

COLOFON

Jaargang 10, nummer 6

Foto omslag
Redactievergadering

Redactieadres
buitenblad@domrenner.nl

Redactie Buitenblad:
Sjaak Veken
Kees Kramer
Wouter Caro
Joost van Helvert
Miguel Alvares
Joris van Berkel
Chris Ridderbos
Maarten Deenen

Kopij sturen naar:
buitenblad@yahoo.com

Oplage
130 stuks

Kopijdatum volgende BuitenBlad
februari

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

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

Club van Honderd
Loet Scholma

Buitenblad Jaargang 10, nummer 6

Beste lezers en lezeressen,

Tijdens de ALV heeft de BB-cie beloofd om de productie dit jaar flink op te schroeven. Daarom hebben is het BB-beleid rücksichtslos omgegooid. Vanaf nu kunt u elke twee maanden een nieuw buitenblad verwachten. Quota en deadlines, zijn de toverwoorden die de redactie nu al weken bezig houden. Het doet ons deugd om te zien dat deze deadlines ook werken. Dat enkele bestuursleden net te laat waren met hun introductiestukje zullen we ze vergeven. Dat MAARTEN DEENEN zijn nieuwe column, Jazeker de Apotheker, niet heeft aangeleverd daarentegen is iets wat niet door de beugel kan. Als professionele organisatie, kan de BB-redactie dit niet tolereren. MAARTEN, we houden je in de gaten! Ondanks deze misser van MAARTEN DEENEN is de redactie weer trots op het u voorliggende BB .

In deze editie van BB weer een hoop serieuze artikelen. De aftrap is aan de Nieuwe bestuursleden. De redactie stond versteld van de creativiteit waarmee zijn hun stukjes hebben geschreven. Voorzitter Jeroen Punt vertelt over zijn reislustig bestaan, Penningmeester Arnold Jansen over zijn bliksemcarrière op de fiets, M&M-verslinder en wedstrijdcommissaris Rogier Alvares over zijn dopingverleden, Secretaris Judith Dijcker vertelt dat ze een 'concentratiestoornis' heeft en Pr-sponsorcommissaris Myrte Pfeifer doet een boekje open over haar huisgenotes. Beste bestuursleden, de BB-cie wenst jullie veel succes!

Nu de bladeren gevallen zijn, de temperaturen dalen, de d weer in de maand is, de pepernoten op zijn, het bier weer vloeit en de Elfstedentocht weer voor de deur staat zijn er verschillende Domrenners die hun heil buiten het fietsen zoeken. Inmiddels heeft de roemruchte Vlinderloop in Houten een plaats in de Domrenner analen weten te veroveren en wordt er al weer druk nagedacht over de Batavierenrace. Buitengewoon redactielid Wouter Caro beschrijft zijn passie voor het hardlopen en de hardloopcultuur binnen de Domrenner.

Naast een nieuw bestuur hebben we ook een aantal nieuwe leden. Enkelen zich al duidelijk op de training en bij de borrel laten zien, maar voor het buitenblad hebben ze nog een keer willen

vertellen wie ze zijn, wat ze doen en of ze een broodje bal prefereren boven een banaan.

Oktober, traditioneel de maand van de winterstop. Dat wil niet zeggen dat onze wielersharters stil staan. Nog steeds krijgen we hem omhoog bij het zien van een mooie fiets. Materiaalfreak Kristian Lieveense schrijft passievol over zijn ervaringen op de BikeMotionPlus, het Winterwonderland voor materiaalliefhebbers.

Met de Kerst voor de deur, vond de redactie het tijd voor een Kerstverhaal. Redactielid Kees Kramer schotelt u een meeslepend, licht-autobiografisch kerstverhaal voor.

Terug van weggeweest is het reisverslag van Peter van Glabbeek. Peter heeft zijn fietsschoenen weer aangetrokken en fiets op dit moment van Zuid- naar Noord-Amerika. Speciaal voor jullie heeft Peter zijn verslag in het Engels vertaald. In deze editie beschrijft Peter onder andere zijn monsteretappe van 214 km door Argentinië.

In de serie wielrenner vs. ... deze editie, zoals beloofd wielrennen vs. Curling. Wat is wielrennen toch een mooie sport!

Met veel pijn en moeite heeft de redactie Geenstijl-columnist R. Kouwes over weten te halen om een column te schrijven voor het buitenblad. Leestekens acht deze columnist totaal overbodig. Lees dit artikel dan ook het liefst 's ochtends wanneer u helemaal fris bent (Tip: op de wc, na het ontbijt).

In 'Sjaak Veken met de Billen Bloot' wordt gewaardeerd redactielid en eindredacteur Sjaak Veken emotioneel gestript. Veruit het meest lezenswaardige artikel in deze editie van het BB!

Onze humanistische vriend Sjoerd Rammelt beschrijft het, mede door hem georganiseerde, symposium Filosofie op de fiets met als thema het boek 'filosofie op de fiets', van Marc van den Bossche. Een aanrader!

Last and least 'Joost mag het Weten'. Vaste Columnist Joost Veken heeft weer een hot topic weten te vinden voor zijn column, 'zweet'. Filosofisch dat hij is, neemt hij u mee op een ontdekkingreis door het land van 'zweet'. U zult verbaasd staan door de nieuwe inzichten die hij aandraagt.

Namens de achtkoppige redactie,
Joris van Berkel

Als voorzitter van het Domrennerbestuur heb ik onder andere als taak het goed laten functioneren van onze vereniging en het verder ontwikkelen hiervan.

Een interessante taak, zo heb ik de laatste twee maanden gemerkt. Doordat we een relatief kleine vereniging zijn kennen de meeste leden elkaar wel en dat doet de gezelligheid binnen de Domrenner ten goede. Ondanks de vele gesprekken die ik met mensen heb gevoerd tijdens de trainingen van de afgelopen jaren zijn er toch mensen die mij minder kennen. En dat is jammer voor een vereniging waar het bestuur zo dicht bij de leden staat. Daarom een kort hoe en wat betreffende mijzelf;

Vanaf 15-jarige leeftijd ben ik serieus begonnen met fietsen als zijnde een sport. Twee maal per week stapte ik op de mountainbike om met een aantal middelbare schoolvrienden een rondje door het Zuid-Hollands landschap te rijden. Al snel reed ik ook wedstrijden mee in de open klasse, de resultaten hiervan blijf ik jullie maar even verschuldigd. Toen eenmaal het prachtige studentenwereldje zich aandiende en ik me dan eindelijk bij de Domrenner mocht aansluiten ben ik voor het eenheidsgevoel maar direct over gestapt op de racefiets en heb mijn mountainbike verkocht.

Ondanks dat een aantal mensen mij routineus elk jaar vraagt of 'ik nog een licentie ga nemen' is het zover nog niet gekomen. Helaas moet de Domrennerwedstrijdsectie het nog even zonder mij stellen. Misschien volgend jaar? Ondertussen train ik gestaag en met veel plezier mee. Het plan is om eerst maar eens wat meer klassiekers en toertochten te gaan rijden. Vooral op de lange afstand kom ik nogal eens tekort, een behoorlijk gemis als je ooit nog eens de Marmotte wil gaan rijden en de Domrenner eer hoog wil houden door een goed resultaat neer te zetten.

Het wordt wel eens anders gedacht, maar naast mijn bestuurlijke taken heb ik nog meer dagelijkse

bezigheden. Zo studeer ik Farmacie aan de Universiteit, een vrij drukke studie die de dag nog wel eens (te) kort maakt. Ik ben lid van de Farmaceutische studievereniging, waar ik ook nog in een commissie zit als Assessor. Samen met nog vijf anderen produceren wij het verenigingsblad.

Naast het fietsen wil ik mij nog wel eens op de tennisbaan begeven en fitness ik. Dit is een goede afwisseling met het wielrennen, met name doordat beide genoemde sporten makkelijk 's avonds beoefend kunnen worden.

Naast al deze bezigheden maak ik twee maal per jaar een uitstapje naar Australië. Dit klinkt weliswaar enigszins vreemd, maar als je ouders en je zus hier wonen dan maak je toch al snel weer van de gelegenheid gebruik. Ook deze kerst zal ik weer kerst en oud en nieuw vieren bij een gemiddelde temperatuur van over de 30 graden. Wat is het leven toch vervelend.... En voor de gene die zich afvragen hoe er dan aan de fysiek gewerkt wordt; ook in Australië heb ik een fiets staan.

Dit jaar is een bijzonder jaar voor de vereniging. Naast het feit dat wij het Nederlands Studenten Kampioenschap wielrennen (NSK) organiseren vieren wij ons 10jarige bestaan. Bij dit lustrum zal stil worden gestaan door middel van een aantal activiteiten om de stichting van de Domrenner te vieren. Voor ons als bestuur in het algemeen, en voor een aantal commissies in het bijzonder zorgt dit voor een aardige hoeveelheid extra werk.

Ik ga het komende seizoen echter met veel enthousiasme tegemoet en kijk uit naar alle trainingen en activiteiten!

Jeroen Punt

Hoi allemaal,

Daar ben ik dan, jullie nieuwe penningmeester! Laat ik eens helemaal bij het begin beginnen. Mijn naam is Arnold Jansen en ik ben geboren op 25 augustus 1983 in het dorpje Bunnik. Juist ja, Bunnik, je kent het wel, op een steenworp afstand van Utrecht. Het leven in dit schilderachtige dorpje langs de Kromme Rijn is zo goed dat ik mijn geboorteplaats nog altijd trouw ben gebleven. In Bunnik bezocht ik ook de basisschool, om voor het middelbaar onderwijs naar het deftige Zeist te verhuizen. Ruim vijf jaar geleden begon ik met mijn studie in Utrecht. Na vier jaar heb ik de bacheloropleidingen Wiskunde en Natuurkunde afgerond. Sinds vorig jaar ben ik bezig met de master Theoretische Natuurkunde, die ik eind volgend studiejaar hoop af te ronden.

Sporten heb ik altijd gedaan. Al toen ik nog een kleine rakker was deed ik aan turnen, wat ik tot ongeveer mijn veertiende heb gedaan. De jaren daarna heb ik vooral hardgelopen en tafeltennist. Tijdens mijn eerste studiejaren heb ik ook veel gefitnesst, een periode waar mijn

gespierde bovenlichaam nog aan herinnert. Het fietsen kwam pas laat op mijn pad. Zo'n anderhalf jaar geleden kwam ik in het bezit van een oude afgedankte racefiets. Het bleek een gouden speling van het lot te zijn. Inmiddels is de fiets niet meer weg te denken uit mijn bestaan. Het voorbije seizoen heb ik de Domrennerkleuren verdedigd in wedstrijden en dat ga ik komend seizoen weer doen, wederom bij de B-Amateurs.

Tot slot: ik heb geluiden opgevangen dat de nieuwe penningmeester nu al als beter wordt gezien dan de vorige omdat laatstgenoemde bijna wekelijks met een mailtje op de proppen kwam dat er weer iets betaald moest worden. Laat ik daarom afsluiten met de waarschuwing dat niet verwacht moet worden dat er dit jaar soepeler omgegaan zal worden met wanbetalers. Zorg daarom altijd voor wat financiële ruimte om aan je verplichtingen te voldoen, de sancties bij te laten betalen zullen niet mals zijn. Draag onze schitterende vereniging niet alleen een warm hart toe, maar ook af en toe wat euro's. Ik wens iedereen een heel prettig jaar toe bij De Domrenner.

Arnold Jansen

Advertentie:

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@domrenner.nl

Beste Domrenners,

Geboren en getogen in Zeist lag en studie (rechten) in Utrecht het meest voor de hand.

Sport heeft altijd al een belangrijk deel uitgemaakt van mijn leven. Ik ben eigenlijk per toeval begonnen met wielrennen. Enkele jaren gelden was ik vrij actief in de vechtsporten (Jiu Jitsu & Kickboksen). Om mijn conditie te verbeteren besloot ik een racefiets te kopen. Door verschillende blessures was ik genoodzaakt te stoppen met vechtsporten.



Wielrennen begon ik steeds leuker te vinden, een nieuwe passie was geboren. Twee en een half jaar fiets ik nu mee met de Domrenner. Het is een gezellige club met veel leuke activiteiten. Afgelopen jaar had ik de eer om de kleuren van de Domrenner te mogen vertegenwoordigen in het peloton bij de Amateurs B .

Dit jaar gevraagd voor de post wedstrijdcommissaris. Een leuke post omdat het aantal licentiehouders ook dit jaar weer is gegroeid in vergelijking met vorige jaar. Ik ben er van overtuigd dat er volgend jaar mooie uitslagen worden gereden door de Domrenners.

Tot slot nog een mooi verhaal over dromen en bedrog.

Als kind had ik altijd al een droom om ooit een keer Alpe d'Heuze te beklimmen. Deze droom zou ik waar maken tijdens de Marmotte van 2006, deze dag zou echter uitlopen

op een ware ontgoocheling. Op de Glandon waren de benen goed, alles liep voortvarend tot aan de top. Door een zware valpartij in de afdaling moest ik een behoorlijke tijd op de top wachten. Gelukkig kwam ik Jacques (ex penningmeester) tegen. Samen vervolgden wij onze weg. De inhaalslag op de Télégraphe en Galibier mocht niet baten, de kopgroep was inmiddels gevlogen. Vol goede moed wilden wij aan het "toetje" Alpe d'Heuze beginnen.

Bij de ravitaillering post onderaan de Alpe werd ik plotseling bij mijn armen gepakt. In gebrekkig Engels werd mij duidelijk gemaakt dat ik werd onderworpen aan een tussentijdse doping controle. Slecht nieuws! Enkele minuten later stortte mijn wereld in. Ik kreeg te horen dat ik de Alpe niet meer op mocht fietsen en dat ik per direct uit de competitie werd genomen. De test wees uit dat ik een te hoge concentratie testosteron had . Vol ongeloof kon ik niet anders dan afstappen. Uiteraard heb ik niks met doping te maken, ik zal er ook alles aan doen om mijn naam te zuiveren. Het contra expertise onderzoek loopt nog. De zaak heeft veel vertraging opgelopen (foute etikettering van het B staal). Ik hou jullie op de hoogte.

Was getekend,

Rogier Alvares

Rogier Alvares, de nieuwe wedstrijdsecretaris

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)

Secretaris op de fiets

Ja, en daar zit je dan in het bestuur van De Domrenner en dan komt er op een gegeven moment de onvermijdelijke vraag vanuit het Buitenblad of ik een pagina over mezelf vol kan schrijven. Toen dacht ik, 'dat is geen probleem, doen we ff', genoeg over mezelf te vertellen. Maar ja, het verzoek van de redactie was wel dat het een origineel stuk moest worden. Ai, dat is dan wat moeilijker. Ondertussen nu maar even een goed muziekje opgezet en een flinke draai aan de volumeknop gegeven. Vaak komt er dan wel meer inspiratie. Eerst maar, waarover wil ik wat vertellen? Studie diergeneeskunde, fietsen (☺), roeien, reizen..... Misschien wel leuk om te vertellen aan de hand van mijn gedachten tijdens een training met De Domrenner:

Soms dwalen m'n gedachten tijdens het fietsen wel eens af van de mooie gespierde benen van m'n voorganger.....en gaat vaak m'n aandacht naar de mooie omgeving waarin we fietsen en met name dan naar de beestenboel in de wei. Dan is het voor mij toch wel even kijken hoe de koeien erbij staan in de wei, hier en daar een paard en de kudde schapen op de dijken. Maar dan is het niet zomaar alleen diertjes kijken, want ik zit ze dan vaak wel te observeren of er niet wat mis is met die dieren. Of er koe op het punt staat af te kalven, of er een paard kreupel loopt, of er niet een schaap op z'n rug ligt (dat schaap moet dan wel zo snel mogelijk weer op de benen geholpen worden). Zelfs tijdens het fietsen ben ik dus nog in het onderbewuste bezig met m'n studie diergeneeskunde.

Of met 'bergje op' tijdens het Ardennenkamp en introweekend, dan kan het flink afzien zijn bij een echt steile klim. Als je dan zover bent dat je echt niet meer kan, maar ja, de top is nog lang niet in zicht. Afstappen gaat dan niet, dus dan moet er met de blik

op oneindig toch hard doorgetrapt worden. Tijdens dit 'doodgaan' gebruik ik dan vaak het oude 'riedeltje' wat we ook met roeiwedstrijden gebruikten voor afleiding van de vermoeidheid: 10 halen voor m'n moeder, 10 halen voor m'n vader, 10 halen voor m'nverzin maar voor wie of wat. Alleen deze 'halen' moeten nu vervangen worden voor 'trappen', of eigenlijk moet ik daar nog een goed woord voor verzinnen.

Of zomaar eens tussendoor dwalen m'n gedachten af naar bijvoorbeeld de Outback en Great Barrier Reef van Australië, naar de International Animal Rescue in Goa-India waar ik m'n onderzoek heb gedaan en niet te vergeten naar heel veel mooie plekke in Europa. Ook alvast een beetje fantaseren over hoe mijn reis zal zijn in Midden-Amerika. En hoe het zal zijn om vloeiend spaans te kunnen praten.

Soms dwalen m'n gedachten ook wel eens af naar de ledenlijst, de notulen die nog geschreven moeten worden, de binnenkomende post, Jazeker, de secretaris op de fiets!

Zoals jullie gemerkt hebben vind ik het heerlijk vind om een beetje weg te dromen op de fiets (ik hou ondertussen dan nog wel een oogje op het verkeer hoor!), blijft het natuurlijk het leukst om gezellig bij te praten tijdens de trainingen ;). Ik heb er alle vertrouwen dat we met z'n allen een superleuk jaar tegemoet gaan bij De Domrenner!

Judith Dijcker

Hé medewielrenners,

Sommige van jullie kennen mij al en anderen (nog) niet. Dus daarom even in vogelvlucht wie ik ben. Mijn naam is Myrte Pfeifer en ben 22 jaar.

Ik ben geboren in Amersfoort en woon sinds 4 jaar in Utrecht. Eerst heb ik in een studentenhuus gewoon met 4 huisgenoten en nu ruim een maand geleden ben ik ingetrokken bij Maike en Kim (ook twee blonde dames van De Domrenner, waarvan de laatste mijn zus is).

Sinds eind november ben ik afgestudeerd en mag mijzelf nu Integraal Veiligheidskundige noemen. Voor de mensen onder ons die niet direct weten wat je dan bent (dit zijn er namelijk veel) zal ik het kort toelichten: Je houdt je bezig met (beleidsmatige) veiligheidsvraagstukken waarbij je vanuit verschillende invalshoeken

deze benaderd en verschillende aspecten hiervan belicht om zo de veiligheidsvraagstukken op te lossen. Ja, ja nu snap je het zeker wel een beetje... In ieder geval zijn er mensen die mij aannemen en werk nu op tijdelijke basis voor de gemeente Utrecht, waarbij ik me bezig houdt met een achterstandsbuurt in Utrecht en met de criminele jongeren van de stad.

Mijn ambities binnen De Domrenner richten zich onder andere op er voor te zorgen dat de vereniging een leuke, gezellige en sportieve vereniging is en blijft.

De kledingbestelling zo goed als mogelijk te laten verlopen en nieuwe sponsoren aan te trekken.

En voor mezelf, beter en harder te gaan fietsen.

Myrte Pfeifer

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

Hardlopen, een heerlijke bezigheidstherapie

Hardlopen binnen de Domrenner is sterk in opkomst. Zo hebben we in onze vereniging te maken met bijvoorbeeld Jan Willem Leeuwis; zichzelf al jarenlang afmattend in verschillende loopwedstrijden. Geert, Petra en Arnold hebben in oktober meegedaan aan de halve marathon van Eindhoven, waar Arnold zijn goede NCK-vorm nog maar eens bewees door een berentijd neer te zetten. Ook onze oud-voorzitter Maarten is een verwoed rendier; als jonge vent rende hij al marathons door Zwitsers hooggebergte; nu doet hij het rustiger aan, maar dat de conditie er nog steeds is liet hij onlangs weer zien tijdens de 7-heuvelenloop. Het schijnt zelfs zo te zijn dat playboy Ridderbos wel eens een rondje Singels afwerkt. Vorig jaar werd al duidelijk dat er veel hardlooptalent schuilt bij onze wielclub. Tijdens de jaarlijks terugkerende Batavierenrace werd bijzonder goed gepresteerd door onze leden!

Met name in de herfst- en wintermaanden lijken steeds meer fietsers zich aan het hardlopen te wagen en biedt het een aardig alternatief op wielrennen. Trainen op de racefiets is tijdens deze lange, donkere dagen namelijk niet altijd goed in te plannen. Helemaal niet als je al afgestudeerd bent en doordeweeks overdag op je werk zit....

Een stukje rennen biedt uitkomst! Hardlopen en wielrennen liggen natuurlijk ook in elkaars verlengde; beide sporten zijn duidelijk duursporten. In die zin is lopen een uitstekende manier om de conditie op peil te houden. Toch is waakzaamheid geboden! De gewrichten van het menselijk lichaam krijgen bij een looptraining of -wedstrijd veel klappen te verduren. De combinatie van de ene dag fietsen en de andere dag lopen kan ons lichaam wel eens wat in de

war schoppen. Met enige kennis van hoe ver je hierin kan gaan en goed schoeisel kunnen grote problemen en fysieke kwetsuren echter worden voorkomen.

Wees dus gerust.

Toen ik in september van dit jaar mijn eerste loopwedstrijdje (de Maliebaanloop) had volbracht, zag ik plots nog een in Domrennertenu gestoken verstekeling. Het was Sander Smits...

Dé klimgeit van de Domrenner bij uitstek was alweer volop in voorbereiding op de komende Marmotte en rende nu rondjes over de Maliebaan. Net als het fietsen over pittige cols deed hij ook dit in een behoorlijk tempo. 10 kilometer in iets minder dan 37 minuten is niet misselijk! Lastig kreeg hij het wel op het laatst... Met vertrokken gezicht was de soepele tred allang verdwenen en sloffend overschreed hij – gehuld in koersbroek met zeem (?) – de streep. Ikzelf tekende die dag voor een tijd 8 minuten na die van Sander.

En dat zette me aan het denken... Het was een evenement dat me bijzonder goed is bevallen en ik besloot de weg van het iets fanatieker oppakken van het lopen in te slaan.

Dat houdt in dat ik nu toch wel minimaal twee keer per week een stuk door de stad (meestal bij Amelisweerd) aan het rennen ben. Daarnaast probeer ik door af en toe deel te nemen aan een wedstrijdje een stok achter de deur te houden om ook écht te gaan trainen.

Inmiddels heeft dit geresulteerd in deelname aan de Vlinderloop in Houten en op 25 november de Horaloop in Bennekom, nabij Ede. Hier ben ik geweest met Joris "de Berk", trainingsdier en ook niet vies van een stevige loopsessie, en Erik (een kolos van een loper en geducht in Groningen en omstreken vanwege zijn lange passen). Dus in de ZX

naar Bennekom, alwaar een flink deelnemersveld de concurrentie met ons aan zou gaan...

Het parcours was briljant uitgestippeld; paadjes door een sprookjesachtig bos en heuvelachtige streek voerden ons over 10 kilometer van start naar finish. En we hebben het goed gedaan, me dunkt!

Joris tekende in het veld van 110 deelnemers voor een 8^{ste} plek met een tijd van 38.30. Erik werd 18^{de} in een tijd van 40.42 en ik was 26^{ste} in 42.04. Na afloop keerden we moe maar voldaan en met stramme spieren weer huiswaarts.

Eerstkomende doel is weer de Vlinderloop, nu in december (deze wordt elke tweede zaterdag van de maand gelopen). Op 16 december start ik op Ameland om daar 10

kilometer door de duinen te ploeteren. 14 januari wacht vervolgens de halve marathon van Egmond aan Zee. Daarna is het rustig afbouwen, krijgt het fietsen weer de broodnodige aandacht en zal mijn seizoensvoorbereiding op het nieuwe wielerseizoen hopelijk serieuzer gestalte krijgen dan nu het geval is...

Omdat er zoveel goede lopers zijn bij de Domrenner is het misschien een leuk idee om eens een keer met een groepje te gaan trainen! Via het forum is een afspraak immers zo gemaakt. We horen van elkaar wat mij betreft.

Voor nu, veel fiets- en loopplezier in de nog resterende winterperiode!

Wouter Caro



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

Recente aanwinsten van de Domrenner

	Jacob Gerard Nieuwenhuis	Daniël Alexander Borst	Jasper Vis	Jasper van Abswoude	Jasper Sebastiaan Cornelis Hentzen
Volledige naam?					
Roepnaam?	Jaap	Daniël	Jasper	Jasper	Jasper
Leeftijd?	20	21	21	18	21
Geslacht, m/v	M	M	M	M	M
Kleur haar?	Bruin	Donkerblond	Bruin	Blond	Blond
Kleur ogen?	Blauw	Blauw	Groen	Grijsblauw	Grijs, groen en blauw
Lengte?	1m75	1m90	1m83	1m88	1m78
Gewicht?	57	78	75	81	67
Studie?	Sociologie	Rechten/Criminologie	Natuurkunde	Natuur- en wiskunde	Planologie
Relatie, ja/nee?	Nee	Ja	Nee	Nee	Nee
Hoe bij Domrenner?	Olympos	www.domrenner.nl	www.domrenner.nl	Zomaar	Via mezelf
Welke fiets?	Gazelle Champion	Cannondale R500	Jan Janssen	Koga Flyer	Canyon Ultimate 7.0
Kleur van fiets?	Wit	Donkerblauw	Blauw	Zwartgoud	Zwart
Kleur fietsschoenen?	Wit	Zwart	Zwart	Zwart	Zilver
Kleur fietssokken?	Zwart	Zwart en wit	Wisselend	Zwart	Wit
Wedstrijdrenner/toerrijder?	Toerrijder	Wedstrijdrenner	Wedstrijdrenner	Wedstrijdrenner	Toerrijder
Geschoren benen?	Ongeschoren	Ongeschoren	Ja	Nee	Nee
Klimmen of wind tegen?	Tegen de wind in	Klimmen	Wind tegen	Wind tegen	Klimmen
Dalen of wind mee?	Wind mee	Dalen	Dalen	Wind mee	Dalen
Roken, ja/nee/soms?	Nee	Nee	Nee	Neel	Nee
Pasta of rijst of aardappelen?	Aardappelen	Pasta	pasta	Pasta	Pasta
Melk of Karmemelk?	Melk	Melk	Geen van beide	Karmemelk	Weet ik niet
Koffie of thee?	Weet ik niet	Koffie	Thee	Thee	Koffie
Banaan of krentenbol?	Krentenbol	Banaan	Banaan	Banaan	Banaan
Broodje banaan of broodje bal?	Bal	Bal	Bal	Banaan	Weet ik niet

21 Oktober hebben we met een grote delegatie van 9 Domrenners en 1 Dutch Mountains-lid een bezoekje gebracht aan de Bikemotion beurs in de Jaarbeurs. Omdat ik nogal eens het fietsforum (www.fiets.nl/forum) check (als ik toch niks beters te doen heb) en daar al maanden vantevoren op een opgewonden toontje over dit evenement werd gesproken, dacht ik dat ik ook maar eens een kijkje moest gaan nemen. Tim had voor ons kaartjes gereserveerd en daarom gingen we met z'n allen tegelijk; erg gezellig natuurlijk!

Hieronder volgt een kort verslag van de beurs. Ik heb maar niet geprobeerd om er een objectief, gestructureerd verslag van te maken. Want als je alles rationeel beschouwd, is hetgeen aan ons werd getoond, complete onzin. Echter wanneer er producten staan uitgesteld waar techniek, schoonheid en emotie in zijn verenigd, gaat menig liefhebbershart sneller kloppen. Voor degenen die er ook zijn geweest: ieder heeft waarschijnlijk zijn eigen favorieten of dingen die zijn opgevallen; dit zijn de mijne.

Wat was daar te zien? Nou: vooral [racefietsen](#); showbikes, degelijke Duitse fietsen, Hollands fabrikaat fietsen, Italiaanse raspaardjes, MTB's met allerlei verende delen, nieuwe Campagnolo groepen met veel carbon, computergestuurde fietstrainers, een [modeshow](#), [trial demo's](#), een [spinning demo](#), diverse fietsbladen, diverse fietsonderdelen (o.a. een stand alleen voor remblokjes).

Hoe leuk het ook mag zijn om met een groep zo'n beurs te bezoeken; binnen de kortste keren was de groep gesplitst en liep ik samen met Tim, Matthijs en mijn broer Jos over de beursvloer. Wel zijn we nog een paar keer herenigd en hebben we samen een bakkie gedaan bij het cafetaria van de beurs. Helaas heb ik de recordpoging van Sander op de Tacx

niet meer gezien. Op een fietstrainer aangesloten op de computer werden tijden neergezet en Sander was een van de snelste die dag; goed gedaan! Uiteindelijk bleven Jos en ik zo lang hangen bij verschillende stands dat we (terecht) verder maar aan ons lot werden overgelaten. Ik snap ook niet dat we het er van 10:30 tot 16:00 hebben uitgehouden; 5,5 uur ronddwalen op een beurs!

Maar er was dan ook een heleboel te zien! Het was aardig om alle grote merken eens bij elkaar te zien maar echt heel veel wijzer ben ik er toch niet van geworden. Persoonlijk vond ik het, naast de modeshows natuurlijk, wel aardig om de fiets die ik heb besteld weer eens in het echt te zien. Ook kon ik op de stand van Stevens praten met een aantal gasten van de fabriek, wel jammer dat ze alleen Duits spraken. Daar kreeg ik te horen dat het uitleveren van mijn nieuwe fiets nog wel even kan duren! Bij Trek stond Lance Armstrong verdekt opgesteld. Ze hadden een wassen beeld uit Madame Tussaud geleend. En bij Scott hadden ze hun nieuwe model; de Addict. Dit frame weegt inclusief zadelpen 790 gram! Ook vond ik het leuk om zeer exclusieve fietsen te bekijken zoals een de Rosa Proton, King X-lite, Idol en Neo Primato, Look 595, Pinarello Paris FP, Scott Plasma, Colnago C50 en Cristallo, Bianchi 928 SL, Isaac Joule, Cervelo Soloist Carbon, Storck Scenario C0,9, en zo kan ik nog wel even verder gaan. Dit zijn fietsen die vallen onder de noemer; 'leuk om te zien, maar een beetje te kostbaar' (om op te fietsen).

Er waren niet echt veel innovaties van de grotere fietsmerken te zien op deze beurs. Een uitzondering hierop is SRAM met hun nieuwe schakelgroepen voor racefietsen. En er zijn steeds meer lichte carbon modellen te zien, maar dat is niet echt verrassend. Het is leuk om te zien dat de kleinere bedrijfjes op de beurs (M-gineering / M5) creatiever zijn dan de grote jongens. Zij komen

bijvoorbeeld op de proppen met CNC-gefreesde remmetjes die de helft wegen van de Dura-Ace exemplaren en zij integreren nieuwe technieken op hun producten, bijvoorbeeld het inpassen van rohloff naven in mountainbikes (ipv derailleur) of het maken van eigen voorvorken (wat verder alleen Cannondale doet). Bram Moens van M5 (een ligfietsenmaker uit Middelburg) is iemand die zijn eigen mallen maakt voor carbon, waarmee hij ook redelijk uniek is in Europa. Maar voordat ik te veel in detail treedt over dit soort technische snufjes; er was ook een erg interessante lezing / dia-vertoning van Peter Winnen. Hij vertelde over een barre reis per fiets over de Himalaya. De combinatie van

ontzettend mooie beelden van Tibet en droog, humoristisch commentaar van Winnen was wel aan mij besteed! Verder sprak ik nog een fietsgekke Belg die werkt voor de importeur van Campagnolo en Kuota. Hij is iemand die op het fietsforum bijna dagelijks berichtjes neerzet, en heel gepassioneerd over fietsen en de fietssport kan praten; erg leuk!

Ik vond het kortom erg de moeite waard; veel fraais, een gezellig samenzijn met de mede-domrenners en leuk om verschillende mensen die gepassioneerd zijn over fietsen te ontmoeten!

Kristian Lievense

Bikemotion; verslag Kristian Lievense

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

Licht autobiografisch...

Het was een stralende dag. Klein Jantje was in de grote boze buitenwereld aan het fietsen. De wereld is vol gevaren voor de eenvoudige fietser, maar ons Jantje was wild en onbesuisd. Fietsen was zijn lust en zijn leven. Het vervelende was dat hij daarvoor over de weg moest. De weg is een grote hoeveelheid asfalt vol met obstakels die het de fietser lastig maken. Paaltjes, smalle fietspaden, kruispunten en vooral Automonsters. De Automonsters razen met grote snelheid over de weg en met hun brede neuzen denken ze dat heel de weg van hen is. "Hee, er zijn ook regels!" brulde ons Jantje naar elk passerend monster. Zijn angstig geschrei werd slechts beantwoord met een nare brul van het monster. Jantje werd onzeker en voelde zich niet meer helemaal vrij op de weg.

Het moment kwam onvermijdelijk. Zijn vrienden waarschuwden hem al: "Stop toch met dat eeuwige gekakker van je over 's Heren wegen. Straks breek je nog wat!" Hij stak een kruispunt over. Een monster deed hetzelfde. Het monster leek zich niet te bekommeren om ons klein Jantje totdat het besloot hem direct en fel aan te vallen. RATS, een rake klap. Jantje hield het niet meer. Huilend stortte hij ter aarde en op zijn knie ontstond een dikke buil. Zijn jonge huid zal vol met schrammen. Het monster hinnikte. "Ha, dacht het monster. Nu heb ik meer ruimte." Slechts een paar schrammetjes had het monster. Jantje lag huilend op aarde.

"Mijn fiets, mijn fiets! Het doel van mijn leven, mijn alles, mijn ik!" Hij lag daar, zwaar beslagen. Wat ooit recht was was krom, wat krom was, was noch krommer geworden. Het grote boze monster beklagde zich ook: "Ik heb schrammetjes! Kun je niet uitkijken! Dit is een voorrangsweg! Zorg maar dat je geld krijgt zodat ik gerepareerd kan

worden." Ook dat nog! Ons arme Jantje had het niet meer.

Nu zijn er in de wereld van fietsen en monsters een soort feeën. Goede feeën en slechte feeën. Verzeke ringsmaatschappijen, rijwielherstellers en schadetaxateurs zijn voorbeelden van dit soort feeën. "O, dacht Jantje, als het monster maar in de macht is van een goede fee! Dan zal alles nog goedkomen." Nu is het gebruikelijk dat wanneer een monster een fiets ramt beide partijen contactgegevens uitwisselen van elkaar en van hun feeën. Jantjes goede fee heette Aon, die van het monster Asr.

Het wachten duurde maar. Jantje kon voorlopig even niet fietsen. Zijn goede fee had al wel tegen hem gezegd: "Wees niet bang, ik zal er voor Kerst voor zorgen dat je weer kunt fietsen. Jij hebt niets fout gedaan. Het monster is het." Nu bleek dat de fee van het monster een hele kwade was. Zo één die overal moeilijk over doet. Dus dat werd een hels gevecht. "Betaal." riep Aon tegen Asr. "Nee ik moet eerst de juiste toedracht van het voorval weten." O het was een hels gevecht, maar Kerst naderde al rap. Zou Jantje ooit weer kunnen fietsen? "Hihi!" dacht Asr, "laat ik ons jantje nog wat onnozele vragen stellen, misschien geeft hij de strijd op." De vragen waren zo onnozel en Jantje kлом meteen in de pen. Hij voelde zich gesterkt door zijn goede feeën Aon en zijn rijwielhersteller.

"We gaan hem verslaan Aon!" was Jantjes oerkreet en hij gooide de brief vlak voor kerst op de bus.

Na een weekje wachten was het gebeurd! De kwade fee Asr was op de knietjes gegaan en Jantje kreeg geld. O zo veel geld! En op de dag van Kerst stapte ons Jantje voor het eerst op zijn nieuwe Bianchigroene rijwiel. Boze feeën zijn er niet meer en Jantje zal nu beter uitkijken voor de monsters. O die monsters!

Einde

Voor de meeste Domrenners is de persoon Peter van Glabbeek geen onbekende. Een aantal jaar geleden reisde hij op de fiets de halve wereld over, waarvan in ieder Buitenblad een uitvoerig verslag verscheen. Na een jaar van relatieve rust vond Peter het tijd om de andere helft van de wereld te verkennen. Ditmaal zou zijn fietsavontuur in Zuid-Amerika plaatsvinden. Het spreekt voor zich dat wij zijn belevenissen op de voet zullen volgen. Hieronder zijn eerste verslagen, in het Frans en Engels weliswaar, maar dat moet geen probleem zijn. Lees en beleef het mee.

15 November 2006, Buenos Aires

Partir c'est mourir un peu. And leading the life of a world traveller, I have to say goodbye a lot to the people I love. This time it happened on the 3rd of November, in Schiphol Airport at 9:00am. After walking through the customs there was no way back and I left my parents, girlfriend and some very good friends behind on my way to new adventures.

The first flight of almost 10 hours to Atlanta was perfect. I was sitting next to an emergency exit with a lot of space and my neighbour was a good natured American who works for Philips. We chatted along and were enjoying the views over Scotland, the Atlantic Ocean, Greenland, Canada and the US. After the story of my plans was spread around the whole airplane by the enthusiastic stewardesses I received many compliments and good wishes and got a lot of extra food to give me strength. This warm welcome made me already looking forward to travel in the USA later on this trip.

This time I stayed only for 7 hours in America and took my next flight to Buenos Aires, again 10 hours. Most of the time I slept quite well and the time flew past. A helpful Dutchman arranged a taxi for me from the airport to the place where I was going to stay. Last year in Pakistan I met Celeste from Argentina. She asked her sister if I could stay with her in her apartment in BA and she agreed. Hence I have the most extraordinary possibility to explore the city without paying a hotel. Apart from that Justina is very good

company and her place on the 13th floor offers good views over the huge city.

The past two weeks I have been walking and cycling around one of the largest cities in the world. Greater Buenos Aires has 13 million inhabitants! The centre reminds me of Paris. Wide tree lined avenues with high buildings from around 1900, some grand monuments and big green parks. The streets are full of pedestrians, thundering traffic never ceases and the air quality is bad. Some of the parks near where I live are big enough to offer some peace and silence. Together with many others I go there to read, walk or sunbathe. A negative point is the incredible amount of dogshit all over the city. One day my slipper broke and I had to walk home barefoot for more than an hour. I really had to wash my feet after that!

To the north and east of the city flows the Rio de la Plata (the river of silver). It is 190km wide (the widest river in the world), so I cannot see Uruguay on the other shore. Some of the best parts of the town are situated close to the river and the rich live in expensive penthouses with great views. The real city center is a shopping area. The pedestrianized streets are the same like in big cities all over the world. Armani and Christian Dior shops where no-one ever goes, McDonalds where everyone goes and even C&A. But one day I saw an old man playing a tango on a leaking old bandoneon. His performance was so passionate that I stood there and listened for a

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

long time. Around us the rushing went on.

The Boca neighbourhood is home to the famous Boca Juniors soccer club. I cycled around the huge stadium where Maradona became the greatest hero in Argentine history. He and his number 10 are still alive in the yellow and blue painted streets. The immense stadium and the surrounding atmosphere gave me goosebumps.

San Telmo is more an arty kind of place (like Montmartre). Various artists sell there work in the streets and couples perform spontaneous tango shows on the main square. I like this area with older houses and alternative people a lot.

The upper middle class Recoleta neighbourhood hosts the Cemeterio de La Recoleta. On this cemetery most of the famous Argentinians are buried, including Maria Eva Duarte de Peron or Evita. A steady stream of tourists, including me, pass the grave to take picture.

I asked Justina and some other people what they think about Argentina. They think it is a third world country where you can have a good life with a little bit of money. Since the economic crises and the sudden inflation of a few years ago, life has been a bit more difficult for the people with money. BA is full of good museums, high quality theaters and excellent restaurants to lead a quite luxerous life. It is not uncommon to go out for dinner three times a week. On the other hand, half of the people live in poverty and corruption is still a problem. For travelers Argentina is suddenly a cheap country. For example a kg of chicken meat costs not much more than 1 Euro and it is possible to sleep in a hostel in the center of BA for 7 Euro per night.

I came to Argentina to cycle and I am looking forward to start. My bike is still in the bikeshop with perhaps a bent axle. This gives me time to write

long emails and work on my new homepage.

5 December 2006, Puerto Madryn

Immediately after leaving Buenos Aires' suburbs one finds oneself surrounded by endless, grassy plains: The Pampas. These fertile lands produce vegetables, corn, grain and genetically modified soya. Besides that, millions of cows are feeding on the knee high grasses and getting fat to be slaughtered, packed and shipped to Europe and America. Small woods are scattered throughout the countryside and in these small groups of trees I pitch my tent for the first nights. The strong winds, the quite featureless landscape, exceptional strong hayfever, bad sunburn and loneliness don't make those first days of cycling in Argentina the best of my life. After 600km in 5 days I reach a small mountain range, Sierra de la Ventana. I go to a camping to rest and recover. In the mirror I find my face quite ruined. Eyes swollen from the allergy to grass, lips destroyed by sun and wind and everything purple from sunburn.

There happens to be a group of 50 schoolgirls staying in the same camping. They all try to talk to me out of interest in my travels and to practise their English conversation skills. Our relationship is very warm and they treat me with an icecream, drinks, fruit and most important: with their company. After being kissed goodnight by about 20 girls one soon forgets ones loneliness! I learned a lot about Argentina from them and after a sad goodbye I leave the village full with new energy and in very high spirits. Only to find a beautiful campspot 40km down the road near a small river in a dense forrest. I take another day of the bike in this pristine spot and do not much more than reading, listening

Peter in Zuid-Amerika

to the countless birds and watch an otter travelling down the stream.

After these perfect days I feel ready to battle the winds again. Going southeast the land becomes drier and less fertile. The vegetation consists of hard thorny bushes about a meter high and some grass in between. There are no trees. I usually start cycling around 6 in the morning, since the winds are less strong in the morning. Around 8 I am battling and already sunburned. Every 20km or so there is a slight curve in the road and that is all. I even encounter one stretch of road perfectly straight for 101km! After a long day of hard work I haul my bicycle over the fence into the bush and pitch my tent between the prickly scrubs in the desert.

But there are many pleasures as well. First, I see a lot of wildlife. In the many saltlakes I spot the occasional pink flamingo, there are thousands of birds from the small colourful singing birds to huge vultures that circle high above me, waiting for me to perish. I see flocks of guanacos, wild cousins of the llama, roaming the country, many snakes, a huge tarantula, countless rodents from small rats to the big maras and anything in between. I am still looking for the puma, but so far it is successfully hiding itself. Second, the weather is always sunny and the temperature between 20 and 32 degrees. Nights are cold and very clear. A great chance to watch the southern cross, the Magellanic Clouds and Orion (upside down). And third, I enjoy my big meals of pasta with vegetable-tomato sauce, bread with Dulce de Leche (an Argentine spread made of milk and caramel), juicy oranges and boiled eggs.



After crossing the Rio Colorado I am officially in Patagonia. But Argentina is big. It is the 8th largest country in the world, 70 times bigger than The Netherlands and slightly smaller than India, and Patagonias endless steppes make up about a third of this area. It is still about 2500km to Ushuaia on Tierra del Fuego. One day I suddenly have a good tailwind. I cover 214km in 10 hours and reach Puerto Madryn rather earlier than expected. For the first time I stay in a guesthouse, just to have a shower and to meet some people. I believe I am getting used to the winds and the loneliness. It is part of experiencing the vast desert plains of this exceptional part of the world: Patagonia.

Peter van Glabbeek

<http://petervanlabbeek.googlepages.com>

Wielrennen vs Curling

Dat wielrennen de mooiste sport is, behoeft eigenlijk geen verdere uitleg. Om met de naderende winter toch de schoonheid van het wielrennen in te blijven zien zal in deze editie van het BB wielrennen worden afgezet tegen curling. Voor de minder sport-minded ingestelde Domrenner zal ik een korte uitleg geven wat het doel van curling is.



Curling wordt gespeeld op de zogenaamde curling sheet. De curling sheet is een ijsbaan van ca. 42,5 m lang en 4,3 m breed. De wedstrijd bestaat uit een aantal "ends" (in competitieverband: 10 ends). In elk end spelen de teams om en om hun acht stenen, elke speler twee stenen, vanaf het ene einde van de curlingbaan naar het "huis" aan de overzijde; dit zijn de gekleurde cirkels op het ijs. Door bij het loslaten van een steen er een draaiende beweging aan te geven, kan men de steen een licht gebogen baan geven, vandaar de naam "curling". De spelers van elk team hebben ook een bezem (over het algemeen met een wrijfblok, niet met haren) om het ijs juist vóór de steen te "vegen" en zo de baan van de steen te beïnvloeden en te verlengen indien

nodig. Bedoeling is dat op het einde van een end een aantal stenen van het eigen team dicht bij het midden van het "huis" (de "dolly") ligt dan de stenen van de tegenpartij. Voor elke steen die dichtbij de dolly ligt dan de dichtst bij de dolly liggende steen van de tegenpartij krijgt men één punt. De kleuren van de cirkels hebben geen betekenis, deze bestaan alleen om makkelijker te kunnen zien hoe stenen ten opzichte van de dolly liggen. Gelijk spel bestaat in curling niet. Is er na 10 ends een gelijke stand, dan wordt er een extra end gespeeld. Strategie speelt een grote rol bij curling; zo kan men ervoor kiezen de eigen steen zo precies mogelijk bij de dolly te plaatsen (een "draw"), ofwel er een steen van de tegenstander mee weg te spelen (een "takeout"), ofwel een eigen steen voor het huis te laten liggen om daarmee een achterliggende steen te beschermen (een "guard"). De eerste 2 stenen van elke partij mogen niet voor een takeout worden gebruikt. Gebeurt dit toch dan moet de weggespeelde steen van de tegenstander worden teruggeplaatst. De laatste steen mogen spelen (de "hammer") heeft altijd een voordeel, daar wordt de hele strategie op bepaald: "Give one and take two". Dit betekent dat als je niet de laatste steen hebt, je de tegenstander maar maximaal 1 steen laat scoren (of nog beter, zelf stenen scoren, zogenaamd stelen), als je wel zelf de laatste steen hebt, dan probeer je er 2 of meer te scoren. Aan het begin van de wedstrijd wordt getost om te bepalen wie in het eerste end de laatste steen heeft. Scoor je in een end, dan begin je het volgende end, het andere team heeft dan de laatste steen (met dank aan Wikipedia). Na bovenstaande beschrijving valt het moeilijk om curling nog serieus te nemen. Desondanks heeft de BB redactie een serieuze poging ondernomen een serieuze afweging tussen wielrennen en curling te maken.

Wielrennen vs Curling

Wielrennen vs Curling

	Wielrennen	Curling
Materiaal	Fiets ++	Gepolijste granieten steen en een bezem (hahaha hihi)
Classificatie beoefenaar	Afgetraind ++	Uitgezakte huisvrouw
Grootheden	Merckx, Bartalli, Francesco Planckaert, Tom Boonen ++	Geen
Snelheid	30-65km/uur ++	0-20 km/uur
X-factor	++	+
Veiligheid	++	Het zou je nog verbazen hoe gevaarlijk dat ijs kan zijn.
Kleding	De bekende wieleroefuitfit ++	Lijkt op een trainingspak, maar is het niet.
Locatie	De vrije natuur ++	Curling sheet
Gezegden	Met je hol open zitten. Aan het elastiek hangen Een gat laten vallen Een jasje uitdoen Een waaier trekken In de boter trappen	Door het ijs zakken Zich op glad ijs begeven Het ijs breken Een ijsje halen De ijsbeer loslaten

Conclusie:

Wielrennen vs. curling is als Marianne Thieme vs. Rita Verdonk. Je kiest toch ook geen Catherine Keijl als je ook Scarlet Johansson kan nemen.

In de volgende editie van het BB zal het wielrennen worden vergeleken met bowls (dat is iets anders dan bowling).

Joris van Berkel

Kouwes over lidmaatschap en andere zaken

Trappen riep de trainer dus ik stap af en schop vol op zijn klooten maar ja hij bedoelde trappen op de fiets maar van die barbie lonise spraakverwardheden hou je toch dus waar hebben we het over nou ja toen heb ik maar 112 gedraaid want hij stondt niet meer op enzo dus toen de pliesie kwam gauw weggelopen want je weet nooit of ze je nog ergens van kennen tenslotte van toen die keer dat geile ronnie die auto in de fik zette omdat zijn zwarte vriendin erin zat maar dat bleek toen toch zijn oma te zijn dus die is toen maar verbrandt wat ik ook wel snap want die piste iedere keer zijn hele huis onder wat natuurlijk ook niet normaal is toch maar toen liepen we dus gauw door want ik zag al gebeuren dat de pliesie zag dat ik zonder licht fietste terwijl ik eigenlijk helemaal niet kan fietse maar meer rollen deed ik want we kwamen we net uit de kroeg maar ja das dan tog logies dat je bier drinkt want wat moet je anders doen dan rollen dus dat hou je toch maar toen ik hoorde dat de trainer zijn schedel in stukken had moest ik tog denken aan die voetballert die iemand in elkaar schopte en toen gauw wegging maar niet te lang want ik moest zelf ook door en anders hebben ze je zo te pakken en dat was nou net wat niet moest gebeuren ja toch dus ik rollen op mijn fiets kom ik de buurman tegen waartegen ik toen hard in zijn oor brulde opzij man maar dat had die dove helemaal niet gehoord dus heb ik zijn rol later platgereden want ja die dingen zijn ook niet handig zeg ik altijd tegen hem maar buurman zei niks meer terug dus nu al twee man uitgeschakeldt maar ja je blijft maar gaan want het pulkton stopt voor niemand dus ook niet voor harry die gister hoor kreeg dat hij dus alweer ongeneeslijk ziek is geworden maar meer in de zin van kanker dit keer dus we zullen zien wanneer dat hij het plukton moet laten gaan maar ik gok op zesentwintigduisent gezichten dat hij niet de toer de frans nog negentien keer gaat winnen maar dat hou je toch dus dan heppik het liever om mij en mezelf want zelf doe ik het best aardig want heb af en toe van die dagen dat je denkt zo dat zijn van die dagen totdat je bandt weer lek is en je je fiets weggooit in de gracht om bij een junkie een nieuwe te nemen voor euroos die helemaal niet bestaan maar helemaal vervalst zijn ze ook niet want zo had ik eens een oom maar dat bleek tog meer een tante te zijn maar dat was dan nog altijd zoiets als een mens en dat is ook zoiets wat je met mijn geval kan vergelijken maar zo kon het dus gebeuren dat ik een de rosse kinky eksel kocht van die krekspuiter en hij blij en ik nou ja ook niet heel erg tevreden want wat moet je met een hartje in je fiets daar begin je niet aan vanuit heterotechnies oogbal gezien dus toen ben ik maar wel op die zooi gestapt want je moet wat en zo kan het gebeuren dat die vereniging van jullie waar jullie zo over praten van nou gaan we het meemaken een lit erbij heeft en nou denken jullie zeker die dikke is vast geen stuudent maar dat is een leugen want ook ik leer elke dag nieuwe dingen zo hoorde ik zojuist dat alle viesiek spiegis is en dan kunnen jullie ook wel zeggen van die dikke kan niet fietsen alleen maar rollen maar ik ken zwarte frankie die jullie dus niet kennen want jullie komen nooit in de arubaanse kapper op de zweetse verzuiperweg nou ik ben er wel eens geweest en dat merkte ik toen mijn jukbeender brak wegens handtasjeslijkheden met een zus ofzo dus die frankie kon wel hard lopen nog zeker bijna zo hard als ik rol op mijn de rosse kinky eksel dus ik hoop dat jullie me op de tereening kunnen volgen want jullie moeten zeker wel homofielussen zijn als jullie de broeken zo strak aantrekken dus ik stel voor volgende tereening allemaal in wijde koleren te schijnen zodat ik daar ik niet zo homofob wordt van al die strakke glinsterende koleren maar ja dat hou je toch dus waar hebben we het over...

Robin van der Kloor

Interview met Sjaak Veken

Door: Joris van Berkel

Met de billen bloot;

Van Bonenstaak tot Afhaak

Gutenberg, donderdag 14 december 2006, 1 koffie, 1 cappuccino, drie pepermuntjes en een beetje van Elvis. Hét recept voor een diepgaand interview. Dat Sjaak er zin in heeft laat hij duidelijk blijken: "Ik zie mezelf ook een beetje als Elvis". De eerste quote is binnen. "Alleen voor het buitenblad geef ik me bloot". Gelukkig kan ik hem nog net op tijd overtuigen om zijn onderbroek aan te houden. Hoewel hij de laatste tijd nauwelijks nog op de trainingen verschijnt, is Sjaak Veken een van de meest besproken leden. Maanden terug ontstond daarom het lumineuze idee om Sjaak uit te dagen tot een openhartig interview. Na enkele slopende onderhandelingen wist het BB het interview met Sjaak Veken binnen te halen. De afspraak, met de billen bloot in ruil voor een bakkie bij Gutenberg. Hoewel bevreesd voor zijn reputatie, ging hij de uitdaging aan. Het idee; laat twee van BB's beste reporters Sjaak mentaal door midden zagen, spaar hem niet en zorg dat alle smeulige details boven tafel komen. Een steenpuist vol in het aangezicht van de 'Verschrikkelijke Chris' dreigt op het laatste moment roet in het eten te gooien. Het interview verplaatsen is geen optie, de deadline nadert en Sjaak wil nu eindelijk zijn bakkie koffie.

Sjaak Veken 83kg voor 1.91, althans ten tijde van het interview, in topvorm zit Sjaak aan de 80kg. Hij voegt daaraan toe dat hij zich best een beetje zorgen maakt. De extra kilo's hangen namelijk allemaal aan zijn buik. Omdat dit duidelijk een pijnlijk onderwerp is en er in de kleedkamer bij het spinnen al genoeg grappen over worden gemaakt, besluit ik om hier niet over door te vragen. Mocht je na dit interview toch nieuwsgierig

zijn naar die extra kilo's laat je er dan vooral niet van weerhouden om Sjaak tijdens de training hier op aan te spreken.

Ondanks zijn lengte heeft hij nooit overwogen om te gaan basketballen of volleyballen. Nee, Sjaak wou voetballen. Waarom hij dan op voetbal ging? Dat deden zijn oudere broers nou eenmaal ook. Geboren en getogen in Bergen op Zoom groeit Sjaak op onder de beschermende vleugels van zijn 2 broers en 2 zussen. Zijn positie binnen de familie blijkt van grote invloed te zijn op zijn leven, waarover later meer. Momenteel is Sjaak bezig aan zijn master planologie. Trots weet hij te vertellen dat hij onlangs bij Procap is langs geweest voor een stageplek. Hoewel Sjaak zichzelf niet als een gladder jongen ziet is te merken dat hij toch danig onder de indruk was van de Porsches en andere dure auto's die hij daar zag staan. Inmiddels is Sjaak al weer 25 en bezig aan zijn 7^e studiejaar. Dit heeft niets met zijn voorliefde voor studeren te maken, maar is meer het resultaat van opstartproblemen aan het begin van zijn studiercarrière. Ook heeft Sjaak vorig jaar een sabbatical ingelast waarin hij zijn bachelorthesis heeft afgerond, een aantal vakken voor zijn minor heeft gevolgd, maar ook een half jaar heeft gewerkt.

Wat veel mensen niet weten is dat Sjaak een jaar psychologie heeft gevolgd in Amsterdam (UVA). Niet zijn meest gelukkig jaar. Als ik hier wat verder op door vraag vertelt Sjaak dat hij in het begin moeite had met de overstap van het rustige vertrouwde Bergen op Zoom naar het grote boze Amsterdam. Al na vier maanden stopte hij met deze studie, en werkte de rest van het jaar als telefonisch verkoper van spaar- en beleggingsplannen. Het daaropvolgende jaar begon hij met de studie sociale geografie en planologie in Utrecht. Ook die studie verliep niet direct vlekkeloos. De reden daarvoor ziet hij in het blijven wonen in Amsterdam. Het dagelijks op en neer reizen kostte niet alleen

veel tijd en energie, het zorgde er ook voor dat hij het lastig vond om zich te binden aan het studentenleven in Utrecht. Overdag inhoudelijk over de studie praten vindt Sjaak natuurlijk het mooiste wat er is, maar soms voelde hij ook wel de behoefte om 's avonds met diezelfde mensen over vrouwen en het leven te ouwehoeren. Dat werd bemoeilijkt door de afstand. Door die geringe binding was de studiemotivatie soms ver te zoeken. De overstap naar Utrecht zorgde daarom voor een grote verandering in zijn leven. Maar misschien nog wel bepalender is de stap geweest om meer te gaan sporten. Eerst nog hardlopen, maar zoals we allemaal weten heeft Sjaak ook de fiets toegelaten in zijn leven. De studie ging meteen een stuk beter. In het vierde jaar loopt Sjaak nog wel studievertraging op door zijn bachelorthesis niet op tijd in te leveren. Zoals eerder genoemd heeft Sjaak het een jaar wat rustiger aan gedaan, waarin hij zich helemaal op zijn bachelorthesis kon richten. Wat onzorgvuldigheid met het verwijzen naar bronnen deed de examencommissie nog bijna besluiten om Sjaak zijn scriptie nog een keer over te laten doen. Als een reddende engel verscheen Tejo Spit in zijn leven. Waar andere docenten hun geloof in Sjaak verloren hadden, behield Tejo Spit zijn vertrouwen in Sjaak. Wat er precies is gebeurd zullen we nooit te weten komen. Maar dat Sjaak, Tejo Spit voor eeuwig dankbaar is, is zeker. Sjaak omschrijft zijn fout zelf als: "een beetje dom". Hij wijt het aan gemakszucht. De structuur en de opbouw van zijn thesis waren goed alleen had hij zijn verhaal meer in eigen woorden moeten vertellen.

Nadat Sjaak zijn meeslepende verhaal heeft verteld is het tijd om dieper in te gaan op de persoon Sjaak Veken. Wat mij opvalt is dat veel mensen een verkeerd beeld hebben van Sjaak. Veel Domrenners zullen Sjaak beschrijven als een 'tikkeltje' lui en een 'beetje' laks. Natuurlijk zit in deze omschrijving een kern van waarheid.

Wat veel mensen niet weten is dat Sjaak afgelopen jaar de motor achter het buitenblad is geweest. Hoewel deze motor af en toe sputtert, is Sjaak een van de meest bevlogen redactieleden. Als redactielid heeft hij zich het opmaakprogramma Indesign meester gemaakt en neemt hij elk BB weer de opmaak voor zijn rekening. Met passende illustraties weet hij het BB telkens weer op te leuken. Ook is Sjaak rap van pen en krijgt hij het voor elkaar om de lezers met zijn stukjes dubbel te laten liggen van het lachen (hihi hahaha). Maar het BB zou het BB niet zijn als er na deze lofzang ook geen kritische noot zou komen.

Op de vraag hoe Sjaak zichzelf zou omschrijven antwoordt hij dat hij er veel waarde aan hecht om plezier te hebben in de dingen die je doet. Sjaak is in zijn leven op zoek naar geluk. Hij ziet dit als een proces. Ondanks zijn planologische achtergrond doet hij echter niet aan procesmanagement, wat wil zeggen dat hij niet bewust op zoek is naar geluk. Toch is Sjaak zeker niet ongelukkig. Volgens Sjaak zijn er bepaalde factoren in het leven die aan de basis liggen van geluk en die je naar je eigen hand kan zetten. Naarmate het interview vordert krijg ik steeds meer de indruk dat Sjaak een bevlogen amateur-filosoof is. Op alle belangrijke levensvragen heeft Sjaak een genuanceerd antwoord. - Blieb, blieb, net nu het echt diep begint te worden wordt Sjaak gestoord door zijn telefoon. "Hoi Charlotte, vindt je het goed als ik je over een half uurtje een heel lief sms-je stuur. Ja, ik zit op dit moment in een belangrijk interview. Door Joris ja. Nee, Chris is er niet bij. Nee, die heeft een steenpuist en durft zo niet over straat." – Een mooi bruggetje naar het volgende onderwerp. Na eerst op de Cambridgelaan gewoond te hebben is Sjaak afgelopen jaar naar de IBB verhuisd. Hier ontmoette hij de liefde van zijn leven, de lieftallige studente Internationale Betrekkingen,

Charlotte S.. Met twinkelende oogjes vertelt Sjaak dat Charlotte een van de pijlers van zijn leven is. Om Sjaak niet teveel te choqueren vermijd ik het onderwerp trouwen. Wel stel ik hem de vraag of hij het er met Charlotte al over heeft gehad om samen te gaan wonen. Ze hebben nog geen concrete plannen, maar als Sjaak klaar is met zijn master ziet hij het wel als een mogelijke optie. Ook op het onderwerp kinderen wil hij niet al te diep ingaan. "Relaties zijn niet te plannen, en het krijgen van kinderen al helemaal niet. We zien wel wat de toekomst brengt." Wel vertelt Sjaak dat hij het onlangs met Charlotte over leuke of mooie jongensnamen had. Ze had het BB gelezen en kwam met de naam Lexan op de proppen. Daar is Sjaak toen erg van geschrokken. Als ik vraag hoe Charlotte, Sjaak zou omschrijven, antwoordt hij: "Als een nuchtere, rationele jongen". Maar ziet zij Sjaak dan niet als een 'tikkeltje' lui en een 'beetje laks'?. "Jawel, ze zit me soms ook wel achter de broek, zo heeft ze laatst mijn kamer opgeruimd". Charlotte lijkt duidelijk meer structuur in zijn leven/kamer te brengen. "Charlotte ook wel een beetje slordig, maar is zij wel gestructureerd in haar slordigheid". Sjaak heeft tegenwoordig zelfs al bureaubakjes en een prullenmand en hij maakt netjes stapeltjes in zijn kledingkast. Hoewel planoloog in spe, Sjaak is zelf meer van de korte termijn planning. Sjaak is dan ook goed in het voor zich uit schuiven, zodat hij op de korte termijn leuke dingen kan doen. Dat er mensen zijn die zich hierover kunnen verbazen kan Sjaak best begrijpen. Als ik het meer toespits op zijn carrière als penningmeester van de Domrenner en dan met name zijn boekhoudkundige activiteiten, wijst Sjaak het aan een verschil van meningsopvatting met andere boekhoudkundigen als Sander S. en Danny v/d D. Voor de minder ingewijden, Sjaak is in het befaamde Bestuursjaar 04/05 penningmeester

geweest en heeft bij afloop van het verenigingsjaar een meningsverschil gehad met de Kascommissie. Wat Sjaak wel nog toe wil voegen is dat sommige mensen bepaalde dingen binnen de vereniging te serieus nemen. De Domrenner is een organisatie die draait op de inzet van vrijwilligers die hun eigen tijd opofferen om de vereniging draaiende te houden. Bij hun kritiek moeten ze dit meewegen en bepaalde zaken relativiseren. Daardoor ligt er minder druk op de vrijwilligers, wat hun enthousiasme voor de vereniging ten goede komt.

Bijna zou je vergeten dat Sjaak ook nog aan wielrennen doet. Na een jaar bij de B's gereden te hebben is hij overgestapt op een A-licentie. Vol goede moed stelde hij zichzelf aan het begin als doel om wedstrijden bij de A's uit te rijden en minstens een klassieker te finishen. Zijn eerste doelstelling, het uitrijden van wedstrijden, heeft hij gehaald. Zijn droom, het uitrijden van een klassieker niet. Hoewel hij er drie heeft gereden is het hem niet gelukt om er een uit te rijden. In de Hel van Brabant had hij twee mindere dagen. Tijdens de Omloop van de Hoeksche Waard werd hij de berm ingereden. En bij zijn laatste klassieker, de Twee Landen Koers had hij kettingproblemen, waardoor hij later kramp zou krijgen. Volgens Sjaak zou hij de laatste wel hebben uitgereden, ware het niet dat er een schakel in zijn ketting kapot ging. Ondanks dat niet alle doelstellingen werden behaald blikt Sjaak tevreden terug. Wel vindt hij vervelend dat hij een aantal keer het gevoel had goed in vorm te zijn, maar dat die vorm zonder aanwijsbare reden ook weer kon verdwijnen. Zijn vorm was te wisselvallig. Als ik vraag hoe hij komend seizoen zijn prestaties wil gaan verbeteren antwoordt Sjaak: "Wie zegt dat ik mijn prestaties wil verbeteren?". Voor komend seizoen stelt Sjaak zich dezelfde doelen als voor het afgelopen seizoen, het uitrijden van wedstrijden en van een klassieker. Zijn voorbereiding wil hij wel serieuzer

aan gaan pakken. In het voorseizoen wil Sjaak meer duurtrainingen doen, meer intervaltrainingen en tijdens de eerste trainingswedstrijden heeft hij zich voorgenomen om zich in te houden, alles met het doel om tijdens het wedstrijdseizoen te pieken. Een heikel punt het afgelopen jaar was de Marmotte. Voor degenen die het niet hebben meegekregen, Rogier (ja, inderdaad onze huidige wedstrijdcommissaris) en Sjaak zijn samen aan de voet van de Alpe d'Huez afgestapt. Op de vraag of hij het hier nog moeilijk mee heeft?: "Nee, het is alleen irritant als anderen het weer oprakelen". "Hoewel anderen mij stelselmatig pesten heb ik er zelf vrede mee". Sjaak geeft toe dat hij zich er deels verantwoordelijk voor voelt dat ook Rogier af is gestapt. Als hij had aangedrongen bij Rogier dan was hij vast wel doorgefietst. Nu was het Sjaak die voorstelde om af te stappen. Máár als Rogier had voorgesteld om te stoppen dan was Sjaak ook solidair met hem geweest. Sjaak neemt het zichzelf niet kwalijk.

In het vorige buitenblad is een uitgebreid artikel verschenen over de Mokman, een welbekend fenomeen onder hen die zich met enige regelmaat bij de koffieautomaat in het van Unnik begeven. Mokman speelt ook een belangrijke rol in het leven van Sjaak. Voor Sjaak staat de ooit veelbelovende Mokman symbool voor de illusie van het sociale mensbeeld. "De Mokman laat zien dat het soms ongemerkt mis kan gaan in het menselijk leven. In onze maatschappij lopen een hoop schrijnende gevallen "geruisloos" rond. Het is voor iedereen duidelijk dat er een steekje los zit, al dan niet het gevolg van problemen. Toch doet niemand iets, men grijpt pas in als die persoon voor overlast zorgt. De Mokman is helaas het ultieme voorbeeld. Enerzijds is hij ongelukkig en heeft hij psychische problemen, maar anderzijds functioneert hij nog

voldoende om in de samenleving mee te draaien. Het is veelzeggend om te zien dat mensen zich pas om anderen bekommeren als hun eigen leefwereld wordt aangetast."

Van het ene schrijnende geval naar het andere. Sjaak vereenzelvigd zich met enige regelmaat met anderen. Toen we net in de Gutenberg zaten zag hij zichzelf nog als Elvis. Zijn kapsel vergelijkt hij met dat van Bart Wissink en een meer bekende vergelijking is die van zichzelf met Tom Boonen (het andere schrijnende geval). Een objectief waarnemer zou het waarschijnlijk meer als een fetisj beschrijven. Sjaak vindt Tom Boonen een mooie renner, die op verschillende manieren kan winnen. Volgens Sjaak bestaat er binnen de Domrenner een onterechte antipathie tegen Boonen, des te meer reden om Tom Boonen te verafgoden. "Tom Boonen is een sprinter, net als ik". Sjaak is nog niet vaak in de situatie gekomen om zijn sprinterscapaciteiten te etaleren, maar anders zou hij ze er ongetwijfeld op hebben gelegd. Dat hij notoire sprinters als Folkwin Hulshof en Joris van Berkel heeft weten te kloppen sterkt hem in zijn overtuigingen.

Net als Tornado Tom heeft Sjaak meerdere bijnamen. Shake, Sjakie, Jacques, Swaffelaer, Bonenstaak, maar de meest roemruchte is toch wel Sjaak Afhaak. Al sinds zijn eerste jaar bij de Domrenner achtervolgd deze naam hem. En toch deed Sjaak hem dit jaar met de Marmotte weer eer aan. Sjaak staat er vooral om bekend, trainingen af te zeggen als het nat en koud begint te worden. Kou en regen vindt Sjaak "ronduit vervelend". Wanneer het wedstrijdseizoen afgelopen is kan Sjaak zich minder goed motiveren om te blijven trainen. Hij heeft respect voor renners die ook in de winter blijven fietsen. Veel wielrenners zijn verslaafd aan het wielrennen, Sjaak zegt dat vooral in de zomer te zijn. Dit wil niet zozeer zeggen dat hij

minder fanatiek is, alleen valt na het wedstrijdseizoen de motivatie weg. Sjaak quoteert Geert S. die ooit gezegd schijnt te hebben dat hij fietst voor zijn plezier. In januari of februari pakt Sjaak de voorbereiding weer op. Als ik suggereer dat dat misschien aan de late kant is, zegt Sjaak dat anderen de voorbereiding overschatten. Vorig jaar is hij jaar ook pas laat aan de voorbereiding begonnen en "toen is alles ook nog goed gekomen". Reflecterend op vorig seizoen is hij meerdere malen in vorm geweest maar vind hij dat zijn prestaties te wisselvallig waren.

Toch dient ook zijn bijnaam 'Bonenstaak' enige toelichting. Toen Sjaak in zijn pubertijd kwam heeft zijn broer hem het predikaat Bonenstaak gegeven. Dit vanwege zijn houderige bewegen en vanwege zijn iele postuur. Frappant is dat een groot deel van Sjaak zijn eigenschappen is terug te voeren op zijn positie binnen

het gezin Veken. Sjaak heeft hier zelf ook al over nagedacht en komt met een mooi betoog over rolpatronen. Als jongste binnen een gezin van vijf kinderen kreeg hij een, bij zijn geboorte reeds bepaalde rol, binnen de familie. Sjaak zelf heeft het idee dat hij deels het product is van het rolpatroon binnen het gezin. Naarmate je ouder wordt en je met andere dingen binnen de maatschappij wordt geconfronteerd pas je jezelf echter aan. Sjaak denkt dat hij een 'tikkeltje' lui en een 'beetje' laks is, niet te verklaren valt vanuit het rolpatroon binnen zijn familie. Zijn broers en zijn moeder zijn immers ook een 'tikkeltje' slordig.

'Sjaak met de billen bloot', van Bonenstaak tot Afhaak. Aan alles komt een einde, aan ons kopje koffie en zo ook aan dit interview. Sjaak, de finish van de Marmotte ligt boven op de Alpe d'Huez!!!

Joris van Berkel

Ins & Outs

In

Ledenlijst
Buitenblad: Regelmaat

Schiermonnikoog
Scriptie
Matje in de lies
Derrick
buitenblad@domrenner.nl
herfstdepressie
Danny: eemland
Danny: domrenner
Danny: eemland
Danny: domrenner
Danny: domrenner
Buitenbladredactie
Mark v/d Meide trofee
Woensdagavondtraining
Kwartet
Rijmen&Dissen

Out

...
Buitenblad: rommelen binnen de marge
Corsica
SPSS
Matje in de nek
Filemon
buitenblad@yahoo.com
Het leven is verrukkelijk!
Danny: domrenner
Danny: eemland
Danny: domrenner
Danny: eemland
Danny: domrenner
bestuurslid
Mark v/d Meide beker
Zaterdagtraining
Trio
Schreeuwen&Pissen

Symposium 'Filosofie op de Fiets'

Op de verjaardag van Sinterklaas kreeg wielerminnend Utrecht op de Universiteit voor Humanistiek een symposium cadeau met als thema het boek *Wielrennen* van Marc van den Bossche. In het boek stelt van den Bossche dat de uren die hij op de fiets doorbrengt ten goede komen aan de wetenschap. Zeer interessant voor een studenten wielervereniging dunkt mij. Zoals hij zegt 'een topfitte filosofie kan de zaak van het Humanisme beter met glans verdedigen'. Hij gaat zelfs zo ver dat hij zijn beide fietsen als wetenschappelijke medewerkers heeft aangesteld, omdat ze zijn denken bevruchten en aan scherpheid doen winnen. Tijdens het sporten borrelen ideeën stuk voor stuk op en gaan zich logische verbanden aftekenen. Zijn stelling luidt: sportbeoefening leidt tot een geïntensiveerde vorm van de ervaring van eigen individualiteit, en zelfontplooiing begint bij de eigen lichamelijkeheid. Uit een vrees voor conformiteit en uniformiteit schuwt de schrijver veelal het groepsgebeuren. 'Als denker en als fietser leef ik mij bij voorkeur uit in mijn eentje'. Hiernaast verzet hij zich tegen een traditie van de filosofie die deed alsof ze geen lichaam hadden en het slechts met de ratio konden redden.

Rebekka Prevot: 'ik sport dus ik besta'. Als vijfdejaars humanistiek werd zij op het laatste moment opgeroepen als vervanger. Als niet wielrenner gaf ze aan het boek niet te lezen als slechts wielrenboek maar als herwaardering, en terugkeer van de lichamelijkeheid in het leven van de mens. De lichamelijkeheid is lange tijd verwaarloosd in met name de filosofie en wordt bij deze gerehabiliteerd. De lichamelijkeheid moet centraal komen te staan in de filosofie van de levenskunst, waarbij de vraag naar het goede leven centraal staat; dat is de boodschap van het boek *Wielrennen*. Als kritiek op het boek zet ze tegenover het sporten het leven

van een gehandicapte: kan deze niet komen tot zelfcreatie of enige vorm van geestelijke ontwikkeling? Van den Bossche wijst dit even later af en zegt slechts het lichamelijke centraal te stellen, als primair beginsel.

Peter Winnen beschreef een psychedelische ervaring die hem ten beurt viel op zijn bed, na een middagje vrij worstelen met regen en wind op het smalle zadel. In deze ervaring drong hij, als Alice in Wonderland, via de lijst een schilderij binnen met verschillende zachte kleuren. Het kleurenspeel kan worden gezien als een verslavingsverschijnsel die vooral na duursteking bij aanraking met de endorfine teweeg wordt gebracht. Wanneer men ongewild, bijvoorbeeld door blessure leed, van de fiets moet afkicken ontstaat er een probleem. Men moet afkicken van de endorfine wat resulteert in een 'cold turkey', de gruwel van elke duursporter.

Als reactie op de filosofische overpeinzingen van van den Bossche zegt Winnen: 'ik doe maar wat, en dat noem ik leven'. Hij had maar wat graag een dergelijk wereldverbeterend pragmatisme beschreven naar aanleiding van zijn wielrenervaringen. Maar hij zet ook een kritische kanttekening bij de werkelijke leefbaarheid van de filosofie die Marc van den Bossche poneert. Als kritiek op het Humanisme brengt hij de vraag in: moeten we de wereld wel verbeteren? Is hij niet al goed genoeg. Het blijkt dan nog niet voldoende, als hij nog eens persoonlijk uithaalt naar van den Bossche als hij zich afvraagt hoe hij in vredesnaam een matigheid kan prediken voor de mensheid, voor 'des eigenlijke sukkel's'. Hij bied volgens Winnen een verlicht soort hedonisme aan, die Marc van den Bossche zelf in zijn jonge jaren niet liet zien, dat was toch een beeld van een orgastische onmatigheid in zijn sportcarrière? Naast de kritiek sluit Winnen af met de erkenning voor de mooie

boodschap die het boek predikt, die volgens Winnen het proberen waard is.

Annemie Halsema: Waarom Armstrong zeven maal de tour won, ook die van 2005.

In het boek levert van den Bossche kritiek op de machine gestuurde wijze waarop Armstrong zijn sport beoefende, hij geeft de voorkeur aan Vinokourov die een zekere esthetische waarde aan het koersen toevoegt. Van den Bossche erkent echter ook dat een zekere kwantitatieve benadering, bijvoorbeeld fietsen met een hartslagmeter, een kwalitatieve verbetering tot stand kan brengen. Volgens Halsema beschrijft hij Armstrong als een afspiegeling van het klassieke dualistische beeld waar geest en lichaam gescheiden zijn. Terwijl dezelfde van den Bossche nu juist in zijn eigen ervaring op de fiets een eenwording beschouwd van lichaam en geest. Hij meet dus met verschillende maatstaven. Nogmaals gebruikt hij deze onderscheiding als hij het lichaam omschrijft als bron van genot, naast het dagelijkse contempleren. Ook hier schemert weer deels een dualistische visie door in zijn tekst.

Halsema zei: 'Armstrong wint door discipline', ze gebruikte het beeld wat Plato schetst van de driedelige ziel; de voerman bestuurd zijn twee paarden uitstekend bij Armstrong. Hiernaast won Armstrong door zijn onnavolgbare strategie die hij wist uit te voeren te midden van topwielrenners; 'winnen als het nodig is, maar ook de overwinning aan een ander laten als hij het goed vindt, en dat noem ik nou een klasbak'.

Als aanbeveling voor de eenzame fietser die van den Bossche in zijn boek heiligt zegt Halsema dat hij het fietsen ook maar eens in de groep moet gaan uitproberen, elke week eenmaal op recept. Het opzweven van elkaar, de competitie en het teamgevoel laat je deel uitmaken van

een situatie waar je geen totale greep op hebt en die een extra dimensie aan het fietsen geeft; een zekere transcendentie.

Maarten van Buuren is een praktiserend wielrenner die zich kan vinden in het boek *Wielrennen*, hij beaamt de waarde van het sporten. Uit eigen ervaring vertelde hij dat hij na een periode van depressiviteit de helende werking van de duursport ervaren heeft. Aan het begin van het fietsseizoen stopte hij zijn medicatie, en stapte over op een gezonde dosis lichaamsbeweging. De depressiviteit, die hij omschreef als communicatie ziekte, wordt gedeblokkeerd door het fietsen; ideeën borrelen op en de dingen gaan weer spreken. De depressieve fietser kan hierdoor weer communiceren met de wereld en de mens om zich heen. Het idee dat je zou kunnen filosoferen op de fiets wijst van Buuren echter af, het fietsen neemt teveel bewustzijnsruimte in. Wandelend poëzie schrijven en filosoferen kan wel, maar op de fiets moet je je bezig houden met snel naderende bomen langs de weg, je houding en gladde bochten. Het deblokken tijdens de inspanning moet worden gevolgd door het eruit gooien van gedachtes. In de fietsbeweging val je op een gegeven moment samen met je fiets: 'Je valt in het ritme, je wordt beweging, je wordt één met je fiets, je wordt één met je omgeving, je zweeft....extase. Onderwijl is je hoofd leeg. Fietsen is in tegenstelling tot wandelen meditatie, fietsen is zen, zazen, zittende zen. Fietsen is niet filosoferen, fietsen is ofwel aan deze ofwel aan gene zijde van filosoferen. Fietsen is transcendentie.'

Joep Dohmen, docent levenskunst aan de Universiteit voor Humanistiek, werd gepresenteerd als degene die het venijn in de staart zou komen brengen. Om te beginnen scheidte hij een kader waarbinnen hij zijn betoog wilde opbouwen. Voor levenskunst heb je zelfzorg nodig. Zelfzorg resulteert

in een unieke levenshouding waarbij je leeft ten opzichte van hetgeen op je afkomt. Dohmen pleit voor een praktische filosofie; mens doe aan zelfzorg! Zelfzorg kan worden onderverdeeld in verschillende thema's zoals zelfkennis, waardeoriëntatie en tijd. Levenskunst roept de mens op een kunstwerk van zijn leven te maken. Waarom zouden alleen schilderijen en huizen kunnen worden gezien als een kunstwerk?

Volgens Dohmen berust het boek *Wielrennen* op een misverstand. Hij voegt hier aan toe dat dit niets uitmaakt, het hele leven is een misverstand. Maar hij had dit boek in een brief aan zijn moeder moeten schrijven en niet wereldkundig moeten maken. De kern die het boek volgens Dohmen bevat is de volgende: wat kun je uit der ervaringen van het fietsen leren, wat kan je hier vanuit leren over een goed leven? Dohmen filtert uit het boek *Wielrennen* het volgende:

- Van fietsen ga je je onoverwinbaar voelen zoals in een roes.
- Hoe creëer je nu het beste een duurzame vorm van bevindelijkheid?
- Filosofie moet meer aan praktische filosofie gaan doen, de rol van het lichaam is onderbelicht.
- Wielrenners(sporters) moeten hun lichamelijke inpassen in een breder kader van zelfzorg, anders is de lichamelijke weer teveel losgezongen van hun leven.

Hierna verwoordde Dohmen in harde stellingen het misverstand van het boek: de cognitieve claims die van den Bossche toekent aan het fietsen kloppen niet. Is het nu echt zo dat je beter gaat waarnemen en voelen door het fietsen, raak je in een betere grondstemming en wordt je er nu echt een beter mens door te gaan fietsen? En als je beter naar je lichaam luistert rolt er dan hoe dan ook een gelukkig mens uit? Als je de stelling van het boek neemt; het lichaam is onze stuurman tot geluk, misken je dan ook niet het rol van het lichaam?

Hoe zit dat bij jullie Domrenners, welk surplus brengt fietsen in jullie leven? De respons die Marc van den Bossche naar aanleiding van stevige kritiek gaf, was voor Nederlandse maatstaven aan de zwakke kant. Hij had de neiging onder de tafel te kruipen, niet het publiek in te kijken en zich zacht uit te drukken. Door alleen dit te zien werd naar mijn mening de inhoud van een misschien meer Belgische wijze van respons onderschat. Hij zegt geen enkele cognitieve claim te maken, maar uit de pure eigen ervaring te spreken. 'Ja' zei hij, ik ga beter waarnemen, voel me scherper, raak in een betere grondstemming en wordt daardoor een beter mens. Klare taal lijkt mij zo.

Bij de verschillende sprekers kon ik een onderscheid maken tussen duursporters en niet duursporters; tussen verslaafden en niet verslaafden. Zo kenmerkte de duursporters zich in grove lijnen meer door herkenning en beaming en de niet duursporters zich door een sceptische houding, kritiek en af en toe ongelooft.

Als kritische vraag van mijzelf bij de notie van zelfzorg het volgende; er wordt voor een subjectieve inslag gekozen, je moet zelf een unieke houding creëren? Maar kunnen er dan geen universele grenzen worden aangegeven? Waar gaat sport de zorg voor jezelf dusdanig voor de voeten lopen dat je jezelf af kan vragen: ben ik nog wel een kunstwerk aan het creëren?

Ook al moet ik zeggen, ik maak me hier bij de Domrenner niet zo'n zorgen over.

Sjoerd Rammelt

JMHW

Het spinnen is weer begonnen. Ik als "mooi weer fietser", en dan moet het ook echt mooi weer zijn, maar niet té warm natuurlijk, heb nu geen enkele smoes meer om niet te gaan sporten. Ik ben dan ook iedere dinsdagavond te vinden bij BodySports. Voor degenen die niet weten hoe het daar aan toe gaat zal ik kort de sfeer schetsen. Allereerst wordt in het kleedlokaal de afgelopen week doorgenomen. Een feestje, een operatie, koffiepauzes, valpartijen, reizen, vrouwen, een feestje, vrouwen, stuurlicht, vrouwen, werk en alle zaken die de gemoederen bezighouden worden door het mannelijk peloton worden onder de loep genomen. Af en toe wordt er een windje gelaten. Daarna begeven we ons naar het spinlokaal waar plusminus 25 fietsen staan te wachten op ons. Er hangt een aroma die je testosteron zo prikkelt dat je alleen nog maar hard wil fietsen, en dat gebeurt dan ook. Zodra de eerste beats door de zaal klinken wordt er niet meer gesproken spint iedereen met de blik op oneindig.

Na de warming-up hef ik mijn hoofd eens op om te kijken of iedereen er net zo aan toe is als ik. Tot mijn grote verbazing moet ik dan telkens weer tot de conclusie komen dat ik de enige ben met een opgezwollen rood hoofd waar het transpiratievocht als een meanderende Maas langsloopt. Bij het puntje van mijn kin komt alles samen en een volwassen stroom zweet verlaat mijn lichaam en valt op de grond.

Ik vraag me af hoe dat komt. Vandaar dat ik een klein onderzoek gedaan heb naar de wereld die zweet heet. Het onderzoek begint in het Prisma woordenboek. "**Zweten** zweet afscheiden; vocht uitslaan; (*jagerstaal*) bloed verliezen; ergens op zitten ---- -, ergens veel moeite mee hebben". Dit gelezen te hebben vallen er al veel puzzelstukjes op hun plaats. Vocht uitslaan lijkt me een helder gegeven gezien de plas onder mijn fiets. Jagerstaal spreekt mij als man natuurlijk erg aan. Het verliezen van bloed wordt denk ik niet letterlijk bedoeld, maar als je als een bezetene maar "tandjes erbij"

blijft draaien dan is het na tien minuten klimmen net alsof je bloed uit je longen naar boven komt...of niet. Dus ik denk dat ze dat daarmee bedoelen. "ergens op zitten -----" lijkt me ook duidelijk. Ik zit namelijk op die fiets te zweten. Ik weet niet of het nog meer uitleg nodig heeft dat Prisma de uitleg "ergens veel moeite mee hebben" geeft. Als Prisma al zo'n uitleg geeft wat zou de "**Dikke** van Dale" dan wel niet van zweten zeggen.

Tot zover de linguïstische uitleg van het fenomeen *zweten*. Dan gaan we nu eens naar de lichamelijke kant kijken. Zweten is om de lichaamstemperatuur op peil te houden volgens huidinfo.nl. Dit kan kloppen, want het is gloeiend heet in de sportzaal en dat moet gecompenseerd worden. Per vierkante centimeter heeft een mens 120 tot 620 zweetklieren. En waar denk je dat de meeste klieren zitten.....juist op de voetzolen zitten de meeste.

Als je "zweten" googlet krijg je meer dan 700.000 hits, alleen daar al krijg je het warm van. Op een Belgische website lees ik dat de meest voor de hand liggende oorzaken sport, stress, alcohol, pijn en overgewicht zijn. Sport lijkt me duidelijk. Wat stress betreft, je voelt natuurlijk de druk van de groep. Je wilt niet als enige de benen stil houden. Alcohol; zeker nog van de laatste Domrenner-borrel. Pijn; alles doet pijn, van mijn kaken tot mijn tenen. Overgewicht; bedoelen ze hier ook zware botten mee?

Het voordeel is dat het niet echt geurig zweet is. Dit komt omdat ik over het hele lichaam zweet maar er maar slechts op een beperkt aantal, plaatsen klieren zitten die de nare geur verspreiden. Wellicht zijn deze plaatsen bekend. Van de andere kant is dit ook weer een nadeel omdat zweetlucht in een bepaalde, ook wellicht bekende, situaties seksuele gevoelens kan oproepen. Van de andere kant is het misschien maar goed dat deze gevoelens niet aangewakkerd worden door het aantal liter dat er afgescheiden wordt. Dit zou de naam BodySports een heel andere betekenis geven.

Maar goed. Al met al hoeft ik me geloof ik niet echt druk te maken. Het zweten hoort er gewoon allemaal bij. De één zweet wat meer dan de ander alhoewel ik denk dat het komt omdat ik gewoon het hardste fiets.

Joost van Helvert

Oproep:

De Domrenner

Nieuwjaarsborrel



Dinsdag 3 Januari
plaats: Ledig Erf
tijd: half tien

Aanwezigheid Gewenst

Dresscode: ***Urban Chique***

De Quotes *Special*: Kristian Lievense

- o "Ik wil wel eens serieus genomen worden." (Maarten Deenen: "Dan weet ik wel iemand voor je...")
- o "Ik heb al één keer gehuild vandaag."
- o "Dat Buitenblad, daar kunnen jullie maar beter mee stoppen."
- o "SOSCASTOA!!!"
- o "Weet je wel niet wat zo'n ... kost? Dat kost ... euro!"
- o "Hey Joris, volgens Kim heb ik een hoog libido!" (Joris: "Volgens mij bedoelt Kim dat je sexueel gefrustreerd bent...")
- o "Steek dat quoteboekje maar in je reet."

Quotes