



TC DUIVEN

jaargang 23, nummer 1, februari 2015

Derailleur

in dit nummer

colofon
van de voorzitter
foto nieuwjaarsreceptie
van de redactie
agenda ALV, TCD 2015
techniek en blessures
hoe het ooit begon
van de toercommissie
toerkalender maart, april, mei 2015
de vrouw achter de renner
Siem on toer
winter/voorjaarsprogramma 2015
langs de route



www.tourclubduiven.nl

Derailleur is een uitgave van Tourclub Duiven en verschijnt 4x per jaar

DERAILLEUR_COLOFON

Officieel orgaan van Tour Club Duiven.

Opgericht 2 november 1992.

www.tourclubduiven.nl

Aangesloten bij de Nederlandse toerfietsunie (NTFU) Nr 105116

Ingeschreven bij de Kamer van koophandel Nr 40124649

BESTUUR.

Voorzitter:

Jantinus Hagens 0316-281002

voorzitter@tourclubduiven.nl

jantinishagens@upcmail.nl

Secretaris

Vincenzo Modica 0316-268563

secretaris@tourclubduiven.nl

Penningmeester:

Oswald Wassink 0316-268447

penningmeester@tourclubduiven.nl

Bestuurslid:

Jan Joosen 06-48103255

jf.joosen@upcmail.nl

Bestuurslid:

Bart Kuijpers 0316-262115

bart@tourclubduiven.nl

COMMISSIE.

Kleding:

Peter ten Cate 0316-265722

Walter Bierens 0316-281055

Remco Vonk 0316-525426

kleding@tourclubduiven.nl

Toerkalender:

Bart Kuijpers 0316-262115

Jean Paul Vossers 0316-842502

Peter Kok 0316-265831

toercommissie@tourclubduiven.nl

Derailleur:

Gerard Hoebeke 0316-331029

Virginie Wassink 0316-268447

Plauschi Modica 0316-268563

clubblad@tourclubduiven.nl

Spinning:

Karel Heij 0316-264894

spinning@tourclubduiven.nl

Website:

Gerard Lodder 0316-26659

Joop Weideman 0316-280378

webmaster@tourclubduiven.nl

Sponsor:

Erik Schellevis 0316-267388

Carel Mattheij 0316-840019

sponsor@tourclubduiven.nl

DIVERSEN.

Betalingen:

Rabobank Duiven, rekening nr

NL43 RABO 0315 489 65

Clubhuis:

verenigingsgebouw 't Gilde, Visserlaan 35, 6921 WZ
DUIVEN

Clubritten:

Zondagmorgen - maandagavond (hersteltraining)-dinsdagmorgen(D- en T-ploeg)-woensdagavonden- zaterdagmorgen

van de voorzitter



De maanden met van die donkere dagen liggen achter ons, een nieuw seizoen ligt aan onze voeten. Er staan weer veel leuke activiteiten gepland. Mijn wens is dat het weer een seizoen met een juiste balans tussen sportiviteit en plezier gaat worden, humor met het zweet op de rug, samen uit samen thuis. Er komen steeds meer fietsers en andere vormen van recreatie op de weg, terwijl het onderhoud aan de wegen op achterstand komt te staan, opletten dus! Aan de andere kant worden wij steeds meer geholpen met verfijnde techniek aan de fiets en digitale hulpmiddelen op de fiets, waardoor we nog meer met hogere snelheden over paden, door bochten en dorpen kunnen denderen, nadenken dus! Respect, hof-

felijkheid en toerfietsen past bij jouw club. Binnen Tourclub Duiven hebben we de zaken goed op orde en dat geeft een fijn gevoel, maar we blijven altijd alert en ontwikkelen mee met trends. Speerpunten voor dit jaar zijn communicatie, veiligheid en de rol van de wegkapitein.

Voor Bart en mij zit onze bestuursfunctie er bijna op, tijdens de Algemene Ledenvergadering op 13 februari a.s. dragen wij onze taken over. Wij kijken met veel plezier terug op een mooie periode waarin wij met z'n allen mooie resultaten geboekt hebben. Wij bedanken jullie voor het vertrouwen dat wij van jullie hebben gekregen.

Met veel genoegen kan ik melden dat twee kandidaten zich beschikbaar stellen voor het bestuur. Wanneer de ALV het goedkeurt zal Winny Roelofs de voorzittershamer van mij overnemen en neemt Bea Riekerk de functie van Bart over.

**Uw voorzitter,
Jantinus Hagens**

van de redactie

Tijdens de commissie avond van 24 oktober van het afgelopen jaar zijn door de andere commissie leden behalve een aantal positieve opmerkingen over het clubblad (verzorgd, goede lay-out, leuke en kwalitatief goede artikelen enz.) ook enkele kanttekeningen geplaatst. De ledeninbreng is nog niet optimaal, maar de redactie is al blij dat Bert van Wieren een vaste bijdrage levert, evenals dat de bedoeling is van Siem Hoogervorst. De redactie zelf heeft een aantal vaste rubrieken opgezet waarbij de medewerking van de leden gevraagd wordt. Het betreft de items over "hoe het ooit begon" en "wie ben ik". In deze laatste rubriek stellen de nieuwe leden van TCD zich voor. Verder worden er ook nog artikelen geweid aan "de vrouw achter de renner".

Een digitale uitvoering van het clubblad is via de website te lezen, maar hiervoor moet wel worden ingelogd. Voor de verspreiding in Duiven e.o. is een papieren uitgave dus onontbeerlijk, ook met het oog op de reikwijdte voor de adverteerders.

Er is ook een voorstel gelanceerd om een beterschap rubriek op te zetten, maar met een kwartaaluitgave heeft dit geen zin, of het moet om een zeer langdurige ziekte gaan.

De redactie is van mening dat we op de goede weg zijn en het bestaansrecht ervan is gerechtvaardigd, zolang de baten (advertenties) hoger zijn dan de kosten (drukker).

Zoals uit bovenstaande blijkt is de redactiecommissie, bestaande uit Virginie, Pauschi en mijzelf, best tevreden over het de invulling van het clubblad. In dit nieuwe jaar hopen wij dat het clubblad nog aantrekkelijker zal worden mede dankzij de inbreng van onze leden met leuke anekdotes en nieuwe ideeën.

Namens de redactie wensen wij jullie in 2015 veel fietsplezier en rekenen op jullie medewerking.

Virginie, Pauschi en Gerard.

nieuwjaarsreceptie



algemene ledenvergadering Tourclub Duiven 2015

Het bestuur van Tourclub Duiven nodigt de leden uit voor het bijwonen van de ALV.

Plaats : Gilde St. Remigius Visserlaan 35 6921 WZ Duiven

Datum : 13 februari 2015

Tijd : 20.00 uur

Agenda Algemene Leden Vergadering 2015:

- Opening
- Mededelingen
- Notulen ALV 2014
- Financieel Jaarverslag (inclusief contributie, begroting)
- Verslag kascontrole commissie
- Overzicht ledenontwikkeling
- Pauze
- Bestuursverkiezing:

Het bestuur maakt bekend dat Jantinus Hagens (voorzitter) en Bart Kuijpers (Bestuurslid Tourcommissie) aftredend zijn. Het bestuur draagt Winny Roelofsen voor als Voorzitter en Bea Riekerk als Bestuurslid Tourcommissie.

Er bestaat de mogelijkheid tot kandidaatstelling door stemgerechtigde leden voor de functies van Algemeen Bestuurslid en Voorzitter. Een kandidaatstelling door stemgerechtigde leden dient vóór de Algemene Leden Vergadering schriftelijk bij de secretaris aangemeld te worden, ondertekent door tenminste vijf stemgerechtigde leden en dient vergezeld te gaan van een ondertekende bereidheidsverklaring van de desbetreffende kandidaat, eventueel onder vermelding van de functie die hij of zij in het bestuur ambieert.

- Presentatie Bestuur 2015
- Presentaties van de Commissies:
 - o Sponsorcommissie
 - o Tourcommissie
 - o Clubbladcommissie
 - o Lappenmandcommissie
 - o Spinningcommissie
 - o Kledingcommissie
 - o Communicatie commissie
 - o Buitenlandcommissie
 - o Evenementencommissie
- Rondvraag
- Sluiting

Note: De notulen ALV 2014 zullen per mail verstuurd worden naar de leden. Degene die deze niet ontvangen hebben kunnen deze aanvragen bij secretaris@tourclubduiven.nl



techniek en blessures

Binnen elke sport is techniek belangrijk, bij de ene sport is dit beter te zien dan bij de ander. Binnen het voetbal en tennis staan o.a. Lionel Messi en Roger Federer bekend om hun prachtige techniek. Misschien minder voor de hand liggend maar ook bij het fietsen is techniek belangrijk. Zowel op het gebied van een effectievere pedaalslag als op het voorkomen van blessures. Je herkent ze vast wel, de fietsers die 'stampen' en 'harken' of degene die het pedaal 'aaien'. Het gebruik van de beweging in de enkel speelt daarbij een rol. Een kleine bewegingsuitslag in de enkel betekend een minder effectieve pedaalslag dan bij degene die een grotere bewegingsuitslag hebben. Daarnaast is een juiste spieractivatie belangrijk. Voor iedereen zal bekend zijn dat je de bovenbeenspieren intensief gebruikt. Maar ook het gebruik van de hamstrings, kuit- en bilsieren zijn van groot belang*. Daarbij heeft de cadans invloed op het aanspannen van spieren. Bij een hogere cadans zullen de kuitspieren en de hamstrings harder moeten werken. Tevens heeft de cadans invloed op de belasting van de gewrichten. Met een lage cadans komt er meer belasting op je gewrichten dan bij een hoge cadans. Meer dan bij andere sporten heb je te maken met je materiaal. Je kunt een hele goede techniek hebben maar door een verkeerde afstelling van de fiets is de kans op blessures nog steeds groot. Veel voorkomende blessures bij fietsen zijn, rug-

klachten, knieklachten en achillespeesklachten. Deze blessures kunnen verschillende oorzaken hebben. Echter gezien het onderwerp van dit artikel zullen de oorzaken gezocht worden in de techniek en de afstelling van de fiets.

rugklachten

Eerder werd al aangegeven dat een juiste spieraanspanning van belang is tijdens het fietsen. Bij rugklachten kan het zijn dat er geen juiste aansturing is van de 'kleine' rugspieren. In dat geval proberen de grote rugspieren de juiste houding op de fiets te handhaven. Deze spieren kunnen veel kracht leveren maar voor een relatief korte tijd. Bij een lange fietstocht raken deze spieren dus overbelast, wat klachten kan geven. Je kan de rug ontzien door bijvoorbeeld je handlebars wat rechter op te zetten, hierdoor zorg je ervoor dat je een minder bolle rug krijgt en is juiste positie makkelijker te handhaven.

knieklachten

Er zijn veel oorzaken voor knieklachten, voor nu worden er 3 makkelijk aan te passen oorzaken aangegeven. Ten eerste kan dit komen door een doorgezakte voet. Een zool waarbij de binnenkant van de voet meer wordt ondersteund kan hierbij helpen. Ten

tweede kan het komen doordat je fietst met een te lage cadans. Een lage cadans betekend meer kracht en dus meer belasting op de gewrichten. Ten slotte kan het zijn dat je zadel te laag staat. Hoe lager het zadel staat hoe groter de hoek in de knie wordt. Bij een grotere hoek in de knie kan de knieschijf harder tegen het bovenbeen aangedrukt worden wat klachten kan veroorzaken.

achillespeesklachten

Deze klachten kunnen voortkomen uit een te hoge belasting van de kuit. De afstelling van je fietsplaatje onder de schoen kan invloed hebben op de belasting. Wanneer je het fietsplaatje meer naar voren op je schoen schuift ontstaat er een grotere lastarm. Hierdoor kan de kuit meer kracht leveren. Daarentegen vraagt het ook meer kracht van de kuit. Plaats je het plaatje meer naar achteren dan komt er minder kracht op de kuit te staan en dus ook op de achillespees.

*De aansturing van spieren tijdens een pedaalslag is erg specifiek. Naar mijn mening gaat dat te ver om dat hier uit te leggen. Voor eventuele vragen hierover neem gerust contact met mij op. E-mail: joey_joo@hotmail.com, telefoon: 06-38509174.

Joey Joosen, Fysiotherapeut i.o.



Einsteinstraat 6 A 0316-341560 Zevenaar www.cordiasportsworld.nl

REDEN GENOEG OM MET FITNESS TE BEGINNEN



**Je goed voelen- Gezond blijven-
Fit zijn- Een mooi lichaam**

Groepslessen - Fitness- Conditietraining

KickFun - Conditietraining ook voor de jeugd 11-13 jaar



hoe het ooit begon

Bedankt Arno Hofstede en de redactie voor de uitnodiging; leuk om een stukje te schrijven in "hoe het ooit begon". Nou hier komt die dan:

Mijn naam is **Gert Sinnema** ik ben 54 jaar oud en woon in Duiven, werk bij Teijin Aramid in Arnhem op de research afdeling als Mechanical Engineer en doe mee aan de ontwikkeling van de supersterke Aramidevezel, Twaron geheten. Dit wordt gebruikt in banden, parachute lijnen, kabels, brandweerpakken, kogelvrijvesten, remblokken en nog veel meer. Ik ben al weer 24 jaar getrouwd met Carolien. Zij is fysiotherapeute in Duiven. Wij hebben 2 (grote) kinderen, jongens van 19 en 22 jaar oud.

In mijn jeugdjaren heb ik niet continu aan sport gedaan. Op mijn twaalfde jaar heb ik aan mijn linker been een afgeschoven groeischijs gehad. Daardoor een aantal jaren met sport achterop geraakt. Behalve veel hardlopen deed ik ook volleybal. Daarnaast ging mijn interesse vooral naar techniek, brommers, auto's, techneut bij Albert Heijn.

buikje

Het begon in het jaar 2005. Ik was nog pupillencoach bij voetbalclub Groessen. Ik heb in de jaren ervoor veel voor het werk (Akzo) in het buitenland gezeten en een rond buikje gecreëerd; ja ja die heb ik nog steeds (toch van 93 – 85 kg gegaan). Toen kwam het idee van een aantal buurmannen (we zagen elkaar vooral bij de voetballende jeugd) om ook eens wat sportiefs te gaan doen; dat werd fietsen. Ik kreeg de oude wielrenfiets van mijn schoonvader, een Gazelle "Tour de France", en gingen toen 1 keer in week met elkaar fietsen. Dat ging mij goed af. De afspraken om te fietsen gingen achter lopen en ik wilde meer op geregelde tijden fietsen. Dus toen ben ik in het voorjaar van 2007, toevallig samen met Gerard Lodder, (toen nog in het voormalige "Tuvineschool" clubhuis), de eerste clubrit op zondag-



morgen mee gaan rijden. Ik kan jullie nu zeggen dat het toen wel peentjes zweten was tussen al die doorgewinterde wielrenners. Je weet toch niet wat er boven je hoofd hangt, red ik het wel, die honderd kilometer?

fietsgoden

Dus in het begin rijd je je vaak kapot, want je probeert de fietsgoden toch bij te blijven. Het is een vreemde gewaarwording dat je op een gegeven moment niets meer in de benen hebt. Tactisch rijden is erg belangrijk; jaar na jaar ging het beter. Ik heb het idee dat er nu nog weer harder gereden wordt. Is het de conditie of het betere materiaal? Het is toch heerlijk om je spieren flink te belasten en je krachten op vriendschappelijke wijze te meten met anderen. Het leuke van het wielrennen is ook de samenwerking, in de waaier, elkaar steunen als het minder gaat (zit trouwens tussen de oren!), bandje plakken. Samen uit en thuis is het motto en dat spreekt mij erg aan. En dan de onderlinge gesprekken tijdens het fietsen, lekker van leer gaan over het weer of de auto of de? Menig rustig terrasje wordt een tumult van jewelste als er wielrenners neerstrijken.

tochten

Machtig mooie tochten:
Siebengewald 2007, 2009
Tecklenburg Rundfahrt 2008
Marmotte 2009
Amstel Gold 2011
Kaunerthal 2010, 2012
Stelvio 2010, 2012
Rureifel 2013
Classico Boretti 2014

Mijn Tweede fiets is een Pinarello FP3 Carbon 2009 geworden. Ja inderdaad, gek gemaakt door Leo Peters, toen nog de kledingman van TCD. Je merkt wel dat Carbon frames een stuk gevoeliger zijn voor breuk (ik heb inmiddels al 1 race frame en 2 ATB frames stuk gereden, wel en geen garantie).

Het bloed kruipt waar het niet gaan kan en ik ben een techneut en wil van de hoed en de rand weten. Ik heb zo'n fietsframe (vergelijk Dogma 65.1 frame 550) uit China besteld, gratis verzending (1 kg, lachen), uitgevoerd met een dubbel crankstel, Shimano 6700 en ik heb hem nu een 1 jaar. Het fietst geweldig. Afgezien van een aantal minpunten, de zadelpen inklemming is nu volledig vastgelijmd. Let op: het is niet van het zeer stijve Torayce carbon. Ik fiets er alleen in Nederland mee, want ik heb het lef niet om er in de bergen mee te rijden. Dus hij is puur erbij voor de fun. Als de Chinezen zo goed frames kunnen maken dan moeten ze maar eens met een eigen merk komen en niet meer kopiëren.
(vervolg blz. 7)

hoe het ooit begon (vervolg)

bestuur

Bestuurslid van TCD ben ik van 2010 – 2013 geweest met als functie Penningmeester. Als bestuurslid maak je eens mee wat het runnen van een vereniging inhoudt. De zogenoemde “beruchte” kascommissies thuis over de vloer gehad, allemaal zeer leerzaam en leuk. Wij mochten ook het lustrum feest 2012 organiseren.

Buiten het wielrennen ben ik een fervent tennisser bij Tennis Center Duiven (toevallig ook als afkorting TCD). En zoals menigeen al ondervonden heeft, ik speel een beetje gitaar.

Ik fiets nu hoofdzakelijk in de B1 en zie jullie graag straks weer op de fiets. De openingsrit is het eerste weekend van maart, wees erbij!



Ik ben benieuwd hoe Toon Bolland ooit begonnen is dus die wil ik voorstellen voor het volgende nummer van de "Derailleur".

Groetjes en geniet,

Gert



mantel

mantel-tweewielers.nl

 Find us on Facebook  Follow Us On twitter

- Fietsen
- Onderdelen
- Fietsaccessoires
- Sportvoeding
- Kleding
- Kledingaccessoires
- ATB-vergunningen
- Testproducten
- Fietsmeting



GOOSSENS RACESHOP VELP

DÉ RACE & MTB SPECIALIST VAN REGIO ARNHEM

Goossens Velp is gespecialiseerd in race- en mountainbikefietsen. Persoonlijke benadering en advies op maat zijn onze uitgangspunten. U treft in onze winkel naast een uitgebreide collectie fietsen, waaronder stadsfietsen en elektrische fietsen, ook een breed aanbod in kleding en accessoires voor heren én dames van diverse grote merken. Het ervaren en gepassioneerde team van Goossens Velp verwelkomt u graag in de winkel of in de werkplaats.



Goossens

VELP

Goossens Tweewielers Velp • Nordlaan 32 • 6881 RN Velp • tel. 026 3620001
 velp@goossensraceshops.nl • www.goossensvelp.nl



als service én prijs goed moeten zijn!

van de toercommissie

Het nieuwe seizoen staat weer voor de deur reden voor de toercommissie om nog eens enkele punten onder de aandacht te brengen voordat we met zijn allen weer onze wekelijkse tochten gaan beginnen. Lees de onderstaande aandachtspunten nog eens door. Het gaat om je eigen veiligheid en de veiligheid van je medeweggebruikers. Spreek je medefietser(s) hierop aan als hij zich niet houdt aan de hieronder omschreven aandachtspunten. Een valpartij door vermoeidheid, onoplettendheid of onwetendheid is zo gebeurd, maar niet de bedoeling van onze toertochten. Plezier en sportiviteit willen we nastreven in onze vereniging. Onderstaande punten kunnen dit iets vereenvoudigen.

Fietsen in een groep:

Fietsen op de openbare weg is al een kunst op zich. Het rijden in een groep vereist nog meer van de fietser(s). Het is algemeen bekend dat de meeste ongevallen gebeuren in een groep. Reden genoeg om een verzameling regels op te stellen voor de veiligheid in onze clubritten. Natuurlijk is het gezellig om met de fietser naast je te kletsen over het fietsen in al zijn vormen. Een sociaal gebeuren dat het toerfietsen een extra dimensie geeft. Belangrijk is dat je geconcentreerd en alert blijft fietsen in een groep. Ook zijn niet alle fietsers op de hoogte van de algemene regels die het veilig fietsen in een groep bevorderen. Je kunt allerlei regels bedenken maar de verantwoordelijkheid ligt natuurlijk bij de fietser zelf. Hij/zij moet ook weten wat voor snelheid hij/ zij aankan en zich afvragen of die snelheid past bij de groep waarin hij/ zij fietst.

Bij **TourClubDuiven** hebben we de snelheden over 5 groepen verdeeld, namelijk:

- A- Groep:** Kruissnelheid ca. 34 km/ uur
- B1- Groep:** Kruissnelheid ca. 31 km/ uur
- B2- Groep:** Kruissnelheid ca. 29 km/ uur
- C- Groep:** Kruissnelheid ca. 27 km/ uur
- T- Groep:** (Tandje terug) Kruissnelheid in overleg ca.23 - 25 km/ uur

Voorafgaand aan de rit wordt er per groep een **WEGKAPITEIN** bekend gemaakt.

De kruissnelheid is geen gemiddelde snelheid, maar de snelheid welke gereden kan worden op een lang recht stuk weg (Denk aan de Cruise-control in de auto!). De gemiddelde snelheid ligt, normaal gesproken, aanzienlijk lager.

We houden rekening met elkaar dus:

- Er wordt als groep gereden. **Samen uit, samen thuis.** De tochten zijn geen wedstrijden.
- We houden ons aan de verkeersregels.
- Groepen bij voorkeur niet groter dan 14 personen (indien meer personen, dan in onderling overleg splitsen).
- Nieuwe deelnemers aan de groep worden opgevangen en begeleid. Als je pas begint met fietsen in de groep dan denk je misschien dat de beste positie achter in de groep is. Fout! Begin op de 2^e of 3^e rij! Dit kost je minder energie.
- Bij pech wordt er gewacht en geholpen bij de reparatie.
- Bij een klim wachten we bovenaan tot de laatste boven is.
- Na een bocht en/ of lastige situatie, houden de voorste fietsers tempo in totdat de groep weer aaneengesloten is.

Regels in de groep:

- In groepsverband **niet** met losse handen rijden.
- In groepsverband niet rijdend achterom kijkend een gesprek voeren.
- Nooit abrupt van richting veranderen of remmen maar langzaam uitrijden.
- Bij twijfel over de richting rustig rechtdoor fietsen (indien mogelijk).
- Als men in de berm rijdt niet de weg/ het fietspad weer oprijden maar rustig uitrijden en remmen.
- Als iemand het tempo niet aan kan dan wordt er gewacht en het tempo aangepast
- Iemand die duidelijk moeite heeft met het tempo, mag op de **tweede of derde** rij fietsen.

van de toercommissie (vervolg)

Fietsetiquette:

- We houden ons aan de verkeersregels.
- Blijf beleefd tegen andere weggebruikers. Schelden helpt nooit! Vriendelijkheid wel!
- Passeer een fietser of wandelaar met gepaste snelheid en afstand.
- Geef tijdig aan welke richting je gaat volgen.
- In de bebouwde kom wordt het tempo aangepast.
- Niet mobiel bellen tijdens het fietsen.
- Gebruik je fietsbel in plaats van roepen naar de medeweggebruikers.

Als we voorrang krijgen waarop we geen "recht" hebben, geef dan even een bedankje, dit geeft de andere weggebruiker een "goed gevoel" en hij of zij zal dit vaker doen. Bedenk dat andere verkeersdeelnemers een fiets associëren met "langzaam" en mede daarom onze snelheid verkeerd inschatten, met alle gevolgen van dien!

Als je ziet dat het tempo te hoog ligt voor één van de anderen, neem dan zelf het initiatief door te vragen het tempo te laten zakken, of houdt hem of haar uit de wind. Sportiviteit!

Tekens in de groep:

	<u>ROEP</u>	<u>Teken</u>
Stoppen:	STOPPEN!!	Arm recht omhoog. (Niet twee tegelijk!)
Als de weg vrij is:	VRIJ!!	Arm omhoog en naar voren wuivend.
Bij Rechtsaf:	RECHTS!!	Arm naar Rechts.
Bij Linksaf:	LINKS!!	Arm naar Links.
Bij rechtdoor:	RECHTDOOR !!	
Gevaar op straat:	PAS OP!!	Arm schuin naar beneden en naar achteren.
Gat in de weg:	GAT !!	
Obstakel rechts v/d weg of inhaler:	VOOR !!	
Obstakel links v/d weg of tegenligger:	TEGEN !!	
Ingehaald worden door fietser/ auto:	ACHTER !!	
Obstakels in of op de weg:	TAK!! / PAALTJE!! / ROOSTER!! / HEUVEL!!	
Technisch probleem:	LEK !!	

- Geef al deze boodschappen door van **voor naar achter** of **achter naar voor** anders heeft het geen effect.
- De voorste fietsers 'waarschuwen' andere weggebruikers tijdig en vriendelijk
- Zorg voor een toercoördinator of een wegkapitein. Maak deze voor de rit bekend.
- Blijf alert en geconcentreerd.
- Iedereen wordt geacht deel te nemen op een goed onderhouden fiets **met bel**.
- Iedereen wordt geacht persoonlijk gegevens (identificatie) bij zich te hebben.
- Drink en eet op tijd, maar wel op een rustig moment.
- Bij pech (bv lek) rijdt iedereen naar een veilige plek. Ga indien mogelijk van de weg of fietspad af.
- Rijd tijdens de avondritten in het voor- en najaar met een goede verlichting.

De Toercommissie wenst jullie een seizoen met veel fietsplezier!



toerkalender maart 2015

Datum	Vertrek	Verl.	Zon onder	Afstand	Route	Type
zondag 1 maart 2015	9:00			±60	Lus 1: Pannerden - Lobith - Elten - Duiven (35 km) Lus 2: Angelo - Westervoort - Duiven (25 km)	Vlak, dijken
dinsdag 3 maart 2015	9:00			±70	Route in onderling overleg!	
zaterdag 7 maart 2015	9:00			±70	Posbank - Brummen - Zutphen - Bronkhorst - Steenderen - Doesburg (Dickensroute)	Vlak
zondag 8 maart 2015	9:00			A-C ±70 T ± 65	Lus 1: Rheden - De Steeg - Doesburg - Duiven (35 km) Lus 2: Didam - Zeddam - Babberich - Duiven (35 km)	Vlak, heuvelachtig
dinsdag 10 maart 2015	9:00			±80	Route in onderling overleg!	
zaterdag 14 maart 2015	9:00			±80	Oosterbeek - Heveadorp - Ginkelse Heide - Otterlo - Hoenderloo - Schaarsbergen	Heuvelachtig
zondag 15 maart 2015	9:00			A-C ±80 T ± 70	Rondje Zutphen (Baltazar-tocht)	Vlak, buitengebied
dinsdag 17 maart 2015	9:00			±80	Route in onderling overleg!	
zaterdag 21 maart 2015	9:00			±90	Rheden - Rozenbosje - Lange Juffer - Brummen - Zutphen - Lochem - Vorden - Steenderen - Doesburg	Heuvels heen, terug vlak
zondag 22 maart 2015	9:00			A-C ±80 T ± 70	Emmerich - Nijmegen - Doornenburg - Pannerden (pontje)	Relatief vlak
dinsdag 24 maart 2015	9:00			±80	Route in onderling overleg!	
zaterdag 28 maart 2015	9:00			±90	's-Heerenberg - Rees - Kalkar - Emmerich - Elten	Vlak
zondag 29 maart 2015	9:00			A-C ±90 T ± 75	Posbank - Hoenderloo - Otterlo	Heuvelachtig
maandag 30 maart 2015	18:30	Ja	20:11	±40	Herstel rit, in onderling overleg.	Herstel training.
dinsdag 31 maart 2015	9:00			±80	Route in onderling overleg!	

Toelichting

Starttijden:

bij starttijd **08:00** uur rekening gehouden met eindtijd tussen 12:00 en 13:00 uur
De **T**-groep start zondags om **09:00** uur en houdt rekening met een eindtijd tussen 12:00 en 13:00 uur.
gecombineerd **A** en **B**, tempo op **B**-niveau
gecombineerd **C** en **T**, tempo op **T**-niveau

Wegkapiteins

De wegkapiteins stellen voor de start de groepen samen. Per groep wordt vooraf de wegkapitein bekend gemaakt.

Verlichting in voor- en najaar:

maandagavond en woensdagavond, ivm verzekering in voor- en najaar verlichting op fiets aanwezig

zaterdag:

zaterdagochtend A,B en C rijders gezamenlijk. Bij voldoende deelname apart starten .
zaterdag maximaal ca. 100 km

zondag:

zondagochtend **A**, **B**, **C** en **T** rijders gezamenlijk. Bij voldoende deelname apart starten

maandag:

Herstelrit voor **A**, **B**, **C** en **T** rijders. Afstand en route in onderling overleg. Starttijd gelijk aan

dinsdag:

D- en **T**- ploeg, ritten in onderling overleg. Starttijd in overleg met D-ploeg bepalen

woensdag:

woensdagavond **A**, **B**, **C** en **T** rijders. Bij voldoende deelname apart starten
midzomerriit ca. 100 km, 24 juni. **18:30** vertrekken.

Clubweekend:

Voorlopig vastgesteld op het 1e weekend van juni.

Binnenlandrit:

Wordt door Siem en Bert georganiseerd. Informatie volgt wordt waarschijnlijk 1x op zaterdag en 1x op een zondag.

toerkalender april 2015

Datum	Vertrek	Verl.	Zon onder	Afstand	Route	Type
woensdag 1 april 2015	18:30	Ja	20:13	A-C ± 55 T ± 45	Oosterbeek	Heuvelachtig
zaterdag 4 april 2015	9:00			±90	Huissen - Bemmelen - Nijmegen - Kleve - Emmerich - Elten	Dijken
maandag 6 april 2015	9:00	Paasdag		A-C ±90 T ± 75	Driel - Kesteren - Ochten - Lent - Bemmelen - Gendt	Dijken
dinsdag 7 april 2015	9:00			±80	Route in onderling overleg!	
woensdag 8 april 2015	18:30	Ja	20:25	A-C ± 55 T ± 45	Posbank	Heuvels
zaterdag 11 april 2015	9:00			±90	Hoenderloo - Ugchelen - Hoog soeren - Kootwijk - Otterlo - Arnhem	Heuvelachtig
zondag 12 april 2015	9:00			A-C ±90 T ± 75	Wehl - Zeddam - Mechelen - Anholt - Emmerich - Elten	Buitengebied
maandag 13 april 2015	18:30	Ja	20:34	±45	Herstel rit, in onderling overleg.	Herstel training.
dinsdag 14 april 2015	9:00			±80	Route in onderling overleg!	
woensdag 15 april 2015	18:30	Ja	20:37	A-C ± 55 T ± 45	Heteren	Vlak, dijken
zaterdag 18 april 2015	9:00			±90	Oosterbeek - Doorwerth - Wageningen - Ede - Otterlo - Apeldoorn - Hoenderloo - Kop van Deelen	Dijken, heuvels
zondag 19 april 2015	9:00			A-C ±100 T ± 75	A50 Loenen - Klarenbeek - Apeldoorn - Stroe - Otterlo	Hoge veluwe
maandag 20 april 2015	18:30	Ja	20:46	±45	Herstel rit, in onderling overleg.	Herstel training.
dinsdag 21 april 2015	9:00			±80	Route in onderling overleg!	
woensdag 22 april 2015	18:30	Ja	20:49	A-C ±60 T ± 50	Elten - Stokkum	Vlak, heuvelachtig
zaterdag 25 april 2015	9:00			±100	Rozendaal - A50 - Loenen - Eerbeek - Posbank - Doesburg - Laag Keppel - Wehl	Heuvels heen, terug vlak
Zaterdag 25 april 2015 Zondag 26 april 2015	8:00 - 10:00	TC de Liemers		90 km 125 km 165 km	33e Reichswaldtour Zevenaar Start vanaf Atletiekbaan "Heerenmäten"	NTFU toertocht
zondag 26 april 2015	9:00			A-C ±100 T ± 75	Doesburg - Zutphen - Gorssel - IJssel terug	Vlak
maandag 27 april 2015	18:30	Ja	20:57	±45	Herstel rit, in onderling overleg.	Herstel training.
dinsdag 28 april 2015	9:00			±80	Route in onderling overleg!	
woensdag 29 april 2015	18:30	Ja	21:01	A-C ±60 T ± 50	Posbank - Loenermark	Heuvels

Kruissnelheid per groep		Wegkapiteins:	
A- Groep	ca. 34 km/ uur	A:	Dominique Groen; Jean Paul Vossers; Peter ten Cate; Oswald Wassink; Giel Egbers; Walter Bierens
B1- Groep	ca. 31 km/ uur	B1:	Bart Kuipers; Wouter Weijers; Karel Heij; Gert Sinnema; Wilco ter Voert
B2- Groep	ca. 29 km/ uur	B2:	BertJan Steenbeek; Jan Weernink; Ruud Bouwmeester. Bert van Wieren.
C- Groep	ca. 27 km/ uur	C:	?? ??
T- Groep	in onderling overleg	T:	Jan Willems; Hennie Hoogervorst; Siem Hoogervorst.

Kruissnelheid.

De kruissnelheid is geen gemiddelde snelheid, maar de snelheid welke gereden kan worden op een lang recht stuk wegdek. (Denk aan de Cruise-control in de auto!) De gemiddelde snelheid ligt, normaal gesproken, aanzienlijk lager.

toerkalender mei 2015

Datum	Vertrek	Verl.	Zon onder	Afstand	Route	Type
zaterdag 2 mei 2015	9:00			±90	Hoenderloo - Ugchelen - Hoog soeren - Kootwijk - Otterlo - Arnhem	Heuvelachtig
zondag 3 mei 2015	8:00 u A-C 9:00 u T-gr			A/ B1 ±110 B2/ C ±100 T ±75	Nijmegen - Beuningen - Ewijk - Herveld - Driel	Vlak
maandag 4 mei 2015	19:00	Ja	21:09	±50	Herstel rit, in onderling overleg.	Herstel training.
dinsdag 5 mei 2015	9:00			±100	Lange route in onderling overleg!	Lange tocht!
woensdag 6 mei 2015	19:00	Ja	21:12	A-C ±60 T ± 50	Heteren	Vlak, dijken
zaterdag 9 mei 2015	9:00			±100	Nijmegen - Groesbeek - Kleve - Emmerich - Elten	Heuvels heen, terug vlak
zondag 10 mei 2015	8:00 u A-C 9:00 u T-gr			A/ B1 ±110 B2/ C ±100 T ±75	Ginkelse Heide - Ede - Kootwijk - Hoenderloo - Eerbeek	Vlak
maandag 11 mei 2015	19:00	Ja	21:21	±50	Herstel rit, in onderling overleg.	Herstel training.
dinsdag 12 mei 2015	9:00			±80	Route in onderling overleg!	
woensdag 13 mei 2015	19:00	Ja	21:24	A-C ±70 T ± 55	Posbank - Hoenderloo	Heuvels
zaterdag 16 mei 2015	9:00			±100	Doetinchem - Varsseveld - Aalten - Winterswijk - Dinxperlo - Zeddam	Vlak
zondag 17 mei 2015	8:00 u A-C 9:00 u T-gr			A/ B1 ±110 B2/ C ±100 T ±75	Elten - Emmerich - Ooijpolder - Berg en Dal - Nijmegen	Vlak
maandag 18 mei 2015	19:00	Ja	21:31	±50	Herstel rit, in onderling overleg.	Herstel training.
dinsdag 19 mei 2015	9:00			±80	Route in onderling overleg!	
woensdag 20 mei 2015	19:00		21:34	A-C ±70 T ± 55	Terborg	Vlak
zaterdag 23 mei 2015	9:00			±100	Elten - Emmerich - Kalkar - Totenhugel - Kleve - Millingen - Pannerden (Totenhugel)	Vlak
maandag 25 mei 2015	8:00 u A-C 9:00 u T-gr		2e Pinksterdag	A/ B1 ±110 B2/ C ±100 T ±75	Wehl - Doetinchem - Zelhem - Doesburg - Posbank	Vlak, heuvels
dinsdag 26 mei 2015	9:00			±80	Route in onderling overleg!	
woensdag 27 mei 2015	19:00		21:44	A-C ±70 T ± 55	Posbank - Ginkelse Heide	Vlak, heuvelachtig
zaterdag 30 mei 2015	9:00			±100	Oosterbeek - Renkum - Wageningen - Rhenen - Bennekom - Ede - Otterlo	Vlak, dijken
zondag 31 mei 2015	8:00 u A-C 9:00 u T-gr			A/ B1 ±120 B2/ C ±110 T ±75	Ellecom - De Steeg - Rheden Rozendaal - Oosterbeek - Wageningen - Ede - Arnhem	Klimrit

Voor de C- groep zoeken wij nog enkele wegkapiteins. Wie durft?
Meld je aan bij de Toercommissie.



Een nieuwe naam.....

Goudhaanstraat 1 , 6921 GT Duiven
0316-261685

info@fysiospecialistenduiven.nl

www.fysiospecialistenduiven.nl

Dorpstraat 17, 6923 AB Groessen
0316-540401



Uw praktijk voor:

Fysiotherapie

Manuele therapie

Cranio-sacraal therapie

Viscerale therapie

Bekkentherapie

Kinderfysiotherapie

Kaakfysiotherapie

Sportmedisch advies

Advies en behandeling zijn zonder verwijzing mogelijk.

Kijk voor verdere informatie op onze site:

www.fysiospecialistenduiven.nl

Intratuin Duiven

Lithograaf 1

6921 VA Duiven

Tel: 0316 - 26 21 36

Fax: 0316 - 26 25 45

Altijd de laatste tips en ideeën? Wordt lid van Intratuin Bl@d via

www.intratuin.nl

de vrouw achter de renner



Mijn naam is Marijke Elbersen de partner van Jantinus Hagens.

Ik werk als receptioniste/telefoniste bij een leuk bedrijf in kunststoffen in Didam. Ik geniet ervan om samen met Jantinus te gaan wandelen – fietsen – of op vakantie te gaan. Gewoon leuke dingen samen doen.

Ik ben in Arnhem geboren ("Arnhemse Meisje") en sinds 1992 woonachtig in Duiven. Duiven was toen echt nog een groeigemeente. Ik ben gescheiden en heb een zoon van 21 jaar die opgegroeid is in Duiven en nu in Arnhem woont.

Ik woon inmiddels al bijna 15 jaar gelukkig samen met Jantinus die twee zonen heeft van 21 jaar en 23 jaar.

Toen de jongens nog klein waren hadden we een druk gezinsleven. Nu zijn het alweer volwassen mannen die hun eigen weg bewandelen. Daardoor heeft Jantinus meer ruimte gekregen om zijn sport uit te oefenen, namelijk fietsen. In de winter op zijn Atb met een groep uitgesproken fanatiekelingen en vanaf het voorjaar op zijn racefiets met de club of op eigen houtje, bijvoorbeeld naar Drenthe. Daar kan hij echt van genieten en dat

gun ik hem van harte. Ook omdat hij een drukke baan heeft, is het een goede ontspanning voor hem. Ik ben nooit ongerust tijdens zijn fietstochten....geen bericht is goed bericht volgens Jantinus. Hij komt vaak na een fietstocht met leuke/gezellige verhalen thuis.

Het kan voorkomen dat hij een keer niet kan fietsen maar daar legt hij zich gewoon bij neer want zijn familie gaat voor het fietsen zegt hij altijd. Maar soms neemt de onrust toe en dan vindt hij ook wel een gaatje om op een later tijdstip te gaan fietsen of op een andere dag in het weekend.

Jantinus is zeer begaan met de mensen – goed gehumeurd – sportief en lief.

Onlangs heeft hij zelf een nieuwe Atb gekocht (Cube); daar heeft hij geen vrouw bij nodig.

Hij behandelt fietsen als z'n baby'spoetsen-poetsen en nog eens poetsen.

Op 13 februari 2015, legt Jantinus de hamer neer als voorzitter van de club. Hij heeft mooie dingen neergezet, mede dankzij het bestuur.

Ik wens Jantinus en de club een mooi fietsseizoen toe!

WWW.GRIMPEURWIELERSPORT.NL



**Grimpeur
wielersport**

De race en ATB specialist

Dealer van;

TREK

SCOTT

CANNONDALE

COLNAGO

RIDLEY

JAN JANSSEN

PEGORETTI

Beekseweg 42a
6909 DT Babberich
0316-248080



www.tencatecivil.nl

Siem on toer

Ingezonden door: Siem Hoogervorst

Ik wil nog even terug komen op mijn column uit de DERAILLEUR van augustus 2014. Ik heb daar het gedicht van John Mc Crae in de originele versie weergegeven. Inmiddels heb ik contact met Joost Prinsen en die heeft mij zijn vertaling gestuurd die ik hieronder weergeef.



De klapproos bloeit in het Vlaamse veld tussen de doden, held naast held.

Wij leefden maar een ogenblik onder gezang van leeuwerik, onhoorbaar door het krijgsgeweld. Vlak voor we werden uitgeteld daalde de zon over het veld. We hadden lief, een hartentik in Vlaanderen.

Laat onze doden niet onvermeld. Wij faalden maar gij nieuwe held: neem onze toorts en zonder schrik Want aarzelt u één ogenblik verwelkt de klapproos op het veld In Vlaanderen.

GPS



Ik heb dit jaar al mijn sportieve activiteiten zoals racefietsen, fietsen op de randonneur, mountain-

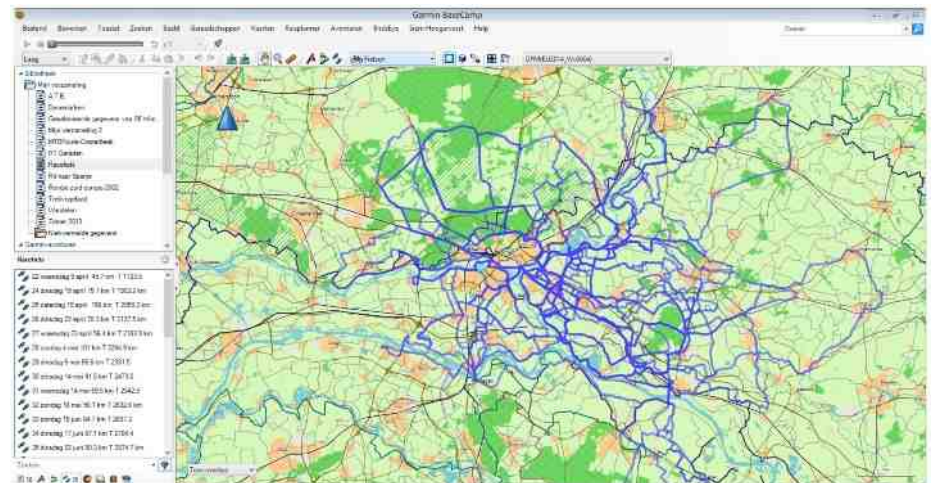
biken en wandelen op mijn Garmin Oregon 450 opgeslagen. Voor de racefiets is het een onmogelijk groot en lomp ding, maar hij bevat mij uitstekend. Het rijtje ziet er als volgt uit:

Racefiets: 5097 km
Randonneur: 1246 km
Mountainbike: 303 km
Wandelen: 723 km

Als ik dit zootje bij elkaar optel heb ik 7369 km op s' Heren wegen en paden, meestal in gezelschap van mijn geliefde en vooral op de racefiets ook met clubgenoten, gewandeld en gefietst. Vooral op de racefiets had ik ondanks een maand revalidatie na een flinke val in het afgelopen uitstekend fietsjaar meer kilometers verwacht. Ook de A.T.B had ik wat meer door de modder willen sturen. De wandel kilometers vallen wel weer mee.

pa in 3 delen Noord, Oost en West (www.openfietsmap.nl/downloads/europe). Daar kun je een dag voor gaan zitten, maar voor de meesten van jullie zal Nederland wel voldoende zijn. Wil je ook nog een hele goede kaart downloaden voor je auto navigatie, klik dan Open Street Map aan, voor Nederland (www.openstreetmap.nl) of voor Europa (www.garmin.openstreetmap.nl). Al deze kaarten zijn gratis te downloaden en beter dan de kaarten die je kan kopen bij b.v. Garmin. Kijk eens op de O.F.M. van Nederland, daarop staan alle paden op de Veluwe en zelfs de A. T.B route staat er volledig op. Ook Google Earth valt in het niet bij deze kaarten.

Voor de wandelaars onder ons is er de Open Wandel Kaart (www.openwandelkaart.nl). Zelf vind ik deze



Al een paar jaar ervaar ik de GPS als een prima hulpmiddel om onze routes in binnen- en buitenland uit te zetten. Het gemak waarmee we dan fietsen zonder bij ieder kruispunt op een kaart te moeten kijken waar we heen moeten is een verademing. Ook het vinden van een overnachtingsplek, of dit nu een hotel of camping is, is (meestal) gemakkelijk.

Ik zal proberen in het kort uit te leggen wat hiervoor nodig is.

Het downloaden en installeren van Basecamp (www.garmin.com/nl-NL/shop/downloads/basecamp) is een eerste vereiste. Daarna gaat er veel tijd zitten in het downloaden en installeren van Open Fiets Map (www.openfietsmap.nl) voor Nederland of zoals ik voor heel Euro-

niet zo geweldig. Om een mooie wandeling op te zoeken is er de Wandel zoekpagina (www.wandelzoekpagina.nl); een geweldige site met een onuitputtelijke bron van korte, lange en meerdaagse wandelingen en nog veel meer wat zijdelings met wandelen te maken heeft. Als het downloaden en installeren je de neus uitkomt, maar toch allemaal gedaan is kan het grote genieten van een mooie route uitzetten beginnen. Om alle mogelijkheden van Basecamp hier uit te leggen is onmogelijk. Hiervoor zou ik aan de gehele editie nog niet genoeg hebben. Als er behoefte aan is wil ik dat wel een keer op een clubavond komen demonstreren, maar nu even niet want wij zijn in Spanje. Ga alvast zelf aan de slag en ontdek de mogelijkheden.

WINTER/VOORJAARS PROGRAMMA 2015

Activiteit	Datum		Van -- tot	Locatie
Nieuwjaarsreceptie	Vrijdag 9 jan	Alle leden	20.00 – 23.00	Clubhuis
Onderhoud en reparatie aan de fiets met Joop Weidenman en Peter ten Cate	Vrijdag 30 jan	Alle leden	20.00 – 23.00	Clubhuis
Algemene Leden Vergadering	Vrijdag 13 feb	Alle leden	20.00 – 23.00	Clubhuis
Openingsrit	Zondag 1 maart	Alle leden	09.00 uur	Clubhuis
clubweekeind	5,6 en 7 juni	Alle leden	info bij Mark en Joost	Ruhr Eifel

**see better.
be better.**

adidas

Lens Lock™ System
evil eye halfrim pro. The patented Lens Lock™
System lets you quickly change your lenses to
fit all trail and light conditions.
support your vision — adidas.com/eyewear

VILLA OPTICA

Rijksweg 42^c 6921 AH Duiven www.villaoptica.nl T 0316 282 414

deadline kopij, volgende uitgave: 30 april 2015

WELLINGHOEVE



Koffie terras
binnen & buiten

Annemarie Welling
06 - 3070 6539

Rijnstrangenweg 15 - 6923 SL Groessen
0316 - 342 396
annemarie@tekenburo-welling.nl

fietsen met stijl!

De beste
e-bikes
voor de
laagste prijs!

FLYER
Innovation in Mobility

 **eltener**
fahrradprofi

Eltener Fahrrad Profi • Groenlandstraße 31a
46446 Emmerich am Rhein • Tel 00 49 (0)2828 90 21 11
www.eltenerfahrradprofi.de





Theo Heebing
K A P S A L O N

Online afspraak maken?

RIJKSWEG 18 6921 AG DUIVEN
TEL. (0316) 26 26 66

WWW.KAPSALONTHEOHEEBING.NL

Wij helpen de sporter hogerop!






- Ruim assortiment • Topmerken
- Duidelijke verzendkosten
- Boven €40,- GRATIS verzending
- Levering binnen 24 uur mogelijk

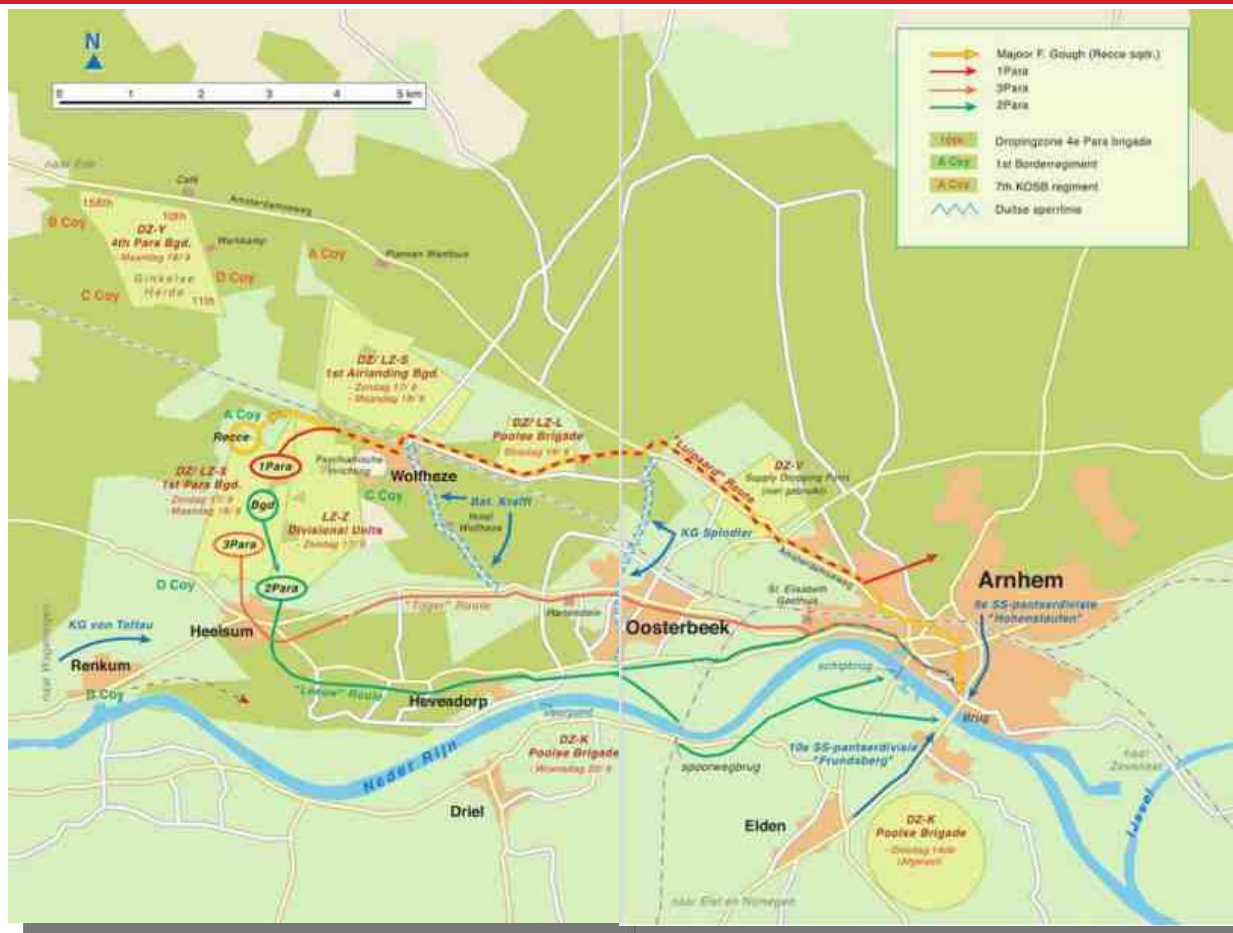
www.sportersvoeding.nl


Sportersvoeding.nl

Clubleden krijgen 10% Korting*

* Stuur even een E-mail naar onderstaand adres met je naam, voor een persoonlijke kortingscode.

E-mail: info@sportersvoeding.nl



Slag om Arnhem, Papendal en omgeving

In het winterseizoen gaat een aantal fietsfanaten iedere zaterdagochtend mountainbiken. Regelmatig rijden we de mountainbikeroute in de omgeving van Papendal, Oosterbeek en Wolfheze. Op het gedeelte door het bos tussen het Papendal en de spoorlijn Arnhem – Utrecht wees iemand mij op een krans die daar was geplaatst. 'Zeker een mountainbiker verongelukt!'; grapte hij. Gezien de moeilijkheidsfactor van de trail op dat moment – veel bomen, wortels, gaten, modder en ijs – was dat niet ondenkbaar. Maar onze dappere pogingen om met de voeten in de pedalen te blijven, staan gelukkig in schril contrast met de gevechten die hier tijdens de Slag om Arnhem hebben plaatsgevonden.

In dit artikel ga ik in op wat er zich heeft afgespeeld op en in de omgeving van het huidige Sportcentrum Papendal waar we veel komen.

Tijdens de tweede wereldoorlog was het laatste doel van operatie Market Garden het veroveren van de bruggen bij Arnhem op de Duit-

sers. Daartoe werd op 17 september 1944 de Slag om Arnhem gestart. Met een grote armada van vliegtuigen werden soldaten en materieel naar de omgeving van Arnhem gevlogen. In het totaal werden in drie lifts op 17, 18 en 19 september circa 12.000 man overgebracht. De landings- en droppingszones lagen bij Wolfheze (zie afbeelding 1: aanvalsplan Slag om Arnhem). DZ/LZ-L ligt waar nu het Sportcentrum Papendal zich bevindt.

De afstand van de landings- en droppingszones naar de brug bij Arnhem was circa 13 km. Maar er werd op weinig tegenstand van de Duitsers gerekend. Mede om het risico op vertraging door tegenstand van Duitsers te verkleinen, werden de troepen verdeeld over drie geplande routes. De Tijger-, Lion- en Leopardroute (afbeelding 1).

Op de eerste dag werd de 1ste Parachutebrigade aangevoerd.

Alleen Luitenant-kolonel John Frost lukte het uiteindelijk om met het 2de Parachutebataljon met circa 700 man de noordkant van

de verkeersbrug in Arnhem te bereiken. De afloop is bekend. Hij volgde de Lionroute. Hun eerste doel was de spoorbrug bij Driel. Die werd echter voor hun ogen opgeblazen.

Het verrassingseffect was van cruciaal belang voor het slagen van de operatie. De Engelsen waren echter niet op de hoogte van de aanwezigheid van SS-Bataljon Kraft. Zij hadden de dagen ervoor geoefend in de bossen in de omgeving van Hotel Wolfheze - tegenwoordig Bilderberg Hotel Wolfheze aan de Wolfhezerweg. Het bataljon bestond uit circa 400 man en beschikte over pantserwagens. Het merendeel van die soldaten had een korte basis opleiding in Duitsland gehad, maar had geen gevechtservaring. Ze waren wel zeer gemotiveerd. Het kader beschikte over veel ervaring en realiseerde zich bij het zien van de luchtlandingen dat de bruggen over de Rijn het doel moesten zijn. Verder beseften zij dat zo'n grote gevechtsmacht gebruik moet maken van de hoofdwegen naar Arnhem. (**vervolg blz. 21**).

langs de route (vervolg)

Dat zijn de Amsterdamseweg en de Utrechtseweg. Ze brachten snel een eerste verdedigingslinie in stelling langs de Wolfhezerweg globaal vanaf de Utrechtseweg tot over het spoor bij Wolfheze. Dat gaf de Duitsers de tijd om een tweede verdedigingslinie langs de Dreijenseweg vanaf de noordzijde van de kom van Oosterbeek tot over de kruising met de Amsterdamseweg (afbeelding 1). Dat zal een beslissende factor in het verloop van de slag blijken te zijn. Bedenk dat je voor de aanval driemaal zoveel soldaten en dito vuurkracht nodig hebt dan voor de verdediging (militaire vuistregel).

Het Reconnaissance Squadron had de opdracht om zo snel mogelijk met jeeps via de Leopardroute (via karresporen over het huidige Papendal en de Amsterdamseweg) naar de brug van Arnhem te rijden. Daar zouden ze de brug innemen en van springstoffen ontdoen. Het 1ste Bataljon zou hun volgen en snel de hoger gelegen grond ten noorden van het centrum van Arnhem in nemen

Toelichting afbeeldingen:

De plek van de hinderlaag is ongeveer aan de noordzijde bij het tunneltje onder de spoorbaan bij Wolfheze waar we regelmatig door fietsen. Zie afbeelding 2 en tevens 3.



Naar aanleiding van de tegenslag van het Reconnaissance Squadron trachtte het 1ste Bataljon om recht door over de Wolfhezerweg de Amsterdamseweg te bereiken. Maar ook in de omgeving van de kruising met de Amsterdamseweg stuitte men op hevige tegenstand. Daarna werd geprobeerd om via de bossen de kruising bij de Leren



Doedel te bereiken. Er werden verschillende pogingen ondernomen om de Duitse verdedigingslinie langs de Amsterdamseweg en de Dreijenseweg te doorbreken. Het werd luitenant-Kolonel Dobie duidelijk dat het niet mogelijk was volgens plan via de Leopardroute naar de noordzijde van Arnhem te komen. In de nacht van de eerste dag werd besloten via de rechter flank van de Duitse verdedigingslinie over de zuidelijke Tigeroute naar de brug bij Arnhem te trekken. Het lukte het 1ste Bataljon net als het 3de Bataljon om uiteindelijk via de Lionroute naar Arnhem door te breken. Daarbij is hard gevochten langs de Klingelbeekseweg. Uiteindelijk zijn beide Bataljons niet verder gekomen dan het Onderlangs - bij het museum en de huidige kunstacademie – waar zeer zware verliezen zijn geleden.

De tweede lift vindt plaats op maandag 18 september. Omdat de terreinen van de eerste lift vol liggen met zweefvliegtuigen werd er volgens planning geland op De Ginkelse Heide.

De 4e Parachutebrigade (156ste en 10de Bataljon) moest rechtstreeks over de Amsterdamseweg Arnhem binnentrekken en de noordelijke en westelijke stadsdelen innemen. Het oostelijke stadsdeel zou de volgende dag door de Poolse brigade (derde lift) worden overgenomen. Ze waren echter nog niet op de hoogte van de ontwikkelingen rond de slag en wisten dus niet dat de Leopardroute niet was ingenomen.

Ook zij raakten in zware gevechten met de Duitsers in de omgeving van de Amsterdamse weg en de Dreijenseweg.

De gevechten waren zo zwaar dat op 19 september werd besloten om terug te trekken naar de relatieve veiligheid aan de zuidzijde van de spoordijk. De troepen trokken zich terug over het terrein van het huidige Papendal. Op dat moment landden ook de zweefvliegtuigen van de derde lift met de Pools Brigade op het terrein (Landingszone L). De grondtroepen probeerden het terrein vrij te houden van de oprukkende Duitsers, maar slaagden daar slechts ten dele in.

De omgeving van station Oosterbeek-hoog was in handen van de Duitsers. Over de spoorwegovergang bij Wolfheze bestond onzekerheid. Er werd daar gezocht naar een alternatieve doorgang naar de zuidzijde van de spoordijk. Ongeveer 400 m voor Wolfheze werd een nauwe tunnel onder het spoor door ontdekt. Eigenlijk een afwateringskanaal om water van het noorden van de spoorlijn naar de Rijn af te voeren, maar de tunnel was zo breed dat er een jeep door kon rijden. Al snel stonden er veel voertuigen voor de tunnel te wachten. Er ontstond een chaotische situatie.

Toelichting afbeeldingen:

Het betreft het tunneltje waar we regelmatig met de mountainbike door rijden. Je moet je bukken. Als er een paar voor je rijden, kun je het eind van het tunneltje bijna niet meer zien en dreig je, je oriëntatie kwijt te raken. Zie afbeelding 4.

Om de Duitsers van de ontsnap-



pingsroute van de voertuigen af te houden, kregen twee groepen infanteristen het bevel om twee beboste stroken die als vinger de heide opstaken, te bezetten. Het lukte de Duitsers op een verrassende wijze tegen te houden (**vervolg blz.22**).

langs de route (vervolg)



De twee beboste stroken zijn te zien in afbeelding 5. Ze bevinden zich links en rechts van het heideveld aan de noordzijde van het tunneltje. Door de rechter strook loopt tegenwoordig de A50.

Toelichting afbeelding:



De krans waarin ik in de inleiding over sprak, lag bij restanten van schuttersputjes langs de spoorlijn. Die liggen aan de noordzijde van het tunneltje circa 600 m in oostelijke richting. Zie afbeelding 6.

Uiteindelijk lukte het in totaal circa 3600 soldaten – inclusief de soldaten uit de richting van Arnhem, om zich terug te trekken binnen de verdedigingslinie rond Oosterbeek (de Perimeter). Ze hebben tot 25 september 1944 stand gehouden. Van de 11.900 manschappen zijn er circa 1.500 gesneuveld. Circa 6.500 zijn er gevangen genomen en circa 3.900 zijn ontkomen. Aan de Duitse zijde viel circa 1.300 doden. Het aantal burgerslachtoffers bedraagt circa 450.

Bij dit artikel is gebruik gemaakt van het boek 'Arnhem, ooggetuigenverslagen van de Slag om Arn-

hem 17 – 26 september 1994', van Martin Middlebrook (1994, ISBN 90 246 0147 9).

Bert van Wieren, februari 2015



Puur genieten

Vanaf voorjaar 2010:
Nog groter, nog mooier!



Als je houdt van fietsen, van snelheid, van vrijheid, dan is Wielerhuis de Pedaleur jouw partner.

Het mooiste assortiment, de mooiste merken en een team dat droomt van fietsen. Puur genieten!

Laat ons je verwachtingen overtreffen en kom kijken bij de Pedaleur. Vanaf het voorjaar 2010 zijn we nog groter en nog mooier!

Welkom bij
Wielerhuis de Pedaleur
Doetinchemseweg 71
7007 CB Doetinchem
tel. 0314 - 33 09 21

www.pedaleur.nl
www.vrouwenfiets.nl

de Pedaleur
WIELERHUIS
overtreft je verwachtingen

MAJOOR & PARTNERS Accountants en Adviseurs is een actief en dynamisch accountantskantoor. Daarnaast zijn we klein en informeel met een degelijke cliëntenkring en een uitgebreid relatienetwerk.

Met een praktische en no nonsens aanpak proberen wij onze relaties zo optimaal mogelijk te bedienen. Kenmerken als korte lijnen en open communicatie vormen de belangrijkste basis voor een goed contact met u als cliënt.

Onze cliënten behoren tot het midden- en kleinbedrijf.

Contactgegevens:

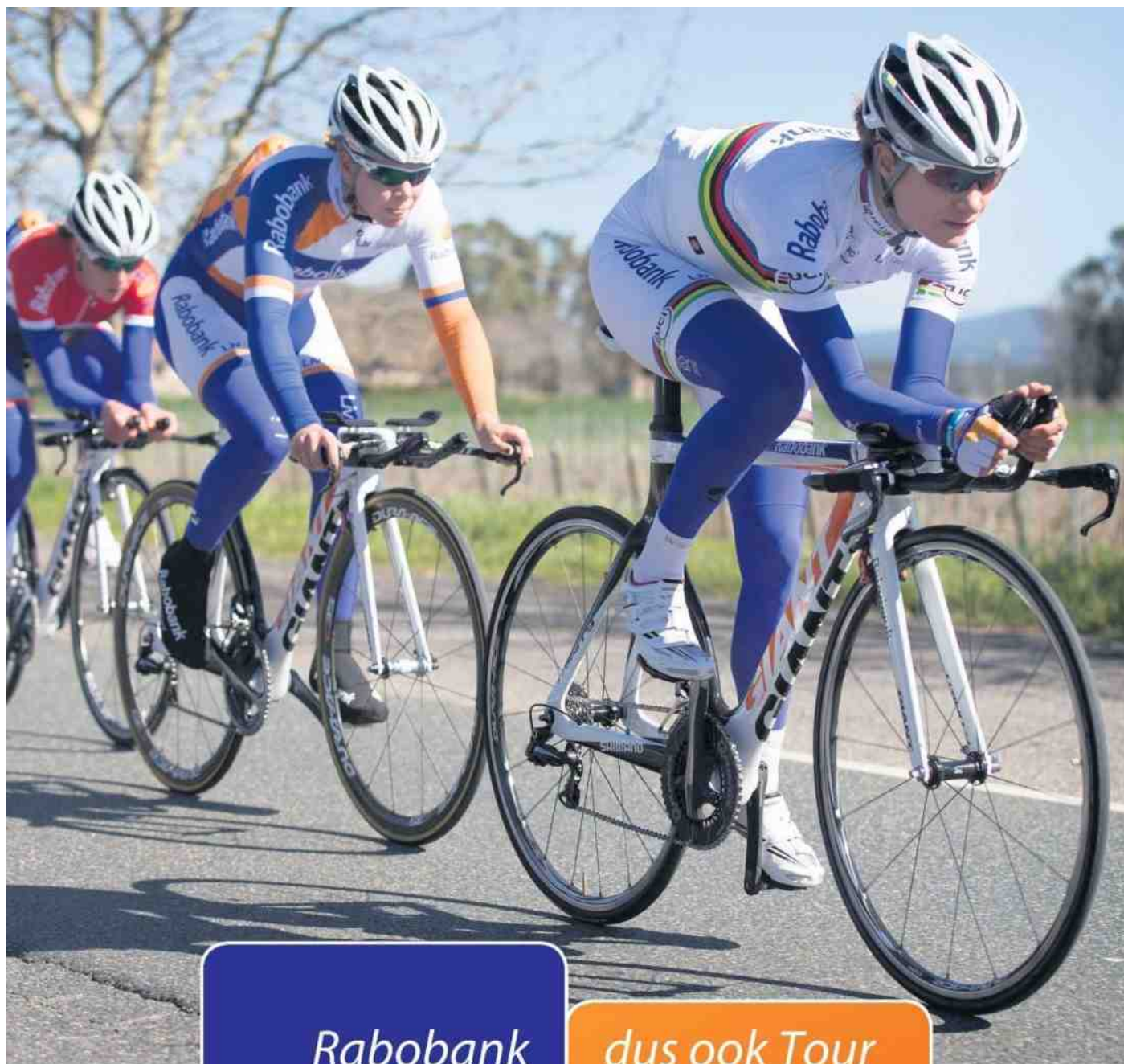
Parallelweg 36, 6922 HR Duiven

Telefoon: 0316 – 34 33 00

info@majoorpartners.nl

www.majoorpartners.nl





*Rabobank
steunt sport*

*dus ook Tour
Club Duiven*

Rabobank De Liemers steunt sport in haar regio

Als coöperatieve bank leveren wij een actieve bijdrage op het gebied van sponsoring. Het is wie wij zijn: betrokken en dichtbij. Daar zijn we trots op!

www.rabobank.nl/deliemers

Samen sterker



Rabobank