



# De Wieler- Vrienden



Fietsen door het water.

**TWC Posterholt  
2026 - 5**

*De hele winter op de bank  
of  
alvast klaar stomen voor  
het volgende seizoen ?!*

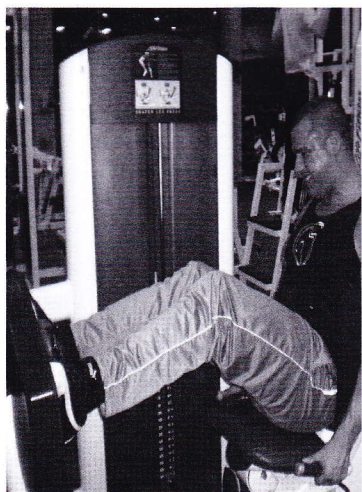


 **SPINNING®**



**GOOS**  
WELLNESS

*Heinsbergerveg 63  
6061 AH Posterholt*



*krachttraining*

*Bij ons vind je alles wat  
je nodig hebt.*

**0475 400 630**  
**[www.gooswellness.nl](http://www.gooswellness.nl)**

# twc posterholt



**Opgericht 1 maart 1973**

Jaargang 50 nr. 5 3 juli 2026

Bank: **Rabobank** nr. **NL54 RABO 0142 3031 27**

**t.n.v. TWC Posterholt**

---

## **bestuur**

### **voorzitter**

Robert Wilms  
06-11600342  
voorzittertwcposterholt@gmail.com

### **secretaris**

Caspar Schmitz  
06-12 60 89 88  
twcsecretaris@gmail.com

### **lid**

**vacature**

### **penningmeester**

Peter Schmitz  
06-24584980  
twcpeterschmitz@gmail.com

### **lid**

**vacature**

---

## **redactie/corresp.adres**

|                                                                                                 |                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jan Leenen<br>Wittemolenweg 8<br>6061 EN Posterholt<br>0475-401514<br>jan.twcredactie@gmail.com | Jan Rieken<br>Markt 8<br>6063 AC Vlodrop<br>0475-401834<br><a href="mailto:j.t.rieken@gmail.com">j.t.rieken@gmail.com</a> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## **kleding**

Bert van Engelen  
06-53783174  
[engelenvanbert@gmail.com](mailto:engelenvanbert@gmail.com)  
Jo Montforts

## **web-master**

Marco Visschers  
[mjp.visschers@gmail.com](mailto:mjp.visschers@gmail.com)

---

|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Rinze Jonkman<br>Groenstraat 28a<br>6074 EK Melick<br>0475 – 532541<br><a href="mailto:rinze.twcredactie@home.nl">rinze.twcredactie@home.nl</a> | Pierre Mertens<br>Sloet v.d. Beelestraat 15<br>6045 HC Roermond<br>0475 – 322164<br><a href="mailto:pierre.mini.mertens@gmail.com">pierre.mini.mertens@gmail.com</a> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

[www.twcposterholt.nl](http://www.twcposterholt.nl)  
[www.ntfu.nl](http://www.ntfu.nl)  
[janparazzi.wordpress.com](http://janparazzi.wordpress.com)

---

## **Voor wielervideo's:**

<https://www.youtube.com/c/TourdeTietema/videos>

---

**Kopij voor het volgende clubblad voor 4 augustus 2026 inleveren !**

# Van het bestuur



Dit jaar wordt onze gezellige

## TWC feestavond

gehouden op 1 augustus, zie "advertentie" elders.

Graag voor 15 juli opgeven of je alleen komt of met partner. Het lekkere diner is voor leden gratis. Drank is voor eigen rekening.

Partners zijn uiteraard ook van harte welkom en betalen slechts de kostprijs van € 29,95.

Graag gelijktijdig bij opgave overmaken op ons rekeningnummer. (NL54 RABO 0142 3031 27).

Dit jaar maken we het extra leuk door het houden van de verkiezing van " **TWC'er van het jaar** " (dit kan je alleen worden als je zelf aanwezig bent) en dit jaar komt er ook nog een speciale "fietsgek".

En dan nog iets, als er dames (partner) of heren zijn die een **tombola** willen organiseren zou dit leuk zijn. Graag hiervoor tijdig aanmelden bij het bestuur.

Met vriendelijke sportgroeten,  
Caspar Schmitz  
secretaris TWC Posterholt



*Wij feliciteren de jarigen van juli en augustus !*

- *Wim Beurskens*
- *Roy Faessen*
- *Peter Schmitz*
- *Marco Visschers*
- *Gerrit Wassenburg*



*En dat ze nog lang mogen fietsen!!! Hiep, hiep, hiep..., Hoera!*



*Deskundige begeleiding van Inspanningsfysioloog  
Marcel Schmitz en sportarts Rob Eijkelenboom*

- **VO<sub>2</sub>max fietstest**
- **Sportkeuringen / sportmedisch onderzoek in samenwerking met Sportgeneeskunde Laurentius ziekenhuis (vergoeding via aanvullende verzekering)**
- **Fysieke training: conditie (trainingschema's) en kracht**

Marcel Schmitz (M.Sc.)  
Inspanningsfysioloog | fysiek trainer  
T 06 23341839  
W [www.in2motion.eu](http://www.in2motion.eu)  
E [info@in2motion.eu](mailto:info@in2motion.eu)

**In 2 Motion**  
SportAdviesBureau  
Inspanningstesten en trainingsbegeleiding

## **Nieuwe B-groep: effe get minder.**

Omdat het vanwege diverse redenen effe get minder ging zijn we in de winter gestart met een fietsgroepje om rustige graveltochten te gaan fietsen. De A-groep gaat ons te hard, die houden we niet meer bij. Het gaat wel rustiger maar het zijn ook mooie ritten waar we wat meer de tijd hebben om van de natuur te genieten. Meestal hebben we ook ergens een bananenstop om even wat te kunnen eten. Na afloop is er natuurlijk ook een koffiestop.

Omdat het nog steeds effe wat minder gaat zijn we ook begonnen op de racefiets. Er ontstaat zo een nieuwe B-groep die wat langzamer rijdt. Ongeveer 25 gemiddeld en ook vaak wat korter. We hebben jarenlang samen kunnen fietsen en dat willen we graag zo lang mogelijk blijven doen. Ik heb zelf vorig jaar veel alleen gefietst, ik vind het toch leuker om met een groepje te fietsen. Daarom ben ik ook lid van een fietsclub. We fietsen meestal woensdagmorgen en zaterdag- of zondagmorgen. Er is zo eigenlijk een nieuwe B-groep ontstaan.

Wie wil er een keertje met ons meefietsen? Als je vaker mee wil fietsen dan kun je lid worden van de app groep: Effe wat minder. Stuur een mail naar [voorzitterwcposterholt@gmail.com](mailto:voorzitterwcposterholt@gmail.com) of spreek een van ons aan.

Robert, Sjra, Ben en Ger.

## **Limburgse wielerkalender 2026**

### **Juli**

5 Bocholtz, Jeugd Klimkoers

11 Ysselsteyn, GP Venray

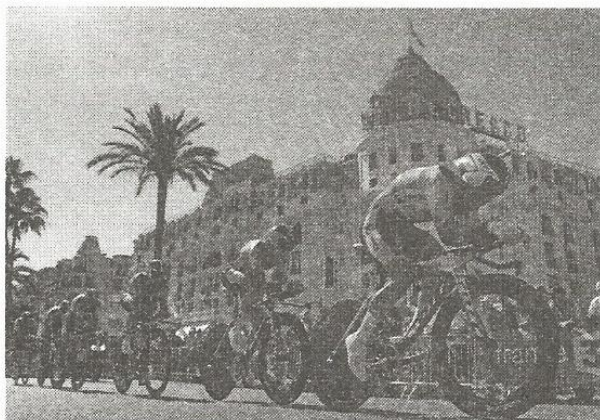
17-19 Honselersdijk, NK mountainbike

24-26 Sittard, Watersley Junior & Ladies Challenge

31 Heerlen, Franssen Franken Profonde van Heerlen

### **Augustus**

2 Voerendaal, MU23RS – Hel van Voerendaal



Terug van even  
weg geweest: de  
ploegentijdrit, zoals hier  
in Nice. Tour de France  
2013, etappe 4.

Foto: Cor Vos

4 JULI | ETAPPE 1 | BARCELONA - BARCELONA | 19,6 KM | PLOEGENTIJDRIJ

## Individuele ploegentijdrit

De Tour de France start met een ploegentijdrit, de eerste sinds 2019 toen Team Jumbo-Visma het snelste was in Brussel. Wel is deze ploegentijdrit een stuk individueler dan de 'traditionele' variant zoals die jarenlang werd verreden: niet de tijd van de vierde renner telt, maar de tijden worden per renner opgenomen. Dat betekent dat de kopmannen waarschijnlijk gelanceerd zullen worden in de lastige finalestrook van 800 meter à 7 procent – als zij tenminste nog genoeg jus in de benen hebben na de eerste 15,5 kilometer over kaarsrechte wegen waarop de snelheid moordend hoog zal zijn. Met in de finale ook nog de beroemde heuvel Montjuïc zal het record voor snelste Tour-TTT ooit waarschijnlijk niet gebroken worden (dat staat op 57,841 km/u, in 2013 gereden door Orica-GreenEdge in Nice), hoewel... met renners als Tadej Pogačar en Remco Evenepoel weet je het maar nooit.

# Tour de France 2026



---

|   |            |             |                         |       |                                                                                                      |
|---|------------|-------------|-------------------------|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | zat        | 4-7         | Barcelona - Barcelona   | 19,6  |  <b>tijdrít</b> TTT |
| 2 | zon        | 5-7         | Tarragona - Barcelona   | 168,8 | heuvels                                                                                              |
| 3 | maa        | 6-7         | Granollers - Les Angles | 195,9 | ▲ <b>berg</b>                                                                                        |
| 4 | din        | 7-7         | Carcassonne - Foix      | 181,9 | heuvels                                                                                              |
| 5 | woe        | 8-7         | Lannemezan - Pau        | 158,3 | vlak                                                                                                 |
| 6 | don        | 9-7         | Pau - Gavarnie-Gèdre ▲  | 186,2 | ▲ <b>berg</b>                                                                                        |
| 7 | vry        | 10-7        | Hagetmau - Bordeaux     | 175,1 | vlak                                                                                                 |
| 8 | zat        | 11-7        | Périgueux - Bergerac    | 180,4 | vlak                                                                                                 |
| 9 | zon        | 12-7        | Malemort - Ussel        | 185,5 | heuvels                                                                                              |
|   | <i>maa</i> | <i>13-7</i> | <i>rustdag</i>          |       |                                                                                                      |

---

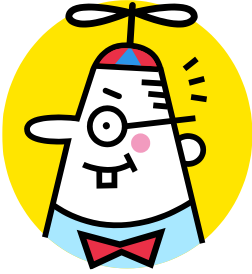
|    |            |             |                                   |       |               |
|----|------------|-------------|-----------------------------------|-------|---------------|
| 10 | din        | 14-7        | Aurillac - Le Lioran              | 166,6 | heuvels       |
| 11 | woe        | 15-7        | Vicky - Nevers                    | 161,3 | vlak          |
| 12 | don        | 16-7        | Magny-Cours - Châlon-sur-Saône    | 179,1 | vlak          |
| 13 | vry        | 17-7        | Dole - Belfort                    | 205,8 | heuvels       |
| 14 | zat        | 18-7        | Mulhouse - Le Markstein ▲         | 155,3 | ▲ <b>berg</b> |
| 15 | zon        | 19-7        | Champagnole-Plateau de Solaison ▲ | 183,9 | ▲ <b>berg</b> |
|    | <i>maa</i> | <i>20-7</i> | <i>rustdag</i>                    |       |               |

---

|    |     |      |                                    |       |                                                                                                    |
|----|-----|------|------------------------------------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 16 | din | 21-7 | Evian-les-Bains - Thonon-les-Bains | 26,1  |  <b>tijdrít</b> |
| 17 | woe | 22-7 | Chambéry - Voiron                  | 174,7 | vlak                                                                                               |
| 18 | don | 23-7 | Voiron - Orcières-Merlette ▲       | 185,2 | ▲ <b>berg</b>                                                                                      |
| 19 | vry | 24-7 | Gap - Alpe d'Huez ▲                | 127,9 | ▲ <b>berg</b>                                                                                      |
| 20 | zat | 25-7 | Bourg d'Oissans - Alpe d'Huez ▲    | 170,9 | ▲ <b>berg</b>                                                                                      |
| 21 | zon | 26-7 | Thoiry - Parijs                    | 133,0 | vlak                                                                                               |

---

<https://www.touretappe.nl/tour-de-france-2026-parcours/>  
<https://www.letour.fr/en/>



## **Bairke jr.**

Beste Bairke,

Kom ik thuis van mijn yoga-cursus zit mijn man alweer in zijn fietsenhok te fiespernölle aan zijn fiets. Ik zie allerlei losse fietsonderdelen en mijn keukenweegschaaltje dat ik al een tijd kwijt was. Ga je vanavond soms koken vraag ik. Daar had hij

geen tijd voor. Hij was nu bezig met écht belangrijke zaken: het gewicht van zijn fiets. Dat moest drastisch omlaag. Ik zag dat er al een voorblad en een bidonhouder af lagen en dat hij stuurlinten en bandjes aan het wegen was. Maar nu heb ik via een vage kennis gehoord dat men, net als bij de profs, ook bij TWC naar het gewicht van de fiets gaat kijken. Is die te licht dan mag je niet meefietsen. Dat vind ik maar niks. Als hij gaat fietsen kan ik tenminste eens rustig uitslapen over de hele breedte van het bed.

*Lorena te Ligt*

Beste Lorena,

Blij dat je deze vraag stelt. Bairke heeft daar ook over nagedacht en vond het niet logisch dat de fiets van een zware renner hetzelfde moet wegen dan die van een lichte renner. Bij mijn methode weeg je de **renner** en dan bepaal je met een formule hoe zwaar die fiets moet zijn. Dus hoe zwaarder de renner, hoe zwaarder de fiets.

Samengevat:  $ZR = ZF$  en  $LR = LF$ . Iedereen krijgt zo zijn Persoonlijk Fiets Gewicht (PFG). En als de fiets meer of minder weegt, mag je niet mee.

Bairke heeft dit aangekaart bij een bestuurslid dat hij op een terras tegenkwam. Die viel haast van zijn stoel (van het lachen). Na uitgelachen te zijn zei hij dat het bestuur wel wat beters te doen had dan het wegen van renners, dat ik mijn adviezen moest beperken tot het beantwoorden van fanmail van vrouwen van leden en het echte denkwerk aan het bestuur moest overlaten, en liet me vervolgens met de rekening zitten. Ik krijg stellig de indruk dat TWC geen gebruik gaat maken van mijn expertise en dat er geen renners en fietsen gewogen gaan worden.

*Bairke (zware fiets)*



Fietsen door het water.

1x per jaar gaat de B groep naar Kortrijk en fietst dan door 't water. Een tocht van 140 km met altijd een gezellige pauzeplaats onderweg en deze keer gelukkig prachtig weer.



## Ledennieuws.

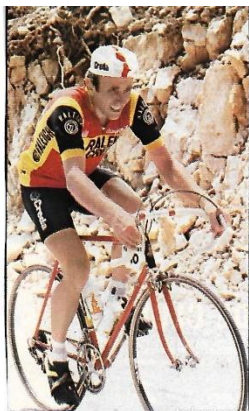


Ron Gijsberts laat ons weten:

Donderdagavond is Matthias geboren. Een echte man van de tijd, precies op de uitgerekende datum, maar ook ruim de tijd nemend tijdens de bevalling. Heel trots en blij met onze kleine man en Nienke. Ze doen het allebei super !

Namens bestuur en leden van harte gefeliciteerd en de allerbeste wensen voor de toekomst !

## ***Uitspraken door of over Wielrenners.*** **Joop Zoetemelk**



Pfffff Parijs is nog ver.....

Als ik het niet lees, heb ik er ook geen last van....

*Joop over de krantenverhalen.*

Hij is zo gewoon gebleven, dat het niet gewoon is.

*Gerrie Kneteman over Joop*

Dalen moet je durven. Ik heb mijn hele loopbaan nooit een bocht gemist. Dalen is kijken, meer niet.

*Voor jullie gelezen; de redactie*

## ***Voor u gelezen:***

*Zo ontmasker je de fietsmaat die wekelijks een compleet boekwerk aan 'wieliersmoesjes' opentrekt.*

Iedere fietsgroep kent hem wel: de trainingsmaat die nooit simpelweg toegeeft dat zijn benen leeg zijn, maar wekelijks met een nieuw, creatief excuus op de proppen komt. Je kent het wekelijkse tafereel wel. Zodra de snelheid in de groep serieus omhoog gaat en de eerste gaten vallen, trekt deze specifieke renner standaard een vers excuus uit de kast. Iedere zondagochtend is het weer een verrassing welke creatieve reden hij heeft bedacht om het achterwiel van zijn voorganger te moeten lossen.

Waar een gemiddelde sterveling na een flinke tempoversnelling gewoon eerlijk toegeeft dat het melkzuur tot achter de oren staat, is dat voor de wekelijkse excuuszoeker fysiek onmogelijk.

*De roterende kalender van mechanische en fysieke uitvluchten.*

Het is ronduit fascinerend hoe zijn problemen zich in een voorspelbaar, haast wiskundig patroon lijken af te wisselen. De ene week schuurt er zogenaamd een remblokje aan, terwijl een rit later de bandenspanning ineens een halve bar te laag blijkt te zijn.

Als de racefiets voor de verandering een keer perfect in orde is, gooit hij het net zo makkelijk op een verkeerd gevallen pastamaaltijd of een plotseling opkomende hooikoortsaanval. Deze fietser heeft simpelweg een feilloos draaiboek aan uitvluchten paraat om maar niet hardop te hoeven zeggen dat de kruissnelheid te hoog ligt.

*De subtiele kunst van het rammelende materiaal.*

Vaak begint het toneelstuk met een uiterst vage diagnose vanuit de achterhoede. De fietser in kwestie roept teatraal over de wind heen dat hij een tik in zijn trapas hoort of dat de gloednieuwe ketting overslaat.

Gek genoeg treden deze onzichtbare defecten uitsluitend op wanneer de waaier op het kantje gaat en de wattages stijgen. Zodra de kopmannen vaart minderen voor een naderend verkeerslicht of een koffiestop, draait de hele aandrijflijn ineens weer volledig geruisloos.

### *De mentale energie van de ontkennende wielrenner.*

Stiekem moet het structureel bedenken van deze verhalen veel meer energie kosten dan het doortrappen zelf. Terwijl de rest van de fietsgroep zwijgend afziet tegen de Hollandse wind in, is deze man in zijn hoofd al bezig met de persconferentie voor de volgende rustpauze. Het getuigt van een haast bewonderenswaardig doorzettingsvermogen om consequent te ontkennen dat de basisconditie simpelweg tekortschiet. Het ego van de wielrenner is nu eenmaal een uiterst kwetsbaar bezit dat koste wat kost beschermd moet worden tegen de harde realiteit.

### *Hoe je voorkomt dat deze creatieve denker de rit bepaalt.*

De kunst is om proactief in te grijpen voordat zijn vaste machine met 'wielersmoesjes' op gang komt. Vraag deze vriend bij de start direct of zijn z'n banden hard genoeg zijn, er niks ratelt en of hij wel voldoende heeft gegeten.

Door alle standaard uitvluchten vooraf al openlijk en met een glimlach af te vinken, ontnem je hem zijn vertrouwde munitie voor later. Mocht hij dan halverwege alsnog genadeloos lossen, dan blijft er voor de verandering maar één eerlijke waarheid over.



# Sportkalender 2026

## Juli

- 2-5 Zwemmen NK Langebaan, Eindhoven
- 4-7 Voetbal WK (m) achtste finales in Canada, Mexico en de Verenigde Staten
- 4 Atletiek Diamond League, Eugene (VS)
- **4-26 Wielrennen Tour de France (m)**
- 5 Formule 1 Grand Prix Silverstone (Eng)
- 7-8 Voetbal Champions League (m), eerste voorronde
- 9-12 Voetbal WK (m) kwartfinales, Verenigde Staten
- 9 Voetbal Europa en Conference League (m), eerste voorronde
- 10 Atletiek Diamond League, Monaco
- 14-15 Voetbal WK (m) halve finales, Verenigde Staten
- 14-15 Voetbal Champions League (m), eerste voorronde, returns
- 16 Voetbal Europa en Conference League (m), eerste voorronde, returns
- 16-25 BMX WK, Brisbane (Aus)
- 18 Voetbal WK (m) troostfinale, Verenigde Staten
- 18 Atletiek Diamond League, Londen
- 19 Voetbal WK (m) finale, New Jersey
- 19 Formule 1 Grand Prix Spa (Bel)
- 21-22 Voetbal Champions League (m), tweede voorronde
- 23 Voetbal Europa en Conference League (m), tweede voorronde
- 25-26 Atletiek NK, Hengelo
- 26 Formule 1 Grand Prix Boedapest (Hon)
- 28-29 Voetbal Champions League (m), tweede voorronde, returns
- 30 Voetbal Europa en Conference League (m), tweede voorronde, returns
- 31 t/m 16 aug Zwemmen EK, Parijs
- 31 t/m 2 aug Roeien EK, Varese (Ita)

## Augustus

- **1** **Wielrennen Clásica San Sebastián (m) (Spa)**
- **1-9** **Wielrennen Tour de France Femmes**
- 4-5 Voetbal Champions League (m), derde voorronde
- 6 Voetbal Europa en Conference League (m), derde voorronde
- 10-6 Atletiek EK, Birmingham (Eng)
- 11 Voetbal Champions League (m), derde voorronde, returns
- 11-23 Paardensport WK, Aken (Dui)
- 12 Voetbal Super Cup (m), Salzburg (Oos)
- 12-16 Beachvolleybal EK, Stare Jablonki (Pol)
- 13 Voetbal Europa en Conference League (m), derde voorronde, returns
- 15-30 Hockey WK Hockey, Nederland en België
- 18-19 Voetbal Champions League (m), play-off
- 20 Voetbal Europa en Conference League (m), play-off
- 21 Atletiek Diamond League, Lausanne (Zwi)
- 21 t/m 6 sep Volleybal EK (v) Turkije, Tsjechië, Azerbeidzjan en Zweden
- **22 t/m 13 sep Wielrennen La Vuelta (m) (Spa)**
- 23 Atletiek Diamond League, Silesia (Pol)
- 23 Formule 1 Grand Prix Zandvoort
- 24-30 Roeien WK, Amsterdam
- 25-26 Voetbal Champions League (m), play-off, returns
- **26-30 Mountainbike WK, Val di Sole (Ita)**
- 27 Voetbal Europa en Conference League (m), play-off, returns
- 27 Atletiek Diamond League, Zürich
- 30 Atletiek Marathon Sydney
- **30 t/m 13 sep Tennis US Open, New York**

| week<br>29          | A-route                                                                                                                                            | B-route                                                                                                                                    | C-route                                                                                                                                          |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| woensdag<br>15 juli | <p>Start: Sporthal P'holt</p> <p>Tijd: <b>18.30</b> uur</p> <p>Bestemming:</p> <p>Wordt ter plaatse bekend gemaakt.</p> <p>Afstand: max 80 km.</p> | <p>Start: Sporthal P'holt</p> <p>Tijd: <b>13.30</b> uur</p> <p>Bestemming:</p> <p>Wordt ter plaatse bekendgemaakt.</p>                     | <p>Start: Sporthal P'holt</p> <p>Tijd: <b>09.00</b> uur</p> <p>Bestemming:</p> <p>Elmpt/de Weerd</p> <p>Route via GPS</p> <p>Afstand: 58 km.</p> |
| zaterdag<br>18 juli |                                                                                                                                                    | <p>Start: Sporthal P'holt</p> <p>Tijd: <b>09.00</b> uur</p> <p>Bestemming:</p> <p>Zuiden</p> <p>Route van Frank</p> <p>Afstand: 90 km.</p> | <p>Start: Sporthal P'holt</p> <p>Tijd: <b>09.00</b> uur</p> <p>Bestemming:</p> <p>Hariksee</p> <p>Route via GPS</p> <p>Afstand: 66 km.</p>       |
| zondag<br>19 juli   | <p>Start: Sporthal P'holt</p> <p>Tijd: <b>09.00</b> uur</p> <p>Bestemming:</p> <p>Wordt ter plaatse bekend gemaakt.</p> <p>Afstand: ?? km.</p>     |                                                                                                                                            | <p><b>C+</b> routes starten op dezelfde dag en tijd als de C-routes.</p> <p>Bestemming wordt ter plaatse bekend gemaakt.</p>                     |

| week<br>30          | A-route                                                                                                                     | B-route                                                                                                                                                        | C-route                                                                                                                             |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| woensdag<br>22 juli | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>18.30</b> uur<br>Bestemming:<br>Wordt ter plaatse bekendgemaakt.<br>Afstand: max. 75 km. | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>13.30</b> uur<br>Bestemming:<br>Wordt ter plaatse bekendgemaakt.                                                            | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>09.00</b> uur<br>Bestemming:<br>Haler<br>Route via GPS<br>Afstand: 59 km.                        |
| zaterdag<br>25 juli |                                                                                                                             | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>09.00</b> uur<br>Bestemming:<br><b>Duivelsbos</b><br><b>Extra route met pauze</b><br>Route van Peter S.<br>Afstand: 120 km. | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>09.00</b> uur<br>Bestemming:<br>Hillensberg/<br>Sweikhuizen.<br>Route via GPS<br>Afstand: 72 km. |
| zondag<br>26 juli   | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>09.00</b> uur<br>Bestemming:<br>Wordt ter plaatse bekendgemaakt.<br>Afstand: ?? km.      |                                                                                                                                                                | <b>C+</b> routes starten op dezelfde dag en tijd als de C-routes.<br>Bestemming wordt ter plaatse bekend gemaakt.                   |

| week<br>31             | A-route                                                                                                                     | B-route                                                                                                                | C-route                                                                                                                       |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| woensdag<br>29 juli    | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>18.30</b> uur<br>Bestemming:<br>Wordt ter plaatse bekendgemaakt.<br>Afstand: max. 70 km. | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>13.30</b> uur<br>Bestemming:<br>Wordt ter plaatse bekendgemaakt.                    | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>09.00</b> uur<br>Bestemming:<br>Ijzerenbos-Ohé en Laak<br>Route via GPS<br>Afstand: 63 km. |
| zaterdag<br>1 augustus |                                                                                                                             | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>09.00</b> uur<br>Bestemming:<br>Blauwe Lagune<br>Route van Fred<br>Afstand: 100 km. | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>09.00</b> uur<br>Bestemming:<br>Berg a/d Maas<br>Route via GPS<br>Afstand: 67 km.          |
| zondag<br>2 augustus   | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>09.00</b> uur<br>Bestemming:<br>Wordt ter plaatse bekendgemaakt.<br>Afstand: ?? km.      |                                                                                                                        | <b>C+</b> routes starten op dezelfde dag en tijd als de C-routes.<br>Bestemming wordt ter plaatse bekend gemaakt.             |

| week<br>32             | A-route                                                                                                                                | B-route                                                                                                                       | C-route                                                                                                                                                                   |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| woensdag<br>5 augustus | <p>Start: Sporthal P'holt<br/>Tijd: <b>18.30</b> uur<br/>Bestemming:<br/>Wordt ter plaatse bekendgemaakt.<br/>Afstand: max. 65 km.</p> | <p>Start: Sporthal P'holt<br/>Tijd: <b>13.30</b> uur<br/>Bestemming:<br/>Wordt ter plaatse bekendgemaakt.</p>                 | <p>Start: Sporthal P'holt<br/>Tijd: <b>09.00</b> uur<br/>Bestemming:<br/>Brüggen tdk<br/>Route via GPS<br/>Afstand: 60 km.</p>                                            |
| zaterdag<br>8 augustus |                                                                                                                                        | <p>Start: Sporthal P'holt<br/>Tijd: <b>09.00</b> uur<br/>Bestemming:<br/>Waterval<br/>Route van Marco<br/>Afstand: 90 km.</p> | <p>Start: Sporthal P'holt<br/>Tijd: <b>09.00</b> uur<br/>Bestemming:<br/><b>Extra route met pauze Opitter</b> (België)<br/>Route van Huub van Eck<br/>Afstand: 87 km.</p> |
| zondag<br>9 augustus   | <p>Start: Sporthal P'holt<br/>Tijd: <b>09.00</b> uur<br/>Bestemming:<br/>Wordt ter plaatse bekendgemaakt.<br/>Afstand: ?? km.</p>      |                                                                                                                               | <p><b>C+</b> routes starten op dezelfde dag en tijd als de C-routes.<br/>Bestemming wordt ter plaatse bekend gemaakt.</p>                                                 |

| week<br>33              | A-route                                                                                                                    | B-route                                                                                                                                                              | C-route                                                                                                                     |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| woensdag<br>12 augustus | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>18.30</b> uur<br>Bestemming:<br>Wordt ter plaatse bekendgemaakt.<br>Afstand: max. 60 km | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>13.30</b> uur<br>Bestemming:<br>Wordt ter plaatse bekendgemaakt.                                                                  | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>09.00</b> uur<br>Bestemming:<br>Sint Rosa / Windraak<br>Route via GPS<br>Afstand: 60 km. |
| zaterdag<br>15 augustus |                                                                                                                            | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>09.00</b> uur<br>Bestemming:<br><b>EXTRA ROUTE met pauze:</b><br><b>De echte Slingerberg</b><br>Route van Roy<br>Afstand: 130 km. | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>09.00</b> uur<br>Bestemming:<br>Kinrooi / Stramproy<br>Route via GPS<br>Afstand: 72 km.  |
| zondag<br>16 augustus   | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>09.00</b> uur<br>Bestemming:<br>Wordt ter plaatse bekendgemaakt.<br>Afstand: ?? km.     |                                                                                                                                                                      | <b>C+</b> routes starten op dezelfde dag en tijd als de C-routes.<br>Bestemming wordt ter plaatse bekend gemaakt.           |

| week<br>34              | A-route                                                                                                                 | B-route                                                                                                           | C-route                                                                                                               |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| woensdag<br>19 augustus | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>18.30</b> uur<br>Bestemming:<br>Wordt ter plaatse bekend gemaakt.<br>Afstand: 50 km. | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>13.30</b> uur<br>Bestemming:<br>Wordt ter plaatse bekend gemaakt.              | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>09.00</b> uur<br>Bestemming:<br>Rondje Windmolens Route via GPS<br>Afstand: 66 km. |
| zaterdag<br>22 augustus |                                                                                                                         | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>09.00</b> uur<br>Bestemming:<br>Maastricht Route van Marco<br>Afstand: 100 km. | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>09.00</b> uur<br>Bestemming:<br>Obbicht Route via GPS<br>Afstand: 72 km.           |
| zondag<br>23 augustus   | Start: Sporthal P'holt<br>Tijd: <b>09.00</b> uur<br>Bestemming:<br>Wordt ter plaatse bekend gemaakt.<br>Afstand: ?? km. |                                                                                                                   | <b>C+</b> routes starten op dezelfde dag en tijd als de C-routes.<br>Bestemming wordt ter plaatse bekend gemaakt.     |



# AUTOBEDRIJF **JAN BAKKES** b.v.

IN TOYOTA GESPECIALISEERD SINDS 1965

*Uw full service adres voor:*

- Verkoop van nieuwe en gebruikte auto's
- Onderhoud en reparatie van alle merken
- APK keuring
- Airco service
- Autoruiten
- Autoschades
- Banden en uitlaten



[WWW.AUTO-BAKKES.NL](http://WWW.AUTO-BAKKES.NL)



0475-402444



DAIHATSU

## Daniëls, de grootste in groen!

Elke zondag open van  
10 - 17 uur



# Daniëls



TUINCENTRUM



Herkenbosserweg 4  
VLODROP

[www.tuincentrumdaniels.nl](http://www.tuincentrumdaniels.nl)





# PIET DAEMEN

SPORT & RIJWIELHUIS

Over ons    Openingstijden    Contact



NIEUWE COLLECTIE EBIKES  
IN ONZE SHOWROOM



Wij voeren een zeer uitgebreid  
assortiment fietsen en accessoires  
van bekende topmerken.



Ook voor een  
ruim assortiment  
fietsstassen!

1 | 25

