

HANDYMAN
ONDERDELENSHOP

voor gratis advies en alle onderdelen van:
WASAUTOMATEN STOFZUIGERS
KOELKASTEN KOFFIEZETAPPEN
EN ALLE ELEKTRISCHE
HUISHOUD. APP.

stofzuigerzakken
voor alle
merken

afvoerpompen

stofzuigerslangen

alle thermostaten

aan- en afvoerslangen

schenkkanen
voor koffiezet-
apparaten

verwarmings elementen

stofzuigerborstels

moloren

deurmanchetten

HANDYMAN
B.V.

's maandags vanaf 13.00 uur geopend

.DE KLEPPER'

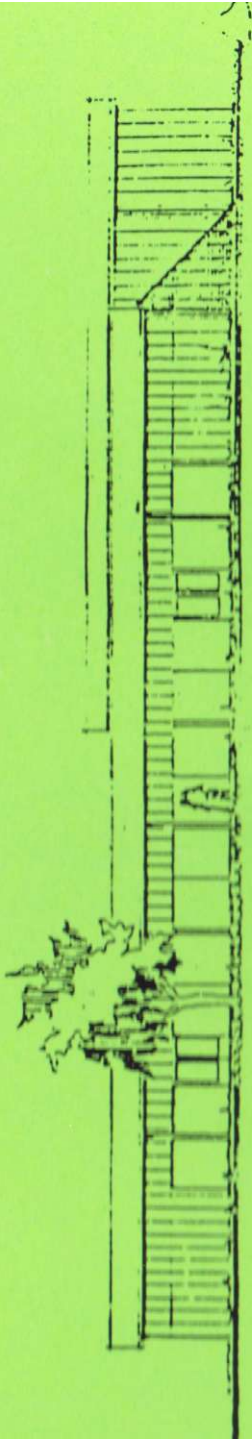
CLUBBLAD VAN DE WIELERVERENIGING 'TERHEYDEN'

No 3-1991.



BREDA ZUID GINNEKENWEG 48 TEL: 076-135338

BREDA CENTRUM GINNEKENSTRAAT 76 TEL: 076-131952



RASENBERG AUTO'S B.V.

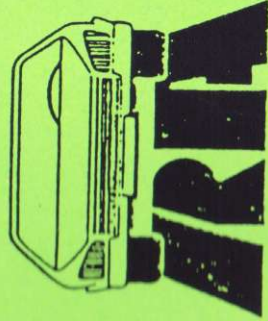
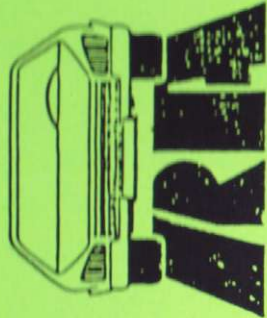
UW AUTO-ADVISEUR

VERKOOPT ALLE MERKEN

NIEUWE EN GEBRUIKTE AUTO'S

BREDASEWEG 45 TERHEYDEN

GARANTIE 3 MAANDEN OP ONDERDELEN EN ARBEIDSLOON !!



"DE KLEPPER", Clubblad van Wielervereniging

Terheijden.

8e jaargang no. 3 juni 1991

Bestuur Wielervereniging Terheijden.

Voorzitter: D. de Ridder, tel. 01693-2267
Markkant 2, 4844 BB Terheijden

Secretaris: J. van Tetering, tel. 01693-2675
Polderstraat 54, 4844 BK Terheijden

Penningm.: K. Michielsen, tel. 01693-1722
Markkant 13, 4844 BB Terheijden

Bestuursleden:

G. van Duuren, tel. 01693-2674
Polderstraat 44, 4844 BK Terheijden

F. Leijten, tel. 076-873727
Mechelenstraat 34, 4826 KN Breda

A. Nuyten, tel. 01693-3998
Hoofdstraat 46, 4844 CG Terheijden

E. Rasenberg, tel. 01693-2964
Vlasweel 21, 4844 TE Terheijden

Bankrekeningnummer: 15.06.80.643

Redactie Clubblad:

W. Kuylen, tel. 01693-3426
Thijsseweg 9a, 4845 PJ Wagenberg

N. de Laat, tel. 01693-3943
Klaverbeemd 24, 4844 RJ Terheijden

E. Rasenberg, tel. 01693-2964
Vlasweel 21, 4844 TE Terheijden

C. Rombouts, p/a Zeggelaan 63

De 3e Klepper van dit enerverende wielerseizoen op plaatselijk, regionaal en zelfs internationaal niveau streelt weer uw handen, ogen, etc. Juist ja, zo kan het wel weer. Toch is de redactie wederom verheugd u een goed gevuld cluborgaan aan te kunnen bieden. De vele geslaagde activiteiten zijn hier mede debet aan. Naast vele kleppers op de fiets zien we ook vele scherpe en ludieke pennen binnen onze vereniging die de aansprekende activiteiten goed weergeven. Daarnaast leest u het nodige nieuws zoals uitslagen en info over onze clubevenementen. Van KNWU zijde hopen wij in de toekomst ook op een wedstrijd- of sfeerverslag en mogelijk ook de vele goede ingediende klasseringen van dit seizoen. Wij blijven openstaan voor alle ingediende kopij die allicht door onze tolerante censuurcommissie zal komen.

Volgende kopij graag inleveren vóór 1 augustus a.s.

Café De Plak

Het plekje om te blijven plakken



Molenstraat 22
Terheijden
Telefoon 01693 - 2628

Toon en Ingrid

2

VAN DE BESTUURSTAFEL.

NIEUWE LEDEN

Jos van den Berg
Jos van der Weiden
Pierre van Meer

OPZEGGINGEN^

Noud Kapitein
Anthony Kapitein

EVENEMENTENKALENDER 1991.

29-6 Clubkampioenschappen + bindingsavond.
7-7 Trimtriathlon
21-8 Estafettetriathlon
31-8 Wielerweekend Terheijden
1-9 Wielerweekend Terheijden
7-9 Kermiskoers
21-10 Evaluatie KNWU
1-11 Algemene ledenvergadering
23-11 Bingo-avond

TRIMMERS-ZOMERCOMPETITIE

23-6 Tijdrif 7 km	Tunneltje 10.00 uur
14-7 Afvalkoers	Weststad 10.00 uur
25-8 Rit in lijn 40 km	Tunneltje 10.00 uur
22-9 Tijdrif 13 km	Tunneltje 10.00 uur

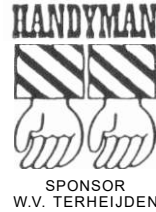
KLEPPERTJES.

T.k.a. Jan Jansen racefiets,
10 versnellingen, voorzien van Shimano 600 EX
framehoogte 52, bouwjaar 1982
prijs n. o. t. k.
tel. na 20.00 uur 076-223463
+++

Bestel nu de enige echte Frank van T. SPRINTSET
(zie diverse uitslagen)
Leden W.V. Terheijden 20% korting.
Hoedt u voor imitatie!!!



Wielervereniging Terheijden



Sekretariaat:
Telefoon:
Bank: Rabo - bank Terheijden
Rek. nr. 150680643

Terheijden, -J7 april 1991.

Onderwerp:
Reorganisatie
W.V. Terheijden.

Geachte medewerker,

Ee reorganisatie van onze vereniging begeeft zich in een eindstadium.

Ha bespreking en akkoordbevinding in de algemene ledenvergadering van 2 november 1990 en diverse oproepen om zitting te nemen incommi3Sies, heb ik thans een voorlopige opstelling gemaakt. (zie bijlage).

Diverse personen hebben zich spontaan gemeld.

Afmeldingen van reeds in functie zijnde personen heb ik niet ontvangen.

Ik heb derhalve voetstoots aangenomen, dat U, zover van toepassing, Uw functie continueerd.

Kocht U echter met de bijgevoegde bijlage niet eens zijn, dan verneem ik dat gaarne binnen 14 dagen na dagtekening van deze brief.

Zoals U ziet ben ik er nog niet helemaal aan uit omtrent een complete invulling.

Met name de begeleidingscommissie is nog zwaar onderbezet.

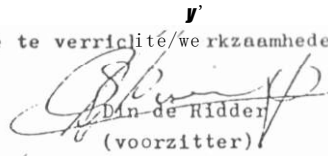
Mogelijk kunt U nog iemand stimuleren om in deze commissie zitting te nemen.

Ik heb er behoefte aan U langs deze weg persoonlijk te informeren en U in de gelegenheid te stellen te reageren om alvorens tot plaatsing in de "klepper" over te gaan.

U draagt immers de wielervereniging een warm hart toe door een bijdrage te leveren aan de vele werkzaamheden.

Bovendien is het prettig te ervaren, dat vele handen licht werk maken.

Bij voorbaat dank en veel plezier bij de te verrichte werkzaamheden.


D. de Ridder
(voorzitter)



Wielervereniging Terheijden



Sekretariaat:
Telefoon:
Bank: Rabo - bank Terheijden
Rek. nr. 150680643

Redactie "klepper"

Werkploeg:

Algemene Zaken:

(bestuur: C. Michielsen)

Wielrennen(wedstrijdwezen):

(bestuur: D. de Ridder)

Triathlon:

(bestuur: F. Leijten)

Toeren:

(bestuur: G. van Duuren)

Bijlage
reorganisatie

W. Kuylen
H. de Laat
E. Rasenberg
C. Rombouts
C. Driessen/A.Nuiten

Zwemmen	A. Wouters - M. Rijvers
Bingo	W. Kuylen - A. Timmermans E. Rasenberg
Bindingsavond	C. Michielsen
Lief en leed	C. Michielsen
Lotto	J. de Ridder
Archivaris	J. de Ridder

Omloop Moerdijk	D. de Ridder
R. van Wagenberg	E. Rasenberg - D. de Ridder - ???
Trimmerscompetitie	B. Martens - W. Kuylen R. van Tetering
Clubkampioenschap	D. de Ridder
R. van Terheijden	J. van Tetering - C. Michielsen M. Welten
Kermiskoers	D. de Ridder

Zomer-triathlon	F. Leijten - L. v. Tetering C. Driessen/A. Nuiten M. Welten - N. de Laat J. van Helmond - R. v. Tetering
Winter-triathlon	
Estafette-triathlon	

's-woensdagsavond	A. Pals - J. de Ridder M. Rijvers - L. van Tetering
's-zaterdagsavond	
's-zondagsmorgen	
Veldtoertocht	



Wielervereniging Terheijden

Sekretariaat:

Telefoon:

Bank: Rabo - bank Terheijden
Rek. nr. 15.06.80.643

Vervolg Bijlage
reorganisatie



Beheer van Kleding
en materiaal:

voorlopig j. van tetering
materiaal bij de desbetreffende commissie.

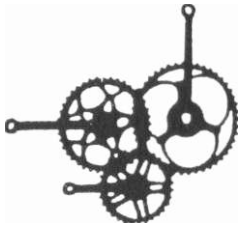
Begeleiding
=====

(Bestuur: A. Nuiten)

Trainingswedstrijden, trainingsstages,
wielprogramma, begeleiders (ploegleider-
A. Nuiten, trainers, mecaniciens, soigneur)
N.K.-ploegentijdrit Almere, jeugdzaken,
ploegenvoorstelling etc.

BEN EVEN WEG NAAR EEN VAN DE RIJWIELZAKEN VAN

JANUS VAN NISPEN



Ons adres voor rijwielen, sport-, tour- en kinderrijwielen
Mastbosstraat 82 - Tel. 213372

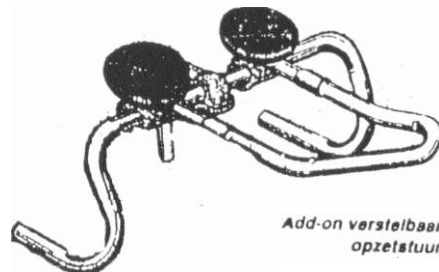
Ons adres voor bromfietsen en snorfietsen
Mastbosstraat 80 - Tel. 213372

Race afdeling
Mastbosstraat 84 - Tel. 218752

Natuurlijk ook een eigen reparatie-inrichting aanwezig.

Donderdag na 13.00 uur gesloten

Aero One Triathlon sturen



Add-on verstelbaar
opzetstuur

Wij hebben een volledig
assortiment:

- * kleding
 - * triathlon-onderdelen
 - * race frames
 - colnago
 - gazelle
 - vitus
 - concorde
 - batavus
 - moser
 - raleigh
 - koga miyata
 - jan jansen
 - eddy merckx
- etc etc.....

CLUBKAMPIOENSCHAPPEN EN BINDINGSVOND.

Wie vieren er zaterdagavond 29 juni a.s. extra
feest tijdens onze jaarlijkse bindingsavond, ook
wel bekend als ons teeravondje.

Wie van de "ouderen" durft Theo van Mook te ont-
tronen en wie zorgt ervoor dat de jonkies ditmaal
geen buitenlander maar gewoon een echte Traaienaar
als kampioen kunnen begroeten?

Dat kunt u zijn als u a.s. zaterdag 29 juni
deze strijd aangaat. En laten we eerlijk zijn, norma-
liter is ook elk lid van onze vereniging bij zo'n
clubevenement aanwezig. Hier kan echt bepaald worden
wie er tot de sterksten behoren met deelname van
alle clubleden.

De indeling in leeftijd is evenals vorig jaar
nl. : Categorie I t/m 37 jaar)
Categorie II vanaf 38 jaar) peildatum 29.6.91

Dus geen onderscheid in licentiehouders en trimmers.
De aanvang van de wedstrijden is in tegenstelling
tot vorig jaar als volgt :

Categorie II (de oudjes) starten om 12.30 uur

- 1) Rit in lijn 40 km
- 2) Tijdrit 7 km

Categorie I (de jonkies) starten om 14.30 uur

- 1) Rit in lijn 50 km
- 2) Tijdrit 7 km

Parcours: start tunneltje, vervolgens de kleine ronde
van zaterdagavond en de zomercompetitie.

Rugnummers afhalen bij de start.

Uiteraard is voor een goed verloop en veiligheid
de medewerking nodig om in elke categorie een aantal
bochtencommissarissen te krijgen.

Uw opgave hiervoor gaarne via Din de Ridder ter
plaatse voor aanvang der wedstrijden.

7

Nadat een ieder gewassen en gegeten en mogelijk ook gerust heeft wordt elke deelnemer (dus vrijwel heel ons ledenbestand) op de feestavond verwacht.

Wederom zal het feest dit jaar plaatsvinden in Café 't Centrum (Cor en Nel Driessen) in Terheijden. Aanvang 20.00 uur.

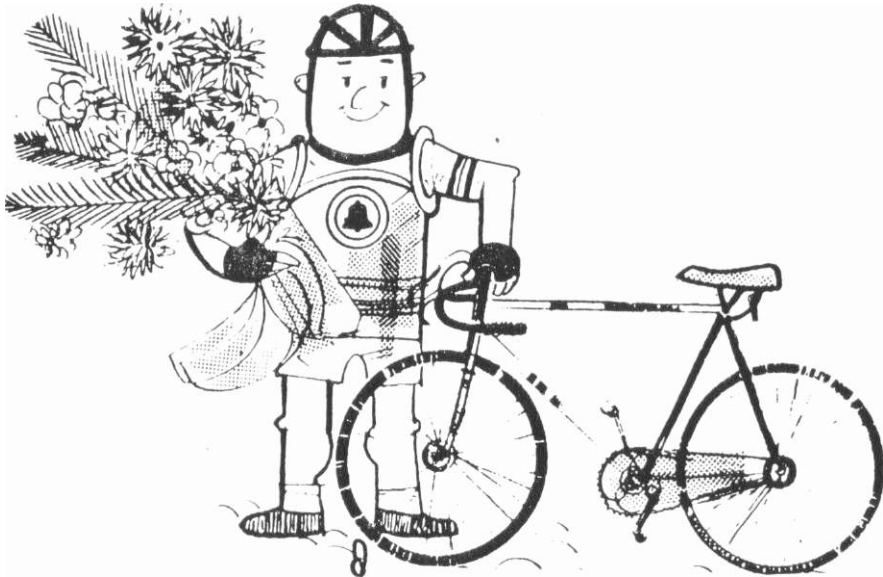
Om ongeveer 21.00 uur zullen de kampioens-truien uitgereikt cq aangetrokken worden en zullen ook de overige ereprijzen verdeeld worden.

Dit jaar heeft de organisatie van de feestavond in goed overleg besloten om dit jaar geen barbecue als speciale attractie te contracteren, maar LET OP dansfanaten en andere muzikliefhebbers, een echte BAND die zijn sporen al heeft verdiend.

Uiteraard zal het ons deze avond naast de muziek van de band aan niets hoeven te ontbreken in dit gastvrije café.

De bijdrage van de leden die dit jaar wordt gevraagd is dit jaar wederom op f 17,50 pp gesteld

Wij verwachten vele leden met hun partners. Graag tot ziens zaterdag 29 juni 's middags en 's avonds !!!!!



Voor de Trimtriathlon op 7 juli a.s. zoeken we nog mensen die (al dan niet gediplomeerd) de kunst van het reddend zwemmen machtig zijn. Veiligheid blijft onze grootste prioriteit en om deze te kunnen waarborgen is het noodzakelijk dat zwemmers (sters) met krampen of andere lichaamsstoornissen geholpen kunnen worden. U bewijst de organisatie en derhalve onze vereniging een grote dienst. Bij voorbaat dank hiervoor.

Uw opgave zien wij graag met spoed tegemoet via Ronnie van Tetering (tel.01693-4068)

TOERTOCHTLIEFHEBBERS OPGELET.

Gezien de groeiende belangstelling voor het fietsen van toertochten en klassiekers en de in de wandelgangen bespeurde interesse in nog meer toertochten verzoeken wij diegenen die dit seizoen graag nog meer tochten al dan niet georganiseerd willen rijden hun interesse kenbaar te maken.

Dit kan bij de leden van de toertochtcommissie, waarvan de namen elders in dit blad in de commissieverdeling terug te vinden zijn.

Indien voldoende interesse en haalbaar zal er bekeken worden wat er dit seizoen nog aan extra tocht(en) ingelast kan worden.

Uiteraard zal voor het volgend seizoen door deze commissie een uitgebreider en meer over het seizoen verdeeld programma aan de echte tochtenliefhebbers aangeboden worden.

STEUNT U ONZE TRIATHLON ?

Een van de jaarlijkse hoogtepunten op sportief gebied in Terheijden is de door onze WVT georganiseerde trimtriathlon.

Alweer voor de 9e maal in successie (volgend jaar ons 2e lustrum !)

Succes staat of valt echter, behalve goed weer en dus goede ambiance, met een goede organisatie!

De commissie doet wat in haar vermogen ligt en de medewerking van ons algemeen bestuur en sponsors is ook voortreffelijk.

Daarnaast zien we ieder jaar vele clubleden, die niet deelnemen aan de wedstrijd, ergens op het parcours om hun verantwoordelijke taak te vervullen. Toch heb je bij zo'n evenement erg veel vrijwilligers nodig. Met 130 leden en eventueel ook familieleden moet dit toch niet zo'n probleem zijn.

Derhalve een nogmaals jaarlijks herhaald doch dringend verzoek u spontaan op te geven of de "smeebeden" van onze commissieleden niet te negeren. Iedereen kan toch wel eens één dag zonder wielervoerders of ander uitje in welke vorm dan ook.

U steunt hiermee onze vereniging waar de vereniging u op een andere keer weer steunt.

Alvast bedankt namens de commissie en vooral namens de deelnemers!

+++++

Voor de gezellige trimmers is er ook in juli een gelegenheid om gezamenlijk een zgn. "koffietocht" te rijden. Noteer in uw agenda de datum voor juli, nl. zondag 21 juli a.s.

P.S. In de maand augustus zullen er i.v.m. vakanties geen koffietochten worden georganiseerd worden. Uiteraard is er wel een ander gezellig en sportief evenement. Wist u dat nog ?

U kunt nog steeds opgeven voor de estafette-triathlon !

RONDE VAN WAGENBERG.

Dit jaar werd de Ronde van Wagenberg verreden onder de auspiciën van de KNWU. Misschien zou dit de sleutel zijn naar een grotere opkomst van renners. Maar niets bleek minder waar. Bij de recreanten waren het 12 renners die gingen strijden. Er werd fel gereden. Al snel ontsnapten 2 man uit het peloton te weten Harry Eland en Eric Hoevenaars. Zijn broer Roel zette met Gerard van Tetering de aanval in. Door deze prikken moesten Pim de Ridder en Jan-Willem Stoop al snel wat gaatjes dichtten wat niet zonder kracht en moeite gaat; zij zouden dit dan ook moeten bekpen. Ronnie en Frank van Tetering en Hans Rasenberg lieten zien ook uit het goede wielervoerders gesneden te zijn. Zij reden heel de koers erg aanvallend. De uitslag mocht er dan ook zijn :

1. Harry Eland

2. Eric Hoevenaars

3. Roel Eland

Knap gereden jongens!

Bij de volgende rit mochten we meer renners aan de start zien. Nadat het licht op groen was gezet vlogen de renners over de slechte weg van Wagenberg. Onder hen bevonden zich Din de Ridder, Pierre Driessen en Piet de Jong van W.V. Terheijden.

Al snel ontsnapte een groepje van 2 ,nl. Ad Prinsen en ene Pals. Achtervolgd door het groepje van Piet de Jong, Flip Segeren en Marino van de Elshout.

Hun tempo lag hoog zodat er achteraan flink aan de boom geschud werd. Toen het op de sprint aankwam was het Ad Prinsen die de langste adem had, Piet de Jong werd 3e zodat ook hier weer een renner van W.V. Terheijden een ereplaats behaalde.

Zowel werkploeg als renners : bedankt jongens dat jullie er waren.

interview met...

Uitslag individuele tijdri. 27-4-1991

1 Bob Rasenberg	8.24	16.39	24.44
2 Gerrie van Helmond	8.27	16.59	25-35
3 Stef van Zundert	8.30	17.20	25-57
Frank van Tetering	8.	17.27	26.08
5 John de Ridder	8.52	17.52	26.29
6 Jan van Tetering	8.47	17.41	26»34
7 Kees Daamen	8.57	17.50	26.41
8 Bram Martens	9.05	18.11	27-21
9 Din van Meel	9-12	18.25	27-35
10 Pim de Ridder	9.16	18.46	28.08
11 Hans Rasenberg	9.,20	19.,08	28.,54
12 Leon van Tetering	9.,27	19-09	28.,56
13 Peter Diepstraten	9.,50	19-35	29-13
14 Theeuw Lodewikus	9-32	19-02	29-20
15 Jan Driessen	9.,59	20.,03	30,,05
16 Frans Damen	9.45	19.47	30.09
17 Adriaan Timmermans	11.01	22.10	33.12
18 Ingrid Rompa	11.07	22.37	34.17



Voor velen zal ons lijdend voorwerp van deze keer een niet zo bekende figuur zijn;misschien zijn er zelfs bij die even hun wenkbrouwen fronsen en denken: "Ken ik die?" Welnu,hoog tijd om hem eens nader aan u voor te stellen,hem te laten vertellen over z'n passie voor het fietsen,vogels en Jelle Nijdam. Willem van de Westen,inmiddels 48 jaar oud, is afkomstig uit Breda maar woont sinds hij als kok in huize 't Gruytveld ging werken in Terheijden. Tegenwoordig bekleedt hij daar de functie van Hoofd Voeding. Voor die tijd voer hij als koksmaat 16 jaar over zeeen en oceanen en is derhalve volgens eigen zeggen op zee volwassen geworden.

WvdW;Dat is nl.toch een heel andere wereld dan aan de wal; ik moest bijvoorbeeld heel vroeg voor mezelf leren zorgen want dat doet een ander niet voor je op zo'n schip.Als je biiv.ziek was moest je zelf je boontjes doppen en goeo en gezond eten was vaak de enige remedie.Ook op het punt van orde en accuratesse trof ik aan de wal verschillen aan met het leven op een schip.Sommige van die dingen raak je niet meer kwijt natuurlijk.dat zit erin gebakken en kan bijv.op je werk ook wel eens voor problemen of misverstanden zorgen.

Eenmaal aan de wal bleef het water kennelijk toch trekken want Willem en z'n vrouw zijn jarenlang zeer fervente zeilers geweest.In 1984 sloeg echter het noodlot wat dat betreft toe.Willem werd geveld door een vorm van acute reuma waardoor hij zo'n 8 maanden aan bed gekluisterd was en daarna een lange weg aflegde om weer normaal te kunnen functioneren.

Het zeilen moest worden opgegeven en op zoek naar andere vormen van vrijetijdsbesteding kocht Willem een caravan.Het verschil met het leven op een zeilboot en een caravan was echter te groot en na één jaar had hij dat dus wel gezien en werd de boel dus weer verkocht.

Willem was echter geïnteresseerd geraakt in het kweken van vogeltjes en zo kwam het dat hij een complete kooi kanaries kon overnemen van een kweker in Friesland. En dat bleek een schot in de roos, getuige de gepassioneerde maneer waarop hij hierover kan vertellen.

WvdW: Met die kanaries ga ik dus naar tentoonstellingen en ik haalde daar direkt grote prijzen met mijn vogeltjes en die lijn heb ik dus door zelf te kweken door kunnen zetten met dat ras.

Klein begonnen is inmiddels een groot deel van de achtertuin omgebouwd tot volière en is zijn 2e garage omgedoopt tot broed en trainingsruimte. Die vogeltjes moeten namelijk "getraind" worden om in een kleine tentoonstellingskooi te zitten wat je stapsgewijs moet doen, als zo'n beestje zich nl. niet op z'n gemak voelt kan hij nog zo mooi zijn maar dan kun je er niets mee doen.

Momenteel ben ik helemaal opnieuw begonnen met het kweken van twee andere rassen en het is dus afwachten of ik daar goede resultaten mee ga behalen.



GORDIJNEN
ZONWERING
TAPIJT
(bovendien gratis
gelegd)

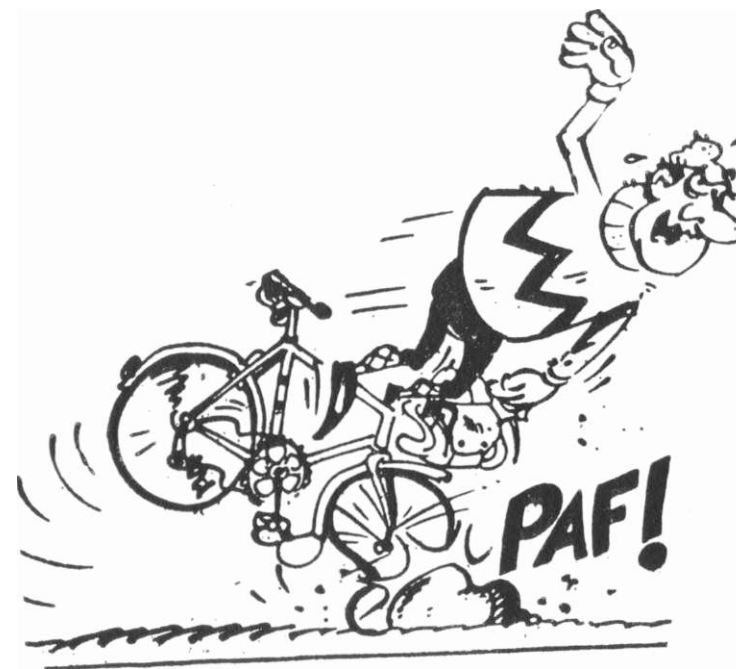
Fa. J.G. Schoones

Hoofdstraat 12 - Zevenbergschenhoek
Telefoon 01685 - 2315

-Fietsen?-

WvdW: Toen ik hersteld was van mijn ziekte wilde ik dus meer gaan bewegen want als ik dat niet doe wordt ik zo stijf als een hout. Samen met mijn vrouw kocht ik dan ook in eerste instantie een paar "gewone" fietsen en wat later kocht ik een racefiets.

Ik had echter nog nooit gefietst wat na twee weken resulteerde in een val die me in het ziekenhuis deed belanden. Na dat angstvallige begin kwam ik in contact met mensen van W.T.C. Made en ben daar toen lid geworden. De rit Made-Edam-Made was daar echter het (enige) jaarlijkse hoogtepunt zodat ik na eens met Jan van Tetering te hebben gesproken mezelf bij Terheijden aanmelde waar men wat vaker van dat soort tochten reed. Daar heb ik dus al diverse keren aan deelgenomen en heb o.a. een paar keer Luik-Bastenaken-Luik gereden. Afgelopen pinksterweekeinde was die ticht voor mij echter niet zo'n succes. De hele week tevoren was ik "koortsachtig" geweest en was dus eigenlijk niet fit. Ik heb verschrikkelijk moeten afzien om het einde te halen. We waren gelukkig met een fijn groepje, dat was een hele steun.



-Jelle Nijdam?-

WvdW:Tja, daar ben ik dus fervent supporter van geworden. Via de groenteman die bij ons op het werk kwam, wiens zoon als amateur met Nijdam trainde ben ik met hem in contact gekomen. Af en toe kreeg hij van mij wat kiwi's of een tonnetje haring en daaruit is een min of meer regelmatig contact ontstaan. En dan ga je natuurlijk een beetje supporter worden van zo iemand. Zo ben ik in het bezit van zijn racehandschoenen waarmee hij de Tourproloog in Berlijn heeft gewonnen. En ook de koerstrui en erepalm van "Dwars door België" heb ik van hem gekregen.

Het is voor mij een aparte kerel. de manier waarop hij sommige dingen benadert komen op mij wel eens vreemd over, maar dat komt misschien omdat ik niet echt uit "het metiér" kom.

Tot zover het gesprek met de sympathieke Willem van de Westen en nu maar hopen dat Jelle na de Tour ook nog eens een "kanariegele" trui naar de Zwanenstrek kan laten sturen.



Parijs-Rucphen. Rechts Willem van de Westen

LUIK - BASTENAKEN - LUIK.

Mijn huidige periodieke onthouding zal letterlijk en figuurlijk in het teken staan van LBL, de in België wereldberoemde wielerklassieker.

Met een zorgvuldig uitgestippeld trainingsschema leefde ik naar deze krachtmeting toe. Toen echter tijdens een van mijn eenzame tochten met mijn vaste trainingsmaatje er in Bergen op Zoom een automobilist zo vriendelijk was om zijn deur voor mij te openen werd dit schema danig in de war gegooid. Want na mezelf totaal los te hebben gereden was ook mijn fiets total loss. Na mijn vrouw enkele malen over haar hart gestreken te hebben kreeg ik bijtijds nog een nieuw stalen ros.

Tijdens de le bijeenkomst bij de voortreffelijke gastvrouw en gastheer. de fam. Driessen, bleek dat het merendeel van de coureurs bij de vraag van "willen jullie wat anders drinken?" een pilsje niet schuwden. Dit gaf mij veel morele steun, zo kon ik nog op één gebied een beetje bijblijven.

Terwijl anderen praten omtrent welke pionnen ze moesten steken hield ik mij op de vlakte. Mijn technisch vernuft gaat niet veel verder dan een voorwiel en een achterwiel waarbij ik aan mijn kilometer kan zien wat voor is en bovendien dacht ik dat er op die dag van schaken niet veel zou komen.

Op 18 mei loop ik peinzend bij de Prijsslag naar buiten. Wat was er toch gaande in de supermarkten van Terheijden. Nergens waren nog bananen, rozijnen, mueslirepen of druivensuikers te verkrijgen. Het leek wel of heel de bevolking van ons dorp met Pinksteren op de fiets zou kruipen. Volgens een van onze gewaardeerde leden (Dim Jansen) is normaal gesproken onze voorzitter de enige die een aanslag pleegt op voornoemde gekromde vruchten en ander krachtvoer. Ook bakker Rompa kon het krentenbrood met spijs niet aangemaakt krijgen.

Eindelijk is het dan zover. Als op die bewuste datum mijn elektrische haan om 1.30 uur kraait sluipt ik als een dief in de nacht naar beneden teneinde de verdere familie van hun nachtrust te laten genieten. Geruisloos neem ik alle bagage op mijn nek en met volle bepakking en beide handen vol ben ik genoodzaakt om de deur met een klap dicht te laten vallen zodat alsnog de hele straat wakker is. Zo is er tenslotte niemand meer die hoeft te zeggen dat ik voor de lol fiets.

De samenkomst was gepland om 2.30 uur bij het postkantoor. Aangezien in mijn p.o. steevast Ad Nuyten voorkomt kan ik beter zeggen dat we bij elkaar kwamen niet ver van het huis van deze grote man voor de vereniging. Terwijl ik de deelnemers monster kijk ik in de diep in de oogkassen verzonken, van alle glans ontnomen holle ogen met lege blik van Willem van Westen, als ware hij net klaar met de tocht. Willem was ietwat koortsig maar wilde toch in ieder geval starten.



Terwijl onze voortreffelijke ploegleider Miel Jansen de volgwagen van "Rasenberg Auto's" vol laadt met ons geredschap, worden over en weer enkele excuses aangewend om mogelijk falen in de bergen aannemelijk te maken. Behoudens de Willem kan dit alles onder de noemer zenuwen worden ontzenuwd. Als de chauffeurs hun juiste zit achter het stuur hebben gevonden en Terheijden nog slechts als een enkel lichtpuntje te zien is kan niemand meer terug. In stilte denk ik aan het afsluiten- de etentje; als voorgerecht neem ik twee loempia's. Tijdens de heenreis wordt de knapzak menig maal geopend en vloeien de koolhydraten bij bosjes tegelijk de bloedbaan in. Toch als de Belgische douane ons had gecontroleerd bij het overschrijden van de grens zou men stellig gedacht hebben dat het hier een of ander voedselkonvooi betrof voor hulp aan een door een hongersnood getroffen stam wat tevens nog met dure geavanceerde wapens in konflikt is met een andere stam om er samen een (stam)potje van te maken.

J. Hoogveldt b.v.
 RAADHUISSTRAAT 40 - TERHEIJDEN
 TELEFOON 01693-1255

Loodgieters- en centrale
 verwarmingsbedrijf
 ...
 LANDELIJK ERKEND
 GAS- EN WATERFITTER
 ...

Als we het dorpje Tilff binnenrijden, alwaar de start zal plaatsvinden, zien we dat er nog meer gekken op de wereld zijn die lichaam en geest flink op de proef willen stellen. Met enige zonwering cq. jalozie kijk ik naar een op Ben Johnson gelijkend figuur voordat deze enige tijd geleden tegen de lamp was gelopen. Zijn bilpartij deed sterk de gelijkenis oproepen met Teun 23, de zojuist bekroonde zeeuwse fokstier. Bij nader inzien blijkt dat deze Ben het bijna nooit verder heeft volgehouden dan 100 meter. Nico de Laat geeft te kennen dat hij gezien het weer zich warm aankleedt zodat hij zich tijdens de wedstrijd kan uitpeilen. Hiermee doelt hij op datgene wat aantrekkelijke meisjes in nachtclubs tegen een ruime vergoeding plegen te doen. Gelukkig voor ons is het niet al te warm en kon hij de naam van de sponsor nog uitdragen.

Pierre van Meer heeft aan de streep voor ieder zijn stempelkaart en startnummer klaar. Dit nummer werd bevestigd aan de fiets zodat wanneer een coureur tijdens een afdaling een bocht al dan niet wil afsnijden en er een eigen toeristische route op na houdt de fiets in ieder geval nog in de juiste schuur terecht komt.

Als de voeten in de toeclips klikken en de linker de achtervolging inzet op de rechter doe ik mijn ochtendgebed en denk wat ik als hoofdgerecht zal nemen, misschien wel een combi-schotel.

We zouden fietsen onder het mom van :
een ieder heeft zijn eigen manier van doen en zijn eigen manier van laten en het is het beste om een ieder in zijn eigen manier van doen te laten.
Na 5 kilometer waarvan 3 km vals plat en 2 km klimmen druppelen de eerste zweetpareltjes reeds onder mijn pothelm vandaan. Wanneer we na de beklimming van weer een flinke puistekop onze ploegleider zien krijgt Willem van de Westen van onze koerskapitein Ronnie (zie verder in dit verslag) de opdracht om flink door te knallen. Het was de Willem die de knuppel in het hoenderhok gooide, daarmee het spel op de wagen zette en zijn neus tegen het venster drukte.

Het jachtseizoen was nu geopend en wanneer ik me met 50 kilometer naar beneden stort tijdens een afdaling en ik me al een hele Gied voel komt Toon Wouters - ook prity in pink - met 68-69 zo snel voorbijfluiten dat ik zijn nummerbord niet heb kunnen noteren.

Ger van Lit. ons nieuw mannelijk lid, die evenals ondergetkende op voorhand wat vraagtekens had gezet of het gehanteerde tempo wel tot onze mogelijkheden behoorde moest konstateren dat alles voortreffelijk verliep. Met regelmatige tussenstops bij onze volgwagen, die steeds voor ons uit reed, en het gezellig kletsen onderweg, voorzover dit mogelijk was tijdens de beklimmingen en afdalingen werd menige kilometer geregistreerd door onze computers.



RASENBERG PARKET

ambachtelijke vloeren. 't laagst geprijsd in uw omgeving

alle houtsoorten en motieven

reparatie en onderhoud

schuren van bestaande vloeren

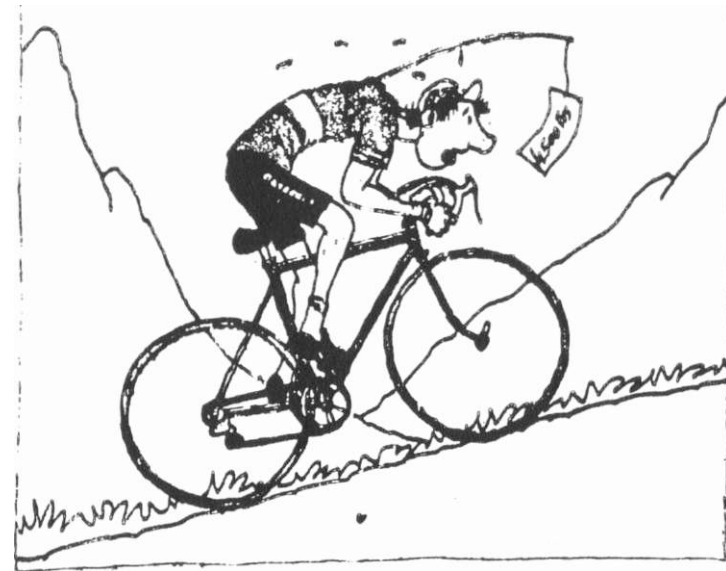
volledige garantie

LAGEWEG 23 — TERHEIJDEN — TELEFOON 01693-1750

Tijdens een van de beklimmingen, waarbij ik blij was dat ik twee longen had zodat ze elkaar een beetje konden helpen, viel het een aantal mensen op dat ik 85 kilo zo zwaar, zo licht naar boven fietste. Dat gaf mij zoveel moraal dat ik brutaal Ko Driessen met een halve krentenbol in mijn rechterhand en de andere helft in mijn mond fluitend en met twee vingers in de neus voorbij reed. Terwijl ik zo mijn linkerhand vol met krenten blies zag ik dat Ko er flink doorheen zat, door zijn frame wel te verstaan. Want dacht ik eerst dat zijn hersenen kraakten van verwondering over dit machtsvertoon, achteraf bleek dit zijn fiets te zijn, die ondanks dat het een herenmodel was toch een scheur vertoonde. Pech (of volgens Ronnie geluk) voor Ko die toen als assistent-ploegleider samen met Miel de verzorging op zich nam. Beiden hebben op de druk bevolkte smalle Belgische bergweggetjes een ware race tegen de klok moeten bewerkstelligen om tijdig weer als rustpunt voor ons te kunnen dienen.

Bij 150 km zijn we op de helft zegt Ronnie, onze koerskapitein. Nou had ik tijdens mijn schooltijd voor rekenen slechts een 9 , toch vond ik dat er iets niet klopte als de totale afstand 215 km is. Misschien had onze jonge vader wel last van postnatale depressies. Toen côte de Wanne als een schutting op ons afkwam kon ik e. e. a. beter begrijpen. Gelukkig had ik mijn loopschoenen bij. Op de Wanne zag ik de eerste wandelende fietsers. Zonder veel problemen kwam ik boven. Terwijl Ad Pais en Ad de Peijper als berggeiten de côte Haute-Levéé bestormen denk ik aan Haute Cuisine. dat stelt ook niet veel voor zeker niet iets om je dik van te maken. Het bleek hier maar om een "gang" te gaan maar dan wel een hele lange waarbij men zich in diverse bochten moest wringen om er bovenop te komen.

Ronnie van Tetering, onze koerskapitein, verrichtte hand- en spandiensten aan menige achterblijver. Hij was ook degene die net voor de La Redoute iedereen moed insprak en zei dat deze berg niets voorstelde. Als hij toen gezegd had wat het werkelijk was zou menigeen nog liever zijn omgedraaid en 180 km terugrijden i. p. v. de laatste 35 km voor lief nemen.



Met Willen van de Westen gaat het lichamelijk nog steeds niet best. Toch ga ik door al moet ik van de fiets afvallen, roept hij. Menig net afgestudeerde huisarts zou door zijn ziekenfondsbrilletje anders geadviseerd hebben maar zo'n boekenwurm heeft veelal niet begrepen wat opgeven in deze situatie voor een sportman betekent. Nog even worden de bidonnetjes met diverse brouwseltjes gevuld die de mysterieuze krachten moeten opleveren voor de laatste loodjes die meestal het zwaarst wegen. Ieder heeft zo zijn eigen huismiddeltjes. Als alle bidonnetjes bij elkaar gegooid zouden worden zou dit een preparaat opleveren waar PDM en Panasonic goud geld voor willen betalen en waarmee zelfs Manke Nelis de La Redoute zingend over komt.

Bij de beklimming van voormelde berg denk ik wat ik als nagerecht zal nemen, misschien wel een "Dame Blanche". Ook heb ik de vrees dat mijn kilometerteller een negatieve snelheid gaat aangeven; toch blijven de beenjes van de vloer. Dat Willem een figuur is van een man een man een woord een woord blijkt wel als hij halverwege de beklimming de keus kan maken tussen achteruitrijden hetgeen zonder spiegels gevaarlijk is, naar rechts vallen, hetgeen geen prettig vooruitzicht

is omdat daar mensen zitten te barbequeen en er al genoeg gehaktballetjes en verse worstjes op het hete rooster lagen, of een duik naar links maken alwaar een wondermooie frans sprekende Belgische Brigitte Bardot haar armen liefdevol uiteen spreidt om zo'n brok onverzettelijkheid die opvang te geven die nodig is. Na te zijn gesoigneerd vervolgt hij zijn weg. De organisatie is er in geslaagd om nog een verschrikkelijke hoop zand van een asfaltweg te voorzien, waarbij het mijns inziens meer voor de hand had gelegen als ze er een trap tegen aan hadden gezet. Waar Ad Havermans zijn hulpmotor heeft verstopt weet ik niet maar dat hij snel naar boven gaat is wederom een feit.

Het eind is in zicht, het leed is geleden. Behoudens het gebroken frame van Ko bleef de pech beperkt tot een geklapt achterband van ondergetekende, wat gelukkig gebeurde in een afdaling waar een brede weg aanwezig was.

In Tilff zien we enkel lachende gezichten van voldane mensen. Achteraf is het bij het merendeel echt meegevallen. De terugreis verloopt bijna hetzelfde als de heenreis, bijna want we rijden tenslotte de andere kant op en de auto's blijken weer over een vering te beschikken nu de grote hoeveelheden eten zijn verbrand. Tijdens het eten blijkt dat niet alleen liefde lekker is. Als een volleerd spuitgast gaan we de brand tegemoet en na twee slokken is er geen brand meer.

Tijdens de combischotel denk ik terug aan de côte de Chambralle. Om +/- 23.00 uur worden de fietsen niet ver van het huis van Ad Nuyten van de wagens gelicht.

Tot zover een kort verslag van Luik-Bastenaken-Luik. Het is te hopen dat de vereniging nooit voor de krachtproef Oslo-Trondheim inschrijft want wat er in die kilometers kan gebeuren zou ervoor kunnen zorgen dat de "Klepper" meer op een boek van Konsalik gaat lijken, hetgeen de penningmeester, voorzover nog

mogelijk, grijze haren bezorgt om de papierkosten te drukken. En aangezien dit allemaal van het budget van de teeravond afgaat zal ik maar snel besluiten.

Gied van Dorst.

P.S. De maat van mijn fietsbroek is XL, zie mijn vorige periodieke onthouding.

Als serieuze voetnoot wil ik de vereniging de complimenten maken dat deze tochten mede door hen worden bewerkstelligd en dat hiervoor gelden ter beschikking staan. Als ex-debutant kan ik menige andere bescheiden trimmer meedelen dat je achternaam niet bij voorkeur met een "T" hoeft te beginnen om deel te kunnen nemen aan deze tocht. Middels goede afspraken omtrent tempo en het bij elkaar blijven als groep en de juiste verzorging kunnen meerdere coureurs de klassieker Luik-Bastenaken-Luik op hun erelijst bijschrijven. Uiteraard is het kweken van enig eelt op de achterhammen wel van belang.



Handelskwekerij Ad Snoeren

Molenstraat 75, 4844 AM Terheijden
Telefoon 01693 - 12 44

GROOT ASSORTIMENT IN :

- * CONIFEREN
- * ROZEN
- * FRUITBOMEN
- * HEESTERS
- * BOMEN
- * BODEMBEDEKKERS

PARTICULIERE VERKOOP OP ZATERDAG.

Drink
Coca-Cola
Coke

GEDEP. MERKEN

ZONDAG 7 JULI

organiseert W.V. Terheyden haar

**9e TRIM
TRIATHLON**

nabij eetcafé 't Kopske te Den Hout

START 13.00 UUR

Afstanden:

800 meter zwemmen

38 km fietsen

8,5 km hardlopen

Inschrijving in café 't Kopske f 15,00

You Can't Beat The Feeling!

26

27

IN_DEWIND.

Wind staat er bijna altijd, dus daaraan kun je beter geen hekel hebben en ik ben zo'n iemand. Als Roel in goede doen is dan fietst hij graag van voren, in de wind en op kop, zulke die moeten er toch ook zijn. Trouwens wat verlang je van iemand die de "verkeerde maten" heeft en waarbij het tussen de oren niet goed werkt. Neen, wieltjes plakken en sparen voor morgen, dat staat niet in Roel zijn woordenboek.

Nu eerst iets over mijn sportcarrière. Voorheen heb ik aan rekreantenvolleybal gedaan bij V.C. Olympus uit Made, maar toen ze in Drimmelen een fietsclub van de grond brachten ben ik verslaafd geraakt aan die "goede tijden slechte tijden" sport. Later bij de W.S.V.P., een trimclub uit Made hebben ze me klaargestoomd voor het zogenaamde "grotere" werk, dus op naar de Pedaalridders en later ook naar W.V. Terheijden. Over mijn "palmares" zullen we het maar niet hebben en over mijn "klasse" zal ik kort zijn, maar als je met de Ronde van Wagenberg na toch wel wat beulenwerk de 3e plaats veilig stelt, en dan de dag erop ook nog genadeloos toeslaat in de competitietijdrit, dan mag ik mezelf toch wel een "klein kleppertje" noemen, en wie weet wat jullie allemaal nog te wachten staat.

Terheijdenaren, wordt het niet eens tijd dat jullie de koppen bij elkaar steken, want laten we eerlijk zijn, de meeste overwinningen, prijzen en bloemen gaan de laatste tijd toch wel naar de "Mayenaars".

Dit kan zo toch niet blijven of wel soms.

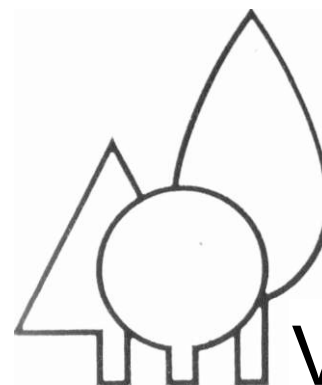
Kom ik zal nu maar eens een jonge vent op kop zetten, dus Din van Meel, neem jij de kop maar eens over en leg hem maar op de dertien.

P.S. Tot slot nog even een "sneer" aan diegene die het lef heeft gehad om mij in de wind te zetten.

Keek ik over de hoofden heen, dan zag ik zijn lange nek; keek ik onder mijn schouder door dan zag ik zijn lange poten met daarom een paar bruine sokken; legde ik mijn oor te luister dan hoorde ik hem rekenen; nu zie en hoor

ik hem niet meer; later vertelde iemand me dat hij bij zijn kippen op stok zit.
Beste sportvrienden, tot in de kopgroep.

Roel Eland.



**BOOMKWEKERS
HOUDEN
HET GROEN**

VBZ

Kwekerij „DE WIEL”

TERHEIJDEN

Tel. 01693-1648



.TUINAANLEG

.TUINVERZORGING

ALLES VOOR UW TUIN

PARIJS-ROUBAIX.

Wat mensen al niet verzinnen om niet aan Luik-Bastenaken-Luik mee hoeven te doen...

Wiens idee het was, weet niemand meer, en dat is misschien maar goed ook, maar wij wilden wel een de "Hel van het Noorden" rijden.

De brochure beloofde een "Chevauchée fantastique sur un parcours légendaire", Jaja...

Met veel moeite U man warm gekregen om het eens te proberen.

Zaterdag 18 mei 13.00 uur Vertrek richting Parijs. Komt eindelijk die veel te grote auto van Kees Klerk eens van pas. Van Terheijden naar startplaats Compiègne werden we vergezeld door duizenden en duizenden landgenoten met hetzelfde reisplan als wij: allemaal duiven, liet is te hopen dat ze die beestjes niet over de kasseien gestuurd hebben.

Het hotel was gelukkig gauw gevonden, dankzij de talenkennis van Roel Eland. Even installeren en rap de stad in om een vorkje te prikken. Geen tijd meer om na te tafelen: terug naar het hotel en ronken maar.

Zondag 19 mei: 02.00 uur: Rammel, rammel, daar gaat de wekker, alsof er mensen zijn die geslapen hebben!

Aankleden, eten en op weg. Om 03.20 uur kunnen we starten. In een lang lint volgen volgen we schuddende, schommelende, vallende en langzaam dovende achterlichten.

Totdat een hoogblonde verenigingssecretaris uit Nederland zich op kop zet en een hele sliert stampende en blazende Fransen, Belgen, Nederlanders en weet ik wat al niet daarnaar toe leidt, waar ze absoluut niet naar toewillen: ver van het parcours af. Geeft niks, het is nog vroeg. Na 100 kilometer, het is al licht, doemt de eerste kasseistrook op. Ha, hier zijn we voor gekomen. Lekker rammen over die stenen, is dat niet heerlijk?

We blijven goed gaan, met af en toe zo'n keiweggetje om elkaar eens lekker uit te testen. En als er dan eens een plas water ligt, laat Jan van Tetering zien, hoe je

die passeert: links door de graskant en je dan languit naar rechts laten vallen. Het hoort er allemaal bij.

Op wegwijzers zie ik inmiddels staan: Wallers-Ahrenberg. Wat was daar ook weer mee? We naderen een opgebroken weg: een aannemer heeft hier zijn hele voorraad kapotte stenen weggepleurd.

Niks opgebroken weg: het bos van Wallers, verdomme! Jammer dat ik hier net met een inzinking te kampen heb. Jammer ook dat die tot in Roubaix aanhoudt. De elkaar steeds sneller opvolgende kasseistroken worden een kwelling en geven een nieuwe inhoud aan het begrip "zadelpijn". Kees wordt achtergelaten, ikzelf kan het nog een beetje rekken, maar moet op 45 kilometer van de streep Roel en Jan laten gaan. Eenzaamheid, vermoeidheid, pijn, honger.

Ik word ingehaald door een Fransman, die we 's morgens vroeg al eraf gereden hebben. Hij biedt aan me naar Roubaix te brengen en ik accepteer het dankbaar.

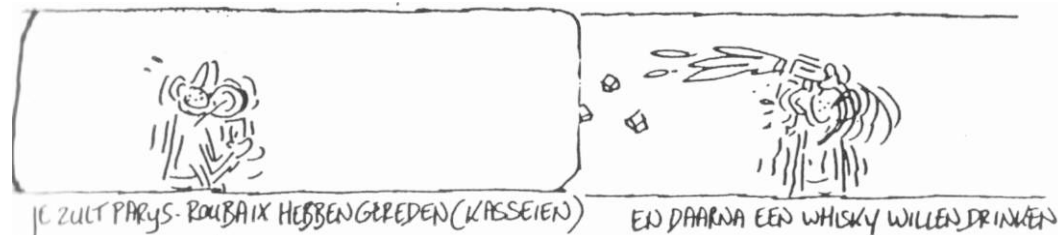
Zo heb ik tenminste geen tijd medelijden met mezelf te krijgen. Ik kan zowaar nog een paar keer overnemen en Roubaix komt steeds dichterbij.

En zie: voor ik het goed en wel beseft rijden we de vélodrome binnen. Dit geeft een warm gevoel, dit maakt veel goed. Als ik van de fiets stap, ben ik al half opgefrist. Roel en Jan zijn al een kwartier binnen en Kees laat niet lang op zich wachten.

Het eind van een mooie maar zeer zware tocht: 291 kilometer (inclusief omrijden) met bijna 60 kilometer kasseien.

Parijs-Roubaix? Nooit meer doen!
Of toch?

Leon van Tetering.



DEIJSPEGELRIT.

Het verliep allemaal anders dan je zou denken. Ik vroeg de dag voor het gebeuren, waar we moesten starten aan Ad Nuyten en hij zei nog tegen me: "bij de stier", 's-ochtends aangekomen was die stier zeker al aan de loop gegaan; in geen velden of wegen een stier te zien.

Maar goed geteld waren we toch met een stevig elftal op de proppen gekomen. Het weer was toch wat frisjes en handschoenen en mutsen kwamen goed van pas.

De opstelling van de elf bouwden we rond een ervaren voorhoede, natuurlijk met ervaring om op kop te rijden ? , zoals Ad Nuyten met Wim Schuurmans.

Je zult het geloven of niet want we reden als het ware met de wind mee achter die kanonnen met kuiten als touwkabels.

Via de Noord reden we naar Langeweg alwaar de stallen bezichtigd konden worden van Sinterklaas, zo werd er uit de voorhoede geroepen.

Nou, ik zal je vertellen, we hebben geen knol gezien hoor.

Al fietsende kon je genieten van de aardige omgeving waar normaal geen tijd voor is. Op een gegeven moment in het verre achterland was de winter nog aardig bezig geweest. De ijspegels hingen overal aan takken en struiken wat werkelijk een prachtig gezicht was en we even de moeite namen om even bij stil te staan en een leuk plaatje te schieten.

Toen was de tijd gekomen om de koffie op te zoeken en we strandden bij "den Elsacker". Onder het genot van een heerlijk kopje koffie werd er heel wat sterke verhalen verteld en zeer zeker veel gelachen.

De kandijkoek smaakte sommigen zeer goed en moest zeker dienen voor meer snelheid op de fiets natuurlijk.

De sigaar van Ad met fietsmuts op was ook van de partij. Het werd er zo gezellig dat we haast vergaten dat we nog naar huis moesten.

Eindelijk op de fiets ging de reis naar huis en iedereen was dik tevreden en we moeten deze ritten zeker niet missen. Zelfs met een maag vol koek was het tempo voor zowel dames en heren precies op maat. Zeker doen de volgende keer, dan kun je nog eens lachen.

Een gezellige trimmer.



UITSLAG 2e COMPETITIERIT 28.04.91 RIT IN LIJN

- 1 Theo van Mook
- 2 Jan van Tetering
- 3 Harrij Eland
- 4 Ad van Dongen
- 5 Gerrit van Dongen
- 6 Cees van Daamen
- 7 Ad Havermans
- 8 Frans van Dongen
- 9 Frank Blijlevens
- 10 Cor Haanskorf
- 11 John de Ridder
- 12 Peter Verhagen
- 13 Frank van Tetering
- 14 Roel Eland
- 15 Theew Lodewikus
- 16 Piet van Dongen
- 17 Ronnie van Tetering
- 18 Din van Meel
- 19 Henk Rasenberg
- 20 Kees Klerk
- 21 Wim Schuurmans
- 22 Pim de Ridder
- 23 Leon van Tetering
- 24 Jan Stroop
- 25 Peter Kloosterman
- 26 Toon Wouters
- 27 Jan Driessen
- 28 Bram Martens
- 29 Jan-Willem Stoop
- 30 Nico de Laat
- 31 Peter Diepstraten



UITSLAG 3e COMPETITIERIT 12.05.91 SPRINT

- | | |
|-----------------------|-------|
| 1 Geert van Tetering | 24.38 |
| 2 Ad van Dongen | 25.46 |
| 3 Bram Martens | 25.50 |
| 4 Frank van Tetering | 25.57 |
| 5 Theo van Mook | 25.77 |
| 6 Ronnie van Tetering | 26.07 |
| 7 Cees Daamen | 26.15 |
| 8 Adrie Kuylen | 26.22 |
| 9 Peter Verhagen | 26.25 |
| 10 Jan van Tetering | 26.50 |
| 11 Roel Eland | 27.08 |
| 12 Piet van Dongen | 27.13 |
| 13 Gerrit van Dongen | 27.48 |
| 14 Kees Klerk | 27.61 |
| 15 Frans van Dongen | 27.65 |
| 16 Ad Havermans | 27.69 |
| 17 Peter Kloosterman | 27.96 |
| 18 Leon van Tetering | 28.06 |
| 19 John de Ridder | 28.09 |
| 20 Cor Haanskorf | 28.13 |
| 21 Peter Diepstraten | 28.20 |
| 22 Ad Brenters | 28.28 |
| 23 Din van Meel | 28.59 |
| Jan Willem Stoop | 28.59 |
| 25 Jan Driessen | 28.79 |
| 26 Theew Lodewikus | 28.92 |
| 27 Jan Stroop | 30.57 |
| 28 Nico de Laat | 30.67 |



UITSLAG 4e COMPETITIERIT 02.06.91 TIJDRIJ 20 KM

] Roel Eland	14.06.37	27.53.17
2 John de Ridder	14.02.65	27.57.38
3 Ad van Dongen	14.00.93	28.00.27
4 Ronnie van Tetering	14.08.31	28.03.88
5 Peter Verhagen	14.06.01	28.06.95
6 Jan van Tetering	13.59.08	28.08.88
7 Theo van Mook	14.07.71	28.12.66
8 Frans van Dongen	13.57.48	28.19.08
9 Harrij Eland	13.59.67	28.28.38
10 Frank van Tetering	14.24.46	28.47.17
11 Din van Meel	14.26.57	28.51.77
12 Cees Daamen	14.22.77	28.53.96
13 Kees Klerk	14.47.03	29.17.61
14 Peter Kloosterman	14.51.15	29.30.92
15 Pim de Ridder	14.51.30	29.38.16
16 Theew Lodewikus	14.54.18	29.46.04
17 Bram Martens	14.45.36	30.05.38
18 Leon van Tetering	15.16.04	30.27.30
19 Ad Brenters	15.10.88	30.27.38
20 Jan-Willem Stoop	15.11.57	30.35.29
21 Jan Stroop	15.18.86	30.47.22
22 Nico de Laat	15.44.39	31.26.30
23 Peter Diepstraten	15.56.07	31.32.54
24 Jan Driessen	15.36.31	31.48.20
25 Toon Wouters	16.10.87	32.37.05



SPORT VERBROEDERT.

Het is zondagmorgen 2 juni 8.00 uur; mijn wekker loopt af. Dus snel mijn bed uit, fietskleren aan, boterhammen achter mijn kiezen, en m'n bosje haar in de welbekende staart, richting Terheijden. Bij Ad Nuyten staat de koffie al klaar. Snel een bakje leut en samen in de auto naar Café 't Kopske. Hopende dat die 40 telefoontjes gezorgd hebben dat iedereen één uur eerder aanwezig is. En jawel hoor, je ziet de eersten al die zich komen melden om in te schrijven. Nadat ik mij in de schrijfhouding geposeerd heb zet ik al deze jongens op startvolgorde. Ad drukt de stopwatches in en ieder levert een gevecht met de tijd. Terwijl mijn vingers van de kou bibberend al deze cijfers op papier zetten flitsen de renners voorbij. Met een verbeterd gezicht komen ze door de finish. Een voor een komen ze over mijn schouder kijken naar hun positie en eindtijd. Er wordt gerekend, maar hoor ik gemopper? Hoe is het mogelijk? Een tijdrit en toch irritaties. Er wordt zelfs geopperd om nog meer controle op deze ronde te hebben. Op dat moment ben ik blij dat ik Adrie's broek met galgen aan heb. Anders was hij ter plekke afgezakt tot op mijn hielen. Niets zeggend en luisterend hoor ik dit alles gelaten aan, maar een akelig gevoel bekruipt mij. Is dit de fijne sportliefde? Waar is toch dat gouden kalf? Ik zie het niet. Is die kritiek nu echt wel nodig? Als ik iedereen gerangschikt heb lees ik de uitslag voor. En ga weer richting Terheijden waar ik mij even kan warmen aan de koffie.

Om 11 uur begeef ik mij naar de Terheijdenloop om in ons rose shirt door Terheijden te flaneren. Mijn liefde voor de sport die die morgen toch wel een deukje had opgelopen wordt diezelfde middag nog uitgedeukt. Als mij gevraagd wordt bij de laatste

loper van de halve marathon te fietsen. De loper wordt vergezeld door een loper van de 14 km die hij nog niet kent.

We hebben meer dan een fijne babbel, 3 rondes lang. Zij waren niet vertrokken om te winnen, maar meedoen was belangrijker. En als je looppartner die laatste ronde voor de gezelligheid toch ook nog maar even meeloopt, dan zit het toch wel goed.

Na de afspraak gemaakt te hebben met de Singelloop zelf ook mee te lopen neem ik afscheid met een fijn gevoel. Het is toch mogelijk!

Sport verbreedert.

Sportgroetjes, Wieske Kuylen

CAFE
*** DU - COMMERCE ***
voor sfeer en gezelligheid !

en natuurlijk
een goed glas bier !!!



BERT
PYPERS
Bredaseweg 20 terheijden
telefoon 01693 - 1338

HEROÏEK EN DRAMATIEK IN DE RONDE VAN VLAANDEREN.

250 kilometer fietsen dwars door het hart van de Vlaamse Ardennen, over stekelige hellingen en bonkige kasseien in het spoor van Vlaanderens legendarische Ronde. Een tocht om "U" tegen te zeggen, recht naar het hart van iedere wielerfanaat.

Deze woorden zijn terug te vinden op de uitnodigende folder tot deelname aan de 6e Tocht der Flandriens op 25 mei 1991 met start en finish te Kruishoutem.

Wie zoiets leest en ook maar enig wielerbloed in de aderen voelt stromen, kan zich haast niet meer intomen om hier van start te gaan. Zelfs voor mij als "oudere" eerstejaars coureur in spé was de verleiding om aan deze uitdaging gehoor te geven te groot. Laat die leeuw van Vlaanderen maar eens brullen was zo mijn eerste gedachte, desnoods fiets ik over z'n staart als hij zich niet laat horen.

Een drietal leden van onze vereniging had zich ruimschoots van te voren ingeschreven voor deze Ronde van Vlaanderen, doch de laatste week waren er nog vier bijgekomen. Gesterkt door de goede verrichtingen de week daarvoor in zowel Parijs-Roubaix als in Luik-Bastenaken-Luik, vertrokken wij rond de klok van 3.30 uur vanuit Terheijden richting Kruishoutem.

Onze beide chauffeurs, Miel en Ko, tevens onze begeleiders tijdens de omloop, brachten ons keurig binnen de geplande tijd ter plaatse.

Nadat zij nog wat formaliteiten hadden vervuld met betrekking tot de na-inschrijving, konden wij ons om 6 uur opmaken voor de start. 4 deelnemers voor de 250 km en 3 voor de 135 km. Voor beide afstanden gingen de eerste 100 km gelijk op, dus konden we mooi met onze "eigen mensen" vertrekken. De deelname aan deze tocht was veel minder massaal dan de week daarvoor in Luik, waar het werkelijk krioelde van de deelnemers.

Dit was naar later bleek niet het enige kenmerkende verschil, zowel de wegen als de hellingen waren hier

van 'n geheel andere samenstelling dan in Luik.
 Na amper 25 kilometer doemde de eerste helling reeds op. Het was de Tiegemberg waar de onderlinge klimmers-
 capaciteiten voor het eerst werden getest. Het veld sloeg al aardig uit elkaar, doch zoals afgesproken kwam alles op gezette tijden weer bij elkaar.
 Zo ook zaten we na 100 kilometer met zevenen gebroeder-
 lijk bijeen in Brouwerij Roman en hadden inmiddels zo'n twaalf hellingen achter de kiezen. Hierbij waren 'n aantal sprekende namen terug te vinden, zoals Kluisberg, Oude Kwaremont, Patersberg, Koppenberg, Taaienberg en Eikenberg.
 Nadat we onze consumptie in Brouwerij Roman hadden genuttigd en het nodige voedsel tot ons hadden genomen splitsten onze groepen zich in die van de 135 en de 250 km. Nico, Ronnie, Peter en Frans begonnen aan de laatste 35 km en Jan, Leon en Ad waagden zich aan het restant van 150 km.

Omtrent het verloop van de tocht van de eerste groep kan ik niet veel meer vertellen, doch de monterere gezichten die ik ontwaarde toen wij vele uren later dan zij in Kruishoutem aankwamen, spraken voor zich. Opmerkingen zoals, als we geweten hadden dat jullie er zolang over zouden doen dan had ik ook wel met jullie mee kunnen rijden, waren niet van de lucht. Niet op reageren zo dachten wij bij ons zelf, die nemen we 'n ander jaar nog weieens mee voor de "echte" Ronde van Vlaanderen.
 Doch hoe verging het ons drieën nadat wij op weg gingen voor ons restant van 150 km. Vol goede moed begonnen we aan dit karwei, niets vermoedend wat ons nog stond te wachten deze dag. Jan kreeg te kampen met maagklachten en moest het deze dag verder doen zonder enig vast voedsel. Hoe sterk hij wel niet is is hiermede bewezen, want ondanks dit alles fietste hij zonder morren, ja zelfs met op gezette tijden nog 'n komische opmerking tussendoor, richting Kruishoutem.

**ECHE
 GEZELLIGHEID
 vindt u**

IN



Gelegenheid voor bruiloften – partijen en barbecue

OTJENS
 Schildersbedrijf b. v.

OTJENS
 Afwerkingsbedrijf b. v.

Breda

Mathenessestraat 83

Telefoon 076-614950

Ik maakte het voor mezelf moeilijk door bij de afdaling van de Molenberg of de Ganzenberg, ik weet het zelf niet meer precies, op 'n hoogst ongebruikelijke manier van mijn fiets te gaan. Hoe één en ander precies gebeurde zal ik proberen te beschrijven. Plotsklaps doemde 'n rechtse bocht voor mij op waarbij ik in een schrikbeeld de leeuw van Vlaanderen meende te ontwaren. Mijn reactie was wellicht navenant. Ik ging flink in de remmen en mijn fiets begon te waggelen, wellicht zat ik dan toch in de afdaling van de Ganzenberg. Remmen los of voluit remmen, ik weet het zelf niet meer, of was het soms de leeuw van Vlaanderen, die getergd door mijn eerdere uitspraak, dwars door mijn voorwiel sprong. Het zal altijd wel een raadsel blijven. Ik herinnner me nog hoe ik los kwam van de grond en als 'n volleerd circusartiest, doch wielrenner onwaardig, via 'n halve salto op m'n hoofd (waarop gelukkig zo'n fraaie nieuwe helm, aangeschaft via onze vereniging) in de grasstrook naast de weg belandde. Na enigszins van de schrik te zijn bekomen en het geloei van de leeuw zich in mijn oren enigszins vervaagde, zag ik dat ik tot overmaat van ramp Leon eveneens in deze rampspoed had betrokken. Uiteindelijk viel de schade nogal mee en konden we iets minder opgewekt dan daarvoor onze weg vervolgen. Dat ook onze 3e man niet buiten schot zou blijven bleek weer iets later. Jan en ik waren juist boven op de Muur van Geraardsbergen gearriveerd toen één van de overige deelnemers ons de mededeling kwam doen van: "die maat van jullie zie je vandaag niet meer terug, want z'n derailleurwielletje vloog door de lucht". We besloten toen maar om door te rijden naar de eerstvolgende controlepost in de hoop dat Leon zou worden opgepikt door onze volgwagen met Miel en Ko. En jawel hoor, 'n aantal kilometers verderop kwam de volgwagen langszij met Leon daar achterin en z'n fiets daar boven op. Doch zo gemakkelijk kwam hij er niet vanaf, want Jan wist te vertellen dat er in het materiaalkistje nog wel 'n derailleurwielletje zou zitten. Dus wagen aan de kant, fiets eraf en repareren geblazen. Na bij de controlepost hierna te hebben gewacht op Leon zijn we gedrieën weer verder gegaan.

Buiten één lekke band, die ik nog reed, en wat ongemak bij het sturen vooral over de kasseien vanwege mijn achteraf bleek gekneusde hand, reden we zonder noemenswaardige problemen naar Kruishoutem, alwaar wij werden ontvangen op de al eerder genoemde wijze door onze clubgenoten.

250 km fietsen dwars door het hart van de Vlaamse Ardennen, over stekelige hellingen en bonkige kasseien in het spoor van Vlaanderens legendarische Ronde. Een tocht om "U" tegen te zeggen, recht naar het hart van iedere wielersfanaat. Deze woorden geven inderdaad kernachtig weer wat deze Ronde van Vlaanderen behelst, en wat mij betreft zeker de moeite waard oin deze uitdaging opnieuw aan te gaan en hopelijk, ik weet het haast wel zeker, met mij nog vele andere clubgenoten.

Ad.



wij feliciteren:

WIJ FELICITEREN

2-7 Leon van Tetering
3-7 Gied van Dorst
5-7 Emiel Anssems
11-7 Adrie Kuijlen
16-7 Pim de Ridder
19-7 Ger van Lit
22-7 Ria de Ridder
27-7 Henk Rasenberg
27-7 Piet van Dongen

1-8 Frank Blijlevens
3-8 Cees Akkermans
4-8 Eric van de Wiel
6-8 Willem van de Westen
7-8 Piet van Oosterhout
18-8 Pierre Driessen
19-8 Rocky van Zundert
20-8 John van de Luytgaarden
21-8 Wally de Ridder



We zijn heel blij met de geboorte van onze dochter,

Anne

19 april 1991

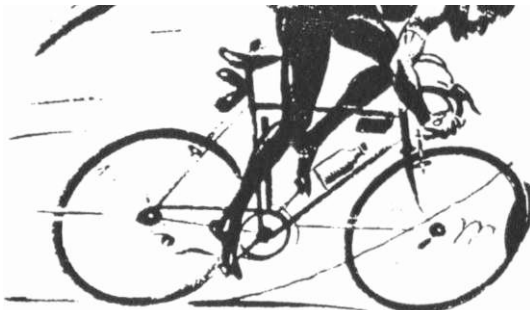
Giovanni en Ronnie van Tetering
Zwanenstrek 7
4844 SW Terheijden

Jack van Dongen
en

Jenny Bolle

gaan trouwen !!

op woensdag 3 juli 1991 om 13.30 uur
in het gemeentehuis van Terheijden.



KNWU_KALENDER ^

23-6 Breda Blauwe Kei
 23-6 Omloop Zuid Westhoek
 23-6 Tilburg Hasselt
 26-6 Dussen
 29-6 Kruiningen
 30-6 Zegge
 30-6 Lepelstraat
 6-7 Gilze
 7-7 Sprundel
 7-7 Kaatsheuvel
 11-7 Dinteloord
 13-7 Poortvliet
 14-7 Princenhage
 20-7 Hoeven
 20-7 Waspik
 21-7 Kruisland
 21-7 Waalwijk
 24-7 Ulvenhout
 28-7 Schijf
 31-7 Chaam (Acht van)
 5-8 Roosendaal (Draai v. d. Kaai)
 10-8 Nieuwendijk
 17-8 Lage Zwaluwe
 17-8 Almkerk
 18-8 Nispen
 18-8 Dongen-centrum
 23-8 Steenbergen (Pijl van)
 24-8 ,, ,, ,,
 25-8 Teteringen
 31-8 Fijnaart
 31-8 Gastel
 31-8 Oud Vossemeer

A-B-C
 A-J-N-D
 A-BV-J-N
 A-N
 A-BV-R
 A-J-N-B
 A-J-N
 A-J-N
 A-J-N
 A-N-BV
 A-D
 A-B
 A-J-N
 A-N
 A
 J-B
 AB-J-N-C
 A-J-N-PR
 A-J-N
 A-J-N-PR
 A-J-PR-D
 A-J-N-B
 A-J-B
 A-C
 A-J-D
 A-J-N-B
 J
 A-J
 A-J-N-B
 A-J-N
 N
 J-N-A

BWF KALENDER.

23-6 Waspik
 30-6 Molenschot
 7-7 Woensdrecht
 14-7 Breda Cosy Corner
 21-7 Etten-Leur
 27-7 Galder
 28-7 Bergen op Zoom Benelux kampioenschappen
 4-8 Hoeven
 18-8 St. Johann oostenrijk
 25-8 Oud Gastel



**Industriële
 verlichtingsarmaturen**

o.a.

Halogeenarmaturen 300-1500 Watt
 Schijnwerpers voor floodlighting, sportveld-
 en terreinverlichting t/m 1000 Watt
 Reflectorarmaturen voor industrie
 Openbare verlichtingsarmaturen

- Uitstekende kwaliteit
- Concurrerende prijzen
- Perfekte service

exklusief voor Nederland:
 Handelsonderneming

1MCECO

Postbus 66

4844 ZH Terheijden, Tel.: 01693-3152-3153

Telefax: 01693-3855

TOUCH FOR HEALTH

De belangstelling voor alternatieve methoden en geneeswijzen is in de tachtiger jaren stormachtig toegenomen. Bij het begin van de negentiger jaren is er nog niets van te merken dat de belangstelling af zou nemen. In tegendeel zelfs. Nog steeds melden zich 'nieuwe' alternatieven voor de 'normale' gezondheidszorg.

Hen van de alternatieve methoden, die momenteel een grote vlucht neemt maar bij het grote publiek toch nog vrij onbekend is, is Touch for Health (TfH).

Ineke Molenaar, als verpleegkundige jarenlang werkzaam in de gezondheidszorg, heeft de waarde van Touch for Health onderkend. Zij is van mening dat deze methode ook in de begeleiding van wielrenners een goed hulpmiddel kan zijn.

Voor het Trainersjournaal zet ze een aantal aspecten van Touch for Health op een rijtje.

Inleiding

Voor dat ik begon met liet schrijven van dit artikel over Touch for Health ken- de ik wel enige twijfel. Niet aan de methode zelf, want daar heb ik inmiddels teveel positieve ervaringen voor opgalaan. Maar wel of ik in slaat zou zijn om duidelijk te maken wat de methode inhoudt en wal je ermee kunt doen. Het ondergaan van Touch for Health is namelijk eigenlijk de enige manier om er achter te komen wal hel inhoudt. Op die praktijk-manier bereik ik echter maar weinig mensen en de methode is hel naar mijn mening meer dan waard om bij een groter

publiek bekend te worden. Mochten er na lezing nog vragen over Touch for Health zijn dan kan je rustig contact met mij opnemen. Mijn telefoonnummer is 02513-13350.

Wat is Touch for Health?

Touch for Health kan gezien worden als een hulpmiddel om lichamelijke en psychische problemen, die nog niet dusdanig zijn dat je er mee naar de dokter gaat, te verhelpen. Denk daarbij aan vage klachten, die (nog) niet ernstig zijn te noemen, maar wel voor hinder zorgen. TfH wordt gedefinieerd als

een praktische methode om, met behulp van spierspanningstesten, een diagnose te stellen om vervolgens, door onder meer meridianmassage, acupunctuur van meridiaan-, zenuwvat- en tevens zenuwlymfepunten, de lichaamsbalans (energiebalans) te herstellen en fysieke en mentale pijn en spanning weg te nemen. Deze ingewikkelde omschrijving doet niet geheel recht aan TfH, want het is eigenlijk een simpele methode, die geleerd en gebruikt kan worden door de meeste mensen. Afhankelijk van de male waarin je je erin verdiept kan een "leek" veel bereiken met TfH.

Centraal in het verhaal slaan de spierstelsels. Dlijft een spier in een bepaalde situatie sterk of wordt hij juist zwak. De bedoeling van TfH is om de energiebalans, die essentieel is voor een goede houding en gezondheid, te herstellen. Dit "Hoe werkt TfH?" kom ik op de spierstelsels en het hersien van een juiste balans terug. Eerst wil ik ingaan op de ontstaansgeschiedenis van Touch for Health.

Hoe is Touch for Health ontstaan?

In het begin van de zestiger jaren bracht de chiropractor (in de volksmond ook wel kraker genoemd, iemand die zich na een studie van 4 jaar bezighoudt met diagnostiek en behandeling van de wervelkolom en de aangrenzende gewrichten) dr. George Goodheart een nieuw idee naar voren om met spieren te werken. In zijn praktijk uof hij mensen aan met gespannen en verkrampte spieren, die pijn veroorzaakten en de wervelkolom uit balans trokken. Goodheart trok uit nader onderzoek de conclusie dat het niet de spierverkramping zelf was, die de moeilijkheden veroorzaakte. Het was veelal meer een kwestie van een vrij zwakke tegenoverliggende spier, die

hel deed lijken dat de normale spier gespannen was, of deze ook daadwerkelijk gespannen maakte.

Waarom ontstaat nu zo'n spierverzwakking? Er zijn een groot aantal redenen voor aan te geven; de drie belangrijkste voor spierverzwakking zijn de volgende:

- de structurele kant: bijvoorbeeld te grote stap nemen of een te groot gewicht tillen;
- de chemische kant: bijvoorbeeld niet geschikte voeding of het gebruik van medicijnen;
- de psychische kant: bijvoorbeeld angst, verdriet of spanning.

Vanuit deze grondgedachte en met gebruikmaking van oudere chiropractische methoden en oosterse technieken van activering van lichaamsenergie ontwikkelde John F. Thie een systeem van spierstelsels. Hel door Thie ontwikkelde systeem, dat door iedereen geleerd kan worden, kreeg de naam Touch for Health mee.

Hoe werkt Touch for Health?

De techniek is simpel, in de eenvoudigste vorm zo simpel dat op papier nauwelijks is duidelijk te maken hoe het werkt. Ik wil daarom voorstellen een proef-

persoon te zoeken en TfH dadelijk loc te passen. Er is vast wel iemand in de naaste omgeving, die even voor proefkonijn wil spelen. Laat de proefpersoon nu een arm recht naar voren houden. Pak met de ene hand een plukje haar vasl en duw met de andere hand gelijktijdig op de arm. Omdat veel mensen te weinig water drinken is de kans groot dat hij of zij de arm moet laten zakken. De spier wordt dan zwak als gevolg van een verstoorde energiebalans door vochttekort. Laat de proefpersoon een glas of een paar glazen water drinken en probeer nog eens. De vochtbalans is dan in evenwicht gebracht en de geleste spier zal sterk blijven.

Hel kan zijn dat de test niet gelijk werkt; dat betekent waarschijnlijk dat de proefpersoon één van die mensen is, die wel voldoende water drinken of dat er eerst andere blokkades moeten worden verholpen. Probeer het dan nog eens bij een ander, of laat een ander jou testen.

Er hoeft niet echt hard te worden gedrukt, een spier is zwak als hij een druk, uitgeoefend door handkracht, van ongeveer 5 pond niet kan houden. Zwaardere druk is in de meeste gevallen

Ion niet nodig om te ontdekken hoe de spier zich gedraagt.

De andere spiertesten van Tfl I werken volgens hetzelfde principe. John Thie ontdekte dat bepaalde spieren te maken hebben met een bepaald orgaan, om dat ze nauw verbonden zijn met een meridiaan. Bij de 42 spiertesten van Tfl II is bekend met welke meridiaan en orgaan een nauwe relatie bestaat. Een zwakke spier-test geeft in het algemeen een blokkade in een meridiaan aan, zonder dat het bij die meridiaan behorende orgaan ziek hoeft te zijn. Met Tfh worden geen ziektes gediagnosticeerd: er worden alleen spierzwakten en energieblokkades opgespoord. Het al dan niet sterk blijven van een spier geeft aan of iemand wel of niet in balans is.

De volgende stap is dan het weer sterk doen worden van de zwakke spier. Dat kan op verschillende manieren gebeuren. In de Tfh-methode is verband gelegd tussen de bloedcirculatie, de lymfe en de meridiaanenergie. Een combinatie van oosterse en westerse wetenschap dus. Deze drie afzonderlijke systemen beïnvloeden elkaar. Zo kunnen, door het hanteren van massage of

aanrakingstechniek, de systemen zo beïnvloed worden dat de spier een versterkende impuls krijgt. Met andere woorden: de spier die zwak leest, wordt versterkt.

Er wordt daarbij gebruik gemaakt van onder meer:

- *Neurovasculaire punten:* dit zijn aanrakingspunten, die voor het grootste deel op het hoofd gelokaliseerd zijn. Door ze zacht aan te raken geven ze een impuls aan de capillaire bloedvaatjes, waardoor een betere doorbloeding van de voorste hersenen wordt verkregen. Het gevolg daarvan is, dat er een versterkende boodschap wordt gegeven aan de spier.
- *Neuro-lymfatische punten:* dit zijn punten in het lichaam, die de toevoer van energie naar het lymfatische systeem regelen. Deze punten moeten stevig gemasseerd worden. Door de lymfestroom te stimuleren wordt de spier weer "sterk" gemaakt.
- *Meridiaanmassage:* door zacht langs de meridiaan te strijken (in de stroomrichting) wordt de doorstroming bevorderd. De spier zal reageren door weer sterk te worden.

Na behandeling wordt opnieuw geleest. De spier moet dan sterk blijven. Zo is gemakkelijk te controleren of de blokkade goed is opgeruimd.

Wat kan je met Touch for Health In de praktijk?

Zoals al eerder opgemerkt, Tfh werkt vooral op die gebieden waar de dokter nog niet in beeld komt of geen oplossing kan bieden.

Ook sporters hebben nog wel eens te maken met vage klachten. Klachten, waarvan ik denk dat Tfh mogelijk een oplossing zou kunnen bieden, zijn bijv. voeding (wat is geschikt tijdens training of wedstrijd) en vrees/angst om in een groep te rijden.

Het klinkt pretentiefus dat je er met Tfh iets kan doen aan het wegwerken van angsten, ik weet het. De resultaten die ik tot nu toe met Tfh heb gehad, verschaffen mij de zekerheid om deze stellingen aan te gaan. De eerlijkheid gebiedt mij te zeggen dat de basistesten in die gevallen niet altijd toereikend zullen zijn. Het blijft ook dan echter een methode die door leken gehanteerd kan worden.

Een waarschuwing is daarbij wel op zijn plaats; er kunnen bij het toepassen

van Tfh, vooral als je er wat langer mee bezig bent, problemen aan de orde komen, die van zowel geleeste als leest(er) incasseringsvermogen vragen. De geteste omdat hij/zij uiteindelijk toch degene is, die na het opruimen van de blokkades, zelf zijn/haar gedrag moet gaan wijzigen. De leest(er) moet in staat zijn op een goede manier met de problematiek om te gaan en de geteste te begeleiden.

Voor de beeldvorming even een paar praktijkvoorbeelden:

Een renner heeft tijdens de koers telkens last van oprispingen. Een spiericel geeft aan dat de samenstelling van de sportdrink, die de fabrikant aangeeft, niet verdragen wordt. Na door Tfl I de juiste samenstelling te hebben bepaald en de renner bepaalde punten te laten masseren, zijn de klachten verdwenen.

Een andere renner rijdt steeds goed mee in de koersen. Hij heeft dan nergens last van. Na een paar dagen krijgt hij stevast pijn in zijn borst. Een pijn die ook

telkens na een paar dagen weer verdwijnt. Van de cardioloog kreeg hij jaren lang al te dat er niets in is met zijn hart en ook de SMA-arts kan geen onregelmatigheden ontdekken tijdens de jaarlijkse sportkeuringen.

Door Tfh locie passen, komen we erachter dat de energie in longmeridiaan niet in balans is. Na behandeling zijn de klachten definitief verdwenen.

Informatie

Voor alle informatie over cursussen, lessen c.d. op het gebied van Touch for Health kan je je richten tot Coby Schasfoort-Spanbroek van "De Hof van Axen", Bosweg 4, Axen, telefoonnummer 05935-245. Daar kan je ook terecht voor adressen van Tfh-instructeurs in je eigen regio. Het basisboek over Touch for Health is "Toets van gezondheid", geschreven door John F. Thie. Het is een uitgave van Ankh-Hermes bv te Deventer en kost f 55,50.

Tot slot

Enige tijd geleden stond in De Volkskrant een artikel van een zeer geleerde heer, die stelde dat van alle ziekten in Nederland slechts 25% echt ziek is, bij 25% de ziekte vanzelf overgaat en bij de overige 50% sprake is van ingebeelde ziekten. Hij concludeerde vervolgens dat alternatieve methoden kwakzalverij zijn en eigenlijk geen functie hebben. Hij vergeet echter dat die 75%, die niet echt ziek zou zijn, zich wel rot kan voelen en niet goed functioneert.

De alternatieven, waaronder Tfh, zullen dan misschien niet altijd toereikend zijn om die 25% echte ziekten te genezen (kan de 'normale' gezondheidszorg dit eigenlijk wel?). Voor die anderen, en dat zijn er erg veel, kan met name Tfh veel verbetering in hun welbevinden bewerkstelligen. En, zoals gesteld, ook de sporter kan tot een beter welbevinden komen en daardoor tot betere presta-

ties komen.

Ineke Molenaar

wist u dat . . .

- Frans Damen kampioen van Langeweg is geworden?
- zijn zoon dit eveneens werd bij de jeugd ?
- Tinus Fens voor de 2e maal in wedstrijdverband dit jaar een ijzersterke tweede werd ?
- Din van Meel iedere zaterdagavond de bochten van ons trainingsrondje veegt ?
- wij hiervoor hem zeer dankbaar zijn.
- onder aanvoering van de Witte Tornado circa 30 man in Parijs-Roubaix een stukje omgereden hebben?
- onze burger, Hans van Brummen reeds in Handymanshirt rondreed voordat hij daadwerkelijk lid was van WVT ?
- dit volgens onze voorzitter Din "ruim" geïnterpreteerd moet worden ?
- er bij individuele tijdritten zelfs binnen onze vereniging niet gestayerd mag worden ?
- er weinig leden ondanks de nieuwe pothelm klagen over verkoudheid?
- zelfs Ad Havermans na zijn valpartij en derhale gescheurde helm nog niet verkouden is ?
- ondanks ditmaal weinig aandacht in Gied's p.o. voor Ad Nuyten De Nuit toch de meest vernoemde persoon in deze Klepper is ?
- u dit zelf kunt controleren door zeer aandachtig de diverse bijdragen van onze inzenders te lezen.

En daarom is er altijd een Rabobank in uw buurt...

Geld moet u bij de hand
hebben. Betalingen moet u
even kunnen regelen.
En daarom moet uw bank dicht
in de buurt zijn. Voor de
Rabobank
hoeft u niet
ver te gaan...



Rabobank 
Altijd in de buurt.

0028