

hamok

Voorzitter	André Aerts Boshuis 11 3980 Tessenderlo 0484/482886 andre.aerts@hamok.be	Bestuurslid	Luc Melis VVO: sport en kaarten Oude Melsebaan 32 2490 Balen 014/816202 luc.melis@hamok.be
Ondervoorzitter	Jos Thijs VVO: beheerraad Driegezustersstraat 36 3582 Beringen 011/421097 jos.thijs@hamok.be	Public Relations Uitrusting	Bart Mellebeek Korteweg 13 3971 Heppen 011/391397 bart.mellebeek@hamok.be
Secretaris (intern)	Pascal Mylle Maasbeekstraat 9 3945 Ham 0485/41.94.38 pascal.mylle@hamok.be	Informatica	Bart Herremans Velmerlaan 43 3806 Velm 011/760455 bart.herremans@hamok.be
Secretaris (intern) Lidgeld	Fernand Scheelen Berkenlaan 95 3970 Leopoldsburg 011/345575 Rekening: BE84 7795 9196 4459 fernand.scheelen@hamok.be	De Knijptang (sportief)	Wim Hoekx Sterstraat 19 3920 Lommel 011/552440 wim.hoekx@hamok.be
Schatbewaarder Kantine	An Verberne Poelstraat 7 3520 Zonhoven Rekening: VZW HAM O.K. IBAN BE68 4581 0482 3134 BIC KREDBEBB 0476/755895 an.verberne@hamok.be	Organisaties	Luc Bouve Beringssteenweg 44 3971 Leopoldsburg 0473/930069 luc.bouve@hamok.be
Inschrijvingen	Dominique Schutjes Peerderbaan 13 3940 Hechtel 011/734453 fax: 011/733611 Rekening: HAM O.K Hechtel 735-0227934-69 dominique.schutjes@hamok.be	Informatica	Ronny Timmers VVO: sport & kaartencommissie Poelstraat 7 3520 Zonhoven 0479/200967 ronny.timmers@hamok.be
		Jeugd	Dries van der Kleij VVO: ploegencommissie Blandenstraat 208 3052 Haasrode dries.vanderkleij@hamok.be

Voorwoord



Nadat de drukte en de kampioenen in de maand september gekroond werden, was het voor de maand oktober een stuk rustiger. Er was zelfs een week dat de wedstrijd door omstandigheden is afgelast.

Dus iedereen nam de tijd om zijn conditie op peil te houden, en sommigen hebben dit getoond in de mooie wedstrijd Masy zuid.

De omlopen waren uitgetekend door Benjamin A. en ik mocht er zelf ook getuige van zijn. Zeer selectief en de omlopen goed gelegd.

Militaire wedstrijden hebben altijd iets bijzonder. Meestal gebruik ik ze als training, doch als ik eenmaal gestart bent, is dit snel vergeten en wordt weer de chrono in het oog gehouden. Naar de start die 2 km verwijderd lag, worden we met de bus gebracht en

teruggehaald. Luxe.

Meestal is er voor een schappelijke prijs een middagmaal, doch deze keer was ik te laat en kreeg ik niets meer. Doch niets is minder waar, er was ineens overschot en samen met Marijs hebben we nog een brood(je) gratis gekregen. Toffe kerels die militairen.

Zo moeilijk Masy was, zo gemakkelijk is dan het Zilvermeer. Lopen, lopen en nog eens lopen.

We weten het als we er naartoe gaan, dus de kilometertijden die daar gehaald worden, zijn top voor iedereen. Even van genieten want het zwaardere werk wacht.

De dag nadien even de grens over om bij de burens een mooie cross te gaan lopen.

Daar zijn de militairen weer en onze club was

gevraagd om een handje toe te steken bij de uitvoering in Zonhoven. Nadien mocht ik van een legeroverste een mail ontvangen waar ze onze HAMOK clubleden nog eens extra willen bedanken voor het geleverde werk. Tof.

Dit was het zowat voor de agenda van het VVO.

Aan de zijlijn heb ik begrepen dat er interesse was om naar de Veluwe te gaan. Ik hoop dat een van de deelnemers een verslagje kan schrijven.

Als ik naar de resultaten keek zag ik weer de fam Deferme-Wenderickx bovenaan staan. Proficiat voor het behaalde resultaat.

Verder wist ik ook dat 2 HAMOK leden naar de OMM waren afgezakt. Het team Bart-Peter hebben de wedstrijd uitgelopen, want ik zie ze in het algemene klassement op de 13 de plaats prijken. Zelf kan ik het niet plaatsen, doch als ze een woordje tekst en uitleg in volgende blad kunnen geven, is dit welkom. Dan kunnen we ook mee genieten van deze prestatie in de Schotse hoogvlakten.

Wat gaat komen:

het Vlaamse kampioenschap aflossing nu zondag aanstaande. de ploegen zijn gevormd en

succes voor eenieder.

Diegene die even een zijsprong willen maken. Er zijn de 3 lopen in het zoniënwood, te beginnen 8 november, nadien 11 en 15 november. Leuke bossen om door te lopen.

Op deze 15 november is er ook een wedstrijd waar het parkoers gelegd wordt door Victor en Klaas M. en veel dichterbij dan Brussel.

Later in de maand een eerste avond wedstrijd door HAMOK georganiseerd in Gerhees en de zondag nadien de laatste kampioenen voor de VK MD.

Diegene die nog niet op het podium gestaan hebben, grijp uw kansen.

Kijken we iets verder dan komt stilaan het jaareinde in zicht en is het tijd voor de Sylvester-5-daagse. Vergeet niet in te schrijven, en vergeet uw conditie niet!!

Als dit achter de rug is, noteer alvast voor het clubkampioenschap de tweede zaterdag van 2016. Niet de eerste want dat zit te kort op het jaareinde.

Tot de volgende cross.
uw voorzitter.

Voorinschrijvingen

Alle inschrijvingen bij Daniëlle!

VK Middle

De laatste kans op een podiumplaats dit jaar is het VK middenafstand in de Kesselse heide op 29 november.

Dat is een erg snelle kaart, met fijne heidegebieden. Het is dus zeker een aanrader.

Inschrijven voor 15 november bij Daniëlle.

Sylvester

De volgende zondagen worden traditiegetrouw gewoon gevuld met wedstrijden voor het wintercriterium. Mensen die niet aan de verleiding kunnen weerstaan om Daniëlle een mail te sturen met hun toekomstplannen, moeten

zeker vooruitblikken naar de Sylvester, en al inschrijven. Nieuw (!) (*maar dat was vroeger ook al zo – red.*) dit jaar is dat er maar vier van de vijf wedstrijden meetellen voor het eindklassement...je kan dus eventueel een wedstrijd skippen...maar waarom zou je dat doen? Vijf crosskes lopen tussen kerst en Nieuwjaar, daar kan toch niets tegenop? Inschrijven voor 30 november.



– Bart Mellebeek

Lidgeld

Voor 2016

Het is weer zover. Eindelijk krijgt ieder weer de gelegenheid om het lidmaatschap voor 2016 te betalen.

Het is echt ongelooflijk, maar de bedragen zijn weeral NIET omhoog gegaan.

Dat betekent dus :

- 20 euro voor het eerste gezinslid
- 17,50 euro voor het tweede gezinslid
- 15 euro voor het derde
- 12,50 euro van het vierde

Je mag als Hamoklid gratis deelnemen aan het clubkampioenschap en de beker van de

secretaris. Deelnemen aan de twee belangrijkste wedstrijden van het jaar kost je dus niets.

Maandelijks (behalve augustus) ontvang je “De Knijptang”.

Bij elke Hamokorganisatie krijg je één euro korting.

Je bent ook verzekerd tijdens de wedstrijden.

Het bedrag kan gestort worden op rekening BE84 7795 9196 4459 van

Hamok VZW
Berkenlaan 95
3970 Leopoldsburg

– Fernand Scheelen

Night Hawk

Beter laat dan nooit!

14 – 15 augustus 2015 – Asker (Noorwegen)

Vorig jaar nam Hamok voor het eerst deel aan een grote oriëntatieaflossing, Tiomila in Zweden. We hadden de smaak te pakken en dit jaar volgde Jukola in Finland. Die vindt echter plaats in juni en is dus niet geschikt voor de studerenden onder ons. Daarom besloot Toon om de Hamok jeugd mee te nemen naar Noorwegen om daar de Nighthawk aflossing te lopen.

Nighthawk is een vrij jonge aflossingswedstrijd (3e editie dit jaar) vergelijkbaar met Tiomila en Jukola, maar met een aantal cruciale verschillen. In totaal zijn er acht benen te lopen, vier 's nachts en vier overdag, en een team bestaat uit vier tot acht atleten. Alle lopers van de nachtbenen vertrekken op hetzelfde moment, in één grote massastart. Wanneer iedereen is aangekomen worden de tijden opgeteld en de volgende ochtend wordt de wedstrijd verder gezet met een jachtstart. De teamleden lopen nu niet samen maar lossen elkaar af en dus is het eerste team waarvan de vierde loper of de streep komt de winnaar.

De ochtend van 13 augustus verzamelden we allen -Klaas, Miel, Toon en ikzelf- aan het station van Balen en spoorden we naar Charleroi luchthaven. Na het inchecken van onze bagage met voldoende eten en vooral, drinken, proberen we onze koplampen door de luchthavensecurity te krijgen. Na wat rare blikken en een bagagecontrole bij mij, worden we dan toch verder gelaten. Omdat we laat genoeg ingecheckt hadden kregen we gratis 'priority boarding'. Altijd leuk om in short en t-shirt tussen mannen in het pak te staan.

Geland in Oslo was het nu zaak om op de wedstrijdlocatie te geraken. Om de kosten te drukken gebruikten we onze duim en een brede glimlach. Hoerchance zou ook nuttig blijken. Zo werden Klaas en Toon in een spiksplinternieuwe Tesla praktisch op het veld gereden, terwijl Miel en ik aan de verkeerde kant van Oslo gedropt werden. Na vele omzwervingen geraakten we er gelukkig nog en zelfs op tijd om nog een training mee te pakken op het terrein van Nighthawk zelf. Dit bleek absoluut noodzakelijk

wilden we 's nachts levend het bos uit geraken. Ikzelf flaterde zwaar en liet heel wat minuten liggen. Uiteraard was dit enkel uit pedagogisch oogpunt; het is belangrijk voor de jongsten dat ze zien dat zelfs hun held al eens een fout begaat.

Terug van de training begon het al wat donker te worden, maar om de dag mooi te eindigen bouwden we een klein kampvuurtje. Leuk om terug te blikken op wat voor sommigen de eerste dag oriëntatie was in Noorwegen, lekker warm en gezellig, en de geur van de rook deed ons vergeten dat er geen douche voorzien was op het wedstrijdcentrum. We kropen op tijd de tent in want de volgende avond zou het 'voor echt' zijn.

Met veel slaap in de ogen kwamen we 's ochtends de tent weer uit. Het wedstrijdterrein was nog grotendeels verlaten, op enkele mensen van de organisatie na. Na het ontbijt ontmoetten we Hugo. Hugo was de cameraman van dienst, hij zou gedurende de wedstrijd in het bos en aan de finish filmen om daar achteraf enkele mooie filmpjes van te maken. De resultaten kan je zien op <https://www.youtube.com/user/TheNightHawkRelay>, hier en daar zal je één van ons misschien tegenkomen. Toen Hugo ons vertelde dat hij ook ons graag zou interviewen brak er even korte paniek uit bij mijn jonge groepsgenoten. Hemdjes werden bovengehaald, iedereen deed snel-snel een andere broek aan en enkele klodders gel verdwenen in hun haar.

Met Hugo gingen we daarna ook op zoek naar een supermarktje, zodat we middag- en avondeten konden koken. We vonden er één een halfuurtje stappen van het wedstrijdcentrum. In Noorwegen is een halfuurtje stappen bovendien een absoluut plezier. Je ogen worden er constant getraakteerd op prachtige uitzichten. We passeerden enkele meertjes en op de terugweg besloten we om uit onze kleren en in het water te springen. Lekker fris, maar dat deed deugd bij dit warme weer. We zwommen naar een eilandje, pestten daar enkele eenden en zwommen weer terug. Klaas liet ook nog een presentje achter voor de Engelse orienteurs die na ons het water insprongen. Terug

op de camping maakten we het eten klaar en sympathiek zoals we zijn hielpen we ook de organisatie. We sleurden met bakken, stelden enkele tenten op en hielpen een redbull promomeisje uit de nood.



Gedurende de dag begon het terrein al wat meer vol te lopen en ook wij begonnen ons te focussen op de wedstrijd. De race zou gelopen worden met behulp van 'handsfree emit'. Hierbij bevestig je de 'emitag' met klittenband rond je pols en is het voldoende om dicht genoeg langs de post te passeren om hem te registreren. Geen geklungel meer aan de post dus. Om te laten zien dat je geregistreerd hebt gaat er een lampje branden op de emitag. Toon kreeg bovendien ook nog een GPS-tracker aangemeten. Zo konden de fans thuis online volgen hoe hij liep.

De start begon te naderen en de spanning steeg. Miel en Klaas leken het nog redelijk te kunnen verbergen, maar Toon was duidelijk al ferm opgenaaid, met GPS lopen is dan ook een hele verantwoordelijkheid. Loopkleren aandoen, lamp opzetten, emitag aandoen, oei GPSvestje vergeten, emitag weer uit, lamp afzetten, kleren uit, GPS vest aan, kleren aan, lamp weer op. Waar is mijn emitag nu weer? Rugzak overhoop halen, emitag vinden, rugzak weer volproppen. Hetzelfde scenario voltrok zich voor het kompas en de borstnummer. Of dit nu kwam doordat hij zenuwachtig was of gewoon Toon, de nervositeit was aanstekelijk en snel hadden we allemaal klamme handjes.

Er werd samen met alle andere teams naar de start gelopen, die zo'n twee kilometer verder is. Daar aangekomen zien we nog net de vrouwenteams

vertrekken. We zijn al serieus onder de indruk. We kunnen nog even opwarmen en dan worden we allemaal in ons eigen startvak geplaatst. Vijf minuten voor de start worden de kaarten voor onze voeten gelegd. Ik kijk naar de lopers links en rechts van mij. Beiden zijn een kop groter en zeker tien pond lichter. Mijn hart bonst in mijn keel. Nog één minuut. Voor de twintigste keer controleer ik het noorden met mijn kompas. Ik probeer mezelf tot rust te brengen, dat ik niet te wild mag vertrekken en vooral goed op mijn kaart moet letten. Nog een halve minuut. Ik steek mijn lamp aan. Tien seconden. Ik zet me schrap, iedereen in mijn vak doet hetzelfde. Vijf. Vier. Ik doe een paar druppels pipi in mijn broek. Drie. Twee. Met één hand heb ik mijn kaart al vast. Één. Een sirene loeit, iedereen gaat er in een rotvaart vandoor. Tijd om op de kaart te kijken is er niet, als je even vertraagt lopen die achter je tegen je op. De voorstart is meer dan een kilometer verder, en in al die tijd heb ik mijn kaart misschien drie of vier keer bekeken. Aan de driehoek splitsen zich verschillende groepen op en ik beslis snel met welk groepje ik meega. Op een gegeven moment denk ik het beter te weten dan mijn groep en splits ik af (niet zo slim, besef ik achteraf). En ja hoor, ik kom recht op een post uit. Een post, inderdaad, niet mijn post. Het is een geforkte post, want veel andere lopers passeren hier wel. Ik probeer me te oriënteren en denk te weten waar ik ben. Ik loop verder en kom een andere post tegen. Weer een post, niet mijn post. Ok, nu weet ik zeker waar ik ben, ik moet gewoon een beetje teruglopen en dan... Nee hoor, terug aan de post waar ik daarnet ook was. Daar kom ik gelukkig Klaas tegen, die ook wat gemist heeft. Samen vissen we uit waar we zijn en uiteindelijk geraak ik toch aan mijn post. Die eerste post was dus een complete mislukking, maar er lopen nog véél orienteurs rond. Nu is de druk ook wat van' de ketel en loop ik veel beter. Ik haal heel wat lopers in en trek soms de kop van een groepje, een geweldig gevoel!

Hier en daar maak ik wel nog wat fouten, maar al bij al doe ik het best goed. Als je mijn parcours en routekeuzes wil zien kan dat op:

Wanneer ik bijna binnen ben hoor ik de speaker roepen dat de eerste loper binnen is. Wow, ik heb wel goed gelopen, maar zó goed?! Even later heb ik door dat het gaat om de eerste van de lange

afstand en dat is natuurlijk heel wat geloofwaardiger.

Ik ben de eerste van ons team dat binnen is (1:16:48, winnaar: 49:58) en kies een goeie positie van waar ik de rest kan zien binnenkomen. Klaas is de eerste (1:44:50), hij had onderweg zijn batterij moeten vervangen. Later volgt ook Miel (2:08:32), met een lamp die nog maar amper zijn tenen verlicht. Toch komt hij met een brede smile binnen en vertelt ons dat het het plezantste oriënteren was dat hij ooit al heeft gedaan. Daar doen we het voor natuurlijk! Nu is het nog wachten op Toon, die de lange afstand loopt. Uiteindelijk komt hij binnen in 2:35:00 (winnaar 1:14:35), compleet uitgeput, maar met een paar goede verhalen. Hoe hij onderweg energie moest aanvullen door wilde bosbessen te eten en van stroompjes te drinken. Hoe hij door een paar Finnen gevolgd werd die hem met proviand voorzagen. Want hoewel zij sneller konden lopen dan Toon konden ze voor geen meter oriënteren.

We waren allemaal tevreden van onze prestatie en ik was zeker onder de indruk van Miel en Klaas. Niet veel doen het hen na! Onze plaats na het optellen van de tijden was 63e, van de 65 geklasseerde teams (met 9 gediskwalificeerd). Geen top natuurlijk, maar vergeet niet dat we twee junioren in ons team hebben en er drie man tot de dag voordien nog nooit op Noorse grond had georiënteerd, laat staan 's nachts!

Wanneer het terrein langzaamaan leegliep kropen wij terug in onze tent, zodat we goed uitgeslapen zouden zijn voor de race de volgende dag.

Het hoeft waarschijnlijk niet gezegd dat we niet snel genoeg waren voor de jachtstart en onze eerste loper, de lange dag (ik dus) moest in de massastart vertrekken. Wanneer we onze emitag ophalen blijkt dat we ook allemaal een GPS toegewezen hebben gekregen. Of het nu uit interesse, voor het komisch effect of uit oprechte bezorgdheid was, sympathiek was het wel. Zowel ik als Toon, respectievelijk de eerste en tweede loper kregen een GPS unit mee die we dan bij aankomst zouden doorgeven aan Klaas en Miel, de derde en vierde loper.

Na de stressvolle start van de dag voordien was de massastart van vandaag relatief rustig. De lange afstand was zonder forking, dus ik wist dat ik steeds op andere lopers kon terugvallen. De start

was opnieuw ongelooflijk snel en voor de eerste twee posten heb ik waarschijnlijk maar vijf keer op mijn kaart gekeken, gevangen tussen een groep medelopers. Na verloop van tijd begint de brede groep uitgestrekt te worden, en zeker bergop moeten er velen afhaken, mezelf inclusief. Samen met twee andere lopers vorm ik nu een klein groepje en we doen het redelijk goed. Op een gegeven moment maak ik echter een andere routekeuze en ik wijk compleet van mijn collega's af. Onnodig te zeggen dat ik die post compleet mis en vanaf nu alleen verder moet gaan. Ik doe het verder redelijk goed, maar niet met dezelfde snelheid als wanneer ik in groep zou lopen. Uiteindelijk eindig ik in een tijd van 1:34:39 met als winnaar niemand anders dan Yannick Michiels in een tijd van 57:33. Hij had dan ook geen nachtloop in de benen!

Ik los Toon af en geef mijn GPSvestje door aan Klaas. Voor mij zit nighthawk er op en ik kan er bij gaan liggen. Toon heeft slecht geslapen en doet er iets langer over dan verwacht (1:08:15, winnaar: 36:54). Wanneer hij aankomt is de massastart met Klaas en Miel net vertrokken en kan hij dus jammer genoeg zijn GPSvestje doorgeven aan Miel. Het heeft wel als voordeel dat Klaas en Miel min of meer samen kunnen lopen (op de forking na). Miel komt als eerste over de meet met een tijd van 1:04:49, een weinig later gevolgd door Klaas in 1:08:59. Alle twee mooie tijden! Onze eindstand is uiteindelijk 55e, met nog drie geklasseerde teams achter ons. Een mooi eindresultaat voor ons kleine en onervaren team. De volledige uitslag en GPSdata kan je vinden op <http://nighthawk.no>.

De wedstrijd zat er op maar de nighthawk ervaring nog zeker niet! Die avond was er nog een buffet gevolgd door een feest. Die vonden echter plaats in een hotel op een halfuur rijden van het wedstrijdcentrum. Gelukkig hadden we Toon bij ons die al zijn contacten aansprak en even later hadden we niet alleen een lift, maar ook een slaapplek in het clubhuis van de organiserende club.

Zo'n Noors clubhuis is best uitgebreid. Douche, sauna, keuken, sportzaal, en een vergaderzaal met een indrukwekkende hoeveelheid bakers en medailles. Even later kregen we er nog drie boertige Engelsen bij en een vijftal compleet geschifte Finnen. Met hen begonnen we ons voor

te bereiden op het buffet en met Belgisch bier en Hasseltse jenever worden snel vrienden gemaakt. Wanneer die op was vertrokken we naar het hotel voor buffet en feest. Het eten was heerlijk, de drank prijzig, en meer hoeft u niet te weten, dit verslag is al lang genoeg.

De volgende ochtend zijn we getuige van een natuurfenomeen: de zon piept onverklaarbaar vroeg door de gordijnen. Met een hard hoofd beginnen we aan de opkuis van het clubhuis. Wanneer we er vertrekken krijgen we allemaal nog een goodiebag van Anders, de organisator van Nighthawk. Normaal enkel voorbehouden voor wie het podium bekleedt, maar er waren er nog een aantal over en hij wilde ons bedanken voor de hulp die we aangeboden hadden bij de opbouw van het wedstrijdterrein.

Onze volgende stop op het trainingskamp was Fredrikstad. Toon had daar onderdak en een trainer geregeld. De sympathieke Hans Peter, Hansi voor de vrienden, was de nieuwe trainer van Fredrikstad OK en onze gastheer. We waren nog maar net op zijn appartement aangekomen en vertrokken meteen voor een korte, technische training op een prachtige kaart. Alsof het zo nog niet moeilijk genoeg was hingen er ook geen posten. Met andere woorden, geen wonder dat ik een uur en een kwartier over vier kilometer deed. Eenmaal terug aangekomen namen we eerst nog een verfrissende plons in de zee om daarna weer naar Hansi's appartement te rijden.

De volgende dag was de voorlaatste dag op Noors grondgebied en de laatste kans om te trainen. In de voormiddag stond een extra lange training op het programma. Althans, toch voor Hansi. De rest van ons besloot om een stuk af te snijden. Behalve Klaas. Klaas besloot om nog wat kilometers door onontdekt gebied te trekken. In de namiddag kregen we onze eerste training met posten. Hansi liep voor en hing lintjes waar de posten moesten zijn. Toen hij vertrokken was, was er even discussie. Hoe zorgen we dat die lintjes opgehaald worden? WE kunnen ze toch niet zomaar in het bos laten hangen? De oplossing was een spelletje 'levende post'. We vertrekken allemaal samen, wie eerst aan de post is ruimt hem op en wacht tot iedereen gepasseerd is. Pas dan kan hij vertrekken. Zo waren we zeker dat alle lintjes ook weer opgeruimd werden. Na weer een pittige training

kwamen we weer binnen, zo fier als een gieter met onze handen vol lintjes. "Euhm thanks guys" antwoordde Hansi, "but I was going to give another training here". En nu mocht hij door onze ijver dus terug het bos in. Oepsie.

Nu zaten de trainingen er echt op. Een laatste duik in het ijskoude water van het fjord en we reden terug naar Hansi's appartement om ons te voldoen aan zelfgemaakte pizza. De volgende ochtend namen we de bus terug naar de luchthaven. Terwijl het vliegtuig opstijgt werpen we nog een blik uit het raam. Vaarwel Noorwegen, volgend jaar staan we hier weer!



Ben jij geïnteresseerd om volgend jaar mee op trainingsstage naar Noorwegen en de Nighthawk aflossing te gaan? Dan moet je voldoen aan volgende voorwaarden:

- Junior zijn (minstens 16, maximum 20)
- Driemaal met succes deelgenomen aan een avondwedstrijd in het afgelopen jaar
- Niet elke dag wenen dat je je mama mist (dat geldt ook voor jou, Toon!)

– Frederik Meynen

MOPCA 2015

Tose Proeski

9 – 12 oktober 2015 Prilep (Macedonië)



Macedonië (FYROM) was voor mij een vrij onbekend land tot Michael Van Baelen er zijn hart verloor aan Meri Chkripeska... Ik was wel blij verrast toen hij opeens een uitnodiging voor een Driedaagse ginder in mijn mailbox dropte. Er was direct heel wat interesse en in mijne agenda stond het lang in het rood aangestipt.

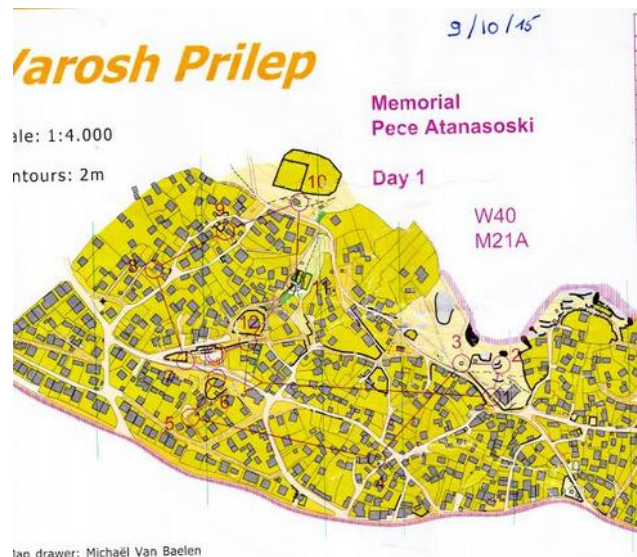
Omdat Erik (ver weg met zijn werk), Wim (ver weg geweest maar met zijne velo gevallen) en Marc C (ver weg gebleven wegens vluchtelingenvrees) uiteindelijk moesten afhaken, stonden alleen Wiet, Dirk, Paul en ik op 7 oktober in Zaventem te wachten. Omdat ook ene Herman Van Rompuy in onze Bombardier-vlieger zat, wisten we rap dat we ook zeker veilig in Skopje zouden landen... Wij wel gewoon met de bus eraf, den Herman iets comfortabeler...

Comfortabele wegen ook in de nabijheid van Skopje, iets minder comfortabel naarmate we dichterbij ons hotel in Prilep kwamen... Prilep, geboortestad van Moeder Teresa en van de Macedonische nationale trots maar spijtig genoeg erg jong verongelukte Eurosongfestivalzanger 'Tose Proeski'! Hotel Kristal Palace had Meri voor ons uitgezocht en dat was zeker naar onze waardigheid... Een IOF-kaartje van het stadscentrum met de betere gelegenheden maakte het heel gemakkelijk en we konden ons laten serveren...

's Anderendaags een rondrit door het prachtige land richting de bergen van Galicica, de meren van Prespa en Ohrid en het skigebied Krushevo waar Wiet ons toonde op welke terrassen hij zijn overwinningen op de 'Tose Proeski'-cup van

een aantal jaren terug had gevierd... en met zelfs cultuur erbij met een bezoekje aan het mausoleum van diezelfde 'Tose Proeski'...

Op vrijdag in de voormiddag opnieuw cultuur(!) met een snel bezoek aan een orthodox klooster en een steile klim naar een kasteelruïne bovenop de berg die prachtig op Prilep uitkijkt. Namiddag volgde een sprint-O in een stadswijk waar we ook het eerste contact hebben met Michael en Meri. Het bleek dat zijzelf de hoofdorganisatoren van de Driedaagse waren! Dat zie ik in Vlaanderen en omstreken nog niet veel 23-jarigen voor mekaar krijgen, respect! Michael had het sprintkaartje 'Varosh Prilep' zelf getekend en zijn baanlegging op wegkeuzes was prima. We liepen zelfs even tussen de reuzenrotsen waarop we 's morgens richting de kasteelruïne waren gepasseerd. Wiet en Dirk werden 1 en 2 bij de jonge HE's... Luc en Paul 1 en 5 bij de oude H50'ers... Karl en Betty ook allebei mooi derde... 's Avonds vliegen we er nog eens in...



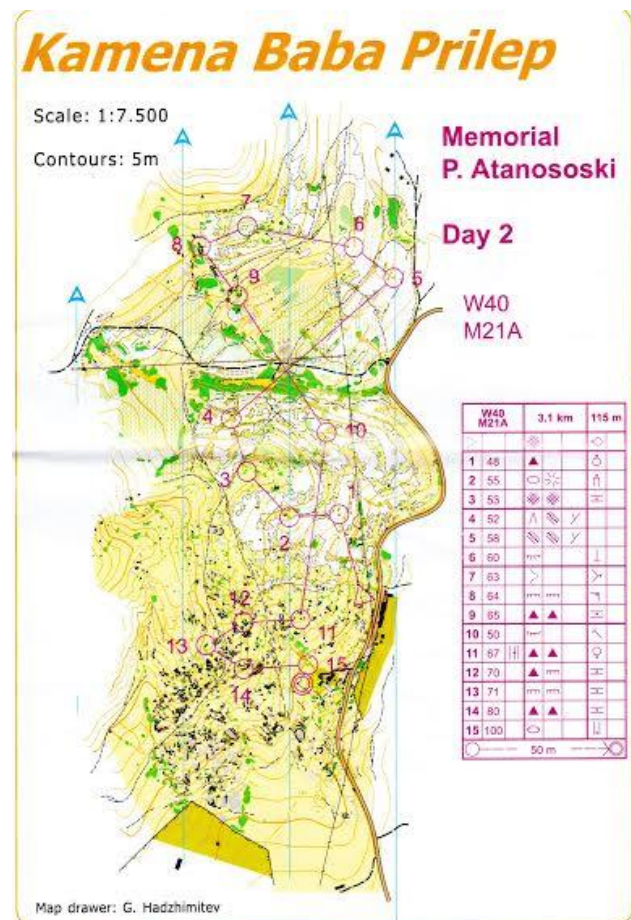
Op zaterdag eindelijk 'echte' oriëntatie met een middle distance op de terreinen van "Kamena Baba". Het cc was ondergebracht in een restaurantje met terras aan een stuwmeertje maar spijtig genoeg regende het... en de

brilddragers begonnen al zenuwachtig te worden... De omloop ging eerst door een bos met veel vegetatiegrenzen en nadien door een heel gedetailleerd rotsgebied. Prachtige oriëntatieterreinen dus en de zon was er net voor onze start toch doorgekomen! Dirk geraakte omzeggens foutloos door de rotsen, de rest iets minder foutloos... Bij de HE; Dirk nu op 1 en Wiet op 2. Bij de H50 Luc op 1, Karl op 2, Paul déclassé omdat hij één post in een rotsspleet van 30 cm breed tussen reuzenrotsen niet had gevonden. Betty (D40) 2° na een onklopbare Zwitserse. Iedereen content en na de plaatselijke specialiteit Makedonka met een wel heel volle buik terug.

's Avonds bood vader Chkripeska de Zwitserse en Vlaamse deelnemers een receptie aan met drank en toespis en we toastten er geregeld op onze nieuwste internationale relaties... Tien oktober was een Macedonische nationale feestdag en we genoten wat later, naast het standbeeld van nog maar eens 'Tose Proeksi'..., van een groots vuurwerk voorafgegaan door een nagespeeld vuurgevecht, zoals in 1941 naar het schijnt. De bilaterale contacten werden nadien aangescherpt in de plaatselijke pub, compleet met buitenwippende buitenwippers en herhaald politiebezoek. Wijzelf werden gelukkig met rust gelaten in ons café-hoekje maar die nacht werd nog de meest beregende nacht die ik ooit heb meegemaakt. Zelfs de taxi's lieten ons in de zondvloed staan ondanks alle verwoede smeekbeden van coach Dirk...

Zondagvoormiddag een jachtstart op dezelfde "Kamena Baba-terreinen". En een jachtstart is en blijft altijd nerveus... en Dirk had maar vijf minuten voorsprong op Wiet... en ik maar zes minuten op Karl... en Wiet knabbelde aan zijn achterstand maar kwam een dikke minuut te laat. En ik liet me door een roepende en zeurende Macedonische schone met krek dezelfde omloop en krek dezelfde jachtstarttijd intimideren en wilde haar eraf lopen... maar dat werkt zo nooit bij oriëntatie... en ik liep er dus natuurlijk redelijk ver naast... Tot plots Karl himself ineens opdook vanachter een rots aan de juiste post... Spannende koers dus maar een late foute wegkeuze van Karl beslechtte alles in mijn

voordeel.



Alle Belgen op het podium uiteindelijk behalve de gedeclassée Paul. Het was trouwens de eerste keer dat we meemaakten dat bij de prijsuitreiking een groepsfoto van alle deelnemers kon worden gemaakt. Deelnemers die bovendien veelal in Belgische clubkleuren getooid waren want een inzamelactie van Michael had duidelijk heel veel Trol-, maar ook andere Belgische en Hollandse respons gehad. Het was plezant en mooi om te bekijken.

De "Memorial Pecce Atanososoki" was een beperkte organisatie met mooie omlopen en met slechts een tachtigtal deelnemers maar toch zes aanwezige nationaliteiten. Vooral knap was de heel jonge leeftijd van de organisatoren die er daar toch in slagen om met hun 'Oriëntering Club Zlatarov' de plaatselijke jeugd vrij talrijk onze mooie sport aan te leren. De Bulgaarse kaarttekenaar van "Kamena Baba" werd wel door de nationale federatie betaald maar had aan baanlegger Michael pas vier dagen op voorhand

de kaartfile willen of kunnen doorsturen.

Macedonië is een aangenaam en mooi land om er als Belg te oriënteren en rond te rijden. We hadden ieder voor 85 eurokes aan Macedonische denars afgehaald en hebben er vijf dagen rijkelijk mee gegeten en gedronken... uiteindelijk moesten we de laatste avond in een beter restaurant nog de organisatoren en enkele helpers trakteren om van onze laatste denars af te geraken. Samen ook met ons beter hotel

‘Kristal Palace’ dat de organisatoren aan jeugdherbergprijzen hadden geregeld en vluchten die normaal gezien maar 25 euro kosten vanaf Eindhoven (maar waarvoor wij veel te laat waren...) is een vakantie + O-weekend voor Vlaamse atleten een aanrader. De temperatuur is er trouwens in oktober ook nog wat hoger dan bij ons. De Balkanmuziek van ‘Tose Proeski’ is er wel alomtegenwoordig...

– Luc Melis

Spoorwegkampioenschap

17 oktober 2015 – Mol (Zilvermeer)

De belangrijkste wedstrijden van het jaar voor de spoorweglopers zijn weer achter de rug. Eind augustus hebben we deelgenomen aan het Europees Spoorwegkampioenschap in Usti Nad Labem (Tsjechië), half oktober lopen we traditioneel ons Belgisch Kampioenschap, deze keer op de kaart van het Zilvermeer. Het beloofde een ideale kampioenschapskaart te zijn voor ons: een snelle kaart met voldoende uitdagingen voor de geoefende lopers, maar ook een kaart met veel duidelijke herkenningspunten voor de collega's die voor de eerste keer aan een oriëntatiewedstrijd deelnemen. Na de wedstrijd hoorde ik enkel positieve reacties van de beginnelingen, volgend jaar in Ham zien we ze zeker weer. Wie weet kunnen we weer enkele collega's overtuigen lid te worden van een club, zodat wij ook ons steentje kunnen bijdragen aan de oriëntatiesport.

Al vele jaren scoren de Hamokkers zeer goed op het kampioenschap en dat is dit jaar niet anders. Bij de dames kleurde zelfs het hele podium zwart-rood. Ellen Mols maakte weinig foutjes en won comfortabel de wedstrijd met een mooie kilometertijd (8'05''), gevolgd door Jen Vanreusel (10'08'') en Steffi Vanbriel (11'14'').

Bij de heren werd het heel spannend: maar

Hammers op het goede spoor!

liefst 5 lopers eindigden binnen een tijdspanne van een dikke 2 minuten. Johan De Coninck (KOL) werd de gelukkige winnaar. Johan is de 50 reeds gepasseerd, maar met zijn overwinning bewijst hij dat hij nog steeds als een sneltrein door de bossen kan lopen. Wannes Van Ham, die gebrand was op de zege, strandde op slechts 44 sec. van de winnaar. Hij liep een bijna foutloze wedstrijd, werd de beste Hamok-loper, maar kwam een beetje snelheid te kort voor de eerste plaats. De derde plaats was voor Wim Geerts, die over het parcours 1'14'' langer deed dan Johan. Wim liep een zeer sterke wedstrijd. Tot halweg wedstrijd liep hij aan de leiding, maar maakte een fout van anderhalve minuut aan het doolhof in de kinderspeeltuin. Deze fout koste hem ongetwijfeld de overwinning. Ook enkele andere clubleden behaalden mooie resultaten: Marc Mertens strandde op slechts 20 seconden van een podiumplaats en Thijs Van Ham, de winnaar van vorig jaar, eindigde op een zesde plaats op 3'45 van de winnaar.

2016 belooft alvast een mooi jaar te worden voor de NMBS-oriëntatielopers, met de organisatie van het vierlandentornooi in Genk en het NMBS-kampioenschap op de kaart van Gerhees in Ham.

– Dieter Sels