

Naam	VVO	Sportman	Sportvrouw	Beste O-ervaring	Slechste O-ervaring	O-wijsheid	O-wensen
Beyens Erik	1306	Tom Boonen	Kim Clijsters	Keiheuvel 5 daagse	Hengelhoef , blesure achillespees	We lopen nog altijd veel sneller dan we kunnen oriënteren	Een blessurevrij jaar
rik boemeltrein	2828	tristan bloemen	greet oeyen	de spoorweginterland zowel sportief als organisatorisch in orde	ziek op het verkeerde moment van het jaar	met een goeie pot bier is het na elke wedstrijd plezier	iedereen een goede gezondheid en een mooie 3-daagse in augustus
Tom Boonen		Ik zelf: Bekas gewonnen van de moteur van cancellara	Os lore kan mij nog altijd goe volgen in bed! Ik zen nogtans goe getraind	Feestje in den hangar in mol	Controle na da feestje!	Os Lore die die soms nog als is zot. Ma ik ik pis soms neffe de pot.	Da ik eindelijk Milaan-sanremo is mag winnen.
Luc Melis	1456	Zoon Toon die zijn O-dromen weer kon waarmaken in Spanje, Tjechië en gans Scandinavië maar vooral op het kampioenschap Lange Afstand in Stoumont!	Greet Oeyen eindelijk ook elitekampioene op de Lange Afstand!	Kan niet goed kiezen; 1. met de voeten in de Middelandse zee staan en via gsm vernemen van de zoon dat hij eindelijk zijn Belgische titel Long Distance beet heeft. 2. De O-avonturen in Duitsland, Polen, Tjechië, Estland, Frankrijk en Italië 3. het terug kunnen meelopen op de Vijfdaagse na 7 maanden blessureleed.	de perikelen aan de Russisch-Estlandse grens...	Na lang blessureleed begint uiteindelijk toch de zon weer terug te schijnen...	Alle Hammers fit en gezond in 2011!!!!!!!
Bleyen Patrick	1406	Elke orientatieloper die de moeite doet om te komen lopen. Ge moet maar zot zijn.	Maria De l'Arbre, kom je overal tegen !	Tijdens de wedstrijd andere lopers tegenkomen, dan weet ik dat ik nog op de juiste plaatsen... aan het zoeken ben!	Niemand meer tegenkomen in de bos, en dus ook geen hulplijn kunnen bellen.	Aan het vertrek al weten wat je gaat verkeerd doen, en het dan nog doen ook. Maar één ding is zeker, in 2011 gaat het verbeteren, hoop ik!	Voor iedereen een sportjaar zonder kwetsuren.

Jos Thys	1410	Jeroen Hoekx. Bleef rigoureuus de zwaar gecontesteerde selectienormen voor het WOC nastreven .Faalde gelukkig op het ultieme moment en vulde dan het vacuum op met het hoofdredacteurschap van 'De Knijptang'. Een positivo zonder weerga!	Greet Oeyen. Bleef rigoureuus de zwaar gecontesteerde selectienormen voor het WOC nastreven. Slaagde op het ultieme moment en realiseerde op dat WOC in het Noorse Trondheim haar oriëntatiedroom: een A-finale (MD)! Ging op haar elan verder en werd voor het eerst in haar oriëntatieleven Belgisch kampioen LD. Sloot het jaar in schoonheid af met een exquise baanlegging op de Houterenberg, de 1ste dag van de Silvester!	Een nieuwe hoofdredacteur van de knijptang!	Afscheid aan 15 jaar knijperschap!	Heren die lopers selecteren misbruiken het oriënteren!	Heel veel nieuwe 'masters' met veel kinderen voor hamok! Masters voor de gezelligheid en kinderen voor de continuïteit!
Desmond Franssen	2533	NMBS-kampioen Jerre van der Kleij	Marijs Vandeweyer (oprechte verliefdheid)	Disco Bily Kamen (5-daagse Tsjechië)	Aan de start staan met een sportident waar emit vereist is	Geloof nooit een 'jawoord' van Benjamin Anciaux	Ooit eens met Anciaux de Karrim' hoc mogen lopen
Winston Franssen	2532	NMBS-kampioen Jerre van der Kleij	Hilde Krols (smoorverliefdheid)	Den Heuvel: 3e plek en lovende woorden in De Knijptang	Schrijnend tekort aan schoon vrouwvolk binnen de OL (op de hamok-dames na dan)	Na 10 jaar ontdekte ik dat Willy niet de broer is van Wim Hoekx	Jeroen Hoekx op een foutje/onwaarheid kunnen betrappen
Jeroen van der Kleij	1393	NMBS-kampioen Jerre van der Kleij	Greta Mols (verborgen verliefdheid)	laveren tussen wulpse moslima's in de speeltuin van Den Heuvel	De nationale coach die het wintercriterium bekritiseert.	Wie de kleine crossen niet eert, is de grote niet weerd. Lang leven het WC!	Meer grieten binnen de OL-wereld + startpremies bij het WC

Elke Verdeyen	3383	Toon Melis ;-)	Miek Fabré, Kim Geypen	O-ringen 2010, Czech 5 days 2010	Czech 5 days dag 3 sprint 2	/	Gezond 2011 zonder blessures. Veel buitenlandse overwinningen.
Geheim	1383	Luc Melis	Greta De Bock	Baanlegging in de kantine.	Warme leffe	Om te knippen moet je niet met twee zijn	Beste wensen voor in het bos. Loop niet verloren of je bent de klos.
Jen Vanreusel	1415	mijn boslieve phil	ellen mols	jackie vandijck	allemaal supper megagoed !	geen getreuzel	een jaar met vriendschap in overvloed en elke dag een dosis geluk
O-runner		Usain Bolt	Kim Clijsters	een 70-tal maar dit jaar	degene waar ik niet in het resultaat voorkwam, wegens post vergeten of verkeerd geknipt (gelukkig niet veel)	Oriënteren in de sneeuw is hetzelfde als gewoon hardlopen	Geen sneeuw meer tijdens orientatiewedstrijden
Phil Mellebeek	1487	Pascal Mylle : een openbaring na de medische problemen die hij doorworstelt heeft, een verrijking voor de club.	Hilde Krols en Greta Mols : wat een verrijking voor de mensheid, altijd blijgezind en wonderwel presteren.	Sylvester : blijven baggeren door de sneeuw, en schavot bij gebrek aan beteren.	Laatste dag van 3-daagse van Vlaanderen: met de grimlach de mist in na een jachtstart met 12 min voorsprong. Je moet het maar doen.	Blijven lopen en oefenen, en een voorbeeld nemen aan Tuur.	Een gezond jaar voor ieder van u, en de uwen. De rest is minder belangrijk.
Adrie van Opstal	1129	Yannick Michiels	Miek Fabré	5 dagen O-sneeuw aan het eind van het jaar	Zijn die er dan?	Als de sneeuw kniehoog gaat, een zot die het spoor verlaat!	Geen blessures en een MWK in Brazilië, podium bij de Masters sprint in Hongarije.
Wim Vervoort	1728	Sam Deferm. Hij was op een bepaald moment beter dan de latere wereldkampioen Olav Lundanes.	Mijn ex-madam. Die kan oriënteren met de noorderzon.	Marijs en Vanessa in de bak aan de Estland-Russische grens.	Marijs en Vanessa die dezelfde dag al terug vrijgelaten werden.	Steek nooit zomaar de Russische grens over. Maak gebruik van uw stoplijn.	Meer verlof graag, om meer naar't buitenland te kunnen gaan oriënteren.

Toon Melis		Jeroen Hoekx: koning wintercriterium	Greet Oeyen; koningin van de regelmatigheid	Ungdomenstiomila 2010: winnen van leg 8 en fantastische ervaring en EYOC 2010: aflossing met de beste mee	DSQ op JEC aflossing.	Wie de kompasriching niet eert, is de post niet weert	JWOC lang winnen. De oriëntatiegoden mogen mij altijd goed gezind zijn.
Greet & Hilde		Phil Mellebeek: een geweldige en charmante man die ondanks zijn jeugdige leeftijd nog steeds veel overwinningen behaald heeft het afgelopen jaar.	Marijs: straffe madam (voor meer info, lees “De Zondag”)	Met ne kater het bos invliegen en toch nog de posten vinden.	Voor de start van de wedstrijd de commentaar krijgen “chance dat jullie meedoen, dan zijn we toch niet de laatste”	Bestaat die dan? Info door te geven aan Greet & Hilde op de volgende wedstrijd AUB.	Dat de goei passen, zodat de sukkeltjes ook eens kunnen winnen.
Julia Blomquist	666	Toon Melis	Ida Bobach	Attacking the slags at the Limburg 3 days	When I was younger I got very lost in Halden on a training camp. When I mean lost, I mean it took me 90 minutes to find one control. But I was very determined and completed the course. It took me 2 hours 30 mins and the winner did 60 mins.	Don't run around like a headless chicken!	My number one goal is to win the 2011 Sylvester 5 daagse.
Erik Van Dyvk	2753	Comeback van het jaar: Dirk Goossens	Miek Fabré	Dag 1 sylvester 2010	Hengelhoef 19/12/2010	Als je in oktober als laatste start en je hebt dan op heel je omloop constant spinnenwebben in je gezicht, dan ben je niet goed bezig.	Blessurevrij blijven!
???		Yannick	Kim G.	Noorwegen	Geen	Lopen is 85% van OL	wereldkampioen OL

Luc Bouve	1471	Yannick Michiels : een reeks A-finales tijdens de JWOC en de Sylvestervijfdaagse winnen bij de HE.	Greet Oeyen : Ondanks dat sommigen binnen de VVO haar altijd als fysiek minder beschouwen (en soms uit de selectie willen weren), toch op elke grote wedstrijd de ereplaatsen (voor 90% goud) binnenhalen en als kers op de taart een A-finale in de WOC lopen.	Een onverwachte 3e plaats in de Sylvestervijfdaagse	Op het BK aflossing na twee aflossingen aan de leiding liggen en dan een derde man hebben (die de sterkste van alle Masters B was) die zonder te verwittigen zijn kat stuurt met als gevolg “adieu gouden medaille”.	Elk spoor in de sneeuw leidt niet altijd naar de juiste controlepost.	Let's have fun tijdens en vooral na de wedstrijden.
Benjamin Anciaux	3713	Yannick Michiels zonder twijfel. Tristan Bloemen is coming man...	Greet Oeyen. Hopelijk gaat ze nog enkele jaren door!	BÍLÝ KÁMEN! Check facebook pagina en je wilt nergens anders op camping!	BK mountainbike (super benen... + matriaalpech...), Ongelofelijk veel bewondering voor baanlegger Jef Boeckx.	inspiratie opdoen voor volgende eindejaarsvragen	improve
Pascal Mylle	1460	Fernand Scheelen: mijn redder in nood, toen ik mijn moeilijkste 20 minuten van 2010 doormaakte, de eerste 20 minuten OL-ervaring, op 20 minuten tijd plots terug zo groen.	An Verberne, alleen al voor haar constante aanwezigheid.	Vuil, nat, bezweet, geschamd, kleren gescheurd en toch tevreden over de zondagvoormiddag thuiskomen.	Vol adrenaline na afloop van de wedstrijd in de wagen stappen, leidt er soms toe dat je kleine objecten (zoals een Opel Corsa) niet ziet staan.	Oriënteren is evenveel wetenschap als sport en laat zich vervatten in een aantal wetten. Wet één is die van de “minste miserie”.	Cliché nr. 1 maar zo mooi: Een goede gezondheid voor jullie allemaal.
Fernand Scheelen	1402	Jeroen als atleet en als nieuwe knijper	Alle vrouwen die bij hamok blijven	Lenteloop in kazerne Helchteren. Na 7 maanden leed heb ik deze wedstrijd kunnen uitwandelen.	Alle wedstrijden van januari tot augustus	Elke o-wedstrijd is een zegen, een gunst	Voor niemand kwetsuren!

Dries van der Kleij	1394	Thomas van der Kleij wist de 2e nationale in Geel-Bel op zijn naam te schrijven ondanks een teleurstelling van de selectie voor het WK te mislopen door selectiecriteria voor veldlopers (dag voordien de fysieke test).	Ariane Decramer In haar eerste oriëntatiejaar al deelnemen aan internationale wedstrijden zoals Nordvestgaloppen en oriVenezia.	Venetië, mooie competitie, super om in zo'n stad te lopen met kaart en kompas.	Hoewel een 2e plaats mooi is op een aflossing nomineer ik toch het BK aflossing. De zoveelste keer op rij komen we net niet aan het hoogste schavotje, zou het volgend jaar dan toch lukken?	“permesso” betekent “mag ik effe passeren”, handig om weten in Venetië	veel plezier in't bos en daarbuiten.
Wim Hoekx	1498	Fernand Scheelen: die na een zware achillespeesoperatie en dito revalidatie één van zijn eerste volwaardige wedstrijden op 'De Ijzeren Paal' zowaar wist te winnen.	Roza Goos: steeds goedlachs en bovendien steeds op het podium.	Brons op het BK Middle Distance na een seizoen vol kwetsuren en tegenslagen allerhande. Ook tijdens dit BK stond ik niet al te fit aan de start maar deze wedstrijd hield me al maanden bezig zodat ik met de moed der wanhoop er tegenaan ging en uiteindelijk op karakter toch nog de derde plaats uit de brand sleepte.	Na twee lopers (Luc Bouve en ikzelf) op de eerste plaats doorkomen tijdens het BK Aflossing maar dan geen teamgenoot aantreffen om de klus af te maken. Zo maken we het die andere clubs wel héél erg gemakkelijk!	De ABSO-BVOS ploegencommissie heeft steeds gelijk ook al heeft ze geen gelijk! ...herinner u de idiote fysieke proeven die onze Elite-lopers moeten afleggen alvorens ze überhaupt mogen deelnemen aan de eigenlijke selectieproeven...	Een mooie, toffe driedaagse van Vlaanderen van HAMOK in en rond Lommel met op dag 3 een spiksplinternieuwe kaart 'Heeserbergen' waar menig OL-loper van zal opkijken!
Jeroen Hoekx	3001	Tuur Cloostermans: altijd bovenaan in de uitslag en pent daarna nog een halve knijptang vol	Greet Oeyen: eindelijk de A-finale op WOC	Vijfdaagse van Tsjechië: zorgeloos oriënteren tussen de rotsen	Selectiewedstrijd WOC Lang in de Auvergne: zelfs wandelen ging de eerste kilometers niet zonder fouten.	O-plezier moet niet snel gaan.	Veel fijne O-zondagen toegewent en veel inspiratie voor de redactie!

Wallaert Patrick	3366	Bij de mannen zonder twijfel nog steeds Fabien Pasquasy. Blijft tot nader order met voorsprong onze beste mannelijke orientatieloper . Yannick Michiels op de tweede plaats . Straf wat die reeds heeft gepresteerd . Goede mentaliteit .	Bij de vrouwen iets moeilijker . Onze drie A finalisten van de WOC zonder twijfel op 1, 2 en 3 . Lichte voorkeur voor Miek Fabré omwille van haar A finale WOC + twee Belgische titels . Op 2 Kim Geypen (A finale Long – 27e !! , en drie maal tweede op de BK's) samen met Greet Oeyen (A finale Middle en eerste BK long)	De mooie prestaties van onze drie meisjes op de WOC . Heeft me zeer veel plezier gedaan. Ook de goede sfeer tussen de atleten (FRISO - VVO) op de WOC.	Voor mij persoonlijk de kwetsuur aan mijn linker knie waardoor ik niet meer kan trainen, en bij elke orientatieloop pijn heb . Voor de rest was het een vrij zwak seizoen, veel minder dan 2010. De wat mindere prestatie van Ken Peeters op de WOC ondanks hij er echt zeer veel voor heeft gedaan . Zeer spijtig voor Ken, heeft hij niet verdiend.	Steeds geloven in eigen kunnen . Meer aandacht aan het zuiver loopvermogen .	Dat de kandidaat seniors VVO de motivatie kunnen blijven opbrengen om zich goed voor te bereiden op het seizoen 2011 en ook willen trainen op hun loopvermogen zodat er veel zijn die lukken in de fysieke test . Voor mij persoonlijk opnieuw pijnvrij kunnen deelnemen aan orientatielopen .
---------------------	------	---	--	--	---	--	--