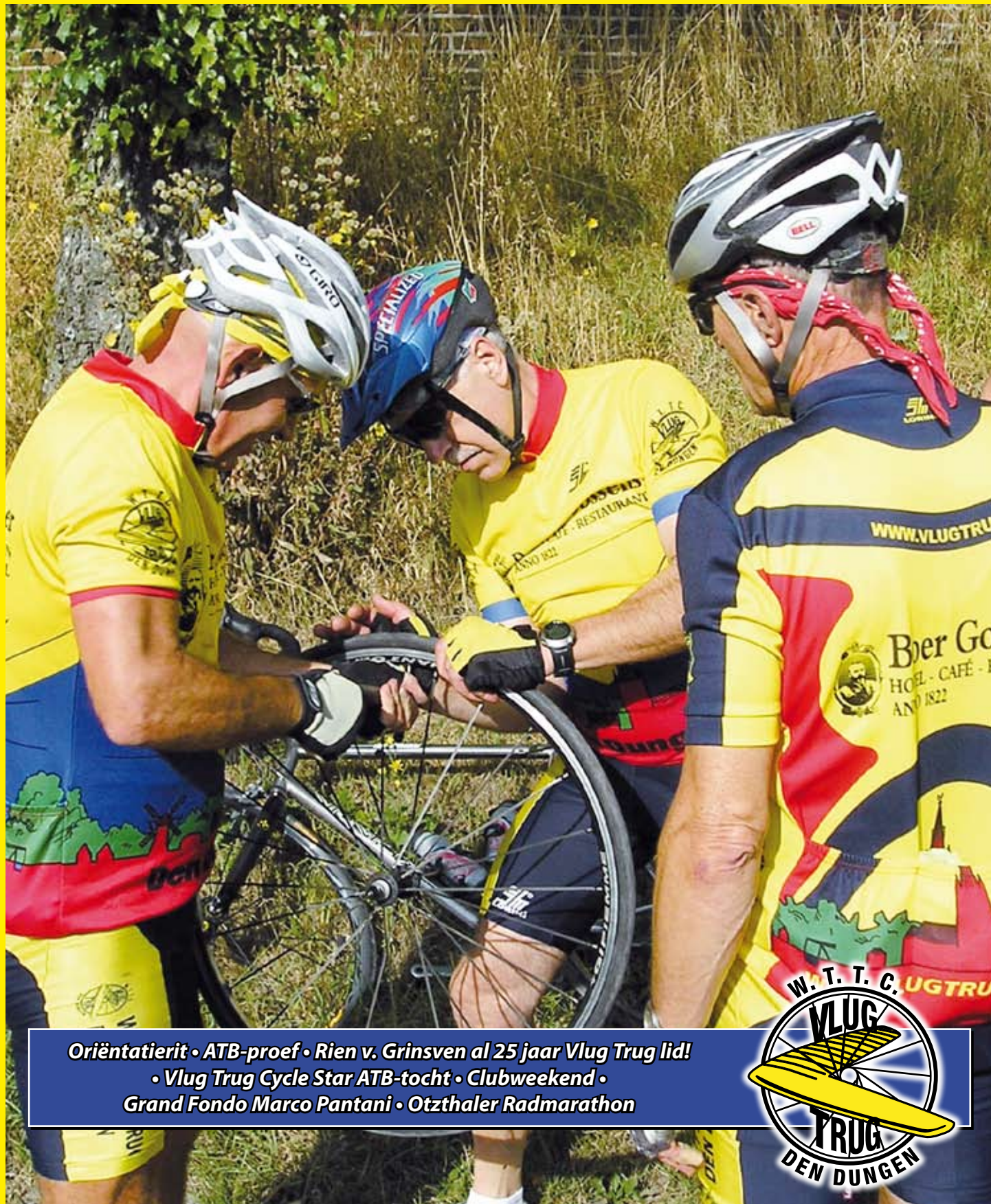


# 't Vluggertje

CLUBBLAD W.T.T.C. VLUG TRUG - 27<sup>e</sup> JAARGANG 05/09



Oriëntatierit • ATB-proef • Rien v. Grinsven al 25 jaar Vlug Trug lid!  
• Vlug Trug Cycle Star ATB-tocht • Clubweekend •  
Grand Fondo Marco Pantani • Oetzthaler Radmarathon



## COLOFON

### CLUBBLAD WTTC VLUG TRUG

#### REDACTIE Clubblad 't Vluggertje:

E-mail: clubblad@vflugtrug.nl

#### Lay out & opmaak:

Marc van Gastel  
Pastorijakker 38  
5275 CG Den Dungen  
Tel. 073-5943263

#### Redactielid:

Jochem Huibers  
Tel. 06-48501014

#### Redactielid:

Jac Biemans  
Tel. 073-5941997

#### Internet: www.vflugtrug.nl

Peter Goossens  
E-mail: webmaster@vflugtrug.nl

#### BESTUUR w.t.t.c.Vlug Trug:

E-mail: bestuur@vflugtrug.nl

#### Voorzitter:

Hilde van der Velde  
St. Barbarastraat 1  
5262 BT Vught  
Tel. 06-1639 5112  
E-mail: hildevdvelde@hotmail.com

#### Secretaris:

Peter Goossens  
Mgr. Hermuslaan 58  
5271 NT St. Michielsgestel  
Tel. 073-5517536  
E-mail: bestuur@vflugtrug.nl

#### Penningmeester en ledenadministratie:

Stefan Wonders  
Jacobskamp 5  
5275 BJ Den Dungen  
Tel. 073-5942384  
E-mail: info@vflugtrug.nl

#### Public Relations & redactielid:

Jac Biemans  
Tel. 073- 5941997  
E-mail: pr@vflugtrug.nl

#### Aanspreekpunt wegcaptains:

Tiny Huibers  
Mgr. Hermuslaan 56  
5271 NT St. Michielsgestel  
Tel. 073-5513494  
E-mail: mahhuijberts@wanadoo.nl

#### Postadres WTTC Vlug Trug:

Mgr. Hermuslaan 58  
5271 NT St. Michielsgestel

#### Rekeningnr. Vlug Trug:

RABOBANK 11.29.25.758

## SPONSORS WTTC VLUG TRUG



# Boer Goossens

HOTEL - CAFÉ - RESTAURANT  
ANNO 1822

H. Hartplein 2 5275 BM Den Dungen  
Tel: 073-5941291



# HERBERGH De Kieppekooi

Tel: 073-5941291



# 073-6112833



## SPORTINSTITUUT BERLICUM

CALICTHEMICS  
AEROBICS / STEPS  
CARDIO-FITNESS  
FITNESS  
SKI-TRAINING  
REVALIDATIE  
JAZZ- EN  
SHOWBALLET  
KLASSIEK BALLET  
SPORTVERZORGING  
SPORTMASSAGE

KUNG FU / KARAT  
TAI CHI  
ZONNEBANK /  
INFRAROODSAUN  
RICOCHETBAAN  
SPINNING®  
STREETDANCE  
KICKAEROBICS  
BODYPUMP®  
BODYBOOST®

Sassenheimseweg 56  
5258 HL Berlicum  
073 - 503 3349

als u slapen belangrijk vindt...

Dealer van topmerken  
PALLMAN, EASTBOURN, ALPERIS, DENIGORIELLO

Complete slaapkamers  
Dé boxspring-specialist  
Senioren slaapkamers  
Slaapgarantie  
Persoonlijk advies

Ruime parkeergelegenheid  
**ROB MEYSEN SLAAPCOMFORT**  
ma 19.00 - 19.30 di-ma 10.00 - 17.30 vr 10.00 - 18.00 za 10.00 - 17.00  
Maaskantje 32 - Den Dungen - 073 5943479  
www.robmeysenslaapcomfort.nl

**Rabobank**

De blaadjes beginnen te vallen en het wordt weer eerder donker. De racefiets kan weer worden ingeruild voor de ATB. Om toch nog even te genieten van de racefiets is er afgereisd naar Schin op Geul voor een weekend op de weg. Met de GPS als wegkapitein zijn er een aantal mooie routes gefietst met wat flinke beklimmingen. Tijdens deze tochten zijn er ook mooie foto's genomen. Met dank aan Perry.

Waar veel leden zijn zijn er ook veel meningen. Zo ook binnen Vlugtrug. Dit is de redactie niet ontgaan. Het leek de redactie dan ook een goed idee om de meningen over de club en het clubblad te peilen middels stellingen. Zo kan gekeken worden of ideeën of meningen breder gedragen worden binnen de club. De redactie nodigt dan ook iedereen uit om stellingen in te brengen voor het clubblad. Mocht je verder nog nieuwe ideeën hebben voor het clubblad laat het de redactie weten.

Om het ATB- seizoen in te luiden, heeft ook dit jaar Vlugtrug weer een ATB tocht georganiseerd. Het weer was perfect. Er waren dit jaar bijna 500 deelnemers. De pauze plaats was ook goed verzorgd, onder andere door medewerking van Richard Broeren. De reacties waren dan ook erg positief. Het ophalen van de pijlen ging mij wat minder goed af. Nadat ik binnen de 10km al gelanceerd werd over een liggend paaltje kwam ik er al achter dat het fietsen op een ATB en een ATB terrein toch een vak apart is.

De race voor het clubkampioenschap is nog niet beslist. De orientatietocht en de ATB-proef moet uiteindelijk de winnaar bekend maken. Tijdens het afsluitende clubfeest of 17 Oktober wordt bekend gemaakt wie er dit jaar met de kampioenschap vandoor gaat!?

*Jochem Huibers*

## **Baanwielrennen. Wie durft?**

Indien er belangstelling is om een keer op de baan te rijden in Amsterdam zal ik kijken of ik dat geregeld kan krijgen.

De kosten zijn ca. €30,- voor zowel baan- als fietshuur. Je mag niet met je eigen fiets op deze baan.

Je weet niet wat je overkomt. De adrenaline giert door je lijf, dat kan ik je verzekeren.

We moeten wel minimaal met een man of 15 zijn denk ik. Dat moet ik nog vragen. Het zal waarschijnlijk op een vrijdagavond zijn.

Bij belangstelling graag mij bellen of e-mailen.

*Groet,  
Rien Hairwassers*



## **Stellingen!!!**

Voor de redactie van 't Vluggertje is het altijd prettig verhalen, reacties, ideeën binnen te krijgen en deze te kunnen plaatsen van de meest verschillende leden.

In de praktijk is het meestal dat de stukken in 't Vluggertje veelal door dezelfde mensen wordt geschreven, er weinig spontane reacties, verhalen van meerdere Vluggers worden ingestuurd.

Om dit te bevorderen heeft de redactie bedacht om telkens **een stelling** te vermelden in het Vluggertje met als doel dat hierop wordt gereageerd door de leden. Het is dan de bedoeling dat deze reacties per mail worden ingestuurd naar [clubblad@vlugtrug.nl](mailto:clubblad@vlugtrug.nl)

Op deze manier wordt nog meer duidelijk wat er leeft binnen de club en wordt het clubblad er ook "levendiger" van. De foto's welke zijn afgedrukt in het laatste Vluggertje heeft binnen de club bij een aantal mensen nog al wat reacties opgeleverd. De redactie vindt het belangrijk om te weten hoe hierover gedacht wordt.

**De stelling** die we nu aan jullie voorleggen:

***De redactie van 't Vluggertje drukt zoveel als mogelijk foto's af in Vlug Trug kleding.***

Wij als redactie wachten met spanning jullie reacties af.

*Jac*

30 augustus 2009

# Oriëntatierit



**Het was een mooie zondagmorgen, deze 30e augustus, maar het leek erop dat we nog verschillende Vluggers misten vanwege de vakantie of andere bezigheden. Toch waren er nog 22 (inclusief Guus, bij Wim achter op de tandem) die de kuitspieren en de hersencellen nog even wilde gebruiken.**

De teamsamenstelling, geheel willekeurig tot stand gebracht door de organisatie, voegt dan geheel verschillende types bij elkaar, allemaal met hun eigen kwaliteiten. En er waren diverse kwaliteiten nodig om alle opdrachten tot een goed einde te brengen. Verrassend was het feit dat de "weetvragen" nagenoeg allemaal goed beantwoord werden, het vermoeden rijst dat met mobieltje, het thuisfront en Google hier niets aan het toeval is overgelaten. Meer verschil werd er gemaakt met het bijzonder praktische "behendigheidsspel". Bij de pauze, met verfris-

singen en versnaperingen ter beschikking gesteld door onze sponsor/clublid Richard Broeren moest er gewerkt worden. Met tijdwaarneming een band verwisselen, oppompen en een traject afleggen. Elk teamlid had zijn taak in dit geheel, en wat we op menige gezamenlijke rit al gezien hebben werd ook hier weer bewaarheid; het gaat niet altijd vlug, een bandje wisselen. Voor het meer creatieve onderdeel,

het maken van een limerick waar "Vlugtrug" in voorkomt, werd ruimschoots de tijd genomen. Sommige teams kwamen zo laat binnen dat de organisatie zich al ongerust begon te maken. Uiteraard willen we jullie deze culturele oprispingen niet onthouden, evenals het commentaar van de jury. Het voorbeeld dat bij de vraag gegeven was ging als volgt:

*Een dame geboren aan de Friese meren  
Kwam naar Brabant om daar fietsen te leren  
Dat ging erg goed, want ze leerde heel vlug  
Ze werd zelfs voorzitter van VlugTrug  
En ze fietst bijna net zo snel als/net zo snel  
als /sneller dan\* de heren*

**Groep 4** kwam met het volgende:

*Het meisje van de Friese Meren  
Fietste sneller dan menige heren  
Bij Vlugtrug heeft ze al veel doen leren  
Bij het klimmen verslaat ze vele heren  
En op de weg ziet ze geen beren.*

**6**

Duidelijk geïnspireerd door het gegeven voorbeeld, maar wat erger is, geen limerick. Want die gaat volgens het rijmschema AA BB A

**Groep 5** heeft dit gerijmd:

*In den beginne van Vlugtrug  
Was niet iedereen op tijd terug  
Met het tegenwoordige GPS systeem  
Is dat voortaan geen probleem  
Wij zijn altijd op tijd terug ook voor de open brug*

**4**

Niet helemaal volgens de waarheid, want ondanks GPS kun je nog steeds te laat komen. Maar dat was geen criterium, de jury vond het rijmwerk niet goed genoeg voor een topklassering.

Uit de mouw van **groep 2** kwam:

*Als Vlugtrug op zondag gaat rijden  
Vergezeld van een aantal mooie meiden  
Dan hoor je veel gekreun  
En rijden we terug met veel gedreun  
en gaan "Vlugtrug" het eigen vrouwtje weer verblijden.*

**2**

Een bijdetijdse, doch enigszins suggestieve tekst, die wellicht bij sommige lezers tot verkeerde conclusies kan leiden. Niet dat de vrouwen die ons vergezellen niet mooi zijn, maar waar het gekreun door veroorzaakt wordt roept toch wel wat vraagtekens op. Deze limerick eindigt hoog, maar is niet de winnaar.

**Groep 1** had er dit van gemaakt:

*Een vrolijke fietser uit Vught  
Slaakte tijdens het fietsen een zucht  
Werd snel lid van Vlugtrug  
Maar kreeg helaas veel last van zijn rug  
Sindsdien ziet hij alleen nog maar blauwe lucht*

**5**

Een droevig einde, of het moet betekenen dat deze fietser naar zonnige oorden is geëmigreerd. De jury vond het in ieder geval niet de winnaar.

**Groep 3** verraste ons met het volgende:

*Een man met veel pijn in zijn rug  
Kwam blij van het spreekuur terug  
De arts zei dat hij met al zijn klachten  
Niet langer meer mocht wachten  
En gauw moest gaan fietsen bij Vlugtrug*

**3**

Een goed lopend gedicht met een positieve boodschap richting fietssport en Vlugtrug. Complimenten hiervoor.

**De uiteindelijke winnaar is van groep 6:**

*Een groep fietsers genaamd Vlugtrug  
Hun tenue is gesierd met molen, kerk en brug  
Na een zware dag vol werk  
fietsen ze met veel plezier een rondje om de kerk  
Maar het liefst wel met de wind in de rug*

**1**

De jury vond dit de sfeer bij Vlugtrug goed weergeven. Met de correcte uitvoering van de limerick goed voor de eerste plaats op dit onderdeel.

De drie onderdelen gaven tezamen de volgende uitslag, waarbij het winnende team met een leuke prijs werd beloond. Uiteraard krijgen alle deelnemers ook de nodige punten, zie hiernaast voor de volledige uitslag.



Naam	Groep	Klassering	Punten
Gastel, Marc van	6	1	100
Siebers, Will	6	1	100
Spierings, Edwin	6	1	100
Hairwassers, Walter	5	2	99
Sanders, Jo	5	2	99
Spierings, Rien	5	2	99
Doelen, Hans v.d.	2	3	98
Oorschot, Perry van	2	3	98
Sleutjes, Jan	2	3	98
Wonders, Stefan	2	3	98
Broeren, Toon	3	4	97
Caulil, Ad van	3	4	97
Rijnbeek, Pieter	3	4	97
Velde, Hilde van der	3	4	97
Biemans, Jac	4	5	96
Grinsven, Rien van	4	5	96
Haas, Herman de	4	5	96
Vissers, Jan	4	5	96
Heus, Ger de	1	6	95
Houdijk, Wim	1	6	95
Laat, Jo de	1	6	95

Namens de organisatie:  
Bert Voets



FIETS WERELD

# JOHAN KOOLEN

fietsreparatie

Hinthamereinde 1, 5211 PL 's-Hertogenbosch tel: 073-6139020



Dealer van Cannondale - Trek en Gazelle

*Daarnaast een grote keuze in dames-heren- en kinderfietsen alsmede fietsaccessoires*



## SPORTINSTITUUT BERLICUM

CALLISTHENICS  
 AEROBICS / STEPS  
 CARDIO-FITNESS  
 FITNESS  
 SKI-TRAINING  
 REVALIDATIE  
 JAZZ- EN  
 SHOWBALLET  
 KLASIEK BALLET  
 SPORTVERZORGING  
 SPORTMASSAGE

KUNG FU / KARATE  
 TAI CHI  
 ZONNEBANK /  
 INFRAROODSAUNA  
 RICOCHETBAAN  
 SPINNING®  
 STREETDANCE  
 KICKAEROBICS  
 BODYPUMP®  
 BODYBOOST®

Sassenheimseweg 56  
 5258 HL Berlicum  
 073 - 503 3349

vertrouwd  
bankieren

bij de meest  
persoonlijke bank

Voor al uw  
bankzaken

M.J. J.A. Foolen-Smits  
 Groot Grinsel 9  
 5275 BZ DEN DUNGEN  
 T (073) 594 15 78  
 E mjfoolensmits@hetnet.nl

SELFSLANDIG  
 SNS Regio Bank  
 INTERMEDIAR

# De ATB proef 2009

**Op zondag 20 september stonden 18 personen bij de kerk in Den Dungen vol spanning te wachten wat de ATB proef 2009 voor hen in petto had, in en ambiance van optrekkende mistflarden.**

Om 08.00 uur was het vertrek en ging de gehele stoet richting de Dungense dijken. Bert had zich goed voorbereid; hij hanteerde de film kamera als een volleerd professional. Het resultaat zal naar verwachting, ook dit jaar weer gepubliceerd worden op het internet. Bert had van te voren al gewaarschuwd, dat het beter zou zijn, als er in het begin met een klein verzetje gereden zou worden, omdat de eerste test van bekwaamheid vrij vroeg in het traject gezet was.

Nadat het stuk bij de Dungense plas gepasseerd was, werd de aan eerste snelheidsproef begonnen: een traject parallel aan het talud van de A2. Na de start is Bert snel via de "harde" weg naar het einde gefietst waar hij zijn tijdswaarnemer (ondergetekende) zou treffen. Helaas was

deze niet aanwezig, omdat die op de verkeerde plek stond te zoeken naar 1 van zijn brillenglazen, die hij was verloren (naderhand gelukkig weer teruggevonden). Gezamenlijk werd de eindstand van deze proef doorgenomen en volgens het poldermodel ook in consensus geaccepteerd. Eerste drie: 1: Edwin de Graaf. 2: Jan Jansen en 3: Rien Spierings. Verder gereden via het Sterrenbos naar de Gestelse bossen. Over de A2 naar het bekende traject in Boxtel. Aldaar werd de fameuze trial uitgezet, waarbij het de bedoeling was, zo snel mogelijk, zonder voetjes aan de grond, binnen de uitgezette kegels een parkoers te rijden. Tijdwaarneming bleek toch een uitkomst, omdat ik de indruk had (kan dat helaas niet bewijzen) dat blijk-

baar vele mensen stiekem hadden geoefend de dagen ervoor. Zoveel mensen met 0 fouten... Dat stemt tot nadenken. Misschien volgend jaar over een boomstam rijden?? Uitslag: 1: Rien Spierings 2: Edwin de Graaf 3: Jan Jansen. (typisch weer dezelfde namen: samen geoefend?). Na deze proef, verdiend aan een bakkie koffie gezeten. Daarna ging de tocht verder via de Geelders. Rond 12 uur waren we weer terug bij Boer Goossens, na een rit van ongeveer 55 km in de stralende zon. Waarna de prijsuitreiking plaats vond. De beste drie: 1: Edwin de Graaf. 2: Rien Spierings en 3: Jan Jansen. Het was een leuke tocht en ik hoop dat vele ook volgend jaar zullen meedoen.

*Frank Mertens*

## Vaste ATB-route aangepast

**De vaste clubleden betrokken bij de aanleg van het ATB-parcours, hebben bekeken of er mogelijkheden zijn om het aangelegde parcours aantrekkelijker en veiliger te maken te maken. Een aantal voorstellen/ideeën werden geopperd en er werden afspraken gemaakt hoe we het een en ander in gang konden zetten.**

Inmiddels hebben we contact gehad met de gemeente Sint- Michielsgestel en hen onze ideeën voorgelegd. Na een wandeling door het gemeentebos met wat aanpassing van onzer plannen zijn we er samen met de ambtenaar van de gemeente uitgekomen. Ook buiten het gemeentebos is het ons gelukt om nog een stuk verharde weg uit de route te halen. Door deze aanpassingen is het gedeelte harde weg verkort met een lengte van ongeveer 1,5 km en is er in totaal

ongeveer 2,5 km aan onverharde weg bijgekomen. Inmiddels hebben Jan Sleutjes, Jan Vissers en Jan.v.d.Ven de bestaande route door het gemeentebos vanmorgen (15-09) aangepast en hebben een 10-tal palen verwijderd en een dertig-tal nieuwe palen geplaatst.

Herman de Haas is al flink bezig geweest om het stuk dat over de dijk gaat lopen te voorzien van een nieuw pad. Deze dijk ligt er al honderden jaren en in het verre verleden heeft

hier een pas over gelopen. Inmiddels hebben bomen en planten bezit genomen van deze dijk. Doch vanaf vandaag zullen zij de zaag van Herman moeten vrezzen. Buiten voorgaande aanpassingen hebben we nog enkele ideeën doch hierover zullen we nog overleg moeten voeren met de betrokken eigenaren, en zullen hierop terugkomen als dit tot aanpassingen leidt.

*Jan van de Ven*





# INSTALLATIEBEDRIJF DE LAAT B.V.

Gas - Water - C.V.  
Zinkwerk - Dakbedekkingen  
Sanitair - Riolontopping

Telefoon:  
**073 - 5941348**



## De Masseur Berlicum

massages - tappen - voedingsadvies

## De masseur maakt bewegen makkelijker!

Behandelingen: alleen op afspraak.  
Telefonisch spreekuur: iedere werkdag  
van 17.00 - 18.00 uur.

Jeanne Schellekens – van Beekveld  
Neptunusstraat 3  
5258 AN Berlicum  
T 073 503 4034 M 06 177 097 44  
E demasseurberlicum@home.nl

## “KIVADA” Wielersport.



- \* FIETSEN
- \* KLEDING
- \* SCHOENEN
- \* ACCESSOIRES

KIJK VOOR AANBIEDINGEN OP ONZE WEBSITE:

**www.kivada.com**

\*\*\*

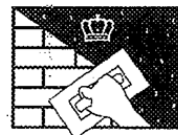
**“KIVADA” WIELERSPORT**

TEL.073-5032500

JULIANAstraat 30 MIDDELRODE

\*\*\*

- Tot ziens in onze winkel! -



*Peter van Grinsven*  
ambachtelijk stucadoor

## Gespecialiseerd in:

- *Onderhoud*
- *Renovatie*
- *Verbouwing*

Engelse tuin 45 • Sint Michielsgestel  
Telefoon: 06-20522631 • Fax: 073-5514560



# Al 25 jaar Vlug Trug lid!

**Dat is al weer even geleden, dat ik lid werd van Vlug-Trug, ruim 25 jaar geleden. Er is inmiddels nog al veranderd binnen de club, in het begin waren er rond de 20 leden.**

De meeste kwamen uit Den Dungen, enkelen uit St. Michielsgestel. Toen was er ook maar een groep en iedereen kende elkaar. De snelheid lag iets lager als nu bij de A groep. Ik weet nog dat we met 17 man naar Luik gingen voor L.B.L. te rijden. Die heb ik zelf 6 maal gereden, we reden toen nogal veel in België, ook de Waalse pijl en de grote prijs Eddy Merx en meer van dat soort tochten reden we toen met Vlug Trug. Ik zelf deed graag wat klimmetjes dat lag me wel, liever als dalen. Ook met vakantie gingen we een tijd lang naar Luxemburg om er te fietsen met een paar Vluggers op de racefiets.

Tot 11 jaar terug het noodlot toesloeg, in 1998 net terug van een weekje vrij, fietsen rond de Boden See met wat Vluggers. Zondags nog ruim 800 km met de auto gereden terug naar huis.

Maandagmorgen weer werken (was) de bedoeling, maar helaas ik kon mijn sokken niet meer aantrekken. De sturing was weg, met veel moeite de trap afgedaald en de leuning met twee handen vast houden. Beneden was het alleen lopen een probleem en was ik om 7.30 uur niet op het werk maar in het ziekenhuis, met een herseninfarct wat later bleek.

Daar heb ik 7 weken gelegen. Daarna nog ruim een half jaar therapie. Ik moest alles weer opnieuw leren; praten niet slissen. Het schrijven; de rondjes waren meer vierkantjes en anders om lezen.

Ik voelde mij weer een hele piet toen ik zelf mijn haren kon kammen en mijn blouse weer kon dicht knopen, het zijn maar een paar dingen die anders zo gewoon zijn dat je daar niet bij nadentkt.

Maar ik wil niet zielig doen, er zijn bij anderen mensen noch ergere dingen

Toen ik eenmaal weer thuis was en toch aan de fiets dacht, ben ik op een gegeven moment de weg op gegaan met mijn racefiets. Vreemd gevoel en dat sturen door de bochten, het leken wel vierkante bochten. Als ik wilde drinken afstappen, drinken en weer opstappen.

Ik ben ook een jaar alleen gaan fietsen, voor de veiligheid, voor iedereen. Het fietsen gaat beter als het lopen, komt dat bij het fietsen je voet vast zit.

De koek was nog niet op, twee en een half jaar geleden heb ik weer 5 weken in het ziekenhuis in Den Bosch gelogd en een week in Utrecht, voor 3 omleidingen, maar dat is ook weer achter de rug.

En het fietsen bij Vlug Trug gaat weer gewoon zijn gangetje bij de C- groep

Mijn 25 jaar zitten er op, iedereen nog veel fietsplezier...

*Groetjes Rien v. Grinsven.*

## **Jarige clubleden**

**Zoals jullie allen weten bestaat de club Vlug Trug inmiddels al 26 jaar, vorige jaar was het jubileumjaar: 25 jaar Vlug Trug.**

Vorig jaar, 2008, toen de club dus 25 bestond, waren er 2 leden die ook al vanaf de oprichting lid zijn van de club. Dat waren toen: Herman de Haas en Jan Vissers.

De redactie feliciteert deze beide clubiconen met dit jubileum, beide leden zijn ook nog actief geweest als bestuursleden van de club.

Beiden zijn in middels ook benoemd als erelid van Vlug Trug, dit vanwege hun verdienste voor de club in de afgelopen jaren.

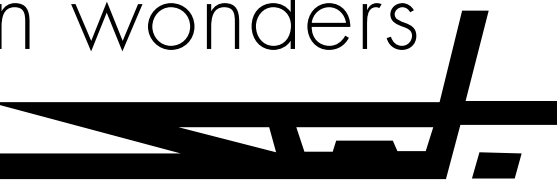
Dit jaar, 2009, is **Rien van Grinsven**, 25 jaar lid van Vlug Trug. Hij is dit jaar de enige binnen de club die 25 jaar lid is. Rien, mede namens de redactie, van harte gefeliciteerd met dit jubileum. Veel "oudere" leden kennen je nog goed als actief fietser, niet kapot te krijgen! Rien we hopen dat we jou nog lang fietsend mogen blijven zien binnen de club. Rien is nog steeds actief binnen de C-groep.

*Jac*



# architect a.v.b. stefan wonders

JACOBSKAMP 5 5275 BJ DEN DUNGEN TEL 073 - 5942384  
architectuur voor woningen, kantoren, industriële bouw en utiliteitsbouw.



## MINKELS ASSURANTIEKANTOOR

Voor Uw -- verzekeringen  
-- hypotheek  
-- financiering

Tel: 073 - 5941282 Grinsel 34, 5275 JP Den Dungen

### VAN DE VEN INSTALLATIEBURO B.V. GELD BESPAREN!!

Bel ons voor vrijblijvende informatie.

- \*Installatie
- \*Onderhoud en service
- \*Energiebesparende maatregelen o.a.

- Hoogrendementsketels
- Energiezuinige ketels
- Combiketels
- Klokthermostaten
- Weersafhankelijke regelaars
- Pijpisolatie enz.



Lid van de  
Vereniging van  
Nederlandse  
Installatiebedrijven

EEN VNI-INSTALLATEUR MAAKT HET GOED.

Geen voorrijkosten, gratis offerte of advies



### Installatietechniek Van de Ven

- Centrale verwarming • Sanitair
- Airco • Gas • Water



Bedrijvenweg 10 St. Michielsgestel  
Telefoon 073 - 551 36 82

## Perfekt kozijn

Industrieterrein "De Brand"  
Schorpioen 9  
5216 MD s'-Hertogenbosch

info@perfektkozijn.nl  
www.perfektkozijn.nl



## 073 - 52 30 888



Onze showroom is geopend op werkdagen van 10.00 - 17.00 uur,  
en eventueel zaterdag op afspraak.

## Wielersport, fietsonderdelen en accessoires



## 073-6112833

Kloosterstraat 7, 5481 BE Schijndel Tel: 073 - 611 28 33 Fax: 073 - 611 28 34

## **Clubblad?**

Laatst kreeg ik een clubblad in de bus, genaamd het Vluggertje. Zoals gebruikelijk kijk ik meteen of er leuke verhalen van mijn clubgenoten in staan. Verhalen die ook nog eens opgeleukt zijn met mooie foto's. Anekdoten die verhalen over uitzonderlijke uitstapjes waar wij onze mede Vlug-Truggers van op de hoogte willen stellen, Verhalen die wij daarom graag in het clubblad van de vereniging afgedrukt zien worden. Verhalen die de club laat afdrucken voor verspreiding. Hierdoor hebben wij een clubblad waar wij al bijna 25 jaar trots op mogen zijn. Net zo trots als de verhalenvertellers op hun prestatie, Maar tegelijk vraag ik mij af, zijn wij ook zo trots op onze club en zo ja, waarom dragen wij dit dan niet uit, Sponsors investeren in een vereniging en zonder sponsors is het bijna onmogelijk een vereniging in stand te houden. Als we zo trots zijn op onze vereniging laat dat dan ook zien.

*Jan vd Ven*

## **Clubblad?**

De redactie van clubblad "t Vluggertje" wil bij deze reageren op het artikel van Jan. Hij heeft zijn visie duidelijk weergegeven. De redactie is altijd in de weer er een zo actueel, passend en lezenswaardig Vluggertje ervan te maken. Ook de laatste uitgave was schitterend, zeker met die verhalen die de geleverde prestaties prima weergeven. Een aantal foto's waren niet in de clubkleding, de redactie heeft dan de keuze de aangeleverde foto's wel of niet af te drukken. Er is voor gekozen dit wel te doen, dit maakte het verhaal compleet, ondanks dat het geen Vlug Trug kleding was. Het is gebleken dat de laatste uitgave toch nogal wat stof heeft doen opwaaien. Dat is goed, we nemen die reacties ook serieus. Er stonden ook foto's in van een aantal nieuwe leden, zij die zich voorstellen. Zij hadden nog geen nieuwe kleding in hun bezit. Het is het recht van de leden zelf om zijn of haar tocht welke niet georganiseerd worden door Vlug Trug te fietsen in kleding naar zijn of haar keuze. Echter, om Vlug Trug zo maximaal mogelijk uit te dragen willen wij mede namens de redactie daarom alle leden vragen om naast je eigen fietsverhaal en fietsprestaties zoveel als mogelijk foto's in te sturen in Vlug Trug kleding. Dit maakt het echt compleet zowel voor onze sponsors en is het ook heel passend binnen Vlug Trug. Wij zijn zeker trots op onze club Vlug Trug en laten dit zien en horen!

*Jac*

## **Gezamenlijke trainingen 2010**

Beste Vlugtruggers,  
Ger en ik zijn al bezig met het wegseizoen van 2010 met daarin als hoofddoel de Marmotte. Ger heeft deze dit jaar voor de eerste keer gefietst en voor mij zal het de eerste keer gaan worden. Misschien zijn er wel meer mensen die voor volgend jaar een tocht op het programma hebben staan. Ons lijkt het een leuk idee om misschien tijdens al onze persoonlijke voorbereidingen ook een aantal keer samen wat trainingen te doen. We denken aan een keer in de Ardennen of misschien wel een trainingsweekend te doen of om ervaringen uit te wisselen van de verschillende manieren van voorbereidingen. Via deze weg willen we zien of er meer mensen zijn die dit leuk vinden om te doen. Dus lijkt het je wat neem dan contact op met Ger of met mij dan kunnen we een keer bij elkaar komen om het e.a. te bespreken.

Ger de Heus en Jan Jansen.  
Tel Ger: 06-55393441  
Mail Ger: gerdeheus@planet.nl

Tel Jan: 073-6121374  
Mail Jan: jan.jansen2@strok.com

## **Fietstocht naar Frankrijk. Wie wil er mee??**

Indien er interesse is wil ik volgend jaar met Hemelvaart, 13 mei, een fietstocht organiseren naar Frankrijk. De afstand is ca. 550 km en wordt verdeeld over 3 dagen. De eerste twee dagen ca. 200 km en de laatste dag 150 km. De 4e dag gaan we met de auto terug. De tocht gaat vanaf Den Dungen via Helmond, Nederweert, Brunsum, Valkenburg, Eupen, Diekirch, bij Schengen Noord-Frankrijk in en dan over St. Avold naar een plaatsje in de buurt van Straatsburg. De bedoeling is dus drie dagen te fietsen en zondags met de auto terug. We hebben dan uiteraard begeleiding nodig. Overigens niet constant maar op enkele plaatsen een pauze inlassen en uiteraard drie overnachtingen. Zelf hebben we in het verleden al diverse malen deze tocht gereden en hebben we in tenten overnacht. Eigenlijk wilde ik dat weer doen maar als de meerderheid vindt dit in hotels te moeten doen moet ik gaan kijken naar de mogelijkheden daartoe. De kosten worden dan uiteraard hoger. Ik schat dat de kosten om en nabij de 100 euro gaan bedragen bij het overnachten in een tent. Er zullen zoveel auto's mee moeten als we fietsen en personen moeten vervoeren. Is er belangstelling dan zal ik tegen die tijd nog wel een bijeenkomst plannen om het een en ander door te spreken. Ik wil ook nog wel een toelichting geven tijdens de algemene ledenvergadering in het voorjaar. Graag mij emailen of bellen.

*Groet, Rien Hairwassers*

# Het is tijd om te sporten.

Sport is belangrijk. Omdat het leuk en gezond is, maar vooral omdat het mensen dichterbij elkaar brengt. Hoe jong of oud ze ook zijn en wat ze in het dagelijks leven ook doen. Sporters en supporters maken allemaal tijd vrij voor hún vereniging. En zo'n vereniging steunen wij natuurlijk ook. Waar en wanneer we maar kunnen.

*Het is tijd voor de Rabobank.*



**Rabobank**

- Keukens
- Badkamers
- Tegels
- Natuursteen
- Natuursteenzagerij

**RUIJ 1800M<sup>2</sup>**  
KEUKENS, TEGELS  
EN BADKAMERS  
IN ÉÉN SHOWROOM



**PARTICOLARE**

[WWW.PARTICOLARE.NL](http://WWW.PARTICOLARE.NL)

PARTICOLARE Bedrijvenweg 11 • 5272 PA Sint-Michiëlsgestel • T 073-534 09 30 • F 073-534 09 31 • E [info@particolare.nl](mailto:info@particolare.nl)  
OPENINGSTIJDEN ma-do: 09.00-18.00 uur vr: 09.00-20.00 uur za: 10.00-16.00 uur

# Vlug Trug Cycle Star ATB tocht 2009

Met zo'n 475 inschrijvingen, iets minder dan vorig jaar, mogen we een pluim uitdelen aan de organisatie. Niet voor niets, alle inspanningen, want om alles gladjes te laten verlopen, is er een zeker organisatievermogen wenselijk. Dus CHAPPEAU. (vrij vertaald: HOEDJE AF)

Zin in het ATB seizoen heb ik weer gekregen, en jullie? Zo langzamerhand, zijn er heel wat mensen binnen onze club, met een mountainbike of crossfiets. Dus het belooft een goed seizoen te worden. Hoe meer zielen, hoe meer vreugd!!!

Er is- even voor de nieuwelingen onder ons- een verdeling bij VlugTrug, van de "veldrijders". Een groep gaat bijna altijd met de auto eerst naar een georganiseerde tourtocht, de andere groep vertrekt altijd met de fiets vanaf Boer Goossens. Je mag dus zelf kiezen,

maar je moet ook zelf de afspraken maken, of je zelf rijdt, of je rijdt met iemand mee. De vertrektijden van de eerstgenoemde groep, zijn wel eens anders!

De eerste drie keren om 8.00 uur (20-9-2009 t/m 4-10-2009), daarna telkens om 9.00 uur. (vanaf 11-10-2009).

Als er een georganiseerde tocht binnen fietsbereik ligt, doet de tweedgenoemde groep, daar natuurlijk aan mee. De overige eigen tochten zijn zo gevarieerd mogelijk, maar telkens tussen de 50 en 60km. Voor iedere spor-

tieveling zeker te doen.

Samen uit- samen thuis is ons motto en we helpen elkaar zoveel als we kunnen, tijdens pech onderweg. Neem zelf altijd voldoende materiaal mee om de evt. pech te verhelpen. Je krijgt voldoende tips van deze of gene, om je kennis in het veldrijden te verbreden, want het is een sport, waarbij je altijd voor verrassingen komt te staan, dat maakt het zo spannend.

Tot ziens op de mountainbike!!  
Wim Houdijk.

## Bedankt voor de medewerking!!!

Bij deze wil ik onze leden die zich hebben ingezet voor onze ATB tocht bedanken voor hun medewerking. Gezamenlijk hebben wij onze tocht weer goed op de kaart gezet, en dat is bijzonder positief voor wat betreft de belangstelling voor de komende jaren.

Want onze tocht is bijzonder fraai, maar niet echt uitdagend voor de die-hards onder de mountainbikers. Het duidelijke uitpijlen, de beveiliging bij de oversteken, de ontvangst bij Boer Goossens en natuurlijk de goed verzorgde pauze kweken echter veel goodwill. Zie de berichten van het mountainbike forum hieronder.

De sponsoring van Richard (Super de Boer) Broeren heeft het mogelijk gemaakt dat de bemanning van de pauzeplaats alle deelnemers extra in de watten kon leggen, wat bijzonder gewaardeerd werd. Bijna 500 tevreden deelnemers, dus we hebben wel eer van ons werk.

Met vriendelijke groeten,  
Bert Voets

The image shows three screenshots of forum posts. Each post is a reply to a message titled 'Re: Toertocht Den Dungen op 27 september'. The first post is from user 'huga 44' (ATB fanaat), posted on 27 September 2009 at 11:22. The second post is from 'Dinosaur' (ATB fanaat), posted on 27 September 2009 at 10:11. The third post is from 'rené' (All rounder), posted on 28 September 2009 at 06:37. Each post contains a message of appreciation for the organizers and participants of the ride.

**Post 1: huga 44**  
Berichttitel: Re: Toertocht Den Dungen op 27 september  
D Geplaatst: zo 27 september 2009, 11:22  
Was een prima tocht, heeheel goed uitgepijld en tja de verzorgingspost deed niet veel onder voor een ontbijtbuffet 😊 misschien volgende keer nog gebakken eijs erbij 😊  
Heb overigens de 40 km gedaan was met mijn twee kinderen s,ochtends nog iets lound an de vingers maar toen het zonnetje erdoor kwam was het perfect .  
Organisatie bij deze bedankt

**Post 2: Dinosaur**  
Berichttitel: Re: Toertocht Den Dungen op 27 september  
D Geplaatst: zo 27 september 2009, 10:11  
Ik moet zeggen dat ik uit het bericht van Ms Piggy weinig erkenning opmaak voor het feit dat er zoveel vrijwilligers bezig zijn om een toertocht uit te zetten. Op voorhand weet je dat je in deze omgeving geen super uitdagende route kan uitzetten, maar dat weet je ook al als je gaat inschrijven.  
Ik heb zelf de 60 km gereden en heb genoten van het mooie weer en van de vrienden met wie ik gefietst heb. De pauze plek was ook goed met de energiedrank. Meer hoeft toch niet voor een toertocht.  
Kortom: volgens jaar weer van de partij !

**Post 3: rené**  
Berichttitel: Re: Toertocht Den Dungen op 27 september  
D Geplaatst: ma 28 september 2009, 06:37  
Citaat:  
Op voorhand weet je dat je in deze omgeving geen super uitdagende route kan uitzetten, maar dat weet je ook al als je gaat inschrijven.  
ik ben het hier helemaal mee eens wat miss piggy hier doet slaat de plank volledig mis en is voor de mensen die deze tocht uitzetten en alle vrijwilligers niet leuk.  
ik heb zelf de 50 (52) km gefietst het was inderdaad geen uitdagende tocht maar toch een leuke zeer snelle tocht  
1uur 57 min  
de rust plaats leek wel de brunch bij van de valk in vught 🍷

30 augustus 2009

# Prachtig Clubweekend



**Een prachtig clubweekendje Schin op Geul - van vrijdag 11 t/m zondag 13 september -, met mooie fietsroutes, overdadig voedsel, beperkte nachtrust en waardevolle tips.**

## **De start**

Het wachten op vader Ton en zoon Jochem veroorzaakte dat tegen alle wetten van W.T.T.C. VlugTrug in dat het vertrek naar Limburg enige vertraging opliep. Spijtig genoeg moesten we –bleek later- zonder onze geblesseerde ‘razende’ reporter Jochem afreizen. Uiteindelijk vertrokken we met 26 personen naar Schin op Geul. Aldaar aangekomen werden we ontvangen op een zonovergoten terras van camping Schoonbron, door Tiny en Peter, die reeds waren afgezet door hun meegereisde partners. Dat maakt het totaal VlugTruggers

28, uiteindelijk zouden we met 29 personen zijn (Hilde zou later die avond aansluiten).

Organisator Jac Biemans zorgde ervoor dat de sleutels van de stacaravans werden uitgereikt zodat er ingecheckt kon worden.

Op het program voor vanmiddag stond een gezamenlijke fietstocht door het Limburgs landschap. Maar voordat we van start gingen wachtte ons nog een uitgebreide lunch, inclusief soep en kostelijke kroketten en frikadellen. Met verterings-tijd bleek geen rekening te zijn gehouden, het vertrek voor het opwarmingsrondje stond immers gepland op 14.00 uur en gezien de wetten van W.T.T.C. vlugTrug.....

## **De 1<sup>e</sup> tocht**

De GePeeSjes van zowel Bert, Peter, Edwin loodste de grote gele trein door zo'n 60 km Limburgse en

Belgisch landschap, een machtig opwarmrondje waar we oa. De Gulpenerberg, Loorberg, Camerig, Vaalserberg en Kruisberg passeerden. Ondanks dat er op sommige punten wat gewacht moest worden op elkaar verliep het ritje zonder benoemingswaardigheden. Hoewel.....Henny's hartje op een gegeven moment wel zo tekeer ging dat we genoodzaakt waren om een korte pauze in te lassen. Een 2e incident betrof Wil Siebers, zijn ketting sloeg vast tijdens een van de laatste klimmen waardoor hij een koprol maakte maar gelukkig behoudens wat schaafwonden geen kwetsuur aan overhield. Weer terug op de camping voegde we ons bij een select groepje veteranen VlugTruggers, welke een kortere tocht gefietst had via Maastricht. Na deze tocht even uitpuffen op het

terras en genieten van heerlijk koel drankje.

### **Sport in beeld**

Het avond diner was zeer uitgebreid en in overvloed, de keuzemenu's hadden we van te voren reeds aan Jac kenbaar gemaakt. En dat zorgde voor een efficiënt verloop voor de serveermeiden, behoudens een aantal opmerkingen van deze of gene hielden ze prima het tempo erin zonder zich al teveel te laten afleiden.....

Slechts een enkeling bleek wat moeite te hebben om de mega schnitzel(keuze menu 1) te verorberen, maar of de kritiek over de taaiheid van dit stuk vlees terecht was is maar zeer de vraag. Wellicht had de kok geen rekening gehouden dat er onder die grote groep sportieve goden ook gebitprothese dragers zaten.

Na het diner ging ieder zijn/haar weegs, er werd gekozen voor een korte wandeling of hangen aan de bar en napraten onder het genot van een heerlijk sapje, de hoogstscorende soorten sappen waren dit weekend ' Gerardusblond en Erlinger'.

Er was ook mogelijkheid om sport te kijken op een grootbeeldscherm of op een van de vier tv's, alhoewel dit niet echt een keuze was.....in feite kon je er niet omheen, in alle hoeken van het restaurant/café werd je enigszins meegenomen in beeld en geluid. Om de sportbeelden s'avonds even te doorbreken zorgde Wim voor een machtig gebaar, niet door zelf zijn fluwele stem ten gehore te brengen maar door een dvd van een van zijn leeftijdgenoten en collega's Joe Cockerrrrr in te pluggen.

### **De langste dag**

Zaterdagochtend, op tijd opstaan met of zonder nachtrust aan het ontbijt. Een stevig ontbijt want vandaag stond DE grote tocht van 125 km op het programma.

Na het ontbijt zijn we in 3 groepen vertrokken, een groepje voor de kortere tocht en 2 groepen de langere tocht. De lange tocht ging dwars door het prachtige landschap en vele heuvels van Duitsland, België en Limburg. Een samengestelde route van oa . Klimmen-Banneux-Klimmen en de Grenslandklassieker met zo'n 1200 hoogte meters... hoewel de meningen van de GePeeSjes hierover uiteenliepen. Zeer waarschijnlijk dus ruim 1400 hoogtemeters. Onze dappere veteranen kozen voor een iets kortere route maar hadden ook bijna zo'n 80 km? op de GPS staan. Moe maar voldaan keerde de ploegen met enig afstand naar elkaar terug op de camping en op het terras werden onder het genot van een drankje de verhalen uitgewisseld. In tegenstelling tot het nemen van een douche wat toch redelijk normaal is na zo'n inspanning besloot Wim -het zal Wim eens niet zijn-, een duik te nemen in het ijskoude zwembad. Een ieder die hiervan getuige mocht zijn hield "het hart

vast". Wim zijn nuchtere reactie was : "Zo, ik hoef tenminste niet meer te douchen".

Het keuze diner verliep wederom naar wens en was zoals de vorige avond zeer uitgebreid. Na het diner trok een ieder zijn/haar eigen plan. Een aantal VlugTrug leden leek er een beetje doorheen te zitten en had de fietstocht van vandaag hun tol geëist. Enkele kozen voor een avondwandeling richting Keutenberg, -welke overigens wandelend een behoorlijke imposante blik geeft en respect afdwingt-. En uiteraard "The die-hards" hingen nog rond aan de bar, kijkend naar de sportbeelden (wederom voetbal) en napratende over de opgedane ervaringen en stoere verhalen. Tot de barkeeper verzocht ieder naar zijn bedje te gaan want ook hij wilde graag naar huis..

### **De clinic**

Zondagochtend, wakker worden in de (mot)regen. De laatste dag, het





laatste ontbijt.

Na het ontbijt bleek de regen gestopt en werden verschillende keuzes gemaakt. Een aantal VlugTruggers vertrok huiswaarts, een 7-tal renners besloten de geplande fietstocht te gaan maken van zo'n 40 km en de overige groep gaf de voorkeur om deel te nemen

aan de fietsclinic van Hans Hairwassers. In verband met het natte wegdek besloot Hans zijn clinic aangepast op d'n droge te houden oftewel op het terras onder de luifel.

Hans gaf deskundig informatie en tips over houdingsaspecten, het instellen/meten van de fiets, het

meten van een versleten ketting, remtechniek, kruismeten met een bezemsteel (ja, je leest het goed), klimtechniek, het belang van cooling down etc. etc. En ook het gebruik van olie en vetten voor het schoonmaken en onderhouden van de fietsonderdelen passeerden de revue. Heel bijzonder om zo'n onderwijzende en deskundig lid in de ploeg te hebben. "Een clinic van Hans, een aanbevelertje voor een ieder".

Om zo'n uur of 12.00 het de hoogste tijd om de caravans op te ruimen en schoon te maken want om 13.00 wachtte het afsluitende diner. Dit laatste diner was voor een aantal vlugtruggers -hoewel niet bedoeld als kritiek op de culinaire inventiviteit- een hapje teveel, veel borden werden dan ook half vol ( of zo je wilt , half leeg) teruggebracht. Zonde van al dat lekkers maar misschien een leerpunt voor de volgende jaren.

We besloten het weekendje met

### **Hallo beste mensen van Vlugtrug en al diegene, die belangstelling hebben in onze club;**

*Het zit er weer op, ik heb er echt naartoe geleefd en het is voorbij, voordat je er erg in hebt.*

*Voor alle leden die niet gegaan zijn, hier een overzicht van mijn belevenis.*

*Vrijdag, zoals elk jaar, geroezemoes aan de voet van de kerktoren in Den Dungen. Terwijl Jack druk bezig is de maaltijden te verzamelen, laten vader en zoon Huibers op zich wachten.*

*Later bleek dat Jochem niet helemaal fit kon verschijnen, waarna Ton even opgehaald werd door Edwin.*

*We waren in no time op de plaats van bestemming: Schoonbron- Schin op Geul. Een gigantische camping aan de voet van de Keutenberg.*

*Het was alweer twee jaar geleden dat we er waren en er was dus niets veranderd. (op de bediening na)*

*Het bier smaakte goed, de caravans waren nog even vochtig en ik had mijn zelfde slaapmaatje als toen; Herman!*

*Een icoon in onze club en hij reed weer als vroeger. We hebben elkaar geen snurkoverlast bezorgd, omdat we eenvoudigweg niet geslapen hebben.*

*De rest overmeesterde de andere caravans en we stonden in een mum van tijd in onze outfit.*

*Een prachtige tocht van zo'n 70 kilometer hadden Bert en Edwin op hun GPS ingevoerd en we waren allemaal dik tevreden over de keuze.*

*Er stond ons een campingdiner te wachten om 19.00 uur maar we kregen ruimschoots de tijd om ons te verfrissen en de verschillende soorten bier uit te proberen. Op advies van Peter ben ik aan de Gerardus Blond begonnen en ben er niet meer mee gestopt!*

*Na een campingschnitzel moest er weer doorgespoeld worden, want wat was dat ding droooooog!*

*We hebben de zaak in de kleine uurtjes*

*afgesloten en zijn fluisterend naar de caravan gelopen.*

*Dag twee was het net zo'n mooi weer als dag een, want we hebben altijd geluk tijdens ons weekend.*

*Een fantastische route voerde ons deze keer naar België en Duitsland en bij iedereen zat het fijne fietsgevoel erin.*

*De C-ploeg, deze keer onder leiding van Wil Siebers, had een mooie route gereden, terwijl de A- en B ploeg afzonderlijk dezelfde tocht hebben gereden (130km). Na een koele duik in het zwembad, ging ik me weer klaarmaken voor de avond. Deze keer was het Goulashsoep en Saté die me lekker smaakte.*

*En maar weer doorspoelen met Gerardus Blond, heerlijk. Ze kwamen alweer vragen of we de laatste ronde wilde bestellen, want de bediening wilde naar bed en je kon het ook zien aan een van die meiden, haar shirtje zakte telkens aan een kant naar beneden.*



een kopje koffie op kosten van de club en om klokslag 15.00 uur ....tja, zoals de wetten van VlugTrug..... VlugTrug naar Brabant.

### Een woord van dank:

#### Wist U ?

- Dat Jac Biemans het stokje (organiseren weekend VT) volgend jaar wil overdragen.
- Dat overige leden van VT hier allerm minst blij van worden.
- Dat Jac een enorme competente organisator is.
- Dat hij daarnaast betrokken en zorgzaam is bij alle club-activiteiten.
- Dat hij gewoon één van de vaandel dragers is.
- Dat Jac niet gemist kan worden.
- Dat het ...lijkt.... of zijn fiets kwaliteiten ietsjes minderen.
- Hoewel hij dit jaar de Mont Ventoux (in de sneeuw) heeft bedwongen.
- Dat hij nog strak in zijn vel zit en het gehele jaar een kleurtje heeft.



- Dat hij er eigenlijk nog best goed uitziet (ondanks zijn leeftijd).
- Dat hij volgend seizoen wederom gaat pogen om sportman van het jaar te worden.
- Dat iedereen hem dit gunt.
- Dat hij dit jaar zeker in de top tien zal eindigen.

- Hij, Jac dus! gewoon een topper is.
- Dat hij een dikke pluim verdient.

Jac hartstikke bedankt, je organisatietalent was wederom super.

Frans Kouwenberg

*Later kwam ik erachter, dat het door die zware portemonnaie kwam, want toen ze hem leeg had geschud, zat het weer in evenwicht.*

*Fluisterend naar onze caravan en wakker blijven, dan heeft niemand geen last van snurkgeluiden.*

*Zondag, de laatste dag alweer, heej, het regent!!*

*Veel van onze mensen zagen het niet zitten om te gaan fietsen en besloten om naar de overdekte Clinic van Hans te gaan.*

*Hij vertelde zowat alles waar je op moet letten tijdens het fietsen. Toen ik doorhad dat Hans niet de intentie had om ook te gaan fietsen, ben ik toch mezelf om gaan kleden voor de laatste fietstocht. Met acht personen waren we, een mooi groepje en terwijl de zon zich weer liet zien hebben we nog genoten van een laatste rit door de omgeving, waarin de Cauwberg zich ook liet zien (50km). Een laatste campingshap werd*

*verorberd, macaroni in plaats van spaghetti, maar wat ik mistte, was een bedankje naar de leiding toe, want ik herinner me nog, dat Robin daar vroeger heel goed in was.*

*Bij deze wil ik Jack en Stefan bedanken, in naam van iedereen, voor een grandioos weekend, waarbij we sportief bezig zijn geweest en als vrienden elkaar weer*

*wat beter hebben leren kennen. Hans bedankt voor je inzet, ik weet dat het je geen moeite kost, maar we waarderen het zeer.*

*Tot de volgende keer en wil je meer weten wat er zo allemaal bekookstofd is, moet je gewoon meegaan!*

Wim Houdijk.



# 1<sup>e</sup> clubweekend!

**Omdat ik dit jaar lid van Vlug Trug ben geworden was ook het clubweekend nieuw voor mij. Maar drie dagen in de heuvels mogen fietsen is altijd een mooi vooruitzicht dus geen twijfel om mee te gaan. Van wat ik verder kon verwachten had ik geen idee dus met meer dan gemiddelde nieuwsgierigheid ging ik vrijdag op pad naar Den Dungen. Prachtig weer en een heerlijk zonnetje bij aankomst en dat was maar goed ook omdat er nog even gewacht moest worden.**

Maar als snel konden we met ongeveer 30 man ('s avonds kwam Hilde als enige vrouw) op pad. Bij aankomst de bekende taferelen die ik me nog van jeugdkampen kon herinneren, caravans indelen en dergelijke. Maar na een zeer goede lunch dan toch echt op pad voor een mooie rit via Teuven in België, het Vijlenerbos (de bekende Camerig), Vaals (de beklimming via Gemmenich), Holset, weer door het Vijlenerbos en via Eijs terug naar Schin op Geul. Dat laatste stuk heb ik moeten missen met Frans. Ondanks de aanwezigheid van 4 GPS'en zijn we elkaar toch kwijt geraakt en zijn wij via Mechelen en Wittem terug gereden. Een mooie eerste rit van ruim 60 km en bijna 1.000 hm.

Het eten smaakte dan ook prima, beetje kleine porties. Wim trakteerde ons op een onvervalst Joe Cocker concert voor het grote slaapavontuur kon beginnen. Ik deelde een kamer met Perry, in de woonkamer lag Edwin en de grootste slaapkamer was voor Stefan. 's Nacht heb ik wel wat gestommel gehoord maar vooral doorgeslapen. In de ochtend bleek Perry echter gevluht voor mijn gesnurk. Sorry! Bij het ontbijt hoorde ik gelukkig de nodige verhalen uit de diverse caravans en voelde me een stuk minder bezwaard.

Bert toonde zich niet alleen een goed navigator maar ook een bekwaam diplomaat door ons op te delen in twee A groepen. Goede beslissing, een groep van tegen de 30 man is wel gezellig maar ook erg



groot. De rit was fantastisch. Ondanks dat ik de streek goed ken heb ik weer heel wat nieuwe wegen gezien. En was het bij de start nog een beetje fris, in de loop van de middag werd het steeds zonniger en aangenamer fietsweer. In onze groep verzorgde Edwin de navigatie en deed vlekkeloos.

Het verschil tussen de beide groepen kwam vooral tot uitdrukking in de keuze voor de lunch. Wij vonden de plaatselijke sauna in Roetgen toch wat te decadent voor een groep fietsers. Even verderop hebben we een "kaffee" en een plaatselijke supermarkt gevonden en de gebaksafdeling van de laatste geplunderd. De andere groep bleek wel de sauna ingedoken. Spaghetti gegeten, ja, ja! In ieder geval hadden we er bij terugkeer weer 126 km op zitten met ruim 1.500 hm.

Helaas regende het zondagochtend en was de stemming bij het ontbijt wat minder zonnig als de voorgaande dagen. Een enkeling besloot de spullen te pakken en huiswaarts te keren. Gelukkig klaarde het snel op en kon ook de laatste rit van 42 km

met nog eens 500 hm doorgang vinden. 8 Mensen gingen op pad voor alweer een mooie rit. Als toetje voor het weekend zat de Cauberg nog in de route. Leuk, want daar was alles al in gereedheid gebracht voor de finish van Boogie's Extreme en in die entourage klimmen was ook weer bijzonder. De achterblijvers hielden bij hoog en laag vol dat ze een clinic van Hans Hairwassers gevolgd hadden. Ik heb ernstig mijn twijfels want gevraagd naar het geleerde kwamen er vooral opmerkingen over de serveersters!

Wat mij betreft moe maar meer dan voldaan eindigde het clubweekend na alweer een stevige maaltijd. Met name de borden macaroni waren gigantisch. Ik heb een heel leuk weekend beleefd. Weer de nodige clubleden leren kennen, anderen vooral beter leren kennen en samen vooral heerlijk gefietst. Tegen de achterblijvers zou ik zeggen "Ga volgend jaar mee, je krijgt er zeker geen spijt van". Aan Jac (en anderen?) een groot compliment voor een prima georganiseerd weekend.

*Ger de Heus*

# Organisatie Clubweekend, wie neemt het stokje over?

Het clubweekend op camping Schoonbron te Schin op Geul zit er weer op. We kunnen met z'n allen terugkijken op weer een geslaagd weekend. Dit is te danken aan ieders positieve inzet en om er samen een gezellig fietsweekend van te maken.

Ik heb nu verschillende keren het weekend georganiseerd. Gezien de vele activiteiten die ik binnen de club (mede)organiseer, heb ik besloten om te stoppen als organisator van het fietsweekend.

Wie wil, durft het aan om voor de komende jaren het fietsweekend te organiseren? De organisatie houdt met name het volgende in:

- het zoeken van een geschikte locatie waar we kunnen slapen, eten en drinken, dus met een gezellige kantine
- afstemmen met de betreffende locatie wat de kosten zijn voor het verblijf van een heel weekend
- terugkoppelen met het bestuur over de kosten van het verblijf.
- samen met onze GPS-mannen afstemmen welke routes we als club in die omgeving kunnen fietsen

Ik sta altijd open voor beantwoording van eventuele vragen voor de organisatie voor het volgende jaar.

Jac Biemans



## Het ultieme gevoel...

Waar ben ik mee bezig??zijn zo van die gedachten tijdens een tijdrit. Je helemaal steendoed rijden en toch doorgaan en achteraf tot de conclusie komen dat je weer iets gepresteerd hebt dat je vooraf niet voor mogelijk hebt gehouden. Liefst 15 mensen van onze club hebben denk ik dit gevoel gehad tijdens de ploegentijdrit van 26 september jl.

Deze tijdrit, georganiseerd door de Vughtse IJclub, is ruim 45 km lang, wordt op de parallelweg bij Vught langs de A2 jaarlijks gehouden. Het weer is dan altijd prima, dat kan geen toeval zijn.

Na enig gelobby bij deze en gene kon ik liefst 4 ploegen samenstellen. Ik denk dat ze achteraf geen spijt hebben van hun deelname en hoop dat we volgend jaar weer van de partij kunnen zijn.

Al onze ploegen kwamen geheel aan. Hulde!

Ploeg 1: Erik Gielen, Harrie Vranken, Mark Spierings en Paul van Dam.

Ploeg 2: Edwin de Graaf, Perry van Oorschoot, Arnoud Oude en een gastrijder Leo van Esch.

Ploeg 3: Ger de Heus, Hilde van de Velde, Jan Jansen en Rien Hairwassers

Ploeg 4: Mark de Laat, Peter Goossens, Wil Siebers en Jos Mertens.

We hebben flink reclame gemaakt voor Vlugtrug. We hadden als club de meeste deelnemers.

Een ploegentijdrit met 4 personen rijden vergt de nodige voorbereiding. Welke snelheid fiets je? Voelen waar de wind vandaan komt? Waar rij je achter iemand? Wie zit achter wie? Hoe doe je de aflossingen? Enz. De ploegen hebben vooraf daar echt op geoefend en het resultaat mag er zijn vind ik. Onderstaand zien jullie de resultaten van onze clubleden. Enkele foto's zien jullie elders in dit blad. Op onze website staan nog meer foto's van de tijdrit. Degene die ook eens willen proberen hoe hard ze met 4 kunnen fietsen kunnen zich voor volgend jaar weer bij mij opgeven. De tijdrit vindt altijd plaats op de eerste zaterdag tussen 20 en 30 september. Tot volgend jaar maar weer.

Rien Hairwassers

	Ploeg Naam	Totaaltijd	Gem. snelheid (km/u)
1	Ijsvrienden momentum	0:56:17	48,29
2	Ijsvrienden momentum 2	0:59:26	45,73
3	WVSchijndel	1:01:39	44,09
4	Vlug Trug 1	1:02:39	43,38
10	Vlug Trug 2	1:05:56	41,22
20	Vlug Trug 3	1:10:51	38,36
21	Vlug Trug 4	1:11:30	38,01

# De tijd tikt mee

Ik heb dit jaar enkele cyclo's toegevoegd aan mijn lijstje. Er zijn er zeker verschillen tussen deze tochten. Eerst wil ik ingaan wat mij aantrekt in het rijden van cyclo's.

Voor mij is het de manier om mijn eigen grenzen van het fietsen te verkennen.

Hoe lang kan ik op de fiets? Hoe lang kan ik een bepaald tempo rijden?

Hoe moet ik mijn krachten verdelen?

Hoe bereid ik me zo optimaal mogelijk voor?



**H**ierdoor heb ik het hele jaar een doel om te trainen en door het fietsen van een cyclo zie ik concreet of het trainen ook vruchten afwerpt. Ik stel mezelf een doel waar ik aan wil voldoen om zo de druk bij mezelf op te voeren. Achteraf kan ik zien of ik tevreden ben over mijn prestatie (de tijd), maar ook gevoelsmatig wil ik tevreden zijn dat ik alles uit de kast heb gehaald wat er inzit.

Voor mij is het dus vreemd als ik opmerkingen hoor deze cyclo is zwaarder dan de andere. Voor mij zijn ze allemaal even zwaar, want ik zoek steeds mijn grens op en dat voelt op dat moment dat je er tegenaan loopt niet altijd jofel, maar achteraf wordt dit volop goed gemaakt.

Wat mij dan ook aanspreekt is dat de tijd constant mee tikt, voor mij betekent dit geen pauzes, alleen drank tanken en dan verder. voeding neem ik meestal zelf mee. Cyclo's zijn er in vele maten en soorten. Ik heb afgelopen jaren verscheidene gereden en voor mij zijn er belangrijke verschillen waarmee ik rekening mee houdt:

- Veiligheid
- Parcours (vlak, heuvelachtig of bergachtig)
- Afstand
- Hoogtemeters

De planning van dit jaar zat erg vol en het is een lang seizoen geworden. Er zaten drie cyclo's in mijn planning; Shimano fietschallenge (mei), Grand Fondo Marco Pantani (juni) en de Oetzthaler Radmarathon (augustus).

De voorbereiding was dan ook anders dan andere jaren. De Oetzthaler heeft een lengte van 238 km en tot dit jaar was mijn langst gereden cyclo 150 km. Dus ik moest veel duur en vele toertochten rijden met een lengte van meer dan 200 km.

Een greep uit de tochten ter voorbereiding van de Oetzthaler: St Oedenrode 185 km, Rabo bergtoer 190 km, Veenendaal-Veenendaal 150 km, Amstel GR 215 km, Twan Poels Classic 155km, Shimano Fietschallenge 155 km, Jean Nelissen classic 225 km en Tillf Bastogne Tillf 245 km, Grand Fondo Marco Pantani. 175 km

Vakantie in de Pyreneeën 7 trainingdagen met elke dag ongeveer 3000 Hm en tussen de 100 en 150 km en tot slot de Oetzthaler Radmarathon.

Eerste echte test hoe ik er lichamelijk voor stond was de Shimano fietschallenge eind mei. Vorig jaar samen met Erik gereden maar die moest dit jaar door familie omstandigheden verstek laten gaan. Uiteindelijk met Erna een lang weekend naar Valkenburg afgereisd en op zondag de tocht gereden. Het was een mooie warme dag en er werd flink doorgereden, kon met een mooi clubje mee. Bij zo'n cyclo moet je wedstrijdinzicht hebben, dat blijkt wel uit onderstaand voorbeeld. Na 100 km een tactisch foutje, we haalden een groep in en ik dacht even achterin de groep even te herstellen, helaas de volgende bult diende zich aan en "mijn groepje" was gevlogen. Nog een poging gedaan maar helaas, dus de laatste 50 km veel alleen moeten rijden. Uiteindelijk in een tijd van 4 uur en 47 minuten gefinisht. Voor mij een top tijd: 45 minuten achter winnaar Thys Al.



# Grand Fondo Marco Pantani

## 30 juni was het volgende piekmoment gepland de Grand Fondo Marco Pantani.

Erna liet de kans niet lopen dus hebben we er een vakantieweek Italië aangekoppeld. We zijn eerst in Bormio geweest, mooi uitgangspunt voor een trainingsweek. Op steenworp afstand van de *Stelvio*, *Gavia*, *Mortirolo* en nog verschillende andere mogelijkheden. Bij aankomst bleek dat op dat moment de **Dreilander Giro** bij Nauders verreden werd (ook leuk voor de toekomst). Om in Bormio te komen moesten we over de *Stelvio*. Eerlijk gezegd rij ik deze liever met de fiets naar boven dan met de auto. Met de bus kon ik soms amper de bochten in een keer halen.

De tocht, de naam zegt het al, een verering van de *piraat*. Nou die Italianen weten hoe je iemand moet vereren. Alle kraampjes waren vol met Pantani souvenirs en bij de start liepen verschillende look a likes rond. Moet eerlijk zeggen het heeft wel wat. Iedereen kreeg bij aanmelding een shirt van Marco Pantani, dit moest **VERPLICHT** gedragen worden (dus **GEEN VLUGTRUG** in Italië) anders werd je uit de uitslag gehaald. Het gaf een mooie uitstraling zo'n kleine 3000 wielrenners met hetzelfde shirt.

De tocht gaat over de *Gavia*, *Mortirolo* en *passo S. Cristina*. Moeilijkheidsgraad van deze tocht vond ik zitten in het stijgingspercentage van alle drie de Cols. De *Gavia* berucht uit de Tour was vandaag eigenlijk een opwarmertje!!, het hoofdgerecht was de *Mortirolo* en *S. Cristina* het toetje. De *Gavia* ging me perfect af, kon lekker in mijn klimritme komen. Dus vertrouwen was er maar toch ook de kriebels voor de *Mortirolo*. Nou dat was terecht, wat een vreselijke %^\$&#@ berg. 17 km lang. Na twee kilometer dacht ik echt "hier kom ik nooit boven zonder van de fiets af te stap-

pen". Steil tot 18%, maar het erge was hij vlakke echt nooit af gemiddeld 10%. Op de hele steile stukken ging ik maar staan om in beweging te blijven en op de minder steile stukken stoepend op mijn 34x26 naar boven. Normaal rij ik als het moeilijk is van bocht naar bocht, maar ik heb momenten gehad dat ik trap voor trap dacht. Onderweg kom je van alles tegen; een auto van de organisatie met een opgeblazen motor het stonk tenminste vreselijk. Iemand die letterlijk vlak voor me van zijn fiets viel met kramp, en een scheldende Italiaan die afgestapt was en alles en iedereen hangend over zijn stuur vervloekte. Na deze lijdensweg waar ik bijna 1,5 uur over gedaan heb, de welverdiende top, drank en een verdiend applaus

voor iedereen die daar boven kwam, want de Italianen weten wielrennen wel te waarderen. Daarna de afdaling met soms nog gemene stukken omhoog. Dan zie ik het bordje *Aprica* staan en ben even in verwarring ben ik er al??? Tweehonderd meter voor me zag ik de finish, maar ik wilde de 175 km doen en dan moet je recht af achterlangs het dorp naar het laatste obstakel van 7 km *passo S. Cristina*, even steil als de *Mortirolo*, maar gelukkig hier en daar een lichte afvlakking. Buiten verwachting ging me dit goed af samen met een Italiaan naar boven en weten dat dit echt de laatste klus van de dag was. Na 7 uur en 34 minuten zag ik Erna bij de finish staan en besepte toen ik afstapte hoe zwaar de dag was geweest.



# Otzthaler Radmarathon

**En dan, na nog twee weken getraind te hebben in de Pyreneeën, de grote uitdaging van dit jaar. De Otzthaler Radmarathon.**

De grootste vraag die me dit jaar had bezig gehouden hoe zal ik die afstand verteren in een cyclo met zoveel hoogtemeters. Ik had veel getraind, maar bij mij zal er altijd een onzekerheid blijven hangen wat kan ik? Op donderdag kwam ik samen met Erna aan op de camping in Solden en hier was de fiets sfeer al behoorlijk aanwezig. Mensen die hun hele fiets nog uit elkaar aan het halen waren en mensen die nog veel klimkilometers "moesten" maken. Zelf kies ik voor een rustige laatste week waarin ik geen intensieve ritten meer doe maar rust en een beetje geniet van de omgeving. Dus weinig meer op de fiets.

Zondag ochtend was het dan zover ik had besloten vroeg naar de start te gaan. Er waren maar twee start vakken. Het eerste van 0 tot 500 daarna de rest. Daardoor stond ik vrij vooraan. Temperatuur was s nacht gedaald tot 5 graden dus extra kleding aan was het devies en deze uit doen vlak voor de start. De organisatie had nog iets leuks in petto: er was een groot shirt van 30 bij 20 meter gemaakt met oude Otzthaler shirts, dit werd op het veld naast de startvakken door een helikopter omhoog gehesen waardoor de wind van de rotor de gevoelstemperatuur deed dalen onder nul.

Kwart voor zeven ging we van start met een complete kanonslag. Op naar de eerste beklimming van de dag. De Kuthai ging lekker en doordat ik redelijk voorin reed kon ik goed doorfietsen. Benen voelden goed en niets leek een goede dag in de weg te staan. Op de top werden we ontvangen door keiharde muziek. Op de bassen kon je de moeilijke laatste meters makkelijker

maken. Daarna drinken getankt en verder. Na een snelle afdaling met een maximale snelheid van 96,5 km per uur op naar de Brenner. Uit mijn voorbereiding die ik op internet had gelezen moest ik in dit stuk zorgen dat ik in een groepje zat. En zeker vandaag: wind tegen! Nou ik zat in een groep maar dan kan het ook een nadeel zijn van voorin te starten. De groep reed me net iets te hard, keuze is dan meegaan wat ook in mijn aard zit, of me terug laten zakken en de kans lopen dat ik alleen kom te zitten. Dus aanhaken en meegaan was voor mij de meest logische keuze. Brenner omhoog en dan zitten we ongeveer op de helft van de cyclo. Maar op de derde col (15 km) de Jaufenpas, bleek als snel dat ik wel erg hard van start was gegaan en voelde de benen al behoorlijk. Het klimmen werd al een beetje werken en niet zo soepel

als ik gewend ben. Achteraf bleek ook dat ik te hard begonnen was reed op een tijdschema onder de negen uur. Inzet was tussen de 9,5 en tien uur. Na een gevaarlijke afdaling met veel gaten en scheuren in de weg en veel haakse bochten begonnen we aan de laatste klus 30 km omhoog: de Timmelsjoch. Wat me al opgevallen was tijdens TBT is dat het iets anders is na 190 km nog de Redoute te beklimmen, nou dit geldt dus ook voor deze puist. Het eerste gedeelte was gemiddeld 7 a 8 % daarna (gelukkig) enkele km afvlakking en daarna het toetje 12 km steil met uitschietters naar 14%, nou hier heb ik behoorlijk afgezien, dankzij een razend enthousiast publiek was de pijn enigszins te dragen.

Soms voelde ik me een skiër die op de Hanenkam... ik hoorde overal hop-hop-hop. Ook waren de keukenkasten leeg gemaakt met potten en deksels en het publiek is overal





**VERF- EN  
BEHANGSPECIAALZAAK  
P. COOIJMANS**  
H. Hartplein 6,  
5275 BM Den Dungen  
073 594 1448

*Speciaalzaak in*

**VERF - BEHANG  
GLAS - RAAMDECORATIE  
GORDIJNEN - VITRAGE**

**Kraanverhuur  
voor al uw  
grondwerk**



**F. v.d. Bersselaar**

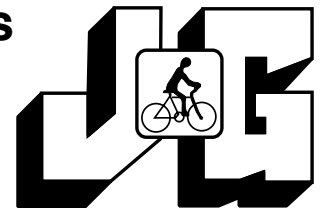
Litserstraat 85  
5275 BT Den Dungen  
Telefoon 073-5942777 - 06-53413183

**EP:**  
*Electronic Partner*

**Mies Schuurmans**

**Hifi-TV-Video  
Huishoudelijke apparatuur**  
Heilig Hartplein 12, Den Dungen

**Jan Goossens  
Rijwielen en  
bromfietsen**



**Gazelle, Batavus en Puch**

Litserstraat 65  
5275 BT Den Dungen  
Telefoon 073-5942566

CAFETARIA  
**'t Pleintje**

Telefoon 073-5943474 Den Dungen

**Tegenover 't Schotsveld**

**Bakkerij Ben Voermans**

Als specialiteit: Suikerstollen  
Dagelijks een groot  
assortiment brood en gebak

**Kwaliteit is onze reclame**

Maaskantje 47



**Van de Ven B.V.**  
Betonijzervlechtersbedrijf  
Betonstaal-buigcentrale  
Verkoop betonstaal  
Bouwstaalmatten  
*Ook aan particulieren*

Het Schild 19 5275 EB Den Dungen  
073 - 5941494



**MAJORCA BAR**

Uw adres voor feestjes of partijen.  
Info: 073 5942955  
Poeldonk 17 Den Dungen

**HERBERG**

**“DE POELING”**

Openingstijden:

Woe. en Do. van 8 tot 1.00 uur  
Vrijdag van 8 tot 2.00 uur

Zaterdag van 14.00 tot 2.00 uur  
Zondag van 12.00 tot 2.00 uur

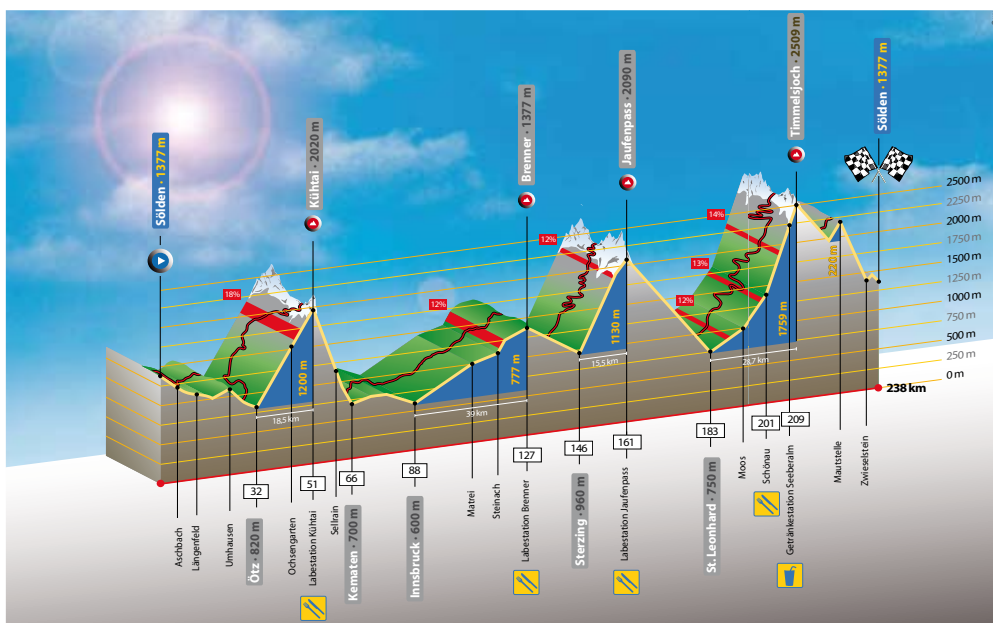


even enthousiast. Uiteindelijk boven en heerlijk in de afdaling terug naar Sölden. Onderweg nog enkele plaagstoten omhoog, maar uiteindelijk uitgeput maar zeer voldaan aan de finish. Wel is de les voor een volgende keer start rustig waardoor je meer kunt genieten op de laatste cols.

[www.granfondomarcopantani.com](http://www.granfondomarcopantani.com)  
[www.oetztaler-radmarathon.com](http://www.oetztaler-radmarathon.com)  
[www.interimspor.nl/fietschallenge](http://www.interimspor.nl/fietschallenge)

Enmaal thuis merk ik dat het een erg lang seizoen was en ik behoorlijk leeg ben en het seizoen erg lang is geweest. Nu nog even opladen voor de ploegentijdrit en dan echt vakantie!!! En weer lekker schaatsen.

Harrie Vranken



	Shimano Fietschallenge	GF Marco Pantani	Oetzthaler radmarathon
Veiligheid	slecht (openbare weg)	Zeer goed verkeersvrij	zeer goed verkeersvrij
Moelijkheid/Parcours	heuvelachtig	extreem stijgingspercentage	Afstand in combinatie met Hm.
Afstand	155 km	175 km	238 km
Hoogtemeters	2500 Hm	4500 Hm	5500 Hm
Aantal klimkilometers	?	39 km	90 km
Eindtijd	4 uur 47 min.	7 uur 34 min.	9 uur 21 min.
Gem. snelheid	32 km p/u	23,5 km p/u	25,45 km p/u
Klassering overall	129	269	846 (15de Nederlander)
Eigen categorie	nvt	36	56 (3de Nederlander)



**als u slapen belangrijk vindt...**

**Dealer van topmerken**  
PULLMAN, EASTBORN, KUPERUS, DUNLOPILLO

**Complete slaapkamers**

**Dé boxspring-specialist**

**Senioren slaapkamers**

**Slaapgarantie**

**Persoonlijk advies**

**Ruime parkeergelegenheid**

**ROB MEYSEN SLAAPCOMFORT**  
ma 13.00 - 17.30 di-wo-do 10.00 - 17.30 vr 10.00 - 20.00 za 10.00 - 17.00  
Maaskantje 32 - Den Dungen - 073 5943479  
[www.robmeysenslaapcomfort.nl](http://www.robmeysenslaapcomfort.nl)

# Wist u?

*Dat het laatste Vluggertje vol stond met schitterende verhalen over tochten die zijn gefietst,  
Dat het duidelijk moge zijn dat Vlug Trug letterlijk en figuurlijk grensoverschrijdend bezig is,  
Dat voor deze geweldige prestaties heel veel getraind is en iedereen tevreden terug kan kijken,  
Dat de Mont Ventoux een geweldige aantrekkingskracht heeft voor heel veel fietsers,  
Dat al heel veel Vluggers binnen de club deze geweldige puist hebben beklommen,  
Dat Perry en ook Marc in de afgelopen vakantie deze bekende berg hebben bedwongen,  
Dat Perry er zoveel zin in had dat hij verschillende keren op een dag deze berg is opgefietst,  
Dat Jac deze zomer zijn vakantie heeft doorgebracht in het schitterende dal, Val Gardena,  
Dat dit een van de vele mooie gebieden is in Süd Tirol, Dolomieten, Italië,  
Dat hij weer vele plannen had om in de gebied te fietsen,  
Dat Rob, Hilde, Cees en Jochem in dit gebied hun marathon hebben verreden,  
Dat Jac dus ook in dit gebied de nodige toppen wilde beklimmen,  
Dat hij al na de eerste rit een spaak kapot reed, dus....een nieuwe spaak nodig, maar waar ?  
Dat hij verschillende fietszaken heeft bezocht, nergens geen passende spaak !  
Dat het uit eindelijk gevolg was: twee nieuwe wielen kopen voor één kapotte spaak !  
Dat een spaak niet kon, één wiel ook niet, het moesten maar meteen 2 wielen zijn !  
Dat mijn vakantie pas was begonnen, ik wilde fietsen, dus dan maar op 2 nieuwe wielen,  
Dat het zeer verheugend is dat onze Mr. Jo Sanders weer volop te zien is binnen de club,  
Dat Jo vele plannen had voor dit seizoen, maar dat zijn gezondheid dit niet toe liet,  
Dat na vele onderzoeken nu duidelijk is dat Jo er weer helemaal voor kan gaan met 't fietsen,  
Dat Jo weer fietst als in zijn oude gloriejaren en nu nog meer geniet van het fietsen,  
Dat Bert, inmiddels naam en faam heeft ontwikkeld binnen de club met de GPS,  
Dat het schitterend is dat we nu steeds meer op wegen fietsen waar we nog nooit geweest zijn,  
Dat dit ook weer bleek in de tocht naar Overloon, gewoon samen fietsen en geen oorlog,  
Dat het ook oppassen blijft als we links of rechts afslaan terwijl we normaal anders fietsen,  
Dat deze Bert naast een goed fietser, organisator, fotograaf, ook nog een goede filmer is,  
Dat dus blijkt dat hij zich zeer veelzijdig inzet voor de club en dat is zeer te waarderen !  
Dat de vrouw van Bert, Francis, dit jaar lid is geworden en gestart is met Fiets-Fit,  
Dat zij daarna met de C-groep is verder gegaan en hier al snel liet zien dat "ze goed ging",  
Dat zij daardoor haar conditie geleidelijk heeft opgebouwd,  
Dat zij nu inmiddels als volwaardig lid mee kan fietsen met de B-groep, een prestatie !  
Dat hiermee bewezen is dat de opbouw mogelijkheden goed geregeld zijn binnen de club,  
Dat d.d. 30-08 de oriëntatietocht, in het kader van het clubkampioenschap is verreden,  
Dat het weer prima was, de opkomst kon zeker beter, de organisatie was prima,  
Dat het goed beantwoorden van vragen, behendigheid en dichtkunst belangrijk waren,  
Dat de kampioentjes voor deze dag werden beloond met een passend prijsje,  
Dat het weer een geslaagde dag was, met dank voor de organisatie,  
Dat d.d. 11-09 tot en met 13-09 het traditionele weekend fietsen in Limburg is geweest,  
Dat we met z'n allen terug kunnen kijken op een zeer geslaagd weekend,  
Dat er veel hoogtemeters en kilometers zijn gemaakt in Limburg, België en ook Duitsland,  
Dat Edwin, Ger, Peter en Bert de grote mannen waren die ons over de mooiste wegen leidden,  
Dat de GPS daarbij het grote hulpmiddel was, iedereen was lovend over de routes,  
Dat daarom een dankwoord voor Peter en Bert geheel op z'n plaats is,  
Dat zij de routes hebben bedacht en 't geregeld hebben en zij hier dus specialisten in zijn,  
Dat 't jammer was dat enkele leden eerder vertrokken op zondag, ook dat was 'n fietsdag !  
Dat de meeste leden "thuis" bleven en hebben deelgenomen aan de fietsclinic van Hans,  
Dat iedereen heel enthousiast reageerde, Hans wist 't goed te brengen en hij wist er veel van !  
Dat wij Hans daarom danken voor zijn heldere en praktische uiteenzetting over 't fietsen,  
Dat dit de laatste keer is geweest dat ondergetekende het weekend heeft georganiseerd,  
Dat iemand anders binnen de club de organisatie van het clubweekend mag gaan overnemen,  
Dat er al een mogelijke kandidaat zich heeft gemeld,  
Dat het altijd praktisch is om iemand erbij te hebben, wie heeft zin en energie hiervoor ??  
Dat d.d. 20-09 het laatste onderdeel van het clubkampioenschap is verreden,  
Dat voor dit onderdeel de fietsen met de dikke banden aan de orde zijn geweest,  
Dat het nu spannend blijft tot 17-10, dan wordt de nieuwe clubkampioen 2009 bekend !  
Jac*



*In Den Dungen kunt u  
alle kanten uit!*

---



**Boer Goossens**  
HOTEL - CAFÉ - RESTAURANT  
ANNO 1822

---

H. Hartplein 2 5275 BM Den Dungen  
Tel: 073-5941291

---



H E R B E R G H  
**De Kieppekooi**

---

Tel: 073-5941291

---

*... met de vertrouwde service van 'Boer Goossens',  
sinds 1822 een gastvrije familietraditie.*



## Innovatieve meedenkers, ontwikkelaars en producenten **Allround en dynamisch in metaalbewerking**

MSG is een dynamisch toeleveringsbedrijf gespecialiseerd in metaalbewerking voor industriële toepassingen. U kunt bij ons terecht voor perfect maatwerk in metaalbewerking. Of het nu gaat over stempels of machineonderdelen wij maken het. U treft bij ons een flexibele organisatie. Alles is erop gericht om zo efficiënt mogelijk een goed product voor u te vervaardigen. U praat rechtstreeks met de mensen die voor u aan de slag gaan. Vanaf het eerste contact tot de aflevering wordt met u meegedacht. Door ons kennisniveau kennen wij, als het

gaat over metaalbewerking, geen problemen maar uitsluitend uitdagingen. U kunt een volledig uitgewerkt ontwerp aanleveren, maar het is ook mogelijk dat MSG dit verzorgt. De CNC frees- en draadvoorkmachines zijn door een intern netwerk op deze computers aangesloten. Voor het modelleren kunt u meerdere bestanden aanleveren.

Marinus Spierings Gereedschapmakerij  
Hambakenwetering 19  
5231 DD 's Hertogenbosch  
tel.: 073-644 52 10 • fax: 073-642 99 08  
www.vofmsg.nl • info@vofmsg.nl

