

April 2013, nr. 2

De Derajeur



**clubblad van
Toerclub Wageningen**

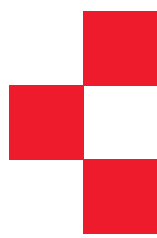


De details maken het verschil

Wat u echt zal inspireren in een keuken van ALNO is de liefde voor het detail waarmee de keuken ontworpen en gerealiseerd werd.

ALNO

Unieke ideeën die altijd weer leiden tot overtuigende oplossingen. Hoogwaardige materialen die uitnodigen tot aanraken en fascineren door hun esthetiek. En de kwaliteit van ALNO die ontstaat uit passie voor de ambachtelijke kunst en de zorgvuldigheid tijdens de verwerking. De eisen die wij steeds aan ons zelf stellen kunt u in al onze keukens ervaren. Omdat het ALNO is.

 **van der zandt**
K e u k e n - i n t e r i e u r s b v

PLANTSOEN 5 WAGENINGEN • TELEFOON 0317 - 42 36 74
WWW.VDZANDTKEUKENS.NL • INFO@VDZANDTKEUKENS.NL

Inhoud



Van de redactie	5
Van de voorzitter	7
Groepen TCW - Taakverdeling beheer	9
Tochtenkalender – Ledenmutaties	10
Sport en drinken	11
La Charly Gaul	12
Ben jij onze nieuwe voorzitter of secretaris? TCW zoekt – Weer wat geleerd	13
Beste barvrijwilligers	14
Maak kennis met... Niels Dignum	15
De winter voorbij	19
Mijn naam wordt genoemd	21
Wijzigingen in de Jan Janssen Classic 2013	23
Schoonmaakrooster	24
Mee met de 4daagse – Effe lekker vriedielen	25
Uit de oude doos	26

Van de redactie

Het wegseizoen kan beginnen. Die stelling durft de redactie van De Derajeur nu wel aan. De weersvoorspellingen op het moment van tikken geven de komende twee weken elke dag maxima van boven de 10 graden aan. Ongekend voor deze lente. En als jullie dit lezen, kunnen jullie meteen controleren of de beloofde 21 graden voor zondag 14 april ook daadwerkelijk zijn gehaald.

Dit lenteweer heeft ondanks de winterse temperaturen in maart en begin april al vele TCW'ers op de racefiets gelokt. En waar de afgelopen maanden slechts een paar dapperen in clubkleding op de wegfiets de kou en vooral de wind durfden te trotseren, schieten de TCW-pakken de laatste dagen ineens overal te voorschijn. Op zaterdag natuurlijk bij het clubfietsen. Sterker, zelfs de zondaggroep is weer uit zijn winterslaap ontwaakt. Maar ook op andere dagen zijn het rood, zwart en wit en de groene bies overal te spotten. Zo zag ik laatst een gewaardeerd Bennekoms lid geduldig bij het stoplicht bij voetbalclub Bennekom wachten om zich waarschijnlijk bij een aantal clubgenoten te voegen die bij het Agro Businesspark hadden afgesproken. Dan hebben we het hier over een onofficiële dinsdagmiddaggroep, zullen we maar zeggen. Laatst zag ik deze rijders zelfs vanuit mijn bureaustoel langs mijn werkplek fietsen. Dat maakte me behoorlijk jaloers.

Naast al deze officiële en 'wilde' groepen, heeft ook de overigens niet bestaande BC-groep zich op de racefiets gewaagd voor een heus trainingskamp in Vaucouleurs. Nu was ik zo ongeveer de laatste TCW'er die daar nog niet was geweest, dus hoef ik eigenlijk niet te vertellen dat je je daar serieus kunt uitleven op de vele muren die rond het pittoreske onderkomen van Liesbeth en Menno zijn neergelegd. Overigens was het in Noord-Frankrijk in het weekeinde van de zesde april ook nog geen lente. Integendeel. De wind woei met

volle kracht over de heuvels en door de dalen. Onder die omstandigheden kweek je bikkels. Dus pas op de komende weken.....

Maar natuurlijk is niet alleen het fysieke deel van het fietsen getraind. Na het fietsen is er altijd nog het consumptieve deel in het clubhuis. Ook dat hebben we vanzelfsprekend met een paar flinke duurtrainingen geoefend. Met de omzet zit het de komende tijd wel goed. En als laatste hebben we ook het groepsgevoel getraind. Toevallig las ik van de week een oude aflevering van De Derajeur. Daarin legden de leden van de A-groep uit hoe zij trainden om blindelings dicht achter elkaar te rijden. Daarvoor namen de snelle jongens en het nog snellere meisje hun toevlucht tot de polonaise. Met het blinde vertrouwen zat het bij hun wel goed. Maar blind vertrouwen zegt niet alles. Een A-rijder verdween onder de polonaise in de septic tank. Bij de BC-polonaise was er niet alleen blind vertrouwen, iedereen haalde ook ongeschonden het volgende nummer van de carnavals-cd.

Elders in deze aflevering licht de redactie nog een klein tipje op over het eigenlijk besloten BC-trainingskamp. Natuurlijk hebben ook de nieuwe Pauw en Witteman van TCW, Jora en René, ook ditmaal voor een bijdrage gezorgd. De dames hebben deze keer routinier Niels Dignum en 'groentje' Vera van der Woude geknipt en geschoren. Toeval of niet, de beide geïnterviewden, hebben ook iets afgescheiden voor deze Derajeur. Niels blikt daarbij terug op zijn eigen roemruchte verleden als interviewer voor dit blad. Hij komt tot de conclusie dat zijn VrieWieler eigenlijk alweer door bijna iedereen is vergeten. Toch jammer voor de inspanningen. Misschien nog eens een rentree?

In de Oude Doos is deze keer ruimte voor een soort van voorganger van De VrieWieler en de interviewdames. We hebben deze keer een aflevering

van de Winterbeurt uit 1998. Bij het doorbladeren van dat blad bleek maar weer eens dat originaliteit een moeilijk fenomeen is. Ook in die tijd bestond er al een soort Oude Doos. En de aflevering van toen, hebben we nog niet zolang geleden ook nog eens in onze kolommen gehad. Niemand die er iets over heeft gezegd. Hebben we met zijn allen dan zo'n kort geheugen? Dat kan ik me niet voorstellen. Zijn er nog maar zo weinig leden uit die tijd over? Kan ik me nog slechter voorstellen. Wordt ons clubblad dan wel gelezen? Ik mag toch hopen van wel.

Zoals gebruikelijk verwijs ik voor de overige inhoud van deze aflevering van De Derajeur gaarne naar de inhoudsopgave op pagina 4. Ik wil nog wel een oproep doen voor de rubriek 'Ik word genoemd'. Hierbij plaatsen we foto's van TCW'ers bij een bord met hun naam. Deze keer poseerde niet alleen Ger Kramer gewillig voor de camera, ook Berrie Ruijling vond een plek met zijn eigen naam. Alhoewel, die was volgens mij wel verkeerd gespeld. Maar een kniesoor die daarop let. Dit was al deel 3 in de reeks. Ik ben benieuwd hoe ver we komen. Met zijn allen moeten we toch een paar jaar vooruit kunnen. Inzendingen zijn altijd welkom op derajeur@tcw79.nl. Ook al jullie andere bijdragen verwelkomen we daar graag.

Namens de redactie veel leesplezier toegewenst.

Arnold



ONDERHOUD
VIRUS VRIJ MAKEN
NIEUWE TARIEVEN
NU SLECHTS

€ **35**

HARDWARE
ONDERHOUD
NETWERKEN
REPARATIE
WEBSITES

OPNIEUW
INSTALLEREN
**INCLUSIEF
BACKUP**
€ **60**

DE
PROBLEMEN
BIJ U THUIS
WORDEN
OPGELOST
WANNEER
U TIJD HEEFT



T | 0317 - 41 14 13 E | info@netpulzzz.nl W | www.netpulzzz.nl

Nudepark 122, 6702DX Wageningen



LINTHORST
INSTALLATIETECHNIEK

DUURZAME ENERGIE CONCEPTEN
VERWARMING | KOELING
LUCHTBEHANDELING
WATER | SANITAIR
ELEKTRA | BEVEILIGING
DATACOMMUNICATIE
REGELECHNIEK

APELDOORN (Hoofdkantoor)
EDE, LEERDAM, KLEEF (DE)

Wenumsedwarweg 18
7345 AS Apeldoorn
Tel. (055) 3122121
Fax (055) 3121957
.....

WWW.LINTHORST-INSTALLATIETECHNIEK.NL



Van de voorzitter

Ik loop een jaartje voor op diegenen die volgend jaar de lustrumtocht van TCW gaan fietsen in de meimaand van 2014. Dit komt omdat ik in de lustrumcommissie zit en dit jaar in dezelfde periode met 3 collega's deze tocht ga voorfietsen. Het is dan de bedoeling dat je flink traint en minimaal 2000 km fietst alvorens je aan een dergelijke tocht begint. Ik was dus dit voorjaar ijverig gestart om ook alvast flink wat kilometers te gaan maken, door in ieder geval vanaf de openingstocht elke zaterdag te fietsen. Sterker nog, ik had de week voorafgaand alvast op dinsdag de racefiets gepakt en de eerste 80 km op de teller weten te krijgen door met Jan v.d. Brink richting Apeldoorn te gaan fietsen. Ook de openingstocht ging prima en ik kon nog eens extra 140 km bijschrijven en dat terwijl het pas 3 maart was! Daarna was het echt wel gedaan met lekker fietsen op zaterdag in maart. Let op, ik ben wel gegaan om de Hatertse vrentocht te gaan fietsen in de regen en heb hem ook voltooid met 110 km, maar ik moest wel met de D-groep vertrekken (geen tijdige Gerrit) en het lag niet aan hen, maar leuk werd het die dag niet en ook niet droog! Ik weet nog elke meter die ik fietste vooral dat laatste stuk over de dijk richting Ewijk (mijn favoriete wegen) met striemende regen en tegenwind. Toen ik eindelijk op de pont bij Wageningen stond en mijn handschoenen uittrok om het bonnetje te vinden voor de gratis oversteek, bleken die handschoenen daarna niet meer

aan te willen (zeiknat)! Met verkleumde handen direct naar huis en in bad gekropen om schoon te worden en vooral om op te warmen.

De Primavera de week daarna vanaf Ede was al even zwaar, want toen was de oostenwind inmiddels in Nederland gearriveerd. Het eerste stuk was overigens goed te doen want de wind was grotendeels van de zijkant en van achteren. Nabij Scherpenzeel, de pauzeplek, kwam er tegenwind en de B-ploeg werd flink uiteen geslagen; er wapperden al verschillende fietsers vanaf. Kortom grote verschillen in de groep en dat is op zulke dagen direct funest. Deze voorzitter zat er overigens voor de pauze redelijk goed bij, maar dat gold niet voor Evert (om maar eens iemand te noemen). Na de pauze kwamen de Utrechtse heuveltjes (van de heuvelrug) die ervoor zorgden dat ook Jeroen die een weekje ziek was geweest volledig uitgeput raakte en ook ik kwam er langzaam doorheen te zitten. Het laatste stuk door het binnenveld was dan ook extra zwaar, vooral bij tegenwind. Echter gelukkig wel 135 km getraind die dag. Dacht ik dat dat zwaar was, kwam de week erna de Veluviatocht met windkracht 7! Gelukkig heb ik die dag maar naar Henk en Jan geluisterd en ben met hen terug naar huis gegaan om de racefiets om te ruilen voor de MTB, om slechts 20 km op de weg en 50 km in het bos af te leggen. Afgelopen zaterdag uitgekozen om wederom met kou te gaan fietsen vanaf de club en totaal 123 km gefietst en ik kwam uiteindelijk alleen aan op de club, want was de overige 4 fietsers inmiddels kwijt geraakt, omdat ze al huiswaarts gingen of nog een rondje van brug tot brug (Fred) extra fietsten. De teller staat dus inmiddels op 543 km in 1 maand en ik heb nog 6 weken voor ik naar Frankrijk ga en leuk fietsen was er deze maand eigenlijk niet bij en ook morgen zal het nog bitter koud zijn. Ik hoop voor de lustrumdeelnemers dat volgend jaar zonniger begint!!

De voorinschrijving voor de Jan Jansen Classic is na 2 maanden op 1300 deelnemers (d.d. 4 april), waarbij de Hel van Ede-Wageningen al ca. 325 deelnemers kent en overige deelne-

mers zijn ingeschreven voor de wegtocht. Het stuurgroepje met Evert, Ben en ondergetekende is ijverig zijn best aan het doen om alles goed voor te bereiden samen met subcommissies. Er zijn wat taken herverdeeld, we proberen centraler in te kopen en te huren en het aantal nieuwsbrieven wordt dit jaar beperkter. De vrijwilligerswerving onder de TCW-ers is hierbij ook geopend. U kunt zich al per mail bij mij aanmelden, als jij nog niet door een subcommissie bent benaderd (mail a.u.b. naar MHWinkels@gmail.com) en geef daarbij aan welke werkzaamheden jij zou willen verrichten op 22 juni voor onze club. Het goede nieuws is dat alle TCW-ers die dag met een fraaie polo worden uitgerust zodat je goed herkenbaar bent als "personeel"! De vrijwilligerswerving zal ook via de mail plaatsvinden aan hen die zich nog NIET hebben aangemeld. Overigens hebben inmiddels ook Waag, Harmonie en een club Biologica studenten hun inzet al weer toegezegd. Met de schaatsvereniging, STW, willen we dit jaar de vrijwilligersruil tot stand brengen, waarbij TCW-ers assisteren als vrijwilliger (en als lokale ploeg of individueel meerijder) bij de Wielermuur en STW-ers ons assisteren bij het parkeren. Ben jij diegene, die in de gelegenheid is ook bij de Wielermuur op zaterdag 1 juni van 15.00-20.00 uur te assisteren, meld je dan ook op bovenstaand mailadres. Dan worden het weer twee prachtige wielerveesten in Wageningen!

Tenslotte wil ik u nog even een prettig en warm voorjaar toewensen, waarbij u de fiets pakt en naar onze club toekomt. Er is daar altijd een fietsmaatje of een fietsvrouwje voor u te vinden en daarmee wordt de gezelligheid alleen maar groter bij TCW.

Herman Winkels



Tochtenkalender

Datum	Tocht naam	Soort tocht	Start	Km's
za 6 apr	Assemdelft Grebbelinie Toertocht	Weg	Leusden	100 / 125 / 150
za 6 apr	Toerklasseker V'daal-V'daal	Weg	Veenendaal	105 / 135
zo 7 apr	Spinder Mountainbike Trophy	MTB	Arnhem	40
za 13 apr	Tour de Haute Veluwe	Weg	Bennekom	80 / 110 / 115 / 150
za 20 apr	Veluwe Krachttoer	Weg	Stroe	85 / 110 / 150
za 27 apr	Zes-Zes voor Alpe d'HuZes	Weg	Hedel	66
zo 28 apr	Bike Classic Beuningen	Weg	Beuningen	25 / 50 / 100 / 130
za 4 mei	Rabo Omloop Midden-Ned.	Weg	Leusden	60 / 100 / 150 / 200
za 4 mei	Rabobank Cima Coppi	Weg	Scherpenzeel	50 / 100 / 150
zo 5 mei	Bevrijdingstocht	Weg	Wageningen	40 / 70 / 110 / 150
zo 5 mei	Coppi Toer	Weg	Herpen	80 / 110
do 9 mei	Langenb-Millingen-Langenboom	Weg	De Horst Groesbeek	95
za 11 mei	Zuid-Veluwe Klimtoer	Weg	Ede	100 / 130
zo 12 mei	Ronde van Nijmegen	Weg	Nijmegen	70 / 120 / 140 / 160
zo 12 mei	TTC Oss moederdag tocht	Weg	Oss	100
za 18 mei	Waterschap-Rivierenland Toer	Weg	Ochten	110 / 150
ma 20 mei	De Merxklassieker	Weg	Berghem	80 / 90 / 105 / 120
za 25 mei	Heuvel- en Valleitocht (naam nieuw)	Weg	Bennekom	75 / 105 / 150
zo 26 mei	Omloop for the roses	Weg	Bemmel	25 / 50 / 80 / 100 / 125
zo 26 mei	Bikelife heuvelen tocht	Weg	Wijchen	75 / 125
za 1 jun	Toyota Toer Tocht	Weg	Veenendaal	100 / 150
zo 2 jun	Tour d'Harense Smid	Weg	Oosterbeek	125
zo 2 jun	Fietsspektakel (Mariahout)	Weg	Escharen	60 / 110
zo 2 jun	Toertocht Nijmegen	Weg	Nijmegen	90 / 140
za 8 jun	Tour de Force	Weg	Barneveld	25 / 50 / 75 / 100 / 150
za 15 jun	13 Heuvelentocht	Weg	Ravenstein	80 / 110 / 160 / 215
zo 16 jun	Kan Classic	Weg	Elst	60 / 80 / 140
za 22 jun	Jan Janssen Classic	Weg	Wageningen	65 / 110 / 155 / 200
za 22 jun	Hel van Ede-Wageningen	MTB	Wageningen	55 / 95
zo 30 jun	Kaffee und Kuchenradtour	Weg	Schaijk	45 / 65 / 105 / 130

Ledenmutaties

aantal leden 325

Nieuwe leden:

Kenny Aberson
Herman de Beukelaer
Willem Putman
Eelko Riezebos
René van Seumeren

Adreswijzigingen:

Henk Claessen

Jean Paul van Rie
Francis Schaevers
Nico Tan
Vincent Verhoeven

Contactgegevens van deze leden zijn te vinden op het ledengedeelte van de website.

Opzeggingen:

Edward van Engelenhoven

W. Gouderjaan
Outi Sirkka
Baudina Speerstra
Jeroen Zwetsloot

Adreswijzigingen (ook e-mail adressen) graag doorgeven aan:

Roel van den Meiracker
ledenadministratie@tcw79.nl



Plantsoen 44
tel. (0317) 421225
info@jeltes-tenhoor.nl

Jeltes ten Hoor
... voor wonen met persoonlijkheid ...



www.jeltes-tenhoor.nl



Wageningen

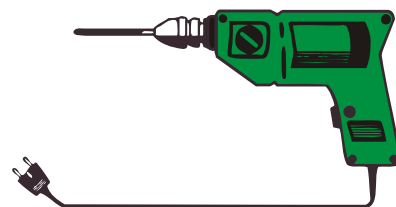
Mobiel: 06 42498141

E-mail: info@beautywageningen.nl
Internet: www.beautywageningen.nl

Alleen op afspraak

KARWEI CENTRALE

HEDO MAASSEN



Voor al uw klussen in en om het huis

Nude 54-k Wageningen (T) 0317-621715 (M) 06 51 16 91 55 (E) h.maassen6@chello.nl

Henk Elings, keurslager



Verstand Van Lekker Vlees

Tel. 0317-412813

info@elings.keurslager.nl



SFW
Stichting

Sponsoring & Fondswerving Wageningen

STICHTING.SFW@GMAIL.COM

Tel. (0317) - 45 07 30 Fax: (0317) - 450731

Sport en drinken

Van dorstlessers tot napilsen, infoavond voor TCW

Iedere actieve en gezellige TCW'er kent het wel: na een mooie fietstocht even gezellig napraten onder het genot van, voor mij persoonlijk, een theetje of een colaatje. Andere TCW'ers drinken graag een biertje na afloop. Wie is hier goed bezig, zij of ik? Moet ik ook maar eens beginnen met het drinken van een biertje of juist bij de thee--groep blijven? Heeft het drinken van sportdrank zin? In dit korte stukje even de avond in vogelvlucht. Aan mij de eer om dit te mogen schrijven.

Op dinsdagavond 29 januari jl. verzorgden Jora Steennis en Marco Mensink een lezing over het belang van goed drinken voor, tijdens en na het fietsen. We weten allemaal dat we vocht verliezen tijdens het fietsen. Deze hoeveelheid verschilt per persoon. Vochtverlies en het niet aanvullen van dit verlies leidt tot prestatieverlies, dat geldt voor iedereen. Het is een vorm van thermoregulatie. Te veel vochtverlies kan tot oververhitting raken en is gewoon niet gezond. Goed blijven drinken dus!

Maar wat moet ik nu drinken? Water, glucose en natrium. Natrium zorgt dat het vocht beter wordt vastgehouden. Wanneer moet ik nu drinken? Twee uur voor de inspanning om de vochtbalans goed aan te vullen. Tijdens de inspanning is het belangrijk om regelmatig wat te drinken. Dorst is geen goede indicator, dan ben je al te laat. Je kunt jezelf wel trainen in het regelmatig drinken, maar niet zozeer je vochtbalans. Goed getrainde mensen gaan wel efficiënter om met hun vochtbalans. Na de inspanning is het belangrijk om 150% van het vochtverlies bij te te drinken. Het liefst in combinatie met koolhydraten en eiwitten. Chocolademelk zou een goed after-sport drankje zijn, mits je de light-variant neemt.

De tweede helft van deze lezing ging over het effect van bier op de vochtbalans. Hier kwamen de meeste geluiden uit de zaal. Of het door het al genuttigde bier kwam of gewoon vanwege het feit dat de derde helft een belangrijk deel van de fietstocht is, dat weet ik niet. In eerste instantie vult bier het verloren vocht aan en er zitten koolhydraten in. De alcohol verdooft wellicht het gevoel over die tweede plaats in de eindsprint bij het bordje Wageningen...

Op langere termijn heeft het drinken van bier een negatieve invloed op de vochtbalans. Dit betekent dat je in de loop van de tijd nog meer zou moeten drinken... en dan wordt er geen bier bedoeld ;-). Echter kan een biertje in de derde helft geen kwaad. Na een take home message waarin al het bovengenoemde naar voren kwam, werd onder het genot van een biertje de derde helft ingezet.

Al met al vond ik dit een interessante avond. Jora en Marco hebben erg nuttige dingen verteld. Ik was zelf een slechte drinker op de fiets. Volgens mij zijn er wel meer-



Deze foto van Vera is gemaakt door Gerard Boudenstein.

dere TCW'ers die hetzelfde probleem hebben, zo aan de vragen uit de zaal te hebben gemerkt. De sprekers bevestigden dat het inderdaad iets is wat je snel kunt vergeten. Het is even een aandachtspuntje, maar uiteindelijk wordt je fietstocht er wellicht prettiger van. En dat wil elke TCW'er toch?

Ik ben er inmiddels wel uit. Het biertje laat ik gewoon nog steeds staan. "Doe mij maar een colaatje" en "Een kopje thee is wel lekker" zijn zinnen die de bardienst mij nog vaak zal horen zeggen deze zomer.

Namens alle aanwezigen wil ik Marco en Jora hartelijk bedanken voor deze informatieve avond!

Vera van der Woude

Drinken en sport

Hoewel de BC-groep toch zeker twee afgevaardigden had gestuurd naar de voordracht van Marco en Jora, zijn die blijkens deze foto van Liesbeth tot een andere conclusie gekomen dan Vera. Op tafel zien we geen cola en thee, maar lege wijnflessen. Blijkbaar moet op een trainingsweekend ook de derde helft worden getraind. De stemming zat er bij Peter, Arnold, Sandra en Jaap in elk geval goed in.

Arnold



La Charly Gaul

Voor de motivatie om ook aan het eind van de zomer nog flink wat kilometers op de fiets te maken, is het handig om nog een mooi doel voor ogen te hebben, bij voorkeur in de vorm van een mooie cyclo. Voor velen van ons is dat de Claude Criquielion in het laatste weekend van augustus vanuit La Roche in de Ardennen, maar er is meer. In Luxemburg wordt al 22 jaar vanuit Echternach in het eerste weekend van september La Charly Gaul verreden, een cyclo met in 2012 een parcours van 165 km en 2.233 hoogtemeters. Ook hier komen jaarlijks veel Nederlanders op af, waaronder in 2013 twee TCW-ers (Thiemo en ik) en een grote fietsgroep uit Amsterdam: 'Gaul!'.

We hebben een hotelkamer in het gemütliche centrum van het dorp en omdat het aangenaam weer is, kunnen we de in de namiddag genieten van een aantal Hefe Weizen op een van de terrasjes. De hartverwarmende bediening in combinatie met halve liters 'sportdrank' zorgt dat we niet in de gaten hebben dat het 's avonds toch behoorlijk afkoelt. Voor de sportvoeding in de vorm van Spare Ribs gaan we toch maar in een van de restaurantjes naar binnen.

De volgende ochtend is het nog wat mistig en koud bij de start. De vorige dag hadden we zowaar twee oud TCW-ers en A-groepers gezien die ook ergens in het startveld moeten staan: Sven Stremke (een van de fietsers van Gaul!) en Gerben Brans. In de drukte bij de start zien we ze nu niet staan, maar die komen we onderweg vast wel tegen. Na een halfuurtje kleumen zet het peloton zich in beweging en gaat het langs het riviertje de Sure hard op weg naar de eerste klim. In totaal bevat het parcours 12 geclassificeerde niet al te steile klimmen van gemiddeld 3 km lang. In de eerste klim moet ik een flinke groep laten gaan en kan in de daaropvolgende afdaling met veel moeite weer aansluiten. Ik zie dat Thiemo er goed bij zit en dat ook Sven deel uitmaakt van de eerste groep. In de



Een van de pelotonnetjes in de klim.

volgende klim kan ik ze weer niet houden en rijd vanaf dat moment in een tweede groep die regelmatig uitdunt en weer aangroeit.

Het fietsen in Luxemburg is een waar genot: prachtig asfalt, mooie en niet te lastige klimmen, leuke dorpjes en prachtige vergezichten. Zelfs in de cyclo lukt het om daar met volle teugen van te genieten. Het parcours is voor iedereen goed te doen maar daardoor niet selectief genoeg om de tamelijk grote groepen uit elkaar te slaan. Na de laatste klim rijd ik dan ook met een groep van ruim 30 man op de streep af. Het wordt een lange sprint om de 43-ste plek in het eindklassement; weinig reden om me daarin te mengen. Ik kom dan ook als 73-ste (5e in het ouwelullenklassement) over de meet in een tijd van 4 uur en 23 minuten, goed voor een gemiddelde van 34 km/uur. Thiemo heeft zich redelijk voorin kunnen handhaven en is na een dulle koers als 22-ste geëindigd in 4 uur en 10 minuten (36 km/uur), 10 minuten na de winnaar Jerome Giaux. Sven blijkt tussen ons in te zijn gefinisht in 4 uur en 19 minuten en Gerben blijkt zijn dag niet te hebben gehad: hij is in 4 uur en 34 minuten als 134-ste van de 351 gefinishten over de streep gekomen.



Een goede voorbereiding is het halve werk.



Echternach is een historisch stadje.

Een mooie afsluiter van het cyclo-seizoen 2013 en een aanrader. Op een kleine drie uur rijden is dit een leuk alternatief voor de Criqueilon. Echternach heeft voldoende accommodatie, zowel in hotels als ook een mooi gelegen camping aan de Sure. Met een fraaie fietsomgeving kan dit misschien ooit nog eens een leuk doel voor de Hemelvaartvierdaagse zijn. Meer info over de cyclo is te vinden op www.lacharlygaul.lu

Menno Bartlema

P.S. Ook in Italië hebben ze een cyclo naar Charly Gaul vernoemd: La Gran Fondo Charly Gaul vanuit Trento met tot twee keer toe een beklimming van de Monte Bondone. Jaarlijks doen daar meer dan 2.500 fietsers aan mee. Zie www.leggendariacharlygaul.it

P.S. 2: Charly Gaul (1932 – 2005) is de enige Luxemburgse winnaar van de Tour de France. Tussen 1953 en 1962 was hij profwielrenner en een begenadigd klimmer. Naast zijn eindoverwinning in de Tour de France in 1958 wist Gaul in 1955 en 1961 een derde plaats in het eindklassement van de Tour te behalen. In 1956 en 1959 won hij het bergklassement. Ook in de Giro d'Italia was hij succesvol. In 1956 en 1959 won hij deze ronde en het bergklassement. Hij had twee bijnamen: De Engel van het Gebergte, refererend aan zijn klimcapaciteiten, en Monsieur Pipi. De laatste dankte hij aan het feit dat hij in 1957 de winst in de Giro verspeelde door een uitgelopen plaspauze.

Weer wat geleerd

In dit blad staan foto's bij de artikelen. Een kleine foto van Vera en een grote van Niels. Een kleine van Ger en een grote van Berrie/Berry. Dat heeft niet te maken met de persoonlijke voorkeur van de redactie maar met de resolutie van de foto's. Een foto gemaakt met een mobieltje bijvoorbeeld is meestal wat lager van resolutie dan eentje gemaakt met een fototoestel. En foto's met een kleine resolutie moet je wat kleiner plaatsen. Anders zie je alleen maar stippeltjes. (LvA)

Ben jij onze nieuwe voorzitter of secretaris? TCW zoekt!

Aan alles komt een eind, ook aan het voorzitterschap van Herman Winkels en het secretariaat van Frank Fiselier. In het najaar van 2013 stoppen zij ermee.

De zoektocht naar kandidaten die het stokje van Frank en Herman willen overnemen is begonnen. Ben jij de man/vrouw die we zoeken?

Eigenschappen, kennis en ervaring die we graag zien bij onze toekomstige voorzitter:

- Sturing kunnen geven aan een groep mensen
- Overzicht houden op de grote lijnen, (juist) ook als anderen zich dreigen te verliezen in details
- Kennis van de vereniging en de activiteiten die we hebben. Zo is de voorzitter nauw betrokken bij de organisatie van de Jan Janssen Classic.
- Affiniteit met fietsen;-)

Eigenschappen, kennis en ervaring die we graag zien bij onze toekomstige secretaris:

- Praktische instelling; overzicht houden op de (administratieve) processen die bij een vereniging lopen.
- Correspondentie voeren en contacten onderhouden met gemeente, NTFU etc.
- Affiniteit met fietsen is een pre

Herman en Frank zijn naar eigen zeggen elke week een paar uurtjes bezig voor TCW. Wil je meer weten over het werk? Vraag het hen!

Herman: mhwinkels@gmail.com

Frank: secretariaat@tcw79.nl

DeMeubeltopper

Voor al uw woon- en slaapcomfort
Grandioze meubelshow

UW MATRAS OP MAAT? DE MEUBELTOPPER. 3 DAGEN LEVERTIJD.

Enorme keuze uit: Bankstellen, kasten, eethoeken, kleine meubelen, koloniaalmeubelen, slaapkamers, bedden, boxsprings, matrassen, lattenbodems, hoofdkussens, dekbedden, stapelbedden, onderschuifbedden, glasmeubelen, tafel op maat, decoratie, whitewasmeubelen, hoogglans meubelen (wit en zwart), teakhout, beuken, slaapbanken, verlichting, laminaat, computer en lcd meubelen en enorme keuze uit relaxfauteuils en opstapstoelen, schilderijen, spiegels, witgoed, antiek en nog veel meer.

VOLOP NIEUWE COLLECTIE MEUBELEN

Mennonietenweg 15, 6702 AB Wageningen
Telefoon: 0317 - 45 38 97, Fax: 0317 - 45 33 72

www.demeubeltopper.nl

www.glasmeubeltopper.nl

Beste barvrijwilligers

Onze vereniging beschikt over een kantine waar alcohol wordt geschonken. Dit betekent dat wij dienen te voldoen aan de Drank- en Horecawet. Een van de onderdelen is de regelmatige instructie in het Verantwoord Schenken (IVA). Graag nodigen wij jullie daarom uit voor een IVA - instructie die wordt verzorgd door een docent van Sportservice Midden Nederland op:

- **datum:** dinsdag 21 of 28 mei 2013
- **tijd:** 20.00 uur
- **lokatie:** Kantine TCW

Programma

Het programma van deze instructie ziet er globaal als volgt uit:

1. Barvrijwilliger en de Drank- en Horecawet
2. Informatie over Alcohol en Alcoholgebruik
3. De praktijk van Verantwoord Alcohol Schenken (met o.a. DVD met "lastige" situatie; spel "doet-ie het of doet-ie-het niet" en een simulatiebril)
4. Gelegenheid tot vragen stellen aan TCW beheer.

Van presentielijst tot certificaat

De aanwezige barvrijwilligers kunnen op de avond zelf een presentielijst tekenen.

Op basis van deze lijst ontvangen alle opgeleide barvrijwilligers achteraf een certificaat.

Deelname bevestigen:

Graag ontvang ik even een bevestiging dat je er bij bent via FGNoy1950@kpnmail.nl

Met vriendelijke groet,
Beheer TCW



sportvasten® DE NIEUWE TRAININGSMETHODE

Onder sporters wordt het volgen van een sportvastenkuur van 10 dagen steeds populairder. Tijdens de kuur maak je een metabole switch. Spieren en lever worden getraind in het verbruik van vet in plaats van suiker en koolhydraten. Je conditie kan tot wel 15% toenemen, je rusthartslag zakt, je valt af en het vermogen bij je omslagpunt gaat omhoog. Interesse of meer weten over sportvasten voor topsporters en recreanten? Maak dan een vrijblijvende afspraak met sportvastencoach Erik Westein van Sportcentrum De Plataan.



Plataanlaan 1 • Wageningen • 0317-414114
www.sportcentrumdeplataan.nl

Maak kennis met... Niels Dignum

Deze keer geen foto van een biertje in onze hand. We moeten ons voedingsmiepen-imago hoog houden. Vandaar nu geen biertje voor de dorst, maar een appeltje voor de dorst! Voor dit interview hebben we, misschien wel het jongste lid van TCW,

gevraagd. De andere persoon is Niels Dignum, geen vaste gast in het fietspeloton, maar wel stevast aanwezig in het clubhuis.

Vertel wat over jezelf

Niels Dignum is 44 jaar en komt uit Noord-Holland. Hij is voor zijn studie Moleculaire Wetenschappen naar Wageningen gekomen. Momenteel werkt hij in de ICT. Voordat hij ging fietsen heeft Niels gevoetbald, maar hij moest zijn voetbalcarrière stopzetten toen hij last kreeg van zijn knie. Hij is al 11 jaar lid van de toerclub, wat hem nog steeds erg goed bevalt. Hij noemt zichzelf dan ook een verenigingsmens.



zag hij een poster van TCW met 'heb je zin om te fietsen?'. Hij vroeg zich af of dit dezelfde club was en zo kwam hij bij TCW terecht. Niels is begonnen op de MTB maar bij mountainbiken moest hij zich te lang concentreren op 1 pad en daarom is hij overgestapt op de wielrenfiets. Misschien dat het concentreren op de billen van je voorganger ook veel energie kost, want Niels rijdt vaak alleen. Wel komt hij vaak langs het clubhuis voor een (of twee, of drie of ...) biertjes.

Waarom ben je gaan wielrennen?

Niels is een buitenmens, en laat wielrennen toevallig buiten zijn!

Aan welke fietsactiviteit (tocht/vakantie) heb je de mooiste herinnering?

Niels vindt de 4-daagse geweldig. Het is een evenement waar hij naartoe leeft. Nou Niels, je kan gaan aftellen, nog maar 56 nachties slapen voordat je voor de 7e keer mee kan met de 4-daagse! De 1evierdaagse is hem het meest bijgebleven; dit was een barre tocht met veel regen.

Hoe ben je verzeild geraakt bij TCW en hoe lang ben je lid?

Voor beide staat de Jan Janssen Classic (JJC) centraal.

Niels reed in zijn studententijd mee met de JJC. Toen hij arriveerde bij het clubhuis dacht hij 'huh, is hier een wielclub?'. Later

Wat zijn je hobbies naast het fietsen?

Niels houdt van schrijven. Hij is onlangs begonnen aan zijn 1e detective. Wat zal het worden, een doping-detective? Wij denken dat de verdachte Lance Armstrong is, hij heeft het gedaan met een spuit op zijn hotelkamer. Of zou het Boogerd zijn met een bloedzak in de Rabo-bus? Op de vraag of hij een column in de Derajeur wil schrijven antwoordt hij dat dit binnen de mogelijkheden ligt. We zijn benieuwd naar de schrijverskwaliteiten van Niels en hopelijk zien we zijn column terug ergens in deze Derajeur. Naast schrijven kan hij uren luisteren naar jaren 70 hardrock muziek, waarbij hij luchtgitaar speelt, zonder ook maar 1 valse noot.



EPS-printingservice.nl

06-50510578

Voor al uw
Belettering
reclame
promotionele artikelen

Administratie- en belastingadviesburo PABa

Ton Post
Belastingadviseur

Tarthorst 1161
6708 JL Wageningen
Mob. 06-22692519



Bezoek ook aan huis
PABa is lid van het College van Belastingadviseurs



Holle Bolle Gijs

Tel. 0317-418418

www.hollebollegijs-wageningen.nl

Smit  Moormann
notarissen

notarissen

mr. J. Smit (tevens estate-planner)

mr. H.N.G. Moormann (tevens NMI-mediator)

Gen. Foulkesweg 11

postbus 24

6700 AA Wageningen

t 0317 425 333

f 0317 420 766

notaris@smitmoormann.nl

REISORGANISATIE



www.betuwe-express.nl

Favouriete club (behalve TCW)

Niels zijn club was de Rabobank; van de SNS en ING is hij niet zo'n fan. Nu stemt hij echter blanco. Hij heeft wel een zwak voor Euskaltel.

Goed in?

Niels is goed in mensen ontwapenen. Probeer daarom niet de strijd aan te gaan met Niels, want je loopt de kans dat je uiteindelijk alleen jezelf iets verwijt. Ook kan je bij hem je hart luchten als er problemen zijn.

Slecht in?

Niels heeft geen geduld.

moet bij het woord achtbaan meteen denken aan zijn favoriete muziek: Helter-skelter van de Beatles.

Niels zegt dat hij op het werk een vraagbaak is. Hij wil best 1x iets uitleggen, de 2e keer uitleggen wil hij ook nog doen maar daarna houdt het een keer op.

Welke TCW-activiteit zou je graag willen zien?

Niels lijkt het leuk om met z'n allen een voetbalwedstrijd van het Nederlands elftal in het clubgebouw te kijken. Wie weet konden we Niels zien voetballen als hij geen knieproblemen had gehad.

Waar denk je aan licht/zwaar

Niels denkt aan een veertje en lood. Uuh Niels, een kilo veren is even zwaar is als een kilo lood! Maar nu komt de mooie beeldspraak van een toekomstige schrijver: veel TCW-ers vinden klimmen zwaar, het zijn geen gevleugelde klimmers (slaat terug op veren) waardoor ze met lood in de benen klimmen. Niels zelf is trouwens wel een gevleugelde klimmer, hij krijgt juist lood in de benen van tegen de wind in trappen.



pdj techniek bv

Nudepark 91
6702 DZ Wageningen
t 0317 418663
i www.pdj.nl
e verkoop@pdj.nl

advies, verkoop en installatie

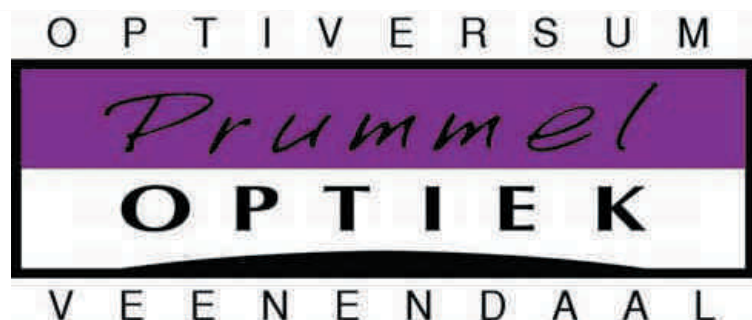
- satellietinstallaties
- telefooninstallaties
- computers en internet



Deskundige bemiddeling bij
verzekeringen en pensioenen

www.verzekeringsburovanderlinden.nl

Bowlespark 22a 6701 DR Wageningen
tel. 0317-411293, fax 0317 - 416348



Kerkewijk 15
3901 EA Veenendaal
Tel. (0318) – 510 313
Fax (0318) – 513 649

Veenslag 14
3905 SK Veenendaal
Tel. (0318) – 524 260

E-mail
prummel_optiek@tref.nl
Internet:
www.prummel-optiversum.nl

*Wageningse broeder
een unieke Wageningse traktatie € 5,75 per stuk
Bike Bites 5 stuks € 1,80*

A.J. Stolk



**BROOD- EN BANKETBAKKERIJ
HOOGSTRAAT 60 WAGENINGEN
TEL. 0317 - 422688**

EEN GROENTJE MET 140 JAAR ERVARING



Goede voornemens?

Niels wilde vorig jaar al fietsen in de bergen, en nu nog steeds. Helaas wil zijn partner niet mee. Liefde is... samen in de wolken zijn! Dan kan ze jou toch niet alleen naar een bergtop laten fietsen.

Een dag in de huid kruipen van?

Niels zou voor een dag Miguel Indurain willen zijn. Hij heeft 5x de Tour de France gewonnen en hij is de enige wielrenner waarvan zou tegenvallen als hij do-

ping heeft gebruikt. Als hij 2 dagen had dan zou hij ook voor een dag Joop Zoetemelk willen zijn. Hij werd altijd 2e (zelfs op deze vraag is Joop Zoetemelk de 2e keus) en is dus eigenlijk een anti-held maar daardoor toch een held.

Wat zou je ooit nog willen doen?

Niels wil zijn boek afmaken en zijn goede voornemen om in de bergen te gaan fietsen waarmaken.

Renee gaat naar de wc en belooft dat als ze terugkomt ze een leuke vraag zal hebben. Meer dan 40% van de Nederlandse vrouwen gebruikt een toiletbezoek om even na te denken. En dit werkt

goed want als Renee terugkomt vertelt ze dat ze in de wc-pot keek en ineens een vraag wist... namelijk:

Wat is je lievelingskleur en waarom?

Niels zegt dat zijn lievelingskleur groen is. Naast het feit dat hij een groentje is (ook met 140 jaar ervaring?) vindt hij groen mooi omdat dit de meest voorkomende kleur op aarde is. Maar iets wat zeldzaam is (goud, zilver) vinden mensen toch juist mooi? Daar is Niels het duidelijk niet mee eens. Of zou het komen omdat zijn favoriete drankje vaak in een groen flesje zit?

Niels gaat ook naar de wc en bij terugkomst heeft ook hij een vraag aan ons. Zijn vraag is of dit het leukste interview is wat we ooit hebben gedaan. Op een schaal van 0 tot 5 sterren vinden we dit zeker een 4-sterren interview waard. We vonden het een erg leuk interview, maar we houden altijd ruimte voor verbetering.

Jora en Renée



Mooi rood is niet lelijk.

De winter voorbij

Terugblik op het activiteitenseizoen

Als ik dit schrijf, lijkt er eindelijk een eind te komen aan een lange, lange winter. Verwachtingen van meer dan twintig graden op zondag lonken. De regen die erbij gaat vallen nemen we maar voor lief. En op het moment dat je dit leest, zal ongetwijfeld gebleken zijn dat de zondag heel anders is uitgepakt dan voorzien.

Terug naar de winter, want daar gaat het mij om. Die hele lange winter door heeft de activiteitencommissie geprobeerd het clubgevoel aan te wakkeren door het organiseren van divers vertier. Ik noem een viertal kaartavonden waarvan eentje met verloting, een wijnproeverij, een BilDartkampioenschap, een bingoavond met als hoofdprijs een fiets en de jaarlijkse Quiz tijdens de Nieuwjaarsborrel. In het najaar dan ook nog voorafgedaan door de traditionele TCW-barbecue.

Nou hoop je dat als je iets zelf leuk vindt, anderen dat ook zullen vinden. Vol enthousiasme bestel je bij de slager vlees (en vleesvervangers, salades, brood en friet en barbecues. Je koopt nieuwe kaarten, notatieblokjes, en pennen, schudt alvast de kaarten, snijdt kaas en worst en zet de tafeltjes klaar. Je loopt stad en land af voor een enorm aantal grote en kleine fraaie prijzen. Je maakt keurige pakjes van tien lootjes. Je regelt met sponsor Woudenberg een aantal fraaie wijnen om te schenken. Je piekert je suf over originele quizvragen. Je stofzuigt het biljart, slijpt de dartpijlen en krijgt de keus. Je loopt wederom stad en land af voor een enorm aantal grote en kleine fraaie prijzen. Je huurt een paar paaspakken en een bingomolen. Voor al die activiteiten maak je dan ook nog een schitterende poster zodat je zeker weet dat iedereen ervan op de hoogte is dat er weer zo'n gezellige clubactiviteit gaat plaatsvinden. En je schrijft een lollig verslagje op de website, zodat iedereen die ziet wat hij gemist heeft volgende keer wél komt opdagen.

Al die activiteiten zijn zeker geslaagd te noemen. Telkens weer sportief bezig zijn, om na een gezellige avond met gelijkgestemden met een tevreden gevoel huiswaarts te keren en de volgende dag weer fris en fruitig op de fiets te stappen. Dan is het toch een beetje jammer dat er zó weinig animo voor is. Dat er maar twaalf klaverjassers en vijf jokeraars komen opdagen. Dat er zoveel wijn per persoon is dat iedereen hagelsteendronken naar huis moet. En dat er zo weinig concurrentie is dat Cees de Koekert bij alle evenementen met de hoofdprijs naar huis gaat. De activiteitencommissie gaat zich deze zomer dan ook beraden op haar opdracht. Het is niet denkbeeldig dat volgend jaar het aantal activiteiten wordt teruggebracht.

Terug nu naar het winterseizoen. Eerst een excuus aan Cees, die ik hierboven schromelijk tekort heb gedaan.



Het luie deel van de activiteitencommissie op het sprinkussen bij de barbecue.

Want hij was onze onbetwiste winterkoning en heeft daarmee de activiteitencommissie lelijk te kijk gezet. Die wist ineens geen enkel evenement meer winnend af te sluiten. Dat geeft te denken. Van een aantal evenementen heeft Berrie (of is het nou Berry, zie elders) al een verslag op de website gezet. Voor wie die verslagen nog niet heeft gezien, volgt hier een beknopte samenvatting. Over het kaarten kan ik alleen melden, dat eerder genoemde Cees van Nieuwenhuizen en Petra, de schoonzus van Wim Overdijkink (toch nog een klein succes voor de activiteitencommissie) de koningskaarters waren. De uitslagen van de kaartavonden zijn mij niet bekend; het schijnt dat Wim, die ze in zijn bezit heeft, nog bezig is met zijn winterslaap

Barbecue met ijskoud einde

Na twee keer verzet te zijn, was het dan op 15 september eindelijk zover dat de jaarlijkse BBQ kon plaatsvinden. In totaal een kleine vijftig man en vrouw hadden zich niet uit het veld laten slaan door dat gehannes met de datum en meldden zich present. Natuurlijk was alles weer tot in de puntjes geregeld door de activiteitencommissie, door sommige afgunstige TCW'ers die ook wel eens iets leuks zouden willen organiseren, de 'zwendelcommissie' genoemd. Alle leeftijdsklassen en categorieën waren aanwezig. Jong en oud, wegfietzers en MTB'ers. Die waren natuurlijk allemaal afgekomen op de grote trekpleister in de vorm van een buitencategorie springkussen. Het weer was zo goed dat na de komst van de ijscoman iedereen gewoon buiten bleef zitten. Toen het echt te koud werd, was er tenslotte een kleine selecte groep die de avond binnen aan de bar beëindigde met een assortiment buitenlandse bieren. Volgend jaar doen we weer BBQ, maar dan is lang van tevoren duidelijk op welke dag dat gaat gebeuren. De foto's spreken voor zich.

Nieuwjaarsquiz: oude bekenden

Een afvaardiging van de vijf fietsgroepen en het bestuur mocht met elkaar de strijd aanbinden op de terreinen TCW, Wageningen, Actualiteit en Sport. De anderen waren toeschouwers die het - ondanks het strenge toe-



Het glunderende koningskoppel.

zicht van de jury - niet konden laten om hun vertegenwoordigers stiekem te souffleren. Er waren er twee die dat niet nodig hadden omdat ze qua kennis ver boven de rest uitstaken. Dat waren Niels en Cees namens de wintergroep. Bijzonder omdat Niels de eerste winnaar was van de wisselbeker en Cees de laatste. Volgend jaar krijgen de anderen weer een kans hun naam te laten bijschrijven op die wisselbeker, maar dan mag iedereen waarschijnlijk weer meedoen want dat lijkt toch het leukst.

BilDarten: activiteitencommissie verslagen

Ook dit jaar stond BilDarten weer op het activiteitenprogramma. Op 19 februari traden twaalf zorgvuldig geselecteerde deelnemers aan om uit te maken wie de beste biljarters en darters van 2013 zijn. Zoals altijd in teams van twee of drie personen.

Grote favoriet was natuurlijk het team van de activiteitencommissie. Dat komt vooral door het surplus aan biljarttalent in dit team. Ook dit jaar werden weer alle biljart rondes gewonnen, maar bij het darten gebeurde het tegengestelde. Daar werden helaas alle wedstrijden verloren. Dat komt omdat de leden moeten spelen, organiseren en bedienen en dat is teveel van het goede.

Er was één team dat met kop en schouders boven de rest van het veld uitstak. Dat was het team van Cevani en Romeira, een combinatie van oud en jong. Vooral voor Cevani was het de zoveelste keer dat hij met een prijs huiswaarts toog. Dat leidde tot afgunstige gezichten bij de andere deelnemers, met uitzondering van de activiteitencommissie. Die zijn immers ook gewend om te winnen. Binnenkort worden ook deze winnaars bijgeschreven op de prachtige wisselbeker.

Deze zomer is er nog het zomerkaarten. Waarschijnlijk, moet ik zeggen, want dat wordt nog wel eens afgelast. Hou de berichtgeving hierover dus in de gaten. En over de uitkomst van het beraad van de activiteitencommissie is ongetwijfeld meer lezen in een van de volgende edities van dit onvolprezen clubblad!

De activiteitencommissie

Liesbeth mede namens Berrie, Menno, en Wim

Mijn naam wordt genoemd



Van Berrie Ruijling kregen we bijgaande foto voor onze serie. Fijntjes attendeerden wij hem erop dat er wel een spellingsfout in de bewuste naam zat. Tot onze verbazing antwoordde Berrie: "Nee, op mijn geboortekaartje staat Berry, maar dat heb ik pas onlangs geconstateerd". Bedankt voor je bijdrage, Berry!



TCW'ers zijn berucht in binnen- en buitenland. Zo ziet u hier Ger Kramer ergens bij onze oosterburen in de naar hem genoemde straat.

Wijzigingen in de Jan Janssen Classic 2013

Onder voorbehoud: De vergunningen zijn aangevraagd maar nog niet allemaal binnen.

1 De start

De start is elk jaar weer touwtrekken tussen de JJC route-commissie (ik dus), de Parkeercommissie (Jaap Spaan) en de veiligheidscommissaris (Frank Fiselier).

Ook dit jaar had ik ideeën om het vlakke deel van de 65 en 155 km route na de start via de Nijenoord Allee, de Dijkgraaf en de Kierkampersteeg er uit te fietsen. Mijn alternatief: het nieuwe fietspad dat van het Bongerd terrein naar het Noorden gaat en uitkomt bij de rotonde op de kruising N781 (weg Wageningen-Ede) en de Droevendaalsesteeg.

Maar de parkeergroep heeft dit fietspad toebedeeld gekregen om de deelnemers van de parkeerplaats naar de Bongerd te leiden. Voordeel: de Bornsesteeg wordt nu alleen nog gebruikt voor vertrekkende fietsers in de ochtend en terugkerende fietsers in de middag.

Ook een ander alternatief om dit vlakke deel te elimineren is (nu door Frank Fiselier) om veiligheidsredenen afgewezen. Dus, weer na lange discussies: De start wijzigt niet! Alle deelnemers van de JJC gaan op de kruising Bornsesteeg en Nijenoord Allee Rechtsaf; De MTBers (Hel van Ede-Wageningen) gaan hier linksaf. Op de kruising van de Nijenoord Allee en de Dijkgraaf/Mondriaanlaan gaan de 110 en 200 km deelnemers rechtdoor richting Utrechtse Heuvelrug; de 65 en 155 km route gaat hier Rechtsaf.

2 Groene route over de Utrechtse Heuvelrug

Na 2 jaar Leersum aangedaan te hebben wil ik dit stuk er weer uit halen. De route gaat in Amerongen, komend van de Amerongse Berg weer terug richting Elst via de Holleweg, zoals voorheen. Verder zijn er in dit deel geen wijzigingen.

3 De Blauwe route: Wageningen naar RETO en terug

Hier hebben we diverse wijzigingen, ofwel dit deel is dit jaar flink op de schop genomen.

3.1 Enkele uitdagingen in Oosterbeek

In Oosterbeek hadden we op de heenweg 2 kruisingen met drukke wegen: de Pieterbergseweg/Stationsweg met de N225 en het fietspad langs het spoor (het Driegemeentenpad) met de Schelmseweg. Bij de eerste staan verkeerslichten, maar die staan niet lang genoeg op groen om onze fietsers door te laten. Dit leidde tot filevorming van fietsers voor dit stoplicht en fietsers die door rood fietsten. Bij de tweede staan verkeersbegeleiders, maar ook deze kruising was beter om uit de route te halen. We hebben hiervoor een alternatief gevonden: We maken eerst nog een extra lusje door Oosterbeek (Noor-

d/Zuid, maar vooral ook op en neer, dus weer wat hoogtemeters). Daarna volgen we de Benedendorpseweg en Klingelbeekseweg naar de rotonde bij de KEMA. Daar gaan we Linksaf en na het spoorviaduct gaan we weer Rechtsaf richting de muur van Roscam Abbing.

Ik heb nog bij de KEMA gevraagd om toestemming om over hun terrein te gaan en het viaduct net naast het spoorwegviaduct te nemen, waardoor de rotonde niet Linksaf genomen wordt maar slechts Rechtsaf (dus geen kruising met auto's), maar daar hebben we geen toestemming voor gekregen.

3.2 Pauzeplaats RETO

Ook de pauzeplaats bij RETO heeft elk jaar mijn speciale aandacht. In vroegere jaren was er altijd een lastige knoop op de Kluizeweg bij de ingang (hek) van het sportterrein (Linksaf in- en Linksaf uitrijdende fietsers). Dit is opgelost door het vertrek bij RETO over het sportterrein (gravelwe-



g) te leiden naar de kruising 't Cranevelt/Beethovenlaan en Kluizeweg waar we Linksaf naar de Schelmseweg fietsen. Maar dit jaar heb ik daar een heel ander alternatief en heb ik de route rond RETO eens helemaal omgegooid! Alle afstanden gaan na de van Heemstralaan Linksaf naar de Zijpendaalseweg en dan Rechtsaf naar de Schelmseweg. Op de kruising met de Kluizeweg krijgen we de splitsing:

- De 155 km en de 200 km gaan rechtdoor richting Velp / Rozendaal. Via de route over Deelen, Hoenderloo, Beekbergen, Loenen en de Posbank komen zij weer terug in Arnhem, ook op de Kluizenweg om naar RETO te gaan (zie rode track hieronder).

- De 65 en 110 km gaan Rechtsaf via de Kluizeweg en op de kruising met de Beethovenlaan weer Rechtsaf via het grindpad op het sportveld naar RETO (zie gele track hieronder).

Na de pauze verlaten we het sportpark via de Daam Fockemalaan en gaan Rechtsaf de Kluizeweg op. **Hierna doet de route een rondje Sonsbeek: Mooi en ook weer veel hoogtemeters, zie de gele track.** We verlaten Sonsbeek via het Burgemeestersplein (tegenover het Watermuseum), de Van Lawick van Pabststraat en de Burgemeester Weertsstraat naar de Amsterdamseweg. We kruisen de heenweg op de kruising Amsterdamseweg en Jacob Marisstraat, maar daar staan verkeerslichten, dus dat zal niet tot problemen leiden.

Op de Amsterdamseweg gaan we Linksaf via de Schelmseweg weer richting Oosterbeek. Na het spoorviaduct

gaan we meteen Rechtsaf langs het spoor richting station Oosterbeek waar we weer op de oude route uitkomen. Het deel over Warnsborn vervalt dit jaar evenals de oversteek van de Amsterdamseweg bij de Leeren Doedel.



4 Rode lus over de Posbank en zo

Voor de rode lus (155 en 200 Km) heb ik geen bijzondere wijzigingen in petto tov 2012 behalve:

- De reeds genoemde wijziging helemaal aan het einde net voor de pauze bij RETO;
- Vorig jaar was de Zaslaan opgebroken en zijn we via de Burgemeester Bloemersweg gegaan; dat zal nu niet meer nodig zijn.

5 De 35 km route

De 35 km route is helemaal komen te vervallen. Er waren vorig jaar maar 13 deelnemers en die rechtvaardigden het extra werk (2 routesplitsingen en wat extra uitpijlwerk) niet.

6. Indicatie van de afstanden

Lengte per track:	km	65	110	155	200
Groen	51		51		51
Blauw	65	65	65	65	65
Rood	92,2			92,2	92,2
Blauw tot aansluiting Groen	6,5		-6,5		-6,5
Blauw dat niet in Rood zit	0,6			-0,6	-0,6
Afstand in werkelijkheid volgens GPS		65	109,5	156,6	201,1

Met het voorgaande is al rekening gehouden bij de opgave aan de NTFU (elk jaar in september) waardoor de werkelijke afstanden dit jaar niet veel afwijken van de bij de NTFU opgegeven afstanden.

Vergelijking van de afstanden en hoogtemeters van 2013 t.o.v. 2012

Officieel	2012	Hoogte-meters	2013	Hoogte-meters
	Lengte		Lengte	
65 Km	62,7	499	65	659
110 Km	114,8	870	109	969
155 Km	153,4	1267	156	1436
200 Km	205,5	1638	201	1746

Het deel Blauw, dus tussen Wageningen en RETO is fors pittiger geworden. Dat deel zit in alle afstanden en daarmee hebben dus ook alle afstanden wat meer hoogtemeters gekregen. Ik heb getracht om via GPSies.com betere hoogtemeterschattingen en ook mooie grafieken van de hoogteprofielen te krijgen, maar dat is niet gelukt voor "het ter perse gaan" van deze Derajeur. Ik ga daar nog aan werken en als het zover is komen ze wel op de website van de JJC.

Degenen die de gpx track van deze tocht wil hebben om bijvoorbeeld een indruk te krijgen van het nieuwe Blauwe deel, die kan deze track bij mij opvragen. Stuur even een mailtje naar toon.loonen@inter.nl.net. Ik zet de track nog even niet op een publieke site omdat er nog wijzigingen kunnen komen via de vergunningaanvragen, bijvoorbeeld i.v.m. geplande wegwerkzaamheden of andere evenementen. De planning is om de track begin juni ook op de JJC website te plaatsen.

Veel fietsplezier,
Toon Loonen
JJC routecommissie

Schoonmaakrooster mei-aug

Maandag 6 mei

Gerrie Wijnen
Annelien Huiskamp
Jos Cobussen

Maandag 1 juli

Henk Roffelse
Ger Kramer
Mechteld v.d. Horst

Maandag 3 juni

Jan Corduwener
Timo Hoefsloot
Greta Jansen

Maandag 5 augustus

Arie de Keizer
Wil de Keizer
Ronald Brussen

Gezien de vakantieperiode is het mogelijk i.o.v. met elkaar te ruilen, maar dat mag uiteraard altijd wel. Laat het ons dan wel even weten.

Het beheer



van de Wetering *twewielers bv*

Harnjesweg 86

6706 AV Wageningen

Telefoon 0317 - 41 29 02

www.vandeweteringfietsen.nl • info@vandeweteringfietsen.nl

Het adres voor fietsen van het merk



Gazelle



koga  **miyata**
THE QUALITY PEOPLE IN CYCLING



Mee met de 4daagse

Als je je hebt ingeschreven voor de 4daagse heb je een bijzonder goede zet gedaan.

Het eerste voorfietsweekend is gedaan, en als je dit leest is de tweede net achter de rug. We kunnen wel zeggen dat het een vrij stevige 4daagse gaat worden. Maar laat je niet afschrikken door de getallen van hoogtemeters. Er valt zoveel te genieten en als het weer mee werkt zal het voor ieder van ons zeker te doen zijn, we hebben immers vakantie en dus de tijd om vol overgave met onze hobby bezig te zijn. Daarnaast zijn er genoeg momenten om bij te komen onder het genot van lekker eten en drinken en natuurlijk elkaars gezelschap.

Ken je het Wiedtal? Het is gelegen in Duitsland en is even een beetje verder dan de Eifel.

Waldbreitbach, wie had daar ooit van gehoord, wij niet en het is denken wij ook geen bekende omgeving voor velen van ons. Het ligt in een romantisch dal waar je ook kan wandelen en er liggen ook MTB routes. Het sfeervolle plaatsje maakt deel uit van de Duitse deelstaat Rijnland-Pfalts en is een van de vele, pittoreske dorpjes die verscholen liggen in regio Westerwald. Het heuvelachtige landschap herbergt prachtige heuvelruggen met panorama's, vele kleine riviertjes en heldere beekjes, intieme dalen, dorpen met vakwerkhuisen en rustgevende loof- en naaldwouden. Je moet wel een beetje getraind zijn maar dat zijn we eigenlijk allemaal wel.

We hopen dat je inmiddels je bijdrage betaald hebt, zo niet dan kan je dat nu nog doen maar wel snel want ook TCW maakt kosten.

Wil je nog mee, misschien kan dat nog, er waren nog twee plaatsen vrij, neem dan even contact op met een van ons.

4daagse cie

Jacques, Gerard B. Gerard W, Cisca

Effe lekker vriewielen

Oudere leden zullen het zich vast nog herinneren. En sommigen daarvan willen het zich niet meer herinneren, of kunnen dat niet meer.

Wat?

Nou dat interviewen in het clubblad, dat is toch al eens gedaan?

Wanneer een van de redacteurs weer eens in de 'In de oude doos' kruipt, dan kan hij geconfronteerd worden met een uitgave waarin de rubriek 'De VrieWieler' staat. Wat een geluksvogel!

Volkomen terecht dus dat de inspirator van die rubriek eens aan een nader onderzoek onderworpen wordt, in de vorm van een diepgravend interview. Wanneer ik Renee en Jora feliciteer met hun keuze om de traditie van De VrieWieler weer nieuw leven in te blazen en daarmee de continuïteit voor jaren te borgen, kijken ze me glazig aan...

Natuurlijk had ik al nattigheid moeten voelen, maar ik zie die glazige blik dan nog aan voor een vorm van nederige bescheidenheid. (Waarom iemand glazig zou kijken als hij of zij nederig en bescheiden is, weet ik nu niet meer. Op de bewuste zaterdag leek het mij volkomen logisch.) Wanneer ik daarna begin te vertellen dat ik buitengewoon vereerd ben met het verzoek om "mister VrieWieler" te interviewen, wordt hun blik zelfs hol.

Maar wacht eens even: dat is geen nederige bescheidenheid; dat is pure onwetendheid.

"De VrieWieler!", schreeuw ik uit. "Die kennen jullie toch wel!"

Ik zie het vraagteken boven de hoofden alleen maar groter worden. "Hoe is het mogelijk", probeer ik me in te denken. Ik vind het antwoord in: ze zijn nog zo jong en nog niet zo lang lid van de club.

Ik krijg een geweldig idee. Ik zoek verder naar leden met een grotere anciënniteit, die weten het vast.

Als snel verzand mijn zoektocht in een moeras van me-declubleden die zich ook weinig meer van De VrieWieler kunnen herinneren. Ik begin zelfs aan mezelf te twijfelen: heeft De VrieWieler eigenlijk wel bestaan?

Ik realiseer me dat ik inmiddels net zo glazig kijk als de dames tegenover mij.

Nederig en bescheiden onderga ik aan het lang verwachte interview.

Ik ben benieuwd wat ik te zeggen heb.

Niels Dignum

Uit de oude doos

Deze keer hebben we het maartnummer van 1998 uit de doos met clubbladen van Ad van der Donk geplukt. Daarin de rubriek de Winterbeurt. En wie hebben we daar aan het woord? Juist, Ad van der Donk zelf.

Wellicht dat het iemand opvalt dat de tekst in een andere opmaak is dan de rest van dit blad. En dat diezelfde

tekst een tikje scheef is afgedrukt. De oorzaak hiervan is dat dit oude clubblad scheef was gedrukt. Met mijn ruimtelijke inzicht is het dan vrijwel ondoenlijk om het recht te scannen. Het is maar dat jullie het weten.

Arnold

DE WINTERBEURT

In deze rubriek wordt iedere maand een TCW-lid geïnterviewd. Aan de hand van een aantal vaste vragen kunt U zich een beeld van dit clublid vormen (indien U dit niet al had..). Deze keer is er een lid van het eerste uur aan de beurt.

Naam:	Ad van der Donk
Woonplaats:	Wageningen (nu al 30 jaar)
Geboortedatum:	11-10-1943
Geboorteplaats:	Berlicum (bij Den Bosch); in Veghel opgegroeid
Beroep:	Algemeen medewerker bij een machinefabriek in Dodewaard
Burgerlijke staat:	Gehuwd
Kinderen:	2 dochters (actieve hardloopsters bij Pallas)
Huisdieren:	Geen, we hebben zat aan ons eigen
Fiets(en):	Batavus Criterium (10 jaar oud en 400 km op gefietst!)
Auto:	Lada Samara
Lid van TCW sinds:	1979 (bij de oprichting met o.a. Johan Kwint en Jan Wennekes; daarvoor nog enige tijd lid geweest bij TTV in Veenendaal)
Commissies:	Geen. Wel meermalen geholpen bij de Hel van Wageningen. Tot ± 1986 actief fietser geweest.
Mooiste fietstocht:	13 heuvelentocht (Ravenstein; 10 keer gedaan), Vaele Ouwe tocht
Mooiste berg:	Holleweg bij Nijmegen
Zwaarste berg:	Duivelsberg bij Luik
Aantal km's afgelopen seizoen:	nihil
Krant:	Telegraaf, Gelders Dagblad
Favoriete boeken:	Sportboeken (geen romans)
Heeft een hekel aan:	Klussen (ik ga liever hardlopen)
Hobby's (m.u.v. fietsen):	Hardlopen; ik heb al 25 marathons gelopen en ben actief als wedstrijdsecretaris bij Pallas (dit kost veel tijd). Lange afstand wandelen; al 9 keer de Vierdaagse gelopen (dit jaar de 10e keer) en vorig jaar ook de 100 km lange Dodentocht in België. Verzamelen van artikelen over allerlei sporten (m.u.v. vechtsporten en watersporten).
Favoriete TV-programma:	Mr. Bean, komische films, Lingo
Favoriete muziek:	Jaren '60; Everley Brothers, Paul Anka. Hollandse smartliedjes.
Favoriete dans:	Polonaise (ik dans bijna nooit)
Laatste vakantiebestemming:	Geen. Ik ga nooit op vakantie omdat ik i.v.m. het hardlopen al bijna ieder weekend weg ben. Ik ben gehecht aan Nederland.
Mooiste provincie:	Limburg
Favoriete wielrenner:	Gerrit Schulte, Wim van Est (de echte bikkels die nog door het stof gingen; ik kan er zo honderd noemen)
Mooiste vrouw:	Mijn eigen vrouw
Favoriete drank:	Koffie
Favoriete eten:	Hollandse pot
Aan wie heb je grootste hekel:	Niemand (tenzij mensen niet eerlijk zijn en alleen op eigenbelang uit zijn)
Favoriete TCW-lid:	Pa Wennekes (die had een bijzonder gevoel voor humor)
Wat doe je als je fl 100.000 wint:	Niets bijzonders. Ik heb lol in de dingen die ik nu doe.
Verdere opmerkingen:	Ik kan moeilijk oordelen over de club zoals die nu is. Vroeger heb ik er erg veel lol gehad met o.a. Jaap van Deest en Frans Sikkema. Ik lees nog wel altijd het clubblad (en zo hoort het; red.).



Stadsbrink 1h - 6707 AA Wageningen

Tel. 0317-42 54 44

Fax 0317-41 94 85

E-mail mix@planet.nl

VOORDEELPAS 50+ besteding
boven de 10 euro 10% korting
Gratis parkeren voor de deur



van de Wetering
tweewielers bv

Harnjesweg 86

6706 AV Wageningen

Telefoon 0317 - 41 29 02

www.vandewetering2wielers.nl • vandewetering2wielers@wanadoo.nl

Het adres voor fietsen van het merk



Gazelle



BATAAFUS



koga miyata
THE QUALITY PEOPLE IN CYCLING

WOUDENBERG

wijnhandel

Een wereldwijd assortiment



Massagepraktijk Valentijn

Valentijn van den Berg
Sportmasseur NGS

t: 06 43 55 94 66
e: mpvalentijn@gmail.com
i: www.mpvalentijn.nl

sportmassage
blessurepreventie
ontspanningsmassage
oefentherapie
triggerpoint therapie

Schoonmaakbedrijf DE WASBEER



- glazen wassen
- dakgoot reiniging
- interieur van bedrijven

Bernardstraat 15 - 6707 CH Wageningen
tel. 0317 460007 - Mobiel 0651363245

Indien onbestelbaar retour: TCW, Leeuweriksweide 202, 6708 LP Wageningen

BTW weg ermee!! BTW weg ermee!!



Nu bij Mastbergen fietsen opruiming race- en ATB-fietsen.

Alle 2012 modellen gaan weg zonder de btw. Dat scheelt je dus bijna 21 %

Alle 2012 fietsen van Bulls, Cube, Koga, Van Nicholas, Giant etc. **NU GEEN BTW!!!**

Een nieuwe atb of racefiets was nog nooit zo goedkoop!



Bij je eigen clubsponsor Mastbergen in Renkum en Heelsum. Alles met behoud van onze bekende service en 2 jaar garantie. Kom maar kijken en passen in Renkum of Heelsum bij Mastbergen fietsen .

BTW weg ermee!! BTW weg ermee!! BTW weg ermee!! BTW weg ermee!! BTW weg ermee!! BTW weg ermee!! BTW weg ermee!! BTW weg ermee!!

Mastbergen fietsen in het centrum van Renkum
of bij de Giant-Store in het midden van Heelsum.