

FIETSClub LEDIG ERF



voor Tourvolgers
en E-bike-fietsers



zomer
2012

In dit nummer:
De Seizoensopening
Fietsen en wind
List en bedrog
Tochten en de Tour
Kip op bier
E-bikes en meer
Dameswielerkleding
Ledig Erf op radio en tv



Opel und Fahrräder! 1925!

Die trui past ons allemaal!



Foto: Joost van Waert, Tourstart Luik 2012



Craig Vivas overleden



**Ber Dölle en Marian Willems
 zijn op 06-06-2012 getrouwd**

Herkennen van fietsonderdelen



Nr. 161-E: Elektrische derailleur

BULLETIN ZOMER 2012

Clubblad van de Fietsclub Ledig Erf

Jaargang 18, Nummer 2

Bulletin zomer 2012: inhoud en colofon	3
Redactioneel, overlijdensbericht	4
Opening fietsseizoen	5
Im memoriam Craig Vivas (1955 - 2012)	8
Herinneringen aan Craig Vivas	10
16e Ledig Erf Tijdschrift	11
De fietser, de wind en het profijt	12
Parijs - Roubaix 2012	14
Aan de E-bike	16
Interview: Jakkeren of genieten	18
Kip op bier	21
Boekrecensie: Het feest van list en bedrog	22
Ledigerfers in het nieuws	24
Ledig Erf Ziekenboek, Jan's Ergernissen	27
Tochten van de Maand	28
Fietsen en 'E'	30
Genoeg energie voor deze routes?	31
Op die fiets	32
Van die club	33
Fashion & Attraction, Schurende Schakels	34
Open Oog	35

colofon

Bestuur

Michiel Galama	06-21277653	voorzitter
Bert Coenen	030 - 2891110	penningmeester
Mini Kalivianakis	030 - 2891110	lid
vacature		lid

Ereleden

Ineke Galama
Frank Wester
Jacob van de Lagemaat
Peter Verhallen
Janine Mariën

Redactie: Patricia Breshamer, Otte Boom, Jan Bultjes

Website: www.ledigerf.net

Webmaster & adreswijzigingen: Henk v. Lingen, henk@vanlingen.net

Vertrek: iedere zondag om 13.00 uur, vanaf café Ledig Erf.

Contributie: 15,- euro per jaar, over te maken op gironummer 766950,

t.n.v. Fietsclub Ledig Erf te Utrecht of contant te betalen aan de penningmeester.

Bijdragen voor het clubblad naar: clubblad@ledigerf.net

Elektronische uitgave: www.ledigerf.net (clubbladen)

REDACTIONEEL

Wielrenners hebben een bijzondere kijk op de dingen. Laatst reed ik in een pelotonnetje op de Achterdijk toen een renner tegen mij zei: ‘het blijft ‘s avonds erg lang licht in deze herfst’. Er viel trouwens ook erg veel regen de laatste maanden. Ook in mei en juni na iedere rit je fiets-schoonmaken en wanneer kan je die mouwstukken nou eens thuis laten? Zelf rij ik al maanden met een chronische verkoudheid rond. Je wordt er niet blij van.

Maar het overlijdensbericht van Craig Vivas stemde pas echt droevig. Dit is in mijn herinnering de vijfde Ledigerfer die overlijdt in de afgelopen paar jaar. Ik moest gelijk denken wat Bert Wagendorp op 7 april in zijn column in de Volkskrant schreef: ‘Als je de dood eens zou kunnen kloppen in de sprint. Als je hem één keer zou kunnen afschudden met een splijtende demarrage. Maar een vuile wieltes-

plakker is het, een onklopbare smeerlap die je pakt op de streep.’

We fietsen niet om lang te leven, maar we leven om nog heel lang te fietsen. Gelukkig reiken ons hier de technische ontwikkelingen de hand en voorspellen ons een toekomst waarin ook 75-jarigen hun PR op de Mont Ventoux met groot gemak verbeteren. De vraag is alleen: vanaf welke leeftijd zijn E-bikes bij het Ledig Erf toegestaan? Wanneer mag je volwaardig meerijden en niet alleen als elektrische derny op de dijk? Is de pensioengerechtigde leeftijd een verstandige keuze? Of moeten we ook hier de leeftijdsgrens aanpassen aan de steeds ouder wordende Ledigerfer? Laten we het afhangen van ons oudste lid. Als hij een E-bike koopt dan geldt zijn leeftijd voortaan als de standaardgrens.

Jan



CRAIG VIVAS OVERLEDEN

We ontvingen het droevige bericht dat afgelopen juni Craig Vivas in zijn woonplaats Mount Shasta aan een hartaanval is overleden. Craig en zijn vrouw Linda waren eind jaren 90 en begin jaren 2000 enthousiaste leden van het Ledig Erf, herkenbaar aan hun fietshelmen, die wij toen nog niet hadden en aan hun tandem. Omdat zij, als Amerikanen, heel graag de bloembollenvelden wilden zien, is de All American Flower Power Long Steady Distance tocht in het leven geroepen, in de volksmond bekend als de Bollentocht,

die we nog steeds rijden.

Een jaar of 8 geleden besloten ze terug naar de VS te gaan en daar wonen ze in de bergen van Mt Shasta, waar overigens een mooie, zware fietstocht te verrijden is. Craig was superactief: skiën, bergbeklimmen en van de winter was hij de eerste die op facebook een filmpje zette van zijn schaatstochtje met krassende ijzers. Toch altijd moeilijk te begrijpen dat je dan toch een hartaanval kunt krijgen.

Monique de Ridder

OPENING SEIZOEN 2012

STERKE EENZAME FIETSERS

De opening van het seizoen 2012 begon om 12.00 uur stipt met zonnig weer. Jeroen Wielaert declameerde een mooi verhaal uit eigen werk. Waarna een spannende quiz met curieuze wielermuziek volgde getoerd uit de laptop van Jos, waarbij in een zinderende finale Joost van Waert terecht met de eer ging strijken als grootste kenner van wielliederen, met welverdiende overige podiumplaatsen van Gijs en Riena. Ondertussen speelde het trio van een bekende trommelaar met twee jonge talentvolle gitaristen een mooi tapijt van fietsliederen.

Dan de banken op voor de traditionele fotosessie, waarna de opening met de 90 aanwezigen afgesloten werd met een lied over de eenzame fietser dat dan het gehele fietsseizoen 2012 in je hoofd blijft hangen. De rest van het fietsseizoen 2012 heeft het vrijwel alleen nog maar geregend.



Jimmy

Hoe sterk is de eenzame fietser
die kromgebogen over zijn stuur
tegen de wind
zichzelf een weg baant?
Hoe zelfbewust de voetballer
die voor de ogen van het publiek
de wedstrijd wint,
zich kampioen waant?
Hoe laet vergenoegd de zakenman
zonder mededogen die een concurrent
verslagen vindt,
zelf haast failliet gaand.

En ik zit hier tevreden
met die kleine op mijn schoot.

De zon schijnt, er is geen reden
met rotweer en met harde wind
te gaan fietsen met dat kind.
Als-ie maar geen voetballer wordt,
ze schoppen hem misschien half dood.
Als-ie maar geen voetballer wordt...
[en nu allemaal]:
Maar liever dat nog
dan het bord voor zijn kop
van de zakenman,
want daar wordt hij alleen maar slechter
van.

*(Ruud Engelanders / Boudewijn de Groot
gezongen door het ledig Erf fietskoor)*

OPENING SEIZOEN MET STERKE EENZAME FIETSERS



OPENING SEIZOEN MET STERKE EENZAME FIETSERS



IM MEMORIAM

CRAIG VIVAS (1955 – 2012)

Slecht nieuws komt altijd onverwacht. Wie had nu ooit kunnen denken dat Craig zomaar ineens dood neer zou vallen tijdens een wandeling op zijn geliefde Mount Shasta, nog maar 56 jaar oud!

Als er iemand gezond leefde, dan was het wel deze boomlange multisporter. Wat deed hij niet allemaal: wielrennen, mountainbiken, hardlopen, bergklimmen, kanoën, skiën, langlaufen, schaatsen en waarschijnlijk nog wel meer takken van sport. Toen ooit heel New York plat lag door zware sneeuwval stond er voorop de New York Times een foto van een lachende Craig op Times Square. Op ski's uiteraard.

Een paar maal in zijn leven gooide hij het roer radicaal om. Begin jaren negentig liet Craig samen met zijn vrouw Linda

de Verenigde Staten achter zich ("daar krijg je maar twee weken vakantie per jaar") en vestigde zich in Utrecht. Na meer dan tien jaar heel Europa te hebben rondgereisd voor een firma in medische testapparatuur zette hij ook daar een punt achter en keerde terug naar Amerika.

In Utrecht was hij lid geworden van fietsclub Ledig Erf. Als je op een zondagmiddag ineens 'woesj-woesj-woesj' achter je hoorde, betekende dat dat Craig en Linda in aantocht waren op hun tandem. Dat het met name Craig was die hard op de pedalen stampte bleek toen



Bert Slomp een keer Linda's plek had ingenomen. Ik geloof dat ze al voor Werkhoven uit het zicht verdwenen waren. De beesten! Na een jaar of vijf het rondje Amerongen te hebben gereden, merkte hij spottend op dat die beroemde bollenvelden waarschijnlijk alleen bestonden op ansichtkaarten. Dat was voor enkele Ledig Ervers aanleiding om in 1997 de eerste Bollentocht te organiseren, toen nog de All American Flower Power Trip genoemd.

Bij zijn afscheid van Utrecht zei hij: "we gaan eerst maar eens een jaar rondreizen door ons vaderland. In die tijd bedenken we wel wat we daarna gaan doen." Op mijn verzoek heeft hij begin 2004 een uitgebreid reisverslag geschreven voor het blad van de Nachtegaalfietsers. Na de rondreis werkte hij in eerste instantie als langlauf-instructeur in Noord-Californië. Toen duidelijk werd dat deze prachtige plek helemaal naar hun zin was kochten Craig en Linda er een huis en begonnen ze een eigen buitensportcentrum. Craig werkte er o.a. met jongeren die met de politie in aanraking waren gekomen. Dat was maar één kant van zijn maatschappelijke betrokkenheid. Hij was ook zeer actief op het gebied van natuur en milieu. In april was hij nog voorman van een alternatieve parade op Earth Day. Ook stond hij op de bres voor een goede ziektekostenregeling voor iedereen; iets dat in Amerika niet vanzelfsprekend is.

Een heel enkele keer hadden we nog contact. "Ik word soms wel eens een beetje moe van al die Amerikanen hier.



Craig en Linda op hun beroemde tandem

Ik mis de koffiestop in Amerongen, het kersen eten met de Nachtegalen en het darten in café De Maan." Soms stuurde hij komische filmpjes, bijvoorbeeld hoe hij - moe maar voldaan aangekomen op een bergtop - erachter komt dat hij op de verkeerde berg zit, of hoe hij met zijn twee meter wegzakt in het drijfzand (zie 'Death in the Valley craigiev' op YouTube; bekijk ook 'Skating Cliff Lake').

Craig was een warme en humorvolle persoonlijkheid. Hij zal door veel mensen gemist worden.

Joost van Waert

HERINNERINGEN AAN CRAIG VIVAS

Mijn beste herinneringen aan Craig zijn onze schermutselingen tijdens de Pinksteredities van Tilff-Bastogne-Tilff.

In de beginjaren van onze club was deze klassieker, de mooiste toerversie van Luik- Bastenaken- Luik, het hoogtepunt van het seizoen. Daar moest je bij zijn om een prestatie neer te zetten.

In het vroege voorjaar begonnen we met fietstochten over de Heuvelrug om te kunnen pieken tussen half mei en begin juni in de Ardennen. Doorgaans betrokken we het huis van Leo Hakker in Beche met het grootste deel van de toenmalige club, zowel in de Hemelvaartweek als het Pinksterweekend. De echt snelle mannen kon ik niet bijhouden tijdens “de” grote tocht, maar met Craig was het stuivertje wisselen wie er het eerste aankwam bij het terras in Tilff na 220 km fietsen.



Craig en Linda genietend van een “lekker bakkie”

Na enkele edities was het over, want hij besloot samen met Linda de tocht per tandem te gaan volbrengen. Dat is een

veel zwaardere opgave dan mij er af rijden. Stel je voor, Linda die alle mannen die ze inhalen, uitlacht en Craig die al het trapwerk voor twee moest doen. Linda zat achterop en kon heel hard lachen en Craig moest sturen en vooral heel hard trappen. Ze presteerden het zelfs om op die meterslange fiets op het steilste deel van La Redoute nog gewone racefietsen in te halen.

Eén moment zal ik nooit vergeten en koester ik nog steeds. Mijn fietsvrienden Frank Wester, Rob Posthouwer, Bert Both en ik, gingen steeds fanatieker fietsen. Toen we Craig een keer mee namen op een fietsrondje door het Liennedal in de Ardennen wilde hij stoppen bij het gehucht “Through the Bra” (Le Trou de Bra). Daar kon natuurlijk geen sprake van zijn. Nadat we gedurende de rest van de middag rap een aantal stevige hellingen waren opgereden, sprak hij de volgende woorden: “ How come you’ve become such animals in the hills?”

Nog steeds hebben we het over “gaan beesten” als we gaan fietsen in de Ardennen. Het echte grote sportbeest was Craig zelf natuurlijk en het is dan ook zo oneerlijk dat hij door een hartaanval is geveld.

Jelle Scharringa

EEN TIJDRIJ IN DE ACHTERTUIN

16E LEDIG ERF TIJDRIJ

Op 6 mei werd de 16e Ledig Erf Tijdrij gereden. De afgelopen jaren werd de voorjaarsklimtijdrij ergens in het buitenland georganiseerd, maar n.a.v. het klimtijdrijjubileum werd de tijdrij deze keer verreden op het zelfde parcours als 10 jaar geleden: een deel van het LE-zondagse rondje. De start was aan de voet van de Bosbadberg in Leersum, de finish net voorbij de top van de Amerongseberg. Als extraatje zijn de klimtijden op de Amerongseberg gemeten om te bepalen wie de bolletjestrui zou krijgen (vanaf de paddestoel aan de voet tot bovenaan).

De overall winnaar en de winnaar van de bolletjestrui is Bram de Vlieger geworden, maar de discussies over zijn

geldig lidmaatschap duren voort. Bram schijnt zijn contributie niet altijd op tijd te betalen, dus het blijft de vraag of de jury hem daarom zal moeten diskwalificeren.

De redactie wil graag wijzen op de fraaie prestatie van Gerco en Gijs die in beide categoriën de tweede tijd hebben neergezet. Er zijn trouwens opmerkelijk veel ex-eaquo's op de vijfde plaats, zowel in de totaal uitslag als bij de bolletjestrui. Bij de dames moest Janine het onderspit delven tegen Mini, maar Janine heeft op het vlakke slechts 2 seconden verloren, in het klimmen was ze even sterk.

De organisatie was weer in handen van onze competente en enthousiaste tijdrijcommissie.

UITSLAG KLIMTIJDRIJ

1	Bram de Vlieger	14:12
2	Gerco Meijer	14:13
3	Gijs de Rijk	14:20
4	Eltjo Keijer	14:32
5	Ivan Soenario	14:35
5	Laurens Hitman	14:35
7	Rob Posthouwer	14:46
8	Daan van Buuren	14:57
9	Jan de Ruiter	15:05
10	Peter Verhallen	15:06
11	Frebus van Slochteren	15:22
12	Michiel Hoogendijk	16:55
13	Mini Kalivianakis	17:24
14	Janine Mariën	17:26
15	Bert Vink	18:18
16	Bram Verhulst	DNF

UITSLAG BOLLETJESTRUI

1	Bram de Vlieger	3:20
2	Gijs de Rijk	3:23
3	Rob Posthouwer	3:25
4	Gerco Meijer	3:26
5	Eltjo Keijer	3:32
5	Jan de Ruiter	3:32
5	Daan van Buuren	3:32
8	Ivan Soenario	3:35
9	Frebus van Slochteren	3:36
10	Peter Verhallen	3:37
11	Laurens Hitman	3:38
12	Michiel Hoogendijk	4:24
13	Mini Kalivianakis	4:26
13	Janine Mariën	4:26
15	Bert Vink	4:55

HOE STERK IS DE EENZAME FIETSER?

DE FIETSER, DE WIND EN HET PROFIJT

Wat mij opvalt, is dat de gemiddelde weerman of -vrouw geen notie heeft van wat het effect is van met je fiets in de polder of op de dijk tegen een windkracht van laten we zeggen 3 á 4 Bft in te moeten rijden.

Nee, de gemiddelde weerman of -vrouw is als gemiddelde modale burger overgevoelig voor het al dan niet schijnen van de zon, het al dan niet vallen van neerslag en het professioneel over willen komen bij het presenteren van seizoen temperatuurafwijkingen.... Zoals "3 graden te koud voor de tijd van het jaar" of "geniet er maar van", we zitten 5 graden boven de seizoensgemiddelden ...". En de wind? De wind wordt pas interessant als er bomen om dreigen te waaien... alle windkracht daaronder is in feite ...een aardig briesje...

Nou ja, toegegeven er wordt soms genoemd vanuit welke hoek de wind gaat waaien en een enkele keer zelfs dat er geruimd, gekrompen of gedraaid gaat worden. Eigenlijk wel goed van die uitzonderlijke weerspersoon, die ons die informatie doet toekomen. Het punt is dat

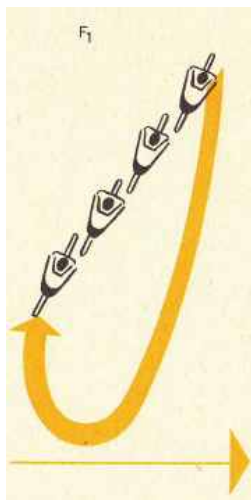
de meeste landgenoten, die zich (woonwerk of privé) nauwelijks met de fiets verplaatsen weinig notie hebben van de kracht van een zwak tot matige wind van 3 á 4 Bft in open ruimte. Ik zeg, dat het al gauw 8 km per uur scheelt. De wind mee of tegen. En dat gaat op afstanden van boven de 20 km. al gauw tientallen minuten tijdwinst of -verlies betekenen.

En hoe sterk is die eenzame fietser dan, kromgebogen over zijn stuur tegen de wind in...? Als je slim bent en de gelegenheid doet zich voor dat je kunt aanhaken bij een fietser die net even sneller dan jij fietst, zet dan even aan om in zijn of haar tempo te komen en probeer zo dicht mogelijk achter haar te rijden om te merken, dat in de luwte van het door haar getrokken pad, je met minder energie toch haar hoger tempo weet vol te houden. Je profiteert van het windvoordeel van de windvangende voorrijder. Naarmate je meer afstand van haar hebt of naarmate de wind minder op kop is, wordt het voordeel minder. Dicht er achter blijven rijden en als de wind van de zijkanten komt er halfnaast kruipen is het adagium geworden van de op (wind) voordeel uit zijnde fietser.



*Probeer zo dicht mogelijk achter
je voorganger te rijden*

Nu zie je vaak dat voorrijders het ver-



*Aflossen wordt op prijs
gesteld, maar doe het wel
op de juiste manier*

Velend vinden, dat er iemand achter hen blijft 'hangen'. Ze voelen zich er vaak op één of andere wijze unheimisch onder. Een gevoel van geschaad te worden in de persoonlijke fietsintegriteit of zelfs het gevoel gestalkt te worden door een parasitisch wezen, borrelt op. Het iemand achter je aan hebben rijden die windprofijt heeft van de door jouw geplaveide baan, kost jou echter in het geheel niet meer energie.

De last die je ervan ervaart is puur psychisch, puur iets van je eigen beleving over de situatie. Zou je dit weten te overwinnen en zou je positief contact weten te maken met de 'profiteur' dan zou het mogelijk kunnen zijn dat hij of zij ook (al dan niet als wederdienst) wel even voorrijder wil zijn. Als blijkt dat het snelheidsniveau te groot wordt en je liever



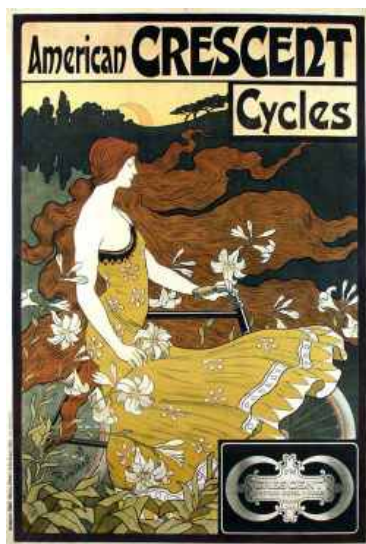
*De echte specialist profiteert
zoveel mogelijk van zijn voorganger*

zelf constant voorrijder blijft, is het nog steeds een voordeel als 'de profiteur', 'de plakker', 'de parasiet' achter je blijft rijden.

Windonderzoekers hebben via windtunnelonderzoek berekend, dat je als voorrijder al snel zo'n 2 á 3% voordeel hebt van een rijder direct achter je (in vergelijking met helemaal alleen rijden). In die zin is het goed de eigen visie op het fietsen, de wind en het profijt nog eens goed tegen het licht te houden. Cui Bono ofwel wie profiteert, kan in veel gevallen win-win situaties opleveren. Echter, als blijkt dat de fietser die achter je wil kruipen, een weerman of -vrouw blijkt te zijn, kan dit de situatie een geheel andere wending geven. Laten ze eerst maar eens zelf wat kilometers tegen de wind in buffelen ... 'die toeristen' ... voor het goeie windgevoel!

Daan-Willem van Buuren

RETRO ADVERTENTIE



PARIJS-ROUBAIX 2012

Op 10 juni 2012 stonden 11 Ledigerfrenners aan de start van Parijs-Roubaix. De afstand was ditmaal slechts 210 km, maar de kasseien lagen er weer fraai bij. Hier een impressie van een deelnemer die voor de tweede maal aan de start stond.

Liggen ze er nog, die kasseien? Dat was misschien één van de vele motivaties die mij 10 juni 2012 naar het Franse Bohain leidden. Een korte persoonlijke impressie:



Deze editie reizen 11 deelnemers en 6 begeleiders af naar de klassieker Parijs-Roubaix. Reeds onderweg meen ik enige spanning te voelen bij met name de debutanten, maar het kan natuurlijk ook gewoon een dapper verdrongen ochtendhumeurtje zijn. De camping ligt er rustig bij maar het wordt zowaar nog druk als iedereen binnen komt rijden. Na een stevige pastamaaltijd, bereid door Ivan en



Geroken, geproefd en goed bevonden



Zes LE-deelnemers bij de start, de rest was plassen of al onderweg

een lekker drankje (sommigen een paar) maar vroeg gaan pitten ... helaas wel een uurtje of twee verstoord door een nogal saai maar krachtig landelijk hondenduet.

De start:

Ik voel zelf toch ook enige spanning maar die verdwijnt al snel bij de eerste pedaaltreden in het nog keienloze droge (!) landschap om iets over zeven. Alleen op het asfalt, wel lekker eigenlijk.

Na 22 km de eerste onvolprezen ruwe rotsblokken. Tandje erbij en met strakke bek en ketting doordenderen. Even later raak ik ineens toch in een (internationaal) gezelschap verzeild. Het valt me met name op dat een groep goed gesoigneerde Italiaanse heren op het asfalt hele opera-aria's ten gehore brengt maar zich op de kasseienstroken in stilte hult. Het kan na-

tuurlijk ook zijn dat ik op die stenen steeds rap van ze wegrij...

Dit wordt een makkie denk ik.

Na zo'n 130 km, ruim over de helft, krijg ik tekenen van opspelende kramp. Nog wat meer eten en drinken. Even afstappen. Beide getergde dijbenen in de kramp. Tegen een muurtje gaan zitten. Een zeer meelevende Fransman reikt me ten overvloede 1 ½ liter water en een banaan aan. De rest loopt met iets getemperde aan-



Secteur Pavé Auchy: na 146 km heeft de auteur geen last meer van kramp

valsdraft zonder problemen en de beloning, het onder staande ovaties binnenrijden van het Velodrôme, komt als een figuurlijke warme douche, die al snel daarna gevolgd wordt door een echte. Jan



Raas, een leeftijdsgenoot, ging me 30 jaar geleden voor. Zijn inmiddels wat beslagen bril ligt er nog. Hij wàs vainqueur, ik voel het me.



Mooie tocht! Nog een keer? Gelukkig weer twee jaar bedenktijd.

Wim van Wijngaarden

Noot van de redactie: Deze aflevering stonden Robert, Wim, Frebus, Ivan, Rob, Paul, Geert, Jacob, Eltjo, Bram en Jan B. aan de start. Iedereen verdiende zijn bikkelpunt, behalve Jan B. die na het bos van Arenberg helaas moest opgeven i.v.m. ziekte. De begeleiders waren Jan-d-R, Otte, Irene, Marcel, Marjolein en Arend.



Een kei waar je trots op mag zijn!

WIELERVOORUITZICHTEN AAN DE E-BIKE

Het is een mega-uitgave voor pre-pensionado's met aanstaand pensioengat van 2 maanden (het Gat van Kamp). Niettemin ging er begin juli een dikke kogel door de kerk: Mary-Anne en ik hebben beiden een e-bike aangeschaft. Op tijd, voordat de crisis echt los barst.

E-bike staat voor elektrische fiets. Het is geen brommer, het is een fiets met trapondersteuning. Die bijstand levert het door een accu aangedreven motortje echter alleen als je zelf ook trapt. Doe je niets, dan verspeel je je recht op bijstand, je komt tot stilstand. Kortom: het lijkt echt wel op fietsen. Ergens.

E-bikefietsen begint een plaag te worden op 's heren wegen. Mocht u onderweg door een bejaard stel voorbij worden gesneld: geheid dat die op een e-bike rijden. Je kan er inderdaad redelijk hard mee. Het bijzondere is dat je bij wind tegen of tegen een viaduct op gewoon je kruissnelheid kunt vasthouden. Dan moeten berijder en het motortje wel extra hun best doen. En het kost je actieradius.



Voor de Specialised e-Turbo (max 45 km/uur) moet je wel nog even je snorfietsrijbewijs halen

Hoe is het zo gekomen?

Ja, waarom koop je een e-bike, als je (in mijn geval) al een stadsfiets, 2 racers en een Cannondale-tandem hebt om af te rossen....?

Dat zit zo. Het is om gezondheidsredenen. Niet de mijne, maar de hare. Mijn eega heeft serieus last van CVS (chronisch vermoeidheids syndroom). Belangrijkste kenmerk is een geringe energiebeschikbaarheid. Het aanspreken van de energie die wel aanwezig is dient zorgvuldig gemanaged te worden. Daarin een goed resultaat bereiken gaat niet van de ene dag op de andere. Wij hadden een paar maanden Lucca-Toscane nodig om uit te vinden hoe in het dagelijks leven om te gaan met de aanbevelingen van het Vermoeidheidscentrum in Lelystad, waar Mary-Anne een jaar onder behandeling is geweest. Dat is goed gelukt, er is weer balans, we weten in ieder geval hoe die te bereiken en eventuele lastigheden op te lossen. De laatste jaren zaten gezamenlijke ommetjes van enige omvang vanuit huis, hetzij op de stadsfiets, hetzij op de racefiets er niet meer in. Dat voelden we beiden als een gemis.



Mocht iemand je op zo'n fiets met wapperende baard voorbijsnellen, dan is het Joep

Met de aanschaf van twee e-bikes kan het weer. De laatste twijfel bij ons verdween tijdens een bezoek aan vrienden in Noord-Holland waar Mary-Anne een winderige rit op een Cannondale e-bike maakte en wel die van de heer des huizes, met wie ik intussen uit racefietsen was.

Keuze bepalen

De ontwikkelingen gaan snel in e-bikeland. Het aanbod aan merken en types is groot. Zelfs ex-coureur/ploegleider Theo de Rooy is in deze groeiemarkt gedoken. Het loont absoluut om een aantal testritten op een stuk of wat e-bikes te maken alvorens je keuze te maken; onze dealer Rob van Meerten (www.tweewielersvanmeerten.nl) staat daar zelfs op. Een eerste selectie was snel gemaakt. Je hebt e-bikes met de motor rond de voor- of achternaaf, maar e-bikes met de motor rond het bracket zijn het meest stabiel en daarmee het meest comfortabel qua rijgedrag. We hebben testritten gemaakt met enkele types Flyer, Dutch-ID en Merida. De Flyer uit Zwitserland mag dan de Rolls Royce onder de e-bikes zijn, hij ziet er wel een beetje uit als een ouwe lullenfiets (ik zit nog in de ontkenningsfase).

De Merida won het behalve door zijn sportieve uiterlijk ook wat betreft zijn rijgedrag en haar actieradius. Die ligt tussen de 40 -130 km, afhankelijk van de omstandigheden en de mate van ondersteuning die je kiest.

Verwachtingen

Met de aanschaf van haar Merida heeft Mary-Anne in feite actieradius gekocht. Met een eigen e-bike kan ik haar bijhouden, wat op de gewone stadsfiets toch

lastig zou zijn bij wind tegen en heuvel op. We zien uit naar de gezamenlijke tochtjes in onze gewone burgerkleren, op vriendenbezoek in een ruime straal rond Utrecht en voor ommetjes op mooie dagen vanuit huis.



De R&Rolls onder de fietsen: de Flyer is een ouwe lullenfiets en hebben ze 'dus' niet gekocht

Voor mij een afgang...?

Nee, allerminst. Ik zie het e-bike rijden met Mary-Anne ook als een alternatieve vorm van hersteltraining, het nuttige en het aangename ineen dus. Mijn lichamelijk verval is op mijn 63e dan wel in volle gang, maar mijn 'fietscarrière' is daarmee nog niet gedaan. Ik heb mijn e-bike zelfs (nog) niet nodig om bv. de Stelvio op te komen. Al zal dat moment niet heel erg veraf meer zijn.... Als het onvermijdelijke moment is gekomen dat het bedwingen van cols op de racefiets niet meer wil ga ik zeker niet per e-bike de Stelvio op. Dat kan ik mijn favoriete Passo niet aandoen. En Fausto Coppi zou zich omdraaien in zijn graf ...

Elektro Joep



'e'-Joep gaat te biecht bij zijn geliefde Coppi

INTERVIEW JAN DE RUITER

JAKKEREN OF GENIETEN

Wie is Jan?

“Ik ben geboren in Meeuwen, het dorpje in het land van Altena (Brabant) dat we ook kennen als de huidige woonplaats van Marianne Vos. En van de molen in Fifi's bijdrage aan de Avondetappe enkele jaren geleden. Als zoon van de groenteman hielp ik vaak mee op het land, waardoor de interesse voor het buitenleven is ontstaan. Later volgde mijn interesse in het waarnemen en statistisch bijhouden van meteorologische gegevens: met 9 jaar noteerde ik m'n eerste waarneming: sneeuw in half oktober. Via meteorologie en geofysica, kwam ik uit op de studie fysische geografie. Nu werk ik als cartograaf bij het Planbureau voor de Leefomgeving.”

Sinds wanneer fiets je?

“Ik raakte op mijn 12e in het fietsen geïnteresseerd. Meteen toen ik studeerde kocht ik mijn eerste racefiets, een Giant Peloton. Dat ging me beter af dan hardlopen. Ik heb namelijk op mijn 10e een vrij ernstig auto-ongeluk gehad waarvan de gevolgen (mindere spierfunctie) pas na een operatie op mijn 18e konden worden verminderd. Fietsen gaat me goed af.

Het ‘echte fietsen’ leerde ik in Barcelonnette; daar is de latent aanwezige fascinatie voor het fietsen aangewakkerd. Tijdens veldwerk in het 2e jaar van mijn studie reed ik mijn eerste cols: de Mont Salève bij Cruseilles was m'n eerste klim en daarna volgden alle cols rond Barcelonnette. Het jaar daarna reed ik mijn



Karakteristieke Jan Storck houding voor het pontje bij Genemuiden

eerste fiets total loss: in de afdaling van de Col d'Allos nam ik de binnenbocht en klapte frontaal op een auto (ehhh zonder helm). Ik schijn door de lucht vliegend nog geroepen te hebben: ‘mijn fiets...’. Wonderbaarlijk genoeg had ik zelf slechts enkele schrammen.

Ik heb meteen een nieuwe fiets besteld, een Giant Speeder Lite. Op die fiets heb ik vele tochten gemaakt, zoals Parijs-Roubaix. Deze fiets heb ik beschilderd met het patroon van het Ledig Erf en is later als cadeau aan Jacob gegeven en heeft doormidden gezaagd jarenlang aan de muur in het café gehangen. Daarna is hij waarschijnlijk roemloos in een container gedumpt. Daarna volgde de Pinarello Asolo en nu de Storck Scenario: beide goede fietsen voor lange mensen. Elke trap is raak en dat komt mij goed uit!”

Hoe lang ben je al lid?

“Sinds 1996 ben ik lid van het Ledig Erf. Ik zag de opvallende Ledig Erf shirts, heb een keer meegereden en ben nooit meer weggegaan. De tijd van één uur vertrek beviel me wel: dat sloot goed aan bij mijn werk als barman in Tivoli wanneer ik om 04.00 uur terugkwam: 's avonds was ik dan gesloopt. Nu rij ik vooral nog op woensdagavond: veiliger route, kleiner



Jan begint het seizoen met een broodje bij de Kaag en eindigt met 3 borden in Oudemirdum

groepje, bekende fietsers, terwijl er wel erg hard wordt gefietst: mijn snelste woensdagavondrondje was in 2011: 61 kilometer met 40,2 km gemiddeld. De zondagmiddag vind ik gevaarlijker geworden, waardoor mijn drive daarvoor minder groot is geworden. Ook fiets ik regelmatig toertochten en doe ik 's winters spinnen.”

Welke fietsprestatie maakt je trots?

Al voordat ik lid werd reed ik de Mar-motte en Tilff-Bastogne-Tilff. Die laatste zat dan in een tocht vanaf huis, via een feestje in Limburg meteen door naar Tilff. Ik fietste de volgende dag naar Pinkpop voor een mooi optreden van The Pogues. Een andere bijzondere ervaring was een tocht van Aix-en-Provence via Barcelonnette in 5 dagen naar huis (1100 km met bagage in 5 dagen=ruim 200 km per dag). De langste etappe was ruim 300 km omdat we 's avonds voorbij Dijon wilden zijn; onderweg slapen we langs de kant van de weg en in maïsvelden.”

Wat zijn je leukste fietservaringen?

“Mijn eerste fietsvakantie met Marjon

was een ‘ontdekkingsreis’ voor haar. En voor mij de bevestiging dat rechttop zitten en genieten van het landschap en de natuur om mij heen (weer) erg beviel. Daarna volgden nog Maastricht – Cote d’Azur, een rondje Ierland en vorig jaar Maastricht – Bilbao (en via de pont naar Engeland weer terug naar Utrecht).”

Wat heb je nog aan fietswensen?

“We fietsen dit jaar naar Rome. Ook de Noordkaap trekt, maar ja die muggen en dat ‘nooit meer slapen’ gevoel maken het minder aantrekkelijk. Of Mexico – Canadese grens langs de Rocky Mountains? Minder extreem en meer realistisch is fietsen in Zuid-Amerika, zoals Chili en Patagonië.”

Wie is ‘Mister mountainbike’?

“Erik Spierenburg en Harry van Mechelen waren de eersten die ik met een ATB bij de club zag, maar Frank van Waert heeft me enthousiast gemaakt voor het mountainbiken. De eerste jaren reed ik vooral samen met Alex, Luut en Frank tochten over de Heuvelrug en de Veluwe. De mooiste mountainbiketochten die ik gemaakt heb waren door de Dolomieten en de Hoge Atlas in Marokko. De laatste jaren stuur ik regelmatig een mailtje rond naar de bosfietsliefhebbers van het Ledig Erf over de ATB-tochten in de winter: half oktober tot half maart. Een fiets schoonmaken is niet mijn hobby, maar een ATB poetsen is nu eenmaal makkelijker.



Jan 's ochtends vroeg bij Parijs-Roubaix

Dit 'Bosfietsen' blijkt een fijne aanvulling in de winter. Je bent met je hele lichaam bezig, bent lekker buiten, rijdt je gauw warm en geen rijwind in het bos. Eigenlijk ben ik dus meer 'Mister Bosfietsen'.

Heb je nog andere hobby's?

"Tja, fietsen is wel mijn lust en mijn leven. Maar de voorliefde voor meteorologie is niet weg: voor het fietsen kijk ik altijd even naar het weerbericht!", zegt Jan met een glimlach. "Ik houd ook van cartografie. Het liefst neem ik echte kaarten, maar de gps is ook handig. Bijvoorbeeld om routes tevoren uit te zetten (www.openrunner.com). Het nadeel is wel dat je teveel op de gps en niet meer om je heen kijkt."

En de voorliefde voor de statistiek heeft Jan ons al eerder laten zien: boeken vol met gegevens over fietstochten en kilometers. "Sinds 1999 hou ik het in een 'lullig' schriftje allemaal bij: datum,

afstand, route en gemiddelde. Per jaar fiets ik zo'n 10.000 km., afgezien van de 3000 km. woon-werkverkeer, want fiets-tochten onder de 40 km. tellen niet mee. ATB-tochten onder de 40 km wel (meestal is dat overigens wat meer) want bosfietskilometers tellen qua inspanning zeker dubbel."

Wat mogen we niet van je weten?

"Fietsen met bagage is eigenlijk veel leuker dan dat gekakker in het peloton.' Het gevoel van vrijheid is onbeschrijflijk. Liefst van huis vertrekken en elke dag is weer een nieuwe fietsdag met onbekende plekken achter de horizon."

Wie is de volgende geïnterviewde?

"Bram van der Hulst leerde ik tijdens een CCR-weekend kennen. Hij vroeg zich af of deze 'club van ouwe lullen' wel zou doorrijden. Ik heb toen Bobo even op scherp gezet, maar Bram bleek het hardst van allemaal te kunnen fietsen. Hij lijkt een mooie combinatie van hard fietsen en sociaal fietsen te hebben gevonden."

When I get older...

"Wanneer ik straks ouder ben en niet meer meekan, tja dan pak ik de fiets met een tasje. Ouder worden en minder hard gaan hoort nu eenmaal bij het leven. Fietsen is relativieren: wanneer ik aan het hardfietsen ben ga ik tot het gaatje en moet je juist niet relativieren, maar daarna achter een biertje kan ik het allemaal makkelijk relativieren: dan moet je het fietsen niet te serieus nemen."

En wanneer Jan ons een biertje aanbiedt, zeggen wij: Jan: bedankt en proost!

De redactie

KIP OP BIER

Op 30 maart 2012 presenteerde Chris bijgaand recept uit de oven van CCR. 'Op veler verzoek' hierbij het recept (vier personen). Prima op te fietsen!



Nodig: Grote kip die gelukkig is geweest
1 blik bier van 5 dl (wij deden het met minder);
oud bruin, of gewoon Jupiler



Bereiding:

Verhit de oven tot 200 gr. Maak het kruidenmengsel in een vijzel door alles door elkaar te stampen en te mengen met 3 eetlepels olijfolie. Smeer de ex-gelukkige kip in met dit smeersel in alle hoeken en gaten. Trek het blik bier open en neem een paar ferme slokken. Laat de kip langzaam over het blik zakken in een braadslee of ovenschaal waar het geheel in past. De kip moet rechtop blijven zitten. Braadt de kip in de oven gedurende 70 -

Voor het kruidensmeersel:

1 volle theelepel venkelzaad
1 afgestreken theelepel komijnzaad
1 afgestreken theelepel paprikapoeder
1 volle theelepel bruine suiker
1 afgestreken theelepel milde chilipoeder
Zeezout en peper uit de molen, Olijfolie

90 minuten tot ze goud bruin is en het vlees van het bot komt. Maak er dan een foto van voor facebook. Haal de kip voorzichtig van het bierblik. Let op: de kip kan aangeschoten zijn. Bij serveren niet het restant bier over de kip gieten of het bier in de braadslee laten lopen, want dan spoel je de kruiden er weer af. Opdien met gegrilde groenten of salade, gebakken aardappeltjes of warme broodjes.

Chris

Tip van de redactie: verdrink de kip de volgende dag in 1 liter water + bouillon = soep.

HET FEEST VAN LIST EN BEDROG

Het boek van Herman Chevrolet, ‘Het feest van list en bedrog’, is niet alleen een genot om te lezen maar ook verplichte literatuur voor elke wielervriend.

Na het lezen neem je definitief afscheid van het idee dat sport fair moet zijn en dat de beste maar moge winnen (zoals Bart Jungmans eerder al schreef). Chevrolet toont aan dat wielrennen een literair concept is, dat wielrennen verwant is aan epische verhalen uit de klassieke oudheid. Sterker nog: wielrennen is fictie en dus onderhevig aan de willekeur van de bedenker.

Chevrolet laat ons kennis maken met de literatuur theorie, met de 7 basis plots, de 36 mogelijke dramatische situaties. Wielrenners blijken acteurs te zijn in een film. Daarom moet je wielrenners ook niet veroordelen om wat ze doen. Een acteur vervolg je ook niet voor een moord die hij in een film gepleegd heeft. Wielrennen is werk en staat lijnrecht tegenover het olympisch ideaal. Wanneer voetballers niet voldoen aan hun ‘sportieve plicht’ en bewust verliezen, dan spreekt iedereen daar schande van. Wanneer wielrenners hun tegenstanders laten winnen (betaald of onbetaald) dan is dat de normaalste zaak van de wereld. Een topsporter heeft de plicht te winnen, maar niet in het wielrennen. Vooral angelsaksische wielrenners in de jaren ’80 en ’90 begrepen in het begin het Europese wielrennen niet. Bij wielrennen moet je leren om bewust te verliezen. Winnen gaat bij wielrennen anders dan bij voetbal of atletiek.

Het boek is ook een rijke beschrijving van geschiedenis van het wielrennen, de ontwikkeling ervan en de verschillen met andere sporten. Wielrennen is altijd boeiend, voetbal levert nu en dan wel eens ‘een aardige wedstrijd’ op. Als wielrennen een eerlijke sport zou worden dan is dat de doodsteek voor het wielrennen. Maar niet alleen wielrenners maken gebruik van list en bedrog, journalisten, fabrikanten, sponsors, begeleiders, ze doen allemaal mee. Ze hebben er ook allemaal belang bij. De spelregels van wielervedstrijden worden niet bepaald door de overkoepelende UCI, maar door organisatoren. De UCI heeft veel minder macht dan andere sportbonden.



*Dunlop of Michelin banden?
Het verschil tussen winst en verlies*

Aan het eind van de negentiende eeuw werden voetbal en rugby gezien als opvoeding van de jeugd. Sinds de eerste wedstrijd op de weg in 1869 was wielrennen een commercieel succes en bepaalden de fabrikanten de winnaar. In 1892

won een renner op Michelin-banden de wedstrijd Parijs-Clermont Ferrand nadat de winnaar (die op Dunlop reed) gediskwalificeerd werd. Het WK van 1973 in Barcelona werd gewonnen door Campagnolo. Maertens (die met Shimano reed) kwam er niet aan te pas. In de Tour van 1968 werd Jan Jansen door de organisatie als de betere winnaar gezien, want hij reed voor een Franse sponsor. En daarom werd Van Springel geflikt en won Jansen de Tour.



*Bepalen de renners, de sponsors,
de organisatoren of de dokters de uitslag?
En hoe zit het met die missen?*

Wanneer in het voetballen wedstrijden worden verkocht stelt justitie een onderzoek in. Kijk maar naar de recente omkoopaffaires in Italië. Als renners elkaar betalen voor een overwinning is dat de normaalste zaak van de wereld. Je weet alleen nooit wie welke afspraken heeft gemaakt. Ook journalisten hebben belang bij de fictie en werken het bedrog in de hand. De vermeende rivaliteit tussen Coppi en Bartali of tussen Cunego en Simoni bracht veel partijen voordeel op.

En hoe zit het dan met doping? Dat komt natuurlijk ook uitvoerig aan bod. Het is aardig om te leren dat het wielrennen al rond 1880 kennis maakt met doping door-

dat de eerste wielrenners begeleid worden door voormalige professionele hardlopers die veel kennis hadden over doping en het verkopen van wedstrijden. Ook de beroemde doping-goeroes (al dan niet arts) als Conconi, Ferrari, Cecchini en Fuentes blijken vóór hun carrière in de wielrennerij Italiaanse en Spaanse atleten begeleid en aan olympische medailles geholpen te hebben.

Maar nog even terug naar wielrennen als literatuur of cinema. De structuur van de verhalen is al duizenden jaren geleden vastgelegd. Wraak, rampspoed, vijandschap, passie, rivaliteit, onrecht, het zijn de ingrediënten van een klassieke mythe of een moderne film. Wielrenners zijn fictieve personages in een groots en meeslepend verhaal. De verhalen zijn soms klassieke tragedies, zoals de carrière van VDB of zijn verwerkt als filmscenario met de held Lance Armstrong in de hoofdrol.

Wielrennen is complexe fictie, niet alles wat je ziet of hoort is waar. En niemand weet wie precies de regisseurs zijn. Het is moeilijker dan denksport. List en bedrog levert de mooiste verhalen op en daarom is wielrennen de meest intrigerende sport die er bestaat. Het is niet anders.

uw literatuur redacteur, Jan



Wielrennen is fictie

LEDIGERFERS IN HET NIEUWS

Ledigerfers komen steeds vaker in de landelijke media. Inmiddels zijn diverse leden bekend van radio en tv. In deze rubriek een greep uit de publicaties van de laatste tijd. Verzameld door Otte en Jan.

Nederlands **zilver** op EK

KOERIER DOET WAT HET 'GROTE' ORANJE NALAAT

ALMAR RIJDT NAAR ZILVER OP EK

Het AD liet in een uitgebreid artikel weten dat op het recente EK voor fietskoeriers in Edinburgh Almar de zilveren medaille veroverde. Almars commentaar: “Wel

jammer dat ik ben verslagen door een Duitser, maar dat past wel weer bij een EK”. Hij was wel blij dat ie de sterke Zwitsers was voorgebleven.



ALEX HEEFT NU OOK ZIJN BORDJE

Na veel gelobby bij plaatselijke overheden is het Alex gelukt om zijn eigen bordje te krijgen. De redactie wenst Alex veel plezier op zijn eigen zomerdijk en bedankt de bordjesjager voor de foto en het bericht.



BEKENDE LEDIGERFER OP RADIO EN TV

In de avondetappe van 6 juli verschenen 6 Ledigerfers (Pluup, Jos, Chris, Wim, Otte en Jan) in beeld tijdens de laatste meters van La Planche des belles Filles. Otte en Wim slechts als toeschouwer en Jan helaas als flits in de afdaling. Veel filmmateriaal is gesneuveld in de snijkamer.

Natuurlijk haalden alleen de meest aansprekende renners de uitzending. Later die dag, aan tafel bij Jacob en Hendrika, werden de renners geïnterviewd door Radio-1 verslaggever Joris van de Kerkhof. De avondetappe zal door menigeen gezien zijn, maar het interview werd uitgezonden op zaterdagmorgen om 7:40.

Daarom hieronder een transcriptie.

Zowel de tv-beelden als het interview zijn te zien en te beluisteren via:

<http://www.uitzendinggemist.nl/afleveringen/1270955> (uitzending 6 juli, na 44 min)

<http://sportzomer.radio1.nl/terugluisteren-overzicht/2012-07-07> (uitzending van 7:40)



La Planche des belles Filles: cameramannen van de NOS en een uitblazende Pluup (zonder fluitje)

Interview Ledigerf renners Radio 1, 7 juli 2012, 7:40-7:45

Radio 1: De tour gaat vandaag over de Col de Mont du Fourche, een berg van de derde categorie, en bovenop die berg is een herberg. En die herberg is van Hendrika en Jacob v.d. Lagemaat. En er zijn veel Nederlandse gasten, overdag fietsen, en 's avond met z'n allen aan een grote tafel lekker eten. Verslaggever Joris van de Kerkhof schoof ook aan.

LE 1: Dit is vegetarisch, dit is een koud buffet eigenlijk, er zitten uien in, tomaat, en we hebben vlees, hammetje, aubergines, ok, en olijven, dus een lekkere Franse hap, voor de fietsspieren.

Joris: Jullie hebben het zwaar te verduren gehad?

LE 1: Ja vandaag zeker. Vandaag hebben we de slotklim gedaan van de zevende etappe, die eindigde zo'n beetje op zo'n 20% steigingspercentage, en dat is voor mij eigenlijk iets teveel.

Joris: maar u lukte het wel

LE2: Mij lukte het ook, maar... ik kwam ook boven maar ook niet geweldig, stukken van meer dan 18%, dat is niet mijn ding.

Joris: U hebt er wel de bouw voor, van die lange dunnen benen,

LE 2: Maar ik ben geen klimmer.

Joris: Praten jullie onder het fietsen?

LE 2: Dat gebeurt wel, maar niet veel.

Sommigen willen helemaal niet praten onder het



*Drie Ledigerfers en interviewer Joris v.d. Kerkhof;
In de achtergrond 3 plaatselijke burgemeesters*

fietsen.

LE 3: Ik blaas altijd op mijn toetertje.

Joris: Oh, En dan?

LE 3: Dat is om aandacht te trekken, ik heb altijd veel aandacht nodig, ook tijdens het fietsen, ik praat wel tegen mensen, en eh, dan ga ik aanwijzingen geven waar ze niet op zitten te wachten, ik doe voorstellen om te demarreren, ik word daar weinig serieus genomen, maar dat is mijn eigen schuld denk ik.

Joris: En dat toeterje, hebt u nu ook bij u?

LE 3: Nou, ik zal mijn toetertje zo even halen.

Joris: Ik fiets zelf niet, en al helemaal niet in zo'n groep, maar eh, het is wel, zoals jullie hier bij elkaar zitten ook, het heeft iets met vriendschap te maken ook, niet alleen maar met de sportieve..... [... nou]

Joris: Niet met vriendschap?

LE 4: Meer een soort kameraadschap denk ik. Vriendschap is eh, ja, we zijn meer kameraden, maar vriendschap, nah, even over nadenken hoor, of het nou wel vriendschap is.

Vrouw van LE 4: Je reed veel

LE 4: Blijkbaar vind ik het niet meer vriendschap maar meer ..., we zijn maten, we zijn reisgenoten,

Joris: Voor dat jullie hier kwamen, waren jullie in het Zwarte Woud, in 1 tentje.

LE 1: Nou in 3 tentjes, maar de grootste tent was een soort thuisbasis waar je dan met allerlei mannen in gaat zitten, en het snoer ligt nou in de tomaten zie ik bij jou,

Joris: en aubergine.....

LE 1: en de aubergine, dat wordt een mooie

smeerboel zo.....

Joris: ... ja, dank je.

Joris: Telefoon komt erbij, fotootje gemaakt, neem ik ook even een hapje.

LE 1: Even kijken waar ie staat, heb ik hier een fotootje van het gezelschap, de vrolijkheid zelve, kijk, hier zitten de fietsers bij elkaar te wachten of het droog wordt. Triester kun je het niet treffen. Als je dan geen vriendschap meer hebt of kameraadschap, of hoe het ook heten mag, dan vecht je mekaar de tent uit en dat is niet gebeurd.



Wachten op droog weer in het Zwarte Woud

Joris: Maar toen was hij er ook nog niet bij hè?

LE 1: ...dus ik vind wel dat we vrienden zijn.

Joris: Ja, maar hij zat daar niet bij.

LE 1: Hij zat daar niet bij, we hadden hem ook niet uitgenodigd dus ja....Nou het toetertje!

PPFFuiiiiiiiiiittttt!

Joris: OH!

LE 3: Zo heb ik vandaag rondgereden, en allerlei mensen in campers langs de weg van mijn aanwezigheid kont gedaan. ik bedoel die mensen zitten daar ook de hele dag of al drie dagen op de Tour te wachten dus die moet je ook een beetje vermaken. **PPFFuiiiiiiiiiittttt!**

LE 2: Het mooie van, van fietsen, eh, als liefhebber, is, dat je kan, precies daar kan rijden waar ook de grote jongens rijden. Onder het motto van welke amateurvoetballer voetbalt, eeh, ooit op Wembley of in de Kuip maar wij kunnen op precies dezelfde plekken rijden waar de grote jongens rijden. En dat is eigenlijk een jongensdroom, van, je wilt eigenlijk heel graag altijd, als klein jongentje een Tour de France rijden, nou, en dat kan inderdaad, dat kan je gewoon voor jezelf doen en dat ik me inderdaad een heel klein beetje wielrenner kan voelen.

LEDIG ERF ZIEKENBOEG

Uit de ziekenboek is te melden dat Harry zijn heupoperatie goed heeft doorstaan en dat het herstel zeer voorspoedig gaat. Harry is inmiddels, tegen zijn in, ontslagen uit de verzorgende handen van liefvallige zusters. Hij is inmiddels alweer op het terras gesignaleerd.



Pijlen op het been zijn nodig zodat de bijziende chirurg de heup en niet de knie opereert



Met krukken benadert Harry al weer bijna de snelheid van een kievit

JAN'S ERGERNISSEN

OP 5: Dat je ook in de zomermaanden niet zonder beenstukken of lange broek de deur uit kan.

OP 4: Volle bak rijdend een gat net niet dicht kunnen krijgen met 5 man in je wiel die dan zelf de laatste 30 meter dichtsprinten en je achter laten, zonder zelfs maar een bedankje.

OP 3: Niet kunnen fietsen in binnen- en buitenland omdat je gehinderd wordt door



virussen en ander lichamelijk ongemak.

OP 2: Door een cameraman van de NOS uitvoerig gefilmd worden, maar in de avond-etappe kom je niet in beeld en je maatjes wel.

OP 1: Stoplichten die ervoor zorgen dat je draadloze teller op hol slaat zodat de gereden afstand en je gemiddelde naar de vaantjes is en je dus eigenlijk voor niets hebt gereden.

TOCHTEN VAN DE MAAND

BOLLENTOCHT 22 APRIL



Joost informeert bij de start over de nieuwe route

Ondanks het dreigende natte weer stonden er toch 21 deelnemers aan de start. De thuisblijvers hadden zoals zovaak ongelijk. Terwijl elders de regen met bakken neerviel rijden wij in de volle zon. Ondanks de soms harde tegenwind was het mede door de nieuwe route van Joost weer een aangename dag. In Woerden brachten we een bezoek aan het standbeeld voor Arie van Vliet (wereldkampioen sprint in 1938 en 1953).



Vlak bij Van Vliet's villa 'Oerlikon' staat het monument voor de wereldkampioen



Bart ontvangt de tulpenbollenruif voor zijn prestatie op het Kopje van Bloemendaal

TECKLENBURG RUNDFAHRT 19 MEI

De eerste Tocht vd Maand op Duitse bodem trok 11 aangemelde deelnemers. Er reden ook drie Ledigerfers zonder aanmelding mee. Daan zagen we onderweg, Suzan uit Arnhem zat in het Ledigerfshirt bij de finish en Jos Jans reed alleen rond omdat ie ons niet op tijd had weten te bereiken. We reden in Duitsland maar we hoorden constant Nederlands praten als gevolg van de Nederlandse organisatie. De hellingen met stukken van soms meer dan 20% waren echter wel on-Nederlands evenals de dorpen en stadjes met Fachwerkhäuser en het rondje rond de energiecentrale onderweg.



Veel Nederlanders onder de deelnemers



En worsten, worsten, we zijn tenslotte in Duitsland



*Idyllische Fachwerkhäuser en
Weizenbier, veel Weizenbier*



LA VIESVILLOISE 17 JUNI + ALDEN BIESEN CLASSIC 14 JULI

De tochten van juni en juli hadden te lijden onder een gebrek aan belangstelling en zeer slecht weer. Ondanks een last-minute aanmelding besloot te commissie in juni door een gebrek aan vervoer niet naar Henegouwen af te reizen. Joost melde zich nog wel bij de start maar vervolgde zijn eigen weg toen bleek dat er geen Ledigerfers waren. In juli zegde de enige aanmelding (Gemma) af toen bleek dat we met de trein zouden gaan. Voor de dag zelf waren de weersvoorspellingen voor Belgisch Limburg dermate slecht dat zelfs Joost zich er niet toe kon zetten de trein te nemen naar Maastricht.

OPROEP !

In het weekend van 18-19 augustus is weer het rondje IJsselmeer in twee dagen. Meld je aan en rij mee, er zal net zoals bij de bollentocht rustig en constant gereden worden, dus iedereen kan mee.

WIELERVOORUITZICHTEN

FIETSEN EN ‘E’

Het scala aan fietsen is sinds enige jaren uitgebreid met de zogeheten e-bikes: fietsen met trapondersteuning. Alweer een jaar of twee maak ik samen met mijn geliefde allerlei leuke fietstochtjes, waarbij zij zich – noodgedwongen – van een prachtige matzwarte Cannondale e-bike bedient. Ongehooflijke fiets; wat dat kleine Bosch motortje vermag!

Daar waar eerder de gehele Utrechtse Heuvelrug een schier onneembare barrière was, zijn nu de Posbank, de Zuid-Limburgse heuvels en zelfs de hellingen in de Dolomieten goed begaanbare mogelijkheden. Dat levert dan soms leuke



*Dolomieten bieden nu ook goede mogelijkheden:
zie: youtube.com/watch?v=dSJ9fIPGUFw*

scènes op, zoals een mopperend fietsclubje die we (samen, dat wel!) inhaalden op de Posbank; mopperend omdat zij zichzelf – ten onrechte – meenden te moeten vergelijken met die van een e-bike rijdsters (dom). Ook stuit je op verschillen in het fietsen, omdat de trapondersteuning heel gemakkelijk een constant tempo handhaaft. Bijvoorbeeld: je rijdt samen met een e-biker fijn een rondje bij stevige wind: sla je de bocht om en krijg je wind op kop, dan blijkt de e-biker

gewoon onverdroten in hetzelfde tempo door te rijden en moet je zelf dus ineens een flinke extra inspanning leveren om bij te blijven. Hetzelfde krijg je in het kwadraat in bijv. Limburg, waar de e-biker in een ijselijk tempo blijft klimmen en ikzelf mijn recreanten tempo ineens mag opschroeven tot een stevig klimtempo om nog enigszins in het wiel te blijven (en mocht dat niet lukken, dan heeft de vooruitgeschoven e-post alvast bier of koffie kunnen bestellen). Met andere woorden, de e-bike is niet alleen leuk voor wiens benen niet meer zo willen (of kunnen), maar ook voor degene die er naast (of puffend er achteraan) rijdt.

Wordt ‘e’ de uitbreiding op a, b, en c?

Michiel ‘e’ Deylius



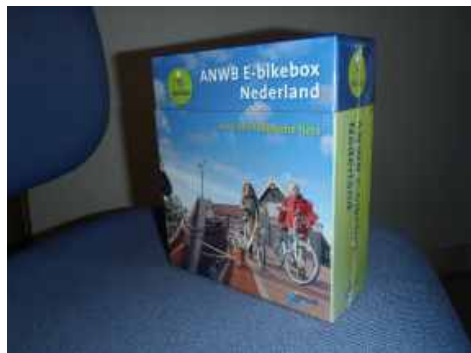
*Angstbeeld van Het Nieuwe Wielrennen:
zie: youtube.com/watch?v=rmFyZ0klwzE*

RECENSIE ANWB-GIDS VOOR DE E-BIKER

GENOEG ENERGIE VOOR DEZE ROUTES?

Met de toenemende populariteit van e-bikes is er nu ook een door de ANWB uitgegeven box met daarin 75 zogeheten e-bikeroutes. Bruikbaar? Handig?

Per route is een handzame – op fietsknooppunten geënte – kaart, voorzien van de nodige recreatieve, historische en/of landschappelijke wetenswaardigheden. Het netwerk van fietsknooppunten heeft zich zo langzaam maar wel bewezen en aldus zijn de hier beschreven routes dan ook aangename tochtjes, langs leuke fietsweggetjes.



De e-box: om even voor te gaan zitten

Wat nu maakt deze box zo 'e'? De grote bulk van de in Nederland rondrijdende e-bikes zijn van het type Sparta (of aanverwant) en hebben een accu met een actieradius van 40 tot 60 km. De routes in deze box sluiten daar dan ook bij aan (47 – 66 km). Fietsen van dit type moeten regelmatig worden opgeladen en de kaarten voorzien dan ook in een speciale aanduiding voor locaties die van een oplaadpunt voorzien zijn. Naast de lengte van de route is ook een geschatte fietsduur gegeven en de 16 km/uur geeft aan

dat er rustig recreatief kan worden getoerd.

Een kritische kanttekening bij deze uitgave is, dat niet alle e-bikes - noch de berijders (m/v) – in dit wat belegen plaatje passen. Zo kan de fiets van Cannondale (en een groeiend aantal andere merken, die van een zeer krachtige combinatie van motor en derailleur zijn voorzien) met gemak 100 km vooruit voordat 'ie aan het stopcontact moet'. En het 220-V stopcontact thuis is dan het meest aangewezen, zodat de specifieke oplaadpunten onderweg niet nodig zijn. En deze fiets+fietser voelt zich ook heel goed thuis in de heuvels van Zuid-Limburg, een gebied dat in deze box toch wat onderbelicht is. Kortom, het zijn leuke kaarten met mooie routes, die feitelijk voor iedereen geschikt zijn - 'e' of niet - én die ook voor de doorgewinterde LE'er nog nieuwe weggetjes kan opleveren.

Michiel 'e' Deylius



Cannondale haalt met gemak 100 km en 2 routes

TOUR DE FRANCE ETAPPE 7 OP DIE FIETS



Op vrijdagmiddag 6 juli reden Wim, Otte, Pluup, Chris en Jan (in volgorde van aankomst) de Planche des belles Filles op, de aankomst van de Touretappe 7 van zaterdag 7 juli 2012. Een col van ca 6 km, die begint met een muur van 18%, waarna je kunt 'uitrusten' met 9% en dan met de finale van 20-22%.

Maar het loonde de moeite en het zag er goed uit. Zo goed zelfs dat wij werden gefilmd en 's avonds in de Avondetappe werden getoond: Jos, Pluup en vooral Chris. De zaterdag reden we nog even de één na laatste etappecol de Col du Mont de Fourche op en genoten daarna volop van de hele tour. Jacob had daarvoor flink uitgepakt: een Grote Fiets op 'zijn col', groot scherm voor de finish, muziek, BBQ en nog meer muziek. Dat deed de voorgaande volledig verregende dagen in het Zwarte Woud gauw vergeten. Het was een mooie dag!

Otte



TOUR DE FRANCE ETAPPE 7

VAN DIE CLUB



FASHION & ATTRACTION

Wielershirts voor dames, maar waar zijn de zakken?

We kennen allemaal de modieuze wielerkleding voor dames, maar wat moet de fietsende vrouw zonder zakjes op de rug? Websites adverteren met modieuze shirts zonder zakjes en zelfs met fietsrokjes. Niets tegen strakke, stijlvolle dameswielerkleding, maar shirts zonder zakken op de rug zijn een belediging voor de serieuze wielrennende vrouw.

Waar laat je die bananen, gelletjes en die extra bidon? Wie ontwerpt deze onzin? Sportverachtende modegoeroes, die elke vrouw slechts zien als een bewegend fashionstatement. Dames! Laat u niet ringeloren, koop stijlvolle, maar praktische wielerkleding! Anders wordt het nooit wat met het serieuze vrouwenfietsen.

Fashion redactie



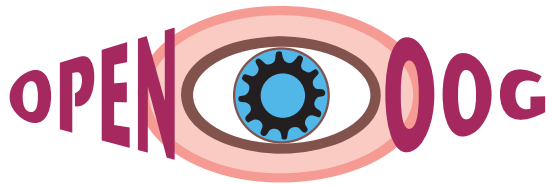
SCHURENDE SCHAKELS

Otte's roddelhoek



- * Als er bij de A's wel eens een onderdeel loslaat, moeten ze wachten op de B's voor een inbussleutel.
- * De bediening op het terras wordt steeds beter. Als je de stoep op komt aanfietsen, wordt er al gevraagd wat je wilt drinken.
- * Hoewel?
- * Als reden voor lange afwezigheid opgeven: "Ja, ik heb tegenwoordig een vriendin en drie gekneusde ribben". Uhh.
- * Fietsen met een baard omdat 'de wervelingen dan beter zijn' is wel merkwaardig. Hoewel?: Laurens ten Dam?

- * Vergeleken bij het Zwarte Woud zijn die Vogezen kurkdroog.
- * Mart Smeets kan wel lekker lullen maar die La Planche des belles Filles opfietsen doet ie ons niet na!
- * Meedoen aan De Kannibaal kan je je fiets kosten.
- * Na het derde biertje van een aantrekkelijke vrijgezel gehoord: "Ik zoek een vriendin die van fietsen houdt maar haar mond houdt tijdens de Tourfinale".
- * Nu moeten alleen nog Erwin en Margriet aan Zo'n Grote Fiets!



Al fietsend door stad en land kom ik af en toe een beroemde wielrenner tegen, afgebeeld in brons of steen. Hier een kleine selectie uit Vlaanderen, waar ze hun helden beter weten te eren dan bij ons. Joost van Waert



In Wontergem staat Lucien Buysse, winnaar van de Tour van 1926 (5.745 km in 17 etappes!).



Rik Van Steenbergen uit Arendonk won drie WKs (en nog 1.642 andere koersen...).



Briek Schotte op de kasseien van Kanegem.



Stan Ockers wordt geëerd op de Côte des Forges (L-B-L).



Freddy Maertens uit Lombardsijde won 28 etappes en twee WK's.



Wouter Weylandt wordt herdacht aan de Schelde bij Gent.



Dit reliëf naast de kerk van Ruien toont Eddy Merckx in de afdaling van de Poggio di Sanremo.



Jempi Monseré droeg de Regenboogtrui toen hij verongelukte op de Gierlebaan bij Lille.



POST OFFICE CENTRE-CYCLES



PACING TRIPLET



LADY CYCLIST WEARING
DIVIDED SKIRT



A NOTABLE TRICYCLIST—
F. T. BIGLAKE

**Andere tijden, andere zeden,
een Audi fiets die leert het u.
Trap voor trap ging het honderd jaar geleden,
geheel elektrisch gaat het nu!**

