



S.V. FORTUNA '67
Sportvereniging Sint-Oedenrode

CLUBBLAD

Vrijwilligers Vaderdaglopen

Dinant 2016

Peter 70 jaar

Opgepast voor de buizerd

Wandeltrainersdag

Jogger hardloper atleet?

Loop eens binnen bij Get Running en laat je in onze winkel deskundig adviseren. Of je nu een beginnende trimmer of een baanatleet bent, wij helpen je graag en een gratis video-analyse op onze loopbaan is onderdeel van de service.



De hardloopspecialzaak van Eindhoven, de enige met tevredenheidsgarantie.

Wij hebben een ruim assortiment loopschoenen, kleding en accessoires voor hardlopers en wandelaars.

Vanwege onze speciale relatie met **Fortuna '67** krijgen leden bij ons **20% korting** op loopschoenen en **10% korting** op alle andere artikelen. Bezoek ook eens onze webshop.

GET  **RUNNING**

Lardinoisstraat 9, 5611 ZZ Eindhoven
telefoon 040 244 89 07
info@getrunning.nl, www.getrunning.nl
U vindt onze winkel in de Lardinoisstraat in Eindhoven: vanaf de Bijenkorf onder de spoortunnel door - tegenover de beurs.



Inhoudsopgave.

	Blz.
Inhoudsopgave	3
Van de voorzitter	4
Bestuur en organisatie	5
Vaderdagloop 19 juni	6
Wat is fiets en geniet	6
Wandelstokjes	8
Dinant 2016	9
De pen door Ivar van der Sanden (jeugd)	10
Peter 70	10
Opgepast voor de buizerd	11
Wandeltrainersdag 2016	13
De pen door Robey van de Sande	14
Wist u dat	16
Verjaardagen	17
Trainingstijden diverse afdelingen	19
Lidmaatschap en contributie	21

Inleveren kopij voor het juli/ augustus nummer voor 15 juni 2016

Voorwoord van de voorzitter

Door een hond gebeten

Mijn vrouw is pas door een hond gebeten. Ze kwamen met twee van een oprit afstormen toen ze langs kwam op de fiets. Achter haar aan en hap in haar kuit. Eerste reactie is schrikken, dan doet het pijn en daarna ben je boos. En dat is logisch.

Vaak gaat het net goed, soms dus niet. Ook bij de club maken we dit soort dingen regelmatig mee. Niet alleen met honden, maar ook met andere weggebruikers. Wij maken vaak gebruik van de openbare weg. En het woord zegt het al: die is openbaar. Dus van iedereen. Dat wil ook zeggen dat we met zijn allen rekening met elkaar moeten houden. Zij met ons en wij met hen.



In de laatste ledenvergadering werd een vraag gesteld of we bij de coopertest beter rekening konden houden met de veiligheid. Toen werd ook de optie geopperd om op meer punten punten neer te zetten. Dit gaat echter niet de oplossing zijn. Wij zijn met zijn allen verantwoordelijk dat we de openbare weg veilig gebruiken. Dat wil zeggen: altijd uitkijken, ook met een coopertest, tijdsrit of ander moment dat je jezelf even flink wil testen. Veiligheid voor alles!

Het been van mijn vrouw is ondertussen alweer genezen. Dus dat valt uiteindelijk ook wel weer goed uit. Maar het kan ook erger zijn, en dat wil niemand!

Groet,

Jorrit Dekkers,

Voorzitter s.v. Fortuna '67

Bestuur en Organisatie

Bestuur:

Voorzitter	Jorrit Dekkers	tel.0499 473324	voorzitter@fortuna67.nl
Secretaris a.i.	Lidewijde Verbeek	tel.0413 477635	secretaris@fortuna67.nl
Penningmeester	Art Vissers	tel.0413 478218	penningmeester@fortuna67.nl
Trainingscoördinator.	Leon Verrijt	tel.0413 479492	leon.verrijt@spcorp.com
Trimmen	Hendrikje Damen	tel.0413 472215	h.g.damen@kpnmail.nl
Wed.Org.Com.	vacature		
Vrijwilligerscoörd. a.i.	Cor van Erp	tel.0413 474622	vrijwilligerscoordinator@fortuna67.nl
Mountainbike	Jos Dekkers	tel.0413 478005	josdekkers@hotmail.com
Sportief wandelen	Nico de Bruin	tel.0413 475798	nico.debruin@upcmail.nl
Jeugd	Lidewijde Verbeek	tel.0413 477635	hlverbeek@hetnet.nl

Trainers:

Jeugdloopgroep	Patrick Sanders	tel.06 51043336	patsan80@hotmail.com
	Jos van Uden	tel.06 83674824	jos-henriette09@live.nl
Loopgroep	Jos Dekkers	tel.0413 478005	josdekkers@hotmail.com
	Toine van Erp	tel.0413 477664	erpoll@chello.nl
	Leon Verrijt	tel.0413 479492	leon.verrijt@spcorp.com
	Antoinette v.d. Laar		antoinettevandelaar@home.nl
	Patrick Sanders	tel.06 51043336	patsan80@hotmail.com
Sportief wandelen	Nico de Bruin	tel.0413 475798	nico.debruin@upcmail.nl
	Ans Lamers	tel.0413 475130	anslamers@schulpen.org
	Harry Verschueren	tel.0499 475321	h.verschueren@upcmail.nl
	Maria van Weert	tel.0413 475559	jamaroki@kpnmail.nl
	George Zoontjens	tel.0413 476748	geozoo@zonnet.nl
Zaaltrimmers	Lianda de Vos	tel.0413 476013	liandadevos@chello.nl
	Ilona van der Heijden	tel. 06 52641691	ilonahelij@hotmail.com
	Mieke Daniëls	tel.06 29230950	mieke.daniels@home.nl

Wedstrijd Organisatie Commissie:

Voorzitter	Pierre Lardenois	tel.0499 477687	p.lardenois@chello.nl
------------	------------------	-----------------	--

Mountainbike:

Secretaris	Marjan v.d. Bersselaar	tel.0413 478866	eric.marjan@hetnet.nl
------------	------------------------	-----------------	--

Jeugdcommissie:

Voorzitter	Peter Hellings	tel.0413 478463	peterhellings@planet.nl
------------	----------------	-----------------	--

Wedstrijdsecretarissen:

Thuiswedstrijden:	Jeffrey van Hout	tel. 06 54320946	thuiswedstrijden@fortuna67.nl
-------------------	------------------	------------------	--

Uitwedstrijden:	Peter Hellings	tel.0413 478463	uitwedstrijden@fortuna67.nl
-----------------	----------------	-----------------	--

Ledenadministratie:	Lidewijde Verbeek	tel.0413 477635	ledenadministratie@fortuna67.nl
---------------------	-------------------	-----------------	--

Redactie clubblad:	Patrick Sanders	tel. 06 51043336	clubblad@fortuna67.nl
--------------------	-----------------	------------------	--

Feest- en Felicitatiecommissie: (lief en leed)

Diny Damen	tel. 0413 472215	g.c.damen@kpnmail.nl
Clasine Oude Ophuis	tel. 0413 474302	clasineoudeophuis@upcmail.nl
Lidewijde Verbeek	tel. 0413 477635	hlverbeek@hetnet.nl
Rikie Huyberts	tel. 0413 476992	w_huyberts@hotmail.com

Rabobank IBAN nummer penningmeester NL89 RABO 013.82.12.783



Vaderdagloop 19 juni



Zoals jullie wellicht weten komt de vaderdagloop er weer aan. Een prachtig evenement waar veel lopers naar uitkijken.

Ook dit jaar hebben we weer veel vrijwilligers nodig om het te kunnen organiseren. Denk hierbij aan verkeersregelaars langs de route of het bemannen van een verzorgingspost (uitdelen van water en sponzen).

Wil of kan jij die dag zelf niet lopen en wil je er wel graag bij zijn, **geef je dan op als vrijwilliger**. Of vraag aan je partner en/of kinderen of ze een verzorgingspost willen bemannen en je op die manier kunnen aanmoedigen. Zo gaan we er weer met z'n allen een mooie dag van maken.

Geef je op bij:

Anja van der Heijden

ad@chello.nl

Ingrid Jansen

pieter-ingridjansen@chello.nl

Wat is fiets en geniet



In Nederland, fietsland bij uitstek, zijn bijzonder veel mogelijkheden om te fietsen. Er is een uitgebreid netwerk van fietsknooppunten, er zijn vele mooie fietsroutes en goed georganiseerde fietstochten.

Fietsen is meer dan een mogelijkheid om van A naar B te komen. Het is een activiteit waarbij je kunt genieten van de natuur die Nederland biedt, de buitenlucht én je gezelschap. Daarnaast is fietsen simpelweg een gezonde bezigheid. Fiets & Geniet is het onderdeel van de NTFU waar gezondheid en het

genieten van natuur en cultuur onderweg centraal staan. Mooie tochten maken op stads- of hybride fiets en u steeds weer laten verrassen door wat ons land te bieden heeft. NTFU-verenigingen en/of -organisaties hebben een uitgebreid aanbod aan activiteiten die passen bij uw fietsbeleving. Daarbij kunt u denken aan de wekelijkse

fietstocht bij een fietsvereniging of meedoen aan de Drenthse Fietsvierdaagse. NTFU-verenigingen en -organisaties bieden u de kans om in gezelschap van andere fietsers de fietssport te beleven en uw conditie te verbeteren. En dat is waar wij in geloven: samen fietsen betekent vaker, gezonder en veiliger fietsen!

Er zijn tal van NTFU-verenigingen die de mogelijkheid aanbieden om onder begeleiding toertochten te fietsen. De begeleiders stippelen iedere week een route/tocht uit, waarbij een gezellige pauze met een kopje koffie, appeltaart of boterham zeker niet ontbreekt.

Wandelstokjes



Veel wandelaars krijgen na een tijdje lopen dikke en stijve vingers. En dat kan vervelende gevolgen hebben. Pijn en soms zelfs het uitvallen van spieren of andere blessures. De oorzaak is niet helemaal duidelijk. Een gangbare theorie is dat wandelen de hartslag en dus de bloedsomloop versnelt. Door de opeenhoping van het bloed worden de vingers dikker.

Heb je hier last van?

Wij bieden je een oplossing: **wandelstokjes**.

Deze zijn de oplossing tegen dikke opgezwollen handen tijdens het wandelen! Geen dikke handen meer! Want de bloedsomloop blijft gestimuleerd doordat:

1. Je automatisch licht in de stokjes knijpt en je handen beweegt.
2. Je gemakkelijker armbewegingen maakt waardoor je handen en het bovenlichaam meer bewegen.
3. Je gemakkelijker in je loopritme komt en blijft.

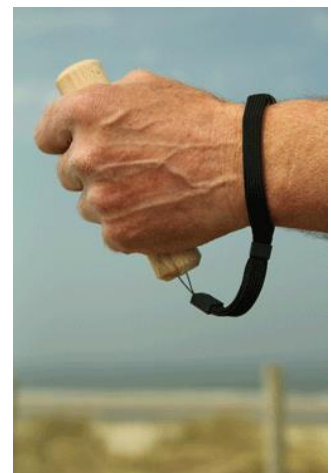
Verdere voordelen:

1. Doordat je iets in je handen hebt loop je stabiel.
2. Je loopt recht(er)op.

Voor veel wandelaars is een bijkomend effect minder spierpijn.

Voordelen van de stokjes zelf:

1. De materiaalkeuze en bewerking is zodanig dat ze weinig zweten en goed warmte verwerken.
2. De stokjes zijn licht in gewicht en omvang.
3. Met de polsband raak je ze niet kwijt.
4. Kan je ze even laten hangen om je handen vrij te maken.
5. En is het veiliger want bij vallen bengelen de stokjes los onder je pols.
6. Ze zijn leverbaar in 2 maten. Hierdoor kan je ze altijd met de hand omvatten.



Dinant 2016 Dinant 2016 Dinant 2016

Beste Fortunezen,

Het is half april en dus tijd om weer te starten met de voorbereiding van het weekend Dinant.

Het verblijf in een gite op camping Villatoile, de gezelligheid die dat met zich mee brengt, maakt dat het jaarlijkse bezoek aan 'Dinant' nog springlevend is. Het hoogtepunt is natuurlijk ieder jaar de deelname aan de Descente de la Lesse, een wedstrijd (je mag het gerust een trail noemen) over 12.000 m of 20.750 m. op de laatste zondag van augustus (dit jaar 28 augustus).

Vanaf dit jaar is het parkoers enigszins gewijzigd. Er is een voetgangers- annex fietsbrug over de Lesse aangelegd. Voor de deelnemers aan de wedstrijd is dat wellicht wel goed om te horen: ze hoeven niet meer over de berg bij het kasteel.

Eigenlijk is het parkoers nu weer gelijk aan dat van een jaar of 7 geleden, toen er op de plaats van de huidige vaste brug altijd een houten noodbrug lag.

Dit jaarlijkse bezoek aan Dinant en de deelname aan de Descente de la Lesse heeft bewezen een succes te zijn en zeer goed voor de teambuilding.

Dus wat let u: neem ook eens deel aan dit supergezellige weekend eind augustus. Je kunt b.v. op vrijdag of zaterdag per auto naar Dinant reizen, maar het is ook mogelijk om op donderdag met een aantal anderen per fiets naar Dinant te gaan met een overnachting in Tongeren.

De terugreis zal voor de meesten wel op zondagavond zijn, maar terugreizen op maandagmorgen kost je weinig meer.

Omdat het nog schoolvakantie is, kunnen ook gezinnen met kinderen deelnemen. De Camping ligt aan de Lesse en wat is er gezelliger om dan met de kinderen b.v. op zaterdag met een kano te Lesse af te varen. Vindt u het leuker om met de kinderen te kamperen; dat kan natuurlijk ook, ruimte in overvloed.

Je kunt dan zelf je eten bereiden of je kunt bij de groep in de gite aanschuiven.

Er is op zondag ook een jeugdloop over 1 en 2 km, afhankelijk van de leeftijd. De deelname daaraan is gratis.

We nodigen daarom iedereen uit om aan dit Fortunaweekend deel te nemen. Zeker weten dat u naderhand zegt: dat was gezellig, dat doen we volgend jaar weer!

Zoals gezegd, het is ook mogelijk om per fiets naar Dinant te gaan. De voorbije jaren is dit een succes geworden, met een stijgend aantal deelnemers, die op donderdag vertrekken. Het gaat bij de heenreis om twee etappes met nachtverblijf op ongeveer de helft van de reisafstand.

Aankomst op vrijdag. Op zaterdagmiddag is dan de groep compleet.

Zoals altijd wordt voor eten en drinken gezorgd. Ga mee en proef de gezellige clubsfeer in een prachtige omgeving tussen onze zuiderburen. Het is maar twee uurtjes autorijden. De kosten zijn afhankelijk van het aantal overnachtingen. Zet 28-8 in je agenda, en meld je aan bij Peter Hellings vóór 1 juli a.s. De formaliteiten worden daarna geregeld.

Gegroet, Peter Hellings.

[Klik hier om naar het inschrijfformulier te gaan!](#)

De Pen door Ivar van der Sanden

Hallo,

Ik ben Ivar van der Sanden en ik ben 11 jaar. Sinds de zomervakantie 2015 zit ik bij Fortuna en ik vind de trainingen erg leuk. Dat komt omdat de trainingen nooit hetzelfde zijn. Ik vind het leuk om wedstrijden mee te lopen; ik probeer graag om beter te worden! Lange afstanden lopen vind ik het fijnst, hoe langer de afstand, hoe beter het gaat. Maar niet verder als 5 km, dat mag ik nog niet op mijn leeftijd helaas.

Ik heb 4 jaar gevoetbald bij Rhode en ik wilde ook graag hardlopen proberen: ik deed altijd al mee met de scholierenloop. Ik heb een keer meegekeken met een training en dat beviel me wel. Ik ga nu stoppen met voetballen en ga alleen nog maar hardlopen.

Ik woon samen met mama, papa en 2 zussen aan de Kervel. Ik zit op de Kienehoefschool in groep 7. Ik ben graag buiten, speel dan voetbal met mijn vrienden of ga met mijn skelter op pad.



Ik geef de pen door aan Patrick Sanders



Installatiebedrijf Gebr. van Engeland

- Sanitair-
- Verwarming-
- Loodgieterswerk-
- Dakbedekking-
- Zinkwerk-

Son & Breugel
Tel. 0499 - 472050
www.gebroedersvanengeland.nl

Peter 70 jaar geworden

Op 4 mei is onze Peter 70 jaar geworden. Naast dat hij heel veel voor de club doet en nog erg veel wedstrijden loopt (wat natuurlijk al een hele mooie prestatie is) is hij ook voorzitter van onze jeugd.

Hiervoor spant hij zich al vele jaren met veel passie en plezier voor in.

Daarom wilden we Peter op de training verrassen met een leuk cadeau, omdat zijn verjaardag in de vakantie valt is dit cadeau aangeboden op zaterdag 14 mei, zodat er ook veel kinderen bij konden zijn.



Wij wilden het als een verrassing aanbieden, maar helaas was Peter niet op de training zoals normaal en hebben we hem met een smoesje naar Best laten komen.

Hier werd hij door de jeugd toegezongen en werd hem het cadeau overhandigd.

Voor Peter was er een speciale foto collage gemaakt waar alle kinderen opstonden. De meeste foto's zijn speciaal tijdens een eerdere training voor Peter gemaakt.

Hij was zichtbaar blij met zijn cadeau en zal het een mooi plaatsje thuis geven.



Opgepast voor de buizerd



De krantenkoppen verschijnen weer volop: 'Aggresieve buizerd belaagt hardlopers'. Gelukkig heeft de buizerd het veelal niet op groepen hardlopers voorzien, maar als lopers er alleen op uittrekken lopen ze kans om oog in oog met deze roofvogel te komen. De Atletiekunie vroeg aan de [Werkgroep roofvogels vogelbescherming Nederland](#) hoe je een aggresieve buizerd het beste kan ontlopen. Verspreid de tips onder jullie lopers en plaats het op de website van de club.

Een opmerkelijke verschijning

Het is een opmerkelijke verschijning, de buizerd. Soms turend op een weipaal of in een boom langs de bosrand, om plotseling naar de grond te duiken als hij een muis ziet. Vooral te vinden in agrarisch landschap waar akkers, houtwallen en bospercelen elkaar afwisselen. Maar je ziet ze ook langs onze Nederlandse snelwegen, zittend op een hectometerpaal of verkeersbord. En in de lucht herken je ze aan de rondcirkelende beweging.

Schijnaanvallen, maar het voelt wel bedreigend

Als een buizerd een scheerduik boven jou als hardloper maakt ervaar je dat waarschijnlijk als bedreigend. De vogel voelt zich met name door jou bedreigd en wil haar jongen in het nest in broedtijd (ca 3 weken) beschermen met haar gedrag. De meeste aanvallen zijn echter schijnaanvallen: het voelt evengoed bedreigend! Vooral hardlopers en wielrenners moeten het ontgelden. Wat kun je doen om een aanval te voorkomen en wat doe je als je wel wordt aangevallen?

Enkele tips om aanvallen te voorkomen

- Vermijd de directe nestomgeving (100 meter is voldoende) gedurende het broedseizoen (ca. 3 weken vanaf nu); kies een andere route als je weet waar een buizerd (ongeveer) zijn nest heeft.
- Ondanks dat de mode heel fluoriserend is: trek even géén felgekleurde kleding aan; dáár komt een buizerd nl op af. In de natuur betekent felgekleurd gevaar.
- Kijk goed om je heen: Dit is een beetje lastig voor ons als lopers, maar buizerds vallen vaak van achteren aan. Ben alert als je iets achter je hoort en probeer bij een (schijn)aanval de roofvogel aan te kijken: vogels die zich aangekeken voelen vertonen veel minder agressief gedrag.
- Zorg voor gezelschap: de kans op een aanval neemt af als je in een groepje loopt (drie personen is vaak al genoeg).

- Schrik de vogel af met geschreeuw of zwaai met je armen boven je hoofd. Check voordat je gaat lopen of er een buizerd “waargenomen” is in de buurt van jouw favoriete trainingsrondje of meld zelf jouw waarneming aan de vogelbescherming

Bron: Werkgroep roofvogels vogelbescherming Nederland

Speciaalzaak voor de nieuwste wandelschoenen met **20% korting** op de aller nieuwste modellen!
 Nog meer korting? Informeer jezelf via www.runningsupport.nl of maak gebruik van onze groeps korting.
 Altijd volop aanbiedingen van topschoenen met 30 tot 40% korting



Michiel de Ruyterlaan 48a, 5688CL OIRSCHOT

Open op vrijdag van 17 tot 20 uur, zaterdag van 10 tot 16 uur. Op afspraak
 0499-570198 Gratis parkeren voor de deur .



LEENDERTS

Glaszettersbedrijf – Glashandel B.V
 Past. Smitsstr. 58
 5491XP Sint-Oedenrode
 Telefoon 0413-477512
 Mobiel 0653241679
 Telefax 0413-477637

Weet u wel
 Niet alleen bij S.V. Fortuna '67 lopen wij snel
 Ook u kunt bij ons binnen lopen
 Om nieuw
 glas te kopen.

SUPERSNEL GLASHERSTEL!

Wandeltrainersdag 2016

Op zaterdag 9 April gingen 7 trainers en assistenten naar de wandeltrainersdag georganiseerd door KWBN in het Nationaal Sportcentrum Papendal. Op deze dag kunnen we met 350 andere trainers uit heel Nederland onze kennis updaten. En nieuws vergaren om de trainingen nog interessanter te maken voor onze wandel leden. Ook om met collega's van gedachten te wisselen en deel te nemen aan 4 workshops zowel binnen als buiten. We moesten vooraf keuzes maken uit 55 mogelijkheden. Het eerste de Inspiratiesessie werd door ons allemaal als goed beoordeeld De 4 inzichten over het trainerschap werden besproken. Structureren, Stimuleren, Individueel aandacht geven, en Regie overdragen wat voor sommige moeilijk is. Na de eerste pauze ging ik naar buiten voor de workshop Intervallen doe je zo. Hier werden vele bestaande en nieuwe inzichten getoond die zelf moesten uitvoeren. Wat te denken van een Tabata uitvoeren 4 maal 8 sessies. Weer materiaal die we zelf bruikbaar in kunnen zetten tijdens onze trainingen. Na de uitgebreide lunch de

2 e workshop gegeven door de bekende Aart Stigter als titel Hoe breng ik meer variatie aan in de training. Door zijn enthousiasme werden we verleid door extra positieve inspanningen. Ik had nog dagen spierpijn van deze gezellige les en ik was niet de enigste van onze groep. Als laatste workshop koos ik buiten voor De omgeving als inspiratie bron voor het uitvoeren van je training. Dit was zeer leerzaam want hoe ga je om met bomen en onneembare ondergronden. Dat weten we nu want de natuur is ook zeer leerzaam als object als je maar flexibel bent. Ook mijn collega's hebben deze dag als positief en leerzaam ervaren. Enkele opmerkingen van hun waren. Ik heb leuke trainingsvormen geleerd en er zijn toch veel wandeltrainers in Nederland en er kunnen er nog bij. Vooral de inspiratie sessie was waardevol en bruikbaar. Jammer dat de verkorte trainers cursus niet door kon gaan i.v.m. te weinig aanmeldingen. Maar dat deze opnieuw een kans krijgt in het najaar, want we hebben nieuwe trainers nodig bij SV Fortuna 67. Ik vond het een leerzame dag goed voor herhaling vatbaar. Ik vond het een mooie dag en ga zeker met deze informatie iets doen.

Groeten George Zoontjens en collega's.



De Pen door.....Robey van de Sande

Ik ben Robey van de Sande en ben 9 jaar en zit al minimaal 3 jaar bij de club. Ik zit op basisschool Eerschot in groep 6. En ik doe ook aan tennis.

Ik vind het heel leuk bij de club, omdat wij soms spelletjes doen, en omdat het heel gezellig is.

Ik ben 1 keer op kamp geweest, en dat was superleuk. We doen ook heel veel activiteiten, bijv. bij pasen gaan we paaseieren zoeken, en we hebben bijvoorbeeld ook een kerstraining.

Meestal krijgen we training van Patrick en als Patrick weg is meestal van Marco. Ik vind ze allebei aardig.

Het is heel gezellig bij de club! En mijn broer Maryn zit er ook bij.



Ik geef de pen door aan Vincent van Gils



Jan Habraken

GLAS & ALUMINIUMWERKEN BV

- **SERRES**
- **SCHUIFPUIEN**
- **ALUMINIUM KOZIJNEN**
- **ALLE SOORTEN BEGLAZING**
- **ZONWERING & ROLLUIKEN**

Alfred Nobelstraat 12 - 5491 DB - Sint-Oedenrode
Bedrijventerrein "De Kampen" - Tel. (0413) 47 81 06 - Fax (0413) 47 69 20
E-mail jan@janhabraken.nl - Internet www.janhabraken.nl

Winkelstraat

Hertog Hendrikstraat



Brasserie
De Beleving



EFFE ANDERS



APOTHEEK

DE IJSMAAKERIJ

AMBACHTELIJK SCHEPIJS EN CHOCOLA MET SMAAK!

VAN DE KAMP
SCHOENEN EN SPORT



Zwanenberg Advies
ACCOUNTANCY & BELASTINGADVISEURS



MODE BOETIEK
TRENTINO



Brabants

— Kwartiertje —
Vlaaienspecialzaak en lunchroom



VAN BRUSSEL

voor al uw diervoeders



VOOR IETS LEKKERS

**BAKKERIJ
BEKKERS**

Nijnsel • Schijndel • Son • Veghel
Sint-Oedenrode • Breugel

www.bakkerijbekkers.nl

Winkelstraat

Hertog Hendrikstraat

Ruime Gratis Parkeergelegenheid

Wist u dat....

- Jorrit Dekkers, onze voorzitter, vanwege drukke werkzaamheden per 1 januari a.s. de voorzittershamer neer legt
- er al volop wordt gezocht naar een opvolger voor hem
- het best zou kunnen dat die pet u goed past
- er al een jubileumcommissie is, die de festiviteiten rondom het 50-jarig bestaan in 2017 gaat organiseren
- er op dit moment een groot aantal personen bezig is met de beginnerscursus wandelen of hardlopen
- we daardoor ook meer trainers nodig hebben en dat dat wellicht iets voor u is
- onze mountainbikers al weer in training zijn voor Diekirch-Valkenswaard op 27 en 28 augustus
- er dit jaar weer minder deelnemers aan de Scholierenloop waren en dat dat een punt van aandacht is voor de volgende keer
- het volgende evenement, de Vaderdaglopen, al weer voor de deur staat.
- u zich nog steeds kandidaat kunt stellen voor de functie van secretaris van Fortuna of voorzitter van het WOC.
- wij deze oproep blijven herhalen tot deze functies zijn ingevuld.
- we in de volgende Fortunabode meer van deze weetjes zullen plaatsen.



Verjaardagskalender

Jarig in

mei

en in

juni

3-mei	Peter Smulders	LG	1-jun	Gerry Bergmans	SW
4-mei	Peter Hellings	LG	3-jun	Edward van Acht	LG
6-mei	Henk Heijmans	LG	3-jun	Jan der Kinderen	TR
6-mei	Willem van den Heuvel	SW	4-jun	Geert van der Zanden	SW
6-mei	Mari Leenderts	LG	6-jun	Aard van Berkel	SW
6-mei	Jan van de Rijt	LG	6-jun	Jeanne Dieleman	LG
9-mei	Edwin Eijkemans	MTB	6-jun	Ad van de Laar	LG
9-mei	Hans van Hek	SW	7-jun	Noa Schoondermark	JLG
9-mei	Mario van Erp	LG	7-jun	Annelies van Schaijk	SW
9-mei	Jasper Engel	LG	7-jun	Huub van Cleef	SW
12-mei	Suzanne Nicodem	LG	8-jun	Frans Gezelle Meerburg	LG
15-mei	Matten Bonekamp	MTB	10-jun	Michael Moonen	LG
16-mei	Rikie Schellekens	SW	10-jun	Ad van der Wijst	TR
17-mei	Pieter Jansen	LG	12-jun	Anne Huijberts	JLG
19-mei	Ivar de wit	JLG	15-jun	Jan van der Loo	TR
20-mei	Luc Westdorp	LG	19-jun	Coby Bekkers - van Bree	TR
20-mei	Sjaan Boereboom - de Brouwers	TR	20-jun	Bart van de Sande	LG
24-mei	Henk Pennings	ST	20-jun	Rikie Vervoort	SW
24-mei	Antoniet Vervoort	SW	20-jun	Guus Gottenbos	JLG
25-mei	Pieter Jagt	SW	21-jun	Eva van den Oever	JLG
25-mei	Kees Temmink	MTB	23-jun	Riki Arts	SW
28-mei	Theo van der Eerden	MTB	23-jun	Renske Verboort	LG
28-mei	Teun van den Eertwegh	JLG	23-jun	Joep Welvaarts	JLG
28-mei	Daan van Schijndel	JLG	24-jun	Gonny van Zutven	LG
29-mei	Hetty van de Sande	LG	25-jun	Joke Verhoef	TR
29-mei	Lianda de Vos	TR	27-jun	Miriam Beij	SW
31-mei	Marleen Timmers	LG	28-jun	Fons Raaijmakers	TR
			29-jun	Jan Arts	SW
			29-jun	Bert van de Laak	SW

Iedereen van harte gefeliciteerd!





In **automatisering**
een **sprong vooruit!**

Systeembeheer | Software ontwikkeling | Standaard bedrijfssoftware

Drie-O Automatisering B.V.

Jan Tinbergenstraat 4C
5491 DC Sint-Oedenrode
Bedrijventerrein de Kampen

T 0413-490620
F 0413-490684

Postadres:
Postbus 13
5490 AA Sint-Oedenrode

E info@drieo.nl
I www.drieo.nl

Kijk voor meer informatie op www.drieo.nl

Trainingstijden van de diverse afdelingen

De jeugdloopgroep:

Dinsdagavond van 19.00 u tot 20.00 u → junioren en A pupillen;

Donderdagavond van 19.00 u tot 20.00 u → Junioren, A en B pupillen;

Zaterdagmorgen van 9.00 u tot 10.00 u → Junioren, A, B en C/mini pupillen.

De loopgroep:

Maandagavond van 19.30 u tot 20.45 u → interval- en conditietraining;

Woensdagavond vanaf 19.30 u → duurloop diverse afstanden;

Vrijdagavond vanaf 19.30 u → duurloop diverse afstanden (zonder begeleiding van trainers);

Zondagmorgen vanaf 9.30 u → duurloop diverse afstanden (zonder begeleiding van trainers).

Sportief wandelen:

Maandagmorgen van 9.00 tot 10.30 u → 1 groep;

Dinsdagavond van 19.00 tot 20.30 u → 3 groepen;

Donderdagavond van 19.00 tot 20.30 u → 1 groep.

De trainingen kunnen een uitloop van 30 minuten hebben.

Zaaltrimmen:

Maandagmorgen van 10.00 u tot 11.00 u → sporthal de Kienehoef;

Donderdagavond van 20.00 tpt 21.00 u → sporthal de Streepen.

Mountainbike:

Zondagmorgen vanaf 8.30 u;

Donderdagavond van 18.30 u (extra in de zomermaanden).

Vertrek vanaf Drankenhandel van Boxmeer, Deken van Erpstraat 20

lenny
LENNY LAURENCE MODE

Muller Mode

Mode voor Mannen van Morgen

GERITS
man en mode



MODEBOUTIQUE
Caprice



WINKELCENTRUM DE MARKT



RUIM PARKEREN

Damesmode



De Pastorie

't paperas
edele brabant

Boek- en kantoorboekhandel

VINO E CUCINA
OSTERIA
ITALIAANSE KEUKEN

ah
Albert Heijn

MARKT
APOTHEEK

Intertoys

Lips
Advocaten & Mediators

d'n Dommel
Tapperij & eetenij

Café
OLD ROUT

cafetaria
"De Markt"

Contributie 2016 en lidmaatschap

contributiebedragen per 1 januari 2016

Jaarlijkse contributiebedragen 2016	basis	bij: AU	bij: NTFU	TOTAAL
pupillen (AU basis)	€ 44,25	€ 14,60		€ 58,85
pupillen (AU wedstrijd)	€ 44,25	€ 22,55		€ 66,80
junioren (AU basis)	€ 44,25	€ 15,40		€ 59,65
junioren (AU wedstrijd)	€ 44,25	€ 29,45		€ 73,70
loopgroepleden (AU basis)	€ 59,00	€ 16,65		€ 75,65
loopgroepleden (AU wedstrijd)	€ 59,00	€ 39,15		€ 98,15
zaaltrimmers	€ 99,40			€ 99,40
sportief wandelen	€ 59,00			€ 59,00
mountainbikers	€ 29,50		€ 40,00	€ 69,50

De jaarlijkse contributie voor steunende - niet actieve - leden bedraagt € 17,00.

Betaling van de contributie 2016

Voor leden die niet via automatische incasso hun contributie betalen, wordt € 1,50 in rekening gebracht vanwege de bijkomende bankkosten. De contributie moet worden betaald uiterlijk per 31 januari 2016 op rekeningnummer NL89 RABO 0138 2127 83 ten name van SV Fortuna '67.

De automatische incasso van de contributiebedragen vindt plaats op 31 januari 2016 onder vermelding van het machtigingskenmerk overeenkomstig het lidmaatschapsnummer. Het te incasseren bedrag is bepaald op basis van bovenstaande contributiebedragen en eventueel de bijkomende extra kosten.

Nieuwe leden in 2016 betalen de basiscontributie naar verhouding op een later moment in het jaar, te verhogen met eventuele bijdragen voor AU en NTFU.

Extra kosten en loopshirts

Voor nieuwe **jeugdleden** van de loopgroep bedraagt het inschrijfgeld € 6,80 vanwege de inschrijving bij de Atletiekunie. Jeugdleden krijgen - na betaling van de contributie en inschrijfgeld - een loopshirt dat kan worden ingeruild als het niet meer past. De waarborgsom hiervoor bedraagt € 10,00. Shirts zijn op afspraak te verkrijgen bij Peter Hellings (voor, tijdens of na de training).

Het inschrijfgeld voor nieuwe leden van de **loopgroep** bedraagt € 40,00. Dit bedrag is bedoeld voor inschrijving bij de Atletiekunie en voor het ontvangen van een gratis loopshirt. Na betaling van de contributie en het inschrijfgeld is het loopshirt op afspraak te ontvangen van Lisanne van de Wijdeven tijdens de maandelijkse koffieavond.

Lidmaatschap

Het lidmaatschap loopt tot 31 december; eventuele afmeldingen voor 25 november.



Autoverzekering duur ??? Hoeft niet.

We zijn een onafhankelijk kantoor voor al uw schade en levensverzekeringen.
Vanaf 1991 zijn we actief bezig om onze klanten zo goed mogelijk te bedienen.
We zijn 24 uur per dag te bereiken via fax, e-mail, website, postbus, en brievenbus.
Telefonische openingstijden zijn veel ruimer dan de banken die om 16.00 uur sluiten.
Afspraken kunnen op kantoor plaats vinden maar ook gewoon bij U thuis.
Omdat we zaken doen met alle maatschappijen kunnen we alles goed vergelijken.
Tevens hebben we onze eigen pakketpolis gemaakt incl. **Combipas** en **digitale polismap** met de volgende voordelen.

- Tot 10 % pakketkorting.
- Vanaf 3 polissen al pakketkorting.
- 1 Polis.
- 1 maandpremie.
- 1 contactpersoon.
- Gratis opzegservice huidige verzekeringen.
- Scherpe premies.
- Goede voorwaarden.
- Gratis Combipas met op de achterzijde de groene kaart voor de auto of motor.
- Gratis digitale polismap (online je polis en voorwaarden inzien).
- Geen papieren rompslomp meer (alles online als U het wilt).
- Persoonlijk advies.

Neem de proef op de som en bel ons voor een afspraak of offerte.
Geheel gratis dus..... waarom niet.
We zien uw telefoontje graag tegemoet.



Martien Temmink Verzekeringen

Borchmolendijk 17
5492 AJ Sint-Oedenrode

☎ 0413-475633
☎ 084-7461834

✉ info@mtverzekeringen.nl
🌐 WWW.mtverzekeringen.nl