



Wiel aan Wiel

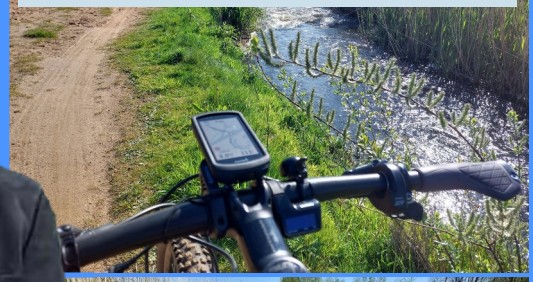
Jaargang 45,
nr.: 2-2023

TC de Liemers - Zevenaar

TC de Liemers Reichswald Classic 2023



TC de Liemers Gravelride 2023



Clubcoryfeeën



WWW.BROOD-SHOP.NL
voor al uw online broodschappen

Verbouw | Aanbouw | Renovatie | Onderhoud |

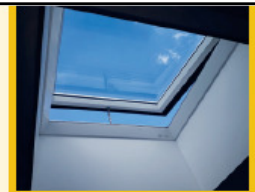
Voor het realiseren van een comfortabele woon- werk- en verblijfsomgeving steken onze vakmannen graag hun handen uit de mouwen. Heeft u een nieuwe woning gekocht maar is een verbouwing nodig om het volledig te laten voldoen aan uw wensen? Of heeft u behoefte aan meer leefruimte voor het uitvoeren van uw hobby of werk? Wij nemen u graag al het werk uit handen.

Al 75 jaar specialist in het realiseren van aanbouwen

Wij zijn ervaren in het uitvoeren van complete renovaties, van badkamer en keuken renovaties tot het vernieuwen van een dak. Het realiseren van prachtige aanbouwen en uitbreidingen is onze specialiteit. Wij blijven ons ontwikkelen op dit gebied en dagen onszelf uit uw wensen uit te voeren. Daarnaast willen wij onze klanten blijven verrassen met vernieuwende en passende oplossingen.

Ook voor zakelijke projecten

Moet er meer ruimte gecreëerd worden om de groei van uw organisatie te huisvesten? Dat zijn werkzaamheden waarin Bouwbedrijf Ubbink haar sporen verdiend heeft.



Contact

Wij komen graag langs voor persoonlijk advies.

info@bouwbedrijfubbink.nl
0316 524733



Inleveren kopij voor het volgende nummer: **vóór 25 september 2023**

Redactioneel

Voor jullie ligt alweer het tweede nummer van Wiel aan Wiel 2023. Tot nu toe is het geen al te best voorjaar. Te vaak te koud en steeds met behoorlijk wat wind. Dat kon niet verhinderen dat er toch steeds veel leden klaarstonden bij de start voor de wekelijkse ritten. Met name de Tandje Ouder ritjes op de woensdagen en de zondagse clubritten worden goed bezocht. Ook was er natuurlijk weer de openingsrit. Deze keer met zelfs twee verslagen van de hand van Jopie Boone en Ab Lubbers. In april heeft verder weer de jaarlijkse Reichswald Classic plaatsgevonden. Geert van den Bosch reed 'm met zijn vrouw Jantien en analyseert de cijfertjes. Ook Ab Lubbers doet verslag van het evenement. De goede vrijdagrit in Limburg komt nog voorbij. Ze waren met vijf, Antoon te Braake bericht er over. Kortgeleden waren we met z'n allen ook getuige van een wel zeer bijzondere gebeurtenis. Onze "mister TC de Liemers", Ab Lubbers, kreeg door de burgemeester van Zevenaar een Koninklijke onderscheiding opgespeld voor zijn vele verdiensten. Dat is zeker het vermelden waard in ons clubblad. Het bestuur heeft ook niet stilgezeten. Er is een voorjaars ledenvergadering gehouden, secretaris Steven Krol heeft de notulen wederom keurig opgesteld. Er was ook speciale aandacht voor een aantal oudgedienden/oud leden. Ze werden coryfeeën genoemd en door de voorzitter terecht in het zonnetje gezet. In het clubblad moet ook zo nu en dan plaats zijn voor wat meer technische onderwerpen. Deze keer een bewerkt artikel van Paul Peters over de werking van de vering op de MTB. En Antoon te Braake bericht voor de tweede keer over zijn zelf gebrouwen supersap om tubeless te kunnen rijden. Het blijkt heftig spul, de banden zijn niet lek te krijgen.

Tenslotte nog in dit nummer de toeragenda's van de clubritten en Tandje Ouder voor het tweede halfjaar. Veel leesplezier!



Inhoud:

pagina

Bestuurlijk

- Johan van Oosten*
- ◆ **Woord van de voorzitter** 3
 - ◆ **Clubcoryfeeën** 3
 - ◆ **Speech tijdens de receptie n.a.v. Koninklijke onderscheiding voor Ab Lubbers** 11
- Steven Krol*
- ◆ **Verslag voorjaars leden vergadering maart 2023** ... 5, 7, 9, 11

Nieuwe leden

- Jopie Boone-Baarends*
- ◆ **Deze keer 1 nieuw lid** 13

Geplande evenementen

- Paul Broere*
- ◆ **Clubweekend WEG 2023 naar Drunense Duinen** ... 13

Verslagen van activiteiten binnen de club

- Jopie Boone-Baarends*
- ◆ **Deel 1: Openingsrit op 2 april 2023** 15
- Ab Lubbers*
- ◆ **Deel 2: Openingsrit op 2 april 2023** 17
- Antoon te Braake*
- ◆ **Rit op Goede Vrijdag 2023 in Zuid Limburg** 19
- Geert van den Bosch*
- ◆ **TCdL Reichswald Classic en Gravelride 2023 en analyse van de cijfertjes** 21, 23
- Ab Lubbers*
- ◆ **TCdL Reichswald Classic en Gravelride 2023** 25

Ingezonden artikelen

- Paul Peters*
- ◆ **Haal meer uit je vering** 26, 27, 29
- Antoon te Braake*
- ◆ **Supersap deel 2** 29

Diversen

- Jos Schipper*
- ◆ **Zaterdagmorgen** 29
- Paul Broere*
- ◆ **TO-ritten programma** 30
- Peer Donkers*
- ◆ **Clubritten programma** 32

Fietsagenda 2023 (wt = wintertijd; zt = zomertijd)

Wanneer?	Groep	Vertrektijd (Heerenmäten)	Nadere informatie en vertrektijden in de wekelijkse nieuwsbrief.
Zondag	Route volgens rittenkalender club (op de weg)	zt + wt 09.30 mei/jun/jul/aug 09.00	
Zondag	MTB: zie kalender op website		
Dinsdag	Avondronde op de weg, route/indeling in overleg	18.30 uur, mei, juni en juli 19.00	
Woensdag	Route volgens rittenkalender Tandje Ouder	zt + wt 09.30 mei/jun/jul/aug 09.00	
Woensdag	Rondje Mittwoch MTB (winterperiode)	Samsam Beek zt + wt 09.30 uur	
Vrijdag	Rondje Elten (MTB of op de weg)	Kerk Elten, zt + wt 09:30 uur	
Vrijdag	Groep 22 +	13.30 uur	
Zaterdag	Route volgens rittenkalender club (op de weg)	zt + wt 09.30 mei/jun/jul/aug 09.00	

Bestuur TC de Liemers			
Voorzitter	Johan van Oosten	026-3120972	Voorzitter@tcdeliemers.nl
Secretaris	Steven Krol	0316-542323	Secretaris@tcdeliemers.nl
Penningmeester	Willem Nass	06-53332467	Penningmeester@tcdeliemers.nl
Alg. bestuurslid 1	Ed Bouwman	06-22864502	Ledenadministratie@tcdeliemers.nl
Vz. cie. evenementen	Sytze Hellinga	06-53472249	Evenementen@tcdeliemers.nl
Vz. cie. clubfietsen	Peer Donkers	06-83512658	Clubfietsen@tcdeliemers.nl

Wegkapiteins	Groep			
	A	B	C	D
Ab Lubbers			X	X
Adrie Boone				X
André Pes		X	X	
André Vreemann		X	X	
Antoon te Braake		X	X	
Arie de Wit			X	X
Dennis Hendriksen	X			
Fedor van Battum	X	X		
Fred Verstraaten		X		
Hermano Chin	X	X		
Johan Ratgers			X	
Mathieu Klaassen	X	X		
Paul Broere			X	X
Paul Peters		X		
Peter Donkers		X	X	
Ralf Peters	X	X		
Willy Gunsing				X
Wim Peters		X	X	

Coördinatoren commissies			
Mountainbike	Roy van Dick	06-10925436	MTB@tcdeliemers.nl
Tandje Ouder	Paul Broere	0316-543306	Tandjeouder@tcdeliemers.nl
TC de Liemers Classic	Ab Lubbers	0316-527798	tcdeliemersclassic@tcdeliemers.nl
Clubweekend MTB	Antoon te Braake	06-51189630	Clubweekend-MTB@tcdeliemers.nl
Clubweekend WEG	Paul Broere	0316-543306	Clubweekend-WEG@tcdeliemers.nl
Montferlandtocht	Marco te Witt	0316-342855	MTB@tcdeliemers.nl

Samenstelling commissies	
MTB	Continuïteitscommissie
Roy v. Dick C*	Jan Lieftink Frans Peters

Opstellen nieuwsbrief, toerprogramma voor W.a.W. en coördinator weg		
Peer Donkers	06-83512658	pmjjdonkers@gmail.com

Samenstelling commissies							
Liemers Classic		Montferland-tocht	Clubweek-MTB end MTB	Clubweek-end WEG	Tandje Ouder	Kascommissie	Kleding
Ab Lubbers C*	Jan Henk Braad	Marco te Witt C* Bas Evers	Antoon te Braake C*	Paul Broere C* Steven Krol	Paul Broere C* Johan Ratgers Adrie Boone	Ben Gijsbers van Wijk Marco te Witt Reserve: Heidi Wullink-Fierkens	Sytze Hellinga Heidi Wullink-Fierkens Astrid Haijma Harry Derksen
Wim Gepkens	Addy v. Beersum						
Theo Joosten	Stanley Peters						
Jos Hendriksen	Albert Lenting						

Handig om te weten		
Lidmaatschapszaken	Ed Bouwman (adresgegevens: zie boven)	Ledenadministratie@tcdeliemers.nl
	NB. Stilzwijgende verlenging van het lidmaatschap met een jaar is toegestaan. Afmelding dient schriftelijk of per e-mail te geschieden vóór 1 december.	Contributie 2023: Gewoon lid: € 55,00 met, resp. € 56,00 zonder machtiging Gezinslid: € 51,00 met, resp. € 52,00 zonder machtiging Dubbel lid: € 25,00 met, resp. € 26,00 zonder machtiging Bank: Rabobank Duiven, IBAN NL59RABO 0374 803 889 t.n.v. TC de Liemers
Clubkleding	Ab Lubbers op afspraak via Kleding@tcdeliemers.nl	
Schademeldingen	Steven Krol	Secretaris@tcdeliemers.nl
Vervoerscoördinatie	Ab Lubbers	
Contributiezaken	Willem Nass	Penningmeester@tcdeliemers.nl
Lief en leed	Marijke en Ab Lubbers, 0316-527798	

www.tcdeliemers.nl



Colofon Wiel aan Wiel					
Eindredactie	Paul Peters	Woerdstraat 16	6921 ZT Duiven	06-14577177	pee.pee@upcmail.nl
Redactie	Jopie Boone-Baarends	Spinet 11	6904 PD Zevenaar	0316-332200	jopieboone54@gmail.com
Redactie (alle kopij)	Antoon te Braake	Schellenkrans 21	6904 PS Zevenaar	06-51189630	antoontebraake@hetnet.nl
Redactie	Geert van den Bosch	Schoolstraat 28	6942 AJ Didam	0316-227213	geertpuck@gmail.com
Vormgeving	Paul Broere	Ringoven 39	6916 LA Tolkamer	0316-543306	bro02118@planet.nl
Coördinatie bezorgen	Frank Peters	Past. van Angerenstraat 63	7037 AK Beek(Montf)	0316-531553	WAW-bezorging@tcdeliemers.nl

Woord van de voorzitter

Johan van Oosten

De laatste tijd is in het nieuws dat veel verenigingen problemen hebben. Als belangrijk probleem komt naar voren het vinden van voldoende geschikte bestuurs- en commissieleden. Ook de financiële huishouding is vaak een probleem nu allerlei zaken duurder worden.

Binnen onze club weten we uit ervaring dat nieuwe bestuur- en commissieleden niet komen aanwaaien. We moeten er echt veel moeite en tijd in stoppen. Maar als we dat doen dan lukt het op kortere of langere termijn altijd wel, althans in de meeste gevallen.

Dat bleek ook weer tijdens de geanimeerde sfeervolle ledenvergadering. Voor de kascommissie meldde zich Heidi Wullink, die ook al actief is in de kledingcommissie. Zou dat een begin zijn van een periode waarin meer dames actief zijn in het bestuur of in de commissies? Laten wij het hopen.

In de opvolging van bestuurslid Richard Tijsseling werd voorzien omdat Peer Donkers bereid was om de taak als voorzitter van de commissie Clubfietsen op zich te nemen. Maar Richard deed meer dan dat. Gelukkig heeft Antoon te Braake het onderhoud van de website op zich genomen. Toen restten nog de sociale media. En heel verrassend meldde zich, net na de vergadering, Geert van den Bosch. Hij gaat de sociale media verzorgen.

Deze ontwikkelingen geven mij als bestuurder de energie om met volle inzet verder te gaan tot zich ook voor mij een opvolger aanmeldt.

Kunnen wij daarmee zeggen dat we als club niet delen in de algemene malaise? Niet volledig denk ik. Maar dat betekent niet dat ik ontevreden ben, integendeel. Maar het kan altijd nog beter.

Als je naar pagina 2 van Wiel aan Wiel kijkt dan zie je dat er heel veel leden actief zijn binnen de club. Bijna 50 leden! Toch zie je daar ook nog wat ongevulde plekken. Ons uitgangspunt is dat iedere commissie uit minimaal 3 leden bestaat. Dat lukt nog niet bij de Montferlandtocht, MTB en de clubweekenden MTB en WEG. Uit de groep mountainbikers moeten toch best twee leden te vinden zijn die samen met Roy van Dick richting gaan geven aan het MTB-en? En ook Marco te Witt kan nog best wat hulp gebruiken, evenals Antoon te Braake. En wie zou niet willen samenwerken met Paul Broere en Steven Krol om het clubweekend WEG te reanimeren?

De organisatiestructuur van onze club is erop gericht dat er met het bestuur veel commissies zijn die gezamenlijk het benodigde werk verrichten. Vanuit het principe "vele handen maken licht werk". Dus als potentieel bestuurs- of commissielid hoef je er niet voor te vrezen dat je bedolven

wordt onder het werk. Het is goed te doen naast jouw werk, jouw gezin en jouw hobby's. Over de financiële huishouding in onze club kunnen we kort zijn. Door de ervaren sturende Willem Nass is die nog altijd prima. En nu maar hopen op goed fietsweer met gezellige fietsritten. Want dat is toch wat we allemaal willen?

De Kledingcommissie organiseerde twee pasdagen voor de nieuwe clubkleding. Jammer is dat zo weinig leden de moeite namen om te komen passen.

Na de ledenvergadering volgde in april onze Classic. De weersvoorspellingen waren niet optimaal. Daarom vreesden we voor een beperkt aantal deelnemers. Echter het weer op zondag 23 april was prima. Uiteindelijk waren er meer dan 430 tevreden deelnemers. Dus de inspanningen van Ab Lubbers met zijn commissieleden werden gelukkig beloond. Ook financieel was het een succes. Voor een deel omdat de kosten konden worden beperkt.

Op woensdag 26 april kreeg Ab een koninklijke onderscheiding voor al het vrijwilligers werk dat hij jarenlang heeft gedaan voor onze vereniging. Een onderscheiding die meer dan verdiend is (zie hiervoor verderop in dit clubblad). 's Avonds werd dat gevierd met een gezellige receptie.



Bestuurlijk

Clubcoryfeeën

Johan van Oosten

*Omdat deze tekst ook in het jaarverslag is opgenomen heeft de redactie gemeend er goed aan te doen om hier alleen de activiteiten van **Herman Kraus** en **Leo Vos** te vermelden omdat zij, wegens gezondheidsredenen, niet op de vergadering aanwezig konden zijn. Voor de activiteiten van **Ben de Weerd**, **Theo Goes**, **Gert Jansen** en **Toon van Brandenburg** verwijzen we naar het verslag van de laatste ledenvergadering 2023 op bladzijde 7 en 9.*

Afgelopen jaar hebben 6 clubcoryfeeën hun lidmaatschap opgezegd. Dat is opmerkelijk en daardoor kwam Ben Gijsbers van Wijk met de suggestie om deze clubcoryfeeën tijdens een ledenvergadering in het zonnetje te zetten. Dat idee werd met enthousiasme door het bestuur omarmd. Daarom zitten hier vanavond een aantal clubcoryfeeën.

We noemen hen clubcoryfeeën omdat ze een bijzondere inzet voor de club hebben getoond. Sommige activiteiten waren voor de leden wel zichtbaar of merkbaar en andere veel minder. Bij iedere coryfee noem ik belangrijke activiteiten, maar ik kan wat gemist hebben.

Herman Kraus: dit zou je toch wel een bijzondere ontmoeting kunnen noemen vind ik. Jij presteerde het om voor ons clubblad van 1999 t/m 2007 zo'n 50 bijzondere ontmoetingen te publiceren. De opvallendste titel daarvan vond ik "Met twee vrouwen onder de douche". Eén keer werd jouw reeks onderbroken omdat je kampte met een hernia. In 2008 was je betrokken bij de Avondvierdaagse. En in 1997 bij de Kascommissie. Voor ons was een nog opvallender prestatie die je voor de club leverde, de perfect opgezette Ledenwerfactie in 2005/2006. Daarbij had je een duidelijk doel

geformuleerd, namelijk minimaal 40 nieuwe leden. Dat werd glansrijk gehaald. In werkelijkheid leidde jouw actie uiteindelijk tot een toename van een kleine 100 nieuwe leden. Herman bedankt voor alles wat je voor de club hebt gedaan en ook voor jou heb ik een kleine attentie.

Leo Vos: jij was vanaf 1987 t/m 1993 de drijvende kracht van de Jeugdcommissie. En in 1989 werd je lid van het bestuur met de portefeuille Voorzitter van de Jeugdafdeling. Dat deed je tot 1993. Ook was je lid van de kascommissie. Voor veel activiteiten kon er een beroep op jou worden gedaan. Lange tijd was je wegkapitein voor verschillende snelheidsgroepen. Dat deed je van 2006 t/m 2022. En vanaf 2011 was je coördinator van het spinnen. Leo bedankt daarvoor en ook voor jou heb ik als dank een kleine attentie.



grip

accountants en adviseurs

Grip staat voor Grip. Voor wat we zijn. **Gedreven** om onze cliënten zo goed mogelijk te helpen. We gaan voor **Resultaat**, niet in kwantiteit, maar in kwaliteit. We zijn **Inventief** in advies. Elke dag, voor elke cliënt.

Door betrokken te zijn en echt geïnteresseerd in de mensen voor wie we werken. Omdat alleen dan advies echt **Persoonlijk** is.

grip staat voor grip

Wordt het niet eens tijd voor méér Grip op de zaak?

Als ondernemer wilt u graag focussen op de zaken waar u goed in bent. Dat doen wij ook bij Grip: u alle financiële, fiscale en juridische zaken uit handen nemen. Daarin zijn we net zo ondernemend als u - zowel regionaal, nationaal als internationaal. Resultaatgericht en inventief, maar ook persoonlijk en betrokken. Met ruim 70 medewerkers in twee kantoren zijn we adviseur, sparringpartner en aanjager tegelijk. Multidisciplinair samenwerkend om lijnen kort te houden, gedreven opererend om uw grip op de zaak tijdig te versterken. Hoeveel Grip wilt u eigenlijk op de zaak?

www.gripadviseurs.nl



Verslag van de algemene ledenvergadering van maart 2023

Steven Krol

Verslag van de algemene ledenvergadering van TC de Liemers gehouden in het clubhuis van

A.V. De Liemers op 20 maart 2023. Het verslag is opgesteld door Steven Krol. Aanwezig: 6 bestuursleden en 40 leden. Een viertal leden heeft zich afgemeld.

Voorprogramma: Presentatie van Bike-Emotions

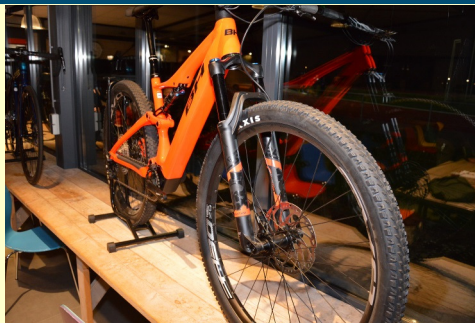
Ron Keurentjes, eigenaar van Bike-



Emotions in Beek introduceert zichzelf en vertelt hoe hij in aanraking is gekomen met de Spaanse fietsenfabrikant BH. Vervolgens stelt hij ons voor aan Joos Berentsen en geeft hem het woord. Joos is countrymanager Nederland voor BH.



BH staat voor Beistegui Hermanos (de gebroeders Beistegui). Het bedrijf is in 1909 begonnen als wapenfabriek, maar heeft na de Eerste Wereldoorlog het roer omgegooid en zich gestort op de fabricage van fietsen. Het is nog steeds een familiebedrijf. Het is een wat onbekend merk in Nederland, maar internationaal hebben veel wielrenners succes geboekt op een BH.



Er wordt een powerpoint gepresenteerd en er staan verschillende racefietsen en MTB's opgesteld in het clubgebouw. Tegenwoordig zijn er ook veel modellen met een elektromotor.

De frames worden nog voornamelijk in China gemaakt, maar de assemblage van de fietsen wordt teruggehaald naar Europa. In Portugal verrijst een grote nieuwe fabriek.

Voor verdere lovende woorden over deze fietsen verwijs ik graag naar de winkel in Beek.

De Algemene Ledenvergadering

1. Opening

Om 21.10 uur opent voorzitter Johan van Oosten de vergadering en heet alle aanwezigen van harte welkom.



2. Ingekomen stukken en mededelingen

2.1 - De belangrijkste ingekomen stukken komen van de NTFU. Zowel de Reichswald Classic als de Graveltocht krijgen het keurmerk Extra Goed Geld.

- Er is ook goedkeuring voor de Montferlandtocht in het najaar.

- Een e-mail is binnengekomen van oud lid Hans Versluis. Hij is gestopt wegens ernstige gezondheidsproblemen. Hij bedankt het bestuur voor het bloemstuk dat hij en zijn echtgenote mochten ontvangen in verband met hun 50-jarig

huwelijk.

2.2 Het bestuur heeft besloten een rit naar Ugchelen te vernoemen naar Theo Kaldenhoven.

De rit van 93 km heeft nummer 247 gekregen en staat inmiddels op de website. De vergadering stemt hiermee in.

3. Verslag van de algemene ledenvergaderingen van 21 november 2022

Het verslag wordt ongewijzigd goedgekeurd.

4. Jaarverslag 2022

Ook hier heeft geen van de aanwezigen vragen of opmerkingen over.

5. Financieel verslag 2022

Willem Nass licht de cijfers kort toe. 2022 was eindelijk weer een normaal jaar.

De penningmeester ziet dat er veel leden zijn met een rekening bij de Rabobank.

Hij roept mensen op om ook lid te worden van de bank om onze club te kunnen steunen bij de Rabo-club-actie. Dit zou het kledingfonds ten goede komen! Er is weer een scholing van de wegkapiteins geweest evenals een reanimatiecursus.

De balans wordt besproken. Een stijging van de huur en van de drukkosten zijn te verwachten. De reserve lijkt op dit moment voldoende.

6. Verslag kascommissie

Antoon te Braake en Ben Gijsbers van Wijk hebben de kascontrole uitgevoerd. Zij hebben dit gedaan enkele dagen na Willem Nass' operatie. Zij kregen uitleg over de gevolgde systematiek en wilden daarbij zoveel mogelijk bonnetjes en klappers inzien. Of dit gesjouw de revalidatie van de penningmeester goed gedaan heeft waagt uw scribe te betwijfelen.

Alles bleek weer volledig tot op de cent te kloppen en de kascommissie stelt voor de penningmeester décharge te verlenen. De vergadering gaat bij acclamatie akkoord.

7. Benoeming Kascommissie

Antoon wordt opgevolgd door Marco te Witt. Als nieuwe reserve biedt Heidi



Van Ussen *Tweewielers*

**Kerkstraat 44
6901 AD Zevenaar
0316—52 32 96**



Prettig fietsen en optimaal presteren



Wil jij weten hoe je harder kunt met dezelfde inspanning? Of heb je regelmatig blessures of pijnklachten? Dan wordt het tijd voor een professionele fietsmeting van FitYourBike! Door verschillende metingen en analyses kunnen we namelijk exact zien of je klachten worden veroorzaakt door een verkeerde houding of een verkeerde afstelling. Mijn doel is om jou en je fiets samen te smelten, zodat je prettig fietst en optimaal presteert!

Geen pijnklachten of blessures meer!

De specialiteit van FitYourBike: dynamische fietsafstellingen. In het kort: wij zorgen ervoor dat jouw fiets perfect is afgesteld, zodat je sneller gaat en verder komt met dezelfde krachtinspanning. Zo voorkom je bovendien nare en langdurige blessures. Laat jouw fiets dus nu optimaal afstellen voor jouw lichaam!

Sneller en harder, met dezelfde krachtinspanning!

Door het afnemen van **dynamische fietsmetingen** middels video, zadeldrukmeting en voetdrukmeting, kan ik jouw racefiets of mountainbike perfect afstellen op jouw lichaam. Zo ga je sneller en kom je verder met dezelfde krachtinspanning.

Mijn doel is om jou en je fiets samen te smelten, zodat je prettig fietst en optimaal presteert!

Afhankelijk van je wensen en/of klachten geef ik advies welke meting voor jou geschikt is/het beste bij jou past/het meest voor jou geschikt is. Ook is het mogelijk om **maatwerk schoenen** of **zolen** aan te laten meten.

Wil je weten wat ik voor jou kan betekenen en wie ik ben, neem dan een kijkje op mijn website, bel of mail me.

www.fityourbike.nl, info@fityourbike.nl of bel Sander Visschers, tel. 06-19953394.



Verslag van de algemene ledenvergadering van maart 2023 (vervolg)

Wullink zich aan. De voorzitter is opgelucht over de vlotte gang van zaken en vindt het tijd voor de

Pauze

8. Jaarprogramma 2023 commissies (kort overzicht)

*Richard Tijsseling krijgt het woord over het clubfietsen. Hij speelt dit direct door naar Peer Donkers en later naar Paul Broere en Ab Lubbers.

-Peer heeft samen met Paul Broere het jaarprogramma gemaakt. Hierbij hebben zij doublures proberen te voorkomen, zodat je niet in een week twee of drie keer bijna dezelfde rit rijdt.

Of de openingsrit as zondag gereden wordt is, gezien de weersvoorspellingen, twijfelachtig.

-Deze week is er weer een vergadering met de wegkapiteins. We hopen op een veilig fietsjaar.

-Paul Broere krijgt het woord over Tandje Ouder. De opkomst door de week is steeds goed.

-Ook wil Paul toch nog eens kijken of het lukt een clubweekend in augustus (18-20 of 25-27) te organiseren. Het doel zullen de Drunense Duinen zijn.

-Ab Lubbers over de Classic. Alles loopt. De Duitse vergunningen zijn, zoals altijd, weer wat laat. De kortere afstanden (en dus ook het begin van de lange) worden wel uitgepijld.

Helaas zijn er al wat afmeldingen van vrijwilligers van de definitieve (??) lijst.

-Bij een verzorgingspost van de gravelrit waren vorig jaar wat problemen, dit jaar lijkt het nog "hommeler" dan anders. Deze problemen worden opgelost.

*Sytze Hellinga over de clubevenementen: -Over de Reichswald is net uitvoerig gesproken.

-Antoon vertelt over het komende MTB-clubweekend in het Bergisches Land. Er zijn nu 8 deelnemers. Er is plaats voor 16 mensen, dus er zouden ook nog wegfietsers mee kunnen.

-Montferlandtocht. Hierover heeft Marco nog geen specifieke mededelingen.

-De kledingcommissie heeft besloten tot 36 Cycling als leverancier. Er zullen pasavonden georganiseerd worden op 14 en 18 april. Hoe het tenue er uit gaat zien is nog niet bekend.

Er wordt nog actief gezocht naar een



nieuwe hoofdsponsor. De hoofdsponsor betaalt 5 jaar lang € 2500,00, de andere kledingsponsors elk € 500,00 per jaar.

Joost Wennekes merkt op dat vaker het laatste tenue gedragen zou moeten worden.

*Paul Peters vertelt als hoofdredacteur van Wiel-aan-Wiel dat de redactie doorgaat op de huidige voet. Vier nummers per jaar. Voldoende inhoud lijkt altijd spannend, maar het blad komt altijd weer vol. Mocht je iets interessants willen delen, graag! Lever een artikeltje in.

Er worden wat extra exemplaren gedrukt die worden neergelegd bij sport-scholen, bibliotheken, fysiotherapie-praktijken. Mooie reclame voor de club.

*Naar aanleiding van het MTB-clubweekend vraagt de penningmeester nog even aandacht. In de november 2022 heeft de ALV de begroting 2023 vastgesteld. Daarin is voor evenementen een bedrag van € 250 opgenomen. Als de clubweekenden doorgaan zal de bijdrage van de club in de kosten daarvan het goedgekeurde begrote bedrag overstijgen. De penningmeester vraagt goedkeuring om het bestaande begrote bedrag voor evenementen te verhogen naar € 2000. De vergadering stemt in met de verruiming.

Ingelast punt: Afscheid clubcoryfeeën

Johan van Oosten vraagt de aandacht voor een zestal clubcoryfeeën die dit jaar hun lidmaatschap hebben opgezegd. Het aantal is opmerkelijk en daar-

door kwam Ben Gijsbers van Wijk met de suggestie om deze clubcoryfeeën tijdens een ledenvergadering in het zonnetje te zetten. Dat idee werd met enthousiasme door het bestuur omarmd.

We noemen hen clubcoryfeeën omdat ze een bijzondere inzet voor de club hebben getoond. Sommige activiteiten waren voor de leden wel zichtbaar of merkbaar en andere veel minder.



Allereerst wordt **Ben de Weerd** naar voren geroepen.

Ben was bestuurlijk actief als voorzitter van de Wielcommissies in de periode 2001 tot 2005. Hij zorgde voor een herstructurering van de bestuurlijke activiteiten. Ook was hij degene die de kar trok bij de eerste veldritten vanuit 't Peeske. Daarnaast was hij actief bij de organisatie van de clubevenementen en maakte hij deel uit van de Feestcommissie in de jaren 2002 en 2003. Als werknemer bij de NTFU stond hij onze

Welkom bij **PLOCCOS HORECA GROEP**

plok

DIJKSESTRAAT 52, DIDAM
WWW.PLOK.NL | 0316-22 60 58



ACTIE, ETEN, & FEESTEN

**PUBQUIZ
DE LAMA'S
SCHOTS GOLF
SUMOWORSTELLEN
LEVEN TAFELVOETBAL
HOU VAN HOLLAND SHOW
EN VEEL MEER LEUKS!**

steak'm
en meer...

SMALLESTRAAT 33, NIEUW-DIJK
WWW.STEAKM.NL | 0316 - 22 00 41
OPEN VAN WOENSDAG T/M ZONDAG



steak'm

**SFEERVOL
VERNIEUWEND
EN VERRASSEND LEKKER**

ONTMOETEN, FEESTEN EN HEERLIJK ETEN

Jan&Jan

LIEVE VROUWEPLEIN 4, DIDAM
WWW.JANEJAN.COM | 0316 - 22 13 15
IEDERE DAG GEOPEND VOOR LUNCH, BORREL & DINER



Verslag van de algemene ledenvergadering van maart 2023 (vervolg)



club met raad en daad bij. Ben wordt bedankt en krijgt een attentie van de voorzitter.

Theo Goes wordt nu gevraagd naar voren te komen.

Hij was 1982 t/m 1986 actief in het bestuur als Algemeen adjunct, zo heette dat toen. Bovendien was hij heel actief in de redactie van Wiel aan Wiel. Deed het gewone redactiewerk, maar ook het 'rapen' van de bladen en samenbundelen van de gedrukte pagina's tot een compleet nummer en het vervolgens nieten ervan. Hij liep dus net zoveel rondjes rond de tafel als de club leden had. Dit werk voor de club deed hij meer dan 20 jaar, van 1982 tot 2003. Daarnaast was zijn partner Gertie daarbij ook actief. Zij deed onder andere



vanaf 1991 ook nog het typewerk. Ook Theo wordt hartelijk bedankt en krijgt een attentie.

Hierna wordt **Gert Jansen** toegesproken.

Al vanaf 1980 tot 1985 was hij actief in het bestuur. Eerst als Algemeen Adjunct, vervolgens als penningmeester

en tot slot als secretaris.

In die periode zorgde hij ook de verspreiding van het clubblad, het aan- en afmelden van de leden en Lief en Leed. Dit laatste deed hij zelfs meer dan 25 jaar! In 1998 trad hij weer toe tot het bestuur en hield dit, inclusief de kledingcommissie, vol tot 2009. Van 2007 t/m 2011 was hij actief voor Tandje Ouder, ook als wegkapitein bij Tandje Ouder. Hulde voor Gert en ook voor



hem heeft de voorzitter als dank een attentie.

Als laatste komt **Toon van Brandenburg** naar voren.

Zolang als de voorzitter zich kan herinneren was Toon op één of andere manier actief voor de club tot dit jaar. Hij werd 1984 Algemeen bestuurslid van onze club en bleef actief in het bestuur tot 1992. In zijn portefeuille zaten onder andere de ledenadministratie en de coördinatie van de bezorging van het clubblad. Vanaf 2002 tot 2009 was hij actief als lid van de MTB-commissie en van 2006 tot 2008 van de commissie voor de Montferlandrit. In 2008 maakte hij onderdeel uit van de kascommissie en van 2006 t/m 2009 was hij wegkapitein bij Tandje Ouder. Hij bleef ons clubblad bezorgen en bij evenementen kon er altijd een beroep op hem worden gedaan. Zo was hij heel vaak chauffeur en verzorger. Johan is niet vergeten dat zijn vrouw Annie heerlijke taarten bakte als ze in Frankrijk gingen fietsen. Toon wordt ook bedankt en krijgt een kleine attentie.

Herman Kraus en **Leo Vos** hebben hun

lidmaatschap ook opgezegd, maar kunnen door gezondheidsproblemen helaas niet aanwezig zijn.

9. Bestuursverkiezing

Sinds de statutenwijzing is de tijd van periodieke aftreding veranderd van 2 naar 3 jaar.

De periodiek aftredende en herkiezbare bestuursleden zijn Sytze Hellinga, voorzitter commissie evenementen, Ed Bouwman, algemeen lid, en Johan van Oosten, voorzitter.

Allen worden unaniem herkozen door de vergadering.

Johan plaatst wel de opmerking dat hij eigenlijk wil stoppen en om plaats te maken voor een jonger iemand. Mocht die zich binnen de nu ingaande termijn aandienen, dan zal hij direct stoppen.

Periodiek aftredend en niet herkiezbaar is Richard Tijsseling, voorzitter commissie clubfietsen. Het bestuur stelt Peer Donkers voor als zijn opvolger. De vergadering gaat met applaus akkoord.

Richard onderhield ook de website, dit



wordt overgenomen door Antoon te Braake.

De activiteiten voor de sociale media worden overgenomen door Geert van den Bosch (dit laatste werd kort na de vergadering bekend).

Johan richt het woord nog tot Richard. Het spijt het bestuur dat afscheid te moeten nemen van Richard.

Hij begon zijn activiteiten voor onze club met het schrijven van verslagen over wielerevenementen. Dat leidde er in 2010 toe dat hij toetrad tot de Redactiecommissie van Wiel aan Wiel. In 2011 stopte hij daarmee en werd actief in de Tweedaagse commissie tot 2012. Na een sabbatical van een jaar pakte hij in 2013 de draad weer op en werd ac-



Hengelderweg 22b
6942 NB DIDAM
085-732 6620

Over technisch uitzendbureau MVO Flex

Als technisch uitzendbureau bemiddelt MVO Flex bij allerhande personeelskwesties voor bedrijven en instanties in de technische sector. We bieden nieuwe kansen aan getalenteerde vakmensen en zorgen voor de meest geschikte kandidaten voor ondernemingen. Naast een zo hoog mogelijk rendement voor de bedrijven die wij helpen, streven we bovendien naar meer dan goed ontwikkelde kandidaten. Werknemers met kennis van zaken en de juiste vaardigheden die het verschil kunnen maken.

Hoe doen we dat?

Door talent te koesteren, behouden én verder te ontwikkelen. Wij, van technisch uitzendbureau MVO Flex, zijn er van overtuigd dat er genoeg technisch getalenteerde vakmensen rondlopen, maar dat het niet altijd meteen zichtbaar is. We leren kandidaten daarom graag persoonlijk kennen, waardoor we hun vaardigheden en motivaties beter in kaart kunnen brengen. Daarnaast bieden we ze verschillende trainingen, cursussen en opleidingen aan, zodat onze kandidaten altijd goed voorbereid aan de slag kunnen. Voor de werknemer als voor de werkgever wel zo fijn.

Zo werken we

Korte lijntjes. Daar houden we van. Want iedereen is er ten slotte bij gebaat. U kunt er daarom van op aan dat we zeggen wat we doen, maar ook vooral doen wat we zeggen. Zo weet u te allen tijde precies waar u aan toe bent. Daarnaast kunnen we hierdoor snel schakelen en leveren we direct het technisch personeel waar u op zit te wachten. Met onze uitgebreide ervaring in werving en selectie vinden we de meest geschikte kandidaat voor de job, waarbij we altijd rekening houden met de mens achter het talent.

Email: info@mvoflex.nl
www.mvoflex.nl

Verslag van de alv van maart 2023 (vervolg)

tief in het bestuur als voorzitter van de commissie **Clubfietsen**. Dat deed hij dus 9 jaar. In die tijd verzorgde hij ook de website en introduceerde en onderhield de **Sociale Media**.

Richard wordt bedankt voor zijn langdurige inzet voor de club en krijgt als dank een attentie, iets waarvan het bestuur weet dat hij daarvan houdt.

10. W.v.t.t.k./Rondvraag

Hier wordt geen gebruik van gemaakt.

De voorzitter geeft nog even wat extra uitleg over de helmenactie van de NTFU. De inschrijftermijn wordt iets verlengd. Joost Wennekes merkt op dat het een perfecte helm is voor weinig geld, maar dat de belettering er op den duur wel af gaat. Dat komt omdat hij te hard rijdt volgens enkele leden.

11. Sluiting

De voorzitter bedankt Marijke Lubbers, Loes de Wit, Ab Lubbers en Stanley Peters

voor de verzorging van de inwendige mens. Ook dankt hij de andere aanwezigen voor hun inbreng en de gezelligheid. Om 22.15 uur sluit hij de vergadering.



Koninklijke onderscheiding voor Ab Lubbers

Johan van Oosten

Beste André (aanvulling redactie: betreft André Pes),

Helaas was er voor jou vandaag geen lintje. Maar wat mij betreft heb je dat wel verdiend. Want jij was degene die het spel op de wagen bracht, wat leidde tot een Koninklijke Onderscheiding voor Ab Lubbers.

Dat Ab dat lintje verdiend heeft, is niet omdat hij een goede tijdrijder was. Want in 1988 werd hij slechts twaalfde in onze clubtijdrit.

Maar dat Ab dat lintje meer dan verdiend heeft mag blijken uit het volgende:

Ab werd in 1986 lid van TC de Liemers. En al gauw werden zijn kwaliteiten bekend. Ab is een doener, een organisator.

Dat leidde ertoe dat hij eind 1987 lid werd van de Toercommissie en eind 1988 werd hij voorzitter van de Toercommissie en tevens bestuurslid.

En Ab je bleef 14 jaar bestuurslid tot en met 2002. Maar je bleef daarna nog wel

voorzitter van de toercommissie. Daarbij komt nog dat je in 1998 zelfs nog even waarnemend voorzitter was van het bestuur. Dat was omdat er volgens jou sprake was van een dieptepunt in de geschiedenis van TC de Liemers. Omdat er voor twee aftredende bestuursleden geen opvolgers gevonden konden worden. Toen ook al.

In 2004 werd er weer een beroep op jou gedaan om bestuurslid te worden. Eerst was dat als Coördinator Wielcommissies en vanaf 2007 als Algemeen bestuurslid. Je bleef weer 14 jaar bestuurslid tot 2018. In totaal was je dus 28 jaar bestuurslid.

Maar de langste periode was je actief voor de Toercommissie en de organisatie van onze Reichswald Classic en alle voorgangers daarvan.

Ruim 35 jaar ben je de grote animator en drijvende kracht geweest van dat evenement. En dat is geen kleinigheid. Mensen die zelf ooit iets georganiseerd hebben zullen dat beamen. Dat kost heel veel tijd, energie en doorzettingsvermogen. Een enkele keer gaf je uiting aan de frustratie waar je mee te maken kreeg, wanneer vrijwilligers op het laatste moment met een slechte smoes afzegden.

In die 35 jaar regelde jij ook de toerkalender, de clubritten en de pauzeplaatsen voor de koffie met gebak en het aanmelden van de clubritten bij de NTFU. Daarbij was je ook nog vervoerscoördinator. En ook niet te vergeten het regelen van de clubfeestjes en de jubileumfeesten.

In 2006 nam je daarbij ook nog het beheer van de kantine en materiaal en de uitgifte van de clubkleding. Ook deed je een paar jaar de weekendcommissie.



Marijke en Ab

Bij de vele clubritten in al die jaren was jij de meest populaire wegkapitein, zelfs nog voordat die functie officieel bestond in onze club. Een uitdrukking van jouzelf daarover was: "het lijkt wel of ik honing aan mijn achterwerk heb."

En wat in al die jaren opviel was de goede sfeer die jij teweegbracht bij al jouw activiteiten. Je had oog en woord voor iedereen.

Op Ab deden we nooit tevergeefs een beroep. Dat was mede te danken aan de support van jouw vrouw Marijke. Ook Marijke was en is actief voor onze club. Samen met Marijke verzorgt Ab nu sinds 2019 Lief en Leed.

Hiermee kom ik tot de conclusie, die iedere aanwezige na het horen van het voorgaande zelf kan trekken, namelijk:

Ab was meer dan dertig jaar de spil van TC de Liemers of zoals veel clubleden vaak zeggen "Ab is TC de Liemers" een echte verenigingsman, super clubcoryfee, waar veel vereniging jaloers op kunnen zijn. Dat lintje is dik verdiend en laten wij daarop toasten.



Tijdens de uitreiking.



Met meetmiddelen en software i.c.m. met onze kennis bepalen we de best passende fiets-configuratie.



André Heinst



Loopplezier begint met de juiste schoen. Wij nemen uitgebreid de tijd om deze voor u te vinden.

asics. → BROOKS CRAFT :: DMT FACTOR FUSION > LAKE.
MÉRIDA MIZUNO. new balance. prologé SHIMANO SRAM. Vision ZIPP

Dé Hardloop en Wielren specialzaak van de Liemers

Grietsestraat 60a, 6901 GW Zevenaar
0316-449269 • info@bikeandrun.nl • www.bikeandrun.nl

Een nieuw lid stelt zich voor

Jopie Boone-Barends

Van harte welkom en veel plezier.



Naam: Gerard Weck

Beroep: beleidsmedewerker Recreatie en Toerisme gemeente Staphorst

Leeftijd: 65 (570605)

Waarom lid: Ik was ook lid van Vélo Heuvelrug. Na verhuizing van Doorn naar Lobith waar ik een klushuis heb gekocht, wil ik mij ook ontspannen door sportieve inspanning. En het biedt ook gelegenheid om in deze nieuwe omgeving te 'aarden'.

Fietservaring: De laatste jaren vooral korte ritjes met mijn partner rond Doorn en Arnhem. Maar de langste twee tochten waren 400km+. Ook een paar keer in de Vogezes geweest, om, na mij vloekend, steunend en kreunend naar de top te hebben geworsteld, in volle vaart af te dalen op jacht naar auto's om in te halen.

Ambities: Weer terug in het ritme te komen en in elk geval de B groep te kunnen bijhouden.

Andere hobby's: Wat ik al zei: een klushuis. Sleutelen aan m'n oldtimer(s). Schaatsen. En mijn 'nothing box' exploreren.

De foto is weliswaar niet recent, maar wel van de legendarische wielersfotograaf Cor Vos.



Planning clubactiviteit

Clubweekend WEG 2023

Namens de clubweekend-commissie: Paul Broere

Het gaat dit jaar weer gebeuren.

Op 18, 19 en 20 augustus a.s. gaan 23 deelnemers op de fiets richting de Loonse en Drunense Duinen in Brabant.

Onder begeleiding van een auto + aanhanger met het nodige voedsel, drank, reserve spullen en gereedschap gaan we dan op weg.

Vrijdag 18 augustus fietsen we via een route tussen Maas en Waal naar hotel Guldenberg, gelegen in de bossen nabij Helvoirt.



De volgende dag rijden we eerst richting westen en nemen het fietspad door het nationale park richting Waalwijk, via Vlijmen wordt koers gemaakt naar het Oosten van Den Bosch.

Door een mooi park rijden we daarna een eind langs de Zuid Willemsvaart met zijn schutsluizen om in het plaats-

je Den Dungen na ± 60 km de innerlijke mens aan te vullen op het terras van de Majorcabar/Herberg "de Poeling" op de driesprong.

Dit is tevens het punt waar de routes voor de B en C groep niet meer hetzelfde zijn.

De B groep maakt nog een zuidelijke lus over Schijndel terwijl de C groep weer richting westen afbuigt.

Zondags gaat de route ten zuiden van de Maas weer richting huis.

De B groep maakt nog een omweg via

de Wolfsberg bij Groesbeek terwijl de C groep via Ravenstein en de spoorbrug in Nijmegen weer op dezelfde route komen als de B groep.

Voor de ritten op heen en terugweg:

Bij 30 en 90 km zal er een stop zijn bij de aanhangwagen en na ± 60km is er een koffiestop bij een café of restaurant.

De deelnemers ontvangen geregeld een nieuwsbrief met informatie over de routes en betalingswijze.

Hopelijk hebben we goed weer en weinig malheur.



KAPSALON COR



geknipt voor het hele gezin

Kapsalon Cor Waverlo 4 6942 RG Didam 0316 - 745575

SALON BEAUTIFUL ENJOY!

#1 IN AMERICAN SALONS

MATRIX

www.kapsaloncor.nl

(E-)BIKE SPECIALIST!

- E-bikes
- Stadsfietsen
- Sportieve fietsen
- Fietsverhuur
- Fietsclinics



GIANT STORE 'S HEERENBERG

Klinkerstraat 22-24 - 7041 BC 's Heerenberg
0341 - 661254 - www.giantstore-sheerenberg.nl

 **GIANT.**



Openingsrit van 2 april 2023 in woord en beeld

Jopie Boone-Baarends



Met betrekking tot de openingsrit zijn twee verslagen ingekomen. Op pagina 17 het verhaal van Ab Lubbers.

Oorspronkelijk was de openingsrit 2023 gepland voor zondag 26 maart.

Maar omdat de weersvooruitzichten zeer slecht waren werd de rit verplaatst naar zondag 2 april.

De opkomst was groot! Oorzaak: gratis koffie en gebak??

Onze groep (C/D) vertrok met ongeveer 10 man en 1 vrouw.

Om de route iets in te korten (voor sommigen was het echt de eerste rit) lieten we het stukje door het Broek links liggen, dit had tot gevolg dat we tegelijk bij de Plok aankwamen met de eerst gestarte groep, om hier van een lekker bakje koffie met uitstekend appelgebak te genieten.

Hadden we wel verdiend ook, want ook op deze zondag was het koud en stond er veel wind.

Vol goede moed begonnen we aan het laatste stuk door het Gelders Eiland.

We kijken terug op een mooie gezellige openingsrit en hopen dat ook de komende zondagen en woensdagen druk bezocht gaan worden!

(foto's van Rinus Kobus) 



de Lorijn

TWEEWIELERS



DE FIETSSPECIALIST

- IS DEALER VAN VELE MERKEN FIETSEN
- HEEFT VOLOP VOORRAAD - NIEUW EN GEBRUIKT
- SNEL EN VAKKUNDIG REPARATIES EN ONDERHOUD
- HAALT EN BRENGT UW FIETS GRATIS THUIS
- BIEDT U EEN GRATIS LEENFIETS AAN
- LEVERT LEASE FIETSEN
- VERHUURT E-BIKES EN STADSFJETSEN
- GEEFT U EEN INTERESSANTE INRUILPRIJS

**GRAAG NEMEN
WIJ DE SERVICE
EN GARANTIE
VAN UW HUIDIGE
FIETS OVER**

**OP ZOEK NAAR EEN SPECIALE FIETS?
WIJ VERVULLEN ALLE WENSEN**

DORPSTRAAT 22
6909 AL BABBERICH
0316 24 28 36

INFO@DELORIJNTWEEWIELERS.NL
WWW.DELORIJNTWEEWIELERS.NL

BESV
Experience Amazing

CONWAY

VICTORIA
FIETSEN SINDS 1888

UNION

SPARTA

BATAVUS

Openingsrit van 2 april 2023 in woord en beeld (vervolg)



luit: na regen komt zonneschijn. Natuurlijk hoopten we hierop. Zoals gewoonlijk start het wegseizoen traditioneel met de openingsrit. Deze stond op zondag 26 maart gepland, maar helaas was ook toen het slechte weer wederom spelbreker. Besloten werd in overleg met Peer Donkers en Frank Gesthuizen van de Plok de rit te verschuiven naar zondag 2 april. Gelukkig was het toen wel redelijk weer en stonden er maar liefst dik 80 leden aan de start. Na de indeling van de diverse groepen toog een ieder naar de koffiestop. Het bleek nog een pittig ritje met zeer veel gure tegenwind, zeker voor velen geen pretje.

Ook dit keer was de koffiestop weer bij onze sponsor Plok in Didam met koffie en gebak van de club. Dit was wederom voortreffelijk verzorgd, dank hiervoor. De openingsrit ging, gelukkig met een wat gunstige rugwind, via Babberich, Elten en het Gelders Eiland terug naar Zevenaar.

Het seizoen verloopt tot nu toe prima met redelijk grote opkomsten bij de zondagse en de woensdagse (Tandje Ouder) clubritten. De opkomst bij de iets langere clubritten op de zaterdag blijft helaas wat achter. Dit zou beter kunnen omdat dit ook zeer mooie clubritten zijn naar bestemmingen waar we niet vaak komen.

Het weer werkt de laatste tijd natuurlijk ook mee met iets meer zon, maar toch ook vaak veel wind. Gelukkig is het meestal wel droog. Zoals ieder jaar werden we ook dit voorjaar weer geconfronteerd met wat valpartijen /ongelukken, hopelijk valt de schade zowel lichamelijk

als materieel mee en zien we jullie snel weer terug in het peloton.

Op naar de vakantie periode alvast en veel fiets plezier gewenst.



Zoals gewoonlijk starten we reeds eind februari begin maart met de eerste clubritjes, zeg maar de opwarmrondjes. Helaas werkten de weersomstandigheden dit jaar niet erg mee. Veel regen, wind en zelfs nog winterse omstandigheden, niks werd ons bespaard. Jammer genoeg hield dit ook geruime tijd aan zodat er van buiten fietsen op de weg in club/groepsverband maar weinig terecht kwam. Maar zoals het spreekwoord

Ad Fundum



Slijterij net over de grens in Elten (D).
Gespecialiseerd in jenever, wijn, likeur.
In de winkel meer dan 350 verschillende
soorten whisky's op de schap.
Bij ons **GEEN** accijns op wijn!
Ook voor uw (relatie) geschenken.
Eltener Markt 13, Elten
www.adfundum.de

Hét adres voor bouwkundig
ontwerp, tekenwerk en advies
voor zowel particuliere
als zakelijke opdrachtgevers.

Maak een afspraak
voor een vrijblijvend
adviesgesprek.



ing. Alexander te Witt

Sint Antoniusstraat 1a • 6924 AT Loo (Gld.)
06 - 23191811 • info@wittbouwkunde.nl

www.wittbouwkunde.nl



KUNSTSTOFSHOP

www.kunststofshop.nl

de webshop voor kunststof platen, folie, buis en staf

Voor modelbouwers, fotografen, ontwerpers, studenten, doe-het-zelf, etc.
Kijk op de website voor meer informatie

Didamseweg 150 - 6902 PE - Zevenaar - tel: 0316-241 994 - @: info@kunststofshop.nl

Rit op Goede Vrijdag in de Voerstreek

Antoon te Braake

Op 7 april stond de traditionele Goede Vrijdag-rit door de Voerstreek op het programma.

De aanmelding ging wat stroef: Peer Donkers had een mededeling in de nieuwsbrief gedaan, maar er was geen centrale aansturing. Uiteindelijk waren er toch ruim 10 clubleden die zich via WhatsApp hadden aangemeld. Helaas was het weer, wel of geen regen, die dag zeer onzeker en werd de knoop doorgehakt om de rit een week te verzetten. Dat bleek een goede beslissing, want op de oorspronkelijke dag was het heel druilerig in Limburg. Een week later, op 14 april was het wel goed weer, maar was de groep gedecimeerd tot 7 man. Op de verzamelplaats aan de Heerenmäten kwamen echter maar 6 man samen die ochtend. Eén daarvan (Addy van Beersum) stond in vol ornaat klaar om in te stappen, maar bij een rondje over de parkeerplaats liet het schakelmechanisme van zijn fiets het weer afweten. Daarom zag hij op het laatste moment af van de heuvelachtige rit, waarbij veel geschakeld zou moeten worden. Na wat last-minute verschuivingen konden we uiteindelijk met twee auto's en vijf personen afreizen naar Heerlen. Deze vrijdag (14 april) was de dag voorafgaand aan het weekend van de Amstel Gold Race. Op de parkeerplaats stond al een bus van profploeg EF (Education First). Onderweg zijn we echter geen profrijders tegengekomen. Waarschijnlijk reden wij te hard zodat ze ons niet konden inhalen! 😞 Zoals gezegd, het weer was deze dag veel beter en we hebben heerlijk kunnen fietsen met een klein ploegje. Dat ploegje bestond uit Peer



Donkers, Peter van Sadelhoff, Hans Wieleman, Albert Lenting en ondergetekende. Onderling waren we aardig aan elkaar gewaagd. Zoals gebruikelijk uitten de verschillen zich vooral op de klimmetjes, maar die waren minimaal. Vooral Peer liet zich niet opjagen en als wij boven aan de helling nog stonden uit te blazen, riep Peer alweer: "doorgaan". Bij mij vloede de energie langzaam weg en op de laatste klim was ik maar wat blij met mijn kleine verzetje. Klimmen is een beetje als bier drinken. Hoe hoger het percentage hoe koppiger de afdrank. Zolang het percentage rond de 6% ligt, kun je er heel wat van hebben. Op de route zijn echter ook hellingen met dubbele cijfers en die zakken op den duur, net als bij een triple, behoorlijk in de benen. Voor de eerste pauzeplaats (in Aubel) moeten we de volgende keer op zoek naar een andere uitbater. Het

terras was er nog wel, maar geserveerd werd er niet meer. Vorig jaar was dat ook al zo, maar toen was dat nog vanwege corona. Vragen om wat kraanwater werd met tegenzin gehonoreerd en van het toilet gebruik maken was al helemaal een no-go. Terug in Heerlen was het bij van de Valk een drukte van jewelste. De fietsers die op zaterdag de tourrit van de Amstel Gold Race gingen rijden, stonden met fiets en al achter de bar, die dan ook bom-en bomvol was. We durfden onze fietsen, door de drukte, daarom ook niet onbeheerd op de auto te laten staan, dus zijn we op de terugweg bij zo'n bekende gele M, met de fietsen in zicht, nog wat gaan eten. Al met al was het een geweldig 'goeie vrijdagrit', die ik niet had willen missen.



Hier kan jij ook staan!

Denk ook aan de rubrieken

en



u kunt hier vermeld staan!!



"Peters **INSTALLATIETECHNIEK**

Dé specialist voor advies, plaatsing
en onderhoud van duurzame
klimaatinstallaties

WIJ
ZOEKEN
COLLEGA'S
—
BEKIJK ONZE
WEBSITE



www.peters-installatietechnik.nl

Zevenaar | Winterswijk | Renkum

Verslag van TC de Liemers Reichswald Classic en Gravelride

Geert van den Bosch

De aanloop naar de befaamde Reichswald Classic was bewolkt, letterlijk. Te lage temperaturen en te veel regen. Via de diverse sociale media-kanalen probeerde ik onze club-toertocht met enthousiasme aan te prijzen, ondanks de weersvoorspellingen. De zaterdag voor de tocht zelf kwam er gelukkig wat verbetering in en besloot ik mezelf en mijn vrouw Jantien in te schrijven. En nog een laatste oproep op Facebook, Twitter en Instagram “dat het toch echt best mooi weer gaat worden, doe mee!”

Helaas was daar op de dag zelf niet iedereen van overtuigd, met verwachte regenbuien vanaf ongeveer 14.00 uur. Jos Hendriksen heeft voor de redactie van W.a.W. de deelname-cijfers van 2022 en 2023 naast elkaar gezet, zie bijgaande tabel. Helaas heeft de verschuiving van zaterdag naar zondag niet de gehoopte groei in deelnemers opgeleverd. Sterker nog, we hadden dit jaar weer iets minder deelnemers dan vorig jaar – namelijk ruim 40 minder. Opvallend is dat het verschil volledig ontstaat bij de dag-inschrijvingen. De voorinschrijvingen eindigden beide jaren op ongeveer 330. Maar vorig jaar kwamen er op de dag zelf nog een dikke 130 last minute-inschrijvers mee doen, en dit jaar slechts 90 – dezelfde 40 minder. Ik vrees dat de onzekere weersomstandigheden, die in werkelijkheid overigens ontzettend mee vielen, ons parten hebben gespeeld.

Voor mij een andere tegenvaller is het lagere aantal inschrijvingen bij onze Gravelride. Vorig jaar meteen een heel mooi

aantal van 113 deelnemers, waarbij ik persoonlijk verwachtte dat dit stevig zou gaan door groeien. Zowel gezien de stijgende populariteit van gravel-rijden, als de prachtige omgeving die wij als club juist ook gravelaars hebben te bieden. We bleven dit jaar echter steken op 105 inschrijvingen, wel best mooi verdeeld over beide afstanden.

Bij de toertocht zelf ligt het zwaartepunt op de afstanden 95 en 120 kilometer. Hoe de verdeling van deelnemers over de verschillende afstanden vorig jaar was, was helaas niet beschikbaar.

Jantien en ik hadden ons ingeschreven



voor de 70 kilometer, omdat Jantien dit jaar nog maar 2 korte ritjes had gemaakt en dus erg weinig trainingskilometers in de benen had. Rond 9 uur kwamen wij aan bij de Heerenmäten. Het wordt dan meteen duidelijk waarom de NFTU onze toertocht de hoogste waardering, het hoogste aantal sterren geeft. Het draaiboek en de organisatie is inmiddels een vloeiend lopende machine. Dat begint al bij de bewaakte fietsenstalling. Via een



ingenieus systeem van looproutes en polsbandjes is het onmogelijk de verkeerde fiets mee te nemen. Bij binnenkomst in de kantine zitten achter de inschrijftafels dames en heren met een optimale mix van gastvrijheid en efficiency. Voor je het weet is iedereen ingeschreven, gecontroleerd en voorzien van een bewijsetiketje voor op je stuur. Snel een kopje koffie via de bar en weg zijn we.

Ondanks dat de 50 en de 70 kilometers waren uitgepijld, had ik de route toch ook maar op de Garmin gezet. Rustig fietsend verlaten we Zevenaar. Net voorbij Tolkamer op de dijk richting Spijk worden we ingehaald door een grote groep met een aantal Didammers (zie foto op de omslag): Sytze Hellinga leidt

deze club, bakker Paul Berntsen sluit af en daar tussen fietsen sponsors Frank en Geerte Gesthuizen fanatiek mee. “Kom, we sluiten aan”, zeg ik tegen Jantien en voor het eerst in haar leven fietst ze in een groep mee. Achterin, dat wel. “Dat gaat een stuk makkelijker, maar het is ook wel verdomd goed opletten” zegt ze. Een hele accurate samenvatting van achterin een groep van zo’n veertien deelnemers fietsen. Tot de splitsing nabij Elten. Deze groep fietste denk ik de 120 kilometer. Fietsen we met hen

INSCHRIJVINGEN		2023			2022		
		voor-inschrijving	dag-inschrijving	totaal	voor-inschrijving	dag-inschrijving	totaal
gravel	85km	42	6	48			
	125km	57	0	57			
	totaal	99	6	105	110	3	113
toertocht	50km	11	10	21			
	70km	12	26	38			
	95km	53	27	80			
	120km	85	21	106			
	145km	35	3	38			
	175km	35	0	35			
	totaal	231	87	318	224	130	354
totaal	330	93	423	334	133	467	

M U L T I F O C A A L D E A L

Complete bril met hoogwaardige **multifocale Varilux glazen** en montuur van Société des Lunitiers voor 449,-

't Brillehuus
Tolkamer - Didam

Optiek | Oogzorg | Optometrie

WIJ STAAN VOOR DE BESTE PRIJS! BRILLEN IN ELKE PRIJSKLASSE,
MET EEN GOEDE OOGMETING EN BETERE OOGZORG.

TOLKAMER | T 0316 547 571

WWW.BRILLEHUUS.NL

DIDAM | T 0316 221 820



Garage Ad Wanders Didam

Werkzaamheden

In onze werkplaats kunt u terecht voor APK keuringen, onderhoud en reparatie aan alle merken auto's en Renault specialist.

Wij beschikken over moderne test/uitlees apparatuur, waardoor wij de technische en elektronische storingen van uw auto kunnen uitlezen en oplossen.

Ook kunt u voor het onderhoud en eventuele reparatie aan uw airco bij ons terecht.
Daarnaast leveren wij zomer en winterbanden, welke wij monteren en balanceren.

Actie kleine beurt vanaf € 75 excl. Btw

Winterbandenactie



Lichtenhorststraat 25A
6942 GS Didam
Tel: 0316242418
Mobiel: 0626785747

Mail: info@garageadwanders.nl
Internet: www.garageadwanders.nl

Verslag van TC de Liemers Reichswald Classic en Gravelride (vervolg)



Achter de inschrijftafels dames en heren

mee en gaan dan op eigen kracht weer verder. Na enkele rondjes in en rond Elten beklimmen we uiteindelijk de Elterberg. Als we daar boven aan komen, vinden we daar onze verzorgingspost. Peter van Sadelhoff, Theo Nass en Leo Peters hebben nog maar net alles in gereedheid gebracht, wij zijn blijkbaar de eerste gasten. Dokter Steven Krol vertelt aldaar dat er nog geen ongelukken zijn gebeurd. Gelukkig, wellicht kan hij dan helpen met een enkele weg gehaalde pijl en een verkeerd geplaatste pijl bij de Elterberg weer te herstellen. Wij vervolgen onze route en genieten van onze prachtige omgeving en het steeds beter wordende weer. We horen later dat een enkeling nog wat regendruppels heeft gehad, maar uiteindelijk was het uitstekend fietsweer en hebben de thuisblijvers geen gelijk gekregen. Toen wij weer arriveerden bij Heerenmäten was het daar nog relatief rustig. Enkele collega-fietsers die wij spraken waren

erg enthousiast over de rit en over de algehele verzorging onderweg en bij start-finish. In de kantine namen we nog een kopje koffie en spraken met onze tweede dokter. Ook Harry Mooren kon gelukkig melden dat hij nog geen medische handelingen had hoeven verrichten tot zo ver. Wij konden Ab Lubbers nog melden dat we hadden gezien dat er onderweg één routebordje expres was weg gehaald, maar Ab werd daar niet warm of koud van. “Als dat het enige is wat er vandaag mis gaat, dan valt het allemaal weer ontzettend mee”. Terwijl wij nog even de stands van de sponsors bezochten, kwamen we buiten Albert Lenting tegen, die nog “even” de Gravelroute had gecontroleerd – door ‘m te fietsen uiteraard. Terwijl wij rustig terug fietsten naar Didam, kwamen we de eerste gravelaars tegen die via de Nevelhorst in tegengestelde richting naar Zeve-

Enkele van de vele vrijwilligers



Toen wij weer arriveerden bij Heerenmäten was het daar nog relatief rustig.



naar fietsten. Vast en zeker net zo enthousiast als wij.



PEDALEUR BIKES

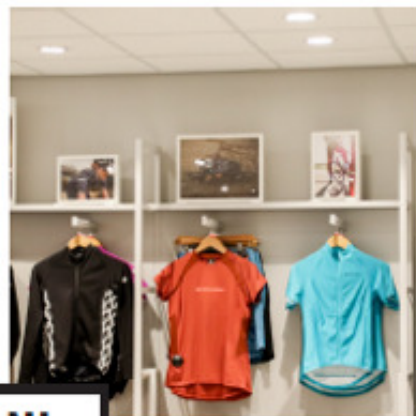
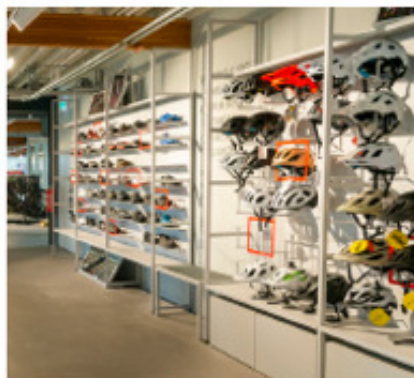
creating happiness

2 WINKELS

DOETINCHEM & VELP

2.650M²

FIETSAANBOD



SHOP 24/7 OP PEDALEUR.NL



ONZE MERKEN: BIANCHI, BROMPTON, CANNONDALE, CUBE, E-BIKE DAS ORIGINAL, ISAAC, KOGA, RIDLEY, SANTOS, SPECIALIZED, STROMER EN URBAN ARROW

Verslag van TC de Liemers Reichswald Classic en Gravelride 2023

Namens de Classic-commissie: Ab Lubbers

Vorbereiding

Ook dit jaar konden we gelukkig zonder belemmeringen wederom onze TC de Liemers Reichswald Classic en Gravelrit organiseren. Ditmaal wel met wat veranderingen. Ten eerste de uitbreiding van de commissie van vier naar acht personen, waardoor de taken wat beter verdeeld konden worden. Ook hadden we besloten om de dag te verplaatsen van de zaterdag naar de zondag. Dit in de hoop op meer deelnemers, met name ook uit de regio. Ook hadden we besloten de langere afstanden 95 -120-145 en 175 km niet meer uit te pijlen.

De rest van de voorbereiding op de zaterdag ervoor verliep verder goed. Ook het uitpijlen van de twee korte afstanden, 50 en 70 km, werd uitgevoerd, speciaal voor de recreanten fietsers. Mijn persoonlijke verwachtingen voor wat betreft het aantal deelnemers was dit keer niet zo hoog en ging uit van ongeveer 400 a 500 deelnemers, mede gezien de weersvoorspellingen, die waren dit keer niet zo erg gunstig, al viel het reuze mee die dag. We kwamen uit op zo'n 435 deelnemers, waar we allen tevreden mee waren.

Evenement

Nadat 's morgens iedere helper/vrijwilliger haar/zijn taak had opgepakt, zoals controleurs van de routes, verkeersregelaars, bewaakte fietsenstalling, startbureau, kantine, versnaperingspost en de diverse verzorgingsposten. Dit alles verliep soepeltjes, terwijl de deelnemers inmiddels gestaag binnen druppelden. Het weer werkte ook aardig mee, in ieder geval droog met af en toe een schraal zonnetje. Dit maakte een hoop goed. De eerste deelnemers kwamen al vlot weer terug met louter positieve reacties over de routes en de verzorging onderweg, zowel voor de toertocht als de gravelrit. Jammer genoeg was het geen echt terras weer zodat men niet erg lang bleef zitten voor een hapje of drankje. Ook had-

den diverse deelnemers onderweg toch nog een bui over de rug gekregen terwijl het bij de start/finish gelukkig tot 17.00 uur droog bleef. Zodoende konden we alles mooi droog opruimen en inpakken.

Algemene conclusie

Wij vonden het een geslaagde Classic, zowel wat betreft de wegtocht als de gravelrit. Het aantal deelnemers had iets meer mogen zijn, maar het schijnt overal minder te zijn ten opzichte van de periode voor corona, dus het is niet anders. Verder louter positieve reacties na afloop, bijna geen negatieve gehoord. Alleen enkele opmerkingen over de versnaperingen onderweg bij de diverse verzorgingsposten. De sfeer na afloop van de ritten was voortreffelijk en gezellig. Ook valt het positieve financiële resultaat alles behalve tegen, dus prima voor onze clubkas.



Evaluatie

Naast de in principe louter positieve verhalen over het evenement zijn er ook nog steeds zaken die de aandacht blijven vragen. We hebben als commissie het evenement inmiddels geëvalueerd. Hieronder staan enige aandachtspunten vermeld. De commissie bestond eerder uit 4

personen, dit jaar met 8 leden werkte een stuk beter, de taken konden beter worden verdeeld. Daarentegen bleek het echter zeer moeilijk om de helperslijst samen te stellen, maar liefst 6x heb ik deze moeten aanpassen en wijzigen. De oorzaak was wederom de vele afzeggingen op het laatste moment. Dit blijft jammer genoeg een jaarlijks terugkomend probleem. Sommige leden maken er zich wel erg gemakkelijk van, maar dank zij spontane vrijwilligers kwam het allemaal goed. Bij deze wil een ieder bedanken die op een of andere manier heeft mee geholpen aan het welslagen van dit evenement. Verder bedank ik de sponsors voor hun bijdragen zowel financieel al materieel. Nog een aanvullende opmerking. Volgend jaar gaan we met frisse moed verder met de organisatie van dit evenement. De datum staat al gepland op **ZONDAG 21 APRIL 2024**. We zijn voornemens (voortgekomen uit de evaluatie) om een aantal zaken beter te regelen voor de deelnemers. Denk aan versnaperingen onderweg en aanpassingen/veranderingen van de routes. Meer ook het vertier aantrekkelijker maken voor de deelnemers bij start/finish en de kantine. Uiteraard hopen we dan ook weer op jullie spontane medewerking te kunnen rekenen. Nogmaals bedankt allen en tot 2024!

PS:

Als commissie zouden we graag enige jongere leden met ambitie in het organiseren van een evenement als de classic erbij willen hebben, zodat ze meewerken en ervaren wat er allemaal bij zo'n organisatie komt kijken. Geneer je niet en geef je op bij ondergetekende. Zodat we ook in de toekomst nog als TC de Liemers een Classic kunnen organiseren.



Haal meer uit je vering

Paul Peters

Bron: tijdschrift Velozine

Voorwoord Paul Peters

In de winter gaan velen van ons met de MTB het bos in. Mountainbiken is namelijk een hele leuke bezigheid, en het is totaal verschillend van het fietsen op de weg met een racefiets. De mountainbike is daarnaast ook een totaal andere fiets dan je racer. Zo ontbreken op de wegfiets (nagenoeg) alle soorten van vering. Die moet in principe alleen komen van de banden, deze zijn flexibel en vangen daardoor veel oneffenheden op. Sommige fietsmerken doen links en rechts wel pogingen om wat meer comfort te bieden op een racer maar meestal is dat meer een verkooppraatje. Specialized bijvoorbeeld had ooit wat rubber blokjes in de voor- en achtervorken later ook wat vering onder het balhoofd, maar dat is het wel zo'n beetje. Vering en comfort gaan altijd ten koste van de snelheid, dus kennelijk is het niet echt nodig op een racer want de ondergrond waarop je fietst is veelal een mooi glad wegdek. De nieuwe trend is tegenwoordig het gravelen. Dus minder de op en neer slingerende singletracks in het bos maar meer de onverharde lanen en paden op. Bij de nieuwe trend horen natuurlijk ook weer nieuwe fietsen. Slimme jongens, een nieuwe markt voor de fabrikanten is geboren! Je ziet dat ook bij de gravelfiets de voor- en achtervering tot nu toe ontbreekt. Het is iets tussen een MTB en een wegfiets in, met toch nog wel steeds fors meer de nadruk op de racer. De ontwikkeling van de gravelfiets zal nog wel even doorgaan. Feit is dat nu de eerste modellen verschijnen met een beperkt verende voorvork tot 30 mm. In het dagelijkse verkeer zien we dat al veel langer, heel veel "gewone" stadsfietsen en e-bikes hebben nu voorvering. In Velozine zag ik een mooi artikel over de werking en het afstellen van de vering bij de MTB. Weer eens wat anders, een meer technisch onderwerp, dat past ook wel in ons clubblad.

Artikel Velozine (bewerkt)

Mijn fietsmaat kijkt me verbaasd aan terwijl hij op mijn stuur duwt: "Wat staat jouw vork zacht! Vind je dat serieus echt fijn rijden?". Ik kijk hem lichtelijk beschuldigd in de ogen en vraag hem hoe hij zijn eigen vork afgesteld

heeft. "Oh, dat heeft mijn fietsenmaker voor me gedaan, lekker hard". Ik pak zijn stuur beet, en duw erop met het idee dat het toch echt een verende voorvork is, maar alles wijst naar het tegenovergestelde. Even ben ik ervan overtuigd dat de lock-out ingeschakeld is, maar deze blijkt wijd open te staan. Ik leun vervolgens wat harder en voel de vork eindelijk langzaam bewegen met de soepelheid van een staalborstel gesmeerd met tandpasta. Op het moment dat ik mijn gewicht weer van het voorwiel afhaal schiet het stuur omhoog, om met een scherpe *tok!* tot stilstand te komen.

Basisprincipes van het afstellen

Ben je een enthousiaste biker en komt dit verhaal bekend voor? Hierna zetten we de basis van het afstellen van luchtvering (...want dat heeft zowat iedere bike) uit. Technische kennis is niet nodig: als je zelf je banden op kan pompen kan je ook zelf je voorvork en achterdemper afstellen. Na het lezen van dit artikel ken je de begrippen vering en uitgaande demping, weet je wat het belang van die twee basiselementen is, en weet je hoe je ze zelf aan kan passen!

Voor wie dit allemaal routine zou kunnen of moeten zijn: zie dit vooral als een behulpzame herinnering. We betrappen onszelf er tenslotte ook wel eens op dat we de basisprincipes even uit gemak of tijdsgebrek vergeten.

Lucht uit een tabel

Wat vindt mijn fietsmaat nu zo fijn aan een dergelijke harde vork, en wat geeft hem het gevoel dat de mijne juist vervelend afgesteld is? Eén mogelijkheid is dat hij veel staand fietst, erg dynamisch zit, met veel gewicht op het stuur: allemaal zaken waarbij mijn vork bij elke trap 4 cm in zou veren. Het kan ook zijn dat hij vaak verrast wordt door de bochten en hierbij hard in zijn rem knijpt, gevolgd door een induikende vork.

Maar voor deze problemen zijn veel betere oplossingen te verzinnen dan een gruwelijk hoge druk in de luchtkamer van de vork: een goede demperinstelling. Dat komt echter later: aller-

eerst ga je de hardheid van de luchtveer instellen. Vóór je begint: zorg dat je een goede demperpomp hebt, waarvan de wijzernaald niet rammelt of de drukmeter los zit. Als je niet nauwkeurig kunt meten, wordt het lastig. Nagenoeg iedere vork en demper heeft een luchtveer, die je oppompt via een autoventiel met behulp van een demperpomp. Met een degelijke pomp is de druk nauwkeurig af te lezen en in te stellen.

'Sag'

In de handleiding van iedere luchtgeveerde voorvork – en zelfs op de buitenpoten van sommige vorken – staat een tabel met een advies luchtdruk voor verschillende rijdersgewichten. Houd je je aan deze tabel, dan zal je vork zo'n 20-25% inzakken (sag) als je voorzichtig op je mountainbike gaat zitten. Waar dit goed voor is? De ondergrond bestaat niet alleen uit hobbels, maar ook uit kuilen! Die 20-25% inzaking in rust geeft negatieve veerweg als je door een kuil rijdt: de vork strekt zich uit en duwt je wiel in de kuil. Je wiel houdt dus contact met de grond.

Zonder negatieve veerweg zweeft je wiel over de kuil heen, net als bij een starre vork. Als je denkt dat dat goed klinkt, bedenk je dan eens wat er gebeurt als je in een bocht door een kuil rijdt. Zonder negatieve veerweg zweeft je wiel dan door de bocht. En laat een zwevend wiel nou net geen grip hebben.... je glijdt dus weg! Mét negatieve veerweg blijft je voorwiel ook in de kuil aan de grond, en houdt het grip in de bocht.

Niet teveel, maar ook niet te weinig

Een tweede, wellicht meer voor de hand liggend nadeel van te veel luchtdruk in je vork is een gebrek aan comfort. De vork zal de klappen van abrupte oneffenheden als putjes en wortels doorgegeven aan je armen. Minder luchtdruk dus, maar ook weer niet té weinig. Want is er dan ook iets als een te zachte vork? Jazeker! In de eerste plaats rijdt je bike dan rot: de balhoofdhoek wordt door de ingezakte vork steiler, en je bike duikt veel meer als je in een afdaling remt of door een bocht moet. Dat is niet alleen nadelig voor de

Haal meer uit je vering (vervolg)

grip, je zult ook nog eens sneller voorover vallen!

Ten tweede komt een te zachte vork te snel en te hard aan 't einde van z'n veerweg. Hij slaat door, komt dan hard tot stilstand, en dat geeft ongewenste krachten op vork en frame. Kortom: maak het beste van je vork en stel de veer af zoals hij bedoeld is.



De meeste vorken hebben uit de fabriek een o-ring waarmee je de indrukking af kan lezen.

Finetuning van sag van je voorvork

De tabelwaarden zijn een goede start voor het instellen van de juiste luchtdruk. Ben je hier mee bekend, dan kun je kleine nuances aanbrengen in de afstelling. We hebben het dan ook over een tiental psi (dat leest makkelijker af dan Bar) meer of minder.

De eerste nuance is: meet de sag van je vork niet zittend, maar staand (alsof je op het punt staat in een afdaling te duiken: klaar voor de aanval). Je gewichtsverdeling op voor- en achterwiel is dan immers wat anders. De tweede nuance is: neem je demperpomp mee op een serieuze rit, en test hoe meer/minder druk het rijgedrag van je bike beïnvloedt. Het verschil van 20 naar 25% sag kan namelijk goed voelbaar zijn in het terrein, terwijl het op de vork nauwelijks zichtbaar is!

Samenspel voorvork en achterdemper

“En mijn achterdemper dan?” hoor ik u vragen, “daar zit geen tabelletje bij.” Dat kan goed kloppen. Met een beetje mazel heeft de fietsfabrikant een tabelletje met drukken en rijdersgewichten meegeleverd. Zo niet, dan is het een kwestie van sag meten en lucht bijpompen of afblazen tot je goed zit. Waarom Fox of RockShox geen tabel meegeeft? Dat is simpel: ieder ontwerp achtervering heeft andere verhoudingen (tussen

veerweg gemeten aan het wiel en de slag van de achterdemper) die bepalen hoe luchtdruk in de demper zich verhoudt tot het rijdersgewicht.

Sag afstellen van achterdemper

Sag van de achterdemper bepalen doe je op de bike zittend, als je vork al ‘goed’ staat. Dit leidt ertoe dat je achter relatief iets meer sag hebt dan voor. Vrij typisch voor een XC/trail bike is 20-25% sag voor en 25-30% sag achter. De reden voor die relatief zachtere achterdemper is wederom het voorkomen dat je bike in steile bochten of bij hard remmen (voorover) gaat duiken.

Ook bij de achterdemper geldt dat kleine drukverschillen het ‘gevoel’ van de veerweg sterk beïnvloeden. En dat zonder dat je bij het meten van de sag het o-ringetje op de demper veel verder ziet verplaatsen. Het is dus ook hier de moeite waard om kleine verschillen in druk te proberen tijdens een lange rit.

Rebound damping

De juiste luchtdruk is maar de helft van het verhaal. Met luchtdruk stel je de hardheid van de vork of achterdemper in. Maar om comfort en vooral controle te houden moet je ook de snelheid van het uitveren kunnen controleren: rebound – oftewel: uitgaande – damping. Zonder rebound damping was je bike een pogo stok, want als je met je gewicht over een oneffenheid rolt druk je de luchtveren in met flinke snelheid. Zonder damping zouden die luchtveren dus na de hobbel net zo snel weer uitveren. Conclusie:



De o-ring op de achterdemper geeft in dit geval zo'n 25% sag aan. Opgelet: op de meeste dempers zal de o-ring bij maximale veerweg nog 1-2 mm van het einde terecht komen.

Vering zonder damping is ronduit gevaarlijk!

Rode draaiknop

Boven of onder op je vork (meestal de rechter vorkpoot) en ergens op je achterdemper zit een rode draaiknop voor de rebound damping. In bijna alle gevallen geldt: linksom – als je tegen de draaiknop aan kijkt! – is los, rechtsom is vast. Hoe verder je de draaiknop met de klok mee draait, hoe sterker de damping wordt. En hoe langzamer de vork of achterdemper terug komt naar z'n oorspronkelijke stand. Te snel en je wordt een beetje van je fiets af gebokt. Te langzaam en het geheel kan na een klap niet snel genoeg uitveren om de volgende put of wortel te verteren.

Hoe vind ik het optimum?

Er is dus een optimum. De makkelijkste manier om een eind in de goede richting te komen is de rebound damping van je vork en achterdemper beide zo licht mogelijk in te stellen (= draaiknopje helemaal tegen de klok in draaien) en even over de parkeerplaats te rijden. Druk al staande op de pedalen de fiets met je eigen gewicht omlaag. Precies, die pompbeweging als je de vering van een van je fietsmatten wilt ‘testen’. Je vork en achterdemper veren dan in... en weer terug. Deint alles vervolgens nóg na (lees: voel je iets na het terugveren wéér inzakken?), dan mag je de damping wat zwaarder instellen. Grote kans dat je het



Knop voor de uitgaande (rebound) damping van een vork. Voor bijna alle merken geldt: linksom is los en een lichtere damping (je vork komt sneller terug naar z'n uitgeveerde stand). De sticker is duidelijk: de rode knop is voor de rebound damping, de blauwe hendel voor de compressie/lockout.

niet in één keer goed hebt, maar alles bij

Holding **PETERS - DIDAM BV**

In- en verkoop - verhuur onroerend goed



Henk Peters
Directeur



Dijksestraat 4, 6942 GC Didam
Telefoon: 06-53211544
E-mail: henkpeters4@hotmail.com

DUMPHUIS DOETINCHEM

- JEANS
- SPORTPRIJZEN
- WERKKLEDING



WWW.DUMPHUIS.NL

Dumphuis Doetinchem is geopend:

Ma 13:00u - 18:00u

Di - Do 09:00u - 18:00u


Vr 09:00u - 21:00u

Za 09:00u - 17:00u

Adres: Houtkampstraat 62, 7001 EC
Doetinchem Telefoon 0314 326 210

Badkamers - Tegels - Haarden



 **Jos Ariës**
Badkamers - Tegels - Haarden

www.josaries.nl
Edisonstraat 54
6902 PK Zevenaar

Haal meer uit je vering (vervolg)

elkaar ben je waarschijnlijk niet meer dan 5 minuten bezig.

Vervolgens is het tijd om het terrein in te gaan: hier doe je de fijne afstelling. Bukt de bike nog een klein beetje als je op snelheid over oneffenheden rijdt, dan moet de demping nog iets zwaarder. Lijkt je voorvork of achterdemper na aaneengeschakelde boomworteltjes steeds 'harder' te worden (wat klopt!) dan mag de rebound demping iets zwakker.

Tips and tricks

Laat je niet misleiden door het sissen van de pomp als je hem van je vork of demper los-schroeft. Er ontsnapt lucht uit de pompslang, niet uit je vering.

Zet lockouts en dergelijke uit als aan het werk gaat. Anders kun je niet goed meten en voelen wat er gebeurt.

Stap voorzichtig op en af als je de sag gaat meten, anders druk je de veringen te ver in. Bij het controleren van de vork-sag stap je achterwaarts af, en voor de achterdemper hou je je gewicht wat meer naar voren. Beter nog: vraag even hulp van een vriend (in) om de o-ring tegen de pakking van de vork of demper te duwen, terwijl je op de fiets zit.

Schrijf je gevonden drukwaardes en dempingsinstellingen (...zoveel klikjes dicht) op een sticker en plak die op je demperpomp – of zelfs je vork.

Stel je de druk voor de voorvork voor een grove indruk in volgens de tabel.

Stel je voorvork zo in dat je staand op de fiets 20-25% sag hebt.

Stel je achterdemper in zodat je zittend op de fiets 25-30% sag hebt.

Stel rebound op voorvork en achterdemper af zodat de fiets niet na stuitert als je de vering indrukt.

Ga rijden en stel de rebound indien nodig fijner af. Als je je demperpomp meeneemt, kan je onderweg ook de luchtdruk iets fijner afstellen.

Vergeet niet te genieten!



Ingezonden

Supersap deel 2

Een half jaar geleden heb ik een aantal MTB banden gevuld met 'homemade supersap', zie WaW 2022-3. Ik heb toen toegezegd te melden hoe die huisgemaakte sealant (een speciaal latexmengsel) zich in de praktijk zou houden. Dat de sealant goed werkte heb ik met spijkers en boortjes al aangetoond. Of de sealant ook langer werkzaam was, kon alleen met een praktijktest aangetoond worden. In de band zit na 6 maanden nog voldoende vloeibare sealant, meestal moet je na een half jaar bijvullen, maar dat is met dit mengsel nog niet echt nodig (Zie foto).

Zelf heb ik in die periode geen lekke banden gehad. Ik heb veel op de MTB gereden en ook in extreme omstandigheden, maar met binnenbanden was dat misschien ook wel zo geweest, dus

dat is geen afdoende bewijs. Voor een betrouwbare test zijn testgroepen en controlegroepen noodzakelijk. Mijn testgroepje bestaat daarom uit de 4 fietsers met het supersap in de banden en 4 fietsers waarvan ik weet dat ze consumenten sealant gebruiken. De controlegroep bestaat uit alle mede MTB-ers die nog met binnenbanden rijden (gemiddeld genomen zo'n 8 fietsers). Tijdens alle ritten die we samen reden waren er tot nu toe 6 lekke banden te betreuren. Vier daarvan waren met binnenbanden en twee met tubeless banden. De binnenbanden moesten ter plekke vervangen worden voor men verder kon. Bij de tubeless banden spoot er wel sealant uit, maar kon er zonder reparatie snel weer doorgere-

den worden. Opvallend was dat beide lek gereden tubeless banden gevuld waren met consumenten sealant. De tubeless banden met het supersap reden niet lek of hebben het niet gemerkt, omdat het lek snel gedicht werd. Ondanks het feit dat de groepen te klein zijn voor harde uitspraken, is het mij wel duidelijk dat de huisgemaakte sealant echt goed werkt en dus supersap is!

Vloeibare sealant in band (supersap)



Diversen

Jos Schipper

Zaterdagmorgen

Een regenachtige zaterdagmorgen stemt mij altijd droevig. Na het ontbijt en de wandeling met de hond is het tijd voor de krant. En die brengt ook al geen vrolijkheid. Wanneer ik naar buiten kijk, zie ik een vrouw voorbij lopen met een volle boodschappentas aan het stuur van haar fiets. De achterband is lek. Een regenachtige zaterdagmorgen stemt mij altijd droevig.





Kade
Tolkamer

Wielershop
Bike Emotions
WWW.BIKE-EMOTIONS.COM



BASSO

BH bikes

CUBE

SCOTT



Mozartlaan 4
6904 GG
Zevenaar

Tel. 0316-345553

TO-ritten programma t/m eind oktober

Schrijver: namens de TO-commissie, Paul Broere

Datum	RitNr	RitNaam	Koffie	Afstand	Vertrek
woe 7 jun	214	Klarenbeek	Loenen	86 km	09.00uur
woe 14 jun	106	Bruggenronde	Oortjeshekken	87 km	09.00uur
woe 14 jun	212	Plasmolen	Plasmolen	121 km	09.00uur
woe 21 jun	215	Zelhem	Zelhem	77 km	09.00uur
woe 28 jun	241	Steenderen	Hengelo	85 km	09.00uur
woe 5 jul	233	Achterhoek	Sinderen of Etten	77 km	09.00uur
woe 12 jul	229	Loenen-Hoenderloo	Hoenderloo	86 km	09.00uur
woe 12 jul	223	Uddel	Halte Hassel (bij spoor)	122 km	09.00uur
woe 19 jul	208	Nijmegen	Oortjeshekken	79 km	09.00uur
woe 26 jul	211	Wichmond	Hengelo	76 km	09.00uur
woe 2 aug	203	Veluwezoom	Brummen	66 km	09.00uur
woe 9 aug	218	Etten	Etten	75 km	09.00uur
woe 9 aug	239	Kootwijk	Kootwijk	112 km	09.00uur
woe 16 aug	230	Valburg	Elst	82 km	09.00uur
woe 23 aug	231	Zelhem-Slangenburg	Zelhem	80 km	09.00uur
woe 30 aug	234	Baak-Hengelo	Hengelo	72 km	09.00uur
VANAF NU WEER VERTREK OM 09.30 UUR					
woe 6 sep	236	Ulft	Etten	67 km	09.30uur
woe 6 sep	222	Barchem	Barchem	114 km	09.30uur
woe 13 sep	242	Rondje Oude IJssel	s Heerenberg	65 km	09.30uur
woe 20 sep	220	Baak	Baak	71 km	09.30uur
zon 24 sep	185	Sluitingsrit	Plok	70 km	09.30uur
woe 27 sep	204	Wieken	Etten	63 km	09.30uur
woe 4 okt	238	s Heerenberg	Zeddarn	63 km	09.30uur
woe 4 okt	226	Ruurlo	Ruurlo	99 km	09.30uur
woe 11 okt	527	Etten-Zevenaar	Klaphek	54 km	09.30uur
woe 18 okt	519	Braamt-Hoog Keppel	Hummelo	51 km	09.30uur
woe 25 okt	518	de Steeg-Doesburg	Doesburg	50 km	09.30uur
woe 25 okt	AANSLUITEND SNERTMIDDAG. AANVANG 15.00 UUR				

Hierboven de tweede en laatste rittenkalender van dit fietsseizoen. Jullie zien dat deze tot eind oktober loopt.

Dit komt uiteraard door de planning van alweer een snertmiddag aansluitend op de laatste officiële TO-rit.

Ergens in september zal in een nieuwsbrief vermeld worden hoe je je kunt opgeven voor de snertmiddag.

Daarna wordt per week bekeken wat de aankomende rit zal zijn, zodat deze in de betreffende nieuwsbrief wordt vermeld.

Als het weer in de herfst- en winterperiode meezit (dus beter is dan in het afgelopen voorjaar) gaan we gewoon door met het rond peddelen.

De TO-commissie wenst iedereen die nog weggaat deze zomer een fijne en veilige vakantie met hopelijk veel goed weer.

Kom weer heel terug a.u.b.

Volg de wekelijkse nieuwsbrief voor eventuele wijzigingen in de rittenkalender.



Clubritten programma t/m september

Peer Donkers

Datum	RitNr	RitNaam	Koffie	Afstand	Vertrek
zat 3 jun	163	Ermelo	Ermelo	154 km	09.00uur
zon 4 jun	144	Ruighenrode	Ruighenrode	91 km	09.00uur
zat 10 jun	173	Rees-Xanten	Xanten	135 km	09.00uur
zon 11 jun	139	Veluwezoom	Beekbergen	90 km	09.00uur
zat 17 jun	162	Holterberg	Nijverdalen	159 km	09.00uur
zon 18 jun	130	Mosselseweg-Vorden	Vorden	91 km	09.00uur
zat 24 jun	178	Bocholt	Lowick	124 km	09.00uur
zon 25 jun	117	Berg en Dal	Groesbeek	97 km	09.00uur
zat 1 jul	167	Gorssel	Gorssel	137 km	09.00uur
zon 2 jul	149	Onzalige bossen-Loenermark	Loenen	83 km	09.00uur
zat 8 jul	165	Veluwezoom	Beekbergen of Klarenbeek	128 km	09.00uur
zon 9 jul	134	Praest	Megchelen	83 km	09.00uur
zat 15 jul	166	Winterswijk	Watermolen (Wooldseweg)	138 km	09.00uur
zon 16 jul	133	Anholt-Gelders Eiland	Megchelen	82 km	09.00uur
zat 22 jul	168	Maas-Waal	Linden	133 km	09.00uur
zon 23 jul	135	Tonden	Reuvershoeve	86 km	09.00uur
zat 29 jul	174	Reichswald-Uedem(fietspont)	Uedem	118 km	09.00uur
zon 30 jul	131	Hoenderloo-Otterlo-Oosterbeek	Otterlo	92 km	09.00uur
zat 5 aug	177	Exel	Exel	125 km	09.00uur
zon 6 aug	151	Kranenburg	Groesbeek	94 km	09.00uur
zat 12 aug	181	Grenslandrit	Zelf bepalen	112 km	09.00uur
zon 13 aug	108	Posbank-Loenen	Loenen	85 km	09.00uur
zat 19 aug	143	Barchem	Barchem	102 km	09.00uur
zon 20 aug	123	Beekbergen	Beekbergen	88 km	09.00uur
zat 26 aug	146	Groesbeek	Groesbeek	101 km	09.00uur
zon 27 aug	141	Kiebitzsee-Elterberg-Megchelen	Megchelen	84 km	09.00uur
VANAF NU WEER VERTREK OM 09.30 UUR					
zat 2 sep	119	Rees	Rees	93 km	09.30uur
zon 3 sep	145	Baak	Baak	87 km	09.30uur
zat 9 sep	132	Empe	Bakker Brill	85 km	09.30uur
zon 10 sep	186	Heteren via Heelsum	Heelsum	69 km	09.30uur
zat 16 sep	158	Loenermark via Veluwezoom	Hoenderloo	85 km	09.30uur
zon 17 sep	153	Montferlandrit	Klaphek	67 km	09.30uur
zat 23 sep	111	Achterhoek	Zelhem of Halle	86 km	09.30uur
zon 24 sep	185	Sluitingsrit	Plok	70 km	09.30uur
zon 1 okt	185	Sluitingsrit bij eventuele eerdere afgelasting	Plok	70 km	09.30uur



Diversen

Dinsdagavond trainingen

13, 20 en 27 juni, 4, 11, 18 en 25 juli, 1, 8, 15, 22 en 29 augustus : Vertrektijd A en B groep 19.00 uur

5, 12, 19 en 26 september: Vertrektijd A + B groep om 18.30 uur

Clubrit 190: Ronde Netterden (67 km), of i.o.m. wegkapitein

P-2 Advies

fiscaal-juridisch adviseur

Signnovation®
INTERNATIONAL

GOED NIEUWS

VOOR ALLE LEDEN

VAN TC DE LIEMERS

25% KORTING

OP EEN LIDMAATSCHAP BIJ FEELGOODCLUB AEROFITT!

ONBEPERKT SPORTEN IN ALLE VESTIGINGEN

GEEN LANGDURIG CONTRACT

**FEEL GOOD,
FEEL BETTER**

FeelGoodClub

AeroFitt

Hengelo Gld: 0575 46 50 01 • Didam tel: 0316 221 621 • Duiven tel: 0316 284 961 • Zelhem tel: 0575 46 50 01 • Zutphen tel: 0575 820 222

Samen jouw doelen realiseren. www.aerofitt.nl