

## Juni 2007, jaargang 30 nr. 2

Het einde,

Het (hard)loopseizoen loopt, net als bij andere sporten, teneinde. Wordt bij het voetbal de schoenen in de hoek gegooid en zijn de (meestal) heren niet meer aan te zetten tot bijvoorbeeld toernooien of andere sportactiviteiten zie je bij de dames en heren lopers toch het willen doorgaan tot het gaatje. Stoppen dat wordt hooguit gedaan voor school- zomerfeest en als de vakantievoor de deur staat. Waarom dit verschil tussen voetballers en lopers? De meeste voetballers doen doordeweeks weinig tot niets aan hun sport, trainen dat doet de jeugd en zeg maar de betere (selectie) spelers. De animo bij de overige spelers is miniem. Je bent dus alleen met voetbal in het weekend bezig, en juist dat zijn dagen die bij velen behoorlijk vol gepland zijn. De bijbaan op zaterdag, het uitgaan tot zondagochtend en het bijkomen op zondag en maandag is vooral iets voor de wat jongere speler. Voor de oudere spelers zie je dat het hebben van kinderen, het regelen van oppas, de verjaardagen van mams of een van de kinderen, vakantie enzovoort het beoefenen van deze sport in de weg staat. Als het al niet is dat Jan na een te lang bezoek aan de kantine te horen krijgt dat hij zondags ook wel eens thuis aanwezig mag zijn. Jan weet vaak maar al te goed wat het negeren van deze klacht voor gevolgen heeft en hangt al aan de telefoon om zich bij zijn leider af te melden. Kortom als het mei is gaan bij zeer veel voetballers een zucht van verlichting op, eindelijk af van het moeten in het weekend, uitslapen voor de jongere en een tevreden thuisfront bij de wat oudere speler.

Als je goed nagaat is het onbegrijpelijk dat dit nauwelijks speelt bij de Kariboës. In de weekenden wordt er gerend dat het een lieve lust is. Goed, de opkomst in het voorjaar en het najaar is iets hoger dan in de winter, maar toch is deze vaak onbegrijpelijk hoog. Ga maar na, zaterdagochtend om 8 uur aanwezig zijn in

een of ander buitengewest van Goor. Lopers die uit Hengevelde en zelfs Hengelo moeten komen. Je verlaat vrijwillig je huis terwijl de overige huisgenoten zich nog eens lekker omdraaien, meewaardig en hoofdschuddend nagestaard door de buurman die net de ochtend krant, onder genot van koffie en boterham, gaat bestuderen. Ja alsof het niet erg genoeg is gaan de meeste zelfs op de fiets. Afzeggen hoeft niet er staat toch geen elftal op je te wachten. Maar bij de volgende loopsessie wordt toch wel vaak een verklaring voor de afwezigheid gegeven. Mijn tante was jarig of de kleine had een poepluier wordt hier als smoes niet gebezigd, wel het moeten aanleggen van een riolering een verhuizing of een bijna nachtelijke partij op de tennisbaan.

Waar komt deze bijna bovenaardse inzet van de gemiddelde loper vandaan? Is het een vorm van masochisme, is het thuis niet gezellig of als er al kleine kinderen zijn dan houden deze de luier schoon, of zijn lopers gewoon vroege vogels?

Lopers zijn een beetje egoïstisch maar tijdens het lopen zie je het gedrag dat typisch zou moeten zijn voor teamsporten. Overleg, peptalk, op sleeptouw nemen, aanmoedigen en applaus voor een medeloper zijn gelukkig de gewoonste zaak. Het accepteren van verschillen in kunnen en willen is norm. Lopen wordt dan toch een beetje een teamsport, en neem van mij maar aan dat dit vele keren leuker is dan in je eentje te sjouwen.

Ko Stoker

## **Bericht van de Contact Commissie**

Nog even een paar wetenswaardigheden van onze kant voordat de grote uittocht begint. Natuurlijk hebben vroege vogels al vakantie gehad maar de meesten van ons hebben het nog tegood.

### Fietstocht.

Op 3 juni jl. hebben we onze jaarlijkse fietstocht weer gehad, en we kunnen weer terugkijken op een geslaagd evenement. Onder prima omstandigheden hebben ruim 40 leden genoten van een tocht van ca. 45 kilometer waar ook de nodige versnaperingen weer voorradig waren. Wij als CC zijn blij dat onze fietstocht nog steeds een succesnummer is.

### 5 Kilometer Clinics.

Zaterdag 2 juni was de aftrap voor een nieuwe sessie van de 5 km. Clinics in samenwerking met TC/ Tubantia. Deze hapening vond wederom plaats in het FBK stadion in Hengelo. Voor clinics bij Kariboes hebben zich 14 lopers in spe gemeld wat voor ons een mooi aantal is. Onze leiders Jos, Wim, Evelien en Leo hebben ze met enthousiasme ontvangen op zaterdag 9 juni op het picknickveldje. Vanaf hier zullen iedere 2 weken onze clinics plaatsvinden. Dat het inmiddels een ingeburgerd evenement is binnen Kariboes mag duidelijk zijn. Inmiddels heeft Henny Koeleman zich als reserve-leidster gemeld voor de zomervakantie zodat er altijd voldoende begeleiders aanwezig zijn. Begin oktober is de finale wederom in het FBK stadion.

### Hartreanimatie.

Begin mei was de planning om een herhalingscursus voor de hartreanimatie te houden. Door omstandigheden is deze niet doorgegaan. De CC heeft besloten de cursus op te schuiven naar oktober of november, dit in verband met de vakantieperiode.

Er hebben zich inmiddels 12 personen aangemeld die graag een hele nieuwe cursus zouden willen volgen, en ook dit gaan we komend najaar opstarten.

Mochten er nog leden zijn die interesse hebben in een geheel nieuwe hartreanimatiecursus, meld dit dan even bij een van de CC leden.

### Twenteloop.

De eerste zondag van september zullen we weer onze twenteloop houden. De CC was voornemens om dit evenement om het jaar te organiseren maar op veler verzoek na het succes van afgelopen jaar, hebben we besloten om het dit jaar toch een vervolg te geven. We zullen dezelfde route hanteren als vorig jaar, dus zo'n 21 kilometer. Het mooiste zou zijn om zoveel mogelijk groepen op het parcours te krijgen dus houd die datum vast na de vakantie. Via de leiders zullen we jullie op de hoogte houden.

Dan rest mij nu nog om een ieder een onnavolgbaar schoolfeest te wensen, d'r zullen weer de nodige kilometers worden afgelegd in "die helse tente". En dan voor allen, een hele goede vakantie en een zonnige zomer gewenst.

Namens de Contact Commissie  
Anja Assink.



## Moandagoavondrevue

Joa, joa, Jannoa is d'r weer. Ik heb éleez'n dat 't zonder mie ok heeeel good gung mar ja, 't blood krup woar 't neet goan kan , dus toch mar weer de vinger op de toets'n.

'n Eerst'n oavond da'k weer begunne, had ik onmeundig veul pech. 't Reeg'n neet 'n betje, nee , 't pleer'n oet de lucht. Toen wie bie 'n auto votgung'n leep 't oons al oet 't gat. Eerst bin ie dan nog 'n betje veurzich-tig, ie wilt de veute nog dreuge hooln, mar noar de eerste of tweede oetgliederiee maakt 't eigenluk neet veul meer oet. Had Henny ok nog zu'n mooi parcours, DE HILL. 't Water kwam oe van alle kaant'n inteeg'n. De takk'n van de beume hing'n allemoal al knap leeg zodat wie gebukt oaver de hill moss'n. Jannie leep veurop en greep zonne'n tak en dan kun ie wa road'n wat d'r met oons achtervolgers gebeur'n.

Ik leep doar met Hans en Ko en de lenz'n speel'n mie zowat oet de oog'n. Het commentaar wat toen van disse heer'n oaver de vrouwleu kwam was neet van de lucht (en den was al gitzwart). Ik heb heel wat op zien zachtst gezegd "vrouwonvrien-delijke" oetdrukking'n eheurd. 'k Heb medelied'n met Sietske en Hermien as d'r dat bie heur in de keuk'n ok zo an too geet dus ik zinn'n op wraak. En dat kwam. Ineens midd'n op 't pad 'n heel'n groot'n plas water. Veul ie 't al? Nou, Hans en Ko wa. Ze wilt noe neet meer bie mie loop'n.

Mar ok dat bint ze wa weer gauw vergett'n want 'n paar wekke later hadd'n wie lange ofstand en leep'n wie met 'n koppeltje langs de Herikerweg. Wie, vrouwleu natuurlijk veurop en Hans, Ko en Jan d'r achter. 't Was voetbal veur en voetbal noa en 'n analyses, doar kan gin Crujff teegn' an. En as wieleu 'ns 'n betje vrouw'n proat

hebt kriegt wie van Hans altied commentaar dat het gespreksniveau ver beneed'n peil is . Nou, ik kan wa vertell'n , dit leek d'r helemoal neet op zodat ik ze mar met heur dreeën de langste route op heb éstuurd. "Wegween, loop'n jullie, wie mag't neet meer heur'n ," en doar ging'n ze. As geslaag'n hond'n zocht'n ze heur weg oaver 'n barg um in 't lest'n toch nog net op tied op 't picknickveldje weer te komm'n um van de beschuut'n van Renske te kunn'n preuv,n.

Joa, dat is ok zowat, al dee oma's. Willemien is topscorer. Hef alle kleinkeender um 'n nekk'n hang'n. Zee mag echt wa meer goan ett'n want as d'r nog meer bie komt hef ze 'n nekk'n te dun.

De ene wekke bint 't dus beschuut'n , de aandere wekke is't kooke, d'r is hoast iedere wekke wa wat. Hans wodd'n 49 (joa ie leest 't good, volgend joar op de fietse noar Hengevelde) en um disse hele biezun-dere verjeurdag te vier'n kwam ok hee (eigenluk Hermien) met koffie en 't neudige d'r bie. Ie kunt teeg'n al dee traktaties neet meer loop'n, wie mag't de hulp van Sonja wa inroop'n. Want as temet al dee wien ok nog 'ns op droonk is bint de kalorien helemoal neet meer an te slepp'n.

De wiendokter is d'r op 't moment mar weer drok met want alles mut noa 't heeveln weer nen test ondergaan. Volgens mie kon hee 't allemoal neet meer an en hef hee zich mar met de zuster in Oostenriek terugétrokk'n. Joa, de meest'n van oons hoeft noe neet veur de wien noar Frankriek op vekaantie. Kuj wa in Twente bliev'n. Mar woar de reiz'n ok hen goat, ik wens oeleu allemoal 'n hele goeie vekaantie en zet de beleveniss'n 'ns deur noar de Lange Adem.

Groet'n van Jannoa.

## New York, New York

Drie jaar geleden, na de marathon van Berlijn, werd voorzichtig de volgende marathon aangekondigd. Voor mij was het een grote wens, om ooit de marathon van New York te lopen. De Berlijnheren reageerden gematigd positief. Voor mij een reden om gelijk naar een bank te rennen en een marathonrekening te openen. Drie jaar tijd had ik om het geld bij elkaar te sparen. En zo kon ik de marathon af en toe tijdens de loopavonden nog eens ter sprake brengen. Ondertussen gingen de Hazen zo maar naar New York en beleefden daar al het grote avontuur. De familie Haas was helemaal enthousiast en trainde met een leuke groep voor dit grote gebeuren. Eindelijk had ik genoeg geld gespaard en kwam het afgesproken marathonjaar. De Berlijnheren voelden zich of te oud of te jong om nog aan deze opgave te beginnen. Alleen Wim Welberg wilde zijn marathoncarrière afsluiten in New York. Een collega gaf mij de tip om ons aan te sluiten bij de Manhattanlopers. Deze groep is een overblijfsel van de groep die met de Tubantia naar New York zijn geweest. Een aantal van deze lopers zijn van plan om ook dit jaar naar de Big Apple af te reizen. Wim en ik zijn beiden door de ballotage heen gekomen, en hebben de eerste kennismakingstraining erop zitten. Maar voor dat het zo ver was moest er nog eerst een juiste reisorganisatie gevonden worden. Dit had nogal wat voeten in de aarde door de hoge kosten. Het werd zelfs zo duur dat mijn Jan weigerde om mee te gaan. Maar lopers zijn meestal nogal aardig kloek aangelegd. Er werd verder gezocht naar een goede en toch betaalbare organisatie. Jan gaat nu dus toch mee. Josefien niet, die vliegt liever naar haar dochter in het verre Suriname. Wim en ik houden jullie op de hoogte van onze marathon voorbereidingen die eind juli serieus gaan beginnen samen met de Manhattanlopers. Leo is al begonnen om ons "brugproof" te stomen. De dinsdagavondgroep traint daar heel solidair aan mee, wat Wim en ik erg waarderen. Ook de lange afstanden die wij op zondag moeten lopen zijn behoorlijk heuvelachtig, maar we weten waar we het voor doen. Wij

staan beiden 4 november goed voorbereid aan de start. De volgende keer schrijft Wim een stuk over ons grote avontuur.

Marjolein

---

## Kariboës fietstocht

Op 3 juni was er onze jaarlijkse fietstocht. De zon hield zich deze dag een beetje verscholen maar dat mocht de pret niet drukken want zo'n veertig Kariboës trok er op uit vanaf de Schoolfeestweide. In een groepje van acht besteeg ook ik het stalen ros en fietsten we via huize Wenderman (even Bennie beterschap wensen want hij was gegrepen door de griep) al snel richting Wiene/Zeldam over een paar wegen die ik nog niet kende. Al pratend en flink doortrappend, want de heren vooraan wilden wellicht voor donker thuis zijn, waren we aan het eind van ons papier en ..... stonden we oog in oog met een paar Kariboës die ons een weloverwogen overlevingspakket uitreikten. Na zo'n stief kwartier kregen we een tweede blaadje en al snel bleek waarom er appelsap i.p.v. iets sterkers, en mueslirepen verstrekt waren. In Drente ligt het plaatsje **Stuifzand** maar hier in Twente hadden we **maalzand** of anders gezegd **stoefzand** als d'r ook nog auto's rijden. Ik weet niet wanneer de route uitgezet is maar april was toch één en al zon en droogte?!? Je vraagt je af of de CC zelf de route wel heeft uitgezet of hebben ze dat uitbesteed aan professionele fietscrossers. Ook het tweede blad uitgefietst en toen wachtte ons in Azelo een heerlijke brunch (waor bint wie dan noe verzeild raakt vroeg Josefien), geserveerd door de heren CC leden (petje af voor deze heren). Na ruimschoots van alle lekkers geproefd te hebben wachtte ons nog een derde blaadje (slim bedacht hoor drie blaadjes want zelfs de eindbestemming bleef een verrassing voor velen). We vervolgden onze weg door het prachtige Twickel (je moet er wel bekend zijn want anders timmer je niet zo'n prachtige route in elkaar. Conclusie: Anja heeft wellicht toch zelf het stalen ros beklommen want als er één Twickel kent is

zij het wel toch. Na zo'n veertig kilometer door werkelijk prachtige natuur en alle versnellingen van de fiets aangesproken te hebben kwam onze laatste stop in beeld "de Hutte", een mooi plekje waar ruimschoots op bier, wijn en fris getrakteerd werd. Ook de hartige versnapering vond gretig afname. Onderweg had ik al het fototoestel ter hand genomen en ook hier heb ik nog wat plaatjes geschoten. De foto's die door de censuur komen bij Ronald Hey zullen op de Kariboessite worden geplaatst. Rond half zes nam een ieder toch maar het kloeke besluit om na een mooie en zeer gezellige fietsdag huiswaarts te gaan. Namens de deelnemers bedankt voor alle mooie paden en geboden lekkernijen en niet te vergeten de onvervalste Kariboese gezelligheid. En nou maar weer trimmen want anders worden we **"te gewichtig"**.

Henny Koeleman

---

## De driekwart van Rotterdam

Lee Towers wist het al veel langer: 'You '11 never walk alone'. De rillingen over je rug kwamen niet van een briesje maar van duizenden zwaaiende armen bij de start. De Cool singel was niet 'cool' maar een bakoven. In de bus heen spraken we af dat hoe dan ook iedereen 's avonds weer gezond aan de terugreis zou beginnen. Voor de start werd water uitgereikt en indringend geadviseerd niet te snel van start en niet voor een pr te gaan. Het gaf een speciale verbondenheid van al die duizenden die aan dit helse karwei begonnen. Bij een engelse loopster naast me biggelden de tranen over de wangen, van emotie en spanning hoe dit avontuur letterlijk en figuurlijk af zou lopen. Op de prachtige Erasmusbrug loopt het zweet al in straaltjes de helling af en zijn er al de eerste wandelaars in deze alles verzengende hitte. Bij de eerste drinkpost zijn de bekeraars op doordat er minstens zoveel over hoofden worden uitgegoten als in de monden. Dan maar bekeraars van de straat want drinken moet. Nog geen spons

en een chaos van om water smekende lopers. Rustig blijven, geen calorie onnodige energie verspillen op weg naar de 10 km. Daar met het hoofd in een grote kuip water maar ook zweet van duizenden die me al voor waren maar vanmiddag verleggen we de normen. Ik krijg een kick van de aanmoedelingen van het publiek dat bijna overal in groten getale in de brandende zon eveneens staat af te zien. Zoekend naar schaduw van een paar boompjes loop ik een tijdje in een groep over een fietspad.

Bij 15 km ook maar Extran gedronken want de tank moet goed gevuld blijven voor wat nog komt. Evelien die me een eindje voor was duikt uit de bosjes naast me op en geeft aan dat ze gaat stoppen: we kunnen deze marathon volgens haar in deze hitte nooit uitlopen. Uit bezorgdheid probeert ze me over te halen, maar ik loop eigenlijk gezien de omstandigheden best lekker en denk niet aan stoppen. We lopen samen een paar km verder tot Evelien bij een reanimatiepost uitstapt en pas lang daarna met één van de vele busjes weer op de Coolsingel zal arriveren. Ik ga alleen verder, nou ja alleen, vaak probeer ik in de 'schaduw' van anderen te lopen om een beetje tempo vast te kunnen houden. Ik krijg extra puf als ik een snellere Manhattanvrouw inhaal. We spreken even kort; ze is verkouden en heeft het zwaar. Ik heb inmiddels m'n strategie bepaald; ik loop geen marathon maar gewoon steeds 5 km. Vanaf een drinkpost praat ik mezelf na 2,5 km in dat ik er nog maar iets meer dan 2 moet tot de volgende en dat werkt stimulerend. Niet alleen je lijf maar zeker ook je geest moetje trainen voor een marathon!

Bij 20 km. genoten van de brandslang, seiknat maar heerlijk koel en gulzig de daar verstrekte drankjes met extra koolhydraten genomen. Halverwege gaat het nog steeds, ik luister opnieuw naar m'n lichaam en krijg onder protest van enkele spieren toch toestemming om door te lopen. Wel neem ik van de omgeving, van de gebouwen en het toch vele groen minder op naarmate de vermoeidheid toeslaat. Bij een brughelling strompelen velen naar boven maar wandelen mag niet want hoe kom ik daarna weer aan het lopen? Gelukkig gaat het dan weer beter en

praten we elkaar moed in dat we al op de terugweg zijn. Hopelijk is er in het Kralingse bos straks een beetje schaduw. Steeds vaker zie ik lopers langs de kant zitten met politie of EHBO, soms verdwaasd en uitgedroogd wachtend op een ambulance. Al puffend ga ik de Erasmus brug op en af maar dan na een tijdje ineens politie en stewards op het parcours: lopers, de wedstrijd wordt nu gestaakt, teveel mensen raken uitgeput en uitgedroogd en de instanties kunnen niet meer instaan voor een snelle hulpverlening. Ongeloof en teleurstelling overvallen me maar de beslissing is volkomen terecht want ambulances rijden inmiddels af en aan. Met een grote groep als verdoofd terugdribbelen naar de Cool singel De organisatie vindt onze medaille toch dik verdiend in deze historische marathon. De meesten van onze groep waren uitgestapt of moesten stoppen maar 's avonds zaten we wel, hoewel sommigen wat witjes, met z'n allen weer in de bus, ieder met z'n eigen verhaal.

Jan Haas

De redactie wenst iedereen een fijne sportieve en zonnige vakantie!!!