



Wiel aan Wiel

Jaargang 47,
nr.: 3-2025

TC de Liemers - Zevenaar





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



UBBINK
BOUWBEDRIJFUBBINK.NL



**JOUW PARTNER
IN (VER)BOUW,
ONDERHOUD
EN RENOVATIE**

We combineren vakmanschap met
persoonlijke aandacht en creëren
maatwerkoplossingen.

Ontdek wat we voor jou kunnen doen! Bel ons: 0316 524733
Mail: info@bouwbedrijfubbink.nl www.bouwbedrijfubbink.nl



Inleveren kopij voor het volgende nummer: **vóór 25 november 2025**

Redactioneel

Het is weer gelukt! Een bomvolle Wiel aan Wiel. Daar zag het enkele weken geleden nog niet naar uit. Antoon te Braake had naast een artikel van zijn eigen hand nog niks binnen gekregen en zag zich genoodzaakt om via de wekelijkse nieuwsbrief enkele keren op te roepen om artikelen aan te leveren. Uiteindelijk kwam het natuurlijk toch weer goed. Sowieso omdat er in de zomerperiode veel initiatieven zijn om met de club of met clubleden eens elders te fietsen, vaak in het buitenland. Verandering van spijs doet eten, en een extra uitdagende trip is dan het welkome toetje. Vanuit de club wordt uiteraard ieder jaar zowel het Clubweekend als het MTB-weekend georganiseerd. Van beide evenementen wordt in dit nummer verslag gedaan en spat het enthousiasme van de pagina's. Hopelijk leidt dat volgend jaar tot nog meer deelnemers voor beide initiatieven.

Het Clubweekend verliep op rolletjes zonder grote calamiteiten. Het MTB-weekend kende helaas de eerste dag al een vervelende valpartij, waardoor een clublid met de ambulance afgevoerd moest worden naar een Duits Ziekenhuis en later een operatie in Rijnstate moest ondergaan.

Maar er vonden meer buitenlandse trips plaats. Begin juli vertrokken zes clubleden naar Annecy om de bergen in die omgeving eens te gaan verkennen. Antoon doet daar verslag van, in woord en mooie beelden. Het wordt in ieder geval duidelijk dat er soms stevige stijgingspercentages bedwongen moesten worden. Respect!

Verder kreeg de redactie een leuk artikel over zijn/haar fietsvirus van een anoniem lid. Raden maar! Antoon bewerkte een interessant artikel over het houden van de juiste balans op je race- of MTB-fiets.

Maar het belangrijkste nieuws vind je enigszins verborgen in de agenda van de komende ALV in november. Er heeft zich namelijk een kandidaat voor het voorzitterschap gemeld! Sowieso is het belangrijk dat zo veel mogelijk leden bij de ALV zijn om mee te denken over het reilen en zeilen van de club. Maar kennis maken met de nieuwe voorzitter, eindelijk dan een opvolger voor de vorige keer in de bloemetjes gezette Johan van Oosten, lijkt mij een extra reden de ALV te bezoeken. Ook de redactie spreekt jullie daar graag, tot dan!

Inhoud:

Bestuurlijk

Willem Nass

- ♦ **Woord van tijdelijke voorzitter** 3

Steven Krol

- ♦ **Uitnodiging en agenda voor de algemene ledenvergadering van eind november 2025** 3

Verslagen van clubevenementen

Antoon te Braake

- ♦ **Annecyclisten, Frankrijk** 5, 7, 8

Geert van den Bosch

- ♦ **TCdeL Clubweekend 2025: van zon naar regen 9 t/m 15**

Ab Lubbers (namens de Reichswald commissie)

- ♦ **Update TC de Liemers Reichswald Classic** 15

Steven Krol

- ♦ **TCdeL Clubweekend 2025: 2e dag 123km groep** 17

- ♦ **Het clubweekend in een nieuw jasje** 19

Wilfred Janssen

- ♦ **Clubweekend MTB** 21 t/m 23

Ingezonden artikelen

De vrije rijder

- ♦ **Fietsvirus** 25

Antoon te Braake

- ♦ **Fietsen: Een kwestie van balans (Bewerking van een artikel uit het blad Fiets)** 27,29

Steven Krol

- ♦ **TC de Liemers op de toog van "de Proloog"** 31

Diversen

Paul Broere

- ♦ **Tandje Ouder: Rittenkalender 4e kwartaal 2025 en 1e kwartaal 2026** 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. VANAF 2025: OVERGANG VAN WT NAAR ZT BIJ DE EERSTE RIT IN MEI.
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	Vacant		Voorzitter@tcdeliemers.nl
Secretaris	Steven Krol	06-51603503	Secretaris@tcdeliemers.nl
Penningmeester	Willem Nass	06-5332467	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

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		
Hermano Chin	X	X		
Johan Ratgers			X	
Paul Broere				X
Paul Peters		X		
Peer Donkers		X	X	
Ralf Peters	X	X		
Wim Peters		X	X	

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

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

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 2025: 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



Colofon Wiel aan Wiel					
Eindredactie	Wie geeft zich op?				
Redactie	Jopie Boone-Baarends	Spinet 11	6904 PD Zevenaar	0316-332200	jopieboone54@gmail.com
Redactie (alle kopij)	Antoon te Braake	Schellenkrans 21	6904 PS Zevenaar	06-51189630	antoontebraake@hetnet.nl
Redactie	Geert van den Bosch	Schoolstraat 28	6942 AJ Didam	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 waarnemend voorzitter

Willem Nass

Het was even schrikken toen we in het eerste nummer van Wiel & Wiel lazen dat onze voorzitter Johan van Oosten aankondigde dat hij op de ALV van maart na meer dan 20 jaar in zijn tweede periode definitief stopt als voorzitter van TC de Liemers.

Zijn herhaalde oproepen gedurende een langere periode voor een opvolger bleven zonder resultaat. Verder uitstel was voor Johan geen optie meer. Jammer dat het zo gegaan is.

Met instemming van de ALV is

Johan benoemd tot erelid, een welverdiende onderscheiding voor de vele jaren van bestuurlijke inzet voor onze Vereniging.

Voor de achterblijvende bestuursleden een uitdaging om de leeggevallen plek ingevuld te krijgen.

Inmiddels zijn we weer wat verder in de tijd en het ziet ernaar uit dat we in de najaarsvergadering voorstellen kunnen doen om het bestuur weer op peil te krijgen.

Dat ondanks de bestuurlijke perikelen de club doorgaat moge blij-

ken uit een buitengewoon succesvol georganiseerde en verlopen TC de Liemers Classic 2025. Het financieel resultaat mag er ook zijn. Dank aan de classiccommissie en de vrijwilligers.

Het fietsseizoen is gestart met een goedbezochte openingsrit en draait inmiddels op volle toeren. Geniet van de tijd die voor ons ligt met veel fietsplezier.



Bestuurlijk

Uitnodiging en agende van de Algemene Ledenvergadering TCdeLiemers

Steven Krol

Namens het bestuur van TC de Liemers nodig ik jullie uit voor de

Algemene Ledenvergadering

op maandag 24 november 2025 om 20.00 uur in het clubgebouw van AV De Liemers aan de Heerenmäten te Zevenaar.

AGENDA:

1. Opening
2. Verslag van de ledenvergadering van 24 maart 2025
3. Ingekomen stukken en mededelingen
4. Verslag commissies:

- Clubfietsen: -Toerfietsen
-MTB
-Tandje Ouder
-Clubweekend(en)
- Evenementen:-TC de Liemers Classic
- Redactie
- Website

5. Begroting 2026
6. Bestuursverkiezing

De positie van voorzitter is vacant. Het bestuur draagt Peter Hartman voor als nieuwe voorzitter. Tegenkandidaten, gesteund door tenminste 10 leden, moeten minimaal 10 dagen voor de Algemene Ledenvergadering worden ingediend bij het bestuur.

Aftredend en herkiesbaar zijn Willem Nass en Steven Krol

7. Jubilarissen / TC de Liemersprijs
8. W.v.t.t.k.
9. Rondvraag
10. Sluiting

De **installateur** die echt met u meedenkt...



Gecertificeerd
installatiebedrijf



Focus op
duurzaamheid



Van advies tot
onderhoud



**WIJ
ZOEKEN
COLLEGA'S**

BEKIJK ONZE
WEBSITE

"Peters"
INSTALLATIETECHNIEK

Zevenaar | Winterswijk



SCAN ME!

Annecyclisten

Antoon te Braake

Begin juli hebben Antoon, Chris, Harry, Leo, Peter en Steven zes dagen gefietst op de wegen rondom Annecy. Met twee auto's zijn we op 5 juli daarheen gereden: per auto drie personen én fietsen. Steven had een fietsendrager voor drie fietsen, maar Leo slechts voor twee. Voor de derde fiets had hij een zeer bijzondere oplossing. Om te voorkomen dat zijn geliefde Colnago tijdens de reis werd blootgesteld aan weer en wind, moest deze het liefst in de auto vervoerd worden. Een Colnago kun je natuurlijk niet zomaar tussen de tassen van de inzittenden proppen, dus had hij een ingenieuze constructie bedacht. Een pallet werd gedemonteerd, daar maakte hij steunpilaartjes van, en daarop werd een op maat gezaagd plateau geschroefd. De fiets lag er ruim onder en alle bagage paste er nog net bovenop. Om alles te monteren en demonteren moest er wel een accuboor mee, plus een extra accu voor de zekerheid



(foto hierboven).

De reis verliep redelijk: uiteraard "wieder viel Baustellen und Stau", maar we waren toch net op tijd voor het avondeten. De door het hotel toegezegde (afgesloten) fietsruimte was al zo vol dat wij de fietsen daar niet wilden stallen. Gelukkig had men een perfecte oplossing: in een bijgebouw stond een kleine conferentiezaal leeg en daarvan kregen wij de



toegangspas. Hier konden de fietsen de hele week prima staan en ook de helmen, schoenen en onderhoudsmiddelen konden we daar veilig achterlaten (foto linkse kolom onder).

Voor mij (Antoon) was dit de eerste keer dat ik in die omgeving ging fietsen. Gezien alle sterke verhalen waren de andere deelnemers er al veel vaker geweest en kenden ze de meeste klimmen en passen al. Van Steven had ik een aantal routes gekregen die zij al vaker hadden gereden. Ik had het startpunt van deze routes aangepast naar ons hotel. Veel van die routes waren ruim boven de 100 km met rond de 2000 hoogtemeters. Om rustig te beginnen kozen we daarom voor een route (Col de la Forclaz) van ongeveer 80 km en 1500 hm, en dan ook nog vanaf de makkelijke kant! Of de Alpen in de loop der jaren hoger zijn geworden, of de jaren zwaarder zijn gaan tellen, weet ik niet, maar de vermeende "makkelijke"



inrijrit bleek een flinke beproeving (foto hierboven). De klim is 7,5 km lang met een gemiddeld stijgingspercentage van 7,1%. Hij begint nog relatief makkelijk, maar het percentage loopt steeds verder op naar ruim 11% vlak onder de

Profiel Col de la Forclaz vanaf Bluffy



NU €50.-
KORTING

OP ALLE
OAKLEY MODELLEN



Oakley de ultieme sportbril voor alle sportdisciplines.

Met de gepatenteerde Prism glazen bent u verzekerd van het hoogste contrast en bescherming bij alle weersomstandigheden.

Oakley zonnebrillen zijn volledig te personaliseren;

Kies de kleur van het montuur, kies de kleur van kleine details zoals het logo, kies de kleur van de glazen passend bij uw sport en laat desgewenst de lens graveren met de naam van de club of uw eigen naam. De mogelijkheden zijn eindeloos!

Zo kunt u de bril laten matchen met uw sporttenue, fietskleur of naar uw smaak.

Ook zijn bepaalde modellen op sterkte verkrijgbaar.

Kom snel langs in één van onze winkels en maak gebruik van deze unieke aanbieding.

't Brillehuus
Tolkamer - Didam

Didam 📍 Wilhelminastraat 40 | 6942 BM ☎ 0316 221 820

Tolkamer 📍 Rijnstraat 12 | 6916 BD ☎ 0316 547 571

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

Annecyclisten (vervolg)



men. Het warme weer werkte ook niet bepaald mee. Toch kwam iedereen boven en na een heerlijke koffiepauze op een terras met prachtig uitzicht konden we de tocht zonder verdere problemen volbrengen (foto hierboven).

Met deze ervaring op zak werd de route voor dag twee aangepast en iets ingekort. Deze langere maar mooi lopende klim via Leschaux en vervolgens steiler naar de Col du Semnoz vond ik heerlijk, maar dat gold niet voor iedereen. Leo kreeg helaas last van zijn rug en moest 100 hm onder de top omkeren (foto hieronder, Col de Semnoz) Wij vervolg-



den de weg met een heerlijke afdaling naar Annecy. Na koffie met gebak in het drukke, toeristische centrum reden wij langs het meer en met een korte klim terug naar het hotel. Eerder die week had vooral Steven verwoede pogingen gedaan om de functie *GroupTrack* van onze Garmins te activeren. Daarmee zouden we goed kunnen zien wie waar fietste, wat in de bergen erg handig is omdat je op een klim snel op afstand van elkaar rijdt. Zelf had ik dat met een MTB-groepje al eens geprobeerd, maar ook toen lukte het niet. Ondanks YouTube-filmpjes kregen we het ook nu niet werkend. (Wie van de clubleden het wél aan de praat heeft gekregen: graag een keer uitleg!)

Die tweede dag hadden we deze functie goed kunnen gebruiken, want eenmaal terug in ons rennerskwartier ontbrak Chris nog. Omdat de GPS-route een paar honderd meter voor het hotel stopte, was hij omgekeerd in de veronderstelling dat hij te ver was gereden. Gelukkig bood de mobiel uitkomst en vond ook hij de ingang naar het hotel. Op dag 3 was de hitte volledig verdwenen. Sterker nog, tijdens een afdaling door een prachtige maar natte kloof raakten we bijna onderkoeld. Leo was daar niet meer bij, want zijn blessure bleek hardnekkig. Later op de dag werd het wel weer zonnig, maar onderweg kregen we nog een flinke bui, waardoor de föhns op de kamers moesten worden ingezet om de schoenen weer droog te krijgen.

Op dag 4 reden we nog maar met z'n vieren, omdat ook Harry een rustdag nam. Leo en Harry deden een rustig rondje om het meer van Annecy, terwijl wij via een fantastische klim en spectaculaire afdaling naar het Lac du Bourget en het bekende Aix-les-Bains reden. (foto beneden).

Op dag 5 reden we weer met z'n vijven een mooie ronde met meerdere kortere klimmen door een natuurpark. Dag 6 sloot ook Leo weer aan en reden



we feitelijk van terras naar terras rondom het meer van Annecy. Aan het eind kwamen de zwembroeken tevoorschijn en genoten we van een verfrissende duik in het meer (foto hieronder)



Het hotel waar we verbleven lag op een geaccidenteerd terrein en bestond uit meerdere gebouwen.

Annecyclisten (vervolg)

Ook hier zou een werkende *GroupTrack* nuttig zijn geweest. Via een half ondergrondse gang kon je van onze slaapverblijven naar het hoofgebouw met bar en restaurant lopen. Qua oriëntatie was dat best lastig: alleen als het restaurant geopend was kon je via een lift makkelijk in de bar komen, anders moest je óf buitenom, óf via een doolhof van trappen en gangen. Het kwam dus regelmatig

voor dat iemand het spoor bijster was en het mo-bieltje weer uitkomst moest brengen. De kamers waren typisch Frans (erg klein dus), maar het eten — zowel 's morgens als 's avonds in buffetvorm — was uitstekend.

Ook de gratis tap met water, rosé, witte en rode wijn kon ons wel bekoren. (Alleen jammer dat er geen bier uit een van die taps kwam.)

Al met al was het een fantastische week met veel lol en mooie fietstochten.

Steven Krol, die dit allemaal georganiseerd had, wil ik hiervoor nogmaals bedanken. Wat mij betreft een fietstrip die zeker voor herhaling vatbaar is, al weet ik niet of dat voor iedereen geldt!



Denk ook aan de rubrieken



en

u kunt hier vermeld staan!!

Ik ben op zoek naar.....!
Hebben jullie dat?
Wat kost dat?
Wat is de levertijd?
Hoe kan ik het bestellen?



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

TCdeL Clubweekend 2025: van zon naar regen

Geert van den Bosch

Eerst maar beginnen met een bekentenis. Ik moest altijd smakelijk lachen om de verhalen van medefietsers die iets vergaten mee te nemen naar een fietstocht “elders”. Handschoenen, of erger: helm of fietsschoenen. Dus had ik alles netjes ingepakt de dag voor vertrek. Op de ochtend van vertrek naar Duitsland alleen nog even de fietsdrager op de auto en de fiets en de helm uit de schuur halen. En op weg, ruim op tijd, volgens de navigatie zou ik kwart voor tien in Vreden, net over de grens, arriveren. In gedachten in de auto nog even alles nalopen, en shit, mijn helm vergeten uit de schuur te pakken. Precies ter hoogte van de afslag Wehl, ik kon nog net daar van de snelweg sturen. Omkeren, helm pakken (verbaasde vrouw: “wat doe jij hier?”) en snel weer richting Vreden. Maar nu pas 2 minuten voor 10 op de bestemming volgens de navigatie. Toch maar even met wat ruimere blik naar de snelheidsmeter gekeken.

Bij het hotel arriverend bleek het allemaal wel los te lopen. Er zaten al enkele medefietsers rustig op het terras achter een bakkie koffie. Anderen hadden het geluk al meteen te kunnen inchecken. Kortom: de erg warme temperatuur zorgde voor een relaxte start van het clubweekend. Het zou die eerste dag bijna dertig graden worden. We gingen deze keer met de auto naar onze bestemming, zoals aangegeven het plaatsje Vreden, net over de grens bij Winterswijk. Helaas vielen er de laatste weken toch nog enkele deelnemers af, zodat we uiteindelijk met 17 man waren. Of beter gezegd: 15 mannen en twee vrouwen, in de personen van Jose Donkers en Liek Engelen. Langzaam liep het terras vol en er werd meteen gezellig gekeuveld. De service vanuit het hotel bleek vanaf de eerste kennismaking top geregeld te zijn.

Zo konden we onze bagage meteen binnen kwijt en bleek later dat de fietsen veilig achter slot en grendel opgeborgen konden worden. Tegen elven nam organisator Steven Krol toch maar even het woord voor kort enkele huishoudelijke mededelingen en een toelichting op de eerste rit die vrijdag. De eerste rit was er een van zo’n 105 kilometer over grotendeels vlak terrein met de koffiestop te Billerbeck. Op Steven’s voorstel reden we deze rit als gehele groep in een beheerst tempo, mede het

warmer weer in aanmerking nemend. Dat laatste merkte je nog niet zo heel erg met fietsen, maar zodra je even stil ging staan, bij een kruispunt bijvoorbeeld, voelde je het wel. Daarnaast kroop de temperatuur in de loop van de middag langzaam aan steeds verder omhoog. Al vrij snel hadden we de eerste lekke band van het weekend, Lieke bleek het slachtoffer te zijn. Gelukkig waren er diverse behulpzame mannen in de buurt en bleek Steven zelfs zo’n nieuw digitaal pompje bij zich te hebben. Zo konden we snel verder richting koffiestop. In Billerbeck vonden we een mooi terrasje bij een horecagelegenheid waar ook volop keuze in gebak was. Dat is die Duitsers wel toevertrouwd! Verder had iedereen van de organisatie een ba-



naan plus een krentenbol ontvangen, dus ook dat was goed geregeld. De mooie rit verliep verder zonder problemen en einde van de middag waren we weer terug bij ons hotel, waar uiteraard de biertjes met en zonder alcohol er prima in gingen! Zie foto op de volgende bladzijde. Het formulier waarop je je keuze voor het hoofdgerecht kon maken ging al rond, en na een opfrisbeurt mochten we plaats nemen in het restaurant. Op z’n Duits

grip op je financiën is grip op je bedrijf

Kies je voor Grip, dan krijg je grip. Grip op je financiën én grip op je bedrijf. Je krijgt ons precies zoals we zijn: altijd deskundig, betrouwbaar, up-to-date en punctueel. Al onze accountants, fiscalisten, juristen en salarisadviseurs zijn betrokken sparringpartners. Mocht het nodig zijn, staan we zelfs naast je aan het roer. Met plezier helpen we je om grip te krijgen, zodat je klaar bent voor de volgende stap.



grip op...
accountancy | pre-audit service | fiscaal advies | juridisch advies | strategisch advies
corporate finance | hr- en salarisadministratie | ondernemen over de grens

TCdeL Clubweekend 2025: van zon naar regen (vervolg)



Waar uiteraard de biertjes met en zonder alcohol er prima in gingen!

klaar gemaakt, dus als je een schnitzel had besteld, dan kreeg je er twee! Idem voor de varkensmedaillons. Na het diner verhuisden we weer naar het terras, waar het nog lang aangenaam en gezellig was.

De tweede dag konden we kiezen uit twee ritten: een langere rit van 140 km met ruim 800 hoogtemeters en een iets kortere rit van 120 km met slechts 400 hoogtemeters. Uw schrijver koos voor de lange rit, dus daar zal het verslag van de tweede dag vooral over gaan. Helaas bleek bij het opstaan die ochtend al dat de lucht veel grijzer was dan voorspeld. Toch vol goede moed richting ontbijt, wat super verzorgd was, inclusief gebakken ei met spekjes. Met het maken van de onvermijdelijke groepsfoto na het ontbijt begon het al lichtjes te miezeren (foto onderaan deze bladzijde).

En dus ontstaat dan al snel de discussie over wat te doen: gewoon gaan, later gaan, niet gaan.... De 140-groep met 7 deelnemers was het gelukkig al snel eens en besloot gewoon te gaan. De 120-groep heeft nog een uur getwijfeld en heeft uiteindelijk (op twee deelnemers na) toch de route gereden. Jose's zus was die dag jarig en zij zou toch al



Groepsfoto Clubweekend 2025: staand: Ed Bouwman, Leo Visser, Harrie Mooren, Peer Donkers, Servaas Apeldoorn, Henk Nieuwenhuis, Hans Wieleman, Peter van Sadelhoff, Guus Verhagen, Liek Engelen en Randy Paulerberg. Knielend: Franklin Stokman, Jose Donkers, Geert van den Bosch, Chris Knoops, Joost Wennekes en Steven Krol.



BASSO

BH bikes

CUBE

SCOTT

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



Bij CARLO

Kade7
 Brasserie & Rijnterras

KADE 5
 Brasserie & ijsalon

t'KLAPHEK



*Buitengewoon goed,
 maar binnen ook!*

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

TCdeL Clubweekend 2025: van zon naar regen (vervolg)

een verkorte versie rijden en Randy Paulerberg fietst vanuit principe niet met nat weer.

De 140-groep bestond uit twee A-rijders (Guus Verhagen en Henk Nieuwenhuis) en 5 B-rijders (Peter van Sadelhoff, Franklin Stokman, Ed Bouwman, Hans Wieleman en uw auteur). En eerlijk is eerlijk, beide A-rijders hebben bovengemiddeld kopwerk verricht en goed opgelet of iedereen kon bijbenen. En Henk doet dat ook nog eens met continu kletswerk, chapeau! De miezerregen konden we al snel achter ons laten, dus we waren blij gewoon vertrokken te zijn. De eerste dertig kilometer bleven vlak, afgesloten door de tweede lekke band, dit keer was Ed de pineut (foto hieronder). Ook hadden we even een routeprobleem, toen we



over een dicht gegroeid boerenpad werden gestuurd. Daarna begonnen de klimmetjes, met enkele gemene (en lange) puistjes. Een tweede routeprobleem was dat we de eerste koffiestop hadden gemist en we al fietsend in “the middle of nowhere” op zoek gingen naar een kerktoeren, waar dan ook vast een café tegenover zou zijn. En dat lukte na wat omzwervingen, bleek dat we wederom in Billerbeck terecht waren gekomen!

Deze keer streken we neer op een mooi pleintje,

maar ook dat café bleek een ruim assortiment heerlijk gebak te hebben. En de eigenaren keken ook niet vreemd op toen Guus een dubbele portie gebak bestelde. Onze tweede koffiestop leek op het eerste gezicht gesloten te zijn, maar gelukkig bleek achter het hek zowel een erg mooi buiten-terras, als een erg interessante glaswinkel à la galerie te zijn, waar het beroep van glasblazer in ere werd gehouden.

Met enkele verkeerd gereden kilometers bleek dit met 145 km mijn langste rit ooit te zijn. Ik arriveerde dan ook met lichte kramp in de benen met mijn collega's tegen vijf uur weer bij ons hotel. Nog geen minuut later arriveerde de 120-groep, wat een planning! Snel de fietsen weer achter slot en grendel en op het terras weer aanvinken welk hoofdgerecht je wilt en wat voor soort biertje of drankje. En dan onder het genot van een natje uiteraard de ervaringen uitwisselen. Met onder andere de constatering dat Garmin met dezelfde rit tot behoorlijke verschillen in de gemeten hoogtemeters komt. Ook de 120-groep had een lekkere fietstocht gemaakt, inclusief een fijne stop bij Eiscafé Riviera te Weseke (foto hieronder). Het diner en de nazit was weer prima verzorgd





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**

TCdeL Clubweekend 2025: van zon naar regen (vervolg)

door de mensen van het hotel, en van het bruiloftsfeest in de grote zaal hebben we amper last gehad. Leo Visser's voorstel om daar gewoon met de polonaise aan te sluiten hebben we toch maar niet uitgevoerd.

De derde dag worden we wakker met een waterig zonnetje, dat biedt perspectief! Helaas wordt het buiten gedurende het ontbijt grijs en grijs en blijft de temperatuur die dag steken op zo'n 15-16 graden. Maar gelukkig blijft het droog en gaan we als groep op pad voor de afsluitende zondagsrit van ruim 65 km. Dit keer geen leuke banden, sowieso is het weekend gelukkig zonder vervelende incidenten verlopen.

Steven had in deze zondagse route enkele leuke tussenstops opgenomen, zoals bij het prachtige kasteel Ahaus (foto op de omslag), en even later

reden we via de toegangshekken midden over het terrein van een ander kasteel. Op naar de laatste koffiestop.

Ook hier kiest Guus weer voor het grootste en zoetste gebak: spaghetti-ijs, zo wordt alles steeds vertrouwder gedurende zo'n weekend. Bij terugkomst heeft het hulpvaardige hotel nog drie kamers voor ons gereserveerd waar we kunnen douchen of opfrissen. We nemen nog een laatste drankje en keren voldaan huiswaarts. Met helm.

Uiteraard gaat onze dank uit naar Steven voor de organisatie: het uitstekende hotel, de mooie routes en de gezellige koffiestops. Hopelijk volgend jaar weer 20+-deelnemers.



Geplande clubactiviteit

Update TC de Liemers Reichswald Classic

Namens de Reichswald-commissie: Ab Lubbers

Hierbij een update over onze TC de Liemers Reichswald Classic, die volgend jaar op zondag 19 april 2026 plaats zal vinden. We zijn inmiddels alweer met de voorbereiding hiervoor bezig, zoals:

-  de gegevens doorgeven aan de NTFU voor plaatsing op Fietssport 2026
-  vergunningen aanvragen en eventueel routes aanpassen/verfraaien. We gaan nu uit van totaal 5 afstanden (alles nog onder voorbehoud):
-  40 en 60 km voor de recreatieve fietsers, deze afstanden zijn volledig gepijld.
-  de langere afstanden 95, 125 en de 165 km alleen op GPS te rijden.
-  Ook zijn we van plan door te gaan met de twee Gravel-afstanden 80 en 120 km.

Voor wat betreft de helpers: in de laatste uitgave van W.a.W. van dit jaar komt de voorlopige helperslijst te staan. We rekenen weer op jullie hulp.





Hengelderweg 22b
6942 NB DIDAM
085-732 6620

Over technisch uitzendbureau MVO Flex

Als technisch uitzendbureau bemiddelt MVO Flex bij allerlei 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

TCdL Clubweekend 2025 dag 2: 123 km groep

Steven Krol

Op zaterdag miezerde het 's morgens. Het leek wel regen!

Er was enige aarzeling om te vertrekken. Randy en José hadden meer zin in het verkennen van het centrum van Vreden dan in fietsen in de regen. Een verslag van dat bezoek heeft Wiel-Aan-Wiel niet bereikt.

We hebben met de 123km-groep eerst rustig koffie gedronken in het hotel.

Na een uurtje was het droog en zijn we opgestapt. Was Geert zijn helm vergeten, wij kwamen er achter dat we Joost vergeten waren!

Foei. Gelukkig hadden we dat vrij snel in de gaten.

Via Stadtlohn en een klein pittig klimmetje kwamen we in Haltern-am-See.

Midden in het centrum hebben we op de markt een keuze gemaakt uit de talrijke terrassen om een kop en koffie wat lekkers erbij te nemen.

Voorzichtig rijdend door het winkelend publiek ontmoette ik warempel twee mensen, zij zijn lid van de Duitse zusterclub van mijn rotaryclub Dui-

ven.

Na dit kleine grappige oponthoud de stad uit via een oude spoorweg. Langzaam weer noordelijk, een tweede stop in Weseke en op naar hotel Meyerink.

De 140-groep was warempel net ook aangekomen. Dus snel met z'n allen naar het terras.

Even nog een weetje: Ik vroeg me af waar de uitgang 'lohn' van de plaatsen Stadtlohn en Südlohn vandaan komt. Vast niet van salaris.

Het blijkt dat deze plaatsen in de 11^e eeuw het centrum van het graafschap Lohn was.

Dit graafschap strekte zich uit naar Münsterland, maar ook Winterswijk, Aalten, Varsseveld, Zelhem en Hengelo vielen hier onder. Ongeveer twee-en-halve eeuw later overleed de laatste graaf kinderloos en kwamen de bezittingen in handen van onder andere het graafschap Gelre.





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.

ASKS. ➤ BROOKS CRAFT ⚙️ DMT FACTOR FUSION ➤ LAKE.
MERIDA 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

Het clubweekend in een nieuw jasje

Steven Krol

De nieuwe formule van het clubweekend was een succes en voor herhaling vatbaar.

Het werkt als volgt:

We vertrekken vrijdagochtend rustig na de spits met eigen vervoer naar een hotel op ongeveer een uur, anderhalf uur rijden. Daar aangekomen drinken we gezamenlijk koffie en maken ons klaar voor de eerste rondrit. Dit kan desgewenst voor iedere groep (A, B, C of D) een andere/kortere rit zijn.

Zaterdag dan een wat langere rit en op zondag juist een wat kortere zodat we weer bijtijds thuis zijn. De organisatie probeert zoals altijd te zorgen voor een comfortabel hotel met halfpension en de mogelijkheid je zondag even op te frissen voor we zondag weer naar huis gaan.

De Voordelen:

- We rijden steeds door een nieuwe omgeving en niet de helft van de tijd door bekend gebied.
- Iedereen kan de door hem/haar gewenste afstand rijden.
- Als je dringend even naar huis moet is dat te doen.
- Er is geen begeleider met aanhanger nodig (dit scheelt aanmerkelijk in de kosten).

De Nadelen:

- Er is geen begeleider met aanhanger.
- De fietsen moeten op of in de auto mee.

De conclusie lijkt wel duidelijk. Dus bespreek dit vast met je vaste fietsmaatjes en geef je volgend jaar massaal op. De gezelligheid en sportiviteit staan voorop.



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**

Clubweekend MTB Teutoburgerwald 5 t/m 9 september 2025

Wilfred Janssen

Het weekend begon vrijdag 's morgens om 7:30 bij de Burger King, Erik Willemsen, Edzard Bick, Marco te Witt, Antoon te Braake, Peter van Sadelhoff en Wilfred Janssen verzamelden. Met uitzondering van Liek Engelen, die rechtstreeks reed, ging het in colonne richting Gasthaus Zum Dörenberg in Bad Iburg. Bij binnenkomst was het één en al luxe, dat was een flinke verrassing. Eenmaal op de kamer had daar de tijd toch wel even stilgestaan. Wel heel netjes, maar een beetje oubollig en in schril contrast met de rest. Inchecken, omkleden en klaar voor de eerste ronde in en door het mooie heuvelachtige landschap. Het begin is goed, het weer is super, de route leuk en prima te doen.

Dan een afdaling door en langs bramenstruiken en prompt de eerste (en gelukkig de laatste) leuke band **(foto hierboven)**. Nieuwe binnenband erin en oppom-



pen met een elektrisch pompje. Dat ding maakte zoveel lawaai dat al het wild in een straal van 5 kilometer spontaan alle richtingen opschoot of van schrik uit de boom viel. Maar goed, de band was snel op druk en we konden verder. Na een paar mooie beklimmingen en afdalingen kregen we honger en in een dorpje ongeveer halverwege de route stopten we bij een bakkerij voor koffie met gebak of een broodje. Superververzorgd genoten we van de lunch, toen de eigenaar naar buiten kwam met een gratis schaal gebakjes van het huis. Die was dus echt wel blij met ons...

Na deze pauze volgde een stevige klim en een steilere afdaling met hier en daar een wortel. Helaas voor Erik ging het daar mis en kwam hij hard ten val. Zo hard dat hij door een ambulance vervoerd moest worden. Naast die ambulance kwamen er nog 8 andere voertuigen en een heli om hem naar het ziekenhuis te vervoeren. Vanuit de heli kwam een noodarts die oordeelde dat hij toch met een ambulance vervoerd kon worden. Ik heb zeker twintig hulpverleners geteld, waaronder medisch personeel, brandweer en politie. Geschrokken hebben we de terugweg ingekort over glooiende gravelwegen en paden met geleidelijke

klimmen en vloeiende afdalingen, en toch ook mooie uitzichten **(foto hieronder)**.

Bij het Gasthaus aangekomen even lekker douchen en



op het terras in het zonnetje met een Weizen (weet nog steeds niet welk merk) met of zonder alcohol, en een apéroletje voor Liek, napraten over de dag en natuurlijk het hoe en waarom van het ongeval. Met Erik in goede handen en op zijn uitdrukkelijke wens hebben we besloten het weekend gewoon door te laten gaan. Het diner met drie gangen was erg goed: steenzwammensoep als voorgerecht, keuze tussen gebakken schol, pasta of runderrollade, en als toetje een parfait. De rest van de avond werd doorgebracht met een door Edzard meegenomen spelletje (Regenwormen), wat een aantal hilarische momenten opleverde.

Na een onrustige nacht begon dag 2 met een heerlijk ontbijt **(foto hierboven)**, waarna we ontspannen kon-



den beginnen aan de volgende route. Direct een steile klim, waarbij de hartslag meteen hoge waardes liet noteren. Afdalen naar het dorp en langs de burcht via een flinke klim naar de bergkam. Van daaruit kregen we tussen de bomen door regelmatig uitzicht over de mooie omgeving. Een aantal keer kwamen we langs steengroeven waar kalk gedolven werd en verschillende tektonische lagen van miljoenen jaren geleden zichtbaar waren **(foto hieronder)**.

Dan opeens rechts naar beneden, zo steil dat alle



alarmbellen afgingen en we direct afstapten, naast de fiets, al glijdend en met blokkerende wieljes, om heelhuids beneden te komen. Een downhilltrack... Na dat steile stuk ging het wel en konden we lekker flowend verder naar beneden in beheerst tempo, de hoge schansen ontwijkend. Maar ja, na zo'n afdaling moet je ook weer omhoog en hier werden de beenspieren weer op de proef gesteld. Man, man, wat een klim over een smalle singletrack.

Eenmaal op de weg dachten we dat we er waren, maar nee, het ging gewoon verder omhoog naar de bergkam. Een aantal kilometers verder vonden we een pad waar we volgens de GPS in moesten, maar dat leek volledig dichtgegroeid. Het pad ernaast liep de verkeerde kant op, dus toch daar naar beneden. Het eerste stuk ging nog, maar aan het eind brandnetels van 150 cm hoog. Wilfred gebruikte zijn fiets als zeis en kon zo een pad voor de anderen vrijmaken. Door het weiland konden we niet verder, want er stond een afzetting vol nieuwsgierige blatende schapen. Erlangs dus, door de dichte bosschage. Uiteindelijk moesten we klauterend en wegzakkend over een berg afgezaagde takken heen om het weiland en de route weer te bereiken (**foto rechtsboven**).

Pffff... Uiteraard daarna weer omhoog, ditmaal door een omgeploegd weiland en grasland. Mountainbiken blijft je verrassen: je weet nooit wat er achter de volgende bocht ligt.

Daarna werd het iets makkelijker en kwamen we in het dorp Tecklenburg, waar we door het mooie oude centrum reden naar onze lunch. Nou, dat had geen minuut langer moeten duren, want we waren net vóór een grote groep wielrenners die hetzelfde etablissement op het oog hadden. Snel de fiets neerzetten en zitten op het terras, terwijl die mannen teleurgesteld afdropen op zoek naar een ander terras. Na weer een heerlijke grote koffie en een broodje konden we uitgerust de route vervolgen.



De volgende uitdaging kwam van boswerkzaamheden. Een aantal dennenbomen was gerooid en ontdaan van takken die het volledige pad hadden bezaaid. Daar was wel doorheen te komen, maar de complete top die dwars op het pad lag was niet te doen. Dus afstapen, de fiets op de dikke stam gezet en langs de halve boom manoeuvreren. Lekker slingerend, klimmend en dalend weer verder om bij een klim aan te komen waarbij fietsen steeds lastiger werd en we moesten afstappen om boven te komen.

De verdere weg naar het Gasthaus verliep relatief rustig over vlakke wegen en langs weilanden tussen de heuvelruggen door, totdat er werd gezegd dat er als toetje een 6,5 kilometer lange klim aankwam. Jeetje, mijn beentjes begonnen toch al licht te protesteren, en voordat we de aanval waagden, namen we nog een rustmomentje bij een boer die rond een boom een bankje had gemaakt.

De daaropvolgende klimmetjes waren inderdaad lang en zwaar, maar gelukkig ook wel met wat vlakkere momenten, tot we bij de Hermannsturm aankwamen (**foto volgende pagina**). Een hele hoge toren, met mooie graffiti beschilderd, die ver boven het landschap en de bomen uitstak. Allemaal naar boven lopen om een kijkje te nemen. Het uitzicht is verbluffend en



meer dan de moeite waard (foto hieronder).

Als toetje voor vandaag konden we een downhilltrack



doen of het gewone pad naar beneden naar het hotel. Marco, Edzard en Wilfred vonden de track wel een gave optie en die namen we dan ook. Wat gaaf was dat: op snelheid over zo'n trail, door kombochten, vliegend over boomwortels, van drops afspringen en dan supersteil terug naar het pad om de volgende trail te pakken. Hoog in de adrenaline en voldaan eindigden we bij het Gasthaus.

Na een heerlijk verfrissend drankje spraken we af dat we beneden in het dorp een restaurantje zouden opzoeken. Antoon had gereserveerd en we dineerden

heerlijk op het terras aan het water bij de waterfietszwanen. Eenmaal terug bij het Gasthaus genoten we nog even van een drankje om de volgende dag weer fris en fruitig bij het ontbijt te staan. Liek had andere afspraken en zwaaide ons uit toen we het Gasthaus verlieten voor de Teutotour.

Het was een prachtige warme dag en bij de start was het enorm druk, met een startrij van wel 75 tot 100 meter. Via een megafoon werd door de organisatie het een en ander uitgelegd en ook de eigenaar van het grasveld en boomtoppenpad werd in het zonnetje gezet. Daarna werden we in groepen van 30 seconden losgelaten (Foto hieronder).

Erg mooi zoals ze dat doen daar.



Er was een bont gezelschap aan deelnemers: van kleine kinderen op mini-MTB's tot trekkingfietsen, al dan niet elektrisch. Het meest verrassende vond ikzelf wel een MTB'er die zijn zoontje voor op het stuur had zitten en zonder ondersteuning de 55 pittige kilometers volgetrapt had. Respect hoor! De route zelf was meestal goed gepijld en bij tijd en wijlen bijzonder uitdagend. De pauzes waren goed verzorgd. Iedereen die meedeed had een startnummer en een aantal keren kregen we ook te maken met mensen die de route tegengesteld leken te rijden, waardoor je gaat twijfelen of je goed gaat.

Maar uiteindelijk kwamen we na een mooie rit met veel hoogtemeters weer terug bij de start, waar een welverdiende koude alcoholvrije Erdinger Weizen onze vochtbalans weer enigszins op peil bracht en met traditionele bokwurst ook de magen aangevuld werden.

Terug bij het Gasthaus lekker douchen, nog even npraten en vaststellen dat het ondanks het vervelende ongeval, een mooi weekend was.



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 SINCE 1888

UNION

SPARTA

BATAVUS

Fietsvirus

De vrije rijder

Wanneer begin je eigenlijk met fietsen? Is het als hummeltje als je probeert voorwaarts te komen op het blauwe fietsje van je broers, met blokjes op de pedalen, of duurt het nog even als je alle kilometers gaat maken naar school. Wanneer komt het fietsvirus, als ik dat zo noemen mag, eigenlijk tot je?



Jong of toch op latere leeftijd, er knaagt wat en er moet toch iets aan gedaan worden. Nou, bij mij was het al op de middelbare schoolleeftijd, er ging iets mis en vanaf toen had ik het fietsvirus.

Eerst op de normale fiets, zonder versnellingen, maakte ik mijn rondjes. Dat was nog niet zo ver maar toch het gevoel dat je op de fiets van alles kunt bereiken. Omdat ik mijn cirkel groter wou maken, ging ik in Zevenaar op zoek naar een racefiets. Wenting was mijn fietsleverancier, een mooie witte Batavus.



In het begin reed ik alleen op mijn racefiets, beetje wennen en kijken wat ik kon om de fietscirkel te vergroten.

Via de krant las ik dat er een Liemers-toertocht georganiseerd werd, en na wat wikken en wegen heb ik deelgenomen. Het viel allemaal nog niet mee, maar na een enthousiaste terugkomst, helemaal alleen gereden, besloot ik om dit meer te doen en me aan te melden als lid van TC de Liemers.

Dat was in het begin wel wennen, iedereen was een heel eind ouder dan ik was en met veel meer ervaring. De tips en tricks van toen zijn nog steeds

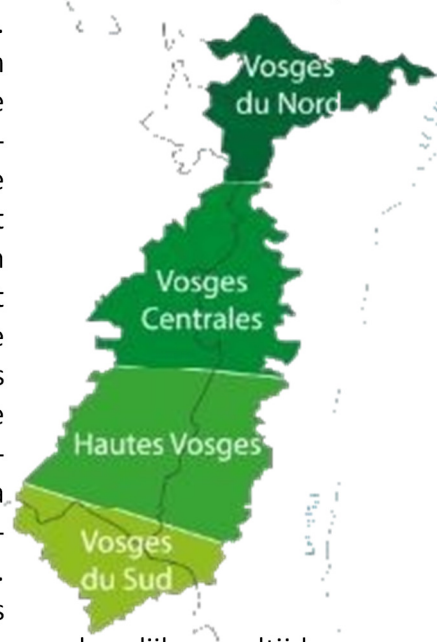
waardevol, iets wat ik op latere leeftijd ook steeds meer ging overbrengen.

Leuk zijn de verhalen uit de beginperiode: Omloop Het Volk, Luik–Bastenaken–Luik, het slapen in Eijsden en het busje van Jan Pelgrom, een gele met wat problemen op de lange afstand. We kwamen overal en fietsten ook overal, toertochten dichtbij en ook verder weg, maar ook vooral in onze vertrouwde omgeving de Liemers.

Omdat ik het klimmen leuk vond, en dat ook goed ging, zocht ik wat andere uitdagingen en zo vond ik via het blad *Fiets Cycletoers*, ook pas opgericht, met een uitdagende tocht in Frankrijk.

Helaas verhinderde een bruiloft mijn eerste keus, maar gelukkig was er nog een reis die wel paste in mijn schema. Mijn eerste buitenlandervaring was naar de Vogezen.

Kan het iedereen aanraden: niet te ver weg en de bergen zijn er goed te doen. Hier in het Franse land kwam het fietsvirus tot volle wasdom: je fietst op je racefiets in een onbekende omgeving, met allerlei indrukken qua landschap, gewoontes en eetcultuur. Samen fietsen en 's avonds genieten van een heerlijke maaltijd en een gelijkgestemd gezelschap. Heden ten dage is dit nog steeds iets wat ik naast het fietsen het leukste vind aan fietsen in het buitenland: ander landschap, gezelschap en cultuur.



In de loop der jaren ben ik met diverse organisaties overal naartoe geweest: lang, kort, zwaar en uitdagend, op diverse fietsen, ook hier in de Liemers. Maar steeds weer blijft mijn fietsvirus mij op de fiets houden en nieuwe uitdagingen zoeken zolang het virus nog daar is.





 Mozartlaan 4
 0316 - 345 553
 06 - 837 964 25
 www.hammerit.nl

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

**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 • Duiven tel: 0316 284 961 • Zelhem tel: 0575 46 50 01 • Zutphen tel: 0575 820 222

FEEL GOOD, FEEL BETTER

Fietsen: een kwestie van balans

Bewerking van een artikel uit het blad *Fiets*, door Antoon te Braake

Sturen op de fiets lijkt vanzelf te gaan, maar achter die schijnbare eenvoud gaat een complex samenspel van krachten en sensorische informatie schuil. Wierlkunstenaars als Tom Pidcock en Mathieu van der Poel tonen dit op hun racefietsen op indrukwekkende wijze: hun souplesse in de bochten is adembenemend, maar moeilijk uit te leggen. Neurowetenschapper Eric Maris (Radboud Universiteit) onderzocht hoe dit werkt en legt uit dat sturen in essentie draait om ons ingebouwde balansgevoel, dat grotendeels onbewust functioneert. Zowel TP als MVDP zien we regelmatig ook op een mountainbike; daar moet MVDP (gelet op zijn valpartijen) regelmatig het onderspit delven. Hoe kan dat?

Volgens Maris bestaan er twee vormen van balans. Ten eerste de **rechtdoorbalans**, waarbij je constant kleine stuurcorrecties maakt om recht te blijven rijden. Daarnaast is er de **balans in bochten en uitwijkmanoeuvres**, waar zwaartekracht en centrifugale kracht samenkomen. Cruciaal daarbij is de juiste leunhoek: leun je te weinig, dan word je uit de bocht geduwd; leun je te veel, dan val je naar binnen. Het brein berekent die optimale hoek razendsnel en stuurt de juiste spieren aan om die houding te behouden.

Bij dat proces spelen niet alleen het evenwichtsorgaan in het binnenoor, maar vooral de **spierspoeltjes** in ons lichaam een belangrijke rol. Deze sensoren in de spieren registreren krachten en posities en geven die informatie door aan het brein. Dat vertaalt de signalen in concrete correcties. Maris benadrukt dat **proprioceptie** – voelen met de spieren – vaak onderschat wordt, terwijl het juist essentieel is voor fietsbalans. Een experiment met een simulator, waarbij de reactiekrachten via een zijdelings beweegbaar zadel werden weggenomen, liet zien dat mensen zelfs moeite hadden om rechtdoor te fietsen.

Hierin zit ook het grote verschil tussen de racefiets en de MTB. Op een racefiets kom je alleen even uit het zadel in een steile klim of bij een sprint. Op de MTB zit je veel minder op het zadel: bij een steile klim blijft men juist zitten om voldoende grip op de achterband te houden, maar iedere afdaling en scherpe bocht wordt staand op de pedalen gereden om de fiets snel te kunnen kantelen (in de juiste leunhoek te duwen). Bij het mountainbiken zit je dus veel dynamischer op de fiets. Dat wil zeggen dat je de fiets onder je heen en weer beweegt – van links naar rechts, maar ook naar voren en naar achteren – om je zwaartepunt midden boven de fiets te houden. Daarnaast is er het



buigen en strekken van armen en benen om oneffenheden van het terrein op te vangen. (Dat laatste doen wielrenners ook wel, maar dan alleen om de klap van bijvoorbeeld een verkeersdrempel op te vangen.)

Het vermogen om de juiste balans te vinden is deels aangeboren talent, maar ook goed te trainen. Niemand rijdt vanaf de eerste keer optimaal een bocht door; het brein moet telkens leren de juiste leunhoek te berekenen. Snelheid maakt dit extra uitdagend: verdubbel je die, dan moet de leunhoek zelfs viervoudig toenemen. Daarom kost het tijd om te schakelen tussen bijvoorbeeld racefiets en mountainbike. Hierin zit ook het grootste probleem van MVDP: het verschil tussen beide fietsen is zo groot dat dit niet in enkele trainingen is aan te passen. Een nieuwe beweging kun je leren, maar voordat zo'n beweging een automatisme wordt, zijn er volgens sommige neurowetenschappers wel 10.000 herhalingen nodig. Zelfs profatleten trainen tijdens hun hele carrière niet alleen op conditie, maar vooral op techniek, om de juiste bewegingspatronen er goed in te slijten.

Training en ervaring zijn dus cruciaal. Vooral het verkennen van de grenzen helpt het brein om nieuwe “parameterruimtes” te leren interpreteren. Freeriders doen dit intuïtief door uit te proberen hoe ver ze hun fiets kunnen laten kantelen, vaak met vallen en opstaan. Hun brein leert door directe feedback: of de gekozen leunhoek klopt of niet. Voor ons als recreanten speelt dat ook wel, maar veel minder omdat wij niet op de grens van het mogelijke hoeven te fietsen. Voor profwielrenners kan dat vermogen

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**



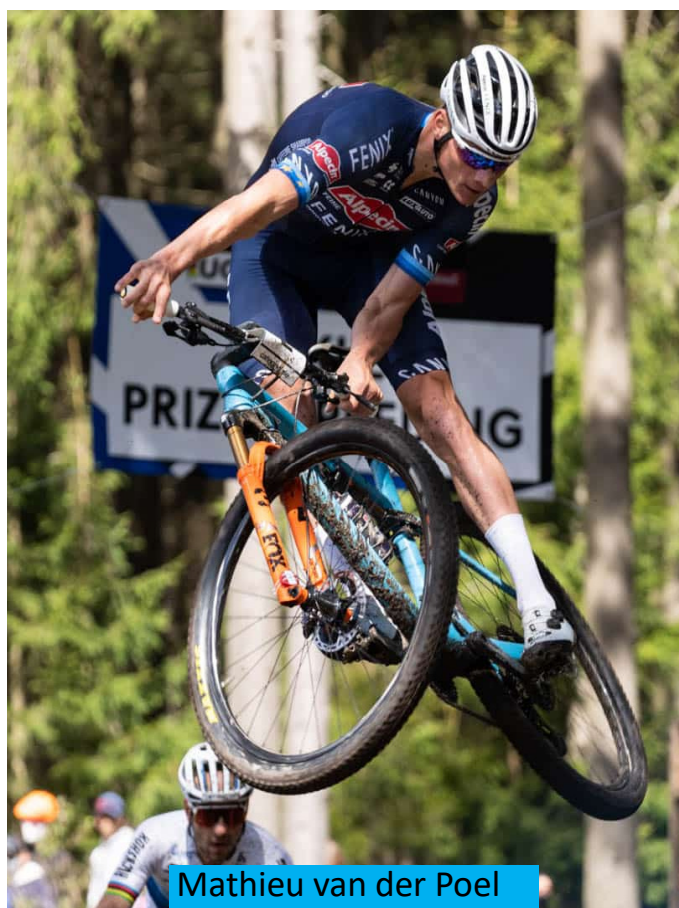
vanraam
Let's all cycle

Fietsen: een kwestie van balans (vervolg)

om precies op die uiterste grens te kunnen rijden het verschil uitmaken tussen winst of verlies. Ondanks het feit dat MVDP zowel op de weg als bij de cyclocross een geweldige fietser is, mist hij naar mijn mening de trainingsuren (en daardoor het juiste gevoel) om ook op een MTB tegen die grens aan te rijden. Naast het gevoel spelen daarbij ook de juiste houding en timing (vooral bij pumptracks, drops en sprongen) een grote rol op de MTB. Daar ging het de laatste MTB-worldcups mis bij MVDP (verkeerde houding bij de Olympische Spelen en verkeerde timing in Nové Město). Bij de Worldcup in Les Gets ging het wel beter dankzij zijn geweldige motor bergop, maar op de technische afdalingen verloor hij helaas nog te veel tijd.

Een misvatting is dat je vooral met je lichaam stuurt; in werkelijkheid gebeurt sturen uitsluitend met het stuur. Het lichaam – vooral via het zadel, maar ook via armen en benen – registreert wel de krachten die ontstaan, en dat levert waardevolle input aan het brein. Zo fungeert het bovenlichaam als een soort stok die druk naar links of rechts waarneemt via spierspoeltjes. Het kantelen van lichaam en fiets zorgt voor de juiste leunhoek en daarmee balans in de bocht.

Het lijkt eenvoudig wanneer een renner een afdaling tot kunst verheft, maar onder die ogenschijnlijke moeiteloosheid schuilt een hoogontwikkeld samenspel van fysica, neurowetenschap en ervaring.



Mathieu van der Poel



Fietsen – en vooral mountainbiken – is daarmee niet alleen kracht en techniek, maar vooral een kwestie van balans, timing en ervaring.

Nawoord: Inmiddels is ook het WK verreden in Crans Montana. Hier moest MVDP starten op rij vijf (plaats 33). In de voorafgaande week had hij iedere dag het parcours verkend en gereden zodat hij: “de juiste lijnen kon rijden en het gevoel op de fiets weer kreeg”. Na een fantastische start reed hij twee indrukwekkende ronden en krom naar plaats 3 en eventjes zelfs plaats 2. Daarna stokte de opmars en ging het kaarsje uit en eindigde hij op plaats 29. Zelf zei hij hierover: “dat hij zich niet had opgeblazen, maar geen goede benen had”. Dat strookt niet met zo’n snelle opmars naar de top 3. Feit is dat hij ook hier telkens 10 a 20 meter verloor in de afdalingen, die hij op het asfalt weer dicht moest rijden. Dat gaat na zo’n flitsende start wel in de benen zitten! Volgend jaar is het WK in zijn favoriete Val di Sole, met een langere voorbereiding en temporisering in de voorafgaande week moet het hem zeker lukken.



Holding **PETERS - DIDAM BV**

In- en verkoop - verhuur onroerend goed



Henk Peters
Directeur



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

DUMPHUIS DOETINCHEM

- **JEANS**
- **SPORTPRIJZEN**
- **WERKKLEDING**



WWW.DUMPHUIS.NL

Dumphuis Doetinchem is geopend:

Ma 13:00u - 18:00u

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

Vr 09:00u - 21:00u

Za 09:00u - 17:00u

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

Badkamers - Tegels - Haarden



 **Jos Ariës**
Badkamers - Tegels - Haarden

www.josaries.nl
Edisonstraat 54
6902 PK Zevenaar

TC de Liemers op de toog van "de Proloog"

Steven Krol

De eerste keer dat ik in het fietscafé De Proloog in Amerongen kwam, was denk ik met een clubweekend. We hadden net de Amerongse Berg bedwongen en streken voor een kop koffie, met wat lekkers erbij, neer bij De Proloog.

Dit is een van de oudste wielercafés in Nederland. De roots van de oprichters ligt in de zorg en dat willen ze nog steeds uitstralen naar hun klanten. Ze zijn ook maatschappelijk betrokken, bijvoorbeeld omdat hun gebak (eigen recept) uit een bakkerij komt die gerund wordt door mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt. Uiteraard kunnen ook fietsprobleempjes ter plekke worden verholpen en is kleding te koop.

Eén groot gebrek is nu verholpen. De toog van het café hangt vol met pijlen van diverse toertochten, maar niet die van onze TC. Daarom heb ik een pijl meegenomen toen ik wist dat we weer naar dit café zouden gaan.

Ditmaal met de Kilimanjaro-groep, jullie weten wel dat Harrie Mooren geheel ontzorgde tochten om de Kilimanjaro organiseert.

Bij aankomst heb ik de pijl overhandigd, zie ook de foto. Deze werd in dank aanvaard en heeft inmiddels vast een mooie plek op de toog gekregen. Het eerste clublid die dat laatste (die mooie plek van onze pijl op de toog) kan bewijzen met een foto, ontvangt een gratis kopje koffie van ons bestuur!



Rittenkalender Tandje Ouder 4e kwartaal 2025

Paul Broere

Dit keer alleen de rittenkalender voor Tandje Ouder.

Denk allemaal aan het opgeven voor de snertmiddag via het onderstaande emailadres van Leo Visser !

Peer Donkers zal de ritten voor de club wekelijks blijven vermelden in de nieuwsbrief.

Voor het eerst een kalender voor het laatste kwartaal van 2025 en het eerste kwartaal van 2026.

Tot en met eind december is het aantal te rijden kilometers aflopend. Daarna is het weer een langzaam oplopend schema.

Iedereen een gezonde voortzetting van de verschillende ritten.

Datum	RitNr	RitNaam	Koffie	Afstand	Vertrek
woe 1 okt	204	Wieken	Etten	63 km	09.00 uur
woe 8 okt	244	Hummelo-Doetinchem-Zeddam	Zeddam	60 km	09.00 uur
woe 15 okt	302	Netterden-Beek	Beek	62 km	09.00 uur
zaterdag 18 oktober: Snert aan de baan. Aanvang: 15.00 uur. Plaats: Kantine AVL Zevenaar. Voor 11 oktober opgeven via email: Leovisser1954@gmail.com					
woe 22 okt	243	Angerlo-Braamt-Beek	Zeddam	56 km	09.00 uur
woe 29 okt	501	Mammoet-Stokkum	Klaphek	49 km	09.00 uur
Vanaf november vertrek om 09.30 uur					
woe 5 nov	242	Oude IJssel	s Heerenberg	65 km	09.30 uur
woe 12 nov	305	Doetinchem-Beek	Beek	62 km	09.30 uur
woe 19 nov	104	Laag Soeren via Zijpenberg	Posbank of Doesburg	60 km	09.30 uur
woe 26 nov	137	Winter-Herfstrondje2	Zeddam	58 km	09.30 uur
woe 3 dec	526	Kilder-Pannerden	Zeddam/'s Heerenberg	57 km	09.30 uur
woe 10 dec	504	Lathum-Tolkamer	Tolkamer	56 km	09.30 uur
woe 17 dec	533	Eldrik-'s Heerenberg	s Heerenberg	56 km	09.30 uur
woe 24 dec	530	Wehl-Mammoet	Zeddam	55 km	09.30 uur
woe 31 dec	521	Azewijn-Zevenaar	Klaphek	48 km	09.30 uur
Hieronder het eerste kwartaal van 2026					
woe 7 jan	502	Doesburg-De Steeg	Zelf bepalen	49 km	09.30 uur
woe 14 jan	525	Zeddam-'s Heerenberg	Zeddam/'s Heerenberg	49 km	09.30 uur
woe 21 jan	519	Braamt-Hoog Keppel	Hummelo	51 km	09.30 uur
woe 28 jan	520	Tolkamer-Lathum	Lathum	53 km	09.30 uur
woe 4 feb	243	Angerlo-Braamt-Beek	Zeddam	56 km	09.30 uur
woe 11 feb	534	Onland-Zevenaar	Onland	59 km	09.30 uur
woe 18 feb	302	Netterden-Beek	Beek	62 km	09.30 uur
woe 25 feb	238	s Heerenberg	Zeddam	63 km	09.30 uur
woe 4 mrt	152	Posbank	Carolinahoeve	63km	09.30 uur
woe 11 mrt	204	Wieken	Etten	63 km	09.30 uur
woe 18 mrt	201	Montferland	Zeddam	60 km	09.30 uur
woe 25 mrt	205	Hengelo	Hengelo	67 km	09.30 uur



Op kop met data?

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

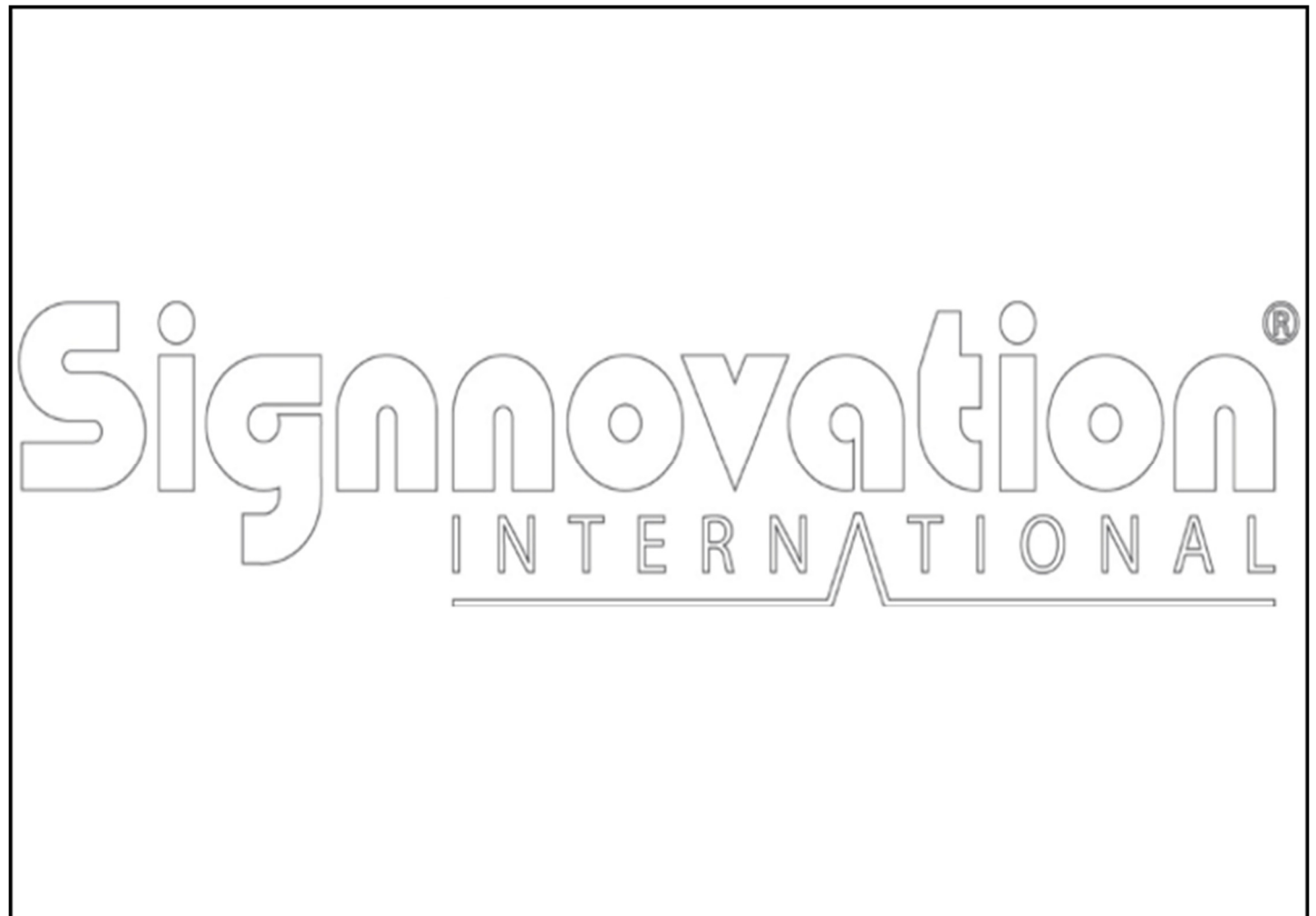
Klaar om het gat te dichten?

Met onze data sprints pak je de koppositie.

Spring in het wiel van Team OnModus: op **OnModus.com**

onmodus
YOUR DATA TASKFORCE

echmeo Gemeente Amsterdam vc2 VATTENFALL A.S. Watson Group DANONE NUTRICIA FJALL RAVEN





Jan & Jan

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

www.janenanjan.com

📍 Lieve Vrouweplein 4, Didam

☎ 0316 - 221315

✉ info@janenanjan.com

plok



Vier je onvergetelijke momenten bij Plok!

www.plok.nl

📍 Dijksestraat 52, Didam

☎ 0316-226058

✉ info@plok.nl