

Nr 4, september 2016

De Derajeur



**clubblad van
Toerclub Wageningen**

WEL ZO PRETTIG, ALLES INCLUSIEF.



VRAAG TER
INSPIRATIE ONS
GRATIS BOEK
VOORAF AAN OP:

VANDERZANDT.UWKEUKENSPECIAALZAAK.NL

Uw nieuwe keuken moet garant staan voor een lange periode van kook- en woonplezier. Wij denken graag na over élk aspect en élk detail van uw nieuwe keuken. Over ons prijskaartje kunnen we kort zijn: wij vragen direct een eerlijke all-in prijs. Zonder vervelende verrassingen achteraf.



WAGENINGEN • Plantsoen 5
Wageningen • tel. 0317 - 423 674
WWW.VDZANDTKEUKENS.NL

Wij zijn aangesloten bij



De Derajeur

Clubblad van TCW

37e jaargang nr. 4, september 2016

Toerclub Wageningen '79

opgericht 1-9-1979, aangesloten bij de NFTU

Clubhuis: Nudepark 81, 6702 DZ Wageningen, tel. 0317 411494

Internet www.tcw79.nl

Bankrekeningnr. NL31RABO0397044941

Ledenadministratie: Michèle Grimbrère

E-mail: ledenadministratie@tcw79.nl

Redactie: Niels Dignum, Linda Persoon

E-mail: derajeur@tcw79.nl

Advertenties: Edwin Jansen sr.



Bestuur

Voorzitter
Arnold Winkel

Secretaris
Liesbeth van Agt
secretariaat@tcw79.nl

Penningmeester
Cisca Noy
penningmeester@tcw79.nl

Lid
Margit Warmink
mtb@tcw79.nl

Lid/clubtochtencoordinator:
Evert Kolet

Toercommissie

Contactpersoon
Toon Loonen

Lid
René Steegh
Roel van den Meiracker
Jeroen Roelofs

Vierdaagsecommissie

Contactpersoon
Jacques Teunissen

Lid
Gerard Boudestein
Ronald Brussen
Ben Huiskamp

Beheer

Contactpersoon
Evert Kolet

Inkoop (a.i.)
Cees van Nieuwenhuijsen

Activiteitencommissie

Contactpersoon
Menno Bartlema

Lid
Berrie Ruijling
Wim Overdijkink

Kledingcommissie

Contactpersonen
Gerard Wesselkamp

Bert Wijnen

Ereleden en leden van verdienste

erelid: Jan Hontelez

lid van verdienste: Henk Deijs, Teus Hovestad, Piet Woldendorp en Zwerus van Dreven



Inhoud

Van de redactie	5
Man met de hamer	7
Groepen TCW, Raad de Plaat	9
Granfondo Stelvio Santini	11
TCW-er laat bier staan	16
Fietspraat bij TCW	17
Mendig - Budel	18
De grote Wielercrypto, Alpe d'HuZes	19
Ledenmutaties	20
Opgepikt	21
La Grande Vuelta Oriëntal	22
Activiteitenkalender	25
Vrijwilligers vacaturebank, vrijwilliger in het zonnetje	26



Annemiek na de tijdrit overwinning in Zaltbommel, 2014

Van de redactie

Zomervakantie 2016 zit er voor velen op. En de fiets kilometers in de benen. Voor jullie redactielid Linda betekende dat onder andere wat mooie fiets-tochtjes in Nederland en Bourgondië. Wat het weer in Nederland betreft, was het een vrij wisselvallige zomer. Renée Bekx doet verslag van een barre tocht. Mendig-Budel. En heeft pas een rondje IJsselmeer gedaan. Over fietstochten gesproken. Ton heeft met zijn zoon Gran Fondo Stelvio Santini gefietst. Een mooie ervaring, plan, dat op het laatste moment gelukkig toch door kon gaan. En Jeroen beklom de Alpe d'HuZes vier keer voor het goede doel. Arie en Willy zijn in 80 dagen Oost-Spanje rondgefietst. En zijn langs veel mooie bezienswaardigheden gekomen.

Met TCW is het nooit saai! Want ook op zaterdagmiddag kom je soms verrassingen tegen, hoor en zie je nog eens wat. Of driedubbel zien. Hoezo dat? Een TCW-er die zijn bier laat staan! Je leest het goed... Niels heeft een mooi stuk over Annemiek van Vleuten geschreven in zijn vaste rubriek "Opgepikt". En haar foto op de voorkant. Omdat we trots zijn op Annemiek willen we dit nummer aandacht aan haar sportcarrière besteden. Lees ook het nieuwsbericht op de website van TCW.

Over spotlights gesproken. Dit keer zet Evert vrijwilliger Rudy Evers in het zonnetje. De club is trouwens altijd op zoek naar vrijwilligers, zie de vacaturebank op dezelfde pagina. Dus meld je aan als je dat nog niet gedaan had. Het kost je slechts een paar uur per jaar en is nog gezellig ook! Als de dagen korter worden, kun je ook weer gaan kaarten! Zie de data in de activiteitenkalender.

Onze redacteur Linda plaatst haar derde strip "Fietspraat bij TCW '79" en het idee voor de volgende Derajeur. ligt al op de plank... Over creativiteit gesproken. De puzzelaars onder ons

kunnen de tandwielletjes in hun hoofd laten draaien om de "grote wielercrypto" op te lossen.

De oplossing van de vorige Raad de plaat is bekend. Cees heeft gelijk een nieuw raadsel om op te lossen. Een extra reden de fiets te pakken deze oplossing te vinden...

Bij het verschijnen van deze Derajeur zit waarschijnlijk de Germania Klimtocht op 3 september in de benen. Dit jaar wél een echte klimtocht, naar Kleve/Kleef. Het belooft mooi weer te worden. Hopelijk zien we dat terug in het deelnemersaantal.

Beste lezers, veel leesplezier deze Derajeur. En het belangrijkste: Geniet van het fietsen deze laatste maanden van toerfietsseizoen 2016. Wat is het jaar hard gegaan. De eerste herfst bladeren vallen al van de bomen... Toch heeft de herfst ook weer zijn charme. De kleurrijke bladeren. Zoals de lente en de zomer de kleurenpracht in de bloesem terug te zien is. En de winter de schittering van de sneeuw. Wat de temperaturen ook mogen zijn, fietsen kan vrijwel altijd. Zo niet op de racefiets, dan is de MTB een trouw maatje om lekker sportief en gezond mee buiten te spelen.

De redactie



Onderweg naar de molentjes van Kinderdijk...

WOUDENBERG

• *Dranken Wageningen b.v.* •

*Een wereldwijd assortiment
wijnen en gedistilleerd*

Junusstraat 57-59 Wageningen
tel. 0317421301 | woudenbergdranken@xs4all.nl
www.woudenbergdranken.nl

AUTO VERSTEEG BUURMAN

Altijd dichtbij!





ONDERHOUD
alle merken
vanaf € 99,-



APK
vanaf € 19,95
all inclusief

www.versteegbuurman.com

Barneveld | Ermelo | Voorthuizen | Wageningen | Woudenberg



CITROËN



PEUGEOT



TOYOTA



SUZUKI



MITSUBISHI
MOTORS



DS AUTOMOBILES

De man met de hamer

En toen was de vakantie alweer zo'n beetje voorbij. Voor mijn gevoel heb ik net mijn stukje geschreven voor de vorige Derajeur, toen de hele zomer nog op ons lag te wachten. Gelukkig geniet ik op dit moment nog van mijn vrije dagen, met nog een paar leuke dingen in het vooruitzicht. Daar zal ik jullie overigens niet verder mee vermoeien.

Een van de dingen die ten tijde van mijn vorige verhaaltje nog in de toekomst lag, was een bezoekje aan de Vlaamse Ardennen. Jullie kennen het gebied ongetwijfeld, al is het maar van de televisie als de Ronde van Vlaanderen en dergelijke worden uitgezonden. Een lieflijke omgeving, die zo af en toe plotseling wordt opgeschrikt met nijdige kasseienklimmen, zoals de Koppenberg en Patersberg. Nu is het niet mijn bedoeling om jullie lastig te vallen elk stukje dat ik heb gefietst. Maar in dit geval zit er nog wel een TCW-tintje aan, denk ik. Ik wil namelijk de stelling poneren dat je beter gaat fietsen als je lid bent van een fietsclub.

Tien jaar geleden had ik wel een racefiets en ging ook nog wel eens een blokje om. Lid van TCW was ik toen echter nog niet. Met de oude mannen van het hardlopen van vroeger gingen we dat jaar op ons traditionele Oudemannenweekend naar Geraardsbergen. Fiets mee en eens kijken of het wilde lukken met al die pukkels daar. Jullie begrijpen het natuurlijk al, dat liep niet helemaal volgens planning. Op de Muur van Geraardsbergen ging ik onderuit toen ik uit het gootje de kasseien opstuurde. Gelukkig namen we die een dag later nog eens en kwam ik toen wel heelhuids boven. De Patersberg en Koppenberg bleken daarna te steil. Met als excuus dat op beide heuvels iemand voor me afstapte, was ik gedwongen hetzelfde te doen. Natuurlijk gebruikte ik het excuus graag, maar diep in mijn hart was ik

blij dat het gebeurde. Ik was als de dood om om te vallen, zo langzaam ging het toen.

Nu was alles anders. Juist, beide kasseienkrakers werden bedwongen. De schande van 2006 was uitgewist. Niet dat ik er nu tegenop vloog, maar we bleven op de fiets en geraakten zonder al te grote problemen boven. Ik geef de credits hiervoor aan mijn lidmaatschap van de club. Ik denk toch dat ik de afgelopen negen jaar sterker ben geworden. Helaas ook negen jaar ouder, maar dat is niet anders. Maar ja, een gebied geeft niet voldoende zekerheid om mijn stelling te onderbouwen. Daarom in de vakantie ook maar wat andere bergen genomen. En zowaar, ook daar leek het beter te gaan dan vroeger. Haalde ik in 1997 bij de beklimming van de Grand Ballon in de Vogezen welgeteld één andere wielrenner in (en die had nog maar één been ook), nu waren dat er vier. Dat neemt overigens niet weg dat er nog heel veel betere fietsers zijn dan ik. Dat bleek bij de beklimming van de Mont Ventoux. Liefst 56 personen haalden me in tussen Bédoin en de top, waar ik er 24 passeerde (ja, je moet wat doen onderweg...). Maar goed, ik ben van plan om nog een tijdje lid te blijven van TCW, dus een volgende keer gaat dat ook beter.

Dan iets heel anders. Ten tijde van het maken van de vorige Derajeur, moest de Jan Janssen Classic nog worden gehouden. Nu is hij alweer meer dan twee maanden verleden tijd. Het evalueren is al in volle gang. We hadden ruim 4.200 deelnemers, zeg ik nu uit mijn hoofd. Het weer was aanvankelijk goed, maar later op de dag regende het flink. Helaas, daar doen we niks aan. Net zo min als aan het trieste nieuws van het overlijden van een van de deelnemers. Hij kreeg boven op de Italiaanse weg een hartstilstand. We hebben de man later in de sporthal herdacht met een kort moment van stilte.



Maar het nieuws van de afgelopen twee maanden kwam natuurlijk uit Rio de Janeiro. Wat keek ik als een trotse voorzitter van TCW naar de beelden van de vrouwenkoers. Er was er die dag natuurlijk maar één de sterkste, onze Annemiek. Ik dacht al aan huldigungen en dat soort zaken.... Maar we weten allemaal dat het helaas toch niet zover kwam. De koers van Annemiek eindigde in een goot tijdens de laatste afdaling. Eeuwig zonde..... Maar Annemiek, en ik denk dat ik dit niet alleen namens mezelf zeg, je was geweldig die dag. We hebben van je genoten! Hopelijk verloopt het herstel voorspoedig en kunnen we in de toekomst nog eens een huldiging meemaken.

Arnold

huijbers' administratiekantoor

Huijbers' Administratiekantoor is een administratiekantoor met korte lijnen, bestaande uit 9 mensen. Wij zijn gevestigd in het "Schip van Blaauw", een karakteristiek rijksmonument aan de Generaal Foulkesweg te Wageningen. Naast de gebruikelijke taken van een administratiekantoor, zoals het zorg dragen voor de complete verwerking van administraties, aangiften en loonadministraties van klanten, zijn wij gespecialiseerd in het berekenen van alimentatiedraagkracht en het verzorgen van diverse secretariaatswerkzaamheden voor verenigingen.



REMOND MEURS | VLOEREN

leggen, repareren en renoveren van parketvloeren

Harnjesweg 3 | 6707 ET | Wageningen | M 06-20541978 |
info@remondmeurs.nl | www.remondmeurs.nl

Groepen TCW

De twee 'standaard'- MTB groepen vertrekken het hele jaar door om 9.00 uur vanaf het clubhuis. Alle andere groepen vertrekken van 1 maart tot 1 november om 9.00 uur vanaf het clubhuis. Vanaf 1 maart vertrekken onderstaande groepen op de racefiets. De ritten zijn gevarieerd in lengte en hoogtemeters maar altijd mooi, in deze buurt. Ergens halverwege de rit wordt gepauzeerd. Sommige groepen (of een deel ervan) nemen deel aan door andere clubs georganiseerde toertochten. Hou het forum in de gaten voor de laatste afspraken van alle groepen (behalve de D2). Tijdens het clubfietsen is het dragen van een helm verplicht en van clubkledij gewenst.

Zaterdagfietsen

Groep A

Wegkapitein: Roel van den Meiracker,
tel. 0317-412074

Afstand: 120-160 km. Tempo: gem. 30-35 km/u

Groep B

Wegkapitein: Ronald Brussen, tel. 0317-318692

Afstand: 110-140 km. Tempo: gem. 28-30 km/u

Groep C

Wegkapitein: Kees van Gent, tel. 0487-502726

Afstand: 110-140 km. Fietssnelheid: 28 tot 30 km/u.

Groep D1

Wegkapitein: Michèle Gimbrère, tel. 0317-421994

Afstand: 100 - 120 km. Tempo: gem. 24-26 km/u

Groep D2

Wegkapitein: Hans Groeneveld, tel. 0317-420721

Afstand: <100 km

Tempo: gem. 22-24 km/u

MTB-groep

Mountainbiken (2 groepen)

Bij vertrek splitsen de mountainbikers zich op in 2 (of 3) groepen.

Vertrek mtb-groepen zomer én winter: 9.00 uur clubhuis (tenzij andere afspraken zijn gemaakt via forum of whatsapp).

Sportieve groep: 20-25 km/u

Recreatieve groep: tot 20 km/u

Toertochten/mtb-routes: ja

Afstand: varieert sterk, van 30 km tot 70+ km (sportieve groep in de zomer)

Meefietsen of vraag? Mail mtb@tcw79.nl

(contactpersonen: Anne van Schaijk / Margit Warmink).

Zondagfietsen

De zondaggroep fietst het gehele jaar door op de weg. Kijk op het forum (www.tcw79.nl/?q=forum) of er de komende zondag plannen zijn, of neem zelf hiertoe initiatief door er een bericht op te zetten. Vertrek doorgaans om 9.30 uur. Afstand <100 km, parcours heuvelachtig en vlak en snelheid oplopend tot 30 km/uur gemiddeld. Dit alles in goed overleg met de aanwezigen van de dag.

Raad de Plaat

Deze Derajeur een nieuwe Raad de Plaat. De foto is wederom genomen binnen 1500 meter van het clubhuis. Stuur inzendingen naar cevani@upcmail.com.



Nieuwe Raad de Plaat

De oplossing van de vorige raad de plaat is de duiker onder de Lawickse Allee aan het einde van de Afweg. Het is op de kruising naar het Binnenveld.



Oplossing vorige Raad de Plaat. Duiker bij de Afweg.





Belettering - reclame - promotionele artikelen
Eindejaarsgeschenken - Kerstpakketten

Administratie- en belastingadviesburo PABa

Ton Post
Belastingadviseur
Tarthorst 1161
6708 JL Wageningen
Mob. 06-22692519



Bezoek ook aan huis

KARWEI CENTRALE

HEDO MAASSEN



Voor al uw klussen in en om het huis

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



Het beste voor uw ogen



optometristen O.V.N. • contactlensspecialisten A.N.V.C. • Hoogstraat 29 • Wageningen • www.bril29.nl

Gran Fondo Stelvio Santini

KRAK! Shit! Daar lag hij dan. Op het eerste gezicht geen schade maar het klonk wel hard... De fiets was toe aan een poetsbeurt voor de aanstaande korte fietsvakantie naar Bormio, Italië. Aldaar zouden ik en mijn zoon Martijn, die toch niets beters had te doen na zijn eindexamen, de Gran Fondo Stelvio Santini gaan fietsen.

Al poetsend mijmerde ik over razendsnelle afdalingen en zware maar fantastische beklimmingen in de Italiaanse alpen... Héé, wat voelt die staande buis raar, beschadigde lak, bramen en je kunt hem inknijpen. De "onschuldige" valpartij van mijn fiets had door ongelukkig toeval mijn staande buis gescheurd. Dan pas besef je hoe gehecht je kunt raken aan een fiets. Sinds 2008 delen we lief en leed en de fiets was beter bestand gebleken tegen valpartijen dan ik... tot zojuist dan!

Na even radeloos te hebben rondgefoeterd toch maar gaan nadenken over een ander plan. De bus vertrekt over 4 dagen!

KRAK! Shit! Daar lag hij dan. Op het eerste gezicht geen schade maar het klonk wel hard... De fiets was toe aan een poetsbeurt voor de aanstaande korte fietsvakantie naar Bormio, Italië. Aldaar zouden ik en mijn zoon Martijn, die toch niets beters had te doen na zijn eindexamen, de Gran Fondo Stelvio Santini gaan fietsen.

Al poetsend mijmerde ik over razendsnelle afdalingen en zware maar fantastische beklimmingen in de Italiaanse alpen... Héé, wat voelt die staande buis raar, beschadigde lak, bramen en je kunt hem inknijpen. De "onschuldige" valpartij van mijn fiets had door ongelukkig toeval mijn staande buis gescheurd. Dan pas besef je hoe gehecht je kunt raken aan een fiets. Sinds 2008 delen we lief en leed en de fiets was beter bestand gebleken tegen valpartijen dan ik... tot zojuist dan!

Na even radeloos te hebben rondgefoeterd toch maar gaan nadenken over een ander plan. De bus vertrekt over 4 dagen!

- Repareren van carbon schijnt wel te kunnen maar zeker niet binnen 4 dagen.
- Een nieuwe fiets aanschaffen zou alleen lukken met een showroommodel. Een impulsaankoop van enkele duizenden euro's zit me echter niet lekker.
- Een fiets huren kan, maar betekent wel een flinke aderlating in kwaliteit/gewicht van het rijwiel zonder duidelijkheid over die kwaliteit.
- Laatste optie: mijn crosser! Deze gebruik ik in de winter wel op de weg. Dat is hoofdzakelijk vlak en ik weet niet of ik de cantilever remmetjes vertrouw in het Italiaanse hooggebergte. Na de volgende opmerking (al dan niet waar); "Ik zou me minder zorgen maken in een natte afdaling met cantileverremmetjes dan met een full carbon remrand", was ik om. De crosser mocht de honneurs waarnemen in Bormio! Aangezien de crosser is uitgerust

met een Ultegra 10 speed en crosscrank (36/46) kan ik een kwalitatief goede fiets in elkaar zetten door de compact crank (34/50) en de wielen van mijn racer over te zetten naar de crosser.

Zo vertrokken we op een donderdagavond met de nachtbus richting Bormio. Na een voorspoedige reis met goede slaapmogelijkheden, omdat de bus exact halfvol was en we dus allemaal 2 stoelen tot onze beschikking hadden, reden we vrijdagochtend de laatste 20km naar Bormio. Dit dal zouden we zondag ook heen en weer rijden tijdens onze GranFondo!

Nog even een korte sanitaire stop en dan konden we 's middags nog een stukje fietsen. De Gavia was het plan. Helaas bleek de bus niet meer te willen starten na onze laatste stop. Met dank aan Ernst Peter en zijn oldtimer ervaring konden we, na wat hamerslagen op de startmotor, onze laatste 20km van de reis ook volbrengen.

Ondanks de iets verlate aankomst in Hotel Vallecetta te Bormio, hadden we nog ruim tijd om 's middags de Gavia te beklimmen. Omdat het zondag moest gebeuren was sparen mijn devies. Niet iedereen was echter die mening toegedaan dus al snel verdwenen de snelsten uit beeld. Vanuit het hotel kende de beklimming van de Gavia ruim 1400 hoogtemeters. Na 23 km en een kleine 2 uurtjes fietsen bereikten we het cafe/restaurant op de top. Hier brandde de kachel uitbundig en was de warme chocomel meer dan welkom. Het was buiten namelijk net boven 0 en het miezerde hard (of regende zacht)! Slecht wegdek en sneeuwmuren die ijswater lekken maakten ons niet enthousiast over de afdaling!

Knijpen, harder knijpen, nóg harder knijpen. Nee cantilevertjes halen het niet bij mijn remmen die ik gewend ben. De afdaling was duidelijk een kwestie van wennen aan het materiaal. De remmen voelen "sponzig"; eerst doen ze niets en dan gaan ze (langzaam) steeds beter remmen. Het is dan echter wel zaak om de bocht nog niet gepasseerd te zijn! Ik moet dus opnieuw bepalen waar ik moet beginnen met remmen (eerder) en hoe hard (hard!) om goed uit te komen in de bocht. Het is veel harder concentreren en werken dan ik gewend ben! Op snelheid gedraagt de fiets zich verder prima. Na 23 km dalen heb ik wel redelijk gevoel en vertrouwen in de fiets en met name de remmen.

Zaterdag staat in het teken van slecht weer. In Nederland is het hoogzomer maar Bormio houdt het bij een graad of 12 met buien. We slapen uit, fietsen een stukje (redelijk droog maar het beloofde uitzicht ligt verscholen in de mist). 's Middags halen we de startnummers en gadgettas op. De weersvoorspellingen variëren van matig (fris en regen vanaf 13.00u) tot redelijk slecht (fris, regen bij de start én vanaf 13.00u). We leggen al onze spullen voor morgenochtend klaar en lezen we ons boek (of telefoon).

Het beste voor uw sportieve ogen



BRIL
NEGENENTWINTIG

optometristen O.V.N. • contactlensspecialisten A.N.V.C. • Hoogstraat 29 • Wageningen • www.bril29.nl

**Bakkerij
Stroop**

Irenestraat 54
Wageningen
0317 41 42 85

Ambachtelijk gebakken brood
Ook voor uw biologisch brood



Massagepraktijk Valentijn

Valentijn van den Berg
Sportmasseur NGS

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

sportmassage
blessurepreventie
ontspanningsmassage
oefentherapie

Gran Fondo Stelvio Santini

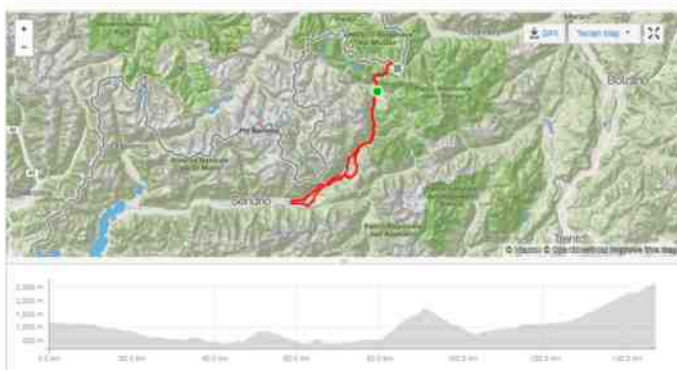
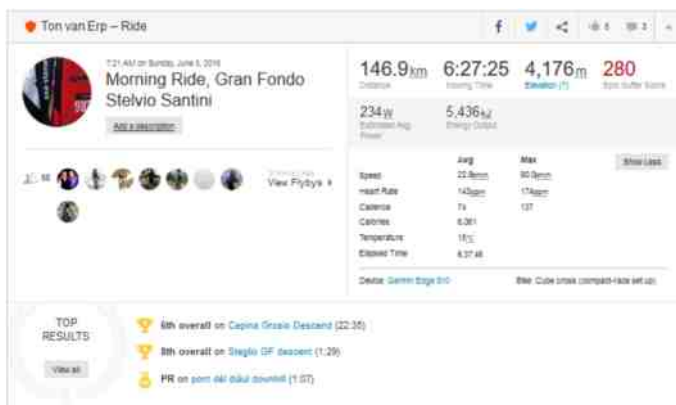
"Puttarella", "Catzo" en andere scheldwoorden van opgewonden Italiaantjes vliegen ons om de oren bij de eerste versmalling in de beklimming van de Teglio. Uiteindelijk hoef ik net geen voetje aan de grond te zetten maar ik begrijp dat anderen hier een stuk hebben moeten lopen omdat, als je eenmaal allemaal stilstaat/loopt op een helling van ruim 10%, opstappen niet lukt met zijn allen tegelijk. De Teglio is 5 km lang en is een gemeen klimmetje. Het is druk en ik wring me langzaam door de menigte. Ik voel me goed! Op de top is een uitgebreide verzorgingspost met allerlei lekkers. Ik beperk me tot het uittrekken van arm en beenstukken en een nieuwe bidon water, afgetopt met een paar aardbeien. We zijn pas 1,5 uur bezig!

Ruim 2 uur eerder, om 6.45u, hebben we ons verzameld in het 4de en laatste startvak. Om 7.00u start de eerste groep, de 2de, 3de en 4de groep volgen steeds een kleine 10minuten na elkaar waardoor wij onze tocht kunnen starten om ongeveer 7.30u. Na 3 geneutraliseerde km's

heb ik me in de voorste geledingen van onze groep gemanoeuvreerd als we "los" gaan. De eerste 50km lopen vals plat naar beneden om in totaal bijna 1000 meter te dalen. Strava geeft aan dat ik over een periode van 22 minuten gemiddeld ruim 55km/u heb gereden, met een uitschieter tot 90 km/u. De cantilevertjes houden het goed en ik heb er vertrouwen in!

De afdaling van de Teglio is weer een feestje en opnieuw passeer ik weer een aantal mensen. Die mij vervolgens weer inhalen wanneer ik mijn reservetasje onder het zadel verlies en dus een stukje terug moet klimmen om dat weer op te halen. De volgende klim stelt volgens mijn reisgenoten niet zoveel voor. "La Motta" blijkt een redelijk brede weg die meanderend omhoog loopt. Na een stukje in het wiel van een Belg te hebben gereden moet ik hem laten gaan. Ik kom de klim echter goed boven en duik gelijk de korte afdaling in waar ik mijn Belg weer inhaal en we samen naar de voet van de Mortirolo rijden. Ik ben nog geen 2,5 uur onderweg en lig dus iets voor op "schema"!

Om de tijd te doden tijdens een cyclo maak ik altijd schemaatjes met doorkomsttijden voor mezelf. Voor deze GranFondo was het schema redelijk simpel; 1 uur voet Teglio, 1,5 uur boven op de Teglio, 2,5 uur voet Mortirolo, 3,5 uur boven op de Mortirolo, 4,5 uur terug in Bormio, 6 uur top Stelvio en finish. Ook qua voeding en bidonnen vullen heb ik nagedacht. Door op de Teglio één bidon te vullen kan ik de Mortirolo beginnen met niet helemaal volle bidonnen die ik dan op de top weer kan vullen (zo licht mogelijk naar boven). Vervolgens zou dan nog een keer bijtanken in Bormio voldoende moeten zijn om me naar de finish te brengen. Deze strategie is gebaseerd op redelijk fris weer...



MOVE-SUPPORT

maakt werk van gezonde mensen



Testen op locatie

Move-Support is specialist in het afnemen van inspanningstesten met ademgasanalyse. De testen kunnen op locatie worden afgenomen of op de vaste locatie in Rhenen. Zie de website of bel voor meer informatie:

www.move-support.nl of T 06-21107756

Kosten
€49,50

Inspanningstest voor fietsers

Steeds meer mensen nemen hun sportprestaties en gezondheid serieus. Goed materiaal wordt steeds meer gebruikt om betere prestaties neer te zetten. Een nog iets minder ingezet middel, maar minstens zo belangrijk, is de inspanningstest. Door middel van een inspanningstest kan bepaald worden hoe je er als sporter fysiek voor staat. Maar nog belangrijker, op welke manier je het beste aan de slag kan om je sportprestaties of je gezondheid te verbeteren.



Hartslagzones

Een van de redenen om een inspanningstest te doen, is het bepalen van de hartslagzones. Door middel van de inspanningstest worden deze gemeten in plaats van uitgerekend. Hierdoor zijn deze veel nauwkeuriger en kan beter aan je doelstelling gewerkt worden.



(An)aerobe drempel

Door middel van een inspanningstest met ademgasanalyse kan heel nauwkeurig de anaerobe drempel (Respiratoir compensatiepunt) worden bepaald. Maar Move-Support bepaalt eveneens de aerobe drempel (Ventilatoire Anaerobe Drempel). Door met twee drempelwaarden te werken, worden de individuele trainingszones nog veel persoonlijker en wordt duidelijk waar de aandachtspunten nog liggen.



Move-Support-Daniel van Schaik, - www.move-support.nl - nfo@move-support.nl - T 06-21107756- Kvk 64041689

"Bij van de Wetering tweewielers al 90 jaar de beste service!"

90

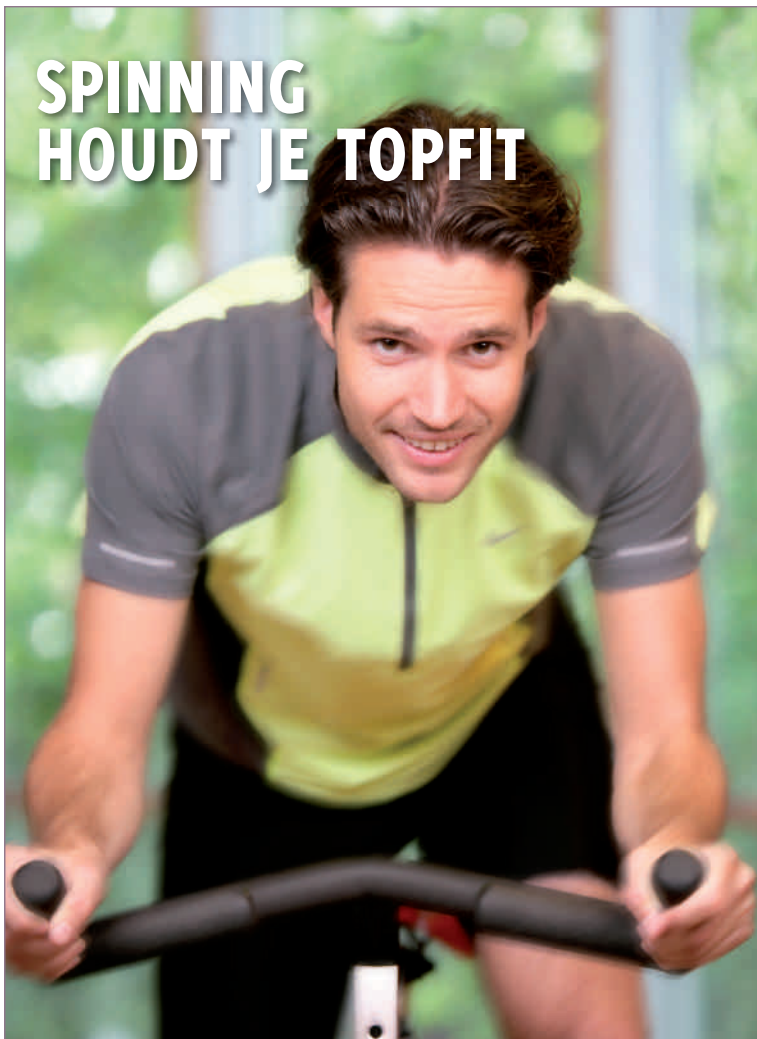


van de Wetering
tweewielers



WWW.VANDEWETERINGFIETSEN.NL

SPINNING HOUDT JE TOPFIT



WINTERAANBIEDING VOOR LEDEN TCW

Wil je deze winter je conditie op peil houden?
Dan is spinning voor jou de ideale indoortraining!
Er zijn iedere dag spinninglessen en je kunt
meedoen op het moment dat jou het beste uitkomt.
Kijk voor de tijden op het lesrooster:

www.sportcentrumdeplataan.nl

- 1x per week Spinning
- Van 1 oktober tot 1 april
- Gratis proefles
- Geen inschrijfgeld
- Maandtarief € 32,- (i.p.v. € 38,50)

Meedoen?

Bel snel voor een gratis proefles en schrijf je in!

SPORTCENTRUM  DE PLATAAN

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

Maak de fietsverkeersdoorstroming
veilig en snel

Gebruik je bel!



Aan de voet van de Mortirolo is een tweede verzorgingspost en hier maak ik mijn fout van de dag! De temperatuur is behoorlijk opgelopen dus ik zou (achteraf gezien) meer moeten drinken. Ik sla de post echter over. Ik heb nog ruim 1,5 bidon met opgeloste voeding en denk daarmee de Mortirolo wel te kunnen bedwingen. Denk ik...

Mortirolo

Mensen die letterlijk omvallen met hun fiets, kreunende medefietsers, een betonwegdek dat matig tot slecht is en problemen om je voorwiel op de grond te houden omdat de stijgingspercentages ruim boven de 20% komen. Dit beschrijft de laatste 2km van de Mortirolo, zoals wij hem nu beklimmen, wel aardig. Ik moet voluit (hartslag 175-180) om te blijven fietsen. Ik ga 4km/uur!

Dit is het toetje van de Mortirolo. Na ruim 8 tergend langzame, steile klimkilometers hebben we even een stukje mogen dalen om vervolgens deze laatste 2 "beton-km's" voor onze kiezen te krijgen. Helaas is het beste er een beetje af. Ik heb te weinig eten en drinken en snak naar de verzorging op de top.

Na ruim een half uur klimmen op de mortirolo (en 4km verder) voelde ik al dat ik voedsel en vocht tekort ging komen tijdens deze oneindige klim. Door de bidonnen zo netjes mogelijk te verdelen heb ik de schade op de Mortirolo nog weten te beperken. Hoewel redelijk uitgevoond, bereik ik redelijk op tempo de top van de Mortirolo. Ik gebruik een paar minuten om bij te komen, te eten en mijn bidonnen weer te vullen.

Nog steeds volgens schema bereik ik na 4,5 uur fietsen Bormio weer. Het vals plat dat we 's ochtends naar beneden zijn geraasd valt de andere kant op niet mee. Ik heb me vastgebeten in een paar wieletjes en kan net volgen tot in Bormio. De Stelvio wacht, terwijl mijn lichaam eigenlijk zegt dat het er wel klaar mee is.

Om een lang verhaal iets korter te maken. Ik doe bijna 2 uur over de beklimming van de Stelvio en sterf, vooral in het eerste deel, duizend doden. Het is warm (meer dan 22 graden), steil en rechtuit. Ik heb liever haarspeldbochten! Hoger komen er meer bochten en koelt het gelukkig wat af. De voorspelde regen blijft nog uit en in het zonnetje rijd ik uiteindelijk over de finish op de top van de Stelvio. Om nog binnen 6,5 uur (zuivere fietstijd) boven te komen, fiets ik me nog helemaal kapot de laatste 2 km. Hierbij werd ik nog even aangemoedigd door uw buitenland reporter in de afdaling. Het duurt meer dan een minuut voor ik mijn finishers-cap, net na de finish, aan kan nemen zonder met fiets en al om te vallen.

Martijn, die de Mortirolo had overgeslagen, blijkt 7 minuten voor mij te zijn gefinished. De organisatie heeft 's ochtends tassen met afdalingskleding verzameld en naar boven gebracht die we nu op kunnen halen. Samen kleden we ons rustig om in de verwarmde tent. Net voor we

willen gaan vertekken klettert de hagel neer op de tent en wachten we nog even. Tijdens de afdaling maken we nog foto's van elkaar want het is wel spectaculair, deze berg en de weg tegen haar flanken!

Na een lekkere douche nog langs de pastaparty die, evenals de rest van de tocht, prima is georganiseerd. Menno en Liesbeth schuiven nog even aan voordat zij de Stelvio nogmaals gaan beklimmen, maar nu met de auto op weg naar huis. Menno was uiteindelijk 2de in zijn leeftijdscategorie. 's Avonds de fietsen en spullen inladen en nog een laatste diner voordat we de bus ingaan voor onze nachtelijke reis terug naar Nederland.

Zo zat ik op maandagmiddag, een mooie ervaring rijker, zoals elke maandag dus weer op mijn fiets met fietskar om de week-boodschappen te doen.

Ton van Erp

TCW-er laat bier staan

De bekende A-groep rijder Paul Nijenhuis mag dan een grote versnelling hebben, hij heeft ook een heel klein tandwielletje. Zo kon het op een mooie zaterdagmiddag gebeuren dat Paul in (on)toerekeningsvatbare toestand het etablissement aan het Nudepark zou verlaten om zijn bier in onsteltenis achter te laten. De toeschouwers zijn nog steeds in shock. Alle hulp (niet alleen geestelijke) is welkom.



Totale ontreddeering

Fietspraat bij TCW '79 aflevering 3



Mendig-Budel

Na vorig jaar een ontzettend leuke Diekirch-Valkenswaard gereden te hebben gaan Pip Levarht, Marco van Tiel en ik (Renée Bekx) Mendig-Budel rijden. Deze tocht vond plaats op zaterdag 3 juli. Een goed georganiseerde en uitgeprijde tocht met een stuk minder deelnemers als Diekirch-Valkenswaard maar daarom zeker niet minder mooi. Busvervoer (inclusief) fiets wordt geregeld vanuit de organisatie maar wij gaan er in 2 dagen naartoe fietsen. Hieronder het verslag.

Etappe 1: Wageningen – Haan 178 km, 1000hm

Weet u nog...het begin van de zomer met alle stortbuien? Ook op onze eerste dag zijn stortbuien voorspelt. De vertraging begint al voordat we vertrokken zijn want vanwege een stortbui vertrekken we later. Maar dat betekent meer tijd voor koffie...geen ramp. Eenmaal vertrokken en aangekomen bij de brug van Heteren vraagt Marco zich af waar hij aan begonnen is. Ach, na de brug van Heteren is het nog 'slechts' 150km. We fietsen met rugzak op en daarom is alles wat we niet meenemen meegenomen. De tocht gaat voorspoedig op een leuke band van Pip na, maar als we in Duitsland aankomen, komt er een auto van links die ons niet gezien heeft. Ik kan nog net uitwijken maar achter me rijdt Marco en hoor ik een harde knal...het zal toch niet?! Gelukkig is Marco zonder kleerscheuren maar wel met schoonscheuren ervan afgekomen. Een kapotte schoen die we met tieraps kunnen repareren. Ook zijn fiets heeft een klap gehad maar verder fietsen lukt. De rest van de rit gaat goed, op weer een leuke band van Pip na. We zien donkere wolken maar de stortbuien gaan aan ons voorbij. Aangekomen in Haan, waar we een huisje hebben geboekt via airbnb, krijgen we (hoe kan t anders) verse eieren van de eigenaar. De avond bestond uit een lange wandeling naar de supermarkt, koken, bier drinken en WK kijken. Te laat naar bed (of de volgende ochtend te vroeg op?), het was in ieder geval vroeg dag want dag 2 is een zware etappe.

Etappe 2: Haan – Andernach. 165km, 2500hm

Vroeg op dat betekent koffie! Marco dacht een goede bak te zetten...dat heb ik geweten. De lepel bleef nog net niet rechtop staan. Na een stevig ontbijt waren we klaar om te gaan. Pip de routeman waarschuwde ons al voor de zwaarte van de route. De samenvatting van de rit: op en af en dat héél vaak. Marco voelt zich na gister de moeizame start en zware dag toch topfit. Hij gaat als een speer. Als we bijna op het eind zijn klimt hij iets rustiger, ik vraag of hij moe is. Maar hij 'is rustig aan het uitfietsen'...en dat op een klim van >10%. Haha, tja dat moet je kunnen. De laatste 30km is het rustig afdalen richting de Rijn.

Een mooi huisje, ook via airbnb. Hier gaan we aan de pizza, lasagne en bier. Goede voorbereiding op de échte tocht toch? Verder zijn er 2 goede bedden en een slaapbank.



Onderweg

Het is uitvechten wie waar slaapt maar uiteindelijk gaat Marco op de slaapbank.

Etappe 3: Mendig – Budel & more. 288 km, 3500hm

Vroeg op en wederom een stevig ontbijt. Na 20km warmdraaien vanuit Andernach naar Mendig gaat het 'echte' werk beginnen. Voor Pip en mij gaat het goed maar bij Marco gaat het tot aan de eerste pauze moeizaam. Als smoes (of zou het echt zijn) geeft hij de slaapbank de schuld van zijn prestaties.

Hagel, regen en wind. Een heroïsche tocht. Als de zon doorkwam was het warm maar we hebben 3 stortbuien over ons heen gehad waarvan 1 met hagel en dan was het k-k-koud, zeker als je geen regenjas bij hebt. Alsof dat niet genoeg was, was er harde wind tegen. Vooral op het laatste stuk, daar zagen we overal takken liggen dus het was goed opletten. Er waren 3 stops waarvan vooral de rijstevlaai goed smaakte. We werkten hiervan 2 of 3 stukken weg. Marco vond ook het broodje knakworst goed smaken die we bij de laatste stop kregen, maar het herkauwen van de knakworst vanwege de zwaarte van de tocht was iets minder lekker. Pip had dit jaar al veel kilometers gereden en dit zag je, hij heeft de laatste 100km veel kopwerk verricht. Hij ging zo hard op kop dat hij de mensen die bij ons in het wiel zaten eraf reed. Ik, Marco en een Belg (Peter van der Wielen, toepasselijke

naam voor een renner) bleven in zijn wiel plakken en zette zo de tocht voort tot aan Budel. De tocht was erg mooi. Steile klimmetjes, mooie afdalingen en prachtige uitzichten. Aangekomen in Mendig pakten we een pintje. Vanuit Budel is het nog 30km fietsen naar Lierop. Het plan was dit met een ommetje te doen om de 300km vol te maken, maar uiteindelijk zijn we vanuit Budel rechtstreeks naar 'ons pap en mam' gefietst en vonden we 288km mooi genoeg. Hier stond een heerlijk avondmaal te wachten.

Etappe 4: Lierop – Wageningen 128 km, 155 hm

Ik wilde uitslapen en toen ik opstond waren de mannen al aangereden. Niet zoals op de eerste dag door een auto maar "gewoon aangereden" zoals we dat in Brabant noemen. Dit betekende voor mij een soloritje uitfietsen naar Wageningen. Op kontpijn na ging het goed.

De grote wielercrypto

Antwoorden graag vóór 20 september 2016 insturen naar derajeur@tcw79.nl

Hoofdprijs: eeuwige roem middels een vermelding in het illustere clubblad.

Nevenprijzen: nee, jammer

Alleen renners (en andere zaken) die nu nog actief zijn kunnen het juiste antwoord zijn.

Voor het antwoord op de vraag 'welke Arnhemmer de puntjes op de i zet' – Maarten Tjallingii – ben je dus helaas net te laat.

Hier komt ie.

1. Wielrenner uit een Spaans boekhoudersgeslacht spreekt in decimalen. (7,8)
2. Deze Chinees rijdt stiekem mee in het peloton. (2,4)
3. Stoomlocomotief uit Canada heeft altijd mazzel. (5,4)
4. Dit is de Franse tegenstander van Bas Groot. (6,5)
5. Deze razendsnelle ronderenner houdt zijn eigen rondetijden bij. (5,6)
6. De winnaar rijdt in regen én zonneschijn. (14)
7. Fransman rijdt weg uit het peloton. (6,6)
8. Sluwe winnaar. (8,3)
9. Op zowel baan als weg is deze Belg bijna de baas. (4,6)
10. Deze versnelling spoort niet. (10)
11. Kampioen wurgen? (6,7)
12. Deze korte-afstand forensen zouden een ov-kaart moeten krijgen. (11)
13. Een raar geval met een zelf-rijdende renner? (5,8)
14. Een onstandvastig peloton. (6)
15. Sprinter die kromme vruchten plukt van ploegwerk. (4,9)
16. Deze onderzoeker van diersoorten bevindt zich graag aan de zijde van een grote kat. (6,7)



Wolken op de achtergrond

Een toptocht en goed georganiseerd. Voor meer info: <http://www.swac.nl/mendig.htm>

Renée Bekx

Alpe d'HuZes

Nou ja, Alpe d'HuVier dan.

Een mooi dal, een aantal mooie besneeuwde bergen er om heen. Dat is de plek waar sommige TCWers al heen gingen, onderin het dal Bourgh-d'Oisans en bovenop de berg Alpe d'Huez. Zelfs met de auto is de eerste klim erg indrukwekkend. Het eerste gedeelte is steil, heel steil. Dan slinger je wat en raak je de tel kwijt in welke bocht je zit. Gelukkig hebben ze elke bocht een nummer gegeven, best leuk in de auto om mee te tellen en de bordjes te kijken. Geloof me, voor die enkele TCW-er die hem niet kent, op de fiets later zijn die bordjes NIET leuk, weet je precies waar je bent, kortom: Alp d'Huez! 14,5km klimmen om 1150m hoger uit te komen met gemiddeld 9%!

Bijna een hele week op een alpenweide om op donderdag te fietsen. Het eerste dat opviel was de uitstekende organisatie van het hele Alp d'Huzes. Paar keer uit eten, paar keer naar de tent voor een 3 gangen menu, echt goed! Op woensdag de Alpe d'Huzus. De kans voor de vrijwilligers die de donderdag aan de slag moeten om ook zelf de voetjes te laten gaan. Ongeveer 800 mensen gingen omhoog en werden op de finish onthaald met vreugde en muziek. Op donderdag ging het iets anders. Om 3 uur 's morgens opstaan, snel wat eten en warm aankleden (6 graden, brrr), want om half 4 de eerste afdaling naar de officiële start van AD6. Het was wat mistig, dus het zicht was erg slecht, maar toch stonden er al een paar honderd mensen langs de weg om aan te moedigen. Ik had nooit verwacht dat er zoveel mensen zo vroeg zouden starten, maar ik schat een deelnemer of 3000 die de vroege start wilde meemaken. Met z'n allen rustig door het dorp heen in alle vroegte om onder luid applaus en gejuich de eerste klim te beginnen.

Klim 1 (1 uur 27 min) en 2 (1 uur 23 min) zaten er voor het 'grote' ontbijt al op. Die gingen lekker en de kou was niet te erg. Afdaling 3 was erg erg erg koud en beneden werden er niet voor niets dekens en warme drank uitgedeeld. Tip voor iedereen die wil afdalen in de kou, doe een droog ondershirt aan! Hulde aan de dames en heren voor de verzorging, wederom perfect geregeld. In de derde klim ging het mis, mis met mijn knie wel te verstaan. Die wilde niet meer trappen en een korte pauze was genoodzaakt. Aangezien *opgeven geen optie is* toch maar verder gaan fietsen en met lichte vertraging boven gekomen (1 uur 37min). Na een lange lunch de dokterspost opgezocht voor een kort onderzoekje. De arts was weinig onder de indruk (je knie is stabiel) en met een goede lach en grijs een paar pijnstillers gekregen. Tja, opgeven was toch echt geen optie meer. Hop, weer naar beneden voor klim 4. De snelste van mijn dag, 1 uur 20min. Met dank aan Jip zijn steun. Ik kende Jip nog niet, hij mij ook niet, maar met deze klim samen te doen weet je echt dat je op zo'n dag nooit alleen staat. Als het moet, dan duwen ze je omhoog. Samen de finish over, dat was ons doel. Het weer was omgeslagen naar regen en koud (5 graden) op de top. Het was genoeg geweest op deze hele mooie dag. Mooi niet in het weer, het was grijs en koud de hele dag, mooi niet in het berguitzicht, die zag je niet, nee mooi in de mensen, de sfeer en het respect. Het AD6 lied 'Dichter bij de hemel kom ik niet' beeldt echt deze sfeer uit. Voor mij persoonlijk iets anders dan het lied, namelijk, als de hemel een plek is waar het goed is, waar iedereen elkaar helpt en elkaar steunt en respecteert, dan komt de hemel een klein beetje op aarde daar op die berg. Er is respect en ruimte voor mensen die flinke emoties hebben (huiltend van de fiets springen en bij een kaarsje gaan zitten janken) en voor feest in elke vorm. Feest dat het leven ook doorgaat en we dit hebben kunnen doen met z'n allen en dan hopelijk 100% genezing mogelijk maken. Denk niet dat we in onze 'normale' samenleving zulke dingen zo hand in hand zien gaan met alle lagen van de bevolking vertegenwoordigd.

Een mooie week en misschien ook wel jammer dat de TV meestal alleen het emotionele gedeelte laat zien. Het gedeelte dat mij echt is bijgebleven is de ruimte voor elkaar, ook als je met 20 duizend man op een berg staat. Iedereen mag zijn wie hij is, doen wat hij goed acht en emoties tonen die hem of haar op dat moment vervullen. In bocht 7, de Hollandse bocht, gaat dat prima samen. In de binnenbocht kaarsjes met namen van overledenen en verdrietige mensen, terwijl in de buitenbocht de mensen staan te juichen en te feesten omdat hopelijk in de toekomst die kaarsjes er niet meer zullen zijn.

In één woord samengevat deze week: Hartverwarmend!

Mocht je er ooit over getwijfeld hebben of dit een mooi fiets spektakel is? Jazeker, een beleving die je nooit zult vergeten!

Jeroen de Pagter



Van de ledenadministratie, de mutaties vanaf april 2016

Bij de sluitingsdatum van de vorige Derajeur waren er geen nieuwe leden, geen opzeggingen en slechts één verhuizing te melden. Dat was nauwelijks de moeite van het berichten waard. Daarom nu de meldingen over een wat langere periode (vanaf april 2016).

Nieuwe leden:

Raoef Baksoellah
Lotte Stokvis

Opgezegd:

C. Bitter
Rob Janssens
Caroline van Oostveen
Paul Römkens
Diana Rothuizen
Marcel Wilmink

Verhuisd:

Renée Bekx
Willem Putman
Evert Rense
Danny Schoch

Michèle Gimbrère
Ledenadministratie



São Sebastião do Rio de Janeiro, Brazilië, 7 augustus 2016. Warm, regenachtig weer. Ik laat mijn spullen uit de auto pakken en laat mijn fiets in elkaar zetten. Vanaf een berg kijkt mijn allergrootste fan met gestrekte armen toe. Bebaarde fan. De leegheid van zijn vorige leven schokt mij. De meeste tegenstanders fietsen al rond.

'In vorm?' waagt het een te vragen. 'In de vorm van mijn leven', lieg ik. Hoewel: lieg ik eigenlijk wel op dit punt?

Kilometer 0 – 40. Hier hadden mensen moeten klappen. 'Kom op Annemiek', dat roepen ze toch? Er staat echt niemand. Zeker niet zo populair dat fietsen hier in Rio.

Dit moet dat stuk kasseien zijn waar ze het gister over hadden bij de mannenwedstrijd. Wie heeft die dingen hier neergelegd? Wonen er soms veel Belgen in dit deel van Brazilië. Zeker geëmigreerd na of in de oorlog. Was het nu de eerste of de tweede wereldoorlog? De eerste, denk ik. In 1916, honderd jaar geleden, dus, kwamen Europeanen bij bosjes naar Brazilië toe. Wedden dat deze weg op 7 augustus 1916 is aangelegd door Belgische mijnwerkers. Vandaar al dat feestende volk langs de route. Ahum...

De koers wil nog niet echt ontbranden. Wel zie ik collega's stuiteren op de kasseien. Moet je die Mara Abbott eens zien. Veel te licht voor dit werk. Hier moet je een gezonde Hollandse meid voor zijn.

In 2011 won ik mijn eerste grote wedstrijd, en dat was er een met

kasseien! De Ronde van Vlaanderen, mijn eerste klassieker, mijn eerste echte overwinning.

Mijn sportcarrière: ca. 2005.

Ik had een racefiets gekocht, en eigenlijk had ik geen reden meer om er niet op te gaan fietsen. Ik besloot een tochtje mee te fietsen met de D--groep van TCW, een wielclub in Wageningen. Toen al besepte ik dat ik daarmee iets begon dat ik niet kon overzien.

Kilometer 40 – 100. De koers komt op gang. We hebben het laagland verlaten en rijden nu in de heuvelzone. Vele rensters krijgen het al moeilijk. Ik niet. Ik trap in de boter, voel mijn pedalen niet, of hoe zeggen ze dat altijd in de tv-commentaren. De 'Gru-mari' en de 'Grotta Funda' zo luidende poëtische namen van de heuvels die we elk twee keer moeten beklimmen. Lang zijn ze niet, wel stijl. Het is echter nog niets bij wat ons nog te wachten staat: de 'Canoas', gevolgd door de 'Vista Chinesa'.

Kilometer 100 – 137. Ploeggenote Vos zit in de kopgroep. Ik hoef niets te doen. De Amerikaanse dames lossen het maar op. En dat doen ze ook. Wat leggen die Guarnier en Stevens er een pees op zeg. Vos wordt bijgehaald. Vos lost. "Vosje losje", die ga ik onthouden. Niewiadoma lost zelfs, net als Armitstead. Wat rijdt die Abbott achterlijk hard. Waarom past zij haar tempo niet aan aan de moeilijkheidsgraad van de berg? Wat is ze dun. Het lijkt Froome wel. Hoor ik trouwens niet iets zoemen bij haar trapas?

Daar gaat Anna. Toe maar, nog een schepje erbij! Ik blijf zitten bij Abbott. We komen terug bij Anna. Wat nu? Wat gebeurt er? Ik ben ontsnapt! Ik rijd ze er af. Ik kijk om. Abbott wordt nog kleiner dan ze al is. Vlak onder de top komt ze terug. We gaan dadelijk dalen. Dat kan die kleine niet. Ik wel, heel goed zelfs. Ik daal net zo goed

als Nibali bij de mannen, de beste daler ter wereld. Hij won onlangs nog de Giro door een betere lijn te dalen dan Kruijswijk. Hoewel... in de Tour werd de snelste daler eraf gereden door nog betere dalers.

Kan dat eigenlijk, beter dalen dan de beste? Wat maakt het uit. Er gebeuren wel meer dingen die niet kunnen. Annemiek van Vleuten kan ook geen olympisch kampioen worden, maar ze wordt het wel. Ik hoop trouwens dat Neff niet terug komt. Die kan pas dalen!

Hmm, gister viel de beste daler, in – jawel – de afdaling. Dat kan gebeuren natuurlijk. Bovendien: ik ben Nibali niet.

....

Tot zover had dit een passage uit "De Renster" van Annemiek van Vleuten kunnen zijn. We weten inmiddels allemaal hoe de wedstrijd is afgelopen.

Beste Annemiek, wat hebben we allemaal met je meegeleefd, en wat hebben we je het gegund. En wat hadden we graag de rijkgevulde prijzenkast op TCW willen sieren met een gouden medaille, maar het heeft niet zo mogen zijn. Misschien dat je je memoires nog eens in boekvorm kunt uitbrengen, en dat die goud waard wordt. Het beste nieuws is dat je nog leeft en dat je die memoires zelf kunt schrijven.

Je bent en blijft onze held.

Niels Dignum

De echte wielerslezer had het verhaal natuurlijk al lang herkend. Deze Opgepikt is voor een groot deel (op)gepikt uit 'De Renner', Tim Krabbé, 1978.

La grande Vuelta oriëntal

Van 19 april tot 9 juli hebben wij in 80 dagen een grote fietsronde in Oost Spanje gemaakt. We zijn begonnen in Girona en hebben daarna ruwweg de kust gevolgd tot Almería. Na de Alpujarras en Andalusië te hebben doorkruisd volgde een minder bekende route door Castilië-La Mancha. In de Sierra's van Cuenca tot Morella viel de route samen met de populaire Benjaminse route. Het gedeelte van Morella tot de Pyreneeën via Lleida wordt niet veel gedaan. Via de Pyreneeën hebben we de ronde volledig gesloten, inclusief een uitstapje naar de Valters 2000, de "TCW-berg".

Na ons "oefenritje" naar Narbonne in Zuid-Frankrijk had Spanje 16 jaar geleden onze eerste lange fietstocht moeten worden. Het werd door omstandigheden toen echter Thailand met als gevolg dat verre bestemmingen steeds de voorkeur genoten. De laatste twee jaar zijn we al dichter bij huis gebleven en na Rome en Griekenland dan nu toch Spanje. We hebben gekozen om een volledige "vuelta" in oost Spanje te doen, Girona-Girona.

Nu is bijna iedereen al "tig" keer in Spanje geweest en veel TCW'ers hebben eerder in Spanje gefietst. Spanje is eigenlijk veel populairder bij fietsers dan we dachten, vooral Paul Benjaminse heeft erg veel "volgelingen". De dit jaar verschenen nieuwe gidsjes van de Ruta Iberica zijn nu al (bijna) uitverkocht. Zijn Vuelta Iberica (3000 km) is een combinatie van de Ruta Iberica (Sevilla/Lissabon naar Pau) en de route naar Andalusië (Girona-Sevilla). Waarom dan toch nog een stukje over onze "La Grande Vuelta Oriental"? Een reden zou kunnen zijn, dat onze route net iets anders is en voor een deel door voor fietsers minder bekende gebieden van Spanje loopt. De route heeft een hoog Lonely Planet gehalte en voert langs de meeste culturele "top sights" uit deze reisgids. Nu willen wij jullie niet vermoeien met de beschrijving van alle culturele hoogtepunten in Girona, Barcelona, Valencia, Granada, Sevilla, Córdoba, Jaën, Úbeda, Baeza, Toledo, Madrid, Teruel, Lleida, Ripoll en Sant Joan de les Abadesses. Ook de beschrijving van de interessante archeologische romeinse (en griekse) sites van Empúries in Catalonië en Segóbriga in Castilië-La Mancha zou het verhaal te lang maken. Segóbriga is overigens wel een juweeltje en onbekend bij zowel Spanjaarden als Nederlanders ("Oh ja, Segovia met dat romeinse aquaduct, dat ken ik" en dat is het dus niet). En dat na Cuenca Arie's body niet meer goed functioneerde en we zelfs vreesden dat we de tocht niet zouden kunnen voortzetten, zijn zo van die privéproblemen die niet zo nodig in het verslag hoeven. Echter na een korte stop net voor een hotel leken de problemen over en konden we doorfietsen, maar in een lange afdaling kwamen de problemen toch weer terug. Het leek iets met oud vet te maken te hebben. Na flink in de olie zetten werden de problemen eerst nog erger, maar na een dag werd het steeds beter en kon Arie afdalen zonder al remmend steeds mee te moeten trappen. Maar misschien moet Arie zijn oude body (van de Koga Randonneur dus!) toch maar eens vervangen.



Foto 1 Theater van de oude romeinse stad Segóbriga

De route

Een van de interessante aspecten van onze Vuelta is de afwisseling in landschappen. Wie houdt van lekker vlak fietsen door mooie rivierdalen moet maar niet naar Spanje gaan. Overal moet je klimmen, maar het verschilt wel een beetje per gebied. Op de routekaart wordt met kleuren aangegeven wat de gemiddelde stijging is, b.v. rood betekent zo'n 1800 meter klimmen per 100 km afstand. De totale afstand bedroeg 4400 km met 51000 hoogtemeters. Langs de kust zijn het vooral de natuurparken, zoals Cabo del Gata voor Almería, waar stevig geklommen moet worden, maar gemiddeld is de kust niet erg zwaar. Vooral in de Pyreneeën en de Alpujarras kunnen klimmers zich uitleven, maar ook in Andalusië en in de sierra's tussen Cuenca en Morella moet je stevig op de pedalen trappen.

Een standaardvraag is altijd "Wat is jullie gemiddelde?". Over de 58 fietsdagen hebben we een gemiddelde van 72 km/dag, maar "je moet wel rekening houden met gemiddeld 850 hoogtemeters" zeggen we er dan bij. "Valt wel mee". Echter om de zwaarte van een tocht wat meer imponerend te maken heb je statistiek nodig, zoals elke politicus weet. Voor de "echte" zwaarte van een tocht zou je die korte "afstandjes" niet mee moeten tellen. Als we de gemiddelden nemen van de zwaarste helft van de tocht (29 fietsdagen) komen we op 91 km per dag met gemiddeld 1019 hoogtemeters.

Girona - Ebro (716km/8390hm)

Vanaf Girona begonnen we direct al met een beklimming, de Els Àngels (485), een favoriete oefenklim van Lance Armstrong. Heel erg mooi en direct al een uitdaging. Het vlakke achterland van de Costa Brava bleek een erg mooi fietsgebied met veel half/onverharde (en soms modderige) gemarkeerde routes. Het traject hoog boven de rotskust tussen San Feliu de Guíxols en Blanes is een toproute hoog boven de kust met voortdurend mooie uitzichten. Vanaf Blanes naar Barcelona neemt Benjaminse in zijn route naar Barcelona de trein, maar wij hebben

een route gevolgd door de heuvels via Arenys de Munt tot camping El Maznou. Dit bleek een populair traject voor racefietsers. Barcelona konden we rustig kruisen via een fietspad langs de Riu Besòs naar Terrassa. De Montserrat (met het beroemde klooster) was zowel landschapelijk als cultureel een topper. De bergen boven Tarragona vormen een interessant fietsgebied. In de Ebro-delta (natte rijstvelden/flamingo's) vind je veel gemarkeerde fietsroutes.

Ebro - Almería (839km/5900hm)

Langs de Costa's is het niet altijd eenvoudig om rustige fietspaden te vinden. Soms fiets je gewoon over de boulevard van een of andere badplaats, soms moet je een MTB-route kiezen om een natuurpark te kruisen. Net na de Ebro-delta liep onze route door het mooie Parque Natural Sierra de Irta. Het leverde pal langs de kust wel een paar (te) steile klimmen op. Ook de enige leuke band tijdens de tocht hadden we op een pad in dit natuurpark, een dubbel stootlek. De schitterend gelegen camping Ribamar was de eerste week van mei nog maar gedeeltelijk open en met alleen twee branders heb je nog geen maaltijd. Langs de costa's zijn met Europese steun veel fietspaden aangelegd. Waarschijnlijk moeten de Spanjaarden de aansluiting van zo'n superlux fietspad met de doorgaande weg zelf betalen, met als gevolg dat in veel gevallen het fietspad ineens ophoudt en je soms moeilijk van de weg op het fietspad kunt komen. Overigens, Spaanse racefietsers mijden de fietspaden en prefereren de weg tussen het drukke verkeer.

Na Valencia veel grote toeristenoorden, zoals Calpe, Benidorm, Alicante en Torrevieja met enorme appartementencomplexen. In dit deel kon je de grotere weg soms niet vermijden. Natuurlijk waren er in dit deel ook nog genoeg pareltjes te ontdekken. Het Nationale Park van de Albufera, een duingebied met plassen en veel vogels waaronder flamingo's. De stadjes zoals Gandia, Elche met zijn palmentuinen, het oude centrum van Alicante, de zoutpannen van San Pedro Del Pinatar. En vaak ook aardige rustige weggetjes en mooie kusten.



Ook EU? Kanniewaarzijn

Vanaf Cartagena volgde een prachtige en rustige route voor een groot deel door het Natuurpark Cabo Del Gata. Schitterende beklimmingen, fantastische afdalingen en een groots uitzicht op de rotskust. Hier ook mooie en rustige stranden. Het weer liet de eerste weken nogal te wensen over, nat en soms koud, maar vanaf Cartagena hadden we ineens schitterend Spaans weer, eindelijk.

Alpujarras (277km/5015hm)

Om te beginnen met een route langs de costa's was niet alleen ingegeven door het mogelijke koude weer in de sierra's, maar ook omdat we dan de Alpujarras aan zouden kunnen doen. De Alpujarras is het schitterende berggebied aan de zuidrand van de Sierra Nevada bekend door de vele witte stadjes langs de bergwanden en de mooie dalen. Bayárcal, Trevélez, het zijn allemaal pareltjes. Een speciale fietsroute loopt van Laujar de Andarax via de Puerto de la Ragua (2000 meter) over rustige wegen naar Guadix (en Granada). Afstanden en hellingspercentages zijn om de paar kilometer met bordjes aangegeven. Wij zijn via Lanjarón naar Granada gefietst. Via de Ragua en Lanjarón kun je een schitterend rondje Sierra Nevada maken, ook op de racefiets.

Andalusie (988km/12379hm)

Andalusie is een erg populair fietsgebied. Zoals je op de routekaart kunt zien, hebben we een vrijwel complete ronde gemaakt. Granada-Sevilla is flink klimmen. De klim in de Sierra de las Nieves was imponerend, het oude stadje Antequera een verrassing, evenals de overhangende rotsen en supersteile straatjes in Setenil de Las Bodegas. De Via Verde de la Sierra is een modelfietspad dat door verschillende spoortunnels gaat Leuk, maar moet niet te lang duren anders wordt het saai.

Tussen Sevilla en Córdoba is het verrassend vlak. Hier volgden we ook een stuk van een oude spoorlijn, de Via Verde de Los Alcores, maar nu van een andere orde, meer een MTB pad en dus niet zo saai, maar wel pittig. Toen



Dit zou een EU-regel moeten worden

Castilië-La Mancha (580km/4916hm)

Arie's rechter stuurbocht het begaf, waren we net bij het prachtige oude stadje Carmona (oude kastelen en een mooie romeinse site) en laat hier bij wijze van uitzondering nou ook nog een goede fietsenmaker zijn. Een afgezaagd draadeind door de beide stuurbochten was de oplossing. Ziet er niet uit, maar wel effectief. Zonder fietspech hadden we Carmona gewoon overgeslagen en dat was erg jammer geweest.

In Córdoba kan het in de zomer erg warm worden. Tot Córdoba was het vlak, maar na Córdoba was het direct veel klimmen en hadden we een etappe van 100 km met 1600 hoogtemeters voor de boeg en laat nu ook net een hittegolf overtrekken. 's Middags liepen de temperaturen op tot zo'n 38-40°C en dan in een landschap met alleen olijfgaarden voor zover het oog reikt, voelt het toch wat warm aan. We waren best wel gelukkig toen we in Martos aankwamen in een uitstekend lux hotel. Vanwege de aanhoudende hitte hebben we het rondje door de prachtige Sierra de Mágina niet gecombineerd met de etappe, maar de volgende dag apart gedaan. Het was overigens vertederend hoe de familie op de kleine rustieke camping El Cantonet ons verwende. Andere Nederlandse campinggasten waren verbaasd dat het bier en de tapas bij de tent werden bezorgd. De hitte bleef aanhouden en net voor de klim naar de Sierra die Andalusië scheidt van Castilië La Mancha besloten we het gehele weekend echt vrij te nemen. De terugreis hadden we nog niet geboekt en dus kon dat ook. In het weekend hebben we de vlucht met Ryanair van Girona naar Eindhoven wel geboekt en dus zouden we de laatste vier weken Arie's schema toch weer in de gaten moeten houden. Sommige mensen denken dat dit dan ineens een extra stress geeft, het tegendeel is waar. Het is een rustig gevoel dat als je ergens een extra dag nodig hebt, je direct kan overzien waar we verderop het beste het schema kunnen aanpassen om de tocht toch op een ontspannen manier te kunnen afronden.



Willy in het spoor van Don Quichotte

Het meest ondergewaardeerde fietsgebied van Spanje is wel Castilië La Mancha en dat is niet terecht. Het is een afwisselend gebied met soms wat lange rechte wegen door uitgestrekte landbouwgebieden, maar ook door natuurgebieden, mooie rivierdalen en met veel culturele hoogtenpunten. Via de Ruta de Don Quichotte kwamen we over karresporen en gravelpaadjes uit bij de molens van Don Quichotte in Consuegra. De mooi gelegen camping van het stadje Aranjuez met een prachtig koninklijk paleis gebruikten we als uitgangsbasis voor bezoeken met de trein aan Madrid. Na Aranjuez volgden we eerst het brede dal van de Taag. We fietsten door een erg mooi landschap. Soms kun je de onderhoudswegen langs kanalen volgen, zoals langs de Tránsito Tajo-Seguro dat water van de Taag naar het droge gebied rond Murcia leidt. Tot vlak voor Cuenca volgden we wegen waar je amper een auto zag. In het winkeltje waar we de lekkerste kersen kochten, werden de kersen nog afgewogen op een ouderwetse weegschaal met losse gewichten. Wat digitaal.

De Sierra's en Aragón (525km/6939hm)

Tussen Cuenca en Morella viel onze route weer samen met de Benjaminse route. Het is een prachtig berggebied met veel hoge passen. Helaas hebben we de aanmoediging van Eva en Ruud op een hoge pas gemist, omdat we vanaf de camping even een andere route volgden om eerst boodschappen te doen. Dat de supermarkt pas om kwart over negen open zou zijn hadden we niet verwacht evenals die keren dat we in een hotel pas na 8 uur konden ontbijten en 's avonds pas na half negen konden dineren. Het duurt even voor het echt is gewend. De Sierra's van Cuenca, Albaracin en de Maestrago vormen een schitterend fietsgebied met erg veel mogelijkheden en leuke dorpjes en stadjes. Cuenca, Albarracin en Morella zijn toeristische trekpleisters. Vanaf Morella volgden we een route langs de Nederlandse rustieke camping La Fresneda, de eerste camping die echt vol was (maar niet voor ons) naar een stuwmeer in de Ebro. Het is een uitermate mooi fietsgebied waar je geen andere fietsers tegenkomt. Dat het zoveel klimmen is langs het stuwmeer van de Ebro was wel verrassend, maar toen we de Ebro over waren gestoken werd de laatste etappe voor de Pyreneeën door het brede dal van de El Segre perfect vlak. Je komt hier in Aragón door de "Betuwe" van Spanje. Veel fruit uit Spanje komt hier vandaan. Camping Noguera ligt aan de poort tot de Pyreneeën en aan de oprijzende rotsen kon je al zien dat je in de kloof naar de Pyreneeën komt.

Pyreneeën (468km/7572hm)

Na 11 weken fietsen vroegen we ons toch even af of we nog wel een weekje Pyreneeën moesten doen. Wij waren de bocht langs het stuwmeer nog niet om en toen zagen

we het al, dit hadden we niet willen missen. We fietsten door een indrukwekkende kloof over een grijze weg op de Open Streets Map, een drukke weg. Echter de weg was helemaal niet druk en het was idyllisch fietsen. Gelukkig bleek dat op de plek van een steile piek in het hoogtepunt een tunnel was die uitkwam boven een waterkrachtcentrale. De gehele route tot Tremp, was spectaculair mooi. Vanaf Tremp tot Ripoll volgden we een route met prachtige kloven, rotswanden, bossen, mooie beklimmingen en grootse afdalingen. De ene verrassing volgde na de andere. We moesten even oppassen dat die eerste elf weken niet verbleekten door deze explosie van natuur. Gelukkig hebben we voldoende foto's van de eerste periode om alles weer een beetje te relativiseren. In de Pyreneeën zijn de wegen van zuid naar noord (naar Andorra en Frankrijk) druk. De wegen van west naar oost zijn daarentegen erg rustig. De enige verstoring komt in het weekend van de motorrijders, die zich blijkbaar alleen kunnen uitleven met veel lawaai.

In ons (eigenlijk Arie's) schema hadden we nog voldoende tijd voor een extra beklimming. Vroeger ging een groep van TCW naar de Costa Brava om te fietsen. Wij zijn nooit mee geweest, maar we hebben begrepen dat de klim naar de 2150 meter hoge Valter2000 een vast programma onderdeel was. En dus hebben we onze tent opgezet in het dal van de Ter om deze "historische" klim ook te doen. We hebben het zonder bagage gedaan en dat is met onze Randonneurs wel wat lichter dan voor de bikkels van vroeger met het grotere verzet (zie elders in de Derajeur). Maar we kwamen vlot boven en verheugden ons al op een heerlijke lunch op dit skistation. Alles bleek echter gesloten, ook het restaurant op de parkeerplaats. Snel daalden we af en in het laatste dorpje voor de camping, Setcases (Zevenhuizen), konden we nog mooi op tijd aanschuiven voor het Menu del Dia, inclusief een fles wijn.

De laatste dag naar Girona liep efficiënt over een Via Verde tot in het centrum. De camping lag voorbij Girona en op 10 km van het vliegveld. Ideaal voor een vlucht in het begin van de middag.



Arie eindelijk op de TCW-berg, de Valter 2000

Tot slot

Met de fiets "Oost-Spanje rond in 80 dagen" is ons erg goed bevallen, in vergelijking met Jules Verne niet spectaculair, maar toch... Je kunt overal erg afwisselend fietsen. Bijna overal is het flink klimmen, maar de hellingen zijn in het algemeen goed te doen zijn. Bij het plannen van een lange tocht kan het weer een probleem zijn. Vanaf juni kan het erg warm worden en daar moet je tegen kunnen. Rustige wegen zijn er voldoende te kiezen, zelfs aan de kust. Spaanse automobilisten houden erg goed rekening met fietsers. In bochten zullen ze je (vrijwel) nooit inhalen. De regel is dat ze 1,5 meter afstand houden en dat doen ze ook, in tegenstelling tot de Nederlandse toeristen. Campings zijn in het binnenland niet dik gezaaid. Aan de kust zijn er meer dan voldoende. Er valt op het Iberisch schiereiland nog veel meer te ontdekken. Alles op zijn tijd.

Arie en Willy de Keizer



Oost Spanje rond in 80 dagen

Activiteitenkalender

Beste TCW-ers, schrijf de kaart data maar vast in jullie agenda's! De dagen worden korter, dus tijd om de gezelligheid binnen op te zoeken en te klaverjassen en jokeren.

28 oktober 2016
16 december 2016
24 februari 2017
24 maart 2017

Nog een dag om vrij te houden is de EHBO-avond op dinsdag 18 oktober 2016.

De vrijwilligers vacaturebank

Nog steeds zijn niet alle vacatures van de vacaturebank vervuld
(ik blijf optimist in deze)

Dit was in het bijzonder pijnlijk voelbaar bij de Jan Janssen Classic. Vooral de zogenaamde "day after", zaterdag [zondag lijkt mij, red.] dus, waarbij het vele werk slechts door een heel klein aantal mensen moest worden geklaard. De lasten, die echt niet lichter worden, moeten dus door steeds minder schouders gedragen worden

Redactielid

We zijn op zoek naar een enthousiast redactielid voor het gezellige team van Derajeur makers. Leuk, dankbaar & leerzaam werk. Stuur een mailtje naar derajeur@tcw79.nl of spreek Linda of Niels aan.

Barmedewerker

Ook de bar op dinsdagavond is bemand maar de behoefte aan meer barmedewerkers blijft. Zeker voor de wat verdere toekomst.

Germaniatoertocht

De eerste grote vraag naar vrijwilligers is begin september als er weer pijlers worden gezocht voor de Germaniatoertocht. Als je je aangesproken voelt (en dat doet toch iedereen) meldt je dan bij Ton Loonen. Er is natuurlijk nog veel meer te doen buiten pijlen ophangen en weer ophalen.

Najaarsschoonmaak

Ook wil ik even de jaarlijkse grote najaarsschoonmaak van het clubhuis aankondigen. Dinsdag 4 oktober 's-avonds 19:00 Aanmelden bij Evert Kolet.

Bestuurslid

Het bestuur zoekt nog steeds een nieuw lid die de MTB-ers wil vertegenwoordigen, Want Margit Warmink stopt er binnen afzienbare tijd mee.

De mantra blijft dus: Meld je aan als vrijwilliger. Hetzij voor eenmalig werk hetzij voor een functie in bestuur, commissie of schoonmaak-, pijl-, barploeg.

Evert Kolet

Vrijwilliger in het zonnetje 3

Deze keer staat Rudy Evers in het zonnetje.

Rudy is nog niet zolang lid van TCW en dus ook nog niet zolang vrijwilliger.

Als vrijwilliger heeft hij pijlen uitgezet tijdens de Germaniatoertocht en recent was hij ook present als vrijwilliger bij de Jan Janssen Classic.

Voor TCW begrippen is Rudy nog heel jong maar desondanks heeft hij al het nodige meegemaakt.

Zo trok hij als backpacker door Australië en was gedurende 2 jaar DJ voor radio Dolfijn op Curacao.

Want naast zijn hobbies fietsen en hardlopen is radiomaken zijn grootste hobby en ook zijn beroep.

Als kind van Brabant, geboren in Budel is hij DJ bij Radio Puur NL en 8 FM

Vanuit de studio in Rosmalen presenteert hij zijn programma's.

Vol enthousiasme liet hij me foto's zien van uitzendingen met diverse bekende Nederlandse artiesten.

Rudy interesse in de edele wielersport is gewekt door zijn vader. Die had ook een racefiets en reed als amateur wedstrijden. Rudy mocht graag rondneuzen in de plaatselijke fietsenwinkel

Hij is zelf met solofietsen begonnen en mag inmiddels de toerversie van de Amstel Gold op zijn palmares schrijven en ook de, veel zwaardere, Diekirch-Valkenswaard tocht. Dankzij deelname aan de JJC is hij in contact met en tenslotte ook lid geworden van TCW.

Mede door zijn drukke baan, een aandacht vragend gezin met jonge kinderen fietst Rudy lang niet zoveel als hij eigenlijk wel zou willen.

Zomers wordt er op de racefiets gereden en 's-winters rijdt hij in het bos op de MTB.

Zijn racefiets is nog steeds zijn eerste fiets, een Pinarello van oude snit





van de Wetering tweewielers

Harnjesweg 86
6706 AV Wageningen
Telefoon 0317 - 412902
Werkplaats tel. 0317 - 453615
Fax 0317 - 421878
E-mail: info@vandeweteringfietsen.nl
Web: www.vandeweteringfietsen.nl

Hét adres voor fietsen van het merk



KOGA

MERIDA



Schoonmaakbedrijf DE WASBEER



- glazen wassen
- dakgootreiniging
- interieur van bedrijven

Vier-morgenweg 6
6721 MS Bennekom

T : (0317) 46 00 07
W: www.smbdewasbeer.nl
E : info@smbdewasbeer.nl



Deskundige bemiddeling bij verzekeringen en pensioenen

www.verzekeringsburovanderlinden.nl
Bowlespark 22a, 6701 DR Wageningen
tel. 0317 411293

O P T I V E R S U M



V E E N E N D A A L

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

Veenslag 14
3905 SK Veenendaal
Tel (0318) 524 260

Internet:
www.prummel-optiversum.nl



Pels Brandpreventie Voor het te laat is...

Blusdekens gevaarlijk?

Een goed blusmiddel is veiliger.
Je blijft weg van het vuur en er
wordt echt geblust.



De Pymos universele spray-
brandblusser is special voor
vetbranden ontwikkeld, maar
kan ook 'gewone' branden
blussen.

Prijs nu € 29,95

Info en verkoop: info@pelsbrandpreventie.nl • 06-20411136

Indien onbestelbaar retour: TCW, Leonard Roggeveenstraat 25, 6708 SL Wageningen

Internetprijzen bij Mastbergen Fietsen Renkum

Beste TCW-leden,

Wij als clubsponsor van TCW zijn nog steeds heel blij met TCW. Regelmatig zien we leden in de winkel voor fietsen, stadsfietsen, kinderfietsen etc. Echter voor de onderdelen zien we nog maar weinig leden, dat vinden we jammer.

We begrijpen het echter wel: we hebben niet de grootste collectie, we zijn niet echt een racespecialist en we zeggen niet dat we de goedkoopste zijn. Bovendien hebben we geen goedkope internet-site met onderdelen. Eigenlijk zijn we maar een "gewone fietsenwinkel" en dat begrijpen we heus wel: waarom zou je meer gaan betalen als het in Arnhem-Zuid of op internet goedkoper is?

Wij zijn er trots op dat we na 90 jaar nog steeds een "gewone fietsenwinkel" zijn, met gewoon ouderwetse service, gewoon klaar staan voor de coureur als hij of zij je nodig heeft. Dat blijft ook zo. En we zijn heel blij met de vaste klandizie die we mogen ervaren van jou als TCW-er. Mensen die al ruim 10 jaar bij ons komen en we allemaal bij voornaam kennen. bedankt daarvoor allemaal. We waarderen het echt bijzonder. Echter, heel veel leden zien we bijna nooit, en dat vinden we jammer. Wel logisch want internet is goedkoop en gemakkelijk, dat is de nieuwe realiteit. Prima, alle begrip voor.

Maar wij willen jullie graag allemaal terug in onze winkel in Renkum. Daarom verkopen wij vanaf nu alles voor TCW-leden voor internetprijzen. Dus noem maar op: cassettes, bladen, kettingen, zadels, racefietsen, helmen, conti 400 banden, complete groepen, computers etc.: alles voor internetprijzen voor TCW-leden.

Dus wat je ook zoekt, laat het ons weten; we hebben meer dan je denkt en gewoon voor internetprijzen. Ook de nieuwe racefietsen of gewone fietsen van alle merken leveren wij voor goede prijzen. Welk merk je ook zoekt, laat maar weten, we hebben je graag als klant. Of fietsdragers voor op de trekhaak, Ortliebtassen voor je vakantiefiets etc. Je kijkt gewoon op internet voor de prijs en wij leveren voor die prijs. Je kunt ook zelf een uitdraai maken en meenemen. Soms zijn er uitzonderingen voor wielen, als we er geld bij moeten gaan leggen dan doen we dat niet maar zoeken we samen met jou naar een goede betrouwbare leverancier.

Dus ben je op zoek naar iets bijzonders stuur een mail naar info@mastbergen.nl en wij kijken of we mee kunnen met de prijs. **Het voordeel is dan dat je wel service en garantie hebt via je eigen clubsponsor** en het is ook leuk om elkaar weer eens te zien in onze winkel in Renkum. Dus we zien je graag als TCW-lid in onze winkel in Renkum voor dezelfde prijzen als internet of Mantel etc.

Groeten van Carlo, William, Oscar, Ellen en Nol die met zijn 81 jaren ook nog af en toe komt helpen gelukkig.

Mastbergen fietsen, lekker ouderwetse service, maar niet duurder dan internet!