

't Vluggertje

**PFFFF,
Volta Classic
2013 volbracht**



CLUBKAMPIOEN JAN SLEUTJES

**Voorwoord • Spinnen bij LACO • Fietsen in Andalusië • Even voorstellen •
Regels Clubkampioenschap • Versleten wielervedden • Clubkampioenschap 2012 •
Dwars door Vlaanderen •**

COLOFON

CLUBBLAD WTTC VLUG TRUG

REDACTIE Clubblad 't Vluggertje:

E-mail: clubblad@vflugtrug.nl

Aanleveren kopij:

voor de 1e van de even maand

Lay out & opmaak:

Jan Kool

Redactieleden:

Jochem Huibers

Bart de Geus

Jan Kool

Internet: www.vflugtrug.nl

Peter Goossens

E-mail: webmaster@vflugtrug.nl

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

E-mail: bestuur@vflugtrug.nl

Voorzitter:

Jan van de Ven

Jacobskamp 14

5275 BK Den Dungen

Tel. 073-5941988

E-mail: j.w.m.m.vdven@home.nl

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:

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-CAFE-RESTAURANT

Anno 1822

H. Hartplein 2 5275 BM Den Dungen

Tel: 073-5941291



HERBERGH De Kieppekooi

Tel: 073-5941291



"KIVADA"

Wielersport

Tel.: 073-503 2500

JULIANA STRAAT 30

MIDDELRODE



Mouwrik Waardenburg

AANNEMERSBEDRIJF - WEGENBOUW

Voor werkzaamheden binnen de GWW-sector onder andere:

• aanbrengen van asfaltverhardingen • bestratingen • rioleringen

Mouwrik Waardenburg BV

Postbus 17

4180 BA Waardenburg

Telefoon 0418-65 46 20

Fax 0418-65 46 29

E-mail info@mouwrik.nl

Website www.mouwrik.nl



Rabobank

Voorwoord

Het zou een heel spektakel worden het voorseizoen. De kasseien zouden er flink van langs krijgen...Als eerste stond de omloop van het nieuwsblad op het programma. Vol goede moed gingen Marc en ik naar Gent. Luc verklaarde ons al voor gek. Hij bleek toch gelijk te krijgen....Afgelast door de sneeuw. Gelukkig ging Dwars door Vlaanderen wel door. Geheel vrijwillig heeft Luc hier een zeer mooi verslag over geschreven. Het uiteindelijke doel was de E3-prijs! Helaas werd deze ook op afgelast.

Het weer zat voor het wegseizoen dus nog niet erg mee! De spinning fiets en de ATB konden dus nog niet de schuur in. Natuurlijk is de openingstocht gewoon verreden. Een aantal druppels in het begin, maar voor de rest bleef het droog. Het koude weer mocht de pret niet drukken! Jac die had het beter bekeken. In plaats van de kou zat hij heerlijk in Andalusië!

Tijdens de algemene leden vergadering was er een flinke opkomst. Ook werd de clubkampioen van afgelopen jaar gehuldigd. Niemand minder dan Jan Sleutjes heeft de grote prijs binnen gehaald. Voor degene die dit jaar de bokaal niet wilt missen zijn de regels nog eens in deze editie uitgelegd.

Vanaf de openingstocht zijn er wederom een aantal nieuwe leden die het peloton gaan aanvullen. De redactie verwelkomt Jan van der Sijs en Roy wouters bij de club. Nieuw lid Hugo Wouters heeft een mooi stukje over zichzelf geschreven. De redactie nodigt de andere nieuwe leden om zijn voorbeeld te volgen.

Spinnen in het winterseizoen bij LACO,

Het was weer kei gezellig op de donderdag avonden tijdens de spinninglessen van mijn collega Liesbeth.

Zelf hebben ook nog wel eens les gehad van Jochem.

We hadden dan ook meestel 2 rijen bezet met fietsen zoals Liesbeth altijd zegt is er Den Dungen ook weer of kom op Den Dungen.

Op de dinsdag was het ook gezellig.

We hebben zelfs met een paar vloggers mee gedaan aan de spinning marathon op zaterdag 23 maart die georganiseerd was door Liesbeth.

Deze was ook goed en gezellig, jammer dat er niet meer mensen mee deden.

De laatste donderdagavond hebben we bij mij thuis nog koffie gedronken en een borrel voor de afsluiting van het spinning seizoen.

Mochten er meer mensen geïnteresseerd zijn om komende winter mee te gaan spinnen dat kan, je kunt je bij mij opgeven via de mail astridvs@live.nl

We hebben ook andere dagen en tijden.

De kosten weet ik pas in september 2013 voor een half jaar.

De andere dagen en tijden zijn zowel Maandag/Dinsdag/Woensdag en

Donderdag van 19:00 tot 20:00 of van 20:00 tot 21:00 uur.

Vrijdagochtend/Zaterdagochtend/Zondagochtend/maandagochtend om 10:00 tot 11:00 uur of Dinsdagochtend om 9:00 tot 10:00 uur.

Het is wel de bedoeling dat je voor 1 dag/tijd kiest omdat je dan verzekerd bent voor je plek.

Groetjes Astrid van Schijndel.

Het idee is dat we samen rijden.

De Rabobank is een bank met ideeën. Ons eerste, oudste en meest unieke idee is het idee om samen te werken. Om samen een bank op te richten zonder aandeelhouders. Het idee van de coöperatie. Samenwerken zorgt er voor dat ieder mens zich kan ontplooiën en ontwikkelen zoals hij of zij dat zelf wil. Al onze ideeën en opvattingen komen hieruit voort. Dat is ook het idee achter de sportsponsoring van Rabobank Dommel en Aa.



Samen sta je sterker.

Rabobank. Een bank met ideeën.

www.rabobank.nl/dommel-en-aa



Rabobank



Fietsen in Andalusië.

Ik kan terugkijken op een fijne vakantie in het voorjaar, het is goed toeven daar. Schitterend om daar te kunnen fietsen, zeker als je nog een speciale gids hebt die deze streek tot in de puntjes kent.

Ger de Heus, de meesten van Vlug Trug kennen hem nog wel vanuit het recente verleden, heeft samen met ondergetekende een schitterende tocht verreden op de racefiets en het weer was ook nog eens super mooi op die dag. Het gevolg was dat we samen heerlijk hebben gefietst in een zeer bergachtig gebied, ruim 80 km.

Ger had de tocht helemaal op mij afgestemd, hoeveel km, zwaar of minder zwaar, hij kent de omgeving als geen ander. Tijdens de tocht wist hij veel te vertellen over de bijzonderheden in deze omgeving, dus op het einde van onze tocht kwam ik niet alleen zeer vermoeid terug maar ook veel wijzer mbt het specifieke in de regio Ronda.

Samen hebben we nog gezellig na gekletst op de camping waar wij verbleven in Ronda, de woonplaats van Ger.

Ik kan het iedereen aanbevelen om te fietsen in Andalusië, zeker in het voorjaar. Het is een schitterend en groot gebied in Zuid Spanje. De heuvels/bergen zijn goed om te doen, het weer is vaak heerlijk en naast het fietsen kun je ook nog genieten van de vele mooie steden en ook natuur.

Dus wil je in het voor- of najaar lekker fietsen, je conditie op peil brengen cq houden, zoek het contact met www.andalusiefietsreizen.nl, Ger is dan je coach en stemt alles geheel op jouw wensen af.

Voor mij was het prettig nadat ik van vakantie terugkwam, mijn conditie voldoende goed op peil was. Ik kon het tempo makkelijk oppakken en dus gezellig weer meefietsen met de B-groep.

Groetjes,
Jac



Even voorstellen

Hallo beste Vluggertjes,

Mijn naam is Hugo Wouters (36) en ben sinds januari lid van de club. Ik hoop natuurlijk lang lid te kunnen blijven, maar dat ligt volledig aan mijn knieën, rug en fiets :) ik rijd een Stevens, dus met een Duitser moet dat wel goed komen;). Ik ben sinds vorig jaar getrouwd met Daisy. Ze was al meteen blij dat ik lid werd van een club die 'vlugtrug' heet. Echter, ze merkte al snel op de eerste zondag dat ik helemaal niet vlugtrug was...pas om kwart voor één...

Maar goed.., ik ben geboren in India, opgegroeid in Eindhoven en al weer wat jaartjes woonachtig in Den Bosch (Paleiskwartier). Dit heeft ook z'n voordelen, want "als gullie nog ligt te stinken in bed, ben ik al werm gefietst en sta ik al tien minuten te wachten vur 't hotelleke".

Mijn passie voor het racefietsen is recentelijk ontstaan, mijn enthousiasme en motivatie zijn erg groot: ik rijd eigenlijk elke dag. In het begin meegefietst met de C, tijdens de Openingstocht met de A - daar was ik té enthousiast -, maar op dit moment voor een goede opbouw met de B. Een erg gezellige club, een goede sfeer binnen elke groep. Dat is wat me opviel en wat de club, lijkt mij, zo mooi maakt.

Oja, voor degenen die het nog graag willen weten: ik ben docent Duits. Niet altijd even handig om te vertellen, het schrikt af, maar ach, ...fietsen en Duits(land) zijn nu eenmaal onlosmakelijk verbonden met elkaar zoals zadel en kont.

Groetjes en wie weet tot in 't peloton,
Hugo Wouters



Jochem op kop bij LACO



Astrid goed bezig

COMPLEET ASSORTIMENT

VERF
BEHANG
GORDIJNSTOFFEN

VELUX-DEALER
RAAMDECORATIE
TAPIJT



Piet Cooijmans

H. Hartplein 6, 5275 BM Den Dungen,
Tel. 073 - 594 14 48
www.pietcooijmans.nl

**Kraanverhuur
voor al uw
grondwerk**



F. v.d. Bersselaar

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

CAFETARIA
't Pleintje

Telefoon 073-5943474 Den Dungen

Tegenover 't Schotsveld



www.minkelsassurantiekantoor.nl

**MINKELS
ASSURANTIEKANTOOR**

Voor 't beste advies

Grinsel 34
Postbus 6
5275 ZG Den Dungen
Telefoon 073 - 5941282
Telefax 073 - 5941049



E-mailadres: info@minkelsassurantiekantoor.nl

EP:

Electronic Partner

Mies Schuurmans

Hifi-TV-Video

Huishoudelijke apparatuur

Heilig Hartplein 12, Den Dungen

Jan Goossens
Rijwielen en
bromfietsen



Gazelle, Batavus en Puch

Litsersstraat 65
5275 BT Den Dungen
Telefoon 073-5942566

Bakkerij Ben Voermans

Als specialiteit: Suikerstollen
Dagelijks een groot
assortiment brood en gebak

Kwaliteit is onze reclame

Maaskantje 47



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



Regels Clubkampioenschap: elk VlugTrug lid kan clubkampioen worden!

Er bestaan toch nog een paar misverstanden over het clubkampioenschap, met name wat betreft de puntentelling. In het verleden werden er punten gegeven voor elke keer dat iemand op een training, of op een zon- of feestdag met de club ging rijden. Ik begreep dat men bij de C groep in de veronderstelling leeft dat het nu nog op die manier gaat, en dat zij daarom bij voorbaat kansloos zijn. Daarom nu nog even in het kort de telling zoals die ook dit jaar gehanteerd wordt.

Voor diverse onderdelen van het clubkampioenschap zoals we dat sinds 2007 houden zijn punten te verdienen. Degene met het hoogste aantal krijgt 100 punten toegekend, de volgende 99 enz. bij gelijk aantal krijgt men evenveel punten, waarna de volgende op de ranglijst weer doortelt. In tabelvorm, wanneer de nummers 2 en 3 gelijk zijn geëindigd:

1. 100 punten
 2. 99 punten
 3. 99 punten
 4. 97 punten
- enz.

Omdat de regel bestaat dat het slechtste resultaat van de fietsonderdelen wordt geschrapt, kan iedereen die regelmatig meedoet met alle voorkomende activiteiten dus kampioen worden.

Presentie

Gedurende het jaar worden presentielijsten bijgehouden door de wegkapiteins en hun assistenten. Voor elke week dat iemand aanwezig was krijgt hij 1 punt, ongeacht of hij/zij 1, 2, 3 of zelfs 4x aanwezig was. Uitgangspunt is dat regelmatig met de club meedoen waardering verdient. En dat is ook voor mensen van alle groepen, die in de winter ook doorrijden met ATB of race fiets, geen onmogelijke opgave. De wegkapiteins zijn verantwoordelijk voor registratie – zij zorgen ook voor vervanging indien nodig.

Bijdragen in organisatie, clubblad

Natuurlijk krijgt iedereen punten voor bijdragen in organisatie, clubblad enz.:

- Artikelen in het Vluggertje, 5 punten per halve A4
- Lid bestuur, redactie, weg kapitein en of commissie per onderdeel 10 punten
- Meehelpen clubactiviteit 5 punten per onderdeel

De klimtijdrit in de Eifel

Om zoveel mogelijk vaste data aan te houden plannen we alle evenementen op de 3^e of 4^e zondag van de betreffende maand.

De klimtijdrit gaan we in mei rijden, in de Eifel en wel op **Zondag 26 mei a.s.**

Aangezien we zoveel mogelijk de deelname willen stimuleren, waarbij eenieder ook een faire kans heeft op de overwinning, wordt een leeftijdshandicap meegenomen.

Voor de puntentelling is het de bedoeling, dat er met die leeftijdshandicap gerekend wordt.

Daarbij hanteren we de volgende tabel:

Leeftijd	Handicap
<36	0%
36-40	-1%
41-45	-2%
46-50	-5%

Leeftijd	handicap
51-55	9%
56-58	-12%
69-61	-16%
62-63	-19%

Leeftijd	Handicap
64-65	-21%
66-67	-24%
68-69	-28%
>69	-30%

Per leeftijdscategorie wordt een reductie van de tijd meegenomen. Per deelnemer wordt de handicap berekend op basis van de leeftijd ten tijde van de klimtijdrit.

Regels Clubkampioenschap: elk VlugTrug lid kan clubkampioen worden!

Ter illustratie zijn in onderstaande tabel de resultaten van de klimtijdrit van vorig jaar weergegeven: De tijd wordt geregistreerd in seconden. Afhankelijk van de leeftijd, volgt een correctie naar beneden. Deze gecorrigeerde tijd is bepalend voor de stand. In de tabel kun je zien, dat degene die het traject het snelst (Mark Spierings) had gereden (501 s), niet de winnaar is geworden. Na leeftijdscorrectie bleek Ad van Caulil de bolletjestrui te hebben gewonnen.

Deelnemers Klimtijdrit Eifel 20 mei 2012								
	Naam	tijd (s)	leeftijd	handicap	tijd met handicap	klassering zonder handicap	klassering met handicap	punten
0								
1	Thierry Brugs	542	26	0%	542	4	5	96
2	Ad van Caulil	532	59	16%	447	3	1	100
3	Toon van Gestel	721	53	9%	656	12	12	89
4	Frans Kouwenberg	623	52	9%	567	8	6	95
5	Mark de Laat	639	50	5%	607	10	11	90
6	Frank Mertens	---	57	12%				
7	Jos Mertens	---	56	12%				
8	Tonny Nijholt	---	44	2%				
9	Dennis Pijnenburg	523	29	0%	523	2	3	98
10	Angelique Schevers	805	41	2%	789	15	15	86
11	Ad van Schijndel	617	46	5%	586	7	9	92
12	Astrid van Schijndel	734	45	2%	719	13	14	87
13	Ritsaert Sloet	754	56	12%	664	14	13	88
14	Henri van Son	627	50	5%	596	9	10	91
15	Mark Spierings	501	27	0%	501	1	2	99
16	Willy Spierings	659	58	12%	580	11	7	94
17	Bart Stevens	582	29	0%	582	6	8	93
18	Marc van Tilburg	551	43	2%	540	5	4	97

Op de dag van de klimtijdrit is er na de pauze een mogelijkheid een verkorte route te nemen. Dit voor degenen, die het zwaar hebben gehad in het eerste gedeelte.

De Koppeltijdrit

Op Vaderdag (**Zondag 16 juni**) organiseren we traditiegetrouw de koppeltijdrit. Tot voor kort noemden we dit 'de langzame tijdrit', maar omdat koppels flink doorfietsen hebben we de naam maar aangepast.

De opzet blijft wel hetzelfde: we verzamelen 's morgens bij Boer Goossens om gezellig een kopje koffie te drinken. Iedereen geeft het gemiddelde op dat hij / zij denkt te gaan rijden, en start samen met iemand die deze snelheid ook heeft gekozen, of althans dicht in de buurt zit. Je kunt ook gezamenlijk inschrijven. Wij zullen een mooie tocht uitzetten, als het kan over een minder bekende route die, uiteraard zonder teller, gps of andere hulpmiddelen, afgelegd gaat worden.

Na afloop prijsuitreiking bij boer Goossens, met bekendmaking van de gerealiseerde tijden.

De Oriëntatie tocht

Op **Zondag 18 augustus** staat de oriëntatie tocht op de agenda, met moeilijke vragen en verrassende activiteiten onderweg. Afsluiting weer bij Boer Goossens.

De ATB proef

Deze rijden we op **Zondag 29 september**, een week na onze eigen Kivada ATB tocht. De proef bestaat uit een behendigheidsoefening(trial) en een snelheidsproef.

Extra bonus dit jaar voor deelname aan NK Toerfietsen (tijdrijden toerfiets Asten).

In overleg met het bestuur is besloten ter stimulatie van deelname op **31 augustus a.s.** elk lid een bonus van 15 punten voor het clubkampioenschap toe te kennen. Wel even melden bij de werkgroep.

De organisatie van het clubkampioenschap,

Versleten wielervedten

Enige tijd geleden las ik op NUsport een stukje over Michael Boogerd. Het was nog voordat Michael met zijn bekentenis van dopinggebruik zou komen. Michael zweeg en wachtte, hij deed precies wat hij in de koers maar moeilijk voor elkaar kreeg: wachten. Indachtig een versleten wielervedt hoorde Michael dat stemmetje dat in zijn oor fluisterde: om te winnen moet je durven verliezen. Dus wacht, dus gok. Laat anderen de kastanjes lekker uit het vuur halen. Jij wacht.

Michael won in zijn hele leven één klassieker (Amstel Gold Race 1999) en stond daarnaast meerdere malen op het podium van de Amstel Gold Race, Luik-Bastenaken-Luik en Ronde van Lombardije. Hij was dus altijd een van de eerste verliezers. Michael was geen afmaker, geen gokker in de koers. Hij kon niet wachten. Met zijn dopingbekentenis wachtte hij wel - weer de verkeerde tactiek...



Het begin van 2013 laat nog maar weinig bewijs zien dat onze aarde opwarmt. Polaire omstandigheden teisteren Den Dungen en wijde omgeving, en laten menig Vluggers zich nog eens lekker omdraaien in de winterslaap, wachtend op het voorjaar dat maar langzaam op gang komt. Voor deze Vluggers en voor die fanatiekelingen die wel de omstandigheden trotseren, ter voorbereiding op het wegseizoen een opsomming op alfabetische volgorde van versleten wielervedten en – uitdrukkingen (voor bij de kachel).

Ik vind een heleboel van deze uitdrukkingen erg grappig, en kende er ook een aantal van. Maar ik kan mij ook goed voorstellen dat wanneer je niets met wielervedten hebt, het een soort van geheimtaal is, die zich maar lastig laat ontcijferen. Bovendien vraag je jezelf al snel af wat er toch zo leuk is aan wielervedten. Neem deze bijvoorbeeld: "Wielervedten is net als je met je vingers tussen de deur zit. En dan kijken wie dat het langste volhoudt."

Dus hier komen ze:

Aan de boom schudden: hard doorrijden om tegenstanders in de kopgroep te lossen.

Aan het vinkentouw / elastiek hangen - achter in een groep fietsen en op het punt staan gelost te worden.

Achterwielvedner (ook: **wieltjeszuiger**): wielervedner die steeds achter een ander aanrijdt en niet op kop gaat.

Boterham met pindakaas: "Je rijdt de Tour niet op een boterham met pindakaas", dat wil zeggen niet zonder verboden middelen.

De Tour de France win je in bed: goed rusten is minstens zo belangrijk als hard fietsen

Door de wind boren: met wind pal op kop voor het peloton proberen te blijven.

Doorkachelen: met het verstand op nul hard blijven doorfietsen.

D'r op en d'r over: een vedner of groep inhalen, en vervolgens direct voorbij rijden.

Een ander het snot voor de ogen rijden: hem afpeigeren en zo goed als eraf fietsen

Een wapper krijgen: Hongerklop krijgen. Te weinig gegeten hebben waardoor het lichaam in eens niet meer in staat is tot grote fysieke inspanning.

Eerst het bordje van een ander leeg eten: profiteren van de (overmatige) inspanningen van een ander.

En danseuse: recht op de trappers bergop rijden en zwaaiende bewegingen maken met het lichaam.

Er een snok aan geven: extra hard gaan rijden.

Er af gepierd worden: het tempo niet meer kunnen volgen.

Ervanonder muizen wegspringen, demarreren op een onopvallende manier.

Gat dichtend/dichrijden: aansluiting krijgen met een voorligger.

Gat laten vallen: een of meer renners laten weggrijden, al dan niet met opzet.

Gekookt zijn: uitgeput door inspanning of warmte.

Geparkeerd staan: nauwelijks nog bergop kunnen fietsen zodat men bijna stilstaat.

Gesneden brood: groeihormonen.

Gestrekt tempo: rijden met hoog tempo, net niet maximaal.

Goede benen hebben: in goede vorm verkeren.

Het moet uit het eelt van zijn tenen komen: het kost hem grote inspanning.

Harken (met zijn hol open): hij rijdt zwoegend.

Hongerklop: plotselinge uitputting door tekort aan koolhydraten.

In de boter trappen: erg soepel fietsen.

In iemands wiel springen: achter een tegenstander aan gaan.

In/uit de wind rijden: behoeft geen nadere toelichting.

Jasje uitdoen: een inspanning leveren, een stuk uit de reserves putten.

Jus (in de benen): genoeg energie om hard te fietsen.

Kinderkopjes uit de kasseistrook trappen: zeer hard over een kasseistrook fietsen.

Koffiemolentje draaien: met een zeer kleine versnelling rijden.

Kwak geven: tijdens de sprint bewust iemand opzij zetten door een bruske manoeuvre.

Lossen: niet mee kunnen komen met een groep of het peloton.

Man met de hamer tegenkomen: in korte tijd compleet uitgeput raken.

Op de grote molen: met een groot verzet, een grote versnelling op de fiets rijden.

Op karakter fietsen: het fietsen niet opgeven ondanks pijn (door kwetsuur).

Op souplesse rijden: de trappers met een efficiënte techniek rondbewegen, met een hoog aantal omwentelingen.

Pap in de benen hebben: in slechte vorm verkeren.

Stenen uit de straat rijden: erg hard rijden.

Stoempen: (variante van *stampen*) fietsen op kracht met weinig techniek vnl. op zwaar terrein (berg, kasseien, modder).

Vals plat: licht oplopend, schijnbaar vlak stuk van het parkoers.

Vierkant draaien: niet vlot fietsen (vooral door technische tegenslag of vete in de ontsnappende groep).

Wieltjeszuiger: wielrenner die steeds achter een ander aanrijdt en niet op kop gaat.

als u slapen belangrijk vindt...

Dealer van topmerken

PULLMAN, EASTBORN, KUPERUS, DUNLOPILLO

Complete slaapkamers

Dé boxspring-specialist

Senioren slaapkamers

Slaapgarantie

Persoonlijk advies

P 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

Innovatieve meedenkers, ontwikkelaars en producenten

**Allround en dynamisch
in metaalbewerking**

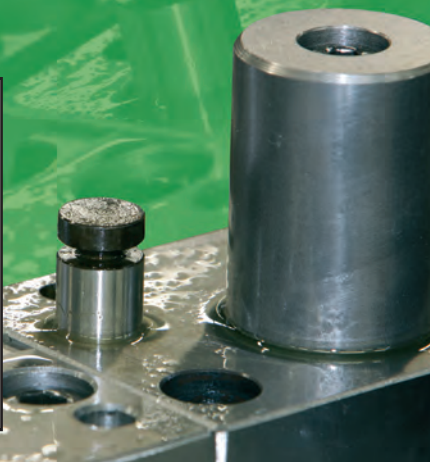
Marinus Spierings Gereedschapmakerij

Hambakenwetering 19

5231 DD 's Hertogenbosch

Tel.: 073-644 52 10 • fax: 073-642 99 08

www.vofmsg.nl • info@vofmsg.nl



LAMMERS
Banden & Velgen

Dennis Lammers
06-21503346

Venkant 7
Sint Michielsgestel
Tel: 073-5510561
www.lammersvelgen.nl



De goedkoopste in de regio!

WWW.LAMMERSVELGEN.NL



Hét punt voor :
Personeelsdiensten
Loopbaanbegeleiding
Re-integratie | Outplacement

* * *

Jeanne Schellekens | 06 177 09 744

www.job-punt.nl

**Ja,
u krijgt
persoonlijk
advies**

Bel voor
een afspraak
of kom langs.



Wij zijn uw bank. RegioBank

Zelfstandig Adviseur

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

Wij zijn de bank bij u in de buurt. Met persoonlijk advies en producten zonder poespas.



VLOEREN TEGEN GROOTHANDELSPRIJZEN!

Voor het beste advies en de mooiste vloeren

DOV Vloeren Den Dungen

Het Schild 15 A / 19 A
5275 EB Den Dungen

T: +31 (0)73 - 594 3786
F: +31 (0)73 - 594 3795

E-mail: info@dovvloeren.nl

Ma-Vr : 14:00-18:00 u
Za : 10:00-17:00 u

www.dovvloeren.nl

In onze vestiging in Den Dungen, nabij Den Bosch, hebben wij het meest complete aanbod van houten **vloeren , lamelparket en laminaat**

In onze showroom kunt u uit meer dan 100 soorten houten vloeren kiezen en wordt u te woord gestaan door deskundige medewerkers.

Levering aan bedrijven en particulieren



Clubkampioenschap 2012

Het 6^e clubkampioenschap (volgens nieuwe formule) kende dit jaar een hele speciale huldiging. Deze vond niet plaats zoals te doen gebruikelijk tijdens de traditionele VlugTrug feestavond. Maar op de jaarvergadering op 4 maart 2013. Tijdens de feestavond in oktober konden een aantal top-10 geklasseerde renners niet aanwezig zijn en zelfs de kersverse kampioen moest verstek laten gaan. Dit gegeven heeft ons in goed overleg met het bestuur, doen besluiten om de huldiging te verplaatsen naar een latere moment.

Want een huldiging zonder kampioenen, kèn gewoonweg niet!

Vreemd, ja, afwijken van tradities zijn we blijkbaar niet zo sterk in, maar....

De trofee weer opgepoetst, voorzien van een nieuw naamplaatje onder dat van de vorige kampioen;

Jan Jansen!, de bluumpkes vers geplukt, het kampioenstricot in de plooi gestreken en natuurlijk

"Wim's" wisseltrofee in de zilverpoets gezet.

*Klaar voor DE HULDIGING van onze kampioen van 2012, met zijn 71 jaar 'schoon aan de haak' met trots de Nestor van het peloton **JAN SLEUTJES**.*

De evenementen in vogelvlucht:

20 mei: De Klimtijdrit

Met 18 vluggers afgereisd naar Kornelimunster (DU) alwaar een prachtige tocht te wachten stond door de Eifel, weliswaar een herhaling van vorige jaar maar dan ook de moeite waard. De keuze bestond uit een tocht van 115 km of een kortere versie nl. 80 km. De deelnemers aan de kortere tocht bleken inderdaad ook aan 't kortere eind te trekken wat weersomstandigheden betrof. Ze werden verrast door een heuse regenbui, zoals de Eifel 'ze schijnt te kennen'.

Tonny Nijholt was de pechvogel van de dag, een spaak brak af en hij was genoodzaakt om te stoppen. Frank Mertens heeft zich opgeofferd en is teruggefietst om zijn auto te halen en heeft die dag als 'bezem' wagen genavigeerd. Met Tonny als bijrijder.....

Onder de 18 vluggers bevonden zich Astrid en Angelique, -en hoewel dit misschien geen emancipatorisch gebruik is-, vonden wij het wel zo gepast om beide meiden na afloop te trakteren op een bosje bloemen. Gewoon omdat we trots op ze zijn om met enig afzien De Eifel te trotseren...

Voor de pauze vond de Klimtijdrit plaatst, een klim van ca. 2.8 km. De finishstreep liep parallel aan de ingang van een grote begraafplaats. "Zou Frank met het uitzetten hierover nagedacht hebben?"

De winnaars (klassering met handicap):

1^e Ad van Caullil

2^e Mark spierings

3^e Dennis Pijnenburg

17 juni: De Koppeltijdrit (langzame tijdrit)

21 deelnemers

Een bijzondere tocht, dat moet gezegd...Vol goede moed vertrokken de tien koppels over een afstand van 58. (en nog wat) km. Door het Brabantse land en overwegend genoten van de duidelijk 'bepijlde' route. Althans, dit gold voor de eerste 7 combinaties. Ergens is er iets mis gegaan en is één van de pijlen 'de weg kwijt geraakt'. Een aantal renners raakte in Liempde het spoor volledig bijster. En tot op de dag van vandaag is nog niet duidelijk en bewezen wie/wat verantwoordelijk is geweest voor het verhangen/verwijderen van één van de pijlen.

Er zijn vermoedens.....maar speculeren daar waagt de commissie zich niet aan.

Door deze actie hebben een aantal renners ipv deel te nemen aan deze 'langzame tijdrit', tijd moeten goedmaken en waren genoodzaakt om als team kop over kop met een gemiddelde van ca. 35-40 km per uur terug te rijden naar Boer Goossens om juist op tijd aanwezig te zijn voor de huldiging. Desondanks een geslaagd evenement.

Uitslag:

1^e Jac Biemans en Ton Huibers

2^e Herman de Haas en Walter Hairwassers

3^e Toon van Gestel en Jo de Laat

19 augustus: De Oriëntatietocht

Ondanks we wisten dat diverse vluggers vandaag ontbraken ivm deelname aan Tour of Life, Diekirch-Valkenswaard of De Leyetocht waren we blij met de opkomst van 23 leden.

Op basis van het fiets knooppuntsysteem was er een route uitgezet van ca. 68 km, richting het oosten over zowel verharde als onverharde paden.

Door prachtig landschap en natuurparken. Tijdens de tocht waarbij de teams uit 4 personen bestond kreeg ieder een aantal opdrachten mee. Opdrachten bestaand uit een combinatie van vragen, foto's, een behendigheidsproef en het vervaardigen van een limerick.

Tijdens de pauze kreeg ieder team bovendien als opdracht om een ketting (schakeltje) te herstellen. De winnende Limerick:

Geschreven door Rien Hairwassers -Toon van Gestel en Ruud vd Ven.

Door zand en grind

Reed onze ploeg op een lint

Soms op harde weg en vaak op fietspad

Hebben we niet alle foto's gehad

Maar, hebben we wel alle drie Els bemind.

Het winnende team van de oriëntatietocht:

Jan Sleutjes – Ton Huibers – Henk van Gestel – Ies de Rooij

30 september: De ATB-proef

23 deelnemers (incl. 1introduc )

Zondag 30 september stond de ATB – proef op het programma. Gestart uiteraard na een lekker bakske koffie bij Boer Goossens, noodzakelijk om te kunnen presteren "Quote van Henri van Son", gingen we via Gestel en Vught richting ijzeren Man. Onze navigator vandaag was Mark de Laat, die tevens verantwoordelijk was voor het uitzetten en zeer behendig de smalle en dichtbegroeide paadjes wist te vinden. Onder zomerse omstandigheden vond hier de ATB proef plaats.

Het behendigheidsparcours (op het schiereilandje Ijzeren Man) was vrij pittig. De start via een heuvel, een sprint over 200 mtr, een zeer scherpe draai om een vuilnisbak net langs het water om vervolgens terug te keren via een heuvel met een steile afdaling. En dat in alles in de snelste tijd en natuurlijk een verbod om de grond aan te raken.

Valpartijen konden niet voorkomen worden, de tocht leek simpeler..... Na deze proef hebben we bij Hotel De Kruishoeve koffie gedronken, lekker buiten op het terras. Tevredenheid alom over deze georganiseerde ATB-tocht.

Uitslag:

1^o Toine Broeren

2^o Dennis Pijnenburg

3^o Eric Geerts

Tot slot:

Wij als organisatie kijken wederom terug op een geslaagd kampioenschap met een dankbare opkomst en enthousiaste reacties. Hartelijk dank aan ieder die hieraan zijn/haar bijdrage heeft geleverd.

Namens de organisatie van het clubkampioenschap 2012:

Frank Mertens, Jos Mertens, Mark de Laat, Willie Spierings en Frans Kouwenberg



Als uw kozijn
perfekt
moet zijn!



Perfekt Kozijn

T 073 - 52 30 888
www.perfektkozijn.nl

De Masseur Berlicum
massages - tapen - voedingsadvies

Jeanne Schellekens
06 - 177 09 744
demasseurberlicum@home.nl



De nieuwe clubkleding met namen van onze hoofdsponsors : HCR Boer Goossens en Mouwrik Waardenburg
De kleding is gemaakt en geleverd door: LORINI - Huisjes Sportswear te Loozen zie www.lorini.nl

“KIVADA” Wielersport.



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

KIJK VOOR AANBIEDINGEN OP ONZE WEBSITE:

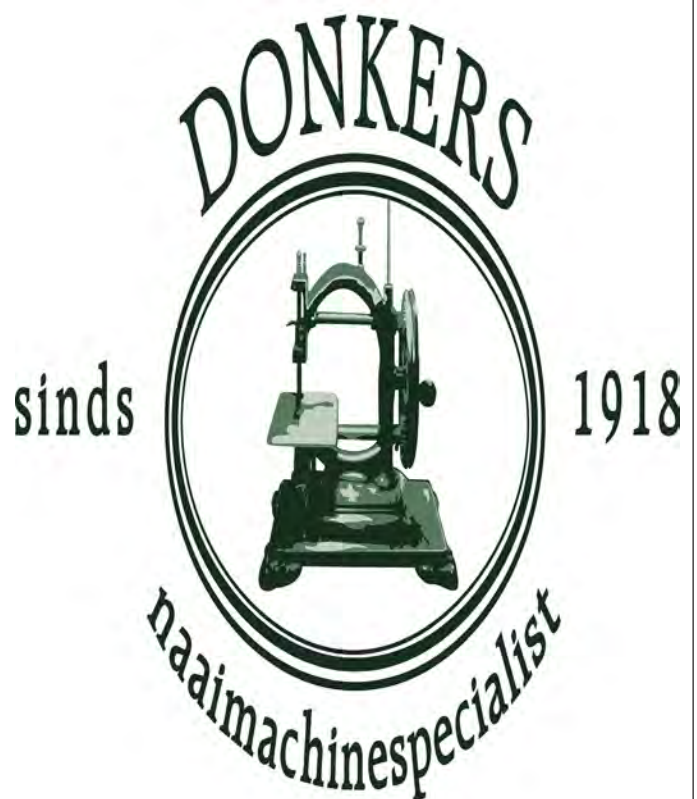
www.kivada.com

“KIVADA” WIELERSPORT

TEL.073-5032500

JULIANA STRAAT 30 MIDDELRODE

- Tot ziens in onze winkel ! -





Broeren

- ✓ Lage prijzen
- ✓ Ruime keuze
- ✓ Scherpe acties
- ✓ Leuke spaaracties
- ✓ Iedere dag geopend*



Daarom altijd **v**lug weer
trug naar C1000 Broeren

C1000 Broeren
Rivierenplein 26
5215 CZ Den Bosch

C1000 Broeren
Pettelaarseweg 375-377
5216 BM Den Bosch

*op zondag geopend van 16.00u – 20.00u

architekt a.v.b. stefan wonders

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



Party Catering
SCHUURMANS

Hèt adres voor de verzorging van al uw:

- *Feesten, partijen en recepties*
- *Borrelhapjes en huzarensalades*
- *Warme en koude buffetten*
- *Dranken, verhuur en tenten*

Bramerslandstraat 1 | 5275 HE Den Dungen | T 073-594 1433
www.partycateringschuurmans.nl



Wielersport, fietsonderdelen en accessoires

CycleStar
Schijndel

073-6112833

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

Dwars door Vlaanderen en Vlug Trug

Zaterdag 9 maart 2013 was het dan zo ver: de eerste uitdaging van het nog prille wegseizoen 2013. Nadat de Omloop het Nieuwsblad op zondag 24 februari afgelast was (waarvoor Jochem en Marc tevergeefs naar Gent reden!) stond 2 weken later de toertocht Dwars door Vlaanderen op het programma. Volgens het organiserende Flanders Classics de eerste echte test voor de benen ter voorbereiding op de Ronde (van Vlaanderen).

Via het forum hadden 4 clubleden aangegeven wel in te zijn voor een avontuur in Vlaanderen: Marc van Gastel, Jochem Huibers, Bart van der Heijden en ondergetekende. Helaas werd Marc daags vantevoren door de griep geveld, dus die moest verstek laten gaan. Het weersbericht voorspelde weinig goeds, maar dat kon de pret niet drukken. Op zaterdagochtend ging om 05:30 uur de wekker, zodat we om 06:30 uur met Bart vanuit Vught konden vertrekken.

Het was een grijze, regenachtige rit van bijna 2 uur (185 km) naar Waregem. Maar met een kopje koffie en het vooruitzicht van de natte en beslijkte (combinatie modder en mest) kasseien, hadden we er zin in. Helemaal toen de regen bij aankomst in Waregem overging in miezerregen en het vlak na de start zelfs droog werd. Tegen betaling van € 10,- was er een theoretische keuze uit 65, 95 en 127 km. Natuurlijk kozen wij (als Nederlanders) voor de goedkoopste variant: met de langste afstand kregen we zo veel mogelijk kilometers voor ons geld.

De route ging grotendeels over smalle weggetjes en een glooiend landschap. Al hebben we daar niet veel van gezien, omdat het zicht beperkt was tot zo'n 300 meter. En hoewel het niet meer regende, was het wegdek erg nat en glibberig door het beloofde slijk. De route was goed uitgepijld en maar liefst voorzien van 3 bevoorradingsposten (na 36, 62 en 100 km). Na een drietal kasseienstroken en de eerste helling op kasseien (Katteberg) waren we net warmgereden, zodat we de eerste bevoorrading maar besloten over te slaan. In het volgende deel kregen we 1 kasseienstrook en de uit de Ronde bekende Leberg, Berendries (936 meter, gemiddeld 7% en max 12%) en de Valkenberg (875 meter, gemiddeld 6% en max 15%) voor de wielen. Daar werd al duidelijk dat Bart en Jochem de relatief korte maar soms steile hellingen goed verteerden. Terwijl ik echt op eigen tempo naar boven moest rijden om me niet op te blazen.

Na een korte stop bij de bevoorrading op 62 km, begon de pret pas goed. Als eerste de Eikenberg met 1250 meter kasseien, gemiddeld 5% en max 9%. Daarna 2 kasseienstroken waaronder de Steenbeekdries. Op de kasseien kun je maar het best zo hard mogelijk doortrekken, want je trilt je helemaal suf en het loopt voor geen meter. Vervolgens de Hotondberg (met 3 km tegen 3% niet al te zwaar), de Knokteberg Cote de Trieu (1260 meter, gemiddeld 7% en max 13%) en de Oude Kwaremont (2500 meter belabberde kasseien, maar met gemiddeld 3% en max 11% redelijk goed te doen). Tussendoor nog een lekke band voor Bart, maar dat was weer snel gefikst. Het venijn zat daarna in de Paterberg; slechts 361 meter lang maar met gemiddeld 12%, maximaal 20% en slechte kasseien veruit de zwaarste helling van de dag.

Bij de bevoorrading op 100 km even de achterderailleur laten afstellen door de daar aanwezige Shimano-mecaniciens. Puike service! Het laatste stuk naar de finish nog twee niet al te zware hellingen: Vossenhol en Nokerenberg (kasseien). Het wegdek bleef glooiend en met een straffe wind tegen vonden Bart en Jochem het vervolgens nodig om een dikke 10 km met 35 km p/u aan kop van een groepje te gaan sleuren. Hoezo goed de winter doorgekomen? En vlak voor we bij de aankomst kwamen, begon het weer te miezeren. Niets te klagen dus over het weer, want verder hebben we het de hele rit droog gehouden. Al had Jochem last van koude voeten gezien de frisse temperatuur (5°C) en waren we natuurlijk behoorlijk modderig van het opspattende water. Maar dat hoort erbij in het vroege voorjaar!

Al met al een erg geslaagde rit aan het begin van het wegseizoen: een echte aanrader! Met dank trouwens aan de werkgever van Bart voor de leaseauto met tankpas!

Luc Beckers



Patersberg





garage

van Uden

Uw OPEL specialist

Garage van Uden - Tel: 073 - 5941349

Internet: www.garagevanuden.nl



Mouwrik Waardenburg

AANNEMERSBEDRIJF - WEGENBOUW

Voor werkzaamheden binnen de GWW-sector onder andere:

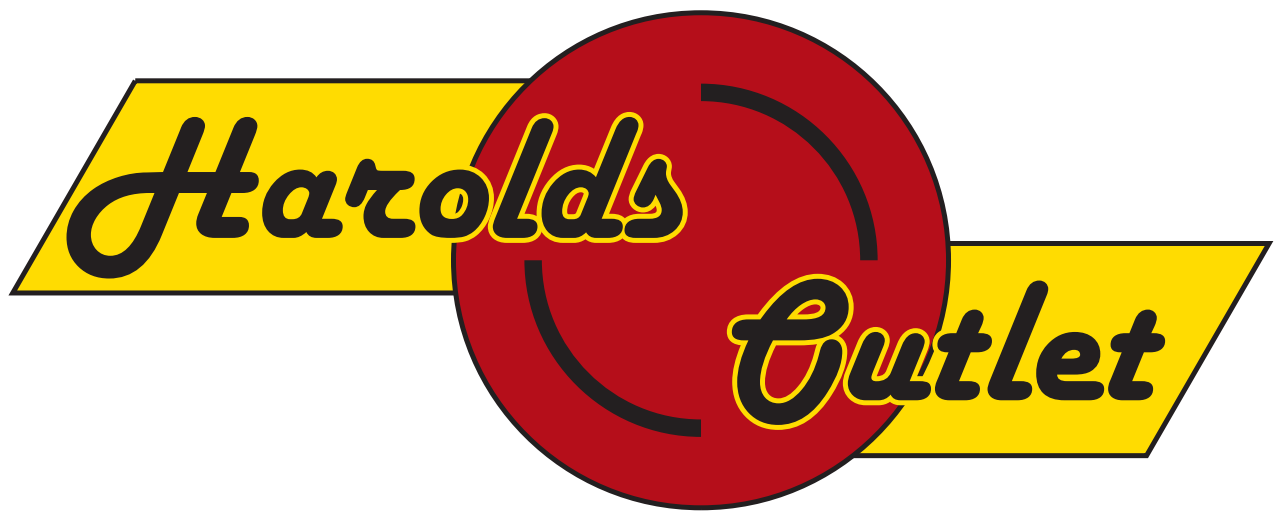
- AANBRENGEN VAN ASFALTVERHARDINGEN
- BESTRATINGEN
- RIOLERINGEN

Mouwrik Waardenburg BV

Postbus 17
4180 BA Waardenburg

Telefoon 0418-65 46 20
Fax 0418-65 46 29

E-mail info@mouwrik.nl
Website www.mouwrik.nl



WITGOED • TUINMEUBELS • VERLICHTING • PARTIJ HANDEL

Overbeeke 14 • 5258 BL Berlicum • www.haroldsoutlet.nl



Boer Goossens

HOTEL-CAFE-RESTAURANT

Anno 1822

H. Hartplein 2 5275 BM Den Dungen

Tel: 073-5941291



HERBERGH
De Kieppekooi

Tel: 073-5941291

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