



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 http://www.yucom.be/N2001.htm (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



VOOR ALLE LEZERS VAN
DE KNIJPTANG
BIJ HET BEGIN VAN EEN
NIEUW DECENNIUM:
EEN ONVERVALST
ORIËNTATIEDELIRIUM!



Tussen berm en toog



Eerst en vooral wil ik jullie allemaal namens ons clubbestuur de allerbeste wensen overmaken voor 2010. Hopelijk wordt het een gezond en sportief hoogstaand jaar, zonder blessures en andere zorgen!!

In 2010 zullen wij zoals steeds weer heel wat O-plezier aanbieden met als toppers dit jaar een Nationale in Opglabbeek, het Vlaamse nachtkampioenschap en de nachtaflossing.

Onze enige decembercross was op Hengelhoef en had enorm te lijden van de eerste winteropstoot. Guido Timmers plaatste zijn posten nog in de vrieskou maar het terrein werd 's nachts onder een wit sneeuwtapijt bedolven met veel verkeersellende tot gevolg en slechts een kleine zestig deelnemers aanwezig. Alleen de strafsten zeker... Voor een baanlegger heel spijtig natuurlijk maar in de winter is dit natuurlijk altijd mogelijk.

Door de beurtrol was er geen sylvestercross voor ons dit jaar. Ik denk niet dat er hier veel om getreurd is. Eens rustig langs de zijlijn toekijken deed zelfs deugd...

Op deze Sylvester gingen Kirsten, Tristan, Gunther, Bart en Greet met de eindzege lopen. Greet werd zelfs winnares van de WRE op dag 1! Marijs, Martine, Roza, Toon en Dieter behaalden zilver en Roxanne, Annemie en Greet brons! Proficiat allemaal maar zeker ook de 5^e plaats in de loodzware open herenreeks van Jeroen H. was heel erg knap!

Rond de jaarwisseling was er ook heel wat te doen over de reekswijzigingen op de regionale wedstrijden. Er wordt geregeld geringschattend over de regionale crossen en het wintercriterium gedaan maar er aan sleutelen of schaven ligt hier en daar toch erg gevoelig. Nu, deze aanpassingen zijn door bijna alle vvo-clubs goedgekeurd en hadden enkel een positieve bedoeling. Ik ben in elk geval blij dat ik vanuit onze eigen hamokrangen er alleen positieve reacties over heb ontvangen.

Onze januari regionale en tevens de selectiewedstrijd voor de interland is dit maal van de hand van topper Thomas van der Kleij die er zeker een hoogstaande cross van zal maken op de terreinen van De Winner. En clubkampioen 2009 Marc Hermans zal de terreinen van Ham zeker benutten om onze nieuwe clubkampioen(e) een prachtige maar zwaar bevochten overwinning te bezorgen. Zoals jaarlijks is dit hamokkampioenschap weer één van de spannendste en mooiste crossen van het jaar. Ik ben erg benieuwd wie het hamokkunstwerkje mee naar huis mag nemen en hoop jullie er allemaal onze nieuwjaarswensen te kunnen overmaken!

Tot op het clubkampioenschap!

Luc

Statistieken

Resultaten 2009

Gelopen wedstrijden in Vlaanderen

Door de gouden vingers van Jeroen Hoekx werden onderstaande statistieken op de knijptang losgelaten. Bijzonder interessante weetjes over jou en je clubgenoten en misschien het fundament om het seizoen 2010 te stofferen met goede voornemens. Norbert Beelaert wachtte tot de Sylvester om zijn enige wedstrijd van het jaar te lopen. Mar hij was niet de enige die het maar één keer deed: Martine Beenaerts, Lennert Bierkens, Jeanine Canbier, Wim Herremans, Gwen Jamroziak, Roger Hoekx, Sophie Parea, Pauly Steven, Anita Put, Anja Van Bellegem, Gunther Verstraete en de onvolprezen Nicolas Vanheel deden het ook maar één keer in Vlaanderen. Want let wel op: het betreft hier statistieken van in Vlaanderen gelopen wedstrijden. Om te weten wat je nationaal waard bent kan je de statistieken van de 'Nationale regelmatigheid' raadplegen!

Naam /Wedstrijden /Overwinningen /Totaaltijd/ kmtijd

ADRIAENSSENS Kris	2	0	2:19:11	11'19"
ADRIAENSSENS Leo	10	0	11:09:42	14'44"
ADRIAENSSENS Niels	2	0	2:21:10	9'56"
AERTS Andre	10	0	9:07:12	8'26"
AERTS Ludo	7	0	9:01:01	10'55"
AERTS Marcel	7	0	9:27:03	12'02"
ANCIAUX Benjamin	9	0	8:14:34	6'49"
BECKERS Martin	13	4	10:43:06	6'27"
BEELAERT Norbert	1	0	2:17:29	32'44"
BEENAERTS Martine	1	1	1:10:14	23'24"
BEYERS Erna	2	0	3:20:18	16'29"
BIERKENS Lennert	1	1	0:59:22	17'59"
BLEYEN Patrick	33	0	39:56:18	10'32"
BLOEMEN Tristan	31	11	23:40:00	8'29"
BOS Bart	24	0	27:50:30	7'55"
BOSMANS Lucien	10	0	10:31:08	11'51"
BOUVE Luc	29	1	26:54:46	8'34"
BRUYNSEELS Godelieve	34	1	47:24:20	13'20"
BUKENBERGS André	35	2	30:36:38	10'00"
CAMBIER Jeanine	1	0	1:34:42	20'35"
CLAES Kasper	24	1	23:46:24	14'28"

CLAES Kobe	12	0	12:15:56	15'27"
CLAES Kwinten	4	0	3:19:42	14'24"
CLAES Marc	45	1	45:17:54	8'09"
CLOOSTERMANS Tuur	35	1	34:26:09	15'40"
CLOOSTERMANS Luc	51	4	43:28:53	7'43"
COOLS Roza	4	0	3:33:21	19'14"
CORSTJENS Rudi	30	0	35:27:52	9'26"
CREUPELANDT Jan	6	0	6:54:02	14'47"
DE BOCK Greta	31	0	41:13:51	14'35"
DE LAET Ivan	15	0	17:57:44	9'06"
DEFERME Georges	25	7	18:51:33	9'16"
DEFERME Gunther	28	12	25:04:06	7'18"
DEFERME Lies	4	0	3:19:12	20'33"
DEFERME Miel	11	0	8:42:21	18'13"
DEFERME Piet	8	1	5:55:15	17'25"
DEIJGERS Dirk	13	5	11:16:37	6'43"
DELARBRE Maria	35	2	40:02:13	17'58"
DUCHESNE Jozef	14	0	14:33:52	14'41"
ENGELEN Luc	16	0	16:21:28	8'50"
FRANCET Sven	26	0	25:56:48	7'36"



Tuur Cloostermans, op 20 maart 75, en nog steeds goed voor 35 VVO-wedstrijden



JIMENEZ Jean-Claude	11	0	13:44:03	9'13"
KNOOPS Steffen	2	0	3:25:33	12'55"
KRAMPILTZ Peter	2	0	1:32:53	6'29"
KRAMPILTZ Richard	18	0	27:54:08	14'51"
KROLS Hilde	25	2	28:04:10	11'18"
LAURENT Yvan	13	0	14:18:48	9'57"
LEMOINE Ronny	4	0	4:11:43	7'27"
LIJNEN Jos	25	0	25:09:11	8'44"
LISBY Henrik	9	0	9:04:33	8'16"
LORNOY Steven	3	0	3:34:07	10'20"
MAES Johan	36	0	35:21:58	8'14"
MELIS Elien	3	0	2:41:53	9'08"
MELIS Luc	41	12	31:37:58	7'21"
MELIS Toon	39	5	30:14:45	7'27"
MELLEBEEK Bart	37	8	31:36:53	6'59"
MELLEBEEK Phil	21	2	17:53:28	11'49"
MENS Ronald	24	0	29:43:53	9'02"
MEYEN Frederik	2	0	2:02:44	8'45"
MEYNEN Frederik	42	5	37:59:45	8'05"
MEYNEN Koen	37	0	34:09:33	7'54"
MOLS Ellen	26	2	30:05:46	10'55"
MOLS Francine	31	2	32:19:14	14'43"
MOLS Greta	33	4	34:57:39	10'59"
NIJS August	8	0	7:11:25	14'36"
NOLENS Danielle	12	1	13:11:32	17'56"
NUYTS Karel	2	0	1:54:37	11'26"

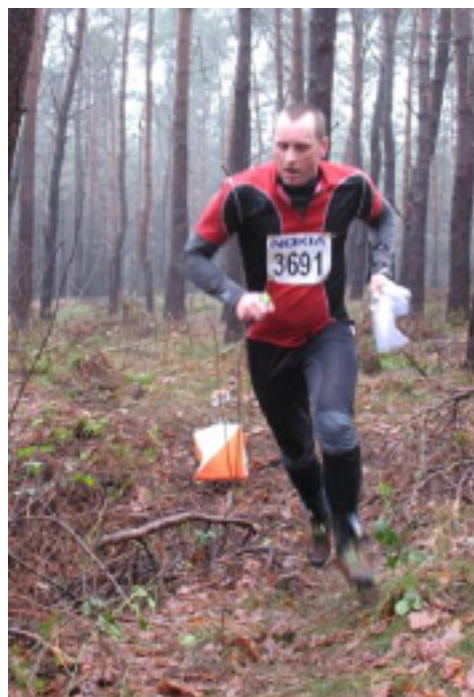
GELDOF Ian	38	8	27:07:16	10'32"
GELDOF Roxanne	35	2	30:13:40	19'27"
GELDOF Vladimir	44	0	54:52:12	9'37"
GEUKENS Luc	6	0	8:11:47	10'19"
GEVAERT Marlon	9	0	8:50:39	8'41"
GIELEN Hélène	10	0	15:02:21	25'59"
GOOS Roza	21	3	29:46:43	22'37"
GOOSSENS Djef	4	1	4:08:08	10'44"
GOOSSENS Georges	12	1	11:05:35	11'09"
HAESLONCKX Kirsten	3	0	3:04:06	18'27"
HANNES Peter	40	1	36:58:44	8'44"
HERMANS Luc	5	0	5:44:27	8'05"
HERMANS Marc	30	3	23:35:57	8'08"
HERREMANS Amber	14	3	11:52:25	11'06"
HERREMANS Bart	7	1	6:42:05	7'46"
HERREMANS Sofie	15	6	12:09:43	7'54"
HERREMANS Tom	4	3	3:11:50	6'10"
HERREMANS Wim	1	0	0:58:11	12'08"
HEYINCK Ivan	10	0	13:05:20	11'05"
HOEKX Jeroen	34	8	29:30:35	5'59"
HOEKX Roger	1	0	1:25:41	23'48"
HOEKX Willy	38	4	30:32:27	7'47"
HOMBROECKX Jean Paul	39	1	36:47:19	10'27"
HULSMANS Bernadette	22	2	26:24:51	17'44"
JAMROZIAK Gwen	1	0	2:23:07	17'44"
JAMROZIAK Richard	15	0	18:45:04	13'03"
JANSEN Annemie	16	1	19:00:53	10'13"
JANSSENS Gert	5	0	6:04:53	9'25"
JANSSENS Juliette	13	0	15:03:01	17'49"





OEYEN Greet	32	22	27:20:23	7'54"
OEYEN Marcel	15	0	20:35:12	12'46"
OOMS Jean	28	1	35:59:45	11'55"
PAREE Sophie	1	0	1:10:21	11'55"
PAULY Steven	1	0	2:52:49	28'19"
PUT Anita	1	0	0:35:44	12'19"
RENDERS Willy	40	0	49:19:58	10'37"
SCHEELEN Fernand	39	0	40:30:24	11'21"
SCHEPERS Jos	9	0	11:13:20	12'30"
SCHILDERMANS Bob	15	0	16:30:45	8'10"
SCHUTJES Dominique	13	0	13:20:24	12'27"
SCHUTJES Stefaan	6	0	6:15:11	8'29"
SELS Dieter	21	2	19:23:49	8'12"
SEPPÄ, LÄ, Otso	4	0	3:24:32	6'21"
STEENAERTS Lydie	14	1	16:21:49	17'00"
SWERTS Danny	28	0	29:37:15	9'52"
TAFFEIREN Martine	49	11	46:08:17	11'02"
THEUNKENS Pierre	16	0	15:41:39	14'17"
THIJS Jos	28	1	27:13:35	12'00"
TIMMERMANS Willem	4	0	5:04:04	11'38"
TIMMERS Guido	40	0	35:37:04	7'28"
TIMMERS Roger	5	0	4:46:13	11'39"
TIMMERS Ronny	40	1	39:03:54	7'24"
VAN BRIEL Henri	43	0	41:48:56	8'31"
VAN CAELENBERGE Will	6	0	6:34:26	16'37"
VAN DER KLEIJ Dries	22	1	19:31:04	6'56"
VAN DER KLEIJ Jeroen	20	0	17:12:02	6'39"
VAN DER KLEIJ Thomas	22	7	18:56:29	5'56"
VAN LOMMEL Tom	20	0	26:09:21	9'51"
VANBELLEGEM Anja	1	0	1:35:09	14'05"
VANDAELE Willy	8	0	8:04:33	11'17"
VANDEBROEK Eric	11	2	8:30:31	6'56"
VANDEKERCKHOVE Mar	4	1	4:12:58	7'29"
VANDEPUTTE Peter	22	0	32:44:30	11'35"
VANDERSTRAETEN Vic	14	1	12:04:09	10'22"
VANDEWEYER Marijs	28	4	28:17:07	10'00"
VANHAEREN Luc	8	0	9:35:00	10'29"
VANHEEL Nicolas	1	0	0:53:14	13'18"
VANHEES Ivonne	5	3	5:46:37	17'54"
VANHERLE Marc	15	0	21:12:12	10'22"
VANREUSEL Julienne	27	0	27:57:34	13'55"

VENNEKENS Filip	5	0	5:18:47	11'11"
VERBERNE An	57	10	58:35:08	11'38"
VERSTRAETE Gunter	7	0	7:45:47	17'40"
VERSTRAETE Gunther	1	0	1:27:24	20'48"
VERSTRAETE Kirsten	21	3	21:47:32	12'35"
VERSTRAETE Steve	19	0	23:36:01	10'11"
WELLENS Fred	35	0	35:07:30	12'26"
WENDERICKX Nancy	36	7	43:18:48	10'15"
WINTERS Eddy	11	0	9:24:07	7'14"



Toptien kilometertijden

Snelheidsduivels die de oriëntatieposten sneller knippen als een ram zijn schapen. Zij gunnen zich nauwelijks de tijd om de bosgeur op te snuiven en het eindeloze genieten van een balise op een romantisch plekje is hen onbekend. Uiteraard voert het jonge geweld hier de rangschikking aan: het gouden Lommels kwartet met de 3 Vanderkleys en Jeroen Hoekx, aangevuld met Tom Herremans en Benjamin Aniaux. De Finse 18-jarige gastloper Otso Säppälä (huize Melis!) wringt zich daar sylvestergewijs tussen en ja de belegen eeuwige belofte Peter Krampiltz rekenen we ook nog bij jonge veulens. Maar kijk die oude knollen Martin Beckers en Dirk Deygers zich eens roeren. Of is dat om snel thuis te zijn?



1. VAN DER KLEIJ Thomas : 5'56"
2. HOEKX Jeroen : 5'59"
3. HERREMANS Tom : 6'10"
4. SEPPÄLÄ Otso : 6'21"
5. BECKERS Martin : 6'27"
6. KRAMPILTZ Peter : 6'29"
7. VAN DER KLEIJ Jeroen : 6'39"
8. DEIJGERS Dirk : 6'43"
9. ANCIAUX Benjamin : 6'49"
10. VAN DER KLEIJ Dries : 6'56"

Hier zitten we in de categorie van de genieters. Het kan niet lang genoeg duren! Niet te verwonderen dat we in deze toptien drie koppeltjes aantreffen. Symbiose in het bos, het kan niet mooier: Willy en Godelieve, Vladimir en Greta en Luc en Martine. Schrijven zij een boek over dit tot voorbeeld strekkend geheim of moeten we het zelf ontsluiten? Als Gunther Deferme wat slomer was (nauwelijks 25 u!) hadden we met Nancy nog één boskoppel extra gehad. Henri Van Briel spoort wellicht met de trein door het bos terwijl Marc Claes zijn Anita tevergeefs met de post opstuurt.

De kampioene van het genieten is An Verberne: meer dan 58 uur puur bosgenot en Ronny ondertussen zijn tijd maar wegtokkelen op de computer.

Toptien tijdsduur in bos



1. VERBERNE An : 58:35:08
2. GELDOF Vladimir : 54:52:12
3. RENDERS Willy : 49:19:58
4. BRUYNSEELS Godelieve 47:24:20
5. TAFFEIREN Martine : 46:08:17
6. CLAES Marc : 45:17:54
7. CLOOSTERMANS Luc : 43:28:53
8. WENDERICKX Nancy : 43:18:48
9. VAN BRIEL Henri : 41:48:56
10. DE BOCK Greta : 41:13:51

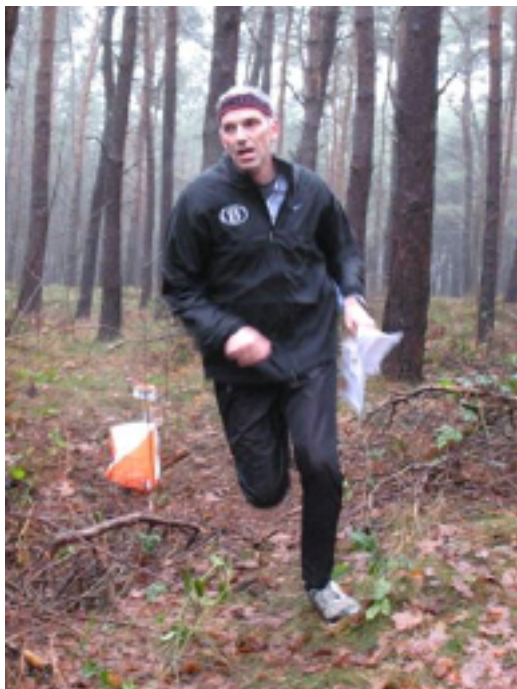
Toptien meeste wedstrijden

Je moet er iets voor over hebben: 57 X 4 = 228 euro of een bescheiden vakantieweek in een Ardense chalet. Maar wat krijg je ervoor terug? 57 keren de bieptoon aan de start, het signaal om kinderlijk kommerloos over berg en dal en berm en put te huppelen. Dezelfde genieters als in de vorige ranking duiken hier natuurlijk op maar ook Frederik Meynen, Peter Hannes en Luc Melis! Geen zin om 's zondagsvoormiddags naar de bakker te gaan, met het eten te helpen of te luisteren naar de eucharistieviering?

1. VERBERNE An : 57
2. CLOOSTERMANS Luc : 51
3. TAFFEIREN Martine : 49
4. CLAES Marc : 45



5. GELDOP Vladimir : 44
6. VAN BRIEL Henri : 43
7. MEYNEN Frederik : 42
8. MELIS Luc : 41
9. HANNES Peter : 40
10. RENDERS Willy : 40



Toptien overwinningen

Dit is de gallerij van de goei! De bezitters van trofeeënkasten, verzamelaars van palmaressen, grossiers in titels. Staat je naam in dit lijstje dwing je respect af bij je clubgenoten en kan je beginnen rekenen op de steun van een supportersclub. Het in dienst nemen van een manager dringt zich op, het ontwikkelen van een website een noodzakelijke vereiste.

Greet Oeyen is met 22 overwinningen de onbetwistbare zegekoningin. Martine scoort de helft minder en de investeringen van An blijken te renderen: 10 overwinningen of bijna 1 op 6!

De meest succesrijke alfamannetjes zijn Luc Melis en Gunther Deferme en dan zwijgen we nog over het nationale palmares van deze laatste. Maar als Luc niet gekwetst was geweest in september, dan Tristan en Martine vochten een familiestrijd uit, Ian wint bij de Geldofs en Jeroen bij de Hoekxen. Bart Mellebeek en Georges Deferme konden de liefde van hun eega's met respectievelijk 8 en 7 zegepalmen afkopen.



1. OEYEN Greet : 22
2. DEFERME Gunther : 12
3. MELIS Luc : 12
4. BLOEMEN Tristan : 11
5. TAFFEIREN Martine : 11
6. VERBERNE An : 10
7. GELDOP Ian : 8
8. HOEKX Jeroen : 8
9. MELLEBEEK Bart : 8
10. DEFERME Georges : 7

O-mysterie

Samenzwering of gewoon toeval?

Meer dan een jaar geleden werd de lokatie vastgelegd voor het VK Midden Afstand: de ijskelder in Kortenberg. Uiteindelijk moest worden uitgeweken naar een andere lokatie want in het kort gezegd: de club heeft geen leden in die gemeente (met slechts vijf clubs in Vlaanderen mogen we van geluk spreken dat de andere gemeentes niet zo redeneren!) en zonder toestemming om de paden te verlaten, moest het dan maar op de terril van Winterslag. Volgens de titel van de kaart was dit tot nu toe "Schemmersberg, maar hierover straks meer.

Bob de Bouwer

Bovendien kon het dan ook niet meer op 4 oktober maar moest dit worden verplaatst naar 1 november. Een zee van tijd, dacht ik, dus organiseer ik gewoon een extra cross op 4 oktober, op Arenberg. Daar heb ik voor het eerst kennis mogen maken met "Bob de Bouwer". De dag voor de wedstrijd werd er maar een heuse circustent van ruim 100m x 50m neergezet op een grasveld. Gelukkig stonden er geen posten in die zone en kon de wedstrijd gewoon doorgaan.

Daarna snel de terril tekenen. Ik was de laatste die een stuk van de terril mocht (moest) tekenen. Al snel kwam ik tot het besluit dat de witte vlek die nog over was om het resterende deel van de terril te tekenen te klein was, 60 meter te weinig. Iedereen die ooit gezocht heeft, mag het wijten aan de kaart. Die was gewoon niet juist terwijl jij wel op de juiste plaats stond!

De terril had ik nog maar net getekend en daar kwam het volgende slecht nieuws weer aan. Het nieuwe deel van de terril mocht niet gebruikt worden wegens pas ingezaaid (zes? maanden eerder). Niets aan te doen! Dus besloot ik maar een stuk braakliggend terrein met honderden hopen zand, dat aansloot op de kaart, te tekenen.

Luc de Planner

Alles netjes afgewerkt, de omlopen klaar en de prebalises snel geplaatst. Klaar!

En nu begon het toch wel stilaan verdacht te worden. Was het mogelijk dat toen, heel toevallig, een bulldozer een stuk van het terrein letterlijk "gelijk met de grond" maakte? Ok, de kaart aangepast, Bob de Bouwer leek verdwenen en Luc de Planner dacht: "kan ik er nog wat van maken"?

Woensdag, 4 dagen voor de wedstrijd, ging Ronny het terrein nog eens inspecteren en bliken de werkzaamheden gedaan. Oef! De kaarten werden gedrukt. Maar het bleef spannend want vrijdag, 2 dagen voor de wedstrijd ging den Tuur nog eens langs en Bob de Bouwer was weer ijverig aan het werk.!



Zaterdag met knikkende knieën posten gezet, het viel gelukkig nog wel mee. De posten kwamen niet in het gedrang. De wedstrijd kon gewoon doorgaan. Het is heel erg spannend geweest!

Bewijsmateriaal

MAAR.....! Na de wedstrijd is bezwarend bewijsmateriaal opgedoken! Alles is nu duidelijk! Bob de Bouwer is met deze bulldozer aan het werk geweest.

Het is pas na lang kijken dat er plots een detail in het oog sprong. Ja, kijk maar naar de naam van de bediener: "A. VERBERNE".



Wordt het al een beetje duidelijk? Hoorde ik de laatste tijd niet dat An en Ronny het zo druk hadden omdat ze bouwgrond gekocht hebben? En zo te zien is An zelfs stiekem van werk veranderd.

Ja, ja, voor mij is alles duidelijk geworden. Wij hebben de plek gevonden waar hun nederig stulpje moet komen: vlak naast de terril van Winterslag! En Ronny dan maar zeggen dat zij op de Schemmersberg wonen, zodat wij hen niet kunnen vinden...



De glunderende gezichten van An en Ronny verklaren alles! (Het is nu ook duidelijk waarom Ronny de naam van de kaart niet wou aanpassen).



En is dit niet de knijper die het terrein komt inspecteren? Zijn alom genietende blik zegt genoeg!

Luc de planner

Training

Op de regionale van **17/1** te **Kattevenia** heb je alweer de mogelijkheid om deel te nemen aan een training georganiseerd door de ploegencommissie.

De training wordt verzorgd door Jos Houben.

Ditmaal bestaat de training uit:

- 1.een korte sprint op het zuidelijk gedeelte van de kaart "Kattevenia"
- 2.een omloop op een kaart zonder kleine paden, met als doel op zoek gaan naar andere aanvalspunten dan paden

Afstanden: 8km, 6km en 4,5km

Voor de kleinsten zal er een lijnenloop van ongeveer 3km voorzien worden met start aan het wedstrijdcentrum.

**Inschrijven
(voor 10 januari)
is verplicht en kan via
training@orientatie.org,
vermeld de gewenste
afstand bij je
inschrijving.**

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

Iedereen welkom!

Tot dan!

Sofie & de ploegencommissie



Noodkreet

OPROEP VAN SYMPATHIEKE, doch extreem WANHOPIGE HAMSTERS...

Het nieuwe oriëntatiejaar is weer gestart, en zoals bij iedereen, gaat ook voor ons dit gepaard met een heel aantal goede voornemens en wensen.

Onze *goede voornemens* zijn meestal dezelfde, elk jaar weer opnieuw, een goede gezondheid, heel veel geluk (zowel in de liefde als in de bossen), fijne job, plezier in het dagelijkse leven, sporten zonder blessures en vooral niet te vergeten, véél en uitbundig feesten !

Over het laatste punt moeten we eerlijk toegeven, dat er weinigen zullen zijn die hierin ons kunnen overtreffen.

Doch, ondanks dit alles rest ons nog *1 belangrijke wens*.

Laat ons in godsnaam niet steeds het hele bos doorkruisen om onze posten te vinden !

Laat de oriëntatiewereld niet zien dat we van die dames zijn die altijd, bij het ontmoeten van een leuke oriënteur in het bos, worden afgeleid en zo weer maar eens het noorden verliezen !

Laat aub onze clubmannen ook eens fier zijn op ons, zodat er aan den toeg niet echt met onze onnozele fouten moet gelachen worden, maar dat men weer maar eens moet toegeven en zeggen, 'hei manne, die vrouwen van ons club moet ge niet onderschatten zene...'

Vandaar deze NOODKREET !!!!

Leuke, sympathieke, sportieve, amusante , geweldige HamOK dames zijn op zoek naar toffe, gezonde, leuke, lange, slanke, geduldige trainer(s), die ons fysisch (Luc C. je boek is supergoed, alleen spijtig dat het in de praktijk bij ons niet de gewenste vruchten afwerpt), alle kneepjes uit het oriëntatievak zouden willen aanleren, zodat ook wij steeds met een tevreden gevoel uit het bos kunnen terugkeren. Leer ons aub op een verstandige manier de kaart te bestuderen zodat wij niet steeds als een kip zonder kop door de bossen vliegen, waardoor wij alle hoeken en kanten hebben gezien.

Leer ons en wij stellen jullie niet teleur !



Wij zijn ervan overtuigd dat de nodige capaciteiten in de oriëntatiewereld beschikbaar zijn. Dus wie zich hiervoor geroepen voelt, aarzel niet en maak af en toe met ons een trainingsloopje door de bossen. Alle hulp is welkom.

Als laatste willen wij jullie reeds hartelijk danken op voorhand voor de overmatige en talrijke opkomst en drinken wij alvast gezellig op het nieuwe en succesvolle oriëntatiejaar.

Schol !!!! (indien je met dit laatste problemen hebt, geen paniek, want hierin zijn wij echt getraind als de besten).

Hilde

Sylvester

26 - 30 december 2009

'Koersel Fonteintje'

Koersel (Kol)

'Zwarte bergen'

Luyksgestel (Kovz)

'Kamp Grobbendonk'

Grobbendonk (Trol)

'Sanicol'

Leopoldsburg (Omega)

'Sahara'

Lommel (Borasca)

Sneeuw in de neus

Goud

Kirsten VERSTRAETE (D-16)

Greet OEYEN (DE)

Tristan BLOEMEN (H-16)

Gunther DEFERME (H35)

Bart MELLEBEEK (H40)

Zilver

Marijs VANDEWEYER (D40)

Martine TAFFEIREN (D45)

Roza GOOS (D70)

Toon MELIS (H-18)

Dieter SELS (HB)

Brons

Roxanne GELDOLF (D-10)

Annemie JANSEN (D40)

Greta MOLS (D45)

Opperste waardering uiteraard voor de hamokkers die een 'Sylvester' op hun palmares hebben kunnen schrijven. Een droom waar velen van wakker liggen. Heil en zege dus voor Kirtsen Verstraete - terug van even weggeweest - Tristan Bloemen - met heel veel grinta - Gunther Deferme - de bekroning van een opmerkenswaardig seizoen - Bart Mellebeek - Master bij de genade Gods - en Greet Oeyen - met twee glazen muiltjes van de koninklijke trappen nedergedaald!

En dat in een Sylvester met het meest adellijke deelnemersveld van een lange reeks. Vooral de elitereeks van de heren kreeg een kwalitatief en kwantitatief hoge bezetting. Opmerkenswaardig en verheugend dus ook de 5de plaats van de nog steeds jonge belofte Jeroen Hoekx die nadat hij de eerste dag de vastgereden knijper hielp uitgraven steeds beter en beter werd.

Respectvol buigen wij het hoofd voor de rest van de podiumstijgers, tevens deemoedig met het hoofd wiebelend voor hen die dapper streden en nipt dit genoeg moesten missen: Nancy Wenderickx 7de DE), Piet Deferme (4de H-10), Miel Deferme (4de H-12), Ian Geldof (4de H-14), Frederik Meynen (4de H-18), Sven Francet (5de H40), Luc Melis, Guido Timmers, Luc Cloostermans (4de, 5de, en 6de H45), Luc Bouve (4de H50), Jean Ooms (4de H65), André Bukenbergs (5de H60) en Tuur Cloostermans (4de h70)



Bart Mellebeek wint zijn Sylvester of de sublieme transformatie van een veteraan in 'MASTER' Dirk Jacobs (KOL) kon er nog mee lachen.



Tristan Bloen met heel veel 'grinta' na een scherp duel met Kristof Van Bouwel (Trol) naar de overwinning.



Marijs Vandeweyer en Annemie Janssen moesten passen voor de perfecte race (5 overwinningen) van 'Olifant' Dunja Van de Riet



Toon Melis drinkt als een voorzitter met Michael Van Baelen (1 - Trol) en Jeroen Thys (3 - Omega) als supporters.



Gunther Deferme eindigde zijn seizoen in absolute schoonheid voor de omegasken Olivier De smul en (pocket)Roel Vandemoortel



Martine Taffeiren en Greta Mols flankeren winnares Leen Wouters (Omega)

Hamokwerk

Voorbij

**Wintercriterium
Zondag 20 december 2009
Genk 'Hengelhoef'**

Het zou de cross der crossen worden, de laatste hamokcross van het jaar 2009 p.c.n.. Met de Timmers touch als leidraad een oriëntatiefeest. Helaas beslisten de weergoden er anders over. 's Zaterdags pootte Guido Timmers en de zijnen nog met een drillboor de posten in de steenhard bevroren grond ... die dan zondagmorgen met gulle weergodenhand met sneeuw werden toegedekt.



Zoek het postje

Velen genoten van dit wondermooi fenomeen in hun achtertuin want slechts weinigen lieten zich verleiden om door de Hengelhoefse bossen te struinen. 56 fanatici om precies te zijn waaronder 17 hamokkers. Voor zoveel liefde voor de club, sport en baanlegger Guido Timmers citeren we ze hier voor de eeuwigheid:

1. An VERBERNE D40 0:55:36 9'55"
4. Greta DE BOCK D40 1:19:35 14'12"
3. Bernadette HULSMANS D50 1:10:14 16'19"
O.C. Roxanne GELDOF D-10 not classified

1. Ronny TIMMERS H35 1:20:09 8'54"
2. Vladimir GELDOF H40 1:31:56 10'12"
6. Ronald MENS H35 1:49:27 12'09"
2. Koen MEYNEN H45 1:07:20 8'25"
3. Frederik MEYNEN H-18 1:07:52 8'29"
4. Luc BOUVE H50 1:12:46 9'05"
1. Luc MELIS H45 0:48:45 6'57"
3. Toon MELIS H-18 0:55:51 7'58"
4. Henri VAN BRIEL H45 1:00:38 8'39"
O.C. Gert JANSSENS H21 1:19:11 11'18"
1. Jean Paul HOMBROECKX H55 0:53:17 9'30"
O.C. Richard JAMROZIAK H50 1:16:17 13'37"
1. Ian GELDOF H-14 0:45:24 10'33"



De gedupeerde baanlegger geniet van zijn decor

Hamok	17
K.O.L.	12
Omega	8
Borasca	7
TROL	5
VVO 96	5
Balise 10	1
Indiv.	1
Total:	56



Gaat komen

**Clubkampioenschap
9 januari 2010
Ham 'Ham'
Kwaadmechelen "t Vlietje"**

**Selectiewedstrijd voor de Interland
31 januari 2010
Hechtel-Eksel 'De Winner'**

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.

Geboortejaar	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

Thomas Vanderkley gaat de baantjes leggen. Dat wordt smullen.

**Woensdag 3 februari 2010
SVS - wedstrijd
Overpelt 'Holven'**

Baanlegger is onze supermaster Bart Mellebeek. Laat hem niet smelken om hulp. Zijn coördinaten vind je vooraan in dit boekje

Kalender

Vr	8 januari	Nacht Kesselse Heide	Kessel Trol
Zo	10 januari	Regionale Gerhagen	Tessenderlo Omega
Zo	17 januari	Regionale Kattevenia	Genk Kol
Wo	20 januari	SVS Keiheuvel	Balen Svs
Vr	22 januari	Nacht Genk Sportcentrum	Genk Omega
Zo	24 januari	Regionale Weelde Vlieg	Weelde Trol
Zo	31 januari	Regionale Winnerheide	Eksel Hamok
Wo	3 februari	SVS Holven	Overpelt Svs
Zo	7 februari	Regionale Hertberg	Herselt Omega
Vr	12 februari	Nacht BlosoSportcentrum	Herentals Trol
Zo	14 februari	Regionale Kelchterhoef	Houthalen Kol
Vr	19 februari	VK Nacht Waterschei	Genk Hamok
Zo	21 februari	Regionale Horensberg	Genk Borasca
Vr	26 februari	Nacht onbekend	onbekend Kovz
Zo	28 februari	Nationale 1 Opglabbeek	Hamok

De hel van Kasterlee 20 december 2009

Iedereen doet natuurlijk in zijn vrije tijd waar hij zin in heeft. Zo ook Bart Mellebeek. Zondag 20 december (je weet wel - Hengelhoefsnieuw dag - liep Bart 15 km (1u3'16") fietste hij 80 km (4u9'59") en liep hij nog eens 30 km los (2u50'33") Daarmee was hij die dag 8u3'41" zoet geweest. 39 heerschappen deden dat nog iets vlugger, 128 individuen, waaronder 3 dames iets tot heel wat trager, 39 gaven er de brui aan en 47 vonden het wegens de barre omstandigheden zelfs niet de moeite om te starten. "To be a watje, or not to be a watje" Daar ging het die dag om! Om 8 u 's morgens werd er gestart in het donker. De thermometer wees naar -5°C en het sneeuwde volop. Er werd gelopen en gefietst over een sneeuwtapijt van ettelijke cm dik en na de wedstrijd kon je warm douchen!

