

Colofon

jaargang 2008-2009
nummer 05

Foto omslag:

De laatste pedaalslagen van het jaar 2009:
het NCK te Hoogezand-Sappemeer.

Redactieadres:

buitenblad@domrenner.nl

Redactie Buitenblad:

Jasper Vis (hoofredacteur)
Jasper Hentzen
Mark van Manen
Simone Droog
Esther Dieker
Aniek Rooderkerken

Het Buitenblad is het officiële orgaan van de
Utrechtse Studenten WielerVereniging de Domrenner

USWV de Domrenner wordt gesponsord door:

Cycles Dupree - Xtreme Bikes
Snel Tweewielers
Co van Beek Tweewielers
Trias Sportfysiotherapie
Orthofysix Fysiotherapie
Wieler Magazine
Café Ledig Erf
EW

Club van 100:

Loet Scholma
Ignace Janssen
Norbert Mergen
Jaap Vermuë
Marieke Vermuë
Sjaak Veken

Oplage:

140 stuks

Kopijdatum volgend Buitenblad:

ergens later dit jaar; vraag het de Nieuwe Redactie
(of stuur het gewoon op, het komt vanzelf goed terecht)

Redactioneel

Het Buitenblad is weer lekker bezig. De laatste editie van de hand van de Oude Redactie valt alweer ruimschoots in de regeerperiode van de Nieuwe Redactie. Ook het 'van de voorzitter' is gevuld met de woorden van inmiddels ex-voorzitter Vermuë, de contactgegevens van de bestuursleden zijn nog niet geüpdate. We hebben er dus een zootje van gemaakt. Voel je vrij je ongenoegen uit te schreeuwen (digitaal dan, wel te verstaan).

Dit Buitenblad is dus het officieuze laatste nummer van 2008-2009. En laten we dan ook even snel terugkijken op het afgelopen jaar. Wat maakte dit jaar nu zo de moeite waard? Om te beginnen was daar op de afgelopen ALV natuurlijk de jaarlijkse chocoladeletter voor alle commissieleden. Voor sommigen is dat zelfs de enige 'prijs' van het jaar. Daarnaast maakte onze eigen 'HdB' in 2009 de overstap naar de elite, pakte podia en verliet ons tenslotte ten faveure van de Volharding. Maar *last but not least* werd het fenomeen 'Rupert' ontdekt.

Het moge onderhand wel duidelijk zijn: het blijkt wederom onmogelijk om in een jaar tijd 6 Buitenbladen van de persen te laten rollen. Een jaar en - pak 'm beet - twee weken is dan weer wél voldoende. Een kwestie van plannen zullen we maar zeggen en wat dat betreft is het Buitenblad net als een belangrijk tentamen. Alle goede hoop en wil ten spijt, maar je gaat toch pas op het laatste moment beginnen met leren.

Zoals je ook met moeilijke tentamens waar je eigenlijk geen zin in hebt toch een goed cijfer kunt halen hebben wij - naar onze eigen bescheiden mening - toch weer een

mooi exemplaar van het Buitenblad afgeleverd. Het is dan misschien ietsje dunner dan jullie van ons zijn gewend, maar de vorige editie was dan ook erg dik. Zie het maar als een soort balansdag voor Buitenbladen.

Ook is er deze keer veel fotomateriaal. Ten eerste omdat er de laatste tijd veel nieuwe foto's binnen zijn gekomen bij het archief: foto's die we jullie niet wilden onthouden. Ten tweede omdat foto's toch een mooie afsluiter vormen van een toch wel episch jaar (nieuwe kledingleverancier, aansluiting bij de Nedereindse Berg, een eigen bestuurskamer, etc.). En een foto spreekt immers meer dan duizend worden, nietwaar? Dus in die zin is het Buitenblad dan wel weer goed gevuld!

Dus waarom lees je dit nog eigenlijk? Ga plaatjes kijken! Schiet op nu!

De puntjes op de 'e'

van de voorzitter

Met het oog op de ALV is het wellicht tijd voor een kort jaarverslag :-) Deze keer in foto's!



Sinterkerst



CK Veldrijden



Wintergala

Ploegenpresentatie



HALV

Introkamp



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

Domrenner-Toertocht



CK Weg

Joost Vermuë
Voorzitter USWV de Domrenner

Ons nieuwe paviljoen?

Met dank aan jou?

Zomer 2010. Op een mooie avond is de koers bijna gedaan. Supporters turen vanaf het terras naar hun favoriet. Ze vergeten hun drankje even.

Daar komt de meute door de laatste bocht. Je ziet ze vanaf deze hoogte veel beter dan vroeger. Na de finish, pal voor het Paviljoen, kijken de toeschouwers elkaar aan: wie heeft nou de sprint gewonnen?

De jury is er gauw uit, dankzij de moderne finishapparatuur. Tevreden bestellen de supporters nog een glas aan de bar. Ook de sporters zijn content: ze kunnen heerlijk douchen. Ook dat was vroeger minder goed geregeld.



Met de bouw van het Paviljoen bij de Nedereindse Berg wordt deze scene werkelijkheid. In april 2010 kan het al zo ver zijn. Dan is de oplevering gepland.

Juist daarom hebben we jouw hulp nodig. Ik weet het, wielrenners moeten in de wintermaanden en in het voorjaar veel trainen. Maar nu is jouw hulp bij de bouw van het Paviljoen echt even onvermijdelijk.

Jij bent onmisbaar.

Jouw inzet is letterlijk onbetaalbaar.

We verwachten dat alle leden van De Volharding, Domrenners, Het Stadion en SVU tussen

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

januari en april een handje toesteken bij de bouw van ons Paviljoen. Zonder jouw hulp is dat Paviljoen financieel niet haalbaar.

In de begroting voor de bouw van het Paviljoen is rekening gehouden met jouw vrijwillige inzet. Het gaat om taken op het gebied van:

- elektra,
- schilderwerk,
- betegeling van vloeren en wanden,
- terreinafwerking,
- verwarming,
- sanitair,
- bouwkundige aanpassingen.

Wie echt twee linkerhanden heeft en niet kan werken, dagen we uit om de werkende vrijwilligers te voorzien van een natje en een droogje, om rommel op te ruimen en om op de kinderen van de werkers te passen.

Staat het gebouw er eenmaal, dan willen we er allemaal graag gebruik van maken. De wekelijkse trainingen en wedstrijden krijgen met dit comfortabele onderkomen een professionele uitstraling. Ook zijn er volop kansen voor grote evenementen, zoals de Jeugd Olympische Spelen, die in 2013 in Utrecht plaatsvinden. Welke sportliefhebber uit Utrecht en omstreken wil niet genieten van zo'n festijn op het wiel- en skeelercircuit van de Nedereindse Berg?

Dan nog wat. Als het Paviljoen klaar is, moet het draaiende worden gehouden. Ook daar kun jij aan bijdragen. Maar daarvoor benaderen we je later. Eerst gaan we bouwen!

Laten we deze eenmalige, grote klus samen sportief aanpakken. We profiteren er straks allemaal van.

Je kunt je via het online inschrijfformulier voor vrijwilligers aanmelden op www.nedereindseberg.nl/vrijwilligers.

Wij rekenen op jou,

namens Sportcoöperatie de Nedereindse Berg

Jasper Vis, De Domrenner,
Jan Grit, Het Stadion,
Edwin Driessen, De Volharding,
Hassan van der Hoff, SVU.

Het Buitenblad doet... Aniek

door Simone Droog

Aangezien er sinds kort een nieuw lid in de Buitenbladcommissie zit, wilden wij graag wat meer over die persoon weten. Vandaar dat wij onszelf uitnodigden bij Aniek voor een etentje op de Van Lieflandlaan, op enkele tientallen meters afstand van mijn eigen stekkie, heerlijk makkelijk.

Aniek, die ook al een aantal jaren als student in Maastricht heeft vertoefd, zit sinds dit jaar bij de Domrenner en houdt zich in de wintermaanden ook nog bezig met schaatsen.

Aangekomen op de vijfde etage van de gele flat, werd ons een waar driegangen menu voorgeschoteld. Aniek had samen met haar vriend aardig wat werk aan het eten besteed, wat wij, als redactieleden natuurlijk zeer kunnen waarderen.

We konden na binnenkomst meteen aanschuiven voor een Italiaanse tomatensoep. Esther liet even op zich wachten, maar al gauw was iedereen aan het genieten van het voorgerecht, met bijbehorende glaasjes wijn.

Aniek had naast het geweldige voor- en hoofdgerecht ook nog een heerlijk nagerecht gemaakt. Voor sommige mensen zorgde de bodem van dit toetje wel voor enige problemen: de bodem vloog bij Vis door de lucht. Het openhakken van de bodem werd bovendien vergeleken met het openen van een kokosnoot. Nu kan ik je vertellen dat een kokosnoot nog behoorlijk lastig te openen is, dat heb ik vandaag nog ondervonden. Toch kom je met een schroevendraaier en een hamer, bij gebrek aan een boor, een heel eind.

Nu kan ik jullie natuurlijk gaan vertellen dat de avond belabberd eindigde met allemaal dronken Buitenbladleden die vervolgens half kotsend over de reling van de galerij

vielen, om 'het BB doet..' in ere te houden. In werkelijkheid gedroeg iedereen zich zeer netjes en was het voorval met de bodem van het toetje toch echt de meest huiveringwekkende gebeurtenis van die avond.

Hierbij moet nog vermeld worden dat zelfs het voorval met het toetje lichtelijk overdreven beschreven kan zijn. De avond was zoals een rustige avond zou moeten zijn: heerlijk eten, gezellige gesprekken en lekkere wijn!

Fotorubriek: de Flits!

door Esther Dieker

Welkom bij alweer de laatste uitgave van "De Flits", de exclusieve fotorubriek van het BuitenBlad, van dit wielerseizoen! Hierin ziet u regelmatig DE momenten (die er werkelijk toe doen) van de afgelopen periode. In deze editie zetten wij onze wielerkampioenen van het afgelopen seizoen nogmaals in het spreekwoordelijke zonnetje. Bovendien willen wij het bestuur bedanken voor wederom een mooi Domrennerjaar!





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)



Modderhappen

door Jasper Hentzen

Daar sta je dan! Bovenaan de helling sta je 1 rij dik als een stel strijders met z'n allen naar beneden te kijken. Tussen de bomen door kan je de singletracks zien liggen. De kombochtjes, hoogtemeters en de geulen vragen erom om benut te worden. Het bloed kruipt waar het niet gaan kan en een gezonde spanning maakt zich meester van je. Iedereen wenst elkaar succes en de hoge hartslag zal vanaf dan worden omgezet in brute kracht in de bovenbenen die nodig is om dit helse stuk bos te overleven voor de volgende 2 uur.

De eerste afdaling is meteen een om naar huis te schrijven. Snel maar technisch en dus eentje om je koppie erbij te houden. De eerste haarspeldbocht lijkt het al direct raak. Je achterwiel wil rechtdoor en breekt

helemaal uit in de bocht. Het achterwiel schijnt geen enkele grip meer te hebben op de modderige ondergrond. Uit reactie trap je nog iets harder zodat het achterwiel al slappend de modderdouche bewerkstelligt voor je achterligger. Het wiel krijgt ineens weer grip en met een ruk aan het stuur klappt je mountainbike ineens weer recht en ben je klaar voor het volgende stuk. Er doemt een plas voor je op ter breedte van een bestelbusje en god weet hoe diep. De randen van de plas staan vol met twijgen die een droog pak tot een illusie hebben gedegradeerd. Hoe je het ook wendt of keert; je voeten zullen in ieder geval het donkerbruine water gaan omhelzen. Met hoge snelheid en een schuin gekantelde fiets kan je nog net het opstaande randje van de plas benutten om

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

enigszins droog aan de andere kant te komen. De bar-ends slaan tegen de twijgen aan en je vingers krijgen heel wat te verduren in deze paar meter en laten je op je tanden bijten. De volgende plas volgt echter te snel en het voorwiel duikt al vol de diepte in. Door de hoge snelheid wordt het water gekleefd en opgestuwd als ware je Mozes zelf bent. Je voorligger die wel kans zag om via het kantje te fietsen krijgt de volle laag. De eerste slok uit z'n bidon zal veel weg gaan hebben van een zandtaartje. Je hebt door deze bizarre actie jezelf de kop opgedrongen en nu kijkt iedereen naar jouw doorweekte gestalte en je smerige fiets.

Het enige wat nu nog wil helpen tegen de opkomende kou is fietsen alsof de duivel achter je aanzit. Je voelt dat je lichaam het vocht in je natte kleren gaat verdampen en dat de wolkjes die je uitademt van ver in het bos te zien zullen zijn. De bril zit ondertussen, net zoals de helm, onder de modderspetters die afkomstig zijn van de dikke brij waar je wielen af en toe doorheen moeten snijden met het bijbehorende zompige geluid. Het profiel op de banden trekt de modder los en gooit deze op tegen je eigen rug, de onderbuis of in het gezicht van je achterligger.

Na een fel klimmetje over boomwortels, die het uiterste van je stuurmanskunst en inschattingsvermogen vraagt, ligt er een lange en snelle afdaling voor je. Enigszins bochtig met diepe drops en af en toe een stukje trap in het bos om de steile helling tegen de erosie te beschermen. Je wielen laten de dode bladeren en takjes knisperen en terwijl je aanzet hoor je de noppen op de ondergrond een steeds dieper gebrom produceren. De fiets begint een hoge snelheid te krijgen en de steentjes die je tegenkomt hoor je tegen het frame slaan. Enkele sporen in het zand lijken je uit je evenwicht te krijgen. Door je hoge snelheid weet je echter ook van deze zandbak een slagveld te maken zonder dat je hardhandig hoeft af te stappen. De traptreden liggen ver uit elkaar waardoor een hoge snelheid

mogelijk is en de voorvork het zwaar te verduren zal krijgen. Met het ontwijken van de verder liggende drops en boomwortels moet je af en toe haast van het pad af. De begroeiing slaat tegen je onderbenen en schouders aan en je ziet een afgezaagd boompje nog maar net op tijd. Vol in de ankers kan je nog net het stronkje goed ontwijken en sta je ineens beneden. Wat je nu nog wacht is een koude douche voor je fiets en een warme douche voor jezelf.

Frank Vandenbroucke

door Jasper Vis

Suzuka (Japan), zondag 14-10-2001 - Om 14:00 uur plaatselijke tijd gaan de vijf rode lampen uit en gaat het veld van start. Echter, aan alles komt een eind; zo ook aan de race van Jean Alesi. Het is vroeg in de race als Kimi Raikkonen in de S-bochten de controle over zijn vierwieler verliest. De aimabele Fransman kan hem niet meer ontwijken en gaat samen met de latere wereldkampioen van 2007 op hoge snelheid richting bandenstapels. 201 starts, 1 overwinning, 2 poles. *Out with a bang*. Zijn laatste race heeft slechts zes ronden mogen duren...

Of althans, zo had dit artikel moeten beginnen. Dit artikel had dan verder moeten gaan over twee jaar Buitenblad. Twee jaar lang heb ik mijzelf lid mogen noemen van de redactie van het mooiste wielervedblad van Midden-Nederland. En nu de tijd van mijn laatste schrijfsel in dit verenigingsperiodiek is aangebroken leek het mij dan ook een geschikt moment om terug te blikken.

Het waren twee mooie jaren! Toegegeven, de 201 Buitenbladen zal ik niet halen, maar met veel plezier - en een beetje liefde - heb ik toch het dozijn vol mogen maken. Maar laat ik bij het begin beginnen.

Het was een koude en donkere oktoberavond ergens in 2007, zoals we ze ook dit jaar veelvuldig hebben gezien. In een spetterende ALV leidde 'de Redactie' een gevoelig verlies met het aftreden van vijf van de acht commissieleden.

Slechts ware coryfeeën Sjaak Veken, Joris van Berkel en Chris Ridderbos bleven het Buitenblad trouw, in extremis versterkt met Jentzen en ondergetekende. Met een foto van (het achterwerk van) toenmalig voorzitter Jeroen Punt schoten wij vol goede moed het jaar 2008 in.

In het jaar dat volgde brachten wij jullie een serie rubrieken en artikelen waarvan

een tweetal de cultstatus hebben weten te bereiken: het legendarische 'Soft-erotisch wielerverhaal' - van de hand van Joris van Berkel - en de (toen nieuwe) vaste rubriek 'het Buitenblad doet...'. Wij brachten jullie, voor het eerst in de Domrenner-historie, een presentatiemagazine. Daarnaast ging de opmaak eens flink op de schop.

Het jaar werd verder gevuld met de verslaggeving die je van een clubmagazine als het Buitenblad mag verwachten. De tijdsritcompetitie? Wij waren erbij! De allereerste Clubkampioenschappen? Wij waren erbij! Wedstrijden? Wij deden verslag! En al snel liep (het verenigingsjaar) 2008 ten einde.

Oktober 2008: de Domrenner-historie leert ons dat Matthijs in een opnieuw memorabele ALV de voorzittershamer voor een jaar doorgaf aan Joost en dat ook de coryfeeën het Buitenblad vaarwel zegden. De redactie werd versterkt met 'vaste gast-schrijver 2008' Mark, Esther en Simone.

Aldus geschiedde en met wederom een vijftallige formatie vatten wij het jaar 2009 aan. Nieuwe tradities werden oude tradities: 'het Buitenblad doet...' bleef, er kwam opnieuw een presentatiemagazine en ook de 'vaste nummers' werden vanzelfsprekend gehandhaafd.

Een groeiend ledental zorgde er wel voor dat de productie moest worden opgeschroefd tot een oplage van maar liefst 140 stuks! En zo brachten wij getrouw een jaar lang verslag uit van alle memorabele gebeurtenissen in de Domrenner-wereld.

Ieder jaar opnieuw legt het Buitenblad de historie van USWV de Domrenner vast, met een immer objectieve en observerende insteek, zoals die van ons verwacht mag worden.

Ook in 2009 waren wij vernieuwend. Zo hielden wij een aantal prijsvragen (en brachten

wij verslag uit van de prijsuitreiking van de altijd dolgelukkige winnaar), was er een heus vervolgverhaal en werd 'de Flits' geboren.

En nu staan wij alweer op de drempel van 2010, wanneer wij kalenderjaar en verenigingsjaar eens schaamteloos samen-trekken. En ook nu houdt het Buitenblad de tradities in ere met de jaarlijkse exodus van redactieleden.

Aan alles komt een eind. Zoals Jean Alesi zijn stoeltje in de Formule 1 opgaf om plaats te maken voor een nieuwe generatie, zo geef ik de spreekwoordelijke pen door aan een, op moment van schrijven nog onbekende, verse redactie.

De spreekwoordelijke *bang* aan het eind van mijn twee dienstjaren is mij bespaard gebleven: het Buitenblad is nog altijd *alive and kicking*. En ondanks dat het Buitenblad wederom een fors verlies moet verwerken

heb ik er alle vertrouwen in dat de nieuwe redactie de komende jaren het Buitenblad naar ongekende hoogte zal schieten.

Welke nieuwe tradities de komende jaren de pagina's van het Buitenblad zullen vullen en welke oude tradities in ere gehouden zullen worden is een vraag die alleen de tijd kan beantwoorden. De schone taak het Buitenblad in goede gezondheid te houden ligt nu in de handen mijn opvolgers. Wie, naast Aniek, de redactie nog meer zal gaan versterken zal op de meest veelbelovende ALV sinds jaren bekend worden.

En zo had dit artikel met een laatste vaarwel moeten eindigen. Maar de zaken lopen anders en dus gaat dit artikel over Frank Vandenbroucke. Het ultieme afscheid is hem reeds ten dele gevallen. 'VDB' is slechts 34 jaar oud geworden. Moge hij rusten in vrede.



**2 nummers van
KNWU Wieler Magazine
voor 5 euro!**

Lid van de club maar geen licentiehouders? En zou je wel KNWU Wieler Magazine willen ontvangen? Dat kan!

Stuur een mail naar info@wielermagazine.nl o.v.v. KNWU Wieler Magazine proefabonnement en je naam- en adresgegevens. Dan ontvang je binnenkort 2 uitgaven van KNWU Wieler Magazine vrijblijvend thuis. Dit proefabonnement wordt na 2 uitgaven automatisch stopgezet.

www.wielermagazine.nl

Fietsen is zuipen!

door Mark van Manen

Het zal iedereen wel eens zijn overkomen, drank. Was het niet voor dat ene brute tentamen, dan was het wel voor het uitvoeren van een tactvolle move in de Derrick. Maar ook tijdens het sporten kan je behoefte hebben aan drank. In deze nieuwe rubriek zal ik aan de hand van bestaande literatuur (dus geen broodje aap verhalen) bepaalde voedingsvraagstukken aan de kaak stellen voor zover het voordeel kan leveren in de wielrennerij. Deze aflevering: drinken tijdens het fietsen! Lang niet iedereen komt er openlijk voor uit, maar de meesten onder ons hebben het wel eens ervaren. Wat te doen, en vooral wat NIET te doen met drank? De volgende tips zijn opgesteld door Anja Geel en Joris Hermans, voedingsadviseurs van het NOC*NSF.

- De laatste maaltijd 3 tot 4 uur voor de inspanning gebruiken, daarna tot aan de inspanning grote hoeveelheden vast voedsel vermijden.
- Geen koolzuurhoudende dranken gebruiken voor en tijdens de inspanning.
- Tot aan de inspanning voldoende vocht gebruiken, bij voorkeur iso- of hypotone dorstlessers. De laatste 3-5 minuten voor inspanning kan 6-8 mL/kg lichaamsgewicht worden gedronken.
- Wanneer een inspanning langer dan 1 uur duurt, vocht aanvullen in de vorm van een iso-/hypotone dorstlesser. Per 15-20 minuten kan 2-3 mL/kg lichaamsgewicht worden gedronken.
- Wanneer de inspanning langer dan 1,5 uur duurt moeten ook de koolhydraten worden aangevuld met bij voorkeur een isotone suikerhoudende sportdrank. Dranken met meer dan 20% koolhydraten en/of hoge osmolariteit (>500 mOsm) moet je hierbij vermijden (geven darmkramp). Indien je darmen het verdragen kan je ook vaste koolhydraten opnemen (sportreep), experimenteer hiermee tijdens trainingen.
- Zie het gebruik van vocht als onderdeel van je training, als je er aan gewend raakt zal je harder/langer/prettiger kunnen fietsen.
- Verander je drankgebruik niet radicaal in aanloop naar een wedstrijd.

DRANK

maakt meer kapot dan je lief is.

Donnie de Domrenner (part V)

door Jasper Vis

Donnie is sinds jaar en dag de meest anonieme Domrenner. Nog nooit gezien bij welke activiteit dan ook; nog nooit gespot op een training. Toch is Donnie al jaren lid. Nu het laatste deel van de belevenissen van Donnie de Domrenner op - en naast - de fiets.

Met een lichtelijk melancholisch gevoel loopt Donnie door de stad. Hij kan het niet helpen: de recente gebeurtenissen doen hem voelen alsof hij voor grotere dingen is bestemd. Hij haalt het papier uit zijn zak en kijkt er nogmaals op - de zoveelste keer vandaag. Verward loopt hij zonder te kijken de straat op en hij kan dan ook maar ternauwernood de lijn 12 ontwijken.

Met tranen in zijn ogen kijkt hij de bus na. Het moment dat hij zijn OV-kaart moest inleveren is een van de zwaarste momenten uit zijn leven geweest. Donnie is namelijk afgestudeerd. Na jaren zwoegen heeft hij zijn studie vrijetijdskunde (met een minor in vrouwenstudies) tot een goed einde weten te brengen. Hij heeft met succes zijn scriptie getiteld: 'de vrijetijdsbesteding van Oost-Maltese etnische minderheden in Liechtenstein' weten te verdedigen. Het papier waar hij dan ook veelvuldig naar staart is zijn zojuist verworven diploma.

Nu hij zijn diploma heeft behaald komt er niet alleen een einde aan zijn academische carrière, maar ook aan zijn Domrenner-lidmaatschap. Eenmaal thuis kan hij dan ook niet helpen terug te denken aan alle kampen, baandagjes, trainingen en Sinterkersten die hij heeft gemist. Ook de aanblik van zijn stalen ros, dat hem trouw zijn hele studententijd heeft gediend, wordt hem te veel. Met een brok in zijn keel doet hij zijn diepvriesmaaltijd in de magnetron.

Als er één ding is wat hij in zijn Domrenner-tijd heeft geleerd is dat na een ALV altijd een nieuwe generatie Domrenners opstaat. Nu is Donnie nog nooit bij een ALV

geweest - natuurlijk niet - maar het fenomeen wordt elk jaar opnieuw duidelijk: nieuwe leden worden oude leden, de oude garde neemt afscheid en met de komst van de nieuwelingen krijgen de commissies een nieuw gezicht.

De flarden herinneringen flitsen door zijn hoofd: hij kan zich nog een baandagje uit een ver verleden herinneren - zijn eerste Domrennerjaar - waar hij niet bij was. Jorg van Oostende reed de snelste tijd. Maar waar is hij nu? Juist! Al jaren geleden nam Jorg afscheid.

Van de dertien dappere Domrenners die dat bewuste baandagje mochten meemaken zijn er inmiddels veel met de onzichtbare 'Donnie-status'. Een groot deel heeft zijn (of haar) lidmaatschap zelfs helemaal opgegeven. Slechts een twee-, drietal renners geeft ook op de vooravond van 2010 nog blijk van zijn aanwezigheid.

Pling! Donnie haast zich naar de keuken, pakt zijn bakje ondefinieerbare magnetronprut en gaat aan de keukentafel zitten. Uit zijn boekenkast haalt hij nog een van zijn plakboeken. Al etend bladert hij door het boek.

De eerste blik in zijn zorgvuldig bijgehouden Domrenner-plakboek roert hem wederom tot tranen. Illustere namen vullen de bladzijden waarop de blauw/gele geschiedenis van de USWV staat geschreven. Namen uit het verleden. Namen die wedstrijden hebben gewonnen (weinig), verloren (veel) en die ooit samen met Donnie het asfalt onder de wielen door hebben weggetrapt.

Een nieuwe fase in het leven van Donnie breekt aan. Nu hij is afgestudeerd en zich niet langer "Domrenner" mag noemen is ook hij geworden als een van de namen op de vergeelde pagina's van zijn plakboek: een deel van de historie.

vertrek aan het tuinhok. Hij zet af en rijdt met soepele pedaalslag zijn nieuwe leven tegemoet.

Arrivederci.

Nu hij tot dat inzicht is gekomen vermand hij zich. Hij recht zijn hoofd, staat op en pakt zijn fiets. Enkele minuten later staat hij klaar voor

Dit was de laatste aflevering van Donnie de Domrenner; dus niet in de volgende editie van het Buitenblad

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

Mississippidreef 61 3565 CE Utrecht
Afspraak sportfysiotherapeutisch consult? Tel: 030-2717508
info@trias totaal.nl

Oproep:

De Domrenner

Borrel



24 november

Plaats: Café Ledig Erf

Tijd: 21:00u

Thema:

chocoladeletters of tacxen:
hoe kom jij de winter door?

Aanwezigheid Gewenst

Dresscode: **Casual**

Note van de secretaris



Deze keer geen note van de secretaris; alleen een afscheid. Petra, je was geweldig!