

## VOORWOORD

Van de Voorzitter.

Inmiddels is het alweer Juli als dit clubblad weer op de mat ligt. Juli betekent half weg het jaar. Juli betekent voor sommige ook alweer halweg in het seizoen. Maar zoals de vraag vaak is; is het glas nu half vol of half leeg. Ik denk half leeg denkend aan de mooie herinneringen die de 1<sup>e</sup> helft van het fietsseizoen hebben gebracht. En ook half vol denkend aan wat er nog aan gaat komen. Dit laatste heb je als fietser uiteraard zelf in de hand. Wij als Mol kunnen alleen maar zorgen dat er zorgeloos gefietst kan worden. En daar werkt vooral de TC heel erg hard aan. Dus even een compliment naar die mannen.

Mijn seizoenshoogtepunt moet de erwtensoep worden uiteraard aan de zijde van onze eigen Ardwil. Alles daarvoor zie ik maar als een toetje.

Voor degene die niet op de hoogte zijn van mijn huidige status kan ik mededelen dat er geen hernia operatie heeft plaats gevonden. Vlak voor de geplande operatiedatum is "gelukkig" het lichaam zichzelf gaan herstellen. De 8 weken plat hebben dan toch nog resultaat gehad. Inmiddels weer wat actief en gisteren zelfs 6 km gefietst. Kon eindelijk weer eens de wind door mijn haren voelen waaien. Voor insiders, het waaide hard dus kon ik inderdaad de wind door mijn haren voelen. Het was op de damesfiets van mijn vrouw omdat ik dan rechtop kan zitten. De ATB of racefiets is i.v.m. de houding nog een brug te ver. Maar goed veel wandelen dan maar en daar zijn onze honden (2) erg blij mee. Zo genoeg over ondergetekende.

Zwijndrecht Zwijndrecht ons paradeplaatje was weer een onvoorstelbaar succes. 300 deelnemers is weer een verbetering van vorig jaar. Op naar de aantallen vanuit onze begintijd van 500 deelnemers?

Uiteraard een groot compliment aan Jan Korteland en zijn team. Echt fantastisch om zo'n resultaat te behalen. Wat mij betreft blijft Jan het doen totdat hij aan een rollator toe is en ik hoop dat nog heel lang gaat duren. Als het moet krijgt hij een Molrollator Als bestuur hebben wij al een voorevaluatie gehad samen met de toercommissie (TC). Want wij zijn en blijven heel kritisch en willen continue de zaken verder verbeteren. Belangrijk punt is dat wij komend jaar met meer tussenrijders (meerdere groepen tussenrijders) willen gaan werken. Dit om de veiligheid en begeleiding verder te verbeteren. Ook zal aan de deelnemers vooraf beter kenbaar worden gemaakt wat deze tocht allemaal inhoudt. Zaken die voor ons vanzelfsprekend zijn, zijn vaak niet bekend bij de deelnemende fietsers. Denk aan wat te doen bij lekrijden, onze opvang en begeleiding, de motoren onderweg en het circus in België. Ook wanneer er wel en niet (altijd op eigen risico) sanitair gestopt kan c.q. mag worden.

Jan gaat in zijn team de zaken verder evalueren en uitwerken voor 2010. Dat betekent dat u als Mol daar gewoon bij MOET zijn. Wat nl. wel is opgevallen is dat er weinig, oftewel te weinig, Molleden deelnamen. Als je alle voorrijders, achterrijders en tussenrijders er af trekt blijft er te weinig over. Conclusie wij gaan werken om ook al die andere Mollen bij Zwijndrecht Zwijndrecht voortaan op de fiets te krijgen. Afstand mag geen probleem zijn want met de bus kan je de tocht tot de helft inkorten. Dat betekent dat 400 deelnemers haalbaar moet zijn.

Mochten jullie aanvullende zaken hebben waarom je niet meerijdt of niet meer meerijdt waar wij wat mee kunnen laat het aan Jan Korteland weten!!!!

Wij verwachten veel reacties zodat wij er ook wat mee en aan





# STALEN BUIZEN

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

Wonen

Eten

Slapen

Licht

Werken

# Trendhopper®

Opbergen

Accessoires

Lelystraat 122 Sliedrecht



0184-421057



# zwaluwe

BOUW- EN AANNEMINGSBEDRIJF BV

- onderhoud
- renovatie
- restauratie
- nieuwbouw
- projectontwikkeling

Zwijndrecht:

Anna paulownastraat 11

Tel. (078) 612 92 75 / 612 98 41

Fax (078) 619 63 89

[info@zwaluwe-zwijndrecht.nl](mailto:info@zwaluwe-zwijndrecht.nl)

Zevenbergschenhoek:

Olavstraat 37

Tel. (0168) 45 25 05

Fax (0168) 45 30 90

[info@zwaluwebouw.nl](mailto:info@zwaluwebouw.nl)

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



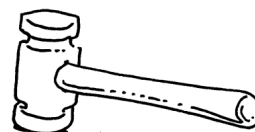
kunnen doen.

In het vorige voorwoord van mei heb ik al aangegeven dat de sponsorcommissie bijna operationeel was. Inmiddels is de 1<sup>e</sup> vergadering geweest en ligt bij al onze sponsors een brief. Naast de eerder vermelde sponsors Jan van 't Leven en Danie Pellikaan zitten hier ook bij Koos Schenk (contactpersoon bij onze sponsor Verstegen Accountants), Jan van de Glas en Jetse van Melick. Als bestuur zijn wij zeer blij met deze nieuwe commissie die als doel heeft de continuïteit te waarborgen op lange termijn. Daarnaast bekijken zij nieuwe mogelijkheden om daardoor de Mol nog meer armslag te geven.

Het aspect veiligheid is samen met de TC besproken. Jaap en Ardwil, waren helemaal afgereisd naar Kaatsheuvel om met ons als bestuur te brainstormen. Er is afgesproken dat de TC een aantal ideeën gaat uitwerken m.b.t. de veiligheid en met name gebaseerd op de steeds groter wordende pelotons Mol fietsers. De TC komt met een uitgewerkt plan wat wij in 2010 gaat testen in de praktijk. Het aantal deelnemers is een luxe probleem wat wij op een verantwoorde manier willen gaan oppakken. Doel blijft om verder te groeien in leden en dat doel bereiken wij ook elk jaar. Als het zover is zal de TC hier over gaan communiceren met de leden. De TC is verantwoordelijk voor de uitvoer van de plannen.

Voor de rest valt er niet meer zoveel te melden van het bestuursfront. Al moet ik wel zeggen dat ik vindt dat jullie erg veel mooi weer hebben gehad tot nu toe. Maar je krijgt wat je verdient. Ik wens een ieder die binnenkort op vakantie gaat een fijne vakantie en laat die Molshirts maar zien in het buitenland!  
Voor de thuisblijvers weer veel mooie kilometers gewenst.

Rob van Rutten



### **Fietshelmen gezocht!**



Om onze gasten die een TEP-rit willen meefietsen en geen helm bij zich hebben van een helm te kunnen voorzien, maar ook voor onze eigen leden die hun helm zijn vergeten, is de Toercommissie op zoek naar een aantal gebruikte fietshelmen.

Dus als jij je oude maar nog goede helm ter beschikking zou willen stellen zou dat ons weer een kopzorg schelen.

Je kunt de helm inleveren bij één van de Toercommissieleden.

Namens de Toercommissie alvast bedankt!



## Dagboek van een fietsgek.

(je moet wel gek zijn om dit programma te gaan fietsen).

Vorig jaar ben ik, zoals de meeste wel weten, met de delegatie van de club naar de Dolomieten geweest. Dat is zo goed bevallen dat ik dit jaar een uitgebreider programma voor mijn vakantie heb samengesteld.

In het kort ziet dit programma er als volgt uit:

16-6 tot 20-6 Voorbereiding in Ochsengarten-Ötz (A), hier zaten ik en de jongens (Harry, Jan, Arjan, Ardwil en Cees) vorig jaar ter voorbereiding ook al.

20-6 tot 22-6 Nauders (A), met op 21-6 deelname aan de Dreiländergiro

22-6 tot 26-6 midweek Bormio (I)

26-6 tot 29-6 Aprica (I) met op 28-6 deelname aan de GF Marco Pantani

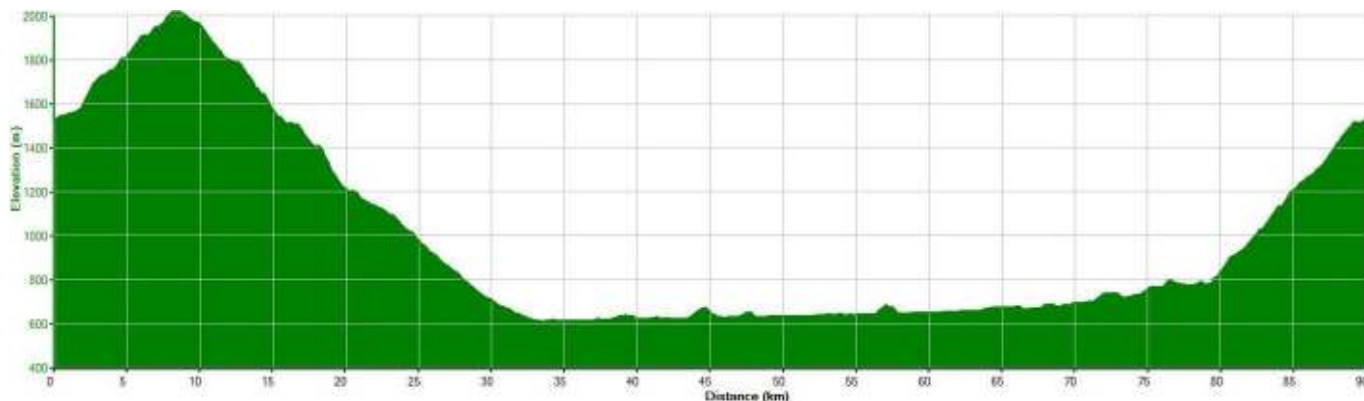
29-6 tot 6-6 Pedraces (I) met op 5-6 wederom de Maratona dles Dolomites.

6-6 tot 9-6 terug naar Ochsengarten om nog wat tot rust te komen.

Op het moment dat jullie dit dus lezen ben ik bijna weer terug, op tijd voor de Jan Jongman memorial, het vervolg komt dan in het volgende clubblad.

Dinsdag 16-6: Over de eerste dag kunnen we kort zijn, 's ochtends vroeg vertrokken en op tijd voor het avondeten aangekomen. Na het avondeten lief en leed gedeeld met de plaatselijke bevolking (niet te lief, we houden het wel netjes) daarna nog wat binnenbandjes geplakt omdat ik bijna zonder zat, had ik ook thuis kunnen doen maar nu heb ik er toch de tijd voor.

Woensdag 17-6: eerste fietsdag: vorig jaar, nadat Harry en ik de voorgaande dag nog de vallée d'Aulps in Morzine met moordende hitte hadden gefietst, hadden wij besloten eerst wat te herstellen en de 1<sup>e</sup> dag in Ochsengarten niet te gaan fietsen. Ik had de anderen voorgesteld vanuit het hotel halverwege de klim op 1550m eerst de berg af te fietsen naar Ötz op 820m en dan terug, helemaal tot boven naar Kühtai op 2020m. Dit is de eerste klim van de Ötztaler radmaraton. Vandaag heb ik dezelfde klim gereden echter vanuit het hotel meteen omhoog naar Kühtai, aan de andere kant afdalen, dan terug door het Inntal om de berg heen en dan vanuit Ötz weer terug naar Ochsengarten, totaal zo'n 90km en 1690hm. Mooi zonnig weer en lekker warm.



Normaal kwam ik hier alleen met wintersport, vanaf de fiets ziet alles er in de zomer nog mooier uit, het geluid van de wild stromende bergbeek hoor je in de klim eigenlijk bijna overal, koeien en paarden vrij op en langs de weg geven leuke plaatjes. Echt genieten is het daarentegen bergop niet altijd, met regelmatig terugkerende waarden van rond 10% en een stuk van 14% over 800m! is het behoorlijk zwaar. Ik dacht op een gegeven moment zelfs "mijn god, wat heb ik de jongens vorig jaar aangedaan!" Nu begrijp ik ook waarom Jan en Arjan de 2<sup>e</sup> dag, nadat we naar de Timmelsjoch gefietst waren, graag met mij met de auto vanuit Ötz terugreden en Cees helemaal kapot boven aankwam. (en alleen ik de laatste dag daar -een andere klim- ben gaan fietsen)

Naast deze in tweeën gesplitste klim een leuke tocht gehad, lange afdaling en dan met hulp van de GPS via wat binnenwegen terug naar Ötz. Soms kwam ik daarbij op mooie fietspaden maar soms ook onbedoeld op ongeasfalteerde stukken door bossen. Wel dan steeds een machtig uitzicht op de mij omringende bergen



**GOVIA**  
SPORTSWEAR B.V.

**Wielers- Voetbal- Schaats  
Runningkleding  
en kleding voor diverse andere sporten**

*Wij verzorgen de wielerkleding  
voor D.T.C. de Mol*

**GOVIA**  
*promotions*

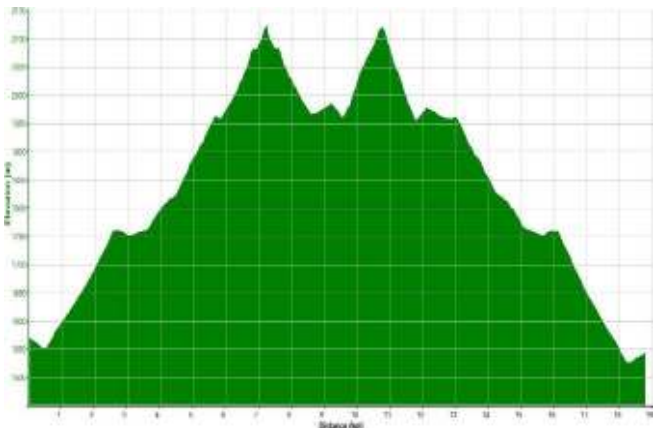
Bezoek ook onze site :  
[www.gowapromotions.com](http://www.gowapromotions.com)

Past. Palsstraat 4  
4711 CN St. Willebrord  
Tel. 0165 386644  
Fax 0165 386762  
[www.rogelli.com](http://www.rogelli.com)  
[info@rogelli.com](mailto:info@rogelli.com)

van zo'n 2500m hoog.

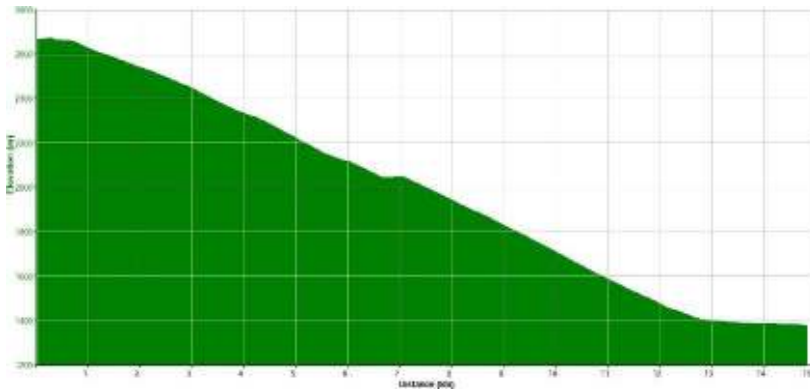


Donderdag 18-6: Vandaag had ik gepland wat te gaan mountainbiken. Ook nu was het prachtig weer en erg warm, max zo'n 30°. Ik heb een relatief korte maar zware tocht gemaakt naar het skigebied van Hoch-Ötz. Eerst zo'n 7,5km bergop tot 2120m daar pauze gehouden. Bij meer dan 17% word het wel lastig. Staan kan bijna niet omdat er dan te weinig druk is op het achterwiel en je wegschuift in de gravel en het voorwiel wordt erg "zweverig". Soms zittend een kort sprintje trekken was dan een optie, wel erg vermoeiend. Na de pauze stukje terug en om de bocht nog een klim tot bovenaan de skilift, ook op 2120m, weer een korte pauze waarna mijn fietsje z'n naam kon waarmaken, downhillen terug naar het dorp, wel uitkijken want alle wegen waren een samenraapsel van wat ze op de berg als verharding konden vinden of op de lager gelegen paden gravel, erg oppassen in de bochten dus. Totaal 19km en 815hm.



Vrijdag 19-6: omdat de weersvoorspellingen 's middags weinig goeds beloven had ik een korte toer naar de Ötztaler Gletscherstrasse, vanuit Sölden gepland. Helaas was het 's ochtends al slechter weer en besloot ik in eerste instantie niet te gaan en nam een rustdag, beetje de grote routes bekeken/uitgewerkt, wat gelezen e.d. na de middag klaarde het een beetje op en begon het fietsvirus toch weer te kriebelen. Nadat ik wat had gegeten heb ik toen toch besloten naar Sölden te rijden. Op de heenweg zag ik in de verte, boven Sölden ook mooi weer dus ik hoopte dat dat zo bleef. Vooraan in Sölden (1350m hoog) de auto geparkeerd en snel op de fiets gesprongen, het was al 15u45 inmiddels. Na 2,5km begon ik aan de klim van de Gletscherstrasse (1450m). In de bochten staat steeds aangegeven hoe hoog je zit en hoe ver het nog is, eerste bocht 1505m, 0,5km, nog 12km te gaan beetje demotiverend omdat het toch continu best steil 11-13% omhoog gaat. Vanaf 4km begon het navenant toch wat te regenen. Ik dacht "ik zie wel tot hoe ver ik rij".





Om nu meteen om te draaien vond ik ook weer zo zonde. In de tussentijd werd het echter steeds natter en ook niet minder steil. Bij 5km weer een bocht, 1720m, 2km nog 10km. Getwijfeld want het was aardig nat geworden. Toch doorgereden. Uiteindelijk vanaf 6,5km 1990m klaarde het zowaar wat op. Ik rij in ieder geval tot de "mautstapel" op 2035m. Daar heb ik uiteindelijk besloten gewoon te kijken hoe

ver het zou gaan, ik had al de helft van het hoogteverschil en de afstand afgelegd, dus waarom niet, nog "maar" 6km en zo'n 600hm. De helling bleef rond 12%, eerst een lang recht stuk, eerstvolgende bocht nog 3,2km 2340m.



Je gevoel voor afstand en tijd moet je als fietser wel bijstellen. 3,2km op deze hoogte als je niet competitief bezig bent is dus gewoon "nog maar" 'n half uurtje! Volgende bocht, 2,7km en 2400hm. 2,2km en 2460m ben er bijna! 2km, 2480m nog 'n kwartiertje! Helaas komen er dan geen bochten meer waardoor je wat "gemotiveerd" kunt worden, maar de skiliften komen langzamerhand dichterbij. Toen ik uiteindelijk op de parkeerplaats op 2670m aan kwam zag ik nog een kapelletje ietsje hoger. Moet kunnen! Kapelletje was open dus ben ik even naar binnen gegaan en heb een Weesgegroetje opgedragen in de trant van "bid voor ons allen maar vooral voor Armand", mijn zwager die aan kanker lijdt. Na een korte pauze over de natte wegen door dichte mistbanken afgedaald, gelukkig niet overal, en snel teruggereden naar het hotel voor het avondeten. Daarna de fiets schoongemaakt en wat onderhoud gepleegd.

Zaterdag 20-6: opstaan, ontbijten, inpakken en op weg naar Nauders voor de 1<sup>e</sup> grote toer, de Dreiländergiro morgen. Getankt in Samnaun, € 0,89/L! "Zollfreie zone", hotel bagage op kamer gezet, Papieren opgehaald van de organisatie, remmen goed afgesteld, e-mail gechecked etc.

Het evenemententerrein is hier op een vlak gedeelte vlak voor de oude burcht van Nauders, heel mooi plaatje, wel -uiteraard- minder groots dan de Maratona dles Dolomites. 's Middags was nog de aankomst van de RATA 2009, race accross the alps, 540km en 14000hoogtemeters, de snelste in 22u05m!, één van de laatste eindigde na de prijsuitreiking op 32uur, nog steeds indrukwekkend. 's avonds de spullen klaargezet voor de 1<sup>e</sup> grote tocht van deze vakantie.

Zondag 21-6: vannacht kon ik pas laat slaap vatten, spanning zeker, zo 'n 4 uurtjes geslapen, om 4u30 ging de wekker, snel gedouched,



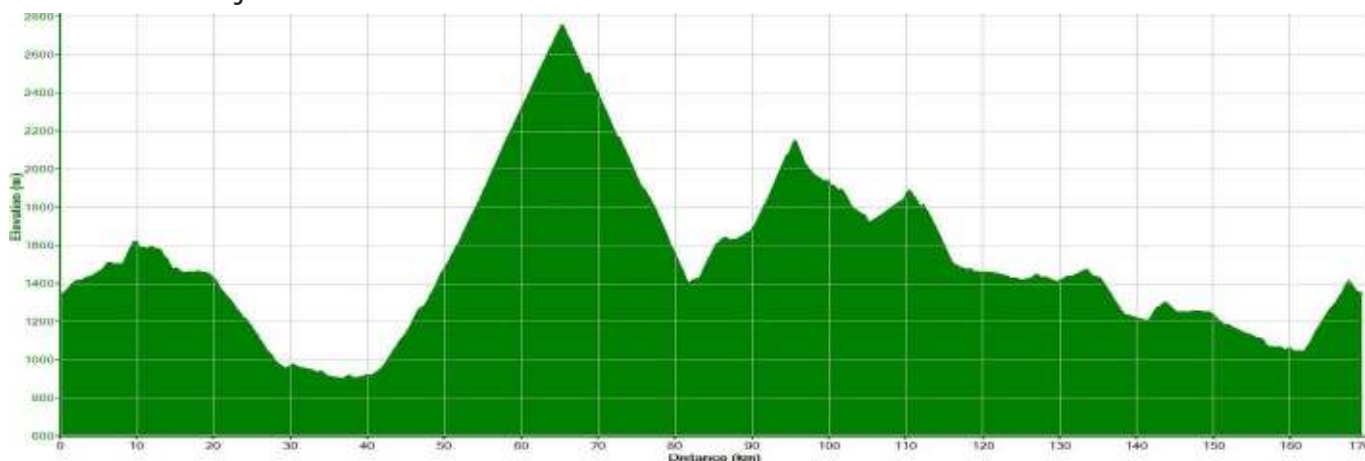
ontbijt om 5 uur en kort na 6 uur de 500m naar de start gefietst. Om 6u30 exact was de groepsstart. Aanvankelijk ging het heel vlot de eerste kleine pas over, de Reschenpass. Aan de voet van de Stelvio bleek ik een gemiddelde gereden te hebben van 35 km/uur.

De Stelvio is een machtige berg, m.n. door de lengte, 24km, het grote hoogteverschil van 1900m, de max. hoogte van 2760m en het imposante uitzicht. De 1<sup>e</sup> verzorgingspost was in Trafoi, zo 'n 10km op de klim, bidon bijgevuld, gedronken en een banaantje gepakt. Door de adrenaline en/of gestimuleerd door alle renners om me heen reed ik nu veel vlotter deze berg op dan de voorgaande dagen. Eigenlijk had ik deze zwaarder verwacht, de helling bleef rond 9-10% oplopen en was dus minder lastig dan de Ötztaler Gletscherstrasse. Onderweg enkele video's gemaakt. Boven was het best koud, naar verluidt zo 'n 4°C. ik was blij dat ik m'n overschoenen aanhad, voor de afdaling heb ik ook m'n regenjas en winterhandschoenen aange trokken en het helm mutsje opgezet dus van de kou weinig last gehad.



Na de afdaling van 16km kwam de 2<sup>e</sup> verzorgingspost op 1400m hoog, weer 'n banaantje met wat sportdrank. Hier niet te lang stilgestaan, ik zat 'n halfuurtje vóór op m'n schema en wilde dit graag zo houden. De aanloop naar de volgende pas, de Ofenpass 2150hm, liep wat minder lekker, niet extreem steil, maar een rottig -best koud- tegenwindje. De klim zelf zat uiteindelijk ook tegen 10%. Na deze klim op 96km komt een lange afdaling, aanvankelijk nog mooi (de 1<sup>e</sup> 10 km) maar daarna ontzettend vermoeiend en saai. Alhoewel het hoofdzakelijk bergaf zou moeten gaan was dat meestal maar een paar %, omdat er een rottige en koude tegenwind stond (hier kreeg ik het uiteindelijk kouder dan op de Stelvio) moest er stevig doorgetrapte worden om een beetje vooruit te komen. Groepjes vormen was dan de oplossing. Na 50km afzien (klein hongerklopje op het eind dacht ik) kwam dan ook eindelijk de laatste klim, nog 6km en 370hm. Deze liep -gek genoeg- nog best aardig, op het eind max 8%. Daarna was het eigenlijk klaar want 1,5km verderop bergaf was de finish. Totaal 170km en 3780hm gereden in 8u45m, waarvan 1u pauze.

Perfekte dag gehad, zeer tevreden, geen lekke band, alleen de trapas heeft de hele dag ge kraakt net als tijdens de dolomietenmarathon.



Morgen lekker uitslapen, spullen inladen en weer de Stelvio over -maar dan met de auto- voor de midweek Bormio ter voorbereiding van de GF Marco Pantani op 28 juni in Aprica.

Theo





**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



## Aannemers van Grond-, Weg- en Waterbouwkundige werken



**Kraaijeveld's Aannemingsbedrijf b.v.**

Londen 9 Barendrecht, Postbus 6  
2990 AA Barendrecht  
Tel.: 0180 - 613 522. Fax: 0180 - 619 160



## Ven2-4Cancer

Even voorstellen:

Mijn naam is Peter Overduin, 50 jaar, getrouwd en 3 dochters. Werkzaam bij de politie Zuid-Holland-Zuid op de afdeling Informatie en Coördinatie Centrum, Overkampweg te Dordrecht. Verder ben ik dirigent van 5 koren, 3 gemengde en 2 mannenkoren. Zie hiervoor mijn website: [www.peter-overduin.nl](http://www.peter-overduin.nl). Ik woon in Hendrik Ido Ambacht. Dat jullie mij niet veel zien heeft alles te maken met de werkzaamheden hierboven. Ook in de weekenden gaat het werk en de concerten door. Dat betekent dat je lastig kunt plannen en ook niet iedere week vast aan iets kan meedoen.

Mijn hele leven eigenlijk al gesport. Vroeger veel hardgelopen en door een blessure ook gaan fietsen. De uitdagingen kwam vooral door een vriend die mij liet ervaren hoe het is om in Frankrijk enkele bergen te beklimmen. In de jaren daarna ben ik steeds meer langere toertochten gaan fietsen. Elk jaar probeer ik mee te doen aan de Amstel Gold Race, Zwijndrecht-Zwijndrecht, de Jan Janssen Classic en de Mh2d.

Ook dit jaar weer meegedaan aan de door De Mol georganiseerde Zwijndrecht-Zwijndrecht tocht. 2 collega's die ik had warm gemaakt reden ook voor het eerst mee. En we waren het er unaniem over eens dat het ook dit jaar weer een uitstekend georganiseerde tocht was. De stops waar dan je eigen tas al ligt te wachten werden als heel positief ervaren. Gelukkig hadden we mooi droog weer. Hulde aan allen die deze tocht hebben verzorgd en/of georganiseerd!

Natuurlijk komen dan ook de bekende en grotere bergen als een soort droom. Inmiddels zijn het er behoorlijk wat geworden. Waarvan de Mont Ventoux en de l'Alpe d'Huez wel de bekendste zijn. De vakantie van dit jaar gaat eerst naar de Pyreneeën in de omgeving van de Tourmalet en daarna naar de Alpen waar de uitdaging staat van La Marmotte.

Ik wil eigenlijk aandacht vragen voor **Ven2-4Cancer**. Dit is een zusje van de L'Alpe d'Huez. Omdat mijn vrouw voor de 2<sup>e</sup> keer is geconfronteerd met kanker -en nu ongeneeslijk en niet operabel- heeft dit mijn speciale aandacht. Het wordt een nieuw evenement wat dit jaar is opgestart. Voor mij 2 vliegen in 1 klap: het goede doel gecombineerd met de hobby fietsen. Als jullie interesse hebben lees dan voor alle gegevens: [www.ven2-4cancer.com](http://www.ven2-4cancer.com)

Je hoeft niet 4x de Mont Ventoux te beklimmen je kan dit ook met een team doen. Zoals de organisatie mij vertelde: het gaat om het doel om zoveel mogelijk geld bij elkaar te krijgen.

Voor mijn vrouw en mij is de Mont Ventoux een "emotionele berg" geworden. Als ik dit stukje schrijf ben ik bezig om vrij te krijgen van mijn werk. Als dat lukt dan wil ik met een team meedoen aan dit geweldige evenement. En als het dit jaar niet lukt dan zeker een volgend jaar!

Als er MOLLERS zijn die zin hebben mee te gaan dan kunnen ze zich bij mij opgeven. Peter Overduin, Aert van Nesstraat 6, 3342 CA H.I.Ambacht. Tel: 078-6818260.

Peter Overduin





4 keer omhoog  
individueel of in een team  
strijdend tegen kanker  
en **Carlos Sastre** signeert je shirt

**Opgeven is geen optie!**

**9-9-2009**



# Rabobank

Tel. (078) 6 531 531  
[www.rabobank.nl](http://www.rabobank.nl)



**ELECTRO SUPPLY B.V.**  
**electrotechnische groothandel**

**Leverancier  
van:**

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

**WIJ ZORGEN VOOR DE JUISTE VER-  
BINDING!**

**Zaterdag-29-Augustus-2009**

*Organiseert D.T.C. de Mol*

# ***De Molentocht***



**Afstanden 40, 80 en 120 km.**

**Alle afstanden zijn volledig gepijlde routes door de Alblasserwaard, waarbij U langs de mooiste plekjes en diverse molens komt.**

**De 80km en 120km tochten zijn V.T.T. geschikt voor de sportieve en recreatieve toerfietser.**

**De 40km is de z.g. gezinstocht (dikkebanden).**

**Tijdens de tocht zullen de deelnemers diverse versnaperingen ontvangen die aangeboden worden door de [C1000 Westpolder uit Papendrecht](#).**

### **Inschrijfkosten:**

**120km 3,00 Euro**

**40/80 km 2,50 Euro**

NTFU leden 1,00 Euro korting op vertoon toerfietskaart.

**Inschrijfkosten voor DTC de Mol leden:**

**120km 2,00 Euro, 40/80km 1,50 Euro.**

### **Starttijden:**

**120km 08.00uur - 09.00 uur**

**80km 09.00uur - 10.00 uur**

**40km 09.00uur - 11.00 uur**

(Sluitingstijd voor alle afstanden is 16.00 uur)

### **Startplaats:**

**DTC de Mol Vogelaarsweg 6 Dordrecht. (Holl.Biesbosch)**

**Kleed en douche gelegenheid is aanwezig.**

D.T.C. de Mol kan niet aansprakelijk gesteld worden voor ongevallen, ontvreemding of vernieling van eigendommen.

Deelname aan de tocht is voor eigen risico.

Het gebruik van een valhelm wordt aanbevolen.





VERSTEGEN

accountants en adviseurs

Noordendijk 189  
Postbus 574  
3300 AN Dordrecht

T. (078) 648 15 55  
F. (078) 648 15 59  
info@verstegenaccountants.nl

AANNEMINGSBEDRIJF

**STAM**  
*Alblasserdam*

...bouwt en  
onderhoudt!



Kleine Beer 1 ♦ 2952 AS Alblasserdam

T. (078) 691 29 24 ♦ F. (078) 691 96 06 ♦ E. info@wstam.nl

lid van **Bouwend** Nederland



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

[www.vangent-autoverhuur.nl](http://www.vangent-autoverhuur.nl)

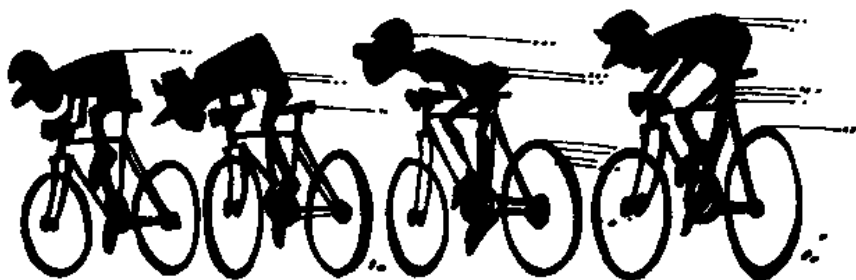
**078-619 17 24**

H.A. Lorentzstraat 6  
3331 EE Zwijndrecht

PERSONENAUTO'S en -BUSSEN, BEDRIJFSVAGENS

## Goed om te weten:

- Neem als volgautochauffeur ruimschoots vooraf contact op met André of Gino i.v.m. het ophalen en terugbrengen van de volgauto.
- Ben je verhinderd als chauffeur? Neem in dat geval contact op met een van de twee Hoogenboom(en):  
André Tel. nr. 078-6120420 / 06-27546103 of  
Gino Tel. nr. 078-6192064 / 06-42433650
- Locatie volgwagen: Sperwerstraat 36, Zwijndrecht
- De lijst van chauffeurs kan altijd worden uitgebreid. Bel of stuur een mailtje naar chauffeurs@fietsclubdemol.nl
- Voor gezamenlijk vertrek per auto naar buitenritten is afgesproken op de parkeerplaats aan de Kerkeplaat. Deze parkeerplaats ligt bij de gevangenis "Dordtse Poorten". Wil je meeliften met de volgwagen neem dan contact op met André of Gino, er is beperkt plaats. Meestal is het ook mogelijk te carpoolen met anderen.
- Ga je op eigen gelegenheid naar een buitenrit geef dit dan 's morgens door aan de volgauto Tel. nr. 06 - 101 66 732
- Clubgebouw en vertrekpunt Molritten: Recreatiegebied de Holl. Biesbosch - Vogelaarsweg 6 - Dordrecht - Tel +31 (0)78 6164303



## Fietsen buiten het toerprogramma:

### Dinsdagavondgroep

Vanaf de dinsdag nadat de klokverzet is (zondag 29 maart) en het weer het toelaat vertrekt er op dinsdagavond om **18:30** een groepje vanaf Reaplus. Om voor het donker thuis te zijn zal in het begin een ronde gemaakt worden van ongeveer 1 1/2 uur/ 45km, dit zal opgebouwd worden tot ritten van 70 à 80 km. Het tempo ligt hier wel wat hoger dan wat gebruikelijk is met clubritten. Denk aan 30 à 32 km/uur. Tempo wordt aangepast aan de aanwezigen en zal aan het begin van het seizoen iets lager zijn.

### Woensdaggroep

Een zeer actieve 55+ groep vertrekt het hele jaar door, als het weer het toelaat, op de woensdagmorgen om **10:00** eveneens vanaf Reaplus. Molleden die mee willen rijden, zijn ook van harte welkom. Voor vertrek kan van een kopje koffie worden genoten. Het tempo is vergelijkbaar met dat van clubritten. Voor de algemene regels van deze groep verwijs ik je naar de Website van de Mol onder - Info leden/ Algemene regels / Woensdagritten.

Startplaats Reaplus / Impulse aan de Berkenhof Dordrecht.

Gelegen langs de provinciale weg, bij de afslag N3: veerpont naar Werkendam.



# TOER-AGENDA 2009

Datum.	Naam tocht.	Plaats.	Afst.km.	Vertrektijd
Zo. 28-Juni.	<b>Boretti Classico</b>	Amsterdam	130	6:00
Za. 04-Juli. **	Molrit 13	Moersense bossen	120	8:00
Zo. 12-Juli.	<b>Jan Jongman Memorial</b>	<b>Hekendorp</b>	<b>120</b>	<b>8:00</b>
Zo. 19-Juli. **	Molrit 14		120	8:00
Za. 25-Juli. **	Molrit 15	Kerk-Avezaath	120	8:00
Za. 01-Aug.	<b>Baronietocht</b>	Puttershoek	120	7:00
Za. 08-Aug. **	Molrit 16	Linsschoten	120	8:00
Zo. 16-Aug. **	Molrit 17		120	8:00
Vr. 21-Aug.	3 Daagse	(Tijdrit)	??	18:30
Za. 22-Aug. **	3 Daagse	(Molrit) Tholen	120	8:00
Zo. 23-Aug. **	3 Daagse	(Molrit)	100	8:00
Za. 29-Aug.	<b>Molentocht</b>		<b>40</b>	<b>09:00 / 11:00</b>
Za. 29-Aug.	<b>Molentocht</b>		<b>80</b>	<b>09:00 / 10:00</b>
Za. 29-Aug.	<b>Molentocht</b>		<b>120</b>	<b>08:00 / 09:00</b>
Za. 05-Sept.	Zeelandroute		130	7:00
Za. 12-Sept.	<b>Huchiestocht</b>	Veenendaal	160	6:00
Za. 19-Sept. **	Molrit 18		100	8:00
Zo. 20-Sept.	<b>Mergelheuvel 2 daagse</b>	Sint Geertruid	120	6:00
Zo. 27-Sept. **	Molrit 19		100	9:00
Za. 03-Okt. **	Molrit 20	Nieuwpoort	80	9:00
Zo. 11-Okt. **	Molrit 21 (Sluiting Supermol)		80	9:00
Za. 17-Okt.	Molrit 22		80	9:00
Zo. 25-Okt	Molrit 23	Almkerk - Waardhuizen	60	9:00
Za. 31-Okt.	Erwtensoeprit	Goudriaan	45	9:30

vragen en/of op/aanmerkingen m.b.t. het programma kunt U contact opnemen met:

Jaap Booster - Tel. nr. 06-51660186

E-mail: jaapbooster@hetnet.nl

- Verzamelpunt molritten: Clubgebouw Vogelaarsweg
- Verzamelpunt buitenritten: Kerkeplaat (Gevangenis "Dordtse Poorten")
- Verzamelpunt Zwijnd. <-> Zwijnd.: Sportpark Bakestein Zwijndrecht NL
- Vetgedrukt zijn de zgn. TEP ritten

\*\* "snelle groep" Na de pauze gelegenheid om met een hoger gemiddelde onder begeleiding van een toercommissie lid terug te fietsen.





# TOER-AGENDA 2009

## Vertrekpunt. VOORRIJDERS

## CHAUFFEUR / BIJRIJDER

Kerkeplaat			Jan Pieter Hofstede	Klaas Matroos
Clubhuis	Cees Bakker	Wout Borman	Jan van 't Leven	van 't Leven jr
<b>Clubhuis</b>	Jan Stam	Koos Schenk	Jan v/d Glas	Rinus van Dijk
Clubhuis	Philip Beker	Rinus v/d Burg	Ferrie van Galen	
Clubhuis	Groep Sliedrecht	Groep Sliedrecht	Jetse v Melick	Theus Visser
Kerkeplaat			Cor van Verk	Gerda Klerk
Clubhuis	Cees Bakker	Wout Borman	Jannes Schreuder	Theus Visser
Clubhuis	Theo Rutten	Ferrie van Galen	Jan Brongers	Ron van den Hoek
Clubhuis			n.v.t.	n.v.t.
Clubhuis	Adrie de Viet	Jetse van Melick	Henk Meijer	
Clubhuis	Chris Ockeloen	Kees Baan	Kees Molenkamp	
<b>Clubhuis</b>			Bestuur	
<b>Clubhuis</b>				
<b>Clubhuis</b>				
Kerkeplaat	Jan van 't Leven	Jetse van Melick	Fam. van 't Leven	
Kerkeplaat			Ad Stam	Carli Stam
Clubhuis	Bas de Haas	Rinus v/d Burg	Chris Ockeloen	Brigit Salwegter
Kerkeplaat			Theo Rutten	
Clubhuis	Chris Ockeloen	Kees Baan	Gerrit v/d Bogerd	
Clubhuis	Wout Borman	Cees Bakker	Ad Schleicher	Gerrit v/d Koppel
Clubhuis	Jan Korteland	Ardwil Goedegebuur	Franco Danese	Mauro Danese
Clubhuis	Theo Rutten	Philip Beker	Adrie de Viet	
Clubhuis	Groep Sliedrecht	Groep Sliedrecht	Jan Stam	
Clubhuis	Ardwil Goedegebuur	Rob van Rutten	André Hoogenboom	



## voorbereiding Petit Tour De France

Beste Mollers,

enige tijd berichtte ik al over het feit dat ik de Petit Tour De France ging fietsen en op het moment dat jullie dit lezen heb ik hem als het goed is er opzitten.

Ik zal daar blij om zijn, in de allereerste plaats omdat ik er nu echt klaar voor ben. En er ook aan toe ben.

Na zeven maanden van voorbereiden en trainen gaat het dan toch echt gebeuren.

Inmiddels heb ik de route thuis gekregen en bestudeerd, en met name in het begin werd ik nog wel eens wakker met de gedachte; mijn hemel waar ben ik aan begonnen? Ik zal een korte beschrijving geven van de route;

Dag 1-vertrek vanuit Valkenburg naar Eisenborn in Luxemburg, via de Ardennen, een stukje door Duitsland, om vervolgens in Luxemburg uit te komen, een dagafstand van 190 km met 2000 hoogtemeters klimmen.

Dag 2-van Eisenborn naar Sarrebourg [f] een tocht van 180 km met 1600 hoogtemeters, het moeilijke aan deze dag is dat eigenlijk geen meter vlak is en je het idee hebt dat het de hele dag vals plat is.

Dag 3-van Sarrebourg naar Ballon d'Alsace in de Vogezes, een pittige dag, onderweg moeten er zo en zo al vijf cols worden beklommen, col du Donon [727m], col Chipotte [538m], col de Grosse Pierre [923m], col du Mehil [621m] en col du Ballon d'Alsace [1247m], totale dagafstand 180km en 2300 hoogtemeters.

Dag 4-van de Ballon naar Pontarlier in de Jura, een stevige dag met 2000 hoogtemeters en een dagafstand van 180 km.

Dag 5-de apotheose, van Pontarlier via Zwitserland om het meer van Geneve heen, via Montreux Frankrijk weer in, om uiteindelijk via Pas de Morgins [1381m] en col du Corbier [1230m] in Morzine [1000m] uit te komen, een dagafstand van 180 km en 2300 hoogtemeters en voor degene die er dan nog geen genoeg van hebben is er na Morzine nog een 14 km lange klim naar Avoriaz op 1880 meter hoogte.

Alles bij elkaar 900 kilometer en 10000 hoogtemeters, trainen dus.

Ik moet dan ook eerlijk zeggen dat ik vanaf het moment dat ik mij ingeschreven heb alleen nog maar met en voor het fietsen leefde, het begon in november met het laten strippen van mijn spataders, daarvoor reed ik veel met een steunkous [ouderdom komt met gebreken] en nu rij ik krampvrij, wat een verademing.

Elk weekend op de fiets, regen, hagel, sneeuw en gelukkig ook heel veel zon, slechts twee weekenden niet gefietst, 1 keer vanwege echt extreem slecht weer en 1 keer omdat ik vrijdag en zaterdag met migraine in bed had gelegen[nee geen leuke Française, maar een niet te beschrijven hoofdpijn].

Daarnaast ook nog eens twee a drie keer in de week bij Impulse op de spinfiets.

Ik was ook dankbaar toen op 7 maart het officiële wielerseizoen begon en die begon met de voorjaarstocht in Veenendaal, een tocht van 100 km. Waar zo een beetje heel fietsend Nederland op af kwam, bleek later.

Daarna elk weekend de heuvels opgezocht en dat begon op den duur best wel op te breken, elke zaterdag om zes uur in de auto, een tocht fietsen en dan s' middags weer naar huis, moe, vaak voldaan, maar ook erg alleen.



**PLIEGER SPORT** [www.pliegersport.nl](http://www.pliegersport.nl)

**Hét adres voor Race en ATB fietsen**

*Colnago  
Eddy Merckx  
Trek  
Giant  
Look  
Concorde*

*Pinarello  
Opera  
Cannondale  
Ridley  
De Rosa  
Gazelle*



**Gorinchemsestraat 78,  
Meerkerk, Tel 0183-352479**

**formaco**  
Forged and Machined Components

**Vrijvorm smeed-  
en gietstukken**

**Stalen assen**

**Flensassen/bussen  
en ringen tot 60  
tons stukgewicht.**

**Telefoon: 078-6991888 Alblasterdam**

 **VAT**   
ONDERHOUDS- EN  
REINIGINGSPRODUKTEN B.V.  
POSTBUS 142  
4940 AC RAAMSDONKVEER  
TEL. 0162 - 521287  
FAX. 0162 - 521293

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

Gelukkig kwamen daar de buitenritten van de mol eraan, Klimmen-Banneux-Klimmen, de Grenslandklassieker en samen met nog een paar mollen de Steven Rooks Classic gereden.

Toen ontdekte ik ook weer hoe leuk het is om bij de mol te fietsen, de saamhorigheid, de leut onderweg, kortom het verenigingsgevoel.



Tekenend voor mij is wel dat Jan Korteland mij onderlaatst vroeg of ik een nieuw lid was en wij tot de ontdekking kwamen dat ik toch al zo een beetje 17 jaar mee draai bij de mol.

Mijn eerste kennismaking met De Mol was de Superia Merwelanden ronde op 3 juli 1982.

Naast het vele trainen kwam er nog veel meer om de hoek kijken, wat draag ik, wat eet ik, wat neem ik mee voor onderweg.

Ik ben geen specialist maar heb mij enorm verdiept in de juiste manier van eten onderweg, wat wel, wat niet, hoeveel en wanneer.



Ik heb informatie ingewonnen bij een sportdiëtist, het is onvoorstelbaar hoeveel calorieën je verbruikt op een zware tocht.

Daarnaast heb ik een sportmedische keuring ondergaan en alle waarden laten vaststellen, hieruit kwam naar voren dat ik als man van 43 een conditie heb van een 28 jarige, niet slecht dus.

Tevens ben ik gaan trainen met een hartslagmeter, vroeger bestempelde ik dat als onzin, nu kan ik niet meer zonder.

Alles bij elkaar ben ik nu klaar voor de uitdaging, ik ben alles bij elkaar 1 kilo afgevalen, lijkt niet veel ware het niet dat er geen grammetje vet meer op het lijf zit, de spiermassa is toegenomen.

Jullie zien het , effe een ptdf fietsen is er niet bij, ik kan dan ook alleen nog maar zeggen dat als het thuisfront hier niet volledig achterstaat het een zware dobber is, het trekt een enorme wissel op je privé-leven, ik heb echter het geluk dat mijn kinderen en vriendin enorm trots zijn op het feit dat hun vader respectievelijk vriend zo een uitdaging aangaat en dat motiveert.

Onderweg word er nog geld opgehaald voor een goed doel, voor mij is dat het KWF omdat het precies 5 jaar geleden is dat mijn vrouw op 39-jarige leeftijd aan de gevolgen van borstkanker overleed en dat deze tocht een soort van eerbetoon aan haar is. In de volgende editie laat ik jullie weten hoe het gegaan is, misschien ligt de fiets in de oud ijzer bak.

Groeten, Harald

## **De Huchiestocht**

Uiteindelijk volg ik dan toch maar de suggestie van Jaap Booster en schrijf een stukje over één van mijn favoriete tochten ooit. Ik had naar Jaap toe gereageerd naar aanleiding van zijn uitleg over de betekenis van de "huchies" in de naam van de tocht. Hij suggereerde, dat het misschien wel aardig zou zijn, om een verhaaltje te maken voor het toernieuws en zo Theo ook weer gelukkig te maken.

Uiteindelijk is het al weer wat jaartjes geleden, dat ik regelmatig kopij leverde voor ons blad, dus kon het ook wel weer een keer.

Voor zover ik weet, is de Huchiestocht ontstaan in de jaren zeventig van de vorige eeuw

( leuke omschrijving, zo kom je tenminste aan het stempel "oud"! ). Volgens de mensen, die toen ook in het TEP ( toen nog "FEP" geheten ) reclame maakten voor de tocht, was een "hucht" een Veluwe benaming voor een verhoging in het landschap. Aangezien de organisatie bijna alle verhogingen had opgenomen in de tocht, zaten er dus ook "huchtjes" in en die heten dan al gauw in de volksmond "huchies". Tot zover de verklaring van de, voor vele buitenstaanders, wat eigenaardige naam.

Leuker is het om wat dieper in te gaan op mijn eigen ervaringen met de tocht, die , naar ik schat, toch wel minimaal 20 maal onder de wielen van mijn diverse fietsen is doorgedraaid.

Natuurlijk is het een grote wens om dat op korte termijn weer mee te gaan maken, maar ik realiseer me, dat ik in de volgauto ook wel wat kan betekenen.

In 1980 reed ik nog "clubloos" door Nederland en hadden we met een man of vijf de Huchiestocht uitgekozen. Halverwege de



tocht werden we ingehaald door een grote groep gelijkgeklede toerders, die werd gevolgd door een luidruchtig klein mannetje in een grote auto: onze eerste kennismaking met Jan Jongman en zijn geliefde De Mol! De liefde voor de tocht( en natuurlijk ook de club ) was geboren en er zouden nog vele deelnames volgen!

Die eerste jaren vertrokken we in de eerste week van september nog net zo gemakkelijk

's ochtends vroeg met de rijp op de velden ( over klimaatverandering gesproken! ). Wat ook stevig veranderd is, is het aantal deelnemers ( vroeger kwamen we net zo gemakkelijk een paar duizend deelnemers tegen ) en dan doet het toch wat kaal aan in die bekende voetbal-kantine, als je nu de hoofden kunt tellen!

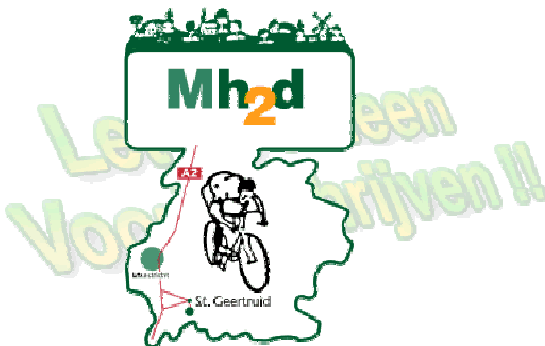
Eén ding is gelukkig weinig veranderd in al die jaren en dat is de route van de tocht, want daarom vind ik het nog steeds een prachtige tocht: schitterende bos- en heidevergezichten, afgewisseld met leuke klimmetjes, die voor vrijwel iedere goed getrainde fietser te behappen zijn. Let wel: de lengte van de tocht en de vele "huchies" rechtvaardigen de term "goed getraind". Ook heel plezierig is de door ons altijd gehanteerde regel, dat als het klimmen wordt, ieder voor zich kan gaan, want "bovenop" wordt er toch altijd gewacht.

In de loop de jaren vonden wij voor onze club, dat de totale lengte ( 220 kilometer ) en de zwaarte van tocht ( vaak forse tegenwind in een laatste open stuk ) een inkorten van de route rechtvaardigde. Alweer zo 'n jaar of tien hanteren we een door Gerrit v.d. Bogerd gemaakte inkorting, waarbij in het begin en het einde is gesneden, maar dat gaat vrijwel niet ten koste van het aantal "huchies" ( alleen de Amerongse berg valt af ) en we komen dan toch nog op het respectabele aantal van 160 kilometer.

Tot slot nog even de link met de, door Jaap aangehaalde, oorlogsherinneringen. Natuurlijk is de Veluwe een gebied, dat vele herinneringen kent aan de Tweede Wereldoorlog en een aantal daarvan wordt ook gepasseerd ( zoals de Grebbeberg en het monument bij de Woeste Hoeve), maar voor de echte herinneringstocht moet ik dan toch verwijzen naar de ( ook door ons in het verleden wel gereden ) Airbornetocht. Deze tocht wordt ook in september gereden en voert rondom Ede en Arnhem langs het gebied, waar eind 1944 zwaar is gevochten in de Slag om Arnhem ( Een brug te ver ). Ik wens de deelnemers van dit jaar veel plezier en volg jullie met evenveel plezier in de auto.

Ad Stam.

## **Mergelheuvelland 2-daagse**

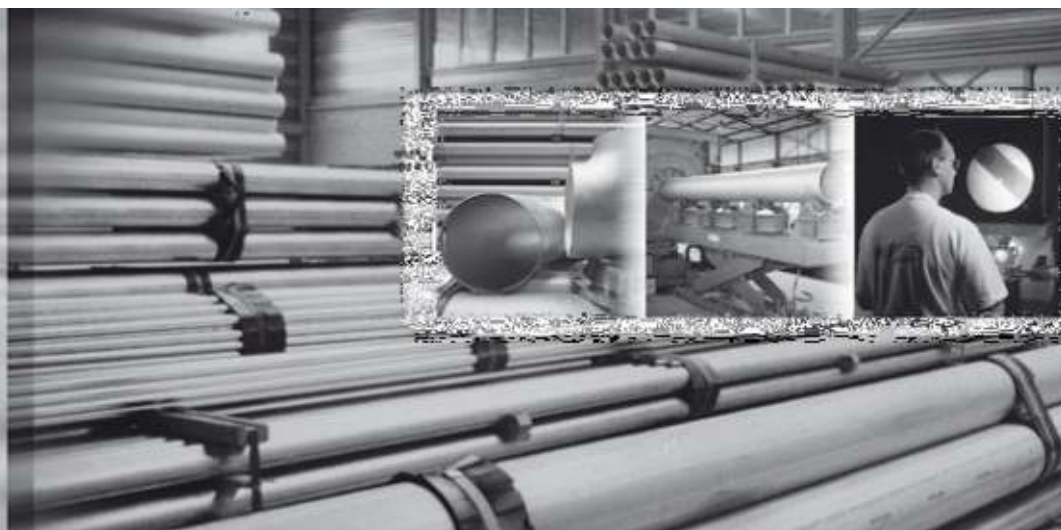


De voorinschrijving van de Mergelheuvelland 2-daagse is begonnen! Wij hebben de rit van zondag 20 september op de toeragenda staan. Als het aantal deelnemers op 10.000 staat wordt de inschrijving gesloten en op de dag zelf kan je je niet inschrijven! Dus; computer opstarten en surfen naar: [www.mh2d.nl](http://www.mh2d.nl) Meer informatie over deze tocht kan je ook lezen in het toernieuws 2.

Vriendelijke groet,  
Jaap Booster  
Toercommissie



Leverancier van  
roestvaststalen  
buizen,  
flenzen en  
fittingen,  
gevestigd in  
Dordrecht.



Meer informatie  
[www.arcus.nl](http://www.arcus.nl)

**Arcus**  *Dynamic in stainless*

# BELMAR

## KEUKENS en BADKAMERS

**www.belmar.nu**  
Stevensweg 109 Dordrecht • (078) 6164808

### COMPLEET OP AUTOGEBIED



**Ames**  
STAAT ER ACHTER

Ames is méér dan een autobedrijf. Goede aankoopadviezen, uitstekende service, goed opgeleide medewerkers en een cultuur van betrokkenheid en klantgerichtheid hebben bijgedragen aan de omvang en prestaties van het bedrijf.

Ook het aanpassen aan ontwikkelingen en een groot scala aan specialismen, zijn kenmerkend voor Ames.

Kortom, Ames is compleet op autobebied. Ook in de zakelijke markt en op het gebied van Service. Denk aan onze 24-uurs dienst, mogelijkheid tot onderhoud op zaterdag en verlengde openingstijden.

Dordrecht, Ridderkerk, Oud-Beijerland, 's-Gravendeel, Sliedrecht en Zwijndrecht

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

## Geert

Wolken. Heel veel wolken!!

Ik sta op het parkeerterreintje voor het hotel en probeer met één hand een veels te groot regenjackje in een veels te klein zadeltasje van de fiets van mijn vrouw te prop-pen –achterwiel onhandig tussen mijn benen geklemd- terwijl ik met mijn andere hand mijn eigen fiets vasthoud.

'Ga je de Postbank doen?'

Naast me is een man –beter gezegd een mannetje- opgedoken. Klein, grijze stekels, tanig postuur en hij wipt wat onzeker van het ene been op het andere. Ik schat hem op zo'n 65 lentes.

'Nee hoor, wij blijven aan de noordrand van de Veluwe. Dagje ontspannen trappen'.

'Fiets je veel?'

'Mwah...vandaag een kilometer of 80 á 90'.

'Alleen?'

De vraag verbaast me, want ik sta hier aardig te klooiën met die 2 fietsen. 'Nee hoor, met mijn vrouw. Dochter op schoolkamp, samen een paar dagen fietsen. Op de Veluwe' voeg ik daar nogal overbodig aan toe, want per slot van rekening bevinden we ons zo'n 3 kilometers van Epe.

'Ik heb vroeger ook veel gefietst' Na deze zin begint hij iets fanatieker van het ene been op het andere te wippen.

'Fiets je niet meer dan?'

'Nee'. Het wippen wordt nu een soort dansen.

'Waarom niet' waag ik.

'Epilepsie. Het zit niet goed in mijn hersenen, dan val ik van de fiets af'.

'Maar voel je dat dan niet aankomen zo'n aanval?'

'Nee'.

Gelukkig bedaat het dansen enigszins, want heel even bekruipt me de gedachte dat al deze bewegingen wel eens de voorbode kunnen zijn van een epilepsie-aanval.

'Rot voor je'.

Hij kijkt me aan, tranen in zijn blauwe ogen.

Zwijgend staan we tegenover elkaar en ik weet werkelijk even niet wat ik moet zeggen of doen. Heel even komt de gedachte bij me op om de situatie af te doen met de als grappig bedoelde opmerking "sterk spul hé, die Fisherman's friend", tegelijkertijd voel ik de behoefte opkomen om hem een *hug* te geven en met mijn hand door zijn grijze stekels te woelen. Gelukkig komt mijn vrouw aangelopen, die in dit soort situaties een stuk vaardiger –en vooral tactvoller- is dan ik.

'Hallo' roept ze vrolijk. 'Gaan we?'

'Ga je de Postbank doen?' vraagt de man weer.

'Postbank? Ik geloof van niet' En met een gezicht van *wat flik je me nou*, kijkt ze me vragend aan. Mijn vrouw heeft het niet zo op heuvels.

Voordat ik kan reageren vraagt de man nu ook aan haar 'fiets je veel?'

'Zo'n 2 x per week. Fiets u ook?'

'Niet meer'.

'Nee? Waarom niet?' Waagt nu ook zij.

'Epilepsie. Last van sinds mijn hersenbloeding'

'U bent hier dan nu lekker aan het wandelen?'

'Ik ben een paar dagen weg met de groep, maar ik vind er geen bal aan'.

Even aarzel ik, maar dan stel ik toch de vraag die bij me opkomt.





'Waarom niet?'

Weer kijkt hij me aan met die helblauwe ogen en weer zie ik tranen. 'Ik doe het voor Annie, dan heeft zij een paar daagjes rust'. Het wippen van het ene been op de andere wordt weer erger.

Ik wissel een blik van verstandhouding met mijn vrouw, ongetwijfeld ziet zij mijn hulpeloosheid.

'En achterop een tandem', probeert mijn vrouw. 'Fietsen'.

'Vind ik niks. Ik wil zelf fietsen, maar dat kan niet meer. Vroeger wel, toen fietste ik vrijwel iedere dag. En in het weekend met mijn cluppie'.

'Toerclub'? vraag ik.

'Ja, gezellig met elkaar tochtjes rijden. Ik reed altijd op een stalen fiets, dat ding reed heerlijk'.

Mijn interesse is onmiddellijk gewekt. 'Welk merk'? vraag ik. Mijn vrouw kijkt me aan met een blik van *daar gaan we weer...*

'Duell. Helemaal hand gebouwd. Maar ja, die hangt nu in de schuur. Sinds mijn hersenbloeding en daardoor heb ik nu ook epilepsie'.

'Hoe lang heeft u dat nu al' vraagt mijn vrouw.

'Zo'n 2 jaar. Op toilet'.

En ineens dringt het drama van de man in volle omvang tot me door. Dit kan dus, zo maar ineens gebeuren. Je gaat op een goede –of beter gezegd een slechte- dag naar toilet, een keer flink persen (wie heeft er af en toe niet een zware bevalling) en er springt een ader. Nooit meer fietsen! Zomaar, van het een op het andere moment. Je mooie stalen frame hangt doelloos in de schuur om je te herinneren aan wat je niet meer kunt.

'Geert, waar blijf je nou, we waren je al kwijt'!!

Een meter of 10 van ons vandaan staat een vrouw van middelbare leeftijd ietwat ongeduldig te wenken. Vast iemand van de begeleiding. Zonder nog een woord te zeggen draait Geert zich om en loopt richting een wit busje waarop met rode letters *NAH-stichting* op geschreven staat. NAH.....Niet Aangeboren Hersenletsel.

Terwijl ik de banden van onze fietsen op spanning zet, realiseer ik me dat ik het allemaal zo vanzelfsprekend vind wat ik doe en dat ik eigenlijk alleen maar uitga van meer: meer kilometers, meer tochten, meer snelheid, duurdere fiets. Maar zo vanzelfsprekend is dat kennelijk niet en ook ik zal ooit terug moeten naar 'minder'. En natuurlijk *weet* ik dat wel, maar op de een of andere manier doet deze ontmoeting me het ook weer eens *beseffen*.

Als we even later inklikken besluit ik de mooiste tocht te maken die ik ooit gefietst heb. Ik geniet van iedere kilometer en tijdens de koffiestop gaat er een voor het eerst sinds tijden een flinke kwak slagroom over mijn appelgebak. En hoewel de zon slechts af en toe door het wolkendek weet heen te breken, wordt het met iedere zonnestraal weer opnieuw zomer. Een ontmoeting met een fors uitgevallen hert maakt de tocht helemaal compleet, evenals die giga-hoosbui op het eind: alles is lekker nat en die douche daarna is veel lekkerder dan na een tochtje met mooi weer.

's Avonds in de lobby staat Geert ineens weer voor mijn neus. 'Heb je de Postbank gedaan?'

Ardwil

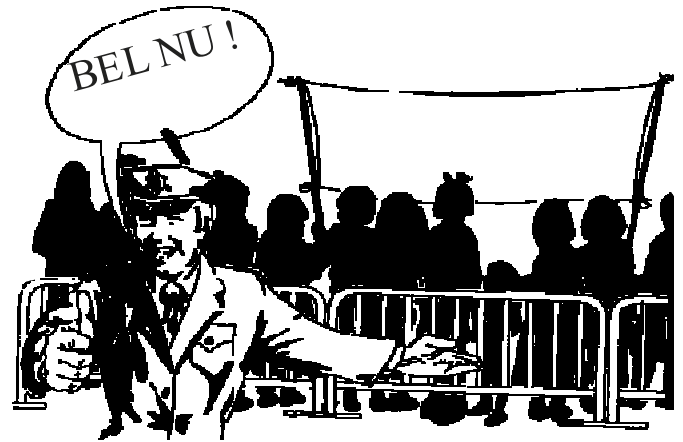


## Uw bedrijf onder de aandacht bij een groot lezerspubliek in de regio Drechtsteden ?

Adverteer hier tegen aantrekkelijke tarieven !

Neem contact op met:  
Johan Roomer  
Wipmolen 66  
3352 XR Papendrecht  
Tel: 078 - 642 75 02  
penningmeester@fietsclubdemol.nl

€ 45,- per 1/6 pagina per jaar  
Frequentie minimaal 7x per jaar



Welk merk u ook wilt  
toevoegen aan uw  
wagenpark...



...een goed advies  
begint bij AA Lease!



T: 078 631 13 12  
WWW.AALEASE.NL

ZONDER OMWEGEN

Welkom  
bij dé specialist in verpakkingen



Geschenkverpakkingen - Decoratiematerialen - Kantoorartikelen



*Uw verpakking,  
onze zorg.*

Bedrijventerrein 'Noord-Oost Kwadrant'  
Sportlaan 451 - 3364 DK Sliedrecht  
Tel. (0184) 41 65 66 - Fax (0184) 41 10 11 - [www.pellikaan.nl](http://www.pellikaan.nl)

# Belangrijke mededelingen !



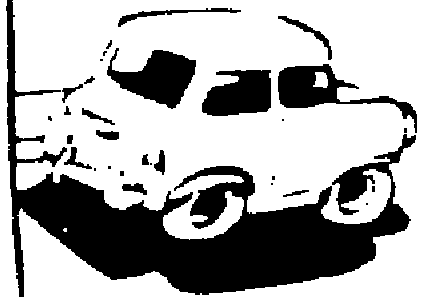
**Jan Jongman memorial**  
Zondag 12 Juli  
Na afloop koud buffet + overhandiging  
cheque aan het KiKa fonds

**Molentocht**  
Zaterdag 29 augustus

**Mergelheuvelland 2-daagse**  
Zondag 20 september  
Voor deelname is Individuele  
inschrijving vereist

Voor details zie elders in dit clubblad

Uiterste inzenddatum kopij 5e editie: 7 Augustus



LODEN HEMELWATERAFVOEREN

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  
Peulenstraat 193, 3371 AM Hardinxveld-Giessendam, Tel. 0184-630344

## Ledenmutaties:

Sinds mei hebben we de volgende nieuwe leden mogen verwelkomen:

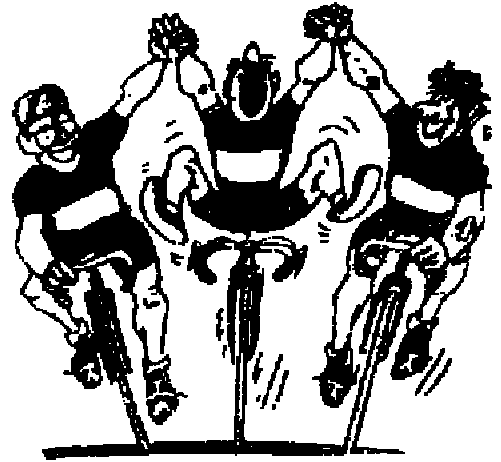
Wendy de Groot	Dordrecht
Chritian Venge-Balboa	Dordrecht
Jorrit van Asbeck	Dordrecht

### Algemene info voor nieuwe leden zie:

<http://www.fietsclubdemol.nl/algeminfoboek.htm>

Het ledenbestand  
telt momenteel:

**263 molleden !**



## Jan Jongman Memorial

Op **zondag 12 Juli** staat voor de derde keer de Jan Jongman Memorial op de toeragenda. Wij willen ook dit jaar, buiten dat wij een Molrit naar hem vernoemd hebben en zijn geboorte dorp Hekendorp aan doen, er weer een speciale (mid)dag van gaan maken.

Het volgende staat dan te gebeuren. Na terugkomst in het clubhuis zal er een koud buffet klaar staan, gemaakt door Co en de fam. Bakker. Ook zal een drankje daarbij niet ontbreken.

Tevens zal Jan Korteland een cheque, met een leuk bedrag daarop, overhandigen aan een afgevaardigde van het KiKa fonds, dit als afronding van Zwijndrecht – Zwijndrecht v.v. 2009.

Met deze afronding van Zwijndrecht – Zwijndrecht 2009 kunnen wij Jan Jongman als grootte man achter het ontstaan van Zwijndrecht – Zwijndrecht met recht eren. Als je op deze dag niet in de gelegenheid bent om de Molrit mee te fietsen maar je wilt dit koud buffet en de afronding van Zwijndrecht – Zwijndrecht 2009 toch bijwonen zorg dan dat je om uiterlijk 13:30 uur in het clubhuis bent. Je bent van harte welkom.

Namens het Bestuur en de Toercommissie,

Gerrit-J v/d Bogerd



## Baanclinic

Zoals tijdens de jaarvergadering is besproken zal na het aankomende seizoen een baanclinic worden georganiseerd. Het duurt nog een tijdje maar voor wat meer info kan je Jetse van Melick benaderen.



## Van de redactie:

Het hoogtepunt van DTC de Mol dit jaar is weer gepasseerd. Namelijk Zwijndrecht-Zwijndrecht v.v. Dit is wat mij betreft een evenement te noemen, en niet meer een fietstocht. Het evenement is op een zeer geslaagde manier verlopen. De belangstelling was weer groter dan vorig jaar. Het weer was geweldig. En er zijn onderweg geen vervelende dingen gebeurd. Een gedeelte van het inschrijfgeld is bestemd voor de Stichting KiKa. Na de Jan Jongman Memorial op 12 juli zal in het clubhuis de opbrengst in de vorm van een cheque overhandigd worden aan een vertegenwoordiger van deze stichting.

Ik hoop dat de molritten, nu Zw-Zw geweest is, toch nog steeds op grote belangstelling kunnen rekenen. Maar de bekenden tochten als Limburgs Mooiste, Jan Janssen Classic zijn ook in deze periode. Ik heb zelf de JJC gefietst en heb een heel aantal Mollers gezien.

Nu de vakantieperiode weer aanbreekt zullen een hoop Mollers er ook weer op uit trekken.

Ik zelf fiets tijdens mijn vakantie meestal niet, maar er zullen zeker Mollers zijn die hun fiets mee nemen op vakantie. Met Frankrijk, Italië en Spanje als meest voor de hand liggende bestemmingen.

Vergeet vooral niet je belevenissen in een verhaaltje te verwerken om in Toernieuws te plaatsen.

Iedereen een goede vakantie gewenst.

Namens de redactie,  
Rien Nap



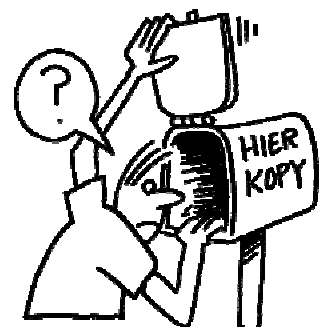
## Inleveren kopij clubblad voor 7 Augustus 2009

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 jouw sterke verhaal van die klim die je altijd is bijgebleven of waarom je helemaal gek bent van fietsen.

Waarom je precies deze fiets hebt gekozen of de ervaringen van klassiekers die je hebt gereden.



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  
Winkelverkoop

**Den Breejen & Zn.  
Schilderwerken bv**

Sportlaan 255  
Postbus 210 - 3360 AE Sliedrecht  
Tel : 0184 - 412703  
Fax: 0184 - 420230



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

[info@firma-van-eijnsbergen.nl](mailto:info@firma-van-eijnsbergen.nl)

Voorstraat 226 3311ET Dordrecht

Tel 078-6133835, Fax 0847194228

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



Service voor en onderhoud van be-

- 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  
E-mail: [info@soton.nl](mailto:info@soton.nl)  
[www.soton.nl](http://www.soton.nl)

# COLOFON

## Bestuur DTC de Mol:

### Voorzitter:

Rob van Rutten  
Alm 52  
5172 CW Kaatsheuvel  
Tel: 0416 - 27 31 68  
voorzitter@fietsclubdemol.nl

### Bestuurslid:

Cees Bakker  
Stooplaan 17  
3311 DL Dordrecht  
Tel: 078 - 631 11 79

### Bankgegevens:

Rabobank Dordrecht  
Rek. nr. : 37.75.88.121  
Giro nr. : 314405  
t.n.v. : DTC De Mol

### Internet:

www.fietsclubdemol.nl  
Gerrit v/d Bogerd  
Tel. 078 - 616 53 50  
postmaster@fietsclubdemol.nl

### 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:

Autotelefoon volgwagen:  
Tel: 06 - 10 16 67 32  
chauffeurs@fietsclubdemol.nl

André Hoogenboom  
Tel: 078 - 612 04 20 / 06 - 27 54 61 03  
Gino Hoogenboom  
Tel: 078 - 619 20 64 / 06 - 54 93 60 51

### Aan- / afmelden als lid

En adreswijzigingen (ook E-mail)  
Altijd schriftelijk doorgeven bij de  
secretaris, bij voorkeur per E-mail.

### Secretaris:

Anne Marie Verjaal  
Stenenkamer 32  
3332 KP Zwijndrecht  
Tel: 078 - 612 32 17  
secretaris@fietsclubdemol.nl

### Bestuurslid:

Jan Korteland  
Brasem 314  
2986 HC Ridderkerk  
Tel: 06 - 18 95 18 13

### Penningmeester:

Johan Roomer  
Wipmolen 66  
3352 XR Papendrecht  
Tel: 078 - 642 75 02  
penningmeester@fietsclubdemol.nl

### Bestuurslid:

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



### Redactie:

Rien Nap  
Tel: 06 - 20 85 05 72

Theo Rutten  
Tel: 010 - 458 92 30

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

### Advertenties:

via de Penningmeester: Johan Roomer  
€ 45,- per 1/6 pagina per jaar  
Frequentie 7x per jaar

### Clubblad niet ontvangen ?:

Neem contact op met de redactie.

