

# *De Pedaleur*



WTC Maarssen openingsrit 2015

**WTC MAARSSSEN**

# KL2000 Tweewielers

De fietswinkel van Bisonspoor

**Uw adres voor**

- **Gazelle**
- **Batavus**
- **Sparta**
- **Sensa**



- **Vakkundig reparaties en onderhoud**
- **Onderdelen en accessoires voor Race en ATB**

KL2000 Tweewielers

3606 KG Maarssen

Bisonspoor 1058

0346-574770

[www.kl2000.nl](http://www.kl2000.nl)

# WTC- MAARSSEN

Opgericht 20 december 1982

Rabobank 3401.81.923

IBAN nummer: NL67 RABO 0340 1819 23

[www.wtcmaarssen.nl](http://www.wtcmaarssen.nl)

**Jaargang 31, no. 1, 2015**

## **Inhoudsopgave**

|                |                                                |
|----------------|------------------------------------------------|
| <b>Blz. 5</b>  | <b>: Van de voorzitter</b>                     |
| <b>Blz. 6</b>  | <b>: Van de redactie</b>                       |
| <b>Blz. 7</b>  | <b>: Sponsorcommissie</b>                      |
| <b>Blz. 8</b>  | <b>: Sponsor op de mouw</b>                    |
| <b>Blz. 10</b> | <b>: De Schippers in Zuid-Afrika</b>           |
| <b>Blz. 16</b> | <b>: Mont van Toon</b>                         |
| <b>Blz. 18</b> | <b>: Gesjeesde Spandexworsten</b>              |
| <b>Blz. 19</b> | <b>: Tour de France: voor het peloton uit!</b> |
| <br>           |                                                |
| <b>Blz. 20</b> | <b>: Ritje bos zonder blubber</b>              |
| <b>Blz. 23</b> | <b>: Helmplicht voor E-Bikes</b>               |
| <b>Blz. 24</b> | <b>: WTC Familie</b>                           |
| <b>Blz. 27</b> | <b>: Uit de oude doos</b>                      |
| <b>Blz. 28</b> | <b>: Snerttocht 2002</b>                       |
| <b>Blz. 30</b> | <b>: Jammie</b>                                |
| <b>Blz. 32</b> | <b>: Oude tractors</b>                         |
| <b>Blz. 36</b> | <b>: Club weekend Limburg 2015</b>             |
| <br>           |                                                |
| <b>Blz. 38</b> | <b>: Bandoeng-Poentjak-Bandoeng</b>            |
| <b>Blz. 40</b> | <b>: Toerkalender 2015</b>                     |
| <b>Blz. 44</b> | <b>: Wereld rond in 144 dagen</b>              |
| <b>Blz. 45</b> | <b>: MTB vignet</b>                            |
| <b>Blz. 46</b> | <b>:</b>                                       |
| <b>Blz. 50</b> | <b>: Tips en tricks...Trapfrequentie</b>       |
| <b>Blz. 52</b> | <b>: Kledingsponsors</b>                       |

# Bestuur

## Voorzitter

Jurgen Visser – tel. 06-54252237

Laan van Chartroise 130

3552 EZ Utrecht

E-mail: [voorzitter@wtcmaarsen.nl](mailto:voorzitter@wtcmaarsen.nl)

## Secretaris

Geert Datema – tel.0346-568353

Piet Heinstraat 96 – 3601 TB Maarssen

E-Mail : [secretaris@wtcmaarsen.nl](mailto:secretaris@wtcmaarsen.nl)

## Penningmeester

Jeroen Bouman

tel.0346-551036 - 06-53364555

Buitenweg 10 - 3602 PS Maarssen

[penningmeester@wtcmaarsen.nl](mailto:penningmeester@wtcmaarsen.nl)

## Leden

Maarten Borst

## Toercommissie

Teun van Es & Functie vacant

## Redactie Pedaleur

Teun van Es

&

Herman Eijgelshoven

Tel. 0346-566559

Tel. 0346-562318

Valkenkamp 445

van Lingelaan 114

Maarssen

Maarssen

E-mail: [pedaleur@wtcmaarsen.nl](mailto:pedaleur@wtcmaarsen.nl)

## Van de voorzitter

De ledenvergadering vond dit jaar op woensdag 18 maart plaats op een nieuwe locatie, te weten buitenplaats Geesberge. De opkomst was goed te noemen. Toch leuk om te zien dat een groot aantal leden zo bij de vereniging betrokken is. De enige kanttekening die ik erbij wil maken is dat indien we het volgend jaar eventueel weer hier willen laten plaatsvinden, dat er dan betere afspraken gemaakt dienen worden over de opstelling en de eventueel aanwezige restaurant gasten en -gastjes. Voor de rest was ik uitermate tevreden en zeker voor wat betreft de koffie en met de mogelijkheid om na afloop nog wat te kunnen drinken aan de bar.

Het seizoen is traditiegetrouw weer begonnen op 1 maart. Dit jaar niet met de openingsrit, maar met een ouderwets rondje Soest. De opkomst was vanwege de weersvoorspelling niet al te groot, maar toch hebben we weer van een lekker bakkie koffie kunnen genieten in het fris geleverde clubhuis van Tempo Soest.

Op 8 maart, in stralende omstandigheden, na een weekje uitstel, dan toch de openingsrit van het nieuwe seizoen. De opkomst was in jaren niet meer zo goed geweest. Circa 80 leden van de in totaal 120, dus 75% van de leden was aanwezig. Dat opkomstpercentage wordt echt niet verwacht bij de binnenkort te houden Provinciale Staten verkiezingen!

Voordat de rit kon beginnen, eerst even een fotomomentje bij buitenplaats Vechtoever. Ik weet niet hoe dat bij jullie overkwam, maar persoonlijk vond ik het een zeer indrukwekkend gezicht. Zoveel leden en allemaal in het nieuwe tenue gestoken. Er kwam toch een beetje een trots gevoel over mij heen. Het zijn drukke maanden geweest voor de kledingcommissie, maar het resultaat is er wel naar.

Voor wat betreft de kleding zijn we nu een beetje in de afrondende fase terecht gekomen. De kledingcommissie is nog wel druk bezig om de laatste pijnpunten, in overleg met Bike Center en Bioracer, weggewerkt te krijgen. Ik zou graag willen zeggen dat het hele proces vlekkeloos is verlopen, maar je weet eigenlijk al bij voorbaat dat het niet altijd loopt zoals je zou willen dat het loopt. We proberen natuurlijk alles zo snel als mogelijk geregeld te krijgen, maar je moet begrijpen dat wij ook afhankelijk zijn van derden en dat ook de leden van de kledingcommissie hun eigen werk, gezin en andere verplichtingen hebben. Het gebeurt op geheel vrijwillige basis en dat moet zeker niet worden vergeten.

Er staan alweer een aantal activiteiten op de kalender en ik zag ook een initiatief voorbijkomen van Martin Oude Moleman voor het creëren van een vrijdagmorgen clubje.

Fietsmogelijkheden wederom voldoende aanwezig, dus laten we er met z'n allen een weer een fantastisch fietsseizoen van maken!

Tot ziens op de fiets.

*Jurgen Visser*





## Van de redactie

Zaterdag 14 maart

De eerste Pedaleur van 2015 staat op het punt om naar de Impress te worden verzonden.

Het is volgens ons weer een mooi blad geworden en genereerd voor de vereniging weer wat meer inkomsten door enkele nieuwe adverteerders.

Met de openingsrit ging het seizoen voor de WTC van start en wat hadden we een mazzel met het weer. Met een temperatuur van zo'n 14° zat menig een bij het eetcafé "Het Vliegende Paard" in de overvloedig schijnende zon op het terras te genieten van de door gastvrouw Kittie weer goed bereide koffie met gebak. Binnen was het ook gezellig druk.



De temperatuur is nu weer gekelderd naar amper 6° en voelt het aan alsof het weer herfst is.

Mijn persoonlijke seizoen start verloopt in vergelijking met vorig seizoen een stuk minder.

De tweede zondag in maart reed ik toen 180 km maar nu ben ik blij dat ik na zo'n 65 km weer thuis ben.

De naweeën van een fikse griep spelen mij nog steeds parten.

Menig een kan beamen dat deze keer de griep zeer vervelend was.

Maar oefening baart kunst en er is weer genoeg om naar toe te werken.

Iedereen hierbij een goed en vooral een gezond seizoen toegewenst.

Red. Pedaleur

*Teun*

## Sponsor van de Pedaleur



Impress is een uitvoerend bedrijf voor marketing services zoals direct mail, digitaal printen, fulfilment en web2print solutions.

Ook richten wij cross media campagnes in en hebben onze eigen productlijn gepersonaliseerde kaarten / kalenders en visitekaartjes, zie onze websites:

[www.postmijnkaart.nl](http://www.postmijnkaart.nl) [www.kalendersite.nl](http://www.kalendersite.nl)  
[www.visitekaartjes.eu](http://www.visitekaartjes.eu)

## Nieuwe kleding nu al uitverkocht

Sponsorcommissie laat Bart Voskamp van zijn fiets vallen !!!!

Een aantal maanden geleden kwam er een mailtje binnen vanuit het bestuur om als sponsorcommissie bij elkaar te komen. Dat was ook wel nodig want de bestaande kleding was alweer 4 jaar oud. Normaal gesproken belde ik Jan en dan gingen we al fietsend de bekende sponsors langs, een beetje bla bla hier een beetje bla bla daar en klaar is kees. Nee, nu waren er zowaar uit alle geledingen van het bestuur afvaardigingen. Ik wat verbouwereerd toch naar Jan en al fietsend naar de 1e officiële sponsorvergadering in residentie Bouman. Na de allerhartelijkste ontvangst met koffie en gebak werd er met de hamer op tafel geslagen en kon de commissie zijn eerste stapjes richting nieuwe kleding zetten.

Schoorvoetend en een beetje "wat moet ik hiermee?" aan de slag met een uitgewerkt plan over hoe wat er wanneer dingen. Kleding leveranciers uitzoeken, bestaande sponsors bezoeken, nieuwe sponsors benaderen en dan met al deze mensen definitieve afspraken maken. Met als uiteindelijk doel dat we geld binnen halen om een ieder weer strak op het zadel te krijgen.

Nu zijn al die zaken de afgelopen maanden gepasseerd en is de kleding bij het uitkomen van deze pedaleur al in ons bezit. Gekozen is voor kwaliteit en minder gekeken naar de prijs. De fabriek van de kleding is nu voor de komende 4 jaar Bioracer geworden. Oud wielrenner Bart Voskamp deed namens Bioracer de onderhandelingen. De bestelde kleding heeft nu al een dusdanige waarde dat Bart figuurlijk van zijn fiets viel. De verhalen uit de echte fietswereld heeft wel een paar rode oortjes opgeleverd. Mocht u tijdens de openingsrit nauwelijks bij kunnen blijven bij personen die u normaal achter u laat, bel even en we gaan de boel "fixen".

Wat betreft de looks en uitvoering van de nieuwe kleding hebben we o.a. gekeken naar trends die de komende jaren plaatsvinden. Retro is hot. We denken een prachtig tenue te hebben met mooie accenten en hopen natuurlijk dat iedereen er zich er in kan vinden.

De pasweek bij Bike Center Woerden is achter de rug en er bij het uitkomen van deze Pedaleur hoop ik dat iedereen voorzien is van zijn bestelde kleding.

Wij van de sponsorcommissie denken er alles aan gedaan te hebben om de toch zeker 120 leden van de WTC Maarssen naar de zin te maken. Mochten er onverhoopt toch zaken zijn die wij over het hoofd gezien hebben, laat het ons weten en over 4 jaar nemen we het in behandeling.



De sponsorcommissie

*Martin Swart en Jan Leeftang*

Ps: kleding kan te allen tijde bijbesteld worden. Bij een order waarde van minimaal € 500, - wordt er dan weer besteld. Via mail, en uiteraard na betaling, wordt er gecommuniceerd wanneer de kleding binnen is.

De procedure hoe er kleding bijbesteld kan worden staat op de WTC Maarssen website.

## ‘De sponsor die op de mouw staat’

In het kielzog van zwager Rob Janse ben ik – Remco van Otterlo – in 2011 lid geworden van WTC Maarssen. Op zondag rij ik geregeld mee met de ‘snelle’ groep, en geniet van de heerlijke koffie in Soest. Een buitenlands fietsavontuur probeer ik ieder jaar te beleven met enkele leden van WTC.

Afgelopen jaar kwam Martin geregeld naast me fietsen om me te polsen om sponsor te worden van de club. Een actieve rol binnen de club ambieer ik niet, maar wat kunnen betekenen voor WTC Maarssen leek me een goed idee. De verkoopkwaliteiten van Martin en de zalvende woorden van Jan Leeftang zorgden voor het laatste zetje.

administratie en belastingadvies

# BIJBVO



Vanaf dit jaar is BIJBVO sponsor van WTC Maarssen. Ons logo siert op de mouw van het shirt in de nieuwe clubkleuren.

BIJBVO is een administratie- en belastingadvieskantoor in De Meern (nabij Strijkviertel). Onze werkzaamheden bestaan uit het verzorgen van (loon)administraties, samenstellen van jaarrekeningen en fiscale aangiften, en de advisering over tal van fiscale en financiële vraagstukken. Wij doen dit alles met z'n 10-en.

Voor de geïnteresseerden: [www.bijbvo.nl](http://www.bijbvo.nl) en [www.loonbijbvo.nl](http://www.loonbijbvo.nl)

Namens BIJBVO wens ik de leden van WTC Maarssen een mooi fietsjaar toe!

Groet,

*Remco van Otterlo*



# VOORJAAR AAN DE VECHT



ETEN | DRINKEN | OVERNACHTEN | VERGADEREN  
FEESTEN | SPEELTUIN | RONDVAART | GENIETEN



## GENIETEN BIJ GEESBERGE

BUITENPLAATS  
*Geesberge*  
RESTAURANT - B&B

**Geesberge Restaurant en B&B**  
Zandpad 23 Maarssen  
[www.geesberge.nl](http://www.geesberge.nl)  
0346 561 435



## De Schippers in Zuid-Afrika

Jan Willem Schipper: “de derde dag zijn we echt bang geweest. We waren in open jeeps op safari en kwamen een groep olifanten tegen. Om een of andere reden werden ze agressief en een kwam op onze jeep af. Hij brulde oohhh, flapperde met zijn oren, zwaaide met zijn slurf en ging op zijn voorpoten zitten vlak voor onze jeep. Wat was die allemachtig groot. Op dat moment dacht ik: “hij tilt die hele jeep met zijn slagstanden zo de lucht in en dan komen die andere ook op ons af”.



Het was verschrikkelijk. De rancher wist de olifanten, door geschreeuw en door met zijn hoed te zwaaien, af te leiden en toen liepen ze langs ons heen. Deze gebeurtenis heeft daar ook nog in de krant gestaan”.

Jan Willem en zijn vrouw Jennie vertrokken 12 oktober voor een groepsvakantie en een individuele reis naar Zuid-Afrika. Men landde in Johannesburg en daar begon de lange reis naar eindpunt Kaapstad; zie de kaart. Op vrijdag 7 november vertrokken ze weer naar huis.

De route en de hoogtepunten: op maandag de 13<sup>de</sup> vanuit Pretoria naar township Soweto. Wat de Schippers opviel: veel armoede en heel rijk bijna naast elkaar. Bezoek aan het huis waar Mandela heeft gewoond.

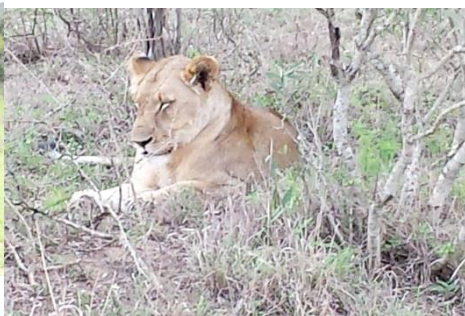




De volgende dag om 06.30 uur via de Panoramaroute naar Hoedspruit 500 km verderop. 's Middags op safari in het Karongwe Private Park. Ze zagen giraffen, wrattenzwijnen, impala's en de olifanten van hierboven. Op woensdag om 04.30 uur eruit voor de ochtendsafari; met zijn zessen in een open jeep. De Schippers zagen nu ook reebokken, gnoe's en een leeuw met haar twee jongen. Hoogtepunt een jachtluipaard die zijn maaltijd (impala) zat te verorberen. Jennie: "wat een prachtig dier". Op de terugweg kwamen ze neushoorns tegen.

s'Middags was er opnieuw safari en konden ze naast de bovengenoemde dieren ook twee buffels en een olifant met een vijfde been bewonderen!

The Big Five hadden ze nu allen gezien: olifant, leeuw, neushoorn, luipaard en de buffel. En dat gebeurt niet zo gauw.



Op donderdag werden nijlpaarden en krokodillen gespot. Ter info: de ranchers geven aan elkaar door waar dieren te vinden zijn.

Donderdag 16 oktober vertrokken ze naar Hazyview via de Blijde Rivier en de Treur Rivier waar prachtige uitgesneden rotsen te bewonderen waren. Tijdens de lunch bij de Lisbon Waterfallen werden ze overvallen door hevig onweer. Alles kwam blank te staan. 's Avonds en 's nachts opnieuw onweer met bakken water en grote hagelstenen.

Vanaf vrijdag de 17<sup>de</sup> safaris in het Krugerpark. Mooi was het om een grote kudde buffels te zien, ongeveer 300. De mannen pasten op dat de vrouwen met hun jongen veilig over konden steken. Ook veel nijlpaarden en krokodillen gespot. Het buurland Swaziland werd met een bezoek vereerd; paspoort stempelen. Je gaat tenslotte naar een ander land. Terug werd overnacht in St Lucia. Hier moesten zij de kamer delen met andere reizigers. Twee vrouwen binnen de groep waren hun sleutel kwijt en de receptie was dicht. Jan Willem wist wel raad met de deur.

Zondag de 19<sup>de</sup> naar het Hluhluwe Park, het oudste park van de zulu's. Schitterende natuur met heel veel bloemen en natuurlijk de al genoemde dieren.

Na vieren werd in St Lucia gevaren op de lagune en werd een visarend gespot met een gele snavel. Op maandag ging de reis naar Drakensbergen naar het Mandela Monument. Een bergachtig gebied tot bijna 2900 meter. Glooiend groen. Jan Willem: "de Sani Pas lijkt wel de Alpe d'Huez maar dan niet geasfalteerd. Link om te dalen". Van veraf lijkt het Mandela Monument op pilaren. Kom je dichtbij dan vormt zich het gezicht van Mandela.



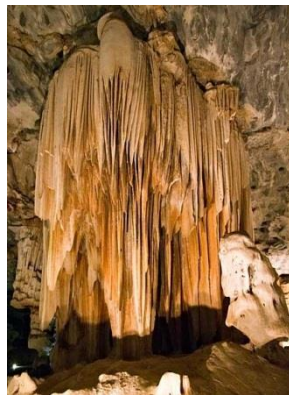
In Lesotho zagen ze de kinderen nog in lompen lopen. De kleinsten hadden zelfs geen broek aan zodat ze zonder poespas kunnen plassen en poepen. Het was maar 12 graden! Enkele dagen terug had het er nog gesneeuwd!

Woensdag op weg naar East London aan de Indische Oceaan, een reis van 550 km door Transkei en langs het huis van Mandela. De huisjes (lodges) om te overnachten lagen aan het strand; heerlijk. Het water was te koud om te zwemmen. Vrijdag de 24<sup>ste</sup> weer vroeg op voor een lange busreis van 420 km. Mooie tocht door de bergen op weg naar Cape St Francis. Logeerhuisje met mooie badkamer. Zaterdag de grootste bungi-jump brug ter wereld bezocht; 216 meter hoog in Bloukrans.

Zondag werd geluierd en over de lagune gevaren. Maandag vertrokken naar Oudtshoorn. Schitterende route. 's Morgens werd ook een struisvogelboerderij bezocht. De struisvogel legt 2 eieren per dag en rent wel 60 km per uur. Op de eieren kun je staan. 's Middags de karoo grotten bezocht met zijn stalagmieten en stalagtieten. Deze liggen aan de voet van de Swartbergpas. Schitterende druipsteenformaties. Zo'n miet of tiet groeit maar 14 mm in honderd jaar!



Overnacht werd in tenten aan een meer. Honderden nijlganzen gakten de hele nacht. Jan Willem: "op een



gegeven moment lag ik ook te gakken en nu kom ik er niet meer vanaf. Het gebeurt s'nachts vanzelf en dan stop ik niet meer. Jennie wordt er mesjogge van.

Ik heb er een nummer op gemaakt: "The GakGak Rock" en treed er ook mee op". Tienhoven heb ik er helemaal mee plat gekregen, de hele tent lag te gakken; zie de foto.



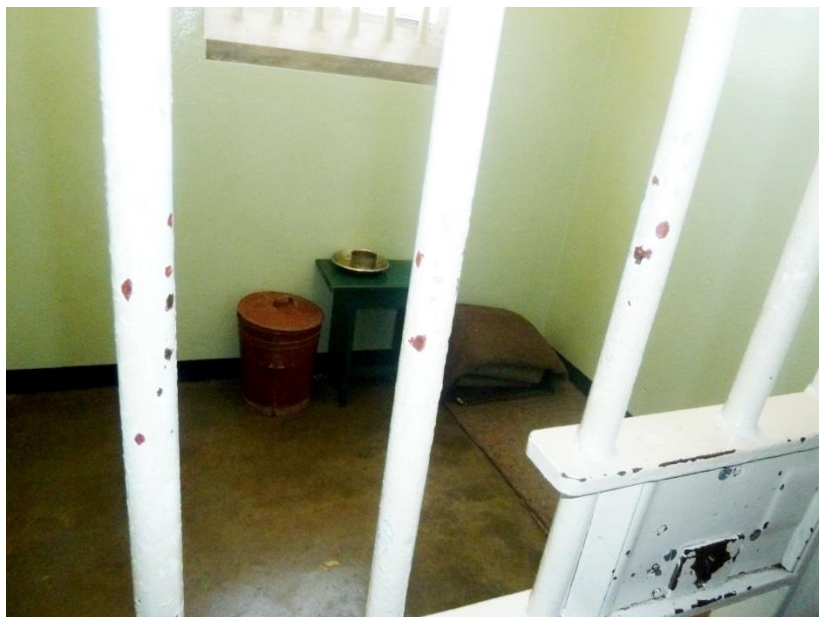
Het uitzicht over het meer was echter adembenemend: nijlpaarden en aan de overkant olifanten, antilopen en gnoes. 's 'Avonds weer heerlijke bobotie gegeten: een zuidafrikaans gehakt gerecht met specerijen. Dinsdag met de bus op weg naar Stellenbosch 425 km. Een mooie tuinenroute en spectaculaire bergen.

Stellenbosch is een mooi "hollands" dorp met witte huizen en Nederlandse namen: Janssenweg en van Dijkstraat bijvoorbeeld. Champagne en wijn geproefd. Donderdag via Cape Point en Kaap de Goede Hoop naar Kaapstad. De wandeling naar de vuurtoren van Kaap de Goede Hoop is pittig en steil. Hier komen de Indische en Atlantische Oceaan samen. Er is daar een zeer sterke stroming en veel wind. Mooie botanische tuinen bezocht.

Op zaterdag de 31<sup>ste</sup> startte de individuele reis. Op naar Leisure Bay. Op zondag met de lift de Tafelberg op. Van beneden lijkt hij plat, maar dat is hij niet. Tussen de rotsen en planten bevinden zich allerlei wandelpaden. Bovenop de berg heb je een schitterend uitzicht op Kaapstad, de kust en Robbeneiland.

Op woensdag stond Robbeneiland op het programma. De boottocht duurde een uur.

De cel van Mandela bezocht, waarin hij 18 jaar lang opgesloten heeft gezeten. Het was een kleine cel met een klein tafeltje, een mat en een emmer met een deksel. Meer was er niet. Indrukwekkend.



Donderdag 6 november naar Waterfont; kijken naar de Volvo Ocean Race en de festiviteiten er om heen.



Vrijdag vertrokken De Schippers weer huiswaarts. Samengevat: een unieke ervaring, een aanrader.





Mont Ventoux Challenge 5 – 12 September 2015

# Mont van Toon

## Mont Ventoux Challenge

### 5-12 september 2015

[www.MontvanToon.nl](http://www.MontvanToon.nl)

18 Maanden gelden werd mijn zwager Toon van Ooijen ernstig ziek. Hij had een ernstige infectieziekte, naar later bleek "de ziekte van Weil". Toon werkt bij de Tuinen van Appeltoren. Hij heeft wekenlang moeten vechten

voor zijn leven. De behandelend arts, dr Zimmermann, vergeleek zijn gevecht met het beklimmen van de Mont Ventoux. Toon is nu redelijk hersteld, maar nog niet helemaal de oude.

Zijn broer Jan had hem tijdens zijn gevecht gezegd, dat hij hem ging helpen met het beklimmen van die berg. Nu Toon redelijk hersteld is wil Jan naar de Mont Ventoux toe. Dat initiatief is inmiddels uitgegroeid tot een echt uitdaging. We gaan naar de Mont Ventoux toe fietsen. Iedereen is enthousiast. Samen met fietsmaatjes uit zijn fietsclubje, aangevuld met 2 zwagers van Toon en nog enkele andere fietsfanaten ("gekkens") gaan we er met tien man naar toe fietsen.

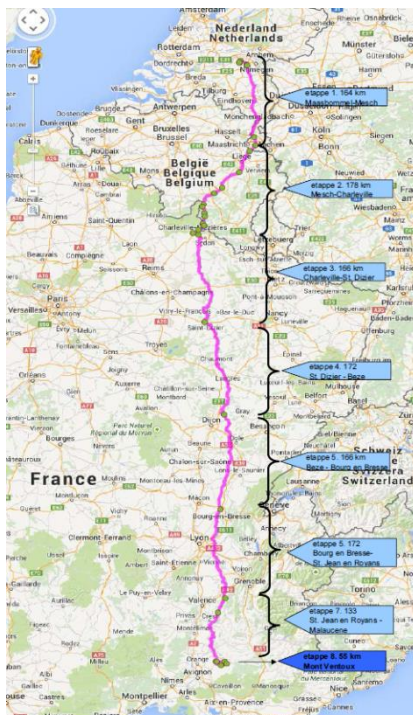
De verzorging (volgauto's) wordt verzorgd door familie.

We gaan in 7 etappes (zaterdag t/m vrijdag) naar Malaucene aan de voet van de Mont Ventoux. En op zaterdag 12 september gaan we dan de Mont Ventoux, die tijdelijk is omgedoopt tot de "Mont van Toon" beklimmen, als de beentjes dan nog willen.

We gaan met de groep diverse trainingsritten maken, dus het kan zijn dat ik wat minder met de club fiets.

Was mijn uitdaging vorig jaar kilo'tjes kwijt, dit jaar is het de "Mont van Toon", en nog enkele kilo'tjes kan ook geen kwaad

Voor de etappes zie bijgaande kaartje en voor alle verdere informatie zie [www.montvantoon.nl](http://www.montvantoon.nl)



*Jan van Zwam*







**Seasons Parket**



Waar u nog in overleg tot een praktische en verantwoorde keuze kunt komen.

Waar Service nog met een hoofdletter geschreven wordt.

Door 20 jaar ervaring in de branche en de door ons gevolgde opleidingen zijn wij in staat om, samen met u, uw bedrijfspand of woning die uitstraling te geven die het gebouw verdient.

Met een zeer uitgebreid assortiment van plankenvloeren, de klassieke ambachtelijke tapisvloeren en de moderne laminaatvloeren, krijgt u altijd die vloer die uw pand of woning die bijzondere sfeer geeft.

Ook is er oog voor de milieu-aspecten die er bij het leveren en plaatsen van een vloer komen kijken.

Wij vertellen u op basis van ervaring of de door u gekozen vloer ook praktisch verantwoord is.

Pieter de Hooghstraat 1

3601 EE Maarssen

Tel. 06-1230 9853

E-Mail. [rziemons@seasonsprojectparket.nl](mailto:rziemons@seasonsprojectparket.nl)





Iedere verkeersdeelnemer is, op enig moment, voor de ander een obstakel. Daar kun je weinig aan doen.

Er is maar één remedie voor: rechts rijden en elkaar de ruimte respecteren. Toch is dat precies wat een grote groep verkeersdeelnemers verdomd te doen: wielrenners.

Ze flitsen langs, samengebald als een roedel hijgende windhonden, en veroorzaken daarmee een hoop tumult. Ja, zelfs hele nare ongelukken. Zodra fietsers in een groep zijn gaan zij zich anders gedragen. Ze eisen meer ruimte op dan ze verdienen.

We kennen allemaal de scholieren die vier op een rij naast elkaar fietsen. Ze reageren getergd als jij aan de bel hangt.

Ouderen met elektrische fietsen zijn ook vaak geïrriteerd als ze bij het inhalen niet meteen alle ruimte krijgen (en om een of andere reden hebben ze altijd meer ruimte nodig dan ze denken).

Ja, er wordt heel wat afgevloekt op de Nederlandse fietspaden.

Maar de woede die wielrenners zich op de hals halen is van een bijzondere orde. Je verwacht als fietser geen hardrijdend verkeer op het fietspad; het is er wel, en vaak zonder bel. Voor je het weet rijd er zo'n kluitje opgewonden spandexworsten in je achterwiel.

Een hogesnelheidstrein van restjes testosteron. Nou vooruit, een woordje in het voordeel van de wielrenners mag dan ook wel even. Ze hebben immers geen parcours waar ze hun hobby kunnen uitoefenen. Zij mogen niet de gewone weg op - dan worden ze bekeurd - maar ze willen wél met een kruissnelheid van 50 kilometer per uur doorkachelen. En niet iedereen reageert even goed op de bel, een schreeuw of gefluit van veraf. "Als ik wél bel moeten fietsers altijd meteen omkijken en gaan ze slingeren. Dan bel ik liever niet", zegt de toerrijder.

Een pasklare oplossing voor het probleem lijkt niet voorhanden, al gaan er steeds meer stemmen op om wielrenners in een formatie toe te laten op de weg. Tot die tijd zal het fietspad door alle soorten fietsers worden gedeeld. Gelukkig kan de schaarse ruimte nog worden opgerekt. Niet met wegwerkzaamheden, maar me de ruimte die u kunt maken in uw hoofd: met begrip en tolerantie.

## *Sjaak Bral*

(uit Hard op de tong, ijzersterke verhalen 2014)

# Tour de France: voor het peloton uit!

Wil jij over het parcours van de Tour de France fietsen? Fiets dan op zaterdag 27 of zondag 28 juni mee met een van de officiële toertochten van Le Grand Départ. In Rotterdam en in Utrecht worden toerversies van de Tour georganiseerd door NTFU-organisaties.



Het volgen van de Tour de France is een prettig tijdverdrijf voor velen van ons. Dat de Tourcaravaan dit jaar door Nederland trekt maakt het nog leuker: herken je de wegen waarover gefietst wordt door de profs? Wanneer je deelneemt aan een van de toerversies kun je het parcours in het weekend voor de Tourstart alvast verkennen. In Utrecht wordt het eerste deel van de etappe Utrecht-Neeltje Jans verreden, de collega's in Rotterdam organiseren een toertocht over het tweede deel van de etappe.

## Waarom kiezen? Fiets beide tochten!

Is de uitdaging van één toertocht nog niet voldoende voor je? Waarom niet deelnemen aan beide evenementen? En kies je ervoor om de langste afstanden te fietsen, dan ontvang je een unieke herinnering en fiets je een groot deel van de etappe Utrecht-Neeltje Jans.

## Let op:

Denk eraan je in te schrijven voor beide evenementen

Wil je de unieke herinnering? Stuur dan een mail met je naam, geboortedatum en startnummer (A-nummer) naar:

[info@Tourderotterdam.nl](mailto:info@Tourderotterdam.nl) of naar [info@toerversieutrecht.nl](mailto:info@toerversieutrecht.nl)

Het aandenken kan na afloop van de Toerversie Utrecht afgehaald worden op het finishterrein (Jaarbeurs) tegen inlevering van het startnummer Rotterdam en het stuurbodje van Utrecht.

Tour de Rotterdam – zaterdag 27 juni 2015

Toerversie Utrecht – zondag 28 juni 2015

Bron NTFU



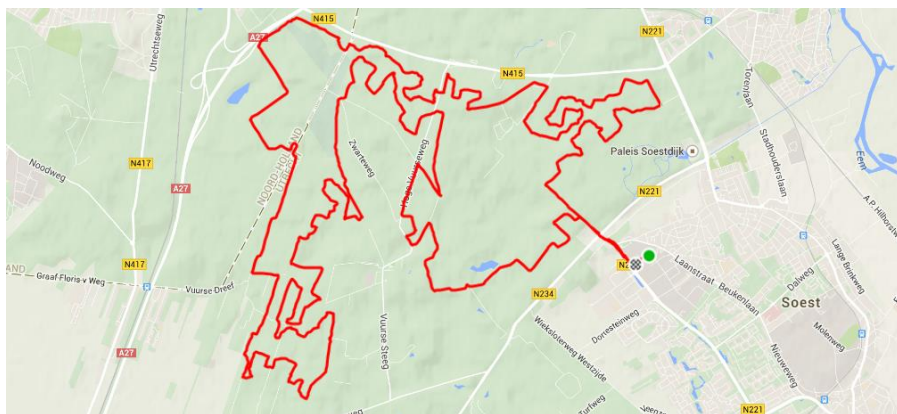
## Ritje door het bos zonder blubber

Wielervederclub Tempo uit Soest organiseert een paar keer per winter een MTB rit door de bos. Ze pijlen iedere keer een net iets andere route uit.



Zaterdagochtend 14 februari was het gezellig druk in het clubhuis van WTC Tempo. Na het inschrijven als NTFU lid, een bakje hete “pleur” van de bekende kwaliteit en een marsje stapten we als middengroepers op de fiets.

Deze keer ging de rit richting het westen, richting Lage Vuursche.



Route

Het was mooi weer. De paden waren droog, waardoor Eric te Riele en ik de lekkere diepe modderpoelen misten om even door heen te baggeren. Desondanks was het een mooie tocht. Het is eigenlijk ongelooflijk dat je een tocht van 45 km bijna alleen maar over bospaden en tracks rijdt. En dat in Nederland. We hebben waarschijnlijk minder dan 2 km over asfalt gereden. De route was goed uitgepijld met gekleurde linten. Dan is er toch altijd wel iemand die blauw (rechts) en geel (links) met elkaar verwisseld, waardoor de meerderheid er stoïcijns achteraan trapt, maar daar praten niet verder over.



Onderweg kregen we nog warme bouillon en een krentenbol.  
WTC Tempo had ook deze rit weer goed georganiseerd.



Vlnr: Eric te Riele, Jeroen, Erik Dirkse, Jannes, Johan, Erik Luttkik, André

## *Jeroen Bouman*

### **Boksen en Wielrennen**

Een wereldkampioen boksen gaat op de fiets naar de bioscoop.

Omdat daar altijd fietsen worden gestolen, hangt hij een bordje aan zijn fiets met: "Niet stelen, want anders.....wereldkampioen boksen."

Na de film blijkt toch zijn fiets te zijn gestolen.

Er ligt een bordje met:

"Achtervolgen heeft geen zin.....wereldkampioen wielrennen"



# Rijwielpaleis **BILTHOVEN**

Koperwieklaan 1, 3722 CA Bilthoven

Tel: 030 - 2280713

[www.rijwielpaleis.nl](http://www.rijwielpaleis.nl)

[info@rijwielpaleis.nl](mailto:info@rijwielpaleis.nl)



Follow us on Twitter and Facebook



FETHERLIGHT



cannondale



cervélo



Waarin

Wij

Ons

Onderscheiden

**Persoonlijke service en voorlichting**

**Duidelijk merkenbeleid**

**Kennis en ervaring op racefiets en ATB gebied**

**Wijzigingen op uitvoeringen, costum building bespreekbaar**

**Ervaren monteurs om elke wens, reparatie en tuning te verzorgen.**

## Helmplicht voor snelle Highspeed-E-bike van af 2017

Vanaf 2017 moeten alle fietsers op de snelle elektrische fietsen verplicht een helm op. Het ministerie van Infrastructuur en Milieu heeft dat definitief besloten, nadat er grote twijfels waren over de regels voor de bestuurders van het nieuwe type elektrische fiets.



Tot 2017 zal de fiets worden beschouwd als een snorfiets, maar daarna als een brommer. Dat houdt dus in dat de bestuurders niet alleen een helm moeten dragen, maar ook minimaal 16 jaar dienen te zijn, een

brommerrijbewijs moeten halen en een kentekenplaat op de fiets moeten bevestigen.

Nog steeds zijn niet alle regels voor de high speed e-bikes duidelijk. Het ministerie onderzoekt bijvoorbeeld nog hoe de bestuurders van de fietsen het veiligst kunnen deelnemen aan het verkeer. Zo wordt bekeken wat de beste plek op de weg is en welke helm geschikt is voor de berijder.

Dat de fiets tot 2017 slechts als snorfiets wordt gezien, waardoor er geen helm gedragen hoeft te worden, heeft te maken met de keurings-eisen van nu. Bij de toelatingskeuring wordt nu nog alleen gekeken naar de snelheid zonder meetrappen. Is die snelheid bij een high speed e-bike maximaal 25 kilometer per uur, dan kunnen fabrikanten en fietswinkels deze e-bike in Nederland verkopen als snorfiets.

Vanaf 1 januari 2017 wordt gekeken hoe hard de fiets kan als iemand meetrapt. En de high speed e-bike gaat met meetrappen maximaal 45 kilometer per uur. Daarom gaan de regels gelden voor een bromfiets.

Red.

## WTC familie

Na een schaatscarrière als marathonschaatser, waarbij dagelijks trainen een gewoonte was, zeg ik de wedstrijdssport zo'n 10 jaar geleden vaarwel! Het niet meer moeten trainen voelt wel lekker aan. Tijd dus voor andere dingen. Om toch wat lichamelijk bezig te zijn fiets ik zo nu en dan eens. Maar zonder doel en met geen conditie is er niet veel aan. Daar zit je dan alleen op je splinter nieuwe Colnago. Na enkele jaren waar het op en af ging fiets ik regelmatig samen met Lennert de Jong een rondje. Lennert fietst dan weer op de zondagmorgen bij de WTC en van het één komt het ander. Ook ik meld me dan op een zondag bij die "toerfietsers". Het is toch wat nog geen 40 jaar en dan geassocieerd worden met toerrijders! Maar ik trap me kilometers gemakkelijk weg en de afstandelijkheid die ik had naar (meer naar het woord) "toerrijder" verdwijnt snel. Ook ik word lid van de WTC, de WTC familie.

Ja, een familie want zo voelt het wel een beetje. Ik rijd dus mee met de snelle groep en daar is het weleens wat. Vooral op de woensdagavond. Het gas staat dan de hele tijd open en het is een zeldzaamheid als er eens wordt gewacht! Als het al niet voor onweer zorgt in de polder dan barst dit dezelfde avond nog wel op de app los. Maar sport verbreedt en een week later is een ieder alles weer vergeten en gaat het gas er weer op. Sommige kunnen niet met elkaar maar ook weer niet zonder elkaar! Daarnaast lekker op de zondagmorgen de handjes op het stuur en desnoods al je sores van je afpraten dit al dan niet met een bakkie leut bij Tempo in Soest.

Nu is het zo dat door dat knetterharde en vele fietsen mijn conditie weer groeiende is. Sinds een paar jaar heb ik ook nog eens de master leeftijd bereikt en ik schaats dan ook wedstrijden in deze categorie. Afgelopen winter was mijn vierde seizoen bij de "ouwe mannen" en het werd overduidelijk mijn beste jaar! Zeven maal wist ik te winnen en daarnaast ook nog eens acht maal tweede en viermaal een derde plaats te behalen. Slechts in drie wedstrijden pieste ik naast de pot.

Wat een smetje is op het seizoen is dat ik geen Nederlands kampioen werd. Op 4 januari was het Nederlands kampioenschap op kunstijs in Groningen en daar finishte ik als tweede! Een titel die nu ging naar Arjan Elferink. Ik had nou niet het idee dat hij qua niveau beter was maar ik maakte net even de verkeerde keuzes in de wedstrijd. En ook nog eens met een lichte verkoudheid, en dus wat vormverlies, schermde ik deze tweede plaats af door te zeggen dat er nog een ander kampioenschap ging komen!

Het open Nederlands Kampioenschap in Biddinghuizen op 17 januari.

Maar terugkijkend is de vormdaling zo eind december ingezet en op dit tweede NK kwam ik dan ook niet zo zelfverzekerd aan de start! Maar die dag werd ik bij gestaan door enkele mannen van de WTC!

Met Lennert de Jong voorop stonden daar in de polder Jan Leeflang, Martin Swart en Tjark Nelissen mij aan te moedigen! Het was een rommelige wedstrijd en de favorieten konden elkaar niet vinden in een beslissende groep! Dus werd er regelmatig aan de boom geschud wat mij en ook de andere favorieten de nodige energie kosten. Zo naar het einde toe kreeg een groepje dan ineens veel ruimte en daarachter was er niet de juiste samenwerking!

Ook in het peloton werd er geroepen dat de beslissende slag er was, je voelt dan ook zo'n berusting om je heen! Voor mij was dit wel een sein van het is nu nog even alles of niets. Mede door de aanwezigheid van de vier WTC mannen voelde ik een verplichting om nog iets te doen! In een alles of niets poging ramde ondergetekende, opnieuw Elferink en Tonny van Vliet naar de kopgroep toe! Helemaal leeg kwamen wij daar, onder luid aanmoedigen van WTC, bij de vier leiders. Zo reden we met zeven man de laatste ronde in en bij allen was het beste er wel van af. Het groepje viel uiteen en ik moest weer in de achtervolging.



Ik was helemaal leeg en kon nog net door leep te rijden de derde plaats grijpen! Enigszins balend over een gemiste titel werd er nog veel nagepraat in Biddinghuizen. Ik vond het geweldig op de verbale ondersteuning te hebben tijdens de wedstrijd van Lennert, Jan, Martin en Tjark.

Super zonder jullie aanwezigheid was ik niet thuis gekomen met een plak! Bedankt mannen!

Ik neem nu even rust om over enkele weken weer met de mannen mee te gaan op de zondagmorgen!

*Arnold Gaasenbeek*





# ROSCO

CATERING & PARTY-SERVICE

*U het feest, wij de zorgen...*

*Uw party cateraar voor bedrijf en particulier!*

Utrecht  
Proostwetering 20G  
3543 AE Utrecht  
T 030 241 22 05  
F 030 241 03 50  
E info@rosco-catering.nl

Hilversum  
Rading 1  
1213 AA Hilversum  
T 035 655 91 24  
F 035 655 91 25  
E info@rosco-catering-hilversum.nl

VOOR INFORMATIE: [WWW.ROSCO-CATERING.NL](http://WWW.ROSCO-CATERING.NL)

Party



Berrel



Vlees, vis en  
groente diner



Smiddelen en  
smullen



## FOKKE & SUKKE

GELOVEN IN DE ONSCHULD VAN LANDIS

WIJ HEBBEN GISTEREN  
ZELF WAT TESTOSTERON  
GENOMEN...

...EN WE KUNNEN  
VANDAAG ECHT NIET  
FIETSEN, HOOR!



RGNT

[www.foksuk.nl](http://www.foksuk.nl)

## Uit de oude doos

De WTC Maarssen bestaat inmiddels zo'n 30 jaar en die tijd zijn er al heel wat evenementen en activiteiten georganiseerd.



Een van de activiteiten die vast op de kalender stond was de snert rit. Deze vond altijd plaats de eerste helft van januari en fungeerde als een soort nieuwjaars receptie.

Er werd meestal gereden op gewone fietsen gezamenlijk met de vrouwen en kinderen van de leden.

Soms lieten de weersomstandigheden dit niet toe en werd er gewandeld.

Ruud Stappershoef bepaalde de route zowel van het fietsen of wandelen.



Begin en eindpunt lagen in die tijd bij restaurant Geesberge waar gestart werd met koffie en gebak.

Na afloop kwam men hier dus weer terug en werd het evenement afgesloten met snert met roggebrood en spek. Ook het kruiden bitter, „Schipper's bitter“, werd graag genuttigd naast het gewone pilsje.

In de loop der jaren werd de animo voor deze activiteit geleidelijk minder en hield deze op te bestaan.

Tegenwoordig hebben we de oliebolle-rit en oudjaars receptie welke evenementen druk worden bezocht.

Bijgaand enkele foto's met verslagen uit 2002.

## Snerttocht 2002

Het was prachtig weer op zondagochtend 13 januari 2002. En dat was ook te merken aan de opkomst voor de jaarlijkse Snerttocht van onze toerclub. Maar liefst 31 deelnemers waren op zondagmorgen op tijd opgestaan om om 11:00u met fiets bij restaurant Geesberge te verzamelen.

De jeugd was ook vertegenwoordigd doordat Martin Perdon vergezeld werd door zijn twee dochters Judith en Esther, en doordat Ronald Arends met zijn zeer enthousiaste zoonje was gekomen.



Deze was al weken van te voren opgetogen omdat hij mee mocht fietsen met de Snerttocht en

was al die tijd druk in de weer om zijn fiets helemaal in orde te maken. Doordat er in de aankondiging van de fietstocht dit keer duidelijk vermeld stond dat er op gewone fietsen een rondje gefietst zou worden, was iedereen in gewone kleren op een normale fiets gekomen waardoor we een gelijk gezinde groep vormden zonder felgekleurde gehelmde snelle jongens op blinkende racefietsen. En zo hoort het ook (een keer per jaar....).

Bij Geesberge was er allereerst koffie met gebak en de gelegenheid om elkaar het beste te wensen voor het nieuwe jaar. Er viel heel wat te bepraten want de meeste leden zien elkaar maar weinig gedurende de wintermaanden. Maar er moest natuurlijk ook gefietst worden. Onder leiding van (uiteraard!) Ruud van Stappershoef werd in een rustig tempo een rondje van zo'n 25 kilometer gefietst.

Ruud had een mooie route bedacht die begon langs de Vecht naar de Strook bij Tienhoven, door Tienhoven richting de Maarsseveense Plas-sen, over de Westbroekse binnenweg richting Groenekan, het fietspad in het Noorderpark bij Utrecht, langs de Gageldijk, door Overvecht naar de Vecht, via Oud-Zuilen en verder langs de Vecht weer terug naar Geesberge.



Onderweg werd vlak na Tienhoven nog even gestopt voor het maken van een groepsfoto. Een nietsvermoedende man die rustig zijn hond liep uit te laten, werd tot fotograaf ge-bombardeerd en kreeg twee digitale fototoe-stellen in zijn hand gedrukt om een aantal groepsfoto's te maken, o.a. om in deze Pe-

daleur afgedrukt te worden.

Teruggekomen bij Geesberge stonden de tafels al gedekt. Eerst was er nog even tijd voor een biertje, borreltje of iets fris, waarbij vooral de plaatselijke kruidenbitter 'Muier' gretig aftrek vond. Daarna konden we genieten van de lekkere erwtensoep, stokbrood en roggebrood met spek, wat we wel verdiend hadden na zo'n stuk fietsen. Nog even wat nakeuvelen en het liep al weer tegen 3 uur in de middag.

Kortom, de Snerttocht was dit jaar heel geslaagd door het mooie weer, de prima verzorging door Geesberge en vooral door de grote opkomst. Hopen dat het volgend jaar weer net zo wordt.

*Gerard Kieft.*





# Jammie

De snertrit werd dit jaar weer eens volledig op de fiets verreden. Dit in tegenstelling tot vorig jaar toen er hoofdzakelijk gewandeld werd. Vanaf 11.00 uur werd er verzameld bij restaurant Geesberge.

Na het nuttigen van enkele koppen koffie met gebak ( jammie! ), werd er gestart voor een kort ritje in de omgeving. Persoonlijk had ik wel zin in een kort ritje om dan snel aan de erwtensoep ( Jammie! ) te zitten. Bijvoorbeeld Breukelen heen en terug was op dat moment voor mij ver genoeg. Met Ruud op kop is dat toch altijd even afwachten.

Met lekker zonnig weer en een niet te lage temperatuur gingen we van start, eerst langs de Vecht richting Breukelen om halverwege Maarssen – Breukelen af te slaan. Langs de strook richting Tienhoven en gelukkig niet linksaf richting Loosdrecht. Goed zo Ruud! Aan het einde rechtsaf door Tienhoven en gelijk weer rechtsaf door de polder richting Geesberge naar de erwtensoep. ( **Jammie! Jammie!** )

Hee, wacht nu, we moeten hier toch rechts? Maar nee, Ruud had andere plannen, gewoon rechtdoor richting Westbroek en dan rechtsaf richting Utrecht naar Maarssen en dan snel naar de erwtensoep. ( **jammie! Jammie! Jammie!** )

Hee, we gaan eerder dan ik dacht richting Maarseveense plassen en dan snel richting Geesberge en de Erwtensoep. ( **jammie! jammie! Jammie! jammie!** )

Bij Molenpolder Rechts toch? Nee hoor, links en weer links richting Westbroek, rechts oversteken en dan richting Groenekan.

Steeds verder weg van de erwtensoep. ( jammie? jammie? )

Via enkele leuke binnendoor weggetjes reden we richting, ja welke richting? Weet die man voorop de weg nog wel?

Ineens rijden we op de Jammiedijk, sorry Gageldijk waar we bij de grote rotonde gekomen rechtsaf gingen via een stukje Franciscusdreef langs het crematorium en dan snel naar MaarssenGeesbergeerwtensoep. ( **jammie! Jammie! Jammie!** )

Nee hoor, gewoon rechtdoor via een leuk achterlangs onderdoor weggetje richting, ja welke richting? Hee, waar rijden we nu? Hier ben ik nog nooit geweest! Nu weet ik het zeker, we zijn helemaal verdwaald!

( **jammie!#@%\$^&(\*)∇9πΩ▲Φ** )

Kijk nu, de Vecht, Oostwaard, Goudenstijn. Aan het einde links en je zit zo bij Geesberge. Maar weet die man, die Ruud dat ook? Even waarschuwen, anders gaat hij zeker weten weer rechtsaf. Phoe Phoe, dat was op het nippertje!

Eindelijk weer bij Geesberge en de erwtensoep.

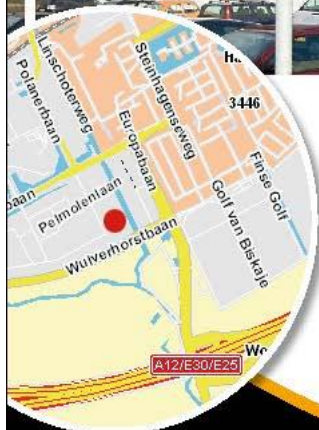
Erwtensoep???

**Jammie! Jammmmmiiiiieeeee!!!**

*Teun van Es*



# BIKE center WOERDEN



**AANBIEDING:**  
**10% KORTING**  
 op accessoires en onderdelen  
 (op vertoon van uw Bike Center klantenkaart)

## Bike Center Woerden

Korenmolenlaan 4b Woerden  
 (Intechnum gebouw)  
 Tel. 0348 - 48 28 04  
[www.bikecenterwoerden.nl](http://www.bikecenterwoerden.nl)

**Gazelle** 

**koopman**   
 THE QUALITY PEOPLE IN OFFLINE

**cannondale**

**SPECIALIZED**

**SHIMANO**

**BULLS**



## Frans Oostendorp en Hans Post: oude tractors

**Frans:** ik woon sinds 1986 aan de Tuinbouwweg 23 te Maarssen, achter aan op het terrein waar ook nog een aantal zaken en winkels zijn gevestigd. Wij hebben zelf een stuk weiland dat ik probeer bij te houden. Daar moet altijd wel wat op gebeuren: onkruid maaien, hekken maken enz.

**Hans:** tijdens een fietstocht van de club spraken Frans en ik gepassioneerd over onze tractors. Herman was vol belangstelling. Zijn oude overbuurman in Zuid-Limburg had er ook een. Waar komt die liefde vandaan? Ik weet het eigenlijk niet, maar de liefde is er onvoorwaardelijk.

**Frans:** mijn passie voor oude tractoren is gekomen, toen ik met onze Alfa Romeo Spider langs een “tractor oldtimer evenement” reed in Haarzuilen. We zijn daar gestopt, de sfeer was lekker boers en waar-schijnlijk kwam er toen de klik. Omdat we met de oude Spider niet veel reden, heb ik die verkocht en heb even later een oude tractor gekocht. Die was niet best en heb hem snel weer weggedaan. Toen heb ik een heel mooie Deutz gekocht, 2 cilinder en lucht gekoeld; een 2502 met zij-maaibalk. Eigenlijk dezelfde als die van Hans, maar dan iets kleiner. Ik vond Deutz het merk voor tractoren.

**Hans:** op de boomkwekerij van mijn vader kregen wij in 1976 de eerste tractor; een Hinomoto van 27 pk. Die had een super mooi geluid.

Ik denk dat toen de passie voor tractoren ontloek. Later volgden de Lamborghini 35 pk, de Fendt 70 pk en uiteindelijk de Deutz 60 pk. Ferruccio Lamborghini was een tractorfabrikant uit Italië. Later werd hij door Enzo Ferrari uitgedaagd om ook sportauto's te bouwen. Dat deed hij met verve en ging Ferrari daarmee naar de kroon steken. De Fendt wordt beschouwd als de Rolls Royce ander de tractoren. Hij wordt gemaakt in Beieren. De Fendt behoudt altijd zijn waarde. Deutz is werelds oudste motorenfabrikant. Deutz vind je overal ter wereld van Zuid-Afrika tot diep in Siberië. Het zijn prachtige exemplaren.



**Frans:** als het mooi weer is ga ik regelmatig met de Deutz een stukje toeren; hele files achter je. Het is gewoon kicken. Je zit hoog en kijkt over die lange motorkap de natuur in; een machtig mooi gevoel. Het grasmaaien met de Deutz en de maaibalk gaat heel relaxed. Je rijdt dan ongeveer 10 km per uur. De maaibalk aan de zijkant is een mooi mechanisme. Hij snijdt het gras af middels twee balken die als een heggessaar langs elkaar schuiven. De maaibalk wordt aangedreven door een houten balkje dat echter geleidelijk aan slechter werd waardoor het maaien (veel) langer ging duren.

**Hans:** na de splitsing van het familiebedrijf ben ik in bezit gekomen van ca 2 ha grond. Het onderhoud lukte niet met een zitmaaier. Daarom heb ik de oude Deutz D40 06 60pk gekocht uit 1973. Ik gebruik hem voor het maaien van het terrein en het slepen vanaf de rijbaan. Hij is super betrouwbaar. Hij start altijd, weer of geen weer. Onderdelen zijn volop verkrijgbaar. Binnenkort ga ik beginnen met de renovatie, dat kan jaren duren. Toeren doe ik er niet mee.



**Frans:** omdat het maaien te lang ging duren, ben ik op zoek gegaan naar een zwaardere tractor met een flinke hef. Ik wilde niet te veel uitgeven en kocht dus weer een oude tractor: een Fordson Major uit 1955 60 pk. Alleen de koppakking moest ik vervangen en daarna was het starten en lopen. Er zit ook een voorlader op, hier kun je bijvoorbeeld grond mee opscheppen, een boom of koe uit de sloot tillen of trekken. Technisch is het een heel goede tractor.

De originele kleuren zijn blauw met oranje wielen. Omdat ik nogal wat witte verf in de schuur had staan, heb ik hem helemaal maagdelijk wit gespoten; ook hartstikke mooi.



**Hans:** naast de tractor heb ik ook een passie voor fietsen. Het is een overblijfsel van het werken op de kwekerij. In de zomervakantie stond altijd radio Tour de France aan. Wanneer de tourflits van Theo Koomen werd uitgezonden, liepen we met bonkend hart naar de radio om niets te missen. Doordat ik jarenlang als chauffeur van mijn top sportende kinderen heb gefungeerd, kwam ik nooit toe aan fietsen. Begin 2014 kocht ik mijn eerste racefiets en mijn wielercarrière was geboren. Inmiddels heb ik nu ook een mountainbike. Het kan alleen maar mooier worden!

**Herman:** Frans is vastgoedeconoom en projectmanager. Hij heeft een eigen bedrijf aan de Tuinbouwweg. Hans heeft een eigen bedrijf in landschaps- en stedenbouwkundige architectuur aan de Herenweg 8d. En dan zit je op de mountainbike en praat je liefdevol over oude tractors.

**Hans:** tot slot wil ik ook een compliment maken aan de WTC-ers. Ik ben van mening dat wij over het algemeen zeer correct met mede weggebruikers omgaan. Dat heb ik wel eens anders meegemaakt.

*Herman Eijgelshoven*



LAURENS BAAS MEDICOACHING

MANAGEMENT IN VERBINDING

*nog  
Maakt dokters beter!*

KENNEDYLAAN 2 3533 KH UTRECHT 030 2947193 m 06 22372615 WWW.MANAGEMENTINVERBINDING.NL



Verkoop & Reparatie Race MTB en Stadsfiets

Deskundig advies

Dr. Plesmanlaan 154

3601 DE Maarssen

Tel. 0346-556206 / 0642845685

[www.fietsenhandelmarkerink.nl](http://www.fietsenhandelmarkerink.nl)



BURGERS



# Clubweekend Limburg WTC Maarssen

18 t/m 20 september

Gezien het succes van voorgaande jaren hebben wij ook voor dit jaar een optie voor  $\pm 35$  personen op enkele accommodaties in de Meschermolen genomen.

e.e.a. valt samen met de MH2D 2015 die dit jaar op 19 en 20 september wordt gehouden.

Als je zin hebt in dit weekend zet dan **18,19 en 20 september** in je agenda en geef je op voor deze activiteit op [de website](#).  
Introducés zijn toegestaan maar clubleden gaan voor.

## Aanmelden voor 15 april 2015

Bij aanmelding graag een aanbetaling van **€ 80,00 (Introducés €85.00)**  
overmaken op Rabobank rekening **NL67RABO340181923**  
T.n.v. WTC Maarssen onder vermelding van **clubweekend 2015**

De uiteindelijke kosten voor dit weekend zullen rond de **€ 160,00** bedragen.  
**(Introducés € 170,00)**

Wanneer je met dit clubweekend meegaat, moet je jezelf voor de tochten op zaterdag en zondag inschrijven.

De inschrijving start op 1 april.

Je ontvangt dan een startnummer waarmee je het startbewijs kunt ophalen op vrijdag 18 september.

Wanneer je startnummer bekend is mail dat dan even naar mij door zodat we de startbewijzen voor iedereen kunnen ophalen en het is ook wel handig mocht je het nummer kwijtraken.

Het is de bedoeling om vrijdag 18 september in de morgen om 09.30 met de auto's te vertrekken zodat wij in de middag nog een clubrit van ongeveer 70 km door de Limburgse heuvels kunnen rijden.

Zaterdag en zondag zijn er dan de georganiseerde tochten van 70 km tot 160 km.



Voor gedetailleerde gegevens zie de site van de organisatie [www.mh2d.org](http://www.mh2d.org)

Voor hen die op de fiets heen en weer willen rijden (  $\pm 450$  km ) is een mogelijkheid om

Op maandagmorgen te vertrekken (wel voor 10 uur)

Kosten voor ontbijt zijn dan voor eigen rekening.

Kijk voor informatie accommodatie op [www.meschermolen.nl](http://www.meschermolen.nl)

Eventuele nadere informatie volgt t.z.t.

Teun van Es & Jurgen Visser

Ps.

Mocht je na inschrijving door omstandig toch niet meekunnen dan word na afloop van het weekend bekeken of je je geld terug krijgt. (Tot nu toe is dit nooit een probleem geweest)





## Criterium Bandoeng-Poentjak-Bandoeng 1955

Op 27 december 1949 werd in Den Haag de soevereiniteitsoverdracht getekend. Nederland was Indië kwijt en de nieuwe staat Indonesië onder leiding van Soekarno was een feit. Je zou denken dat toen ook de Nederlandse taal, cultuur en sport als sneeuw voor de zon uit Indonesië zou verdwijnen. Maar zo snel ging dat niet. In 1955 bestond nog steeds de Preanger Bode en die schreef nog altijd in het Nederlands onder andere over de wielervedstrijd Bandoeng-Poentjak visa versa. Deze tweedaagse wedstrijd werd vanaf 1950 nog steeds ieder jaar gehouden. Het prijzengeld had elke dag een waarde van 25 tot 200 gulden in de vorm van koopbonnen. De prijzen werden onder andere beschikbaar gesteld door de Anker Pils – Oranje Brouwerij. Voorts was er ook een prijs voor de deelnemer die de eerste lekke band kreeg: een slof Lucky Strike.



Ter informatie: Bandoeng is de hoofdstad van West-Java en ligt op 750 meter hoogte. Bandoeng werd rond 1810 gesticht door gouverneur Daendels en telt momenteel 6 miljoen inwoners. Poentjak is de top van een pas op West-Java. De top ligt 1.500 meter hoog. De koloniale bewoners gingen hier vaak “een frisse neus halen”. Preanger is de bergachtige omgeving. Poentjak is thans een toeristentrekker van formaat.



De deelnemers aan het criterium mochten niet van “gangmaking” hetzij door auto, motorfiets of tandem gebruik maken”. Tijdens de afdaling mocht men elkaar niet hinderen en in onoverzichtelijke bochten mocht men elkaar niet passeren. Diverse motorrijders functioneerden als controleurs.

De meeste deelnemers waren Indonesisch, Nederlands-Indisch en Nederlands en kwamen uit geheel Java. Het vertreksein werd vaak gegeven op het voorerf van het gemeentehuis van Bandoeng. "In langzaam tempo" moest men vervolgens via de Atjehstraat, Kininiweg, Coopsweg,, Farmanweg, Fokkerweg naar de Grote Postweg buiten de stad en toen kon de koers losbarsten. Men schatte in dat de rit naar de top ongeveer drie tot vier uur in beslag zou nemen. De dag erop zou men dan vanaf Poentjak om twee uur starten richting Bandoeng. De finish was meestal op de Huygensweg ter hoogte van de dierentuin.



De foto's zijn gemaakt door de Preanger Studio Bandoeng Persfotografen en waren in bezit van de organisator van het criterium, de heer Petit; op de foto de man met de stropdas.



### ***De Poentjak***

# Toerkalender

maart t/m oktober



2015



| Dag | Datum  | Vertrek tijd vanaf t'Zand | Start | Soort Tocht | Groep S/M/L | Naam tocht                               | Aantal Sterren | Afstand tocht |
|-----|--------|---------------------------|-------|-------------|-------------|------------------------------------------|----------------|---------------|
| Zo  | 1-mrt  | 10.00                     |       | CR          | S/M/L       | Clubrit Soest                            |                | 70            |
| Wo  | 4-mrt  |                           |       |             |             | Nog te vroeg donker                      |                |               |
| Za  | 7-mrt  | Onderlinge afspraak       |       | SR/CR       | S&M         | Let op mail of website                   |                | 100           |
| Zo  | 8-mrt  | 10.00                     |       | SR/CR       | S/M/L       | Openingsrit WTC Maarssen                 |                | 70            |
| Wo  | 11-mrt |                           |       |             |             | Nog te vroeg donker                      |                |               |
| Za  | 14-mrt | Onderlinge afspraak       |       | SR/CR       | S&M         | Let op mail of website                   |                | 100           |
| Zo  | 15-mrt | 10.00                     |       | SR/CR       | S/M/L       | Sterrit Soest                            |                | 90            |
| Wo  | 18-mrt |                           |       |             |             | Nog te vroeg donker                      |                |               |
| Za  | 21-mrt | Onderlinge afspraak       | 9.00  | VTT         | S/M/L       | Della Collina Primavera Ede/Scherpenzeel |                | 90-120        |
| Za  | 21-mrt | Onderlinge afspraak       |       | SR/CR       | S&M         | Let op mail of website                   |                |               |
| Zo  | 22-mrt | 10.00                     |       | SR/CR       | S/M/L       | Sterrit Soest                            |                | 90            |
| Zo  | 22-mrt | Onderling overleg         | 9.00  | VTT         | S/M/L       | Jaap Coermantocht Soest                  | ★              | 80-120        |
| Wo  | 25-mrt |                           |       |             |             | Nog te vroeg donker                      |                |               |
| Za  | 28-mrt | Onderlinge afspraak       |       | SR/CR       | S&M         | Let op mail of website                   |                | 100           |
| Za  | 28-mrt | Onderling overleg         | 9.00  | VTT         | S/M/L       | Veluviatocht Wageningen                  | ★              | 115           |
| Zo  | 29-mrt | 9.00                      | 9.00  | SR/CR       | S/M/L       | Sterrit Soest                            |                | 90            |
| Wo  | 1-apr  | 18.30 Dit is geen mop     | 😊     | CR          | S/M/L       | Clubrit rond Maarssen                    |                | 60            |

|    |        |                     |      |       |       |                                            |     |         |
|----|--------|---------------------|------|-------|-------|--------------------------------------------|-----|---------|
| Za | 4-apr  |                     |      | VTT   | S/M/L | Tenuta Grebbelinie Toertocht               | ★★  | 100-150 |
| Za | 4-apr  | Onderlinge afspraak |      | SR/CR | S&M   | Let op mail of website                     |     | 100     |
| Zo | 5-apr  | 9.00                |      | SR/CR | S/M/L | Sterrit Soest                              |     | 90      |
| Zo | 5-apr  | 8.00                | 9.00 | VTT   | S/M/L | Acht van Abcoude Baambrugge                |     | 100     |
| Ma | 6-apr  | Paasmaandag         | 9.00 | VTT   | S/M/L | Bultentocht Driebergen                     | ★★  | 100-160 |
| Ma | 6-apr  | Paasmaandag         | 8.00 | VTT   | S/M/L | Volta Limburg Classic Vroenhof Eijsden     | ??? | 120-150 |
| Wo | 8-apr  | 18.30               |      | CR    | S/M/L | Clubrit rond Maarssen                      |     | 60      |
| Za | 11-apr | Onderlinge afspraak | 9.00 | SR/CR | S&M   | Let op mail of website                     |     | 100     |
| Zo | 12-apr | 9.00                |      | SR/CR | S/M/L | Sterrit Soest                              |     | 90      |
| Wo | 15-apr | 19.00               |      | CR    | S/M/L | Clubrit rond Maarssen                      |     | 60      |
| Za | 18-apr | Onderlinge afspraak |      | SR/CR | S&M   | Let op mail of website                     |     | 100     |
| Za | 18-apr | 7.30                | 9.00 | VTT   | S/M/L | Veluwe krachttoer Stroe TC Voorthuizen     | ★★  | 110-150 |
| Za | 18-apr |                     | 9.00 | VTT   | S/M/L | Duin en Bollentocht Alphen a.d rijs Avanti |     | 90-120  |
| Zo | 19-apr |                     | 9.00 | VTT   | S/M/L | Duin en Bollentocht Alphen a.d rijs Avanti |     | 90-120  |
| Zo | 19-apr | 9.00                |      | SR/CR | S/M/L | Sterrit Soest via Almere Haven             |     | 90      |
| Wo | 22-apr | 19.00               |      | CR    | S/M/L | Clubrit rond Maarssen                      |     | 60      |
| Za | 25-apr | 8.00                | 9.00 | VTT   | S/M/L | Domstadtoer RTC Domstad                    |     | 90-115  |
| Za | 25-apr | Onderlinge afspraak |      | SR/CR | S&M   | Let op mail of website                     |     | 100     |
| Zo | 26-apr | 9.00                |      | SR/CR | S/M/L | Clubrit Oudekerk a.d. Amstel               |     | 90      |
| Wo | 29-apr | 19.00               |      | CR    | S/M/L | Clubrit rond Maarssen                      |     | 60      |
| Za | 2-meij | Onderlinge afspraak |      | SR/CR | S&M   | Let op mail of website                     |     | 100     |
| Za | 2-meij | 8.00                | 9.00 | VTT   | S/M/L | Omloop M-Ned. Woerden/Leusden              | ★★  | 100-200 |
| Zo | 3-meij | 9.00                |      | SR/CR | S/M/L | Clubrit Gouda                              |     | 90      |
| Wo | 6-meij | 19.00               |      | CR    | S/M/L | Clubrit rond Maarssen                      |     | 60      |
| Za | 9-meij | Onderlinge afspraak |      | SR/CR | S&M   | Let op mail of website                     |     | 100     |



|    |        |                                 |       |       |                                             |     |         |
|----|--------|---------------------------------|-------|-------|---------------------------------------------|-----|---------|
| Za | 4-apr  |                                 | VTT   | S/M/L | Tenuta Grebbelinie Toertocht                | ★★  | 100-150 |
| Wo | 9-mei  | Onderlinge afspraak             | SR/CR | S&M   | Let op mail of website                      |     | 100     |
| Wo | 13-mei | 9.00                            | SR/CR | S/M/L | Sterrit Soest                               | ★★  | 90      |
| Zo | 5-apr  | 8.00                            | 9.00  | S/M/L | Acht van Abcoude Baambrugge                 | ★★★ | 100     |
| Ma | 6-apr  | Paasmaandag                     | 9.00  | S/M/L | Buitentocht Driebergen                      | ★★  | 100-160 |
| Ma | 6-apr  | Paasmaandag                     | 8.00  | S/M/L | Volta Limburg Classic Vroenhof Eijsden      | ??? | 120-150 |
| Za | 16-mei | 18.30                           | CR    | S/M/L | Clubrit rond Maarssen                       |     | 60      |
| Wo | 16-mei | Onderlinge afspraak             | 9.00  | SR/CR | Let op mail of website                      |     | 100     |
| Wo | 20-mei | 9.00                            | SR/CR | S/M/L | Sterrit Soest                               |     | 90      |
| Za | 23-mei | 19.00                           | CR    | S/M/L | Clubrit rond Maarssen                       | ★★  | 60      |
| Wo | 23-mei | Onderlinge afspraak             |       | SR/CR | Let op mail of website                      |     | 100     |
| Za | 18-apr | Heerjansdam<br>gem. Zeijndrecht | 9.00  | S/M/L | Veluwe krachtoer Stroe TC Voorthuizen       | ★★★ | 110-150 |
| Zo | 19-apr |                                 | 9.00  | S/M/L | Duin en Bollentocht Alphen a.d. rijn Avanti |     | 90-120  |
| Wo | 27-mei | 9.00                            | SR/CR | S/M/L | Sterrit Soest via Almere Haven              |     | 90      |
| Za | 30-mei | 19.00                           | CR    | S/M/L | Clubrit rond Maarssen                       |     | 60      |
| Za | 25-apr | 8.00                            | 9.00  | S/M/L | Domstadtoer RTC Domstad                     |     | 90-115  |
| Wo | 30-mei | Onderlinge afspraak             |       | SR/CR | Let op mail of website                      | ★★  | 100     |
| Wo | 3-jun  | 9.00                            | SR/CR | S/M/L | Clubrit Oudekerk a.d. Amstel                |     | 90      |
| Za | 6-jun  | 19.00                           | CR    | S/M/L | Clubrit rond Maarssen                       | ★★  | 60      |
| Wo | 6-jun  | Onderlinge afspraak             |       | SR/CR | Let op mail of website                      | ★★★ | 100     |
| Za | 2-mei  | 8.00                            | 9.00  | S/M/L | Omloop M-Ned. Woerden/Leusden               | ★★  | 100-200 |
| Wo | 10-jun | 9.00                            | SR/CR | S/M/L | Clubrit Gouda                               |     | 90      |
| Za | 13-jun | 19.00                           | CR    | S/M/L | Clubrit rond Maarssen                       | ★★  | 60      |
| Wo | 13-jun | Onderlinge afspraak             |       | SR/CR | Let op mail of website                      | ★★★ | 100     |

|           |               |                            |  |             |            |              |                                                                      |    |                |
|-----------|---------------|----------------------------|--|-------------|------------|--------------|----------------------------------------------------------------------|----|----------------|
| Wo        | 9-meij        | 9.00                       |  |             | SR/CR      | S/M/L        | <b>Sterrit Soest via Almere Haven</b>                                |    | 90             |
| Wo        | 17-jun        | 19.00                      |  |             | CR         | S/M/L        | Clubrit rond Maarssen                                                |    | 60             |
| Za        | 20-jun        | Onderlinge afspraak        |  |             | SR/CR      | S&M          | Let op mail of website                                               |    | 100            |
| <b>Zo</b> | <b>28-jun</b> | <b>Onderlinge afspraak</b> |  |             | <b>VTT</b> | <b>S/M/L</b> | <b>Toerversie Tour De France Utrecht</b>                             |    | <b>110-150</b> |
| Wo        | 16-meij       | 9.00                       |  |             | SR/CR      | S/M/L        | Sterrit Soest                                                        |    | 90             |
| Wo        | 24-jun        | 19.00                      |  |             | CR         | S/M/L        | Clubrit rond Maarssen                                                |    | 60             |
| <b>Za</b> | <b>4-jul</b>  | <b>4.00</b>                |  |             | <b>VTT</b> | <b>S/M/L</b> | <b>Ronde van 12 provincies in een dag (Ramon/Ernst Jan/ Jurgen?)</b> |    | <b>426</b>     |
| Za        | 27-jun        | Onderlinge afspraak        |  |             | SR/CR      | S&M          | Let op mail of website                                               |    | 100            |
| Wo        | 23-meij       | 9.00                       |  |             | SR/CR      | S/M/L        | <b>Clubrit Oudekerk a.d. Amstel</b>                                  |    | 90             |
| Wo        | 1-jul         | 19.00                      |  |             | CR         | S/M/L        | Clubrit rond Maarssen                                                |    | 60             |
| Za        | 4-jul         | Onderlinge afspraak        |  |             | SR/CR      | S&M          | Let op mail of website                                               |    | 100            |
| <b>Za</b> | <b>11-jul</b> | <b>7.30</b>                |  | <b>9.00</b> | <b>VTT</b> | <b>S/M/L</b> | <b>Vuursche Vallei Tocht Ermelo</b>                                  | ★★ | <b>110-150</b> |
| Wo        | 30-meij       | 9.00                       |  |             | SR/CR      | S/M/L        | <b>Clubrit Nieuwpoort</b>                                            |    | 90             |
| Wo        | 8-jul         | 19.00                      |  |             | CR         | S/M/L        | Clubrit rond Maarssen                                                |    | 60             |
| Za        | 11-jul        | Onderlinge afspraak        |  |             | SR/CR      | S&M          | Let op mail of website                                               |    | 100            |
| Wo        | 6-jun         | 9.00                       |  |             | SR/CR      | S/M/L        | Sterrit Soest                                                        |    | 90             |
| Wo        | 15-jul        | 19.00                      |  |             | CR         | S/M/L        | Clubrit rond Maarssen                                                |    | 60             |
| Za        | 18-jul        | Onderlinge afspraak        |  |             | SR/CR      | S&M          | Let op mail of website                                               |    | 100            |
| Wo        | 13-jun        | 9.00                       |  |             | SR/CR      | S/M/L        | <b>Clubrit Gouda</b>                                                 |    | 90             |
| Wo        | 22-jul        | 19.00                      |  |             | CR         | S/M/L        | Clubrit rond Maarssen                                                |    | 60             |

**Soort tocht:**SR=sterrit, VTT=vrije toertocht, CR=Clubrit  
 Groep :S = snelle groep, M = Midden groep, L = langzame groep.  
 De vertrektijden en de afstanden kunnen in onderling overleg veranderen en/of aangepast worden.  
 p.s. Deze kalender is een richtlijn. Overleg daarom altijd met anderen wanneer je een VTT wil gaan rijden.  
 Dit voorkomt dat je alleen aan de start verschijnt.

## Italiaanse fietst wereld rond in 144 dagen

Paola Gianotti is er in geslaagd om de wereld rond te fietsen in 144 dagen.

De Italiaanse reed in totaal 29.430 kilometer. Het is nog maar de vraag of haar poging om als snelste de wereld rond te fietsen wordt erkend als wereldrecord. De 32 jarige vrouw moest haar poging een paar maanden onderbreken na een ernstig ongeval.

Het huidige record van Juliana Buhring staat op 152 dagen. Zij reed dit record non-stop.



De 32 jarige Gianotti besloot naar eigen zeggen tot de fiets-tocht nadat ze haar bedrijf door de financiële crisis noodgedwongen had moeten sluiten. 'Het was nu of nooit', zegt ze in de Gazzetta dello Sport. De Italiaanse overleefde tijdens haar tocht een zwaar ongeluk. Ze brak in de Verenigde Staten een wervel, nadat ze door een vrachtwagen werd aangereden. Ze moest hierdoor enkele maanden revalideren.

Bij de mannen staat het wereldrecord op 91 dagen. Mike Hall had twee jaar geleden 91 dagen en 18 uur nodig voor de ruim 28.000 kilometer.

'De mooiste aankomst van mijn leven'. Met die woorden omschrijft Paola Gianotti haar onwaarschijnlijk sterke prestatie. De Italiaanse fietste de wereld rond in amper 144 dagen en dat is meteen een verbetering van het vorige record dat op naam stond van Juliana Buhring. Buhring had 152 dagen nodig om de uitdaging te klaren.

De prestatie van Gianotti is des te opmerkelijker omdat ze in de VS een ongeval had. Toch beet de taai Italiaanse uit het plaatsje Montalto door. En karakter heeft ze in overvloed.

Toen door de aanhoudende economische crisis in haar land haar zaak failliet ging, besloot ze om niet bij de pakken neer te zitten. Voor de 32-jarige was het faillissement de gelegenheid bij uitstek om haar droom te realiseren. Ze stak meteen de handen uit de mouwen en ging op zoek naar sponsors voor haar waanzinnige onderneming. Ze haalde 45.000 euro aan sponsorgeld op nadat ze ruim 2.500 zaken en bedrijven gecontacteerd had. „Door de crisis moest ik mijn zaak sluiten en toen zei ik, 'het is nu of nooit'. Ik rolde mijn mouwen op en begon meteen aan het plannen van mijn tocht."

Gianotti spendeerde 20.000 euro aan de aanschaf van een camper en 10.000 euro aan vliegtickets voor haar en haar begeleiders. Uiteindelijk legde ze 29.430 kilometer af.



Red.

## Het MTB-vignet

Met ingang van 1 februari 2015 wordt in Nationaal Park de Utrechtse Heuvelrug een MTB-vignet ingevoerd. De inkomsten die met het vignet worden gegenereerd komen ten goede aan het onderhoud, beheer en uitbreiding van het mountainbike routenetwerk in het Nationaal Park.



Sinds 2014 is er op de Utrechtse Heuvelrug veel werk verzet door vrijwilligers en professionele routebouwers. De nieuwe routes in Zeist, Rhenen en Kwintelooy en zijn daarvan het resultaat. Aan verdere uitbreiding van het netwerk wordt hard gewerkt maar daarvoor is nog aanvullende financiering nodig. Het grotendeels wegval-

len van bijdragen vanuit het Rijk voor beheer, onderhoud en ontwikkeling van recreatieve routestructuren zijn aanleiding geweest tot het vragen van een gebruikersbijdrage in de vorm van een vignet.

### Praktisch

Mountainbike(ste)rs dienen het vignet bij zich te hebben wanneer ze gebruik maken van de routes in het Nationaal Park. De sticker is een heel jaar geldig. Het vignet is verkrijgbaar bij de volgende lijst van fietsspecialzaken en horecagelegenheden. Daarnaast kun je het vignet op de site van de NTFU website bestellen en betalen. Je ontvangt vervolgens een betalingsbevestiging in je inbox en ruilt deze in voor een MTB vignet bij het gekozen distributiepunt.

Het vignet kost €7,50 voor alle info: [www.mtb-utrechtseheuvelrug.nl](http://www.mtb-utrechtseheuvelrug.nl)



Ben Markerink van Fietshandel Markerinkis met de instanties in overleg om het vignet vanuit zijn winkel te kunnen leveren.

### Distributiepunten:

Rein Veenendaal Fietsen, Davidsplein 1, Veenendaal  
Fietswereld Dirk Methorst, Patrimoniumlaan 25, Veenendaal  
Sector2Bikes, Rijksweg 40, Elst  
Bosrestaurant 't Berghuis, Veenweg 28, Amerongen  
DallaCollina Cycling, Overstraat 67, Amerongen  
Biketotaal Pater Tweewielers, Rijksweg 131, Leersum  
2Wielerspecialist Driebergen, De Sluis 32, Driebergen  
Restaurant 't Jagershuys, Woudenbergweg 15, Zeist  
Rijwielpaleis Zeist, Voorheuvel 70-74, Zeist  
Beauforthuis, Woudenbergweg 70, Austerlitz  
Bikeshop Amersfoort, Leusderweg 92-94, Amersfoort  
Fietswereld Hans Greefhorst, Hamersveldweg 71-b, Leusden  
Tweewielerspecialist Rijk van den Brink, Eindweg 11, Overberg





## Tips & Tricks... Trapfrequentie

Veel wielersporters zijn zich nauwelijks bewust van de invloed van de trapfrequentie op hun beleving, vermoeidheid en prestaties. Toch is die invloed niet gering.



Vaak denken wielersporters dat ze, om sneller te kunnen fietsen, een grotere versnelling moeten gebruiken en “op kracht” moeten fietsen. In de praktijk merk je dan dat dat resulteert in een lagere trapfrequentie, maar geen toename van de snelheid en dus ook geen toename van het geleverde vermogen. Als wielersporters met hetzelfde

gewicht, dezelfde houding en onder dezelfde omstandigheden, op eenzelfde fiets fietsen met een snelheid van 35 km/uur, dan ontwikkelen zij hetzelfde vermogen. Dat is ook zo als de één dat doet met een versnelling van 52/13 en trapfrequentie van 60 per minuut en de ander met een versnelling van 39/17 en een trapfrequentie van 120 per minuut. Hoe komt dat?

### Vermogen

De wielersporter ontwikkelt zijn vermogen in feite als een kleine thermische motor. Hoe meer vermogen je kunt ontwikkelen, hoe sneller je kunt fietsen. En dat vermogen is opgebouwd uit twee factoren, te weten kracht en trapfrequentie. In formulevorm: Vermogen = Kracht x Trapfrequentie.

Hieruit kun je afleiden dat je op verschillende manieren het geleverde vermogen kunt vergroten. Als wielersporter kun je proberen door krachttraining jouw kracht te vergroten. Maar je kunt ook proberen om je trapfrequentie te verhogen. Of beide. Nu is het meestal zo dat er, hoe dan ook, een grens is aan de kracht die je kunt ontwikkelen. Als je dan toch nog sneller wilt fietsen, dan moet je trainen op het verhogen van de trapfrequentie. Echter ook de trapfrequentie kent haar grenzen. Interessant is om te weten hoeveel vermogen je op een fiets kunt ontwikkelen. Professionele wielrenners zijn in staat om een duurvermogen te leveren van zo'n 425 watt. Het duurvermogen van een prestatieve wielersporter is zelden hoger dan 225 watt.

### Trapfrequentie verhogen

Zoals gezegd kan de wielersporter wel trainen op vergroting van zijn kracht, maar zal hij vrij snel tegen zijn limiet aan lopen. En het is bovendien de vraag of dat de beste benadering is. Je kunt namelijk ook trainen op een verhoging van de trapfrequentie. Door de trapfrequentie te verhogen met 20 per minuut, neemt de benodigde kracht af met zo'n 20%. En als je de trapfrequentie verhoogt van 60 naar 120 per minuut, dan halveert de benodigde kracht. Als je 300 watt vermogen wilt ontwikkelen met een trapfrequentie van 60 per minuut, dan is de benodigde kracht 280 Newton. Bij een trapfrequentie van 100 per minuut is dat 170 Newton.

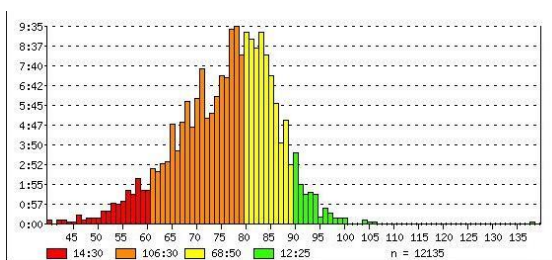
Een verschil van bijna 40%. Dat betekent een beduidend lagere belasting van spieren, pezen en (knie)gewrichten. En omdat je de beschikbare energie economischer gebruikt, kun je de inspanning langer volhouden.

Een hogere trapfrequentie heeft nog een ander voordeel. Bij een hogere trapfrequentie verlopen de dode punten in de pedaalcyclus natuurlijker en wikkelt de trapbeweging zich beter af, immers de verstoring wordt geminimaliseerd. Door het sneller doorlopen van de dode punten boven en onderaan de pedaalcyclus wordt het energieverlies gereduceerd. In dat geval werken de spieren meer op “souplesse” en profiteren van het grotere aantal herstelfasen. Daardoor ook treedt er minder snel verzuring van de spieren op. Als op kracht gefietst wordt, dan verhoog je niet alleen de productie van melkzuur, maar stel je ook de zuurstofvoorziening langer uit.

### Optimale trapfrequentie

Onderzoek naar de ideale trapfrequentie toont aan dat op vlak terrein een trapfrequentie tussen 90 en 105 energetisch het meest gunstig is. Voor klimmen ligt de energetisch meest gunstige trapfrequentie tussen 60 en 75. Als je in deze omgevingen fietst binnen de aangegeven trapfrequenties, dan gebruik je de beschikbare energie het meest economisch en kun je langer fietsen terwijl je daarbij minder moe wordt.

De aangegeven gebieden voor een optimale trapfrequentie zijn betrekkelijk breed. Dat heeft te maken met het feit dat elke wielersporter zijn eigen optimale trapfrequentie heeft. Deze is afhankelijk van zijn eigen unieke combinatie van spiersamenstelling en beenlengte.



Door aanpassing van de lengte van de crank kan de optimale trapfrequentie wel wat worden veranderd. Een verlenging van de crank geeft dan een verlaging van de optimale trapfrequentie, een verkorting van de crank een hogere optimale trapfrequentie. Trapfrequentie kun je trainen, maar eist wel wat doorzettingsvermogen. Het is nuttig om daarbij een trapfrequentiemeter te gebruiken. Wissel frequentietraining en krachttraining met elkaar af, zodat een verhoging van de trapfrequentie niet ten koste gaat van de kracht. Trainen op trapfrequentie kan plaatsvinden zonder risico voor spieren en gewrichtsbanden, want wielersporters kunnen kortdurend meestal zonder problemen een trapfrequentie van 150 halen. Bedenk wel dat boven de optimale trapfrequentie de efficiëntie afneemt. Dat is bij een relatief korte sprint niet belangrijk, maar wel bij lange ritten en meerdaagse ritten.

Als je traint met een hogere trapfrequentie en je lichaam is dat niet gewend, dan leidt dat meestal tot een hogere hartslag. Dat is echter niet blijvend. De hogere hartslag wordt veroorzaakt door een gebrekkige coördinatie tussen het grote aantal groepen spieren dat wordt gebruikt. Dit tekort aan coördinatie leidt tot een hogere opname van zuurstof. Het hart reageert daarop met een verhoging van de hoeveelheid bloed die per minuut wordt rondgepompt. Deze zogenaamde verhoging van het debiet wordt gerealiseerd door een hogere hartslag, die ten koste gaat van het rendement. Door te trainen op een hogere trapfrequentie verbetert de coördinatie en neemt de hogere behoefte aan zuurstof geleidelijk af. Dus nu aan de slag! Maar bedenk wel dat die kleine thermische motor van jou voldoende goede brandstof en koeling nodig heeft.

*Johan van Costen* (NTFU)

## Kledingsponsors WTC Maarssen



Freelance.nl is een platform waar opdrachtgevers en opdrachtnemers met betrekking tot tijdelijke arbeidsopdrachten aan elkaar gekoppeld worden d.m.v. het marktplaatsprincipe. Met meer dan 280.000 ingeschreven freelancers en 30.000 opdrachten per jaar is Freelance.nl de grootste werkmarktplaats van Nederland.

Feel free, join us.

[www.freelance.nl](http://www.freelance.nl)



### Nederland Mooier maken!

APPM Management Consultants organiseert met zo'n 60 managers en adviseurs een Mooier Nederland. Met Passie, Moed en Visie werken we aan de inrichting, ontwikkeling en herstructurering van ons stedelijk en landelijk gebied, aan de bereikbaarheid, infrastructuur en mobiliteit en aan een klimaatbestendig, waterrijk en duurzaam Nederland.

[www.appm.nl](http://www.appm.nl)

**Administratie  
en  
Belastingadvies**

**BIJBVO**

BIJBVO is een ambitieus en daadkrachtig administratie- en belastingadvieskantoor. Onze diensten zijn gericht op het midden- en kleinbedrijf, zowel voor startende als voor bestaande ondernemingen. Op onze internetsite kunt u lezen wat wij voor u kunnen betekenen.

[www.bijbvo.nl](http://www.bijbvo.nl)



Bent u op zoek naar een goede fiets voor een degelijke prijs? Dan bent u bij ons aan het juiste adres. Fietshandel Markerink is al sinds 2006 actief in de wereld op twee wielen en wil u dan ook graag helpen bij het uitzoeken van een fiets die het beste bij u pas; van kinderfiets tot mountainbike, wij hebben alles in huis. Heeft u nog een oude fiets en wilt u deze inruilen, moet uw huidige fiets gerepareerd worden of bent u op zoek naar de juiste fiets accessoires? Alles is mogelijk! Kom gerust een keer langs in onze nieuwe winkel in Maarssen.

[www.fietsenhandelmarkerink.nl](http://www.fietsenhandelmarkerink.nl)



Onze praktijk bestaat uit 7 fysio- en manueeltherapeuten met diverse specialisaties. U kunt bij ons terecht voor manuele therapie, sportfysiotherapie, o.a. gespecialiseerd in fietsen en schaatsen, voor psychosomatische fysiotherapie en bekkenklachten voor en na de zwangerschap volgens de methode Cecile Röst waarmee snel resultaat geboekt wordt. Ook zijn wij gespecialiseerd in oedeemtherapie en werken wij al jaren met dry needling (een snelle effectieve methode om spieren te ontspannen en eventueel uitstralende pijn te verminderen).

Sinds kort is onze oefenzaal uitgebreid waardoor wij nog meer ruimte en trainingsmogelijkheden hebben.

[www.fysiotherapie-maarssen.nl](http://www.fysiotherapie-maarssen.nl)

.....



Het verwijderen van oude vloerafwerking is een tijdrovende klus. Om tijd te besparen kunt u deze werkzaamheden uitbesteden. U kunt ons inschakelen voor het verwijderen van alle soorten harde en zachte vloerbedekking. Op professionele wijze en met behulp van de juiste apparatuur leveren wij u een vloer, ontdaan van elke vloerbedekking.

We kunnen de vloer ook leg klaar opleveren door deze te schuren of te egaliseren. Maar voor een nieuwe vloer kunnen we u ook helpen.

Gratis advies op locatie.

Gegarandeerd de laagste prijs.

[www.zebdenuyl.nl](http://www.zebdenuyl.nl)

.....



**Bike Center is dealer van de allerbeste fietsmerken**

Wat voor soort fiets u ook zoekt, hij moet perfect bij u passen en u moet er heerlijk én probleemloos op kunnen fietsen. Daarom heeft Bike Center altijd meer dan 300 fietsen van de allerbeste merken in huis. Voor ieder budget de beste fiets!

Kom langs voor vrijblijvend advies en een gratis proefrit. In onze professionele werkplaats stellen we uw fiets perfect af en kunt u altijd terecht voor onderhoud, montage en reparatie.

[www.bikecenterwoerden.nl](http://www.bikecenterwoerden.nl)





**Direct Mail • Transactiemail • Grafimedia**

Edisonweg 10  
3442 AC Woerden  
Postbus 303  
3440 AH Woerden  
**T** +31 (0)348 433 144  
[www.impress.nl](http://www.impress.nl)



**Management Certificates**

**ISO 9001 - Quality**

**ISO 14001 - Environmental**

**ISO 27001 - Information Security**





Bij ons is iedereen welkom  
waar de fiets ook vandaan komt.

Nassaustraart 99, Maarssen  
Telefoon: 0346-760760

info@honigtweewielerspecialist.nl  
www.honigtweewielerspecialist.nl

 **VOLG ONS OP FACEBOOK**  
WWW.FACEBOOK.COM/HONIGTWEEWIELERSPECIALIST

**Verkoop van E-Bikes**

**Batavus**

**Gazelle**

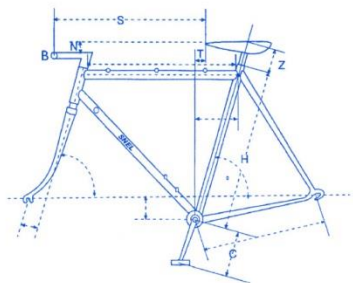
**Union**

Deskundig en gecertificeerd onderhoud van alle merken fietsen  
van Electrisch tot Race

Deskundig advies, van een fabrieksmerk tot uniek maatwerk.



Grote kledingafdeling, ruim assortiment onderdelen & accessoires.



**CANNONDALE | CUBE | SNEL | RIDLEY  
GT | BROMPTON | SURLY**



*Sinds 1938*

[www.sneltweewielers.nl](http://www.sneltweewielers.nl)

Amsterdamsestraatweg 414 a-b-c, Utrecht | 030 244 19 71