

COLOFON

Jaargang 10, nummer 5

Foto omslag

Genoeg voer voor de komende tijd

Redactieadres

buitenblad@yahoo.com

Redactie Buitenblad:

Sjaak Veken
Kees Kramer
Wouter Caro
Joost van Helvert
Joris van Berkel
Chris Ridderbos

Kopij sturen naar:

buitenblad@yahoo.com

Oplage

130 stuks

Kopijdatum volgende BuitenBlad

Na Sinterklaas

USWV de Domrenner wordt gesponsord door:

Dupree Cycles – Xtreme Bikes
Mertens Public Dialogue
Snel Tweewielers
Let me do it!
Co van Beek Tweewielers
Trias Sportfysiotherapie
Ortho Fysiotherapie
Studentflex

Het BuitenBlad is het officiële orgaan van de Utrechtse Studenten
Wielervereniging de Domrenner.

Club van Honderd

Loet Scholma

Buitenblad Jaargang 10, nummer 5

Verrassing!!! Hoppa Pats Boem!!! Zomaar weer een Buitenblad, nog geen dag nadat je de laatste versie ontvangen had. Wie had dat verwacht? Niemand, wij eerlijk gezegd ook niet. De redactie had natuurlijk nog wat goed te maken. Het afgelopen jaar liep de productie niet zoals gewenst, en ontvingen de leden niet eens in de twee maanden een Buitenblad. Vandaar deze actie.

Een speciaal woord van dank gaat hierbij uit naar Joris van Berkel. Niet alleen was hij de bedenker van dit lumineuze idee, hij is tevens verantwoordelijk voor een groot deel van de kopij. Binnen de redactie gingen er zelfs stemmen op om één Buitenblad geheel door en over Joris te laten gaan. Gelukkig is daar een stokje voor gestoken.

In dit Buitenblad staat voor de verandering het wedstrijdrijden in het voetlicht. De wedstrijdcommissaris is er eens goed voor gaan zitten, en evalueert de prestaties van alle wedstrijdrenners van de Domrenner.

Daarnaast nog twee wedstrijdverslagen. Arnold Jansen vertelt over zijn ervaringen in de Tweelandenkoers en Joris van Berkel schrijft een noemenswaardig stukje over de laatste wedstrijd van het seizoen, de ronde van Ottoland.

En wie is nou Mokman? Sommige oplettende leden hebben misschien de naam horen vallen, maar wie hij precies is weet eigenlijk niemand. Behalve de Drie Koffiemusketiers van de Zwarte Tunnel. Een daarvan, wie anders dan Joris van Berkel, kon het niet laten en groef in het verleden van deze merkwaardige persoonlijkheid.

Verder is het blad weer goed gevuld met poëzie. Clubdichter Chris Ridderbos liet ditmaal verstek gaan. Het penningmeesterschap drukte zwaar op zijn ranke schouders,

waardoor hij naar eigen zeggen even niet "*boven zijn eigen inspiratie uit kon steigeren*". Geen nood, genoeg overspannen dichters zijn hem voor geweest, en hebben daarnaast een schat aan materiaal achtergelaten. Het is een kwestie van "*even twee dagen de bibliotheek in voor een grondig literatuuronderzoek*", maar dan heb je ook wat...

Daarnaast weer een leuke column van Joost. Joost is een topper, een fijne gozer. Dat heeft verder niets te maken met de column die hij geschreven heeft, maar het is ook wel eens leuk om zoiets zomaar te vermelden. Als nietsvermoedende lezer lees je dan toch dat Joost een topper is (geloof me, het is *echt* waar) Er is sowieso één iemand die dat leuk vindt, en dat is Joost. Leuk he?

Maargoed, het Buitenblad bevat ook hele zinvolle teksten. Die bewaren we voor het laatst. We gaan ditmaal serieus in op het onderhoud van de racefiets. Iedere training zien we ze weer rijden, de smerige ransbakken. De (ex)voorzitter spant hierbij de kroon. Zijn ketting is zelfs zo smerig dat hij gedwongen wordt om met O-benen te fietsen! Vandaar een inzage in de theoretische aspecten van het schoonmaken. Goed lezen(*) Maarten!!!

Geniet, maar lees met mate...

* *Onderstreep de belangrijke stukken*

Na een op sportief vlak teleurstellend 2005 is er afgelopen seizoen duidelijke een stijgende lijn te zien in de prestaties van de licentiehouders. Aan het begin van het seizoen was al duidelijk dat de wedstrijdselectie van de Domrenner nog steeds groeit. In de loop van het seizoen bleek dat deze selectie ook steeds betere uitslagen ging rijden, met natuurlijk de tweede plekken van Danny op het DK weg en het DK tijdrijden en de twee derde plekken van Sjoerd als hoogtepunt. Om niemand tekort te doen hierbij een korte evaluatie van alle wedstrijdrenners.

In alfabetische volgorde:

Rogier 'aka Roger' Alvares
EenvanderookiesbinnendeDomrenner. Waar de profs op 'trainingsstage' gaan naar de Canarische eilanden ging Rogier naar Suriname. Wat hij daar precies heeft gedaan zullen we nooit weten, maar het schijnt dat Dokter Desi goed werk heeft gedaan. Dit seizoen kan hij beschouwen als een opstapeseizoen, waarin hij toch al regelmatig heeft laten seizoen in de finale mee te kunnen spelen. Voor komend seizoen heeft hij besloten om nog een jaar bij de B's te blijven rijden om zijn kleine broer wegwijs te maken in het peloton. De verwachtingen over de Alvares-Brothers zijn dan ook hooggespannen. Zal Roger het voorbereidende werk van Miguel af kunnen ronden? We zullen zien.

NB: Rogier, volgend jaar ook nog even de Alpe d'Huez?

Joris van Berkel

Heeft dit seizoen toch een aantal mooie records op zijn naam staan. Het meeste aantal valpartijen: waar Wouter een valse start maakte door al voor het seizoen begon over de kop te gaan, heeft Joris hem met drie valpartijen toch nog in weten te halen. Het grootste aantal gereden wedstrijden. Met meer dan 20 wedstrijden is hij

dit seizoen de renner met de meeste koersen achter zijn naam. Toch wierp het koersen niet echt zijn vruchten af, een 3^e plek op het DK tijdrijden en een 20 plek in Wijk bij Duurstede zijn de enige klasseringen. Met een goede tijd in de Marmotte zijn al deze koersen misschien toch nog ergens goed voor geweest. Eigenlijk waren de plannen om het volgend seizoen bij de A te gaan proberen maar een afstudeeronderzoek in Hong Kong lijkt roet in het eten te gooien. Maar in 2008 zal hij er staan!

Wouter 'De Buffel van Lunetten' Caro.

Op de maandagtraining doet Wouter zijn bijnaam eer aan. Rustig trainen kent hij niet. Het liefst zou Wouter altijd voluit gaan. Ook in de wedstrijden vliegt Wouter er altijd in. In het voorjaar leek Wouter onstuitbaar en wist hij zelfs een overwinning te pakken op de NEB. Toen het echte wedstrijdseizoen echt begon bleven de overwinningen uit. Toch weet Wouter altijd wel zijn koersen uit te rijden en wist hij met de Twee Landen Koers ook zijn eerste klassieker uit te rijden. Op het NCK bewees Wouter een echte doorzetter te zijn. Gedurende de wedstrijd wist hij te verbeteren en stelde hij de ploeg in staat om een mooie prestatie neer te zetten. Voor volgend seizoen zijn de verwachtingen hoog gespannen. Wouter heeft inmiddels een nieuwe baan gevonden op een mooie trainingsafstand van Lunetten. Ik verwacht dan ook dat dit zijn vruchten af zal werpen.

Danny 'The Danman' van den Deijssel

Al jaren een van de vaste waarden binnen de wedstrijdsectie. Afgelopen jaren heeft Danman zich gespecialiseerd in het tijdrijden. Dat heeft dit jaar dan ook zijn vruchten afgeworpen. Met een tweede plek op het DK tijdrijden en enkele mooie prestaties in de tijdritcompetitie

heeft Danman zich ook als tijdrijder bewezen. Zijn mooiste klassering was natuurlijk zijn 2e plek op het DK weg. Een resultante van een supergoede Danman en het tactische ploegenspel van de rest van de B-ploeg. Vanaf volgend jaar zal Danman niet meer schitteren in de Domrennerkleding maar heeft hij voor het ietwat schrale Eemland tenue gekozen. In de Marmotte viel zijn prestatie enigzins tegen. Hoewel Danman ook al enige jaren zijn klimtalent bewijst is het in de Marmotte nog niet gelukt dit talent door te trekken naar een topklassering. Danman, keep on trying.

Mark 'Di Grande' Groot

Een geval apart. Vol van ambitie begon Mark aan dit seizoen. In het begin van het seizoen kende hij wat opstartproblemen, maar gaandeweg wist hij toch zijn klasseringen mee te pakken. Dit leidde zelf tot het stiekeme idee om misschien over te stappen naar de elite. Vanwege een beperkte hoeveelheid tijd heeft Mark beloofd hier toch maar van af te zien. Een advies als je met Mark naar de koers rijdt, zorg dat je zelf de route kent.

Harbert Heins

Harbert zou eigenlijk vorig seizoen al een wedstrijdlicentie nemen, maar een ongelukje waardoor zijn arm uit de kom vloog gooide roet in het eten. Vooral actief in het voorseizoen wist hij toch nog aan 10 wedstrijden te komen. Zijn beste prestatie was een 7e plek op het DK. Toch schat ik zijn 8e plek in de Ronde van Stolwijk hoger in. Tijdens deze zware koers reed hij de hele wedstrijd voorin in het peloton en wist hij een mooi bedrag aan prijzengeld bij elkaar te sprokkelen.

Folkwin 'Sexy Doc' Hulshof

Verreweg de oudste en meest ervaren wedstrijdrenner. Ondanks zijn leeftijd is hij regelmatig in de uitslagen terug te vinden. Zit nu op een boot, maar zal ook ongetwijfeld volgend seizoen weer voorin aanwezig.

Arny 'The Destroyer' Janssen

Dat hij kon fietsen wisten we al. Tijdens de training had hij al meermaals laten zien over goede benen te beschikken. Toch was hij afgelopen seizoen een vaste waarde achterin het peloton. Inmiddels is Arny een van de openbaringen van het seizoen. Door de magische bloktrainingen op aanraden van Geert wist Arny ons tijdens het NCK en de trainingen in voorbereiding op het NCK herhaaldelijk pijn te doen.

Emiel 'El buitre' Joustra

Over deze oudgediende helaas weinig te melden. In het voorjaar werd hij nog tijdens enkele koersen gesignaleerd, maar het schijnt dat hij daarna weer in zijn winterslaap is verzonken.

Sjoerd Rammelt

Sjoerd heeft geen bijnaam nodig. Binnen korte tijd is Sjoerd Rammelt een begrip geworden. In het voorjaar wist hij op indrukwekkende wijze een wedstrijd op de NEB te winnen. Zijn reputatie was gevestigd. Een volgende overwinning liet nog even op zich wachten, maar tijdens de Ronde van het Wilhelminapark was het zover. Sjoerd wist met een krachtige jump in de finale het ploegenspel van de Domrenner af te maken. Ook in officiële KNWU-wedstrijden weet Sjoerd zijn mannetje te staan. Met twee derde plekken en enkele top 10 en top 20 klasseringen heeft Sjoerd dan ook de officiële titel van beste nieuwkomer in de wacht weten te slepen.

Chris 'De Verschrikkelijke' Ridderbos

Ja, Chris, wat moet je daar nou over zeggen. Bang om overtraint te raken beweert hij stevast dat hij maximaal drie keer per week traint. Een ander befaamd excuus om niet te hoeven trainen is dat hij te 'mooi' is om te fietsen. Na zijn eerste wedstrijd, de Viking Tour, kreeg hij twijfels over zijn toekomst in het wielrennen. Zijn volgende koers, de Ronde van Werkendam wist "met twee vingers

in zijn neus" uit te rijden. Grootse uitslagen zijn tot nu toe uitgebleven. Maar dat de potentie er is heeft hij inmiddels al bewezen. Chris heeft al laten weten volgend jaar bij de A's te willen gaan koersen. Een tip, als je die twee vingers uit je neus haalt, rijdt je nog een stukje harder.

Barend Rip

Barend nam dit jaar eigenlijk per ongeluk een nieuwe licentie. Heeft naar mijn weten zelfs een tweetal wedstrijden gereden, maar heeft besloten zich op het snooker te concentreren.

Geert Scholma

Eigenlijk geen licentiehouders, desondanks verdient hij een speciale vermelding. Ook zonder licentie weet hij indruk te maken. Blessureleed heeft hem de afgelopen jaren uit het peloton geweerd. Dit jaar heeft hij niet alleen zelf zijn talent getoond maar heeft hij ook Arnold geholpen om zijn talenten te ontplooiën. Het schijnt dat hij weer overweegt om komend seizoen zijn rentree te maken in het peloton. Een kopman hoeven wij dan ook niet meer te zoeken.

Sander 'chicken' Smits

Een vergelijking met Michael 'Chicken' Rasmussen is treffend. Ook Sander voelt zich thuis in de bergen. Nauwkeurig kiest hij een beperkt aantal koersen uit waarin hij wil vlammen. Doorgaans zijn dit de Marmotte en het DK tijdrijden. Het DK viel enigszins tegen. Maar zijn prestatie in de Marmotte mag vergeleken worden met de prestatie van 'Chicken' in de Tour. Zijn beperkingen in de afdaling weet hij ruimschoots te compenseren met zijn talent om hard omhoog te kunnen rijden. Een prachtige 15e plaats in de Marmotte is dan ook zeker het vermelden waard.

Sjaak 'Afhaak' Veken

Sjaak is de held van het seizoen. Op basis van enkele goede wedstrijden en

een steevast vertrouwen in zijn eigen kunnen besloot hij om dit seizoen een A-licentie te nemen. Het viel hem zwaar om zich aan te passen aan het tempo van het A-peloton. Toch is er dit seizoen bij Sjaak een steigende lijn te ontdekken. Naar het schijnt heeft hij inmiddels vier wedstrijden uitgereden en ook al een handvol premies mee gepakt. Met de versterking die Sjaak komend seizoen zal krijgen bij de A's zullen ongetwijfeld ook zijn prestaties omhoog gaan. Sjaak heeft dit seizoen ook nog een wijze les geleerd: als je op tijd bij een koers moet zijn, zorg dan dat je zelf de route kent.

De Dames

Dit jaar hadden we bij de Domrenner ook twee dames met een licentie. Aukje Koopmans en Annemarieke Bruinsma. Beiden waren vooral in het voorjaar actief. Materiaalpech verhinderde bij Aukje echter om ook de tweede helft van het seizoen mee te koersen. Annemariëk is verhuist naar Limburg en haar fietsprestaties de tweede helft van het seizoen zijn mij onbekend. Ik hoop dat jullie komend seizoen versterking krijgen. Hier zie ik een taak voor de nieuwe wedstrijdcommissaris.

Als Domrenner kan je geheel gratis en vrijblijvend
een offerte voor een fiets laten maken bij

Cycles Dupree

Al jarenlang de grootste sponsor en trouwste supporter



Jean Paul Dupree

Croeselaan 98

Utrecht

030 2932592

(van tevoren afspraak maken)

Onze vereniging beschikt over een levendige wedstrijdsectie. Hoewel het misschien niet bij alle leden even bekend is, is er een stel fietsfanaten binnen de Domrenner dat zich, in veel gevallen gezamenlijk, van wedstrijd naar wedstrijd begeeft om aldaar de strijd aan te gaan met mensen die lijden aan dezelfde stoornis. Een nauwelijks te winnen strijd. Een schier onmogelijke opgave. Diep in hun hart weten zij dat deze strijd niet te winnen is. Dat het hoogste treetje van het erepodium dat voor elke wedstrijd met veel zorg wordt opgebouwd met een aan zekerheid grenzende waarschijnlijkheid niet voor hen is weggelegd. Weer niet. Dat daar zometeen een ander de kussen in ontvangst zal nemen en de bloemen het publiek in mag gooien. Zij weten dit allemaal, diep in hun hart.

Maar zij geven niet op. Zij zullen de strijd blijven aangaan. Steeds weer. Waarom weet niemand. Het heeft geen zin om hen te vragen waarom zij dit doen, elke keer weer. Want zij zullen je niet-begrijpend aankijken. Het heeft geen zin om te proberen hen ervan te overtuigen dat het zinloos is. Om hen erop te wijzen dat het gevaarlijk is en duur en dat er nog zoveel andere dingen zijn die je kunt doen. Doe het niet. Het zal geen effect hebben. Sterker nog, je brengt hen ermee in gevaar. Want de Licentiehouders zal de strijd moeten blijven aangaan om goed te kunnen functioneren in de maatschappij. Hij heeft het nodig om keer op keer met zijn neus op de feiten te worden gedrukt. Een ander weer met de bloemen te zien zwaaien. En wanneer dit ritme verstoord wordt, zal hij op een dwaalspoor terechtkomen en in zichzelf gekeerd raken.

Het is zondag 17 september en het is weer eens zo'n dag. Zo'n dag waarop zij het nodig achten om de strijd aan te gaan. Plaats van handeling is Someren-Eind in Noord-Brabant. Of beter gezegd, daar zal de start

en finish plaatsvinden. Want het gaat vandaag niet zomaar om een criterium, waarbij steeds hetzelfde rondje van ongeveer een kilometer een keer of 50 wordt gereden. Nee, vandaag staat er een heuse klassieker op het programma, de Twee Landen Koers. Vanuit Someren-Eind wordt er naar het zuiden gereden tot net over de Belgische grens. Vervolgens wordt er weer noordwaarts gedraaid en eenmaal terug moeten er nog drie plaatselijke omlopen van 8,5 km gereden worden. De totale afstand bedraagt 130 km. Deze wedstrijd staat open voor zowel A- als B-Amateurs en er kan ook op een daglicentie worden meegedaan. Voor degenen die zich afvragen wat het verschil tussen A- en B-Amateurs is: de A of B is een label dat aangeeft in welke mate de betreffende amateur aan de hierboven beschreven symptomen lijdt. De A's zijn dus gewoon een tandje erger dan de B's.

Met dit alles in het vooruitzicht verzamelt zich rond het middaguur een recordaantal van 9(!) Domrenners in Someren-Eind: Joris, Sjaak, Danny, Arnold, Wouter, Mark, Chris, Geert en Teun. Teun is de broer van Sjaak en mag inmiddels wel Domrenner genoemd worden! Zij worden vergezeld door Petra, Domrenners trouwste supporter. Nogmaals, vraag hen niet wat hun beweegredenen zijn. Zij zullen je geen bevredigend antwoord kunnen geven.

Om 13.00 klinkt het startschot voor in totaal 168 renners. Als een kilometer later de neutralisatiewagen voor het peloton verdwijnt en het hele pak in gang schiet, is er weer dat o zo karakteristieke zoemende geluid hoorbaar. Het geluid dat voortgebracht wordt door honderden racewielen over het gladde asfalt en dat zich met geen enkel ander geluid laat vergelijken. Is dit misschien het geheim? Is het de aantrekkingskracht van dit geluid wat de Licentiehouders

De Tweelandenkoers

Arnold Jansen

maakt tot wie hij is? Zit het hem in de ervaring van dit geluid wat hem ertoe drijft om te volharden in zijn eeuwigdurende zoektocht naar het onbereikbare?

In het begin verloopt de wedstrijd rustig. Voorin het peloton zijn er voortdurend pogingen van renners om weg te komen, meestal tevergeefs. Meer naar achteren bevinden zich de renners die daar veelal geen weet van hebben, omdat het zich simpelweg buiten hun gezichtsveld afspeelt. Er kunnen verschillende redenen zijn waarom renners zich aan de achterkant van het peloton bevinden. Allereerst zijn er de renners die niet sterk genoeg zijn. Zij kunnen gewoonweg niet hard genoeg fietsen en zakken automatisch naar achteren en zullen op een gegeven moment moeten lossen. Dan zijn er ook nog de ervaren renners die zich in het

eerste gedeelte van de wedstrijd niet druk maken en op een later moment wel naar voren rijden. Tot slot heb je nog de renners die best graag naar voren zouden willen rijden, maar het door een gebrek aan handigheid op de fiets maar heel moeilijk kunnen. Van de negen gestarte Domrenners valt in ieder geval Arnold binnen de laatste categorie. Omdat het toch wel heel belangrijk is om naar voren te kunnen rijden als je dat wil, krijgt hij van Geert, die van de negen de meeste ervaring heeft, een praktijkcursus 'naar voren rijden in het peloton'. Dit heeft zowaar effect, hoewel Arnold ook direct ondervindt dat naar voren rijden en voorin blijven toch nog twee verschillende dingen zijn.

Ondertussen dendert het peloton verder en gebeurt er niet al te veel. Totdat iedereen ineens opgeschrikt wordt door weer een typisch

Studentflex

Leuk werk?

Goed salaris?

Flexibele werktijden?

Snelle uitbetaling?

Leuke collega's?

Studentflex is het uitzendbureau
voor studenten.

www.studentflex.nl
info@studentflex.nl

wielrengeluid. Ditmaal is het echter geen geluid wat je als wielrenner graag hoort. Het peloton is zojuist langs een wegversmalling gereden en het geluid is dat van een valpartij. Helaas ontkomen niet alle Domrenners hieraan. Teun is betrokken bij de valpartij en zal even later noodgedwongen de strijd staken.

Even later is het weer raak. Opeens liggen er een aantal renners op de grond waar dan weer andere renners over 'struikelen'. Joris is een van de struikelaars. Hij kan nog wel opkrabbelen en voor even zijn weg vervolgen maar zijn materiaal blijkt dusdanig beschadigd dat ook hij voortijdig moet opgeven. Joris is een bijzondere renner. Een schoolvoorbeeld van een Licentiehouders volgens bovenstaande omschrijving. Hij heeft dit seizoen al meer pech gehad dan een normaal mens in zijn hele leven kan verwerken. Maar Joris staat elke keer weer op en gaat verder. Steeds weer. In dit opzicht zou een A-licentie hem zeker niet misstaan.

Niet lang na dit incident vindt er een grappig voorval plaats: de twee koplopers van dat moment worden tegengehouden door een gesloten spoorwegovergang! Even later arriveert natuurlijk ook het peloton op de plek des onheils. Weg voorsprong... De wedstrijdleiding besluit na het omhoog gaan van de spoorbomen dat de twee koplopers hun oorspronkelijke voorsprong weer terugkrijgen door de twee eerder te laten vertrekken dan het peloton.

De twee koplopers redden het niet en uiteindelijk ontstaat er een beslissende kopgroep van elf renners, waaronder helaas geen Domrenners. Tijdens de plaatselijke omlopen is er geen enkele ploeg die het tempo hoog genoeg kan opvoeren om de elf nog terug te pakken. Sjaak en Danny wordt het helaas allemaal wel iets te veel. Zij verkiezen voor het laatste gedeelte van de race een plek tussen het

publiek. Uiteindelijk zullen ook Mark en Wouter niet in het peloton finishen, maar in een klein groepje daarachter. In de pelotonsprint probeert Arnold nog een zo hoog mogelijke klassering te halen, denkt Chris dat er nog twee bochten te gaan zijn en laat Geert zich uitbollen. Het resultaat: Arnold 41^e, Chris 59^e en Geert 114^e, allen op 1.21 van de winnaar Tom Linten uit België. Mark 119^e, Wouter 120^e op 3.43.

De dag wordt afgesloten met een lopend buffet bij de Chinees in Someren. Terwijl de persoonlijke belevenissen van deze dag over tafel vliegen, troost eenieder zich onbewust alweer met de gedachte dat je als wielrenner nou eenmaal meer wedstrijden verliest dan je er wint. Het is het gebruikelijke ritueel voor elke Licentiehouders na een wedstrijd. Hij heeft deze positieve gedachtes nodig om volgende keer weer van de partij te kunnen zijn. Want volgende keer zal hij weer aan de start staan. En de keer daarop. Want hij geeft niet op. Hij zal de strijd blijven aangaan. Steeds weer.

Heeft het lezen van dit stukje je enthousiasme gewekt voor een wedstrijdlicentie voor aankomend seizoen? Aarzel dan niet en laat je verder informeren door de wedstrijdsecretaris, wedstrijdsecretaris@domrenner.nl

In Koers! 10 jaar fietsen met Rabobank

van Jacob Bergsma, Wilfried de Jong & Peter Ouwerkerk

prijs: 24,95

Boekbespreking door Lexan Pieterse

Profwielrenners zijn fietsende reclameborden. Het maakt ze niet uit waarvoor ze rijden, hoeveel sponsors er op de dunne lapjes stof rond hun lendenen zijn gepropt, of dat ze in zulke schreeuwerige kleuren moeten koersen dat zelfs aan hun blinde grootmoeder niet onopgemerkt voorbijgaan. Coureurs zijn voor alles in, zolang ze maar kunnen fietsen en er nog voor betaald krijgen ook.

Gelukkig zijn de topploegen de laatste jaren zich meer gaan bezighouden met de esthetische kant van de sponsoring van een wielerploeg. Ploegen beschikken over steeds grotere budgetten, waardoor ploegen een steeds professionelere en gelijkere uitstraling hebben gekregen. Het wielerpeloton ziet er nu, voor het oog, een stuk aangenamer uit dan pakweg tien jaar terug. Sponsors op hun beurt proberen meer te doen dan alleen met een merknaam op TV komen, hele marketingstrategieën worden bedacht rond het financieren van een topploeg. Het Nederlandse voorbeeld hiervan is natuurlijk de Rabobankploeg, die dit jaar 10 jaar bestaat.

Natuurlijk wil de sponsor dit heugelijke feit vieren. Zo werd onlangs het boek "In Koers! 10 jaar fietsen met Rabobank" gepubliceerd. Het is een prachtig boek geworden. Gelukkig hebben de marketingboys van de bank niet geopteerd voor een flitsend en nietszeggend jubileumboek, met een droge opsomming van de successen en gespeend van elke kritische noot ten opzichte van ploeg en sponsor.

Hoewel een katern (zeer volledige) uitslagen aan het eind van het boek niet ontbreekt, is het geen compleet overzichtswerk geworden van 10 jaar Rabobank in de wielersport. Het gaat hier om een prachtig koffietafelboek vol anekdotes, goed voor urenlang bladerplezier. Prachtige foto's, en dan net diegene die niet in de krant stonden, maken van "In Koers!" een waar kijkspektakel. De opmaak is gedurfd, elke pagina is geheel anders qua opzet. Denk bijvoorbeeld aan de prachtige collage van 100 verschillende gelaatsuitdrukkingen van Michael Boogerd: verder is geen tekst nodig, de foto's zeggen hier genoeg.

Ook de tekstuele inhoud is van hoge kwaliteit. De bank heeft drie gerenommeerde wielerauteurs de vrije hand gegeven: dit heeft geleid tot originele verhalen, vaak met net iets andere invalshoek dan die de dagelijkse wielersport ons voorschotelt. Jacob Bergsma, Peter Ouwerkerk, en Wilfried de Jong, samen goed voor een halve meter wielersport, tekenen voor de anekdotes, verhalen, interviews, gedichten en beschouwingen omtrent de jubilaris. Dat de schrijvers *carte blanche* hebben gekregen bewijzen wel de verhalen over renners die nu al jaren bij de concurrenten fietsen: maakt niet uit, er zit een mooi verhaal in, vertellen dus! Ook voor het lijden, blessures, valpartijen; kortom het onmenselijke aspect wat de wielersport zo enorm fascinerend maakt is ruim aandacht. Misschien zelfs nog wel meer dan de voor de grote successen (en die waren er!). En dat is nu net wat dit boek zo speciaal maakt. Het is een document over de wielersport *en sich* geworden, en niet over zomaar

een wielerploeg die een jubileum te vieren heeft. Een prachtige staaltje marketing van de Rabobank dus, als ze tenminste zo bedoeld is.

En wil u toch ongeneerd genieten van de mooie momenten van Dekker, Boogerd & co? Bij het boek zit een DVD met een prachtige montage van alle hoogtepunten van de ploeg. Na dit kwartiertje ziet u waarschijnlijk nog drie dagen oranje. Dat de derde

wereldtitel van de Spaanse Rabo-sprinter Oscar Freire niet in het deze Rabocompilatie is opgenomen lijkt veelzeggend. Het blijft natuurlijk een jubileumboek van een sponsor die wil dat de Nederlander bij wielrennen meteen aan de Rabobank denkt. En dan lijdt zo'n Spaanse landentruif alleen maar af van al dat Rabo-Oranje.

Wil *jij* Utrecht beter leren kennen?

Meld je aan als bezorger en ontdek zo de mooiste plekjes van de Domstad!

De redactie is op zoek naar enthousiaste fietsers (m/v) die tegen een kleine vergoeding het Buitenblad willen rondbrengen.

Mail naar buitenblad@yahoo.com

Olympische sporters helpen wij op weg!

Waarom zou *U* met minder genoegen nemen?

TRIAS

Fysiotherapie & Sportrevalidatie

Erkend faciliteit **Utrecht Topsport** en
Olympisch Steunpunt Midden-Nederland

Kapelweg 10 3566 MK Utrecht
Afspraak sportfysiotherapeutisch consult? Tel: 030-2717508
trias.fysiotherapie@12move.nl

Wielrenners zijn een apart slag mensen. Verslaafd aan hun grote passie verwaarlozen zij andere belangrijke zaken des levens. Zo ook Eugene Jacobs, beter bekend als Mokman. Voor hen die zich regelmatig in en rond het van Unnik begeven is Mokman een bekend fenomeen. Voor de volledigheid zal ik hier echter nog een korte beschrijving geven van Mokman. Mokman is een man van middelbare leeftijd met een enorme koffiepens. Zijn bezigheden bestaan uit het rondschuifelen door de universiteitsgebouwen met zijn karakteristieke sjokkende loopje en het drinken van koffie bij een van de vele koffieautomaten die de Uithof rijk is. Zo nu en dan voert hij een gesprek met een toevallig passerende jongedame. Pas recentelijk is ontdekt dat hij ook boeken leest en met de telefoon in het Educatorium belt. Deze onbekende kant van

Mokman deed ons besluiten om nader onderzoek te plegen naar het leven en de activiteiten van Mokman. Zodoende kwamen wij erachter dat Mokman ooit een veelbelovend wielertalent was. Het verhaal van Mokman illustreert hoe vreemd het leven soms kan lopen.

Op 13 januari 1962 komt Mokman, onder de naam Eugene Jacobs, ter wereld in het Limburgs Brunssum. Zijn vader, Roger een kompel in de plaatselijke staatsmijn en zijn moeder Maria, huismeid bij de lokale dokter, kunnen hun vreugde niet op als het kleine ventje geboren word. Eugene kent een tamelijk zorgeloze jeugd. Op 11 jarige leeftijd ontdekt hij echter het wielrennen als hij op televisie Jan Janssen de 9e etappe in de Tour de France ziet winnen. Zijn vader, Roger, ziet het enthousiasme bij Eugene en besluit ondanks alle armoede een racefiets te kopen voor zijn zoon. Algauw toont Eugene talent



Al meer dan **65** jaar een kwaliteitszaak
Eigen fabriek fietsen, op maat en naar wens gebouwd
topservice, snel en bekwaam
1e klas fietsen

Amsterdamsestraatweg 414 a-b-c

3551 CX Utrecht tel. 030 - 244 19 71

info@sneltweewielers.nl

te hebben voor het fietsen. Op 14 jarige leeftijd wordt Eugene Limburgs kampioen in zijn klasse. Vanaf dat moment staat alles bij de familie Jacobs in het teken van de wielercarrière van Eugene. In het heuvelachtige Limburg ontplooit Eugene zijn klimmerstalent en alle wedstrijden bergop eindigt hij bij de eerste drie. Op zijn zestiende verjaardag besluit vader Jacobs dat zijn zoon genoeg heeft geleerd en dat Eugene voortaan al zijn tijd in het wielrennen moet steken. Dan slaat onverwachts het noodlot toe. Tijdens een trainingsstage met de Limburgse selectie, komt Eugene in de afdaling van de Col du Glandon in botsing met een parend Marmottenstel. Afgeleid door hun voortplantingsactiviteiten hebben ze geen aandacht voor de aanstormende Eugene. Ook Eugene, naast een goede klimmer tevens een begenadigd daler, is met zijn gedachten ergens anders. Verbouwereerd door het feit dat hij die ochtend tijdens een natte wind zijn koersbroek heeft ondergeschetten heeft hij geen oog voor de kroelende Marmotten. Voordat hij het weet vliegt hij in volle vaart over de kop. Dat deze val indirect het einde van zijn wielercarrière zou betekenen weet hij dan nog niet. Aan de val houdt Eugene een gebroken sleutelbeen en een flinke hersenschudding over. Omdat het een mooie breuk is zit Eugene drie weken later alweer op de fiets. Ook zijn hersenschudding lijkt geen verdere problemen op te leveren.

Twee jaar na zijn val in de Alpen krijgt Eugene met concentratieproblemen te maken. De link met de Valpartij wordt echter pas 15 jaar later gelegd. Ondertussen gaat het bergafwaarts met de prestaties van Eugene. Zijn concentratieproblemen brengen hem in het peloton regelmatig in moeilijkheden. Wanneer de finale begint zit Eugene al met zijn gedachten ergens anders. Een eindeloze reeks valpartijen is het gevolg. Op zijn 22e besluit Eugene het peloton te verlaten en zich te richten op zijn

maatschappelijke carrière.

In de veronderstelling dat hij zijn brood zou gaan verdienen met het wielrennen heeft hij zijn middelbare school nooit afgemaakt. Om toch een baan te krijgen stuurt vader Roger hem terug naar school. Ook in de normale maatschappij blijven de concentratieproblemen Eugene parten spelen en het lukt hem niet om zijn middelbare schooldiploma alsnog te behalen. Door het sluiten van de mijnen is er in Limburg een overschot aan werkzoekenden en het lukt Eugene dan ook niet om een plek op de arbeidsmarkt te veroveren. Op zijn 24^e besluit vader Roger dat het voor Eugene tijd wordt om het ouderlijk huis te verlaten. Omdat hij zijn zoon niet zomaar zonder baan op straat wil zetten, regelt hij dat Eugene bij het bedrijf van zijn neef Piet aan de slag kan. Neef Piet heeft een speelautomatenbedrijf in Utrecht en is bereid om Eugene in dienst te nemen. Vader Roger heeft immers ooit zijn leven gered toen hij als kind bijna overreden werd door de plaatselijke melkboer.

Bij het speelautomatenbedrijf van neef Piet bloeit Eugene helemaal op. In zijn vrije tijd ontwikkelt hij een interesse voor computers, luistert hij naar de Rolling Stones (dat zijn die bejaarden, die tegenwoordig €80,- voor een kaartje vragen) en begint hij met het verzamelen van aparte koffiebekers. Eugene krijgt zelfs verkering met de 7 jaar jongere dochter van neef Piet, Jacoba Christina Jacobs. Als het bedrijf van neef Piet onverwacht failliet gaat en neef Piet met zijn gezin, inclusief Jacoba, naar Nieuw-Zeeland verhuist, stort het leven van Eugene in. Een bevriende koffiebekerverzamelaar helpt Eugene uiteindelijk aan een baan als systeembeheerder bij de Universiteit van Utrecht. Hier ontwikkelt Eugene zich tot een expert op het gebied van digitale leeromgevingen. Wanneer de digitale revolutie uiteindelijk echt door lijkt te zetten blijkt dat het door

Eugene geïntroduceerde Webct, een digitale leeromgeving, een financiële strop voor de universiteit is. In de veronderstelling dat zij het modernste en meest geavanceerde systeem hadden aangeschaft besluit de UU op aanraden van Eugene tot het sluiten van een 15 jarig contract met Webct. Webct blijkt echter na één jaar al achterhaald te zijn en de UU zit opgescheept met een ouderwets systeem dat de studenten tot waanzin drijft. Eugene wordt schuldig gehouden voor deze strop en komt op straat te staan.

Mentaal kan Eugene zijn ontslag niet aanvaarden en draait door. Door alle stress raakt Eugene zwaar aan de koffie. 's Nachts doet Eugene door alle koffie geen oog dicht en overdag slaapt Eugene zijn roes uit. Zijn psychiater, de Poolse Dokter Lekreb, adviseert Eugene om zijn oude werkritme weer op te pakken. Langzaam maar zeker kruipt Eugene uit een diep dal en pakt de draad

weer op. Eugene neemt het advies van Dokter Lekreb wel heel letterlijk en gaat zelfs weer dagelijks naar de Uithof. De koffieverslaving blijkt echter minder goed te behandelen en Eugene doet dan ook niet veel meer dan koffie drinken en een beetje rondlopen. Jaren van viertjes (koffie met melk en suiker) doen Eugene echter geen goed. Ooit een afgetrainde wielrenner, door alle viertjes begint hij steeds meer op een ballon te lijken. Eugene transformeert langzaam maar zeker in Mokman. Een onomkeerbaar proces dat uiteindelijk leidt tot de staat waarin Mokman nu verkeert. Door alle koffie heeft Mokman een bloeddruk die alle menselijke grenzen te boven gaat en heeft hij chronisch een kop als een tomaat. Zijn leven lijkt de kroniek van een aangekondigde dood.

Er is meer in het leven dan wielrennen en koffie drinken. De moraal van dit verhaal: geef eens wat vaker een rondje!

Sport- & Orthopedische revalidatie

“Van Huis & Van 't Klooster”

- Fysiotherapie en manuele therapie
- Expertisecentrum knie & schouder
- Medisch testen en trainen



Catharijnesingel 82 Utrecht, tel. 030-2317551

Van welke Domrenner is deze gebruinde kuit?



De kuit van ...

Stuur jouw antwoord naar buitenblad@yahoo.com

en win **SPECTACULAIRE** prijzen!!!

over de uitslag corresponderen wij liever niet!

CO VAN BEEK

Uw Fietsenonderdelenspecialist

100 m² Fietsonderdelen
Accessoires – Schoenen – Fiets
en Regenkleding

Abus – Agu – Comus – Conti
Cyclops – Lake – Shimano
Sram – Schwalbe – Terry



Springweg 16 – Utrecht
030 – 231 99 33

www.covanbeek.nl
www.bikepartsonline.nl
www.politiefiets.nl

De profs hebben de Ronde van Lombardije, wij hebben De Omloop van Ottoland. De Giro di Lombardia is traditioneel de laatste klassieker en voor veel renners ook de laatste wedstrijd van het seizoen. Nog eenmaal hebben zij de kans om hun jaar glans te geven in "de wedstrijd van de vallende bladeren".

Voor ons (Guno de Verschrikkelijke, Arny The Terminator en De Berk) was de Omloop van Ottoland de laatste echte koers van het seizoen. Met het voornemen om ons seizoen in stijl af te sluiten vertokken we voor wat, achteraf, een heroïsche tocht zou blijken. Voor ons geen vallende bladeren, maar wel een zacht najaarszonnetje. Met de wind in de rug hadden we binnen no-time de 36 kilometer naar Ottoland afgelegd.

Voor hen die nog nooit van Ottoland hebben gehoord; Ottoland is een klein plaatsje in de Alblasserwaard en is eigenlijk niet meer dan een sloot met wat huizen er langs. Eenmaal per jaar lopen alle bewoners uit voor de Omloop van Ottoland. Ware het niet dat hij pas voor de tweede keer verreden werd anders hadden we hem zeker in de categorie 'klassiekers' geschaard. In het idyllische Ottoland wachtte ons een mooie omloop van 4.7 km. die wij tijdens de wedstrijd 13 keer af zouden moeten leggen. Omdat er in Ottoland niet noemenswaardig veel mensen wonen en er waarschijnlijk nog minder mensen passeren zijn de wegen in Ottoland ook niet noemenswaardig breed. Ondanks de niet zo noemenswaardig brede wegen hebben ze het in Ottoland nodig gevonden om de al niet zo noemenswaardige brede wegen nog smaller te maken d.m.v. een aantal wegversmallingen. Hoewel er geen noemenswaardig groot startveld aan de streep verscheen bleken de wegversmallingen de eerste paar ronden toch een noemenswaardige hindernis.

De B-amateurs staan niet bekend om hun stuurvaardigheid en hun vermogen om te opereren in een peloton. Vandaag leek het er op dat ze trots waren op deze reputatie en deed het B-peloton zelfs zijn best om die reputatie te bevestigen. Het resultaat; geen van de drie gestarte Domrenners bevond zich na een aantal ronden nog in de spits van het peloton. Een ander kenmerk van de gemiddelde B-amateur is het gebrek aan duurvermogen.

Aangezien wij B-Domrenners onszelf niet tot de gemiddelde B-amateurs rekenen, reden we op basis van ons onuitputtelijke duurvermogen toch naar voren. Helaas te laat om mee te glippen met een kopgroep van 10 man, die we, naar later zou blijken, ook niet meer bij zouden halen. Omdat we dat op dat moment nog niet wisten, besloten wij onze verantwoordelijkheid als Domrenner op ons te nemen en zetten ons op kop van het peloton om tempo te maken. Onze poging kreeg niet veel bijval en we kwamen dan ook niet veel dichterbij de 10 koplopers.

Omdat wij Domrenners niet de beroerdste zijn zetten we het tot groot onbegrip van de rest van het peloton nog wel even op het kantje. Hierbij is het noemenswaardig om nog een kenmerk van de gemiddelde B-amateur te noemen, namelijk het feit dat deze het verbaal laat weten als hij het niet eens is met de manier waarop er gekoerst wordt. Met 10 man op kop waren alle ereprijzen al verdeeld. Guno de Verschrikkelijk had echter een fotograaf langs het parkoer zien staan. Zijn koersinzicht deed hem op het juiste moment in het wiel springen van een passerende diesel. Deze doordachte actie op iets meer dan drie ronden van de meet zou hem toch een aantal mooie foto's voor het nageslacht opleveren.

De omloop van Ottoland

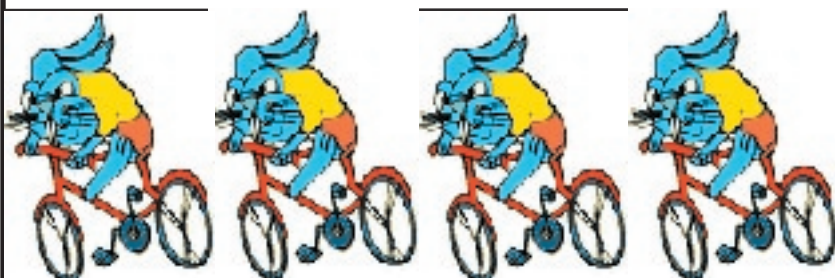
Ook bij Guno de Verschrikkelijk en zijn medevluchter ging het kaarsje uiteindelijk dan toch uit. Op een halve ronde voor het einde werden ze door het razende peloton bijgehaald.

Arnie de Terminator en De Berk hadden hun stelling voorin het peloton al ingenomen. De acties van een aantal andere B-amateurs net voor de laatste bocht deed eerder genoemde Domrenners nog een aantal plaatstjes terug zekken. In de pelotonsprint eindigde Arnie de Terminator net buiten de top 20 (hij werd 21e). De Berk liet zijn zoveelste top 25 plaats optekenen en Guno de Verschrikkelijke besloot om niet mee te sprinten. Zijn verklaring: "Ik ben veel te mooi om te sprinten".

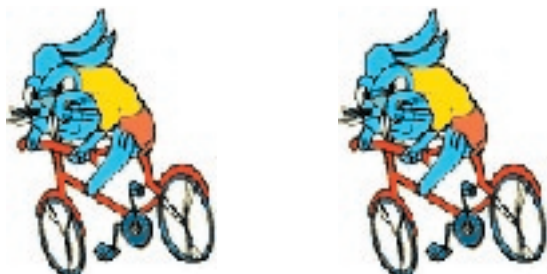
Een omloop van 61 km, niet echt heroïsch zou je denken. En dat klopt het was dan ook de terugweg die deze laatste koers van het seizoen zou heroïsch maakte. Met het zuur in de benen zetten koers richting Utrecht. De Berk, de Domrenner- versie van het iets succesvollere TomTom navigatiesysteem besloot dat we niet via dezelfde weg terug zouden fietsen. De snelwegroute van de heenreis werd verruild voor een

groene route door de noemenswaardig mooie Alblasterwaard. Via Groot-Ammers en de Lekdijk zouden we binnen afzienbare tijd weer in Utrecht zijn. Dit zou ook het geval zijn geweest als we geen wind tegen hadden gehad en we de zorgvuldig geplande route niet hadden moeten verlaten omdat ze met de dijk aan het kloten waren. Het gevolg een kleine omweg. Om op tijd te zijn voor het eten zette Guno de Verschrikkelijke nog een tempoversnelling in. Ondanks een naderende hongerklop bleven we tot aan de brug van Vianen doorkoersen.

De brug bleek voor Arnie The Terminator een brug te ver. Bovenop merkten we dat we hem kwijt waren. Dit was onze wraak voor het verschroeiende tempo dat hij ons had opgelegd tijdens alle NCK-trainingen. Met verzuurde benen hebben we ook de laatste 10 km naar Utrecht nog gehaald. Saillant detail is dat Guno de Verschrikkelijke na de 160 km die we die dag hebben afgelegd 's avonds in de stad nog een alleraardigste stewardess aan de haak heeft geslagen. Na een Corsicaans wijntje schijnt hij haar verleid te hebben met een sprookje over een fietstocht op Corsica.



Verstandig Rijden!!!



J Alweer een jaar voorbij. Tijd om terug te kijken en het jaar eens rustig te evalueren. . . . zou je denken.

Maar dat vindt ome Joost te makkelijk en in plaats daarvan probeer ik een tipje van de sluier op te lichten en een kijkje te nemen in het komende Domrenner jaar. Ik zie een mannelijke voorzitter die dit jaar nog op de knieën zal gaan voor zijn vriendin, daarnaast zie ik een pr-commissaris die de ene na de andere sponsor binnenhaalt tegen goede voorwaarden. Ik zie een rijmende penningmeester en een berk van een licentiehouder commissaris. Ik voorzie een betrouwbare secretaris en een blauw buitenblad. Ik voorspel scherpe deadlines, en deadlines die niet gehaald worden. Ik verheug me nu al op een avondje pannenkoeken eten en die "Friends-DVD" die ik die avond win. Uiteraard leg ik mijn pedalen alvast klaar voor het baandagje. Ook ben ik al grote plannen aan het maken voor komend seizoen. Ik ga veel kilometers maken en tijdens het "kamp" ga ik kijken hoe mijn benen ervoor staan. Bij een goed gevoel kan ik me gaan voorbereiden op La Marmotte. Ik zie mezelf iedere maand naar de borrel gaan. Het schijnen mijn enige kilometers te zijn die ik maak voor de wielclub. Ik krijg visioenen over koeien die verhandeld worden, en over spinnen in een warm vochtig hok. Schaafwonden, tijdrillen, ins en outs, A-licenties, B-licenties, goede voornemens, slechte koersen, zweet, sinaasappels, een domrenner-clublied, inzet, verzet, zet mijn fiets in de schuur, roses, echt van alles komt voorbij. Kon ieder jaar maar zo zijn!!

Echter het mooiste wat ik in mijn glazen bol zie is een buitenbladredactie vol goede ideeën, met inspirerende vergaderingen en een vlijmscherpe pen. Ik zie 5 vlamme edities, het gaat niet om de kwantiteit. . . toch?

Zo, dit was alweer de laatste Joost

mag het weten voor dit jaar. Voor de liefhebbers heb ik mijn columns gebundeld in een ZIP-file. Komend jaar zal ik echter ook weer mijn stem laten gelden binnen de vereniging. Wellicht dat ik zelfs een keer mee ga fietsen om op de hoogte te blijven van de laatste roddels binnen het peloton. Dus kijk uit. Want een redactielid ziet alles of hij moet zich net het licht uit de ogen hebben gefietst!!

Dan wil ik bij deze ook gebruik maken van de gelegenheid om een aantal mensen te bedanken. Zonder mijzelf te noemen wil ik dan eerst mijn vriendin bedanken die vele kilometers heeft gemaakt om postzegels uit te sparen. Daarnaast wil ik Kristian L. bedanken namens mijn vriendin voor het feit dat je naast me woont. En last but not least de rest van de redactie voor het uitstellen van deadlines.

Was getekend Joost "the deadline" van Helvert

Joost mag het weten

Wielrennen vs Nordic Walking

Dat wielrennen de mooiste sport is behoeft eigenlijk geen verdere uitleg. Toch gebeuren er zo nu en dan dingen in het wielrennen die een smet op onze sport werpen. Het meest recente voorbeeld is de dopingzaak rond spilfiguur Dokter Eufemaio Fuentes. Hoewel er nog niemand berecht is in deze spraakmakende zaak zijn er vraagtekens te zetten bij de prestaties van enkele grote namen binnen het wielrennen. Daarom is het af en toe nodig om het wielrennen af te zetten tegenover enkele andere sporten zodat we ons er weer even van bewust zijn hoe mooi onze sport is. In deze editie van het buitenblad wielrennen vs. Nordic walking. Voor hen die niet weten wat Nordic walking is: Nordic walking is ontstaan als zomertraining voor langlaufers en

omvat het wandelen met aangepaste skistokken. Een Nordic walker ziet er eigenlijk uit als een langlaufer zonder ski's. Daarnaast hebben ze de neiging om met zijn allen naast elkaar midden op de weg te lopen. Het gebruik van de openbare is dan ook gelijk het enige wat wielrennen en Nordic walking gemeen hebben. Pas op! Nordic walkers hebben van nature een traag reactievermogen en het kan even duren alvorens ze reageren op het bekende "Aan de kant, ouwe!". Als ze al aan de kant gaan wil het nog wel eens voorkomen dat ze eerst een schijnbeweging maken alsof ze voor je fiets willen springen. Minder dus vaart als je een groep Nordic Walkers ziet, ze zijn de belichaming van het 'grijze gevaar'.

Wielrennen vs. Nordic walking

	Wielrennen	Nordic walking
Materiaal	Fiets ++	Twee aangepaste skistokken -
Kenmerken beoefenaar	Helm ++	Grijs -
Grootheden	Merckx, Bartalli, Ludo Dierckxens ++	Geen -
Snelheid	30-50km p/u ++	6km p/u -
X-factor	+++	-
Veiligheid	- -	++
Kleding	De bekende wieleroutfit ++	Wijde fleece trui en een kaki-afritsbroek -
Meest gebruikte doping	EPO ++	Viagra +
Aantal verbruikte calorieën	+++	+

Conclusie:

Wielrennen vs. Nordic walking is als Scarlet Johansson vs. Catherine Keijl. Wielrennen wint het veruit van Nordic walking. Alleen op de factor veiligheid scoort Nordic walking hoger. Maar ja, een beetje risico maakt het wielrennen eigenlijk alleen maar mooier. In de volgende editie van het BB zal het wielrennen worden vergeleken met curling.

Massasprint

*'t Sijpelt, tegen de verwachting in
't Wegdek dompelt tot glinster
't Waait zacht, de zee vandaag bijzin,
Nestelen als sprinter*

*Zuinig schuiven middendoor
Kanten afgezet
Rijen concurrenten houden ze bezet
Denken aan vanvoor*

*Nog tien, van smal naar breed
Goedgevulde trossen hangen alweer langs zij
Sluipgang naar de wind, zijdelings doorsnij
Je moet vol, even maar voor een virtuele meet*

*In de pluk van twintig aanbeland
Nog een verre vijf zoeken en geven
't Trekt op 'n lint dat zich dwarrelend opnieuw heeft opgeheven
Van opgesloten luwte meanderen naar vrije winderige kant*

*Goed geplaatst door de laatste bocht
Eén kaarsrechte km in de wind
Peloton begint, als een gekantelde rups, de eindsprint
Stilvallende kwartetten dwingen tot riskante doortocht*

*De benen tot stilte gedwongen
Zoeken naar een nauwe kloof
De ruimte in, naar de kop vol (on)geloof
Om te huilen zo goed, op de streep tot een vierde plek teruggedrongen*

Isd, 26 mei 2003

Wedstrijdrenner (speciaal voor Wouter Caro)

*Rennend tot de meet
Was hij trainingsbeest
Zodat hij, alle trainingen die hij deed
Verhief tot finale-race*

Jan Fokke Oosterhof, 18 oktober 2006

Het onderhoud van uw fiets

Het zal de meeste Domrenners al wel bekend zijn; Geert Scholma geeft binnenkort een onderhoudsclinic. 28 oktober en 11 november zal hij voor geïnteresseerden uit de doeken doen hoe je de racefiets een lekkere beurt geeft. Een theoretische achtergrond kan geen kwaad, zo dachten wij. Vandaar deze verplichte kost: "Hoe maak ik mijn fiets schoon?"(fietsgigant, 2006).

Het is belangrijk dat u de fiets schoonmaakt nadat u heeft gefietst. Dit kunt u het beste op de volgende manier doen. Zet uw fiets op een fietsbokje of hang hem op aan een haak zodat in ieder geval uw achterwiel van de grond is. Vervolgens spuit u met een ontvetter, bvb ketting- en derailleurreiniger uw ketting in. U kunt dit het handigste doen door uw ketting naar achteren te draaien met de trapper/crank terwijl u de ketting op de achtertandwielen inspuist. U spuit dan de ketting en de achtertandwielen in 1 keer schoon. De derailleurs neemt u gelijk ook mee.

Als u de ketting heeft ingespoten met ontvetter maakt u met afwasmiddel een sopje, vervolgens maakt u met dit sopje uw fiets van boven naar onderen schoon. U kunt dit het beste doen met een borstel met lange haren, zoals bvb een behangersborstel. Als de fiets schoon is, spuit u hem met de tuinslang af.

BELANGRIJK: GEBRUIK NOOIT EEN HOGEDRUKREINIGER !!!

Vervolgens laat u de fiets drogen. Als de fiets helemaal droog is begint u met het smeren van de ketting.

Ketting smeren:

U kunt uw ketting smeren met teflon, dunne olie of droogsmerend kettingvet. Ook andere types

smeringsmiddel voldoen prima. U smeert uw ketting op dezelfde manier als u de ketting heeft ontvet. Draai langzaam de crank/pedaal achteruit terwijl u de ketting insmeert. Bij dunne olie laat u deze op de ketting druppelen. Als u de ketting heeft ingevet draait u even achteruit en vooruit zodat het smeringsmiddel zich goed verspreid over de ketting. Als het smeringsmiddel goed is verspreid over de ketting haals u met een droge doek het overtollige smeringsmiddel van de ketting. Het smeringsmiddel dient immers aan de binnenkant en niet aan de buitenkant van de ketting te zitten.

Kabels smeren:

Bij de meeste fietsen met derailleur, kunt u de kabels van de versnelling en remmen eenvoudig losklikken. Het is belangrijk dat de binnenkabels goed gesmeerd worden. U begint met het droogmaken/schoonmaken van de binnenkabel. Normaal kan dat met een doek, als uw binnenkabel ververing vertoont kunt u deze schoonmaken met een beetje staalwol. Vervolgens smeert u de kabel met hetzelfde smeringsmiddel als u voor uw ketting heeft gebruikt. Pas er wel voor op dat u de velgen niet vettig maakt, want dan werken uw remmen niet meer voldoende. De derailleurkabels kunt u eenvoudig losmaken door de ketting op het kleinste verzet achter te zetten en dan zonder de ketting te draaien naar het kleinste verzet te schakelen. Nu kunt u eenvoudig bij de binnenkabel. Nu heeft u de belangrijkste delen gesmeerd en kunt u de rest van de fiets gaan poetsen. Dit kunt u doen met bijvoorbeeld fietspoetsolie, maar ook bijvoorbeeld met siliconenspray.

Wielen:

Indien uw wielen erg smerig zijn kunt u ze ook uitnemen en ze apart van de fiets wassen. Als u de wielen uitneemt kunt u overal iets beter bij.

Nacontrole:

Als uw fiets helemaal klaar is controleert u of de versnellingen en de remmen weer goed werken. Als de achtertandwielen geluid maken in de versnellingen, dan kunt u de derailleurkabel iets bijstellen. Bij een racefiets zit aan de onderbuis een stelknopje. Bij een mountainbike zit er een stelknopje aan de shifter en zit er een stelknopje aan de achterderailleur. (beide stelknopjes hebben dezelfde functie) Als u twijfelt of alles correct werkt breng dan de fiets bij ons ter controle. **BELANGRIJK**, slecht/geen onderhoud betekend dat uw fiets sneller slijt en dat u niet lekker fietst.

Door de snellere slijtage staat u ook al snel voor hoge(re) reparatiekosten.

Slechts enkele tips:

Natuurlijk zijn er vele mogelijkheden en smeermiddelen om uw fiets te onderhouden. We trachten een leidraad te geven hierboven. Er zijn tal van goedsmerende smeringsmiddelen op de markt, waarvan een aantal zeer goed zijn die we hier niet hebben benoemd. Indien u vindt dat een ander smeringsmiddel u goed bevalt of beter is dan hierboven beschreven, dan moet u uiteraard dat middel gebruiken.

Vooruit dan maar, nog één gedicht om het af te leren.
Deze is speciaal voor Jacques...

Tom Boonen Flandrien

*Dit is het gevecht van een man tegen een steen
De steen valt niet te aaien
Ook al noemen ze hem een kinderhoofd
De man valt niet te paaien
Met een uitslag die hem niet als eerste looft
De steen en de man zijn even koppig
De steen en de man zijn even hard
En toch, en toch wint er maar één
Niet die met het stijfste
Maar die met het soepelste been*

Nele Beekmans, 15 februari 2006