

## ***Een frisse en stralende start!***



*De openingsrit op 4 maart vond plaats in een verfrissend nieuw tenue!*

## Het is voorjaar!

**V**olgens de weerman al sinds 1 maart, maar met de kou uit het oosten de afgelopen week voelde dat nog lang niet zo. Inmiddels is het 11 maart en dit weekend was het ruim boven de 15 graden! De bollen knallen de grond uit, knoppen in de struiken en vogels die luidkeels van zich laten horen. Voorjaar dus.

Ook wij als Merels hebben het winterpak achter ons gelaten. Tijd voor een nieuw seizoen! Eind februari hielden we onze Algemene Ledenvergadering. Daar waren we – met bestuur inbegrepen - met 43 leden bij elkaar in de Willistee. We keken terug op het afgelopen jaar en vooruit naar de plannen voor 2018. Start-to-Bike, waarmee we nieuwe leden hopen te werven. Opnieuw de opleiding tot wegkapitein en de cursus reanimatie, waarmee we willen zorgen veilig te fietsen en mensen te instrueren wat te doen als er onverhoopt wat mis gaat.

En verder, vooral veel fietsen. Diverse toertochten, trainingen op de Bosdijk en een clubweekend in Enschede. Dat wordt dit jaar weer een keer georganiseerd door Gerard en Enno, maar wel voor de laatste keer. Daarna zijn er nieuwe vrijwilligers nodig. We hebben nog geen spontane opgaves ontvangen, maar die komen vast nog wel. Het clubweekend is zo'n gezellig gebeuren, dat wil niemand missen.

Gelukkig veel enthousiaste reacties op de nieuwe wielerkleding. Als bestuur gaven we al een sneak-preview op de ALV, maar inmiddels heeft (bijna) iedereen zijn bestelling opgehaald. Fantastisch dat we de openingsrit op 4 maart in ons nieuwe verenpak konden rijden. Mij zat het in ieder geval erg lekker. Een mooi vormgegeven broek en dito shirt. We zagen er als club echt top uit! Tijdens de openingsrit was het nog wat winters. Een straffe zuidwesten wind en maar een paar graden boven nul. Maar het nieuwe pak zat lekker warm. Ik vond het met de snelheid die de toerleiders in mijn groepje aanhielden best even bikkelen die eerste kilometers van het jaar. Maar met het zonnetje dat later op de ochtend tevoorschijn kwam werd het al snel een stuk beter.



Op naar het voorjaar dus. Met nieuwe energie en mooie nieuwe kleding. Ik wens ons allemaal een prachtig en veilig nieuw fietsseizoen!

*Stefanie Miltenburg, secretaris*

### COLOFON

De eMerel is de maandelijkse digitale Nieuwsbrief van Toer Trimclub De Merel. De eMerel verschijnt elf keer per jaar (niet in januari).

De eMerel wordt per e-mail verzonden naar alle leden, donateurs, sponsors en adverteerders van onze vereniging.

#### Bestuur:

André Kroeze, *voorzitter* .....0297-256633  
[voorzitter@ttcdemerel.nl](mailto:voorzitter@ttcdemerel.nl)

Stefanie Miltenburg, *secretaris* ...0297-288486  
[secretaris@ttcdemerel.nl](mailto:secretaris@ttcdemerel.nl)

Gijs Ekelschot, *penningmeester*...0297-286208  
[penningmeester@ttcdemerel.nl](mailto:penningmeester@ttcdemerel.nl)

Alex Wolf, *bestuurslid* .....0297-287730  
[bestuurslid@ttcdemerel.nl](mailto:bestuurslid@ttcdemerel.nl)

Hans Hazeleger.....0297-273350  
[toercommissie@ttcdemerel.nl](mailto:toercommissie@ttcdemerel.nl)  
*Coördinator Toertochten*

#### Ledenadministratie:

Tom Zuijdervliet.....0172-409476  
[info@ttcdemerel.nl](mailto:info@ttcdemerel.nl)

#### Fietscompetitie:

Henk Mulder .....0297-241793  
[competitie@ttcdemerel.nl](mailto:competitie@ttcdemerel.nl)

#### eMerel:

Frans de Koning .....0297-284748  
Loes Kuijper .....0297-263678  
[redactie@ttcdemerel.nl](mailto:redactie@ttcdemerel.nl)

#### Website:

Richard Morssink .....0297-288397  
[webbeheer@ttcdemerel.nl](mailto:webbeheer@ttcdemerel.nl)  
[www.ttcdemerel.nl](http://www.ttcdemerel.nl)

#### Twitter:

@TTC\_DeMerel / @Bosdijkloop

**Erelid:** H. A. Könst

#### Leden van Verdienste:

Peter Meijer, Enno Steenhuis Geertsema

#### Vrijwilligers v.h. jaar:

2010: Kees Smit  
2011: Tom Zuijdervliet  
2012: Ger Hulsman  
2014: Joyce & Dick Hagenaars  
2015: Gerard de Graaff  
2016: Frans de Koning  
2017: Jan-Willem Bouwman

#### Clublocatie:

Eetcafé De Schans, Uitweg 1, Vinkeveen

TTC De Merel is aangesloten bij de NTFU, de overkoepelende organisatie van alle fietsverenigingen in Nederland ([www.ntfu.nl](http://www.ntfu.nl)).



# MEREL NIEUWS

## Start Woensdagavond trainingen

Op 28 maart starten we weer met de trainingsritten op woensdagavond. Aan het begin van dit seizoen kan je er voor kiezen om een rit van ca. 50-70 km te gaan rijden (lengte van de rit wordt mede bepaald door het invallen van de duisternis) of om deel te nemen aan de Techniek- en Krachttrainingen. Tijdens de toer ritten zal er gereden met 2 of 3 verschillende snelheden (A-, B-, C-groep). Belangrijk is dat je zelf aangeeft op welk niveau je wilt rijden. De voorrijders

kunnen daar dan rekening mee houden. De Techniek en Krachttrainingen vinden plaats van 28 maart t/m 30 mei en gaan door bij 6 of meer deelnemers. Tijdens deze trainingen wordt er aandacht besteedt aan fietstechnieken, rijden in groepen, intervaltraining, krachttraining etc.

**Let op:** zorg ervoor dat je vooral de eerste paar weken goede verlichting bij je hebt zodat we ook, indien de duisternis in valt, veilig thuis kunnen komen.

---

## Welkom

Wil Oudshoorn uit Vinkeveen is vanaf 1 maart nieuw lid bij onze club.  
Wil welkom bij TTC De Merel en heel veel fietsplezier.

---



**Rabobank**



# Toeren, Trainen en Veiligheid

De commissie TTV wil graag de Merel kalender herintroduceren, met het doel de Merel activiteiten steeds duidelijk onder de aandacht van de leden te brengen.



Datum	Activiteit	Waar	Contactpersoon
26 maart 2018	Cursus Verkeersregelaar	Gemeentehuis Mijdrecht	Peter Meijer Opgeven kan tot 19/3
7 + 14 + 21 en 28 April 2018	Cursus Start met Fietsen	Eetcafe De Schans Vinkeveen	Gert Doornekamp
November/December 2018	Cursus Reanimatie	Nog te bepalen	Margot Kompier

## Cursus Wegkapitein 2018??

Tijdens de clubritten van TTC De Merel maken we gebruik van de openbare weg. Daar ontmoeten we andere gebruikers – fietsers in alle maten en soorten, auto's, voetgangers – en allerlei obstakels. Het is een kunst apart om dan als groep veilig door het verkeer te laveren. Dat vereist dat de Merel-fietsers weten hoe ze zich in het verkeer moeten gedragen. Signalen over gevaarlijke situaties moeten continu en consequent met de hele groep gedeeld worden: voor!, tegen!, paaltje!, rooster!, auto achter! Ook willen we ervoor zorgen dat andere verkeersdeelnemers geen hekel aan wielrenners krijgen. Een groep bellende en schreeuwende wielrenners wordt al snel als intimiderend ervaren en niet iedereen kan het waarderen als zo'n groep ook nog een loopje neemt met de verkeersregels. Een vriendelijk gebaar of woord daarentegen doet vaak wonderen.

Gelukkig gaat het over het algemeen goed, maar het kan geen kwaad van tijd tot tijd de puntjes op de i te zetten. Met dat doel heeft TTC De Merel in 2017 een aantal leden de cursus wegkapitein laten volgen. Deze cursus bestaat uit een ochtend theorie en een middagdeel praktijk. Je krijgt inzicht in de factoren die alles bij elkaar veiligheid en plezier in het fietsen – ook gezien vanuit an-

dere verkeersdeelnemers – bevorderen. Het is de bedoeling dat de wegkapiteins hun opgedane kennis en vaardigheden delen met de groepen die zij begeleiden.

De Commissie Toeren, Trainen, Veiligheid wil **inventariseren** of er ook in 2018 een cursus wegkapitein georganiseerd kan worden. Tijdens de onlangs gehouden Ledenvergadering werden hier ook vragen over gesteld. De cursus kan doorgaan als er **minimaal 10** (en maximaal 14) deelnemers zich hiervoor opgeven.

De Merel leden kunnen **gratis** deelnemen aan deze opleiding want de vereniging neemt de opleidingskosten voor haar rekening. De cursus duurt 1 dag van 10.00 tot 15.00 uur met theorie en praktijk (fiets noodzakelijk). Deelname met positief gevolg levert een certificaat op.

Een cursusdatum wordt later bepaald, als deze cursus definitief doorgang kan vinden. Heb je interesse en wil je graag deelnemen, laat het dan weten aan Anton van Senten, mob. 0653 825 992 of per email: [anton.vansenten@gmail.com](mailto:anton.vansenten@gmail.com)

*Margot Kompier, Richard Wagenaar,  
Hans Hazeleger, Anton van Senten*

# Jaarvergadering 2018

door Frans de Koning

Op de laatste dag van februari werd de jaarvergadering gehouden en ondanks de snijdende stevige ijskoude oostenwind waren er ook dit jaar weer een 40-tal leden aanwezig.



De opening werd opgeluisterd door een bescheiden striptease. Het voltallige bestuur ging 'uit de kleren' en zij toonden het spiksplinternieuwe clubtenu. Een leuke ludieke manier om de nog door niemand geziene kleding te showen. Een oprecht applaus viel hen ten deel. Leuk was ook de mededeling dat een tweetal clubleden op bezoek waren geweest bij oud-voorzitter en erelid H. A. Konst. Inmiddels 94 jaar, nog altijd op zichzelf wonend en goed bij de pinken. Stilgestaan werd er ook bij het overlijden van Pieter Koeleman in het afgelopen fietsseizoen.

De bijeenkomst verliep in een prima ongedwongen sfeer, zelfs de (bescheiden) contributieverhoging voor het volgende jaar werd zonder één enkele tegenstem aangenomen. De nieuwe clubkleding die al in een eerder stadium door de leden was besteld kunnen de zaterdag voorafgaand aan de openingsrit worden opgehaald. Prima geregeld allemaal. In de toekomst kan nieuwe kleding tweemaal per jaar via een webshop worden (bij)besteld. Het bestuur benoemde dit jaar Jan-Willem Bouwman tot vrijwilliger van het jaar. Veel waardering was er voor zijn voortrekkersrol betreffende MTB activiteiten, trainingen en zijn rol bij het opzetten van de interne



communicatie. Vanuit de zaal werd de suggestie gedaan om de MTB-activiteiten ook buiten de club onder de aandacht te brengen, hetgeen door het bestuur werd overgenomen.

Het clubweekend op 24, 25 en 26 augustus wordt nog éénmaal door Enno en Gerard georganiseerd en daarna zullen andere leden het over moeten nemen. De tevredenheid binnen de club mag blijken uit het feit dat maar liefst 3 aftredende bestuursleden middels een groot applaus een volgende termijn ingaan. Er was ook weer een 25-jarig lidmaatschap: Johan Zaal, die in juli dit jaar 90 wordt maar die helaas niet aanwezig was. Niet onlogisch op deze bitterkoude avond.

Algeheel clubkampioen van het achterliggende seizoen werd Richard Wagenaar, met Sjoerd de Boer als goede 2e en Gerard de Graaff op de derde plek. Het afsluitende drankje aan de bar van de Willisstee maakte de vruchtbare bijeenkomst helemaal rond, waarna allen huiswaarts gingen door de nóg kouder geworden oostenwind.



# Clubkampioenen 2017

## Uitslag Kilometerkampioenschap:

- 1<sup>e</sup> Richard Wagenaar : 16.850 kilometer
- 2<sup>e</sup> Sjoerd de Boer : 12836 kilometer
- 3<sup>e</sup> Tom Zuidervliet : 12399 kilometer



## Uitslag Puntencompetitie:



### Dames:

- 1<sup>e</sup> Margot Kompier : 3047 punten (helaas niet op de foto)
- 2<sup>e</sup> Mirjam van der Spek : 2430 punten
- 3<sup>e</sup> Loes Kuijper : 2324 punten

### Heren onder 55 jaar:

- 1<sup>e</sup> Richard Wagenaar : 3618 punten
- 2<sup>e</sup> Hans Hazeleger : 3470 punten
- 3<sup>e</sup> Jan-Willem Bouwman: 1592 punten



### Heren 55 t/m 64 jaar:

- 1<sup>e</sup> Anton van Senten : 6086 punten
- 2<sup>e</sup> Sjoerd de Boer : 2527 punten
- 3<sup>e</sup> Alex Wolf : 2404 punten

### Heren 65 jaar en ouder:

- 1<sup>e</sup> Gerard de Graaff : 5286 punten
- 2<sup>e</sup> Ger Hulsman : 4910 punten
- 3<sup>e</sup> Enno Steenhuis : 4508 punten



10 % club korting, vraag naar de voorwaarden.

[www.bikeok.nl](http://www.bikeok.nl)

# Openingsrit 4 maart 2018

door Jan-Willem Bouwman

Na een winterse week met woonwerk verkeer op de fiets achter de rug te hebben was ik helemaal voorbereid op een ijskoude Openingsrit. Echter de Siberische Beer sloop van zaterdag op zondag stiekem Nederland uit en hierdoor begon de dag wel fris maar dat was niets in vergelijking met wat ik de dagen ervoor had doorstaan. Al was het wel even wennen want zaterdag had ik de nieuwe kleding opgehaald en wist niet precies of 3, 4 of 5 laagjes voldoende zouden zijn. Maar mijn gok met een windjekkje onder de winterjas bleek goed uit te pakken. Mijn Chinese racefiets stond nog op de Tacx en die bleef lekker staan omdat hij nog niet BRAVO fit was. Mijn oude mountainbike, waarop ik naar mijn werk fiets, was gelukkig wel geschikt om alle BRAVO testen te doorstaan dus de keuze was snel gemaakt. De enige aanpassing was een paar 25mm race bandjes om de MTB wielen, qua kruissnelheid moet je denken aan de zelfde watts aan vermogen als een sportfiets met versnellingen. Dit voor een ieder die denkt dat je met een paar racebandjes op een MTB het verschil kan maken. Op weg naar de Schans reed ik Joop Roeleveld al tegemoet, die was vast bezig aan zijn Openingsrit-warming-up, samen met Herman de Groot en Margot Kompier was Joop namelijk voorrijder. Ze rekende aan het inschrijfformulier te zien, op drie groepen, echter de opkomst bleef steken op een kleine 30 man waardoor de derde groep kwam te vervallen. Dit was misschien achteraf niet zo'n goede zet want er waren een aantal rijders die 23-25 km/u ook wel hard genoeg vonden voor deze seizoensopener. Maar even terugkomend op het onderwerp, na de aankomst bleken er al heel wat Merels op tijd en in een mooi nieuw pakje aanwezig te zijn. Het is misschien



voor veel mensen even wennen maar het staat toch wel mooi als al die zwart/gele Mereltjes op een rijtje staan. Net voor vertrek werd er voor de Schans dan ook een heuse groepsfoto gemaakt. Na alle selfies van onze voorzitter was deze samsmelting van Merels, de kers op de taart. Nadat Margot een veiligheidspraatje had gehouden, werden de aanwezige fietsers gevraagd om in 2 groepen te splitsen die, in theorie, beide dezelfde snelheid zouden gaan fietsen. Welke snelheid het trio had afgesproken was mij niet helemaal duidelijk want na 4 kilometer zagen wij, groep Joop / Ton die 30 seconden voorspong had, uit het oog verdwijnen. Iets met aard en beestjes geloof ik. Maar ook onze groep bleef



qua snelheid niet zonder zonden, 27 km/u was Sandor Harmens net even wat te veel van het goede, alle wintertrainingen op de spinfiets ten spijt. Toerleider Margot was even verrast toen ze dit nieuws vernam en ging in overleg met wegkapo René Elenbaas. Sandor bleek zich bij hem netjes te hebben afgemeld. Een leermomentje voor de voorrijders zullen we maar zeggen. Hierna werd na bochten en obstakels een beetje rustiger opgetrokken waardoor het in de groep wat makkelijker fietsen werd. Omdat er toch een windje uit het zuid/zuid-oosten stond liet Margot de kop graag aan de assistent wegkapitein, ondergetekende dus. Op zich geen probleem, maar omdat ik nog geen meter duurtraining had gedaan en op mijn mountainbike reed, bleek het toch nog een aardige klus om 27 km/u met het tegenwindje te rijden langs het ARK (Amsterdam-Rijn Kanaal). Ik moest Herman na een tijdje toch even melden dat 26 km/u ook hard genoeg was. En gelukkig was Marcel Vermoolen er niet bij, dus het was zonder erg. We liepen daarna al snel Maarssen binnen en slingerde het dorp door naar de Vechtbrug. Hier fietsten we langs slot Zuilen naar Utrecht en ja, soms kom je dan op een weggetje wat zelfs ik nog nooit had gefietst. Zelf mijd ik namelijk meestal stedelijk gebied, maar hier wist Joop me toch te verrassen. Eerst door Utrecht, daarna om Fort Ruijgenhoek heen, langs openlucht zwembad de Kikker, over het zogenaamde Kikkerpad en daarna via de Kooijdijk en de Burg.Huydekoperweg weer richting Westbroek. Opnieuw leuk! Kende ik niet! Gelukkig was de kerk in Westbroek nog ‘aan’ en was er nagenoeg geen verkeer. Dat heb ik daar wel eens anders meegemaakt. Wielrenners en kerkgangers zijn doorgaans geen vrienden. Omdat we inmiddels het windje in de rug hadden en het temperatuurtje was gestegen reden we heel soe-

peltjes richting Breukelen. Daar kwam de eerste groep in beeld, pech zo te zien. Bandenpanne. Lol. Maar het spreekwoord wie het laatst licht was hier ook van toepassing want geen 400 meter verder werd er 3 x op de fluit geblazen. Lek? Ja, lek. Peter Meier bleek nog een pepernootje uit Curaçao in zijn band te hebben en daar moest een ander binnenbandje in. Omdat er voldoende fietsmakers meereden werd de wachttijd geslecht met wat slap geklets en in deze temperatuur met een heerlijk zonnetje was dat natuurlijk geen straf. De groep van Joop en Ton kwam al rap weer langs en na een klein kwartiertje mochten wij ook weer verder. Voor de tweede keer vandaag fietsten we over de hoge brug van Breukelen en dat verging sommigen, zo vroeg in het seizoen, nog niet zo makkelijk af. Niet wetende dat we in Nieuwer ter Aa nog zo’n bult te wachten stond natuurlijk, ha ha. En daarna nog een verrassing, opnieuw een lekke band. Nu was Aad van ’t Hart het bokje maar met het eind in zicht werd ook deze wachttijd geslikt. Ik noem dat even wachttijd, want, toen de Merel net was opgericht ben ik 2 jaar lid geweest als broekie, reed de ploeg door als je een lekke band had! Je kreeg in 1977 dus 2 secondanten mee, die bij je bleven om te helpen met je bandje en hielpen om terug te komen in de groep. Misschien iets om weer in ere te herstellen voor de snelle mannen? Nou ja, Aad bleef dit leed gelukkig bespaard en





reed al snel weer met lucht in de banden. Het laatste stukje van Nieuwer ter Aa naar Vinkeveen was zo met windje mee en in het heerlijke zonnetje, snel achter de rug. Daar in De Schans aangekomen was de eerste groep al aan de 2<sup>e</sup> kop koffie bezig. En heel aardig, degene die al genoeg hadden aan 1 consumptie stonden op om plaats te maken voor ons, pechmerels. De warme chocomel smaakte overigens heerlijk en ik bedank hierbij het bestuur weer voor het beschikbaar stellen van de bonnen. Nog een kleine anekdote als toegift: Ton van Vliet heeft geen loden pijp merkte ik, hij kreeg namelijk nog een 2<sup>e</sup> koffie voor zijn snufferd toen Peter van Adrichem ging zitten heuen dat hij naar huis wou. René Elenbaas raakte zo van slag door het luide

gekeuvel van die twee, dat hij zijn telefoon en zijn portemonnee (met geld en pasjes) liet liggen op de tafel. Gelukkig zijn er alleen eerlijke Merels op de wereld. Anders hadden we wel De Kraaien of De Eksters geheten, nietwaar. Alle bescheiden zijn weer netjes bij de geschrokken eigenaar terecht gekomen. Uiteraard tegen een vorstelijke beloning, dat dan weer wel.. Tot de volgende rit.

Ps. Thuis hoorde ik dat onze groep Frans de Koning ook was verloren. Jammer.. Misschien toch maar een derde C groep in het leven roepen bij de gezamenlijke (en open) ritten?

## **Reanimatiecursus (2<sup>e</sup> avond)**

Op 6 maart jl. heeft wederom een groep van 5 Merels deelgenomen aan de reanimatiecursus, t.w. Annee de Jong, Piet ten Kate, Harrie Koperberg, Jan-Willem Bouwman en Loes Kuijper. Helaas was Henk Peek door ziekte verhinderd. Deze Merels werden weer enthousiast ontvangen bij Margot thuis. Het is heerlijk te weten dat er diverse clubleden zijn die deskundige bijstand kunnen verlenen in gevallen waarin reanimatie nodig is.



## **ICE = In Case of Emergency**

ICE (afkorting voor In Case of Emergency) is een in 2005 gestart initiatief om bezitters van een mobiele telefoon er toe te bewegen telefoonnummers (en adressen) in het telefoonboek van hun telefoontoestel onder de naam ICE op te slaan, die hulpverleners direct kunnen bellen als de eigenaar in een ongeluk betrokken raakt (raadpleeg internet voor een instructie hoe je dit in kunt stellen). Daarmee kan men voorkomen dat hulpverleners kostbare tijd verliezen met het identificeren van slachtoffers, met het zoeken met wie er contact moet worden opgenomen indien iemand ernstig gewond is en er niet met het slachtoffer gecommuniceerd kan worden, of met het inwinnen van essentiële medische informatie. Ook op het pasje van de NTFU is ruimte om een telefoonnummer in te vullen. Gebruik

deze ruimte om een telefoonnummer in te vullen van de persoon die in geval van nood gebeld kan worden. Ook je fietsmaten zijn er bij geholpen als jouw iets overkomt!



Een andere optie is een SportID armband te bestellen via de website [www.idsme.nl](http://www.idsme.nl)

## **Lach en ga harder!!**

**Als je lacht tijdens het afzien, presteer je beter dan wanneer je een grimas op het gezicht trekt. Dat stellen onderzoekers van twee Britse universiteiten.**

### *Lachend de Ventoux op*

Zij deden onderzoek onder een grote groep recreatieve sporters. Die moesten tijdens testen niet alleen lachen, maar soms ook andere geëxprimeerde uitdrukkingen aannemen zoals fronsen. Volgens de wetenschappers verbetert de prestatie het meest wanneer je lacht. De lachende sporters

Bron: [www.fiets.nl](http://www.fiets.nl), publicatiedatum 9 maart 2018

presteerden bijna 3 procent beter dan de sporters in de controlegroep. De onderzoekers stellen dat het niet uitmaakt of de lach oprecht is. De proefpersonen gaven wel aan dat ze het lastig vonden om tijdens het sporten permanent te blijven lachen. De spieren zijn bij een gemaakte lach meer gespannen dan bij een spontane variant. De wetenschappers adviseren daarom de lach te bewaren voor het laatst. 'Gebruik salvo's van ongeveer 30 seconden', zo stellen zij.

**Laten we er dit jaar dus een vrolijke boel van maken.**



## Doelen stellen!

door Loes Kuijper

Het begin van het nieuwe fietsseizoen is een mooi moment om nieuwe doelen te stellen. Wat wil je dit jaar bereiken op de fiets? Dit is een vraag die voor velen van ons op een heel verschillende manier ingevuld zal worden. Sommigen hebben misschien helemaal geen doel gesteld en willen gewoon lekker met de groep mee fietsen om lekker buiten te zijn. Een aantal Merels hebben, na het bijwonen van de Algemene Ledenvergadering, wellicht als doel om dit jaar de kilometer kampioen te worden. Houd er dan rekening mee dat je heel wat kilometers moet maken om de kampioen van 2017, Richard Wagenaar, te verslaan. Maar liefst 16.000 km had hij op de teller staan. De enige momenten dat hij zijn partner zag was volgens mij tijdens de wekelijkse etentjes buiten de deur. Dit alles goed te volgen via Facebook terwijl zijn fietsprestaties zichtbaar waren via Strava. Één ding weet ik zeker, dat is niet mijn doel. Niet dat mijn partner hier een stokje voor steekt. Jan-Willem zit immers ook uren op de fiets.

De spinners onder ons hebben de hele winter als doel het witte huisje op de berg gehad. De beklimming naar dit huisje varieerde echter veel in duur en intensiteit. Volgens mij werd het huisje regelmatig door Peter, de trainer bij PK Sport, op een andere berg geplaatst. Lukte het de ene week aardig om het huisje te bereiken, de week daarna kon het zijn dat je aardig stuk ging tijdens de beklimming. Misschien is je doel wel om elke week het kopwerk te doen bij de A- of B-rijders tijdens de Merel-ritten, daarmee bouw je een prima conditie op. Zeker wanneer je tegen de wind in moet stoempen en de rest lekker achter jou rug mag mee peddelen. Of wordt je doel elke week een appeltaartje eten tijdens de rit. Dan kan natuurlijk ook hè. Er zijn namelijk zoveel doelen te stellen. Neem nou bijvoorbeeld het doel van onze voorzitter Andre. Tijdens de ALV heb ik hem horen

zeggen dat hij heeft besloten zijn ad interim taak om te zetten tot een echt voorzitterschap, mede omdat hij het bestuur zo'n geweldige groep vindt waar hij energie van krijgt. Daar zijn we hem dankbaar voor en is natuurlijk fantastisch. Wat ik niet heb gehoord, maar inmiddels na de openingsrit heb geconstateerd, is dat hij tevens als doel heeft om dit jaar met elk Merel-lid op de foto te gaan. Kijk maar eens naar de fotocollage bij het verslag van de Openingsrit. Het is een goed voornemen, zo kom je als voorzitter met alle leden in contact.

Tja wat is mijn doel voor dit jaar? Mijn eerste doel is om weer een aantal keren het bos in te gaan met de fiets. Immers mag ik half april met 4 heren mee een weekend mountainbiken en dan wil ik natuurlijk geen flater slaan. Mijn tweede doel is vooral heerlijk genieten van het buiten zijn tijdens het fietsen en de gezelligheid met de Merels. De lente staat weer voor de deur en ik hoop dat ze ons heerlijk fietsweer gaat brengen. Alhoewel ik ook genoten heb van de week ijzige vrieskou. Zelfs het maken van deze prachtige foto gaf me plezier. Helaas heeft gedurende die



week de wind constant **aan** gestaan waardoor er nauwelijks ijs in de sloten kwam. Gelukkig konden we aan het eind van die week toch nog 2 dagen schaatsen op natuurijs waarbij ik uiteraard weer heb genoten van onze prachtige Botshol.



# **TTC DE MEREL CLUBWEEKEND 2018**



Het traditionele clubweekend van TTC de Merel vindt dit jaar plaats op 24, 25 en 26 augustus.

Ook dit jaar gaan we weer met eigen vervoer naar een mooie locatie op afstand van de Ronde Venen zodat de fietsroutes helemaal nieuw voor ons zullen zijn. We gaan logeren in het Van der Valk Hotel Enschede. Het is een groot hotel waarin 20 ruime 2-persoonskamers voor ons zijn gereserveerd. Vanuit dit hotel gaan we 3 dagen prachtige afwisselende ritten fietsen waarbij één dag door Duitsland zal worden gefietst. Gerard de Graaff verzorgt de routes wat garant staat voor prachtige tochten.

Enige uitleg over het weekend. Gezelligheid staat voorop! Zowel voor, tijdens als na het fietsen. Er wordt deze dagen in 2 of bij grote deelname in 3 groepen gefietst. Eén groep fietst verder en sneller dan de tweede of derde groep zodat ieder aan zijn trekken komt. Op vrijdag en zondag is er een rit van 125 resp. 100 km. Vanwege de autorit er naar toe en terug wat korter dan zaterdag waarop een rit van 150 resp. 120 km wordt gefietst. De afstanden zijn voor alle groepen goed te doen want we nemen alle tijd en maken onderweg de nodige stops.

Het bestuur heeft toegezegd een financiële bijdrage bij het weekend te leggen waardoor de bijdrage voor de leden zeer beperkt is gebleven.

Datum: vrijdag 24, zaterdag 25 en zondag 26 augustus

Locatie: Van der Valk Hotel Enschede  
Zuiderval 140  
Enschede

Kosten: € 120.00 per persoon op basis van een tweepersoonskamer.  
Hiervoor 2 dagen halfpension (dus 2x logies, ontbijt en diner), dus excl. alle consumpties en lunches.  
Voor een éénpersoonskamer zijn de kosten € 170.00

Opgave: Vóór 1 juni, in verband met de reservering van het hotel, bij Enno op [steenhuis31@zonnet.nl](mailto:steenhuis31@zonnet.nl). Opgave is na betaling pas definitief.

Betaling: Op bankrekening NL 92 RABO 0365 511 471 tnv penningmeester TTC de Merel ovv naam deelnemer en clubweekend.

Organisatie: Enno Steenhuis Geertsema en Gerard de Graaff



## Einde MTB seizoen, start wegseizoen 2018

door Jan-Willem Bouwman

Voor het 2<sup>e</sup> jaar heb ik geprobeerd om via de MTB app op zaterdagochtend mensen te verleiden om te gaan mountainbiken. Met wisselend succes lukt het om zo nu en dan iemand mee te krijgen.

Het mag duidelijk zijn, mountainbiken is bij TTC de Merel, op een handjevol leden na, nog niet echt een groot succes. Onder het noemen van allerlei redenen blijft de zaterdag toch lastig, ook als je een MTB hebt. Hiernaast zijn er veel mensen die wel een MTB hebben maar niet mee durven te gaan. Alsof wij bijten.... Anyway, in november 2017 zijn we gestart met een clinic. Onder de noemer van 'Skills Practise' heb ik, in afwezigheid van trainer Richard Wagenaar, 3 leden en een aspirant lid kunnen voorzien van tips en trucs op de mountainbike. We hebben daarbij alle facetten van het mountainbiken doorgenomen en geoefend. De aanwezige leden waren er zeer enthousiast over. Ondanks dit enthousiasme heb ik toch moeten constateren dat, zelfs na vroegtijdige aankondiging, de opkomst voor deze clinic wel wat teleurstellend was.

We hebben sindsdien 17 rijdbare zaterdagen gehad en daarvan zijn we, onder

wisselende weersomstandigheden, 8 keer met de Merels gaan fietsen. Van de 17 leden in de app-groep zijn er afgelopen winter 9 man/vrouw, die één keer of meerdere keren hebben meegefietst. Hoogtepunten waren de toerritten in Soest, waarbij 45 km door het bos toch best zwaar bleek voor sommige leden.

Desondanks zullen we in het komende wegseizoen opnieuw een oproep doen om zaterdags mee het bos in te gaan. We geven niet op. Sterker, Marcel en ik gaan door. Het bos lonkt, het hele jaar door.



Stieva Metaalbewerking BV

AluYard BV

Stieva Metalen Puin BV

# STIEVA

## Metaal Groep Aalsmeer



Roest Vast Staal Aalsmeer BV Stieva Metaalbewerking Harmelen BV

Postbus 19, 1430AA Aalsmeer [www.stievagroep.nl](http://www.stievagroep.nl)

## Vrijwilliger in de Spotlight



door: Marjolein Pesch en Alex Wolf

Beste eMerel-lezers,

De openingsrit is gereden. Een nieuw fietsjaar ligt voor ons. En er ligt dus ook een nieuw jaar met de nodige E-Merels in het verschiet.

Een mooi moment om met iets nieuws te beginnen. Een nieuwe rubriek, waarvan wij hopen dat het de start is van een langlopende en succesvolle serie interviews met onze vele vrijwilligers. De intentie is om elke twee maanden een interview te houden met één van de vrijwilligers die onze club rijk is. Hierin willen we de mens achter de vrijwilliger zichtbaar maken. Zijn/haar interesses, passies en natuurlijk het vrijwilligerswerk wat hij of zij voor De Merel doet. Want uiteindelijk maken wij samen met de inzet van ons allen De Merel, tot die gezellige en vitale club die De Merel al 40 jaar is!

Wij hopen dat jullie met plezier de stukjes lezen. En wie weet gaan er leuke, nieuwe contacten ontstaan omdat je op deze manier meer over je mede clubleden te weten komt. Henk Mulder bijt het spits af. Hij houdt al jaren voor ons de registratie van de fietscompetitie bij. Hieronder zullen jullie aan de hand van ons interview meer over Henk's levenspad lezen. We stellen bij ieder interview steeds zeven "vaste" vragen, waarvan de beantwoording volgens ons tot een behoorlijk compleet beeld van de geïnterviewde leidt. Veel leesplezier allemaal voor nu en in de toekomst.

Alex Wolf en Marjolein Pesch

---

### Deze editie: Henk Mulder

#### Even voorstellen:

Ik ben getrouwd met Ria. Wij hebben 2 kinderen en 3 kleinkinderen. Onze dochter woont ook in Mijdrecht en onze zoon in België. Zo'n 72 jaar geleden ben ik geboren in



Utrecht en ik heb op diverse plekken in Nederland gewoond: Haarlem, Leiden, Santpoort, IJmuiden en Castricum. Jarenlang heb ik gewerkt bij Beverol te Beverwijk; daar was ik hoofd van het Research Lab, waar onderzoek werd gedaan naar motorolie, smeervetten en procesvloeistoffen voor de metaalindustrie. Eind jaren '80 ben ik gaan werken bij Quaker Chemicals in Uithoorn. We zijn toen op zoek gegaan naar een woning in de directe omgeving van Uithoorn en zodoende kwamen wij in 1989 in Mijdrecht terecht. Daar wonen we tot de dag van vandaag met veel ple-

zier. Toen ik 62 was, kreeg ik de gelegenheid om met pensioen te gaan. Van die gelegenheid heb ik gebruik gemaakt en ofschoon ik met veel plezier heb gewerkt, heb ik daar geen moment spijt van gehad.

#### Vertel eens wat over je passie voor fietsen.

Toen ik 20 was, besloot ik een fiets 'te laten bouwen'. Het was in die tijd gebruikelijk om een fiets 'op maat' te laten maken. Een fietsenmaker in Haarlem zette voor mij een

sportieve fiets in elkaar en daar heb ik veel lange tochten mee gemaakt. Vooral naar Engeland en Frankrijk, bijvoorbeeld naar de Dordogne en weer terug. Na een aantal jaren intensief te hebben gefietst, kreeg ik door werk en gezin wat minder tijd om de fietsen en verdween de fiets naar de zolder. In 1990 ontstond weer meer ruimte in mijn agenda en kwam de passie terug. Ik heb eerst mijn oude fiets eens flink afgestoft maar al snel besloten om die te vervangen door een nieuwe fiets, een echte racefiets, die later dikwijls op vakanties meeding achter op het

fietsenrek. Zes jaar geleden las ik een artikeltje over een 'open dag' van De Merel. Het leek mij altijd al leuk om met een racefiets in peloton te rijden en dit was een mooie kans om dat uit te proberen. Het beviel zo goed, dat ik besloot om lid te worden.

Ik fietste regelmatig in Merel-verband, vooral de zondagochtend ritten en de uitgepijlde ritten, maar het laatste jaar heb ik wat moeite het tempo te volgen en doe ik het wat rustiger aan.

### **Heb je ook hobby's naast het fietsen?**

Ik ben sportief en houd ook van tennissen en atletiek: hardlopen, verspringen, kogelstoten. En van . . . modelspoorbouw! Ik zorg zelf voor de elektronica: de beveiliging, de stoplichtjes, de regulering van snelheid van de treintjes. Mijn favoriete website: Conrad.nl. Daar kun je werkelijk alles bestellen wat je daarvoor nodig hebt.



### **Vertel eens wat over het vrijwilligerswerk dat je voor De Merel verricht.**

Ik ben verantwoordelijk voor de fietscompetitie en houd de gereden kilometers en de punten bij. Maandelijks zorg ik ervoor dat de juiste stand wordt ingeleverd. Soms moet ik mensen wel even achter hun broek zitten om de standen tijdig te kunnen inleveren..... Afgelopen jaren deden circa 30 mensen mee met de competitie. Dat mogen er best wel wat meer worden! Voorts pijl ik wel eens ritten uit. En bij de jaarlijkse Bos-

dijkloop deel ik bekertjes water uit. Ik vind het heel leuk om een steentje te kunnen bijdragen.

**GRAAG MAAK IK VAN DE GELEGENHEID GEBRUIK DE LEDEN, DIE ZICH NOG NIET OPGEGEVEN HEBBEN, OP TE ROEPEN ZICH ALSNOG AAN TE MELDEN VOOR DEELNAME AAN DE FIETSCOMPETITIE.**

### **Wat is je mooiste herinnering (tot nu toe) aan het lidmaatschap van De Merel?**

De Amstel Gold Race met een ploeg van circa 20 Merelaars. Ik was wel 'kapot' na afloop, maar de gezelligheid tijdens de rit en de lange tafel met wielrenners en 'wielrennersvoer' na afloop maakten alles meer dan goed.

### **...en de grootste blooper?**

Op een zeer warme dag (35 graden) in Frankrijk besloot ik tijdens onze vakantie de Marmotte te rijden, een toertocht die eindigt op de Alpe d'Huez. Ik dacht dat ik dat wel kon, met behulp van een paar energiedrankjes. Maar die raakten op en er waren geen verkooppunten onderweg. Een enorme honger- en dorstklop waren het gevolg. Na beklimming van de Croix de Fer, Telegraphie en halverwege de Galibier was de wanhoop nabij. Er passeerde een auto. Ik mocht me rijden naar de top van de Galibier en ik besloot dat te doen.....

### **Bucketlist: try before you die**

Geen rare dingen als bungeejumpen. Maar wel: nog veel leren over Sterrenkunde, het heelal, ruimte en relativiteit. Ik volg inmiddels een cursus Sterrenkunde; reuze interessant! En natuurlijk de modelspoorbaan afmaken. Een mens komt tijd tekort.



**Smit Fietsen**  
10% korting voor leden  
TTC de Merel  
Vraag naar de voorwaarden  
[www.smit-fietsen.nl](http://www.smit-fietsen.nl)  
[info@smit-fietsen.nl](mailto:info@smit-fietsen.nl)  
Wilnis Stationsweg 3 • 0297 250360  
Vinkeveen Plevierenlaan 37a • 0297 776660



**TUINCENTRUM - KWEKERIJ**  
**Rijdes**  
Uitweg 17  
3645 TA Vinkeveen  
Tel. 0297 - 261784  
Fax 0297 - 261114

## Politiek correct?

Toen ik enkele maanden geleden bij een groot fietsevenement in de pauze wilde plassen, stond er een grote rij voor de toiletten. Ook voor het toilet dat ik kende als zijnde voor de heren. Maar in die rij stonden ook veel dames. Toen ik opmerkte dat die vrouwen naar hun eigen toilet moesten gaan, kreeg ik als antwoord dat het restaurant tegenwoordig genderneutraal is. Dus geen aparte mannen- en vrouwen-toiletten meer. Lekker zeg. Een van de mooiste dingen bij toiletbezoek tijdens fietstochten is altijd dat er bij de mannen bijna nooit een rij staat en bij de vrouwen wel.

Twee weken geleden las ik dat dat bij de wielervedstrijden van Flanders Classics, waaronder Omloop Het Nieuwsblad en de Ronde van Vlaanderen, geen podiumgirls of bloemenmeisjes meer aanwezig zijn. De organisatie komt er na honderd jaar fietsen en vier maanden #MeToo-discussie achter dat het inzetten van deze dames discriminerend, vrouwonvriendelijk en bij de mannen lustoproepend is. Nou, ik kan jullie verzekeren dat het nog nooit is voorgekomen dat een bloemenmeisje op het podium bij mij lustgevoelens oproept. Bovendien doen de dames het uit vrije wil en worden ze niet gedwongen. Hoe zit dat dan bij die jongens die vorig jaar bij de Amstel Gold Race voor vrouwen winnares Anna van der Breggen bloemen mochten geven en mochten kussen? Een week eerder deed Leontien van Moorsel een oproep aan mannen om zich te melden als podiumjongen, wat maar liefst 3000 reacties opleverde. En die deden dat zeker niet tegen hun zin.

Wat vroeger volstrekt normaal was, is dat in deze tijd van politiek-correct moeten denken ineens niet meer. Natuurlijk, iedereen zal het erover eens zijn dat Zwarte Piet anno 2018 echt niet meer kan. Evenals de scholen en tunnels die naar massamoordenaars van eeuwen geleden zijn vernoemd. Daar is nu een hele discussie over, terwijl we het

geen enkel probleem vonden toen in 1956 de Stalinalaan in Amsterdam werd omgedoopt in Vrijheidslaan.

Ik ben ervan overtuigd dat als we een enquête onder het gehele Nederlandse volk houden met de vraag of er gemengde toiletten moeten komen, dus geen mannen- en vrouwentoiletten meer, dat het overgrote deel kiest voor instandhouding van de toiletten en zeker niet genderneutraal. Ik kan me toch echt niet voorstellen dat een Mereldame, al dan niet met plastuit, het geen enkel probleem vindt om in het toilet naast een Merelheer te zitten of te staan.



Het is tegenwoordig zo dat als je op Facebook of Twitter met een hashtag genoeg medestanders krijgt, al zijn het er maar een paar honderd, bedrijven en overheid meteen in paniek zijn en direct maatregelen nemen. Terwijl de overgrote meerderheid van het volk er anders over denkt. Kijk ruim een week geleden maar naar de discussie over het bijvoeren van de grote grazers in de Oostvaardersplassen. Toen de provincie door de knieën ging voor een kleine groep roep-toeters zonder verstand van zaken.

Gelukkig hoort de koers Kuurne-Brussel-Kuurne, een dag na Omloop Het Nieuwsblad, niet bij de Flanders Classics. Zodat winnaar Dylan Groenewegen op het podium geflankeerd werd door twee meisjes in bloemenjurken. Toegegeven, echte jurken. Niet die korte gevalletjes die je meestal ziet, maar tot ver over de knie. Blijkbaar is de #MeToo-discussie ook kort besproken door de organisatie van K-B-K. Maar gekust, dat werd er nog steeds. Aan beide kanten van Dylan. En een eigen mannentoilet voor de dopingtest, dat had hij waarschijnlijk ook nog.

Reageren?

[tom.zuidervliet@gmail.com](mailto:tom.zuidervliet@gmail.com)



# FIETSPROGRAMMA t/m 15 april 2018

18 maart	zondag	Zondagrit	08.30 uur	CR	60-80 km
22 maart	donderdag	Donderdagtocht	09.30 uur 09.30 uur	CR CR	80-100 km 70-90 km
25 maart	zondag	Zondagrit	08.30 uur	CR	60-80 km
28 maart	woensdag	Techniek-/Krachttraining Avondrit	18.30 uur 18.30 uur	CR CR	50-60 km
29 maart	donderdag	Donderdagtocht	09.30 uur 09.30 uur	CR CR	80-100 km 70-90 km
2 april	maandag	<b>2e Paasdag</b>	08.30 uur	CR	60-80 km
4 april	woensdag	Techniek-/Krachttraining Avondrit	18.30 uur 18.30 uur	CR CR	50-60 km
5 april	donderdag	Donderdagtocht	09.30 uur 09.30 uur	CR CR	80-100 km 70-90 km
8 april	zondag	Zondagrit	08.30 uur	CR	60-80 km
11 april	woensdag	Techniek-/Krachttraining Avondrit	18.30 uur 18.30 uur	CR CR	50-60 km
12 april	donderdag	Donderdagtocht	09.30 uur 09.30 uur	CR CR	80-100 km 70-90 km
15 april	zondag	<b>Voorjaarsstocht</b>	08.30 uur	CTT	100 km
18 april	woensdag	Techniek-/Krachttraining Avondrit	18.30 uur 18.30 uur	CR CR	50-60 km
19 april	donderdag	Donderdagtocht	09.30 uur 09.30 uur	CR CR	80-100 km 70-90 km
22 april	zondag	Zondagrit	08.30 uur	CR	60-80 km

BCR = Besloten clubrit in groepsverband, alleen voor Merelleden

CR = Wekelijkse clubritten in groepsverband

VTT = Vrije Toertocht (uitgepijld rit niet in groepsverband)

CTT = Clubtoertocht (in groepsverband door toerleiders georganiseerd, gastrijders welkom)

UR = Uitgepijld route

GD = Opbrengst naar een goed doel

*De zondagsritten starten bij Eetcafé De Schans, Uitweg 1, Vinkeveen.*

*De woensdag- en donderdagtochten starten bij Smit Fietsen, Stationsweg 1/3, Wilnis.*

***Bij alle ritten is het dragen van een valhelm verplicht !***

**DRAAG JIJ ALTIJD EEN HELM?  
GEBUIK JE KOP, HELM OP.**

Mr. Jac. Takkade 3 1432 CA Aalsmeer | T + 31 297 344 344 | Bedrijvenweg 24 1424 PX De Kwakel



**bosman  
van zaal**

GREENHOUSES & CONSTRUCTIONS  
HEATING & COOLING SYSTEMS  
CULTIVATION SYSTEMS  
WATER & ELECTRICAL SYSTEMS  
SERVICE & SOFTWARE  
TURN-KEY PROJECTS

WWW.BOSMANVANZAAL.COM