

juni 2012, nr. 3

De Derajeur



**clubblad van
Toerclub Wageningen**

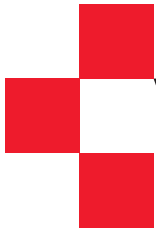


De details maken het verschil

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

Toertochtenkalender, schoonmaakrooster, ledenmutaties, Lachen met Wijnand 9

Wijzigingen in de route van de JJC 2012 11

Rondje Rome werd Rondje Nederland 13

Deja vu of mosterd na de maaltijd 15

Waag maakt sporten mogelijk voor mensen met beperking 17

Uit de oude doos 18

Nieuws over de lustrumtocht 2014 19

Sur la route des Cathares 21



Van de redactie

We gaan het dit voorwoord eens anders doen. Ik heb nog geen idee wat er in deze Derajeur komt te staan, maar dat is eigenlijk ook niet zo belangrijk. Ik heb al eerder op deze plaats geschreven dat de inhoudsopgave het best geschikt is om te zien wat we zoal voor onze lezertjes in petto hebben. Daarom in dit voorwoord een soort verwachting van wat we jullie in deze zomerse Derajeur presenteren.

Natuurlijk zijn er de vaste dingen. Naast de eerder genoemde inhoudsopgave en dit voorwoord, is er ongetwijfeld een woordje van de voorzitter. Ik kan me niet voorstellen dat hij het daarin niet over de komende Jan Janssen Classic of te wel Hel van Wageningen zal hebben. Ik voorzie mooie woorden voor de vele vrijwilligers en een dankblijk aan de organisatie. Natuurlijk spreekt hij de hoop uit dat we dit jaar mooi weer hebben en dat we dan minstens vijfduizend deelnemers krijgen. Tenslotte reken ik erop dat hij nog even kort meldt dat hij nog niet helemaal in vorm is. Of juist wel. Dat kan ik moeilijk inschatten. En natuurlijk heeft hij complimenten voor het noeste werk van de kledingcommissie.

In de vorige Derajeur lazen we een interview met onze bedevaartfietser Tonny de Vaan. Hij had het plan opgevat om van zijn woonplaats Druten naar Rome te fietsen. Een soort vervolg op zijn eerdere pelgrimage naar Santiago de Compostela. Na een paar dagen fietsen, merkte Tonny dat zijn lichaam niet helemaal in orde was en besloot hij wijselijk om zijn onderneming ergens midden in Duitsland te

staken. Heel verstandig. Wellicht een vervolginterview met hem. We gaan het proberen, maar Tonny is intussen toch weer gezond verklaard en fietst nu een rondje Nederland. Ik heb geen idee of we hem daarop kunnen bereiken en/of lastigvallen met moeilijke vragen.

Ik heb ook zo'n donkerbruin vermoeden dat we jullie iets voorschotelen van de kledingcommissie. Na maanden wachten en hard werken van Jaap en Liesbeth is de nieuwe kleding onlangs eindelijk in Wageningen gearriveerd. Zaterdag 2 juni stonden in het clubhuis ongeveer 160 tassen met bestelde kledij op de nieuwe eigenaren te wachten. De mijne stond er ook tussen en binnen een paar dagen tijd had ik de gelegenheid om alle soorten zomer- en winterkleding uit te proberen. Met dank aan de paar koude dagen die we laatst hadden. Ik moet zeggen dat wat mij betreft de kleding lekker zit en vooral ook lekker warm is. Aanvankelijk miste ik de ritssluiting in de shirts, maar de diepe zakken vergoeden veel. Ik ben zelf wel te spreken over het leuke groene streepje over de broek.

Als dank voor hun inzet hebben Liesbeth en Jaap de toezegging van Ruud Binnedijk ontvangen voor een fles wijn. Ruud had er laatst een gewonnen met zijn inzending van een uitvliegend koolmeesje dat een tussenlanding maakte op een wiel van de fiets van Eva. De prijswinnende fles wijn stelt Ruud belangeloos beschikbaar aan de kledingcommissie. Daarmee houdt hij een korte, maar zeer lovenswaardige traditie in ere. Eerder schonk Ruud zijn winnende fles uit de kuitquiz al aan de redactie. Benieuwd of hier een vervolg op komt.

Nog even terug naar de kleding. Het fenomeen kledingleden kennen we natuurlijk allemaal. Voor alle duidelijkheid nog even de definitie. Kledingleden zijn mensen die slechts lid worden van TCW'79 om goedkoop een setje kleding in de wacht te slepen. Ik heb geen idee hoeveel van de 160 pakketten er naar kledingleden gaan. Maar dat doet er nu niet toe.

Het brengt me op een ander soort leden die we in onze gelederen schijnen te hebben: de kortingsleden. Kortingsleden? Ja, kortingsleden. Dat zijn mensen die lid worden van TCW'79 om vervolgens met 10 procent korting bij de fietsenmaker een nieuwe fiets aan te schaffen. Probleem met deze leden is dat ze in het wild niet te herkennen zijn. Met kledingleden is dat stukken makkelijker. Dat is in feite een wildvreemde in een TCW-shirt, om het heel kort door de bocht te zeggen. Kortingsleden zijn alleen maar te herkennen als ze ook nog eens kledinglid zijn. Dus als jullie ergens een volledig onbekend persoon zien fietsen op een splinternieuwe fiets en dan ook nog eens gehuld in de nieuwe clubkleding, dan zou het een kortingslid kunnen zijn. Natuurlijk wel even laten checken door minimaal vijf personen, want er is denk ik niemand in de club die ieder lid kent. Voor je het weet ga je onschuldigen beschuldigen van het zijn van kortingslid. Dat moeten we ook weer niet hebben.

En verder? Menno beschrijft een van zijn roemruchte tochten in het buitenland. Ciska vertelt een verhaal over haar ontmoetingen met het profpeloton. En natuurlijk hebben we een sfeerverslag van de Vierdaagse. Tenslotte verwacht ik dat iemand gaat melden dat iedereen die zich voor de lustrumtocht van 2014 heeft aangemeld, ook mee mag. Ik kan jullie verklappen dat ik een van de gelukkigen ben. De training is al voorzichtig begonnen.

Veel leesplezier.

Arnold

PS. Dat valt nog niet mee zo'n voorspelling maken. Een EK voetbaltoto invullen is daarmee vergeleken een eitje.





van de Wetering *tweewielers 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



Van de voorzitter

Wat zou het toch leuk zijn als het weer eens een mooie zonnige dag werd op 23 juni als de Jan Janssen Classic en de Hel van Ede Wageningen wordt verreden. Als dit blad verschijnt is dat wel bekend of misschien is de Derauteur dan juist verschenen, maar op dit moment hoop ik daarop! Ik vind eigenlijk dat al die vrijwilligers die ons die dag helpen en al die fietsers en mountainbikers die zich hebben ingeschreven, dit wel verdienen. Lekker fietsen in de zon, lekker wat koek of drankjes uitdelen in de zon, met een lekker zonnetje al je vrijwilligerswerk uitvoeren in het bos, voorfietsen in de zon, routes pijlen op de weg en in het bos in de zon, sponsors werven in de zon, voorbereidingen buiten en in de Bongerd in de zon, sponsors ontvangen en op de foto in de zon en tenslotte lekker een biertje na afloop in de zon! TCW verdient en u verdient het, want uw hulp is ook dit jaar weer hartverwarmend!

Vorige week was het dan eindelijk zover, de clubkleding was gearriveerd en werd aan een ieder die zich hiervoor had ingeschreven uitgereikt. Je fietst gelijk beter, als je er weer modern uitziet, wat zit alles weer lekker strak, wat voelt het zeemleer weer als vanouds en wat een fijn stofje en wat een toepasselijke kleuren en wat staat TCW er zorgvuldig en duidelijk op en wat een leuke witte bovenkant en wat zullen de sponsors tevreden zijn! Tuurlijk er waren mopperaars die vonden dat het veel

te lang duurde en of we niet wat zakelijker konden zijn bij TCW en of de kledingcommissie er wel van alles aan deed. Ik kan u gerust stellen er is van alles aan gedaan en de kledingcommissie verdient niet anders dan ontzettend veel dank en lof voor hun prachtige ontwerp, hun kleurkeuze en al het werk!! De ergernis en boosheid die Liesbeth en Jaap kregen van die kledingleverancier zijn uitstel en niet nakomen van de afspraken, hadden ze toch echt niet verdiend! En mijn vrouw is ook tevreden en dat is het allerbelangrijkste, dat je ermee thuis kunt komen en dat voor zo weinig geld! TCW, sponsors en kledingcommissie namens alle mooi uitgedoste leden, hartelijk dank!!

Fietsend was het voorjaar prachtig, maar de maand mei en vooralsnog ook juni vind ik nogal teleurstellend qua weertype. Wat verder opvalt dit voorjaar is dat de B-groep en de A-groep erg wisselend aanwezig en bezet zijn. Er zijn zaterdagen bij dat de A-groep er niet was en de B-groep met slechts 3 personen fietste. Ja, bij enkele leden gaat het gebrek aan training of de leeftijd tellen, met als gevolg dat de C- en D-groep lijken te groeien. Verder kan ik u mededelen dat het (tijdelijk) vertrek van Jan van de Brink in verband met zijn rugklachten en de soepele leidingoverdracht aan Ben Huiskamp leidt tot een stevig tempo bij de B-groep! Gemiddeldes van nabij 30 km/u of nog hoger met afstanden variërend van 110 tot 150 km zijn dan ook flink inspannend voor de B-groep en ook voor mij. Soms was ik blij er vroeg af te kunnen in Ede, ik heb natuurlijk een goede fiets, andere keren lukte het me niet voldoende kopwerk te doen. Ja, ook ik word een dagje ouder. Wat verder opvalt is, dat een vijfde deel of een tiende deel van de B-groep; kortom ik zat daar dan in mijn eentje of met nog iemand na een tocht, waarbij bij terugkomst de overige leden van de B-groep dus rechtstreeks huiswaarts waren gegaan. Dat is niet goed voor de klandizie van TCW en het is minder gezellig. Gelukkig is Bertus er altijd en is ook de bar altijd vrolijk bezet en als je

maar voldoende geduld hebt, verschijnt ook de C- en D-groep in het clubhuis en dan wordt het toch vanzelf gezellig!

De voorbereidingen en uitvoering van de Jan Janssen Classic op 23 juni 2012 betreft de laatste onder leiding van Jan Hontelez. Gezien het deelnemersaantal van de voorinschrijvingen zal dat ook dit jaar een groot succes worden. Ik heb dit voorjaar als voorzitter, vanuit het bestuur, de taak op me genomen om op een goede manier afscheid te nemen van Jan met TCW en om zijn vervanging adequaat te regelen. Jan heeft te kennen gegeven graag afscheid te willen nemen in september tijdens de TCW-BBQ-activiteit! Daarbij wil hij graag afscheid nemen in aanwezigheid van zoveel mogelijk JJC-vrijwilligers, dus TCW-ers, maar ook andere vrijwilligers van Waag, de Harmonie, STW enz. Wat betreft de vervanging in de JJC-organisatie kan ik u melden dat Ben Huiskamp, Evert Kloosterboer en ondergetekende de eindverantwoordelijkheid voor de organisatie van de JJC vanaf dit najaar op onze schouders willen gaan nemen. Als eerste zullen we uitgangspunten voorbereiden voor de koersvisie van de JJC de komende jaren. Deze uitgangspunten willen we in de ALV dit najaar aan de leden voorleggen voor commentaar. Ik heb er vertrouwen in dat de JJC, als belangrijk onderdeel bij TCW, daarmee een toekomst krijgt, die hij/zij verdient!

Tenslotte wens ik u mooie fietsdagen, een goede vakantie en in ieder geval een mooie zonnige zomer toe. Ik hoop dat u gezond blijft en tref u graag op de club bij TCW waar gezelligheid vanzelfsprekend is!

Herman Winkels

Tochtenkalender

Datum	Naam tocht	Start	Afstand km
Za 23 juni	Jan Janssen Classic	weg Wageningen	35/65/115/ 150/200
Za 23 juni	Hel van Ede-Wageningen	MTB Wageningen	55/90
Zo 24 juni	GEJO Cycleword Kersent.	weg Tiel	30/60/100
Zo 8 juli	Klimtoertocht ov.de Veluwe	weg Heelsum	70/100/140
Za 28 juli	Menzis West-Betuwe Toer	weg Tiel	60/100/125/150/185
Za 11 aug	Rivierendal-Klimtocht	weg Ochten	110/135
Za 18 aug	Reichswald Posbanktoer	weg Ede	135/180
Za 25 aug	Germania Klimtocht	weg Wageningen	110/160
Zo 26 aug	Airborne Fietstocht	weg Oosterbeek	80/150
Za 1 sep	Rabo Corso Fietstour	weg Lienden	80/120
Za 8 sep	Huchiestocht	weg Veenendaal	80/115/160/200
Zo 9 sep	Toertocht Via Romana	weg Nijmegen	85/115/145
Za 15 sep	Rabo Lingetocht	weg Ochten	85/100/130
Zo 16 sep	Pukkeltocht van Bemmelen	weg Bemmelen	80/120
Za 22 sep	Gert Jakobs Classic	weg Scherpenzeel	65/110
Zo 30 sep	ATB Tocht Oss	MTB Oss	30/45
Zo 30 sep	Rondom Oss	weg Oss	90

Schoonmaakrooster

MAANDAG 25-06-2012

Henk Roffelsen
Mechteld v/d Horst
Ger Kramer
Rien Spee

MAANDAG 09-07-2012

Gerrie Wijnen
Arie de keizer
Annelien Huiskamp
Rien Spee

MAANDAG 13-08-2012

Jos Cobussen
Greta Jansen
Gerrie Wijnen
Rien Spee

MAANDAG 03-09-2012

Ronald Brussen
Ger Kramer
Wil de Keizer
Rien Spee

Groet,
Het Beheer
Rien Spee



Ledenmutaties

(342)

Nieuwe leden:

Marijke van den Berg – van Holland
Paul van Helden
Peter Schoch
Sonny Wessels

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

Roel van den Meiracker
ledenadministratie@tcw79.nl

Dorst



Wijnand Folmer moest hartelijk lachen om deze afbeelding in de AD Sportkrant. Een genoegen dat hij graag met de lezers van de Derajeur wil delen!





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



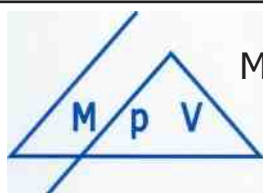
koga miyata
THE QUALITY PEOPLE IN CYCLING

WOUDENBERG

wijnhandel

*Een wereldwijd assortiment
wijnen en gedistilleerd*

Junusstraat 57-59 Wageningen tel. 0317-412301



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



WAGENINGEN UR

For quality of life

Wijzigingen in de route van de JJC 2012

De 35 km versie van de JJC

Deze versie leidt elk jaar weer tot discussie: Het kleine aantal deelnemers (een 30-tal vaak) en het relatief vele extra werk omdat er 3 splitsingen uitgezet moeten worden. Na een discussie is deze afstand wel gehandhaafd, maar de laatste splitsing is vervallen en deze deelnemers mogen nu ook de Wageningse Berg beklimmen. De andere 2 splitsingen worden vooralsnog gehandhaafd.

Leersum: De Leersumseberg en Plaggeberg zitten nu ook in de JJC

In Leersum nemen we nu ook de Leersumseberg, Utrechtse Baan en de Plaggeberg mee in de route. De Utrechtse Baan is een smal fietspad en daarom schrok ik er vorig jaar nog voor terug. Als we daar met onze grote aantallen ook de gewone recreatiefietzers tegenkomen, dan is dat niet fijn voor beide.

Maar, analyse van de starttijden van de JJC in 2011 (zie grafiek hieronder), die we via het videosysteem hebben gekregen, geven aan dat het grootste deel van onze fietsers rond 10:00 uur al weg is op de Bongerd.

Ervan uitgaande dat de gewone recreatiefietzers pas vanaf rond 10 of 11 uur in de ochtend op pad gaan, zullen de deelnemers aan de 200 km versie van de JJC dan al allemaal dit smalle pad voorbij zijn. Ook de fietsers van de 115 km tocht, die tot 11 uur mogen starten, zullen voor een overgroot deel al voorbij Leersum zijn als de gewone recreatiefietzers op pad gaan. Daarom denk ik dat het wel kan om deze mooie klimmetjes in de route op te nemen. Het maakt de lus over de Utrechtse Heuvelrug zeker aantrekkelijker.

Ook pakken we nu de Uilentoren mee in de route. Vorig jaar kon dat niet door wegwerkzaamheden. Bij de Uilentoren wordt een U-bocht gemaakt, ofwel we keren er (zie kaartje).

Hierdoor is het deel over de Utrechtse Heuvelrug ongeveer 3 a 4 Km langer geworden. In onderstaand plaatje is in bruin de route wijziging aangegeven. Details van dit deel kunnen ook op de website van de JJC met de routeinformatie (<http://www.janjanssenclassic.nl/detailrou>



Overzicht van de route in en om Leersum met een keerpunt bij de Uilentoren (einde van de Lomboklaan).

tes of beter bekeken worden. Klik daar op de link "Klik hier voor beeldvullend".

Start bij de Bongerd

Er is veel kritiek gekomen vanuit de parkeerploeg op de Start van de JJC 2011 via het Akkermaalsbos en de splitsing op de Dijkgraaf (115, 200 links of 65, 150 rechts).

Besloten is nu om de start en deze splitsing weer te leggen zoals in 2010, dus de splitsing op de kruising Nijenoordallee met Dijkgraaf = Mondriaanlaan. De start is dus: LA vanuit sporthal; LA Bornsesteeg; RA Nijenoordallee en splitsing voor de diverse afstanden is bij de volgende kruising.

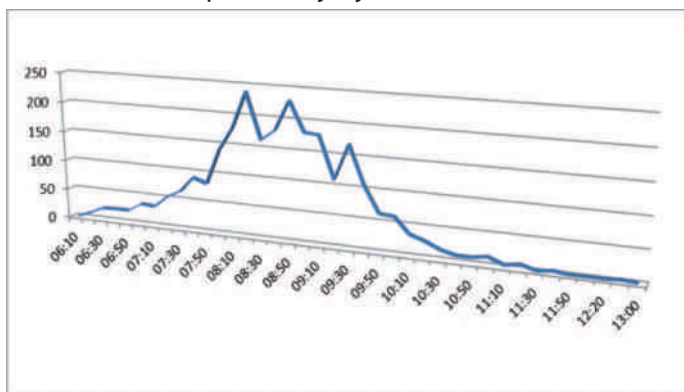
De MTB route gaat op de kruising Nijenoordallee meteen Rechtsaf over het fietspad aan de linkerkant van de weg richting de kruising van de Nijenoordallee met de Mansholtlaan.

Discussie met Natuurmonumenten

Op 2 maart zijn Frank Fiselier en ikzelf bij Natuurmonumenten (Dhr. G. Knol) geweest om de problemen en mogelijkheden voor de JJC op de Posbank te bespreken. Diverse alternatieven hebben daar de revue gepasseerd, zowel aangedragen door Dhr. Knol als door ons. Maar al die alternatieven hadden weer nieuwe nadelen of deden ernstig afbreuk aan het karakter van de JJC. Afgesproken is dat we dit jaar (2012) de tocht door het gebied rond de Posbank laten zoals deze ook in de voorgaande jaren was en dat we volgend jaar (febr. 2013) nog een keer bijeenkomen om nog eens opnieuw naar de alternatieven te kijken.

Omleidingen

Er waren vorig jaar veel omleidingen i.v.m. evenementen (Rhenen) of wegwerkzaamheden (Arnhem en Leersum). Dit jaar is er alleen een verstoring van de route door wegwerkzaamheden op de Zaslaan in Arnhem. Door op



Overzicht van het aantal startende deelnemers per 10 minuten (alle afstanden).



LINTHORST

INSTALLATIETECHNIEK

DUURZAME ENERGIE CONCEPTEN

VERWARMING | KOELING

LUCHTBEHANDELING

WATER | SANITAIR

ELEKTRA | BEVEILIGING

DATACOMMUNICATIE

REGELTECHNIEK

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

Wenumsedwarweg 18
7345 AS Apeldoorn

Tel. (055) 3122121

Fax (055) 3121957

WWW.LINTHORST-INSTALLATIETECHNIEK.NL



Service en betaalbare prijzen!

Computers, laptops en randapparatuur

Onderhoud en reparatie

Particuliere en zakelijke markt

Ook voor uw relatiegeschenken kijk op
<http://www.netpulzzz-relatiegeschenken.nl>

Netpulzzz V.O.F. - Nudepark 122 - 6702 DX Wageningen
Tel: 0317 - 41 14 13

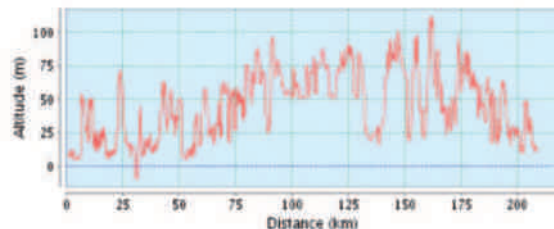
Web: <http://www.netpulzzz.nl> - Email: info@netpulzzz.nl
Openingstijden: ma t/m vr 9.00 - 17.30 en za 09.00 - 14.00

de Dr Schaepmanlaan twee straten eerder Linksaf de Burgemeester Bloemersweg te nemen naar de Monnikensteeg hebben we hier een goed alternatief.

Afstanden en hoogtemeters

Onderstaand is een tabel met de werkelijke (of beter: officiële) afstanden en hoogtemeters. De oude afstandstabel week (voor de complete 200 Km tocht) ongeveer 4 km af van de afstanden die mijn GPS aangaf (212 km i.p.v. 208 km op de GPS voor de 200 km versie). Daarom is voor de afstanden de hele oude indeling vervangen door een afstandsbepaling met de GPS. Daarop zijn nu de onderstaande afstanden gebaseerd. Helaas, ik heb al een keer met een kennis samen een MTB tocht van een 30 Km gefietst. Beide met een Garmin GPS en al zou je verwachten dat de 2 GPS apparaten nagenoeg dezelfde afstand zouden aangeven, er was toch een afwijking van enkele procenten! De meeste fietscomputers wijken onderling natuurlijk ook af. Dus als iemand op deze afstanden een andere meting heeft, dan is dat interessant maar voor mij geen nieuws.

De hoogtemetingen zijn vorig jaar gedaan door de tracks te uploaden naar de website gpsies.com. Daar kan van de track het hoogteprofiel en het aantal hoogtemeters herberekend worden. Dit jaar heb ik dat weer geprobeerd maar nu gaf gpsies.com voor de 200 km versie van de JJC 2096 hoogtemeters. Dat is niet vergelijkbaar met het vorig jaar (en ook de jaren daarvoor) en daarom heb ik de



Hoogteprofiel van de 200 km versie volgens gpsies.com.

cijfers van het vorig jaar aangehouden en alleen gecorrigeerd voor de wijzigingen. Zie hieronder de tabel met de

JJC Tocht	Afstand	Hoogtemeters
200 km	208,77	1747
150 km	153,97	1297
115 km	115,7	949
65 km	60,9	499
35 km	35,2	180

"officiële" afstanden en hoogtemeters per afstand en een grafiek uit gpsies.com voor de 200Km tocht.

Veel fietsplezier,
Toon Loonen

Rondje Rome werd Rondje Nederland

Toony de Vaan zou na zijn pelgrimstocht naar Santiago de Compostela en terug, dit voorjaar met de fiets naar Rome gaan. En natuurlijk weer terug naar Druten. Nu leiden er vele wegen naar Rome, maar de weg die Tonny nam leidde uiteindelijk van midden-Duitsland naar de Afsluitdijk en andere winderige plekken in Nederland. Tonny vertelt hoe het zo kwam.

Arnold

In het vorige nummer van dit blad meldde je dat je een nieuwe monstertocht wilde gaan maken: Druten-Rome en terug. Dat is niet helemaal gelukt. Wat ging er mis?

„Klopt, ik ben op woensdag 2 mei gestart met mijn tocht naar Rome vice versa. Ik had er al geruime tijd naar toe geleefd en had er erg veel zin in. De eerste dag begon al met pech na een uur fietsen. Een grote spijker dwars door de buitenband, zodat ik die meteen moest vervangen. 's Middags een onvoorstelbare onweersbui, waar zelfs ik een beetje bang van werd. Gelukkig klaarde het op en kon ik droog op het eerste overnachtingsadres komen. De tweede dag was het koud en grijs en had ik veel wind. Vanwege het feit dat veel Duitsers die week vakantie hadden, vond ik pas na 149 kilometers fietsen een hotel-



Tonny poseert tijdens het Rondje Nederland in de duinen.

letje. De volgende dagen steeds weer regen en kou. Toch gewoon 'vrolijk' doorgetrapt met elke dag rond de 120 kilometers achter de wielen. Achteraf heeft me dat heel langzaam gesloopt. De eerste dagen was ik 's morgens weer redelijk hersteld van de inspanningen, maar toen het weer slecht bleef ging het herstel steeds moeizamer en moeizamer. Tijdens het fietsen ging het voor mijn gevoel wel redelijk goed, maar in rust, 's nachts, werd ik steeds wakker met een benauwd beklemmend gevoel.



Even uit de wind pauzeren op het strand bij Sint Maartenszee.

Hierdoor de volgende morgen niet goed hersteld en toch weer een lange dag fietsen werd het langzaamaan een uitputtingsslag. Dat realiseerde ik me eigenlijk pas op de achtste dag. Die dag ging het eigenlijk steeds minder en minder."

En toen?

„De nacht daarna niet kunnen slapen, maar 's morgens toch weer op de fiets gestapt. Ik had die nacht een hotel, dat enkele kilometers van de route af lag. Op weg terug naar de route heb ik een sms naar huis gestuurd en tevens een berichtje op de blog geplaatst met de mededeling dat ik niet verder de route zou vervolgen, maar langzaam richting Nederland terug ging fietsen. Daarna gingen de alarmbellen rinkelen bij het thuisfront en verloor ik de regie helemaal. Edwin, Bas en Nelly zijn meteen in de auto gestapt om mij te komen ophalen. Ik mocht van hen absoluut niet meer verder fietsen. Best moeilijk allemaal, maar uiteindelijk heb ik me er maar bij neergelegd en het eerste beste hotel genomen. Daar gewacht tot ze er waren en na een overnachting met z'n allen de volgende morgen terug gereden. Nu wel met prachtig weer, verdorie..."

Je hebt de dokter bezocht en je uitgebreid laten onderzoeken. De uitslag was positief?

„Jazeker, bloedprikken en allerlei andere testen gedaan. Een torenhoge bloeddruk van 195/120. Dat was toch wel schrikken. Twee dagen later terug voor de uitslag. De bloeddruk was weer tot 145/85 gezakt, maar nog altijd te hoog vond de dokter. Afgesproken om een week later nog eens het bloed te testen en de bloeddruk te meten. Het kalium was nu normaal, maar de bloeddruk iets te hoog nog. Hiervoor heb ik medicatie gekregen, waarmee ik 11 juni ben begonnen. Over enkele weken weer onderzoek en de zaak checken."

En toen begon het onmiddellijk weer te kriebelen?

„Nou, ik had natuurlijk een rotgevoel over het mislukken van de reis naar Rome. Volgens iedereen is het toch een goede beslissing geweest om ermee te stoppen en de

reis af te breken, maar het rotgevoel blijft natuurlijk wel. Omdat ik me eindelijk best goed voelde en het fietsen ook prima ging, kreeg ik erg veel zin om toch nog iets te gaan doen."

Als vervanging voor de tocht naar Rome koos je voor een Rondje Nederland. Hoe kwam je op dat idee? En wat moeten we er ons bij voorstellen?

„Ik heb ik eens op internet zitten kijken om nog iets te ondernemen en welke mogelijkheden er zijn. Zo kwam ik op het Rondje Nederland. Het is een route via LF routes en dan een beetje langs de landsgrenzen. Totaal toch nog rond de 1.300 kilometer lengte. De route begint in Arnhem en gaat dan rechtsom volgens de wijzers van de klok. Ik ben vanuit Druten naar Plasmolen gefietst en daar de route opgepakt. Na 12 dagen en 1.366 kilometer ben ik zondag 10 juni weer thuisgekomen."

Onderweg geen klachten meer gehad?

„Nee, gelukkig niet. Ofschoon het een voornamelijk vlakke route is, speelt de factor wind een grote rol. De eerste dagen was het prima weer, maar vanaf Zeeland met noordwestenwind en veel regen was het toch niet echt een eitje om te doen. Vooral de Afsluitdijk met regen en tegenwind is best zwaar. Ondanks dat ging het uitstekend en kon ik gewoon de hele dag door blijven gaan. Tenslotte moet ik toch tot de conclusie komen dat ik tijdens de Rometocht te veel van mezelf heb gevergd en heel langzaam, zonder dat ik er zelf erg in had, de accu is leeggeraakt. Gelukkig is het allemaal goed afgelopen. Hierdoor ben ik er nu ook van overtuigd dat ik toen de goede en enig juiste beslissing heb genomen om de reis af te breken. Zo zie je maar: zelfs ik ben nooit te oud om te leren. Toch??

En hoe zit het met de pelgrimage naar Rome? Ga je die nog een keer doen of laat je Rome lekker voor wat het is?

„Ik heb de hele route kant en klaar beschreven en in gps klaar liggen. Het eerste gedeelte tot 40 kilometer vóór Bregenz heb ik al gedaan, dus wie weet. Wat in het vat zit verzuurt niet. Wel is het misschien een goed idee om niet meer in mijn eentje te gaan, maar samen met een fietsmaat. Aan de ene kant goed om op elkaar te kunnen terugvallen bij moeilijkheden en zo. Aan de andere kant geeft het alleen fietsen een ontzettend vrij gevoel om te gaan en staan waar je wil. Dat wordt een afweging voor de toekomst. Vooral voor het thuisfront zal het eerste wel een beter gevoel geven. We gaan het zien..."



Deja Vu of mosterd na de maaltijd

Wanneer jullie dit stukje lezen zit mijn jaarlijkse fiets-queeste er al weer op. Vanwege de deadline van de derajeur, die precies in de Alpe d'Huizes week valt een beetje een onwerkelijk stukje dus! Dit jaar had de fiets-queeste uiteindelijk relatief weinig met fietsen te maken. Veel, zo niet alles, draaide om het verzamelen van (zoveel mogelijk) geld in de strijd tegen kanker. Hieraan hebben ook een aantal TCW leden hun bijdrage geleverd waarvoor jullie hartelijke dank!! De gewenste trainingen zijn uitgevoerd dus ik ben er klaar voor!

Zo onvoorspelbaar als die vreselijke ziekte is, zo georganiseerd probeer ik te zijn, zelfs tijdens het fietsen van een zware cyclo of andere (berg)tour. Voorafgaand aan zo'n fietsdoel maak ik altijd een tijdschema/planning van de betreffende tocht. Een dergelijke tocht bevat eigenlijk altijd een aantal cols dus ik bedenk na hoeveel tijd ik op de verschillende toppen "door kom". Meestal komt mijn uitvoering dicht bij de planning.

Normaal hou ik mijn planning voor me om mezelf later niet te hoeven "verantwoorden" maar deze keer zal ik mijn planning met jullie delen. Ik ga mij op 7 juni tot het uiterste inspannen om minimaal 6 keer boven te komen. Mijn klimtijd bedraagt gemiddeld 1.10u en mijn daaltijd

30 minuten. In totaal neem ik 1.00u rust wat mijn totaal tijd voor 6 beklimmingen brengt op 11 uur. Bij een start om 05.00u 's ochtends betekent dat mijn doel is bereikt net voor 16.00u 's middags!! Maar...

Wanneer je wordt geconfronteerd met een ziekte als kanker zul je moeten vechten als een leeuw en verder/-dieper gaan dan je ooit hebt gedaan! Ik rijd mee in het team "Big Challenge, Veehouderij tegen kanker" (www.bigchallenge2012.nl). Dit team bestaat uit 23 Ad6 teams (ruim 180 personen!) en gezamenlijk proberen wij, als sector, minimaal €1.000.000,- op te halen in de strijd tegen kanker. Als team BigChallenge willen we om 17.00u, gezamenlijk de laatste beklimming doen in ons eigen BigChallenge tenue ("Varkens zijn Cool"). Ik zal dan ook proberen deze beklimming mijn 7de te laten zijn want **opgeven is geen optie!**

Ton

PS toevoeging 09-06-2012: Opzet geslaagd! Ruim € 5.000,- in de strijd tegen kanker én minstens 6 keer de berg bedwongen (uiteindelijk 8 keer). Volgende keer een uitgebreid verslag!

SPINNING: DE IDEALE CONDITIETRAINING

WIJ WENSEN JE EEN SPORTIEF ZOMERSEIZOEN!

Heb je tijdens het zomerseizoen behoefte aan extra ondersteuning om in topvorm te blijven? Dan kun je bij ons o.a. terecht voor:

- Conditie- en krachttraining
- Inspanningstest (incl. sportadvies)
- Sportvoedingsadvies
- Kinesio Taping
- Sportmassage
- Fysiotherapie

Noteer alvast in je agenda:

Vanaf 1 oktober weer voordelig spinnen bij Sportcentrum De Plataan!

Spinninginstructeurs Cheriëtte, Ellen, Erik, Frans, Linda, Marco, Peter, Tom en Wiljan zien je graag terug!



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



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 *h* 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

Waag maakt sporten mogelijk voor mensen met beperking

Beste Tourclub vrienden van Wageningen,

Voor wie mij nog niet kent, ik ben Leonard Pricken. Sinds 2003 ben ik penningmeester van sportvereniging Waag in Ede, Renkum en Wageningen. Namens onze vereniging ben ik zeer erkentelijk dat Jan Hontelez, mij een tijdje geleden vroeg of ik een stukje wil schrijven voor jullie clubblad over wat Waag is en doet. Gezien de Tourclub Waag al ruim 5 jaar financieel steunt via de JJC. vind ik dit voor Waag een bijzonder moment omdat te doen, en zoals een bekend gezegde zegt "voor wat hoort wat" en trouwens sport kweet vriendschap. Iedereen weet dat regelmatig sporten gezond voor je is. Toch zullen weinig mensen verschil merken als ze een keertje overslaan. Voor mensen met een handicap ligt dat anders. Voor hen is in het dagelijkse leven juist extra inspanning vereist om dezelfde dingen te kunnen doen als valide mensen. Sporten helpt daarbij.

Waar staat Waag voor?

WAAG is een sportvereniging voor mensen met een lichamelijke of verstandelijke beperking.

Waag dient hiermee het algemene belang, zodoende dat Waag is erkend als ANBI instelling.

Het bestuur biedt voor deze doelgroep circa 128 leden, daarvan zijn 60 jeugdleden in de leeftijd van 7 tot 35 jaar, met zintuiglijke, fysieke en/of verstandelijke beperkingen iedere week diverse sportactiviteiten. Het bewegen is voor hun gezondheid onmisbaar en gelijk stimuleer je het verbeteren van hun motoriek, maar ook het meedoen met groepsactiviteiten bij het koffiedrinken na afloop en de verschillende recreatieve activiteiten geeft het gevoel dat ze mee doen.

In ons verenigingsblad Gewaagd komen onze leden regelmatig aan het woord.

Ik geef een voorbeeld van hoe het leven van onze leden eruit ziet.

"Ik ben Berend Karwei; ik woon in huis 3 van de sociale woningen in Rhenen. Ik woon met 5 anderen in huis 3. We hebben allemaal een eigen kamer. We eten altijd samen en hebben ook personeel. Ik ga elke dag naar de dagbesteding in Veenendaal met de bus. Daar boor ik plankjes waar ze mooie dingen van maken. Als hobby's heb ik TV kijken, muziek luisteren en mijn familie opzoeken. Ik zit op zwemmen en gym. Het sporten is leuk en de mensen. Verder is het jaarlijkse lentefeest leuk bij WAAG. Berend, Zou je iets willen veranderen? Vaker sporten is leuk."

Wat zijn de wekelijkse sportactiviteiten?

De activiteiten zijn zwemmen, gym, sportinstuif, tafelten-

nis, balsporten, Sportmix en G-Tennis.

Deze hebben als doel om de deelnemers (kinderen/jongeren) nog meer te stimuleren in klein groepsverband meer te laten bewegen, zelfvertrouwen en plezier ontwikkelen.

Wie begeleidt de sportactiviteiten?

Wij hebben 70 deskundige en gemotiveerde vrijwilligers zij maken het mogelijk dat alle leden op hun eigen niveau kunnen sporten en dat de recreatieve activiteiten worden uitgevoerd en begeleid. Het bestuur doet ook aan deskundigheidsbevordering om de vrijwilligers van 'bijscholing' te voorzien. We proberen hiermee onze vrijwilligers te stimuleren in de groepsactiviteiten om verfrissend te kunnen functioneren.

Dit alles doen we met heel veel plezier en energie voor onze doelgroep

Uit welke gemeente komen onze leden?

De leden komen uit gemeente Ede, Renkum en Wageningen.

Een deel woont in zorginstellingen of gezinsvervangende huizen of thuis bij hun ouders. Anderen zijn afhankelijk van mantelzorg en een klein deel woont geheel zelfstandig. Hun handicap is zodanig dat het niet mogelijk is deel te nemen aan reguliere sportverenigingen, maar onder goede begeleiding krijgt het gevoel van eigen waarde meer aandacht.

Hoe komt de Sportvereniging Waag aan de benodigde financiële middelen?

Omdat wij gebruik maken van openbare voorzieningen als zwembad (in Wageningen en Renkum) en sporthal zijn de kosten aanzienlijk. Ongeveer een derde van de kosten worden opgebracht uit de contributie van de leden. Die willen we zo laag mogelijk houden omdat de leden vaak moeten rondkomen van een uitkering. Een derde krijgen we als subsidie van de gemeente en het resterend een derde deel komt van donateurs en een aantal sponsors waarvan de Tourclub, via Fonds gehandicaptensport er een is.

Die laatste bron is dan ook zeer belangrijk voor de vereniging. WAAG kon en kan dit niet alleen. Daarom zijn wij jullie en het bestuur enorm dankbaar dat 25% van het inschrijfgeld bestemd is voor Waag. Gezien de vereniging een jaar omzet heeft van € 50.000.

Dank zij jullie gerealiseerde opbrengst wordt het tekort een fiks deel kleiner.

Zo is het mogelijk dat WAAG financieel belangrijke bijgedragen kan blijven leveren aan de Sportactiviteiten en evenementen voor de leden.

Erg belangrijk, omdat juist hier de sport veel plezier en energie geeft voor onze leden.

Hartelijk dank namens Waag,
Leonard Pricken



Uit de oude doos

Ditmaal hebben we uit de doos met clubbladen van Ad van der Donk het februarinummer van 1984 opgevest. Jan Agasi en Jan Oude Voshaar interviewen daarin Jan Wennekes jr. Aanleiding was dat de derde Jan na vier jaar stopte als voorzitter. Opmerkelijkste detail uit het interview: de gemiddelde leeftijd van een toerfietser ligt rond de 25 jaar. Dat is in de tussenliggende 28 jaar in elk geval veranderd.

Arnold

In gesprek met.... Jan Wennekes jr.

Op de laatste ledenvergadering heeft Jan Wennekes zich niet langer verkiesbaar gesteld als voorzitter, een functie die hij bijna vier jaar heeft bekleed. Het leek ons als redactie leuk om eens een gesprek met hem te hebben en van de gesprek volgt hieronder een verslag. We laten Jan aan het woord:

„Ongeveer een jaar voor de oprichting van onze Toerclub ben ik met mijn vader gaan fietsen. Er ontstond later een groepje waarin ook een aantal mensen zaten die onvrede hadden met het toerfietsen zoals dat in Ede gebeurde. Johan Kwint heeft toen de mensen zover gekregen dat op 1 september 1979 ten huize van J. van de Wetering 'Toerclub Wageningen' werd opgericht. Johan Kwint was de eerste voorzitter. Op 2 april 1980 ben ik door de ledenvergadering gekozen tot voorzitter en er werd op die vergadering besloten dat onze vereniging rechtsbevoegdheid zou moeten krijgen. (In het begin waren bestuursleden persoonlijk aansprakelijk!!) Er moest iets bestuurd worden wat er formeel nog niet was. Er moest een huishoudelijk reglement komen, er moesten statuten komen, activiteiten moesten georganiseerd worden, er moest publiciteit komen, kortom werk genoeg.

Vanaf het begin hebben we op het standpunt gestaan dat onze vereniging geen commerciële binding wilde met wie dan ook wilde hebben. Ondanks dat we geen reclame op de shirtjes wilden hebben, kregen we op 9 april 1980 op de trappen van het gemeentehuis (publiciteit.....) 45 shirtjes uitgereikt als geschenk van de 3 Wageningse rijwielhandelaren. Omdat onze club in het begin haast niet kon beschikken over financiën kwam dit aanbod goed uit. Ook om aan geld te komen is als in ja-

nuarie 1980 onze eerste bingo-avond gehouden, welke een groot succes werd. Het voordeel van zo'n avond is behalve het financiële – ook het contactbevorderende aspect. Je krijgt dan ook contact met en tussen eventuele gezinnen of echtgenote (n) (s) van onze leden. Deze contactbevorderende activiteiten (denk ook eens aan de kampeerweekends, droppings en feestavonden) vind ik voor een gezonde vereniging erg belangrijk: je ziet dan dat gezinsleden van T.C.W.-leden toch actief binnen de vereniging zijn, terwijl ze zelf niet fietsen en je merkt dat gezinsleden meer begrip krijgen waarom iemand met een club meefietst.

Hadden we bij de oprichting in 1979 11 leden, eind 1980 konden we het 100ste lid al verwelkomen in de persoon van Zweerus van Dreven, die van ons een taart kreeg maar niet wist dat we met het oog op de publiciteit de pers hadden meegenomen, waardoor hij nogal zenuwachtig was. Het ledental heeft zich sinds die tijd zo rond de honderd gestabiliseerd. We hebben geprobeerd een jeugdafdeling op te zetten maar dit is om allerlei redenen niet gelukt. (De jeugd voelt veel meer voor wedstrijd fietsen, de gemiddelde leeftijd van de toerfietser ligt bij ongeveer 25 jaar).

Onze vereniging heeft gedurende een half jaar de beschikking gehad over een eigen clubhuis in de vorm van de kantine van garage Harry Delsink. Het was voor ons jammer dat het bedrijf weer terugging naar Renkum. We waren ons clubhuis kwijt. We hebben daarna nog even gesproken met de gemeente over een eigen clubhuis. Maar met ongeveer 100 leden zouden de financiële consequenties niet te overzien zijn. De contributies zouden drastisch moeten worden verhoogd. We hebben hiervan afgezien en vertrekken sinds die tijd weer bij het aloude café 'de Keyser'.

Het gaat bij onze vereniging natuurlijk om de toertochten, waarbij het niet alleen om een zo groot mogelijk aantal kilometers gaat, maar ook om buiten in de natuur te zijn; sporten op een niveau dat iedereen aan kan en niet in de laatste plaats om de onderlinge gezelligheid. Voor mij is het fietsen nooit echt prestatiegericht geweest. Een probleem bij elke toertocht vormen de gesjeesde wedstrijd fietsers die bij een race niet meer mee kunnen komen en bij een toertocht willen laten zien hoe hard ze kunnen rijden en dan andere mensen meetrokken die zichzelf kapot rijden en dat kan nooit de bedoeling zijn. We maken ons als club hier zelf misschien ook wel schuldig aan. We peppen mensen d.m.v. goed bezochte conditietrainingen de gehele winter op en dan willen ze echt gaan fietsen en dan mag het niet.

Het laatste jaar heb ik aan geen enkele toertocht meegegaan. Ik heb de 45+ tocht (het meest toepasselijk op mij..) buiten mededinging gereden, ik heb namelijk de pijlen opgehaald en ik moet zeggen dat ik dit een van de mooiste tochten vind. Nu hebben we in Wageningen wat betreft omgeving natuurlijk een prima uitgangspunt voor het uitzetten van tochten. Ik vind dat de Toercommissie (wat ik de spil van de vereniging vind) het erg goed

doet. De kortere tochten gaan over mooie fietspaden waar je soms wel rustig moet rijden en de langere over wegen waar je meer kunt opschieten. Over dit laatste het volgende. Als je je tijdens het fietsen niets van de omgeving aantrekt en moppert op een wat slechter stuk weg, kun je beter op een rollenbank gaan rijden.

De Toercommissie is je gezicht naar buiten, ook binnen de N.R.T.U., want de kwaliteit van de tochten moet goed zijn. Als ik op de laatste jaren terugkijk vind ik dat we een vrij zwaar programma hebben gehad. Voor mij hoeft dat niet uitgebreid te worden, we moeten proberen de kwaliteit te handhaven. Ik ben erg blij met het grote aantal actieve leden. Bij heel veel verenigingen is het zo dat het bestuur al het werk opknapt en de leden kijken of het goed gaat. Bij ons is dit toch veel beter, als je alleen al de leden van het bestuur, van de toercommissie, van de feestcommissie, van de clubbladredactie en van de organisatoren van bijvoorbeeld de vierlandentocht bij elkaar optelt heb je een respectabel aantal actieve leden, die niet alleen aan activiteiten meedoen maar ze ook helpen organiseren. Ik hoop dat het zo blijft."

Tot zover het gesprek met Jan Wennekes jr., die we hierbij bedanken voor zijn medewerking. We zijn van plan in een van de volgende nummers van 'de Derajeur' een interview te plaatsen met onze nieuwe voorzitter, Teus Hovestad.

Jan Agasi & Jan Oude Voshaar



Nieuws over de Lustrumtocht 2014

Deelnemerslijst (voorlopig) vol

Er hebben zich inmiddels 62 deelnemers aangemeld. Iedereen die zich vanaf nu aanmeldt wordt op de wachtlijst gezet. Aanmelden voor de wachtlijst kan door een e-mail te sturen naar: ledenadministratie@tcw79.nl

Of een door een schriftelijke aanmelding te sturen naar:

Ledenadministratie TCW

Leeuweriksweide 202

6708 LP Wageningen

Er komt ook een lijst in het clubhuis te hangen. Aan plaatsing op de wachtlijst zijn geen inschrijfkosten verbonden. Mocht er een plek vrijkomen op de deelnemerslijst dan wordt de bovenste van de wachtlijst gevraagd of zij/hij op de deelnemerslijst wil. Daarvoor moet dan wel het inschrijfgeld van € 80,- betaald worden. Gezien de ervaringen van de voorgaande edities biedt ook een plaats op de wachtlijst nog goede uitzichten op uiteindelijke deelname; dus geef je vooral op, als je alsnog bedenkt dat je graag mee zou willen.

De route

De voorlopige route is bijna klaar. De definitieve route hangt uiteraard af van de beschikbaarheid van hotels, maar ook van onze ervaringen tijdens het voorrijden. De high-lights hebben we in de vorige Derajeur al beschreven. Het belooft een gevarieerde en af en toe uitdagende tocht te worden. Wij krijgen er in ieder geval al zin in.

Eva Düsterhöft, Arie de Keizer, Herman Winkels en Roel van den Meiracker

Foto voorplaat 2013

Heb jij een leuke actiefoto van TCW-ers in clubkledij? Stuur hem (in een zo hoog mogelijke resolutie) naar derajeur@tcw79.nl. Misschien siert jouw foto dan wel in 2013 de voorkant van dit blad!

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, glasmaubelen, 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





Deskundige bemiddeling bij
verzekeringen en pensioenen
www.verzekeringsburovanderlinden.nl
Bowlespark 22a 6701 DR Wageningen
tel. 0317-411293, fax 0317 - 416348



**Koop bij onze
adverteerders**



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

Schoonmaakbedrijf **DE WASBEER**



- glazen wassen
- dakgoot reiniging
- interieur van bedrijven

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

Spaans Restaurant

Toledo

- Groepsmenu's
- Promoties
- Tapa dineren
- Uitgebreide menukaart
- Afstuderen
- Catering
- Terras

Geopend van di t/m za, vanaf 17.00 uur
Schoolstraat 15 6701 AZ Wageningen
Tel. (0317) 42 28 58
e-mail: info@restauranttoledo.nl
Internet: www.restauranttoledo.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**



Katharenkasteel.



Fraaie vergezichten vanuit een kasteel.

Sur la route des Cathares

In de late middeleeuwen komt in Zuid-Frankrijk een beweging op die een eigen soort godsdienst beleeft en zich verzet tegen de almachtige katholieke kerk. Deze beweging, de Katharen, heeft eigen kastelen en legers, vereert eigen heiligen en leidt een kuis en sober leven waarin bijvoorbeeld geen plaats is voor vlees, drank en rock & roll. Als in 1207 een gezant van de Paus vermoord wordt, is dat het sein voor de katholieke kerk om in actie te komen en de Katharen met grof geweld te bestrijden en uiteindelijk geheel te vernietigen. Wat nog rest zijn indrukwekkende restanten van hooggelegen kastelen en burchten waarvan Queribus en Peyrepertuse de bekendste zijn. In het achterland van Perpignan, ten zuiden van Carcassonne tot aan de voet van de Pyreneeën liggen talloze minder bekende ruïnes in een mooi decor van wijngaarden en kleine oude dorpjes. Het glooiende landschap met veel rustige wegen nodigt uit voor mooie fietstochten. Toen de cyclo *Sur la route des Cathares* in beeld kwam, was de keuze dan ook snel gemaakt om hiervan het eerste sportieve doel in 2012 te maken.

Het dient gezegd: het is een eind rijden om in de startplaats Tuchan te geraken, maar door hier de tijd voor te

nemen en een aangename plek voor een overnachting te zoeken (Nuits Saint Georges, goed voor een aangenaam regionaal wijntje bij het avondeten), is ook de reis een aantrekkelijk deel van deze korte vakantie. We arriveren zaterdagmiddag 28 april dan ook ruim op tijd om ons bij de plaatselijke Cave Coöperative te voegen voor het ophalen van de rugnummers; we houden zelfs nog tijd over voor een toeristisch bezoekje aan het stadje Roussillon.

Het hotel in Tuchan is die avond volgeboekt maar dat komt niet zozeer door de enorme omvang van deze cyclo; de 7 kamers zijn snel vergeven als er verder weinig of geen accommodatie in de directe omgeving te vinden is. Na het gebruikelijke gepruts aan de fiets, waarbij tijd voor schoonmaken wederom ontbreekt, is het tijd voor de eenvoudige doch voedzame maaltijd met een plaatselijke wijn erbij. We zitten in de Corbieres, meer specifiek in de Fitou, een klein wijngebied waar stevige volle rode wijnen vandaan komen. De plaatselijke Cave is zeer gerenommeerd en maakt inderdaad erg aangename wijn, zowel rood als wit. Dat verdient dezer dagen zeker een klein bezoekje om wat voorraad voor thuis in te slaan.



Sur la route des cathares: kastelen en wijn.



Spanning voor de start van deze belangrijke cyclo.



Ging uw bw buitenlandreporter nou zo snel over de finish, of was uw buitenlandreporterfoto grafe zo langzaam met afdrukken?



De gebruikelijke beloning.

De volgende dag is het fris maar droog en met niet teveel wind en het vooruitzicht op zon en ± 18 graden lijkt het een prima fietsdag te worden. Het is een kleine cyclo met ± 240 deelnemers gelijkmatig verdeeld over beide afstanden: 152 km met ruim 2.000 hoogtemeters en 80 km met 1.300 hoogtemeters. Liesbeth zal de korte afstand voor haar rekening nemen en ik offer me op om dan maar de lange afstand te doen. Wat wacht is een glooiend parcours over veel kleine weggetjes en een flink aantal niet al te zware klimmen. In het lange parcours zit een wat langere klim van ± 7 km en 450 hoogtemeters; daar zal vermoedelijk het verschil gemaakt gaan worden.

Na de start duurt het even voordat ik me bij de kopgroep kan vervoegen en ik heb het eerste stuk dan ook weinig van de omgeving gezien. Vanaf dat moment is het volop genieten; dat begint al met fraaie vergezichten op het kasteel van Queribus en dat van Peyrepertuse. Daarna volgt vanaf het kleine dorp Soulatgé de klim naar de Col de Redoulade (685m), het hoogste punt van de dag. Men laat het kopwerk in de klim aan mij over om vervolgens op 500m van de top te demarreren. Met hangen en wurgen kom ik daarna in de afdaling weer bij de kopgroep

die dan nog uit 10 fietsers bestaat. Dat zelfde patroon herhaalt zich op de volgende klimmen; uw buitenlandreporter is hardleers.

Ondertussen komen we langs diverse andere kasteelruïnes zoals Chateau d'Auriac, Chateau de Termes, Chateau de Villerouges en het Chateau d'Aguillar bij Tuchan. Er wordt ondertussen goed doorgereden waarbij de ene na de andere coureur demarreert. Er zitten wat ploegmaats in de kopgroep die elkaar daarin aardig weten af te lossen. Kortom: een druk en onrustig geheel waarin van lekker toeren weinig sprake is. Als op 15 km van de finish in een bocht de renner voor me de bocht niet houdt en mij daarbij meeneemt voor een bermbeleving, verlies ik de koplopers uit het oog. Na een laatste klimmetje, de Col d'Extreme (256m!), volgt nog een afdaling met veel tegenwind en dan zit de 152 km erop. Ik kom als 7e over de streep op 3 minuten van de winnaar. Met een tijd van 4 uur en 19 minuten en een gemiddelde van 34,2 km/uur niet slecht voor een 'oude man'. Zowaar heb ik ook weer een keer het oude lullenklassement gewonnen. Op naar de prijsuitreiking om het okshoofd wijn in ontvangst te nemen!

Liesbeth is dan al enige tijd binnen zodat er nog tijd over is om die middag na de gebruikelijke pasta-party en de prijsuitreiking een toeristisch autoritje te maken en o.a. het Chateau d'Aguillar te bezoeken. Jammer dat bij de prijsuitreiking het okshoofd vervangen is door een schamel flesje goedkope wijn uit de Cave; dat geeft ons in ieder geval de kans om de volgende ochtend een eigen selectie te maken.

Meer info: www.cyclo-cathares.fr.

Menno Bartlema



Geen okshoofd, maar toch...

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



TNT Post
Port betaald

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

Nu al voetbalmoe?

Ga toch fietsen!

**Nu heel veel zomerakties
bij Mastbergen fietsen in Renkum**

**Kortingen van 10% 20% tot 30% korting
op de geselecteerde fietsen**

Bij Mastbergen fietsen
enorme keuze in
elektrische fietsen van o.a.
Koga Miyata, Giant,
Gazelle, Sparta, Bikkel,
Bosch Kreidler,
en vele andere



**Nu alle
racefietsen
10%
korting**



Kinderfietsen
absoluut de laagste
prijs van Nederland,
kijk zelf maar op
Kinderfietsshop.nl



 **Gudereit**

Mastbergen fietsen is
exclusief dealer van het
Duitse topmerk Gudereit
zie ook Gudereit.nl



**Verschillende
elektrische
fietsen
honderden euro's
afgeprijsd**



Alle kinderfietsen
van onze webshop
direct uit voorraad
te leveren in de
winkel in Renkum



**Nu ook alle
mountain-
bikes
10% korting**



**Mastbergen
fietsen**

**Winkelcentrum
Renkum, want
goede service
kan ook voor
scherpe
prijzen**



MASTBERGEN
FIETSEN
RENKUM



Dorpsstraat 56 • 6871 AM Renkum • Tel: 0317 - 31 23 72 • Fax: 0317 - 315693
e-mail: info@mastbergen.nl • www.mastbergen.nl