



Wiel aan Wiel

Jaargang 46,
nr.: 2-2024

TC de Liemers - Zevenaar



Liemerije on Tour



Reichswald Classic en Gravelrit



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

Verbouw | Aanbouw | Renovatie | Onderhoud |

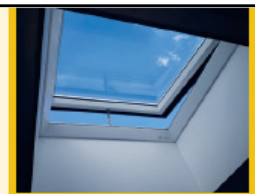
Voor het realiseren van een comfortabele woon- werk- en verblijfsomgeving steken onze vakmannen graag hun handen uit de mouwen. Heeft u een nieuwe woning gekocht maar is een verbouwing nodig om het volledig te laten voldoen aan uw wensen? Of heeft u behoefte aan meer leefruimte voor het uitvoeren van 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 2024**

Redactioneel

Tot nu toe is het geen al te best voorjaar, te vaak te koud, te nat en steeds met een behoorlijke wind, aldus begon vorig jaar het redactioneel voor nummer 2 van ons clubblad. Voor nu een herhaling van zetten dus. Maar tussen de weersomstandigheden door worden de bikes toch regelmatig uit de schuur getrokken.

Dit jaar zijn we op initiatief van Chris Wullink van start gegaan met regelmatig een gravelrit elders. Inmiddels zijn er al een aantal gereden, in het Dämmerwald, rond vliegveld Laarbruch/Weeze. Antoon te Braake vertelt over zijn Diepenheim rit. Binnenkort staan nog de Ruhrpot en ook Salland, de Sonsbecker Schweiz en de Achterhoekse Strade Bianche op het program. Bij onze Classic kon men ook met de gravelbike op pad. Antoon te Braake doet verslag en pleit voor enige aanpassingen. De gravelervaringen zijn overigens over het algemeen zeer positief, een mooie afwisseling met het wegracen. Ab Lubbers laat de Classic ook de revue passeren in een verslag. Met de Classic was er ook een side-event, Parkinson on Tour. Hierover valt in dit nummer ook wat te lezen. Volgend jaar wil men dit wederom onderdeel maken van de Classic. Uw hoofdredacteur heeft al eens vaker aangegeven dat hij graag wat meer relevante (technische) informatie in Wiel aan Wiel zou willen zien. Deze keer komt het er van, Antoon te Braake gaat verder met zijn zelf gebrouwen supersap en Paul Peters maakt gebruik van een paar mooie praktische artikelen over piepjes, kraakjes en schijfremmen.

De gezondheid is voor ons allen enorm belangrijk, Antoine Ross stipt het aan met zijn verhaal over de reanimatiecursus. Jullie hoofdredacteur kan hierover meepraten, gezien zijn heftige recente ervaring met een droevige afloop helaas. We zitten tegenwoordig in een nieuwe digitale wereld. De smartphone, de laptop, de smartwatch, etc. etc., deze machientjes doen alles razendsnel voor je. De nieuwe trend is ChatGPT, oftewel kunstmatige intelligentie (AI: artificial intelligence). We hoeven niet meer na te denken zo lijkt het. Roep maar wat en je krijgt het in no time voorgeschoteld. Paul Peters deed het met "TC de Liemers" en je staat verbaasd wat de computer in een split second allemaal te vertellen heeft. Het lijkt er verdomd veel op dat onze redactie de langste tijd wel heeft gehad, we worden binnenkort gewoon keihard weggesaneerd. Of zal het toch zo'n vaart niet lopen?

Inhoud:	pagina
Bestuurlijk	
<i>Johan van Oosten</i>	
♦ Woord van de voorzitter	3
<i>Steven Krol</i>	
♦ Jaarverslag 2023 van TC de Liemers	3, 5
Belangrijke mededeling/Diversen	
<i>Paul Peters</i>	
♦ Verzekering NTFU	5, 6
♦ Hier kun jij ook staan	6
Nieuwe leden	
<i>Jopie Boone-Baarends</i>	
♦ Deze keer 1 nieuw lid	6
Verslag van een clubevenement	
<i>Ab Lubbers</i>	
♦ Verslag Reichswald Classic en Gravelrit	7, 9
♦ Verslag van Reichswald Classic-Parkinson on Tour .	9
<i>Antoon te Braake</i>	
♦ Verslag van Reichswald Classic-Gravelrit	10
Ingezonden artikelen	
<i>Antoine Ross</i>	
♦ Reanimatiecursus (herhaal en nieuw)	12
<i>Antoon te Braake</i>	
♦ Supersap deel 3 (slot)	13
<i>Paul Peters</i>	
♦ Irritante fietspiepjes en kraakjes (hoe verhelpen) ...	15 t/m 21
<i>Paul Broere</i>	
♦ Erehaag voor Leo Vos	21
<i>Antoon te Braake</i>	
♦ Gravelrit Diepenheim	23
<i>Paul Peters</i>	
♦ Piepende schijfremmen op je fiets: (hoe verhelpen)	25,27
Diversen	
<i>Paul Peters</i>	
♦ TC de Liemers en ChatGPT	27, 29
<i>Steven Krol</i>	
♦ Clubweekend 2024 op 9, 10 en 11 juli	29
<i>Paul Broere</i>	
♦ Voorwoord en rittenkalender Tandje Ouder	31
<i>Peer Donkers</i>	
♦ Rittenkalender van de Club	32

Fietsagenda 2024 (wt = wintertijd 09.30 uur; zt = zomertijd 09.00 uur)

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

Bestuur TC de Liemers			
Voorzitter	Johan van Oosten	026-3120972	Voorzitter@tcdeliemers.nl
Secretaris	Steven Krol	06-51603503	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	
Paul Broere			X	X
Paul Peters		X		
Peer Donkers		X	X	
Ralf Peters	X	X		
Willy Gusing				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	06-51591213	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		Montferlandtocht	Clubweekend MTB	Clubweekend 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	Marco te Witt Heidi Wullink-Fierkens Reserve: Jan Schepers	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 2024: Gewoon lid: € 60,00 met, resp. € 61,00 zonder machtiging Gezinslid: € 56,00 met, resp. € 57,00 zonder machtiging Dubbel lid: € 30,00 met, resp. € 31,00 zonder machtiging Bank: Rabobank Duiven, IBAN NL59RABO 0374 803 889 t.n.v. TC de Liemers
Clubkleding	Passets bij BIKE & RUN. Bestellen en betalen via 36 Wielershop—Professionele wielerkleding (36cycling.com).	
Schademeldingen	Steven Krol	Secretaris@tcdeliemers.nl
Vervoerscoördinatie	Per groep afspreken	
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 Zevenaer	0316-332200	jopieboone54@gmail.com
Redactie (alle kopij)	Antoon te Braake	Schellenkrans 21	6904 PS Zevenaer	06-51189630	antoontebraake@hetnet.nl
Redactie	Geert van den Bosch	Schoolstraat 28	6942 AJ Didam	06-11742885	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 (Mfl)	0316-531553	WAW-bezorging@tcdeliemers.nl

Woord van de voorzitter

Johan van Oosten

We hebben alweer kunnen genieten van vele kilometers fietsplezier. Hoewel het weer niet altijd meewerkte. De vele buien maken dat het moeilijk is om het tijdens het fietsen droog te houden. Daar weten de deelnemers aan de Elfstedenfietsstocht van mee te praten.

Over het algemeen zijn onze clubritten redelijk goed bezocht. Maar wat betekent dat? Het is betrekkelijk als er zo'n 50 tot 70 deelnemers zijn op een ledenbestand van circa 250. Waarom wil het overgrote deel van onze leden niet in clubverband fietsen? Is het de sfeer, de afstand, de snelheid? We weten het

niet.

Van onze Reichswald Classic hebben toch weer circa 356 wielersporters kunnen genieten. Dat zorgde weer voor een leuk bedrag aan inkomsten voor onze club. Maar waar we misschien nog tevredener mee kunnen zijn, is dat de Parkinsonpatiënten een geweldige dag hebben gehad.

En inmiddels is bekend wanneer het clubweekend zal worden gehouden. De meeste potentiële deelnemers gaven de voorkeur aan het weekend van 9, 10 en 11 augustus.

Omdat Natuurmonumenten geen goedkeuring meer wil geven aan het

mountainbiken buiten het parcours is besloten om te stoppen met de Montferlandtocht. Wel zal nog worden verkend of het mogelijk is om een interessante Graveltocht te organiseren.

Het Bestuur heeft ook al een spreker 'gestrikt' voor de ledenvergadering van maandag 26 november 2024.

Het vinden van een nieuw bestuurslid is op dit moment nog een heet hangijzer. Degene die zich hiervoor meldt kan rekenen op een warm welkom.

Tot slot hoop ik dat het komende deel van het fietsseizoen ook aangenaam en veilig verloopt.



Bestuurlijk

Jaarverslag 2023 van TC de Liemers

Steven Krol

Eindelijk kon het jaar weer gestart worden met onze traditionele nieuwjaarsreceptie. Op vrijdag 6 januari vond dit plaats. Ongeveer 50 leden waren hierbij aanwezig.

Twee dagen later was het alweer tijd voor de oliebolletrit (volgens sommigen olieborrelrit). Fantastisch georganiseerd door Marco te Witt en Roy van Dick

Bestuur

Maandag 20 maart vond de Algemene Ledenvergadering van het voorjaar plaats. Als voorprogramma presenteerde Ron Keurentjes, eigenaar van Bike-Emotions uit Beek, zich. Hierna kregen we van Joos Berentsen, countrymanager van BH (Beistegui Hermanos) een levendige presentatie over dit familiebedrijf.

Een extra agendapunt was het in het zonnetje zetten van zes clubcoryfeën die om uiteenlopende redenen afscheid hebben moeten nemen van onze club.

Tijdens deze vergadering werd ook afscheid genomen van Richard Tijsseling als bestuurslid. Als zijn opvolger werd Peer Donkers benoemd.

Maandag 27 november vond de najaarsvergadering plaats. Voorafgaand hieraan sprak Ron van Heerde, fysio-

therapeut, onderzoeker en clublid, zeer boeiend over "Fietsen met gezond verstand. Een fysiotherapeutische blik."

Tijdens deze vergadering werd de door de penningmeester voorgestelde contributieverhoging unaniem akkoord bevonden.

Het bestuur heeft in 2023 viermaal een bestuursvergadering gehouden. Eind 2023 werd het bestuur gevormd door:

Voorzitter Johan van Oosten
 Secretaris Steven Krol
 Penningmeester Willem Nass
 Algemeen lid 1 Ed Bouwman
 Algemeen lid 2 Vacant
 Com. Clubfietsen Peer Donkers
 Com. Evenementen Sytze Hellinga

Clubfietsen

Vanaf eind januari werd er weer enthousiast in clubverband gefietst, zowel op de racefiets als op de mountainbike. In januari werd ook al de eerste gravelrit georganiseerd door Chris Wullink en Fred Verstraaten. Het voorjaar was regelmatig wat nat. De openingsrit moest een week worden uitgesteld. De sluitingsrit kon met prachtig najaarsweer gewoon doorgaan. Aan beide ritten namen ca

tachtig leden deel.

Tijdens het toerfietsen hebben zich gelukkig geen grote incidenten voorgedaan. Er is veilig gefietst.

Het mountainbiken op de Eltenberg, dat wij altijd graag deden, blijkt helaas grotendeels illegaal. Er mag alleen gefietst worden op brede geëgaliseerde paden. Oproep: Houd je aan de regels.

De sluitingsrit van Tandje Ouder met 'Snert-aan-de-baan' werd door 40 leden bezocht.

Naast de gebruikelijke ritten werden zeker tien ritten elders georganiseerd! Hierbij waren onder andere tochten in Het Groene Hart, Limburg en Duitsland. De gravelritten op zaterdag worden steeds populairder.

Evenementen

Liemers Classic (Reichswald) Ook dit jaar kon onze classic verreden worden. De ruim 450 deelnemers waren wederom zeer enthousiast. Door het mooie weer bleef het ook nog lang gezellig op het terras van ons clubhuis.

Koninklijke onderscheiding Ab Lubbers Ab Lubbers heeft voor zijn jarenlange inzet voor onze club en voor de atletiekvereniging een lintje gekre-

"Peters **INSTALLATIETECHNIEK**

Dé specialist voor advies, plaatsing
en onderhoud van duurzame
klimaatinstallaties

WIJ
ZOEKEN
COLLEGA'S
—
BEKIJK ONZE
WEBSITE



www.peters-installatietechniek.nl

Zevenaar | Winterswijk | Renkum

Jaarverslag 2023 van TC de Liemers (vervolg)

gen. Iedereen vond dit meer dan verdiend! Er werd een drukbezochte en geanimeerde receptie gehouden in ons clubgebouw.

Montferlandtocht

Ook dit kon weer doorgaan. Hieraan namen eveneens bijna 500 mensen deel.

Ook hier waren de deelnemers zeer enthousiast. Het is alleen de vraag of Natuurmonumenten volgend jaar weer akkoord zal gaan met het rijden op andere paden dan het officiële mountainbikeparcours.

Clubweekenden Dit jaar zijn er twee clubweekenden geweest.

Aan het mountainbike-weekend in Wermelskirchen werd door een klein gezelschap van negen leden deelgenomen.

Het clubweekend op de weg rond de Drunense Duinen was een succes. Niet zo heel veel deelnemers, 20 leden, maar er is mooi gefietst en de sfeer was prima. Het is zeker de bedoeling in 2024 weer een clubweekend te organiseren.

Kledingcommissie

De commissie wordt gevormd door Astrid Haijma, Harry Derksen, Heidi

Wullink en Sytze Hellinga.

Vanaf april zijn er pasavonden georganiseerd. Het aantal bestellingen viel wat tegen. De kleding is uitgereikt tijdens de nieuwjaarsreceptie 2024.

Redactie "Wiel aan Wiel"

Ons goed gevulde clubblad is weer viermaal verschenen. De samenstelling van de redactie is ongewijzigd: Paul Peters, eindredacteur, overige redacteurs: Jopie Boone, Geert van den Bosch, Antoon te Braake en Paul Broere.

De coördinatie van het bezorgen is in handen van Frank Peters.

Nieuwsbrief, Website en Social Media

Peer Donkers zorgde, zelfs regelmatig vanaf zijn vakantieadres, voor een wekelijkse nieuwsbrief.

Het beheer van de website is in handen van Antoon te Braake en dat van de sociale media in die van Geert van den Bosch.

Shirtsporsors

De sponsors in 2023 zijn FeelGood-Club AeroFit, Kampioensbakker Paul Berntsen, P-2 Advies, Plok en Signovation International.

TC de Liemersprijs

Tijdens de novembervergadering werd bekend gemaakt dat er een nieuwe genomineerde is. Deze persoon kon niet aanwezig zijn en daarom werd de uitreiking van de prijs uitgesteld tot de komende voorjaarsvergadering.

Jubilarissen

In 2023 waren er geen jubilarissen.

Lief en Leed

Ook het afgelopen jaar vervulden Ab en Marijke Lubbers deze taak. Zij namen contact op met de betrokkenen, stuurden een kaartje en/of een attentie. In 2023 is een donateur overleden.

Ledenstand

Het aantal leden is iets afgenomen. Eind december had de club 255 leden. Er waren 29 afmeldingen en 9 aanmeldingen.

Resumé

2023 was voor de club in veel opzichten een mooi, sportief, gezellig en veilig jaar. Namens het bestuur dank ik iedereen die zijn of haar bijdrage heeft geleverd.



Diversen

Verzekering NTFU

Paul Peters

Onlangs raakte bij een valpartij mijn nieuwe TC de Liemers Pro shirt beschadigd. Nog nagenoeg nieuw, dus opgegeven bij de verzekering. Ik heb het shirt besteld en betaald in augustus 2023. Daarna zijn ze pas gemaakt en vervolgens ergens in maart 2024 geleverd, na een foute eerste versie. Zoals bekend geldt bij vergoeding van persoonlijke eigendommen een korting van 3% per maand. De polisvoorwaarde luidt:

Voor schade aan persoonlijke eigendommen zoals kleding, helm en bril geldt de dagwaardevergoeding als de

goederen ouder zijn dan een half jaar. Na 3 jaar worden persoonlijke eigendommen als volledig afgeschreven beschouwd.

De verzekeraar (Meijers) berichtte mij als volgt:

Omtrent de afschrijving van uw wielershirt hanteren wij een afschrijving vanaf de datum van aankoop, zoals bij elk product.

Conclusie: In onderhavig geval paste men dus 24% korting (8 maanden) toe terwijl het shirt eerst twee maanden geleden geleverd/oud is.

Let wel, aan die paar centen korting ga ik niet dood, maar het gaat om het principe. In beginsel is de methode die men hanteert onjuist. Vroeg en vooraf bestellen van kleding leidt in casu tot een omstreden en onredelijke korting ten opzichte van mensen die gewoon een shirt in de winkel kopen (ongelijke behandeling van dezelfde gevallen!). In bovenstaande geval zou de vergoeding gewoon nog (nagenoeg) 100% moeten zijn vanwege het halve jaar in de voorwaarden. Voer voor juristen.....waarvan akte!

Verzekering NTFU (vervolg)

Naschrift: ik heb de verzekeraar laten weten de zaak verder te laten rusten vanwege het geringe belang, maar daarbij wel aangegeven dat men niet correct handelt. En dat ik zou overwegen om de kwestie voor te leggen aan de NTFU zodat deze dit probleem verder met de verzekeraar kan bespreken en oplossen voor de toekomst. Immers het is een aangelegenheid die van belang is voor alle clubleden in Nederland die vooraf kleding bestellen. En



zowaar, reeds de volgende dag heeft de verzekeraar mij tot 4x toe gebeld om mede te kunnen delen dat zij direct alsnog het volledige aankoopbedrag van het shirt vergoeden. Je mag dan toch verwachten dat men het kortingsbeleid in deze aangelegenheden gaat aanpassen.



Een nieuw lid stelt zich voor

Jopie Boone Baarends

Heel veel plezier



Naam: Peter Hartman

Beroep: Commercieel technisch medewerker

Leeftijd: 43

Waarom lid: Na onze verhuizing naar Didam de eerste jaren (te) druk geweest met verbouwen, kinderen en allerlei andere excuses waarom ik niet op de fiets zat. Nu weer wat tijd gevonden/gemaakt om het fietsen weer op te pakken en op zoek naar een leuke club om dit weer vorm te geven.

Fietservaring: Voor de verhuizing een slordige tien jaar met Roelofs Arnhem meegefietst. Hiermee ook diverse mooie buitenland trips mogen meemaken.

Ambities: Plezier in het fietsen weer terug vinden en fit worden met de hoop dat er ergens nog een spiergeheugen bewaard is gebleven met de vorm van weleer.

Andere hobby's: Auto's, caravan/camping, lekker eten.



Mozartlaan 4

6904 GG

Zevenaar

Tel. 0316-345553

Hier kan jij ook staan!

Diversen

Fizik race/gravel zadel Argo X3 Terra Kium unisex, zwart, 150 mm, 238 gram.

Nieuwprijs € 133, slechts een paar keer mee gereden.

Mooi design, maar past mij helaas niet goed.

Voor slechts € 50 is ie van jou!

Even berichtje naar Paul Peters:

pee.pee@upcmail.nl/0614577177



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 TC de Liemers-Reichswald Classic en Gravelrit (vervolg)

vrijwilligers kwam het gelukkig allemaal goed. Bij deze wil ik eenieder bedanken die op een of andere manier heeft mee geholpen aan het welslagen van dit evenement. Uiteraard ook de mensen die betrokken waren bij de Parkinson on Tour. Verder is TC de Liemers veel dank verschuldigd aan de sponsors voor hun bijdrage, zowel financieel als materieel. Volgend jaar gaan we met frisse moed verder met de organisatie van dit mooie evenement. De datum staat al gepland op zaterdag 19 april 2025. Pas op! Dit is de zaterdag voor Pasen. We zijn bezig (voortgekomen uit de evaluatie) om wat

zaken beter te regelen en aantrekkelijker te maken voor de deelnemers. Denk aan versnaperingen onderweg, alsmede aanpassingen en veranderingen van de routes.

Ook meer vertier/aantrekkelijker maken voor de deelnemers bij start/finish en kantine.

Het is de bedoeling dat we de samenwerking met Liemerijë ook voortzetten voor wat betreft de Parkinson on Tour duo-fietsers. Meer nieuws hieromtrent volgt later dit jaar.

Uiteraard hopen we ook volgend jaar weer op jullie spontane medewerking

kunnen rekenen. Nogmaals bedankt en namens de Reichswald Classic-commissie: op naar 2025!

Als commissie zouden we graag wat jongere leden met ambitie in het organiseren van een evenement als de classic erbij willen hebben zodat ze meekijken en leren 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.



Verslag van een clubactiviteit

TC de Liemers-Reichswald Classic Parkinson on Tour rit

Ab Lubbers

TC de Liemers kreeg eind vorig jaar het verzoek of we in samenwerking met Liemerijë bij de Reichswald Classic iets wilden doen met als doel geld in te zamelen voor de aanschaf van nieuwe duo-fietsen voor de Parkinsonpatiënten. Een slopende ziekte die helaas steeds meer voorkomt. Uiteraard gaven we hier als vereniging gehoor aan.

Na diverse vergaderingen/besprekingen kwamen we tot een definitieve invulling van het evenement. Dit had voor ons toch wel wat extra werk, zoals een speciale route hiervoor, aanpassingen bij start en finish en nog wat andere zaken. De samenwerking verliep goed, alleen was er enige discussie over waar te vertrekken. Uiteindelijk werd besloten om de groep Parkinsonrijders in colonne

vanaf de Liemerijë naar onze startlocatie te laten rijden. Hier werd men feestelijk onthaald door veel familie en bekenden. Ook was TV Gelderland en de lokale omroep Mozaïek aanwezig om een mooie reportage met diverse interviews te maken.

Dit hele gebeuren was erg sfeervol, ook al werkte het weer niet erg mee. Dit resulteerde dat er uiteindelijk 9 duo-fietsen mee deden, waar men had gehoopt op meer deelnemers. De rit verliep voorspoedig en sfeervol, ook dankzij de vele fietsende supporters als begeleiders. Vanwege de koude weersomstandigheden moesten we noodgedwongen de route wat inkorten, van 40 naar 25 km, maar dit mocht de pret niet drukken. Bij aankomst/finish was er ook veel support aanwezig, zelfs een tam-

boerkorps uit Didam fleurde de boel op. Samen met een flinke groep toerfietsers die juist de 165 km hadden gereden, maakten de duo-fietsers nog een ereronde over de atletiekbaan. Daarna hadden de Parkinsonfietsers de pijp leeg en toog men vrij snel terug naar de vertrouwde omgeving van Liemerijë. Dit was wellicht anders geweest als de weergoden wat beter mee hadden gewerkt. Al met al mogen we concluderen dat het evenement geslaagd was, ondanks wat op- of aanmerkingen die voor verbetering vatbaar zijn. Besloten is om er in 2025 een vervolg aan te geven. Dan niet meer om extra geld in te zamelen, maar gewoon om die mensen gewoon een leuke dag te bezorgen.



Verslag van de TC de Liemers-Reichswald Classic - Gravelrit

Antoon te Braake

Bij ons fietsevenement "Reichswald -Classic" worden sinds 2022 ook gravelritten van 85 en 125km georganiseerd. Enige geografische relatie van die gravelritten met het Reichswald is er in de verste verte niet, omdat deze gereden worden rondom Elten, Montferland, Doetinchem (85km) en Zelhem (voor de 125km). De gravelritten zijn (volgens mij) aan de Reichswald-Classic gekoppeld om dit fietsevenement interessanter te maken voor een groter publiek. Daarnaast vergt het weinig extra organisatie en vrijwilligers als beide evenementen gelijktijdig worden verreden. Gravelen werd eerst als hype gezien maar de groep gravelaars wordt groter en groter. De gravelritten hebben voldaan aan de doelstelling, het interessanter maken van de Classic, en dragen ook substantieel bij aan het totaal aantal deelnemers. In tegenstelling tot het groter worden van de groep gravelaars, neemt de deelname aan onze gravelritten (door de jaren heen) langzaam af van 25 naar 24 en nu 23%, ten opzichte van het totaal aantal deelnemers. (zie aantallen op pagina.7) Om interessant te blijven, zal er dus meer variatie in de routes moeten komen.

Dit jaar was er wat bijzonders aan



de hand. Ik was als voorrijder ingedeeld bij de 125km route. Dit is een service die wij als club bieden voor deelnemers die geen GPS hebben, want de routes zijn niet uitgepijld en alleen via GPS te volgen. Op het laatste moment meldde zich één

persoon (René, lid van de Arnhemse vereniging Reto) die met een voorrijder mee wilde. Hij had wel een GPS maar vond het leuker om samen met iemand te rijden en was ook blij met deze service. Tijdens de rit bleek al bij de eerste afslag dat hij een andere rit in zijn apparaat had staan. Ik had de GPS-route van de organisatie gehad en die versie ook op onze site gezet. René zei dat hij de file van de NTFU site had afgehaald. Dat bleek dus de route te zijn van 2023! Omdat we bij een aantal afslagen elkaar bijna in de wielen reden, heb ik (op de dijk bij Oud-Zevenaar) mijn route overgezet op zijn Garmin apparaat en hebben we de route van 2024 zonder botsingen vervolgd. Onderweg kwamen we een clubje gravelaars tegen die regelmatig ons pad kruisten. Sloegen zij rechtsaf, dan moesten wij rechtdoor. Aanvankelijk dacht ik dat zij een heel andere route reden en dat dit toeval was. Omdat we ze tot het eind toe bleven tegenkomen, werd het mij duidelijk dat zij ook deelnemers waren, maar de route van 2023 aan het rijden waren. Die heb ik vorig jaar ook gereden en die week niet veel af van de huidige. Vervelend voor hen was dat de tweede pauzeplaats was verplaatst. Gelukkig liep hun route ook langs de nieuwe pauzeplaats bij de camping nabij Hummelo, maar daar stoven ze zonder te stoppen voorbij!

René en ik vonden het een mooie afwisselende en uitdagende route en hebben met plezier de rit volbracht. Dit was echter voor de derde keer dat de gravelrit rondom Doetinchem en Zelhem, met kleine aanpassingen, verreden werd. Zelf ben ik van mening dat er meer mogelijkheden zijn om variatie aan te brengen; draai desnoods de rijrichting om, dan heb je gelijk een compleet andere rit! Ook de pauzeplaatsen verdienen naar mijn me-



ning meer aandacht. Nu werden wij gelaafd vanuit de achterbak van een auto en buiten het terrein van een camping. De verzorging (bananen, koeken en sportdrank) was prima, maar ze stonden niet bij horeca. Daardoor heb een gezellig terras met dampende koffie en een goed stuk gebak onderweg gemist. Ik moet er eerlijkheidshalve bij zeggen dat dit ook door mijn volger kwam. Hij zag deze rit als training voor een kwalificatierit van het WK gravel, dus het tempo was hoog en hij wilde niet onnodig stoppen. Geen standaard profiel van een gravelaar dus, want die wil genieten en neemt de tijd voor een bakkie!





BASSO

BH bikes

CUBE

SCOTT

**VOLGENS VELEN
 DE MOOISTE PLEK
 VAN OOST-GELDERLAND!**



Bij CARLO

Kade 7
 Brasserie & Rijnterras

KADE 5
 Brasserie & jssalon

t'KLAPHEK



*Buitengewoon goed,
 maar binnen ook!*

'S-HEERENBERGSEWEG 2, STOKKUM
 K LAPHEK.COM   TKLAPHEK

Reanimatiecursus voor leden van TC de Liemers 2024

Antoine Ross

Het bestuur van TC de Liemers vindt het belangrijk dat, mede gezien de leeftijd van veel leden, de jaarlijkse update van de reanimatiecursus plaatsvindt. Het was voor mij de derde keer dat ik dit mocht organiseren.

Na diverse mededelingen in onze nieuwsbrief hadden 15 leden van onze vereniging zich opgegeven. Dat waren 3 beginners en 12 leden die de herhaalcursus wilden volgen. De beginners gingen op locatie in Doetinchem. De herhalers kwamen dinsdag 16 januari naar ons clubgebouw waar Ab Lubbers de ruimte en de koffie geregeld had.



Monique Kateman van Stichting Reanimatie Achterhoek (SRA) verzorgde de avond op deskundige wijze. Niet "alleen" reanimatie maar ook andere nuttige levensreddende handelingen passeerden de revue. Het werd een interessante en leerzame avond. Na afloop was er voor elke deelnemer een diploma reanimatie en AED.



Het advies van de Stichting is om voor het behoud van de reanimatie en AED kennis en vaardigheden jaarlijks een herhalingsles te volgen. Helaas waren er van de 12 leden die zich opgegeven hadden slechts 6 personen aanwezig. Om in clubtermen te spreken: " De wegblijvers hadden ongelijk". Ik heb besloten een ander lid (leden) de kans te geven. Bestuur bedankt voor het in mij gestelde vertrouwen.



Supersap deel 3 (slot)

Antoon te Braake

In de Wiel aan Wiel van 3-2022 schreef ik een artikel over zelfgemaakte sealant om daarmee mountainbike-banden tubeless te maken. Ik deed in dat artikel de belofte dat ik ook mijn praktische ervaring met deze sealant (ik noemde het supersap) zou delen. In de Wiel aan Wiel van 2-2023 schreef ik in deel twee welke praktische ervaringen ik had met deze supersap sealant. Omdat mountainbike-banden een lage druk hebben, is het gebruik van sealant daarvoor een absolute aanrader. Ik weet dat er verschillende meningen zijn over het tubeless maken van fietsbanden. De één vindt het maar gedoe en geknoei en de ander zweert erbij. Zelf heb ik, sinds ik tubeless rijd, nooit meer een lekke band gehad. Uit proeven en praktische testen bleek dat dit supersap (in mijn ervaring) beter werkt dan sealant van commerciële producten. Bijvoorbeeld met de sealant van "Joe's" (met zijn gelijke reclame filmpjes, waarbij ze over een spijkerplank rijden zonder dat je sealant eruit ziet spuiten) had ik mindere ervaringen. Ten eerste was het daarmee lastiger om de band in één keer luchtdicht te krijgen en na een half jaar was de sealant zover ingedroogd dat deze al vervangen moest worden. De sealant van het merk "Squirt" was wat dat betreft wel beter, mede omdat



Opedroogde of geklonterde sealant

ook dit merk korreltjes (beadblocks) gebruikt om grotere gaten snel te dichten. Deze sealant werkt ook goed, maar is best wel prijzig (ca. 35 euro voor 1 liter). Let wel, er zijn vele merken en ik heb er maar twee van gebruikt. Wat bij deze twee, maar ook bij de meeste andere merken geadviseerd wordt, is om tussen de twee en zes maanden de sealant te vervangen! Het supersap dat ik in augustus 2022 in



mijn mountainbike banden deed (rocket Ron van Schwalbe) zit er nu nog steeds in. Omdat het volume van de sealant wel wat minder werd, heb ik het aangevuld met circa 30 milliliter per band.

Voor het gebruik van sealant in mijn racefietsbanden twijfelde ik toen nog, omdat je in deze banden met een veel hogere druk rijdt. Nadat ik op mijn nieuwe racefiets (met gloednieuwe Schwalbe pro race bandjes) binnen twee maanden al twee keer lek reed, heb ik ook de racefietsbanden vervangen (met Schwalbe One TLE) en voorzien van supersap sealant. Nu bijna een jaar later kan ik zeggen dat ik daarmee wel twee keer lek ben gereden, maar dat ik dat pas thuis ontdekte. Beide keren was dat de achterband en dan zie je bij het

schoonmaken opgedroogde sealant op de staande framebuis zitten, die er bij het lekrijden tijdelijk uit spuit. (Mogelijk hebben de rijders die toen in mijn wiel zaten nog wat spetters op de kleding gehad, maar daarover heb ik geen klachten gehad!) Om dat verlies te compenseren heb ik met een injectiespuit (zonder naald) via het ventiel de sealant aangevuld met ongeveer 5 milliliter, vervolgens oppompen en je kunt weer door. Opmerkelijk is dat ik beide keren onderweg niets heb gemerkt.



De supersap sealant dicht kleine gaatjes zo snel dat er (ook bij racefietsbanden) geen noemenswaardig drukverlies is. Mocht dat wel zo zijn, dan hoef je onderweg alleen wat lucht bij te pompen. Wat mij betreft is het recept van de zelfgebrouwen sealant echt tóp en een aanrader. Het gebruik ervan is de eerste keer wat extra werk, maar dat krijg je dubbel en dwars terug en dan heb ik het nog niet eens gehad over een lagere rolweerstand, betere grip en meer comfort van tubeless banden. Uiteraard is het gebruik van sealant ook voor de gravelbike een aanrader!



HANDMATIG SLIJPEN EN WAXEN
DAKKOFFER VERHUUR
SKI SERVICE SMITS .NL
DIDAM

SKI'S SLIJPEN EN WAXEN VANAF €27,50

DAKKOFFER VERHUUR

WWW.SKISERVICSMITS.NL **f SKISERVICSMITS**

Van Ussen
Tweewielers

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

Irritante fietspiepjes en kraakjes en tips om ze te verhelpen

Paul Peters (bewerking uit Bicycling)

In het fietsblad Bicycling stond recent een aardig artikel over allerlei fietsgeluidjes en hoe die mogelijk te verhelpen. Het deed mij sterk denken aan een probleem waarmee wijlen Theo Kaldenhoven een aantal jaren geleden te kampen had. Een Pietje Precies zoals hij was met zijn materiaal, moest het bij hem altijd tot in de puntjes kloppen. Juist hij werd dus helemaal gek van een minuscuul kraakgeluidje in zijn fiets. Na geruime tijd zoeken was hij er achter dat het in de crank moest zitten. Maar daarmee was het niet opgelost. Uit elkaar gehaald, weer gemonteerd, nieuw vet er aan, niets hielp. En plots had hij het toch gefixt. Het geheel nog een kwart slagje vaster aandraaien en het was ineens weg. Ik heb Theo nog nooit zo opgelucht gezien. Ik zie het overigens vaker in de praktijk, wielrenners zijn over het algemeen nogal fienels, bij de meesten moet het allemaal 100% kloppen, en ik ben geen uitzondering. Er zijn er zelfs die de banden elke keer weer afwassen, oppoetsen en zelfs mooi zwart maken.

Het lijkt mij wel leuk om in Wiel aan Wiel wat vaker technische dingen aan de orde te stellen, dat is interessant en daar leer je een heleboel van.

Quote: Je moet niet alleen schoonmaken en vastdraaien; het is beter om de oorzaak te vinden.



Aii, je fietst je favoriete rondje als je opeens een nieuw geluid hoort. Je realiseert je al snel dat het van je fiets komt. Oh oh, denk je dan, wat betekent dat?

Fietsen raken versleten. Wanneer dat gebeurt, ventileren ze hun angst door piepen, kraken, of een variatie aan andere rare geluiden. Als je fiets de laatste tijd nogal luidruchtig is, dan is het misschien tijd voor een beetje liefde. We weten als geen ander dat het soms heel lastig kan zijn om erachter te komen waar het geluid precies vandaan komt - vooral als het moeilijk te horen is als je naast de fiets staat - dus eerst moet je weten hoe je een diagnose kunt stellen.

Je moet de taal van je fiets leren spreken om hem weer stil te kunnen

krijgen. We benoemen de onderdelen die de meest voorkomende boosdoeners zijn van vervelende fietsgeluiden.

1. Onderdeel: Ketting

Geluid: Piepen, ratelen

Je ketting is meestal het eerste onderdeel dat je controleert als je een piepend en krakend ratelend geluid hoort.

Vaak een oorzaak van teveel vuil of juist veel te droog. Vervelende piepen en kraken van je ketting, kun je vaak door schoonmaken, smeren of eventueel vervangen verhelpen.

Mijn ketting piept en kraakt, wat moet ik doen?

Vaak is het euvel van een piepende en krakende ketting makkelijk te verhelpen. Meestal is de ketting dan namelijk te droog - zeker in de zomermaanden - en hoor je tijdens het trappen een piepend, knarsend en licht krakend geluid. In de winter komt gekraak vaak van zand dat tussen de schakels is gekomen, wat snel gebeurt als je op een vochtig wegdek rijdt. Het verhelpen van irritante fietsgeluiden is altijd een goed idee, want in het geval van je ketting vertraagt het ook de slijtage aanzienlijk!

Het schoonmaken en smeren van je ketting is meestal een goed begin. Zorg er bij het schoonmaken voor dat zo veel mogelijk zand en viezigheid niet alleen van de



buitenkant van de ketting verdwenen is, maar ook juist tussen de schakels weg is. Op die plek zorgt het namelijk voor het meeste piepen en kraken. Het schoonmaken werkt goed met handig gereedschap, bijvoorbeeld een compressor om het vuil weg te blazen en een kettingreiniger.



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

Irritante fietspiepjes en kraakjes en tips om ze te verhelpen (vervolg)

Versleten ketting

Je ketting is ook het eerste dat je controleert als je een ratelend geluid hoort, wat kan betekenen dat de ketting niet alleen droog en/of vies is, maar ook versleten. Kettingen rekken na verloop van tijd en gebruik uit waardoor ook je tandwielen slijten. Als dat het geval is, kom je natuurlijk bij andere werkzaamheden terecht. Je zult dan je ketting (en mogelijk ook je cassette) moeten vervangen.

2. Onderdeel: Lagers (Trapas, Balhoofd, Naven & Meer)

Geluid: Kraken

Kraakjes kunnen frustrerend en geheimzinnig zijn, maar de meest voorkomende oorzaken zijn de lagers. Er zijn verschillende plekken op je fiets waar lagers gebruikt worden om soepel te draaien, waaronder je balhoofdstel, trapas en sommige dempers op mountainbikes.

Om je trapas te controleren, ga je naast je fiets staan, knijp je in beide remmen en zet je één voet op het pedaal dat het dichtst bij is. Als de fiets kraakt wanneer je je gewicht op het pedaal duwt, komt het probleem waarschijnlijk door je trapas. Als je niks hoort, zit het probleem waarschijnlijk in de lagers van je balhoofd, naven, of vering (van je mtb). Lagers kunnen na ongeveer een seizoen versleten zijn, vooral als je veel in de regen en viezigheid rijdt.

3. Onderdeel: Zadelpen

Geluid: Kraken

Een andere veel voorkomende bron van kraken is je zadelpen of het zadel zelf. Een van de belangrijkste checks om te doen is of het geluid alleen voorkomt als je zittend fietst. Om het te verhelpen, demonteer je de zadelpen door de zadelpenklem los te maken, eventueel met een schone doek vuil van de zadelpen te vegen en uit de zitbuis te halen en dan een dun laagje vet of carbonpasta (als je een carbon frame hebt) aan te brengen. Monteer de zadelpen weer en check of dat heeft geholpen.

Een krakende zadelpen - zo ga je te werk



Bij het kraken van je zadelpen kunnen er eigenlijk twee dingen aan de hand zijn. Óf de kraak komt uit de verbinding tussen zadel en zadelpen óf de kraak komt uit de verbinding tussen zadelpen en frame. Het lokaliseren van het probleem is relatief eenvoudig. Het komt namelijk vrijwel alleen voor als je zittend rijdt. Sta je op de pedalen, dan is het geluid weg.

Kraak tussen zadel en zadelpen

Als het gekraak komt van de bouten, van de rails of van de verbindingselementen tussen beiden dan zitten vaak de bout(en) waarmee je het zadel vastmaakt, nét niet vast genoeg. Het kan ook dat ze iets té vast zitten.

4. Onderdeel: Kettingblad

Geluid: Kraken

Kettingbladen kunnen ook vaak kraken, maar dat is makkelijk op te lossen - draai gewoon de bouten van het kettingblad vast, idealiter met de juiste aandraaimomenten als je een momentsleutel hebt. Om te voorkomen dat de kettingbladbouten weer losraken, kan je er wat schroefdraadborgmiddel op aanbrengen.

5. Onderdeel: Balhoofd

Geluid: Ratelen

Een ratelend geluid kan uit een los balhoofd komen, wat je fiets moeilijk bestuurbaar maakt en wat zelfs ronduit gevaarlijk kan zijn. Om je balhoofdstel vast te zetten, draai je eerst de zijbouten op je stuurpen los en vervolgens draai je de bovenste bout aan. Die moet strak genoeg zitten om de vork, het balhoofd, de stuurpen en eventuele spacers goed tegen elkaar aan te trekken, maar niet zo strak dat het stuur niet vrij kan draaien.

Zodra je de bovenste bout op een goede spanning hebt gezet, kan je de zijbouten weer vastdraaien. Om alles precies



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. PROLOGO 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

Irritante fietspiepjes en kraakjes en tips om ze te verhelpen (vervolg)

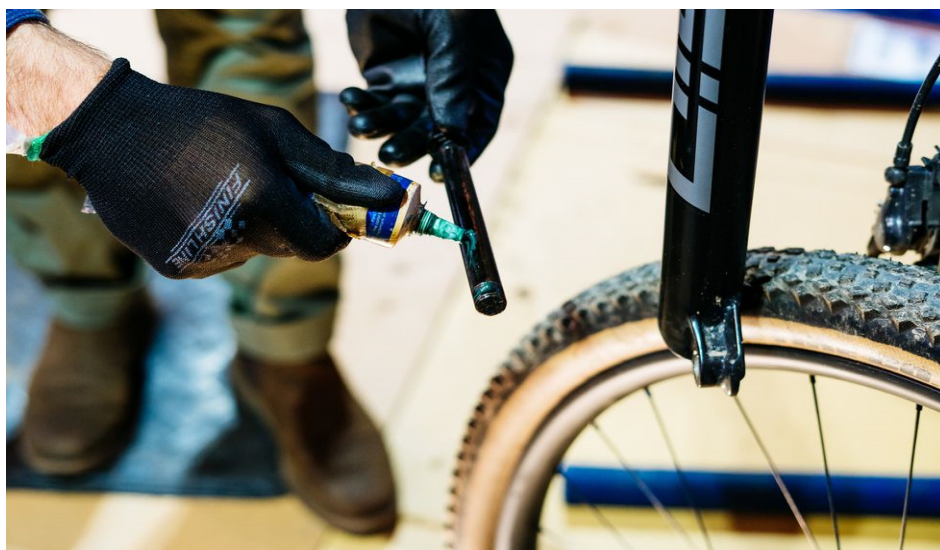


goed vast te zetten, gebruik je een moment-sleutel en de door de fabrikant aanbevolen Newtonmeter-specificatie (soms staat deze zelfs op de stuurpen gedrukt). Als het geratel nog steeds niet weg is, kun je de fiets voor de zekerheid beter even naar je fietsenzaak gaan om het geheel na te laten kijken.

6. Onderdeel: Versnellingskabels**Geluid: Constant Getik**

Als je een constant getik hoort (vooral in bepaalde versnellingen), kan dit betekenen dat je versnellingskabels zodanig zijn uitgerekt dat je derailleur niet goed uitlijnt. Hierdoor loopt je ketting tussen twee versnellingen of schuurt hij over de derailleurkooi. Zorg er eerst voor dat je derailleur goed is uitgelijnd

en dat het derailleurpad niet verbogen is. Als het afstellen van de spanning op je derailleur de tik niet oplost, moet je een nieuwe versnellingskabel (laten) monteren. Sowieso is het goed je versnellingskabels in elk geval eens per twee jaar te vervangen. Steeds meer wielrenners hebben tegenwoordig elektronische schakeling aan boord. Dat functioneert fantastisch is mij ervaring en je hebt geen gedoe met kabels.

7. Onderdeel: Steekas of Snelspanner**Geluid: Variabel**

Een steekas of snelspanner die geluid maakt moet misschien gewoon worden vastgedraaid. Maar als dat het probleem niet oplost, is het waarschijnlijk een teken van een droge of vieze steekas of snelspanner. Demonteer hem, maak hem schoon en smeer hem opnieuw. Hoor je een klikkend geluid, dan kan dat aangeven dat de as of snelspanner gebarsten of gebroken is en moet worden vervangen.

8. Onderdeel: Derailleurhanger**Geluid: Getik, Gekraak**

Een verbogen of niet goed uitgelijnde derailleurhanger (ook wel derailleurpad) kan een constant tikgeluid veroorzaken tijdens het trappen. De derailleurhanger is mogelijk verbogen of zit misschien heel erg los. Als je het niet kunt zien, heb je een uitlijningsmeter nodig om het zeker te weten. Vaak kan bij 12-speed groepen een hanger die niet zichtbaar gebogen is, toch voldoende gebogen zijn om het schakelen te ontregelen.

Soms kan een krakend geluid optreden, doordat de derailleurhanger tegen het frame schuurt waar deze is gemonteerd. Verwijder de derailleurhanger, maak het frame en de hanger goed schoon en breng wat vet aan op de oppervlakken die elkaar raken. Het is ook goed om de hanger te controleren op kleine scheurtjes als je hem er toch af hebt. Vervang deze indien nodig. Tip: zorg dat je altijd een extra derailleurhanger in huis hebt. Kost weinig, maar bespaart je veel frustratie op het moment dat je hem echt nodig hebt.

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
- Stadfietsen
- Sportieve fietsen
- Fietsverhuur
- Fietsclinics



GIANT STORE 'S HEERENBERG

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

 **GIANT.**

 **Liv**

Irritante fietspiepjes en kraakjes en tips om ze te verhelpen (vervolg)

9. Onderdeel: Pedalen en Schoenen

Geluid: Piepen tijdens het trappen

Ook pedalen kunnen na een tijdje geluid gaan maken. Je merkt misschien dat het geluid bij elke pedaalomwenteling optreedt. Demonteer je pedalen, vet ze in en zorg ervoor dat de eventueel aanwezige spacers (een dun ringetje) tussen het pedaal en de crankarm nog heel zijn.

Daarnaast kan het piepen bij elke trap heel goed afkomstig zijn van je schoenplaatjes. Als ze tijdens je rit geluid gaan maken, kan een suikerhoudende sportdrink ze soms stil maken, als een soort geïmproviseerd smeermiddel. Maar schoonmaken en smeren met een smeermiddel op wasbasis is de beste manier. Soms betekent het dat het tijd is om nieuwe plaatjes te kopen, maar zelfs gloednieuwe schoenplaatjes kunnen piepen. Zelf spuit ik af en toe wat vaseline op de schoenplaatjes, dat helpt ook prima.

10. Onderdeel: Frame

Geluid: Kraken

Tot slot, hoewel veel ongebruikelijker dan de hierboven genoemde oorzaken, kan een gebarsten of kapot frame ook de reden zijn voor een aanhoudend, mysterieus geluid. Een framedefect kan moeilijk te vinden zijn. Zo kan een fiets verkeerd gelast zijn en zo voor kraakjes zorgen.

Frameschade kan ook de boosdoener zijn, zoals een scheur. Haarscheurtjes in carbonframes kunnen bijzonder moeilijk te vinden zijn. Soms moet je met een vergrootglas over het frame gaan op zoek naar haarscheurtjes. Scheuren kunnen met het blote oog moeilijk te vinden zijn. Mocht je dus na alle mogelijke oorzaken hierboven nog altijd een kraak horen, dan is het een goed idee om je frame te laten checken bij een specialist. Soms gaan ze zelfs met behulp van röntgenapparatuur je frame doorlichten.

Weet je het nog steeds niet?

Achterhalen waar het geluid vandaan komt, kan lastig zijn. Soms is een grondige wasbeurt en smeermiddel voldoende om alles weer stil te krijgen. Maar als je het probleem niet kunt achterhalen, of niet zeker weet hoe je het moet oplossen, dan rest je niets anders dan er mee te leven of je fiets naar de fietswinkel te brengen. Je kunt ook een nieuwe fiets kopen natuurlijk!!



Diversen

Erehaag voor Leo Vos

Paul Broere

Op Hemelvaartsdag hebben 14 leden en Marijke Lubbers een erehaag gevormd voor het overleden oud lid en wegkapitein van de echte Tandje Ouder groep. Dit deed Leo altijd samen met de nu nog steeds functionerende wegkapitein Willy Gunsing.

Alle mensen die gekomen zijn, hartelijk dank voor jullie aanwezigheid.

Joop Homan heeft de foto genomen, waarvoor dank.



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

Gravelrit Diepenheim

Antoon te Braake

Op zaterdag 4 mei stond er weer een, door Chris Wullink georganiseerde gravelrit op het programma. Helaas waren er, door afmeldingen, slechts vier clubleden aan de start. Naast Chris ook Huub Haarlemmer, Franklin Stokman en ik. De groep was toch zes man sterk, want ook twee vrienden van Chris (Eric en Arthur) reden mee. Het was even twijfelachtig of deze rit wel door kon gaan, want hoewel het droog was met een waterig zonnetje, was het de dag ervoor code geel en was er daar heel veel regen gevallen. Onderweg naar de startplaats Hengelo, was al te zien dat veel weilanden en akkers deels onder water stonden. Chris gaf in het begin aan dat er mogelijk soms een andere route gekozen moest worden i.v.m. het vele water. Hij liet een foto op zijn mobiel zien waarop het



niet zo dicht op elkaar. Daardoor heb je dus meer mogelijkheden om ook veilig van de omgeving te genieten. Onderweg kwamen we meerdere "Buitens" tegen. In dit deel van het land liggen veel landgoederen met daarop deze buitens (landhuizen), waarvan er acht de status van een kasteel hebben. Het bezit van zo'n kasteel was belangrijk omdat je dan ridder kon worden en belangrijke functies in het bestuur kon gaan bekleden. Daarnaast was Gelderland in de middeleeuwen een vorstendom en de toenmalige vorst, de Hertog van Gelre, had veel ridders om zich heen verzameld. De Hertog heeft niet zo lang geheerst, maar de ridders zijn tot in de 20e eeuw gebleven en de buitens en kastelen zijn er tot op heden. Des te meer re-

den om na 60km te pauzeren in Diepenheim bij zo'n kasteel (kasteel Warmelo). Hier konden we op het terras heerlijk genieten van koffie en appeltaart, voor een redelijke prijs. Samen voor 5 euro, maar wel met zelfbediening. (Personeel liep er voldoende rond), want er is daar ook een permanente zandsculpturen tentoonstelling en men heeft veel tijd en aandacht voor de tuinen. Zoveel zelfs dat we gesommeerd werden om onze fietsen, die we in het zicht tegen een haag hadden geparkeerd, toch echt te verplaatsen. Op de terugweg is de groep voor de laatste 30 km nog opgesplitst omdat niet iedereen het tempo goed kon volgen. Voor Huub een reden om de kop over te nemen en het tempo nog verder op te voeren. Heel even dacht ik op de racefiets te zitten bij de "A"-rijders toen we op een vlak en strak stuk gravel de 40km aantikten. Los van deze uitschieter was het best een vlotte maar wel ontspannen rit omdat de route prima berijdbaar was ondanks de regen van de dag ervoor. Op slechts enkele stukken moesten we modder en plassen omzeilen. Eenmaal terug in Hengelo hadden wij net een heerlijk pilsje besteld toen ook de rest van de groep kwam aansluiten en konden we terugkijken op weer een zeer geslaagde gravelrit.



eerste gravelpad in Hengelo meer op een beek dan op een berijdbaar pad leek. We gingen desondanks toch van start en aangekomen bij dat eerste gravelpad stond daar nog steeds veel water. Gelukkig was de ondergrond goed hard en door wat rustiger te rijden, konden we er zonder problemen en natte voeten doorheen fietsen. De route liep van Hengelo Gelderland (de geboortegrond van Chris) naar Diepenheim. Zijn lokale bekendheid werd bij het uitzetten van deze route dan ook optimaal benut en we reden over de mooiste paden en gravelwegen.

Het voordeel van gravelen vind ik dat het tempo gemiddeld wat lager ligt, er is bijna geen overig verkeer en je fietst



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

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

FeelGoodClub

AeroFitt

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

FEEL GOOD, FEEL BETTER

Piepende schijfremmen op je fiets: dit is wat je er tegen kunt doen

Paul Peters (bewerking uit Bicycling)

Schijfremmen, ze zijn tegenwoordig standaard op je racefiets. Dat was nog niet zo lang geleden wel anders. Persoonlijk kan ik er over mee praten. Ik kocht in 2016 een mooie Specialized racer met schijfremmen en was daarmee een van de eersten. Het commentaar was niet van de lucht. Wat moet je daarmee, levensgevaarlijk, het zijn net messen en ze piepen en kraken als ik weet niet wat. Men moest er niets van hebben. Ook in het profpeloton werden ze later zelfs verboden. Men had wel een punt(je) ja! De eerste generatie schijven had nog erg scherpe randen en was onvolgende afgewerkt. En inderdaad, er is niks vervelender dan fietsen op een fiets met piepende schijfremmen. 's Winters in het bos op de MTB kom je er soms niet helemaal onderuit door modder en vuil.



Schijfremmen zijn inmiddels volledig doorgedrongen in de wielwereld. Ze zijn niet meer weg te denken bij racefietsen, crossers, gravelbikes en mountainbikes. Ze werken in nat weer, geven meer remkracht, meer controle, een kortere remweg en je velgen slijten nog maar nauwelijks. Heb je een fiets met schijfremmen, vermijdt dan een aantal fouten en dan hebben schijfremmen eigenlijk weinig nadelen. Eén van de weinige nadelen is dat je schijfremmen door verschillende oorzaken nog steeds kunnen gaan piepen. Hierna volgen

de meest waarschijnlijke oorzaken en hun oplossingen tegen piepende schijfremmen op je fiets.

1. Piepende schijfremmen door verkeerde remblokken

De hoeveelheid verschillende soorten en typen remblokken zijn niet meer bij te houden. Zachte remblokken zijn vaak goedkoper, maar minder duurzaam. Harde remblokken zijn duurder, maar gaan langer mee. Blokjes die hard vastbijten, of blokjes die wat meer door kunnen slippen. Over het algemeen piepen de zachtere remblokken minder dan de hardere, duurzame blokken. Er zijn ook remblokken met vleugeltjes. Die zorgen ervoor dat er een betere koeling optreedt. Bij het remmen ontwikkelt zich immers een enorme hitte op het

materiaal. Iedereen weet wellicht wel dat het constant remmen bij een afdaling kan leiden tot gloeiend hete remmen. En dat het zelfs kan gebeuren dat je remmen dienst weigeren bij je auto of fiets.

2. Piepende schijfremmen door versleten remblokken

Piepende schijfremmen zou ook gewoon kunnen betekenen dat je remblokjes toe zijn aan vervanging. Om dit te checken kun je je wiel even uit je fiets halen en kijken of het remoppervlak minstens 0.5 mm dik is. Is dit niet het geval? Dan kun je het beste

even nieuwe remblokken monteren en de schijfremmen op de juiste manier afstellen.

3. Piepende schijfremmen door niet inremmen van je nieuwe remblokken

Zodra je nieuwe remblokkjes hebt gemonteerd, is het verstandig ze goed in te remmen. Doe je dit niet, dan loop je het risico dat de remblokkjes verglazen, waardoor je schijfremmen gaan piepen. Tegenwoordig kun je dit zelfs bij sommige fietsmakers laten doen met speciale inremmachines, maar heb je toch toevallig een goede intervaltraining gepland staan, dan kun je het ook even zelf doen. Zorg ervoor dat je goed op snelheid bent, het liefst op een asfaltweg en knijp één van je remmen aan tot je tot stilstand komt. Dit proces herhaal je met beide remmen zo'n vijftieng keer. Heb je gelijk een goede training gehad! Ik hoorde van een medelid dat hij met nieuwe remmen altijd naar het Peeske gaat, een keer of wat naar boven klimt en dan licht remmend afdaalt. Zijn ze volgens hem prima ingeremd. Ideetje?

4. Piepende schijfremmen door versleten remschijven

Je hebt het niet altijd door, maar remschijven zijn onderhevig aan slijtage, net zoals je velgen dat zijn bij velgremmen. Een piepende schijfrem op je fiets kan dus het gevolg zijn van een versleten remschijf. Over het algemeen zijn hoogwaardige remschijven minder slijtagegevoelig. Zorg ervoor dat je remschijf minstens 1,5 mm dik is.

5. Piepende schijfremmen door een kromme remschijf

Het piepen van je schijfrem kan ook het gevolg zijn van een kromme remschijf die aanloopt. Je kunt ze met speciale tools weer rechtbuigen of het aan de fietsmaker overlaten. Let namelijk wel op, bij te veel kracht kunnen de remschijven breken.

PEDALEUR BIKES

creating happiness

JOUW ADRES IN DOETINCHEM & VELD VOOR FIETSONDERHOUD,
(ELEKTRISCHE) FIETSEN, FIETSKLEDING ÉN ACCESSOIRES.

DOETINCHEMSEWEG 71 - 7007 CB DOETINCHEM >>>> NORDLAAN 32 - 6881 RN VELD



PEDALEUR.NL

Trotse dealer van:

SPECIALIZED **cannondale** **CUBE** **Bianchi** **KOGA**

RIDLEY **+STROMER-** **SANTOS** **BROMPTON** **URBAN ARROW** **vanraam** Let's all cycle

Piepende schijfremmen op je fiets: dit is wat je er tegen kunt doen (vervolg)

6. Piepende schijfremmen door een vuile remschijf

Een vette remschijf! Een van de meest gemaakte fouten van mensen die rijden met schijfremmen. Door het gebruik van kettingspray of bijvoorbeeld eerst je ketting schoonmaken en met dezelfde doek daarna je schijven schoonmaken, komen vet en smeermiddelen op je schijven. Het resultaat: piepende en gillende schijfremmen. Het vet kan daarna ook nog in je remblokjes trekken en dan ben je helemaal gezien. Je zult moeten geloven aan nieuwe blokjes en het goed vetvrij maken van je schijven. Het kan ook gewoon komen doordat je met je vette vingers aan je schijven hebt gezeten. Is je remschijf eenmaal vet? Dan vermindert dit drastisch de remkracht die je kunt uitoefenen. Er be-

staat speciale remschijfontvetter die je kunt gebruiken om je schijven schoon te maken.

7. Piepende schijfremmen door te weinig bleeden

Het is van belang je schijfremmen regelmatig te (laten) bleeden of ontluchten. Hierdoor blijven ze namelijk op hun best functioneren. Doe je dit niet op tijd, vermindert de remkracht of kunnen de zuigers zelfs blijven hangen, waardoor hij kan gaan aanlopen. Dit heeft dan weer als gevolg dat je piepende schijfremmen krijgt. Soms moet er ook eventueel wat remolie bijgevuld worden. Denk je dat je dit allemaal zelf wel kunt? Online zijn er legio filmpjes te bekijken voor verschillende type remmen om dit zelf te proberen. Ik zou dit liever aan de fiet-

senmaker overlaten.

8. Piepende schijfremmen door verkeerd afgestelde remklauw

Het laatste onderdeel wat piepende schijfremmen kan veroorzaken is de remklauw. Het is goed om deze zorgvuldig af te stellen op je remschijven. Als bijvoorbeeld je schijfremmen wel recht lopen, maar niet in het midden van je remklauw zitten, kan dit ervoor zorgen dat één kant gaat aanlopen. Zodra je dan remt gaat hij niet alleen piepen, maar vervormt de remschijf ook eerder. Om dit probleem op te lossen draai je de twee inbusbouten van je remklauw los en geef een slinger aan je wiel. Vervolgens knijp je de rem in en draai je op deze positie de inbusboutjes weer aan.



Diversen

TC de Liemers en ChatGPT

Paul Peters

We leven tegenwoordig in een digitale wereld. Contant geld verdwijnt als sneeuw voor de zon. De koffie onderweg bij de fietsritjes betalen we simpel met het mobieltje. Zwart geld, zwarte inkomsten... vergeet het maar, verleden tijd, de belastingdienst is er blij mee. Vroeger op school moesten we vaak zwoegen om bij Nederlands een goed opstel te maken, graag een duidelijk verhaal en liefst zonder spellingfouten. Hoe anders is het nu. Een kind kan de was doen, want we hebben nu "artificial intelligence". Dus roep maar wat tegen de computer en de machine vertoont menselijke vaardigheden. En doorgaans nog zeer betrouwbaar ook. Helaas ligt ook manipulatie of misinformatie op de loer. De nieuwe generatie zal met deze kunstmatige intelligentie moeten leren omgaan.

Ik heb op mijn smartphone "TC de Liemers" ingetikt en ingesproken op ChatGPT (Copilot Microsoft) en zie wat er in no time uitkomt. Meerdere versies in het Engels of Nederlands, het kan allemaal.

Geïnspireerd door de informatie over TC de Liemers, een toerfietsclub uit Zevenaar, hier is een verhaal voor je:

In het kleine stadje Zevenaar, waar de wegen zich uitstrekken als linten door het groene landschap, ligt een gemeenschap diep geworteld in de liefde voor fietsen **TC de Liemers**, een club met een rijke geschiedenis sinds 1978, is het hart van deze passie. Het verhaal begint op een frisse lenteochtend, wanneer de leden van TC de Liemers zich verzamelen bij hun clubhuis. De lucht is gevuld met een mix van opwinding en de geur van verse koffie. Onder hen is Ab Lubbers, een man wiens toewijding aan de club meer dan 35 jaar overspant en die onlangs is geëerd met een koninklijke onderscheiding. Vandaag is een speciale dag. Het is de dag waarop de nieuwe clubkleding wordt onthuld, een symbool van eenheid en trots. De voorzitter, Johan van Oosten, staat klaar om de leden toe te spreken en de sponsors te verwelkomen. De leden wachten geduldig, hun gesprekken een zachte zoem tegen de achtergrond van ratelende fietskettingen. "Beste mensen," begint Johan, "welkom bij onze Nieuwjaarsreceptie. Het doet me genoeg zoveel bekende gezichten te zien en ik wil onze gasten en sponsors bedanken voor hun steun. Laten we dit jaar beginnen met dezelfde kracht en gemeenschapszin die ons altijd heeft gekenmerkt." Na de toespraak worden de pakketten met de nieuwe kleding uitgedeeld. De leden passen de kleding aan, bewonderen de frisse ontwerpen en de levendige kleuren die hen zullen vergezellen op de vele tochten die nog komen gaan. De club is meer dan alleen een groep fietsers; het is een familie. Een familie die samenkomt voor de **Reichswald Classic**, de **MTB Montferlandtocht**, en de **Gravelride**. Een familie die samen de uitdagingen van de weg aangaat en de vreugde van de rit deelt. Terwijl de dag vordert, beginnen de leden aan hun eerste rit van het jaar, een route die zorgvuldig is uitgestippeld door de ervaren wegkapiteins. De pedalen bewegen in harmonie met de kloppende harten, en de wielen draaien als een belofte van avontuur. Dit is TC de Liemers, een club waar elke kilometer een verhaal vertelt, waar elke bocht een nieuwe herinnering creëert, en waar elke rit de banden van vriendschap sterker maakt.

M ULT IFOCAA LDEAL

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

W Garage Ad Wanders

Full service auto garage in Didam

Pech hulp voor
bestaande klanten
(straal van 20 km)
(07.00 en 21.00 uur)

- APK keuringen
- Onderhoud en reparatie
- Airco reparatie
- Complexe storingen
- Renault specialist

Lichtenhorststraat 25A
6942 GS Didam

06 26785747

www.garageadwanders.nl

info@garageadwanders.nl

TC de Liemers en Chatgpt (vervolg)

TC de Liemers Cycling Club

TC de Liemers is a cycling club based in Zevenaar, known for its active involvement in the cycling community. They offer a variety of cycling activities, including road and terrain cycling for all ages. The club organizes events like the Reichswald Classic and the Montferlandtocht, and they also have a range of GPS routes available for different cycling experiences.

The club recently held its New Year's reception on January 5, 2024, where members received new cycling kits and celebrated the contributions of volunteers and club members. The chairman, Johan van Oosten, highlighted the importance of volunteers and recognized long-standing members for their service. For more detailed information about their activities, events, or to become a member, you can visit their official website.

Hier onder de verschillende afbeeldingen van de communicatie met Copilot en ChatGPT.🚲

The image displays three sequential screenshots of a mobile chat application. The first screenshot, timestamped 11:28, shows the chat header 'TC de Liemers' and a Copilot message: 'Welkom terug. Ik ben blij u weer te zien. Waar kan ik u vandaag mee helpen?'. The second screenshot, timestamped 11:29, shows the user 'U' replying 'TC de Liemers' and Copilot responding: 'Hallo! Ik ben blij dat we kunnen blijven chatten. Wat wilt u vandaag ontdekken?'. The third screenshot shows Copilot generating a story: 'Natuurlijk, ik kan een verhaal voor je genereren. Heb je een specifiek thema of genre in gedachten, of zou je willen dat ik iets compleet nieuws en unieks bedenkt? Laat het me weten, dan begin ik met het creëren van jouw verhaal!'. Below the story, four links are provided: 1. tcdeliemers.nl, 2. tcdeliemers.nl, 3. tcdeliemers.nl, and 4. liemersactueel.nl. At the bottom of the third screenshot, a notification states: 'Dit gesprek 'TC de Liemers' is met u gedeeld op 11:26 a.m.'



Diversen

Het clubweekend krijgt vorm. Geef je zo snel mogelijk op

Steven Krol

Beste mensen,

Het clubweekend staat gepland voor 9 tot en met 11 augustus.

We hebben een optie genomen op een prachtig hotel aan de Linge in Kedichem.

Dit ligt op een geschikte fietsafstand van Zevenaar en vandaar kunnen we zaterdag mooi het Groene Hart in fietsen.

We verblijven 2 nachten in het hotel met de originele naam "Hotel aan de Linge".

De kosten zullen € 165,00 per persoon zijn voor twee overnachtingen met ontbijt en avondeten.

Om onze optie om te zetten in een reservering vragen we jullie om per omgaande, in ieder geval binnen twee weken, te laten horen dat jullie mee willen.

Dit kan per mail naar Paul Broere - bro02118@planet.nl – of via whatsapp naar Paul Broere of Steven Krol.

Het wordt vast een geslaagd weekend; mooie routes, fraai hotel, gezellige leden.

De lijnen staan open.

Sportieve groeten,

Paul Broere 06-2286 7947

Steven Krol 06-51 603 503



Holding **P** **ETERS - 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

Rittenkalender Tandje Ouder

Paul Broere

Datum	RitNr	RitNaam	Koffie	Afstand	Vertrek
woe 5 jun	218	Etten	Etten	75 km	09.00uur
woe 12 jun	235	Veluwe	Lieren (bij spoor)	80 km	09.00uur
woe 19 jun	210	Anholt	Anholt of Megchelen	77 km	09.00uur
woe 19 jun	217	Kalkar	Kalkar	122 km	09.00uur
woe 26 jun	214	Klarenbeek	Loenen	86 km	09.00uur
woe 3 jul	234	Baak-Hengelo	Hengelo	72 km	09.00uur
woe 10 jul	233	Achterhoek	Sinderen of Etten	77 km	09.00uur
woe 17 jul	241	Steenderen	Hengelo	85 km	09.00uur
woe 17 jul	228	Rees	Rees (markt)	114 km	09.00uur
woe 24 jul	230	Valburg	Elst	82 km	09.00uur
woe 31 jul	224	Millingen aan de Rijn	Oortjeshekken	88 km	09.00uur
woe 7 aug	220	Baak	Baak	71 km	09.00uur
woe 14 aug	229	Loenen-Hoenderloo	Hoenderloo	86 km	09.00uur
woe 14 aug	223	Uddel	Halte Hassel (bij spoor)	122 km	09.00uur
woe 21 aug	219	Heelsum	Van der Valk Hotel Arnhem	92 km	09.00uur
woe 28 aug	245	Draisine Kleef Kranenburg	Kranenburg	93 km	09.00uur
woe 4 sep	246	Ewijk-Nijmegen-Lent	Bikecafé Lent	87 km	09.00uur
woe 11 sep	213	Netterden	Etten	71 km	09.00uur
woe 11 sep	239	Kootwijk	Kootwijk	112 km	09.00uur
woe 18 sep	221	Beekbergen	Beekbergen	86 km	09.00uur
woe 25 sep	242	Oude IJssel	's Heerenberg	65 km	09.00uur
woe 2 okt	238	's Heerenberg	Zeddam	63 km	09.00uur

Hier het 2e deel van de rittenkalender voor TO.

Het gedeelte na woensdag 2 oktober wordt in W.a.W. nr 3 geplaatst.

Dit omdat we kijken of er voldoende animo voor de eventuele snertmiddag, groot genoeg is om dit te organiseren.

Prettige en veilige kilometers gewenst waar ook ter wereld.



Diversen

Rittenkalender dinsdagavonden tot einde seizoen.

Peer Donkers

Van 2 april t/m 29 oktober iedere dinsdagavond.

Vertrek alle avonden voor de A en B groep om 19.00 uur. In april, mei, en juni vertrek om 18.30 uur.

Rittenkalender Club tot eind wegseizoen

Peer Donkers

Datum	RitNr	RitNaam	Koffie	Afstand	Vertrek
zat 1 jun	Vael Ouwe. Start in Dieren of vertrek per fiets vanuit Zevenaar. Vanuit Zevenaar wordt de totale rit 200 km. Zelf regelen				
zat 1 jun	162	Holterberg	Nijverdalen	159km	09.00uur
zon 2 jun	135	Tonden	Reuvershoeve	86km	09.00uur
zat 8 jun	166	Winterswijk	Watermolen (Wooldseweg)	138km	09.00uur
zat 8 juni	Gravelrit Rhurput. Ronde door en langs de IndustrieKultur. Start in Oberhausen bij Centro. O.l.v. Chris Wullink				
zon 9 jun	151	Kranenburg	Groesbeek	94km	09.00uur
zat 15 jun	179	Ronde Eisenbahn	Mariënbaum	119km	09.00uur
zon 16 jun	183	Varsselring	Vorden	92km	09.00uur
zat 22 jun	212	Plasmolen	Plasmolen	121km	09.00uur
zon 23 jun	247	Theo Kaldenhovenrit	Kootwijk	93km	09.00uur
zat 29 jun	164	Reichswald-Kartenspielerweg	Groesbeek	116km	09.00uur
zon 30 jun	159	Rees-Dornick	Rees (markt)	92km	09.00uur
zon 30 jun	Koekwaustocht			200km	09.00uur
zat 6 jul	167	Gorssel	Gorssel	137km	09.00uur
zon 7 jul	133	Anholt-Gelders Eiland	Megchelen	82km	09.00uur
zon 7 jul	Toertocht elders Baumbergertocht: Zelf regelen.				
zat 13 jul	251	Sonsbecker Sweisz	Zelf bepalen	132km	09.00uur
zat 13 jul	Strade Sallandia gravelrit o.l.v. Chris Wullink				
zon 14 jul	132	Empe	Bakker Bril	85km	09.00uur
zat 20 jul	168	Maas-Waal	Linden	133km	09.00uur
zon 21 jul	125	Vorden	Vorden	88km	09.00uur
zat 27 jul	180	Xanten	Uedem of Xanten	125km	09.00uur
zon 28 jul	118	Halle-Nijman	Halle	93km	09.00uur
zon 28 jul	249	Ginkelse Heide	Zelf bepalen	110km	09.00uur
zat 3 aug	170	Diepenheim	Diepenheim	130km	09.00uur
zat 3 aug	312	Coesfeld Duitsland	Bitterbeck	128km	09.00uur
zon 4 aug	131	Hoenderloo-Otterlo-Oosterbeek	Otterlo	92km	09.00uur
zat 10 aug	165	Veluwezoom	Beekbergen of Klarenbeek	128km	09.00uur
zat 10 aug	Sonsbeckersweisz gravelrit o.l.v. Chris Wullink				
zon 11 aug	141	Kiebitzsee-Elterberg-Megchelen	Megchelen	84km	09.00uur
zat 17 aug	177	Exel	Exel	125km	09.00uur
zon 18 aug	138	Azewijn-Westendorp-Hengelo	Hengelo	90km	09.00uur
zat 24 aug	181	Grenslanndrit	Zelf bepalen	112km	09.00uur
zon 25 aug	148	Rondje Betuwe	De Altena (dijk)	87km	09.00uur
zat 31 aug	174	Reichswald-Uedem(fietspont)	Uedem	118km	09.00uur
zon 1 sep	115	Emmapyramide-Loenen	Loenen	82km	09.00uur
zat 7 sep	176	Oene	Tapperij Bijsterbosch	136km	09.00uur
zon 8 sep	150	Ronde Oosterbeek	Rotonde Oosterbeek	92km	09.00uur
zat 14 sep	143	Barchem	Barchem	102km	09.00uur
zon 15 sep	158	Loemermark via Veluwezoom	Hoenderloo	85km	09.00uur
zat 21 sep	119	Rees	Rees	93km	09.00uur
zon 22 sep	149	Onzalige bossen-Loenermark	Loenen	83km	09.00uur
zat 28 sep	146	Groesbeek	Groesbeek	101km	09.00uur
zon 29 sep	109	Eerbeek-Voorst-Wichmond	Reuvershoeve of Wichmond	92km	09.00uur
zon 29 sep	Strade Bianchi Achterhoek gravelrit. Diverse afstanden. Start in Lochem.				
zat 5 okt	126	Loenermark Hall Bronkhorst	Loenen of Eerbeek	90km	09.00uur
zon 6 okt	185	Sluitingsrit	Plok	70km	09.00uur



Op kop met data?

Veel bedrijven komen in de chace patate wanneer ze hun product proberen te verbeteren met data...

Klaar om het gat te dichten?

Met onze data sprints pak je de koppositie.

Spring in het wiel van Team OnModus: op [OnModus.com](https://onmodus.com)

onMODUS
YOUR DATA TASKFORCE

Signnovation®
INTERNATIONAL

Jan & Jan

Iedere dag geopend vanaf 9:00 uur
Ontbijt, lunch, diner & borrel

www.janenjan.com

📍 Lieve Vrouweplein 4, Didam

☎ 0316 - 221315

✉ info@janenjan.com

plok



Vier je onvergetelijke momenten bij Plok!

www.plok.nl

📍 Dijksestraat 52, Didam

☎ 0316-226058

✉ info@plok.nl