



Verenigingsverslag 2015

't is (voor) niks loop

De fitwalkers opzoek naar de kerstgedachte 2015

Afscheid van Jolanda en Leo als trainers

Huub van de Schoot 25 jaar bij de club

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 loop-schoenen, 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
Verenigingsverslag S.V. Fortuna'67	6
Wedstrijdverslag 't is (voor) niks loop	10
De fitwalkers op zoek naar de kerstgedachte 2015	12
Sinterklaas training 2015	13
Surprise avond	13
Afscheid van Jolanda en Leo	14
Huub van de schoot 25 jaar bij de club	15
Kersttraining bij van Boxmeer	16
Probos samenvatting rapport mountainbiken	17
Zaaltrimgroepen	22
De pen door..... Maryn van de Sande (jeugd)	22
Steeds meer verenigingen screenen hun vrijwilligers	23
Gedragscode MTB	25
De pen door.....John Welvaarts (volwassenen)	26
Cursus AED 2016	28
Driedorpencross 2015	29
Wist u dat	31
Verjaardagen	32
Trainingstijden diverse afdelingen	34
Lidmaatschap en contributie	36

Inleveren kopij voor het maart/ april nummer voor 15 februari 2016

Voorwoord van de voorzitter

Vorige week mocht ik met mijn gezin het nieuwe jaar boven op de Cauberg inluiden. Een mooie plek voor een mooi begin van een mooi nieuw jaar. Een plek waar de harten van onze fietsfanaten in de club vaak sneller van gaat kloppen. Als u er geweest bent weet u waarom: een prachtige klim en prachtige heuvels in de omgeving om heerlijk kapot op te gaan.

Wij hadden de fietsen niet bij. Wel de wandel- en de hardloopschoenen. Wandelend was het bergje best te doen. Hardlopend ook, maar dan wel met een bonzend hart in de keel en je tong op je schoenen. Het zag er waarschijnlijk niet uit, maar het was heerlijk. Een sportief begin van het nieuwe jaar dus, in Fortunastijl.



Als Fortuna beginnen we ook lekker aan het nieuwe jaar. Ik neem u even mee in een aantal ontwikkelingen die op dit moment lopen en waar we druk mee aan de gang zijn of gaan:

- Er start een jubileumcommissie, die activiteiten voor ons jubileumjaar 2017 gaat bedenken en (mede) organiseren. In de ledenvergadering hebben de eerste leden zich hiervoor aangemeld, in dit clubblad vindt u er meer over.
- We gaan de volgende stap zetten in de totstandkoming van ons beleidsplan 2016-2020. Met een aantal leden zullen we in de komende maanden 1-2 avonden brainstormen over de door het bestuur opgestelde sterkte-zwakte analyse van onze vereniging.
- Als bestuur leggen we deze maand de laatste hand aan de gedragsregels binnen Fortuna. Deze zullen we zodra definitief gereed ook breed binnen de vereniging communiceren.
- In navolging hierop hebben we nu reeds een Vertrouwens Contact Persoon benoemd in de persoon van Andre Schrurs, lid van onze zaaltrimmers. Hij zal zich in het clubblad ook nader aan u voor gaan stellen.

Daarnaast hebben zich in de afgelopen weken een aantal mensen gemeld om structurele taken binnen de vereniging uit te willen gaan voeren. We zijn druk in gesprek met deze mensen om te bekijken welke taken het beste bij hen passen. En hebben er veel vertrouwen in dat hier positieve zaken uit gaan rollen.

Lekker gestart dus. Ik hoop u ook. En ik hoop jullie in de komende periode ook allemaal weer ergens actief te zien binnen onze prachtige vereniging. (Dat hoeft trouwens niet perse met de tong op de schoenen te zijn ;).

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 Visser	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	ilonaheij@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

Verenigingsverslag SV Fortuna '67 2015

Inleiding

Sportief en financieel gezien zijn we een gezonde vereniging met een nagenoeg sluitend financieel jaarverslag en met nu 406 leden. Dit zijn er 4 minder dan vorig jaar. Alle groepen blijven ongeveer gelijk in het aantal leden. Helaas geldt dit niet voor onze groep zaaltrimmers waar het aantal leden met 6 daalde; dit is meer dan 10%. We gaan met de trimgroep analyseren welke redenen hiervoor te benoemen zijn en welke maatregelen we eventueel kunnen gaan nemen.

Binnen het bestuur hebben wij ons in het afgelopen jaar met diverse onderwerpen bezig gehouden. De belangrijkste hiervan zijn:

- Het nog steeds uitblijven van een reactie van de gemeente op ons bezwaarschrift tegen de verhoging van de veldhuur;
- Het organiseren van het groenonderhoud rondom ons veld en de financiële bijdrage dit de gemeente daarvoor beschikbaar stelt;
- Het overleg met de gemeente in verband met de verplaatsing van voetbalvereniging Rhode naar de Kienehoef nabij onze accommodatie; dit gaat voorlopig niet door omdat de gemeente te weinig geld heeft.
- De deelname aan de Bevrijdingsloop vanuit Wageningen op 4 en 5 mei;
- De voorbereiding op ons nieuwe beleidsplan voor onze vereniging voor de komende 5 jaar op basis van een SWOT-analyse, wat zijn de sterke en zwakke punten, waar liggen kansen en welke bedreigingen zien wij; komend jaar gaan we hiermee verder;
- De deelname aan de actie van de Jumbo met een resultaat van € 989;
- Het opstellen van gedrags- en omgangsregels binnen onze vereniging, in combinatie met het voortaan hanteren van een VOG (verklaring omtrent gedrag) voor een aantal functionarissen binnen onze vereniging; later deze vergadering komen we hier nog concreet op terug.

Helaas is het nog steeds niet gelukt om een nieuwe hoofdsponsor te vinden voor de kleding van de loopgroep. Mede met het oog op ons 50 jarig bestaan in 2017 hopen we dat we in de komende periode er in gaan slagen om een nieuwe hoofdsponsor te vinden. Als leden hiervoor suggesties en ideeën hebben dan vernemen wij deze graag.

Ook de vrijwilligerscoördinator die we binnen onze vereniging nodig hebben is er nog niet. Juist deze functionaris is erg belangrijk voor de voortdurende aandacht om steeds voldoende vrijwilligers beschikbaar te hebben voor de diverse taken binnen onze vereniging. Ook waardering en aandacht voor onze bestaande groep vrijwilligers behoort tot het takenpakket van deze coördinator.

Op basis van de binnengekomen afdelingsverslagen is navolgende samenvatting opgesteld.

Sportief Wandelen

In het voorjaar is gestart met het thema “wandelen je fit in 10 weken”. Het doel was om mensen die niet of nauwelijks bewegen aan het wandelen te krijgen. Het programma bestond uit een voorbereidingsperiode van 10 weken met als streven om na deze periode mee te lopen met de avondvierdaagse in Rooi. Bijna 70% van deze starters heeft ook daadwerkelijk de avondvierdaagse gelopen. Vervolgens is een aantal van hen lid geworden van Fortuna. Maar het doel was breder, namelijk om meer mensen in beweging te krijgen en dat is gelukt.

Een aantal malen heeft een groep sportief wandellaars in samenwerking met Odendaal een rolstoelwandeling gehouden met de bewoners. Deze activiteit wordt door alle betrokkenen steeds weer bijzonder op prijs gesteld.

Momenteel wordt in totaal met 5 groepen sportief wandelaars getraind. Om de groepen voldoende van omvang te houden is het afgelopen jaar het aantal groepen van 6 naar 5 aangepast. Scholing en bijscholing blijft belangrijk. Daarom zijn afgelopen jaar de trainers naar de wandeltrainersdag geweest in Nijmegen voor bijscholing. Daarnaast moeten we er naar blijven streven om volwaardige trainers op te leiden om voor de toekomst ook nog genoeg trainers te hebben. Hiervoor is contact gelegd met de wandelbond om een trainerscursus op maat te krijgen. Dit is nodig omdat het huidige aanbod van cursussen niet goed aansluit op onze verwachtingen.

Zaaltrimmen

Zaaltrimmen doen we in twee groepen. Op maandagochtend de groep in sporthal De Kienehoef en op donderdagavond de groep in sporthal De Streepen. Het is jammer dat de beide groepen aan het eind van dit jaar minder leden hebben dan begin dit jaar.

In januari hadden we ons jaarlijks uitstapje dit keer bij de Vresselse Hut. Deze activiteit voor onze leden van de 2 groepen is deze maal georganiseerd door de Streepengroep. Het was heel gezellig en erg goed georganiseerd.

De donderdagavondgroep organiseert de laatste donderdagavond voor de vakantie altijd iets anders. Dit jaar zijn we op de fiets naar de Martinuskapel op het Everse Akkerpad gegaan. Vandaar hebben we een wandeling gemaakt naar de Moerkuilen en de Krieze onder leiding van Pieter de Koning. Dat was erg gezellig. We hebben de avond afgesloten bij Café de Ossekop. Eind augustus zijn we weer gaan sporten. De groep in De Streepen heeft er onlangs 3 nieuwe leden bij gekregen. Erg fijn, want we zijn een zeer kwetsbare groep. Beide groepen hebben regelmatig te maken met blessures en de leeftijd ligt hoog. We houden ons altijd aanbevolen voor nieuwe leden.

Jeugdloopgroep

De jeugdloopgroep heeft zich qua ledenaantal gestabiliseerd. Op het eind van het afgelopen seizoen bestond de groep uit 40 leden. Er gaan dit jaar 2 jeugdleden over naar de senioren. Er wordt redelijk gebruik gemaakt van het trainingsveld, alhoewel er natuurlijk ook nog in het Kienehoefpark wordt getraind. Om de exploitatie van het trainingsveld mogelijk te maken is een Club van 100 opgericht waarin de leden, middels een jaarlijkse bijdrage, bijdragen in de exploitatie. Om komende huurverhogingen van het veld en ook aankoop van trainingsmaterialen te kunnen financieren vraagt de jeugdcommissie dringend aan de leden van Fortuna om toe te treden tot de Club van 100, zodat ook in de toekomst onze jeugd goed kan trainen.

Er wordt getraind op de zaterdagmorgen en de dinsdag- en donderdagavond onder leiding van goede trainers. Dat laatste is heel belangrijk. Zij worden daarbij geholpen door de 4 gediplomeerde assistent trainers en een flink aantal hulptrainers (ouders en leden) die dat op vrijwillige basis doen. De trainingen op de dinsdagavond worden helaas onvoldoende bezocht.. Getracht wordt middels een enquête achter de oorzaak te komen. De training op donderdag wordt goed bezocht. Tot wel 15 kinderen doen daar regelmatig aan mee.

Een aantal van de jeugdleden neemt deel aan wedstrijden en hebben daarbij prima resultaten behaald.

Alhoewel het seizoen officieel tot eind juni door gaat stopt de jeugd altijd bij het begin van de zomervakantie, begin juli.

Ook in 2015 is door de pupillen deelgenomen aan de pupillencompetitie nieuwe stijl. De competitie heeft de naam Athletics Champs gekregen. Vier wedstrijden in de maanden april, mei, juni en juli. Onze deelname aan deze competitie bleef dit jaar achter bij vorig jaar. Dat werd mede veroorzaakt door het feit dat er gewoon minder pupillen waren

Het jeugdbestuur bestaat op dit moment uit 4 personen. Zij worden in de vergaderingen bijgestaan door de 2 trainers. De medewerking van ouders aan de activiteiten is goed.

Ook is het prettig dat we beschikken over een aantal goede hulptrainers.

Toch is er nog behoefte aan meer begeleiding om de trainingen te kunnen verbeteren.

Mountainbike

De MTB-groep bestaat uit 25 leden en dat is er 1 minder dan vorig jaar. De groep bestaat uit een enthousiaste vaste kern, die samen veel kilometers maken, evenementen organiseren en er een gezonde onderlinge competitie op nahouden.

De jaarlijkse hoogtepunten zijn de gezamenlijke deelname naar Egmond aan Zee, het fietsweekend en de eigen tijdrit met etentje.

Loopgroep

De vereniging telt momenteel 6 trainers loopgroepen (waarvan 3 gediplomeerd) en 2 actieve hulptrainers. Eind dit jaar zullen helaas 2 trainers stoppen, waardoor we eigenlijk direct een tekort krijgen. Er lopen al acties om nieuwe trainers te werven, maar helaas nog zonder succes. De situatie wordt echter steeds dringender.

De trainingsopbouw en -methodiek hebben de laatste jaren geen extreme wijzigingen ondervonden en ook het komend jaar zullen we deze voortzetten (al zijn suggesties, zoals bijvoorbeeld trailrunning etc. altijd welkom). De beschikbaarheid van trainers zal hier echter een grote rol in spelen en mogelijk een beperking zijn. We streven er altijd naar een gevarieerde training te verzorgen (weg, bos, heuvel etc.).

De focus lag ook dit jaar vooral op de halve van Rooi en Eindhoven.

Ook dit jaar is er weer een beginnersgroep gestart. Deze cyclus van trainingen stond dit jaar voor het eerst onder leiding van Rikie, Pieter en Jos. De opkomst was goed, waarvan een aantal deelnemers lid zijn geworden van onze vereniging. We zien echter dat aan het eind van het jaar we slechts weinig mensen overhouden. Ook de jaren ervoor is dit het geval geweest. Voor 2016 willen we de gehele opzet van de beginnersgroep evalueren. De inzet van trainers voor de beginnersgroep is erg groot en de “nazorg” (vooral op woensdag na de vakantie) vergt veel aandacht en mankracht. De beschikbaarheid van trainers vormt ook hier een probleem. Al met al kost de begeleiding voor deze groep erg veel tijd. Deze inzet moet wel opwegen tegen de opbrengsten (deelname beginnersgroep en uiteindelijk aantal nieuwe leden).

Afgelopen jaar hebben de trainers en hulptrainers beperkt deelgenomen aan de clinics van de NKS. We willen blijven deelnemen aan interessante clinics van zowel NKS als de Atletiekunie. Het aanbod van interessante clinics voor onze trainers is echter niet al te hoog.

Dit jaar was er een infoavond voor alle leden van Fortuna over blessure (preventie) en fysiotherapie. De opkomst was groot.

Thuis- en uitwedstrijden

Ook in het afgelopen seizoen hebben atleten van onze vereniging weer aan vele wedstrijden deelgenomen. Een grote deelname was er in Eindhoven bij de halve marathon en onze eigen Vaderdaglopen en Drie Dorpencross. Ook veel nieuwe leden zien we aan deze wedstrijden deelnemen. Er zijn talentvolle lopers en loopsters bij.

Het zijn niet alleen atleten van groep 1 en 2, die regelmatig deelnemen aan wedstrijden en trimlopen, ook van de andere groepen zijn er die regelmatig aan wedstrijden of trimlopen deelnemen. Ook de jeugdgroep ontwikkelt zich positief en onze jeugdleden zien we regelmatig aan de start verschijnen. Dit is een goede ontwikkeling voor Fortuna.

Een klein groepje leden neemt regelmatig deel aan een zogenaamde trail of trailrun.

Een aantal atleten heeft afgelopen jaar deelgenomen aan een wedstrijd op de baan. De baanwedstrijden van Circuit 14, georganiseerd door een 4-tal verenigingen in onze regio, zijn goed bezocht. Verder is er deelgenomen aan de nieuwe baancompetitie van regio 15 en aan enkele andere instuifwedstrijden buiten onze regio.

Tenslotte willen we op deze wijze nog eens alle vrijwilligers bedanken, die ook weer het afgelopen seizoen er mede voor gezorgd hebben dat we 8 thuiswedstrijden hebben kunnen organiseren. Wedstrijden waaraan we allemaal hebben kunnen deelnemen.

Slotwoord

In dit verslag hebben we alle onderdelen van onze vereniging besproken. Hieruit blijkt dat we op vele terreinen als vereniging actief zijn en dit is uiteindelijk alleen maar mogelijk door de inzet van vele vrijwilligers die binnen maar ook buiten hun eigen groep zich inzetten voor onze vereniging. Of het nu gaat om het organiseren van wedstrijden, het verzorgen van trainingen, het schoonhouden van de accommodatie, het verzorgen van het clubblad of de vele andere structurele en incidentele hand- en spandiensten, we kunnen niet zonder deze vrijwilligers. Voor jullie inzet: hartelijk dank!

De behoefte aan nieuwe vrijwilligers is en blijft groot.
Daarom nogmaals een verzoek aan al onze leden om hun steentje bij te dragen. Immers vele handen maken licht werk en dit is van groot belang om een gezonde en vitale vereniging te kunnen blijven.

Namens het bestuur van SV Fortuna '67

Secretaris a.i.
Lidewijde Verbeek

Sint-Oedenrode, 16 december 2015.

Wedstrijdverslag 't IS (VOOR) NIKS LOOP

29 november 2015, door Bart van de Sande

Bijna een jaar geleden raakte ik geïnspireerd door een paar zinnen in het voorwoord van de Fortunabode. Onze voorzitter Jorrit Dekkers vertelde vanwege het ingaan van zijn 42^e levensjaar over dit magische getal. Omdat het bereiken van deze leeftijd er voor mij ook aan zat te komen was de beslissing snel genomen. Mijn eerste marathon. In 2015 moest het gaan gebeuren.

Vandaag is de grote dag. Ik zit bij Henry achter in de auto. We hebben net Tineke opgehaald. Ik kijk een beetje om me heen. Ik ben wat gespannen. We zijn onderweg naar Geldrop. Naar de startlocatie van de 't is (voor) niks loop. De accommodatie is eenvoudig te vinden. Ik haal mijn startnummer op en bereid me voor op wat nog gaat komen. Ruim 42 kilometer door de bossen en over de Strabrechtse heide. Nog een paar seconden en dan begint de race. 10, 9, 8... iedereen wordt stil. 3, 2, 1, NUL! En weg zijn we. Een aantal deelnemers gaan direct in de aanval. Ik heb besloten om het eerste stuk samen met Henry te lopen. We beginnen rustig om zo in ons ritme te komen. De eerste kilometers zitten er op. Na een paar bosbaden draaien we een schelpenpad op. We lopen nu in een groepje van een man of 10. Het waait al stevig. Het tempo gaat omhoog. Zo rond de 12 per uur. Mijn ademhaling volledig onder controle. Kilometers lang lopen we zo met de wind van achteren zonder al te veel energie te verspelen. Ik neem vlug een gelletje want we naderen de verzorgingspost van de 15 km. Snel een bekertje water en weer verder. Het groepje begint uit elkaar te vallen. Vanaf nu ben ik op mezelf aangewezen. Ik ren langs een vennetje. Het parcours wordt steeds technischer. Een stukje dwars over de heide, daarna over een pad van steigerplanken. Een poortje door, smalle single tracks volgen elkaar op. Bij het zien van het bordje "25 km" voel ik me nog steeds goed. Hier moet mijn familie ergens staan te kijken. Dat hadden we van tevoren zo afgesproken. Daar zie ik ze, luid klappend moedigen ze me aan. In het voorbijlopen, kan ik nog net mijn kinderen een high five geven. Ik ga verder. De lucht kleurt steeds donkerder en de wind trekt verder aan. Plots zie ik iemand voor me lopen met een Fortuna tenue. Als ik dichterbij kom zie ik dat het Inge is, zij loopt vandaag de 30 km. Bij het passeren vraag ik of het goed gaat. Ik krijg een bevestigend antwoord en loop verder. Ondertussen begint het te regenen. Eerst zachtjes, maar als snel wat harder. Het begint koud te worden, dus ik trek mijn jasje aan. Via een kilometerlang wasbord kom ik weer terug op de heide. Een kale vlakte met hier en daar een dode boom. Je kunt de gevolgen van de grote heidebrand in de zomer van 2010 hier nog goed zien. De wind staat nu recht op kop. De regendruppels spoelen het zoute zweet in mijn ogen. Het is al zeker 10 minuten geleden dat ik een andere loper heb gezien. De twijfel slaat toe, zou ik nog wel goed lopen. Ik voel nu snel mijn energie afnemen. "Hoe ver zou ik zijn?" vraag ik me af. Ik ga steeds langzamer en moet zelfs even een stukje wandelen. Moeizaam zet ik me weer in gang. Dan opeens een punt van herkenning. In de verte hoor ik auto's razen. Ik nader het viaduct over de snelweg. Dit stuk ken ik nog van vorig jaar toen ik hier de 30 km gelopen heb. Ik weet nu dat het nog maximaal een kilometer of 5 is tot de finish. Het besef dringt tot me door dat ik het ga halen. Mijn zelfvertrouwen groeit nu met de minuut. Eerst het viaduct over, dan met een bochtje eronder door. De regen is intussen gestopt. Een andere loper haalt me in. Er staat iets van ultra-net op zijn shirtje. Ik probeer aan te pikken. We lopen weer de bossen in. Lekker beschut tegen de harde wind. Vanaf hier staat er elke kilometer een bordje met: "nog 4 km", "nog 3, nog 2". Een klein zandheuveltje voelt aan als een col van de eerste categorie. "Kom op" zeg ik tegen me zelf, "nog een klein stukje". We naderen de bebouwde kom van Geldrop. Daar is het bordje van de laatste kilometer al. Ik pep mezelf nog 1 keer op. We verruilen de zandpaden voor asfalt. Tussen de flats door, een stukje over de stoep, 2 bochtjes en dan zie ik de finishboog. Nog 100 meter te gaan. Zo trots als een etappe winnaar in de Tour de France rits ik mijn jasje open zodat iedereen het oranje van ons clubtenue kan zien. Een beetje gedesoriënteerd zoek ik waar mijn familie staat. Ik weet dat ze er zullen staan. Zij hebben me de laatste weken enorm gesteund en met me meegeleefd. Mijn kinderen houden een zelfgemaakt

spandoek omhoog. Terwijl de speaker mijn naam door de microfoon roept passeer ik de finish in 3 uur en 45 minuten. Ik heb het gehaald. Een schouderklopje een knuffel. Wat een geweldig gevoel!



De fitwalkers op zoek naar de kerstgedachte 2015

Op dinsdagavond 22 December trokken we naar Liempde waar het kerst gevoel moest zijn. Hier in dit dorp zijn vele kerststallen via een route te bezoeken. Via de markt waar we verzamelden vertrokken we om 19.00 uur. We waren bijna met de complete groep en trokken al snel het dorp in. Hier kwamen we meerdere wandelaars tegen die de ster volgden naar de stallen. Dit was niet moeilijk want we vonden er op iedere hoek of huis. De straten waren mooi verlicht met vele lichtjes wat een goed gevoel gaf. Wel misten wel de winterse sfeer door het gemis aan sneeuw. Al keuvelend vervolgden we de route met beeltenissen als voorbeeld van Dik Bruna uit onze kinderjaren. Onderweg kwamen de herinneringen van onze eigen beelden en stallen van vroeger zo een 50 jaar of langer terug. Na ruim een uur geslenterd te hebben kregen we het voorstel om bij een café een extra ronde te wandelen of ons innerlijk te versterken. En wat dacht je de extra lus helaas dit werd niet gehonoreerd. Al keuvelend tezamen met warme chocolademelk in het dorpscafé was het lang gezellig. Hier vonden we allemaal het vredig kerstgevoel en gingen voldaan naar huis.

Vele wandel groeten George Zoontjens.



Sinterklaastraining 2015

Voordat het heerlijk avondje dan echt was gekomen, stond er voor de jeugdleden op 5 december eerst 's-ochtends nog een training op het programma. En niet zomaar een training, want bij het clubgebouw had slaappiet een brief achtergelaten. Hij was zijn knuffel kwijt en kon nu niet meer slapen... De kinderen moesten hem dus helpen om zijn knuffel terug te vinden. Dus met z'n allen op naar het park om te kijken of de knuffel toevallig daar ergens te vinden was. Eenmaal in het park aangekomen kwamen we ineens 3 zwarte pieten tegen, super leuk natuurlijk! Maar slaappiet, die er ook bij was, was niet zo blij, want hij had zijn knuffel nog steeds niet terug. Maar misschien konden de kinderen tijdens een spel in de speeltuin zijn knuffel wel vinden. We gingen met z'n alle apenkooien! En ja, de pieten deden ook gezellig mee. Nadat iedereen zich op de toestellen en in het zand had uitgeleefd stond er nog een kwartetspel op het programma. Een super leuke training dus, maar aan het eind was de knuffel van slaappiet nog steeds vermist. Toch maar terug naar het clubgebouw, want misschien had Sinterklaas daar nog wel wat cadeautjes voor de kinderen achtergelaten. Helaas had Sinterklaas het erg druk en had hij dit jaar zelf geen tijd om bij Fortuna langs te komen, maar dat mocht de pret zeker niet drukken! Eenmaal terug bij het clubgebouw, kwam de knuffel van slaappiet toch nog terecht: hij zat bij een andere piet in haar broekzak, want slaappiet mocht natuurlijk niet slapen tijdens het sinterklaasfeest, ze hadden genoeg betere dingen te doen. Toen dit raadsel opgelost was, kregen de kinderen uiteindelijk allemaal nog een cadeautje van Sinterklaas. Natuurlijk wel pas nadat we zo hard hadden gezongen dat Sinterklaas het door de telefoon kon horen. Het was weer een geslaagde ochtend, dank u sinterklaasje!



Surprise avond

Het was weer erg gezellig op de surpriseavond van de jeugdige lopers van Fortuna op 3 december. Er waren een heleboel surprises en nog meer cadeautjes! Iedereen had goed zijn best gedaan en er kwamen mooie resultaten uit. We begonnen om 7 uur met dobbelen. Als iemand 6 gooide mocht hij of zij een surprise voor iemand anders pakken. Zo kwam er een piñata, een voetbalveld, een koe, taarten en star wars helden voorbij. Met wat hapjes, wat drinken en cadeautjes kon deze avond niet meer stuk. In mijn ogen had iedereen een toffe avond. Ik vind mijn surprise super en ik heb al weer zin in volgend jaar. Na het opruimen was deze leuke avond om 10 uur afgelopen. Sinterklaas mag dik tevreden zijn!

Guus van Kessel

Afscheid van Jolanda en Leo

Afgelopen Algemene ledenvergadering hebben we afscheid genomen van 2 hardlooptrainers, namelijk Jolanda en Leo. Jolanda is in 2009 begonnen als Trainster van de loopgroep nadat ze door blessures was gedwongen te stoppen met hardlopen (en niet onverdienstelijk hardlooperster). Vol enthousiasme is ze meteen begonnen met de trainerscursus. En zo fanatiek als ze als



hardlooperster was, zo fanatiek was ze ook met de cursus. Jolanda wilde alles weten, waarom deze oefening, waarom die trainingsopbouw. Dat was voor mij als begeleider mooi om te zien en het zette mij ook regelmatig weer aan het denken. Na het voltooien van de trainerscursus is ze als trainster aan de slag gegaan van groep 3/4 maar vooral als trainster van de beginnersgroep. Zo werd ze toch het gezicht van de trainers van de beginnersgroep (al had ze uiteraard de nodige steun van de andere trainers en begeleiders). Jolanda

had niet alleen alle trainingen helemaal uitgewerkt op papier staan, maar ook een compleet draaiboek. Van flyers, inschrijfformulieren, stukjes voor in de krant tot info avond en evaluatie, waar wij als trainers, ook nu ze gestopt is, nog veel aan hebben. Een kenmerk van Jolanda was dat ze echt iedereen meteen kende. Al waren ze nog maar net begonnen bij de beginnersgroep, Jolanda kende iedereen bij naam. En dat was regelmatig erg handig tijdens trainersvergaderingen. Bovendien is dit een erg goede eigenschap als trainster: ze kende iedereen en wist precies wat er in de groep omging, wie er een blessure had enz. Als masseuse wist ze bovendien veel over de anatomie en ook dat was vaak erg handig als lopers met blessures te maken kregen.



Leo is een ongeveer een jaar later begonnen aan de trainerscursus, maar al gauw bleek dat dat niet zo zijn ding was. Leo wilde gewoon training geven, niet al die rompslomp er omheen (en ik begreep wel wat hij bedoelde, dat was ook niet mijn favoriete onderdeel). Uiteraard vonden we dat als vereniging in eerste instantie jammer, want we hopen toch altijd dat trainers wat van een opleiding opsteken. Maar Leo was zo gemotiveerd en geïnteresseerd in het lopen dat hij die kennis wel op een andere manier aanboorde, bijv. via internet en boeken. Daarnaast kon Leo uiteraard putten uit een uitgebreide eigen ervaring als hardloper, want ook Leo was een niet onverdienstelijke hardloper met vele kilometers in de benen. Jarenlang was Leo betrokken bij de beginnersgroep, maar toch vooral bekend als de trainer van groep 3. Maar daarnaast voorzag Leo ook de ervaren marathonlopers van de nodige schema's en adviezen, zo hebben Henry en Eric nog veel advies gekregen van Leo. De laatste weken dat Leo training gaf kreeg ik veel vragen van groep 3: wie de nieuwe trainer zou worden van groep 3 en dat ze het zo jammer vonden dat Leo stopte. Ik denk dat dat toch wel het mooiste compliment is dat je als trainer kunt krijgen.

Jolanda en Leo, hartelijk bedankt voor jullie inzet en enthousiasme, dankzij jullie hebben we vele enthousiaste lopers erbij, namens het bestuur, trainers, maar vooral de hardlopers en hardloopters zelf!

En vergeet niet: mochten jullie je ooit bedenken en het training geven gaan missen: de deur staat altijd wagenwijd open!

Leon Verrijt



Huub van de schoot 25 jaar bij de club.

Je kunt hem er maar beter bij hebben.

Huub is een van die leden die de club maakt.

Nooit op de voorgrond maar wel aanwezig als het moet. Weinig drukte maar wel aanwezig waar een schakel ontbreekt. Hij was een van de voorlopers van het huidige lopers corps dat allerlei wedstrijden bezocht in de regio. Voornamelijk waren het boslopen van +/- 10 km. Omdat er eenvoudig weg nog niet zoveel wegwedstrijden waren. Na een lange loop carrière moest Huub noodgedwongen zijn looptenuue inleveren voor een fietstenuue. Jarenlang is hij nu mountainbiker en regisseur van heel veel toertochten op zondagmorgen.

Ook organiseert hij nu de bevrijdingsloop vanaf Wageningen en zorgt voor het mooie parcours en de lunchpakketten. De standenlijsten van de Fortunabikers worden door Huub bijgehouden en het weekend Egmond is samen met Willie Pepers op geen fout te betrappen. Jaarlijks verzorgen zij de bikers Fortuna van vrijdag tot zaterdag als of het hun eigen lammetjes zijn die ze zelf gemaakt hebben. Zo kunnen we nog wel een tijdje doorgaan over Huub die op iedere vergadering niet klaar staat met kritiek maar wel mee werkt naar oplossingen. Huub die zijn moppen het liefst tapt onder het fietsen.

Waardoor het even langzamer gaat, waardoor hij ook zijn jongens streken niet verloochend. Wat hem een warme persoonlijkheid maakt.

De laatste alinea over Huub van de Schoot moet nog heel lang onbeschreven blijven, want Huub je kunt hem er maar beter bij hebben.

Jos Dekkers



Kersttraining bij van Boxmeer

Op maandag 14 december hebben wij als hardlopers weer de jaarlijkse kersttraining gehad. Wat zoals elk jaar inhoud dat we eerst even lekker gaan lopen en daarna welkom zijn bij de slijterij van de familie van Boxmeer voor een hapje en een drankje. Zo hebben veel lopers de afgelopen jaren kennis gemaakt met de vele heerlijke likeuren die zij in het assortiment hebben. De lopers wisten dit elk jaar weer te waarderen, het was altijd gezellig en goed verzorgd (al was het terug lopen naar de accommodatie niet altijd meer even makkelijk voor menig een). Zelfs de kerstman en kampvuur ontbraken niet. Helaas komen ook aan alle goede en leuke dingen een einde en was dit jaar voor het laatst dat we de familie van Boxmeer hebben bezocht tijdens de kersttraining. Namens alle loopsters, lopers en trainers wil ik de familie van Boxmeer van harte bedanken voor de vele jaren van gastvrijheid. Het was altijd geweldig leuk georganiseerd en gezellig. Hartelijk bedankt hiervoor!

Leon Verrijt



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

Probos samenvatting rapport mountainbiken

Emoties en vooroordelen

Mountainbiken in bos- en natuurterreinen is een veel bediscussieerd onderwerp. Vreemd genoeg is er in Nederland vrijwel geen objectieve informatie voorhanden.

Discussies vinden daarom vaak plaats in een emotionele, weinig zakelijke omgeving en er altijd het gevaar is van stereotypen en vooroordelen. Alleen op basis van kennis en feiten zijn onderbouwde (en gedragen) beleids- en beheers beslissingen mogelijk en kan goed en snel geanticipeerd worden op schade en overlast.

Gelukkig is er internationaal wel wetenschappelijke informatie voorhanden. Aangevuld met de beschikbare informatie uit eigen land en de ervaringen van terreinbeheerders, is Stichting Probos er in geslaagd om een goed beeld te schetsen van de aard en ernst van de problemen in eigen land. Het volledige onderzoeksrapport van Stichting Probos is te downloaden op www.probos.net of voor 15 euro te bestellen.

Feiten over mountainbikers

De schattingen over het aantal mountainbikers in Nederland lopen uiteen van 60.000 tot 180.000. Ongeveer 20.000 mountainbikers zijn aangesloten bij de Nederlandse Toer Fiets Unie (NTFU) of de Koninklijke Nederlandse Wielers Unie (KNWU), waarvan er zo'n 1.000 regelmatig deelnemen aan wedstrijden. Er worden jaarlijks ongeveer 300 recreatieve toertochten georganiseerd (met name in de winter) en zo'n 20 wedstrijden (maartseptember), waarvan 6 in natuurterreinen. De verwachting is dat het mountainbiken niet meer zal groeien. De groep mountainbikers wordt gedomineerd door mannen van alle leeftijden (20-29 jaar 8%, 30-39 jaar 21%, 40-49 jaar 35%, 50-59 jaar 20%) en hebben gemiddeld eenzelfde opleidingsniveau als wandelaars.

Sociale conflicten

De meeste gehoorde klacht over mountainbikers is het sociale conflict met wandelaars en ruiters, vooral als gevolg van de hoge snelheid en het niet tijdig waarschuwen op een acceptabele manier. Dit veroorzaakt een schrikreactie en kan een gevoel van onveiligheid/gevaar opleveren. Ook het kapot rijden van wandelpaden en onvriendelijk/agressief gedrag veroorzaakt

irritatie bij andere recreanten. Tevens zijn er mensen die vinden dat mountainbikers simpelweg niet thuis horen in de natuur en het ongerepte natuurgevoel verpesten.

Nederlandse recreatieonderzoeken geven een gevarieerd beeld van de ernst van het probleem. Uit het ene onderzoek blijkt dat mountainbikers de meeste overlast veroorzaken, in andere

gevallen komt mountainbiken pas op de vijfde plaats na bijvoorbeeld loslopende honden, gemotoriseerd verkeer en slecht onderhouden routes. Uit internationale studies blijkt dat er minder problemen zijn met mountainbikers dan men vaak denkt. Belangenorganisaties voor

wandelaars en ruiters signaleren dat sociale conflicten incidenteel en lokaal plaatsvinden, maar dat er geen sprake is van structurele grote overlast. Deze organisaties

willen graag overleg aangaan met mountainbikers om problemen onderling op te lossen, maar juist ook om de wederzijdse belangen te verkennen en te behartigen.

In de praktijk blijkt het aantal conflicten in de afgelopen jaren te zijn afgenomen. Ook internationaal onderzoek heeft dit uitgewezen. Dit wordt verklaard doordat de verschillende groepen aan elkaar gewend raken en zich beter gedragen.

Het voorkomen van sociale conflicten

De toekomst van het mountainbiken in Nederland is sterk afhankelijk van de houding van mountainbikers. Zij hebben de verantwoordelijkheid om zich natuurvriendelijk en sociaal verantwoord te gedragen. Respect en tolerantie zijn de kernbegrippen. Het is van groot belang dat de communicatie rondom de gedragsregels (zie kader) wordt geïntensiveerd. Uit onderzoek en praktijk blijkt dat de meest effectieve manier om gedragsverandering te bewerkstelligen is als mountainbikers elkaar aanspreken op hun gedrag (zelfregulatie). Ook beheerders, fietsindustrie, dealers e.d. kunnen een belangrijke rol vervullen.

Gedragsregels mountainbiken

- Fiets alleen daar waar het is toegestaan
- Verstoor geen dieren of vogels en beschadig planten niet
- Fiets in kleine groepjes
- Geef wandelaars en ruiters voorrang
- Waarschuw ze tijdig en vriendelijk en benader ze stapvoets
- Vraag ruiters eventueel of je kunt passeren
- Vermijd drukke locaties en tijden
- Maak geen onnodig lawaai, m.n. in de buurt van paarden
- Geef groepen ruiters en koetsiers de gelegenheid bij elkaar te blijven
- Voorkom onnodig remmen: spaar de ondergrond
- Maak geen onnodig lawaai
- Laat geen afval achter

Verder is het voor mountainbikers van groot belang om met een proactieve houding samen te werken met terreinbeheerders en andere recreantengroepen. Het is voor mountainbikers verstandig zich daarbij goed te realiseren dat toegang tot bos- en natuurterreinen met een mountainbike geen recht is, maar een privilege verleent door de beheerder. Om betrokkenheid bij het werk van terreinbeheerders te tonen en hem (kostbaar) werk uit handen te nemen, kunnen mountainbikers overwegen vrijwilligerswerk uit te voeren in terreinen waar zij vaak fietsen. In toenemende mate worden routes beheerd door mountainbikeverenigingen, maar ook

als deze er niet zijn is er nuttig werk te verrichten. Dit zal op termijn ten goede komen aan de toegankelijkheid van bos- en natuurterreinen. Ook beheerders hebben profijt van een goede verstandhouding en het uitwisselen van informatie, bijvoorbeeld om schade en overlast terug te dringen en begrip te kweken voor beperkende maatregelen.

Ook beheersmaatregelen kunnen een rol spelen bij het voorkomen of verminderen van sociale conflicten. Zo kunnen snelheidsbeperkende maatregelen genomen worden, zoals paden versmallen, bochten aanleggen of technische obstakels creëren. Ook kunnen gevaarlijke situaties, zoals bijvoorbeeld kruisingen van routes worden aangepakt door het verbeteren van het zicht of het aanleggen van snelheidsbeperkende maatregelen. De uitdaging is om te zoeken naar dié oplossing die het probleem afdoende wegneemt en niet ten koste gaat van de aantrekkelijkheid van de route. Goed onderhoud, het bijhouden van een logboek en het verstrekken van duidelijk informatie aan mountainbikers is cruciaal om aansprakelijkheid te voorkomen, hoewel mountainbikers tot dusverre terreinbeheerders niet aansprakelijk stelden voor ongevallen.

Schade aan paden

In talloze internationale wetenschappelijke studies zijn de effecten van mountainbiken op waterafstroming, vegetatie-invloeden en bodemverdichting vergeleken met wandelen. Wandelen staat immers bekend als een recreatievorm die weinig schade veroorzaakt. Hieruit blijkt dat mountainbikers geen grotere impact hebben dan wandelaars, in tegenstelling tot bijvoorbeeld paarden en bosbouwvoertuigen. Wel hebben alle recreatievormen hun eigen specifieke invloed. Bij mountainbiken treedt schade met name op als paden ‘modderig’ worden gereden. Soms worden dergelijke paden hierna ‘breed’ gereden, doordat mountainbikers en andere recreanten om de modderige plekken heen proberen te komen. Ook worden wel bochten afgesneden en kan door slippende wielen erosie ontstaan op hellingen. Schade treedt dus met name op bij zeer intensieve berijding op mountainbikeroutes en in specifieke situaties, zoals hellingen, bochten en slecht ontwaterde paden.

Gezien het lokale karakter van de problematiek ligt het voor de hand om naar lokale oplossingen te zoeken. Voorlichting is nodig om ongewenst gedrag als gevolg van onwetendheid of onbedachtzaamheid te voorkomen; in andere gevallen zijn beheersmaatregelen zeer effectief. Modderig rijden kan bijvoorbeeld worden aangepakt door de bovenste laag weg te halen, eventueel in combinatie met het aanbrengen van een nieuwe toplaag en het aanbrengen van waterafvoersystemen. Schade door overmatig hard remmen kan worden voorkomen door te zorgen voor voldoende uitloop na een afdaling of het aanleggen van flauwe bochten. Erosie op hellingen kan worden voorkomen door een pad naar de zijkant af te laten wateren (outslope), het bouwen van afwateringsmogelijkheden (Rolling Grade Dips en Knicks) en het aanleggen van S-bochten (Rolling Crown Switchback). Het afsnijden van bochten kan worden voorkomen door robuuste obstakels te plaatsen of de berijdbaarheid van de bocht te verbeteren. Om mountainbikers te concentreren op bepaalde plekken, kan worden overwogen om samen met mountainbikers kunstmatige elementen aan te leggen, zoals smalle balanceerbruggen, wippen, boomstambruggen, drop offs, kuipbochten en boomstammen.

Ecologische schade

Dieren en vogels kunnen sterk wennen aan de aanwezigheid van mensen, met name als deze aanwezigheid voorspelbaar is. Zodra mensen buiten de paden komen is hier geen sprake meer van, waardoor verstoring van dieren en vogels op kan treden. Bovendien kan de vegetatie

beschadigd worden of zelfs geheel verdwijnen. Buiten de paden fietsen is echter niet eenvoudig, zeker niet als er sprake is van een dikke strooisellaag of een kruidenvegetatie. Buiten de paden fietsen komt over het algemeen dan ook alleen lokaal en over korte lengtes voor in de volgende situaties: op wildwissels en dunningspaden, in heuvelachtig terrein en op plekken waar technische uitdagingen buiten de paden liggen.

Mountainbikers hebben een belangrijke eigen verantwoordelijkheid om niet buiten de paden te fietsen, maar er zijn voorbeelden uit de praktijk bekend waar beheerders door gerichte voorlichting ook veel hebben bereikt, bijvoorbeeld door het geven van een presentatie voor een mountainbikevereniging of het schrijven Van een stukje in het verenigingsblad. Om het ontstaan van 'nieuwe' paden te voorkomen is het belangrijk voor beheerders en mountainbikers om attent te reageren op het ontstaan ervan. Snel ingrijpen door een robuuste afsluiting werkt het beste.

De beschikbare informatie wijst er op dat mountainbikers, zolang ze op de paden blijven, geen grote verstoring hebben op dieren en vogels. Een stille, snelle mountainbiker kan een groter verrassingseffect veroorzaken dan een wandelaar en heeft een grotere actieradius, maar aan de andere kant hebben dieren de neiging minder snel te vluchten door de korte verstoringstijd.

Reeën blijken in de praktijk bijvoorbeeld pas vaak te vluchten zodra de mountainbiker afstapt. Felgekleurde kleding heeft waarschijnlijk geen enkele invloed op het vluchtgedrag, omdat veel dieren niet of nauwelijks kleuren zien en vooral reageren op beweging en geluid.

Uit een inventarisatie onder Ravon-leden (Reptielen, Amfibieën en Vissen Onderzoek Nederland) blijkt dat mountainbikers geen grote bedreiging vormen voor reptielen. Lokaal kunnen er wel problemen ontstaan, maar die kunnen over het algemeen door lokale beheersmaatregelen afdoende worden verholpen, bijvoorbeeld door in kwetsbare leefgebieden paden af te sluiten of om te leiden. Een afsluiting moet voldoende robuust zijn om te voorkomen dat het obstakel omzeild of weggehaald wordt. Geen half werk dus. Ook is het belangrijk beide zijden van het pad af te sluiten en er voor te zorgen dat de afsluiting geen onlogische padenstructuur tot gevolg heeft. Zoals altijd geldt dat goede communicatie de acceptatie van dergelijke beperkende maatregelen vergroot.

Maatregelenhiërarchie

Bij het zoeken naar oplossingen voor schade en overlast door mountainbikers, is het verstandig om de 'lichtste' beheersmaatregel te nemen die het gewenste effect bereikt. Maatregelen met toenemende restricties voor mountainbikers zijn:

- Zelfregulatie door mountainbikers
- Voorlichting en educatie
- Lokale beheersmaatregelen• Aanleg van een mountainbikeroute: Het aanleggen van een mountainbikeroute, waarbij het overige gebied toch toegankelijk blijft voor mountainbikers, heeft als voordeel dat in de praktijk het overgrote deel van de mountainbikers geconcentreerd wordt op de route en er voor (lokale) mountainbikers toch mogelijkheden zijn om andere paden te nemen.
- Zoneren in de tijd: Bij zoneren in de tijd worden gebieden gedurende bepaalde tijden in de week afgesloten.

- Volledig afsluiten: Het volledig sluiten van (grote) bos- en natuurterreinen is op de lange termijn vaak geen oplossing. De meeste mountainbikers zien dit als onrechtvaardig en zullen gefrustreerd illegaal gaan fietsen in (kwetsbare) terreinen. Dit tot grote ergernis van de beheerder die merkt dat zijn controlemogelijkheden te gering zijn om het te voorkomen. Bovendien verlegt deze maatregel het probleem naar andere gebieden.

Het aanleggen van een mountainbikeroute

Bij het aanleggen van een mountainbikeroute is het belangrijk te streven naar een duurzame route die weinig onderhoud vergt en interessant is voor mountainbikers. Alleen uitdagende routes houden mountainbikers op de route. De wensen van mountainbikers gaan uit naar onverharde en smalle paden, hellingen, netwerk van routes in plaats van één geïsoleerde route, goede bewegwijzering en gemakkelijk bereikbare parkeergelegenheid. De meeste bospaden zijn oorspronkelijk aangelegd voor bosexploitatie of wandelen. Dat betekent helaas dat sommige paden niet zondermeer geschikt zijn voor mountainbikers. Om problemen te voorkomen zijn dan vaak aanpassingen nodig, bijvoorbeeld om erosie of sociale conflicten te voorkomen. Creativiteit en een goede samenwerking tussen beheerder en mountainbikers bij de planning, aanleg en het onderhoud is van groot belang voor een goed functionerende route.

Patrick Jansen

Stichting Probos

Postbus 253 6700 AG Wageningen tel: 0317-466555 fax: 0317-410247 mail: mail@probos.net
website : www.probos.net

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 .

Zaaltrimgroepen

Even een berichtje van onze zaaltrimgroepen. We sporten op maandagmorgen en donderdagavond met veel plezier. Jammer genoeg gaan enkele mensen ons verlaten om diverse redenen. We zouden het heel fijn vinden, als iedereen probeert om reclame te maken voor ons, zodat we weer enkele leden bij krijgen. De leeftijd van onze groepen ligt tussen de 40 en 80 jaar, dus iedereen kan zich thuis voelen bij ons.

We wensen alle leden, vrienden en familieleden van Fortuna

Prettige feestdagen, maar vooral een gezond en sportief 2016 toe.



De Pen door.....Marijn v. d. Sande

Hallo, ik ben Maryn van de Sande. Ik ben 13 jaar en ik zit in de derde klas van gymnasium beekvliet en ik vind het leuk om zelf spellen te ontwerpen en andere dingen te ontwerpen en bedenken. Ik ga een stukje schrijven over hoe ik het vind bij de club. Ik ging (volgens mij) 5 jaar geleden bij de club en het is altijd heel gezellig. Want de sfeer is zo fijn en het is ook altijd heel grappig. Ook ben ik al 3 keer mee op kamp geweest dat is altijd leuk. Want dan doen we altijd veel spelletjes en andere leuke dingen. Bij de club heb ik ook veel vrienden zoals Tim en Daan waarmee ik het altijd heel gezellig heb. Mijn broertje Robey zit ook bij de club.

Ik geef de Pen door aan..... Sem de Haan

Steeds meer verenigingen screenen hun vrijwilligers

10 december 2015

Vrijwilliger-OK screent duizendste vrijwilliger binnen half jaar

Amsterdam, 9 december- [Vrijwilliger-OK](#), onderdeel van de Validata Group, voert binnen zes maanden haar duizendste screening uit. Daarmee lijkt er een trend te ontwaren dat steeds meer verenigingen hun vrijwilligers screenen. De incidenten met vrijwilligers lijken voor Nederlandse verenigingen een belangrijke reden om hun vrijwilligers te screenen.

Sinds Vrijwilliger-OK op 1 juli jongstleden is gelanceerd, zijn er al 1000 screenings uitgevoerd. Teun Rohof, voormalig hockey-international en verantwoordelijk voor de screenings van vrijwilligers, legt uit hoe het systeem werkt: “De uitkomsten van de screening blijven inzichtelijk voor de vrijwilliger én de vereniging. Daarmee wordt het verleden van de vrijwilliger in één stap transparanter en de vereniging een stuk veiliger.”

Vrijwilliger-OK ontzorgt

Vrijwilliger-OK zet screeningssoftware in die zich bewees bij CV-OK, dat marktleider is op het gebied van employment screening. Vrijwilliger-OK ontzorgt, aangezien het aanvragen van een VOG nog steeds veel werk is. Rohof: “Een VOG zegt daarbij ook niet alles, dus leveren we een completere scan met ook een Verklaring Onderwerping Tuchtrecht (VOT) en een Gedragscode.”

Het aanvragen van een VOG is het meest intensieve proces en juist dat neemt Vrijwilliger-OK dan ook uit handen. Om vrijwilligers kosteloos een VOG te laten aanvragen, dient een vereniging/organisatie aan bepaalde voorwaarden te voldoen, die zijn vastgesteld door het ministerie. Het NOC*NSF controleert of sportclubs voldoen aan de volgende eisen:

- De vereniging/organisatie betreft een sportclub, die voor 70% uit vrijwilligers bestaat
- De vereniging/organisatie voert beleid rondom veiligheid en maakt dat beleid inzichtelijk aan alle leden
- De vereniging/organisatie heeft een vertrouwenspersoon aangesteld

Als clubs aan deze voorwaarden voldoen, krijgen ze goedkeuring zodat hun vrijwilligers de VOG kosteloos kunnen aanvragen. Vrijwilliger-OK ging al eerder een samenwerking aan met de K.N.H.B., na een succesvolle pilot op verschillende hockeyclubs als Schaerweijde, Amsterdam en Gooische.

Over Vrijwilliger-OK

Vrijwilliger-OK, onderdeel van Validata Group, is een van de labels naast CV-OK, markleider op het gebied van het screenen van vaste en tijdelijke medewerkers in opdracht van de werkgever. Vrijwilliger-OK screent vrijwilligers en betaalde krachten binnen de vereniging. Hierin worden een Verklaring Omtrent het Gedrag, Gedragscode en Verklaring Onderwerping Tuchtrect meegenomen. Bij betaalde krachten zal ook de (relevante sport-) werkervaring inzichtelijk gemaakt worden.

Er zijn dus verschillende screening mogelijkheden:

Voor vrijwilligers wordt voornamelijk op VOG, Gedragscode en VOT gescreend. Voor betaalde krachten zijn er verschillende mogelijkheden, zoals de Identiteit Check, een referentiecheck en meer.



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!

Gedragcode MTB

De NTFU heeft in samenwerking met de KNWU, Staatsbosbeheer en Natuurmonumenten een gedragscode MTB ontwikkeld om een goede omgang met andere recreanten en een goed behoud van de natuur na te streven. Deze gedragscode is zowel op een flexibel pasje als op een poster gedrukt die je wellicht al eens gezien hebt.



Gedragcode MTB

- Fiets alleen daar waar het is toegestaan.
- Respecteer de natuur: plant én dier.
- Fiets in kleine groepjes.
- Waarschuw andere recreanten tijdig en vriendelijk.
- Benader andere recreanten en drukke locaties stapvoets.
- Voorkom onnodig remmen: spaar de ondergrond.
- Maak geen onnodig lawaai.
- Laat geen afval achter.

De Pen door.....John welvaarts

Hallo allemaal,

Ik ben John Welvaarts, 44 jaar en sinds 2,5 jaar lid van Fortuna 67.

Ben getrouwd met Mirjam en we hebben 3 kinderen Joep, Niels en Meike.

Samen hebben we een melkveebedrijf aan de Huygensweg in Sint Oedenrode.

Ik ben 2,5 jaar geleden met het loopvirus besmet geraakt toen ik met mijn loopmaatje André, op vakantie in Italië een eindje ging lopen.

Hij wou gaan trainen voor de halve marathon van Eindhoven en ik zei tegen hem, neem maar een paar extra schoenen mee dan loop ik een keertje met je mee.

Dit ging zo goed dat we uiteindelijk samen in Eindhoven gelopen hebben.



Afgelopen jaar heb ik mijn eerste marathon gelopen en wel in de Big Apple.

Dit was een unieke ervaring waar ik en Mirjam erg van hebben genoten.

Het is een marathon waar ruim 50.000 lopers meedoen uit 146 verschillende landen. Mooi is de saamhorigheid met toch zoveel nationaliteiten.

Een organisatie waar duizenden mensen en politie aan meewerken om alles perfect te laten verlopen, geweldig.

Vooraf het Amerikaanse volk is super enthousiast, van het begin tot het eind schreeuwende mensen en volop muziek. You can do it!

Een kleine beschrijving van een marathon lopen in New York.

Om 5.45 staat de bus klaar aan het hotel om de lopers naar de start te brengen. We moeten voor 7 uur aan de start zijn omdat hierna de weg wordt afgesloten en het parcours wordt ingericht.

Er waren in totaal 4 waves en ik zat in de eerste wave en mocht om 9.50 starten. Na lang wachten mochten we om 9.30 naar de start lopen

vooraan de Verano Bridge. Alisha Keys begon het Amerikaanse volkslied te zingen boven aan de brug waarna zij van 50000 mensen een applaus kreeg. Kippenvol, zij heeft hierna ook de marathon meegelopen en is gefinisht!

Het mooie van New York marathon is dat deze dwars door de stad loopt en geen ronde is, waardoor je alle verschillende eilanden kunt zien.



Overall dikke rijen mensen behalve in de wijk Brooks waar veel Joodse mensen wonen, op zondag is de straat bijna leeg. Er is veel stevige muziek en nummers van de Boss zijn dan ook vele malen te horen.

Het is een zware marathon omdat het parcours bijna nergens vlak is, wat je na 20 mile toch begint te merken. Ook het vijftal bruggen waar je over moet is toch elke keer een flinke klim.

Bij de 24 miles loop je Central Park in waar dan na 26.2 miles de finish is.

3.13 was mijn tijd en was als 1745e over de streep in het algemeen klassement.

Het is een echte aanrader voor lopers die graag een marathon willen lopen en er graag een weekje tussenuit gaan.

Sportieve groeten,

John



Ik geef de Pen door aan.....Conny van de Biggelaar

CURSUS AED 2016.

Hallo alle leden van Fortuna 67 in 2016 start weer een cursus hoe om te gaan met reanimatie en met een AED apparaat.

Als cursus wilt volgen moet je als het kan zo snel mogelijk aanmelden. De cursus dagen zijn Donderdag 17 Maart en 24 maart 2016. Iedere cursus wordt weer op zorg boerderij gegeven s'avonds aan het cathelijnepad. Er kunnen maar 12 deelnemers per avond aanwezig zijn. Dus hoe eerder je aanmeld des te beter.

Aan melden via de website www.rooihartsafe.nl

Groeten George Zoontjens



**Installatiebedrijf
Gebr. van Engeland**

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

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

Driedorpencross 2015

Eind november kreeg ik een verzoek om tijdens de Driedorpencross de prijzen uit te reiken. Ik vroeg me zelf af waarom ze mij vroegen of was er niemand anders om dit te doen. De organisatie wilde een van de oud leden die deze cross al vaker gelopen had vragen. Omdat ik hier vaker gelopen heb vele jaren geleden. En ze wilde mij als clubicoon zo stond vermeld in de mooi rooi krant voor deze taak. Na enige aarzeling heb ik deze aanvaard, om te zien en te voelen hoe ik het jaren terug heb beleefd. Vaak stond ik op een podium om mijn prijs in ontvangst te nemen. Ook stond in de krant vermeld dat ik nog steeds een clubrecord had als veteraan op de 10 km. Via de Fortuna site zag ik dat op 1 September 2002 ik in Schijndel dit record gelopen heb na een strijd geleverd te hebben met de broers Scheutjens als 50 plusser. Ook had ik nog een standaard van een driedorpencross in Maart 2002 waar ik als eerste geëindigd ben op de 12km. Met al deze herinneringen ging ik naar de cross om mijn plicht te vervullen voor SV Fortuna 67. De weersomstandigheden voor dit tijdstip 22 November waren goed en het was een drukte van belang. Nadat de eerste groepen lopers waren gefinisht was de prijs uitreiking. Eerst werd ik door Pierre nog toegesproken en werd bedankt met een bos bloemen. Ik heb direct gebruik gemaakt om nog 1 keer op het ere schavot te staan en kreeg nog zo een gevoel als vroeger na een hardloop prestatie. Iedereen werd beloont met een medaille en een envelop voor de geleverde prestatie en een applaus. Ook waren er 50 en 60 plussers die op het podium stonden, en dat deed mij ook goed om deze te feliciteren. Ik ben blij dat ik weer een goede organisatie heb gezien, die vele lopers hebben mogen ontmoeten. En voor mij en hun was het weer een geslaagde sportieve dag geweest. Nogmaals bedankt voor de uitnodiging want hardlopen is een mooie sport die ik even weer heb mogen beleven.



Winkelstraat

Hertog Hendrikstraat



Brasserie
De Beleving



EFFE ANDERS

Nieuw
APOTHEEK

DE IJSMAAKERIJ

AMBACHTELIJK SCHEPIJS EN CHOCOLA MET SMAAK!

VAN DE KAMP
SCHOENEN EN SPORT

Zwanenberg Advies
ACCOUNTANCY & BELASTINGADVISEURS

EXCELANCE
HAARMODE

MODE BOETIEK
TRENTINO

Brabants
— Kwartiertje —
Vlaaienspecialzaak en lunchroom

VAN BRUSSEL
voor al uw diervoeders

VOOR IETS LEKKERS
BAKKERIJ BEKKERS
Nijssel - Schijndel - Soer - Veghel
Sint-Oedenrode - Breugel
www.bakkerijbekkers.nl

Winkelstraat

Hertog Hendrikstraat

Ruime Gratis Parkeergelegenheid

Wist u dat....

- Fortuna op 16 december een succesvolle algemene ledenvergadering heeft gehouden
- Fortuna nog steeds een sportief en financieel gezonde vereniging is
- Er al stappen gezet zijn om ons jubileum in 2017 onvergetelijk te maken
- Leon Verrijt wederom is gekozen tot trainingscoördinator en Lidewijde Verbeek tot secretaris ad interim
- ad interim betekent dat zij dat tijdelijk doet omdat er een vacature is voor de functie van secretaris
- Fortuna op 22 november wederom een succesvolle Drie Dorpencross heeft georganiseerd
- er ook voor Fortunezen ereplaatsen waren
- GGeorge Zoontjens de prijzen uitreikte omdat hij als Fortuna-coryfee en grote man achter de rolstoelwandeltochten dat verdiende
- Fortuna dringend op zoek is naar trainers, juryleden, wedstrijdleiders en scheidsrechters
- 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

januari

en in

februari

4-jan	Wil Kivits	LG	1-feb	Will van de Rijt	LG en SW
7-jan	Michiel Nooijen	JLG	2-feb	Marie Louise Holl	SW
8-jan	Sanne Olislagers	JLG	5-feb	Wiebe Temmink	JLG
9-jan	Susanne Huyberts	SW	7-feb	Jorrit Dekkers	LG
10-jan	Anja van der Heijden	LG	7-feb	Anneke van de Heijden	SW
10-jan	Lisette van de Kallen	LG	7-feb	Anet van den Hengel	SW
11-jan	Jolanda van den Elsen	LG	8-feb	Ilona van der Heijden	TR
17-jan	Gerard van de Biggelaar	MTB	8-feb	Henry Ramakers	TR
17-jan	Dick Swinkels	LG	8-feb	Ineke Sanders	LG
20-jan	Renske van de Sande	JLG	9-feb	Leo van Lieshout	TR
		LG en	10-feb	Theo van Erp	LG
22-jan	Martien Temmink	MTB	10-feb	Toos Peeters-Renders	SW
23-jan	Harry Verschueren	SW	12-feb	Claartje Post	LG
24-jan	Jan Verboort	MTB	12-feb	Harm van de Wouw	JLG
24-jan	George Zoonjens	SW	12-feb	Guus van de Wouw	JLG
26-jan	Esther de Poorter	LG	13-feb	Rob Kemps	LG
30-jan	Antoon Asveld	ST	14-feb	Ingrid Jansen	LG
30-jan	Gert-Jan van Thienen	LG	14-feb	Willy Kremers	LG
30-jan	Conny van de Biggelaar	LG	15-feb	Frank Scheutjens	LG
30-jan	Ria Balk	SW	16-feb	Peter van Rooij	LG
31-jan	Vincent van Gils	JLG	16-feb	Jeroen Rijkers	LG
			17-feb	Thea Rooijackers	SW
			18-feb	Marianne Hellings-Fierens	SW
			18-feb	Francis van de Ven	SW
			19-feb	Tonnie Kooijmans	SW
			20-feb	Marco van Schijndel	MTB
			20-feb	Marga Adriaans	SW
			21-feb	Inge van der Werff	LG
			21-feb	Lotte van Kessel	LG
			21-feb	Maartje Gevers	LG
			22-feb	Saskia Boonstoppel	LG
			22-feb	Clasine Oude Ophuis	TR
			22-feb	Mats van den Brand	LG
			22-feb	Willi Pepers	ST
			24-feb	Jan van Kampen	LG
			25-feb	Paul Stamps	SW
			26-feb	Marianne van der Putte	SW
			28-feb	Dian Kluijtmans	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



WINKELCENTRUM DE MARKT



RUIM PARKEREN



Contributie 2016 en lidmaatschap

contributiebedragen per 1 januari 2016

Jaarlijkse contributiebedragen 2016	basis	bij: AU	bij: NTFU	TOTAAL
alle pupillen (AU basis)	€ 44,25	€ 14,60		€ 58,85
minipupillen (AU wedstrijd)	€ 44,25	€ 14,60 GWL		€ 58,85
pupillen (AU wedstrijd)	€ 44,25	€ 22,55		€ 66,80
juniores (AU basis)	€ 44,25	€ 15,40		€ 59,65
juniores (AU wedstrijd)	€ 44,25	€ 29,45		€ 73,70
loopgroepleden (AU basis)	€ 59,00	€ 16,65		€ 75,65
loopgroepleden (AU wedstrijd)	€ 59,00	€ 38,70		€ 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 Lisan 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

