



# hamok

Voorzitter	Luc Melis VVO: sport en kaartencommissie Oude Molse baan, 32 2490 Balen 014/816202 luc.melis@skynet.be	Public Relations Uitrusting	Bart Mellebeek Korteweg, 13 3971 Heppen 011/391397 bart.mellebeek@fulladsl.be
Ondervoorzitter	Marc Hermans Hamse steenweg, 11 3971 Heppen 011/344734 hermans.ma@skynet.be	Lid	Bart Herremans Informatica Nieuwstraat, 6 3806 Velm Bart.Herremans@scarlet.be
Secretaris (extern) Materiaal	Tuur Cloostermans Olmense steenweg, 103 3945 Ham 011/343880 tuur.cloostermans@telenet.be	De knijptang redactie	Jos Thijs VVO:beheerraad Driegezustersstraat, 36 3582 Beringen 011/421097 joseph.thys@pandora.be
Secretaris (intern) Lidgeld	Fernand Scheelen Berkenlaan, 95 3970 Leopoldsburg 011/345575 REKENING: 779591964459 fernand.scheelen@khk.be	De knijptang Sportief	Wim Hoekx Sterstraat, 19 3920 Lommel 011/552440 hoekx.battiau@scarlet.be <a href="http://www.yucom.be/N2001.htm">http://www.yucom.be/N2001.htm</a> (regelmatigheid)
Schatbewaarder Kantine Ploegencommissie	An Verberne Hulsen, 78 2490 Balen 0476/ 755 895 REKENING: VZW HAM O.K. 458104823134 anverberne@hotmail.com	Sponsoring	Dirk Godelaine Molenstraat, 41 3980 Tessenderlo 013/675562 dirk.godelaine@skynet.be
Inschrijvingen	Dominique Schutjes Peerderbaan, 13 3940 Hechtel REKENING: HAM O.K. HECHTEL 735-0227934-69 tel.: 011/734453 fax.: 011/733611 schutjes@scarlet.be	Informatica	Ronny Timmers VVO:Sport & Kaartencommissie Sonnisstraat, 119 3530 Helchteren 0479 200 967 rti@technum.be
		Jeugd	Sofie Herremans VVO - ploegencommissie Groenstraat, 34/107 3001 Heverlee 0494/31.35.25 sofieher@gmail.com

# Tussen berm ...



De twee hamokorganisaties van november vielen allebei zeker onder de noemer 'speciaal'! Op 15 november waren we nog eens in onze clublokalen van De Warande te gast om al de zesde hamokcup te lopen op de kaart van 'Gerhees'.

Een twintigtal ploegen waren in de running voor de naturaprijzen en de hamokcup trofee! Heel wat hamokploegen konden zich er in de kijker lopen met bovendien een erg mooie overwinning voor de ploeg van Sofie, Nancy, Gunther, Dirk, Marc en Martin! Ik hoop dat de trofee mooi zal staan in de erekast van Nancy! Ook het team met Greet, Martine, Tristan, Toon, Jeroen en Koen behaalden er een podiumplaats na de sterke omegaploeg maar voor het eveneens erg sterke Trolteam.

Bij de berekening van het eindresultaat was de naproof nog doorslaggevend en verwarring zaaiend maar uiteindelijk zullen ook zij een naturaprijs ontvangen.

Aan de animo rond deze wedstrijd en de zes ingeschreven clubploegen werd opnieuw duidelijk dat de hamokcup na zes keer al een gesmaakte, toegevoegde waarde op de herfstkalender heeft! En de receptie naar aanleiding van ons zilveren clubjubileum maakte de dag ook nog wat feestelijk! Volgend jaar heeft Thomas van der Kleij de touwtjes in handen voor een zevende editie rond de terril van Waterschei!

En dat Thomas met zijn ploeg aanleg heeft voor dergelijke speciale wedstrijden toonden zij heel duidelijk op de nachtwedstrijd van Balendijk!



Niet alleen de massastart voor de A-lopers maar ook het spannende concept van een individuele nachtaflossing was nog nooit vertoond op onze crossen! Wie er bij was zal zeker de wedstrijdzone en de tientallen kaarsen hebben onthouden die de weg naar de start en terug afbakenden! Oriëntatiekunde en -kunst denk ik...

December zal voor ons zeker één van de rustigste maanden van het jaar worden. Enkel de regionale wedstrijd op Hengelhoef met als baanlegger Guido Timmers staat op het programma! De kaart werd herverkend en het zal de laatste trainingswedstrijd voor de Sylvester zijn. Iedereen aanwezig dus in Houthalen!

De traditionele Sylvestervijfdaagse zal door de V.V.O.-beurtrol voor de eerste keer zonder hamokwedstrijd doorgaan. Ik heb nog niemand over deze rustige organisatie week horen klagen en hopelijk heeft dit ook nog sportieve resultaten tot gevolg!

De voornaamste wijziging die op de Algemene Vergadering V.V.O. gestemd werd, was een serieuze verandering in de reeksindeling op de regionale crossen vanaf nieuwjaar! Kijk goed uit bij de inschrijvingen want voor heel wat lopers zal de juiste loopreeks nu één reeks hoger zijn, ofwel wordt de overstap naar een kortere reeks met heel wat jaartjes uitgesteld! Ik weet dat er hier en daar verwonderd zal opgekeken worden maar het is de eerste belangrijke wijziging sedert de start van het wintercriterium twintig jaar geleden! Dit wintercriterium zorgde er ooit voor dat V.V.O. op korte tijd "groot" werd maar was de laatste jaren ook serieus uitgehold door een hele reeks 'speciale wedstrijden' en de vanaf dit jaar erbij gekomen V.V.O.-trainingen. De uitwerking van het wintercriterium zal zeker opnieuw bekeken moeten worden maar ook bij de andere regionale wedstrijden zullen deze nieuwe loopreeksen tellen! Wie er geen zin in heeft, kan zich natuurlijk altijd in de reeks van zijn keuze blijven inschrijven.

Zeker ook nog vermelden dat hamoklid worden vanaf dit najaar al kon tot eind 2010! Al een zestal nieuwe leden hebben we verwelkomd met daartussen ook nog oud-kampioene Sofie Parée en haar familie die na heel wat jaren de

O-sport terug ontdekt heeft!

Na de Sylvester en de nieuwjaarsvieringen kijken de hamokkers natuurlijk al uit naar ons jaarlijkse clubkampioenschap! Dit jaar zal Marc ons op zaterdag 9 januari alle hoeken van de bossen van Ham laten zien!

Tot op de Sylvester,

Luc



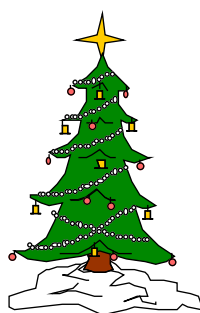
The author: Yuriy MANAEV (RUS)



# Voorinschrijvingen

## Sylvester

26 - 30 december 2009



### 'Koersel Fonteintje'

Koersel (Kol)

### 'Zwarte bergen'

Luyksgestel (Kovz)

### 'Kamp Grobbendonk'

Grobbendonk (Trol)

### 'Sanicol'

Leopoldsburg (Omega)

### 'Sahara'

Lommel (Borasca)

### Omlopen-Categorieën-Afstanden

		Dag 2 - 5	Dag 1 = MD (WRE)
1	H21E	8500 m	6800 m
2	H20, H35, H40	7500 m	6000 m
3	D21E, H-18, H45	6500 m	5200 m
4	D-18, D-20, D35, D40, HB, H50	5500 m	4400 m
5	D-16, D45, H-16, H55	4700 m	3800 m
6	DB, D50, D55, H60, H65	4000 m	3200 m
7	D-14, D60, D65, D70, D75+, H-14, H70, H75+	3300 m	2600 m
8	D-10, D-12, H-10, H-12 (geen lintjes D/H -10)	2700 m	2200 m
9	LD (long difficult), inschrijving ter plaatse	7000 m	6000 m
10	SD (short difficult), inschrijving ter plaatse	4000 m	3200 m
11	Kinder-O (1 euro), inschrijving ter plaatse	±1300 m	

### Inschrijvingen

#### Via Daniëlle

Inschrijven vóór 06.12:

mogelijk voor afzonderlijke dagen.

Inschrijven na 06.12:

enkel mogelijk voor het WRE in de categorieën D/H21E (beperkte plaatsen).

Inschrijven ter plaatse

op de omlopen SD, LD en kinder-O.

### Deelnemingskosten

Categorie	Deelname (per dag)	Huur EMIT (per dag)
<u>Inschrijving vóór 06.12</u>		
D/H -18	€ 3,5	€ 1
D/H +18 D21E/H21E	€ 5*	€ 2
	€ 6 (= WRE)*	€ 2
<u>Inschrijving na 06.12</u>		
D21E/H21E	€ 7,5 (=WRE)	€ 2
<u>Inschrijving ter plaatse</u>		
D/H -18	€ 4	€ 1
D/H +18	€ 6	€ 2

\* een deelname voor 5 dagen in D/H21E bedraagt € 26 (4X€5 + 1X€6).

Er wordt een waarborg gevraagd van € 25 voor de EMIT- badge. Bij inlevering van de badge wordt de waarborg terug gegeven.

MEER INFO: ZIE KNIJPTANG NOVEMBER





Wil je het jaar sportief, gezond inzetten,  
 Wil je plezier beleven, je ontspannen,  
 Wil je winnen of gewoon meedoen,

Schrijf dan in voor het enige echte

# Hamok clubkampioenschap

Op 9 januari 2010

in

**Ham**

Reeds ingeschreven en wil je je kansen verhogen opdat deze trofee:



één jaar lang – 2010 – je woonkamer of bureel siert geef dan bij je inschrijving door dat je helpt bij het ophalen van de posten, je zal hiervan de vruchten plukken!

\*\*\*\*\*

Inschrijving : voor 30 december 2009 bij mARC  
 tijdens de Sylvester 5 daagse

of

via e-mail [hermans.ma@skynet.be](mailto:hermans.ma@skynet.be)

\*\*\*\*\*

Samenkomst het Sporthal het Vlietje  
 Wegaanuiding vanaf de kerk Kwaadmechelen

Samenkomst om 12.30 u

Briefing 13.15 u

Massastart 13.30 u

# Trainings

## Beste hamok-ster/ker,

Op de regionale van **20/12** te **Hengelhoef** heb je alweer de mogelijkheid om deel te nemen aan een training georganiseerd door de ploegencommissie, de training wordt verzorgd door Sofie Herremans deze keer.

Ditmaal worden er vanuit een centraal startpunt verschillende korte parcours aangeboden. Deze parcours zullen beschikbaar zijn in verschillende moeilijkheidsgraden naargelang jullie ervaring. Uiteraard komen hierbij verschillende OL-technieken aan bod.

Deze vorm van training geeft je ook de mogelijkheid om op het einde van de training wat uitdagendere parcours te proberen!

**Inschrijven  
(voor 13 december )  
is verplicht  
en kan via  
[training@orientatie.org](mailto:training@orientatie.org)  
of op een OL-wedstrijd bij  
Sofie Herremans.**

Deelnemen aan de training kan tussen 10u en 11u30.

Profiteer van deze training om je OL-techniek nog wat bij de schaven voor de Sylvester 5-daagse!

Op de dag zelf meld je je aan op het wedstrijdsekretariaat: hier betaal je de deelnameprijs en word je doorverwezen naar de start van de training.  
Iedereen welkom!

Tot dan!

Sofie & de ploegencommissie

Op volgende regionale wedstrijden zal een training voorzien worden die open staat voor iedereen en die aangepast is aan het niveau van de deelnemers:

20 december: Genk "Hengelhoef"

17 januari: Genk "Kattevenia"

21 februari: Genk "Horensberg"

28 maart: Diest "Stad Diest"

Gelieve 1 week op voorhand in te schrijven via [training@orientatie.org](mailto:training@orientatie.org).

Na de training zal er ook een nabespreking plaatsvinden om een optimaal resultaat te bekomen.

Jeugdleden (tot en met D/H 20) krijgen 1000 punten voor het wintercriterium als ze de training tot een goed einde hebben gebracht. Voor de andere categorieën worden 300 punten toegekend.



Georges Goossens geeft niet alleen initiaties op DAS-beurzen maar ook op aanvraag 'in the wood'



## Selectiewedstrijd voor de Interland 7 maart 2010

Op de regionale wedstrijd van 31/01/2010 op de kaart "De Winner" te Hechtel-Eksel (organisatie hamok) zal een selectie gehouden worden voor de Interland van 2010.

Deze Interland wordt op 07 maart 2010 georganiseerd door V.V.O. zelf in Hechtel op de kaart

van "Het Gemeentebos".

Er zal die zondag weer bijkomend een Jeugdcup plaatsvinden!

Omdat de Interland in onze eigen streek zal plaats hebben, rekenen we erop dat de sterkste ploeg kan opgesteld worden. We rekenen op ieders bijdrage hiertoe!

### Wie kan er mee doen aan de selectie?

Iedereen die loopt in de voorziene omloop (zie kader).

Het kan dus best zijn dat je nu een omloop hoger of lager moet lopen.

Geboortjaar	Categorie	Omloop dames	Omloop heren
96-97-98	- 14	5	5
93-94-95	- 17	4	3
90-91-92	- 20	3	2
71 t.e.m. 89	Open	3	1
61 t.e.m. 70	Vet A	4	2
51 t.e.m. 60	Vet B	5	3
50 en vroeger	Vet C	5	4

Je hoeft niet op voorhand in te schrijven!!!

De eerste twee van iedere categorie zijn automatisch geselecteerd.

De derde plaats wordt een week later aangeduid door respectievelijk:

- de Ploegencommissie voor de jeugd, junioren en senioren

- de S & K commissie voor de veteranen

Dit geldt ook voor de plaatsen die vrijkomen als een geselecteerde niet kan.

We hopen op deze manier met een sterke delegatie de Vlaamse kleuren te kunnen verdedigen.

Veel succes voor alle deelnemers.

De S & K commissie

## VVO

### Bijzondere algemene vergadering

### Misschien verandert je omloopnummer?

Een vergadering die vooral belangrijk was voorhet indienen van de begroting voor BLOSO en - simultaan - goedkeuring van de budgetten voor de ploegen (seniors, juniors, jeugd). Dat gebeurde dan ook samen met enkele reglementswijzigingen op voorstel van verschillende clubs.

We citeren voor u de belangrijkste:

1.4. De deelnemers van de categorieën H/D18 en H/D20 kunnen lopen en geklasseerd worden in elke categorie van een hogere leeftijd tot maximaal H/D21.

#### Regionale wedstrijden

De wedstrijden worden op 6 omlopen gelopen genummerd van 1 tot 6. De afstanden en de categorieën zijn:

Omloop	Afstand	Leeftijdscategorie:
1	9.0 km	H20, H21, H35
2	8.0 km	H18, H40, H45 – D20, D21, D35
3	7.0 km	H16, H50, H55 – D18, D40, D45
4	5.5 km	H14, H60, H65 – D16, D50, D55
5	4.0 km	H12, H70 en ouder – D14, D60 en ouder
6	3.0 km	H10 – D10 en D12

#### Nachtwedstrijden

De wedstrijden worden op 3 omlopen gelopen genummerd van 1 tot 3. De afstanden en de categorieën zijn:

Omloop	Afstand	Leeftijdscategorie:
1	6.0 km	H18, H20, H21 en H35 – D20, D21 en D35
2	4.5 km	H16, H40, H45, H50 en H55 – D18, D40 en D45
3	3.5 km	H14, H60 en ouder – D14, D16, D50 en ouder



# Hamokcup VI

**1.HAMOK 1****5:21:48**

Sofie HERREMANS	D21Oro-Hydro	0:49:40
Dirk DEIJGERS	H45MTB-O	1:08:42
Marc HERMANS	H50Vensterloop	0:37:23
Gunther DEFERME	H35Zonder Zwart	0:48:53
Martin BECKERS	H45IOF-Lang	1:02:57
Nancy WENDERICKX	D21IOF-Kort	0:43:01
naspel :Tijd :	01:02 x 6 =	0:06:12
Straftijd :	1 x 05:00 =	0:05:00

**2.OMEGA 1****5:41:36**

Jeroen THEYS	H-18Oro-Hydro	1:00:09
Jochen VERDEYEN	H21MTB-O	1:05:02
Sien VERDEYEN	D-18Vensterloop	0:46:58

Miek FABRÉ	D21Zonder Zwart	0:50:06
Guido VERDEYEN	H45IOF-Lang	1:11:31
Elke VERDEYEN	D-14IOF-Kort	0:42:56
naspel :Tijd :	00:49 x 6 =	0:04:54
Straftijd :	0 x 05:00 =	0:00:00

**3.HAMOK 2****5:58:05**

Greet OEYEN	D21Oro-Hydro	0:48:12
Tristan BLOEMEN	H-16MTB-O	1:30:13
Toon MELIS	H-18Vensterloop	0:35:13
Koen MEYNEN	H45Zonder Zwart	0:50:10
Jeroen HOEKX	H21IOF-Lang	1:02:56
Martine TAFFEIREN	D45IOF-Kort	1:05:15
naspel :Tijd :	01:01 x 6 =	0:06:06
Straftijd :	0 x 05:00 =	0:00:00





## Ham 'Gerhees'

15 november 2009

# 25

Het hamocupmenu is bekend: voorgerecht, hoofdschotel en dessert. Bij gelegenheid van het 25-jarig bestaan van de club was dat niet anders. De grote stijlbreek met de vorige editie zat hem in de ultrakorte maar glasheldere briefing die de 19 ploegen, ondanks een falende geluidsinstallatie, op een scheet en een vloek het bos injoeg. Bart Mellebeek verwerft hiermee de status van 'Belleman voor het leven'

Bij het voorgerecht kregen de ploegen zes kaartjes in de handen gestopt met op elk kaartje één post. Daar vonden zij dan telkens één kaartgerecht van de hoofdschotel. Wie wat op zijn bord kreeg moesten de ploegen dan maar na onderling overleg - en afspraak tevelde - bepalen. De wurgende vrees dat de in het bos gedropte kaarten wel eens pootjes zouden kunnen gekregen hebben bleek ongegrond zodat IOF-lang en kort, oro-hydro, zonder zwart, venster en MTB-O probleemloos kon verteerd worden.

Voor het overzicht van dit 6 gangenmenu grijpen we dankbaar naar de reflecties van onze onvolprezen Jeroen H. die in de 'laatste post' daarover het volgende afscheidde:

*"De oro-hydrowedstrijd werd gewonnen door Frans Laenen, die zo'n twee minuten voorsprong had op Greet Oeyen en drie op Sofie Herremans. Wij schreven het al bij de herfstwisselbeker: dit is de normale oriëntatiestijl van Laenen, dwars door alles, en dan recht op de post uitkomen, geef hem een blanco kaart en hij loopt even snel.*

De MTB-O wedstrijd werd gewonnen door Jochen

*Verdeyen, voor Dirk Deijgers en Wim Vervoort. Verdeyen legt zich noodgedwongen toe op het fietsen, moest tot halverwege Deijgers in zijn zog dulden, maar bleek dan toch te snel. Vervoort kwam eerder uit de achtergrond opzetten. Waar hij halfwedstrijd nog op een achtste positie rondreed, wist hij tijdens de laatste posten nog de concurrentie te verschalken.*

*Bij de vensterloop speelde het ploegenspel een belangrijke rol. Man-met-terreinkennis, Marc Hermans nam Toon Melis mee op een tocht door het bos, om eens te tonen hoe het echt moet. Hoewel de splits hier een steekje laten vallen, was het uiteindelijk Toon Melis die in de laatste rechte lijn Hermans nog voorbij ging en dus met een seconde voorsprong won. Voor de derde plaats was het niet minder spannend. Dieter Marinus, Evert Leeuws en Arno Keuppens moesten onderling uitmaken wie de derde podiumplaats kreeg. Uiteindelijk was het Marinus die het trapje mocht beklimmen.*

*Zonder zwart gaf aanleiding tot een bijzonder spannende wedstrijd. Een bliksemstart van Koen Meynen en Rudi Aerts bleek niet voldoende om het aanstormende geweld af te houden. Jos Gilot loste Gunther Deferme niet, maar Deferme hield toch een kleine voorsprong aan de streep. Meynen liep aan de voorlaatste post nog comfortabel in derde positie, maar daar kwam Miek Fabré opzetten en zette zo na zoon Frederik op de nachtaflossing, nu vader Koen in de sprint op hun plaats.*

*De lange iof omloop was het toneel van wat aardige duels. Geert Simkens in het bos kwijtspelen is onmogelijk en dan alternatieve routes via de paadjes zoeken bleek toch niet zo'n goed idee te zijn, hoewel Simkens ons na de wedstrijd toch vertelde dat hij wat veel bramen tegen gekomen was onderweg. Bramen of geen bramen, de winst was er in elk geval voor Simkens. Op de tweede plaats vinden we uw verslaggever, machinist van een hamok-trein met Martin Beckers, die door gezichtsproblemen zich veelal tot een wagonnetjesrol moest beperken.*

*De korte iof omloop was een tweestrijd tussen de ervaring en loopsnelheid van Elke Verdeyen en het jeugdig enthousiasme van Nancy Wenderickx. Ervaring bleek de bovenhand te geven. Om de derde plaats kwam het bijna tot een spannend einde, maar Patrick Bleyen hield uiteindelijk een deftige voorsprong op Ian Geldof over.*

*Na de finish moesten er vragen opgelost worden en aan de hand van de antwoorden moesten er posten in een doolhof gezocht worden. Hier stond geen maat op Miek Fabré, die weer eens de maat nam in een millimeterspurt voor Frederik Meynen. Uiteindelijk was*



het daar eerder zaak van alle antwoorden goed te hebben dan snel te lopen, want 5 minuten straftijd haal je niet zomaar in.

Het verdicht dan maar: hamok 1 wint. Dat was ook logisch. Zet vier toppers die al jaren op elkaar zijn ingespeeld bijeen, voeg er wat mensen met terreinkennis aan toe en voilà. Het jeugdige Omega 1 werd 2e, op 20 minuten van de winnende ploeg. Omtrent de derde plaats is er wat verwarring. Trol 1 werd op het podium geroepen, maar in de uitslag staat hamok 2 op de derde plaats, wij vinden dat wel een goede ontwikkeling en vermoeden dat er ergens geen rekening werd gehouden met strafminuten."

In de commotie van een liederlijke drink werden er inderdaad straftijden afgetrokken i.p.v. opgeteld zodat de Trolploeg met zijn drie fouten in het naspel (15 minuten straftijd!) aanvankelijk 3de werd geklasseerd maar na correctie naar de vierde plaats tuimelde. De verzamelde intelligentia van Meynen, Hoekx, Oeyen, Melis, Taffeiren en Bloemen worden zwaarder dan die van Laenen en co.

De champagne bubbelde rijkelijk op het 25-jarig bestaan van hamok zodat de witte 2 en 5 tegen de muur van het clublokaal voor niemand nog een mysterie was. Tenzij voor de baanlegger en zijn team voorlopers, postenophalers, opruimers, kantinières en andere vegers die het bij gebrek aan rust niet op een zuipen hadden kunnen zetten.

Resultaten van de overige 16 ploegen:

<b>4.TROL 1</b>		<b>6:13:46</b>
Frans LAENEN	H45Oro-Hydro	0:46:49
Wim VERVOORT	H40MTB-O	1:12:11
Dieter MARINUS	H-16Vensterloop	0:41:15
Erik VAN DYCK	H45Zonder Zwart	0:53:43
Andis LAVEIKIS	H-20IOF-Lang	1:08:24
Oswald VAN BOCKSTAL	H60IOF-Kort	1:07:12
naspel :Tijd :	01:32 x 6 =	0:09:12
Straftijd :	3 x 05:00 =	0:15:00

<b>5.OMEGA 2</b>		<b>6:28:25</b>
Leen WOUTERS	D45Oro-Hydro	1:00:47
Karl KEUPPENS	H40MTB-O	1:30:56
Evert LEEUWS	H-14Vensterloop	0:41:18
Rudi AERTS	H45Zonder Zwart	0:50:21
Stefan THIELS	H35IOF-Lang	1:28:08
Charlotte THEYS	D-14IOF-Kort	0:51:07
naspel :Tijd :	00:58 x 6 =	0:05:48
Straftijd :	0 x 05:00 =	0:00:00

<b>6.OMEGA 3</b>		<b>6:31:11</b>
Chris ADDIERS	H50Oro-Hydro	1:02:00
Jean-Marc GILLET	H35MTB-O	1:14:08
Arno KEUPPENS	H-14Vensterloop	0:41:22
Koen BOSMANS	H21Zonder Zwart	1:03:32
B. VAN DE MOORTELH	45IOF-Lang	1:20:21
Fr. VAN DE MOORTELH	70IOF-Kort	1:03:06
naspel :Tijd :	01:07 x 6 =	0:06:42
Straftijd :	0 x 05:00 =	0:00:00

<b>7.KOL 1</b>		<b>10 6:33:01</b>
Jean-Pierre KELLENS	H55Oro-Hydro	1:27:27
Jef BOECKX	H21MTB-O	1:15:45
Luc HEUNINCKX	H55Vensterloop	0:52:44
Jos GILOT	H55Zonder Zwart	0:48:54
Geert SIMKENS	H21IOF-Lang	1:00:35
Sofie HEUNINCKX	D21IOF-Kort	0:56:54
naspel :Tijd :	01:47 x 6 =	0:10:42
Straftijd :	0 x 05:00 =	0:00:00

<b>8.HAMOK 4</b>		<b>6:52:52</b>
Luc BOUVE	H50Oro-Hydro	0:56:27
Bart HERREMANS	H40MTB-O	1:14:05
An VERBERNE	D40Vensterloop	0:59:34
Johan MAES	H45Zonder Zwart	1:08:32
Willy RENDERS	H55IOF-Lang	1:31:32
Patrick BLEYEN	H45IOF-Kort	0:48:30
naspel :Tijd :	01:32 x 6 =	0:09:12
Straftijd :	1 x 05:00 =	0:05:00

<b>9.TROL 2</b>		<b>7:27:59</b>
Vanessa BOLSENS	D21Oro-Hydro	1:21:17
Nick VERVOORT	H-16MTB-O	1:14:13
Frans WENS	H60Vensterloop	0:55:48
Daniel MARINUS	H40Zonder Zwart	1:13:21
Marc LEERS	H50IOF-Lang	1:33:57
Oskar ENGELIS	H-20IOF-Kort	0:54:17
naspel :Tijd :	01:41 x 6 =	0:10:06
Straftijd :	1 x 05:00 =	0:05:00

<b>10.KOL 3</b>		<b>8:03:45</b>
Paul CORTHOUTS	H50Oro-Hydro	1:02:36
Kim STEEGEN	D21MTB-O	1:37:50
A. VAN CANEGHEM	H50Vensterloop	1:05:36
G. TIMMERMANS	H60Zonder Zwart	1:09:03
Dirk JACOBS	H40IOF-Lang	1:12:51
Jan VAN HEES	H70IOF-Kort	1:37:31
naspel :Tijd :	01:23 x 6 =	0:08:18
Straftijd :	2 x 05:00 =	0:10:00

<b>11.SASOR 1</b>		<b>8:11:07</b>
Dieter SELS	H21Oro-Hydro	1:08:30
Johan DE CONINCK	H45MTB-O	1:25:09
Ellen MOLS	D21Vensterloop	1:03:29
Henri VAN BRIEL	H45Zonder Zwart	1:16:19
Jackie VANDIJCK	H50IOF-Lang	1:38:25
Francine MOLS	D50IOF-Kort	1:10:51



naspel :Tijd : 01:24 x 6 = 0:08:24  
Straftijd : 4 x 05:00 = 0:20:00

### **12.HAMOK 3 8:14:12**

Georges GOOSSENS	H55Oro-Hydro	1:49:53
Stefaan SCHUTJES	H21MTB-O	1:26:41
Jean OOMS	H65Vensterloop	1:08:53
Jos GOVEN	H45Zonder Zwart	1:05:49
Luc HERMANS	H45IOF-Lang	1:30:53
Djef GOOSSENS	H-20IOF-Kort	0:56:21
naspel :Tijd :	01:47 x 6 =	0:10:42
Straftijd :	1 x 05:00 =	0:05:00

### **13.BORASCA 1 8:19:11**

Anita BAERTS	D50Oro-Hydro	2:16:59
Johan CLAES	H50MTB-O	1:34:30
Noël NIJSTEN	H40Vensterloop	0:46:37
Ellen OMBLETS	D21Zonder Zwart	1:21:28
Sam DEFERM	H21IOF-Lang	1:12:59
Marc VAN STEEN	H55IOF-Kort	0:50:50
naspel :Tijd :	00:58 x 6 =	0:05:48
Straftijd :	2 x 05:00 =	0:10:00

### **14.HAMOK 6 8:23:44**

Hilde KROLS	D45Oro-Hydro	1:49:58
Ivan DE LAET	H35MTB-O	1:14:13
Tuur CLOOSTERMAN	SH70Vensterloop	1:37:51
J.P. HOMBROECKX	H55Zonder Zwart	1:05:31
Greta MOLS	D45IOF-Lang	1:41:05
Ian GELDOF	H-14IOF-Kort	0:48:36
naspel :Tijd :	01:05 x 6 =	0:06:30
Straftijd :	0 x 05:00 =	0:00:00

### **15.HAMOK 5 8:32:22**

Vladimir GELDOF	H40Oro-Hydro	1:42:17
Guido TIMMERS	H45MTB-O	1:22:47
Phil MELLEBEEK	H65Vensterloop	1:24:35
Frederik MEYNEN	H-18Zonder Zwart	1:12:55
Bart BOS	H35IOF-Lang	1:18:22
God. BRUYNSEELS	D50IOF-Kort	1:26:26
naspel :Tijd :	00:50 x 6 =	0:05:00
Straftijd :	0 x 05:00 =	0:00:00

### **16.OMEGA 5 9:28:10**

Veerle MOERMANS	D40Oro-Hydro	1:44:15
Philip VAN HEMELEN	H-18MTB-O	1:36:59
Bo LEIMAND	H55Vensterloop	1:35:06
Dirk FABRÉ	H45Zonder Zwart	1:27:35
Jukka KOTILEHTO	H40IOF-Lang	1:27:49
M. VANHOREBEEK	D40IOF-Kort	1:29:14
naspel :Tijd :	01:12 x 6 =	0:07:12
Straftijd :	0 x 05:00 =	0:00:00

### **17.KOL 2 DSQ**

Roger BOCKX	H50Oro-Hydro	1:08:43
Ivo TIMMERMANS	H55MTB-O	1:55:39
Ferdy NIJST	H60Vensterloop	0:52:55
Kathleen REYNDERS	D45Zonder Zwart	1:08:04

Serge BAERT	H40IOF-Lang	1:12:50
Denis REYNDERS	H80IOF-Kort	DSQ
naspel :Tijd :	00:00 x 6 =	0:00:00
Straftijd :	0 x 05:00 =	0:00:00

### **18.OMEGA 4 DSQ**

Katleen VAN DE MOORTELD	40Oro-Hydro	1:21:09
Etienne DE CANNE	H50MTB-O	DSQ
Nelis FABRÉ	H-14Vensterloop	0:52:23
Jan LEMMENS	H45Zonder Zwart	1:19:56
Veerle TULLENEERS	D35IOF-Lang	1:26:32
Liset HENDRICKX	D50IOF-Kort	DSQ
naspel :Tijd :	01:02 x 6 =	0:06:12
Straftijd :	0 x 05:00 =	0:00:00

### **19.KOL 4 DSQ**

Simonne SILVI	D50Oro-Hydro	1:47:11
Jos HOUBEN	H60MTB-O	DSQ
Georges CEUNEN	H70Vensterloop	DSQ
Johan SWINNEN	H40Zonder Zwart	DSQ
Steve HERMANS	H21IOF-Lang	1:41:17
M.C. METTEN	D50IOF-Kort	1:26:53
naspel :Tijd :	00:00 x 6 =	5:15:00
Straftijd :	0 x 05:00 =	0:00:00



**Een nieuwe outfit  
(Barts shop?)  
voor de hamokdames  
met een  
hart  
voor de club?**



De Lommelse godenkinderen lieten hun licht nog eens schijnen op het oriëntatiewereldje en in de nacht. 'Mass start by night', gemeenzaam als MSBN aangeduid, was zelden vertoond in deze contreien of het moest bij gelegenheid van een openingsaflossing zijn. Het nachtelijk regionalleke aan de Balendijk in Lommel kreeg meteen internationale allures: 2 Duitsers aan de start, een Let, een Est en een stuk of 28 Belgen waaronder VVO's mooisten en snelsten. Een beetje mager, vooral wat de Belgen betreft, De inspanningen van de Hoekx'en en Vanderkleys verdienden meer. Zij hadden niet alleen gezorgd voor een ingenieuze en selectieve baanlegging-met-kaartwissel waarbij naar hartelust gevorkt en gesnorkt kon worden, maar ook aandacht besteed aan een poëtische vormgeving. De deelnemers werden via een kaarsendreef naar de startzone geleid en dat wekte bij het oriënteringsvolk al onvermoede intense romantische opwellingen op. Gelukkig bestond het vrouwenpeleton slechts uit 2 onbesproken exemplaren zodat bij het startsignaal alle aandacht naar de strijd om de nachthegemonie ging.

De wedstrijd werd beheerst door een vijftal met Alexander Lubina, Tom Herremans, Joost Talloen, Ken Peeters en Desmond Franssen in de hoofdrol. Alexander Lubina, met een kleine voorsprong aan de leiding na de kaartwissel, leek deze eerste editie op zijn naam te kunnen schrijven maar hij werd afgeremd door een val over sluikestort aan één van de laatste posten. Ken Peeters greep zijn kans en wist in de laatste hectometers topfavoriet Tom Herremans nog nipt af te houden.

Bij afwezigheid van Thomas en Jeroen Vanderkley en Jeroen Hoekx - het gouden organisatietrio - hield Dries Vanderkley de Lommelse eer hoog en bezette de 3de podiumplaats.

Greet Oeyen stond haar mannetje in dit testerongezelschap en eindigde 12de, ver voor brilende en andere oehoeërs.

Voorwaar een formule om te koesteren.



Tom Herremans en Dries Vanderkley bogen het hoofd voor de nieuwe koning van de nacht, Ken Peeters.



1	Ken PEETERS	H21	TROL	0:34:59	5'44"
2	Tom HERREMANS	H21	hamok	0:35:02	5'44"
3	Dries VAN DER KLEIJ	H21	hamok	0:35:31	5'49"
4	Alexander LUBINAH	H21	DJK Adler 07	0:35:54	5'54"
5	Joost TALLOEN	H21	Omega	0:37:59	6'13"
6	Desmond FRANSSEN	H21	TROL	0:38:34	6'19"
7	Jan DELOBEL	H21	Omega	0:42:00	6'53"
8	Winston FRANSSEN	H21	TROL	0:43:16	7'05"
9	Benjamin HOFMANS	H-18	ASUB	0:43:21	7'06"
10	Wim VERVOORT	H40	TROL	0:44:19	7'15"
11	Andis LAVEIKIS	H-20	TROL	0:44:32	7'18"
12	Greet OEYEN	D21	hamok	0:45:45	7'30"
13	Toon MELIS	H-18	hamok	0:45:48	7'30"
14	Bart MELLEBECK	H40	hamok	0:45:50	7'30"
15	Lars RESCHH	H21	DJK Adler 07	0:46:27	7'38"
16	Frans LAENEN	H45	TROL	0:46:47	7'40"
17	Miek FABRÉ	D21	Omega	0:48:06	7'53"
18	Frederik MEYNEN	H-18	hamok	0:48:13	7'54"
19	Guido TIMMERS	H45	hamok	0:50:07	8'12"
20	Christof LUYTEN	H21	Omega	0:50:30	8'16"
21	Koen MEYNEN	H45	hamok	0:50:39	8'18"
22	Tarmo KUUB	H21	ASUB	0:54:38	8'57"
23	Bram BOECKX	H21	TROL	0:56:17	9'13"
24	Daniel MARINUS	H40	TROL	0:56:19	9'13"
25	Dominique PEETERS	H45	Borasca	1:04:52	10'38"
26	Marc LEERS	H50	TROL	1:12:41	11'54"
27	Jean-Claude JIMENEZ	H45	hamok	1:17:37	12'43"
28	Erik VAN DE WEIJER	H45	Omega	1:28:01	14'25"
	Jan OEYEN	H21	Borasca	NCL	
	Bjorn VANNESTE	H21	TROL	NCL	
	Luc MELIS	H45	hamok	NCL	
	Roman ELSEN	H35	Omega	NCL	



MSBN, op Balendijk gelanceerd door het trio Thomas , Jeroen V en Jeroen H



De start van de MSBN waarvan slechts weinigen genoten hebben in tegenstelling met



Greet Oeyen en Miek Fabré waagden zich ook in de 1ste MSBN



Dit Nieuw speelveld voor spelletje OXO?

# Hamokwerk

## Voorbij

### Hamokcup VI 15 november 2009 Ham 'Gerhees

Het was een onverdeeld genoegen om nog eens gastheer te spelen met een bijzondere organisatie in het eigen clublokaal 19 ploegen waren present en dat was een compliment van de VVO-clubs. Misschien in de toekomst toch eens denken aan het uitnodigen van FRSO-clubs? Een "Moïse" meer kan toch geen kwaad? Dank zij de hulp van zovelen (namen? wij gaan er vergeten maar Dirk Godelaine was er ook bij!) werd de organisatie tot de laatste bubbel vlot afgewerkt. Wellicht een geluk dat de 7 jeneversorten voor de receptie werden afgeblokt? 9 ploegen verteerden het naspel foutloos en onder hen het voltallige (5 ploegen) omegacorps! Een blijk van bijzonder rekenintellect of grote solidariteit? Naast de 19 ploegen nog eens zoveel deelnemers voor de gewone omlopen. Tom Herremans meldde zich nog in extremis, vond geen ploeg meer en won dan maar de langste afstand.

### Nacht criterium Vrijdag 27 november 2009 Lommel 'Balendijk'

In café 'De Mulders' kijken ze al niet meer raar op van het rare oriëntatievolkje. Als het tapvolume maar meevalt moeten ze gedacht hebben. Zonder rekening te houden met onze voorzitter die 1 (één) lange maand alcoholvrij door het leven wilde stappen. (zie foto "Tussen berm en toeg") was dat nog een meevaller en niet in het minst omdat een Troller gewonnen had. Naast de 32 MSBN's liepen er nog een 40-tal criteriumialisten de natte nacht in. Waar An Verberne het hoofd rechtop hield moest Luc Cloostermans nederig het hoofd buigen voor de jeugdige Nick Vervoort. De snitsel was al opgeruimd toen de laatste deelneemster zich aan de start meldde maar Willy Van Caelenberghe begeleidde haar als een gentlemen naar de startbalise. Lieve Geens kon dat appreciëren.

## Mister 'Master'



Dank zij de niet aflatende jarenlange statutaire strijd van deze jonge vlerk mogen binnenkort zich alle veteranen 'MASTERS' noemen. De kogel is al door de VVO-kerk. Er is nog 1 statutaire hindernis te nemen: die van BVOS!

## Gaat komen

### Winter criterium Zondag 20 december 2009 Genk 'Hengelhof'

Deze wedstrijd telt mee voor het VVO-wintercriterium. Er wordt een training voorzien die open staat voor iedereen. Vanuit een centraal startpunt worden verschillende parcours aangeboden. Deze parcours zullen beschikbaar zijn in verschillende moeilijkheidsgraden naargelang de ervaring.

Gelieve vóór 13 december in te schrijven via [training@orientatie.org](mailto:training@orientatie.org). De training zal aangepast worden aan het niveau van de deelnemers.



Het waterniveau in de Hengelhoeftijvers is al behoorlijk gestegen door de niet aflatende zweetsroom van baanlegger Guido Timmers. Dat wordt uitkijken geblazen op de laatste hamokwedstrijd van het jaar!

**Samenkomst (CC)** : Taverne  
**Wegaanduiding**: vanaf de afrit 30 op de E314 Lummen-Maasmechelen

Ploeg 1  
computer: Vladimir Geldof  
start: Fernand Scheelen, Gerd Jansen, Willy Vandaele

## Lidgeld

1ste lid:	20	euro
2de lid:	17,5	euro
3de lid:	15	euro
4de lid:	12,5	euro
5de....	gratis	



**Ik moet me haasten om de lidgelden van hamok op mijn korte termijnrekening te plaatsen**



**REKENING:**

**779-5919644-59**

**Fernand Scheelen**

**Berkenlaan, 95**

**3970 Leopoldsburg**