

Colofon

Het Buitenblad is het officiële orgaan van de Utrechtse Studenten
Wielervedering "De Domrenner".

Redactie

Joost Hectors
Thijs Heus

Redactie-adres

Joost Hectors
IBB 57
3582 VP
Utrecht

e-mail: hectors@fys.ruu.nl

Oplage

125 stuks

2^e jaargang, nummer 2

Port betaald
Utrecht

Het Buitenblad



2^e jaargang nr. 2 - februari 1998

Officieel orgaan van de Utrechtse Studenten Wielervedering "De Domrenner"

Redactioneel

Hieronder staat een overzicht van de activiteiten die worden georganiseerd door de Domrenner voor:

Maandag: Cursus
 Dinsdag: Speciale avond met o.a. tijdritten
 Woensdag: Snelle avond
 Donderdag: Lady's night
 Vrijdag: Toeravond samen met schaatsvereniging "Softijs"
 Zaterdag: Rustdag!!
 Zondag: Toertochten

Mocht je vragen hebben, aarzel niet en bel één van de onderstaande bestuursleden:

Voorzitter:	Rien van Noort	030-2512659
Secretaris:	Joost Hectors IBB 57 3582 VP Utrecht (secretariaat)	030-2510151
Penningmeester:	Frank van der Velden	030-2718817
Licentiehouders:	Wouter Meys	030-2732287
Lid:	Tijs Wouda	030-2541870

Het nieuwe fietsseizoen komt weer met rasse schreden dichterbij. Een aantal fanaten hebben al de moed gehad om op de fiets te stappen. De kleding is binnen dus hopelijk zien we nog meer mensen op de fiets binnenkort.

De eerste activiteiten komen er al weer aan. Zaterdag 7 maart wordt een tijdrut over schaatsafstanden gehouden (zie verderop in dit Buitenblad) en de licentiehouders mogen 22 februari al beginnen.

Verder nog het langverwachte feuilleton van onze eigen prozaïst en de nieuwe vaste rubriek "Rien weet Raad", waar iedereen met al zijn (fiets-)problemen terecht kan. Vragen en/of smeekbedes kunnen naar de redactie gestuurd worden. Deze worden uiteraard diskreet behandeld.

Veel leesplezier met dit Buitenblad.

P.S. Deadline voor volgend Buitenblad is 23 maart. Stukjes kunnen ingeleverd worden op het redactieadres

Van de voorlinter

Vol verwachting klopte ons hart en nu is het heerlijk avondje toch gekomen. Het was namelijk vrijdag avond toen ik de clubkleding in ontvangst mocht nemen. Ik was natuurlijk dol enthousiast en heb ze meteen aangetrokken. Daarna heb ik er de hele avond in rond gelopen. 's Nachts wilde ik ze aanhouden maar dat ging helaas niet want vanwege de felle kleuren was daar geen beginnen aan. De volgende dag tijdens de wintertraining kon iedereen de geel, blauw en rode jacks al van verre zien aankomen. Iedere amateur die ons tegemoet kwamen, keek ons jaloers en nieuwsgierig na.

Nu de kleding er is en de nieuwe vereniging dus echt van start kan gaan, gaat dit officieel met een perspresentatie gebeuren. Op zaterdag 28-02-98 is er bij Verkeersschool Veronica de perspresentatie. Het UN, U-blad en waarschijnlijk ook de stadsgroep (TV) zullen aanwezig zijn. Iedereen is dus van harte welkom!!!! Het begint om 16:00 uur. Doe dan wel je clubkleding aan.

Heb je je bestelde kleding nog niet of wil kleding bestellen neem dan contact op met mij (Rien). Wees er wel snel bij want alle kledingstukken lopen erg hard!!!!!!

Iedereen zit natuurlijk al te wachten om zich te meten met de andere Domrenners. Dat kan met de schaatstijdrit (500, 1500, 5000 en 10000m) op 6 maart. Doe mee want er wordt een klassement over zes tijdritten opgemaakt waarin leuke prijzen te verdienen zijn.

De activiteiten als de wintertraining (12:00 uur Stadion) blijven natuurlijk gewoon doorlopen. Op 22 februari begint voor de licentiehouders de MiddenNederland competitie in Tiel. Als je nou niet meedoet maak er dan een toertochtje van en kom de licentiehouders aanmoedigen.

Tenslotte wens ik alle Domrenners een succesvol fiets- en wedstrijdseizoen toe.

Rien

Tijdritcompetitie

Als krachtmeting voor de verhoudingen binnen de club wordt er een interne tijdritcompetitie opgezet. De tijdritten zullen alle een verschillend karakter hebben. Zo zal er geklommen worden op de heuvelrug, gebeukt tegen de wind op de polderweggetjes en gesprint op de korte afstanden.

De competitie zal gaan over zes tijdritten waarvan de beste vier klasseringen meetellen voor het eindklassement. De eerste tien rijders van iedere tijdrit krijgen punten.

De eerste mogelijkheid om jezelf te testen is op zaterdag 7 maart. Er zal dan omdat ook het schaatsseizoen nog bezig is een tijdrit competitie over de allround schaatsafstanden gereden worden. Er zal dus gesprint worden op de 500m en 1500m. Kan je hier onder de 36 sec. of 1:50 min. rijden? Of ligt er een clubrecord op de 5000m of 10 km op je te wachten.

We zullen om 10.30 uur van het stadion Gagenwaard vertrekken. De schaatstijdrit zal op het wielersparcours van het 'Stadion' worden verreden.

De deelname voor leden en donateurs is gratis en voor niet-leden bedraagt fl 2,50.

De data van de andere tijdritten voor de interne tijdritcompetitie staan hieronder vermeld:

- di 14/04
- di 12/05
- di 09/06
- di 01/09
- di 22/09

Vertrek van alle tijdritten is om 18.30 uur vanaf het stadion Galgenwaard.

Tot ziens en train ze!!!

Rien

Van mijn club uit Utrecht doen er vijf gekken mee. Naast mij staat Frans van de Duinen, een goede vriend van me. Samen delen we een stilzwijgende afspraak. Als een van ons in de slofphase van de wedstrijd het gevoel heeft sterk te zijn, het gevoel dat hij kans maakt op een podiumplaats, dan zal de ander zich als 'knecht' opwerpen, mits deze laatste zich voor een goede klassering kansloos weet.

Naast Frans zijn er nog drie anderen: Ron van Zuid, Walter muis en Joop heesters. Ron is een grote, sterke renner. Tempo rijden tegen de wind in, dat is zijn specialiteit. Walter heeft van ons allemaal de meeste ervaring. Iedereen zal hem vandaag in de gaten houden. Als laatste is er nog Joop. Ik zie dat hij naast Ron staat, twee rijen voor mij en Frans. Walter staat rechts van de weg de plantjes water te geven. Ik heb vanmorgen ook al twee keer hetzelfde gedaan, puur uit nervositeit.

Nu staat er een man met een heus pistool langs de kant van de weg. De namen van de ingeschreven renners worden voor de zekerheid opgenoemd, hoewel het zeker is dat er op niemand wordt gewacht. Als alle namen zijn genoemd en er evenveel handjes de lucht in zijn gegaan, valt het startschot. 'Zo snel mogelijk de pedalen in,' zo luidt het in de hoofden van ongeveer zestig renners. Van meet af aan wordt er hard en nerveus gereden, en niemand weet waarom. Misschien zit iedereen zo vol adrenaline, dat rustig rijden lichamelijk gewoon onmogelijk is. Maar waarschijnlijk denkt iedereen: 'wat wordt er toch hard gereden, ik moet er bij blijven,' wat tot effect heeft dat iedereen als een gek de pedalen rond laat gaan. 'Laat je niet gek maken,' zeg ik tegen mezelf. Na een paar kilometer kijk ik even vluchtig om me heen om de boel te evalueren. Links achter me zitten Walter en Frans. Op kop rijdt, hoe kan het ook anders, Ron. Hij heeft er een versnelling op liggen, die ik normaal gesproken alleen kan rijden als ik boven de vijftig kilometer per uur kom, maar Ron rijdt, ongeacht de snelheid en het tijdstip van de wedstrijd, altijd op een grote vernelling. Van de twee voorbladen heeft hij de kleinste, voor zover ik me kan herinneren, nog nooit gebruikt. Geschreeuw en gevloek voor me, uitwijkende fietsers. Er ligt een bidon op de grond. Iemand heeft hem uit zijn handen laten vallen. Gelukkig kan iedereen er omheen manoeuvreren. Ik herinner me dat in de tour van een paar jaar geleden er een sprinter was, die zijn bidon vol in de sprint van zich afwierp, midden in het naar de finishlijn stormende peloton. Hij had getracht een andere renner met zijn drinkbus te raken, omdat deze hem gehinderd zou hebben bij de sprint. Ik merk dat een jongen lek rijdt vlak achter me. De groep achter hem moet zich inhouden. Daardoor valt er een klein gaaije, dat echter weer snel gedicht wordt. De eerste zweetdruppels rollen al langs mijn slapen en mijn voorhoofd omlaag. Met mijn onderarmen veeg ik ze van mijn gezicht. Nog geen vijf minuten later rijdt er weer iemand lek. Frans komt naast me rijden. 'Het is het fietspad', zegt hij. 'Het is bezaaid met dat klotegrind.' Dat had ik al lang door, want het geknisper van het grind onder de dunne bandjes is duidelijk hoorbaar. Iedereen

AFZIEN VOOR GEVORDERDEN (deel 1)

(Een wielervedstrijd in drie delen, door Frank van der Velden, eerder ook wel omschreven als 'Franco del Campo'.)

Het is een zondag in juni. De dag van de wedstrijd waar ik al enkele weken naar uit heb zitten kijken. Uit het clubgebouw van een wielersclub uit Groningen, van waaruit de start plaatsvindt, komen nog steeds renners met rugnummers in hun hand naar buiten. Sommige van hen drinken onzichtbare drank uit een bidon of eten een banaan. Ik kijk naar mijn fiets, hoe het aluminium frame glimt in het felle zonlicht. Benaauwd warm is het vandaag. De brandende zon staat hoog aan de hemel en de lucht is vochtig. Al met al geen goede omstandigheden voor een lange koers.

Vorige week nog was ik jarig. Terug kwamen de herinneringen aan mijn verjaardag van zes jaar geleden. Dat was de dag die al de daarop volgende dagen veranderen zou. Die bijzondere dag kreeg ik namelijk een racefiets. De eerste drie weken zat ik iedere dag op het ding, in wind en weer, overdag en soms ook 's avonds in het donker. Langzaam raakte ik verslaafd aan het heerlijke gevoel dat het fietsen oplevert, dat typische, alleen bij het wielrennen te verkrijgen gevoel in de benen. Iedereen die wielrent kent het wel, dat gevoel dat de benen aan de ene kant moe zijn, maar aan de andere kant nog wel de halve wereld rond kunnen gaan.

Ik raakte ook snel gefascineerd door de techniek van het fietsen. De relatie tussen mens en techniek is bij het wielrennen heel direct. Het is niet zo dat er gewoon iemand op een fiets aan het rijden is. Nee, er is een hechte relatie tussen fiets en berijder. De renner kan alleen op zijn eigen fiets werkelijk goed uit de benen, en de fiets past zich in de loop der jaren, door aanpassingen van de berijder, aan de renner aan. Haal een renner van zijn fiets af, zet hem op een andere machine en een geheel nieuw aanpassingsproces zet zich in gang. De wedstrijd voert de renners van Groningen naar Zwolle, een rit over ongeveer 110 kilometer. De wind komt vandaag uit het Zuiden, waardoor alle kilometers tegen de wind in afgelegd moeten worden. Nu is de wind nog zacht, maar men heeft voor de middag een weersomslag voorspeld, met regen, onweer en een krachtige wind.

De wedstrijd is opgezet door een wielervereniging uit Zwolle. Omdat het geen officieel karakter heeft vindt de wedstrijd tussen het gewone zondagse verkeer plaats. Iedere keer weer blijkt dit botsingen en valpartijen teweeg te brengen, maar om de een of andere reden zijn er toch steeds weer genoeg gekken te vinden die aan dit soort gevaarlijke wedstrijden mee willen doen.

tracht nu zoveel mogelijk van de randen van het pad af te blijven, omdat vooral langs de randen het losse grind verzameld ligt.

Nu zijn we eindelijk uit de invloedssfeer van Groningen weg. We passeren een kleine plaats. Tynaarlo, zo lees ik op een bord. Een lange, rechte polderweg. Rustig in het zadel zitten en meedraaien. Ik bedenik me in dit moment van rust dat ik ook aan het wielrennen verslaafd ben vanwege het gevoel van ruimte en vrijheid dat ontstaat, en vanwege de lange tochten die gemaakt kunnen worden. Tochten, waar voor de ogen van de fietser zo ontzettend veel gebeurt.

In schril contrast met het wielrennen staat een sport als squash of fitness. Bij deze sporten zit je gevangen in een kleine ruimte, waarbinnen je als sporter je energie kwijt moet raken. Dat squashers niet gek worden van de kleine ruimte waartoe ze bewegen, heb ik nooit begrepen. Ik persoonlijk zou tegen de muren opklimmen. Om nog maar te zwijgen van fitnesscentra, waar mensen zich, vastgeklemd aan een of andere werktuig, in het zweet werken op een vierkante meter. Ruimte, dat is toch wat de sporter nodig heeft? Is beweging niet de meest essentiële eigenschap van sport, en is verplaatsing niet het ultieme gevolg van beweging? Mensen die in een fitnesscentrum op een loomachine gaan joggen, terwijl buiten door zon overgoten wegen klaar liggen om belopen te worden, zijn gek. En er zijn nog veel van dat soort mensen ook.

Het is echt benauwd. Ik ben behoorlijk nat van het zweet. Snel even wat drinken. Twee slokken gun ik mezelf. Walter laat zich terug zakken tot naast me. 'Verdorde wind', moppert hij.

Ook Ron, die tot op dit moment haast constant voorin heeft gereden, laat zich afzakken. 'Hoe gaat je?' roep ik hem toe. Hij knikt slechts, strak vooruit kijkend. Zijn armen glanzen van het zweet. Ik weet dat hij nu al behoorlijk veel gegeven heeft. En we zijn nog

niet eens in Assen.
We rijden nu dicht bij elkaar: Wouter, Ron, Frans, Joop en ik. De aanvankelijke nervositeit in de ogen van ons allemaal is verdwenen, alsof we niet beseffen hoe zwaar deze koers nog gaat worden.....



Domrenner Kwartierrecord

Het eerste officiële clubrecord is alweer een tijdje geleden door juffie voorzitter gevestigd. Het is namelijk het kwartierrecord. Het is de bedoeling dat er gedurende 15 min. zoveel mogelijk afstand op de racefiets wordt afgelegd. Er zijn een aantal regels waar je je aan moet houden!!!!

- 1 Bij de recordpoging moet altijd een ander clublid bij aanwezig zijn
- 2 Je moet de afstand rijden over een parcours waarvan de afstand bekend is.
- 3 Als je met een rondje bezig bent en het kwartier is afgelopen moet je die ronde nog doorrijden. De tijd en afstand die je aan het eind van die ronde hebt afgelegd moet dan omgerekend worden naar de afgelegde afstand in 15 min.

Deze regels zijn opgesteld om een zo eethijk mogelijk resultaat te krijgen. Er kan dan ook niet met de wielomtrek van de frestcomputers gerommeld worden!

De eerste poging vond vorig jaar zomer al plaats. De deelnemers waren Bram van Kester, Don de Leeuw en Rien van Noort. Er werd gereden op het wielercours van WV Het Stadion. De afstand per ronde is 1225m (bron: WV Het Stadion). De realiseerde afstanden in 15.00 min. waren:

Rien	9.80 km	gem. 39.2 km/h
Bram	9.65 km	gem. 38.6 km/h
Don	9.55 km	gem. 38.2 km/h

Als verdere wetenswaardigheid valt nog te melden dat de gem. hartslag van Rien 179 slagen/min was en dat hij in het kwartier net iets meer dan 8 ronden wist te rijden.

Een gemiddelde van boven 40 km/h is mogelijk en ik verwacht dat dit ook dit seizoen een Domrenner dit record gaat breken!
Denk je dat kan ik ook, doe dan een poging en geef je resultaten door aan de redactie. Dan houden we een lijst van alle recordpogingen bij.

Succes!

Met sportieve groet van de recordhouder

Rien



Beste Rien,

Laatst was ik bij een gerenomeerde fietsenwinkel in Utrecht. Ik was namelijk van plan een racefiets te gaan kopen, aangezien ik dit jaar wil gaan wielrennen. Mijn probleem is echter dat ik de ballen verstand heb van fietsen. In de fietsenzaak nam men mij mee naar het magazijn. Ze zeiden dat ze nog een hele mooie tweedehandsracefiets hadden staan, echt een koopje. Het was van een of ander onbekend merk. Volgens de verkoper was het zo'n onbekend merk, omdat ze allen door profs gekocht en beroden worden. Het frame was gemaakt van extra zwaar staal, wat volgens de verkoper het materiaal van de toekomst was. Verder liepen de kabels boven het stuur langs, wat de fiets een heel erg coole aanblik gaf. Er zat geen stuurlint om het stuur. Volgens de verkoper was dat ook niet nodig. 'Daar ga ja van zweten', zei hij. En hij vervolgde: 'de profs rijden ook altijd zonder stuurlint'. Er zaten verder maar liefst drie versnellingen op de fiets. 'Dat lijkt weinig, maar dan hoef je niet zo vaak te schakelen, en dat betekent tijdswinst' zei de verkoper. Dat klonk goed. Ik zei: 'Dat hebben de profs zeker ook?'. Waarop hij bevestigend antwoordde. Wat een vriendelijke verkoper.

De brede banden met noppen gaven de fiets een stoere aanblik. Het voorwiel was ovaal van vorm. Volgens de verkoper leek het of er een slag in zat, maar dat was niet zo; het was juist het allernieuwste en meest moderne ontwerp. Door de ovale vorm neemt de luchtweerstand van het voorwiel af. Echt heel gaaf dus allemaal. En dan die bagagedrager: volgens de verkoper een absolute 'must' voor de lange afstandrijder. Hoe moet je anders eten en drinken meenemen? Zo is het toch? Volgens de verkoper rijden alle profs met precies zo'n bagagedrager. Net als de koplamp en de reflector die op de fiets zaten. De fiets woog verder slechts 25 kilo. Daarmee was het volgens de verkoper een van de lichtste fietsen die ooit gebouwd is. Deze superfiets kostte slechts 1500,-. Ik was natuurlijk meteen enthousiast! Maar ik dacht: laat ik eerst Rien om raad vragen. Beste Rien is dit nu een goede koop?

Groetjes, anoniempje.

Het antwoord komt op de volgende bladzijde

Beste anoniempje,

Ik ben erg blij dat je dit moeilijke dilemma aan mij voorlegt. Ik zal dan ook met al mijn deskundigheid op het gebied van fietsen een goed advies geven. Allereerst de prijs van 1500,- is echt niet veel voor een goede degelijke racefiets. Er zijn een aantal sterke punten van deze fiets. Dat de kabels van de racefiets boven het stuur langs lopen is aerodynamisch erg gunstig. Denk maar aan de ribbels op de schaatspakken van de Nagano-gangers! Hiermee ga je echt seconden per kilometer winnen. Dat van die versnellingen kan ik alleen de verkoper maar gelijk geven. Schakelen is bijna nooit nodig en kost heel veel tijd. De ovale wielen zullen je vooral op de kinderhoofdjes plezier geven want door de toch al hobbelerende fiets zal je weinig last hebben van extra hobbels.

Op één punt moet ik de verkoper toch in het ongelijk stellen en dat is de dat een lichte fiets van 25 kilo goed is. Als je nou een zwaardere fiets hebt, zal je ook een stuk sneller afdaalen. Ik raad je dus aan om aan de verkoper te vragen of die bidons met lood in kan zetten. Dat deed Gerri Kneteman ook altijd al en die is per slot van rekening toch ook wereldkampioen geworden! Op je bagagedrager kan je je eten drinken wel meenemen! Ga hier dus met de verkoper over onderhandelen!!!

Veel succes hopende je hiermee genoeg van dienst te zijn geweest!!!

Met deskundige groet!

Rien (van Rien weet Raad)



Licentiehouders

Binnenkort gaat het feest beginnen, de eerste MNL-competitiewedstrijd komt eraan. Op 22 februari wordt in Tiel gereden. We zullen op die zondag om 9u15 bij stadion Galgenwaard verzamelen en begeven ons dan in rustig tempo naar Tiel (kom op tijd !!). Als je al in het bezit bent van je licentie moet je deze niet vergeten, als je je licentie nog niet hebt kun je wel gewoon starten. Wees voorbereid op 35 km heen, 50 km wedstrijd en 35 km terug. De kosten zijn 3,- per wedstrijd en aan het eindklassement zijn geldprijzen verbonden. Er wordt in deze competitie een bezoek gebracht aan alle clubparcoursen in ons district dus de mensen die je hier ziet, daar zul je het hele jaar mee te maken krijgen. Elke wedstrijd is op zondag en begint om elf uur (om 9u30 zijn er ook wedstrijden voor veteranen, recreanten, nieuwelingen en dames). Eerst starten de Elite en de Neo's, een minuut daarna de Cyclo's. Hieronder staan alle data voor de MNL-competitie.

Datum	plaats	club
• 22/2	Tiel	De Baaiuwers
• 1/3	Soest	Tempo S.
• 8/3	Vianen (Industriet.)	TC Vianen
• 15/3	Amersfoort (Zielhorst)	De Adelaar
• 22/3	Nieuwegein (Galecop)	Het Stadion
• 29/3	Gorinchem	J.v.Arkel
• 5/4	Breukelen, Tijdrit	De Eendracht
• 12/4	Amersfoort (Zielhorst)	Eemland
• 19/4	Utrecht	De Volharding

Niet-licentiehouders opgelet !

Het is nu ook mogelijk geworden om als niet-licentiehouder een paar wedstrijden bij de licentiehouders uit te proberen. Dit is een uitstekende kans om eens kennis te maken met de wedstrijdssport, als je er wel eens aan gedacht hebt om een licentie te nemen moet je deze kans grijpen. Neem even contact op met mij dan kunnen we dit snel regelen. Een algemeen geldende regel: helm en clubkleding zijn verplicht. Supporters zijn natuurlijk altijd welkom. Ik hoop veel van jullie te zien.
Wouter.

**Vandaag nog weten
wanneer u rijexamen doet ?**

**Bel nu voor uw examendatum !
(030) 273 08 40**

Opleidingen voor:

- ◆ Personeelauto
- ◆ Personeelauto automaat
- ◆ Personeelauto met aanhanger
- ◆ Motor en vrachtwagen
- ◆ Trekker + oplegger
- ◆ Theorietoetsopleiding
- ◆ Auto-, motor- en chauffeursopleidingen



Veronica

Verkeersschool

Blauwkapelseweg 153 - 3572 KE Utrecht

UNIEK EIGEN OEFENTERREIN

lid worden?

Dat kan (heel graag zelfs)! Om lid te worden moet je het volgende doen. Allereerst moet je je inschrijven bij Sportcentrum Olympos op de Uithof. Als student kan je je daar inschrijven voor 25 gulden. Doe dit zeker, want aan de hand van het bij Micsa Cosa geregistreerde leden krijgt de Domrenner subsidie! Vermeld bij je inschrijven dat je inschrijft voor het wielrennen.

Daarna kan je bij ons lid worden voor **slechts 10 gulden!!!** Daarvoor ben je een jaar lang lid, kan je clubkleding kopen, kan je profiteren van de gezamenlijke inschrijving bij toertochten, mag je mee op fietskampen en krijg je natuurlijk ook dat fantastische *Buitenblad* in de bus. En dit is maar een handgreep uit de voordelen van de vereniging.

Lid worden en je contributie voldoen kan dan bij een van de activiteiten. Contributie kun je ook overmaken op bankrekening 39.46.69.665

Voor mensen die al een sportkaart van Olympos hebben omdat ze al een sport doen is het veel simpeler. Als je de kaart verlengt moet je er even bijzeggen dat je je ook in wil schrijven voor wielrennen. Ben je al langs geweest om je kaart te verlengen ga dan nog even een kaart langs om je ook in te schrijven voor het wielrennen. **DIT KOST NIETS EXTRA ofwel DIT IS HELEMAAL**

GRATIS!

Daarna kan je dan je contributie betalen bij een activiteit of overmaken op de clubrekening

Je bent dus lid van USWV De Domrenner voor slechts 10 gulden!

Je merkt dat je het voor het geld niet voor hoeft te laten, dus wordt lid en profiteer van de vele voordelen van De Domrenner!

Mensen die geen student (meer) zijn en ook geen sportkaart hebben en toch bij de Domrenner betrokken willen zijn, kunnen donateur worden voor minimaal f35,-. Donateurs mogen met alle activiteiten meedoen. Leden hebben echter voorrang. Voor meer informatie kun je contact opnemen met het bestuur van de Domrenner.

Rijkschool Veronica heeft voor ons nog steeds de nodige aanbiedingen.

THEORIE: Theorie examen voor f99,-

Daarbij zit inbegrepen theoretic-examen, theorieboek en 14 uur les.

STUNTAANBIEDING!!!

Een hele dag les op een afgesloten parcours van de rijkswegdienst in Lelystad. Je vertrekt 's ochtends vroeg naar Lelystad. Daar staat voor iedereen een auto klaar. Onder leiding van een instructeur krijg je 8 uur onderricht in voertuigbeheersing. Het voordeel is dat je de auto leert beheersen zonder dat er ander verkeer is en dat gaat natuurlijk veel sneller. (onderzoek heeft uitgewezen dat dit vergelijkbaar is met ong. 13-14 lessen op de weg). De dag is inclusief lunch.

Kosten: f199,-

Ook in het nieuwe jaar vinden er weer van dit soort dagen plaats, dus geef je snel op als je dat nog niet gedaan hebt!

RIJEXAMEN

Als vervolg op de cursus heeft Veronica een pakket van 20 rijlessen met examen voor f1217,-.

Zo kan je in 28 uur je rijbewijs halen voor f1416,- (incl. examen). Dit is ongeveer f41,- per uur voor de lessen!!!

Voor mensen die de dag niet gevolgd hebben is er, als zij dit willen, een ander pakket zodat zij nog genoeg lessen kunnen nemen.

Opzave voor de aanbiedingen kan alleen bij Mark.

Bellen naar Veronica heeft geen zin want zij zijn niet bekend met de details van onze aanbieding, dus bel snel naar:

Mark van der Meijde

Dolormieten 50

3524 VG Utrecht

tel: 030-2882095

e-mail: meijde@geof.ruu.nl

Onze andere sponsor *Tweewielercentrum Snel* hebben we bereid gevonden om ons Domrenners te steunen. Alle leden van De Domrenner krijgen dan ook **10% korting** bij Tweewielercentrum Snel.



door Wouter Meij

De Kopman

INSCRIVEN EN WEDSTRIJDEN

Voor de MNL-competitie hoeft nooit van te voren ingeschreven te worden maar voor de criteriums moet dat wel gebeuren. Het is de bedoeling dat mensen na de MNL-competitie aansluiting gaan vinden in de toch wel wat zwaardere criteriums en de veel zwaardere klassiekers. Je moet zelf uitmaken welke criteriums je gaat rijden en deze moet je d.m.v. startkaarten in gaan schrijven (deze kun je bij mij ophalen). De klassiekers worden voor je geregeld als je daarvoor opgesteld bent. Als je de wielerevu binnen krijgt moet je dezelfde dag nog reageren op de wedstrijdadvertentie(s) door je startkaart in te sturen (ga nu vast postzegels kopen, lik Bea en ram haar op een envelop), doe je dit later dan loop je grote kans niet te mogen starten. Dit probleem doet zich alleen voor bij de cyclospartieën, dit peloton is de laatste jaren zo gegroeid dat de wedstrijden al snel vol zitten. Bij de Elite en Neo's zijn hier nooit problemen mee. Een ander probleem in de B-klasse is dat er renners rond rijden die eigenlijk veel te sterk zijn als cyclo maar dit toch blijven om op een makkelijke manier hun prijzengeld bijelkaar te fietsen (zoals oud prof Johnny Broers, 2 maal de tour uigereden). Je ziet vaak dat het in de criteriums, waar het echte geld opgehaald kan worden, de eerste paar ronden vreselijk hard gaat totdat deze halve profs uiteindelijk met een kopgroep weggereden zijn. Als beginnening heb je het dan ontzettend zwaar omdat je deze explosie meestal niet gewend bent (dit is bijna niet te trainen en dus moet je zorgen dat je wedstrijdritme krijgt in natuurlijk de MNL-competitie en clubritten later). Vooral als je achteraan komt te zitten moet je veel zwaardere versnellingen maken en veel grotere gaten dichtrijden als iemand die vooraan fietst. Na dit kwartierje verzuuren valt het stil en is niemand meer bij machte de kopgroep terug te halen (het grote kijken). Dit is een beetje een zwarte afshildering van een wedstrijd maar dan weet je tenminste wat je in het ergste geval mee kunt maken. Maar het kan omgekeerd ook zo zijn dat je steeds vrij makkelijk de tempoversnellingen verteerd hebt, je

schuift uit de wind steeds wat meer naar voren, parkeert wat Marco's in de hekken. Nog een tempoversnelling en dan valt het uitgedunde peloton stil; opeens zit je voor in het peloton en zie je een grote gapende leegte voor je. Je ziet renners naast je met slijm en snot uit alle gaten van hun hoofd en zelfs de kleppers zie je scheel van het melkzuur naar hun hartslagmeter kijken maar jij bent nog redelijk fris, doordat jij wel al die keren hebt afgezien op de Amerongse berg. Opeens weet je gewoon dat je moet demareren, het gebeurt zonder na te denken. Bij moot weer staan de dranghekken meestal helemaal volgepakt met mensen en dan is het wel heel mooi om je eigen naam over de luidsprekers te horen en alleen voor een bende jagende honden uit te rijden. Wat is die veertien lekker licht vandaag, de macht die mensen zien rijden die zeker meer moeten kunnen dan aanklampen of meerijden, op hun kracht kunnen ze een eind komen. Het probleem is dan om hiervan in een wedstrijd optimaal gebruik te kunnen maken. Er moet in het begin van een wedstrijd echt diep gegaan worden en daar moet je wel een zekere wil voor opbrengen die ook veel kracht vergt. Die wil moet de angst voor valpartijen uitsluiten (of je moet Pontom heten en het tijtje bij de finish willen opsnuiven). Op het moment dat jij denkt, ik ga verrot, mijn Extran komt weer naar boven en ik heb brokjes in mijn mond, precies dan valt de cruciale beslissing in de wedstrijd. Als je sterk maar onervaren bent zie je heel vaak dat mensen uit jouw wiel gaan demareren en dat je heel vaak in precies de verkeerde ontsnapping zit (in de mongolenwaier). Zoals gezegd is het belangrijk om veel wedstrijdritme op te doen. Je zou in een week kunnen volstaan met twee wedstrijden en een duurtraining, op deze manier rijden zat goede renners rond. Alleen met veel wedstrijd kilometers in de benen kun je goed presteren. Als je dus vindt dat 15 wedstrijden in een jaar veel is dan moet je je toch echt afvragen of je ooit in een wedstrijd iets goeds wilt neerzetten (dan heb ik het nog niet eens over steeds na 5 km losgereden worden), van dat gelul zijn we als club dus echt niet gediend. Er zijn ook renners in de topcompetitie die een volledige baan hebben, 's avonds trainen ze met een lampje. Alle licentiehouders hebben aangegeven klassiekers te willen rijden en op 1 januari te beginnen met trainen (of bedoelden ze 1/1/99 ??); in de regel moet je daarvoor wel op je fiets gaan zitten (wielersporttrainingsboekjeüp stap 1; haaf fiets uit schuur) en is een rondje Amerongen te weinig voor de meeste klassiekers (ongeveer 50 km te weinig). Ene Bram en ene Kees rijden een aantal licentiehouders er al redelijk vanaf (en Bram rijdt nog met extra trui-weerstand ook!). Ik zou zeggen; kom trainen en maak dat mooie kledingpakket waar !!

Clubkleding

Bij De Domrenner hoort uiteraard ook een cluboufit. We hebben een hele Domrenner lijn laten ontwikkelen bij de leverancier van onder andere grote amateur ploegen en niet te vergeten Erik Hulzenbosch. Kortom de kleding kan dus wel tegen een stootje!

De lijn bestaat uit o.a. een koersbroek, koerstrui, (gamex) windjack, winterbroek. Later volgen er ook nog een thermojack en een snelpak. De kleding, uitgevoerd in onze eigen clubkleuren en het Domrenner logo is te bestellen bij Rien. De prijzen hebben we zo laag mogelijk gehouden zodat iedereen zich een leuk pakje kan veroorloven. Voor wie nog steeds niet gelooft dat het veel leuker is om met z'n allen in hetzelfde tenue te rijden van je eigen club: kom eens een keer meedoen met een training en zie wat voor mooie shirts en broeken rondrijden. Uiteraard ga je door de mooie pakken en de verhoogde team-spirit alleen maar beter fietsen. Doen dus!

De prijzen:

- Koerstrui f 50,-
- Koersbroek f 55,-
- Winterbroek f 80,-
- Jack f 100,-

Adreswijzigingen

Bij deze een dringende oproep aan alle leden: Wanneer je adres verandert, geef dit zo snel mogelijk door! Dan blijf je het Buitenblad op je goede adres ontvangen. Je nieuw adres komt ook in het Buitenblad, wat weer veel adreswijzigingen bespaart.

per 1 maart:
Ralph Meijer Burg. Reigerstraat 5 3581 KJ Utrecht 030-2343285

aanvullingen ledenlijst vorig Buitenblad:

Brian Aldijh Van Lieflandlaan 96 3571 AG Utrecht 030-2718747
Joris Dresen Van Lieflandlaan 96 3571 AG Utrecht 030-2718747
Bram van Kester Trompstraat 28 3572 XV Utrecht 030-2713145
Andy Knijpinga Van Lieflandlaan 122 3571 AH Utrecht 030-2719178