



# hamok

<b>Voorzitter</b>	<b>Luc Melis</b> VVO: sport- en kaartencommissie Oude Molse baan, 32 2490 Balen 014/816202 luc.melis@skynet.be	<b>Public Relations Uitrusting</b>	<b>Bart Mellebeek</b> Ploegencommissie Korteweg, 13 3971 Heppen 011/391397 bart.mellebeek@fulladsl.be
<b>Ondervoorzitter</b>	<b>Marc Hermans</b> Hamse steenweg, 11 3971 Heppen 011/344734 mim.jappeke@village.uunet.be	<b>Lid</b>	<b>Bart Herremans</b> Informatica Meerhoef, 12 3971 Leopoldsburg 011/343301 Bart.Herremans@scarlet.be
<b>Secretaris (extern) Materiaal</b>	<b>Tuur Cloostermans</b> Olmense steenweg, 103 3945 Ham 011/343880 tuur.cloostermans@telenet.be	<b>De knijptang redactie</b>	<b>Jos Thijs</b> VVO:beheerraad Driegezustersstraat, 36 3582 Beringen 011/421097 joseph.thys@pandora.be
<b>Secretaris (intern) Lidgeld</b>	<b>Fernand Scheelen</b> Berkenlaan, 95 3970 Leopoldsburg 011/345575 REKENING:779-5919644-59 fernand.scheelen@khk.be	<b>De knijptang Sportief</b>	<b>Wim Hoekx</b> Sterstraat, 19 3920 Lommel 011/552440 hoekx.battiau@scarlet.be <a href="http://www.hamok.yucom.be/N2001.htm">http://www.hamok.yucom.be/N2001.htm</a> (regelmatigheid)
<b>Schatbewaarder Kantine Ploegencommissie</b>	<b>An Verberne</b> Hulsen, 78 2490 Balen 0476/ 755 895 REKENING: VZW HAM O.K. 458-1048231-34 anverberne@hotmail.com	<b>Sponsoring</b>	<b>Dirk Godelaine</b> Molenstraat, 41 3980 Tessenderlo 013/675562 dirk.godelaine@skynet.be
<b>Inschrijvingen</b>	<b>Dominique Schutjes</b> Peerderbaan, 13 3940 Hechtel REKENING: HAM O.K.- HECHTEL 455-6052861-12 tel.: 011/734453 fax.:011/733611 schutjes@scarlet.be	<b>Informatica</b>	<b>Ronny Timmers</b> VVO:Sport & Kaartencommissie Sonnisstraat, 119 3530 Helchteren 011/526341 rti@technum.be



## Tussen berm ...



Tachtig Hamokkers op het clubfeest zagen na heel wat rijmen en dichten en gekwis Maria de gouden balise in ontvangst nemen. Dik verdiend natuurlijk na heel wat puike sportieve prestaties vorig jaar maar natuurlijk ook heel wat hulp in onze club op allerlei fronten, niet alleen kantinehulp en keukenhulp maar ook stagehulp en kookmoeder zowat overal. Proficiat Maria en je komt terecht op een gerenommeerde lijst!

Ook op ons feest werden de nieuwste Hamokfleecen en regenvesten geshowd. En goed bevonden wat na tien jaar dienst van de eerste rode clubfleecen ook wel mocht. De voorraad is beperkt en er is heel wat vraag naar, laat je kans dus niet voorbijgaan. Onze februariregionale op Geneberg was

door Vladimir en Ian ruim op voorhand in orde gebracht maar bezorgden hen op het allerlaatste ogenblik nog heel wat kopbrekens. Heel wat posten bleken verdwenen meldden de voorlopers zodat er onmiddellijk moest gereageerd worden. Gelukkig konden diezelfde voorlopers en Vladimir alles nog tegen het startuur rechtgetrokken krijgen. De onvermijdelijke vroegstarters hadden wel pech maar vroeg starten blijft altijd op eigen risico natuurlijk. Uiteindelijk blijven er momenteel nog drie controleposten weg. Spijtig maar ik heb wel vernomen dat de omlopen die dag in orde waren zodat er toch weer sportief plezier genoeg was.

Enkele dagen later waren Willy en Tuur ook tevreden na hun nachtcross in Olen op Teunenberg. Er zijn dit jaar weer iets meer nachtlopers dan vorig jaar op deze crossen zodat de aanstaande maartse nachtkampioenschappen weer wat aan waarde winnen. Hopelijk ook met een aantal rode fleecen op de podia!

De vroege eerste nationale cross in Dilsen was ineens al goed voor 430 lopers. Het is duidelijk dat deze confrontaties met ook de Waalse lopers altijd gesmaakt worden. Zestien Hamokkers bij de eerste drie en dat is zeker niet slecht. Kobe en Bart werden mooi eerste terwijl Marijs, Greet, Maria, Roza, Kwinten, Gunther, Martin, George (allen tweede), Danielle, Hélène, Lennert, Wim, Jos en Jeroen Hoekx derde werden. Het eerste nationale elitepodium voor Jeroen dacht ik op slechts zes seconden van de tweede en minder dan twee minuten van de overwinning!! Greet Oeyen werd bovendien bij de elitedames nog vierde.

Op de door de Nederlanders puik georganiseerde jaarlijkse interland kon ik vanuit een bevoorrechte positie erg dicht de VVO-ploeg volgen. Onze Vlaamse ploeg met heel wat Hamokkers aan de start behaalde een erg mooie tweede plaats op niet zo verre afstand van de Engelsen. Ik

o o o o o o o o o o hamok o o o o o o o o o o



heb voor de eerste keer vastgesteld dat ze bij de prijsuitreiking vooraf helemaal niet zegezeaker waren. Ik denk dat het als alles meezit ons één van de jaren nog gaat lukken (maar wanneer zit alles voor iedereen mee in een O-cross...).

In maart lopen we twee nachtkampioenschappen en de tweede Nationale in Esneux (langs de Ourthehellingen!) maar het eigen werk komt dit keer vooral van Ivan Heyninck op de paascross. Ivan richt zijn eerste O-cross in op de militaire domeinen van Baeckelandt, traditioneel ook met paaseitjes en kinder-O voor de allerkleinsten.

De twee algemene vergaderingen (VVO en BVOS) brachten vooral een sportieve wijziging in de nationale kalender en een financiële aanpassing voor de daginschrijvingen.

De daginschrijvingen (LD,SD,...) worden beschouwd als late inschrijvingen en zullen dus duurder worden. Niet iedereen was hiermee akkoord maar deze daginschrijvingen begonnen te zwaar te wegen op de organisaties. Tijdens de Sylvester blokkeerden de talrijke daginschrijvingen af en toe zelfs de normale werking van de vijfdaagse. Eigenlijk een beetje slachtoffer van het eigen succes dus maar je op voorhand via Danielle melden voor je eigen reeks moet uiteindelijk wel de eerste bedoeling blijven.

Nationaal komt er vanaf volgend jaar bovendien opnieuw een openingsaflossing. Deze aflossing was een aantal jaren geleden telkens de eerste wedstrijd van het nationale seizoen. De wedstrijd komt nu terug maar wel in een serieus gewijzigde versie. Een aflossing met zes waarvan minimum twee vrouwen en bovendien één deelnemer van -16 en één deelnemer van +50! Ik ben benieuwd naar deze lange aflossingsformule die volgens mij heel wat

sterke ploegen aan de start kan krijgen.

Vanaf 13 maart hebben we twee Oekraïners gelogeerd ten huize Verberne-Delarbre. Deze twee erg befaamde kaarttekenaars komen er de kaarten van Opglabbeek en Engsbergen opnieuw verkennen. Een hele investering dus maar degelijke kaartfunderingen zijn natuurlijk ook één der sportieve kapitalen van een O-club. Ronny heeft met die heren de handen deze maand dus meer dan vol. We proberen hen van een auto te voorzien (met dank aan de gulle sponsor) zodat we hen niet telkens over en weer moeten brengen. Bij moeilijkheden zal Ronny heel wat mensen (vooral de gepensioneerden denk ik) hiervoor moeten aanspreken. Ik ben zeker dat hij dit niet tevergeefs zal moeten doen!

Intussen gaan we op uitnodiging van Henrik Lisby ons met enkele Hammers eens meten met de Scandinaven op het Deense Waddeneiland Fano. Ik ben benieuwd! Voor de nieuwsgierigen kijk bij club Bothram-Ol want een inschrijving met Borascanen, Trollen en Hamokkers blijkt een bothram te zijn geworden...

Luc



... en toog



# Voorinschrijvingen

## 2de Nationale wisselbeker OOSTERLYNCK zondag 16 maart 2008 "Esneux"

Het reglement

Winnaar is de Belgische club met het beste resultaat, berekend door optelling van de drie beste kilometergemiddelden bij de vrouwen en de drie beste kilometergemiddelden bij de mannen. Alle categorieën komen in aanmerking, (-10 .....+70) behalve de categorieën HB en DB.

Organiserende club Hermatenaë  
Kaart: Hoût-si-plou  
Plaats: Esneux (4130)  
Wegaanduiding vanaf de brug van Esneux (Ourthe)  
Bar / Petite restauration / Douches  
Zone de club / CO sports  
Parking <-> Centre: 750 mètres  
Centre <-> Départ: 1500 mètres  
Arrivée <-> Centre: 500 mètres

## Vrijdag 14 maart 2008 Vlaams kampioenschap nacht Herentals "Bosbergen"

Baanlegger: Wim Vervoort, controleur: Jan Delobel  
Samenkomst: Tennisclub Ter Heide op de weg  
Herentals-Lichtaart  
Wegaanduiding: vanaf einde Ring Herentals, richting  
Poederlee, ter hoogte  
van het ovale ronde punt aan de brandweer  
Voorinschrijving per club voor 6 maart, bij  
wimvervoort1@telenet.be  
Geen kleedkamers of douches, wel kantine

## Donderdag 20 maart 2008 Wisselbeker Autmans Gileppe

Inschrijven voor 13 maart via  
Chall.AUTMANS@army.mil.be  
Info: ADM Marchal 087/594103

Samenkomst: Parking van de Gileppe (kaart 43  
Limbourg Coord 103 085)  
Ploegen van 3 personen  
Volgende gegevens verplicht door te geven:  
juiste volgorde van de lopers, naam, voornaam,  
geboortjaar, ecardnummer

## Zaterdag 29 maart 2008 Universitair Kampioenschap Suxy "Taillis des Prussiens"

Samenkomst: Centre Adeps du Liry, Chiny  
Start tussen 13u en 14u30  
Afstanden: Heren: 9000m, dames: 6000m en  
beginnersomloop: 4000m  
Transport voorzien voor de verplaatsing CC - start en  
aankomst-CC  
Kleedkamers aanwezig  
Competitie open voor niet universitairen  
Vooraf inschrijven voor 25 maart bij FRSO  
catherine@frso.be

## Vrijdag 4 april 2008 Trainingswedstrijd Leopoldsburg

Samenkomst: club Fonck, Kwartier van Dooren  
Wegaanduiding vanaf de baan Leopoldsburg -  
Hechtel  
Cafétaria en douches  
Start tussen 9u30 en 12u30, 3 omlopen  
CC naar start en aankomst = 350m  
Verplicht vooraf in te schrijven via  
lucheuninckx@skynet.be VOOR  
31 maart 2008, 21u  
Deelnameprijs: 4€







**Koppeltjescross  
zondag 6 april 2008  
Molenheide - Poppel**

Naar Zwitserse inspiratie richt Trol, in de marge van een gewone regionale wedstrijd, voor het eerst een 'Zij + Hij'- wedstrijd in, de 'koppeltjescross'.

Pa+Dochter, Moeder+Zoon, maar vooral Zij+Hij, als die samen op één adres wonen, kunnen zich bij de inschrijving aanmelden als een team, in een van de 3 reeksen: ZijHij, ZijHij+80 of ZijHij+100.

De som van de kilometertijden per team bepaalt de uitslag.

kaart	Molenheide	IOF 1/10 000
	1 m. 2007	
baanleggers	Monica Roeling & Mike In 't Groen	
omlopen	1 tot 6, 2,5 tot 9 km vogelvlucht	
inschrijvingen	ter plaatse vanaf 9.30 uur	
start	vrij, tussen 10.00 en 12.00 uur	
samenkomst	Ontmoetingscentrum De Wilders,	
	Poppel :rood-witte wegwijzers vanaf de N12	
	Turnhout-Tilburg, 1,7 km Noord van kerk Poppel	
	geen douches, beperkte omkleedruimte, wél bar	

## Lenteloopjes

Een gelegenheid om midweeks een technische training in je trainingsprogramma in te lassen. Focus je dan op één specifiek onderdeel van het oriëntatielopen dat je nog niet goed onder de knie hebt. (vb. concentreren op postenbeschrijvingen - vooruitkijken en niet stilstaan aan de post - aanvalspunten kiezen - passen tellen - zonder kompas lopen enz.)

wo, 9/04	KOL	Complex ZUID Leopoldsburg
wo, 16/04	SLOK	Heverlee "Arenbergpark"
wo, 23/04	HAMOK	Lommel "Balendijk"
wo, 30/04	TROL	Zoersel "Gemeentepark"
wo, 07/05	HAMOK	Beringen "Klitsberg"
wo, 14/05	Borasca	Turnhout "Stadspark"
wo, 21/05	OMEGA	Boom "De Schorre"
wo, 28/05	KOVZ	?
wo, 4/06	TROL	Deurne "Rivierenhof"
wo, 11/06	KOL	Tielen "Hoge Rielen"
zo, 22/06	KOVZ	Dubbelsprint + extraatje
wo, 25/06	TROL	Turnhout "Sint-Jozefs-College"

**zondag 20 april 2008**

## "Wisselbeker Gilbert Staepelaere"

**Vlaams Aflossingskampioenschap**

te  
**Mol "Heidehuizen"  
organisatie Hamok**

Baanlegger: Luc Melis,  
Samenkomst: VV Hei Mol  
Wegwijzers vanaf de N18 Mol-Balen, omgeving  
warenhuis Alma  
Daginschrijvingen omloop LD en SD  
Kantine, kleedkamers en douches

Ploegen van 3 lopers, maximaal aantal punten = 46 !

20 Ptn	: H21
18 Ptn	: H-20, H35
16 Ptn	: H40
15 Ptn	: H-18, H45, D21
14 Ptn	: H50, D-20
13 Ptn	: H-16, D-18, D35
12 Ptn	: H-14, H55
11 Ptn	: D-16, D40
10 Ptn	: H-12, H60, D-14, D45
9 Ptn	: H65, D-12, D50
8 Ptn	: H70, D55
7 Ptn	: H-10, H75+, D-10, D65+

Laat je inspireren door de oriëntatiegoden, stel je 'dreamteam' samen en meld dat zo vlug mogelijk aan Daniëlle. Een aflossingswedstrijd brengt ook zoveel meer besognes mee. Laat je dus niet pramen om een handje toe te steken!

**Hamokinschrijvingen via**

**Daniëlle Nolens  
Peerderbaan, 13  
3940 Hechtel**

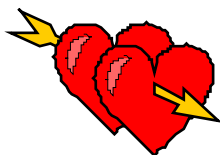
**tel.: 011/734453**

**fax.:011/733611**

**schutjes@scarlet.be**

# Clubfeest

**16 februari 2008**  
**Warande Ham**



Tachtig aanwezigen beleden die zaterdagavond hun eindeloze clubliefde met lyrisch gebral en andere poëtische hoogstandjes. Jammer dat de moeizaam tot stand gekomen teksten niet werden verzameld of we hadden nog een gedichtenbundel kunnen uitgeven. Het geheel werd overgoten met spijs en drank, kampioenen werden gevierd, één 'Gouden balise' uitgereikt en de kwismaster strooide kwistig rond met zijn kwispel. Dat allemaal in een decor van hartige liefderijkheid om de heilige Valentijn van jaloesigheid te doen verbleken. Al waren de gesprekken van een heroïsch gehalte en een onvoorstelbare intieme diepzinnigheid, toch moeten we ons beperken tot het verkort weergegeven van het officiële kader:

## De gouden balise voor Maria Delarbre

In de oertijd van onze club toen de club nog een familiebedrijf was waren er clubfeesten zonder gouden balise. Wij kunnen ons dat heden ten dage niet voorstellen en toch was dat zo. De familieclub riep zijn clanleden dan bij elkaar in dit lokaal en er werd rijkelijk getafeld en getempeliert en de familie zorgde voor ontelbare prijzen die dan via een hitsige tombola onder de clanleden werden verdeeld. En ook de medewerkers werden bedacht met een kostbare belegen fles wijn. Een fles voor de baanleggers, de starters, de tijdopnemers, de wasdraadopingers, de typisten, de clubbladmedewerkers, de kaartkenaars, de helpers van het secretariaat, de postenophalers, de controlekaartnakijkers en de

trofeeënknutselaars. Vermits Tuur dat allemaal alleen deed (-:-) ging hij jaarlijks met vele kratten wijn naar huis en legde aldus een voorraad aan waarvan hij aan het ritme van drie flessen per dag nog tot op het einde der tijden zijn smaaknippels kan verwennen.



Maria Delarbre tussen het kantinewerk door in volle actie op het terrein

Dat hebben we dus afgeschaft en we zijn met symbolen gaan werken. Niet dat we geen geld meer willen investeren in de hamokmedewerkers - je moest



eens weten wat dit feest de clubkas kost - maar omdat goede medewerkers onbetaalbaar zijn en gans deze feestzaal is een verzameling van medewerkers en potentieële medewerkers - wacht maar: de 3 daagse van Vlaanderen staat op het programma - zodat we ons jaarlijks de luxe kunnen permitteren een symbolische beste medewerker en clubatleet aan te duiden. Een uitgebreid comité vergadert daar maanden over kent punten toe, trekt punten af om nog één laureaat over te houden. Die winnaar van de gouden balise heeft dan ook recht op het grenzeloze en eeuwige respect van alle clubleden van hamok.

Maria Delarbre saait niet alleen elke hamokorganisatie in dienst van de dorstigen en hongerigen achter de kantinetoo, zij herbergt ook kaarttekenaars, kookt op de jongerenstages en liep afgelopen jaar bovendien in haar categorie D60 nog een indrukwekkend palmares bij elkaar:

**Nationale regelmatigheid: 2de (D 60)**

**Vlaamse kampioenschappen:**

Hamont - LD - 2de

Hasselt - sprint - 2de

Ravels - MD - 2de

**Belgische kampioenschappen:**

Erezéé - MD - 3de

Brasschaat - LD - 3de

Marche-en-Famenne - Sprint - 2de

1ste te Hechtel aflossingen - ( met Ivonne en Danielle)

Daarom leert iedere hamokker deze begroeting tot Maria uit het hoofd!

Wees gegroet Maria  
 Vol van clubliefde  
 Wij zijn met u  
 Gezegend zijt gij onder alle vrouwen  
 En gezegend is de vrucht van uw lichaam :  
 An  
 Geweldige Maria  
 Moeder van de schatbewaarster  
 Zorg voor ons  
 dorstigen en hongerigen  
 nu en in het uur  
 van grote nood  
 amen

## Kampioenenhulde 2006

### Greet Oeyen

Vlaams kampioen nacht (D O)  
 Belgisch kampioen nacht (D O)  
 Belgisch kampioen MD (D O)  
 Belgisch kampioen MTBO (D sen)

### Daniëlle Nolens

Vlaams kampioen nacht (D vet C)  
 Belgisch kampioen nacht (D vet C)

### Tom Herremans

Belgisch kampioen nacht (H O)

### Georges Deferme

Vlaams kampioen nacht (H vet C)  
 Vlaams kampioen LD (H 60)  
 Vlaams kampioen MD (H60)  
 Belgisch kampioen nacht (H vet C)

### Jos Duchesnes\*

Belgisch kampioen aflossing (H vet D)

### Tuur Cloostermans\*

Vlaams kampioen nacht (H vet D)  
 Belgisch kampioen aflossing (H vet D)

### Gust Nijs\*

Belgisch kampioen aflossing (H vet D)

### Thomas Vanderkley

Vlaams kampioen nacht (H O)  
 Belgisch universitair kampioen  
 Clubkampioen

### Jos Thys

Vlaams kampioen sprint (H vet C)  
 Belgisch kampioen LD (H 60)  
 Belgisch kampioen MD (H vet C)  
 Belgisch kampioen MTBO (H vet C)

### Jeroen Hoekx

Belgisch kampioen LD (H-20)

### Kobe Claes

Belgisch kampioen MD (H -10)

**Toon Melis**

Vlaams kampioen nacht (H bel)

**Yvonne Vanhees**

Vlaams kampioen LD (D 60)

**Roza Goos**

Vlaams kampioen LD (D65)

**Jean Ooms**

Vlaams kampioen LD (H65)

**Luc Melis**

Vlaams kampioen sprint (H vet A)

\* Deze atleten (Jos Duchesnes, Gust Nijs en Tuur Cloostermans) werden op de kampioenenhulde ten onrechte vergeten. Zij werden in Treisbachtal wel degelijk Belgisch kampioen aflossingen, een wapenfeit dat door de knipper abusievelijk over het hoofd werd gezien. Dirk Deygers, Martin Beckers, Bart Mellebeek, Roza Goos, Yvonne Vanhees en Daniëlle Nolens haalden daarentegen zilver en moeten dus hun 'moment de gloire' terug inleveren!

**2007****Greet Oeyen**

Belgisch kampioen nacht (D O)

**An Verberne**Vlaams kampioen LD (D 40)  
Belgisch kampioen nacht (D vet A)**Daniëlle Nolens**Vlaams kampioen nacht (D vet C)  
Belgisch kampioen nacht (D vet C)  
Belgisch kampioen aflossing (D vet C)**Georges Deferme**Vlaams kampioen nacht (H vet C)  
Belgisch kampioen nacht (H vet C)  
Belgisch kampioen aflossing (H vet C)  
Clubkampioen**Thomas Vanderkley**

Belgisch universitair kampioen

**Yvonne Vanhees**

Belgisch kampioen aflossing (D vet C)

**Maria Delarbre**

Belgisch kampioen aflossing (D vet C)

**Martin Beckers**Vlaams kampioen nacht (H vet A)  
Belgisch kampioen aflossing (H vet A)**Bart Mellebeek**

Belgisch kampioen aflossing (H vet A)

**Dirk Deygers**Belgisch kampioen sprint (H vet A)  
Belgisch kampioen aflossing (H vet A)**André Bukenbergs**Vlaams kampioen LD (H 60)  
Belgisch kampioen aflossing (H vet C)**Jos Thys**Belgisch kampioen sprint (H vet C)  
Belgisch kampioen aflossing (H vet C)**Steffi Vanbriel**

Vlaams kampioen LD (D -14)

**Greta De Bock**

Vlaams kampioen LD (D 35)

**Roza Goos**

Vlaams kampioen LD (D 65)

**Phil Mellebeek**

Vlaams kampioen LD (H65)

**Toon Melis**

Vlaams kampioen sprint (H bel)

**Luc Melis**

politiekampioen

**Dieter Sels**

NMBS kampioen

**Ellen Mols**

NMBS kampioen



## Kwispel

Kwismaster Bart Mellebeek bekte zich op een grootse manier in de galerij der hamokkwismasters. Van de zeven tafels belandden er twee in de finale: Dirk Deygers & co en Marc Hermans & co. Deze laatste tafel haalde het tenslotte om dan in een slopende 'balise of geen balise' te dingen naar de hoofdprijs: een exclusieve spiksplinternieuwe hamokoutfit: fleece met regenjas. Niemand minder dan Marleen Schoonis, vice voorzitters huisgenote, won deze begerenswaardige uitrusting en zal binnenkort in het hippe hamokpak te bewonderen zijn



Als Marleen Marc nog kan overtuigen deze gedateerde loopuitrusting te vervangen kan ze er weer voor enkele decennia tegen.



hamokregensjas



hamokfleece

Samen in Barts shop te verkrijgen voor de schandalig belachelijke prijs van 40 euro!

Ter ere van de talrijke verliefde oriëntatieduo's:

### Het meest erotische O-gedicht sinds sir Kilander

Ik greep de kaart IOF 1/10.000 van mijn wijfje en zocht zenuwachtig en gestresseerd naar de start vlug gleden mijn ogen over haar lijfje met veel klein reliëf en weinig begroeiing een geval apart

Tussen 1ste en 2de teen stond de startbalies de inloper rook naar knoflook en spar ik vond het heerlijk lekker vies maar was toch een beetje in de war

Het ging langs pezige richels naar omlaag dan rond de enkel naar post 1 in de inzinking naast achiël even aarzelen en dan heel traag naar het topje van de hiel

Even puffen want nu kwam een heel lang been met stomweg lopen tot aan de bult van de knie daar stond post twee aan het einde van de scheen en dan rondom om naar noordzijde kuit voor post drie

Op een drafje met veel zwier zocht ik de ideale lijn naar de bil gewoon passen tellen tot aan vier maar plots stond ik stil

Ik stond op een kruispunt van wegen en draaide met mijn kompas ik kon wel een zelfmoord plegen want ik wist niet waar ik was

Even ter plaatse rondgecrosst om plotsklaps in een gat te belanden en met heel veel geluk mijn post weten te vinden op de randen

Dan met rase schreden door een brede vallei het was geloof ik al naar post vijf zonder hindernissen of lastige zones een gemakkelijke karwei tot in de nek van mijn wijf

Dan rees voor mij op een ruige vegetatie op handen en voeten kroop ik er door tot ik tot mijn grote consternatie post 7 vond achter haar oor

Om zes nog op te halen moest ik weer door het maquis Het was om van te balen maar goed dat ik haar gère zie



Na zeven met de handrem op naar een zone met klein reliëf met putten, ruggen, inzinkingen, begroeide bermen en zelfs natte plekken ik deed 3 posten secuur, snel en met heel veel lef en had nog tijd om af en toe te lekken

Van het topje van de kin was het uitzicht ongelooflijk machtig en ik liep dan ook al jodelend naar beneden het knippen van elf vond ik prachtig al heb ik me aan haar sleutelbeen gesneden

Klein hoopje stond er dan op de postenbeschrijving op mijn arm maar het was toch steil naar boven klimmen ik kreeg het potverdekke warm en gezweet en gehijg en getril in al mijn zinnen

Boven aangekomen, je zal het niet geloven stuitte ik op een echt natuurfenomeen het kleine hoopje van daarboven groeide uit tot een dikke steen

Als een ezel heb ik me dan gedragen en er niet tweemaal tegen gestoten maar dan hoor je achteraf klagen waarom heb je daar niet blijven kloten

Hals over kop dan van de heuvel afgerold en snel op kompas naar het navelputje in het zuiden ik had echter beter niet zo hard gehold dan had ik een belletje horen luiden

Ik had geen aanvalspunt kunnen kiezen en dat is altijd fataal ik zat bijna in haar liezen en zonder het putje is dat fataal

Terruggekeerd tot de laatste post en dat was een genoegen ik was nu van de klacht verlost en bleef tijdloos aan de hoopjes zwoegen

Om de aanvalsfout te herstellen week ik af naar de vallei en dan was het passen tellen dwars door de platte wei

Het was als de bliksem het putje in, het putje uit en dan de snitzel razendsnel en met volle kracht ik stormde door het struikgewas en met veel joluit gleed ik in de natte gracht

Ik heb de cross gewonnen al liep ik toch wat spastisch maar ik was alleen begonnen op deze kaart is dat fantastisch



In Zweden organiseert men dit jaar eind augustus (29) en begin september (tot 7de) in de omgeving van de stad Malmö de Europese spelen voor veteranen. Alleen atleten ouder dan 35 mogen deelnemen in 28 verschillende sporten. Oriëntatielopen is daar bij.

Meer info: [http://www.emg2008.com/\[1\]](http://www.emg2008.com/[1])

### 19th TRANSFORESTIERE 12 & 13 Juli 2008

In de omgeving van "La Croix-Scaille" wordt het 2de weekend van juli al de 19de transforestière georganiseerd.

Uitnodiging :  
<http://www.asub-orientation.org/activites/transforestiere.php>

Inschrijvingen op :  
<http://www.asub-orientation.org/TransfoCode/inscription/index.php>



De uiterste inschrijvingsdatum voor de WMOC half juli in Portugal is 1 april!



# 1ste nationale

24 februari 2008  
Dilsen 'Dilsenerbos'

**Jeroen Hoekx**  
**elitebronstig!**  
(en Bart breekt de ban)

## Goud

Kobe Claes (H-12)  
Bart Mellebeek (H40)

## Zilver

Marijs Vandeweyer (D 40)  
Greta Mols (D45)  
Maria Delarbre (D60)  
Roza Goos (D65)  
Kwinten Claes (H-10)  
Gunther Deferme (H35)  
Martin Beckers (H45)  
Georges Deferme (H60)

## Brons

Danielle Nolens (D60)  
Hélène Gielen (D65)  
Lennert Bierkens (H-12)  
Jeroen Hoekx (HE)  
Wim Hoekx (H50)  
Jos Thys (H60)

## SOFT - WISSELBEKER

1. Omega	9
2. KOL	10
3. Hamok	16
4. ASUB	20
5. Ardoc	24
6. Trol	30
7. CO Liège	46
8. CO Pégase	80

Omega zet de trend verder en lijkt KOL te overvleugelen. Doorslaggevend in de wisselbeker-met-het-paard is de ranking van 9 clubatleten in 9 verschillende categorieën. Met 9 overwinningen behaalde Omega het puntenminimum. Als KOL één overwinning meer had gehad hadden zij vooralsnog de beker voor de neus van de omegasken weggeplukt omdat zij in het totaal één deelnemer meer telden dan Omega (76 - 75). Hamok eindigde verdienstelijk derde met twee overwinningen en acht tweede plaatsen - (één reserve!) De puntenpakkers kan je hiernaast bewonderen. Naast de klassieke prijzenpakkers verheugen we ons vooral in de aanwezigheid van de jongeren op het podium. Kobe Claes pakt een knappe overwinning op zwaar en moeilijk terrein terwijl jongere broer Kwinten zich ook al roert! Lennert Bierkens mocht zich ook verheugen in een goede seizoensstrat.

Wat dan gezegd van Jeroen Hoekx, onze jongste eliteloper. Met een derde plaats in de elitecategorie mag hij trots de kin in de lucht steken. Jan Gilot en Fabien Pasquasy (wel actief als winkelmeneer) verschenen weliswaar niet aan de start maar de rest van de bende oogde vrij competitief. Zonder echt voorbarig te willen zijn wordt het toch uitkijken naar Jeroens eerste WOC-selectie.

Door de plaatsing van start en aankomst creëerden baanleggers Dirk Fabré en Guido Verdeyen een originele invalshoek op de ons wel erg vertrouwde kaart van 'Dilsenerbos'. De helling fungeerden als echte potenkrakers en oraal het einde was erg pittig en selectief. Als Bart Mellebeek dat nodig heeft voor een klasseoverwinning staat hem - eindelijk? - nog een mooi seizoen te wachten.





Jeroen Hoekx, lichtjes getekend na een zware inspanning



Kobe Claes (H-12) voor Tom Drygalske (HOC) en Lennert Bierkens



Vader en zoon Goossens konden niet weerstaan aan de new look van Hamok



Bart Mellebeek overklaste tegenstanders én (met de nieuwe hamokkledij) de verkoopstand van CO sports!



Koen Meynen (12de H40) en Marijs Vadeweyer







# Interland

3 maart 2008

Weert 'Weerbergen (NI)

## Status quo

<b>ENG</b>	<b>199</b>
<b>VVO</b>	<b>167</b>
<b>FRSO</b>	<b>131</b>
<b>NOLB</b>	<b>104</b>
<b>WTB</b>	<b>83</b>

Zoals de traditie het wil won Engeland de interland tegen België, Nederland en Duitsland om het eens met een groot gebaar te duiden. Ditmaal waren ook onze FRSO-vrienden van de partij nadat zij vorig jaar na enkele jaren afwezigheid vorig jaar zelf mochten organiseren.

VVO eindigde poik 2de, maar de pontenkloof met de winnaar lijkt overbrugbaar. Als het hen een beetje tegenzit en de VVO-ers presteren met hun beste lopers optimaal moet het ooit wel eens lukken. De hamokkers zorgden voor 41 van de 167 punten met de volgende geselecteerden:

MELIS Elien	VVO	D-20	6
BAES Alexandra	VVO	D40	3
DELARBRE Maria	VVO	D60	
OEYEN Greet	VVO	DE	8
MEYNEN Frederik	VVO	H-16	
BECKERS Martin	VVO	H40	8
HOEKX Willy	VVO	H50	6
BUKENBERGS André	VVO	H60	4
DEFERME Georges	VVO	H60	
HOEKX Jeroen	VVO	HE	6

De deelnemers (and spectators) werkten een bijzonder zwaar en gevarieerd programma af. Vrijdag liepen ze een nachtorientatie op Boshoverheide (podiums voor Greet Oeyen en Thomas Vanderkley), zaterdag een middle distance op dezelfde kaart (podium net gemist door Georges Deferme) en zondag een LD op 'Weerbergen. (VVO-overwinningen voor Miek Fabré, Leen Wouters en Jeremy Gennar.

# hamoktraining

15 maart 2008

Neerpelt 'Dommelhof'

Jeroen Hoekx geeft een oriëntatietraining voor allen, hieronder de info.

Hallo,

Gegevens van de training in Dommelhof (Neerpelt) van 15 maart:

Tijdstip: 10uur stipt  
Wegaanduiding: pijltjes Dommelhof volgen vanaf zowat elke weg naar Neerpelt  
Samenkomst: ingang van het sportcentrum

Inschrijven bij Luc Melis 014/816202, 0485/595551, luc.melis@skynet.be, ten laatste op 11 maart.

Concept: een aantal korte omlopen, al naargelang het verlangen van presteren op de nationale de dag erna, snel of traag. Sprintwegkeuze, snel oriënteren en een aartsmoeilijke duinengordel.

Kaart: al-dan-niet IOF 1:2500

Groeten,

Jeroen



**ORIENTEERING**

Voor de veteranen met tijd, geld en een huisgenote die graag op reis gaat: Het wereldkampioenschap 2009 wordt georganiseerd in de buurt van Sidney!

Meer info:

www.wmoc2009.  
orienteering.asn.au.

# Hamokwerk

## Vorbij

### 1. Wintercriterium Ham "Geneberg" zondag 3 februari 2008



Vader en zoon Geldog, een ijzersterk duo

Met heel veel zorg hadden vader Vladimir en zoon Ian hun wedstrijd gepland, banen gelegd, prébalisen gehangen, kaarten laten drukken (door Ronny, wie anders?) en posten gezet. Dat een of meerdere snoodaards dan op zaterdagavond (of zondagmorgen) verlustigen in het stelen of weggooien van deze bakens wekt dan ook heel veel ergernis en frustratie op. De vroege starters waren de klos (23!) want de voorlopers konden nog tijdig de

ravage (een vijtal posten) herstellen. Enkele werden teruggevonden, drie bleven onvindbaar. Kandidaten die wandelende posten willen schaduwen worden gezocht.

Annemie Jansen (1), Martine Taffeiren (4), Jeroen Hoekx (1), Luc Cloostermans (2) en Vic Vanderstraeten (5) zorgden zo maar eventjes voor vijf thuisoverwinningen terwijl Henri Van Briel, Guido Timmers, Roza Goos, Lydie Stenaerts, An Verberne, Hilde Krols en Godelieve Bruynseels ook al podiumwaardig waren.

Reikhalzend kijken we ook al uit naar de komst van Amber Herremans (voorlopig nog VVO 96), winnares met brio van reeks 5!

Met 54 aanwezigen was hamok daarbij net niet (KOL 58) de meest aanwezige club.

### 2. Nachtwedstrijd Olen "Teunenbergh" vrijdag 8 februari 2008

Tuur Cloostermans en Willy Van Caelenberghe streefden naar de perfectie en controleerden elkaar dubbel en driedubbel totdat ze posten niet vonden die er wel stonden, posten vonden die er niet mochten staan en niet zochten waar ze wel mochten staan - of zoiets. 66 nachtlopers in het totaal - waarvan slechts 16 hamokkers. Waar blijven onze nachtuilen?

Greet Oeyen, Ian Geldof, Luc Melis en An Verberne zorgden voor het plaatselijk succes waarbij nog eens moet aangestipt worden dat vader Marcel Oeyen toch wel speciale nachtkinders op de wereld heeft gezet. Ook kersverse en jonge vader Jan won immers de A-reeks en daar kon geen Bart Mellebeek of Jeroen Hoekx ene moeder aan veranderen.

### 3. Limburgs kampioenschap SVS Ham "Gerhees" woensdag 13 februari 2008

Kobe Claes en Chris Bloemen mogen zich één jaar lang Limburgs kampioen noemen. Ian Geldof en Anita Put (2) beten in het zand en



Toon Melis (3) moest tevreden zijn met brons. Met ruim 150 deelnemers aan de start was dit Limburgs kampioenschap een topper in het scholencircuit. Veel hamokvolk (Georges, Tuur, Phil, Fernand, Jos, Gust, Willy 1 en Willy 2, An, Maria ...) zorgden voor een vlekkeloze organisatie en daar kon SVS alleen maar blij mee zijn.

## Voorzittersgenoege

Voorzitter,

Onze Club heeft gisteren in het verre Eeklo wel een opmerkelijk resultaat geboekt: de 3 Hamokkers (Tristan Bloemmen, Norbert Beelaert en ondergetekende) die aan de start kwamen hebben alle 3 hun reeks gewonnen!!

Akkoord het is een oriëntatie ontwikkelingsgebied en God was elders bezig dus schoot nog alleen klein Pierke over maar toch ben ik er fier over zo tussen al die Trollen.

Groeten

Antoon De Geyter

3323

## Gaat komen

### 1.Hamoktraining 15 maart 2008 Neerpelt 'Dommelhof'

Jeroen Hoekx geeft een oriëntatietraining voor allen.  
Info: zie blz 13  
Start: stipt om 10 u

### 2.Paascross maandag 4 april 2008 Leopoldsburg "Baekelandt"

Eerste baanlegging van Ivan Heyninck en dat moet dus een geweldig paasei worden. De kinderen zijn bij deze gewaarschuwd.

#### Ploeg 3

start: Pierre Theunkens en Jos Duchesnes  
computer: Ronny Timmers en Dries Vanderkley

Kinder-O en F+  
Baanlegger: Ivan Heyninck  
Samenkomst: Militaire visvijvers Patria in Leopoldsburg  
Wegwijzers vanaf N73 in Leopoldsburg - Hechtel Enkel kantine

### 3.Vlaams Aflossingskampioenschap "Wisselbeker Gilbert Staepelaere" zondag 20 april 2008 Mol "Heidehuizen"

Baanlegger: Luc Melis,  
Samenkomst: VV Hei Mol  
Wegwijzers vanaf de N18 Mol-Balen, omgeving warenhuis Alma  
Daginschrijvingen omloop LD en SD  
Kantine, kleedkamers en douches

#### Ploeg 1

start: Willy van Caelenberghe en Henri Vanbriel  
computer: Vladimir Geldof en Jeroen Hoekx

### 4.Lenteloop woensdag 23 april 2008 Lommel "Balendijk"

Baanleggers Koen en Frederik Meynen begeven zich op het terrein van Wim Hoekx. Als dat maar goed afloopt want waren daar vorig jaar niet enkele posten gaan lopen?

Samenkomst: Provil Lommel  
Wegwijzers vanaf N746 Lommel-Leopoldsburg  
Kantine en douches

#### Ploeg 2

start: Willy Vandaele en Fernand Scheelen  
computer: Bart Herremans en Bart Mellebeek

