



**#5 - 2007**

**30 Jaar**  
**1977-2007**



**Tournieuws**

**Clubblad van de Dordtse tourclub**



Maasboulevard Assurantiën bv

*verzekeringen  
hypotheken  
beleggingen  
spaaradviezen  
financieringen*

Postbus 114, 2990 AC Barendrecht  
Onderlangs 20, 2991 EM Barendrecht  
Telefoon 0180 - 61 46 66  
Telefax 0180 - 62 07 67  
E- mail maasboulevard.assurantiën@hetnet.nl  
Internet www.maasboulevard.net

## ***SPECTACULAIRE VERLAGING VAN PREMIES AUTOVERZEKERINGEN***

*De afgelopen maanden stunten diverse verzekeraars met actietarieven waardoor u tot wel 50% kunt besparen op de premie van uw autoverzekering.*

*Informeer eens vrijblijvend wat wij u kunnen bieden !!*

*of bezoek onze site [WWW.MAASBOULEVARD.NET](http://WWW.MAASBOULEVARD.NET)  
en bereken zelf uw premie.*

*en.. als u de verzekering bij ons regelt ontvangt u  
extra korting op uw eerste premie en ontvangt onze  
club eveneens een bonus.*

*Bel ons nu of neem contact op met uw kopman :  
Wout Borman, tel. 078 6156806.*

## Van de Voorzitter

Vandaag mag ik alweer het volgende voorwoord schrijven voor ons clubblad. Er is weer veel gebeurd de laatste tijd dus genoeg stof om jullie bezig te houden.

Om te beginnen eerst het droevige nieuws wat inmiddels de meeste leden wel zullen hebben gehoord.

Bram Klinkenberg is betrokken geraakt in een zwaar auto-ongeluk tijdens zijn vakantie in Frankrijk. Bram zijn vrouw, Corrie, is hierbij om het leven gekomen. Inmiddels heeft de crematie plaats gevonden en was er erg veel belangstelling. Ook vele Mollers hebben hun steun betuigd aan Bram en zijn kinderen. Wij wensen Bram en zijn kinderen hierbij veel sterkte in de komende periode.

Verder is het vandaag alweer 17 september en zien wij de herfst met rasse schreden naderen. Van echt nazomer weer is helaas geen sprake, maar wij als fietsers gaan tenslotte door weer en wind als het zo uitkomt.

Laatst alweer Molrit 16 gereden onder zeer goede omstandigheden. Het werd al snel aangenaam en de meeste begonnen al meteen in de korte broek. Willen nu nog de bruine benen laten zien nu het nog kan. Wij willen als bestuur wat vaker vooraf aan de rit een praatje gaan houden met actuele zaken. Wij hebben o.a. gemerkt dat nieuwe leden niet altijd weten hoe je moet aangeven op de fiets, als er gevaar dreigt. Daarnaast is het gewoon goed om vooraf even wat zaken te communiceren. Mochten er voor de rit bepaalde zaken leven meld dit het dan bij het bestuur zodat wij dat meteen kunnen oppakken en melden aan de andere aanwezige leden.

Wellicht is het een aantal leden opgevallen dat wij de vaste chauffeur van de volgauto Wim van Papendrecht na Zwijndrecht v.v. niet meer hebben gezien. Op Wim zijn verzoek is hij er na Zwijndrecht v.v. mee gestopt. Ik vergat dit de vorige keer al te vermelden. Maar wil Wim nog wel bedanken voor al die jaren dat hij ons met de volgauto heeft gesteund.

Ook is er nieuws te melden van het kledingfront. De kledingcommissie heeft inmiddels een bezoek gebracht aan Rogelli. Dit is het bedrijf waar wij de nieuwe kleding van gaan betrekken. Het nieuwe shirt, nu nog zonder sponsoruitingen, is reeds te zien op onze website.



De Molkleuren zitten daarin met veel rood, conform de wens van de leden en als toevoeging nog de kleur zwart. De kledingcommissie komt met een breed pakket dat wij gaan aanbieden aan de leden.

Doel van ons is om een shirt (korte mouw) en jack (lange mouw/ lange rits) aan te bieden aan de leden. De eventuele eigen bijdrage daarvoor zal afhankelijk zijn van het aantal sponsors wat wij dan hebben vastgelegd. Daarnaast komen wij met een aantal kledingstukken die dan op eigen kosten kunnen worden aangeschaft in de clubkleuren. De broeken komen in het zwart met een rode opdruk op de achterzijde met "DTC de Mol". Ook wordt er rekening gehouden met de dames en komt er een aparte lijn met damesmodellen.

Voordat de kleding kan worden uitgereikt komen er 2 pasavonden waarop de leden kunnen komen passen en eventuele extra kledingstukken kunnen bestellen. Zorg dat je op 1 van deze avonden aanwezig bent om te passen en het formulier te ondertekenen van de kleding. In het formulier zal o.a. staan dat een lid verplicht is in de clubkleding te rijden tijdens de officiële tochten. Ook geeft het lid via het formulier toestemming dat wij zijn adresgegevens ter beschikking stellen aan onze sponsors voor een direct mail actie.

Zoals gebruikelijk zal via de automatische incasso de geldbedragen worden afgeschreven indien van toepassing voor de bestelde kleding. Verder zal er 2 maal per jaar een kledingbestelling gedaan worden vanaf 2008. Dus kan je altijd bijbestellen als je dat wilt. Volgend jaar zal er ook op de website een bestelpagina komen waarop je een bestelling kan doen. De penningmeester zal daarvan de incasso verzorgen en zodra er weer een bestelling wordt gedaan bij Rogelli wordt een eventuele bestelling, die gedaan is via de website automatisch meegenomen. Belangrijk is wel dat je dan wel de juiste maat weet.

Voor de uitreiking van het 1e kledingpakket dien je bij de pasavonden aanwezig te zijn. Nabestellingen zijn alleen voor extra bestellingen en voor de nieuwe leden !

### **Zie voor de data van de pasavonden verderop in dit clubblad!**

Bij het kledingverhaal hoort uiteraard het sponsorgebeuren. Inmiddels is het bestuur zeer druk bezig met het zoeken en vastleggen van sponsors die ons voor € 1.000 per jaar willen ondersteunen voor een periode van 3 jaar. Hierbij kunnen wij melden dat inmiddels 6 partijen hebben ingestapt in ons verhaal en wij nog bezig zijn met een aantal potentiële kandidaten. Ons doel van 10



sponsors, die allemaal een plaatsje op ons shirt en jack krijgen, komt dichterbij. Maar wij moeten er nog wel 4 vast leggen !

Ik wil hierbij toch alvast deze 6 sponsors bekendmaken.

Het zijn in willekeurige volgorde de volgende bedrijven;

- Belmar keukens aan de Stevensweg te Dordrecht (met dank aan Koos Schenk)
- Verstegen Accountants te Dordrecht (met dank aan Koos Schenk)
- Plieger Sport te Meerkerk
- Baleco het bedrijf van Jan van 't Leven
- Quadrant Architecten van Frans van Unnik te Zevenbergen
- Kraaijeveld Aannemingsbedrijf te Barendrecht (met dank aan ons - nieuwe - lid Theo van de Waal.)

Ook zijn wij bezig met een eventuele autosponsor, maar daar wachten wij nog op de definitieve toezegging. Al kan ik wel zeggen dat dit er erg goed uitziet.

Zoals een ieder kan begrijpen zijn wij enthousiast over onze vordering op het sponsorgebied.

Eén minpuntje wil ik toch ook wel even noemen verwijzend naar de vraag die ik via de bulkmail heb gesteld aan alle leden. De mail met de vragen; waar heb je de racefiets gekocht e.d. is naar mijn idee slecht op gereageerd. 56 reacties op 180 mailadressen vindt ik bedroevend !

Deze informatie wordt niet voor niets gevraagd en is belangrijk in de onderhandelingen die wij voeren. Het kan toch niet teveel moeite zijn om even een mailtje terug te sturen. Hierbij wijs ik wederom op de 2 laatste Algemene Leden Vergaderingen waarop duidelijk is aangegeven dat niet alleen het bestuur de kar kan en zal trekken. Dus hierbij nogmaals een oproep aan ALLE leden om meer de betrokkenheid te tonen bij de club.

Wat wij ook zien als bestuur is dat wij veel nieuwe leden erbij hebben gekregen dit jaar en dat het verloop in de leden minimaal is. Dat is een goed teken en wij merken dat de nieuwe leden het erg naar hun zin hebben.

Zo het belangrijkste nieuws is hiermee weer verteld, nog een paar ritjes en dan is er de feestavond op 27 oktober. Als je wil komen denk aan het inschrijven !

Ik hoop een ieder weer op de fiets te zien of bij een andere gelegenheid.

Rob van Rутten



## **Le klassieker autour de Narbonne** **Mont Ventoux, l'été 2007**

Beste wielervrienden,

Na mijn verhaal over de Alpen van eind mei, hier mijn relaas over de ronde van Narbonne, gevolgd door de beklimming van de Mont Ventoux.

Narbonne ligt in het zuiden van Frankrijk, wij hebben hier onze vakantie doorgebracht in Valras-plage. Valras is een uitvalbasis aan de Middellandse Zee, voor een zonnige strandvakantie.

Op de heenreis was er een overnachting op een camping in st. Alban, net onder Lyon. Na twee dagen rijden, was hier weer het verlangen om op de fiets te klimmen.

Vanaf de camping links af richting Privas. Op de kaart was dit aangegeven als glooiend. Het was een weg van rond de 6% stijging, een heerlijk stuk om te fietsen onder de boomgrens, bij 28C.

Na 50km(1:43 uur) stond ik weer voor caravan om te scottelen, modern woord voor BBQ op gas!

Om nu te zeggen dat Valras een uitvalbasis is voor de wielrenner, komt enigszins bedrogen uit. Let wel fietsen kan je overal, dus ook hier. Een echte wielerstreek is het niet, en daarbij weer die altijd vervelende wind, maakt het niet echt uitdagend.

Mij uitvalbasis was richting Narbonne-plage, waar ik ontdekt had dat er een achtje te fietsen was. Dit 8-je was tussen de autobaan, richting Spanje, en de kust. Hier zat wel een echte kuitenbijter in.

Op 148m hoogte, had je een fantastisch uitzicht op de kuststreek. Om jullie nu ieder rit te verslaan gaat mij te ver, dit gezien de eenzijdigheid van de fietsomgeving.

Er springt wel een rit uit van 101 km richting het binnenland. Deze ging richting de wijnvelden, naar Roquebrun. Het was een behoorlijk lastige rit, met weer die vervelende wind, bij 32C. Aangekomen in Roquebrun werd ik verrast door een panorama aan schoonheid.

Het werd tijd voor een bakkie en genieten van dit verrassende uitzicht. Afwijkend van de route ben ik binnendoor teruggegaan naar ons onderkomen. Deze tocht leverde 101km op in 3:30 uur, 28.7 gem. Deze weken, rondom Valras-plage, 489km gereden in 16:23uur.



Vanuit deze vakantiestek, hebben we nog een weekend in Bedoin gestaan, Bedoin zeg je!?

Ja Bedoin, voor de wielersfanaat een bijna magisch dorp. Vanuit hier start de zwaarste beklimming van de Mont Ventoux, vanaf 300m naar 1912m hoogte. De Mont Ventoux staat bekend als de kale berg, en waar de eerste tourrenner is overleden. Op deze plek staat nu een herdenkingsmonument van deze engels renner, Tom Simpson. Zelf ben ik in alle vroegte gestart, bij het luiden van de kerkklok om acht uur, vanaf de fontein.

De beklimming is bijna 22km, telt 100 bochten, met stijgingen tussen de 9% en 11%.

De klim begint bij de fontein in Bedoin, via de D974, met vals plat in de aanloop naar het bos. De klim door het bos is 15km lang, in de beschutting, met flinke stukken onder in de beugel. Na 15 km draai je links af het bos uit. Dan blijkt waar de naam kale berg vandaan komt, en kaal is hij. Vanaf hier fiets je alleen tussen het gebergte wat bestaat uit grijze steenslag. Het uitzicht is indrukwekkend en je ziet de top liggen, maar vergis je niet. Het is nog een machtig stuk fietsen met gebruik makend van de triple. Boven aangekomen is het uitzicht fenomenaal, zeker deze dag met een heerlijk zonnetje en bijna windstil. Waarom windstil, omdat het flink kan spoken op de Mont Ventoux. Zo erg dat er fietsers zijn die twee kilometer onder de top omdraaien en weer afdalen. Mijn klimtijd was 1:40 min, 12.8 gem, wat zeker geen slechte tijd is. Vanaf de top daal je af naar Malaucene, hiervandaan terug naar Bedoin.

Na 58 km, in 2:52 uur op de teller, stond ik weer bij de fontein. Hier werd mij door Hannie en Paul een terrasje aangeboden, eerst een bakkie koffie daarna een welverdiende karaf rosé. Deze rosé zakte lekker weg in mijn vermoeide benen. Zij hadden voor mij de knalgele Mont Ventoux bidon gekocht.

Wielrenners presteren beter na veel rust, deze middag even een uiltje geknapt in de caravan.

Voor info over de Mont Ventoux, kijk eens op [www.de.kaleberg.nl](http://www.de.kaleberg.nl) een erg leuke site.

Met sportieve groeten,

Gino Hoogenboom





**VOOR AL UW LOOD-  
ZINK- EN KOPERWERK  
OP MAAT**



**AGS** bv

Pieter  
Zeemanweg 121  
3316 GZ Dordrecht  
Tel.: +31 78 617 68 33  
Fax.: +31 78 618 45 48



UIT 1 STUK!

**DE NIEUWE TOYOTA  
VERSO**



**Automobielbedrijf Schouten B.V.**

Kelvinring 50, 2952 BG Alblasterdam 078-6991666

**PROFIL** *Kramer*  
DE FIETSSPECIALIST

*600 m<sup>2</sup> fietsplezier met o.a.  
Bianchi, Gazelle, Giant en Koga.*

Oosterbrugstraat 1-3-5, 3361 BR Sliedrecht  
Tel. 0184-413258





**Verslag Cees Bakker (3e) deel 100 Cols Tocht, via Cycle Tours.**  
(9-24 juli 2007)

**De ultieme uitdaging...**  
**4000 km over 106 cols en 67 côtes!**

*De Honderd Cols Tocht is de zwaarste tocht ter wereld. Het vierduizend kilometer lange parcours slingert zich over alle grote cols van Frankrijk. De tocht wordt individueel gereden en deelnemers mogen er zo lang over doen als ze willen. In het vijftienvijftig jarig bestaan van de tocht schreven zich meer dan duizend fietsers in, waarvan ruim tweehonderd de tocht ook volbrachten. Alle deelnemers, waaronder Nederlanders, Belgen, Fransen, Zwitsers, Amerikanen en Canadezen, zijn het er over eens dat er geen zwaardere, maar ook geen mooiere tocht bestaat dan de Honderd Cols Tocht.*

De route wordt elke 2 jaar gecontroleerd, zo nodig aangepast en is enkele keren ingrijpend gewijzigd, waarbij alternatieven worden gezocht voor drukke wegen.

De tocht is ruim 4000 km lang, met 106 cols en 67 côtes en een totale denivellatie (klim-hoogtemeters) van 58.000 hm. Ter vergelijking, de Tour de France van circa 20.000 hm.

Dus drie maal de Tour de France, qua klimhoogtemeters!!

Sinds 2003 wordt deze tocht door Cycletours voor de 5e keer georganiseerd, telkens 1/3 van de totale tocht in 2 weken. Cycletours zorgt voor de reis, de overnachtingen - in tenten op campings - en de verzorging onderweg, zoals het eten en transport.

In 2005 heb ik het 3e deel van de 1e cyclus gereden, met onder andere de Mont Ventoux (1912 m) en de alpenreuzen, zoals de Col de la Bonette (2802 m), Col d'Izoard (2360 m), de Col du Galibier (2646 m), de Col du Telegraphe en de Col de l'Iseran (2770 m).

Vorig jaar heb ik de tocht vervolgd door de Jura (met o.a. de Grand Colombier), de Vogezes (met o.a. de Ballon d'Alsace en de Grand Ballon), Bourgogne/Beaujolais en het Centraal Massief (met o.a. de Puy Marie en de Croix de l'Homme Mort) en nu heb ik de 100 cols tocht afgemaakt via het zuidwesten van Frankrijk, de Pyreneeën van west naar oost, de Haut Languedoc, de Cévennes met Mont Aigoual naar mijn startpunt van 2 jaar geleden, Avignon.



De groep bestond uit 10 fietsers, in leeftijd variërend van 24 t/m 67 jaar, 2 begeleid(st)ers en een transportbus.

De fietsgroep bestond uit twee twintigers, twee dertigers, twee veertigers, drie 50-plusser en ondergetekende (67).

*De dagelijkse routine was 's morgens circa zeven uur opstaan, wassen, aankleden, gezamenlijk de huishoudelijke taken vervullen, zoals tafels dekken voor ontbijt en alles klaarzetten. Dan gezamenlijk ontbijten, gevolgd door afruimen, afwassen, luifel, tafels en banken inladen in de auto. Daarna tent afbreken, tassen inpakken en alles in de auto inladen en half tien klaar voor de start. 's Middags en 's avonds het omgekeerde ritueel.*

*De begeleiders, de vrouwelijke kok, Annelies en de chauffeur/technische man, Stefan, laden de auto uit, alle bagage op een hoop en zetten de luifel, tafels en banken weer klaar. Bij aankomst op de camping was de eerste taak je bagage uitzoeken en je tent opzetten. De mensen die als eersten aankomen helpen met voorbereiden van de maaltijd, groenten snijden, tafels dekken enz. Het streven was om 8 uur te eten.*

*Na het avondmaal gezamenlijk afruimen, afwassen e.d. Douchen deed je, afhankelijk van je aankomsttijd, voor of na het eten. Tussen elf en twaalf uur gingen we meestal slapen.*

9/10 juli: Heenreis in bus, 's middags ruim een uur te laat, om 17.15 uur, uit Utrecht vertrokken, fiets in aanhanger en volgende morgen 7 uur - na een moeizame nacht met betrekking tot zittend proberen te slapen - in Rouffillac aan de Dordogne op de camping, waar we verleden jaar gestopt zijn.

Opgefrist, ontbeten, omgekleed en omdat morgen pas de officiële 1e rit zou zijn, om circa 09.30 gaan fietsen. Met z'n vijven een tochtje langs de Dordogne gemaakt tot Fayrac en via Domme, waar we hebben geluncht, via mooie smalle weggetjes terug, totaal circa 55 km.

11 juli: Vandaag 145 km gefietst van Rouffillac naar Beauville, in "Hollands" weer, fris, buig en motregen. Ging goed, half 10 gestart en om 4 uur op camping.

De hele dag op en neer door mooi landschap in het stroomgebied van de Dordogne, Lot en Tarn, zonder cols, maar met 5 côtes, waarvan één middelzwaar en de rest vrij licht, met in totaal circa 1700 hoogtemeters, met een gemiddelde van 26,5 km/u.



12 juli: Van Beauville naar Plaisance-de-Gers gefietst, hele mooie tocht door glooiend landschap met afwisselend akkers met voornamelijk graan en bosgebied, richting Pau, door stroomgebied van de Tarn en de Garonne. Het landschap lijkt hier een beetje op Zuid-Limburg en de Ardennen, maar in de verte konden we al de Pyreneeën zien.

Gestart om 09.30 uur en op de camping om 16.30 uur.

Het weer was goed, met steeds meer zon en 's middags 25° C.

Totaal 140 km gefietst met 4 niet zware côtes, geen cols, 1750 hm en gemiddeld 26,3 km/u.

Al met al een fijne fietsdag in een prachtige omgeving.

13 juli: Van Plaisance-de-Gers naar Mauléon-Licharre. Veel van hetzelfde als gisteren, waarbij we regelmatig de Pyreneeën konden zien, steeds dichterbij, doordat we min of meer parallel aan deze bergketen fietsten, in zuidwestelijke richting. Nu 130 km met 8 côtes, geen cols, 1650 hm en gemiddeld 25,4 km/u.

Al met al weer een prima fietsdag in een prachtige omgeving, maar vrijdag de 13e deed zijn faam wel eer aan, want Frans raakte een wiel en viel vlak voor mij, waardoor ik ook over hem heen viel.

Gelukkig alleen wat schaafwonden en krasjes.

Morgen draaien we naar de Pyreneeën en dan begint het echt!

14 juli: Vandaag heerlijk gefietst door prachtige natuur, van Mauléon-Licharre naar Saint Engrace en weer om 09.30 uur gestart en om 16.30 binnen.

Eerst op en neer in zuidwestelijke richting, met mooie vergezichten en dorpjes in de dalen. Dan in St. Jean-le-Vieux, de meest westelijke plaats van de 100 Cols Tocht, iets zuidoost van Biarritz, naar het oosten gedraaid, de Pyreneeën in, met in totaal 6 klims, 5 cols en 1 côte.

Één zware klim, Col de Burdincurutcheta, van 22km, met een gemiddeld stijgingspercentage van 6% en korte dalingen tussendoor, maar de eerste 4 km 11% en ook kleine stukjes van 15%!!

Verder nog een middelzware van 3 km gemiddeld 11%.

Het weer was goed, warm en zonnig met temperaturen tot boven 30° C. Ruim 100 km gefietst met 2325 hm en een gemiddelde van 18,3 km/u.



15 juli: Van Saint Engrace naar Laruns, 90 km.

Vanaf de camping direct de beklimming van de Col de Soudet, over 18 km van 300 m naar 1517 m hoogte, met de laatste 5 km een stijgingspercentage van meer dan 10%.

Daarna de Col de Marie Blanche (ook 1e categorie!), 9,3 km lengte met gemiddelde stijging van 7,7%, maar ook hier zat het venijn in de staart. De laatste 3,5 km een stijgingspercentage van gemiddeld 11,5% met uitschieters tot 15%!

Het was vandaag heet, circa 35° C in de schaduw en zwarte banden van het gesmolten asfalt. De rit vandaag bedroeg 90 km, met 2240 hm en ik had een gemiddelde van 18,0 km/u.

Op de camping met z'n allen – voor het eerst – naar de laatste 40 km van de Tour de France gekeken, Rasmussen winnaar met minuten voorsprong en de gele trui.

16 juli: Rustdag in Laruns. Maandag, wasdag !

Eerst 5 setjes fietskleding gewassen en te drogen gehangen.

Plaats bekeken, een bezoek gebracht aan het Maison de Parc National des Pyrénées, in een eetcafé wat gegeten en gedronken en 's middags wat gewandeld en geluierd.

Wij hadden in de groep het duo Ard en Ceesie, maar vanaf vandaag bestaat dit niet meer!

### **Gezocht adverteerders clubblad.**

Hierbij het verzoek aan alle actieve leden en onze donateurs om adverteerders te werven voor ons clubblad.

Er verschijnen 8 nummers per jaar en de prijs per vakje, per jaar, bedraagt slechts € 40,00. Op een pagina kunnen maximaal 6 vakjes.

Een potentiële adverteerder kan dus zelf kiezen hoeveel vakjes hij wil vullen. Hoe meer hoe beter.

Indien u informatie wilt, kunt u bellen met ondergetekende.

**Wij rekenen als bestuur op uw inzet !!!**

Mauro Danese, Penningmeester

Lyra 88, 3328 NJ Dordrecht

(Tel: 078-6512233 na 18.30 uur)



Wat is het geval? Ard was bang in de afdalingen en omdat men vond dat Ceesie zo goed kon dalen, wilde hij in mijn spoor volgen. Echter Ard daalde verkramppt en is gisteren gevallen in de laatste afdaling, geen ernstige schade, alleen wat schaafwondjes. Maar Ard durft niet meer en gaat morgen via Carcasson met de bus naar huis, helaas! Verder rustig weer, zo'n 20° C en half bewolkt. 's Avonds met z'n allen gegeten, zoals altijd.

17 juli: Vandaag van Laruns naar Ste. Marie-de-Campan, een "koninginnerit", want direct vanaf de camping begonnen met de beklimming van de Col d'Aubisque (1709 m), twee wat mindere cols en dan de Col de Tourmalet (2115 m)! Dus 2 cols van de "buitencategorie"!!

Hoewel zwaar was het toch een prachtige tocht via mooie wegen en geweldige vergezichten. Wat zijn de Franse Pyreneeën toch schitterend mooi!!

Ook het weer was prima, half bewolkt en 25 tot 28° C in de dalen. De top van de Tourmalet stak in de wolken, dus mistig en fris. Al met al een zware, maar erg mooie etappe, door een schitterend landschap!

Totaal 105 km met 3350 hm en een gemiddelde van 16,0 km/u.

18 juli: Weer een Pyreneeën-etappe van Ste. Marie-de-Campan naar Castillion, met 4 cols, één zware, namelijk de Col de Menthé, 9 km van 9,5 % gemiddeld, met stukken tot 16 % en 3 middelzware, de Col d'Aspin, de Col de Peyresourde en de Col de Portet-d'Aspet!

Het weer viel vandaag helaas wat tegen, laaghangende bewolking en/of mist, nat en fris.

Hierdoor ook maar weinig te zien van de mooie omgeving.

Volgens de bazin van de camping: "mais oui, c'est les Pyrénées"!

Totaal vandaag 125 km met 2870 hm en een gemiddelde van 16,5 km/u.

19 juli: Vandaag ruim 120 km gefietst van Castillion naar Foix, onder vergelijkbare omstandigheden als gisteren. 5 cols, allen middelzwaar tot zwaar, waarvan één van 3,6 km met een gemiddeld stijgingspercentage van 13 % en pieken tot 18 %!! Dus tien Keutebergen!

Koen heeft deze etappe niet kunnen fietsen door materiaalpech, maar nu in Foix gerepareerd.

Totaal 120 km met 3050 hm en een gemiddelde van 18,4 km/u.



20 juli: 2e Rustdag in Foix.

Vannacht heeft het geonweerd en op de dag miezerig.

Fiets gepoetst, gesmeerd en dergelijke, verder remblokjes vervangen, fietskleding gewassen, wat rondgehangen en even op de camping naar de Tour de France gekeken, niet spectaculair.

's Avonds met z'n allen in Foix gegeten en op tijd weer naar huis en gaan slapen.

21 juli: Pittige etappe van Foix naar St. Pons de Thomières, door alweer een mooi landschap, wat geaccidenteerd. Vandaag gedurende ruim 170 km alleen gefietst en bijna de hele dag in de – soms stromende – regen. We hadden 8 cols te verteren, waarvan één zwaar en één matig zwaar, maar de overigen vrij licht. De zwaarste, Col de Salettes was 18 km lang met een stijgingspercentage van gemiddeld 4 %.

In Carcasson gestempeld bij de cité, de geweldig mooie en imposante oude vestingstad van de Cartharen. Helaas geen tijd voor een bezichtiging.

Totaal van de dag 170 km met ruim 2000 hm en een gemiddelde van 25,0 km /u.



Leverancier van:

- Installatiekabel
- Datakabel
- Stuurstroomkabel
- Schakelmateriaal
- Installatiemateriaal
- Technisch installatiemateriaal
- Verdeelkasten
- Verlichting

**WIJ ZORGEN VOOR DE JUISTE VERBINDING!**

Jan Valsterweg 80

3315 LG Dordrecht

Tel.: 078-6305656

Fax: 078-6211766

E-mail: [cb@electrosupply.nl](mailto:cb@electrosupply.nl)

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

**LEVERING UITSLUITEND AAN BEDRIJVEN**



22 juli: Van St. Pons de Thomières naar Avèze (Mollière-Cavaillac) gereden. Ook vandaag weer alleen, want 1 man fietst veel te langzaam, een groepje van 2 à 3 gaat voor mij te langzaam, een koppel van 2 gaat mij weer net iets te snel en 3 man gaan so wie so te hard. Het was vandaag warm en zonnig en een prachtige omgeving door een middelhoog gebergte, met diepe canyons en mooie uitzichten. Vandaag 6 beklimmingen, 4 cols en 2 côtes, waarvan 1 zwaar en 3 middelzwaar.

In totaal 170 km gefietst, 2850 hm, met een gemiddelde 20,7 km/u.

23 juli: Van Avèze naar Lassale gefietst in matig weer, koel, lage bewolking, soms (dichte) mist en af en toe wat regen. Hierdoor niet echt van de geweldige natuur en vergezichten kunnen genieten. Op de Col du Minier en Mont Aigoual (1567 m) was het heel erg mistig, op de Mont Aigoual moest ik echt dwalend zoeken om het restaurant te vinden om te stempelen.

Vandaag ruim 130 km gefietst met 10 beklimmingen, 8 cols en 2 côtes, waarvan 1 zwaar (Col du Minier) en 4 middelzwaar. In totaal 2780 hm, met een gemiddelde 20,7 km/u.

24 juli: Vandaag mijn laatste etappe gefietst van Lassale naar Avignon, dar waar ik 2 jaar geleden gestart ben en heb dus mijn volledige 100 Cols Tocht voltooid.

Het weer was goed, redelijk warm, licht bewolkt en helder zicht. Het landschap is, na de eerste 25 km, duidelijk anders, golvend, wijngaarden en kurkeiken in een Provençaals aandoende omgeving. De laatste 3 beklimmingen, 1 col en 2 côtes, behoren tot de categorie licht.

Halverwege hebben we met z'n allen, inclusief de begeleiding, geluncht.

Totaal 110 km, 950 hm en een gemiddelde van 26,2 km/u.

Om 17.30 uur op de camping een paar biertjes gedronken.

Voor mij was dit de laatste reis van de drie en heb dus de totale "100 Cols Tocht" volbracht. Ik ontving als herinnering een oorkonde en werd door iedereen van harte gefeliciteerd.

Er werd van mij een speech verwacht.

Daarna douchen, eten, fiets in orde gemaakt voor de thuisreis en nog een paar uur – via een pontje – de oude stad Avignon in, waar juist een uitgebreid zomerfestival aan de gang was.

Om 23.00 uur naar de opstapplaats voor de bus.

Tegen half twaalf kwam de slaapbus met aanhanger.





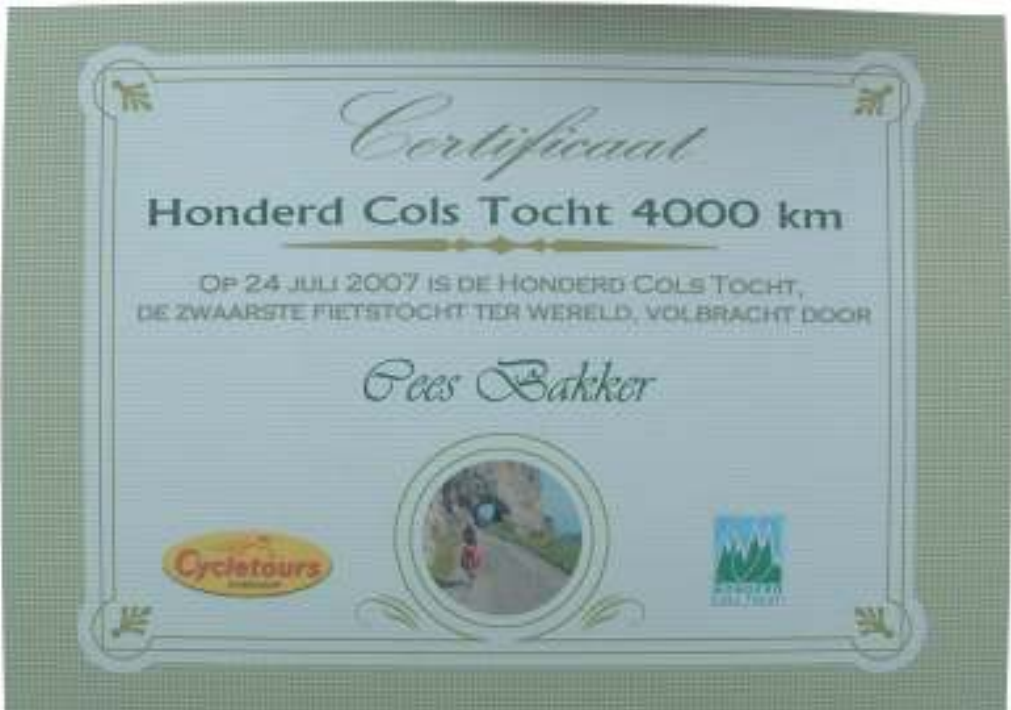
Dus fietsen en bagage inladen in een volle bus en wegwezen, om circa 24.00 uur. De stoel in slaapstand (iets achterover) en pitten maar (althans proberen).

Na een voorspoedige reis om half zeven klaar wakker, na een "hummelige" nacht. Bij een wegrestaurant bij Arlon wat ontbeten, terwijl de bus werd afgetankt. Om ongeveer 11.30 uur waren we in Maastricht voor stop tot 12.15 uur, in verband met wisseling van chauffeurs en om half een in Eindhoven, waar de helft van onze deelnemers uitstapten. Om 15.00 uur in Utrecht, mijn bestemming. Overhevelen van bagage en fiets naar mijn auto (5 straten verder) en om vier uur was ik weer thuis bij mijn lief.

In totaal deze reis 1440 km van de officiële route afgelegd. In totaal ruim 1535 km, inclusief circa 100 km voor heen- en terugreizen naar diverse campings. Hierbij 41 cols en 23 côtes bedwongen, met in totaal ongeveer 27.500 hoogtemeters, dit is conform de hoogteteller van een van de deelnemers, terwijl ik vorige jaren de hm. heb berekend aan de hand van de hoogteprofielen van de officiële beklimmingen.

Over de totale 100 Cols Tocht heb ik dus in 3 jaar ruim 4000 km gefietst en daarbij 106 cols, 75 côtes en circa 67.000 hoogtemeters overwonnen.

Cees Bakker



LET OP! LET OP! LET OP! LET OP! LET OP! LET OP!

Attentie !

Nieuwe kleding

Pas avonden!

*Voor de nieuwe MOL-kleding.*

*Vrijdag 12 oktober,*

*en*

*Dinsdag 16 oktober.*

*Van 19.00 tot 21.00u.*

*In de kantine van DE MOL.*

*reserveer dit in uw agenda!*



## **Bericht van de 55+ers die op woensdagmorgen rijden.**

Bij normale weersomstandigheden rijdt er op woensdagmorgen een groep fietsers door Zuid-Holland en Noord-Brabant.

Deze groep bestaat hoofdzakelijk uit MOL leden, die boven de 55 jaar oud zijn, waarvan een groot deel tevens ook opa is. Zij rijden een door hen zelf bedachte tocht, die afhankelijk van de weersomstandigheden een bereik heeft van 75 tot en met 120 km.

De richting van zo 'n tocht wordt bepaald door de wind en weersomstandigheden. Normaal starten zij met de wind tegen en komen na het koffiedrinken, een essentieel onderdeel van deze ritten, met de wind in de rug weer terug.

De kern van deze groep bestaat uit meer dan 25 leden, zodat er elke woensdag een behoorlijk aantal fietsers op weg is om hun conditie te onderhouden, hun sociale contacten bij te houden en de sponsornamen aan de omgeving te tonen.

Voor de koudere periode heeft nog niet iedereen eenzelfde winteroutfit. Is dit mogelijk te financieren door een (nieuwe) belanghebbende?

Wij gaan weg onder het motto 'samen uit, samen thuis', hierdoor wordt ook diegene, die niet zijn favoriete dag heeft, in de groep meegenomen.

Pech onderweg wordt met onderlinge hulp ter plekke geregeld, waarbij het opvalt dat veelal dezelfde mensen een bepaald mankement het beste kunnen verhelpen.

De snelheid is met wind tegen maximaal 27 en voor de wind maximaal 30 km uur. Een ieder moet ook in staat zijn om een aantal kilometers voorop te rijden.

Ook in de komende najaars en winterperiode wordt er door hen op woensdag gereden. Het tijdstip van vertrek is om 10:00 uur vanaf Reaplus.

Diegene die ook gelegenheid hebben om mee te gaan zijn van harte welkom, waarbij de leeftijd van ondergeschikt belang is.

Graag tot ziens op woensdagmorgen

Anton Honcoop



## Vacature WWWebsite.

Beste leden van DTC de Mol,

DTC de Mol en ik in het bijzonder zijn opzoek naar een tweede man/  
vrouw voor het beheer van de website.

Is er iemand onder ons die een klein beetje verstand heeft met het  
fenomeen websites bouwen en het onderhouden hiervan.

Zijn of haar taak zal in eerste instantie zijn om tijdens vakantie of  
andere onderbrekingen de website van het laatste nieuws te voorzien  
of leden te informeren.

Verder is het nodig dat hij of zij de Reflectie pagina kan opschonen als  
hier ontoelaatbare berichten staan zoals pornografische informatie.

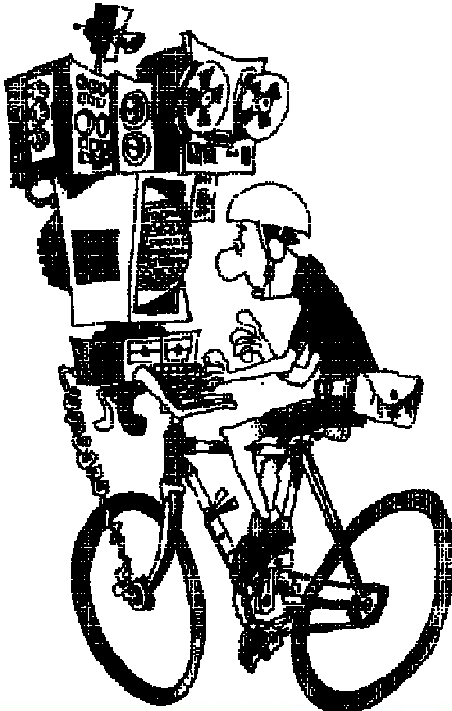
Naar de toekomst toe kijkend (1 of 2 jaar) zou het mooi zijn, als wij  
samen de website updaten en hem zodoende dynamische kunnen  
houden.

Wil jij iets betekenen voor de Mol en zie jij wel iets in deze functie  
neem dan contact met mij op via [postmaster@fietsclubdemol.nl](mailto:postmaster@fietsclubdemol.nl)

Met vriendelijke groet,

Gerrit-J. v.d. Bogerd

Postmaster D.T.C. de Mol



# WWW.BIKE-ZONE.NL

Uw thuisbasis voor  
vakkundige Opbouw,  
Onderhoud en  
Goede Service!

U ontvangt

**KORTING**

op vertoon van  
deze advertentie  
Surf naar onze website  
en ga naar clubkorting.

van Baerlestraat 87-89  
2533 LK DEN HAAG  
Tel: 070-3801617  
info@bike-zone.nl

**BIKE-ZONE**  
DEN HAAG



## Beste Mollers.

Al geruime tijd is het een hele klus om de kantine, kledkamers en toiletten van ons mooie clubgebouw goed schoon te houden. De werkploeg op maandag zorgt voor het onderhoud en heeft tot nu toe met (incidentele) hulp ook het schoonmaken voor zijn rekening genomen. Aangezien de werkploeg altijd menskracht te kort komt om alle lopende zaken goed te laten verlopen, is het schoonmaken een steeds terugkerend probleem. Zeker met het komende veldritseizoen voor de deur.



Het vinden van mensen die regelmatig dit schoonmaakwerk op zich willen nemen wordt steeds lastiger. De zeer gewaardeerde, maar incidentele hulp van de ouders van onze jeugdleden na jeugdactiviteiten, helpt natuurlijk wel maar is geen structurele oplossing.

Daarom heeft het Omni bestuur besloten om nogmaals een beroep te doen op onze leden en familieleden met de volgende actie:

### **- Wie helpt ons aan een schoon toilet? -**

Wij denken aan 2 mensen voor 2,5 uur per week (eventueel bij tourbeurt) en een vergoeding is bespreekbaar. Liefst aan het begin van de week zodat het vuil van de weekend activiteiten (o.a. Mol-Delta cross competitie) zo snel mogelijk weer is verdwenen. Op maandagochtend is de werkploeg ook aanwezig, wat de gezelligheid verhoogt en waardoor er altijd eventuele "sterke mannen" in de buurt zijn als dit nodig mocht zijn.

De werkzaamheden betreffen:

Wekelijks:

- de toiletten en kleedkamers
- vloer kantine vegen

extra per maand (?)

- vloer kantine dweilen
- keuken schoonmaken

Dus: wie heeft er zin om de club te helpen en er zelf iets bij te verdienen?

Wie kent er mensen die dit zouden willen? Suggesties, ideeën, aanmeldingen alles is welkom.

De oplossing die ons daadwerkelijk aan een schoon toilet helpt kan rekenen op een leuke attentie. Via onderstaand telefoonnummer kunnen jullie mij 's avonds of in het weekend bereiken.

Met vriendelijke groet,

Chris Ockeloën,  
voorzitter DSV de Mol (Omni)  
Telefoon: 078 – 621 02 46



# TOUR-PROGRAMMA - 2007

| <i>Datum</i> | <i>Rit</i>                    | <i>Afstand</i> | <i>Tijd.</i> | <i>Vertrekpunt</i> |
|--------------|-------------------------------|----------------|--------------|--------------------|
| zo. 07 okt.  | Molrit 19                     | 100            | 09.00        | Clubhuis           |
| za. 13 okt.  | Molrit 20 (sluiting supermol) | 80             | 09.00        | Clubhuis           |
| zo. 21 okt.  | Molrit 21                     | 60             | 09.00        | Clubhuis           |
| za. 27 okt.  | Erwtensoeprit                 | 45             | 09.30        | Clubhuis           |



Neem als volgautochauffeur ruimschoots (minstens 24uur van te voren) contact op met :

**André of Gino Hoogenboon**

**Tel. 078 - 6120420 of 078 - 6192064**

i.v.m. het ophalen en terugbrengen van de volgauto.

De lijst van chauffeurs kan altijd worden uitgebreid. Ook in het nieuwe seizoen, bel André of Gino ook in dat geval!

## **Niet vergeten !**

Na de Erwtensoeprit groots feest ter gelegenheid van het **30 jarig** bestaan van onze vereniging.

Heb je je nog niet hebben aangemeld ?

Meteten doen, de inschrijving is eigenlijk al gesloten!





## Winter Training 2007-2008.

Natuurlijk staan deze ritten na het zomerseizoen weer voor de deur en met een goede ervaring van voorgaande jaren gebeurt dit op een vaste dag van de week. We beginnen op zaterdag 3-Nov-2007 en de laatste is zaterdag 16-Feb-2008.

Over de wintertrainingsritten op de zaterdag het volgende. Buiten het nadeel dat er molleden zijn die absoluut niet op de zaterdag kunnen zijn er meervoordelen. Je kunt vooraf even bij Reaplus binnen lopen voor een kopje koffie dat maakt het wachten op elkaar comfortabeler. Tevens hoef jij je zelf niet elke keer de vragen te stellen "is nu zaterdag of zondag dat er getraind wordt".

Voor alle duidelijkheid hierbij een schema en afspraken.

De algemene afspraken zijn :

- Gezamenlijk de winter doorkomen in een "wintergemiddelde" en dat ligt onder het zomergemiddelde.
- De afstand hangt mede af van het weer, maar zal ongeveer 60 kilometer zijn.
- Samen uit en samen thuis.
- Starten bij Reaplus/Impuls aan de Berkenhof 100.
- Vertrektijd is 10.00 uur.

### De data:

|             |             |             |             |
|-------------|-------------|-------------|-------------|
| Za. 03 Nov. | Za. 01 Dec. | Za. 05 Jan. | Za. 02 Feb. |
| Za. 10 Nov. | Za. 08 Dec. | Za. 12 Jan. | Za. 09 Feb. |
| Za. 17 Nov. | Za. 15 Dec. | Za. 19 Jan. | Za. 16 Feb  |
| Za. 24 Nov  | Za. 22 Dec. | Za. 26 Jan. |             |
|             | Za. 29 Dec. |             |             |

Iedereen veel plezier bij deze ritten toegewenst!

**Reaplus/Impuls ligt langs de Randweg (N3) bij afslag Y Ri-Werkendam Provincialeweg. Direct Rechtsaf bij 1e Verkeersregellichten (100mtr) Noordhoevelaan. 2e weg (100mtr) Rechtsaf Noordsigt. 1e weg (50mtr) Rechtsaf Berkenhof.**

**(vanaf de Provincialeweg gezien ligt Reaplus achter de benzinepomp)**



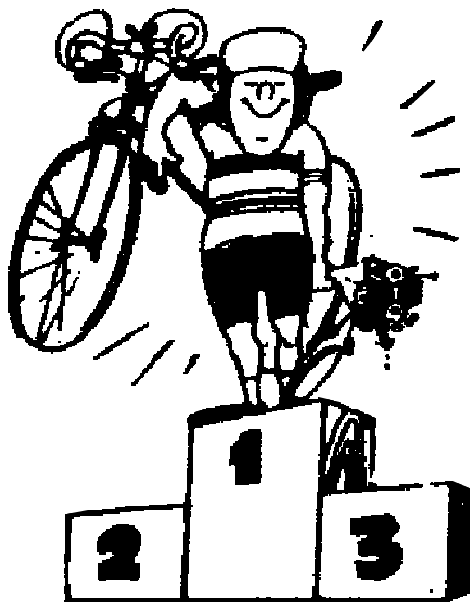
## Resultaten van de Tijdrit.

Vrijdagavond 31-Augustus is weer de jaarlijkse tijdrit gehouden. Deze keer wederom een 15 tal rondjes over het wielercours. Het aantal deelnemers dit jaar was 23. Waarvan 21 mannen en 2 dames.



Het weer was goed een weinig wind wat bewolking maar het is droog gebleven. Na een aarzelend startsein van Eveline Verjaal zijn de deelnemers om 18:50 uur van start gegaan. De eerste was een goede 42 minuten later gereed en de laatste is ruim 1 uur bezig geweest. Maar alle deelnemers hebben genoten op hun eigen manier.

De prijsuitreiking had dit jaar een klein minpuntje. De medailles waren niet op tijd afgeleverd en konden als zodanig niet uitgereikt worden. Maar Theo Rutten de winnaar van verleden jaar nu als nr.3 en Henk Tuin ook al 2e verleden jaar nu ook als nr.2 en Harry Rykse als de nr.1 krijgen zo spoedig mogelijk hun prijs uitgereikt. En Jannes Schreuder was verledenjaar ook al de man met de rode lantaarn heeft hier blijkbaar een patent op.



| Totaal 15 ronden, 25.56 km |                              | Opgeg        | Gemeten tijd |          | Berekend      |               |
|----------------------------|------------------------------|--------------|--------------|----------|---------------|---------------|
| Eind-stand                 | Naam                         | gem          | Min          | Sec.     | gem           | Vershil       |
| <b>1</b>                   | <b>Harry Rijkse</b>          | <b>36,20</b> | <b>42</b>    | <b>7</b> | <b>36,413</b> | <b>0,213</b>  |
| <b>2</b>                   | <b>Henk Tuin</b>             | <b>32,50</b> | <b>49</b>    | <b>6</b> | <b>31,234</b> | <b>-1,266</b> |
| <b>3</b>                   | <b>Theo Rutten</b>           | <b>30,00</b> | <b>49</b>    | <b>2</b> | <b>31,277</b> | <b>1,277</b>  |
| 5                          | <i>Gaby Booster</i>          | 26,90        | 54           | 23       | 28,200        | 1,300         |
| 4                          | <i>Herman Severs</i>         | 35,80        | 44           | 53       | 34,169        | -1,631        |
| 6                          | <i>Klaas Matroos</i>         | 29,20        | 49           | 24       | 31,045        | 1,845         |
| 7                          | <i>Kees Baan</i>             | 34,40        | 42           | 8        | 36,399        | 1,999         |
| 8                          | <i>Dieuwke Schorer-Pama</i>  | 28,00        | 51           | 6        | 30,012        | 2,012         |
| 9                          | <i>Albert Visser</i>         | 29,88        | 47           | 32       | 32,264        | 2,384         |
| 10                         | <i>Rene 't Jong</i>          | 30,83        | 45           | 57       | 33,375        | 2,545         |
| 11                         | <i>Quincy Booster</i>        | 21,00        | 64           | 40       | 23,715        | 2,715         |
| 12                         | <i>Geert Romeijn</i>         | 28,10        | 49           | 5        | 31,245        | 3,145         |
| 13                         | <i>Teus Visser</i>           | 27,70        | 49           | 23       | 31,055        | 3,355         |
| 14                         | <i>Marcel van Rietbergen</i> | 26,50        | 50           | 44       | 30,229        | 3,729         |
| 15                         | <i>Jaap Booster</i>          | 32,50        | 42           | 7        | 36,413        | 3,913         |
| 16                         | <i>Bert de Kluyver</i>       | 27,00        | 49           | 36       | 30,919        | 3,919         |
| 17                         | <i>Dik Tetteroo</i>          | 27,40        | 48           | 51       | 31,394        | 3,994         |
| 18                         | <i>Johan Vermeer</i>         | 29,20        | 45           | 55       | 33,400        | 4,200         |
| 19                         | <i>Karel Uitterlinden</i>    | 30,00        | 44           | 45       | 34,270        | 4,270         |
| 20                         | <i>Anton Honcoop</i>         | 27,10        | 48           | 50       | 31,405        | 4,305         |
| 21                         | <i>Jan Pieter Hofstede</i>   | 28,50        | 45           | 58       | 33,363        | 4,863         |
| 22                         | <i>Wout Borman</i>           | 28,20        | 45           | 55       | 33,400        | 5,200         |
| 23                         | <i>Jannes Schreuder</i>      | 28,70        | 44           | 44       | 34,283        | 5,583         |





Nieuwe Leden :

**Theo v.d Waal**  
**Jan Peters**  
**Simon Tom**  
**Theo de Visser**  
**Roel van Paasen**  
**Edwin Saathof**  
**Arie van Wingerden**

**Inleveren kopij clubblad**  
**Uiterlijk 16 November 2007**

Insturen Kopij : [redactie@fietsclubdemol.nl](mailto:redactie@fietsclubdemol.nl)

Het clubblad zal erg leeg zijn als jullie niet een stukje zouden schrijven. Schrijf eens over uw sterke verhaal van die klim die je altijd is bijgebleven of waarom je helemaal gek bent van fietsen. Het lijkt me ook heel leuk om te lezen waarom je precies deze fiets hebt gekozen.



Beste Mollers,

Zoals jullie in het clubblad hebben kunnen lezen wordt er voor volgend jaar een trip naar de Dolomieten Maraton in Italië georganiseerd. Inmiddels hebben zich 18 personen aangemeld en is de inschrijving gesloten.

Om de deelnemers te kunnen voorzien van informatie heb ik een website opgestart. Als jullie het leuk vinden om op de hoogte te blijven van de ontwikkelingen en/of nieuwsgierig zijn naar wat de Dolomieten Maraton nu precies inhoud kunnen jullie surfen naar:  
[www.freewebs.com/molmaratona/](http://www.freewebs.com/molmaratona/)

Veel lees- en kijkplezier gewenst!

Vriendelijke groet,

Jaap Booster

## **De Maratona: hoe het begon.....**

Het was op een regenachtige voorjaarsdag toen Jaap me vroeg of ik interesse had in de Maratona dles Dolomites. We reden Maastricht uit, 150 kilometer Stefan Rooks Classic nog vers in de benen. Eerlijk gezegd had ik daarvoor nog nooit serieus over nagedacht over een tocht van 138 km en 4200 hoogtemeters. Toegegeven, de laatste vakantie jaren ging de fiets mee naar de Alpen. En als ik dan een col te lijf ging en daarna voor de tent zat na te genieten, fantaseerde ik wel eens over de Marmotte. Maar om nou te zeggen dat ik serieus had nagedacht over een Dolomietenmarathon.....nee dus.

Enfin, vragen zijn er om te beantwoorden en het fietsvirus heeft me nu eenmaal te pakken, dus toen Jaap een maand later in het clubblad vroeg wie er interesse had -en er aan toevoegde dat geïnteresseerd zijn absoluut geen inschrijving betekende- was een mailtje snel verstuurd. Bovendien, zo bleek uit het clubblad, de Maratonna kent verschillende afstanden (handig in geval van een slechte dag!), is autovrij, eind juni een weekje vrij zou op mijn werk prima te regelen zijn en -niet onbelangrijk- vrouw en dochter waren er van overtuigd dat ik deze kans niet aan me voorbij moest laten gaan.

Enfin, al snel volgde er een bijeenkomst, waarin duidelijk werd dat er betaald moest gaan worden. En Nederlander als ik ben: dat is dan toch een *point of no return*.



## Hét adres voor Race en ATB fietsen

*Colnago*      *Pinarello*  
*Eddy Merckx*      *Opera*  
*Trek*      *Cannondale*  
*Giant*      *Ridley*  
*Look*      *De Rosa*  
*Concorde*      *Gazelle*



Gorinchemsestraat 78,  
Meerkerk, Tel 0183-352479

PERSONENAUTOS en -BUSSEN, BEDRIJFSVAGERS



**van gent**  
**auto-**  
**verhuur**

www.vangent-autoverhuur.nl

**078-619 17 24**      H.A. Lorentzstraat 6  
3331 EE Zwijndrecht



ONDERHOUDS- EN  
REINIGINGSPRODUKTEN  
B.V.  
POSTBUS 142  
4940 AC RAAMSDONKVEER

- \* Reinigingsprodukten - vloerwassen - markeerverf.
- \* Schrob- zuig- boenmachines enz.
- \* Stof- waterzuigers.
- \* Tapijtreinigingsmachines.
- \* Mop- werkwagen- wissystemen.



Bovendien: zo'n eerste betaling verandert je status van 'potentiële deelnemer' in gewoon 'deelnemer'. Hoog tijd dus om deze onderneming eens grondig te overdenken! Want hoe bereid je je als "deelnemer" nou voor op zo'n tocht? Een vraag die voor veel andere deelnemers gesneden koek bleek te zijn. Voorstellen voor zware tochten in Ardennen en Zuid-Limburg -waar achteloos aan toe werd gevoegd dat 'ze' de omgeving kenden als hun broekzak- werden met hetzelfde gemak gedaan als dat ik mijn vrouw voorstel om in het weekend samen een "rondje Biesbosch" te doen. Alle deelnemers blijken jaren lange fietservaring te hebben en de meeste hebben ervaring met een vergelijkbare of zwaardere tochten als de Maratonna. Kortom, ik ben met nog geen 3 jaar fietservaring duidelijk de benjamin van het gezelschap. En als er één conclusie is die ik afgelopen weken heb getrokken, is het wel dat ik werk moet maken van de voorbereiding.



Gek genoeg hoef ik me over die voorbereiding vanaf eind maart niet zoveel zorgen meer te maken. De Maratona wordt namelijk het laatste weekend van juni gereden en dus zijn er vanaf april (zware) klassiekers

uitgezocht die we gezamenlijk gaan rijden. Bovendien hebben we rond die tijd onze eigen supermol, Zwijndrecht – Zwijndrecht, kan ik eens een vrije woensdag met de krasse knarren mee, kortom, het voorjaarsprogramma staat eigenlijk al min of meer vast. Wat mij meer bezig houdt is de vraag: hoe zorg ik ervoor dat ik eind maart conditioneel dusdanig in vorm ben dat ik het "voorjaarsprogramma" zonder al te veel moeite kan verteren. Want hoe enthousiast vrouw en dochter ook zijn, vanaf april ieder weekend na een zware fietstocht voor dood op de bank liggen is nou niet direct hun ideaalbeeld van een "gezellig weekend". Er zal dus ook komende winter stevig getraind moeten worden en daarbij kan ik het niet alleen op de weekenden aan laten komen. Dus als het buiten koud, nat en donker is dan maar binnen trainen, waarbij heb ik de keuze heb tussen een spinning-abonnement, of de aanschaf van een Tacx. Beide opties hebben zo hun voor- en nadelen. Spinning –zo bleek vorige winter- is lastig te plannen i.v.m. werk en verplichtingen echtgenote. Als ik al kon, hing een avondje spinning vaak af van de agenda van de oppas.





Maar een Tacx schijnt alleen te werken als er sprake is van een ijzeren discipline, zo waarschuwen de kenners mij.

Tsja, wat te doen.....?

Onverwacht stuitte ik op nóg een trainingsmogelijkheid, toen mijn vrouw thuis kwam met een geleend boek: The Secret. The Secret, het geheim dus, is overigens allang geen geheim meer. Hooguit een publiek geheim. Het verkoopt inmiddels beter dan welk boek van Sonja Bakker ooit gedaan heeft en heeft zich stevig genesteld in de hoogste regionen van de boeken-top-10 (gezien de verkoopcijfers zou het me niet verbazen als er ook mollers zijn met het boek op hun nachtkastje). Kort samengevat wordt in het boek beweerd dat gedachten energie hebben en die energie is positief dan wel negatief. Hierbij is het zo dat positieve gedachten positiviteit aantrekken en negatieve gedachten als een magneet werken op allerlei negatieve ellende. Dus als je iets wilt bereiken, beeld het je dan krachtig in, want: " ....je gedachten geven je toekomstige leven gestalte. Waar je het meest aan denkt, waar al je aandacht naar toe gaat, zal als jouw leven verschijnen, je gedachten worden dingen". Kortom, als ik ergens op een positieve manier aan denk, komt het vanzelf naar me toe, ik trek het aan met mijn gedachten. Aldus The Secret.

Nou heb ik zo'n donkerbruin vermoeden dat de meeste mollers die dit lezen de wenkbrauwen fronsen. Maar stel nou eens even dat het werkt. Dan wordt zo'n voorbereiding op de Maratona wel even andere koek. Niks uren op de Tacx, niks zweten op een spinningmachine. Gewoon iedere avond voor het slapen gaan een kwartiertje rustig gaan zitten, ogen sluiten en me inbeelden dat ik onder een zacht lentesonnetje met soepele pedaalslag als een gazelle de Passo Giau bestijg. De bijbehorende conditie, de mooie kuiten, het ideale gewicht, en met een beetje mazzel zelfs de gebruikte kop, ik trek het allemaal aan en het komt vanzelf naar me toe.....

Zojuist ging de deurbel. Er stond een meneer van de pakketdienst op de stoep. Na lang denken over de aanschaf van een Tacx (en een paar muisklikken) is het apparaat vanzelf naar me toe gekomen.

Ardwil Goedegebuur



## Jubileumfeest !

We bestaan dit jaar **30 Jaar** en we gaan dit vieren met zoveel mogelijk leden en partners.

Op zaterdag 27 oktober rijden we de sluitingsrit van 45 km. We verwachten rond 11.30 uur aan te komen bij het clubhuis.

Er zal dan een hapje en een drankje zijn voor iedereen. Daarna is er voor iedereen de gelegenheid om zich te wassen en om te kleden. Dit kan zowel bij het clubhuis als gewoon thuis (als je niet te ver weg woont). Rond 13.00 uur zal onze voorzitter het feest dan openen met een mooie toespraak. Mensen die niet meegefietst hebben en partner zijn vanzelfsprekend van harte welkom.

We zullen dan met elkaar gezellig eten en drinken en de herinneringen zullen uitgedeeld worden zoals gebruikelijk bij de afsluiting van het seizoen. De test blijft nog een verrassing. We verwachten dat het feest aan het eind van de dag afgelopen is maar iedereen is welkom om zo lang te blijven als ze willen.

Geef je **vandaag nog** op dan kunnen we berekenen voor hoeveel mensen we de tafels moeten dekken. (de officiële inschrijvingsdatum is eigenlijk al verstreken)

Betaling zal gebeuren via automatisch incasso. De kosten bedragen 5 EURO per persoon. Ik wil jullie vragen duidelijk aan te geven of je alleen komt of niet, je achternaam en voornaam plus je adres.

Mochten er nog vragen zijn kom gerust naar mij toe of stuur een email naar

[secretaris@fietsclubdemol.nl](mailto:secretaris@fietsclubdemol.nl)

Met vriendelijk groeten

Anne Marie Verjaal



## **Rust, rust en nog eens rust.**

Beste wielervrienden,

er zijn van die tochten dat je denkt waar beginnen we weer aan. Ieder jaar valt de inschrijving in de bus van de Vélomédiane in La Roche. Dit jaar verreden op zaterdag 1 september. La Roche ligt centraal in de Ardennen, bij deze tocht is Claude Criquelion de peetvader. Met mijn wisselende diensten kon ik dit jaar weer meedoen, dit voor de 5e keer. De Vélomédiane geldt als één van de zwaarste Cyclo's. Het parcours bestaat uit 23 beklimmingen, met hoogte verschil van 3300 meter, dit verwerkt in een afstand van 172km.

De tocht is rondom La Roche uitgezet, de beklimmingen variëren van 3.5% tot 15.2% met een uitschieter naar 21%. Een zwaartepunt is de Mur de la Vélomédiane, na 62km, de beklimming begint met 17% naar 21% totaal 1,8 km. De weg is vochtig, dus opletten geblazen. Over blazen gesproken, op diverse plaatsen langs het parcours zijn er muzikale aanmoedigingen voor de fietsers. Een andere kuitbijter is de Cote du Parc 15% op 73km. Gevolgd door de Col de Haussire 11%. Op 100 km j de Cote de Malempré, 10%, De rit gaat verder richting Cote de Beffe, 1,4 km, 10.3%. op 147 km, dit jaar als snelle afdaling. Bij deze beklimmingen worden de reserves aangesproken. Hierna volgen nog vier beklimmingen waar je flink stuk op kan gaan. Na de laatste beklimming, Samrée, is het 9km in één afdaling naar La Roche met 58km op de teller. Bij de finish in La Roche is er een warm onthaal voor iedereen en een lekker biertje.

En dan nu terug naar de kop van dit verhaal, rust, rust en nog eens rust!

De week voor deze tocht had ik vijf vroege diensten te gaan bij Prorail. Dit scheelt 11/2 uur korter slapen per nacht, want je gaat toch niet eerder naar bed. Vijf maal 11/2 uur is een complete nachtrust gemist aan tijd deze week.

Deze week zat ik dus niet lekker in mijn vel, de gevolgen waren ernaar. Het eerste gedeelte lag ik nog op koers voor het gouden everzwijn. Helaas in deel twee ging het lichtje uit.

Op de laatste twee beklimmingen stond ik geparkeerd, als een trein tegen een stootjuk.

Met bloed zweet en tranen heb ik alsnog de streep gehaald, in 6:29 uur Deze tijd leverde mij alsnog het zilveren everzwijn op, ook mooi.



Conclusie: Uit diverse studies is gebleken, dat je de week voor een zware tocht flink gas terug moet nemen. Als advies wordt gegeven, evt. fietsen met een lage hartslag, enkele dagen niet fietsen voor de tocht en zoveel mogelijk slaapuren pakken. Aan enkele adviezen heb ik mij gehouden, maar dat slapen is erbij ingeschoten!  
Als grootste slaper in het profpeloton gold Joop Zoetemelk. De koers wordt gewonnen in bed, was zijn lijfspreuk.

Er was wel een pleister op de wonde. Mijn maten van deze dag, Martin en Richard, hebben wel top gepresteerd. Zij verlieten met een zilveren en een bronzen everzwijn La Roche. Al met al was het weer een gedenkwaardige dag, in mijn wieleren.

Met sportieve groeten en slaapzacht,

Gino Hoogenboom

Naschrift redactie: Gino, je wordt op je wenken bediend, het seizoen is bijna afgelopen zodat je voldoende rust kunt opbouwen voor de tochten van het volgende seizoen.



## Wielrenners in ziekenhuis, stof tot nadenken!

Hersenletsel. Ziekenhuizen krijgen ieder jaar 1500 wielrenners over de vloer die tijdens het fietsen gewond zijn geraakt. In 65% van de gevallen zijn de onfortuinlijke rijwielbestuurders van hun stalen ros gevallen. Zo'n 120 keer per jaar gaat het echt goed mis en is er zelfs sprake van hersenletsel.

Dat blijkt uit nieuwe nieuwe cijfers van de stichting Consument en Veiligheid over de periode 2001- 2005. Letsel aan hoofd, hals of nek komt gemiddeld 360 keer per jaar voor. De stichting pleit dan ook voor het verplicht dragen van een renners valhelm.

"Het is een wetenschappelijk bewezen effectieve preventiemaatregel om bij een val of botsing ernstig hersenletsel te voorkomen" aldus een woordvoerder.

Uit eerder onderzoek in het kader van de campagne voorkomblessures.nl blijken veel wegwielrenners weinig op te hebben met het dragen van een helm. Het risico op een val wordt vooral bij **SOLO RITTEN** niet groot geacht. Toch gaat 92% van de ongevallen waarbij ondermeer hersenletsel het gevolg is, om individuele ritten.

Met sportieve groeten,

Gino Hoogenboom

Dit bericht is overgenomen uit het weekblad: Metro, John van Schagen

## *Zicht op reclame*

Uw reclame prominent, of juist subtiel aanwezig, afhankelijk van de situatie en uw wensen. Samen met u komen we tot een creatief ontwerp en een hoogwaardige uitvoering.

[www.Zreclame.nu](http://www.Zreclame.nu) tel. 0184-631800

 **Zreclame**



## Waarom bergop fietsen leuk is

Als ik inklik begint de weg te stijgen. De uitgang van de camping ligt een flink stuk hoger dan waar de tent staat. Dus begin ik mijn dag met een stijging van dik 12%. Weliswaar over slechts 300 meter, maar toch: een voorbode van wat komen gaat en een mogelijkheid om de vorm van de dag in te schatten.

Ik sta aan het begin van mijn persoonlijke koninginnerit: 160 km lang en een hoogteverschil van ruim 3500 meter. Toegegeven, ik heb inmiddels al een aantal Alpengols "op naam". Maar altijd was dat één col, dus één klim en daarna dezelfde weg terug. Nu staat er een rondrit op het menu met 3 cols: de 'vriendelijke' Cayolle als voorgerecht, de 'verlaten' Col des Champs als hoofdgerecht en de 'lastige' d'Allos als toetje. De eerste en de laatste col zijn goed voor een dikke 1000 hoogtemeters, de middelste col is de 'slechts' 900 meter hoog, maar wel de steilste. De rest van de hoogtemeters sprokkel ik bij elkaar door vanaf de camping naar Barcolenette te fietsen: 15 km stevig vals plat. Op de terugweg uiteraard in tegenovergestelde richting, gevolgd door koud bier.

De weg is stil, het landschap mistig. Het centrum van Barcolenette ligt er op deze zondagochtend nog verlaten bij. Ik neem de brug en kruis de Ubaye. Hier begint de eigenlijke klim naar col de Cayolle, die de eerste kilometers door een lange smalle kloof loopt, bijna een canyon. Stenen op het afvalt doen vermoeden dat er vannacht weer allerlei rommel naar beneden is gekomen, al die borden staan er dus niet voor niets. Ik ben gewaarschuwd voor de afdaling.

Na zo'n 3 kwartier stijgen (oplopend naar 8%) begint de weg wat af te vlakken en worden de percentages wat vriendelijker: tussen de 3 en de 5%, met als hoogtepunt een kilometer lang 2%. Dat schiet lekker op, maar dan staat daar een man midden op de weg te zwaaien. De man is van top tot teen gehuld in regenkleding, heeft een gloednieuwe fiets, praat Frans én binnensmonds (vrijwel onverstaanbaar dus) en wijst naar de lucht.



Uiteindelijk lukt het me om de man te verstaan: gaat het nog regenen vandaag?

In mijn beste Frans probeer ik hem duidelijk te maken dat hoewel het nog zwaar bewolkt is, de voorspelling is dat de wolken in de loop van de ochtend als sneeuw voor de zon zullen verdwijnen. De man begint te glunderen: goed nieuws, want hij wil niet nat worden op zijn leeftijd. Als ik vraag hoe oud hij is, lacht hij zijn tanden bloot (althans, wat daar nog van over is) en mompelt een getal.

Iets in de tachtig meen ik te verstaan. Uiteindelijk pakt hij een steen en krast zijn leeftijd op het asfalt van col de Cayolle: 86 jaar.

De laatste kilometers stijgt de weg weer flink, de snelheid daalt navenant. Ongeveer een kilometer voor de col stop ik bij een berghut om de bidons bij te vullen en een banaan naar binnen te proppen. Door naar de col, jasje aan en naar beneden zoeven. De zon breekt door en ik rij door een schitterend en ruig landschap. Hier en daar liggen stenen op het wegdek, het dwingt me om mijn snelheid niet boven de 45 uit te laten komen. Een berm is er niet, waar het asfalt van de weg ophoudt, begint het ravijn. Eén foutje bij het ontwijken van een flinke steen en ik lig erin. Wel zo relaxed die snelheid, want er valt veel te zien. Wat kan bergfietsen toch een feest zijn!

Enmaal aan de voet van de col blijft de weg licht dalen en bereik ik na 8 km het dorpje St. Martin. Op een plein vlak voor het dorp, bij een groot monument waarop de franse jonge mannen worden herdacht die in 2 wereldoorlogen dan wel in Marokko het leven lieten, neem ik een kwartiertje pauze. Jasje uit, banaantje en een mueslireep erin en weer verder: op naar de verlaten col des Champs. De zon is inmiddels doorgebroken en het is flink warm aan het worden. Om zoveel mogelijk van de relatieve koelte te genieten besluit ik niet het dorp in te gaan op zoek naar water voor de bidons, maar op de kruising met de D178 direct af te slaan naar de col. Een besluit wat ik al snel moet bezuren, want de bidons met water en Isostar raken sneller leeg dan me lief is. Het wordt warm, ik zweet als een otter, het wegdek stijgt, het tempo daalt en nergens enige bebouwing te bekennen waar ik water zou kunnen krijgen. Uiteindelijk, op driekwart van de col, in het midden van stenen en niets, staat langs de weg een gebouw.

Spelende kinderen op het terras, van binnen donkerbruin, een vals grommende hond bij de deur en als ik mijn bidons op de toilet mag vullen een sputterende leiding: een franse gite comme il faut.







## *Alweer een afspraak gemist met uw fietsvrienden*

*Als accountants en belastingadviseurs kunnen wij u veel werk uit handen nemen. Wij bieden u een brede zakelijke dienstverlening en staan u op alle mogelijke gebieden bij. Van het controleren en samenstellen van jaarrekeningen tot fiscaal-juridische dienstverlening, advisering op bedrijfseconomisch gebied en administratieve ondersteuning.*

*Daarnaast begeleiden wij u bij zaken als estate planning, bedrijfsopvolging en overnames. Belangrijke aspecten van onze dienstverlening zijn korte lijnen en direct contact tussen u als cliënt en onze terzakekundige. Meer informatie vindt u op [www.verstegenaccountants.nl](http://www.verstegenaccountants.nl).*

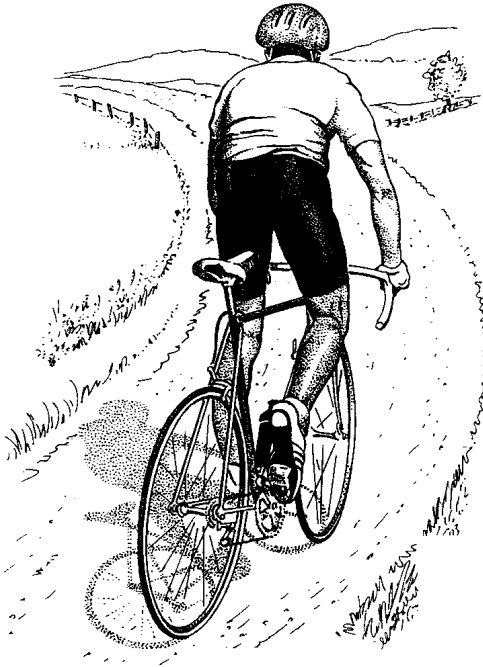


**VERSTEGEN**  
accountants en belastingadviseurs

**Dordrecht** : Noordendijk 189, Postbus 574, 3300 AN Dordrecht, Tel. 078 648 15 55, e-mail [info@verstegenaccountants.nl](mailto:info@verstegenaccountants.nl)



Na het banaantje en de mueslireep komt het mooiste gedeelte van deze col. De klim door het bos wordt nu beloond met spectaculaire vergezichten en een fantastisch uitzicht op de Bonnette, volgens de fransen de hoogste col van Europa. Af en toe stop ik heel even om van het uitzicht te genieten en bedenk me dat ik nu op dezelfde grond rijd waar Eddy Merckx twintig jaar geleden het einde inluidde van zijn glorieuze tijdperk. In de rit vanuit Nice naar Pra Loup reed hij ook via de Col des Champs en de d'Allos om vlak voor Barcolenette nog één keer aan te zetten voor de klim naar het foielelijke skidorp Pra Loup.



Ongeveer waar ik nu rijd, demarreerde Merckx om als eerste boven te komen. Even later op de Col d'Allos was hij nog steeds alleen, maar in de slotklim naar Pra Loup hield Merckx het niet meer vol. Thévenet won de rit en de Tour, het tijdperk Merckx was voorbij. Geïnspireerd door de gedachte aan de demarrage van Merckx trap ik de laatste 2 kilometers van de col flink door, hetgeen eenmaal boven wordt beloond met vergezichten en een fikse kramp in mijn rechterbeen. Ik rek de kramp eruit, sla zo'n beetje al mijn water achterover en laat me over een smalle weg vallen richting Colmar. De afdaling is hier oppassen geblazen: behalve stenen en slecht asfalt zijn er ook

op de meest onverwachte plaatsen geulen gemaakt voor de afwatering.

Beneden aan moet ik eigenlijk rechtsaf richting col 'd Allos, maar ik daal nog ruim een kilometer verder naar het vestingstadje Colmars, op jacht naar het broodnodige vocht. Op het dorpsplein is zo'n beetje alles gesloten (lunchtijd in frankrijk!), behalve het terras van de pizzeria. Ik doe zo langzamerhand een moord voor een koude cola,



# Auto- en motorrijdschool A. van Waardenburg

Van Doesburgerf 93  
3315 RC Dordrecht

Tel: 078 - 6215033

**Al 50 jaar een begrip**

Alle schilderwerken  
Bij nieuwbouw en verbouw  
Glashandel  
Wand-, plafond-, en vloerafwerking

**Den Breejen & Zn.  
Schilderwerken bv**

Rivierdijk 210-212, 3361 AT Sliedrecht,  
Telefoon 01844 - 12703



**Van  
Eynsbergen**  
race-rijwiel- en ATB-specialist

info@firma-van-eijsbergen.nl

Voorstraat 226 3311ET Dordrecht  
Tel 078-6133835, Fax 0847194228

[www.firma-van-eijsbergen.nl](http://www.firma-van-eijsbergen.nl)

Gazelle - Trek - Batavus - Bulls - Sparta - Giant - Simplex

**Alle merken autobanden**

**Gabriël schokdempers**

**Lichtmetalen wielen**

**Conac accu's**



**LEEN POST BANDEN B.V. LP**

Lelystraat 73-75 Sliedrecht  
Tel. 0184-413516  
Fax. 0184-421354  
[www.leenpostbanden.nl](http://www.leenpostbanden.nl)

**SOTON**

Service voor en onderhoud van beton

- Adviezen
- Betonreparaties en afwerking
- Groutingsystemen
- Beton fire-proofing
- Waterdichtingswerken
- Voegovergangen en dilataties
- Slijtlagen
- Injectiewerken
- Epoxywerken
- Egalisaties

Mechelaarstraat 6  
4903 RE Oosterhout  
Tel: (0162) 470808  
Fax: (0162) 470809



dus stekker ik het drukke terras op en kies een tafeltje. Een gehaaste ober vraagt me of ik wil eten of drinken. Even overweeg ik een bord spaghetti te bestellen, maar schat in dat met al die drukte het wel even kan duren, dus kies ik voor "drinken". Kennelijk is dit het foute antwoord, want de ober begint in rap tempo een heel verhaal af te steken waaruit ik begrijp dat ik aan een tafeltje zit waaraan alleen gegeten kan worden. Ik kies een ander tafeltje, waar zich exact hetzelfde tafereel zich herhaalt, met dit verschil dat de ober mij nu ook probeert uit te leggen dat het terras uit zones bestaat: er een zone is waarin je een tafeltje neemt om te eten én een zone waarin je alleen iets drinkt en ik zit kennelijk in de fout. Aangezien ik geen idee heb hoe die zones lopen en ook geen zin heb om mij hierin te verdiepen, loop ik op goed geluk naar een leeg tafeltje helemaal aan de andere kant van het terras. Het levert me de felbegeerde koude cola op.

Nadat bidons gevuld zijn en ik voor de verandering maar weer een banaantje en mueslireep naar binnen heb gewerkt, klik ik in voor de laatste col. Volgens de kaart zit ik op zo'n 25 km van Col d'Allos vandaan en begint het echte werk pas over 8 km, na het dorpje Allos. Daarvoor 'slechts' vals plat, dat in deze hitte een stuk valser aandoet



dan de kaart doet vermoeden. De weg lijkt helemaal niet steil, maar ik heb het gevoel dat er kauwgom aan mijn banden zit. Het enige dat ik kan bedenken is om in deze hitte veel te drinken en af en toe wat water over me heen te plenzen. Ook nu weer raken de bidons sneller leeg dan me lief is, maar het is niet ver

meer naar Allos, waar ik ongetwijfeld bij kan tanken. Dan komt er een bestelauto naast me rijden.

Messieur, l'eau c'est bon? klinkt het uit het geopende raampje.

Non messieur, avez vous?

De auto geeft een dot gas, gaat voor me rijden en remt abrupt. De chauffeur stap uit, opent de bestelwagen en tovert uit een koelbox een grote fles ijskoud mineraalwater tevoorschijn. Het smaakt nog lekkerder dan de cola van zo-even.



Eenmaal in Allos duik ik gelijk de supermarkt in, de ge-aircode lucht doet weldadig aan. Ik koop 2 literflessen mineraalwater, een groot blik koude cola en een halve liter gekoelde sportdrank die –als ik het franse etiket goed begrijp- “een onmisbare hulp is bij langdurige lichamelijke prestaties en hierbij de atleet net dat ene duwtje in de rug geeft als het even niet meer gaat”. Kortom, precies wat ik nodig heb!

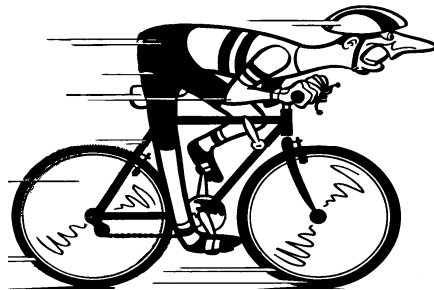
De sportdrank smaakt laf en maakt zijn belofte niet helemaal waar. Zo'n 7 kilometer voor het hoogste punt slaat de kramp in mijn rechterbeen weer toe en is het tempo eruit. Echt lastig wordt het pas de laatste 4 kilometer, als de percentages rond de 10% liggen.

Ik besluit een kleine pauze in te lassen, waarin ik niets anders kan verzinnen dan van het fantastische uitzicht te genieten, 2 gelletjes naar binnen te werken, drinken en wat te rekken. De laatste kilometers neem ik langzaam, maar gestaag, terwijl ik me sterk begin af te vragen wat er nu eigenlijk zo leuk is aan bergop fietsen. Een antwoord wil me maar niet te binnen schieten. Nog 2 x stop ik heel even om flink te drinken, mijn rechterbeen wat te rekken en mijn gedachten van me af te schudden. Nooit geweten dat 4 kilometer zo lang konden zijn!

De afdaling is werkelijk schitterend, het wegdek is een tapijtje en er is niet veel verkeer. Zo'n afdaling is een heerlijk toetje en maakt deze rit echt helemaal af. Vlak voor Barcolenette raas ik voorbij het bordje dat de afslag naar Pra Loup aangeeft en ik denk nog even aan Merckx: die moest hier nóg een keer omhoog. Ik voel gelijk weer de kramp in mijn been en met hem mee.

Vanaf Barcolenette rest nog een flink stuk vals plat naar beneden, richting camping. Helaas heb ik de wind snoehard tegen, zodat het toch nog harken wordt. Moe maar tevreden laat ik me tenslotte in het campingstoeltje zakken. Terwijl ik een koud biertje naar binnen laat glijden besef ik dat ik nog steeds niet weet wat er nou zo leuk is aan bergop te fietsen. Wel weet ik dat ik deze rit voor geen goud had willen missen!

Ardwil Goedegebuur



# Dierenartsenpraktijk Drechtstreek Dordrecht



Aangesloten dierenartsen :

**G. van den Brink**

**H.T.M. v.d Linden**

**H.A.N. Mulders**

**A.R. Pronk**

**M. Steendam**

**J. Willems**

**J.L.H. Hopmans**

**M.H.J. Reijers**

**H.C. Molenaar**

**D. Kuiper**

**E.E. Soeteman**

Regelmatig verzorgen wij lezingen over:  
Artroscopie, herniabehandelingen, heup- en  
Knieoperaties in het **MRI centrum**.

**Spreekuren maandag tot en met vrijdag**

**Dierenziekenhuis:** Jan Valsterweg 96  
Tel. (078) 621 91 30 3315 LG Dordrecht

Voor informatie over spreekuurlokaties en tijden in  
Dordrecht, Papendrecht, Sliedrecht en 's Gravendeel  
verwijzen wij u graag naar onze website:

**[www.dapdrechtstreek.nl](http://www.dapdrechtstreek.nl)**



# COLOFON

## **Bestuur DTC de Mol:**

### Voorzitter:

Rob van Rutten  
Alm 52  
5172 CW Kaatsheuvel  
Tel: 0416 - 27 31 68

### Secretaris:

Anne Marie Verjaal  
Stenenkamer 32  
3332 KP Zwijndrecht  
Tel: 078 - 612 32 17

### Penningmeester:

Mauro Danese  
Lyra 88  
3328 NJ Dordrecht  
Tel: 078 - 651 22 33

### Bestuurslid:

Cees Bakker  
Stooplaan 17  
3311 DL Dordrecht  
Tel: 078-6311179

### Bestuurslid:

Jan Korteland  
Brasem 314  
2986 HC Ridderkerk  
Tel: 0180-422415

## Clubgebouw:

Recreatie gebied "Holl. Biesbosch"  
Vogelaarsweg 6  
3313 LL Dordrecht  
Tel: 078 - 616 43 03  
B.g.g. Co Naaktgeboren  
Tel: 078 - 631 15 29

## Volgwagen:

André Hoogenboom  
Tel: 078-6120420

Gino Hoogenboom  
Tel: 078-6192064

Autotelefoon volgwagen:  
Tel: 06 - 101 66 732

## Internet:

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

## Aan- / afmelden als lid

En (e-mail) adreswijzigingen  
Altijd schriftelijk doorgeven bij de secretaris !

## Redactie:

*Arjan Kamberg*  
Meesterknecht@ElsArjan.nl  
*Theo Rutten*  
RuttenTheo@Planet.nl

Kopij : [redactie@fietsclubdemol.nl](mailto:redactie@fietsclubdemol.nl)

Advertenties: via de Penningmeester  
Mauro Danese







## QUADRANT ARCHITECTEN



woningbouw

utiliteitsbouw

ouderen- en gezondheidszorg

scholenbouw

adres  
Markt 24  
Postbus 133  
4760 AC Zevenbergen

telefoonnummer  
0168 328255  
faxnummer  
0168 328354

email  
mail@qarch.nl  
website  
www.qarch.nl

