kampioenschap deel te nemen. Aansluitend broodjes en een recoverydrink (of iets dergelijks 😊). Parcours zijn op maat van iedereen. De feestelijke oriëntatie gaat door op de kaart Balendijk.

Samenkomst om 10:00 aan het Klosterhof - Oude Diestersebaan 1, Lommel. Laat wel even weten indien je een broodje mee eet, zo zorgen we dat er genoeg is voor iedereen! Inschrijven voor 01 mei. Ik zal niet te streng zijn voor late inschrijvingen. 😊

Inschrijven kan via O'Punch of ancioke@outlook.com

UPDATE VAN HET 25MANNA FRONT

We hebben er duidelijk zin in en stevenen af op twee reglementaire Hamok ploegen. 41 Hammers en Hamsters hebben al laten weten dat ze zeker meegaan. Dit is zonder diegenen die nog hun agenda op orde moeten krijgen



We konden dan ook niet achterblijven met het regelen van een mooie thuisbasis voor ons verblijf in Zweden. Dit is intussen gelukt, neem een kijkje op deze site via de QR-code. Er is voor iedereen een bed en naar goede traditie een Finse sauna. We beschikken over een groot huis (ons thuishonk) en meerdere kleinere huisjes voor 4 tot 6 personen. We zijn welkom vanaf woensdag 9 oktober 2024 en dienen het verblijf uiterlijk op zondag 13 oktober 2024 in de loop van de ochtend te verlaten. Voorts mag je met een gerust hart je rode onderbroek aandoen, er zijn meerdere vaatwassers die we kunnen gebruiken. (meer uitleg over deze 25-manna mythe kan je bij vorige 25-manna gangers verkrijgen...)

Uit meerdere hoeken krijgen we de vraag of de vluchten al kunnen worden geboekt. Het antwoord is natuurlijk JA! Om een voorbeeld te geven, onze voorzitter heeft zijn vlucht al geboekt. Hij vliegt samen met Lucien en Vic op woensdagochtend 9 oktober om 9u50 van Brussel naar Arlanda en terug met een vlucht rond 17u00 op zondagavond 13 oktober. Als je ook een vroege boeker bent, laat dan even aan Sofie of mij weten wat je vluchtgegevens zijn (wanneer, hoe laat en luchthavens). Zodra wij genoeg boekingen binnen hebben, zullen wij beginnen met de autoverdeling, zodat iedereen op een goede manier bij ons verblijf aankomt.

Nu het sportieve gedeelte en de slaapgelegenheden onder controle lijken, wordt het ook tijd om ons over het avondprogramma te buigen. Stuur ons een berichtje als je hieraan wilt meehelpen.



Het voorlopige programma ziet eruit als volgt:

- Woensdagavond 9/10 aankomst eerste hammers;
- Donderdag 10/10 en vrijdag 11/10 worden OL trainingen voorzien, waarbij begeleiding op verschillende niveaus mogelijk is;
- 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. De afstanden variëren van 2,5km tot ca 9km, alsook de moeilijkheidsgraad. Iedereen welkom dus!
- Zondagochtend 13/10 kunnen de liefhebbers deelnemen aan een individuele Middle Distance, waarna iedereen rustig huiswaarts keert.

Wij kunnen ons voorstellen dat je na het lezen van deze mail denkt, hier wil ik ook bij zijn. Het kan nog steeds! Iedereen die zich nog wil aanmelden blijft welkom. Dit kan door het sturen van een berichtje naar één van ons of door gebruik te maken van de onderstaande link. Een plekje in één van de aflossingsploegen is vooralsnog gegarandeerd.

Zweedse groeten,
Sofie & Elisabeth



De Thuishonk



Nog inschrijven?

Ken jij de sprintregels?

Wat mag niet als een kaart getekend is volgens de sprintnormen (ISSprOM 2019-2)?



Omheiningen: het is verboden een omheining te overschrijden die getekend is met een dikke zwarte lijn en dubbele streepjes. Zelfs als je erover zou kunnen, **HET MAG NIET!**



Muren: het is verboden muren te overschrijden die getekend zijn met een dikke zwarte lijn. Zelfs als je erover zou kunnen, **HET MAG NIET!**



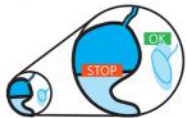
Gebouwen: ingekleurd met donker grijs zijn verboden te betreden. Zelfs als je erdoor zou kunnen lopen, **HET MAG NIET!**
Lichtgrijs = lopen toegelaten (Bijv een gang door een gebouw of een vrijstaand afdak).



Privaat terrein of aanplanting: het is verboden door zones te lopen die ingekleurd zijn met olijfgroen of kaki. Zelfs als je erdoor zou kunnen, **HET MAG NIET!**



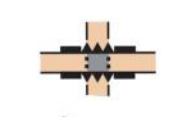
Begroeiingen en hagen: het is verboden om door een begroeiing of haag te lopen die ingekleurd of getekend is met donker groen. Zelfs als je erdoor zou kunnen, **HET MAG NIET!**



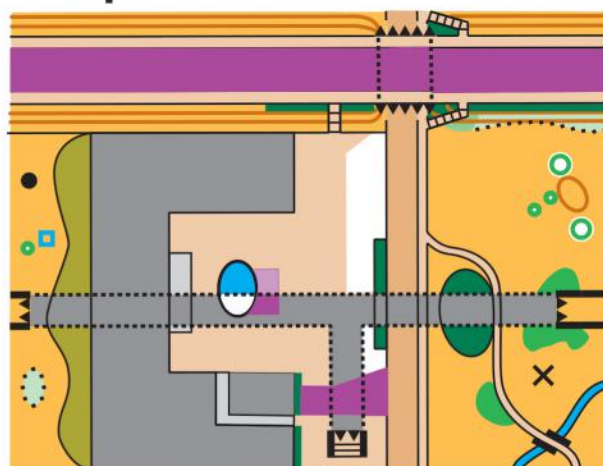
Water: het is verboden waterelementen te overschrijden die afgeboord zijn met een zwarte lijn. Zelfs als je erdoor zou kunnen, **HET MAG NIET!**



Verboden zones en tijdelijke terrassen: om allerlei reden kan een zone verboden zijn tijdens een wedstrijd en ingekleurd met magenta. Zelfs als je erdoor zou kunnen, **HET MAG NIET!**



Brug of tunnel: dikke zwarte lijn of drakentanden.
Drakentanden: brug/tunnel waar je onderdoor kan. Op het lagere niveau tonen punten van de driehoekjes de ingang, daar mag je onder lopen. Op het bovenste niveau mag je de drakentanden niet overschrijden of afspringen. Zelfs als je erover zou kunnen, **HET MAG NIET!**
Dikke zwarte lijn: brug enkel boven te gebruiken, onderaan niet toegankelijk. Zelfs als je eronder zou kunnen, **HET MAG NIET!**



Bij situaties met twee niveaus tonen stippellijnen het traject van het onderste niveau en toont een gekleurde arcering wat er bovenop staat.

Het niet naleven van de regels resulteert in diskwalificatie!

VK Sprint, Houthalen

Één van de hoogtepunten van het (sprint)seizoen is het VK Sprint, in deze editie nog extra opgesmukt door de combinatie met de nationale selectieproef voor Juniors en Beloften.

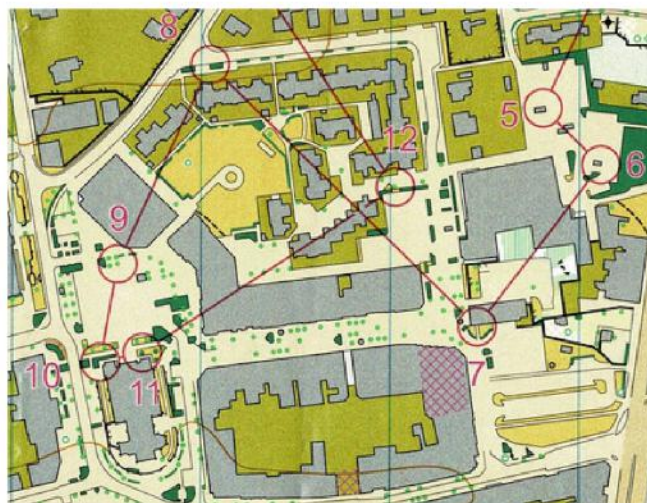
De locatie is het gebied van het centrum van Houthalen tot aan het gehucht 'Laak'. Vandaar de naam van de lokale sporthal 'Lakerberg' (destijds ontworpen door de bekende architect Alfredo De Gregorio, afkomstig van de Meulenberg, dat andere gehucht van Houthalen).

Organisator KOL laat de sporthal links liggen en koos als CC het gezellige sportlokaal naast de atletiekpiste. Logistiek gezien misschien niet de meest optimale keuze maar met het overzicht op het wedstrijdgebouwen (inclusief kijkpost) wel te begrijpen.

De wedstrijdkaart bevat een mengeling van een woonwijk en aaneensluitende appartementsblokken, afgewisseld met centrumgebouwen, zoals kerk en winkels, en daarnaast nog een groen deeltje met een Finse piste in het bos. Op technisch vlak misschien niet de meest uitdagende kaart, dus komt het vooral aan op snelheid : het juiste evenwicht van een hoge loopsnelheid gekoppeld aan een goede 'kaartleessnelheid' om de juiste wegkeuzes te maken. In België hebben we enkele toppers op dat gebied, met internationale naam Yannick Michiels als meest gekende. Ook in deze wedstrijd heeft Yannick in de topcategorie zijn tegenstanders in het stof laten bijten, met een kilometertijd van 3'38"/km (!).



©Jos Thys



Slechts 3 atleten uit het hele deelnemersveld haalden een kilometertijd onder de 4'00"/km. In dat veld sprin(g)t onze topper Jorn Kennis in beeld : met een toptijd, 3'57"/km, wint hij afgetekend deze selectiewedstrijd voor JWOC bij de junioren, en wordt hij bovendien Vlaams Kampioen. Proficiat Jorn!

Daarnaast mogen we Thor W (3e), Maya (3e) en Noore (4e) noteren met mooie prestaties met het oog op de selecties.

In de rangschikking van het Vlaamse Kampioenschap bewonderen we deze resem van Hamok-toppers op het podium. Felicitaties

Ronny

Goud	
D Masters A	Ellen Mols
D Masters B	Amber Thys
H Pupillen	Rune Sels
H Junioren	Jorn Kennis
H Masters B	Roland van Loon
H Masters E	Jean Ooms
Zilver	
H Beloften	Thor Wolles
H Masters C	Luc Melis
H Masters E	Phil Mellebeek
Brons	
D Junioren	Maya Renard
D Beloften	Noore Sels
H Pupillen	Thor Gevaert
H Masters D	Roger Hendrickx

Ik ben eigenlijk niet zo zot van aflossingswedstrijden, maar deze cross wou ik toch eens meegemaakt hebben. Vooral die indoor in een school sprak me aan. Het gedacht alleen al dat ik met officiële toestemming in de gangen van een school mocht lopen, zonder dat er een leerkracht roept: "Debruyne! Niet lopen in de gangen". Ik moet er geen tekeningetje bij maken ... Ik zag in An Verberne de ideale partner in crime om dit tot een goed einde te brengen. Een OK op onze resultatenblad en we waren tevreden. Maar daarvoor moesten we wel 4 x 12 posten aanklikken (outdoor – indoor – indoor – outdoor). Ik begon de outdoor-omloop in de massastart met een trage aanzet, ik vond namelijk mijn startdriehoekje niet meteen. Intussen heb ik me er al bij neergelegd dat dit een "werkpuntje" voor mij is, alhoewel ik niet weet hoe ik hierop zou kunnen trainen. Tips & tricks zijn bij deze welkom.

Van post 1 naar 2, van 2 naar 3 en van 3 naar 4 moest ik steeds dezelfde straat aflopen. Eventjes heb ik gedacht dat dit toch niet de bedoeling kon zijn, maar ik had vertrouwen in mijn "kunnen". Niet teveel nadenken tijdens de cross of het loopt verkeerd af.



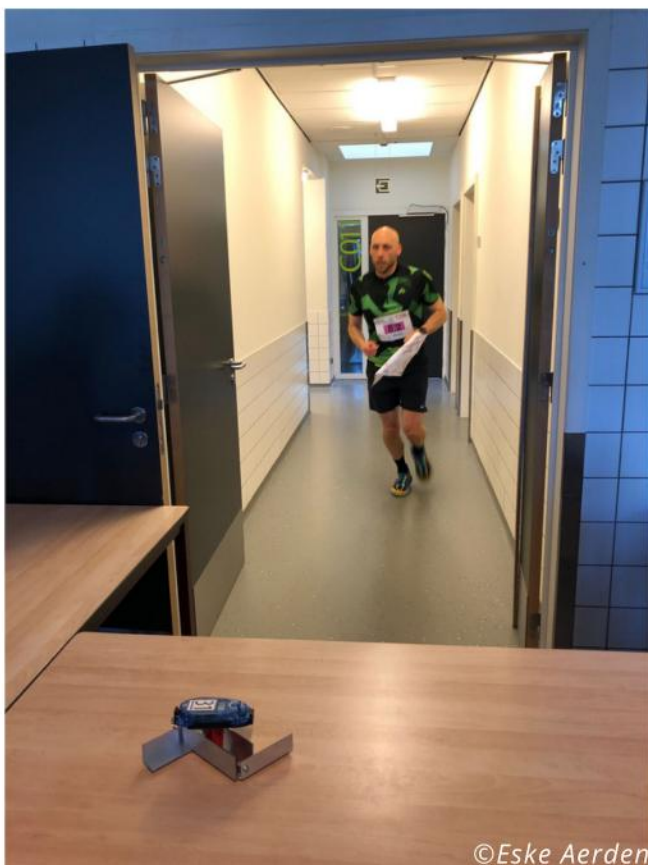
En ja, van 7 naar 8 liep het niet vlotjes, maar ik was niet alleen, samen met anderen heb ik toch nog de juiste weg gevonden om de 8 aan te klikken. Daarna was er nog eentje (mijn 9) waar je helemaal aan de straatkant moest zijn en waar ik heel snel moest beslissen of ik zou teruglopen van waar ik gekomen was, of zou ik verder doorlopen om dan via de start de volgende post te nemen? Straks toch eens uitmeten wat de beste keuze was.

Na post 12 ben ik zo snel mogelijk naar de aflossingszone gelopen waar An al ongeduldig stond te wachten om aan haar indoor-omloop te kunnen beginnen. Ik had verwacht dat ze zou wegstormen, maar An, de rust zelve, bestudeerde eerst haar kaart. Groot gelijk had ze. Na wat uitleg van Frank, de baanlegger, was ze vertrokken.

Er was een "kijkpost" in de cafetaria, maar we merkten dat wanneer ze daar passeerden, het toch nog even kon duren vooraleer men in de aflossingszone was. Bij de ene duurde het al wat langer dan bij de andere. En ik had geduld, heel veel geduld, ik heb mensen zien passeren, zien aankomen en zien vertrekken. Ik heb An aan de kijkpost gezien, maar ook aan het venster of in de gang in het gebouw aan de overkant en alles zichtbaar vanuit de cafetaria/wachtzone.

Tijdens het wachten, kregen we veel verhalen te horen van hoe het binnen was. Maar zonder effectief de kaart in handen te hebben, is het moeilijk om je in te beelden hoe het in elkaar zit. Ik begon al een beetje paniek te voelen dat het mij ook niet zou lukken.

Toen An in de aflossingszone kwam, heb ik voor alle zekerheid toch eventjes gepolst of ze het nog zag zitten om haar outdoor-omloop te doen. "Tuurlijk" zegt ze, "wat anders?". Dat gaf me een goed gevoel om het beste uit mijn omloop te halen. Na een korte uitleg van Frank ("hier ben je, je mag niet naar buiten, verdieping 1 is je referentie") ben ik eraan begonnen en na enkele minuutjes had ik het systeem door. Meer zelfs, ik was me aan het amuseren, trappen op, trappen af, gangen door naar links en naar rechts, heen en terug. Zoals altijd heb ik fouten gemaakt, onder andere te laat zien dat de post aan de binnenkant ligt en dat je nog eens mag omlopen. Of 3x dezelfde verkeerde trap nemen, niet meteen doorhebben dat je de trap naar verdieping 1 moet nemen, de gang moet ingaan om dan de andere trap te nemen zodat je naar de kijkpost kan afdalen. Je moet het allemaal maar weten en vooral zien!



©Eske Aerden

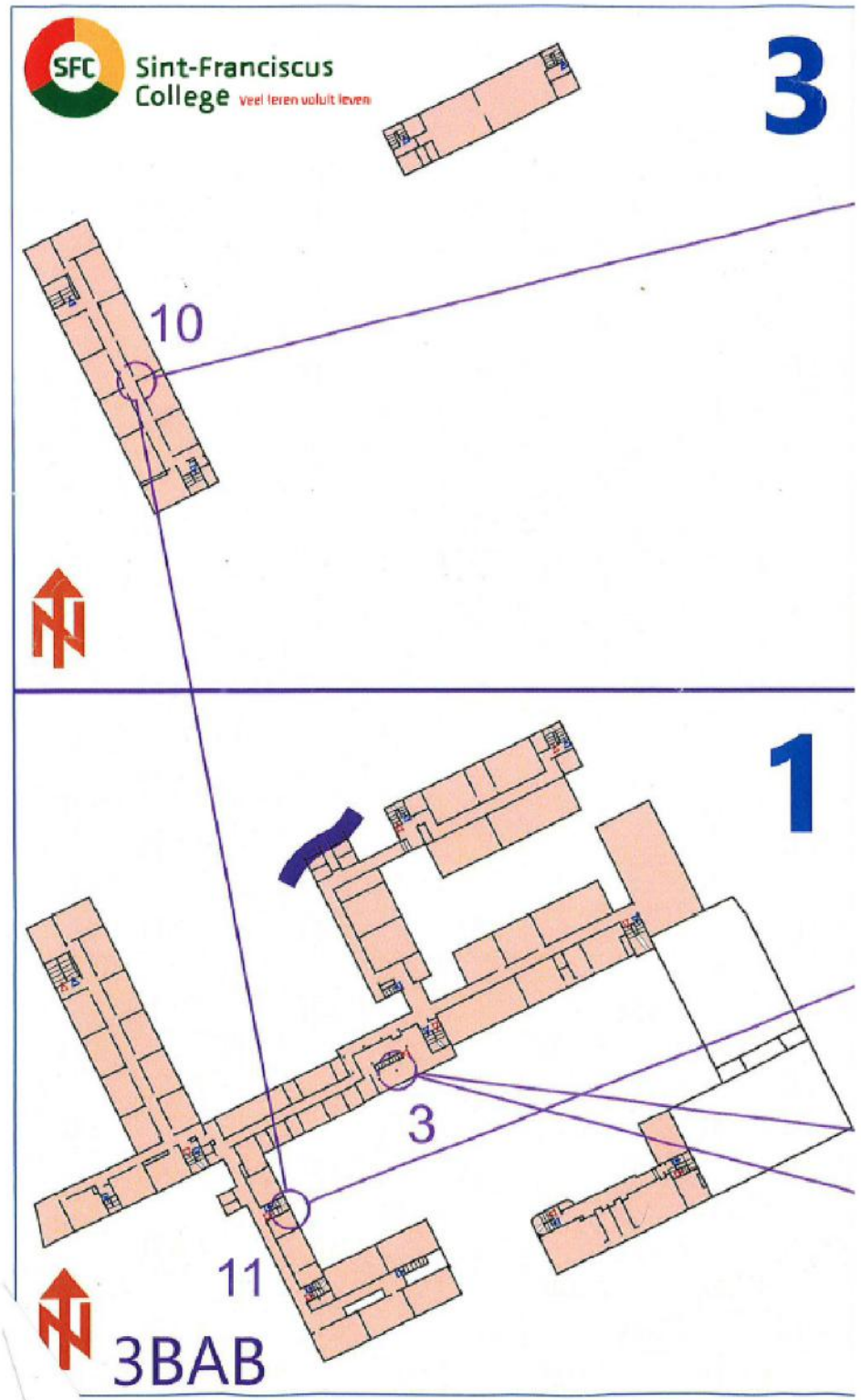


©Eske Aerden

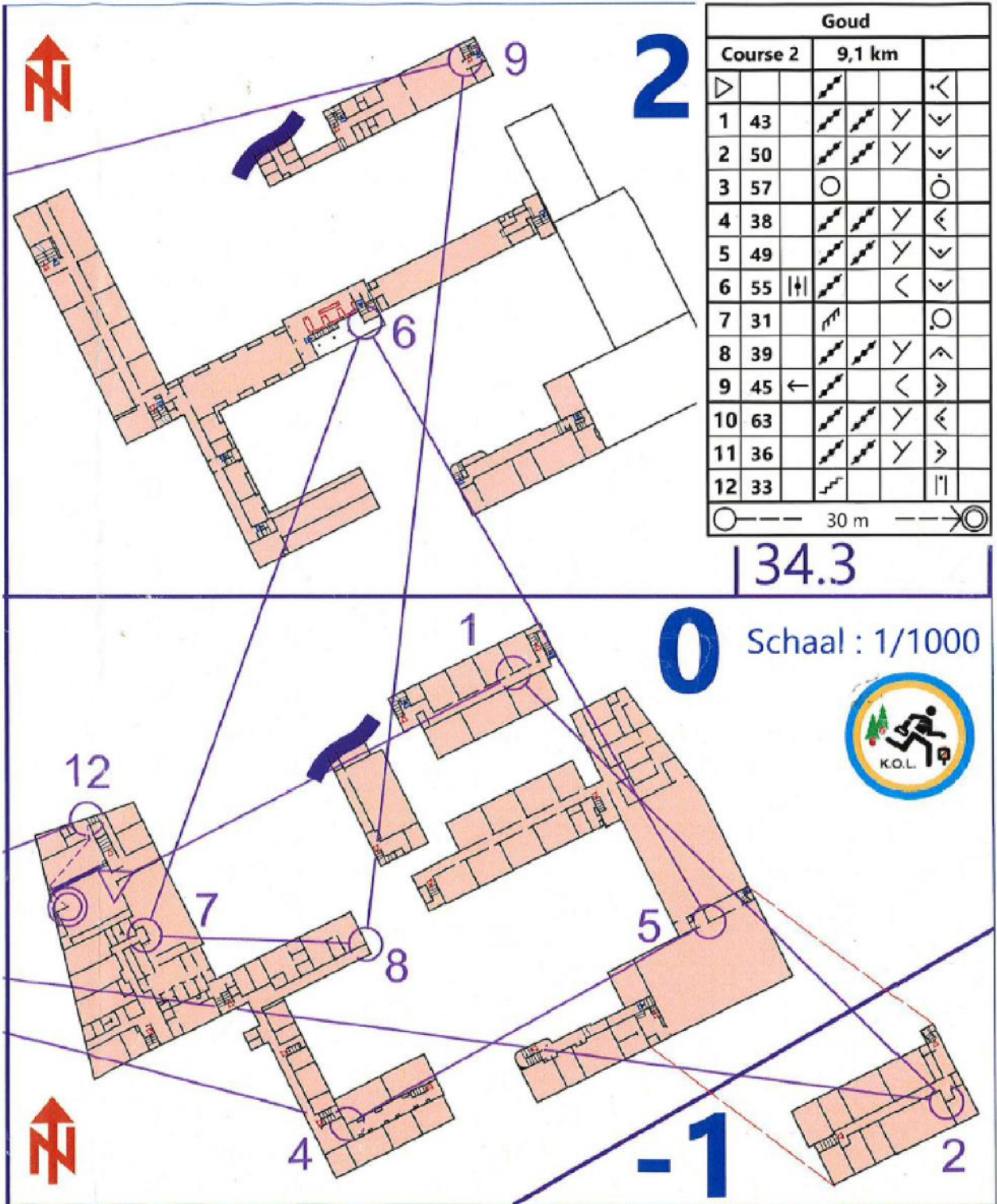
Na 45 minuutjes ben ik in de aflossingszone aangekomen waarna An vertrok om haar laatste omloop tot een goed einde te volgbrengen. En dat heeft ze gedaan! Na een klein half uurtje kwam ze aan de finish, de SI wordt uitgelezen en we kregen een dikke OK. Niettegenstaande we bij de laatsten waren die binnenkwamen en dat ze de zaal al aan het opruimen waren, hebben we elkaar een dikke knuffel gegeven omdat we stikcontent waren met onze OK. Thx An!

Grtjs,
Marijke, een middelmatige oriëntatiecrossser.

INDOOR - OUTDOOR AFLOSSING



DE BERUCHE INDOOR-KAART





Eind februari kwam van Marijke de vraag of ik met haar die aflossing wilde lopen. Niks om over na te denken dus die ja kwam er snel uit. Enige doelstelling die toen al gelegd werd was dat we voor een OK gingen, dus NCL was totaal geen optie.

Zaterdag 20 april in de namiddag was het dus zover. Er waren redelijk wat geïnteresseerden ingeschreven, dus dat ging leuk worden. Tijdens de briefing werd er duidelijk gezegd dat voor de indoor gesloten deuren gesloten moesten blijven, je het gebouw niet mocht verlaten (dus niet via buiten) en nog enkele zaken maar die twee hierboven waren degene die me het meest bij bleven. De volgorde was dus outdoor eerste loper, indoor tweede loper, indoor eerste loper en outdoor tweede loper. Marijke zou voor ons starten in de massastart.

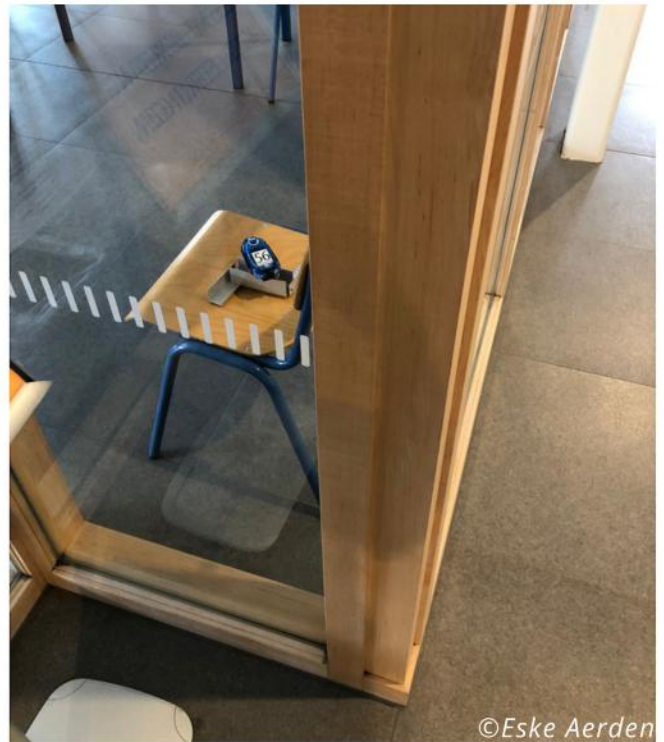
Na net geen kwartiertje passeerde zij aan de kijkpost dus ik richting zaal om haar op te wachten om te worden afgelost. Die volgde een 10 minuten later. Dus via haar mijn kaart gekregen voor mijn parcours indoor. Maar al direct bij het bekijken van de kaart bleef ik stilstaan, wat was dat .??.? Den baanlegger die dus aan de startpost stond kwam dus even wat extra uitleg geven. Wat me op dat moment duidelijk leek was het iets nadien al niet meer.

Gelukkig was ik niet de enige en stonden er meerderen rond te draaien met telkens de vraag : snap jij dat ? Wete gij waar naartoe ? Welke post moete gij hebben ? Nu, mijn eerste post lag op het gelijkvloers maar onze kaart was ingedeeld in 4 vakken : gelijkvloers en dan nog 3 verdiepen + een kelder die ze in de rechterbenedenhoek er ook nog even hadden opgezet. Kwestie was om goed te kunnen overgaan van het ene vak naar het andere want twee posten op hetzelfde verdiep konden meestal niet genomen worden door op dat verdiep te blijven. En laat nu net dat wisselen van verdiep mijn grote probleem te zijn geweest. Telkens wanneer ik een trap had genomen was ik totaal het noorden kwijt, om het maar niet te hebben over het telkens vergeten op welk verdiep ik zat. De keren dat ik met mijn neus tegen het raam heb gehangen om te zien waar ik ongeveer zat, daar ben ik de tel van kwijt geraakt.



Mijn derde post die lag in een ruimte die mij aan een grote aquarium deed denken. Het probleem alleen was dat ik daar totaal niet doorhad hoe ik daar binnen kon geraken. Ik heb daar heel veel trappen gedaan en rondgetoerd om uiteindelijk (denk dat het ongeveer de zesde keer was dat ik met mijne neus tegen dat glas hing) midden in dat lokaal mensen via een trap naar beneden te zien komen. Godvermiljaar !! Daar staat een trap in het midden van dat lokaal !! Staat natuurlijk wel op de kaart maar den deze had dat totaal niet door en uiteindelijk heb ik bijna 21 minuten gedaan van punt 2 naar 3, grrrr. Toen ik uiteindelijk op zoek was naar de kijkpost (mijn post 7) stond ik aan het raam van de ruimte waar die stond, helaas aan de verkeerde kant en aangezien wij geen deuren mochten openen moest ik op zoek gaan naar een andere manier om daar te geraken.

Meneer de baanlegger heeft me uiteindelijk de raad gegeven om via het eerste verdiep te proberen. Als ik dan onze uitslag bekijk was ik bij het knippen van de kijkpost al een goei 53 minuten aan het rondkuieren in die school. Bij mijn post 10 heb ik me enkel 3 verdiepingen vergist, klein foutje. Het leuke bij dieje post 10 was ook dat Marijke me vanuit het lokaal van de kijkpost wees waar de post stond, dus ik daar naartoe. Maar wat zij toen nog niet doorhad, was dat ik aan mijn zoveelste flatertje bezig was. Want de post die zij me aanwees was de laatste post (nummertje 12) en laat dat toen nog iets te vroeg geweest zijn om die te knippen.



De beruchte post 56 in het Aquarium!

Maar liefst 95 minuten heb ik nodig gehad om mijn parcours daar binnen af te leggen. Gelukkig had Marijke wel redelijk snel door hoe ze het daar moest aanpakken want zij had zelfs minder dan de helft van mijn tijd nodig. Uiteindelijk zijn we geëindigd met een tijd van 3 uur 19 minuten en 25 seconden. Een flinke tijd maar wel een uitslag waarop een OK is gedrukt, dus missie geslaagd en een dikke knuffel met mijn maatje die veel geduld heeft gehad !! Ik wil bij deze ook baanlegger Frank Aerden bedanken voor het 'plezier'. Ik heb nog nooit zoveel binnensmonds gevloekt als daar maar ik vond het daartegenover ook fantastisch gedaan, TOP !!

An

Onlangs geraakte ik aan de praat met een beginnende oriënteur. Ze vroeg me hoe een SportIdent eigenlijk werkt. Met mijn huis-tuin-en-keukenkennis kon ik haar een meer dan voldoende antwoord geven. Maar toen ik thuis kwam, ben ik onmiddellijk eens gaan opzoeken hoe de zaken echt in elkaar zitten. Kom maar even mee naar de wonderde wereld van de SportIdent.

Het SportIdent systeem bestaat uit twee basis onderdelen: SI-Station en de SI-Card. De meeste SI-Stations zijn identiek en kunnen geconfigureerd worden tot verschillende functies (Start, Finish, Control).

De SI-Card steken we in het SI-Station en de data wordt opgeslagen op de SI-Card. Op het SI-station wordt een back-up gemaakt. Als er iets misloopt met je SI-Card, kan je dus in het SI-Station kijken of je er effectief geweest bent.

Klassieke Sportident








De SI-Stations zijn actieve elementen (met batterij) en de SI-Card is een passief element (zonder batterij). Het SI-station heeft een 24-uurs klok, kent de dag van de week en het weeknummer. Op die manier kan je competities organiseren die tot na middernacht duren.

Bij de Start zal het CLEAR-station je vorige data wissen en het CHECK-station geeft een feedback signaal als je SI-Card inderdaad leeg is.

Als je bij de Start je SI-Card in de startpost steekt, dan wordt je starttijd opgeslagen. Het Start-station geeft enkel een feedback signaal als je SI-Card leeg is. Het is nog een laatste controle voor jezelf.

Gedurende de Race schrijft het SI-Station telkens het tijdstip weg op je SI-Card. Er bestaan SI-Cards met 20 tot 128 data slots. Als er geen lege velden meer over zijn, dan schrijft het SI-Station niets meer op je SI-Card. Je krijgt ook geen feedback signaal het het SI-Station. Dit is een goede controle om te zien of alles netjes juist loopt.

Types of SI-Cards

	<p>SIAC</p> <p>SPORTident ActiveCard (SIAC) is compatible with the classic and the contactless punching system. This SI-Card can store up to 128 punches.</p>
	<p>SI-Card10</p> <p>SI-Card10 is compatible with the classic punching system. This SI-Card can store up to 128 punches.</p>
	<p>SI-Card9</p> <p>SI-Card9 is compatible with the classic punching system. This SI-Card can store up to 50 punches.</p>
	<p>SI-Card8</p> <p>SI-Card8 is compatible with the classic punching system. This SI-Card can store up to 30 punches.</p>
	<p>pCard</p> <p>pCard is compatible with the classic punching system. This SI-Card can store up to 20 punches.</p>
	<p>ComCard Pro</p> <p>ComCard Pro is compatible with the classic punching system. This SI-Card can store up to 128 punches. The ComCard Pro is a special SI-Card for orienteers, it combines a SI-Card10 and a compass in one device.</p>
	<p>ComCard Up</p> <p>ComCard Up is compatible with the classic punching system. This SI-Card can store up to 30 punches. The ComCard Up is a special SI-Card for orienteers, it combines a SI-Card8 and a compass in one device.</p>

In het geval dat je SI-Card vol is, schrijft het SI-Station wel het tijdstip van je passage weg in zijn geheugen met een error-code.

Bij de Finish punch je nog de Finish-post en hopelijk krijg je op je uitslag een OK te zien.

SportIdent Air+

Met de Sportident Air+ kan je contactloos punchen op een afstand van 50 cm bij de klassieke SI-Stations. De tip van je SI Air+ flikkert als je punch opgeslagen wordt en je hoort ook een signaal. Je mag ook maximaal maar 80 km/uur lopen of fietsen (!)

Als je ten minste 17 seconden buiten het bereik van het SI-Station bent geweest en opnieuw binnen deze straal van 50 cm komt, dan is er een tweede registratie.

Met speciale SI-Stations (BS11) kan de maximale afstand tot de post vergroot worden tot maar liefst 6 meter.

SI Air+ kan 128 posten opslaan met postennummer/tijd plus start, finish, check en clear tijden. In tegenstelling tot de klassieke SI-Card geeft het SI-Station geen optisch of akoestisch signaal als je langskomt met je SI Air+. Het is de SI-Air+ die dit signaal afgeeft. Je passage wordt ook niet als back-up opgeslagen in het SI-station.

Vermits SIAC een actief element is, is het belangrijk om bij het begin van de wedstrijd te controleren of de batterij van je SIAC nog niet leeg is. De gemiddelde levensduur van een batterij is 4 jaar. Als de SIAC AIR+ functie niet altijd gebruikt wordt of je loopt minder wedstrijden, dan zal de batterij langer meegaan.

De Air+ functie wordt actief als je het Check station gebruikt, dus na de Clear operatie. Ofwel als je een speciaal SI-Station SIAC On puncht. De SIAC Air+ functie wordt uitgezet door het Finish-station. Daarom is het belangrijk dat je altijd langs de Finish-post gaat, ook als je de strijd halverwege moet staken. Ook een SIAC OFF post kan de Air functie uitschakelen.



De AIR+ modus kan verstoord worden door sommige GPS horloges. Bijgevolg draag je best je SI-Card Air+ niet aan de zelfde arm als je GPS horloge.

Ook Battery Packs van sommige LED-lampen kunnen de SI-Card Air+ verstoren.

Wil je graag nog meer te weten komen, volg dan de onderstaande link. Je kan dan ook ineens terugvinden waar ik de mosterd gehaald heb.

Filip



In opperste verwarring

Dat een oriënteur naast doorzettingsvermogen, besluitvaardigheid en fysieke conditie ook nog een goede dosis ruimtelijk inzicht nodig heeft, werd deze maand duidelijk. KOL, toch al uitblinkend in het organiseren van 'speciallekes' en oriëntatie op bijzondere locaties, nodigde ons uit voor een indoor/outdoor wedstrijd.

Plaats van handeling: het Sint-Franciscus College in Heusden-Zolder. De mankende 'Koningen van de Balendijk', Patrick en Peter (ik), besloten om als team mee te doen en zakten met de koets af naar het schoolgebouw. De meesten daar herinnerden zich nog wel een soortgelijke wedstrijd in het Kristoffelheem in Ham of in Kinderland in Bobbejaan, maar dat dit toch van een ander level zou worden, lag nog in het ongewisse.



Het format van de wedstrijd was een aflossing met twee (outdoor 1, indoor 2, indoor 1, outdoor 2), met een massastart op het schoolplein. De eerste lopers mochten eerst even een simpel rondje in de wijk maken, werden kortstondig getrakteerd op een hagelbui, maar verder easy-peasy, hoewel de bedoeling van de baanlegger hiervan duidelijk was: de mens even goed moe maken voordat de laatste posten op de schoolcampus gedaan moesten worden.

Nu weet iedereen dat een schoolcampus altijd een tricky oriëntatie-omgeving is met z'n doorgangen, net-niet-doorgangen en helemaal-niet-doorgangen en hier was het niet anders. En jawel, ook ik, die me als eerste loper aangeboden had, liet me vangen door een hek, zodat Patrick, die binnen al aan het wachten was op de aflossing, iets langer moest wachten.

Toen het eenmaal zover was, kon hij beginnen met zijn indoor-etappe. Ik heb het bij hem niet gezien, maar wel bij anderen: na het ontvangen van de indoor-kaart bleef men minstens een minuut in opperste verwarring staan, in een poging om een kop of staart aan de kaart te krijgen. Want het complex van met elkaar verbonden schoolgebouwen bestaat maar liefst uit vijf etages. En die staan niet netjes alle vijf op elkaar. Er zijn er nu, die beweren dat het gebouw speciaal is neergezet om anno 2024 aan indoor-oriëntatie te kunnen doen. Zó geschikt is het ervoor, maar dat zal toch niet het geval zijn. De truc is om de etages op de verschillende secties van de kaart op elkaar te kunnen denken, want bijna altijd liep een been tussen twee posten op dezelfde etage via een ander etage. 'Ruimtelijk inzicht', dat bedoelde ik.

Een aantal maal was een post al te zien door een glazen wand, recht voor je, maar dan moesten er nog trappen naar boven en beneden genomen worden om er ook daadwerkelijk te komen. Er was ook nog een koddige kijkpost, waar diezelfde opperste verwarring van vlak na de start soms nog steeds van de gezichten te lezen was, soms vergezeld door een krachtterm. Ik wist overigens nog van niets, want ik was in afwachting van Patrick om met mijn indoor-etappe te kunnen beginnen.

Na de overdracht van SI en kaart kon ik van start met mijn zoektocht door gangen, trappen, lokalen, trappen, sporthal, trappen, hokken en wat er allemaal nog meer te vinden was van kelder tot etage 3. Het is soms naarstig zoeken naar de post zelf, want die ligt gewoon op een tafeltje of in een donker hoekje, niet getooid met een balise.

Kaartcontact is hier van het allerhoogste belang. Toch gaat het me naar mijn gevoel aardig af. Tijdens de tocht valt mijn oog op een gedenkplaat met vele namen en ik realiseer me dat waar wij hier vrolijk door de gangen huppelen wel eens de plaats geweest kan zijn van een vreselijk drama.

Jos geeft later inderdaad de duiding: 'Op 23 januari 1974 kwamen bij de internaatbrand hier in dit gebouw 23 jongens om het leven. Een ramp met heel veel impact in Limburg, want iedereen kende wel één van de slachtoffers'. Ik had er wel eens iets over gehoord, maar dat nu juist hier is met jongens die nu om en nabij mijn leeftijd gehad zouden hebben, is iets om even bij stil te staan. Daar heb ik de tijd voor, nadat ik Patrick voor zijn sluitstuk op weg naar buiten heb gestuurd.



En hoe verging het de 17 Hamok-atleten verder op deze namiddag, die soms in teams, soms individueel de schoolstrijd aangingen? Veel NCL's. dus we houden het maar even op diegenen, die volgens Helga Webres wel geklasseerd werden.

Dat was Guido T. in z'n eentje in de categorie Lang. Lennert en Nico haalden, ondanks/dankzij een post van 17 minuten toch nog een 5e plaats in de categorie Open. Marijke en An werden 5e in de categorie 100+ (opgetelde leeftijden, maar je geeft ze écht veel jonger....). En de Koningen konden zeer tevreden terugkeren naar hun koninkrijk met een 2e plaats in diezelfde categorie. Het is nog steeds niet geweten hoe dát mogelijk was.

Vermeldenswaardig vind ik de prestatie van prins Ian H. Vanwege het indoor-karakter van de wedstrijd kon hij overgehaald worden eens een keertje mee te doen en schijnbaar probleemloos liep hij naar een 2e plaats in de individuele categorie Middel, hierbij gerenommeerde oriënteurs achter zich latend. Ik doe mijn best hem meer mee te nemen.

Als er iemand nog eens een idee heeft voor een soortgelijke wedstrijd op een soortgelijke locatie, laat het weten en we maken er werk van, want indoor-oriëntatie is echt een extra dimensie.

INTERLAND - Habay-la-Neuve



Dit jaar was het Interlandweekend van 23 en 24 maart sportief weer een voltreffer. FRSO was aan de beurt en zij hadden de mooie terreinen van Habay-La-Neuve in het enorme Foret d'Anlier hiervoor uitgekozen. De training op zaterdag was zelfs op Croix Rouge, een prachtkaart waar Belgische JEC-wedstrijden werden gelopen vorig jaar.

Zoals dikwijls waren er weer heel wat Hamsters en Hammers in de Vlaamse OV-selectie, niet slecht met de toch wel grote verplaatsing naar het uiterste zuiden van ons land erbij.

Greet Oeyen liep naar de zege bij de Masters A. Ook Tille De Smul, Nathan Jansen, Evert Leeuws en Rune De Clercq slaagden hierin en dit ondanks de natuurlijk heel zware tegenstand uit Nederland, Wallonie, Engeland, Frankrijk en Luxemburg. Om over de andere ereplaatsen en topprestaties nog maar te zwijgen want elke plaats is erg duur verdiend tijdens zo'n hoogstaande crossen. Iedereen bedankt natuurlijk. Een tweede plaats zowel voor de Interlandcup als voor de Juniorcup was weer ons deel!

Na onze Hamokorganisatie vorig jaar lag de interland-lat organisatorisch hoog voor FRSO.

Met Le Liry in Chiny hebben ze natuurlijk een prachtig en goeddraaiend sportverblijf en de kaarten waren knap maar de twee wedstrijd-cc's waren helemaal niet op 'ons' niveau. De ernaast gelegen, ongebruikte voetbalkantine lonkte wel heel erg. Een beetje spijtig voor de aanwezigen maar het zal er ook niet de laatste keer zijn op deze manier.

Volgend jaar lopen we dit treffen op 2 maart in het Nederlandse Drenthe op de Hoc '93 militaire terreinen.

Mijn plaats als teamleader geraakt stilaan vacant! Zonder de hulp van het daartegen opgedoekte OV-secretariaat zullen anderen nodig zijn om de kar te helpen trekken. Het was mijn veertiende keer als teamleader en het waren allemaal plezante weekends maar het is genoeg geweest voor mij. Wie wil overnemen of de kar helpen trekken, mag het laten weten!

Luc M

Class	OV	NOLB	LHFCO	FRSO	LUXOC	ENG
W14	9	0	10	7	2	17
W17	2	3	14	14	10	12
W20	12	0	10	3	0	11
W21	19	5	9	16	8	21
W40	19	0	7	8	9	12
W50	19	3	10	22	8	16
W60	7	0	3	8	10	17
M14	19	1	14	8	8	16
M17	15	4	8	8	1	19
M20	13	0	3	13	0	7
M21	20	4	18	13	8	15
M40	13	3	14	22	12	14
M50	19	7	11	12	6	23
M60	19	6	9	16	6	22
Grand Total	205	36	140	170	88	222
Position	2	6	4	3	5	1
Junior Cup	70	8	59	53	21	82
Position	2	6	3	4	5	1
Woman	87	11	63	78	47	106
Men	118	25	77	92	41	116





©Club-Sports

zaterdag	4	Mei	Regionale - Mol Centrum Nieuwe zone !! Campus Rozenberg 🇧🇪
zondag	5	Mei	Nationale Sprint - Bree Centrum Bocholterstraat 🇧🇪
woensdag	8	Mei	Lenteloop - De Schorre Boom Jeugdcentrum De Schomme P1 🇧🇪

zaterdag	11	Mei	Biathlon Orientation - Belgium Peak Beer Brasserie Peak 🇧🇪
za - zo	11 - 12	Mei	Maastricht City Races Maastricht City Races 🇳🇱
vr - ma	17 - 20	Mei	ASOM Sint Pieterscollege Leuven 🇧🇪
zaterdag	18	Mei	O-Ancioke Klosterhof 🇧🇪 hamok



©Club-Sports



©Club-Sports

zondag	26	Mei	Championnat de Belgique de Sprint Gembloux 🇧🇪
woensdag	29	Mei	Lenteloop - SportinGenk Parking SportinGenk 🇧🇪
zondag	2	Juni	Regionale - Vorselaar (City Cup 2024)