



# Wiel aan Wiel

Jaargang 46,  
nr.: 4-2024

TC de Liemers - Zevenaar



Voordracht Edwin de Wolf (Invictus Games)



TC de Liemersprijs

*Het bestuur en de redactie wensen iedereen: fijne kerstdagen,  
een goede oudejaarsavond en een gezond en voorspoedig 2025*





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

Verbouw | Aanbouw | Renovatie | Onderhoud |

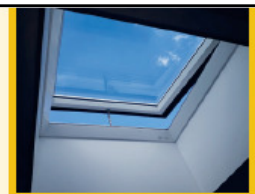
Voor het realiseren van een comfortabele woon- werk- en verblijfsomgeving steken onze vakmannen graag hun handen uit de mouwen. Heeft u een nieuwe woning gekocht maar is een verbouwing nodig om het volledig te laten voldoen aan uw wensen? Of heeft u behoefte aan meer leefruimte voor het uitvoeren van 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 februari 2025**

### Redactioneel

Inmiddels ligt het Sinterklaasfeest weer achter ons en komt Kerstmis er aan. We zijn dus al weer beland in december, de laatste maand van het jaar. Tijd voor een klein beetje terug kijken op het afgelopen jaar, en voor leuke cadeautjes. Er was zowaar een wielrenner die zichzelf een prachtige gravelfiets cadeau gaf, moet ook kunnen! Dit jaar geen verhaal van de Montferland MTB- of graveltocht door de bossen. We worden helaas steeds meer geweerd uit de natuur. Slechte zaak, het bos wordt kennelijk steeds meer het domein van alleen nog natuur freaks en loslopende honden zo lijkt het. Jammer, het kan met een beetje goede wil best goed samen. Zolang het nog kan gaan velen nu, mede daarom, steeds meer graven op de (openbare) paden en zandwegen. Maar ook hier is de basis dun en liggen verboden op de loer. Het Tandje Ouder seizoen is zoals gebruikelijk afgesloten met de Snert aan de baan. Met name Paul Broere heeft jarenlang de kar getrokken. Het TO-stokje wordt in de toekomst overgegeven aan Leo Visser en Bertie Boerstal, succes mannen! Een speciaal woord voor Steven Krol dit keer. Als secretaris (en toekomstig voorzitter!?) van onze club verzorgt hij snel en accuraat de notulen van de ledenvergaderingen. Daarnaast heeft hij ook een mooie schrijfstijl, dus geniet van zijn verhaal over Louisendorf. Hij was, zoals bekend, vroeger huisarts, Antoon te Braake maakte daar direct gebruik van voor de beschrijving van zijn buiteling-avontuur. In dit nummer is er verder wederom aandacht voor wat techniek en gadgets. Roy van Dick en Marco te Witt laten weten dat we weer kunnen gaan olieborrelen op zondag 29 december. Gewoon meedoen..., het is altijd gezellig aan de Beekse zandweg. Tenslotte een adieu: na ruim 10 jaar Wiel aan Wiel vind ik het mooi geweest en neem ik afscheid van de redactie. Vanaf nu is het tijd voor nieuw bloed. Al die jaren ben ik, samen met mijn mede redactieleden, met heel veel plezier bezig geweest met ons clubblad. Het schrijven van stukjes is voor mij niet heel moeilijk, dus dat blijf ik zo nu en dan wel doen denk ik. Maar een fan van Heintje Davids ben ik niet.

Paul Peters, eindredacteur

Inhoud:	pagina
<b>Bestuurlijk</b>	
<i>Johan van Oosten</i>	
♦ <b>Woord van de voorzitter</b> .....	3
<i>Steven Krol</i>	
♦ <b>Uitnodiging nieuwjaarsreceptie van TC de Liemers</b> ..	3
♦ <b>Verslag van de najaarsvergadering</b> .....	5, 7
<b>Geplande clubevenementen</b>	
<i>Roy van Dick</i>	
♦ <b>Olieborrelrit op zondag 29 december a.s.</b> .....	9
<i>Ab Lubbers</i>	
♦ <b>Voorwoord bij voorlopige helperslijst TCdL Classic</b> .	9
♦ <b>Voorlopige helperslijst</b> .....	9
<b>Nieuwe leden</b>	
<i>Jopie Boone-Baarends</i>	
♦ <b>Deze keer twee nieuwe leden!</b> .....	10
<b>Verslagen van clubevenementen</b>	
<i>Paul Broere</i>	
♦ <b>Verslag snert aan de baan 2024</b> .....	11, 13
<b>Ingezonden artikelen</b>	
<i>Paul Peters</i>	
♦ <b>Gravelbanden op je gravelbike binnenband of tubeless?</b> .....	15 t/m 23
♦ <b>Zonnebril of head-up display?</b> .....	25, 27
<i>Antoon te Braake</i>	
♦ <b>Wondverzorging: Zo pak je het aan.</b> .....	27, 29
<i>Steven Krol</i>	
♦ <b>Louisendorf, eerbetoon aan een vroeg gestorven koningin</b> .....	31, 32

### Fietsagenda 2025 (wt = wintertijd 09.30 uur; zt = zomertijd 09.00 uur)

Wanneer?	Groep	Vertrektijd (Heerenmäten)	Nadere informatie en vertrektijden in de wekelijkse nieuwsbrief.  <b>VANAF 2025: OVERGANG VAN WT NAAR ZT BIJ DE EERSTE RIT IN MEI.</b>
Zondag	Route volgens rittenkalender club (op de weg)	zt 09.00 uur en wt 09.30 uur	
Zondag	MTB/Gravel: 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	zt 09.00 uur en wt 09.30 uur	
Woensdag	Rondje Mittwoch MTB/Gravel (winterperiode)	Samsam Beek, altijd 09.30 uur	
Vrijdag	Rondje Elten (MTB/Gravel of op de weg)	Kerk Elten, altijd 09:30 uur	
Vrijdag	Groep 22 +	zt 13.30 uur en wt 13.00	
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

Coördinatoren commissies			
Mountainbike	Roy van Dick	06-10925436	MTB@tcdeliemers.nl
Tandje Ouder	Leo Visser	06-51101582	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	Steven Krol	06-51603503	Clubweekend-WEG@tcdeliemers.nl
Montferlandtocht	Marco te Witt	0316-342855	MTB@tcdeliemers.nl

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

Wegkapiteins	Groep			
	A	B	C	D
Ab Lubbers			X	X
Adrie Boone				X
André Pes		X	X	
Antoon te Braake		X	X	
Arie de Wit			X	X
Dennis Hendriksen	X			
Fedor van Battum	X	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	

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

Samenstelling commissies							
TC de Liemers Classic		Montferland-tocht	Clubweekend MTB	Clubweek-end WEG	Tandje Ouder	Kascommissie	Kleding
Ab Lubbers C*	Jan Henk Braad	Marco te Witt C* Bas Evers	Antoon te Braake C*	Steven Krol C*	Leo Visser C*	Marco te Witt Heidi Wullink-Fierkens Reserve: Jan Schepers	Sytze Hellinga Heidi Wullink-Fierkens Astrid Haijma Harry Derksen
Wim Gepkens	Addy v. Beersum				Bertie Boerstal		
Theo Joosten	Stanley Peters						
Jos Hendriksen	Antoon te Braake						

Handig om te weten		
Lidmaatschapszaken	Ed Bouwman (adresgegevens: zie boven)	Ledenadministratie@tcdeliemers.nl
	<b>NB. Stilzwijgende verlenging van het lidmaatschap met een jaar is toegestaan. Afmelding dient schriftelijk of per e-mail te geschieden vóór 1 december.</b>	<b>Contributie 2024:</b> 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	Pas-sets 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](http://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)	06-12102380	WAW-bezorging@tcdeliemers.nl



## Woord van de voorzitter

Johan van Oosten

Dit is het Woord van de voorzitter voor het laatste nummer van dit jaar. Datzelfde schreef ik in mijn Woord van de voorzitter voor nummer 4-2023. Dat ik dat doe komt omdat ik mij plotseling realiseerde dat dit bijna mijn allerlaatste Woord van de voorzitter is. Volgend jaar maart treed ik af als jullie voorzitter. Niet omdat ik het niet leuk meer vind om samen met de fijne andere bestuursleden onze club boeiend en bloeiend te houden. Maar er moet een jongere voorzitter komen met een frisse aanpak en nieuwe ideeën.

Maar nieuwe bestuursleden vinden is geen sinecure. Dat bleek al bij de opvolging van Gerard Blankvoort. Dat duurde meer dan twee jaar. Bij het vinden van een voorzitter ging het dezelfde kant op. We zoeken nu nog een nieuw bestuurslid. Er zitten genoeg potentiële bestuursleden in onze club, maar tot nu toe is nog niemand, die persoonlijk benaderd werd bereid gevonden. Om nog maar niet te denken aan het feit dat iemand zich spontaan aanmeldt als bestuurslid. Maar het kan nog, het is nog steeds geen maart 2025. Meld jezelf

spontaan aan en verlos jouw club van een bestuursprobleem. Daar zul je beslist geen spijt van krijgen. Ik heb er in ieder geval geen spijt van, anders had ik het, in totaal, geen dertig jaar volgehouden.

In de laatstgehouden ledenvergadering werd een boeiend en inspirerend verhaal gehouden door Edwin de Wolf. Een verhaal over Moed, Veerkracht en Zelfleiderschap. In dat verhaal kwam onder andere naar voren dat sporten, en in het bijzonder fietsen, een mensenleven weer op het juiste spoor kan brengen, zelfs na groot onheil en ontredde. Belangrijk daarbij is dat je je niet door anderen laat leiden maar zelf je richting en doel kiest. Tijdens het indringende verhaal moest ik een paar keer slikken.

In de vergadering werd medegedeeld dat het, voor de leden die wat op afstand wonen, de overgang van wintertijd naar zomertijd meteorologisch een forse stap is. Het is 's morgens dan nog heel koud bij vertrek. Daarom heeft het bestuur besloten dat de clubritten in het voorjaar pas vanaf 1 mei om 9 uur zullen beginnen. Bij de

overgang naar de wintertijd wordt het starttijdstip 9.30 uur.

De commissie Tandje Ouder liet het bestuur weten dat men ging stoppen. Tijdens de ledenvergadering werd een nieuwe TO commissie geformeerd. Gelukkig lukt het wel om commissies redelijk bezet te houden. Waarom gaat het in het bestuur dan zo moeilijk? Door de nieuwe bezetting van de commissie TO kunnen de activiteiten van TO gewoon doorgaan, inclusief de 'traditionele' snertmiddag.

Door de duidelijke toelichting van Willem op de begroting kreeg deze een volledige instemming van de vergadering.

Ook dit jaar wilde het bestuur graag een TC de Liemersprijs toekennen. Die eer viel te beurt aan Rinus Kobus omdat hij tientallen jaren, bij nagenoeg elke gebeurtenis van de club, onder alle omstandigheden en met enthousiasme heeft gefunctioneerd als de hoffotograaf van TC de Liemers.

De nieuwjaarsreceptie van onze club staat gepland voor 3 januari 2025.

Ik wens alle leden Prettige Kerstdagen en een goede jaarwisseling.



Bestuurlijk

## Uitnodiging voor de nieuwjaarsreceptie 2025

Steven Krol

Namens het bestuur van TC de Liemers  
nodig ik alle leden uit  
voor de nieuwjaarsreceptie op  
vrijdag 3 januari 2025

**AANVANG 20.00 UUR**  
In de kantine



# **"Peters** **INSTALLATIETECHNIEK**

Dé specialist voor advies, plaatsing  
en onderhoud van duurzame  
klimaatinstallaties

WIJ  
ZOEKEN  
COLLEGA'S  
—  
BEKIJK ONZE  
WEBSITE



[www.peters-installatietechnik.nl](http://www.peters-installatietechnik.nl)

Zevenaar | Winterswijk | Renkum



# Verlag van de algemene ledenvergadering van TC de Liemers

Steven Krol

Verlag van de algemene ledenvergadering van TC de Liemers gehouden in het clubhuis van A.V. De Liemers op 25 november 2024. Het verlag is opgesteld door Steven Krol. Aanwezig: 6 bestuursleden en 42 leden. Een vijftal leden heeft zich afgemeld.

## De Algemene Ledenvergadering

### 1. Opening

Om 20.04 uur opent voorzitter Johan van Oosten de vergadering en heet alle aanwezigen van harte welkom. Hij geeft via Peer Donkers het woord aan Edwin de Wolf.

### Voordracht Edwin de Wolf

Edwin neemt ons mee in zijn fascinerende levensverhaal. Een emotioneel, inspirerend verhaal over verdriet, verwerking en veerkracht.

Bijzonder om te horen hoe hij uit het fysieke en psychische dal geklommen is en het leven weer omarmd heeft. Hij werkt nu als manager op het Militair Revalidatie Centrum Aardenburg in Doorn. Als sport heeft hij ook wielrennen opgepakt en driemaal deelgenomen aan de Invictus Games. Momenteel is hij teamleider van het Dutch Invictus Team.

### 1. Heropening

Om 21.10 uur heropent Johan de vergadering.

### 2. Ingekomen stukken en mededelingen

- Ingekomen stukken: Veel uitnodigingen voor toertochten elders, welke opgenomen zijn in de diverse nieuwsbrieven. Veel NTFU-berichten en nog steeds veel spam.

Een e-mail van Paul Broere namens de commissie Tandje Ouder. Deze zal later besproken worden bij punt 4 van de agenda.

- Mededelingen: Enkele huishoudelijke mededelingen t.a.v. de drankjes van vanavond.

De aanvangstijd van de clubritten zal voortaan steeds vanaf 1 mei 9 uur zijn. Bij de overgang naar de wintertijd wordt de aanvangstijd 9.30 uur.

De korting bij Aerofitt blijft van kracht. Onze penningmeester Willem Nass zal, met in achtneming van de AVG-regels, met Aerofitt de ledenlijsten naast elkaar leggen en zorgen dat iedereen de korting krijgt waar hij/zij recht op heeft.

### 3. Verlag van de algemene ledenvergadering van 18 maart 2024

Het verlag wordt ongewijzigd goedgekeurd.

### 4. Verlag commissies

- Clubfietsen: Toerfietsen (Peer Donkers):

Er is dit jaar weer veel gefietst. Bij de gewone clubritten hebben zich weinig serieuze ongevallen voorgedaan. (Tijdens het clubweekend was helaas wel een ernstig ongeval te betreuren).

De beloofde fietsclinic is niet doorgegaan. Het plan is om deze clinic tijdens een clubrit te laten plaatsvinden. Dennis Hendriksen zal hiervoor zorgen.

Afgelopen seizoen zijn er diverse gravelritten geweest. Het plan is dit aantal het komende jaar wat uit te breiden.

MTB (Antoon te Braake):

Het groepje MTB'ers wordt wel wat kleiner, maar is zeker actief.

Tandje Ouder (Johan Ratgers):

Paul Broere wil stoppen als commissielid, ook Johan Ratgers en Adri Boone willen dan stoppen. Adri vindt het wel vreemd dat Paul B. als gestopt lid nog wel de toerkalender met Peer coördineert.

Ab Lubbers zou het jammer vinden als 'Snert aan de baan' ook verloren zou gaan en wil die kar wel trekken.

Leo Visser vindt dat Ab L. al veel te veel op zijn schouders krijgt en wil wel toe treden tot de commissie T.O. Ook Bertie Boerstal meldt zich hiervoor aan. Hij suggereert dat de snertmiddag misschien beter naar de zaterdag verplaatst kan worden. Afsproken wordt dat de commissie in nieuwe samenstelling een en ander gaat bespreken.

Clubweekenden 'Op de weg' (Steven Krol): Dit jaar is het weekend met 20 deelnemers wel doorgegaan. Afgezien van het ongeval was het wel een succes. Mogelijk dat de opzet voor de komende editie wat anders wordt: vanuit Zevenaar met de auto naar een locatie 90-100 km verder, daar vanuit een hotel drie ritten rijden.



# M ULT IFOCAA LDEAL

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



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

## Verlag van de najaarsvergadering (vervolg)

'MTB' (Antoon te Braake): De bedoeling is komend jaar in september een weekend te organiseren in het Teutoburgerwald, vanaf 12 of vanaf 19 september.

- Kledingcommissie (Sytze Hellinga): 173 leden hebben de nieuwe outfit aangeschaft.

De problemen zijn zo goed mogelijk opgelost. Er is een extra pas-set aangeschaft in de maat XL.

- Evenementen (Ab Lubbers): Het betreft hier eigenlijk alleen nog onze TC de Liemers Classic. De Montferland tocht kan niet meer doorgaan. De Classic van dit jaar was de 40<sup>e</sup> of 41<sup>e</sup> (daar waren de geleerden het niet over eens) georganiseerd.

Het financiële resultaat was, ondanks weinig sponsoring, positief, dus we gaan er mee door.

Dit jaar is de Parkinson-afdeling van Liemerij aangehaakt. We hadden nog nooit zoveel inschrijvingen voor de 40 km! Waarschijnlijk nemen zij komend jaar ook deel aan onze tocht. Hopelijk is het dan iets warmer.

De editie van 2025 zal op Paaszaterdag 19 april verreden worden.

Gepoogd wordt de graveltocht ook te behouden. In de komende Wiel aan Wiel komt de vrijwilligerslijst te staan.

- Redactie (Antoon te Braake): Ons blad Wiel-aan-Wiel verschijnt nog steeds 4x per jaar. De Redactie zou graag meer artikelen ontvangen, zodat zij zelf geen artikelen hoeven te schrijven, maar zich kunnen richten op redigeren! Dus een oproep aan alle leden om een verslagje in te sturen van een mooie rit of belevenis.
- Website (Antoon te Braake) en Social Media (Geert van den Bosch): De website is actueel en de sociale media worden ook bijgehouden. Er is een besloten deel alleen voor leden en een open deel. Artikelen in het open deel kunnen 'gedeeld' en 'geliked' worden. Een oproep aan iedereen om artikelen te delen en te liken. Goede reclame voor de club en mogelijk een leden-trekker.

### 5. Begroting 2025

Willem Nass geeft aan dat het moeilijk wordt een kloppende begroting te maken. De kosten van de NTFU en de huur zijn geïndexeerd, dus elk jaar hoger. De inkomsten van de contributie dalen door het wat afnemend aantal clubleden. Toch wordt de contributie wederom niet verhoogd.

Een extra toelichting over het kledingfonds. We sparen alle jaren. Doordat 'slechts' 173 leden een kledingset hebben aangeschaft, is de clubbijdrage minder hoog dan begroot. Bovendien heeft de kledingcommissie voor een flink sponsorbedrag gezorgd.

Misschien kan bij de volgende kledingset de clubbijdrage wat omhoog, of kan betere kleding worden aangeschaft.

### 6. Jubilarissen / TC de Liemersprijs

Dit jaar zijn er geen jubilarissen te huldigen.

De Prijs wordt wel uitgereikt en wel aan iemand die bij alle hoogtepunten van de club aanwezig is en dan de foto's maakt. Daarnaast is hij ook als 'duo-fietser' betrokken geweest bij de organisatie van de 'Ride for Parkinson'.

Een behoorlijk verraste Rinus Kobus ontvangt uit handen van de voorzitter de oorkonde en het herinneringsbord die bij deze prijs horen.

### 7. W.v.t.t.k.

Geert van den Bosch informeert of er een exitgesprek gehouden wordt met leden die opgezegd hebben. Ed geeft dat dat hij daar tegenwoordig stevast naar informeert. De meest voorkomende redenen tot opzeggen zijn gezondheid en leeftijd, soms 'te weinig tijd'. Vaak ook wordt helemaal niet gereageerd op de vraag.

### 8. Rondvraag

- Willem Nass geeft aan dat de Rabobankbijdrage zeer behoorlijk is, maar zeker hoger kan zijn als meer Raborekeninghouders ook lid worden van de Rabo en op onze club stemmen. Gratis geld!

- Daarnaast doet hij een oproep aan ons allen om adverteerders te werven voor ons blad Wiel-aan-Wiel.

- Johan van Oosten stelt de vraag of de clubleden de wens hebben dat er een nieuwjaarsreceptie gehouden wordt. De aanwezige leden vinden vrijwel unaniem dat dit moet doorgaan. Afgesproken wordt dat de receptie in het clubhuis op vrijdag 3 januari 2025 gehouden zal worden.

### 9. Sluiting

De voorzitter bedankt Marijke Lubbers, Ab Lubbers en Loes de Wit voor de verzorging van de inwendige mens. Ook dankt hij de andere aanwezigen voor hun inbreng en de gezelligheid. Om 22.00 uur sluit hij de vergadering.



# 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](http://www.gripadviseurs.nl)



## Olieborrelrit MTB 2024

Roy van Dick

Net als voorgaande jaren willen wij ook dit jaar op zondag **29 December** afsluiten met een gezellige olieborrelrit. Voor de MTB-ers en gravel rijders zal de start plaats vinden om 9:30u op de Oude Eltenseweg 14 in Beek. Dit is het gebouw van Natuurmonumenten, vanaf hier kan ieder zijn route gaan rijden. Rond 11:00u zullen de overheerlijke zelfgemaakte olieborrel, koffie en chocomelk klaar staan en kunnen we gezamenlijk het jaar afsluiten. Wij, Marco te Witt en Roy van Dick, hebben er weer zin in .



## Geplande clubactiviteit

## Voorwoord bij de voorlopige helperslijst TCdL Classic

Ab Lubbers

We hebben in 2025 te maken met een wat afwijkende datum i.v.m. Pasen en Koningsdag. Daarom bleven er helaas weinig of geen andere mogelijkheden over.

Ook komend jaar doen we zoals gewoonlijk weer een beroep op een helpende hand bij ons evenement, en hopen we uiteraard op jullie te kunnen rekenen. We publiceren de voorlopige helperslijst nu reeds geruime tijd van tevoren zodat jullie de datum alvast in de agenda kunnen vastleggen.

Het jaar 2024 jaar was met betrekking tot het aantal deelnemers niet echt

geweldig, ondanks de samenwerking met Liemerijde in het kader voor het goede doel, de vreselijke ziekte parkinson. Het zorgde jammer genoeg niet voor extra deelnemers, met name niet op de langere afstanden. Op de 40 km afstand (recreanten) was de deelname wel goed te noemen.

Wat natuurlijk ook meespeelde was het slechte weer op die dag.

In onze Classic commissie hebben we uitgebreid besproken hoe we zouden kunnen komen tot meer animo voor onze mooie tocht, en tot een groter aantal deelnemers. We hebben inmiddels besloten om de routes nog wat aantrekkelijker te maken en meer

aandacht aan de verzorgingsposten te schenken in de vorm van versnaperingen. Hopelijk helpt dit alles mee.

Wat betreft de gravelrit, hier gaan we ook mee door, geprobeerd wordt de routes ook hiervoor wat te verfriaaien en aan te passen.

Hieronder staat de voorlopige helperslijst vermeld. Dat zijn er een behoorlijk aantal. Dit vanwege de ervaring dat er altijd enige mensen afvallen om allerlei redenen. Noteer de datum alvast in de agenda, we rekenen op jullie!!



## Voorlopige helperslijst voor TCdL Classic op zaterdag 19 april 2025

Theo van Alst	Rudi Bach	Liesbeth Borst	Esther Buiting	Robert Volman
Anthony Berendsen	Adri en Jopi Boone	Walter Buis	Fedor van Battum	Marc Terlouw
Margriet Blij	Gerard Hageman	Albert von Reth	Jeroen Boes	Huub Haarlemmer
Jan Meesters	Frans Peters	Franklin Stokman	Ton Bolk	Ronald Theunissen
Geert van den Bosch	Walter den Hartog	Ben Gijsbers	Carl Cammeraat	Ari Timesen
Servaas Apeldoorn	Dick Derksen	Dick Reuling	Ago Randewijk	Andre Vreemann
Jeroen Derksen	Wim van Dijk	Arnold Derksen	Ronald Derksen	Arnold Timmerman
Monique van Dam	Rob Heymen	Remon Stokman	Jan Schepers	Rens Horn
Colin Hicklin	Esther Buiting	Ivo Koehorst	Ben Reusink	Johan Ratgers
Arie de Wit	Henry Scheers	Uschi Elting	Hans van Huet	Herman van Uffelen
Bertie Boerstal	Guido Voorhorst	Frank Hell	Dennis Hendriksen	Arnoud Vos
Mathieu Klaassen	Wim Peters	Frank Peters	Sjoerd Holkenborg	Ben Hogenkamp
Peter Hogenkamp	Robert Boerhof	Willy Veldkamp	Albert Knol	Chris Wullink
Nico Bonke	Geert-Jan Boerhof	Rene Smits	Rob Polman	Fred Verstraaten
Jan Liefink	Ben Jansen	Chris Knoop	Theo Polman	Guus Verhagen
Ralf Peters	Ronald Hendriks	Theo Nass	Ernst Rutten	Richard Tijsseling
Henk Pinta	Astrid Haijma	Mart Ros	Arjen Wintersen	Jan Senhorst
Geert Rasing	Barry Jansen	Rinus Kobus	Andre Pes	Marijke Lubbers
Alies Kraaijvanger	Hans Wieleman	Max Goijarts	Edward Raben	Hans Rutgers
Esther Ophuizen-Dieker	Ruud Timmer	Marcel de Gier	Ewout Tamminga	Peter Sloot
Eric-Jan van Kempen	Heidi Wullink	Peter van Sadelhoff	Andre Eijkelkamp	
Martin Heijnen	Jos Peters	Antoine Ross	Harry Hermsen	





-  Mozartlaan 4
-  0316 - 345 553
-  06 - 837 964 25
-  [www.hammerit.nl](http://www.hammerit.nl)

Uw partner in ICT diensten voor Thuis en op de Zaak!



Nieuwe leden

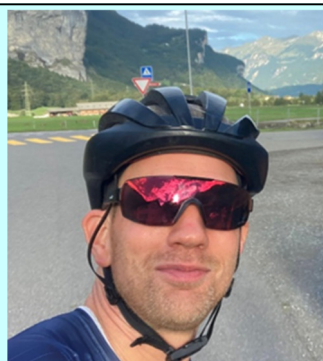
## Twee nieuwe leden stellen zich voor

Heel veel plezier

Jopie Boone-Baarends



**Naam:** Hidde Essers.  
**Beroep:** Hoofd technische dienst.  
**Leeftijd:** 40.  
**Waarom lid:** Gezelligheid, mensen leren kennen.  
**Fietservaring:** Ruim 10 jaar.  
**Ambities:** Geen.  
**Andere hobby's:** 😄  
Veel tijd met mijn gezin doorbrengen.  
Naast dat ik heel graag fiets ben ik in de winter iets meer aan het hardlopen, met de dijkencross als jaarlijkse "wedstrijd".  
Carnaval vieren bij de Nachtuulen.



**Naam:** Thijs Teunissen.  
**Beroep:** Leerkracht basisonderwijs.  
**Leeftijd:** 42.  
**Waarom lid:** Voor de gezelligheid van de groepsritten.  
**Fietservaring:** Nu zo'n 6 jaar aan het fietsen, met elk jaar een fietsweekend in het buitenland.  
**Ambities:** Kwart en halve triathlon volbrengen.  
**Andere hobby's:**  
Hardlopen, zwemmen en met het gezin leuke dingen doen.



**Naam:** Ellen van Binsbergen.  
**Door omstandigheden:** Geen info en foto.

## Snert aan de baan 2024

Paul Broere



Zoals de afgelopen jaren gebruikelijk voor het afsluiten van het wegseizoen, nodigen we de leden uit voor de snertmiddag, deze keer op woensdag 23 oktober jongstleden.

Het commissielid Johan Ratgers houdt dan de aanmeldingen via de mail bij. Van te voren hadden we onderling afgesproken dat er zich tenminste 30 deelnemers moesten opgeven om het evenement door te laten gaan. Johan hield ons (de TO-commissie) goed op de hoogte van het aantal opgaves. Op de laatste avond dat men zich kon opgeven kwamen er gelukkig nog twee deelnemers via de mail binnen bij Johan.

Alles kon nu in gang gezet wor-

den om er een evenement van te maken.

Op tijd bestellen van de erwtensoep, katenspek en roggebrood bij de slager in Tolkamer. Hulptroepen voor die middag regelen door diverse mensen te vragen. Marijke en Ab Lubbers waren bereid om de kantinediensten op zich te nemen, terwijl de twee TO-commissieleden Adrie Boone en Johan Ratgers die middag op tijd in de kantine zouden zijn om snijwerkzaamheden aan het katenspek en het roggebrood te verrichten.

Dat roggebrood was trouwens nog wel een dingetje! Wat bleek!

Ikzelf was het roggebrood van thuis vergeten! Marijke stapte alsnog op de fiets om deze bij de plaatselijke supermarkt te kopen.

Onze penningmeester, Willem

Nass, krijgt van mij dus nog de kosten van één keer roggebrood terug! Komt eraan Willem.

Op de ochtend voor de snertmiddag wordt er eerst nog met flinke groepen gefietst. Dit keer rit "s-Heerenberg-Zeddum" (49 km), met koffiestop in Zeddum.

De middag begint voor de deelnemers om 15.00 uur en voor de hulptroepen om 14.15 uur. Marijke en Ab Lubbers zijn al om 13.30 uur aanwezig om de koffie en thee voor te bereiden. Tegen 15.00 uur druppelen de eerste deelnemers binnen en genieten van thee of koffie met een koekje. Een kwartier later neemt de voorzitter van de TO-commissie het woord.

Allereerst de drie afmeldingen die Johan alsnog heeft binnen gekregen.







**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



## Snert aan de baan 2024 (vervolg)

De aanwezigen hebben geluk dat die zich toch hadden opgegeven. Anders was het niet doorgegaan.

Marijke wordt alvast bedankt voor haar hulp in kantinehuishouding en krijgt hiervoor een mooie bos bloemen. Ab wordt niet overgeslagen en krijgt hiervoor applaus.

Helaas nemen Adrie Boone en Johan Ratgers vandaag afscheid van de TO-commissie. Ze krijgen, voor gedane diensten, applaus van de zaal en een woord van dank van ondergetekende. Daarna leg ik zelf mijn vertrek als TO-commissievoorzitter uit en vraag voor de zekerheid of er iemand in de zaal is die de functie wil vervullen? Helaas is

dit niet het geval! 🙄

Hierna wens ik allen een prettige middag en vraag iedereen naar buiten voor de gebruikelijke groepsfoto. Ik merk dat Geert van den Bosch al een paar groepsfoto's van tevoren maakt, voor Facebook. Ook een fervent amateurfotograaf. 😂

Na de foto's wordt de erwtensoep opgediend en wordt er in groepjes lekker gekeuveld.

Iedereen neemt daarna een of meerdere drankjes, met eventueel nootjes en gesneden worst. Totdat het tijd is om op te ruimen en iedereen te bedanken voor zijn aanwezigheid



en een veilige thuiskomst te wensen.





**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**

## Gravelbanden op je gravelbike binnenband of tubeless?

Paul Peters (bron: Velozine)

Gravelbikes zijn op veel plekken geschikt om op te rijden en je kunt er enorm veel mee. En een van de meest dominante aspecten die de inzet én het plezier van een gravelbike kan vergroten, is de juiste bandenspanning, zo doceerde mij Huub Haarlemmer direct bij een van mijn eerste gravelritjes met TC de Liemers. Hoe losser of grover de ondergrond, hoe meer profijt je gaat hebben van een relatief lage bandenspanning. Maar dat vergroot dan wel je risico op lekrijden. En dat laatste hebben we onlangs weer eens heel duidelijk onderzocht tijdens een mooi gravelritje op de woensdagochtend. Een Duitse boer vond het weer tijd om zijn doornenhaag langs de Grondstein in Elten te snoeien en het snoeiafval gewoon te laten liggen. Ik had een flinke doorn in mijn voorband (met binnenband), maar de band bleef gelukkig op spanning zo leek het. Dus bewust laten zitten dat ding en doorrijden maar. Bij een fietsmaat die tubeless rijdt spoot de vloeistof naar buiten, maar ook hij kon gewoon doorrijden. Achteraf bleken er bij hem nog meer doornen in zijn banden te zitten.



*Aaaii, wat een leuk doortje!*

### De band maakt het grootste verschil

De ontwikkeling van 'de gravelbike' is grotendeels toe te schrijven aan bandenfabrikanten. Elk fietsmerk heeft wel een gravelbike in zijn programma met daarbij een eigen filosofie van wat 'een gravelbike' is. Maar de diversiteit zou niet bestaan hebben, zonder de grote variatie in beschikbare banden. Inmiddels is er van alles beschikbaar voor de gravelbike. Van zeer subtiele noppenbanden voor hardere ondergronden, tot banden die qua formaat én noppen niet misstaan op een mountainbike, of zomerbanden met nauwelijks nog profiel die de race benaderen. In algemene zin is echter wel te stellen dat steeds meer gravelbanden qua afmeting, constructie en materialen aanschuiven tegen de banden die je tegenkomt bij de mountainbike.

***"... hoe groter de band, hoe meer ruimte voor comfort, grip en het voorkomen van doorstoten van de band tot op de velg."***

Dat is niet voor niets, want een grotere band geeft je, bij de juiste druk, méér tractie en méér demping. Zeker wanneer de ondergrond alles behalve vlak is. Meer volumineuze banden zijn ook gunstiger voor zwaardere rijders. En een grotere de band voorkomt ook beter het doorstoten van de band tot op de velg.





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](mailto:info@mvoflex.nl)  
[www.mvoflex.nl](http://www.mvoflex.nl)

## Gravelbanden op je gravelbike binnenband of tubeless? (vervolg)



### Lagere druk: minder rolweerstand offroad

Een lagere druk heeft ook een gunstig effect op de rolweerstand wanneer je het asfalt verlaat. Op glad, strak asfalt rolt een band met een hogere spanning natuurlijk beter, want hoe hoger de bandspanning, hoe minder vervorming en dus hoe minder de rolweerstand. Offroad echter, geldt precies het omgekeerde. Hoe lager de bandenspanning, hoe meer de band zich kan vormen naar het oneffen terrein. Dan werken de oneffenheden minder 'tegen' en rolt het geheel dus gemakkelijker.

*Mooie Specialized Crux gravelbike, de jongste aanwinst in ons Liemers peloton, tubeless*

### Welke bandenspanning voor je gravelbike?

Wat is nu 'de juiste druk' voor je gravelbanden? 'Zo laag mogelijk' kan een uitgangspunt zijn, maar zoals elke keuze, is ook de 'juiste bandenspanning' een compromis. Op die vraag is dan ook simpelweg géén eenduidig antwoord te geven. Want ook al is 'zo laag mogelijk' je streven; wat 'laag' is, is afhankelijk van meerdere aspecten. Zaken zoals je eigen gewicht, het type en de afmetingen van de band en de breedte van je velg. Maar ook de ondergrond, en natuurlijk je rijstijl.

Ikzelf gebruik de gravelbike over asfalt en zandwegen, maar ook regelmatig gaat een ritje tevens over begaanbare delen van mountainbikeroutes. Op hard terrein gaat mijn voorkeur uit naar ca 2 tot 2,5 bar, voor onverhard liever minder, rond 2 bar.

Bij een snelle rit over relatief egale, strakke paden gecombineerd met asfalt kom je prima weg met een smallere band op hogere bandenspanning. Ga je vooral offroad en rij je over allesbehalve strakke paden, dan is meer bandvolume gemakkelijker met een lagere bandenspanning, het vergroot de tractie en geeft meer comfort.

### Tubeless

Binnenbanden gemonteerd in je gravelbanden is prima, maar wanneer je op relatief lage bandenspanning wilt rijden, loop je daarmee wel extra risico. Want als je hard over een steen of stoeprand rijdt, loop je een grote kans op een doorstootlek. Bij een stootlek of 'snakebite' genaamd, wordt de binnenband geplet tussen de buitenband en de opstaande velgrand. Met name butyl binnenbanden





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



## Gravelbanden op je gravelbike binnenband of tubeless? (vervolg)



### *Snelle paden*

zijn hier heel gevoelig voor, want het materiaal knapt onder die hoge druk vrij gemakkelijk. Het gevolg is een sneetje in de lengte richting van de binnenband.

Overigens, de kans is groot dat je met *beide* velgranden het obstakel raakt, en zul je dus bij een stootlek vaak twee parallel liggende sneetjes in de binnenband hebben. Vandaar de term 'snakebite'.

De beste oplossing tegen een stootlek is dan ook: géén binnenband.



### *Offroad*

### **Nadelen van tubeless**

Er kleven (soms letterlijk...) ook nadelen aan een tubeless-setup:

- Je moet toch altijd een binnenband meenemen voor het geval het lekt niet dicht.
- Een buitenband wisselen is wat meer gedoe dankzij dat vloeibare dichtmiddel;
- Vloeibare dichtmiddelen drogen meestal uit. Dus af en toe wat spul toevoegen.



***Pas op, zo krijg je een doorstootlek/snakebite***

### **Hoe ziet een tubeless-setup er uit?**

Nagenoeg elke gravelbike heeft tegenwoordig standaard een wielset die tubeless gemaakt kan worden. Bij een tubeless wielset is de velg dusdanig van afmeting dat er een nauwe passing is met de hieldraad van een tubeless(-ready/-compatibel) band. Daarnaast zijn er nog een paar andere dingen noodzakelijk voor een tubeless-setup.



## Gravelbanden op je gravelbike binnenband of tubeless? (vervolg)

- **Tubeless-velglint**

Het velgbed moet worden afgedicht met een speciaal velglint dat luchtdicht is. Wanneer je wielset al tubeless-compatibel was, dan kun je het tubeless velglint herkennen omdat het er meestal opgedrukt staat.

- **Tubeless-ventielen**

Bij een tubeless-setup heb je losse ventielen nodig die je monteert in de velg. Het geheel moet goed afsluiten zodat geen lucht ontsnapt. Via het ventiel kun je het vloeibare dichtmiddel toevoegen.



- **Vloeibaar dichtmiddel**

Het merendeel van de vloeibare dichtmiddelen is latex-gebaseerd. Dat materiaal hecht goed aan het rubber van een buitenband. Het droogt alleen snel uit, en daarom worden er allerlei stoffen aan toegevoegd. Ons TC lid Antoon te Braake brouwt zelf zijn tubeless vloeistof en het schijnt superspul te zijn. Hij rijdt nooit meer lek!

### Tubeless gravelbanden: de keuzes

#### *Profiel*

Inmiddels zijn er gravelbanden met ongeveer elk denkbaar profiel op de markt. De keuze is dus groot. Maar wat het beste werkt hangt natuurlijk compleet af van wat je tijdens je gravelrit(ten) gaat doen. Zoiets als één profiel dat zowel ideaal is voor harde als zachte en grove ondergronden, bestaat simpelweg niet. De keuze zal dus altijd een compromis zijn. Persoonlijk zal ik voor een gravelbike altijd kiezen voor enig profiel. Vierkante of rechthoekige noppen. Een slick met groefjes. Ronde noppen, groot of klein? De keuze aan profiel voor je gravelband is groot. Durf met een lage spanning te rijden en ervaar dat je ook weg kunt komen met zelfs betrekkelijk weinig of kleine noppen.



## Gravelbanden op je gravelbike binnenband of tubeless? (vervolg)



### **Velgbreedte**

Ook bij gravelbikes worden steeds bredere velgen toegepast. 25 of zelfs 27 millimeter interne breedte zijn nu al geen uitzondering meer. De reden hiervoor is eenvoudig én erg doeltreffend: hoe breder de velg, hoe meer stabiliteit je band heeft.

### **Tubeless gravelbanden monteren**

Een tubeless setup maken schrikt sommigen nog steeds af. Daar hoor ik ook bij. Immers, niet alle band/velg-combinaties werken even vlot. En dan is het gewoon gedoe en geklieder omdat het vloeibare dichtmiddel langs alle kanten naar buiten komt. Er zijn online talloze instructievideo's te vinden hoe je te werk moet gaan. Hieronder vind je een beknopt stappenplan met enkele praktische tips.

#### **1. Tubeless-velglint**

Controleer eerst of er tubeless-velglint in je wielset zit. Indien niet, doe dat alsnog *nadat* je de velg zeer goed hebt gereinigd zodat de tubeless-velglint ook goed hecht. Indien je een nieuw velglint hebt geïnstalleerd, moet je eerst een gaatje prikken in het velglint voor het ventiel. Gebruik hiervoor een priem. Hiermee maak je een mooi rond gaatje. Door de punt van de priem te verwarmen, smelt de rand van het gat iets en dat geeft extra zekerheid dat het gat niet uitscheurt.

#### **2. Installeer een tubeless-ventiel**

Let er bij de montage van het tubeless-ventiel goed op dat de rubberen voet van het ventiel goed aansluit aan de binnenzijde van de velg.

#### **3. Monteer de buitenband**

Leg de buitenband met één kant op de velg. Begin tegenover het ventiel; dan ligt de hieldraad vanzelf voor het grootste deel in het laagste deel van de velg. Je hebt dan dus de meeste 'ruimte' om de – vaak strak passende tubeless gravelband ook met de andere rand om de velgrand heen te trekken.

#### **4. Pomp de band op tot ie 'plopt'**

Een gewone vloerpomp werkt meestal voldoende om je gravelband te laten 'ploppen' in de velg. Dit ploppen houdt in dat de hieldraden mooi tegen de velgrand aansluiten. Lukt dit niet, dan heb je een grote(re) stoot lucht nodig. Een compressor werkt hiervoor veruit het best.

#### **5. Voeg vloeibaar dichtmiddel toe**

Nadat de band goed 'geplopt' is en goed afsluit laat je de druk er uit en verwijder je de ventielkern. Via het ventiel voeg je nu vloeibaar dichtmiddel toe. Niet te zuinig, liever iets meer vloeistof, dan krap-aan.

#### **6. Pomp de band op, roteren en schudden**

Monteer de ventielkern terug en pomp de band op tot 2-2,5 bar – meer is echt niet nodig – en schud het geheel goed op en neer, terwijl je het wiel langzaam draait. Door dit te doen, zorg je dat het dichtmiddel overal passeert en eventuele kleine gaatjes afdicht.



# 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](http://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](http://www.giantstore-sheerenberg.nl)

 **GIANT.**

 **Liv**



## Gravelbanden op je gravelbike binnenband of tubeless? (vervolg)

### Tenslotte

Nog een aantal specifieke punten die goed zijn om mee te nemen. Een CO<sub>2</sub>-patroon is verdomme handig om een band snel weer terug op druk te zetten wanneer je onverhoopt tóch lek rijdt. De stoot CO<sub>2</sub> uit het patroon kan je ook helpen om een band goed te laten 'ploppen' in het velgbed bij installatie. Maar let op; niet elk vloeibaar dichtmiddel kan tegen de vrieskou die de stoot CO<sub>2</sub> met zich meebrengt!



Rijd je lek en is het gat dusdanig groot dat het latexmiddel het gat niet meer gedicht krijgt, dan kan een plug je redding zijn. Je prikt de rubberen 'worst' met een speciale priem van buiten dóór het gat. Daarna blijft de plug achter en heeft die doorgaans samen met het vloeibare dichtmiddel de band alsnog in een handom-



draai dicht. Lucht erbij en je kunt weer verder. Bij thuiskomst vervang je hem dan ook het beste met een tubeless-plakker aan de binnenzijde van de band. Maar vervangen is alleen nodig als je de plug voelt. Bij enig profiel is dat meestal niet zo. Als alternatief voor een plug is een reserve binnenband erin leggen natuurlijk ook prima.





# 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

## Zonnebril of head-up display?

Paul Peters. Bron: Bicycling

In een tijd waarin zowat alles *connected* is en zelfs de fiets én fietser niet uitgezonderd zijn, is een *head-up-display* nog een zeldzaamheid. Dat terwijl de meeste moderne auto's tegenwoordig standaard met zo'n leuke projectie van cruciale gegevens in het blikveld zijn uitgerust. Een fabrikant van brillen en helmen (het Franse Julbo) introduceert nu zijn tweede generatie van een head-up zonnebril voor sporters (EVAD.2). Dus vanaf nu diverse data in je ooghoek bekijken en tegelijkertijd afzien op je bike.....



### Head-up display

Ben je in de markt voor een nieuwe of jong gebruikte auto, dan wordt uiteindelijk de keuze wellicht mede bepaald omdat-ie een head-up display heeft. De meerwaarde van het hebben van alle cruciale data direct in je blikveld is voor velen tegenwoordig best een logische optie.

Maar zo gemeengoed als dat head-up-displays zijn voor auto's, zo afwezig zijn ze nog in de sport. En dat is best opvallend, want juist veel sporten drijven juist op innovatie. De Franse fabrikant probeert als een van de weinigen al enige tijd de sportbril op een hoger plan te trekken. Hierbij wordt data, via een module op de neusvleugelbrug, op de binnenzijde van de lens geprojecteerd. Apps, software en techno-

logie ontwikkelen in rap tempo en dus komt er regelmatig iets nieuws op de markt. De basis van de head-up is een grote, brede lens met alleen aan de bovenzijde een montuur voor een zo groot mogelijk blikveld. De apparatuur zit op de brug van de bril. In het rechterdeel zit een projector die via een spiegeltje data projecteert aan de binnenzijde van de rechter helft van de lens. De gegevens staan zodoende in een hoek van je gezichtsveld. "Alsof ze in het landschap geprojecteerd zijn".

Er zijn in totaal zes gegeveelden

mogelijkheden. Er zijn meerdere gegevensschermen te programmeren. Wisselen tussen de schermen kan door aan de voor



*Boven op de brug zit de module, met links de batterij en rechts de projector en een spiegeltje die het beeld projecteert aan de rechter binnenzijde van de lens*

zijde van de bril met een vinger over het vlak boven de neusvleugel te swipen. Tegelijkertijd moet je maar hopen dat niemand aan stoot neemt aan je handgebaar...

### Meer connectiviteitsopties

De EVAD.2 introduceert niet alleen een nieuwe lensvorm en montuur, maar ook de software is vernieuwd om samen te werken met de laatste besturingssystemen van je telefoon. Ook op het gebied van connectiviteit zijn er nieuwe functies. Verder kun je de bril rechtstreeks koppelen aan een hartslagmeter of een fietscomputer (of smart watch). Daarvoor zijn vooral een groot aantal Garmin-toestellen geschikt.

### Specificaties

De geïntegreerde batterij gaat tot 12 uur mee. Opladen geschiedt via een magnetische stekker die je aan de achterzijde met de module ín de bril verbindt. Na drie uur laden is de



### *Tweede generatie zonnebril met head-up display*

den beschikbaar die je via een specifieke Activelook-app op je telefoon naar eigen inzicht configureert. Data zoals je hartslag, snelheid en tijd, maar ook navigatie gegevens behoren tot de



# 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](http://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](mailto:info@wittbouwkunde.nl)

[www.wittbouwkunde.nl](http://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

## Zonnebril of head-up display? (vervolg)

batterij weer 100 procent geladen. De bril weegt 45 gram en is vanaf oktober 2024 verkrijgbaar voor een prijs van €349,- inclusief btw. De kit bevat naast de bril ook een USB-oplaadkabel, een hardcase, een softcase en enkele schoonmaakaccessoires.



*Een indicatie van het zicht door de rechterzijde van de bril met in de bovenhoek de geprojecteerde data.*

### Ultieme fietsgadget?

Een head-up-display voor fietsers is eigenlijk best logisch in deze tijd. Maar gemeengoed is het dus nog niet en vanwege de prijs zal het voorlopig ook voor veel fietsers nog wel een ultieme gadget blijven.

Overigens is het vooralsnog technologisch onmogelijk om zowel

data als de weg voor je tegelijkertijd scherp in beeld te hebben. In hoeverre dat een voor- of nadeel is, moet nog maar blijken. Maar trek de parallel met je fietscompu

ter die je óók niet continu scherp in focus hebt toch. Het verleggen

van focus moet dus niet zo'n probleem zijn, al is het verschil tussen de weg voor je én iets kort voor je ogen natuurlijk wel groter. De technologie is in elk geval intrigerend.



## Diversen

### Wondverzorging: Zo pak je het aan

Antoon te Braake, met medische controle en aanvulling van Steven Krol.

Valpartijen op de racefiets komen helaas regelmatig voor. Eén van de meest voorkomende verwondingen daarbij is de schaafwond. Niet alleen op de racefiets maar ook op een gravelbike of MTB kun je een behoorlijke buiteling maken, zoals ik recentelijk meemaakte. Ik ben wel vaker onderuit gegaan maar nog nooit op volle snelheid, zo op het asfalt. Bij de afgelopen MTB-Kruisbergtocht reden we in een groepje op de weg van het ene bosperceel naar het volgende. De snelheid zat er goed in, dus ik probeerde goed "in het wiel" te blijven. Helaas zat ik er te dicht op (dom, dom, dom) toen er geremd werd, omdat we rechtsaf het bos in moesten. Gevolg: twee wielen in innig contact, maar het mijne wel stuurloos, zodat ik schuin voorover van de fiets

ging en vol tegen het asfalt kwakte. Hoe de val precies verliep weet ik niet, maar ik kan me nog goed herinneren dat mijn helm minimaal een meter over het asfalt schuurde. Na van de eerste schrik bekomen te zijn, neem je de schade op en dat viel gelukkig mee. Geschaafde hand, pols en schouder, en twee kapotte knieën, maar ik kon alles nog normaal bewegen; gelukkig geen breuken dus. Ook de fiets had geen noemenswaardige schade, dus ik kon de rit ook nog voortzetten. De helm had een deuk en krassen, dus die was aan vervanging toe, maar zonder helm waren de gevolgen vele malen erger geweest. Hoewel mijn rechter schouder een stevige schaafwond had, zag ik eerst geen kapotte kleding. Thuis gekomen bleek de kraag



(vreemd!) wel aan flarden.

Hoewel schaafwonden over het algemeen niet ernstig zijn, kunnen ze behoorlijk pijnlijk zijn en een lange genezingsstijd hebben, als je ze niet goed verzorgt. Op pagina 27 lees je hoe je schaafwonden na een val kunt verzorgen en welke verbandmiddelen je het beste kunt gebruiken.



# PEDALEUR BIKES

*creating happiness*

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

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



**PEDALEUR.NL**

Trotse dealer van:

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

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

## Wondverzorging: Zo pak je het aan (vervolg)

### Stap 1: Beoordeel de wond

Na een val is het belangrijk om eerst te beoordelen hoe ernstig de wond is:

- 🚲 Kleine schaafwonden: zijn oppervlakkig en bloeden licht.
- 🚲 Grote schaafwonden: diepere huidlagen zijn beschadigd, mogelijk met gruis of vuil.
- 🚲 Bloeding: stopt het bloeden niet of zie je een diepe wond? Zoek medische hulp.

### Stap 2: Reinig de wond grondig

Een van de belangrijkste stappen in het voorkomen van infecties is een goede reiniging.

- 🚲 Spoel de wond bij voorkeur uit met schoon drinkwater, een steriele zoutoplossing (fysiologisch zout) of een desinfectiemiddel. Dit verwijdert vuil, zand, en gruis. Let op: gebruik GEEN zeep!
- 🚲 Gebruik eventueel een zachte, steriele doek of gaasje om hardnekkig vuil los te maken (Dit is pijnlijk maar wel noodzakelijk) of zo nodig een pincet om steentjes of iets dergelijks te verwijderen.
- 🚲 Vermijd agressieve middelen zoals alcohol of waterstofperoxide; deze irriteren de huid en vertragen het genezingsproces.

### Stap 3: Bescherm de wond

Een goed verband beschermt de wond tegen vuil, bacteriën, en verdere irritatie. Kies het juiste verbandmiddel op basis van de grootte en diepte van de schaafwond:

- 🚲 Kleine oppervlakkige wonden die niet lekken kun je gewoon aan de lucht laten drogen.
- 🚲 Grotere en diepere wonden: Doe eerst een vet gaasje of

gaasje met zalf op de wond. Eén laagje is genoeg, vouw het gaas niet dubbel.

- 🚲 Doe daar bovenop een droog gaas of verband. Het verband plakt dan niet aan de wond vast.
- 🚲 Zorg dat het verband goed blijft zitten door het vast te maken met een rekverbandje of pleister.
- 🚲 Doe 1 keer per dag een nieuw gaasje met verband op de wond. Of vaker als er vocht doorheen komt.
- 🚲 Ga hiermee door totdat de wond niet meer lekt.

Profrenners gebruiken vaak een "Hydrocolloïd verband", die met een elastisch netje om arm of been op de wond gedrukt wordt. Dit houdt de wond vochtig en soepel, wat de genezing versnelt. Dit hydrocolloïd is een soort plakpleister met een gel die de wond helemaal afsluit van de buitenlucht.

### Stap 4: Controle en verzorging

- 🚲 Dagelijkse controle: vervang het verband dagelijks of eerder indien nodig, vooral als het vochtig of vuil is geworden.
- 🚲 Herstel stimuleren: een vochtig wondmilieu bevordert de genezing. Vermijd het "luchten" van de wond.
- 🚲 Let op tekenen van infectie: roodheid, zwelling, pus of toenemende pijn. Raadpleeg een arts als je dit opmerkt.

Zelf heb ik veel gebruik gemaakt van Cuticell Contact en wondhelende zalf van Hansaplast. Cuticell bevat een siliconengaasje dat is gedrenkt in een soort paraffine. (Dit leg je direct op de wond en daarover doe je een gaasje of pleister om het vocht of bloed op te vangen. Voordeel is dat bij het

vervangen van het verband dit gaasje maximaal twee dagen mag blijven zitten. Je hoeft dan alleen het bovenliggende gaasje of de pleister te vervangen. Ook de wondhelende zalf is gebaseerd op paraffine en zorgt voor een snellere genezing en de pleisters kun je makkelijk verwijderen. Daarnaast blijven de wonden soepel en is er minder korstvorming. Al met al verbruikte ik wel een grote hoeveelheid verbandmiddelen omdat ik aanvankelijk twee keer per dag de bovenliggende laag moest vervangen i.v.m. doorlekken. Dit werd wel snel minder. Na een week kon ik zonder verband/pleisters en na twee weken waren de meeste wonden mooi genezen.

Door snel en goed te handelen, kun je het herstelproces van een schaafwond dus versnellen en voorkomen dat je langer dan nodig uit de roulatie bent. Zo stap je snel weer met een gezonde huid en frisse motivatie op de fiets, maar dan moet bij mij die "wond" tussen mijn oren nog wel helemaal genezen! 😊



Cuticell Contact en wondhelende zalf van Hansaplast



# 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](mailto: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](http://www.josaries.nl)  
Edisonstraat 54  
6902 PK Zevenaar

## Louisendorf, eerbetoon aan een vroeg gestorven koningin

Steven Krol

Geregeld steken we de Emmerichse brug over en koersen rond Kalkar. Soms leidt de route via een lange rechte weg door Louisendorf. Midden in het dorp stuit je op de hoek van een vierkant plein.

Op dat plein staat op een soort terp een kerk omringd door bomen.

Dit rare stadsplan intrigeerde mij en ik ben een beetje in de geschiedenis gedoken.

Hierna volgt een samenvatting van wat naslagwerk.



De streek Rheinland-Pfalz ligt in de hoek tussen Luxemburg en het noord-oosten van Frankrijk. Het gebied is eeuwenlang een speelbal geweest tussen Franse en Duitse vorsten.

Na de Spaanse successieoorlog werd het in 1714 weer aan de keurvorst van Beieren gegeven. De nieuwe vorst probeerde de grotendeels protestantse bevolking tot het katholicisme te bekeren.

Om te ontkomen aan de oorlogsvernielingen en religieuze onderdrukking zakten in 1741 drie schepen met families uit de Pfalz de Rijn af met het doel te emigreren naar Amerika, Pennsylvania. Helaas: de Nederlanders hielden hen bij Schenkenschanz tegen. Na lange onderhandelingen kregen de families uit de Pfalz een stuk grond aangewezen op de heide bij Goch alwaar zij Pfalzdorf opgericht hebben. In 1820 kreeg deze enclave van de Pruisische koning Frederik Wilhelm III toestemming om een nieuwe nederzetting te stichten. Dit werd Louisendorf, genoemd naar de toen al overleden geliefde echtgenote van de koning.

Louise was prinses en kwam uit Darmstadt en verloofde zich met Frederik Wilhelm III die toen nog kroonprins was.

*“Haar familie vroeg zich af of het Pruisische Hof van die dagen wel de geschikte plaats was om er huwelijksgeluk te verwachten; immers in eene omgeving van zoo wrakke zedelijke beginselen als daar heerichten. Zijne Majesteit, Koning Frederik Wilhelm II, gaf het verderf brengend voorbeeld. Van zijne eerste echtgenoot was hij, in wederkeerigheid van schuld der echtelieden, wettig gescheiden, en met zijne tweede gade, de moeder zijner zoons, had hij bijna geen omgang. En intusschen had hij meer dan eene tusschentijdsche liefdesgeschiedenis, trouwde tweemaal na elkander, naast zijne wettige Koningin, nog eene hem geldig, d.i. met de linkerhand aangehuwde andere echtgenoot, en leefde bovendien in verboden omgang met eene schoone vrouw uit de lagere hofkringen, die hij met weldaden, ja met schatten overlaadde en tot gravin Lichtenau verhief”.*

(citaat uit tijdschrift Onze Eeuw)

Louise's echtgenoot, de kroonprins, leefde echter zeer ingetogen. Zijn oudoom Frederik de Grote had hem ernstig toegesproken en dat had grote indruk op hem gemaakt. Het werd een gelukkig huwelijk.

*“Ze hadden 't zoo wel samen; tutoyeerden elkaar; zij reden samen uit; zij lazen samen; ze waren altijd met elkander.”*

Een opmerkelijk gelukkig vorstelijk huwelijk in die tijd. In 1797 werden zij koning en koningin. Zij hebben 10 kinderen gekregen waarvan er drie op zeer jonge leeftijd overleden.

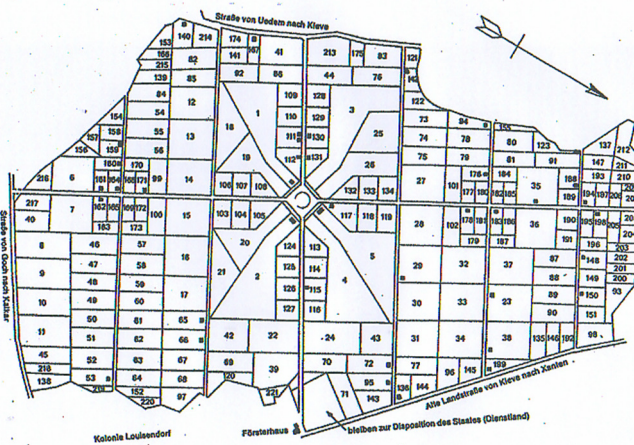




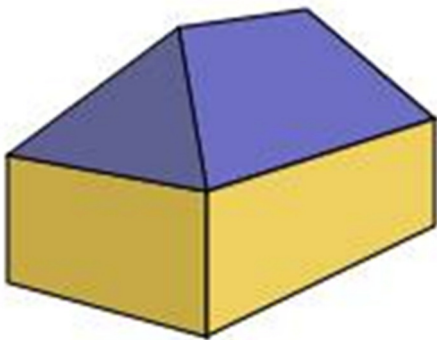
# Louisendorf, eerbetoon aan een vroeg gestorven koningin (vervolg)

De oudste zoon volgde zijn vader op en deze werd later opgevolgd door zijn broer de latere keizer Wilhelm I. Louise overleed echter al in 1810 op 34-jarige leeftijd. Vandaar de 34 lindenbomen rond de kerk in Louisendorf.

Nog een paar opmerkelijke feiten van Louisendorf:



Het stratenplan van Louisendorf met alleen maar rechte hoeken is vrij uniek in Europa.



Ook opvallend zijn de huizen van Pfalzdorf en Louisendorf. Deze hebben oorspronkelijk allemaal een schilddak, dat wil zeggen aan alle zijden een schuin gedeelte. Soms eindigt het dak aan de zijkanten van het huis wat korter, feitelijk is dan sprake van een zadeldak met wolfseinden.

Doordat Pfalzdorf, Louisendorf en Neulouisendorf protestantse dorpen waren in een katholieke streek, hebben de kolonisten hun eigen pfalzische dialect kunnen handhaven. Zij spraken dus niet het 'Kleverlands'. Dit gebied wordt het "Pfälzische Sprachinsel am Niederrhein" of "het gat van Pfalzdorf" genoemd. Door de huidige generatie wordt dit echter nauwelijks nog gesproken. De witte plek op het kaartje is het spraakeiland.



Aardige weetjes vind ik. Zo kijk je ineens wat anders naar de omgeving waar je doorheen fietst.







## Op kop met data?

Veel bedrijven komen in de chasse 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<sup>®</sup>  
INTERNATIONAL



# Jan&Jan

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

[www.janenjan.com](http://www.janenjan.com)

📍 Lieve Vrouweplein 4, Didam

☎ 0316 - 221315

✉ [info@janenjan.com](mailto:info@janenjan.com)

# plok



Vier je onvergetelijke momenten bij Plok!

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

📍 Dijksestraat 52, Didam

☎ 0316-226058

✉ [info@plok.nl](mailto:info@plok.nl)