



Een mooi
skeelerseizoen

H¹7
AR
DE HESSENRIJDERS

2
HESSENREVUE

CLUBBLAD

Jaargang 32, najaar 2017

Pelgrom, uw land- en tuinbouwspecialist voor verkoop, onderhoud en reparatie...

Is uw machine
al klaar voor
de lente?
Maak nu een
afspraak en
profiteer van
10% korting
op de
onderdelen.



Fa. PELGROM-HUMMELO
MASSEY-FERGUSON LANDBOUWMECHANISATIEBEDRIJF

Broekstraat 1 - 6999 DE Hummelo
Tel: 0314-38 18 42 - info@pelgrom.nl

www.pelgrom.nl

SCHILDERSBEDRIJF Henk Teunissen

- ✦ Restauratie / renovatie
- ✦ Binnen- en buitenwerk
- ✦ Wandafwerking
- ✦ Beglazing, enkel en isolerend

Roomstraat 11a - 6996 DX Drempt
Tel. (0314) 38 20 09
Mobiel 06-22149011
E-mail: hteunissen@versatel

De Hessenrijders Opgericht: 25 november 1987 Lid van de KNSB

KNSB

H'K
R
DE HESSENRIJDERS

Bestuur:

Voorzitter	Irma van Hof	v.d.H.Abersonlaan 14	6998 AX	Laag-Keppel	0314-381861
Secretariaat	Harry vd Zijden	Olmuslaan 5	6998 AH	Laag-Keppel	0314-382427
Penningmeester	Dick Smit	Nederbergweg 4	7008 AZ	Doetinchem	0314-642569
Algemeen	Henk Luesink	Keppelseweg 7	6999 AM	Hummelo	0314-381345
	Dineke de Bruin	Geerhuizen 9	6983 HD	Doesburg	0313-476605

Redactie Hessenrevue:

Harry vd Zijden	Olmuslaan 5	6998 AH	Laag-Keppel	0314-382427
Wim van Hof	v.d.H.Abersonlaan 14	6998 AX	Laag-Keppel	0314-381861
Sabina Visser	De Gasperilaan 99	7007 MV	Doetinchem	0314-345354

Kopij naar: s.visser52@chello.nl

Website: www.hessenrijders.nl
webmaster/Content manager: Arjan Pool / Wim van Hof

E-mail: info@hessenrijders.nl

Training: schaatsconditietraining en skeelertraining
Wim van Hof v.d.H.Abersonlaan 14 6998 AX Laag-Keppel 0314-381861
skeelertraining
Frans Monchen Marnedal 23 7007 HH Doetinchem 0314-327675

Schaatstraining in Deventer:

Voor informatie betreffende de deelname, kosten en tijden kunt u contact opnemen met het secretariaat.

Beheer ijsbaan Laag-Keppel:

Het bestuur van de vereniging (contactpersoon Henk Luesink) in samenwerking met vrijwilligers.
IJsmeester Henk Frederiks Dorpsstraat 27 6998 AA Laag-Keppel 0314-381953

**Het bankrekeningnummer (IBAN)
van de Hessenrijders is:
NL 10 RABO 0315 0226 04**

Het verenigingsjaar loopt van 1 april t/m 31 maart.
Opzegging lidmaatschap schriftelijk bij het secretariaat vóór 1 april.
Het winterseizoen is van 1 oktober t/m 31 maart. Het zomerseizoen van 1 april t/m 30 september.
Opzegging deelname jeugdskeeleren per seizoen mogelijk. (voor 1 april of voor 1 oktober).

Voorwoord



Zon, wind en regen wisselen elkaar af op dit moment, geen mooie nazomer voor buitenactiviteiten. Het leven gaat gelukkig gewoon door, weer of geen weer. Het weer past zich niet aan ons aan, wij moeten ons maar aanpassen aan het weer. Als vereniging moeten we ons niet alleen aan het weer aan kunnen passen, maar zeker ook op beleidsniveau zullen we zaken aan moeten passen. Dat wordt duidelijk als we naar het leden aantal kijken en naar de opkomst bij de activiteiten die we aanbieden. Het wordt allemaal minder!! Als we nog iets verder naar de toekomst kijken, is het tijd voor actie. Actie dus op korte, maar ook op lange termijn. Elders in dit blad lees je daar meer over.



Wat ons op korte termijn bezig houdt is de doorstart van de Keppelrun en natuurlijk de komende winter. De pachter van het weiland heeft de schapen al besteld om het gras voor 15 november lekker kort te maken. Met hun pootjes trappen ze ook alles lekker plat. En dan hoeven we geen gras te harken als het water er op staat. Hopelijk is er dan wel een periode zonder regen, zodat wij de schaapjes op het droge hebben.

Wij wachten het af en zullen ons aanpassen aan de omstandigheden.

Irma van Hof, voorzitter

Van de bestuurstafel



- Er is een nieuwe gebruikersovereenkomst met Landgoed Keppel m.b.t. het gebruik van het weiland als ijsbaan. Inhoudelijk zijn er geen wijzigingen. Nu maar hopen op vorst en ijs de komende jaren.
- Er is contact met IJD '96 (Doetinchem). In de wintermaanden kan er in Doetinchem niet geskeelerd worden. Voor de continuïteit is er voor de jeugdliden van IJD '96 de mogelijkheid om op donderdag met de Hessenrijders mee te trainen in de Hessenhal.
- Op zaterdag 18 november is er weer onze jaarlijkse vrijwilligersavond, dit jaar met een feestelijk tintje. Een uitnodiging met bijzonderheden volgt.
- De vereniging heeft een uitnodiging van de gemeente Bronckhorst ontvangen voor een cursus vertrouwens-contactpersoon (VGP). Is er iemand die daar

belangstelling voor heeft en vertrouwenspersoon voor de Hessenrijders wil zijn/worden?

- Bij dit nummer tref je een lidmaatschapskaart aan. Op vertoon van deze kaart heb je gratis toegang op de ijsbaan in Laag-Keppel. Als er geen lidmaatschapskaart bij zit kan het zijn dat de contributie voor het verenigingsjaar 2017-2018 nog niet is voldaan. Voor vragen hierover kun je contact opnemen met de penningmeester.
- Lid worden kan altijd, voor recht op gratis entree dien je wel voor 1 december van het lopende verenigingsjaar lid te zijn. Ben je later lid geworden, dan geldt een korting van 50% op de toegangsprijs.
- Het algemene contact adres van het bestuur en de vereniging is info@hessenrijders.nl. Andere contact gegevens zijn:
 - voorzitter@hessenrijders.nl
 - penningmeester@hessenrijders.nl
 - secretaris@hessenrijders.nl



Winteractiviteiten

Het winterseizoen start op 1 oktober en duurt tot 1 april. Het skeeleren op donderdagavond van 19.00 – 20.00 uur gaat gewoon door. De jeugd kan deelname aan het skeeleren per seizoen beëindigen. Dit moet schriftelijk bij het secretariaat voor 1 oktober.

De eerste zaaltraining is op dinsdag 3 oktober van 20.00 – 21.00 uur. Dit uur is voor iedereen die wil sporten om zich fitter en sterker te voelen, ongeacht je niveau of conditie. In deze training werk je aan een algemene conditie, maar ook aan je schaatsconditie. Ook wordt aandacht besteed aan de schaatshouding en aan je techniek. Droogtrainen ter voorbereiding op een ijsperiode. Heb je plannen om tochten te gaan rijden in Nederland, op de Weissensee, in Zweden of waar dan ook, dan is dit een prima voorbereiding. Ben je geen (goede) schaatser, maar ga je skiën, ook dan is dit een goede voorbereiding op een fijne skivakantie. Twijfel je nog? Kom dan eerst eens vrijblijvend kijken of mee doen. Aanmelden vooraf hoeft niet, loop gewoon binnen in de Hessenhal en meld je bij de trainer. Het skeeleruur op zondagochtend is van 10.30 – 11.30 uur. Een uur voor de oudere jeugd en de volwassenen om aan techniek en conditie te werken. Niet alleen een goede voorbereiding op een ijsperiode, maar ook goed voor de continuïteit, zo blijf je het skeeleren bijhouden en ben je weer goed voorbereid voor de zomer. Op dit moment is het nog niet helemaal zeker of we weer op zondagmorgen een uur de hal gaan huren. Dit heeft ook te maken met de belangstelling van de leden (of toekomstige leden). Heb je interesse laat dit dan z.s.m. aan ons weten. Vrienden, burens en familie zijn ook van harte welkom. Als de ijsbaan open is, wordt er schaatsles gegeven en reserveren we tussen 17.00 en 18.00 uur een deel van de baan voor hardrijders.

Tuincentrum Bloemendaal



- Tuincentrum
- Kwekerij
- Bloemisterij
- Hoveniers

Rijksweg 14 6996 AC Drempt
tel. 0313 - 473033 fax 0313 - 473343

www.tuincentrumbloemendaal.com

Snackbar OOST

Voor een kwaliteitsproduct
groot of klein
moet U vanzelfsprekend
bij **Snackbar Oost** zijn

Altijd tot uw dienst: Eef Oost

Standplaats Drempt
Openingstijden:
Zaterdag van 12.00 - 19.30 uur
Zondag van 16.00 - 19.30 uur

Snackbar Oost, Rijksweg 109, 6999 EA Hummelo

vervolg 'Van de bestuurstafel'



Doorstart Keppelrun

De plannen voor een doorstart van de Keppelrun zijn al in een vergevorderd stadium. Een groep enthousiaste mensen is de haalbaarheid aan het onderzoeken. In oktober hopen zij een definitief besluit te kunnen nemen. Wij hebben onze volledige medewerking toegezegd. Een oproep aan de vrijwilligers of zij weer beschikbaar zijn is begin september via de Nieuwsbrief gedaan. Wij geven zonder toestemming van de persoon zelf geen namen en adressen door aan de nieuwe organisatie (of wie dan ook). Mocht je deze oproep hebben gemist en je bent NIET inzetbaar op zondag 10 juni 2018 laat het ons dan z.s.m. weten. Het zou mooi zijn als er volgend jaar weer een mooi loopevenement als de Keppelrun plaats kan vinden.

De (nabije)toekomst

We zijn ons aan het buigen over de toekomst van de Hessenrijders. Dat er door de zachtere winters en door de bevolkingskrimp minder leden zijn / zullen zijn is duidelijk. Vragen die ons bezighouden zijn bijvoorbeeld: Wat kunnen we er aan doen om een levendige en levensvatbare vereniging te blijven? Wat hebben wij te bieden aan de leden? Waar is behoefte aan? Hoe krijgen en behouden wij leden? Welke sportactiviteiten gaan we aanbieden? Is er een samenwerking met andere verenigingen mogelijk, waar kunnen we elkaar versterken? Gesprekken hierover met andere verenigingen in Hummelo en Keppel zijn al gaande. We moeten eerst meer gegevens en informatie verzamelen en dan gaan we plannen maken. Wij houden jullie via de Nieuwsbrief en het clubblad op de hoogte. Heb je ideeën, laat het ons weten.

Oproep

Wij willen een beter beeld krijgen van ons ledenbestand en wat de verwachtingen en wensen zijn van de leden. Wat gaat er goed, wat kan nog beter? Wat zijn nog wensen? Een vragenlijst/enquête is dan een mooi middel om op deze vragen antwoord te krijgen. A.d.h.v. de uitkomst kunnen we dan plannen maken voor nu en beleid voor de toekomst. Wie kan en wil ons daarbij helpen? Wie heeft de kennis om een goede vragenlijst/enquête te maken voor dit doel? Of weet je in jouw omgeving iemand die dat wel zou willen? We horen het graag.



In de aanbieding

Er zijn nog Keppelrunshirts te koop. Een leuk decemberecadeau? Het shirt kost voor leden € 10,00 en voor niet-leden € 12,50. Er zijn ook nog mooie schaatsjacks te koop. Voor € 40,00 heb je een kwalitatief hoogwaardig jack. Wind dicht, lekker warm. De rijders die al in zo'n mooi jack rijden kunnen niet meer zonder.

In memoriam

Geheel onverwachts bereikte ons op 30 juli het droevige nieuws dat op 64-jarige leeftijd is overleden ons zeer gewaardeerde lid en vrijwilligster

Joke Veldhorst - Bloemendaal

Joke is jarenlang een belangrijke spil geweest in de organisatie van de bloembollenactie. Zij was ook actief als vrijwilligster bij de Keppelrun. Na het plotselinge overlijden van haar man Henk in 2014, tevens vrijwilliger, was het voor haar moeilijk om verder te gaan. Het vrijwilligerswerk stond op een laag pitje. Joke had inmiddels weer zin in het leven, ze kon weer genieten van de dingen om haar heen. Veel te vroeg is zij overleden.

De herinnering aan een betrokken en gedreven lid van de vereniging blijft. Woorden schieten te kort voor dit plotselinge verlies. Wij wensen de kinderen en familie veel sterkte om dit verlies te verwerken, maar vooral om jullie leven op te pakken en voort te zetten zonder Joke.

Bestuur, leden en vrijwilligers van de Hessenrijders.



STOUWDAM.nl
SCHAATSEN • SKEELERS • FIETSEN
Rondweg 60a - 8091XK - Wezep 038-376 26 26

Passie voor schaatsen

Passie voor fietsen

Passie voor skeeleren



Nieuwbouw
Verbouw

Onderhoud
Renovatie

BOUWBEDRIJF

SOLINK BV HUMMELO

Dorpsstraat 37, 6999 AB Hummelo
Telefoon (0314) 38 13 09 Fax (0314) 38 21 33



ALEX KOENDERS
SCHILDERSBEDRIJF



SCHILDERWERKEN



GLASWERK



BEHANGWERK



SPUITWERK



PROJECTBEGELEIDING



WINKEL

Zomerweg 37c, 6996 DP Drempt • T 0313 472 107 • www.alexkoenders.nl

E&S

De beste kwaliteit voor een scherpe prijs!

Rolluiken

Screens

Terrasschermen



Garagedeuren

Verandadaken

Raamdecoratie

Horren

American Shutters

Torenallee 8 (N314) | 6999 DD Hummelo |

Telefoon: 0314-389393

www.Zonweringachterhoek.nl

Nationale sportweek



Zaterdag 9 september was de landelijke opening van de Nationale Sportweek. De Nationale Sportweek is een initiatief van NOC*NSF met als doel om lekker sporten en bewegen te promoten. Tijdens deze week zetten honderden sportclubs, sportbonden, gemeenten en andere organisaties uit heel Nederland hun deuren open en verzorgen ze sportclinics, -toernooien en -demonstraties. De Nationale Sportweek vindt plaats van 9 tot en met 17 september 2017. In 2016 werden er landelijk 9.000 sportactiviteiten georganiseerd waaraan ruim één miljoen Nederlanders deelnamen. Recordaantallen, die ieder jaar weer toenemen.

In de Hessenhal werd in het bijzijn van de Burgemeester van Bronckhorst ook een goede start gemaakt. Buiten was het regenachtig, maar binnen kon je volleyballen, turnen en inline-skaten. Dat laatste werd natuurlijk verzorgd door de Hessenrijders. Casper de Gier zette voor de Hessenrijders "zijn beste wielkje" voor om samen met Wim en Harry het iedereen uitstekend naar de zin te maken. Naar schatting hebben een kleine vijftig kinderen kennis gemaakt met inline-skaten ofwel skeeleren, zoals we het ook vaak noemen. We hebben veel positieve geluiden gehoord en de kinderen deden enthousiast mee aan de clinics in vier groepen. Gelukkig hadden we op het laatste moment nog een aantal skates kunnen lenen van IJD '96 uit Doetinchem. Sommigen hadden hun eigen skeelers meegenomen, maar de meesten maakten gebruik van de leenspullen inclusief de helm. Want ook op zo'n dag staat de veiligheid voorop.



Blijf op de hoogte van alle avonturen in mijn topsportleven!



Begin juli heeft de Zwarte Cross bekend gemaakt welke 7 Achterhoekse atleten deel uitmaken van de **Zwarte Cross Talententuin**.

Het concept van de Zwarte Cross Talententuin in een notendop:

De atleten geven wekelijks (elke donderdag) een update over hun leven als topsporter. Dit kan gaan over van-alles-en-nog-wat. Resultaten, training, voeding, hobby's, noem maar op...

De Zwarte Cross en de Feestfabriek zetten vervolgens alle social media kanalen in om onze updates te delen en zo veel mogelijk volk te bereiken. Doel hiervan is om meer naamsbekendheid te creëren voor zowel de atleten zelf als de relatief onbekende sporten die ze beoefenen.



Zelf ben ik zo'n tiental jaar geleden begonnen met skeeleren. Vanaf dat moment is alles in een stroomversnelling gegaan en inmiddels ben ik al 4 jaar woonachtig in Heerenveen en train ik bij de nationale skeelerselectie. In een onbekende sport als het skeeleren is het lastig om sponsors te vinden, terwijl die wel nodig zijn. We trainen twee keer per dag, beide trainingen duren exclusief voorbereiding en reistijd gemiddeld twee uur. Dus praktisch ben je van 7 uur 's ochtends tot 6 uur 's avonds druk met trainen en andere noodzakelijke alledaagse activiteiten waaronder bijvoorbeeld eten maken, een wasje draaien, boodschappen doen, etc. Logischerwijs is er weinig tot geen tijd over om te werken en geld bij te verdienen. Dit terwijl een set skeelerwielen al snel €150,- kost en we elke zomer zo'n 15 tot 20 setten wielen verslijten. Dan nog niet over ander materiaal, reiskosten en verblijf voor Europese wedstrijden en alle andere zaken gesproken.



Hoe hoger het niveau waarop je sport, des te meer je moet investeren in je sport, zowel fysiek als financieel. Om aansluiting te vinden bij de wereldtop is het bijvoorbeeld belangrijk om op nieuwe wielsetten te kunnen trainen om met 56 km/u in plaats van 53 km/u over de skeelerpiste heen te scheren en een wedstrijd zo vaak als kan te simuleren. Voor mij is het dus heel belangrijk dat

de Zwarte Cross het mij en de skeelersport 'gunt' om meer naamsbekendheid te krijgen. Hierdoor wordt het voor mij 'makkelijker' om sponsors aan mij te binden waardoor ik mijn sportieve dromen kan najagen! Een zeer belangrijk doel op korte termijn is om mij te plaatsen voor het WK skeeleren 2018 dat in Heerde en Arnhem wordt georganiseerd komende zomer! Dit is zeker mogelijk en elke duwtje in de rug is daarbij van belang!

Een aantal mooie prestaties heb ik al neergezet. Zo heeft de fanatieke schaatsfan mij in de finale van de NK massa-start afgelopen schaatsseizoen live op de NOS naar een 8^{ste} plaats zien rijden! Op de Nederlandse kampioenschappen skeeleren werd ik dit jaar bij de senioren twee maal 4^{de} en twee maal 5^{de}. Op de skeelermarathon van Berlijn ('s werelds grootste skeelerevenement waar 8000 skeeleraars starten, waarvan 700 wedstrijdrijders) werd ik vorig jaar 16^e, slechts 2 seconden achter Winnaar Bart Swings...

Ik zou zeggen: Blijf op de hoogte van mijn sportieve progressie en bijbehorende avonturen! Ga snel naar <https://www.zwartecross.nl/zwarte-cross-talententuin/blog-casper-gier/> en lees op donderdag mijn wekelijkse update!

Alvast veel wekelijks lees- en kijkplezier!

Sportieve groet,
Casper de Gier
Laag-Keppel



Wedstrijden jeugd skeeleren

Dit seizoen hebben verschillende Hessenrijder pupillen meegedaan aan jeugd regiowedstrijden. Dat begon in mei in Doetinchem, in juni en juli op twee plaatsen in Arnhem en in september in Bemmelen. Er waren medailles te winnen. Maar wie eerste overall werd in zijn of haar leeftijdscategorie, kon kiezen uit verschillende prijzen zoals beschermers, bidon, wiellagers, vingerbel en meer.



Gerwin

Gijs Verwajen en Gerwin Kragt behaalden genoeg punten om in aanmerking te komen voor de overall prijzen. Gijs was zelfs eerste.



Gijs

Ook in Heerde hebben een paar Hessenrijders pupillen meegedaan. Voor de eerste keer, zover van huis, is dat best spannend. Het gaat er daar ook veel professioneler aan toe. De meeste kinderen hebben snelle pakjes aan en hebben zeer goede skeelers aan hun voeten. Timme Vels deed zijn best. En Anouk Jolink skeelerde naar een 9^e plaats. Hopelijk gaan er volgend jaar meer pupillen wedstrijden rijden. We gaan van de winter goed oefenen in de zaal.



BOUWEN modern karakteristiek historisch

Timmer- en aannemersbedrijf De Vries is een traditierijke onderneming met meer dan 130 jaar ervaring in de bouw. Kennis en vakmanschap van generaties heeft ons een grote voorsprong gegeven.

Kunde en kennis over oude en nieuwe technieken in nieuwbouw, verbouw, renovatie, restauratie en onderhoud sluiten soepel aan bij de specifieke wensen van de opdrachtgever.

Het beste bewijs daarvan is ons werk!



Anno 1879

Advies voor uw
onderhouds- en/of
restauratieplan



Nieuwbouw modern



Nieuwbouw karakteristiek



Restauratiewerk

Timmer- en aannemersbedrijf
DE VRIES
Vakmanschap - passend bij uw wensen

Zelhemseweg 14 - 6999 DN Hummelo - Tel. 0314 381248
www.devrieshummelo.nl - info@devrieshummelo.nl



Timme Vels en Anouk Jolink kijken naar de verrichtingen van Jette Beek op de piste in Heerde'



BodyAction

Bel voor een
gratis proefles!

Cardio-fitness
Indoorcycling
Halter-training
Aerobics
Tube-training
Kids-aerobics

Circuit-training
Rugscholing
Herstel-training
Club-Yoga
Club-Power
Streetdance

BodyAction
Sportcentrum
Beekseweg 21/29
7035 AV Wehl
Tel. 0314-682195
Mail: info@bodyactionwehl.nl
Website: www.bodyactionwehl.nl

SPAR



Janssen Hummelo

Mijn buurt, mijn spar

- * PostNL
- * (digitale)Fotoservice
- * Drogisterij
- * Kopieerservice
- * Stomerij
- * Bloemen & Planten
- * Bezorgservice
- * Telefoonkaarten
- * Gratis parkeren
- * Gratis Pinnen

SPAR  Janssen

Dorpsstraat 20, Hummelo Tel. 0314-381281



De Worstepinne, keurslager

Ooipoortstraat 30, 6981 DV Doesburg
Tel: 0313-472314 fax: 0313-479166

E-mail: info@worstepinne.nl Website: www.worstepinne.nl

Ook voor buffetten kunt u uitstekend bij ons terecht!
Bij u thuis of op locatie.

Kijk voor meer info op www.worstepinne.nl

Vakantie en sport



In Duitsland kom je op onverwachte plaatsen een skeeleraar of eigenlijk inline-skater tegen. Zelfs in een winkel of supermarkt! Tijdens de 42 km van Koblenz langs de Rijn was ons al opgevallen dat er veel goede Duitse skeeleraars zijn. Ze hebben veelal een korte prikslag. Gunstig als je een heuvel op moet skeeleren of wilt versnellen.

Rondom de Bodensee zijn fietspaden aangelegd. Er staan ook borden met een skeeleraar erop. Maar het is soms wel oppassen geblazen met het wegdek en met hellingen.



Bijzonder zijn ook de talrijke kuuroorden, de zogenaamde 'Salinen', die je in Duitsland tegenkomt. Maar wat zijn dat eigenlijk?

Het heeft vaak te maken met de vroegere zoutwinning.

Tegenwoordig wordt water van

grotere diepte opgepompt. Het water

bevat veel mineralen en zo'n 1,5 gram zout per liter. Nevel je dat water over doornenbos takken, dan verdampt een groot deel van het water. Door dit proces 7x te herhalen, bevat het restwater circa 20 gram zout per 1 liter water. Vanwege de zuiverende werking is het is vooral voor onze longen gezond om in de nabije omgeving van deze 'Salinen' te zijn.

Deze zomer was het in augustus prachtig weer om te fietsen en bergen te beklimmen. Geen extremen hoor! In de bergen kwamen we veel mountainbikers tegen. Zeer goed geveerd en heel vaak ook elektrisch.



Wim van Hof

De combinooor: ideaal voor onervaren schaatser



Rijden op een klassieke noor (met lage of halfhoge schoen) geeft veel bewegingsvrijheid en je kunt hiermee makkelijk diep zitten. Essentieel als je de ambitie hebt om net zo goed te worden als Sven of Ireen. Maar niet iedereen streeft dat na.

Misschien wil je een keer meedoen aan een toertocht op natuurijs of lekker rondjes draaien op de kunstijsbaan; ook dat zijn meer dan goede redenen om schaatsen aan te trekken. En dan kunnen combinoren voor jou de juiste schaats zijn.

Onder recreatieve schaatser wordt de combinooor steeds populairder. Niet verwonderlijk, want de combinooor (Noren met een soort ijshockeyschoen) maakt al jaren schaatsen op noren voor een groter publiek toegankelijk. Schaatsen.nl zet de voor- en nadelen van de combinooor op een rij.

Voordelen van de combinooor:

- Leren schaatsen is met dit type schaats niet moeilijk.
- Door de stevige, hoge schoen kunnen je enkels niet zwikken. Ideaal dus voor onervaren schaatser en mensen met zwakke enkels en evenwichtsproblemen.
- De gevoerde schoen houdt je voeten warm.
- Geschikt voor natuur- en kunstijs.



Nadelen combinooor

- Je kunt minder goed 'diep zitten' dan met een klassieke noor.
- Je leert minder goed het evenwicht bewaren bij het schaatsen. Overstappen naar klassieke noren is lastiger.
- Op hogere snelheid raak je in de bocht eerder het ijs met je schoen.

Klapschaats

De combinooor bestaat al meer dan twintig jaar, maar is pas de laatste jaren echt populair onder beginnende schaatser. Bekende merken als Viking en Zandstra bieden combinoren aan met verschillende soorten schoenen. Zo heeft Zandstra schaatsen met een wat zachtere schoen en komen zowel Zandstra als Viking met een wat lagere schoen. Deze biedt wel steun aan de enkel, maar geeft toch meer bewegingsruimte dan de hoge schoen. Combinoren zijn verkrijgbaar als klapschaats en met vaste ijzers. Maar ook hierin is een combinatie mogelijk. Sommige types kun je als klapschaats gebruiken, maar desgewenst de ijzers vastzetten waardoor je met vaste ijzers rijdt.



Tip: Koop combinoren in je normale schoenmaat.



Bron: schaatsen.nl



Openingstijden:
maandag gesloten di-do
9.00-18.00 vrij. 9.00-21.00
zat. 9.00-16.30

Adresgegevens:
Wielershuis de Pedaleur
Doetinchemseweg 71 7007
CB Doetinchem (0314) 33
09 21 info@pedaleur.nl

de Pedaleur
WIELERHUIS

Social media



Schaatsen.nl
Gisteren om 12:05 - G

Laten we hopen dat Piet Paulusma gelijk gaat krijgen!



Piet Paulusma: 'Binnen acht jaar minimaal één Elfstedentocht' | Schaatsen.nl



Schaatsen.nl
14 september om 10:13 - G

Volgens het Vrije Tijd Merkenonderzoek is de Elfstedentocht de meest gewaardeerde vrijetijdsbesteding. Ben jij het daarmee eens?



Elfstedentocht favoriete vrije tijdsbesteding | Schaatsen.nl
Ook Thialf in top 10 van meest gewaardeerde vrijetijdsbestedingen | SCHAATSEN.NL



Free-wheel
8 september om 14:13 - G



Elfstedenkoorts: zodra de koelkast open gaat, al over schaatsen beginnen te praten.

ADMINISTRATIEKANTOOR VERBRAEKEN



- Belastingaangiften
- Bedrijfsadministraties
- Loonadministraties
- Fiscale adviezen

Rijksweg 94 A
6998 AK LAAG-KEPPEL

Mobiel Gerie : 06-18133139
Mobiel Johan : 06-20749927

Tel. : 0314-642044
Email : verbraekenlaagkeppel@kpnmail.nl

Heeft u / heb je een grappige, originele of informatieve tweet of post ontdekt op social media? Laat het ons dan weten! Stuur de link naar s.visser52@chello.nl.

Tochten skeeleren



De actieve leden hebben dit voorjaar regelmatig gezamenlijk een tochtje gemaakt. Dit werd onderling afgesproken per email en/of met de schaats- en skeelerapp. Als er meer skeelerenthousiastelingen zijn, dan ben je altijd welkom om mee te gaan. Geef je 06 nummer of emailadres aan Wim door.

De app/email werkt prima. Zo van 'jongens, dit weekend wordt het mooi weer. Ik ga zondag om 10:00 uur een tochtje maken. Start bij ... Wie gaat er mee?' Dit zomerseizoen werd er langs het Apeldoorns kanaal geskeelerd; naar Zutphen vv; Ruurlo vv en rondje Doesburg-Zevenaar-Wehl. Met niveau verschillen wordt rekening gehouden. Skeeleren is heerlijk om te doen! En als er dan onderweg ook nog een terrasje of een ijsje te scoren is. Is dat helemaal toppie!

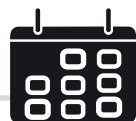
Tijdens zo'n skeelertoertocht kom je af en toe skeeleraars tegen. Ze zijn dan vaak alleen. Misschien is het een idee om een facebook pagina 'skeeleren in de Achterhoek' aan te maken? Met daarin oproepen om mee te gaan skeeleren. Onze vereniging met de mogelijkheden komt dan vanzelf in beeld. Iets om in gang te zetten?



Voor de continuïteit en het bijhouden en verbeteren van je techniek kun je op zondagmorgen een uur komen skeeleren in de Hessenhal.



Sport activiteiten kalender



Wanneer	Wat	Waar	Info
<i>Hardlopen</i>			
29 okt 2017	33e De Halve van Doetinchem	Doetinchem	www.argoatletiek.nl
04 nov 2017	Boekelder crosscompetitie	Aalten	www.ava70.nl
12 nov 2017	Herfst Run	Beek	www.sob-beek.nl
03 dec 2017	Pfixx Solar Montferland Run	's-Heerenberg	www.montferlandrun.nl
30 dec 2017	Oudejaars Crossloop Vorden	Vorden	www.oudejaarscrossloop.nl
<i>Fietsen</i>			
22 okt 2016	Kruisbergtocht	Hoog Keppel	www.toerclubsteenderen.nl
03 dec 2017	Scheffer Keukens Kappenbultentocht	Zelhem	www.toerclubzelhem.nl
17 dec 2017	Multimate rondje Doetinchem	Doetinchem	www.rtvdezwaluwen.nl
<i>Schaatsen</i>			
14 okt 2017	Opening IJsbahn de Scheg	Deventer	www.sportbedrijfdeventer.nl
26 feb 2018	Schaats 4 daagse	Enschede	www.ijsbaan-twente.nl

**ESSO SELF
SERVICE
"DREMPT"**



**Rijksweg 40B - 6996 AC Drempt
telefoon (0313) 65 17 81**

OPEN:

Maandag t/m vrijdag van

6.00 - 23.00 uur

Zaterdag van 7.00 - 22.00 uur.

Zondag van 8.00 - 22.00 uur.

**cbthuis
in
taal**

Ceciel Bremer
Kruijsakker 12
6996 DL Drempt

T 0313 47 28 05
06 - 154 453 41

E info@cbthuisintaal.nl
I www.cbthuisintaal.nl



Professioneel, persoonlijk en snel

Tekstschrijven

Heb je hulp nodig bij de tekst van je website? Wil je een folder of advertentie van jouw bedrijf? Ik schrijf jouw tekst met een persoonlijke insteek.

Redactie

Wil je graag dat iemand jouw scriptie, verslag of artikel controleert op spelling en zinsopbouw? Ik ga voor je aan de slag en je krijgt een prettig leesbare tekst retour.

10e
Keppelrun
vrijwilligers
bedankt!



Wist u dat...



- Onze penningmeester Dick Smit op vakantie in Italië in een gebied is geweest waar zeer veel getraind wordt op de racefiets? Het was er zeer warm (40 graden). Hij daar wielrenner Mark Cavendish tegenkwam en heeft gesproken?
- Dat Frans Monchen ongelofelijk veel kilometers maakt op de fietst? Dat we spreken van tenminste 8000 km op jaar basis?



- Schaatser en skeeleraar Bart Swings met een maatje een etmaal lang op het formule 1 circuit van Le Mans heeft geskeelerd? Dat Bart de eerste uren reed met een gemiddelde van 45,3 km/uur?
- Wim steeds over het Montferland wil skeeleren om die snelheid van 45,3 km/uur te halen?
- Dat de Hessenrijders tijdens de zaaltraining misschien wel aan bootcamp gaan doen?
- Dat er vanuit stilstand over de kast gesprongen gaat worden zoals schaatser Kjeld Nuis?
- Dat Hein Otterspeer zulke skeelerslagen maakt, dat hij de hele breedte van een rijbaan nodig heeft?

- De sporter van vandaag vrij en niet gebonden wil zijn? Sportscholen doen het goed en ook fiets- en loopgroepen al of niet onder de begeleiding van een trainer.

- Dat er aan de Uilennesterstraat in Keyenburg een natuurijsbaan is?

- Dat ook in Halfweg de natuurijsbaan, tussen Doetinchem en Zelhem, mogelijk weer in ere wordt hersteld? (I.v.m. het 'maatschappelijk belang' vind een wethouder dat de ijsbaan straks weer open kan.)



- Dat Casper de Gier klaar is met zijn studie en het liefst wil werken in de buurt van Heerenveen? Hij ook op zoek is naar een individuele sponsor? Zijn doel voor volgend jaar Zuid Amerika is, het mekka van de skeelersport?

AUTOBEDRIJF PELGROM

Broekstraat 5a, 6999 DE Hummelo

Telefoon 0314 - 381651 Fax 0314 - 381167

E-mail: info@garagepelgrom.nl

www.garagepelgrom.nl

- ✓ Verkoop nieuwe en gebruikte auto's
- ✓ Reparaties en onderhoud van alle merken
- ✓ Schadereparaties
- ✓ APK II-keurstation



Maandag: Gesloten
Dinsdag t/m
Donderdag: 9.00-18.00
Vrijdag: 9.00-20.00
Zaterdag: 9.00-16.00



Xcyleservice
doesburg

600 M² FIETSPLEZIER



**VOLDOENDE EIGEN
PARKEERRUIMTE !**

o.a. dealer van

LEIGRAAFSEWEG 33F
6983 BR DOESBURG

TELEFOON 0313 - 412727

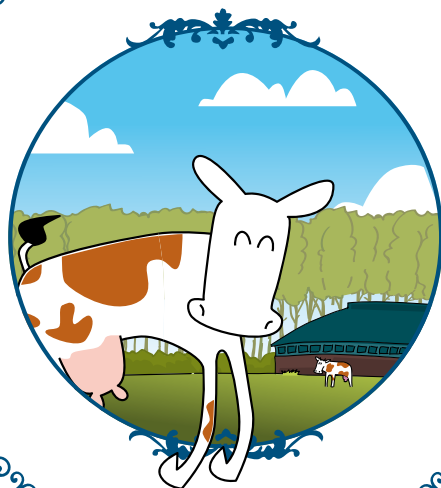
INDUSTRIETERREIN "BEINUM-WEST"

INFO@XYCLESERVICE.NL

WWW.XYCLESERVICE.NL



Ambachtelijk ijs sinds 1997



 *Ijsboerderij
De Steenoven*

*200 smaken op maat
diverse ijskarren
rondleidingen
www.ijsvandesteenoven.nl*

FREE-WHEEL

● ● ● ● ● **SCHAATSEN & SKEELERS**

MenM-iceskate

Salomon

Maple

Viking

Powerslide

Evo

Free-skate



Netwerkweg 7 • 7251 KV Vorden • 0575 554228

www.free-wheel.nl

www.menm-iceskate.nl