



De Fietsende Vlinder

nummer 111 – september 2011

"De Fietsende Vlinder" is een uitgave van de **Wielertoerclub Houten '80** en wordt verspreid onder de leden, adverteerders en donateurs in een oplage van ca. 320 stuks.

De Wielertoerclub Houten '80 richt zich op toer- en recreatiefietsers uit Houten en omgeving
De activiteiten bestaan uit:
Trainingsritten
Toertochten
Mountainbike ritten
Recreantenrit (elke vrijdag)
Dagtochten recreanten
Midweek recreanten



Tijdens alle toer- en MTB- ritten is het dragen van een helm verplicht.

Voorzitter

Ton Mulders
Vikingenpoort 6
3991 JS Houten
Tel: 030-6377497
voorzitter@wtchouten.nl

Penningmeester

Jos Bekker
Riddersborch 5
3992 BG Houten
Tel: 030-6380710
penningmeester@wtchouten.nl

Secretaris

Marian Hissink
Appelgaarde 28
3992 JG Houten
Tel: 030-2523556
ma.hissink@kpnmail.nl
info@wtchouten.nl

Recreanten

Elly Kemper
Sandelhout 57
3991 PZ Houten
Tel: 030-6378150
ellykemper@hi.nl

Toercommissie

Michaël Baken
Grootslag 10
3991 RC Houten
Tel: 030-6353616
m.baken@kpnmail.nl
toercie@wtchouten.nl

Clubblad

Gerard Huitsing & Jon Nellestijn
Copy naar:
Keltenpoort 21
3991 JX Houten
defietsendevlinder@gmail.com

Clubgebouw 'Het Vélodroom'

Kruisboog 14
Tel: 030-6377577
Giro: 2498209
t.n.v. Wielertoerclub Houten '80
te Houten
Internet: <http://www.wtchouten.nl>



Van de Redactie

Nu het zomerseizoen ten einde is kan iedereen weer zijn keuze maken uit het ruime winteraanbod.

Tegenwoordig is het gewoon dat er allerlei winteractiviteiten door de club worden georganiseerd, maar er zijn toch ook nog steeds leden, die echt een winterstop houden. Probleem voor hen kan dan zijn, dat er soms direct aan het begin van het nieuwe seizoen flink wordt doorgefietst, alsof er geen seizoenstop is geweest.



Maar ook: sommigen gaat het winterfietsen op zondagochtend o.l.v. Piet Moolhuijsen, niet hard genoeg, want in dit blad kunnen we over de oprichting van een snellere groep op zondagochtend lezen.

Gelukkig gaat de koffierit op woensdagochtend gewoon door, maar is de belangstelling (te langzaam of te snel?) zo klein geworden, dat er eerst gebeld moet worden of de rit wel doorgaat (met wie eigenlijk?). Ik (Jon) ben echter van plan om deze winter iedere woensdagochtend, als het droog is/blijft, te gaan fietsen, alleen of met anderen.

Verder wordt er onder leiding van Remy Thijssen weer iedere dinsdagavond een looptraining gehouden en gaat ook het MTB-en (ATB-en) weer van start. Zie voor bijzonderheden verderop in dit blad dus.

De grote clubweekenden zijn weer achter de rug. Over de Pfalz stonden er vorige keer een paar stukken in het clubblad, maar jammer genoeg waren er geen schrijvers onder de grote groep deelnemers aan "standplaats Albertville", althans er was geen verslag aanwezig. Ook van "de Teutotocht" was er nog geen verslag, maar die is dan ook nog maar net voorbij.

Toch hebben we een mooi verslag van Bert Thiery en Wibo van Run over hun "standplaats Allegre".

Gelukkig zijn er ook weer de vaste rubrieken van de voorzitter, verslagen van de recreanten, geef de pen door, van de toercommissie, de verjaardagen en de agenda's.

De sluitingsdatum voor het inleveren van kopij voor het laatste nummer van 2011 is **vrijdag 28 oktober 2011**. Dus tijd om eens na te denken of er wellicht volgend jaar e.e.a. moet veranderen zoals: Indeling / opmaak clubblad? Andere redactieleden?

Voor ideeën en aanvulling redactie houden we ons aanbevolen.

Het mail adres voor de kopij is: defietsendevlinder@gmail.com

Kopij inleveren liefst zonder opmaak, dus platte tekst en zonder plaatjes. De foto's en statistieken graag apart aanleveren in .jpg formaat.

Gerard & Jon



Van de voorzitter

't is weer voorbij die mooie zomer!



Het zomerseizoen is nagenoeg afgerond. Er is veel geklaagd over het weer, maar Jon laat zien in zijn clubrit-statistieken van dit jaar, dat tot 31 juli toch veel is gefietst. Vooral de dinsdagavond en de zondagen waren drukker bezocht dan vorig jaar. De ritten op de maandag zijn gewoon doorgegaan als vanouds. De donderdagen waren wat minder in trek. Ook bij de recreanten waren veel vrijdagritten zeer goed bezocht.

Kortom, ondanks al die koude en regenachtige dagen is er dit jaar toch veel gefietst. Mogelijk heeft de forse instroom van nieuwe enthousiaste leden daartoe bijgedragen.

Eind augustus hebben de toerleden warmere streken opgezocht voor hun fietsambities; op naar Zuid Frankrijk, naar het oud olympische stadje Albertville. Heerlijk warm, wel 38 graden in de schaduw. Overnachten in een 'echt Frans' hotel; met een Frans ontbijt met jam, een croissant en stokbrood; met goed Frans avondeten en met heerlijke wijn en bier uit de tap. Natuurlijk ook een typisch Frans terras voor, op de stoep van het hotel, gelegen aan een kruispunt met flink wat verkeer, geregeld door amusante stoplichten met ingebouwde flitser voor de vele overtredingen. De mussen vielen van het dak en op de derde verdieping bleef je 's nachts goed op temperatuur. Na een dag was iedereen er aan gewend, vooral omdat het heerlijk fietsen is in de Alpen. Albertville is prachtig gelegen tussen tal van mooie, lange Alpengolfs. En elke 100 meter stijging (altijd 10 minuutjes fietsen volgens Harry van Wijk) zorgt voor een temperatuursdaling van één graad. Bovenop de col was het dus heerlijk koel! Het was ook deze keer een geslaagde 'Standplaats' en de organisatie was perfect.

Dit jaar is er weer als vanouds een Teutotocht georganiseerd. Vorig weekend zijn 43 clubleden naar Port Greve in Zeeland gereisd; deels toerleden, deels recreanten. De toerleden zijn heen en terug gefietst en hebben zaterdag een mooie rit gehad over de Deltawerken. De recreanten hebben zaterdag Zierikzee bezocht en 's zondags een fietstocht langs de duinen gemaakt. Opvallend genoeg hebben we geen regen gehad onderweg. Een harde zuidwester blies alle regen weg; elk nadeel heeft ook een voordeel.

De laatste week van het zomerseizoen hebben we nog een aantal activiteiten. Zaterdag is er de 'Ride voor het Hospice', de tocht van 25, 40 en 70 kilometer in het kader van de week van het Hospice. Informatie vindt je op de site. Op zondag 25 september sluiten we het zomerseizoen af met de 'Herfstrit'. "

Met hulp van alle organisatoren en toerleiders was het een goed seizoen. We gaan door met het winterfietsen en de indoor activiteiten.

Helaas hebben drie van onze toerfietsers een ernstig ziekte onder de leden. We wensen Lia, Marianne en Leon het allerbeste. We leven met jullie mee in deze, vooral voor jullie zelf en je gezinsleden, onzekere tijden. We wensen jullie veel sterkte.

Ton Mulders



Van de Toercommissie

Wat hebben we met de club dit jaar heerlijk kunnen fietsen. En wat hebben enkele leden prachtige prestaties neergelegd bij de ritten voor het goede doel. Als de toercommissie dit schrijft is een groot aantal leden al weer op pad met de Teutotocht, in Zeeland. En nog is het zomerseizoen 2011 niet voorbij.

Op zaterdag 24 september hebben we de Ride for Het Hospice. Toercommissie is momenteel de ritten van 25, 40 en 70 km aan het componeren, narijden, uitschrijven en in de GPS proppen. Alle leden, toer- en recreanten zijn van harte uitgenodigd om mee te doen. Meer informatie elders in het clubblad en op de website.

En op zondag 25 september is er de traditionele Herfstrit met aan het slot een BBQ, samen met de Recreanten, in het Vélodroom. Intussen zijn op 13 en 15 september alweer de laatste doordeweekse trainingsritten gereden.

De Toercommissie heeft, dankzij de geheel vrijwillige inzet van vele clubleden, het Winterprogramma al weer klaar. We hebben een prachtig palet aan mogelijkheden voor je om fit de winter door te komen. Wat dacht je van:

1. Fietsen op de weg.

- a. Op de woensdagochtend gaan de koffieritten vanaf 10.00 uur, bij redelijk weer, gewoon door. Check even via de telefoon of ledenpagina of er voldoende belangstelling is op de dag dat jij wilt rijden.
- b. Piet Moolhuijsen fietst wekelijks op de zondagochtend met jou mee. Vertrek om 10.00 uur en rijden tot ca 12.00 uur. Kruissnelheid ca 28km per uur.
- c. Wil je wat harder rijden op de weg dan kun je op de zondagochtend om 9.30 aanhaken bij een nieuw initiatief. Rijden op B niveau, kruissnelheid 30-32 km afhankelijk van de omstandigheden. Bij matige weersomstandigheden kan er ook met de ATB worden gereden over de (half)verharde paden van de Heuvelrug. Meer informatie elders in het blad en bij Peter de Laat en Jan van Veldhuizen.

2. ATB.

Peter Broere, Geurt Breukink en Harry van Wijk regelen ook aanstaande winter het off-road fietsen op de ATB. Het aantal ritten buiten de regio is beperkt tot circa 1x per maand. Ook is er op zondag 16 oktober een opstap clinic in oktober. Wil je het ATB-en ook eens proberen en kennismaken met handige techniekjes die het biken zo veel leuker maken? Dit is jouw kans.

3. Hardlopen.

Ook deze winter verzorgt Remy Thijssen het hardlopen op de dinsdagavond, 20.00 uur vanaf het Vélodroom. Iedereen kan meedoen, welk niveau je ook hebt. Elk jaar haken er weer meer sportievelingen aan. Start op 20 september.

4. Spinning.

Jeroen Piket en Piet de Boer hebben zich weer sterk gemaakt voor een aantrekkelijk spinning abonnement bij respectievelijk Piazza Sports en Body Business. Lees de voorwaarden en mogelijkheden in hun bijdrage.

En intussen vinden bij Toercommissie de voorbereidingen voor het zomerseizoen 2012 al weer plaats. Komt er weer een "Standplaats X", heerlijk toeren in de bergen? Ze zeggen van wel ...



Standplaats Allegre



In de reeks over de standplaatsen van onze leden willen wij, Wibo van Run en Bert Thiery, een hoofdstuk toevoegen.

Onze standplaats was van zondag 10 tot zondag 17 juli Allegre in de Auvergne, ongeveer 1050 km van Houten. Het gebied is het meest bekend van de Puy de Dome en dit jaar waren er ook twee etappes van de Tour in dit gebied.

Allegre is een Middeleeuws dorpje wat nog goed intact is qua winkels en restaurantjes en veel minder ontvolkt dan veel andere dorpen in Frankrijk. Wij verbleven in een oud spoorwegstation wat omgebouwd is tot een fantastisch vakantieverblijf, waarbij veel details zijn bewaard. Het station is eigendom van de zwager van Wibo en wij mochten er een week in vakantievieren. Het terras is het oude perron en de spoorrails liggen er nog, alleen zijn die een stukje buiten het station overgroeid door struiken en bomen. De bakker was vlakbij dus elke dag heerlijk vers brood.

Tot zover de intro want wij kwamen hier om te fietsen en van de natuur te genieten. Bert had tijdens zijn vakantie in Griekenland op de kaart een aantal routes in de buurt van Allegre uitgezet. We hebben een soort dagboekje bijgehouden waarbij we beurtelings verslag doen. Het was vrijwel de hele week prachtig weer, behalve woensdag tijdens de transfer naar Aurillac waar we donderdag 14 juli hebben meegedaan aan de Cyclo Antonin Magne, maar daarover later meer.

Zondag na aankomst hebben we een “avondetappe” gedaan van 55 km naar Puy en Velay. Dat was 600 hm downhill en Wibo heeft toen gelijk de hoogste snelheid van de week gehaald. Puy en Velay is een vreselijke mooie stad met veel historische gebouwen en supergezellige restaurants en terrasjes. De klim terug was goed te doen en het was ook niet meer zo warm en lekker in seniorentempo omhoog.

Maandag 11 juli

Vandaag Prachtige rit in de buurt van Allegre gemaakt van 106 km met ongeveer 2000 hm. De eerste klim was gelijk 10 km lang met ongeveer 6%. De uitzichten zijn helemaal geweldig en de wegen goed en met name in de afdalingen hebben we ons lekker laten gaan. Doordat we ongeveer even snel dalen is het ook leuk om elkaar af en toe de loef af te steken in de bochten. We hebben het tijdens de beklimmingen over het algemeen rustig aan gedaan om het de hele week goed vol te kunnen houden. Voor Wibo was het ook een trainingsweek voor de Tour for Life, waar hij eind augustus aan meedoet. In alle routes zaten culinaire stops om de innerlijke mens goed te kunnen verzorgen.

Dinsdag 12 juli

We hadden eigenlijk een kortere route gepland om de benen een beetje te sparen maar we voelden ons goed en het was heerlijk weer en dus de verkorting uit de route gehaald waardoor het er toch nog 90 werden. Aangezien wij in Allegre op 1000 meter zitten en alles daarvandaan flink naar beneden gaat is het elke dag een feest van lange afdalingen en dito beklimmingen.

We hebben in een kerkje in Craponne 2 kaarsen opgestoken voor een behouden terugkomst en voor de mensheid in het algemeen. Dat is Bert zijn katholieke bagage laten we maar zeggen maar het is wel goed om je even te bezinnen over in wat voor



WEEK VAN HET HOSPICE



19 T/M 24 SEPTEMBER ■ KROMME RIJNSTREEK

Lions Club Houten, Rotary Club Houten Castellum en Rotary Club Houten organiseren de 'Week van het Hospice'. Een week vol activiteiten ter ondersteuning van het Hospice Kromme Rijnstreek.

MAANDAG 19 SEPTEMBER AANVANG 20:00 UUR
éénmalig optreden van het World Photo Concert.
Leden van deze groep maakten deel uit van Flairck.
Maak met foto's en muziek een wereldreis door onze
tijd. **Kaarten à 27,50** Kaartverkoop: www.theateraandeslinger.nl
of aan de kassa, Het Kant 2 en **Boekhandel Wijs**, Spoorhaag 144

WOENSDAG 21 SEPTEMBER AANVANG 19:30 UUR
Zes koren uit de regio in de Opstandingskerk.
De koren zijn zeer divers; een afwisselende en sfeer-
volle avond. **Kaarten à 12,50 incl.consumptie.**
Kaartverkoop: **Boekhandel Wijs**, Spoorhaag 144 en **The Read Shop**, Plein 11

ZATERDAG 24 SEPTEMBER START TUSSEN 14:00-15:00 UUR
wielertocht 'Ride for the Hospice' De tocht wordt
georganiseerd samen met Wielertoerclub Houten '80.
Gezinstoer van 25 km, Gevorderden 40 km,
Mensen met smalle bandjes 70 km. **5,00 p.pers.**
en 15,00 per gezin ongeacht aantal deelnemers.
Voor bedrijven of verenigingen die meerijden, is het
mogelijk om de Ride zichtbaar te sponsoren.
Kaartverkoop: **Banierhuis**, Vlierweg 1 en **VVV Houten**, Onderdoor 82

Voor meer informatie over de Week van het Hospice,
'Ride for the Hospice' vertrektijden en startplaats, volg ons op
www.weekvanhethospice.nl en natuurlijk in de lokale media.
Entreebewijzen à contant.





bevoorrechte positie wij ons bevinden. Op het laagste punt in de route hebben we een stukje langs de Loire gereden. Iets verderop klommen we omhoog langs de Arzon en dat water lokte zo dat Bert er perse in wilde badderen. Het was een prachtig stroompje en goed bereikbaar dus fietspak uit en in de badkuip der goden. Dat is pas vakantie. Na dit verkoelende bad ging Thiery er in de klim als de brandweer vandoor en op de een of ander manier rijdt hij de tweede helft van de rit altijd sneller dan de eerste. Superdag vandaag met prachtige vergezichten en weer ruim 1500 hm.

Woensdag 13 juli

Vandaag was als rustdag en transferdag met de auto naar Aurillac gepland. Het kwam voor Bert wel goed uit want door de inspanningen van de dagen ervoor en mogelijk de straffe koffie van Wibos bij het ontbijt was hij een beetje slapjes. We hebben echt mazzel met het weer want juist vandaag regende het de hele dag hard. Van Allegre naar Aurillac was het te ver om donderdag op tijd bij de start te zijn van de Antonin Magne dus hadden we de week ervoor al een hotel geboekt in de buurt van de start. We konden s'middags al de startpapieren en de transponders ophalen. Na een heerlijk 4 gangendiner op tijd het mandje in want de start was al om 8.15 uur.

Donderdag de 14 e juli. Cyclo Antonin Magne

Deze tocht is genoemd naar Antonin Magne die in 1931 de Tour heeft gewonnen en in 1936 tweede werd. We waren ruim op tijd bij de start. Er reden al de hele tijd mensen zenuwachtig heen en weer en wat wij niet zo goed hadden meegekregen met ons gebrekkige Frans was dat dit toch meer een wedstrijd was in plaats van een toertocht. Wij deden als enige Nederlanders met ongeveer 160 deelnemers de langste afstand van 139 km met 2200 hm en ongeveer 750 renners deden 107 km met 1700 hm. We hadden daarna het gevoel dat het er veel meer waren. Na de start stormde iedereen ons voorbij en Bert maar denken dat we er nog wel een hoop zouden inhalen in de klim van de Col de Peyrol of te wel Puy Mary. Dat bleek wel een misvatting want heel snel was er niemand meer voor ons en ook niet meer achter ons te zien. Het was een prachtige tocht met om



de ongeveer 30 km prima eten en drinken en veel veiligheidsvoorzieningen langs de route. Wij hebben bij de afdaling van de Col de Peyrol de plek gezien waar Vino de bocht uitvloog. Op het wegdek hadden ze "Vino out" gekalkt. Het was inderdaad wel een linke bocht maar wij gingen natuurlijk niet zo hard als hij.

We hebben beiden de tocht goed uitgereden voor ons doen en waren even sterk. Ons gemiddelde was met stops meegerekend 21,6 km/uur dat ook op ons diploma staat. De snelsten hadden een gemiddelde van 33 km per uur en waren ongeveer twee uur eerder binnen, ha ha . . . Uiteindelijk waren we niet de laatsten want er kwamen nog vijf mensen na



Wielertoerclub Houten '80

ons binnen. De meeste deelnemers waren echte wedstrijrijders van een veel eerder bouwjaar dan wij, hoorden we later. Het was een fantastische dag alleen was het door de harde wind flink koud in de afdalingen. We werden nog door iemand van de organisatie met de auto naar het rennersrestaurant gereden omdat we aan de late kant waren. Daar kregen we nog een prima drie gangendiner en dat ging er wel in. Daarna naar de auto en weer teruggedreden naar Allegre. Voor de snellere fietsers onder ons is deze tocht een aanrader hoor. Prima georganiseerd en wordt jaarlijks in Aurillac gehouden.

Vrijdag 15 juli

Vandaag was eigenlijk als rustdag gepland na de Antonin Magne. We hebben eerst het huis goed schoongemaakt en daarna een buitencategorie kwaliteit Malt Whisky voor de zwager van Wibo gekocht. Daarna toch weer de fietsen gepakt voor een korte rit want de benen waren nog goed en weer genoten van de omgeving en het mooie weer.

Naar plaatsje Paul Haquet afgedaald over ruim 20 km. Superstrakke afdaling over smalle goede weggetjes. Na een verkwikkende pauze op een terras weer het hele stuk omhoog. Ongeveer 5 km van ons huis ligt een meertje en daar zijn we even wezen kijken. Wellicht iets voor morgen na onze "koninginnenrit". Moe en voldaan weer terug in Allegre. Wibo bakte pannenkoeken en flink wat gebunkerd voor morgen. Iedere avond is ook gevuld met fietsen. We hebben satelliet ontvangst en na Tour du Jour ook naar de avondetappe kijken wat we het leukste programma vinden. Dali Da halen we wederom niet want de oogleden zijn zwaar.

Zaterdag 16 juli

De vraag was wat het weer zou doen want de berichtgeving was niet eenduidig. Toch weer mazzel gehad want het bleef droog en prima temperatuur. Eerst met de auto 85 km naar het oosten naar Saint Agreve. De uitgezette route was 105 km met vijf cols. Lalovesca was de eerste stop. Een prachtig plaatsje met een indrukwekkend uitzicht over de regio. We reden daarna in een soort ansichtkaart in een hele lange geleidelijke afdaling naar beneden. Tweede pauze in Cheylard en daar goed wat gegeten voor de verdere beklimmingen. We kwamen regelmatig bordjes tegen dat we de Ardeche in en weer uitreden en we hadden niet gedacht dat we daar zouden komen. Het is daar wel gelijk een stuk drukker dan in Allegre. Op alle cols staan om de kilometer bordjes van hoe steil het is en hoe lang naar de top en dat is wel handig. Toen we bijna weer in Saint Agreve waren beseften we dat er een eind was gekomen aan onze fietsweek. Met onze 6 fietsdagen 570 km en ongeveer 8000 hm hebben we aardig huisgehouden op onze Italiaanse karretjes.



We waren ongeveer even sterk en dat maakt het natuurlijk wel extra leuk.

We moesten ons daarna nog haasten naar het middeleeuwse banket van het Fetes Medieval in Allegre waar we ons voor hadden ingeschreven. Veel dorpingen hadden middeleeuwse kleding aan en er waren allerlei kraampjes met producten zoals die in die tijd werden gemaakt. Je waant je in een andere wereld en beseft hoe rijk wij het nu hebben. Maar wel grappig om iemand in middeleeuws kostuum met een GSM te zien bellen.

Salutations amicales
Wibo van Run en Bert Thiery



Start Looptraining

Ook dit jaar is er weer gedurende de herfst en winter looptraining op de dinsdagavond. Op dinsdag 20 september om 20:00 uur is de eerste training vanaf het clubhuis. Het hardlopen is een uitstekende manier om gedurende de winter lekker buiten, je conditie bij te houden en het kost maar weinig tijd. Afgelopen winter hebben we gemerkt dat de belangstelling om een uurtje te lopen nog steeds toeneemt. Er is een leuke mix van jong en oud, dus trek je sportschoenen aan en kom ook!

De training ziet er als volgt uit;
De eerst tien minuten wordt er rustig ingelopen om de spieren op te warmen, daarna rekken en strekken en een intervalloop.
Met de geoefende lopers wordt vervolgens een duurloop van ongeveer een half uur gelopen. De sporters die nog niet zoveel kilometers in de benen hebben gaan terug naar het clubhuis.
Het tempo van de hele groep is zodanig dat iedereen kan meekomen.
Na afloop is er gelegenheid om het vochttekort aan te vullen in ons clubhuis.
Graag wil ik iedereen uitnodigen om het eens te proberen!

Remy Thijssen

Vanaf 20 september
Iedere Dinsdagavond Looptraining
20:00 tot 21:00 uur





Toeragenda 2011 (t/m november)

Kijk altijd voor de juiste vertrektijden en toerleiders op de website: www.wtchouten.nl

datum	uur	soort rit	beschrijving / toerleiders
za 17 en zo 18-sep	08:00	Diversen	Mergelheuvelland 2daagse (voorinschrijving) St. Geertruid ATB +race: Peter Broere
zo 18-sep	08:30	Toerrit A-, B- en C-groep Mockingrit	A 100km: Ad Nieuwenhuizen B1 90km: Cor de Boer B2: Michael Pullens C 90km: Peter Maarleveld
di 20-sep	20:00	Looptraining	Looptraining op dinsdagavond: o.l.v. Remy Thijssen
wo 21-sep	10:00	ochtend koffierit	woensdag koffierit 75 km
za 24-sep	14:00	Diversen Week v/h Hospice	Rit ihkv de week v/h Hospice: 25/40/70km Coördinatie: Michael Baken / Ton Mulders
zo 25-sep	09:00	Toerrit A-, B- en C-groep Herfstrit	A/B1 75 km: Frank van Ierland en Piet de Boer C 50km: Jon Nellestijn
di 27-sep	10:00	Winterrit race B/C	zondag winterrit 55km: Piet Moolhuijsen
	20:00	Looptraining	Looptraining op dinsdagavond: Remy Thijssen
wo 28-sep	10:00	ochtend koffierit	woensdag koffierit 75 km
zo 02-okt	08:30	MTB-rit 2 groepen	MTB Kozakkenputtocht Leusden 35/45km Peter Broere
	09:30	Toerrit B groep	Winterrit 70km toerleider nader te bepalen
	10:00	Winterrit race B/C	zondag winterrit 55km: Piet Moolhuijsen
di 04-okt	20:00	Looptraining	Looptraining op dinsdagavond: Remy Thijssen
wo 05-okt	10:00	ochtend koffierit	woensdag koffierit 75km
zo 09-okt	08:30	MTB-rit 2 groepen	MTB eigen route Leersum 35/45km Geurt Breukink
	08:30	MTB-rit 2 groepen	MTB Opstapclinic Leersum zo'n 20 km Peter Broere
	09:30	Toerrit B groep	Winterrit 70km toerleider nader te bepalen
	10:00	Winterrit race B/C	zondag winterrit 55km: Piet Moolhuijsen
di 11-okt	20:00	Looptraining	Looptraining op dinsdagavond: Remy Thijssen
wo 12-okt	10:00	ochtend koffierit	woensdag koffierit 75km
zo 16-okt	08:30	MTB-rit 2 groepen	MTB eigen route 35/45km Harry van Wijk
zo 16-okt	09:30	Toerrit B groep	Winterrit 70km toerleider nader te bepalen
zo 16-okt	10:00	Winterrit race B/C	zondag winterrit 55km: Piet Moolhuijsen
di 18-okt	20:00	Looptraining	Looptraining op dinsdagavond: Remy Thijssen
wo 19-okt	10:00	ochtend koffierit	woensdag koffierit 75km
zo 23-okt	08:30	MTB-rit 2 groepen	MTB eigen route 35/45km Jacco Goes
	09:30	Toerrit B groep	Winterrit 70km toerleider nader te bepalen
	10:00	Winterrit race B/C	zondag winterrit 55km: Piet Moolhuijsen
di 25-okt	20:00	Looptraining	Looptraining op dinsdagavond: Remy Thijssen
wo 26-okt	10:00	ochtend koffierit	woensdag koffierit 75km
zo 30-okt	08:30	MTB-rit 2 groepen	AXA veldtoertocht Veenendaal 30/45km Peter Broere
	09:30	Toerrit B groep	Winterrit 70km toerleider nader te bepalen
	10:00	Winterrit race B/C	zondag winterrit 55km: Piet Moolhuijsen
di 01-nov	20:00	Looptraining	Looptraining op dinsdagavond: Remy Thijssen



datum	uur	soort rit	beschrijving / toerleiders
wo 02-nov	10:00	ochtend koffierit	woensdag koffierit 75km
zo 06-nov	08:30	MTB-rit 2 groepen	MTB eigen route 35/45km Geurt Breukink
	09:30	Toerrit B groep	Winterrit 70km toerleiders nader te bepalen
	10:00	Winterrit race B/C	zondag winterrit 55km: Piet Moolhuijsen
di 08-nov	20:00	Looptraining	Looptraining op dinsdagavond: Remy Thijssen
wo 09-nov	10:00	ochtend koffierit	woensdag koffierit 75km
zo 13-nov	08:30	MTB-rit 2 groepen	MTB eigen route 35/45km Harry van Wijk
	09:30	Toerrit B groep	Winterrit 70km toerleiders nader te bepalen
	10:00	Winterrit race B/C	zondag winterrit 55km: Piet Moolhuijsen
di 15-nov	20:00	Looptraining	Looptraining op dinsdagavond: Remy Thijssen
wo 16-nov	10:00	ochtend koffierit	woensdag koffierit 75km
zo 20-nov	08:30	MTB-rit 2 groepen	MTB eigen route 35/45km Jacco Goes
	09:30	Toerrit B groep	Winterrit 70km toerleiders nader te bepalen
	10:00	Winterrit race B/C	zondag winterrit 55km: Piet Moolhuijsen
di 22-nov	20:00	Looptraining	Looptraining op dinsdagavond: Remy Thijssen
wo 23-nov	10:00	ochtend koffierit	woensdag koffierit 75km
zo 27-nov	08:30	MTB-rit 2 groepen	MTB St. Nicolaastocht Stroe 30/45km Geurt Breukink
	09:30	Toerrit B groep	Winterrit 70km toerleiders nader te bepalen
	10:00	Winterrit race B/C	zondag winterrit 55km: Piet Moolhuijsen

Activiteiten Recreanten 2011

Wij vertrekken vanaf het clubhuis op de genoemde tijden (m.u.v. clubweekend en midweek). Bij een dagtocht is het mogelijk een korte middagrit te rijden.

Bij middagritten kan een korte (25/30 km) en een langere afstand (35/40) worden gefietst. 1 x per maand een zondagochtendrit (30 km).

Voor alle ritten doen wij een beroep op voorrijders. In de hal hangt een schema waarop dit kan worden vermeld.

dag	datum	no rit	vertrek	bijzonderheden
vrijdag	16-sep	41	10.00 uur	5 ^e dagrit
vrijdag	23-sep	42	13.00 uur	
zondag	25-sep	43	10.00 uur	herfstrit
vrijdag	30-sep	44	13.00 uur	
vrijdag	7-okt	45	13.00 uur	
vrijdag	14-okt	46	10.00 uur	6 ^e dagrit
vrijdag	21-okt	47	13.00 uur	
vrijdag	28-okt	48	13.00 uur	sluitingsrit, 1 groep met nazit

11 november 1^e winterbijeenkomst
9 december 2^e winterbijeenkomst



Spinning in het winterseizoen

De R zit weer in de maand en dat betekent dat veel WTC-ers plannen maken over hoe ze straks net zo fit de winter weer uit komen als dat ze er in gingen.

Spinning is daarvoor een uitstekende optie.

Zoals gebruikelijk zijn er weer twee aanbiedingen van onze hofleveranciers. Eén van onze shirtsponsor Piazza Sports en één van Body Business.

Spinning bij Piazza Sports

- Eén keer per week spinnen kost € 150 voor 26 lessen, ingaande 26 september 2011. Gemiste lessen kunnen tot 1 april 2012 worden ingehaald. Onbeperkt spinnen kost € 225 voor de periode 26 september 2011 tot 1 april 2012. Deze prijzen zijn ongewijzigd ten opzichte van vorig jaar.
- De arrangementen zijn inclusief het gebruik van sauna, het Turkse stoombad en de infraroodcabine.
- Aanmelden doe je via de WTC-website bij "Inschrijving ritten". Vermeld daar of je één keer per week of onbeperkt wilt spinnen.
- Vervolgens dien je het geheel vooraf te betalen aan de balie van Piazza Sports, uiterlijk op 6 oktober 2011.
- De WTC-ers die voor het eerst bij Piazza komen krijgen 50% korting op het eenmalige inschrijfgeld van € 25 en betalen daar dus € 12,50 voor. Voor het pasje moet wel gewoon € 10 borg worden betaald.
- Op de donderdagavond staat Robin weer geprogrammeerd met een les gericht op de serieuze én gezellige fietser. Maar ook bij de andere instructeurs, die velen van jullie al goed kennen, is het heerlijk spinnen, op diverse niveaus.
- Houdt voor het lesrooster de website van Piazza Sports in de gaten.

Spinning bij Body Business

- Winterabonnement voor een half jaar van eind september 2011 t/m eind maart 2012. Je kiest zelf de startdatum en de einddatum die het beste uitkomt.
- Eén keer per week spinnen kost € 130,00.
- Onbeperkt spinnen kost € 193,05.
- Onbeperkt alle sporten kost € 237,60.
- De arrangementen zijn inclusief het gebruik van sauna en stoombad.
- Nieuwe leden betalen geen inschrijfgeld.
- Aanmelden en betalen doe je bij de balie van Body Business.
- Voor het seizoen 2011-2012 kun je kiezen uit 26 spinning lessen per week. Er worden geen speciale WTC uren ingepland.
- Kijk voor het lesrooster op de website van Body Business.

Jeroen Piket en Piet de Boer.



Winterfietsen B-groep

Van verschillende leden hebben we het afgelopen seizoen gehoord dat er behoefte is aan een wintergroep op B-niveau. Dat wil zeggen een groep die zal fietsen met een gemiddelde van 30 km per uur. De toercommissie steunt dit idee / initiatief en denkt dat het past in de behoefte van de club. We stellen voor om om 09.30 uur te starten en afhankelijk van het weer zo'n 2,5 tot 3,5 uur te fietsen. Het is de bedoeling op de racefiets te rijden. Maar indien de weersomstandigheden slecht zijn, denk aan afgelopen winter waarin sneeuw en ijs fietsen onmogelijk maakte, of met een nat wegdek, kan worden uitgeweken naar de mountainbike. We zullen dan niet zoals de mountainbikegroep gaan MTB'en maar de (halfverharde) bosfietspaden volgen. De snelheid zal dan wellicht iets lager liggen. Dit alles natuurlijk met de bedoeling om de conditie op peil te houden en lekker buiten te zijn.

Vooralsnog zal niet met toerleiders worden gewerkt maar zal de groep ter plekke besluiten welke route zal worden gereden. Bij mindere weersomstandigheden even op de ledenpagina kijken wat we doen.

Namens de toercommissie Jan van Veldhuizen

Even iets rechtzetten...

In het clubblad van juni heb ik het stukje geschreven "compact of triple".

Mijn betoog was dat een Shimano Dura-Ace compact 50/34 crankset in combinatie met een SRAM 11-32 cassette de gouden combinatie zou zijn voor de bergen.

Voordat ik de onderdelen ging gebruiken, heb ik afgestemd met Gerrit Plieger of dit technisch lekker zou lopen. Gerrit had zijn bedenkingen: de Shimano specificaties voor de 7900 achterderailleur gaan tot max 28 tanden en een mix van merken in het aandrijfsysteem is nooit goed.

Toch hebben we op de bok in Meerkerk het geheel getest en het werkte prima.

Voor de vakantie de SRAM 11-32 cassette gemonteerd, de Dura-Ace crankset en ketting bleven op hun plek. Het spul is naar volle tevredenheid gebruikt met onder meer Mont-Ventoux en Col de la Bonnette.

Na thuiskomst de Shimano cassette weer gemonteerd en toen was het even schrikken tijdens het rondje testrijden: met een stevige knal brak de ketting en de pat waar de achterderailleur op zit.

Bij Plieger is er een nieuwe ketting en een nieuwe pat opgezet, de derailleur was niet beschadigd.

Als oorzaak van de gebroken ketting vermoeden we dat de vertanding van de SRAM kranen niet goed past op een Shimano ketting, waardoor de ketting veel sneller slijt. Bij gebruik van een SRAM cassette is het dus beter om een bijpassende SRAM ketting om te leggen.

Moraal van het verhaal: monteer geen onderdelen van verschillende merken in het loopwerk van je fiets en luister naar het oordeel van de deskundige specialist.

Piet de Boer.



Fysiotherapiepraktijk De Molen

Heeft u een sportblessure? Dan kunt u als lid van WTC Houten '80 binnen 1 werkdag bij ons terecht voor een screening.

Kijk voor meer informatie op:
www.fysiodemolen.nl

of mail/bel voor een afspraak:

030-637 82 83
info@fysiodemolen.nl



Winterprogramma ATB

Vanaf oktober tot en met maart wordt er iedere zondag op de ATB gefietst. Offroad. In het programma zijn tochten vanuit het clubhuis opgenomen en tochten die door andere verenigingen worden georganiseerd. Voor ieder wat wils.

Voor tochten bij andere verenigingen is het vertrek vanuit het clubhuis per auto, zodat we met elkaar mee kunnen rijden. Een klein inschrijfbedrag voor de organisatie is normaal. Mooi is dat deze tochten zijn uitgerust (lekker doorrijden), vergund (legaal) en meestal zijn er goede verzorgingsposten onderweg. En je komt nog eens ergens anders. Schrijf je voor deze ritten in via de website, zodat bekend is wie er meegaat.

Bij de tochten die per fiets vanuit het clubhuis of vanuit Leersum vertrekken bepaalt de toerleider de route. Verder zijn tochten opgenomen op vaste routes elders: Arnhem en Groesbeek.

In het programma is 1 toerleider aangegeven. Bij voldoende animo wordt er gereden in twee groepen (A en B niveau) en wordt ter plaatse een tweede toerleider aangesteld.

Bij alle ritten letten we goed op elkaar, zodat het motto: "samen uit samen thuis" ook bij het ATB-en zeker geldt: we rijden elkaar er niet af, maar hebben wel veel fietsplezier. Het moet tenslotte wel leuk blijven!

Vertrektijd is standaard 08:30 uur, zodat we op tijd weer thuis kunnen zijn.

ATB opstapclinic

Soms is er veel twijfel over het ATB-en: kan ik het wel?; zou ik het wel leuk vinden? En meer van dat soort vragen. Anderen, meer ervaren rijders, zouden wel eens wat meer aan hun techniek willen schaven of wat tips van anderen krijgen.

Welnu. Om antwoorden te vinden moet je het maar eens proberen! Daarom is in de kalender op 9 oktober een 'opstapclinic' opgenomen. Gericht op beginners, maar ook voor meer ervaren rijders erg leuk en nuttig gebleken.

De opstapclinic zal worden gegeven door Peter Broere, Paul van Lijden en Rick van de Kuil. In deze ochtend gaat het niet om de kilometers, maar worden verschillende locaties in het bos bij Leersum opgezocht om wat te proberen: bochten, klimmen, afdalen, over een balkje, remmen en dat soort dingen.

Mocht iemand geen eigen ATB hebben: in Leersum zijn goede fietsen te huur en mogelijk kan je iets lenen.

Schrijf je in via de website.



Fietstocht voor het hospice

Op zaterdag 24 september is er een fietstocht in het kader van de week van het hospice. De fietstocht wordt georganiseerd door WTC Houten samen met een aantal serviceclubs. Er zijn drie afstanden: 20, 40 en 70 km. De kortste afstand is bedoeld als gezinstocht. De 40 km is voor volwassenen op een normale fiets en de 70 km is gericht op racefietsers. De start is tussen 14.00 en 15.00 uur.

De tocht is voor een goed doel, namelijk de ondersteuning van het hospice, dat in belangrijke mate draait op de inzet van vele vrijwilligers. Het hospice is een plek waar mensen die ziek zijn de laatste weken van hun leven kunnen doorbrengen als dat thuis niet kan. Het hospice van Houten ligt vlak bij ons clubgebouw.

De bijdrage is € 5,- Een gering bedrag en je krijgt er van alles voor zoals een mooie route, consumpties onderweg en na afloop een drankje in ons clubhuis.

En nu nog zorgen dat er heel veel mensen aan meedoen. Jullie zijn van harte uitgenodigd om zelf mee te doen, maar vooral ook om te zorgen dat jullie familie, vrienden, collega's, burens, etc mee gaan doen. In september zal er de nodige publiciteit rond de tocht worden gegenereerd. Via de site horen jullie hier nog meer over.





Geef de Pen door

Ik heb de pen doorgekregen van Johan Mulders. Bedankt.

Ik zal me even voorstellen: mijn naam is Betty de Coo, geboren op 9 juli 1934 in Mensingeweer (vlak bij Pieterburen).

De oudste van 6 kinderen, 4 meisjes en 2 jongens. Zelf ben ik moeder van een zoon en een dochter en oma van 3 kleinkinderen.



In 1966 ben ik getrouwd met Jan de Coo uit Utrecht en gingen we in Alkmaar wonen, omdat mijn man Jan daar een baan als banketbakker kreeg met een woning. Daar hebben we 21 jaar gewoond. Daarna hebben we 2½ jaar in Doetinchem gewoond en in 1990 zijn we in Houten komen wonen. Toen Jan, mijn man, gepensioneerd was is hij bij de fietsclub gegaan. Daar heeft hij tot zijn dood in 2003 met veel plezier gefietst en ook veel ritten voorbereiden.

In 2004 ben ik zelf bij de fietsclub gegaan, want alleen fietsen (wat ik 1 jaar heb gedaan) is niet veel aan. Het is een gezellige club met fijne mensen, waar je in voor- en tegenspoed veel steun aan hebt.

Ik geef de pen door aan Cathy van Putten.

Betty de Coo



Recreanten verslagen

Inleiding

De zomermaanden zijn weer achter de rug. Hoewel het weer niet altijd even goed was, hebben we toch elke vrijdagmiddag kunnen fietsen. Een van de maandelijkse zondagochtendritten kon helaas vanwege de regen niet door gaan. De opkomst is steeds hoog, zodat we rekenen op een hoog gemiddelde. Het is fijn dat er diverse voorfietsers zijn die een lange route willen voor rijden, zodat er elke vrijdag weer een verrassende tocht is uitgezet. Ook de korte route kan zich verheugen op een behoorlijk aantal deelnemers, zodat ook dat altijd een gezellige rit wordt. In onderstaande verslagen kunnen jullie verdere bijzonderheden van de diverse ritten lezen. Iedereen die een bijdrage heeft geleverd hartelijk bedankt.

Afgelopen weekend hebben we ons gezamenlijk weekend met de toerrijders gehouden in Landal Park Port Greve in Brouwershaven. Het was weer heel gezellig, maar op verdere bijzonderheden komen we graag in het volgend clubblad terug.

Nog veel gezellige ritten in de september en oktober.

Elly

Vrijdagmiddag 1 juli

Het weer: zwaar bewolkt met onderweg een korte regenbui, winderig en vrij fris voor de tijd van het jaar. Totaal fietsten 31 recreanten mee deze middag. 19 van hen fietsten de korte route o.l.v. Jan Goes, via Schalkwijk naar 't Goy (dus 2 x de brug over) en een koffiestop bij de Theetuin op de Nachtdijk. Via Cothen weer terug naar Houten.

De lange route ging naar Soesterberg met totaal 22 fietsers (19 vrouwen en 3 mannen) via de Binnenweg, Houtens bos, Vechten en Rhijnauwen, naar de Bisschopsweg voor onze 1^e tussenstop. Wij stonden hier net toen het begon te regenen. Wij schuilden hier onder de bomen en vertrokken een kwartier later, toen het weer droog was. Wij vervolgden onze weg via de wijk Vollenhove, Dijnselburgerlaan, Oude Woudenbergse Zandweg en Verlengde Slotlaan naar Vliegveld Soesterberg voor onze koffie- en sanitaire stop. Na 35 minuten vertrokken we voor de terugrit. We gingen terug via het bos richting Austerlitz, Driebergen en Odijk. Het laatste stuk was via de Houtenseweg en Kruisweg. Met 40 kilometer op de teller kwamen we tegen vijven weer terug bij het clubhuis.

Arie.

Vrijdagmiddag 15 juli

Het had twee dagen achter elkaar geregend maar vrijdag, de dag dat wij fietsen, stond de zon hoog aan de hemel, met ruim 20 graden en een mooie blauwe lucht gingen wij op pad. Ondanks het feit dat er een aantal zeer trouwe fietsers een weekje met de KBO uit waren, kwamen er toch 39 recreanten naar het clubhuis. Riet en Elly fietsen met 10 recreanten de korte route via Werkhoven, Odijk, Bunnik en Rhijnauwen naar het clubhuis. An en Janny vertrokken met 29 personen voor de lange tocht. Deze keer wilden we een iets andere route en dat lukte. We gingen via Houten zuid over de Schalkwijkse brug naar de Pothuizerweg daar hadden wij onze eerste stop. We werden door Joop en Stien getrakteerd op blauwe pruimen (wat waren die lekker). We gingen verder over de pont richting Everdingen maar onder de tunnel door kozen wij ervoor om linksaf te slaan om uit te komen op de Pijsseseweg en zo doorfietsend naar het nieuwe winkelcentrum van Culemborg voor onze koffiestop. Het was een restaurant van "BON VIE" waar verstandelijke gehandicapten ons bedienden. Het was een groot en mooi restaurant waar we erg welkom waren. Vandaar gingen we slingerend door binnenwegen van Hagenstein



tot we aan kwamen in Vianen om daar weer met de pont over te varen en uit kwamen in Vreeswijk bij de ijsalon waar we maar niet zo voorbij konden komen. Wie zin had in een ijsje kon zich daar te goed aan doen. Ondertussen was het 16.30 uur en gingen we met een paar tussenstops via het Elpad weer op huis aan. Iedereen was tevreden en voldaan over deze mooie zonnige middag. Floor en

Janny dank je wel.

Janny en An.

Vrijdagmiddag 22 juli

Deze middag stonden er totaal 45 recreanten klaar om te fietsen. 32 hiervan gingen met ons (Gerda en Gerry) mee fietsen richting Marnemoende in IJsselstein. In Nieuwegein gingen we rond het Fort en daarna via Nedereindse Plas naar IJsselstein, via de Noord IJsseldijk naar Marnemoende om daar een kopje, thee, koffie of iets fris te drinken.

We hadden gehoopt ons drankje op het terras te kunnen drinken, maar Marnemoende vond het weer niet mooi genoeg om het terras beneden open te gooien. We werden in een heel klein kamertje geperst. Het leek wel een kippenhok met kakelende kippen. Het drankje smaakte overigens prima en de bediening was ook goed.

Daarna terug naar IJsselstein via de Zuid IJsseldijk en langs het Jaagpad (wat altijd mooi blijft) richting Nieuwegein. In Nieuwegein via een sluiproute (was men erg verrast over) weer terug naar ons clubhuis, waar we, zoals gewoonlijk, even een afzakkertje hebben genomen. Het weer was ons gunstig gestemd en we hadden weer 40 km op de teller. Het was weer een prachtige middag.

Gerda en Gerry

13 fietsers gingen met Riet en Elly mee naar Cothen voor koffie/thee of iets fris (met een klein ijsje, zelfs bij het bier).

Zondag 24 juli was de zondagochtendrit gepland. Helaas was deze keer het weer erg slecht. Veel regen en wind. Besloten werd dan ook om deze tocht af te gelasten. De 8 recreanten die naar het clubhuis waren gekomen dronken daar nog even gezellig een kopje koffie.

Vrijdagmiddag 29 juli

Totaal 39 recreanten, waarvan 14 mee fietsten met Jan voor de korte route. Zij gingen naar Hoenderdaal in Driebergen.

De lange route ging door Culemborgs achterland. Het weer: licht bewolkt, winderig en vrij fris voor de tijd van het jaar. Heen wind mee, terug wind tegen. Wij gingen met totaal 25 fietsers (19 vrouwen en 6 mannen) via Hollandsspoor richting Schalkwijk. Daarna via Tetwijkseweg, Groeneweg en Lekdijk naar het Culemborgse veer.

Op de Lekdijk net na 10 km was onze eerste tussenstop. In Culemborg via Parallelweg-



Oost langs het spoor richting Tricht. Op 3km van Tricht linksaf via de Hennesdijk (waar we onze 2^e tussenstop hadden bij het paard van Troje) Via de Bosjes richting Beusichem. Onderweg zagen we nog een boerderij met meer dan duizend scharrelkippen buiten lopen, aanleg recreatieplas, bos en een weids landschap. Zelfs Bart zei: "er zijn wegen waar ik nog nooit heb gefietst". In Beusichem zijn we nog heel even gestopt bij een boomgaard om nieuwe appels, peren, pruimen, bramen of sap te kopen. Onze koffiestop was pas om half vier bij het Veerhuis in Beusichem. Iets over vieren zijn we via de pont en 't Goy naar ons clubhuis gefietst. Hier kwamen we tegen vijven aan met bijna 40 km op de teller.

Arie.

Vrijdagmiddag 5 augustus: de jaarlijkse barbecue met een record opkomst!



heerlijke barbecue klaar stond voor elk wat wils. Wij vonden het een hele fijne middag en zeer geslaagd.

Truus en Ria

's Ochtends had een groepje recreanten al voorbereidingen getroffen voor de barbecue. Salades klaar gemaakt, de tent opgezet enz. 's Middags had de slager het vlees enz. en de pannen om te bakken gebracht en na het inschenken van een drankje ging het "buffet" open. Gelukkig was het prima weer en konden we ook lekker buiten zitten. Het was een gezellige middag die rond 19.00 uur werd afgesloten. Iedereen die heeft meegeholpen om deze middag tot een succes te maken: heel hartelijk bedankt.

Elly

Dagtocht vrijdag 12 augustus:

Gezeten aan "el Lago di Bolsena" 36°, schrijf ik dit verslagje over deze dagfietstocht: 27 recreanten waren aanwezig en bezig met opstellen, begint het te miezeren (niet de eerste keer deze dag en zeker niet de laatste keer!!) De Lage Landen Tocht gaat beginnen. Al snel blijkt dat het erg prettig is dat Houten zoveel fietstunneltjes heeft!

1e tunnel : regenkleding aan.

2e tunnel : schuilen voor de steeds heviger wordende regen.



3e tunnel : worden er nog 19 recreanten geteld.

Via de weg langs het Amsterdams-Rijnkanaal naar Nieuwegein. Daar via een prachtig aangelegd park cq fietsgebied naar Lopikerkapel. Bij restaurant "De Roode Leeuw" koffie drinken op een zonnig terras, wanneer we verder willen fietsen begint het weer te regenen en dit keer zo stevig, dat we besluiten (met toestemming van de uitbater) onze broodjes te eten. Wanneer we hierna op de fiets stappen, schijnt de zon en blijft schijnen (heerlijk). Via een heerlijk rustig en prachtig gelegen fietspad, fietsen we verder door Lopikerkapel, Uitweg en Jaarsveld naar de Lekdijk. Vlak voor Lopik steken we met het fietsveer over naar Ameide. Langs de Lekdijk richting Lexmond, prachtig, op zo'n moment wil ik zingen: "ik hou van Holland".

In Lexmond bij restaurant "De Drie Snoeken" koffie/thee met overheerlijke appeltaart / kersenvlaai genoten onder het mom: we fietsen die extra calorieën er straks wel weer af! Over de Lekdijk langs Vianen waar het fietsveer ons weer terug bracht naar (onze) kant van de Lek. Via Vreeswijk rond het Fort en in Houten rond Kasteel Heemstede, terug naar het clubgebouw, waar we welkom werden geheten door enkele fietsmaatjes die de middagtocht gereden hadden.

Het was een mooie en gezellige dag. Deze route werd door Gerry Bijsterbosch, An Koot en ondergetekende voorgereden, het was voor mij de 1e keer en dankzij beide dames: wat mij betreft voor herhaling vatbaar.

Grazie signoras !! Ciao e Arrivederci

Cathy van Putten

's Middags was het weer aanmerkelijk verbeterd en kwamen 16 recreanten naar het clubhuis (waaronder een 4-tal die 's ochtends waren afgehaakt). We fietsten naar Nieuwegein en dronken - buiten op het terras - koffie bij Jack's Grillhouse. Via park Oudegein terug naar Houten om onze tocht van 30 km af te sluiten met een drankje. Totaal hadden dus toch 35 recreanten deze dag mee gefietst.

Vrijdagmiddag 19 augustus

Totaal 50 fietsers aanwezig. Jan en Riek rijden de korte route voor en gaan met 22 recreanten naar Cothen.

De lange route ging met 28 fietsers naar Klein Zwitserland in Driebergen met Alie en Tanneke als voorrijders.

Vrijdagmiddag 26 Augustus

Het weer is slecht, maar er zijn toch nog 9 personen in het clubhuis en 8 willen er wel een tochtje maken. Nu dan maar een rondje Houten. Met de wind in de rug zijn we door het bos gefietst naar Mereveld en dan naar Down Onder op Laagraven, waar we koffie of iets anders hebben gebruikt. Na een gezellige pauze zijn we via de Waaiensedijk terug naar Houten gefietst, maar oh je: het gaat weer regenen, wel niet hard maar te veel om nog veel verder te gaan en wij gaan de Utrechtseweg weer terug om dan de snelste weg naar huis te nemen en zijn we niet meer naar het clubhuis gegaan. Met een kleine 20 Km op de teller was het toch wel even fijn om het gedaan te hebben.

Gerry en Riet

Zondagochtend 28 Augustus

Ook nu is het weer niet wat ze hebben gezegd en er zijn maar 10 mensen in het clubhuis ook nu willen ze wel een rondje maken. We rijden naar Werkhoven dan achter Beverweert heen naar de Broekweg 5 in Driebergen. Nu ik had geïnformeerd bij de Oude Koestel en daar konden we komen voor de koffie of thee. Ook namen de meesten er wat lekkers bij.



Na een heerlijke pauze zijn we weer richting de Langbroekse Wetering gefietst. Daar begon het weer te dreigen en natuurlijk ook echt te regenen. Na het aantrekken van de regenkleding doorgefietst. Het werd gelukkig al weer snel droog. Door naar Odijk en zo richting Houten. Op de Achterdijk ging het weer licht regenen dus bij de eerst boerderij een loods in gereden en de bui even afgewacht en ja na een korte pauze was het weer droog en door naar het clubhuis waar al enkele tourrijders zijn. We drinken gezamenlijk wat en dan is deze zondag toch ook nog wel geslaagd met kleine 25 km op de teller .

Ria en Riet

Vrijdagmiddag 2 september

Bij het clubhuis zijn om 13.00 uur 48 fietsers aanwezig.

19 recreanten gaan mee met de korte route met als voorrijders Riet en Kees. Een rondje Houten met een stop bij het Rustpunt (van Doornplein) langs het Amsterdam-Rijnkanaal. Janny en Riek vertrekken met 29 recreanten voor de lange route. De fietstocht van vandaag was gepland op vrijdagmiddag 26 augustus 2011. Vanwege het slechte weer toen afgelast. Gelukkig is het weer nu goed. We fietsen langs boerderij het Vagevuur via Odijk en station Driebergen-Zeist naar de Arnhemsebovenweg. De eerste stop doen we nadat we genoemde weg net hebben verlaten. We worden verwend. Gerry Bijsterbosch is jarig geweest en trakteert. Gerry nog van harte gefeliciteerd. Na deze pauze fietsen we verder via de bossen van Bornia/Maarnseberg/Hoog Moesbergen naar Doorn. Onderweg zien we nog kleine stukjes mooie hei. De koffiepauze doen we bij bosrestaurant Sandenburg aan de Leersumsestraatweg. Op het terras achter het restaurant is het goed toeven. Om kwart over drie beginnen we aan de terugtocht. Via Goyerdijk / Rhodensteinselaan / Langbroekerdijk / De Zuwe naar een rustplek net over de provinciale weg. De meeste recreanten drinken nog wat. We gaan verder richting Werkhoven. Via Achterdijk en opnieuw langs boerderij het Vagevuur bereiken we het clubhuis om plusminus 16.45 uur. We hebben ruim 38 kilometer op de teller staan.

Van de andere groep recreanten waren nog enkele fietsers in het clubhuis aanwezig en gezamenlijk hebben we wat gedronken.

Allen hartelijk dank voor de gezellige middag.

Janny en Riek.

De Seniorendriedaagse van 4 t/m 8 juli

Het weer was ons tijdens deze seniorendriedaagse elke dag gunstig gezind. Alleen op woensdag een bui, maar toen zaten we aan de kersen en koffie. Steeds afwisselend wolken en zon maakte het prima fietsweer en elke dag werd wel zo. We kunnen weer terug kijken op een gezellige fietsweek.

Maandag 4 juli was onze eerste seniorenrit. Het was mooi weer en we hadden er zin in.

Om 9.30 uur stond de koffie klaar voor degene die al vroeg aanwezig waren. Precies om 10.00 uur konden we vertrekken met 26 personen. Gerry en Gerda fietsten een rit voor uit het Alg. Dagblad, naar Tienhoven en Hollandse Rading. We fietsten over Mereveld naar de Koningsweg door Utrecht naar Tuincentrum Overvecht. Daar konden we op de Gageldijk onze knooppuntenroute oppikken. We fietsten over de Gageldijk langs Fort de Gagel, door Oud Maarsseveen, naar Tienhoven waar de koffie klaar stond bij Het Olde Regthuys op de Looydijk. Het werd een extra lange koffiestop omdat er een leuke band geplakt moest worden wat nogal tegen zat. Een 2^e bakkie koffie ging er daarom ook met plezier in. Toen we de route weer konden vervolgen werd er niet gekozen om over Boomhoek te gaan maar de route af te snijden door het plassegebied richting Egelschoek



daar hebben we in de berm onze lunch genuttigd waar we ruim de tijd voor hebben genomen. Weer op de fiets passeerden we links van ons Vliegveld Hilversum en gingen we over de Hilversumse Hei naar Hollandse Rading en vervolgens door Maartensdijk naar



Groenekan. Hier hadden we onze laatste koffiestop bij WokPlaza waar een hele lange tafel voor ons gereserveerd stond. Helaas hebben zij geen buitenterras dus moesten we binnen zitten, maar dat was ook gezellig. Toen naar huis langs de diverse forten o.a. Fort Blauwkapel, Fort Voordorp, door de Bilt en de Uithof langs Fort Rhijnauwen en Fort Vechten, om zo door het Houtense Bos weer naar het clubhuis te gaan. Het was een hele mooie dag maar voor ons was het een echte Maandagrit omdat we enkele knooppunten misten. Gelukkig nam

iedereen het heel sportief op want zo zeiden ze, als we moeten keren dan zien we de anderen ook weer eens, fijn hoor en bedankt voor jullie begrip. Wat ons betreft is deze rit voor herhaling vatbaar, maar dan als de Hilversumse Hei in bloei staat. Totaal kwam deze route uit op ruim 65 kilometer

Gerry en Gerda.

Woensdag 6 juli werd de kersenrit voor gereden door Jan Goes. Met goed weer zijn wij gaan fietsen. Met een groep van 23 recreanten reden we in 2 groepjes door het Elpad naar de Lekdijk en na een stop bij het recreatieterrein bij de Lek zijn we door gefietst naar de sluis bij Wijk bij Duurstede. Daar heerlijk onze lunch gebruikt met veel gelach want iemand had iets (van Goud?) gevonden. Althans dat werd gedacht!! Hierna weer op de fiets naar de Groenewoudsewg. Bij de fam Vernooij in Cothen gestopt voor een bakje kersen, maar ook voor koffie of thee met kersengebak wat natuurlijk bij een ieder erg in de smaak viel. In het begin heerlijk buiten maar op eens was er toch een regenbuitje en wij naar binnen. nadat iedereen zijn of haar aankoop in de winkel had gedaan zijn we weer richting het clubhuis gegaan Nu dat was de 2de dag van onze senioren 3 daagse, met een 50 km een goed geslaagde dag.

Riet

Vrijdag 8 juli, zijn 28 recreanten 's ochtends om 10.00 uur gestart voor de laatste dag van onze fietsdriedaagse. Riet en Elly reden de "Leersumse Veld Route" voor. Via Driebergen (met een koffiestop bij Klein Zwitserland) Maarn, Maarsebergen naar het Leersumse Veld. Daar hielden we onze picknick. Er waren voldoende bankjes aanwezig en ook de koe ontbrak niet.

Vervolgens via Broekhuizen en Langbroek (met nog een gezellige stop voor een drankje bij De Oude Koestel aan de Broekweg) terug naar Houten, waar we met zo'n 55 kilometer op de teller bij het clubhuis aan kwamen. Daar waren nog 10 recreanten aanwezig die 's middags een korte fietsroute hadden gefietst o.l.v. Jan Goes.

Samen met nog enkelen die niet hadden kunnen fietsen werd een gezellige "nazit" gehouden met een hapje en een drankje.

Elly



Verjaardagen

september

3	Roelie van der Blij	R
3	Henk van der Kuil	T
4	Lieke Hassink-Franke	T
5	Tim van Walsem	T
6	Lex Goudswaard	T
9	Ad Nieuwenhuizen	T
10	Erik Koot	T
10	Henny Hogerhorst	T
10	Arie Vergeer	T
10	Klaas Otten	T
11	Thijs Jansen	T
14	Jeroen Kemerink	T
15	Theo Vernooij	T
16	Roy van de Wetering	T
16	Bep Hardeveld - Goedh	R
17	Wijnand Hulst	T
17	Henk van Leusden	T
18	Harry van Wijk	T
19	Robin Veen	T
20	Frank Bolhuis	T
20	Ine Vermeer	T
20	Tom Verkuijl	T
20	Joop van Schaik	R
21	Gerrit Hardeveld	R
22	Oscar Mensen	T
22	Tanneke Brouwer Popkens	R
23	Greet Diks - Bouwman	R
24	Rob Griff	T
26	Jo Pasman	R
26	Wim van der Schaft	T
27	Klaas Veen	T
28	Maarten Schimmel	T

oktober

1	Jan Goes	R
2	Michael Pullens	T
7	Arjan Rademaker	T
8	Balt Delhaas	T
12	Brigitte van Barneveld	T
13	Edwin Grunewald	T
13	Fernand van Drenth	T
14	Frank van Ierland	T
15	Tim Sullivan	T
17	Jas Suurmond	T
17	Riek Beldman	R
17	Henk Blom	T
17	Bernadette Kok	T
18	Jeanne van Buren - Schuurman	R
25	Hugo van Vliet	T
26	Pim Linschooten	T
26	Jan van de Kraak	T
30	Bep de Klein	R

Ereleden:

Jan Goes Henny Hogerhorst Jos Jongeling Jan Mocking

Leden van verdienste:

Roelie v.d. Blij Piet de Boer Ton Diks
Onno Flemming Jon Nellestijn Ad Nieuwenhuizen
Herman van Rooijen Harry van Wijk Bart van Wijngaarden