

hamok

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

Voorwoord



Gezien het verlengd weekend komt de knijptang een weekje later.

Onze redacteur heeft ons dan met het mes op de keel slechts enkele uren gegeven om onze stukken klaar te hebben.

Het aflossingskampioenschap heb ik vorige maand besproken, dus volgt nu het VK lang in Masy.

Was dat een hondenweer daar. De organisatie had er alles aan gedaan om het toch iets proper te houden, doch de weergoden, hadden ze niet mee.

De podiumceremonie werd uitgesteld naar de volgende wedstrijd, doch deze clubleden worden gehonoreerd met de VK-titel: Ellen M. D35, Marijs VDW D50, Daniëlle D70 en Tuur H80.

Proficiat.

Gezien het schitterende terrein, werd door velen deze wedstrijd nog aangegrepen als oefening voor de 25-Manna.

Volgende uitdaging voor diegene die niet moeten werken of die een vrije dag willen opofferen: de militaire wedstrijd Rik Thijs. Een wedstrijd waar HAMOK altijd goed scoort bij de burgers en dat was dit jaar niet anders. Dit jaar had ik één vrouwen en 4 herenteams ingeschreven.

Welke resultaten: snelste tijd voor de dames en de heren onder de 40 en snelste dame boven de 40. Niet te verwonderen dat we de beste aflossings-damesploeg hadden en pech voor de heren. MP bij de eerste loper en dan mogen die 2 die daarna lopen het nog zo goed doen,

uiteindelijk staat ge beneden in het klassement. Brute pech voor hen, anders hadden zij ook de honneurs als eersten mogen ontvangen. Proficiat aan alle deelnemers en zeker voor de winnaars.

Ik mag me op de borst kloppen, deel uitmaken van de eerste HAMOK-herenploeg in den uitslag. Met 6 min verslagen door de HAMOK-damesploeg. Zij waren deze keer sterker.

Volgende afspraak en dit voor een korte sprint in Stavelot. Een ver tochtje voor enkele km te lopen doch het deelnemersaantal was niet gering. Blijkbaar veel gegadigden voor het eremetaal.

Doch deze mochten de schoonste medaille rond hunne nek hangen. Greet voor de D35, Roza bij de D75 en Dirk D. bij de heren H55.

Voor de rest veel podiumplaatsen en een verslag hier verderop in het clubblad.

Dan werd het tijd om de valiezen te nemen en ons klaar te maken om richting Stockholm te gaan. Afgelopen maand heeft het organisatiecomité met Toon, Dries en Stefaan, heel wat overleg gehad als voorbereiding voor dit weekend. Want het is nogal wat, 45 atleten in huisje te slapen leggen en voor eten zorgen, waar eigenlijk de gegeven ruimte iets te beperkt was. Doch niemand zeurde en het is goed verlopen. Zelf heb ik hier en daar wat bijgestuurd, dit was weer ronduit SUPER.

Vraag het aan eenieder die is meegegaan, wat is 25 Manna? Iedereen heeft dit op zijn/haar manier beleefd. Onze verblijfplaats in de buurt van Uppsala. Kennismaking met Ken Peeters van de plaatselijke club. Moeilijke kaarten afwisselend met iets minder moeilijke. Trainingen meegedaan of gegeven. Iedereen op een bepaald niveau brengen zodat de

aflossingswedstrijd tot een goed einde zou kunnen gebracht worden.

Het weer zat ons uiteindelijk goed mee, geen enkele druppel water gehad en de zon was goed van de partij.

Verder in het clubblad vindt ge een verslag van dit lang weekend.

Ik wil iedereen bedanken voor het welslagen van dit weekend, in welke mate ook hoe men heeft bijgedragen. Zeker ook de niet Hamokkers, chapeau dat ge onze ploegen versterkt hebt om aan het juiste aantal te geraken.

Dit weekend is achter de rug, doch binnen enkele weken trekken er velen opnieuw op uit, en dit naar de Veluwe. Daar heeft ieder voor zijn eigen slaappleats gezorgd, en daar spreken we af op de wedstrijd. Een jaarlijkse traditie ondertussen en we zien ook ieder jaar meer Hamokkers die richting uitgaan. Dit wordt ook gesmaakt.

Blijkbaar zijn er toch ook nog 18 Hamokkers thuis gebleven als wij op de 25 Manna waren, want die hebben deel genomen aan de nationale Lang in Helchterenbos. Dus diegene die aanwezig was zou hier een verslag van kunnen geven en we kijken uit naar zijn relaas.

Wat voor de maand oktober. Na een lange rustperiode komen we terug aan het organiseren van een HAMOK wedstrijd. Klaas is van de partij om het BK Interclub te organiseren en de omlopen uit te tekenen.

Handen zijn er altijd tekort, dus graag een seintje naar Luc.

Tot de volgende cross,

Uwe voorzitter.

Inschrijvingen

Alle inschrijvingen bij Daniëlle!

VK Middel Gruitrode

Voor de fijnproevers van zandduinoriëntatie staat er op 4 november het Vlaams kampioenschap in de middenafstand op het programma. Dat gebeurt op Gruitrode, al vaker het toneel van grootse evenementen.

Inschrijven voor 24 oktober bij Daniëlle!

Avondaflossing Holven

Op vrijdag 9 november is Marc Hermans aan zet om in Holven het nachtseizoen te laten starten. Dat gebeurt traditioneel met een aflossingswedstrijd van slechts 3 personen. Niet zo moeilijk dus om een ploeg samen te stellen. Holven is dan ook nog een toegankelijke kaart, dus niets beters om eens van nachtorientatie te proeven.

Laat voor 30 oktober iets weten aan Daniëlle als je wil meelopen!

VK Lang

Nat!

23 september 2018 – Meeuwen

Goud
Ellen Mols
Marijs Vandeweyer
Daniëlle Nolens
Tuur Cloostermans
Jos Duchesne
Zilver
Maya Renard
Greet Oeyen
Nancy Wenderickx
Kobe Deferm
Thomas van der Kleij
Luc Melis
Wim Hoekx
Georges Deferm
Jean Ooms
Pierre Theunkens
Brons
Greta Mols
Wannes Van Ham
Ronny Timmers
Marc Claes
André Aerts

Het regende medailles op het VK Lang in Masy, 5 gouden, 10 zilveren en dan nog 5 bronzen. Dan kan een spatje regen geen kwaad.

Op een kaart die relatief goed in orde was, op een detail hier en daar na, was het plezant lopen. Niet al te moeilijk gedurende het langste deel van de wedstrijd, maar af en toe was wel wat oplettendheid nodig om de juiste put te vinden.



Heidelusje op Masy

Het bleken vooral onze dames te zijn die daar het beste in waren. Ellen, Marijs en Daniëlle wisten te winnen.

Tuur en Jos deden hetzelfde, maar wij veronderstellen dat ze elke put in België al minstens 20 keer hebben gevonden, als ze die al niet zelf gegraven hebben.

Verder vinden we heel wat podiumhabitués terug bovenaan de uitslagenlijst. Toch waren er enkele verrassingen. Zo kon Maya Renard, kleindochter van de Knijper, er in slagen om die laatste ongerust terug de heide in te jagen, maar toch op een mooie tweede plaats te eindigen.

Paniek was du niet nodig. Uw dienaar heeft daar als klein manneke ook eens erg lang in de regen door de moerassen gedwaald en dat smaakte eerder naar meer dan naar afhaken.

We zien ook dat Wannes Van Ham naar een derde plaats liep bij de H35. Op het spoorwegkampioenschap kaapte die al medailles weg, maar op een Vlaams kampioenschap bij ons weten nog niet!

Triplette Liégoise

Sprintdrieluik!

23 september 2018 – Luik

Het zal een bekend beeld zijn voor de meesten: vlak voordat je in Luik bij het moderne station Guillemins de tunnel induikt op weg naar één van de Ardennencrossen, zie je rechtsboven op de heuvel het Mémorial Interallié staan. Het bestaat uit een toren en koepelkerk in art-deco-stijl uit het Interbellum en is het herdenkingsmonument voor de geallieerden in Luik, omdat de stad Luik serieus weerstand had kunnen bieden aan de Duitse invasiemacht in WO I. Daarachter op de heuvel strekt zich het stadsdeel Cointe uit en die wijk is dit jaar het decor van de Triplette Liégoise, de jaarlijks terugkerende driedubbele sprintwedstrijd van CO Liège, steeds op een andere locatie in of om de stad. Vandaag valt de wedstrijd samen met het VK Lang op de Masy, maar ik heb goede herinneringen aan de editie van twee jaar geleden en minder aan de Masy, waar ik in 2013 eens radeloos moest opgeven. Dus zit ik vandaag in de La Cité Ardente, de Vurige Stede. Echt oververhit zal het vandaag overigens niet worden, want het is koel en het miezert. ‘Dat zal nog wel anders zijn op de Masy, daar is het vast wolvenweer’, denk ik, en dat wordt later bevestigd. Nog meer Triplette-fans in de club, want in het CC bij het sportcentrum bovenop de heuvel kom ik Sigi en Anneleen tegen en met z’n drieën zullen we de eer van HAMOK hoog houden in dit (ja, daar komt-ie dan) ‘drieluik’.

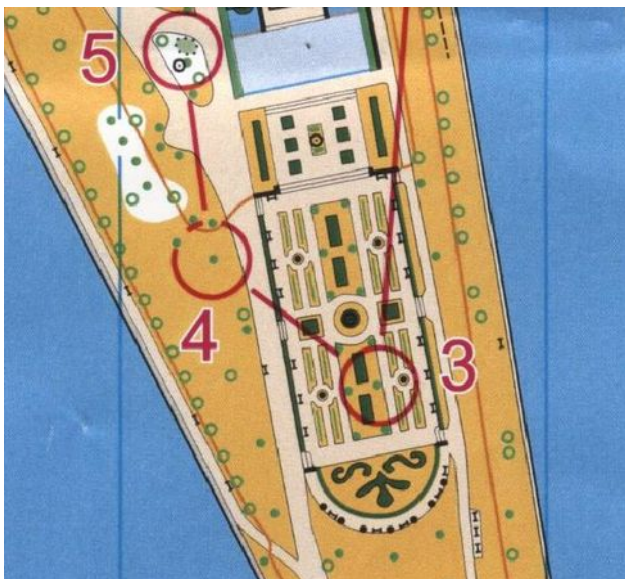
Even terug naar de editie van 2016. Toen ging er in alle drie de sprints iets mis op oriëntatievlak, geheel mijn fout, dus ik heb nog wat goed te maken hier, om te beginnen bij de eerste sprint, die vlak bij het CC van start gaat. Het begint met wat bewegingen in een woonwijk, daarna een stukje park en sportcentrum, maar de Grande Finale lonkt al: de laatste posten staan bij het Mémorial Interallié, op de trappen en terrassen rond toren en kerk. Daar krioelt het inmiddels van de oriënteurs en de balisen, dus even goed bij de les blijven. Dus pas bij de finish zie ik dat Heilige Hart-kerk betere tijden gekend heeft en sinds 2010 ook al geen kerk meer is. ‘Dat komt door de Luikse socialisten’, zegt iemand tegen me, zonder verder waardeoordeel, want de PS kandidaten kijken vanaf verkiezingsposters mee.



Sprint 1

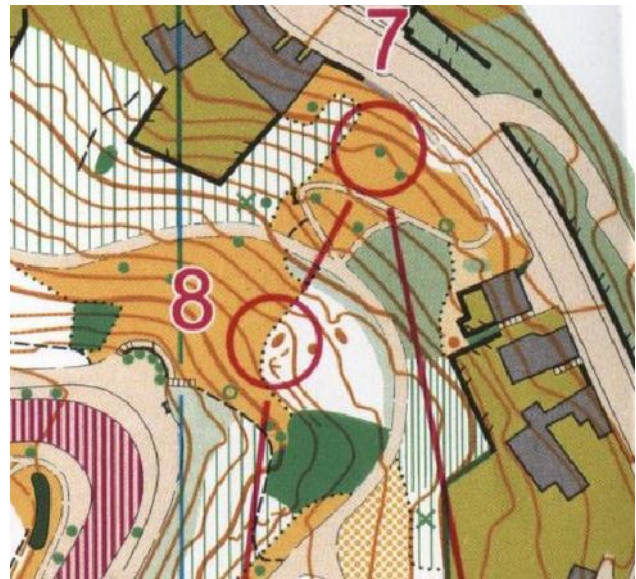
De start van etappe twee ligt 1600 meter verderop, beneden, dus eerst bergje af. We krijgen een verbindingskaartje mee en daarop is te zien dat de kortste weg over de perrons van het treinstation Guillemins loopt.

Indrukwekkend. Aan de oevers van de Maas is de startbalise vinden. Die leidt meteen naar de voetgangershangbrug ‘Passerelle La Belle Liégeoise’, want het allemaal te doen op de zuidelijk punt van het eiland Outremeuse, waar zich het Parc de la Boverie bevindt. Van Luc Cloostermans mag je daar dwars door de perken van de Versailles-achtige tuinen van het Paleis voor Schone Kunsten (geen dikke zwarte lijnen), maar hij heeft er ook voor gezorgd dat dat vrij zinloos is. De rest van het sprinttraject kent een doorgang door een gebouw en onderdoor een brug en verborgen hoekjes, tot aan een verdiept opgestelde balise onder een rotonde.



Sprint 2

Voor sprint drie moet de verplaatsing naar het CC gemaakt worden. Dus wéér dwars door Guillemins en dan nu bergje op. Gelukkig heeft niemand het in zijn hoofd gehaald op dit stuk onderdeel uit de laten maken van de omloop, want wandelend is het al een vermoeiende bezigheid. Eénmaal boven wordt de SI uitgelezen voor de eerste twee etappes en staat alles voor mij nog op OK.



Sprint 3

Dat blijft ook zo na afloop van de derde etappe. Deze verloopt geheel op de flanken van het park achter het sportcentrum. Het voor mij slechts 2.0 km, maar Luc Cloostermans is er wel in geslaagd nog 65 hoogtemeters in te bouwen. Het strafste stukje, van post 7 naar 8 telt hemelsbreed nog geen 60 meter, maar gaat bijna 20 meter de hoogte in. ‘Had ik nou maar tussen de bedrijven door van schoenen gewisseld’, denk ik, al terugglijdend over het natte gras. De signalisatie van de laatste post naar de meet wordt gedaan met rooksignalen, die vanaf het terras van het CC uit de BBQ opstijgen, dus iets van die grill én een ‘La Merveilleuse de Chèvremont’ wordt de beloning van een ochtendje sprinten-wandelen-sprinten-wandelen-sprinten in de Luikse wijk Cointe. À la prochaine!

Uitslag Hamokkers:

Omlopen 1	Sigi	7. (22)
	winnaar Clément Demeuse	
Omlopen 2	Anneleen	24. (30)
	winnaar Nicolas Sillien	
Omlopen 3	Peter	12. (44)
	winnaar Robert Theiss	

– Peter Hoogstrate

BK Sprint

Schoolreis

30 september 2018 – Stavelot

Goud
Greet Oeyen Dirk Deijgers
Zilver
Daniëlle Nolens Siegfried Bakelants Wim Hoekx Jean Ooms
Brons
André Aerts Vic Vanderstraeten

Stavelot klinkt als een schoolreis: de Amblève en de waterval van Coö, het circuit van Francorchamps - dat in de préhistorie van het autoracen in Stavelot een scherp bocht nam – en natuurlijk de abdij die meestal in één adem met die van Malmedy werd vernoemd. Een duik in het verleden toen ‘Dardennen’ nog het verre buitenland leken en de meester ons stuwdammen als didactisch voedsel binnenlepelde. Geschiedenis van rijke abdijen en nog rijkere abten die dat dan ook graag lieten blijken al was het ook goed leven onder de kromstaf.

Blijkbaar werden velen geïnspireerd door dat soort nostalgische overwegingen want 364 deelnemers voor een stadsprint – ook al is het een BK – is erg respectabel. Hermathenae deed dan ook zijn uiterste best voor een goed onthaal op een voortreffelijke locatie. Die dag was Stavelot verkeersvrij en dus van de oriëntatieloper en de argeloze toerist. Baanleggers Michaël Brouwier en Jean-Manuel Verpoorten jongleerden met het pittoreske historische centrum en wisten zelfs de ruïnes van de abdijkerk in de diverse omlopen te integreren. Respect!

27 hamokkers bikkelden om een titel en eeuwige sprintroem mee naar huis te slepen.

Greet Oeyen verzaakte aan de elitecategorie en dan weten de dames tussen 35 en 40 hoe laat het is. De concurrentie van Roza Goos weet dat al lang en blijft thuis. Zo ver heeft Daniëlle Nolens (zilver) het nog niet gebracht al is het best mogelijk dat onze Phil Monique Deffense ooit in de war brengt.

Dirk Deijgers wist de valstrikjes van de baanleggers handiger te ontwijken dan Christian Stoffels en wist alzo zijn palmares op te leuken.

Sigi Bakelants, onze enthousiaste sprintfanaat zakte na een indrukwekkend sprintjaar niet zonder ambitie af naar de abdijstad, maar kwam daar ene Michel Bastin tegen die precies die dag andehalve minuut beter was. Toch mooi zilver, net als Wim Hoekx die vooraleer hij met zilver werd omhangen eerst Nederlander Adri van het podium moest keren. Het blijft een moeilijke klus: Belgische kampioenschappen, ceremoniemeesters en buitenlanders! In één beweging werd dan ook voorzitter André mee het podium opgesleurd. Ook zeventiger Vic Vanderstraeten deelde in de feestvreugde terwijl Mike in ‘t Groen ... eh ... groen keek.



Dat Bart Mellebeek weer eens als 4de eindigde is dan weer kostelijk voer voor de statistieken.

– knijper

25manna

Met 45 aan de start!

3-7 oktober 2018 – Uppsala/Stockholm (Zweden)

2016, Stockholm: “25 lopers van de juiste leeftijden, koester dit moment, dat krijgen we nooit meer voor elkaar”. 2018, Stockholm: 45 hamokkers aan de start!

Deze editie had alles wat de vorige editie had – prachtige trainingen, goed groepsgevoel of geklasseerde ploegen – en zelfs meer, want de sauna werkte dit keer wel nog na aankomst van de 25manna!

Het beste programma is op maat geschreven van zij die verlof kunnen nemen: op woensdag aankomen in het clubhuis van IF Thor in Uppsala, donderdag makkelijk trainen, vrijdag moeilijk trainen, zaterdag grote dag en zondag afkicken. Uiteraard was het mogelijk om op elk moment in te haken en daar werd dan ook gretig gebruik van gemaakt.

Voor de eerste vogels begon het niet met een training, maar met een wandeling op donderdagochtend. Met z'n allen een weg naar het dichtstbijzijnde meer proberen te zoeken, op de eerste de beste stijger kruipen, groepsfoto, een kwaad kijkende Zweed zien afgewandeld komen, die uiteindelijk enkel kwam zeggen dat het hout aan het uiteinde wel erg rot was en zo de ploeg van een vroegtijdige ondergang redde.

Op de eerste oriëntatietraining was het wachten tot donderdagmiddag. Ken Peeters woont in Uppsala, maar zat 's voormiddags nog op het vliegtuig vanuit – jawel – België. Eénmaal aangekomen werden door hem printers in gang gezet, plasticjes bijeen gezocht, druppelsgewijs binnenstromende hamokkers de weg naar de start getoond en uiteindelijk mocht hij ook zelf naar de start gaan, zodat alle clubgenoten aan hun tweede training mochten beginnen. Die trainingen, of ze nu een eerste kennismaking met het Zweedse bos en manier van tekenen waren, of een opfrissing, werden erg gesmaakt. Het potje zelfvertrouwen liep bijna over.

Uw dienaar kreeg nadien nog een derde trainingskaart in zijn handen geduwd, oro-hydro op een naburige kaart, met Ken als schaduw. Trainingen daar voorzien vaak in een mogelijkheid om af te snijden. Wij kozen voor de 3km variant. Thomas van der Kleij kwam pas 's avonds aan en besloot die training in zijn volle 6km dan maar met de nachtlamp te gaan lopen. 2u30 later begon iedereen zo stilletjes ongerust te worden. Er werd overdacht hoe een Zweeds bos uit te kammen met de twee lampen die ter beschikking waren – onmogelijk – of hoe lang de lamp van Thomas wel mee zou gaan. 10 minuten later bleek het een grote reclamestunt te zijn voor de lampen die Thomas verkoopt als voorbereiding op het nachtseizoen: had rond zitten dolen omdat hij van 11 naar 12 aan het lezen was in plaats van van 9 naar 10. Brede glimlach en direct de meeste trainingsminuten van het verzamelde volkje.

Vrijdag begon het pas echt. Na spek met eieren van Fik werd er gelopen op de voorlaatste kaart op Toon zijn lijstje met kaarten waarop hij ooit gelopen wil hebben: Lunsen. 2 wegen op een A3, heuvels niet hoger dan een enkele hoogtelijn van 2.5m en tussen elke heuvel moeras. Voor de helft was er een 'normaal' parcours voorzien, de andere helft kreeg een kaart met een corridor onder de neus geschoven. 11u. Om 12u30 terug aan de auto.



Corridor: zo moet het niet

Toen wij de eerste keer op onze horloge keken, na het 4 posten schaduwen van Jorn en een eerste lusje van de corridor, was het al 12u30.

En dan was achter in het bos. Dan maar een paar stukjes over laten voor een volgende keer. Gelukkig bleek de meerderheid in een soortgelijke situatie te zitten. Die volgende keer kwam al snel, want diezelfde namiddag al kon er revanche op de kaart genomen worden. Diegenen die meer vertrouwen wilden tanken, gingen terug naar de kaart van gisteren.



Corridor: zo moet het wel

's Avonds bleek dat het vinden van voedsel geen sinecure is. Als een volleerde jager-verzamelaar had de voorzitter in eigen persoon het hele stel van 's morgens aan van brood voorzien. Nu was het aan Dries en Toon om pizza voor de hele groep te voorzien. Warm. Pizzeria 1 verstond geen Engels en hing op. Pizzeria 2 leverde niet. Pizzeria 3 accepteerde graag de bestelling voor 10 grote pizza's. Nog 3 andere eetgelegenheden werden bereid gevonden om er elk 10 te maken en die kregen allemaal een huurauto op bezoek met een hongerige, zwart-rode bestuurder. De pizza werd dus rijkelijk aangesneden en goed bevonden door bijna iedereen. Lucien eet namelijk geen pizza en had dus kebab besteld. Nu bleek er bij de eerste auto die terugkwam geen kebab te zitten, bij de tweede ook niet, en Lucien had wel flink honger. Een kebappizza en wat sneetjes Polarbrod brachten redding, tot dan toch een extra zak aankwam... Op dat ogenblik werden al verschillende pizzabestelscooters in de omgeving gezien, maar geen enkele draaide af aan ons clubhuis op Lurbovägen 6. Toon belde nog eens: die bezorger dacht dat 10 grote pizza's wel een grap moest zijn en beloofde dan maar om een uurtje later te leveren. Eten genoeg voor morgen dus.

Voor het morgen was, werden in de decathlon gekochte matjes opgeblazen, werd er in elke hoek een clubgenoot neergelegd en werd er een poging ondernomen om te slapen. Gezien de ontbossing van de vorige nacht, werd het die nacht al bij al een groot succes.

Zaterdag was de grote dag. Opstaan om 6u. Eten. Dan de auto in naar Stockholm, een klein uurtje rijden.

De start was voor een dame. Daarna volgt een heer. Tot zover het rechttoe-rechtaangedeelte van de 25man. Daarna vertrekken er 4 lopers tegelijkertijd. De eerst die daarvan aankomt geeft door aan de volgende loper die klaar staat, en dit 5 keer. Als al die 20 lopers aan de meet staan, vertrekt er nog iemand op een korte omloop, dan nog een dame en uiteindelijk nog een heer om het helemaal af te maken. Als al die lopers alle posten vinden, is het een succes.

Zo stonden Nancy en Amber aan de start. Liepen een dijk van een wedstrijd en stuurden met hun laatste krachten de kaart aangevend Thomas en import-hamokker Sam Deferm. Dan ging het verder met de ene prestatie na de andere. Uw dienaar en de voorzitter probeerden elk met pen en papier het overzicht van één van de twee ploegen te behouden. Waar dat eerst nog op wat schamper gelach werd onthaald, bleek dat de redding te zijn toen de techniek het liet afweten en er geen live-tussenresultaten meer beschikbaar waren. Dries van der Kleij als coördinerende hand in de tent werd dan per SMS ingefluisterd wanneer de volgende shift zich moest beginnen klaarmaken. Een vijftal moedigen liep zelfs twee keer, met schuilnamen zoals u verder op kan lezen.



Niet alles liep van een leien dakje. Het is namelijk moeilijk om een perfecte inschatting te maken van 45 zichzelf overtreffende hamokkers. Zo stond Fin Mylle al aan de wisselzone te zwaaien toen iedereen nog de snitsel in 't oog aan het houden was en Ronny sneller dan ooit tevoren zijn rode hamokfleece uit moest doen om aan zijn 50 minuten in het Zweedse bos te beginnen.



Vorige keer mocht uw dienaar als laatste loper in de massastart starten, wat wil zeggen dat loopster 24 (toen Sofie) niet aankwam voor 15u45. Dit keer was al snel duidelijk dat het daar weer erg spannend voor zou zijn. Greet kwam uiteindelijk 5 minuten na het sluiten van

de wisselzone aan. De 23 lopers voor haar konden bijna allemaal wel zeggen waar ze die 5 minuten hadden kunnen winnen.

Op die manier moesten zowel Dries van der Kleij als uw dienaar in de massastart starten. Dat was een massastart zonder forking en zoals dat gaat bij zulke aflossingen is het moeilijk om plaatsen te winnen in het bos en werd er dan maar besloten om samen over de meet te komen.

Iedereen geklasseerd, iedereen tevreden, enkel lachende gezichten.

De middenafstand op zondag in hetzelfde terrein was niet meer dan een formaliteit, hoewel voor sommigen een zeker lang genoeg durende. Zweedse balletjes in de IKEA horen er dan ook bij.

De terugvlucht laten we Dirk Deijgers graag samenvatten: "hij vliegt niet goed, maar hij landt wel heel slecht".

Kaarten vind je op <https://doma.hamok.be/>. Wil je daar zelf een account op, geef een seintje!

Foto's:

<https://photos.app.goo.gl/LaBnRGx5BMyBh8Ju5>

Pos	Naam	W	A	B	C	D	E
1.	Nancy	1'40"	366				
2.	SAM	56					
3.1	DOMINIQUE	54'					
3.2	PETER	50'		B			
3.3	PASCAL	60'			D		
3.4	JAN	78		A			
4.1	JEANNE	40		A 45			
4.2	FEE	46'		B 95			
4.3	PHIL	40		C 75			
4.4	FIK	20'30"		D 90			
5.1	CARL	1'01'01"		A 138			
5.2	STEFAN	54'03"		C 113			
5.3	TOON	42'02"		B 115			
5.4	JAN	45		B 132			
6.1	DANIELLE	1'45'		A 144			
6.2	KARIN	1'30		B 127			
6.3	BARBARA	70'		D 141			
6.4	IZZY	40'		C 138			
7.1	KOETT	1'36"		C 73			
7.2	LUC	25'		D 29			
7.3	SAM	40		B 28			
7.4	THOMAS	25'		A 26			
8.1	ANDRE	45					
8.2	ELISABETH	67'					
8.3	DRIES	40'58					

Pos	Naam	W	A	B	C	D	E
1.	AMBER	66'					
2.	THOMAS	40'					
3.1	JUR	46'		B			
3.2	LUCIEN	7'10"		C			
3.3	MARC	35'58"		C			
3.4	DIRK	35'16"		A			
4.1	FIN	11'		B 13			
4.2	MAYA	36'33"		B 12			
4.3	JOS	36'36"		C 26			
4.4	JORN	10'44"		D 14			
5.1	RONNY	50'		B 131			
5.2	VEER	43'		C 113			
5.3	SIGI	55'		A 151			
5.4	KLAAS	50'40"		D 150			
6.1	ARY	64'20"		B 136			
6.2	JIL	58'40"		A 132			
6.3	JOLIEN	1'		D 13			
6.4	ELLEN	55'		C 141			
7.1	WIM	55'24"		B 150			
7.2	FILIP	55'		A 150			
7.3	KLAAS	42'23"		C 143			
7.4	BART	44'42"		D 143			
8.1	DIRK	32'					
8.2	GREET	53'					
8.3	JEROEN	37'57"					

186 hamok 2 – 446:57 (+135:56)

1. Amber Thys	45:20	166	45:20
2. Thomas van der Kleij	49:33	171	94:53
3. Dirk Deijgers	37:40	671	132:33
3. Marc Hermans	50:48	1192	145:41
3. Lucien Bosmans	51:13	1205	146:06
3. Jur Ringers	54:08	1269	149:01
4. Fin Mylle	28:12	1252	160:45
4. Jorn Kennis	20:59	658	170:00
4. Maya Renard	25:35	1118	171:16
4. Jos Thys	25:48	1135	171:54
5. Ronny Timmers	50:40	866	211:25
5. Klaas Mellebeek	49:47	812	221:41
5. Victor Mellebeek	55:21	1081	225:21
5. Siegfried Bakelants	54:28	1038	225:44
6. Ellen Mols	42:51	747	268:35
6. Jil Mylle	53:41	1148	275:22
6. An Verberne	65:42	1336	277:07
6. Jolien Vandebroek	53:51	1156	279:12
7. Klaas Mellebeek	40:39	463	39:51
7. Bart Mellebeek	53:00	1004	330:07
7. Wim Geerts	63:46	1270	332:21
7. Filip Kennis	59:58	1196	335:20
23. Dirk Deijgers	32:33	150	367:53
24. Greet Oeyen	42:36	119	410:29
25. Jeroen Hoekx	36:28	220	457:37

271 hamok 1 – 509:27 (+198:26)

1. Nancy Wenderickx	48:59	254	48:59
2. Sam Deferm	56:52	275	105:51
3. Jan Oeyen	30:07	228	135:58
3. Pascal Mylle	50:22	1178	156:13
3. Peter Hoogstrate	53:58	1263	159:49
3. Dominique Schutjes	59:32	1334	165:23
4. Jeanne Renard	37:30	1410	173:28
4. Fee Mylle	27:22	1220	183:35
4. Vic Vanderstraeten	21:42	747	187:05
4. Phil Mellebeek	42:19	1429	202:08
5. Carl Bootland	64:02	1302	237:30
5. Stefaan Schutjes	54:21	1033	237:56
5. Toon Melis	54:30	1040	241:35
5. Jan Oeyen	42:38	442	244:46
6. Isabel Bryant	35:45	346	280:31
6. Barbara Bryant	58:43	1242	300:18
6. Daniëlle Nolens	69:31	1369	307:01
6. Karin Declercq	92:24	1435	330:20
7. Koen Meynen	45:08	678	325:39
7. Sam Deferm	49:23	846	356:24
7. Thomas van der Kleij	32:55	129	363:15
7. Luc Melis	63:16	1263	363:34
23. André Aerts	51:46	291	415:20
24. Elisabeth Schutjes	57:39	340	478:48
25. Dries van der Kleij	36:28	220	457:37

Nationale Lang

Met 18 naar Helchteren!

7 oktober 2018 – Helchteren

Eerste
Roza Goos Jos Duchesne
Tweede
Eric Vandebroek Luc Hermans Tuur Cloostermans
Derde
Jen Vanreusel Wim Hoekx

Diegene die niet met de HAMOK-bende naar Zweden kon, vond in eigen regio de uitdaging van de nationale in Helchterenbos georganiseerd door KOL. Met zijn 18 waren we er om de zwart-rode kleuren te verdedigen in eigen land.

Samenkomst was dicht bij het Remo-stort aan de zuidkant van de kaart. De start lag op een aanzienlijke afstand richting grote weg Helchteren-Hechtel. Dit betekende dat de omlopen meteen de moeilijkste zone indoken, de gekende duinenzone met zijn vele kleine bosjes en dito heuvelruggen. Dit zorgde meteen voor de nodige animo bij héél wat lopers. Voor mij liep het goed tot post 5, maar bij post 6 en 7 ging ik wat onzeker te werk met telkens zo'n minuut tijdverlies.

Rustig blijven was de boodschap en de resterende posten in de duinen kwamen me toegelopen. Dan een lange doorsteek door de zwaar beloofbare heide. Achteraf toonde de tussentijden dat ik daar vlot de snelste tijd uit mijn sloffen haalde. Maar dat moest ik bekopen met een serieuze fout aan de daaropvolgende 'zeer' gemakkelijke post. Een stronk in een open bos...die je eigenlijk niet kan missen. Niet dus... ik zag inderdaad een stronk blinken maar dat bleek niet de goede te zijn. Even rondpiepen, maar geen post te zien. Dan maar wat verder,

daar lagen nog stronken! Maar helaas nergens een post te vinden. Dan maar even doorlopen tot op een pad en een correcte positie opzoeken. Aja, hier zijn we... en wat zie ik zo'n 200 m. terug in het bos...een post bij een stronk. En jawel dat bleek hem te zijn...maar helaas tweeënehalf minuut aan mijn broek.

De rest van het parcours op karakter doorgelopen. En ja alles ging vrij goed tot de voorlaatste post. Een makkie amper 150 m. verwijderd van mijn vorige post. Even positie bepalen en maar lopen. Ik laat me echter wat afleiden door een véél jongere vrouwelijke medeloopster die meestal mijn omloop moet lopen, maar achteraf bleek... vandaag niet. Hierdoor ben ik te weinig met mijn eigen kaart bezig en loop mijn post in een inzinking voorbij... Aan een open plek valt mijn frank. Oef een kleine 100 m. te ver. Weer zo'n 45 seconden verloren.

Na een sprintje naar de finish is het bang afwachten wat het resultaat zal zijn. Groot is mijn verrassing als op mijn outprint staat: 1 op 6 lopers! Daar verschiet ik van, aangezien een zekere Adrie Van Opstal al binnen is. Dus iedereen heeft blijkbaar een serieuze foutenlast!

Bij de laatste aangekomen lopers duiken er mij toch nog twee lopers voorbij.

Had ik die stronk niet gemist, had ik in de duinenzone niet wat overmoedig geweest, had ik niet gefocust op die jonge vrouw, had ik... Dan had ik gewonnen. Maar de oriëntatiologica besliste er anders over.

Maar ik vermoed dat de 18 Hamokkers met erg veel plezier deze nationale gelopen hebben. De omlopen waren uitdagend, de kaart was OK, het zonnetje was van de partij, en de uitslagen mochten er ook zijn.

– Wim Hoekx

Organisatiehoekje

Wedstrijden in 2018!

21 okt 18	BK Interclub Klaas Mellebeek	Opglabbeek SenTower Park
9 nov 18	Avondaflossing Marc Hermans	Holven Parochiezaal Holven
25 nov 18	Regionale Patrick Bleyen	Kattenbos-Zuid FC Gelderhorsten
8 dec 18	VK Avond Dries van der Kleij	Schrikkelberg Sporthal Steenberg
27 dec 18	Sylvester Jeroen van der Kleij	Heiderbos Schutters St-Sebastiaan

We mogen met Hamok stilaan onze organisatiemotor terug opstarten en op volle toeren laten draaien. Op 21 okt zijn we verantwoordelijk voor de organisatie van het Belgisch Kampioenschap Interclub. Er is al een mail voor medewerkers verspreid maar we kunnen op uitzondering van voorlopers overal nog hulp gebruiken. Geef zo snel mogelijk je naam door.

Begin november is er de avondaflossing waarmee we de nachtraven voor de eerste maal weer met hun lamp op pad sturen. Ook voor deze wedstrijd hebben we heel wat helpende handen nodig. Een aflossingswedstrijd is vooral hectisch aan de start en tijdens de aflossingen, dus daar hebben we voldoende volk nodig. Het voorlopen voor deze avondwedstrijd gebeurt nog met daglicht.

De militaire wedstrijd van 22 nov 18 staat even onder voorbehoud. Omdat men in de Ardennen (omgeving Marche) met varkenspest te kampen heeft, kan Defensie daar geen militair kampioenschap interkorpsen organiseren (zoals gepland was). Er werd nu aan Staf Provincie Limburg gevraagd om de wedstrijd in Zonhoven eventueel te gebruiken voor dit kampioenschap. Men zou dan wel één week moeten opschuiven (29 nov 18) omdat Defensie op 22 nov een grote

militaire parade heeft. Natuurlijk moet er eerst gekeken worden of ANB zijn goedkeuring geeft voor deze nieuwe datum. Bovendien moet er gezocht worden naar een nieuw competitie centrum omdat het gemeenschapscentrum Tentakel op deze dag niet vrij is. Het is in de omgeving niet zo simpel om een "CC" te vinden voor meer dan 300 deelnemers. Indien deze wedstrijd in Zonhoven het Nationaal Kampioenschap Defensie Interkorpsen wordt, zullen hoogst waarschijnlijk burgers ook kunnen lopen maar dan op andere omlopen. We houden jullie op de hoogte.

Eind november staat ook een regionale in Kattenbos op het programma. Tijdens deze wedstrijd zal tevens het NMBS kampioenschap gelopen worden. Meer uitleg hierover in het volgend clubblad.

Tijdens het VK Avond dat uitgesteld is naar zaterdag 8 dec 18 zullen ook de geschrapte omlopen van het BK Avond (voorjaar 2018) opnieuw gelopen worden. Er wordt met VVO en ABSO-BVOS nog gekeken hoe we deze twee kampioenschappen best kunnen laten verlopen in één wedstrijd.

– Luc Bouve

Kalender 2018

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

13 oktober 2018	KOL	Fiets-O Kattevenia
14 oktober 2018	Borasca	Nationale lang De Roeler vanaf de baan Zutendaal naar Gellik
18 oktober 2018	Militair	Amay
20 oktober 2018	Trol	BK Fiets-O Stoppelbergen A12 Antwerpen-Rotterdam, afrit 12
21 oktober 2018	hamok	BK Interclub Opglabbeek-Oost vanaf kruispunt N730 (Opglabbeek-Bree) en Leemkuilstraat
4 november 2018	Omega	VK middel Gruitroderbos Inschrijven voor 21 oktober vanaf de N730
8 november 2018	Militair	Hechtel Vanaf centrum Hechtel
8 november 2018	Trol	Antwerp Oriëntering Series Park Den Brandt Acacialaan 20
9 november 2018	hamok	Avondaflossing Holven Inschrijven voor 28 oktober Kruispunt N715 en Holvenstraat
11 november 2018	KOVZ	Wintercriterium Klompen-OL Vanaf uitrit 29 op de N2 (randweg Eindhoven)
16 november 2018	Omega	Avond Genk-Sportcentrum
18 november 2018	KOL	Wintercriterium Keiheuvel
22 november 2018	Militair	Zonhoven
23 november 2018	Trol	Avond Hoge Mouw-Noord Vanaf de N19, centrum van Kasterlee
25 november 2018	hamok	Wintercriterium Kattenbos-Zuid Vanaf kruising N746 en Gelderhorsten
30 november 2018	KOL	Avond Hoge Rielen
2 december 2018	Omega	Sinterklaascross Kamp van Beverlo
8 december 2018	hamok	VK Nacht Moorsel
13 december 2018	Trol	Antwerp Oriëntering Series Park Spoor Noord
16 december 2018	Trol	Herfstwisselbeker Kamp Grobbendonk
22 december 2018	KOL	Indoor/outdoor Aflossing

DE KNIJPTANG

Oktober 2018

23 december 2018	Trol	Wintercriterium Witte Bergen
26 december 2018	Omega	Sylvester Saenhoeve
27 december 2018	hamok	Sylvester Heiderbos
28 december 2018	Borasca	Sylvester Kelchterhoef-West
29 december 2018	KOL	Sylvester Sonnis
30 december 2018	KOVZ	Sylvester Vlierden