

NIEUWSBRIEF DOK TOER

Juli 2017



Inleiding

Het weer is nog steeds uitstekend en goed om de nodige kilometers te maken. Op zaterdag 17 juni is niet veel van fietsen terechtgekomen door de jubileumviering. Een prachtige zeiltocht met 4 traditionele bidders vanuit Den Helder naar Oudeschild op Texel. Erg genoten van een geheel andere kijk op Den Helder, goed verzorgd met lunch pakket een route voor wandeltocht in Oudeschild. De organisatie heeft goede connecties met hogere machten want op het weer viel niets aan te merken. Na afloop bij Kade 60 nog een afzakkertje en een groep is nog wezen eten bij Fort Westoever waar ook de lunchpakketten vandaan kwamen. Op zaterdag 8 juli is de, vanwege het verwachte weer op 1 juli, uitgestelde Monstertocht. Maar daarover volgende maand of op de web site meer informatie

Een woordje van de Voorzitter

De activiteiten rond ons 40-jarig jubileum hebben plaatsgevonden. Het jubileumfeest op 17 juni, waarbij we met een viertal bidders naar Oudeschild op Texel zijn gevaren, was een leuk en geslaagd evenement. De meeste partners waren ook mee wat ook bijdroeg aan de gezelligheid. Vanwege de maximumcapaciteit (12 personen) van een bidder was de groep mensen per boot overzichtelijk. Iedere bidder had twee bemanningsleden aan boord en de (vaar)tocht was daarmee in handen van ervaren waterkapiteins (schipper in vakjargon). Enige concurrentie was er wel tussen de bidders want iedere schipper probeerde zo snel mogelijk naar de overkant te varen. 's Morgens was het nog fris op het water maar toen we in de haven van Oudeschild lagen, maakte het zonnetje het heel behaaglijk. In Oudeschild hebben we wat gewandeld en bezienswaardigheden bekeken. Bij het openluchtmuseum Kaap Skil even koffie gedronken, maar vanwege tijdsgebrek niet het museum kunnen bekijken. Na terugkeer op Willensoord hebben we in 'Kade 60' de dag afgesloten met een drankje en uitgebreid ervaringen uitgewisseld. Ik begrijp dat niet iedereen zeebenen heeft en plezier beleeft aan de deining van de boten, maar de thuisblijvers zijn een zeer gezellige dag misgelopen. Ik wil dan ook Peter Engelen en Wim Erkelens Cooke heel hartelijk bedanken voor het bedenken en organiseren van dit zeer geslaagde evenement.

Dit feest was vanwege ons 40-jarig jubileum, waarvoor we Arie Hof als oprichter van onze club dankbaar (mogen zijn). Heer Hof was aanwezig bij de boekpresentatie van Anne op 28 april. Hierbij werden we door Anne in vogelvlucht door de historie van onze club geleid. Je kunt er boeken over volschrijven. Veel mensen zijn door Anne benaderd met de vraag of zij interesse hadden in zijn boek en naar de presentatie daarvan wilden komen. Dit was goed gelukt gezien de hoeveelheid mensen die op 28 april naar de DOK-kantine kwamen. Onder hen waren veel oud-leden en zo werd deze avond ook een reünie. Foto's en films van vroeger lieten de oude tijden ('weer' weghalen) herleven. Ik wil Anne ook langs deze weg complimenteren met zijn mooie boek, waarmee ons jubileum een extra dimensie kreeg.

Facebookpagina (aan elkaar)

Onze toerafdeling heeft zoals jullie (hopelijk) weten een eigen Facebookpagina met de naam "HRTC DOK Toer". Om meer mensen te interesseren/bereiken voor onze club wil ik jullie vragen deze pagina te delen met je eigen vrienden/kennissen/familie. Heb je leuke foto's (over onze club) om op de FB-pagina te plaatsen stuur deze dan naar Wim Erkelens Cooke (waecurfan@hotmailcom).

Met sportieve groet

Gerard Krusemeijer

Van de bestuurstafel

In juni 2017 is het bestuur van Toer bij elkaar geweest. Zij heeft over de volgende punten gesproken:

- er is geen Hoofdbestuursvergadering geweest
- Wim Lemmers' zoon gaat de bestanden van de oude website halen en aan HRTC DOK leveren zodat deze weer geplaatst kunnen worden
- evaluatie van de jubileumviering
- terugkoppeling van de werkgroep communicatie
- het voorstel voor de visie en missie is besproken
- terugvinden van een besluit over het jubileumboek en dit gaan afhandelen met Anne de Poel
- Communicatie rond Toer de Soes, de voorzitter gaat dit bespreken in het hoofdbestuur. Toer bestuur gaat wel proberen een affiche op te hangen en folders neer te leggen om reclame te maken voor HRTC DOK
- er wordt in plaats van Petten een MTB tocht in en rond Den Helder gepland en er is gediscussieerd over wat op welk moment klaar moet zijn om het formeel afgerond te krijgen met plaatsen op de kalender, vergunning regelen etcetera.
- Scan & Go is bekeken op haalbaarheid en er wordt nagevraagd in het overleg wat de ervaringen met dit systeem zijn. Er zitten voordelen aan: niet werken met geld en geen formulier meer invullen, maar ook nadelen: computer nodig, voor de rit informatie downloaden, verwerkingssnelheid van de computer per deelnemer, aantal deelnemers met NTFU pas, werkt het met ouder wordende NTFU pas (vervagen van de barcode) kosten per iDeal transactie.
- besluitenlijst moet bekeken worden op relevantie en hier wordt de volgende vergadering over gesproken.

DOK toer op Facebook

Toer heeft een Facebook pagina en het bestuur en de werkgroep communicatie zouden graag zien dat de pagina ge "liked" wordt en geweld met al jouw bekenden. Het adres van de pagina is: HRTC DOK Toer. Wil je er iets op kwijt geef het door aan Wim Erkelens Cooke. E-mail adres bij het kopje Toerbestuur

Trainer worden?

Op 26 juni heeft de Wieleracademie een introductie avond gehouden voor alle geïnteresseerden. Er was een grote opkomst. Deze kwamen van HRTC DOK maar ook uit Texel, Wieringen en Hippolytushoef. Na een warming-up is er meer verteld over de verschillende niveaus van trainers en over de geschiedenis van de Wieleracademie (voortgekomen uit de opleidingen van KNWU en NTFU). Een vraag over aansprakelijkheid schijnt op alle open avonden gesteld te worden. Als trainer ben je waarschijnlijk alleen bij grove nalatigheid persoonlijk aansprakelijk mits je in opdracht van het hoofdbestuur aan de slag bent. Er is wat verteld over didactiek en hoe een cursus/ training is opgebouwd. Daarna is de groep ingedeeld in groepjes van 2 personen om een training voor te bereiden. Hier kreeg men zo'n 20 minuten voor. Daarna konden verschillende groepjes hun training uitvoeren. Na een veiligheidscheck, waar naar voren kwam dat veel remmen tegen het stuur aan kwamen en dus niet optimaal functioneerden, werd een warming up gedaan. Toen werd besloten om de groep te splitsten in MTB'en en racefietsen. Door elke groep werden vervolgens

een tweetal trainingen gedaan van 10 minuten. Na de training was er een evaluatie. Deze werd systematisch ingevoerd aan de hand van een acroniem SALVO wat staat voor de volgende onderwerpen om de training te beoordelen: Sfeer, Actie, Leren, Veiligheid, Organisatie. Na de verschillende oefeningen werd er opgeruimd en was er een terugkoppeling met de hele groep (- Texel die hun boot moesten halen (2130)). Iedereen mocht z'n top 3 ervaringen delen. Het bleek dat het een leerzame avond geweest was. De trainer van de open avond denkt dat er genoeg animo is om trainers te krijgen in de Noordkop, dit op basis van de opkomst en enthousiasme bij deze open avond.

Interessante onderwerpen

Heb van onze leden een artikel ontvangen om op te nemen in de nieuwsbrief. Men vond het een interessant onderwerp. Ben meerdere columns van deze auteur (Theo Heuzen) tegen gekomen in het maandblad van de NTFU.

Hieronder de weergave van het in oktober 2016 gepubliceerde column "De jonge hond" (Bron: fietssport.nl)

Als racefietser sinds jaar en dag was het leerzaam om eens de andere kant mee te maken. Ik kwam tegen een toertocht in te rijden.

Hele groepen racefietsers kwamen op een smal fietspad op mij af. Als ik daar samen had gereden met een kind op een klein fietsje had het zweet in mijn handen gestaan, en niet van de fysieke inspanning. Wat een verschil was het voor mij als de racefietsers elkaar seinden dat er iemand 'tegen' kwam! Daardoor wist ik dat ze me zagen en ruimte gaven.

"Roep meer waar het hárd moet, dan waar het záchht moet."

Het viel me op dat op smalle fietspaden bijna net zo hard werd gereden als op brede wegen. Dat is natuurlijk niet handig. Als je de jonge hond in jezelf niet bewust uitlaat op een plaats waar dat kan, gaat die hond er op een ongelegen moment vandoor. Bijvoorbeeld in de bebouwde kom of op een smal pad. Je moet je jonge hond en die van je maatjes vol laten rijden op plekken waar het kan. Dan zijn ze uitgespeeld waar het nodig is om rustig te rijden. Meer roepen dus waar het hárd moet, dan waar het záchht moet. Dat is niet zo makkelijk, vind ik zelf.

Ergens was er de keuze tussen een brede weg onder aan de dijk en het pad op de dijk. Dat pad had het mooie uitzicht, maar was smal. Van sommige die voor het mooie uitzicht gingen, nam de jonge hond het toch over. Verderop stond een ambulance.

Terug fietste ik met de tocht mee en kwam in een snelle groep. Tobbend op het kantje. Ik hoefde mijn jonge hond niet tot de orde te roepen, hijgend was die al afgehaakt.

Stel, je rijdt als groep twee aan twee en bij een tegenligger wil je achter elkaar rijden. Wie gaat voor wie? Degene die rechtsvoor rijdt versnelt en maakt daarmee ruimte achter zich, zodat linksvoor achter hem kan invoegen. Op die manier heeft linksvoor veel meer tijd voordat hij bij de tegenligger is. Je voegt in 'van het gevaar weg'. De volgende tweetallen doen hetzelfde. Over hoe je ritst, de signalen die je daarbij gebruikt, waarom goed ritzen moeilijker is dan het lijkt.

Tips voor het rijden in groepen vind je [hier](#). Nog een tip: je kunt je NTFU lidmaatschap pas gebruiken om een fietssport Plus account te openen (gratis!!!)

Informatie

Suggestie voor DOK Toer en het programma bij Gerard Krusemeijer. Op-en aanmerkingen over de nieuwsbrief bij Wim Grim E-mail:

Belangrijke Data

Verjaardagen in juli			
Naam	Datum	Naam	Datum
Helga Top	10	Johan Kuppens	16
Menno Laagland	25		

De Toer Kalender ziet er als volgt uit en is terug te vinden op de HRTC DOK web site op de pagina's Agenda (<http://www.hrtcdok.nl/kalender/>) en bij Toer onder programma -weg (<http://www.hrtcdok.nl/hrtc-dok-afdeling-toer/programma-weg/>).

De donderdagavond fietsrit/ training zal tussen 1 juli en 14 augustus niet plaatsvinden.

TOERTOCHTEN 2017 start clubgebouw Guldemondweg			
Datum	Starttijd	Km's	Naam
Zat 08 jul	05:00uur	350	Monstertocht
Zon 09 jul	09:00uur	110	Zigzaggen door NH
Zon 16 jul	08:00uur	120	West Friesland
Zon 23 jul	07:00uur	110/220	"Elfstedentocht ANWB-route" Start in Bolsward
Zon 30 jul	08:00uur	90	Hollands Kroon
Zon 06 aug	08:00uur	130	Enkhuizen
Zon 13 aug	08:00uur	160	DH IJmuiden DH
Zon 20 aug	08:00uur	145	Edammertocht
Zon 27 aug	08:00uur	130	Beemstertocht
Zon 03 sep	09:00uur	90	Rondom Alkmaar
Zon 10 sep	08:00uur	120	Dorpentocht
Zon 17 sep	09:00uur	90	Historietocht (Toon Jacobs Quelderduyn)
Zon 24 sep	09:00uur	90	De Knip
Zon 01 okt	09:00uur	90	Duinentocht
Zon 08 okt	09:00uur	80	Havenstad Medemblik
Zon 22 okt	10:00uur	50	** Sluittingstocht
TT=Toertocht CT=Clubtocht		** Kilometerregistratie	

Toerbestuur

Functie	Naam	Adres
Voorzitter	Gerard Krusemeijer	Fluytstraat 50, 1784 NP Den Helder
	Tel: 06 - 14 68 79 08	E-mail: gerard_krusemeijer@hotmail.com
Secretaris	Anton Wetzel	Wethouder Hooimeyerlaan 27, 1761 GT Anna Paulowna
	Tel: 0223 -532167	E-mail: aj.wetzel@quicknet.nl
Peningmeester	Annemiek Bakker	Korte Bosweg 1, 1756 TA 't Zand
	Tel: 0224- 59 12 87	E-mail: c.a.bakker@quicknet.nl
MTB-coördinator	Wim Erkelens Cooke	Dijkschouwerslaan 136, 1785 HS Den Helder
	Tel: 0223 -63 81 90	E-mail: waecurfan@hotmail.com