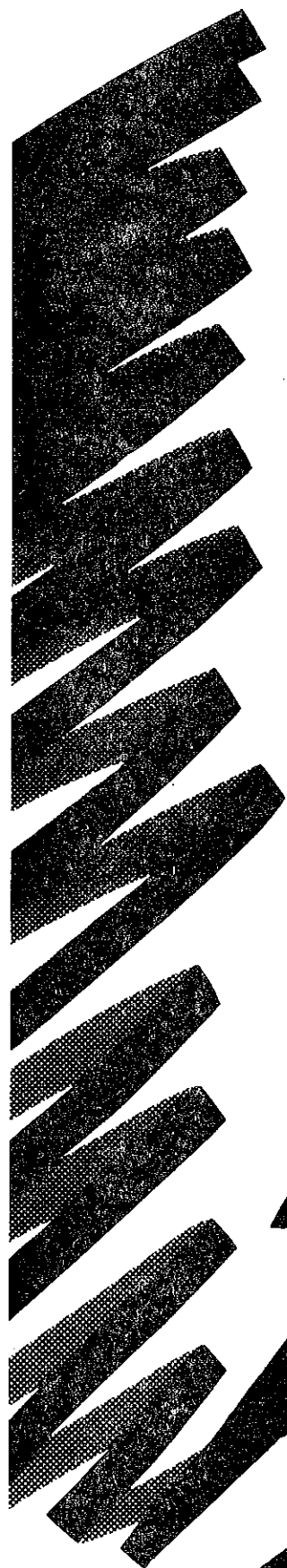
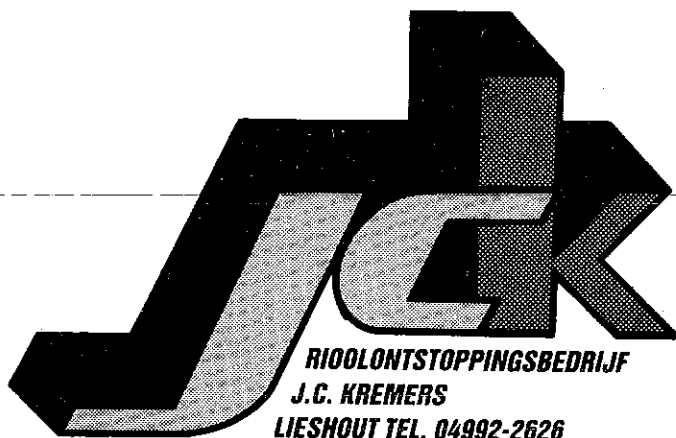


S.V. FORTUNA '67



— Jaci '90



- RIOOL
- SANITAIR
- REINIGEN
- REPAREREN
- AANLEG
- 24-UURS SERVICE

De goedkoopste
zonder voorrijkosten.

Geboorte.....

Trouwen.....

Jubileum.....

KIES DAN KAARTEN VAN.....

„ DAI - IPPO DRUK ”

Wij hebben een ruime sortering
kaarten.

Offset drukkerij
„ DAI - IPPO DRUK ”

de Jongsingel 46
5492 CS Sint-Oedenrode
Tel. 04138 - 76080

DE BEZORG-BAKKER

1 dag tevoren bestellen vóór 18.00 uur.

Abrikozen-kersen-krumelvlaai	10.00
Vruchtenvlaai	13.00
Roomvlaai speciaal	14.50
Appelvlaai speciaal	14.50
Rijstevlaai speciaal	14.50
Kruisbessenvlaai	15.00
Bananenvlaai	15.50
Advocaatvlaai met slagroom	15.50

ELKE DAG VERS - OOK OP MAANDAG

Brood en Banket 't Kruimeltje

Telefoon 77481 - Boskant



HOOFDSTRAAT 66 - SCHIJNDEL
TELEFOON 7 49 91

Voor vakkundigeschoen-
reparatie, alle leder-
waren en sleutelservice.



Centrale Volksbank

Vertrouwelijk, vriendelijk,
maar bovenal voordelig.
Vergelijk voor u beslist,
als het gaat om:

*Sparen *Lenen
*Hypotheken



M.A. v.d. Leest
Deken van Erpstraat 16b
St. Oedenrode
Tel: 04138-73239

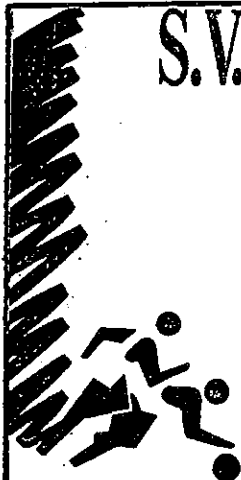
Ik ben u graag van dienst



S.V. FORTUNA '67



OPGERICHT
15 DECEMBER 1967



HOOFDBESTUUR:

voorz./secr.	: Luc v.d. Tillaart	Ollandseweg 114	76439
penningmeester	: Rina v Aarle	Laan ten Rode 26	74312
contactpersoon			
afd. atletiek	: Albert v. Dinther	Graaf Arnulfstraat 5	74613
afd. basketbal	: Wim v.d. Ploeg	Dommelrodelaan 69	75106
afd. trimmen	: Tonny v.d. Rijt	Ollandseweg 14	75336

ATLETIEK:

secretaris	: Albert v. Dinther	Graaf Arnulfstraat 5	74613
penningmeester	: Jan v. Kampen	Zonnedaauw 1	77450
wedstrsecr.thuis	: Jan Smits	Lieshoutseweg 1b	74453
wedstrsecr.uit	: Cor v. Erp	Grote Doelenlaan 27	74622
trainingen	: Jan v. Kampen	Zonnedaauw 1	77450
bankrelatie	: Rabo rekeningnr.	13.82.12.783	

BASKETBAL:

voorzitter	: Cees Jansen	Verwestraat 33	74419
(wedstr.)secr.	: Wim v.d. Ploeg	Dommelrodelaan 69	75106
penningmeester	: Frank v. Rooy	Emmausstraat 22	72586
skp	: Aad v. Berkel	Lieshoutsedijk 46	73393
lid	: Marion v. Limpt	Griegstraat 6	74273
lid	: René in 't Zandt	Heistraat 63	75175
bankrelatie	: Rabo rekeningnr.	13.82.23.106	

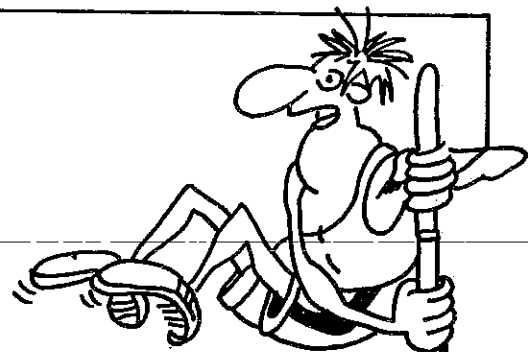
TRIMMERS:

secretaris	: Elly v.d. Boomen	Dommelrodelaan 45	73252
penningmeester	: Betsie v. Mil	Doornappel 5	75454
lid	: Tonny v.d. Rijt	Ollandseweg 14	75336
bankrelatie	: Rabo rekeningnr.	13.82.24.393	

FORTUNABODE:

Alg. coördinatie	: Hans Slegers	Frederikstraat 23	75115
penningmeester	: Rina v. Aarle	Laan ten Rode 26	74312
bankrelatie	: Rabo rekeningnr.	13.82.32.105	

uitgave	: 25-06-1990.
volgende uitgave	: 12-07-1990.
copy vóór	: 04-07-1990



VERJAARDAGEN

13 juni PATRICK van der MADE
16 " ANNELOES van ERP
17 " ERIK KEMPE
19 " IVO AARTS

PROFICIAT ALLEMAAL NAMENS HET ATLETIEK BESTUUR.

NIEUWE LEDEN

PATRICK van der MADE	Jongens pup. A
ERIC DILISEN	Loopgroep
GERARD van de WIJDEVEN	"

atletiek





Fortuna '67



AAN ALLE LEDEN, OUDERS, VRIENDEN EN ANDERE BELANGSTELLENDEN.

ZATERDAG 30 JUNI GAAT DE 24 UURS ESTAFETTE WEER VAN START. EN WEL VOOR DE TWAALFDE KEER. OMDAT DE ESTAFETTE HET VORIG JAAR ZO'N GROOT SUCCES IS GEWORDEN, HEEFT HET BESTUUR BESLOTEN OM OOK DIT JAAR WEER EEN ESTAFETTE TE ORGANISEREN.

OOK DIT JAAR ZAL ER WEER (HOPEM WIJ ALLEMAAL) EEN GROTE GROEP TRIMMERS WORDEN INGEZET OM HET AANTAL KILOMETER SAMEN MET DE JEUGD OP TEVOEREN. ER ZAL GELOPEN WORDEN OM GELD IN TE ZAMELEN VOOR AANSCHAF VAN NIEUW MATERIAAL, VOOR DE ATLETIEK. DE BEDOELING IS DAT IEDER LID EEN OF MEERDERE SPONSERKAARTEN KRIJGT.

WAT MOET JE DOEN MET DEZE SPONSERKAARTEN?

VRAAG AAN VRIENDEN, OUDERS, OPA'S, OMA'S, OOMS EN TANTES DE BUREN, JE LERAAR, OF ANDERE DIE JE KENT OF ZE JOU WILLEN SPONSEREN. DAT KAN OP TWEE MANIEREN. IEMAND ZEGT B.V.: IK GEEF JE FL 5,00 JE VULT DAN FL 5,00 ONDER DE KOLOM TOTAALBEDRAG IN. DAT IS DE EERSTE MOGELIJKHEID. DE TWEEDE MANIER IS, DAT IEMAND TEGEN JE ZEGT: IK GEEF JE FL 0,02 CENT PER TOTAAL GELOPEN KILOMETER. IN DAT GEVAL VUL JE 0,02 CENT IN DE KOLOM PER KM. IN DE KOLOM TOTAALBEDRAG KUN JE DAN NOG NIETS INVULLEN, OMDAT JE DE TOTAAL AANTAL KILOMETERS NOG NIET WEEET. VORIG JAAR HEBBEN WE 390 KM GELOPEN. VERTEL DIT AAN DE MENSEN, DAN HEBBEN ZE EEN IDEE WAT ZE MOETEN BETALEN ALS ZE PER KM STEUNEN. DE KAART MOET JE TIJDENS DE ESTAFETTE MEEBRENGEN, ZODAT WE HET BEDRAG KUNNEN VULLEN OP JE KAART. OP HET EINDE VAN DE 24 UURSLOOP KRIJG JE DE KAART TERUG OM HET GELD OP TE HALEN EN JE WORD VERZOCHT OM HET GELD BINNEN TWEE WEKEN AF TE DRAGEN BIJ: JAN V KAMPEN ZONNEDAUW 1 TE ST-OEDENRODE TEL 04138-77450.

WE ZULLEN DUS HARD MOETEN LOPEN VAN ZATERDAG 30 JUNI 12.00 UUR TOT ZONDAG 1 JULI 12.00 UUR. HET IS DE BEDOELING DAT DE PUPILLEN EN C/D JUNIOREN DE MIDDAG EN MORGEN LOPEN, TERWIJL DE A/B JUNIOREN, DE SENIOREN EN DE TRIMMERS VOORAL 'S NACHTS LOPEN. DE LAATSTE TWEE UUR VAN HET EVENEMENT DUS 'S-ZONDAGS VAN 10.00 TOT 12.00 LOPEN WE ALLEMAAL EEN RONDJE.

TOT ZIENS IN JE TRAININGSPAK

HET BESTUUR S.V. FORTUNA '67

VOOR MEERDERE INFORMATIE KUN JE TERECHT BIJ:
ALBERT V DINTHER GRAAF ARNULFSTRAAT 5 TEL; 04138-74613.

Uitslag Halve Marathon in Schijndel op 30 april 1990

georganiseerd door A.V. "DE KEIEN" te Uden

Senioren:

5. Jack de Punder 1.20.34

Veteranen:

11. Peter Hellings 1.40.47

=====

Uitslag pupillen-meerkamp ± C D wedstrijden bij "A.V. MARVEL"
te Boxtel 20 mei 1990.

J.P.C.	40m	VER	BAL	PUNTEN	1000m	pl.
1.Joost van Kampen	7.5	3.00	23.08	781	4.00.0	1e

J.P.B.	40m	VER	BAL	PUNTEN	1000m	pl.
2.Michael v.d. Made	7.4.	3.25	26.50	893	4.07.8	1e

J.P.A.	60m	HOOG	KOGEL	PUNTEN	1000m	pl.
4.Patrick v.d. Made	10.3	1.10	6.04	924	4.02.5	9e
5.Jeroen vd Tillaart	10.5	1.05	6.72	900	3.25.1	1e
6.Arjen van Esch	10.1	1.00	5.91	869	3.56.7	7e
17.Floor van Kampen	12.2	0.80	4.68	393	4.22.2	16e

M.P.A.	60m	HOOG	KOGEL	PUNTEN	1000m	pl.
6.Anneloes van Erp	9.9	1.05	4.56	846	3.40.5	1e

M.D.	60m	serie	fin.	600m	KOGEL	VER	HOOG
Sandra Senders	9.5	9.8	4e	---	6.27 3e	3.41 7e	----
Wendy Hoevenaars	---	---	---	2.03.2 4e	----	3.59 5e	1.20 2e

J.D	80m	serie	1/2 f.	fin.	HOOG	VER	KOGEL	1000m
Erik Slegers	12.0	11.5	11.5	4e	1.35 3e	3.78 3e	---	---
Frank vd Langenberg	13.2	---	---	---	---	3.50 9e	7.72 4e	---
Erik Kempe	13.0	---	---	---	---	3.18 17e	---	7e 3.41.3
Bjorn v Dinther	---	---	---	---	1.20 8e	3.24 14e	5.36 11e	---
Roel v Kampen	---	---	---	---	---	3.11 20e	5.30 12e	---

J.C.	100m	serie	fin.	VER	SPEER	KOGEL
Rob vd Berg	14.8	14.9	3e	3.80 8e	17.58 9e	---
John van Erp	15.1	15.4	5e	3.45 11e	---	5.60 3e

UW GROENTE- EN FRUITSPECIAALZAAK



Ad v.d. Wijdeven

Borchmolendijk 12
Tel. 04138-74039

Dierenspecialzaak
Kengelsport

DE BORCHMOLEN

Borchmolendijk 14
telefoon 04138-73510

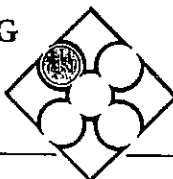


Schoenreparatie

Lederwaren
VAN KEMPEN
Borchmolendijk 38a
tel: 04138-76488

ptt post

**VERENIGING
KOM ROOI**



**DRANKENHANDEL
J. DE LEYER**

**WINKELPOOL
BORCHMOLENDIJK**



**DE ROOISE
SAUNA**



JEANSSJOPS

BORCHMOLENDIJK 42
5492 AK SINT-OEDENRODE
TEL: 04138-77585

ROXSELEKTRO

BORCHMOLENDIJK 9 SINT-OEDENRODE



**XANDER
VAN VESSEM**
HARELAAR O.O.

Maak plaats voor
adviesbureaus die
typische klachten
veroorzaken



van BOXMEER bv

HOOGVEEEN

Reparatie beeld
en geluid

Borchmolendijk 38

5492 AK Sint-Oedenrode
tel. 04138-76596



**SPORTHILZEN
RELATIEGESCHENKEN**

FRANS VAN DEN HEUVEL

Verf - Glas - Behang - Inrijtwerk - Autoklanken - Gereedschappen - Sleutels

**FA. RAAYMAKERS
ZUIVELHUIS**



**GOUD- en
ZILVERATELIER**
telefoon 04138-78126

**ALDI
MARKT**

C.SCOPE

FISHER TI-SCOPE

METAALDETECTOREN



Voor het opsporen van verloren of
verborgen metalen voorwerpen.

Ook voor controle van hout op metaal
verontreiniging en pijp en kabel
detectieapparatuur.

GELAN METAALDETECTOREN B.V.
Tel.: 04105-12949

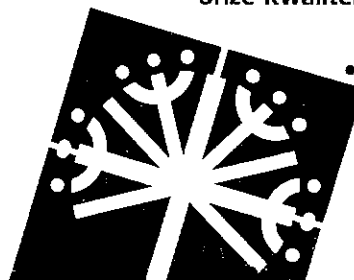
Doordacht Investeren Is Kiezen Voor Kwaliteit.

**Bomen en solitaires in meer dan 400
soorten en variëteiten.**

- Laanbomen • Straatbomen • Parkbomen
- Solitaires • Zeer uitgebreid assortiment in zware maten

Verplante bomen met sterke compacte draad-
kluut en een stamomvang tot 150 cm.

Onze prijzen zijn niet de laagste maar...
onze kwaliteit is hoog.



- Advies bij keuze en beplanting
- Snelle levering
- Zorgvuldig transport

Bel voor meer
informatie:
04138 - 72331

Gebr. van den Berk bv Boomkwekerijen

Nurseries-Baumschulen-Pépinières

Donderdonk 4, 5492 VJ St.-Oedenrode, Holland
Postbus 130, 5490 AC St.-Oedenrode, Holland
Telefoon 04138 - 72331, Telefax 04138 - 77476
Telex 74683 nl.

Muller Mode

Markt 25 - Sint-Oedenrode - Tel. 04138-72783

Leo Leenders Optiek

*Voor wie het beter wil bekijken,
en er mooier uit wil zien!*

Kerkplein 5a, Sint-Oedenrode, tel. 04138-74860.

CAMPING SPORT

DE WIT

KOMPLEET IN SPORT

Rooiseweg 22, Tel. 04104-92356 Schijndel

BLOEMSIERKUNST



Winkelcentrum KIENEHOEF

Tel.: 77034

AUTOVERZEKERINGEN

MET 77½ % KORTING

Maar ook voordat u de maximale No-Claim heeft bereikt geven wij al forse kortingen. Na 4 jaar 65%, na 3 jaar 60%, na 2 jaar 55%. Bestaande No-Claim korting nemen wij over.

Te verzekeren gewicht t/m	WA	Gerepr. sal. pr.	Extra dekking	Casco
600 kg	132,-	10.000,-	28,-	170,-
650 kg	145,-	11.000,-	31,-	191,-
700 kg	160,-	12.000,-	34,-	213,-
750 kg	175,-	13.000,-	37,-	234,-
800 kg	189,-	14.000,-	40,-	256,-
850 kg	202,-	15.000,-	43,-	276,-
900 kg	216,-	16.000,-	46,-	297,-
950 kg	230,-	17.000,-	49,-	318,-
1.000 kg	243,-	18.000,-	51,-	340,-
1.050 kg	258,-	19.000,-	55,-	362,-
1.100 kg	273,-	20.000,-	57,-	383,-
1.150 kg	287,-	21.000,-	60,-	404,-
1.200 kg	300,-	22.000,-	63,-	426,-

All-risk premie = WA + Casco

Bemiddeling in:

* Assurantiën * Hypotheken * Financieringen

Premiebetaling per maand mogelijk zonder extra kosten, dus nooit hoge nota's meer. Pakketkorting tot 15%.

Ook zaterdag geopend van 8.30 tot 18.30 uur.

TEVENS SPAARAGENTSCHAP N.M.S.

Assurantie en adviesburo VAN KURINGE BV

Koninginnelaan 1, 5491 HA St. Oedenrode, tel. 04138-74933

't Vonderke

Mariëtte en Anja

Gespecialiseerd in nacht- en onderkleding
Hoge Vonderstraat 4 - Telefoon 04138-75669

ZONDAG 20 MEI 1990 MEERKAMP TE BOXTEL.

's-Morgens om 10 uur moest iedereen op de markt aanwezig zijn. Iedereen was er en wij vertrokken. Wij moesten zelf ook rijden en wij hadden Frank, Erik Kempe en Erik Slegers in de auto. Wij reden er ongeveer 10 minuten op. Ik had het nog nooit meegemaakt. Toen we daar waren konden we uit 6 dingen kiezen (hadden we al gedaan), uit speerwerpen + sprint + lopen + hoogspringen + kogelstoten en verspringen. Ik had sprint + kogelstoten en verspringen gekozen. Om 11 uur begonnen we. Ik moest om 11 uur meteen naar het kogelstoten. Ik zat er bij 2 in de finale, bij de sprint en het kogelstoten. De uitslag werd straks bekend. Eerst moesten er nog een heleboel lopen en nog andere dingen doen. We moedigden altijd iedereen aan.

Toen eindelijk de prijsuitreiking kwam, kwam ons mam (Diny Senders). Ik kreeg wat te drinken. Toen kwamen de meisjes D. Eindelijk dan kogelstoten, maar ze hadden het verkeerd opgeroepen want Charissa (een meisje van mijn groep) was derde geworden. Mama ging naar Cor toe en zei dat ik meer had gegooid dan Charissa. Cor ging naar de jury toe. Het duurde wel een tijdje. Ik mocht een ijsje gaan halen maar toen ik binnen kwam moest ik met Cor mee. En mama had gelijk. De meneer legde me alles uit en zei dat ik de prijs thuisgestuurd kreeg. En ik vertelde het aan mama.

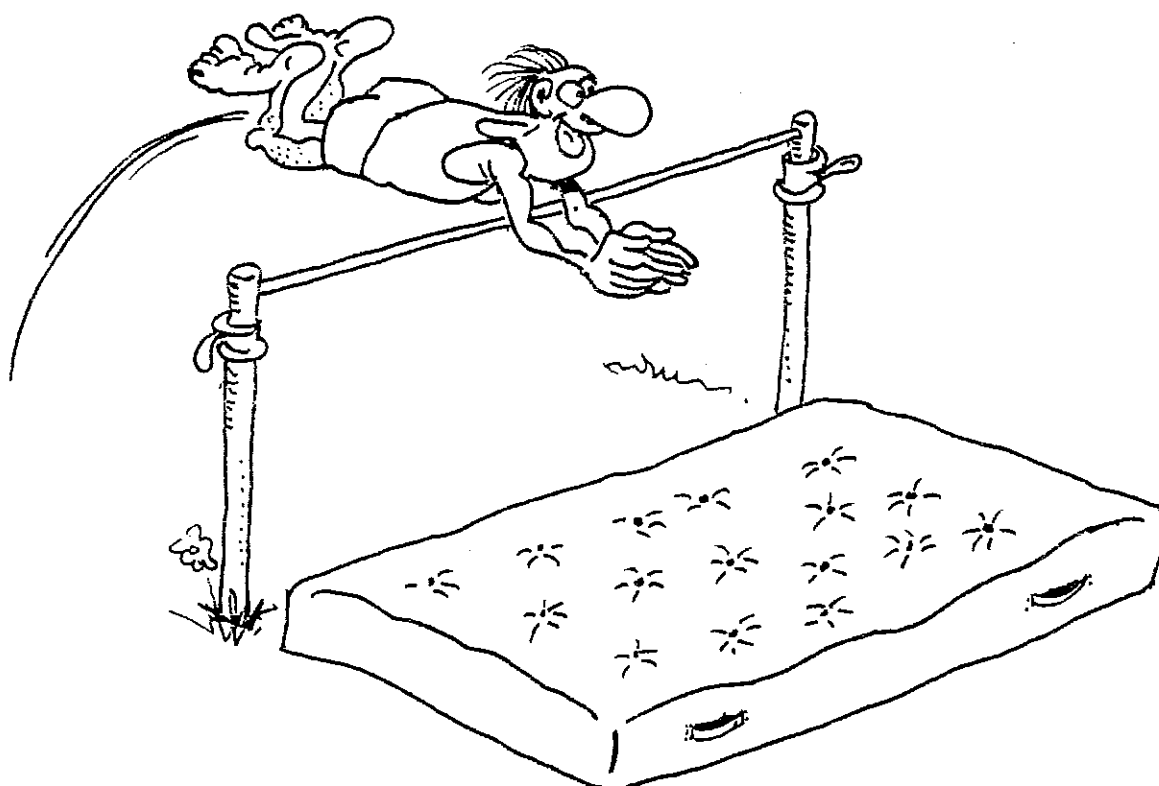
En rond 15.15 uur gingen we naar huis.

We waren om 15.30 uur thuis.

Geschreven door :

S A N D R A

S E N D E R S .



WEDSTRIJDKALENDER 1990.

Pupillen - Jongens en Meisjes C + D

zaterdag en zondag 9 en 10 juni te Castricum "A.V. Castricum"
Nederlandse grasbaankampioenschappen
aanvang 11.00 uur

zaterdag en zondag 30 juni en 1 juli te St.-Oedenrode "Fortuna"
24 uurs loop
aanvang 12.00 uur

zaterdag 7 juli te Best "Gen. Michaelis"
meerkamp (geen junioren)
aanvang 11.00 uur

zaterdag 25 augustus te Gemert "G.A.C."
meerkamp

of:

zaterdag 25 augustus te Valkenswaard "A.V.V."
meerkamp

zaterdag 1 september te Best "Gen. Michaelis"
meerkamp

zondag 2 september te Boxtel "MARVEL"
meerkamp

zondag 9 september te Eindhoven "P.S.V."
meerkamp (geen junioren)

zaterdag 15 september te Vught "PRINS HENDRIK"
meerkamp

zondag 16 september te Sint-Oedenrode "FORTUNA"
club-kampioenschappen

zaterdag 22 september te Helmond "H.A.C."
meerkamp

Het programma is meestal:

pup. A: 60m - hoogspringen of verspringen - kogelstoten + 1000 m.

pup.B/C: 40m - hoogspringen of verspringen - balwerpen + 1000 m.

Junioren C en D meestal keuze nummers, soms meerkamp.



KONINKLIJKE NEDERLANDSE ATLETIEK UNIE

WARMING-UP EN COOLING-DOWN BIJ HARDLOPEN

1. INLEIDING

Je zult het er roerend mee eens zijn dat hardlopen een razend populaire sport is. Iedereen kan, waar hij/zij het maar wil de hardloopschoenen aantrekken en er op uit trekken. De meeste mensen lopen puur voor de ontspanning, om af te vallen, of om in een goede conditie te blijven. Bij hardlopers die lid zijn van een atletiekvereniging speelt vaak mee dat men de eigen prestatie wil verbeteren, dat men de "eigen grenzen wil verleggen".

Het hardloopeizoen is weer van start gegaan. Vaak is dit aanleiding om het aantal keren dat per week wordt getraind op te voeren, evenals het aantal kilometers. Presteren geeft een bepaalde "kick", maar helaas ook een verhoogde kans op blessures. Blessures hebben de nare "eigenschap" dat ze vaak vlak voor de belangrijke wedstrijd ontstaan waar het hele jaar voor getraind is. Je kunt je hardloopprestatie niet meer neerzetten en je baalt stevig. Gelukkig kunnen veel van deze blessures worden voorkomen. Hoe dat moet wordt aangegeven in de actie "Blessures blijf ze de baas". Een actie van het Nationaal Instituut voor de Sportgezondheidszorg (NISGZ) en Stichting Consument en Veiligheid (SCV), waarin nauw samengewerkt wordt met de K.N.A.U.

Eenvoudige regels om blessures te voorkomen zijn:

- zorg voor een goede warming up en cooling down
- zorg voor een goede trainingsopbouw
- zorg voor een goede looptechniek
- gebruik goede hardloopschoenen
- onderga regelmatig een sportmedisch onderzoek en herstel volledig na een oude blessure

In dit clubblad zullen achtereenvolgens 5 artikelen verschijnen over deze regels. Het eerste artikel gaat over warming-up en cooling-down bij hardlopen. Bij zowel de warming-up als de cooling-down horen rek-oefeningen.

2. WARMING-UP EN REK-OEFENINGEN

Net als bij een motor van een auto is het voor het lichaam niet goed om koud snel te veel toeren te maken. Dat is bijna vragen om blessures. Een goed opgebouwde warming-up bij hardlopen bestaat uit rustig inlopen, rek-oefeningen, actieve oefeningen en versnellingsloopjes. Een warming-up die je voor springen of werpen uitvoert ziet er in grote lijnen hetzelfde uit, maar zal aangevuld moeten worden met een aantal specifieke oefeningen.

In totaal moet voor een warming-up inclusief de hierna volgende rek-oefeningen zeker 15 - 20 minuten uitgetrokken worden.

Rustig inlopen

Door gedurende 5-10 minuten rustig in te lopen, "draait je lichaam warm". Je bloedsomloop wordt gestimuleerd, je spieren en pezen komen geleidelijk op temperatuur en je lichaam wordt voorbereid op de actie die komen gaat.

Na deze 5-10 minuten van de warming-up is het tijd voor de rek-oefeningen. Deze oefeningen hebben in het kort gezegd het volgende doel:

1. Het voorkomen van een te hoge spanning van de spiergroepen die bij hard lopen het meest gebruikt worden
2. Het verbeteren van de lenigheid, waardoor de loopbeweging beter (gecoördineerder) uitgevoerd wordt.

Bekend is dat stijve, gespannen spieren een verhoogde kans op het optreden van blessures geven!

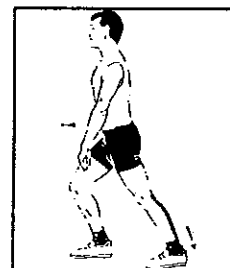
De belangrijkste regels bij het uitvoeren van de rek-oefeningen zijn:

- Je mag nooit zover rekken dat je pijn voelt, wel "rek" natuurlijk. Na verloop van 5-10 seconden wordt het gevoel van "rek" op de spieren minder, waarna je de beweging iets verder kan en mag doorvoeren, gedurende 20-30sec.
- Daarnaast is het van belang dat je tijdens de rek-oefeningen niet te veel afkoelt. Ga zoveel mogelijk uit de wind staan en trek tijdens slecht weer een extra trainingspak aan.

Omdat bij hardlopen de rek-oefeningen voor de benen het belangrijkste zijn, zal van deze rek-oefeningen de uitgangshouding besproken worden.

Oppervlakkige kuitspieren

Zoek een steunpunt en stap met je rechterbeen naar voren. Houd je linkerbeen gestrekt met de voet plat op de grond, recht naar voren wijzend. Druk nu je heupen naar voren en voel de spanning die nu op je kuit ontstaat.



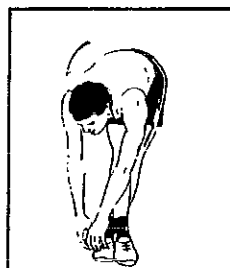
Diepe kuitspieren

Ga staan. Doe met je rechtervoet een kleine stap naar voren en blijf op je rechter been steunen. Hou je linker voet plat op de grond en recht naar voren wijzend. Buig je linkerknie zonder dat je linker hak van de grond komt. Voel de spanning die nu (lager) in je kuit ontstaat.



Spieren buitenzijde en achterzijde bovenbeen

Plaats je rechtervoet voor je linkervoet langs, aan de buitenzijde van je linkervoet. Laat je gewicht rusten op je linkervoet en beweeg met je romp en je armen naar zijwaarts, naar rechts. Houd je rug hierbij recht!



Frans Fierens



voor alles wat
uw woning
nodig heeft

Hertog Hendrikstraat 9-11
5492 BA Sint-Oedenrode
Telefoon 04138-72746

van Hoof SINT-OEDENRODE

Het Autobusbedrijf waar U
het best mee UIT bent



sedert 1921

Gr. Doelenlaan 16-18 Tel: 04138-72545



Henk & Beppie v. Haaren
Boschweg 86
5481 EH Schijndel

telefoon: 04104-78738
04138-75348



Bekkers Assurantiën b.v.

Lindendijk 10
5491 GB Sint Oedenrode
Telefoon 04138-73739

Nieuwstraat 18B
5691 AC Son en Braugel
Telefoon 04990-77272


Slijper Diamant Huis
St. Oedenrode

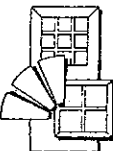
Alle dagen open van 9.00-17.30 uur
zaterdag van 9.00-14.00 uur
vrijdag koopavond tot 20.00 uur
Eerschotsestraat 77, 5491 AB St. Oedenrode
Telefoon 04138-72432

Meer voor geld
keuken minder

en...alle keukens worden in
eigen fabriek voor U naar
wens gemaakt!

IKAR KEUKENS

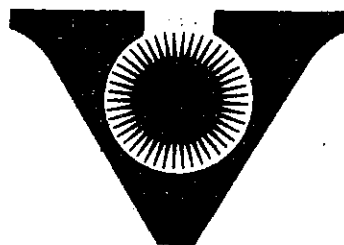
Industrieweg 12a Nijnsel
Tel: 04138-77315

ELBECO
houtbewerking bv 

HET ADRES VOOR: TRAPPEN
BINNEN- EN BUITENDEUREN
ROLDEUREN EN ROLLUIKEN
SCHUIFPUIEN
KOZIJNEN EN RAMEN
ENKELGLAS EN ISOLATIEGLAS
TRAP- EN BALKONHEKKEN
KUNSTSTOF KOZIJNEN EN RAMEN

EN VERDER ALLE VOORKOMENDE TIMMERWERKEN.

VOOR INLICHTINGEN: INDUSTRIEWEG 19 NIJNSEL
TEL. 04138-74286 NA 6 UUR 75042



Installatiebedrijf
P. VOSS B.V.

Industrieweg 11, Nijnsel
Nieuwstraat 50a, Son

-VERSMARKT- -Bennie-Welte-



**Verse groenten,
"Natuurlijk goed!!"**

**TEVENS BROOD, BLOEMEN EN PLANTEN
EN KAAS!**

Mgr. Bekkersplein 8, Tel. 72460

Café biljart 't Straotje

ANS en JOOP v. HASTENBERG
Kerkstraat 10 - St.Oedenrode

Schijvens

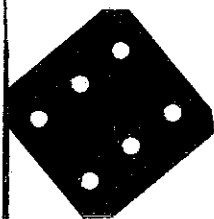
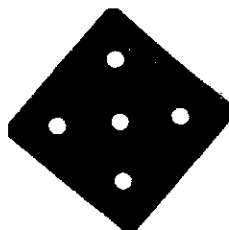
Modecentrum

Stuk voor stuk betaalbare mode
waar je snel bij moet zijn.

Best, Sint-Oedenrode, Son,
Nuenen, Oirschot, Gemert, Deurne,
Boxmeer, Cuyk.



**ONZE
KWALITEIT
GOOIT
HOGE OGEN!**



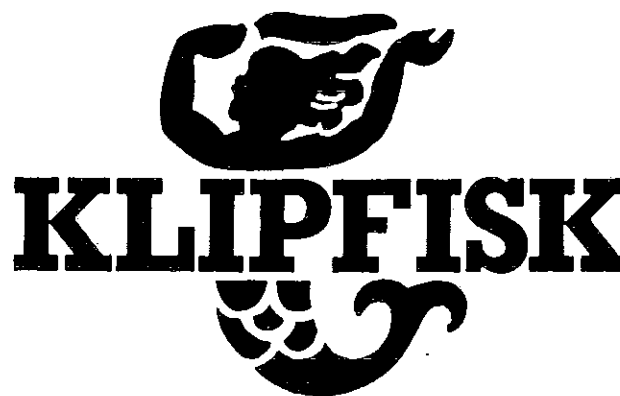
**Huiskens
Optiek**

Heuvel 30 St.-Oedenrode

04138-72720

Lid ANVC

OPTICIËN CONTACTLENSPECIALIST



Dames- heren en kinderschoenen

**SCHOENCENTRUM
„DE STAPPER“**

**Eerschotsestraat 90b
Sint-Oedenrode
Tel. 04138-74983**



Een lekkere en

goedkope borrel kopen,

Dan even bij Fons binnen lopen.

Het adres voor al uw dranken.

DRANKENHANDEL

**FONS VAN
BOXMEER**

Deken van Erpstraat 20 tel. 75133

Spieren binnenzijde bovenbeen

Ga in een spreidstand staan met je voeten recht vooruit. Breng je gewicht op je rechterbeen, buig gelijktijdig door je rechter knie en houd je linkerbeen op dezelfde plaats aan de grond. Houd je bovenlichaam recht op en voel de rek aan de binnenzijde aan je linker bovenbeen.



Spieren voorzijde bovenbeen

Ga recht op staan. Pak met je rechter hand je rechter enkel. Buig je rechter knie verder en strek de heup, zonder daarbij een holle rug te maken. Zorg ervoor dat je knie naar beneden wijst en dat je rechtop blijft staan.



Aktieve oefeningen

Na de rek-oefeningen te hebben uitgevoerd is het goed om enige actieve oefeningen uit te voeren, in series van 15-20 herhalingen. Enige voorbeelden van deze actieve oefeningen zijn:

- kom vanuit tenenstand komen tot kniebuigen met doorzwaaien van je romp.
- buig vanuit spreidstand met gestrekte benen voorover en tik afwisselend met je rechterhand je linkervoet aan en met je linkerhand je rechtervoet.
- maak vanuit lichte spreidstand ruime draaiende bewegingen met je bekken, zowel linksom als rechtsom.
- ga in lichte spreidstand staan, terwijl je je heupen naar voren duwt. Tik met je linkerhand achterlangs je linkervoet aan en afwisselend met je rechterhand je rechtervoet.
- hef je knieën tijdens looppas op de plaats
- maak uitvalpassen, waarbij je afwisselend met je linker- en rechterbeen een grote pas naar voren maakt, terwijl je achterste been aan de grond blijft
- maak kleine tweebenige sprongetjes, zowel voor-achterwaarts als zijwaarts
- Spring omhoog terwijl je je hakken achterwaarts naar je billen toe beweegt.

Versnellingsloopjes

Voer na deze actieve oefeningen nog een aantal (2-6) loopjes uit, waarbij je langzaam begint en je snelheid naar het einde opvoert. Voer met ieder volgend loopje je snelheid die je op het einde bereikt meer op.

3. COOLING-DOWN EN REK-OEFENINGEN

Tegenover opwarmen (warming-up) staat afkoelen (cooling-down). Loop na het hardlopen rustig zo'n 5 minuten uit, waardoor je lichaam de kans krijgt de afvalstoffen af te voeren. Om een verhoogde spierspanning te voorkomen moet je vervolgens ook in de cooling-down rek-oefeningen uitvoeren. Ook een lauwe douche en een herstelmassage van de zwaarst belaste spieren kunnen een onderdeel vormen van de cooling-down.

Alleen op deze manier kan je de vaak optredende spierstijfheid voorkomen en verminder je de kans op blessures doordat je de volgende keer niet met stijve spieren traint.

Dit waren de regels voor een goede warming-up en cooling-down. In het volgende clubbladartikel zullen de regels voor een goede trainingsopbouw besproken worden.

OVERZICHT WEDSTRIJDEN EN TRIMLOPEN IN DE REGIO

Zondag 10 juni "SV CONDITIO" te Best
Conditio trimloop 6,5 - 3,2 km. aanv.v.a. 11.00 uur

Zondag 10 juni "GVAC VELDHOVEN" te Veldhoven
trimloop 4 - 18 - 12 - 6 km. aanv.v.a. 10.30 uur

Zondag 10 juni "S.V. V.O.A.B." te Goirle
3e Goirlese Stratenloop 10 km. aanvang 12.45 uur

Zaterdag 16 juni "A.V.V." te Valkenswaard
10 E.M. KNAU-leden en trimmers aanvang 19.30 uur

Zondag 17 juni "SV FORTUNA '67" te Sint Oedenrode
 1/2 marathon + 10 km. aanvang 10.30 uur
 wedstrijd + trimloop

Zondag 17 juni "AVV VALKENSWAARD" te Valkenswaard
AVV's trimlopen 12 - 9 - 6 - 3 - 1 km.aanv.v.a. 10.45 uur

Zondag 17 juni "TILBURG ROAD RUNNERS" te Goirle
Goirlese Bosloop 20 - 15 - 10 - 5 - 2 - 1 km.
aanv.v.a. 10.30 uur

Woensdag 20 juni "LOGO" te Geldrop
Logo-Zomeravond-Trimloopcyclus 9,3 - 6,2 - 3,1 km.
aanvang 19.15 uur

zaterdag 23 juni "A.V.R. '69" te Reusel
10 Engelse Mijl stratenloop wedstrijd aanvang 20.15 uur
trimloop 5.9 - 11 km en 10 E.M. " 20.15

Zondag 24 juni "GVAC VELDHOVEN" te Veldhoven
trimloop 4 - 18 - 12 - 6 km. aanv.v.a. 10.30 uur

Zondag 24 juni "S.V. OLYMPIA" te Eindhoven
Olympia's trimlopen 9 - 6 - 3 - 1 km. aanvang 11.00 uur

Zondag 24 juni "OSS '78" te Oss
Halve marathon

[illegible]

Zondag 1 juli "SV CONDITIO" te Best
Conditio trimloop 6,5 - 3,2 km. aanv.v.a. 11.00 uur

Woensdag 11 juli "AV D.E.S." te Eersel
Zomeravondloop 5 - 2,5 - 1 km. aanv.v.a. 20.00 uur

Zondag 15 juli "AVV VALKENSWAARD" te Valkenswaard
AVV's trimlopen 12 - 9 - 6 - 3 - 1 km.aanv.v.a. 10.45 uur

Woensdag 18 juli "AV D.E.S." te Eersel

Zomeravondloop 5 - 2,5 - 1 km.

aanv.v.a. 20.00 uur

Woensdag 18 juli "LOGO" te Geldrop

Logo-Zomeravond-Trimloopcyclus 9,3 - 6,2 - 3,1 km.

aanvang 19.15 uur

Woensdag 25 juli "AV D.E.S." te Eersel

Zomeravondloop 5 - 2,5 - 1 km.

aanv.v.a. 20.00 uur

Zondag 29 juli "S.V. OLYMPIA" te Eindhoven

Olympia's trimlopen 9 - 6 - 3 - 1 km.

aanvang 11.00 uur

Woensdag 1 augustus "AV D.E.S." te Eersel

Zomeravondloop 5 - 2,5 - 1 km.

aanv.v.a. 20.00 uur

Woensdag 8 augustus "AV D.E.S." te Eersel

Zomeravondloop 5 - 2,5 - 1 km.

aanv.v.a. 20.00 uur

Woensdag 15 augustus "AV D.E.S." te Eersel

Zomeravondloop 5 - 2,5 - 1 km.

aanv.v.a. 20.00 uur

Woensdag 15 augustus "LOGO" te Geldrop

Logo-Zomeravond-Trimloopcyclus 9,3 - 6,2 - 3,1 km.

aanvang 19.15 uur

Woensdag 15 augustus "VV MENOS" te Landhorst

Staatsbossenloop 10 - 5,5 - 3 km

aanv.v.a. 19.30 uur

wedstrijd + trimloop

Zaterdag 18 augustus "HAC-HELMOND" te Gerwen

Stratenloop Gerwen 21 - 10 km.

aanv.v.a. 18.30 uur

wedstrijd + trimloop

Zondag 19 augustus "AV GENERAAL MICHAELIS" te Best

Ronde van Naestenbest 15 - 10 - 4 km. aanv.v.a. 13.00 uur

wedstrijd + trimloop

Zondag 19 augustus "AVV VALKENSWAARD" te Valkenswaard

AVV's trimlopen 12 - 9 - 6 - 3 - 1 km.aanv.v.a. 10.45 uur

Zondag 19 augustus "SV CONDITIO" te Best

Conditio trimloop 6,5 - 3,2 km.

aanv.v.a. 11.00 uur

Zaterdag 25 augustus "ST. NAT. NED. TRIMBOND" te Schijndel

Nederlandse trimkampioenschap 20 - 15 - 10 - 5 - 2,5 km.

wedstrijd + trimloop

aanvang 12.00 uur

Zondag 26 augustus "S.V. OLYMPIA" te Eindhoven

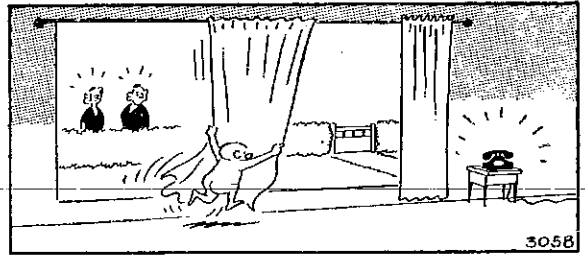
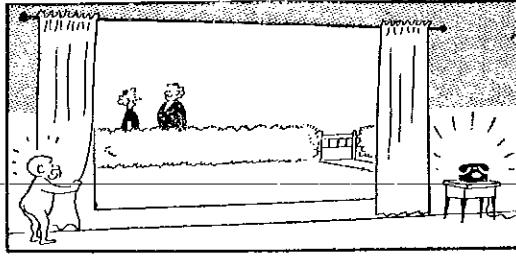
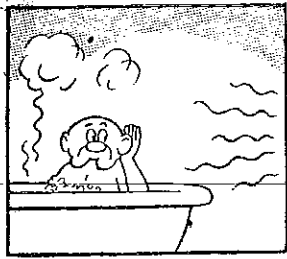
Olympia's trimlopen 9 - 6 - 3 - 1 km.

aanvang 11.00 uur

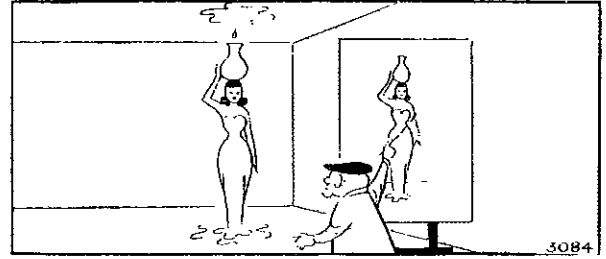
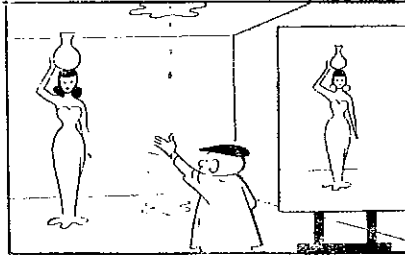
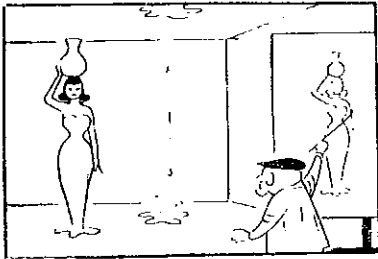
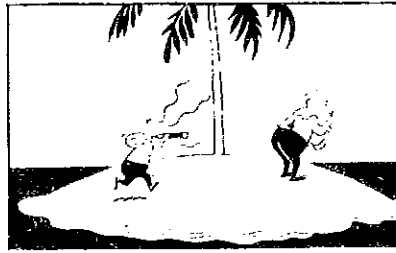
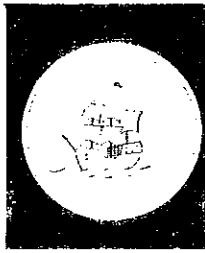
Zondag 26 augustus "PRINS HENDRIK" te Sint Michielsgestel

1/2 marathon wedstrijd + trimloop

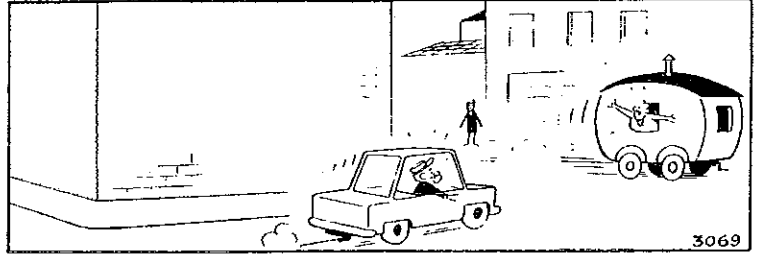
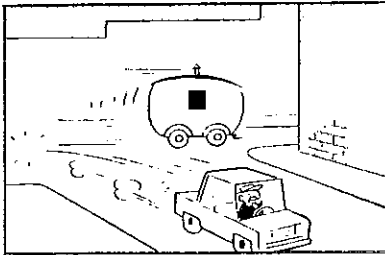
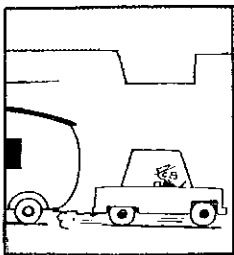
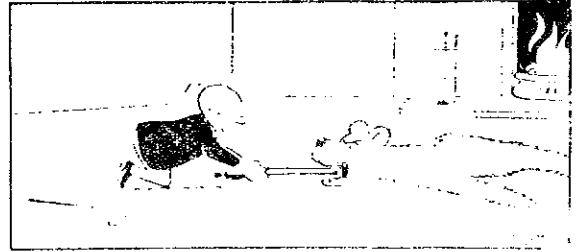
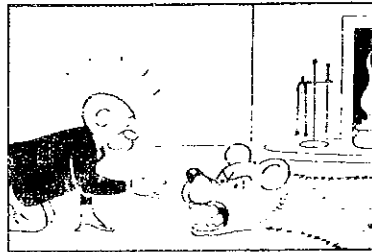
GOOFJE GOOCHEM



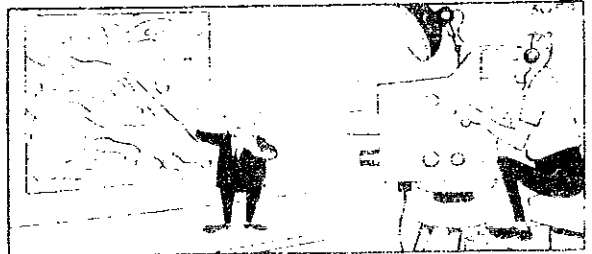
3058



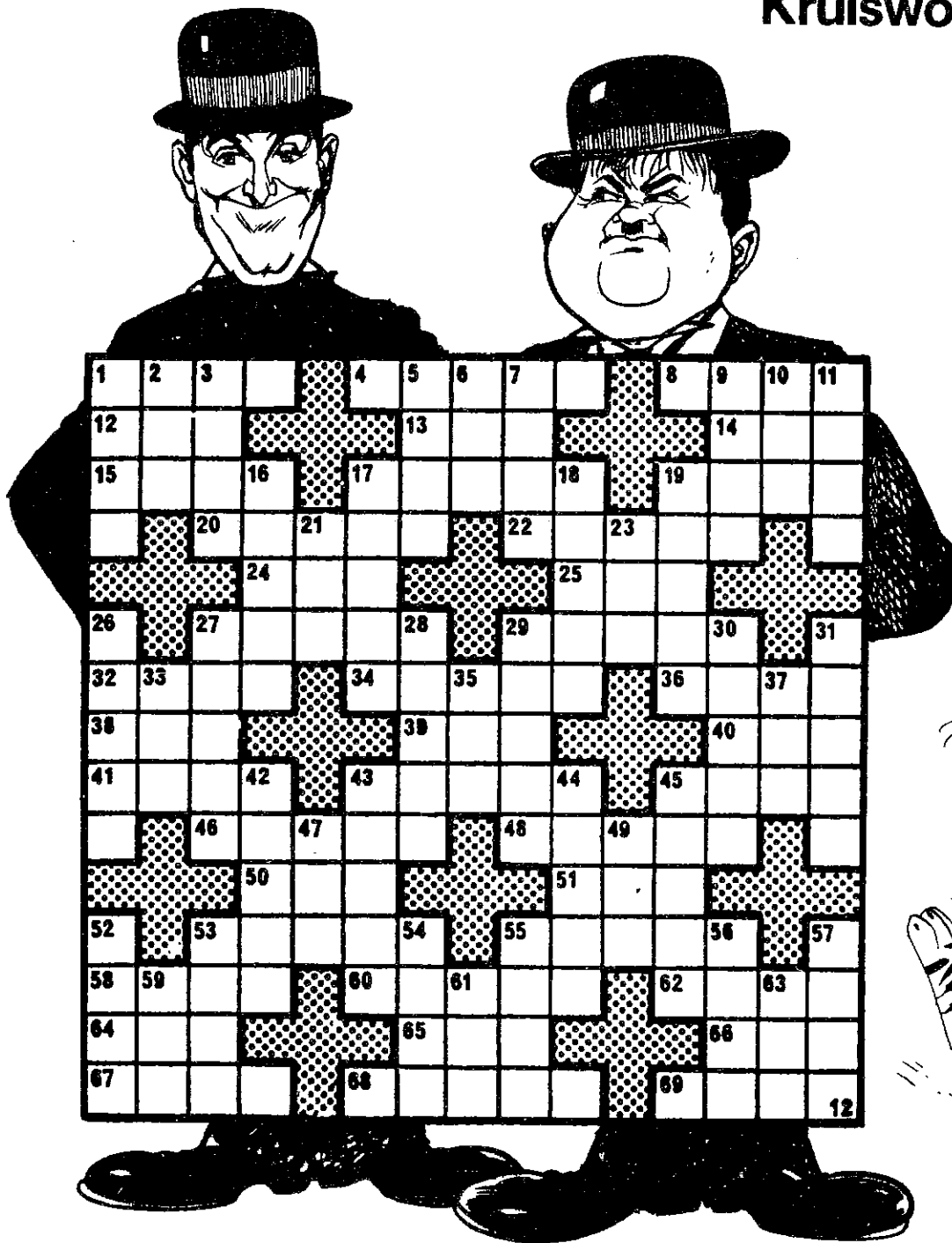
3084



3069



Kruiswoordraadsel



Winwoord:

Indien u de puzzel juist hebt ingevuld vindt u in de hokjes met de volgende cijfers de naam van een zoogdier. Dit is de oplossing van deze puzzel.

45 - 41 - 54 - 29 - 64 - 6 - 14 - 10 - 46 - 37.

HORIZONTAAL: 1 Europeaan; 4 Russische bronzen munt; 8 weinig gewelfd; 12 lyrisch lofdicht; 13 gewricht; 14 bloeiwijze; 15 sprookjesfiguur; 17 liturgisch hoofddeksel; 19 luchtig gebak; 20 gespannen; 22 omvangrijk; 24 knaagdier; 25 duw, stoot; 27 dier met slurfachtige snuit; 29 opschrift van een boek; 32 vrucht waaruit men olie perst; 34 macht over anderen; 36 denkvermogen; 38 vis; 39 vistuig om kabeljauw te vangen; 40 orgaan van een vis; 41 voedsel; spijs; 43 zangstem; 45 ongeschonden; 46 opstandeling; 48 telwoord; 50 lijst der aanhangige rechtszaken; 51 klein vertrek; 53 roofdier; 55 deel van een trompet; 58 onvriendelijk; 60 wijnsoort; 62 stad in Italië; 64 plechtige verklaring; 65 voordeel; 66 lust, trek; 67 eer bewijzen; 68 tamelijk; 69 kledingstuk.

VERTIKAAL: 1 onderpand; 2 plaats op de Veluwe; 3 wapenkreet, devies; 5 guitig; 6 zaadkorrel; 7 wars van laagheid; 9 verachtelijk, min; 10 vaartuig; 11 eetlust; 16 sterk, krachtig; 17 sober; 18 lang en slank; 19 muziekinstrument; 21 snel, vlug; 23 niet mager; 26 vis; 27 tropisch roofdier; 28 kwajongen, deugniet; 29 bewijs aan een couponblad; 30 herrie, lawaai; 31 plaats in Limburg; 33 loterijbriefje; 35 hemellichaam; 37 aanwijzend voornaamwoord; 42 kleine visotter; 43 communicatiemiddel; 44 vakantie van een rechtscollège; 45 opkoper van gestolen goed; 47 vis; 49 dwaas; 52 afgesneden schijf; 53 geregelde toestand; 54 stad in Nevada; 55 letter van het griekse alfabet; 56 kleur; 57 Nederlandse munt; 59 sterk ijzerhoudende grond; 61 lichaamsdeel; 63 niet raak.

Basketbal



Beste allemaal,

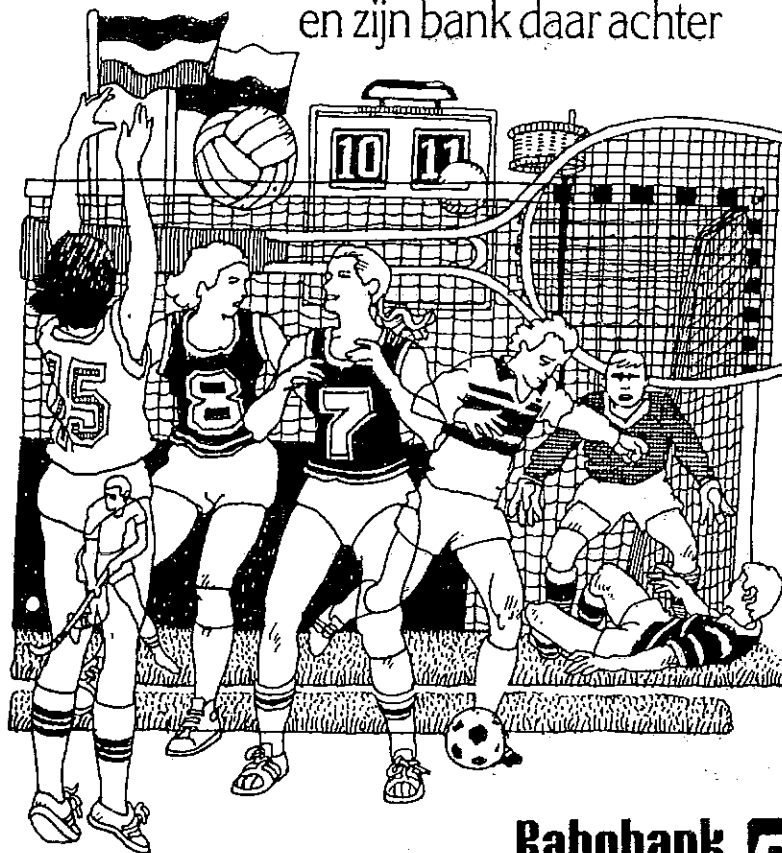
Het seizoen '89-'90 zit er weer op. Voor mij het laatste als jullie voorzitter. Langs deze weg wil ik dan ook iedereen bedanken, die mij de afgelopen jaren gesteund en geholpen heeft, om dit werk te kunnen doen.

Vanaf deze plaats wens ik mijn opvolgster, Joke van de Rijt, heel veel succes toe. Ik hoop dat jullie, alle leden van Fortuna, achter haar en het bestuur gaan staan om de vereniging gezond en gezellig te houden. Zij verdienen jullie steun voor 100%. Ze doen het tenslotte niet voor zichzelf, maar voor jullie, Fortuna'67 basketbal.

Nogmaals bedankt voor het vertrouwen dat jullie mij de afgelopen jaren hebben gegeven. Ik wens iedereen een prettige vakantie toe.

Cees Jansen

De mens, zijn sport
en zijn bank daar achter



Rabobank 
St.Oedenrode

DE AMBACHTELIJKE SLAGERIJ

**voor gezond
en lekker vlees
SLAGERIJ
VAN DE TILLAAR**

Hogevonderstraat 2

VOOR:

- | | |
|----------------------|---------------|
| * Tuinschuttingen | * Palen |
| * Tuinpoorten | * Damwand |
| * Pergola hout | * Tuinhuisjes |
| * Vlonder hout | * Balkhout |
| * Diverse IJzerwaren | |
| * Plaatmaterialen | |
| * Eiken | * Grenen |
| * Merantie | * Merbau |
| * Natuurlijk naar: | |

ALLES OP HOUTGEBIED!

GEBR. VAN AARLE B.V.

Ollandsweg 159 - Sint-Oedenrode - Tel. 04138-72461

**Alles voor
huis, tuin,
dier en hobby**



BoerenBond



VAN DE KAMP
SCHOENEN EN SPORT

HERTOG HENDRIKSTRAAT 12
SINT-OEDENRODE TEL: 72768

POSTZESSELS

Ned. P.Fr. series v.a. 45%
Ned. O series v.a. 40%
Ned. F.D.C. blanco v.a. 40%

P.Fr.: Luxemburg, Oostenrijk, België,
Vatikaan, Duitsland, Zwitserland,
Frankrijk, v.a. 13 cent Yvert Franc.

ZICHTZENDINGEN

Alles van Nederland zowel
P.Fr. als gestempeld.
verzorging van wereldnieuwtjesdienst

P. Hoevenaars
Deken van Dijkstraat 38.
5482 JZ SCHIJNDEL
tel. 04104-75337



S.V.V.P.

Bouwmarkt Forum

PLUS
DOE MET ZIJN MARKT



BOUWMATERIALEN - REUKENS - HOUT EN MACHINEEL
Timmerwerk - Wanden - vloeren - sanitair etc.
BEGELEIDING IN ADRES - BOUWKUNDIG TEKENWERK

**Uw complete
bouwmarkt**

Liempdseweg 3
5492 SM Sint-Oedenrode



SPORT EN GEZELLIGHEID
GAAN SAMEN AAN
DE BAR VAN
SPORTZAAL KIENEHOEF

MAKELAARS EN ASSURANTIEKANTOOR

 **de koning bv**

corridor 17b, 5492 HA sint-oedenrode, tel. 04138 - 74916

BELEEFD AANBEVELEND
WILLEMIJN EN RINUS BERKVEN'S

Bestuursmededeling

Op de algemene ledenvergadering op 19 mei 1990 is het volgende voorstel, na schriftelijke stemming aangenomen.

Mocht iemand niet komen schrijven of fluiten op het tijdstip, dat op de werklíjst staat vermeld, dan wordt een boete opgelegd. Men is verplicht deze boete te betalen. Niet betalen van deze boete staat gelijk aan het niet betalen van de contributie, zodat schorsen van de speler/speelster mogelijk wordt. De boete dient binnen twee weken betaald te zijn. Als dit niet binnen twee weken gebeurd is, volgt schorsing totdat de boete betaald is. Degene, die op de werklíjst vermeld staat, is ten alle tijden verantwoordelijk voor het verschijnen op de juiste tijd om te schrijven of te fluiten. Hierop is geen uitzondering mogelijk.

Fortunabode

Deze maand het laatste deel van de klucht: "Wie gaat de fortunabode verzorgen?". Zoals iedereen wel bekend is, stopt Aad met de fortunabode. Aad, bedankt voor de originele en leuke manier, waarop je de fortunabode al die tijd verzorgd hebt. Klasse! Voor de opvolging van Aad is een oplossing gevonden. Er zijn twee mensen, die het gedeelte basketbal voor hun (of hen ?) rekening gaan nemen. De ene, wiens naam geheim dient te blijven, speelt de rol van informant. Voor wie dit niet duidelijk is, hij/zij noteert alles wat iedereen zegt/doet, waarna de redactie een selectie uit de stapel kopieën maakt. Op de feestavond is de naam van de informant bekend gemaakt. Hij werd er zelfs ziek van. Maar aangezien de meeste er toch niet waren, kan de rol van onze 'undercover' agent gewoon doorgaan.

Trouwens over de feestavond gesproken, die was ontzettend gezellig. Het is toch verheugend om te zien, dat er maar weinig leden zijn, die op kosten van de vereniging en Rinus een feest willen

houden. Het groepje dat er wel was, dankt dan ook de rest van de leden voor de consumptiebonnen, frikadellen, gehaktballetjes, die men niet op kwam halen. We hebben ervan genoten.

René

*Boodschap van de
penningmeester:*

**Er is niemand die nog
geld van me krijgt,
tenminste,
*niet gemakkelijk.***

Ode aan Cees

Melodie: Clouseau - Daar staat ze.

Tekst: 't bestuur

Gitaarsolo: marvellous Wim

Daar staat ie
zo'n inzet voor de club is nooit gezien
Nu gaat ie
een lied als dit dat heeft hij wel verdiend
Hij is toch
de man die ieder kent van groot tot klein
Wij weten
zonder Cees zal het wel moeilijk zijn

En zelfs de kapper is dolblij
als Cees weer in zijn stoeltje zit
Haartjes verven of de baard
wordt ie rood geel groen of blauw of wit
of blijft 't dit

Hij schreeuwt soms
dit is m'n laatste, 't is al very late
Dan vraagt ie
is er nog iemand die een gulden heeft
Ik zit met
nog enkle nummers die nog niemand heeft
Wie wil ze
zesendertig en ook nummer twee

En zelfs de leiders van het kamp
zien Cees voortaan liever gaan
Hij wenst de kinderen goede nacht
tot ze alle naast hun bedje staan
maar hij heeft niks gedaan
kwam nergens aan

GITAARSOLO

Daar staat ie
zo'n inzet voor de club is nooit gezien
Nu gaat ie
een lied als dit, dat heeft hij wel verdiend

Donderdag 's avonds werkt hij niet
want dan moet hij naar zijn clubje toe
Ook vrijdag 's morgens werkt hij niet
want bij Rinus was het weer eens goed
hij is nog te moe
't doet er niet toe

Daar staat ie
zo'n inzet voor de club is nooit gezien
Nu gaat ie
een lied als dit, dat heeft hij wel verdiend

Nu gaat ie.....

*** Newsflash ***

Afgelopen zaterdag is bij de ex-voorzitter na lang wachten, eindelijk de tuin gedaan. Dit uitzonderlijk vriendelijke aanbod werd hem gedaan op de feestavond.

Wat later op die bewuste feestavond, beloofde drie spelers van 'het urste' om op zaterdag 26 mei de tuin van Cees te komen doen. Cees was zeer verbaasd, dat ze kwamen.



Trouwens, zij zelf ook. Het gras was circa 18 maanden niet meer gemaaid, waardoor het gras ruim 2 kontjes hoog was. Heel de buurt werd afgezocht voor tuingereedschap. Terwijl Cees toekeek en zeer af en toe toestemming voor een pauze gaf, sloopte men de schommel, de glijbaan, het terras en de helft van het gazon. Ja, Cees had grote plannen. Hij had heel zijn planning op papier gezet. Na een lange tijd zeer hard werken, was het gras geknipt (maaien kon niet). Tevens was er een grote kuil gegraven, waarin tegels moesten komen voor een terras, vijver en een steiger, waarvandaan Cees kan gaan vissen. Zij hielden woord, Cees hield woord. Dus de beloning was grandioos. De redactie hoorde dat het voortreffelijk heeft gemaakt.



CAFÉ
de Oekeltje

BORCHMOLENDIJK 11
5492 AJ St-Oedenrode
04138-72561

Wij bieden U, naast een goede
service, ondermeer het volgende
assortiment:

* Diverse biersoorten waarvan
enkele van het vat *
*Kleine snacks

Verse koffie met gebak
*IJS *Biljart*
*Lektuur *

Wij verkopen ook darts en dart-
accessoires.

GRAAG TOT ZIENS
Mark en Marjo
van Oekel



VAN DE KAMP
SCHOENEN EN SPORT

HERTOG HENDRIKSTRAAT 12
SINT-OEDENRODE TEL: 72768

Kwaliteitsslagerij
P. van ROOY & Zn.

VOOR EEN GOED EN VERS
STUK VLEES VAN EIGEN SLACHTINGEN

TEGEN ZEER SCHERPE PRIJZEN
Emmausstraat 22 - Tel. 04138-72586
SINT OEDENRODE

Kofferen 60 Sint-Oedenrode

AHREND-ODA

kantoormeubelsystemen

levering via de **ahrend** verkoopkantoren



"Rooyse Flora"

Hertog Hendrikstraat 2
Sint-Oedenrode
Tel. 04138-72679. Fax: nr. 72679

De Rooyse Flora nieuwe trend exclusief in
sortering klein in prijzen



Gerard Kluijtmans
Kerkstraat 13
Sint Oedenrode
Tel. 04138-72728



GERT WEHKAMP

- Benzine- servicestation
- Autobedrijf
- LPG autogas.
- A.P.K. Keuringsstation
- Uitlaten
- Banden

SINT-OEDERODE
Eerschotsestraat 74 - Tel. 04138-73022

Hout- en Bouwmaterialen

VAN ERP B.V.

- ★ Plaatmateriaal
- ★ Hout
- ★ Open haarden
- ★ Deuren
- ★ Bouwmaterialen



St. Oedenrode
Sonseweg 5
Tel. 04138-72565

goud zilver  uurwerken taxatie

Juwelier van Stegeren

Heuvel 40, 5492 AD Sint-Oedenrode
Telefoon 04138 - 72784

Off. dealer van o.a.

CERTINA - MAURICE LACROIX - SEIKO - PRISMA
BENETTON - DESIREE - DIAMONDE - LeChic.

Geboorte.....

Trouwen.....

Jubileum.....

KIES DAN KAARTEN VAN.....

„DAI - IPPO DRUK ”

Wij hebben een ruime sortering
kaarten.

Kortom : DAI - IPPO DRUK heeft
een kaart die bij elke gelegenheid
past !!!

Offset drukkerij
„DAI - IPPO DRUK ”
de Jongsingel 46
5492 CS Sint-Oedenrode
Tel. 04138 - 76080



Heuvel 26 - Sint Oedenrode

Telefoon 72463

Onze produkten zijn

meerdere malen met

GOUD bekroond