

TC De waardrenner



Clubblad TCdeWaardrenner



accountants

Verankerd in een ondernemende regio



Krimpen aan den IJssel

IJsseldijk 460, 2921 BD

Postbus 55, 2920 AB

t 0180-51 82 77

e info@vlraccountants.nl

Ouderkerk aan den IJssel

Abelenlaan 4, 2935 SB

Postbus 3009, 2935 ZG

t 0180-68 12 68

e info@vlraccountants.nl

www.vlraccountants.nl

Persoonlijk en betrokken

Van de voorzitter

Beste Waardrenners,

Het is nu hoog zomer en op het moment van schrijven van dit voorwoord al 32 graden Celsius.

Er wordt weer volop gefietst binnen de versoepelde regels van de NFTU en we maken het er met elkaar maar het beste van.

Het blijft echter voor ons een onmogelijke opgave om bij de startpunten en koffiepunten van de nog komende Biesboschtocht en Plassentocht de 1,5 m regel te garanderen. Daar zijn de aantallen van meer dan 100 personen gewoon te groot voor.



Maar we hebben een alternatief. Afsproken is om zowel de 45 km tocht als de 75 km tocht van de **Biesboschtocht** dit jaar in **knooppuntbeschrijving** aan **de leden van De Waardrenner** aan te bieden, zodat zij individueel of in een groepje op eigen gelegenheid de tocht kunnen gaan rijden. Ook zal er van alle

afstanden van de Biesboschtocht dus de 45 km, 75 km, de 125 km als wel de 160 km een track beschikbaar komen op onze webpagina. De tochtbeschrijvingen en tracks zullen beginnen aan de overkant (Kinderdijk zijde) van het veer bij Krimpen aan den Lek. Daar is geen mondkapje verplicht. Maar de 75 km, de 125 km en de 160 km varen ook over bij de **kop van het land en daar is wel een mondkapje verplicht.**

Onze nieuwe routecoördinator is Adri Boele die samen met Kees Gelderblom en Wim Verwaal zullen zorgen dat we ook in de toekomst van onze mooie toertochten kunnen blijven genieten. Deze specialisten en routedeskundigen hebben hiervoor de uitgebreide collectie toertochten van Jan de Jong overgedragen gekregen en zullen op die basis de nieuwe tochten gaan uitzetten.

Belangrijk is ook dat Jan Willem de Lange samen met Adri Boele zorgen voor de contacten met de NFTU zodat het een en ander juist op de websites van de NFTU en De Waardrenner komt te staan.

De sluitingstocht ofwel de plassentocht zal hoogst waarschijnlijk op dezelfde manier worden georganiseerd als de Biesboschtocht, want het ziet er niet naar

uit dat we voor het einde van het jaar een vaccinatie hebben tegen de welbekende plaaggeest. Ik ga nu eerst even veilig op vakantie in eigen land met de caravan om in Gelderland van de natuur te genieten en als ik terugkom, ligt deze vakantie-uitgave van ons blad in mijn bus, met dank aan de redactie en bezorgers.



Het bestuur wenst u veel gezondheid en fietsplezier toe.

Paul Schouten

Van de redactie.....

We schrijven in deze tijd geschiedenis. Het zijn de warmste weken ooit. Met de warme dagen van 2019 hadden we misschien hier al rekening mee gehouden. Wat zou 2020 gaan brengen? De deskundigen voorspelden al dat het klimaat ging verschuiven. Met elkaar kunnen we nagenoeg vaststellen dat dit bepaald géén loze woorden zijn. We hadden zeker géén rekening gehouden met het feit dat het fietsjaar 'in duigen zou vallen' voor onze vereniging.

Integendeel. Plannen werden besproken tijdens de afsluiting van het fietsseizoen 2019 en bij de nieuwjaarsbijeenkomst in 2020.

Maar.....!!

We schrijven woensdag 12 augustus deze redactionele bijdrage. Met de ventilator achter mij is nog 'n beetje uit te houden. Als je fietst heb je nog enigermate verkoeling van de rijwind. Maar o wee, als je stil staat! Ook in deze Coronatijd ervaar je iets van 'stilstaan'. Het is niet zoals voorheen. Ondanks dat lijdt het enthousiasme er niet onder van onze vaste scribenten Adri, Wim en Kees. In dit nummer staan weer de nodige clubritten vermeld. Stilzitten is hier niet aan de orde. Mooie routes staan gepland. Met elkaar hopen we dat de temperaturen ons géén parten zullen spelen. De voorzitter zegt in zijn voorwoord dat we er nagenoeg van uit moeten gaan dat de nog resterende plassentocht op dezelfde wijze georganiseerd zal worden als de Biesboschtocht. In zijn beschrijving van de Biesboschtocht neemt Paul ons weer mee op pad en deelt met ons de historische feiten. Op basis van deze info is het al 'n must om deze route geheel of gedeeltelijk te fietsen. Nederland is en blijft toch wel een mooi en bijzonder land. Zeker voor de fietser! Adri Boele is de opvolger geworden van wijlen Jan de Jong. Als nieuwe route-coördinator wordt hij hierin bijgestaan door Kees Gelderblom en Wim Verwaal. Ons oudste lid, Leen de Langen, vertelt in *de doorgeefpen* zijn sportieve memoires. Je wordt er gewoon stil van! Dank je wel Leen. Je bent een voor-

beeld voor velen. Gelukkig geeft hij de pen ook weer door. Zelf heb ik vorige week een leuk interview gehad met Diana Kraan van MyMove. Hierbij was ook Jan Willem de Lange aanwezig. Géén onbekende voor onze club en zeker ook niet voor MyMove. Maar u kunt dit allemaal lezen in deze editie. Voor de goede orde heeft Adri nog een samenvatting gemaakt inzake de dagen en tijdstippen van alle clubritten. Best wel handig. Ook las ik de afgelopen weken *De man en zijn wielerverhalen* van Wilfried de Jong. Het is maar een leestip. Uiteraard zijn in de periode van 20 augustus t/m 16 oktober weer veel jarigen te melden en we zijn blij dat we weer 2 nieuwe leden mogen verwelkomen bij TC De Waardrenner.

Ik verwacht met de editie van oktober vanuit het ledenbestand toch wel wat meer kopij aangereikt te krijgen. Ik neem tenminste aan dat de leden ondanks de coronacrisis toch wel fietsen. Nu vanwege het weer misschien wat minder. Dan is er toch altijd wel wat te vertellen en te delen met elkaar.

Toch? Ik reken in ieder geval op uw medewerking voor de eerstvolgende editie die zoals u kunt lezen 16 oktober zal verschijnen. Ik hoop dat op 5 oktober de mailbox van

redactie@tcdewaardrenner.nl

behoorlijk vol zit met uw bijdragen.

Mede namens Carla alvast dank daarvoor!

Carla en Gijs wensen u ook deze keer veel leesgenoegen!

**THANK
YOU**

Gijs Zwijnenburg



Aankoop, onderhoud en reparatie van fietsen.

Jan Steenstraat 16, Krimpen aan den IJssel, 0180-551021.

Inhoudsopgave

	Pagina
Van de voorzitter	1
Van de redactie	2
Inhoudsopgave + aanvullende informatie	4
Wij feliciteren	5
Biesboschtocht	7
Clubritten	11
De doorgeefpen	16
Lezerstip	19
Interview MyMove	20
Colofon	28

Aanvullende informatie

Het volgende clubblad verschijnt op 16 oktober en 12 december. De editie van oktober verschijnt dus 1 week eerder dan gepland vanwege de herfstvakantie van de redactie. Wilt u i.v.m. toezending kopij hiermee ook rekening houden.

Kopij tot uiterlijk 10 werkdagen voor uitgifte inleveren. Te laat aangeleverde kopij gaat naar het volgende nummer. Bij voorkeur per email: redactie@tcdewaardrenner of c.boheemen@upcmail.nl.



Jarigen in augustus - oktober 2020



Datum	Voornaam	Achternaam
20 augustus	Hennie	Wilke
21 augustus	Dini	Smit
21 augustus	Herman	Dam
23 augustus	Robert	van Bol-Es
26 augustus	Joop	Klein
27 augustus	Piet	van Genderen
28 augustus	Rudi	Hak
29 augustus	Arjan	Mollinga
2 september	Erwin	van Delzen
3 september	Adrie	Groenewegen
9 september	Corrie	de Groot-Burger
12 september	Ad	Vis
13 september	Ron	Otte
16 september	Kees	Hofwegen
18 september	Michel	Bouman
19 september	Adri	Boele
20 september	Henri	van der Pot
24 september	Cor	Kooijman
28 september	Arie	van Vliet
1 oktober	Arie	Nijkerk
4 oktober	Adri	Veer
8 oktober	Mark	Rijnders
10 oktober	Jos	de Gier
11 oktober	Ariën	Noordegraaf
12 oktober	Carola	Noordegraaf-Boom
13 oktober	Anton	Mudde
15 oktober	Frans	Rademakers
16 oktober	Jan	Molenaar

Van harte feliciteren wij onze clubleden met hun verjaardag. Wij wensen jullie een goed en een gezond nieuw levensjaar. Tevens verwelkomen wij 2 nieuwe leden. Het zijn Erwin van Delzen uit Capelle aan den IJssel en Kees Hoogendijk uit Krimpen aan den IJssel. We hopen dat Erwin en Kees zich snel 'thuis' zullen voelen bij onze mooie fietsvereniging! Het aantal leden is hierdoor gekomen op: **144**.



Plieger Sport ... wie zijn wij ...

Wanneer u informatie over een racefiets of mountainbike (ATB) wilt hebben of een aankoop wilt doen.

Dan kunt u bij ons verwachten: voldoende persoonlijke aandacht, om de juiste maat te bepalen wordt u op onze pasfiets gemeten. Wij hebben een ruime keus zowel in fietsen, kleding en accessoires omdat wij gespecialiseerd zijn in race- en atb- fietsen. Daarnaast wordt er na aankoop een goede service verleend. En er staat altijd verse koffie klaar voor iedere klant.



Plieger Sport

Gorinchemsestraat 78
4231 BJ MEERKERK
Telefoon: 0183 - 35 2479

- ⚡ Waar Wielrenners/Liefhebbers door Wielrenners worden geholpen
- ⚡ Meting dmv Pasfiets
- ⚡ Enorme ervaring in alle Wielerdisciplines
- ⚡ Pure specialist in Race tot in de kleinste details
- ⚡ Werkt uitsluitend met de beste merken ter wereld en hebben ze ook op voorraad
- ⚡ Kwaliteit, Service
- ⚡ Gespecialiseerd in RACE en ATB (Ruim 500 fietsen/frames op voorraad!!)
- ⚡ Ruim 800 paar schoenen op voorraad
- ⚡ Gratis koffie/thee
- ⚡ Gratis Parkeren
- ⚡ 3 Koopavonden

Openingstijden:

Maandag, Woensdag	van 9.00 tot 18.00 uur en
en Vrijdag	van 19.00 tot 21.00 uur
Dinsdag	van 9.00 tot 13.00 uur
Donderdag	van 9.00 tot 18.00 uur
Zaterdag	van 9.00 tot 17.00 uur

Biesboschtocht(door u zelf in te vullen) september 2020

We starten dit bijzondere jaar, individueel of in groepjes aan de overkant van het veer bij Krimpen aan de Lek en Kinderdijk. Het bekendste verhaal over het ontstaan van de naam Kinderdijk gaat terug naar 1421 tijdens de grote St. Elisabethsvloed. Toen de ergste storm geluwd was, ging men de dijk op om te kijken wat er te redden viel en zag men in de verte een wiegje aan komen drijven. Men had geen hoop dat daarin nog iets levends zou zijn, maar toen het dichterbij kwam zag men toch beweging. Toen het nog dichterbij was gekomen zag men dat een kat het wiegje in evenwicht hield door heen en weer te lopen zodat er geen water in het wiegje kon komen. **Er bleek nog een baby in te liggen, die rustig en droog sliep.** Een ander verhaal is dat de naam



Kinderdijk ontstaan is doordat de dijk mede is tot stand is gekomen door **kinderarbeid**. Kan ook zijn, dat de naam komt omdat het een lager dijkje was, een **kinderdijkje dus**. Altijd fijn dat je er je eigen interpretatie van kan maken, maar we zijn gekomen om te fietsen en dat doen de 45 km fietsers dit jaar aan de hand van knooppunten (voor de professionals is er ook een track te downloaden van onze webpagina). Zij gaan via Alblasserdam en Papendrecht

over de Baanhoekbrug naar het prachtige stukje Dordtse Biesbosch dat bekend is om zijn mooie landschappen en wandel en fietspaden. Daar is vast in Stay Okay of bij het Biesbosch museum wel een bakje koffie te scoren. Dan maken we daar een mooi rondje over de verschillende 'platen', zoals de Janusplaat, Noorderplaat, Hoge Biezenplaat, Tongplaat, Benedenste en Bovenste Beversluisplaat en de Koekplaat, waar men optimaal kan genieten van de daar gevormde natuur.

De 75 km rijders worden ook gegidst door knooppunten of/en een track dit jaar. Zij gaan over Bleskensgraaf en Molenaarsgraaf naar Ottoland, tot in de jaren 80 telde het dorp twee straten, met de namen A en B (de boeren moeten gedacht hebben, we gaan de namen niet te ingewikkeld maken). Vanaf het moment dat er ook nieuwbouw in



het dorp verscheen, kreeg het dorp er ook "echte" straatnamen bij en zijn ze gelukkig niet het hele alfabet afgegaan. We gaan over de bekend Sint Jacobsbrug. In februari 1986 kwam Ottoland landelijk in het nieuws door een grote brand, waarbij een aantal monumentale boerderijen sneuvelden. Na Giessenburg gaat het dan bij Gorinchem de brug over naar Werkendam de geboorteplaats van Ir. Anton Mussert, ingenieur en later oprichter en leider van de



Nationaal-Socialistische Beweging (NSB) en dat was een minder prettig figuur zoals we allemaal uit de geschiedenisboeken weten. Gelukkig is ook Piet van den Hoek daar geboren, hij was verzetsman in de Tweede Wereldoorlog. En naar hem

werd terecht een fietspad genoemd. Dan komen zij al snel in het Nationaal park De Biesbosch en fietst men hopelijk voor de wind langs de verschillende "Gaten" (Galeigat, Gat van den Haan, Boomgat en Diepgat) en tal van andere gaten naar het veer dat u van de Brabantse Oever van Werkendam naar de Kop van 't Land van Dordrecht brengt. **(let op daar is een mondkapje verplicht op dit moment van schrijven)** Daarna wordt er gekoerst naar de Baanhoekbrug om zo door de Alblasserwaard weer naar het startpunt te brengen. De 125 km rijders bepalen hun route met een track.

Zij volgen na een prachtig stukje Alblasserwaard, de Lek bij Gelkenes/Schoonhoven, om vervolgens bij Lexmond de groene velden in te duiken en via Hei- en Boeicop en Schoonrewoerd naar Leerdam te rijden. Hei- en Boeicop is een agrarisch dorp met enkele transportbedrijven. Het heeft een aantal monumentale boerderijen en een volledig gerestaureerde **wipwatermolen**, de Hoekmolen. Ze hebben er zelfs een Schuttersgilde samen met Lexmond. Het St. Martinus en St. Antonius Gilde werd in 2005 weer heropgericht en was destijds het enige schuttersgilde in Zuid-Holland. Daarna



rijden we bij Acquoy langs de altijd mooie Linge naar Asperen. Dan door het niet minder fraaie Lingebos en een stukje langs De Arkel naar Gorinchem. Daarna kunnen 125 km fietsers hun hart ophalen aan het fraais dat reeds beschreven is bij de 75 km tocht, want daar sluiten de tochten weer op elkaar aan.

Ja en er is nog meer mogelijk, namelijk de 160 km, ook per track natuurlijk. Zij



maken nagenoeg dezelfde fietstocht als de 125 km rijders, maar gaan over Culemborg en Geldermalsen een extra ommetje maken. Niet geheel ten onrechte want zij krijgen als extra een geweldig stukje langs de Linge over de prachtige dijkes en langs het landgoed Heerlijkheid de

Mariënwaerdt. Het zal de inspanning waard zijn, dat staat vast.

IK wens namens het bestuur u allemaal een mooie tocht toe. We blijven voorzichtig en houden de regels tegen besmettingsgevaar in acht. Maar we blijven ook met elkaar aan een goede geestelijke en fysieke conditie van ons zelf werken.

Paul Schouten

DE RACE EN MOUNTAINBIKE SPECIALIST

Slingerland fietsen

SHIMANO
SERVICE CENTER

HOOGSTRAAT 142, 2851BK HAASTRECHT
INTERNET: WWW.SLINGERLAND-FIETSEN.NL
TELEFOON 0182-50 24 52
MAANDAG GESLOTEN-VRIJDAGAVOND KOOPAVOND



*Rabobank
Krimpenerwaard*

*ondersteunt graag
lokale activiteiten.*

VOLG ONS OOK OP



Rabobank Krimpenerwaard wil graag betrokken zijn bij de lokale gemeenschap. Daarom gebruiken wij een deel van onze winst om verenigingen en stichtingen in de Krimpenerwaard te ondersteunen met een bijdrage uit ons donatiefonds.

www.rabobankkrimpenerwaard.nl

Een aandeel in elkaar



Rabobank

B & C - groep

Clubritten op de woensdagen (B en C groep)

Vertrek vanuit de Loet om **09.00 uur**.

Op woensdag hebben de B-groep en C-groep hetzelfde start- en koffieadres.

Vertrek B+C groep om 09.00 uur vanuit restaurant 'De Loet' o.l.v. Hennie Wilke en Wim Verwaal (Wim wordt i.v.m. zijn blessure tijdelijk vervangen door Hans Griffioen)

Afstand circa 90 km (afhankelijk van de weersomstandigheden)

- 26 augustus Theetuin 'de Viking' in Nieuwendijk
- 2 september Boerderij de Boerinn - Kamerik
- 9 september Fort Bakkerskil - Nieuwendijk
- 16 september Stadsboerderij - Zoetermeer
- 23 september Eetcafé De Zwaan – Schoonrewoerd
- 30 september Wapen van Maeslant via de Maeslandkering
- 7 oktober Restaurant Bellevue - Willemstad
- 14 oktober Brasserie Buurman - Poederooijen
- 21 oktober Koffiehuis De Hooiberg - Schipluiden
- 28 oktober De Vang – Nootdorp

Vragen of suggesties ?? Graag via app. of mail
wimverwaal@outlook.com / tel: 06-10383942



B - groep

Clubritten B-groep op de zaterdagen van de maanden september en oktober.

Vertrek 08.30 uur vanuit My Healthclub (MHC)

5 september Het Wapen van Maeslant - Maasland

12 september De Zwaan – Schoonrewoerd (dit is de aangepaste Biesboschtocht van 2019)

19 september Camping De Koekoek – Tienhoven

26 september Boerderij de Boerinn – Kamerik

3 oktober De Hooiberg – Schipluiden

10 oktober De Klip – Wassenaar

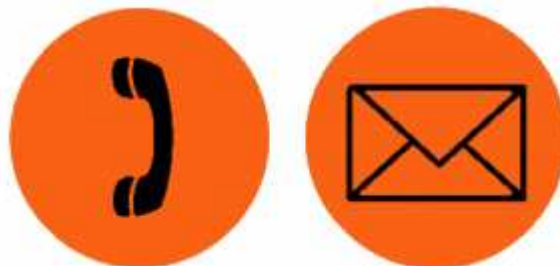
17 oktober De Klinker – Noorden

24 oktober Fort Bakkerskil – Nieuwendijk

31 oktober De Batterij – Strijensas

Zijn er vragen: bel of mail:

Tel.: 010-4886622/E:hennie.wilke@gmail.com



C - groep

Clubritten C-groep op zaterdag t/m oktober o.l.v. Adri Boele
(bij afwezigheid is Kees Gelderblom de vervanger)

Vertrek vanuit Brasserie Crimpenerhout om 09.00 uur (open vanaf 08.30 uur)

22 augustus De Eerste Aanleg – Nieuwkoop

29 augustus Klein Giethoorn – Hazerswoude

5 september De Biesboschtocht – 75 km

12 september Nogmaals naar Zuidland – 120 km

19 september De Beuk in Puttershoek

26 september Bonjour in Bodegraven – 85 km

3 oktober Plassentocht

10 oktober De Sfeerstal in Nieuwveen

17 oktober De Banaan in Ooltgensplaat – 100 km

24 oktober De Koekoek in Tienhoven

31 oktober Bij goed weer: Leimuiden – 125 km

Zijn er vragen: bel of mail:

tel. 06-14238738/

E:adri.boele@gmail.com



Samenvatting alle clubritten:

Dinsdagavond vertrek om 18.30 uur vanuit My Healthclub (MHC).

Laatste avond 29 september

Woensdag vertrek om 09.00 uur vanuit restaurant De Loet te Lekkerkerk

Donderdag Brede Bandengroep, de deelnemers krijgen daarover bericht van Kees en/of Jan

Donderdagavond 19.00 uur vertrek vanaf de surfplas.

Laatste avond 24 september

Zaterdag vertrek om 08.30 uur vanuit MHC de **A en B groep**

Zaterdag vertrek om 09.00 uur vanaf Brasserie Crimpenerhout de **C groep**



M. DE KONING
thuis in mobiliteit



UW DEALER VOOR VOLKSWAGEN EN AUDI
In de regio Rotterdam



M. DE KONING
thuis in mobiliteit

Opelle s/d Diesel Wannerhoek 5-7, 1B (010) 45 95 400
Rotterdam Vianenlaan 40-4A (010) 420 71 11
Kralingen s/d Diesel Stormpolderweg 38 (0180) 66 95 00
www.mdekoning.nl



M. DE KONING
thuis in mobiliteit



KETELVERVANGING
SERVICE & ONDERHOUD
ZONNEPANELEN
BEL (0180) 66 41 41

Luijten Installatietechniek
Verlengde Luijtenstraat 4, 2941 CH Lekkerkerk



De doorgeefpen door Leen de Langen

Mijn sportieve leven.

Doordat ik heel mijn leven op kantoor heb gezeten, heb ik altijd getracht om zoveel mogelijk te sporten. Allereerst ben ik lid geworden van sportvereniging "Thor" (Tot heil onze ribbenkast) en ben toen gaan trimmen, rondjes lopen, oefeningen, volleyballen enz.

Ik deed het heel graag en vond het een heerlijke ontspanning, vandaar dat ik ook 62 jaar lid ben geweest en tot erelid ben benoemd.

Ik was enthousiast geworden en in 1988 besloot ik ook lid van toerclub De Waardrenner te worden terwijl ik nog maar sinds kort op een racefiets reed. Zij fietsten met voorrijders, nooit van gehoord, en dat leek mij ideaal. Toen heb ik tijdens deze fietstocht Arie Geneugelijk en Jan van Woudenberg ontmoet en met hen ben ik heel veel jaren blijven fietsen, twee clubgenoten die hetzelfde gevoel hadden als ik. Arie is overleden en Jan is geen lid

meer. Nu fiets ik al 10 jaar met Leo van Vliet uit Polsbroek, alleen in de zomermaanden. Hij komt altijd 'smorgens om 09.30 uur naar Bergambacht en dan starten we vanaf De Viersprong ('t Ting van Durp).

Het feit dat ik voor mijn leeftijd nog redelijk gezond ben (93 jaar oud) en nog steeds lange toertochten maak mag gerust uniek worden genoemd. Als ik het goed heb gehoord schijn ik het oudste lid van de vereniging te zijn.

Ik ga nog altijd drie keer per week op pad en laat per rit zo'n 60 km onder mijn wielen door glijden. Dikwijls naar Alphen aan den Rijn waar ik dan een bakkie doe met mensen van wielclub Avanti.

Heel gezellig.

Verder kom ik regelmatig in de volgende plaatsen:

Vinkeveen, Woerden, Dussen, Kop van 't Land, Buren, Austerlitz, Rotterdam, Zoeterwoude, Vianen, e.a.

Ook heb ik langere ritten gereden o.a naar:

Nieuwpoort Z.H.-Nieuwpoort (België), Bunschoten/Spakenburg, Voorthuizen, Haarlem, Zaltbommel,

6 x 11-stedentocht, 2 x Afsluitdijk rond, 2 x Emmerich Duitsland, 6 x België,

1 x Texel-De Wael, 32 x Drentse Rijwielvierdaagse en heb ik 6 x de 9 dorpentocht

gefietst.

Ik wil nog even het volgende mededelen, dat zoals eerder vermeld ben ik 32 jaar lid van De Waardrenner en heb gemiddeld circa 10.000 km per jaar gefietst, dit is in totaal 320.000 km.

Als ik het goed heb uitgerekend heb ik nu 8 keer de aarde rond gefietst, dit is een respectabele afstand. Zoals ik in het begin van het verslag vermeldde, dat ik van plan was om te gaan sporten, heb ik toch hieraan wel een gevolg gegeven en dat doe nog steeds graag.

Daarnaast wil ik nog vermelden dat ik ook nog veel geschaatst heb en veel toertochten heb gereden.

Hier volgen ze:

9-dorpentocht Bergambacht, Lansingtocht Stolwijk, 2-Provinciëntocht Vlist, Middenpoldertocht Woerden, Molentocht Groot Ammers, Rottemeren Oud-Verlaat, Reeuwijkseplassentocht Reeuwijk, Nieuwkoopseplassentocht Noorden, Langeraarseplassen en Papenveer.

Ook gingen wij met een groepje naar de kunstijsbaan De Vechtsebanen in Utrecht om te schaatsen.

Om sportief oud te worden, dat betekent o.a.

1. Regelmatig bewegen.



2. Goed gezond eten en dat geeft veel kracht om een lichaam fit te houden.

Alle sporten samengevat: Fietsen, Trimmen, Volleyballen, Langlaufen, Schaatsen en zwemmen.

Ik heb niet stil gezeten.

Tot slot wens ik u allen een sportieve groet en een goede gezondheid toe.

Leen de Langen

Ik geef de doorgeefpen aan Karel Kleijn



Elles van Schaaik
Managing Director

Koninginnegracht 29
2514 AB Den Haag
T +31 (0)6 55 16 13 80
info@curamaritime.com
www.curamaritime.com

HRM | OUTPLACEMENT | PAYROLL





**Ophaaldienst
beschikbaar**

**In- en verkoop van metaalafval
op het gebied van ferro (ijzer)
en non-ferro zoals koper,
messing, aluminium, RVS, zink,
lood, kabel enzovoorts.**

Voor meer informatie over onze ophaaldienst of
de actuele prijzen kunt u ons bereiken op:

0180-550685

WD Trading BV - Van der Giessenweg 8
2921LP - Krimpen aan den IJssel
info@wdtrading.nl - www.wdtrading.nl

Lezerstip:

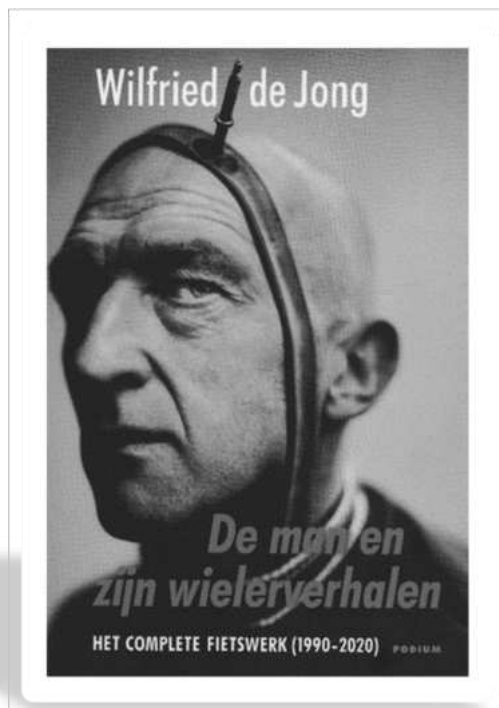
Ook in deze augustuseditie van ons clubblad weer een leestip:

De man en zijn wielerverhalen.

Wilfried de Jong, u allen ongetwijfeld bekend, heeft recent een 526 bladzijden tellend boek geschreven. De schrijvende liefhebber van fietsen, die zelf ook de nodige km's wegtrapt, laat in dit complete fietswerk ons kennis maken met een scala aan verhalen. Ook onze regio waar Wilfried nogal eens fietst, komt in dit boek aan de orde.

Matthijs van Nieuwkerk omschrijft Wilfried als ***“De enige schrijver die op papier kan demarreren”***. Deze kwalificatie vond ik echt meesterlijk. Het leest heerlijk weg. Zijn allemaal korte verhalen. Gemakkelijk bijvoorbeeld om in een vakantie te lezen!

Gijs Zwijnenburg



RESTAURANT

'T HOOGHE WATER

lunch - diner - terras aan het water - feesten - bruiloft

Groenedijk 48 2904 LB Capelle a/d IJssel
010 442 63 05 - www.hooghewater.nl - mail@hooghewater.nl

facebook.com/hooghewater - twitter.com/hooghewater





MY MOVE

SPORT.VOEDING.LIFESTYLE

Specifieke krachttraining onder begeleiding van een instructeur.

Speciaal gericht om uw 'core' te versterken die uw prestaties zullen verbeteren.

Interesse? Maak eens een afspraak met 1 van onze instructeurs,

Bel: 0180 - 580522.



Interview met Diana Kraan van MyMove

Terwijl de kraaien bijnauit de boom vallen vanwege de hitte, heb ik dinsdagmiddag 11 augustus een gesprek met Diana Kraan van MyMove (sport – voeding en lifestyle) aan de IJsseldijk. Het is bepaald géén straf om rond het tijdstip van 16.00 uur in de sportschool te zitten want de

temperatuur binnen is vanwege de airco en luchtbehandeling zéér aangenaam.

Zeker als daarbij een heerlijk kopje koffie wordt geserveerd in de gezellige lounge waar ook menig sporter tijdens 'n break even kan bijkomen door iets te drinken. Koffie, thee, sportdrank met daarbij de mogelijkheid om het dagelijks nieuws tot je te nemen via het AD of ander lokaal nieuws. Intussen schuift ook Jan Willem de Lange aan. U allen wel bekend. Diana



heeft hem gevraagd er gezellig bij te komen omdat deze 'spinninginstructeur' al heel wat jaren bij MyMove rondloopt en alles kan vertellen over spinning. In de loop van het gesprek zal dit onderdeel uitvoerig aan de orde komen.

Diana is vanaf het jaar 2002 al betrokken bij deze sportschool. Eerst als 'sporter' en later als werknemer in dienst gekomen bij MyMove waar zij alweer ruim 15 jaar werkzaam is en momenteel verantwoordelijk is voor de sales en de marketing van deze gerenommeerde sportschool aan de Hollandsche IJssel. Daarnaast bemenst zij ook zo'n 2 tot 3 dagen de receptie. Dit heeft als voordeel dat zij veel mensen kent. Persoonlijke aandacht voor de inkomende en uitgaande bezoeker

van MyMove is haar bepaald niet vreemd. In de loop der jaren is het gebouw waarin voorheen Karwei was gevestigd flink uitgebreid. Zowel in de lengte als in de breedte. Mooie buitenruimtes zijn gecreëerd waarin de sporter zijn zich bepaald niet hoeft te vervelen. Zeker in een tijd waarin het Coronavirus zijn sporen heeft getrokken en ook MyMove 'gedwongen' werd om de noodzakelijke maatregelen te nemen, werd goed nagedacht en inventief te werk gegaan. Hierover later meer.

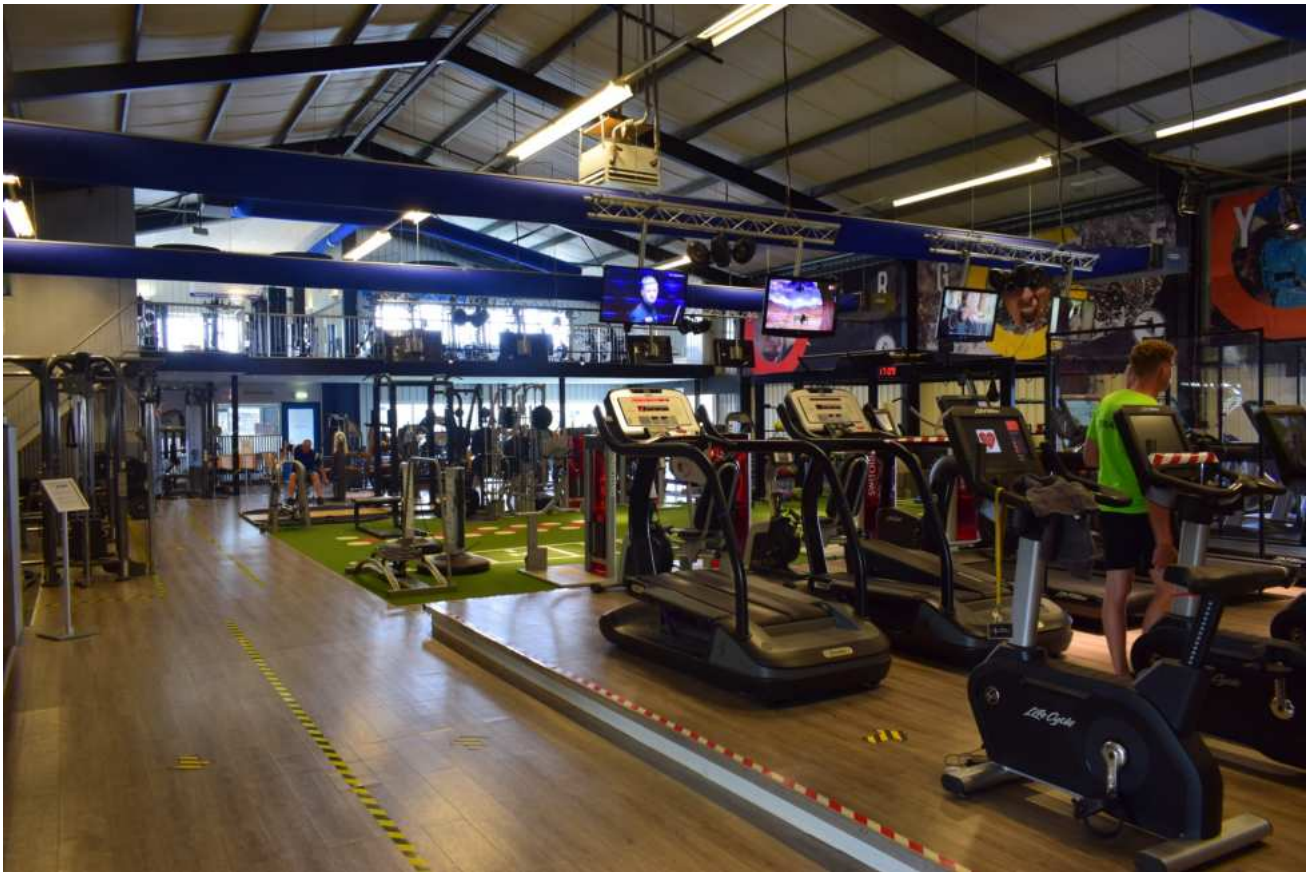


Wanneer je de grote zaal binnengaat valt direct het oog op een tekst die niets aan duidelijkheid te wensen over laat:

“Bewegen is Medicijn - Ga(arantie) voor een actieve leefstijl “. En vervolgens kun je direct de keuze maken als je jezelf de vraag voorhoudt: ‘Wat wil je bereiken?’

6 keuzes worden je voorgehouden: afslanken – conditie – vitaliteit – spierkracht – spiergroei en sportprestaties. Kortom, voor elk wat wils. Zelfs een fysiotherapeut houdt kantoor in MyMove en maakt graag gebruik van de apparatuur voor zijn cliënten. Het bedrijf MyMove is in zijn bestaan flink gegroeid. Het voert te ver als ik alle activiteiten tijdens dit gesprek ga vermelden in dit interview. Onderaan dit interview vindt

u de website van MyMove. Ga op uw gemak deze site is bekijken. U zult er versteld van staan welke activiteiten hier allemaal plaatsvinden. Tijdens mijn rondgang zal dit ook wel blijken. Diana vertelt met groot enthousiasme dat het bedrijf tijdens de Coronacrisis bepaald niet stil heeft gezeten. Integendeel. Zodra de – lockdown – was afgekondigd is men in spoedberaad bijeengekomen. Wat nu te doen? Men ging direct aan de gang om de vele leden die MyMove rijk is, te informeren en lessen voor hen te maken zodat zij thuis zelf aan de slag konden gaan. Voedingsadviezen werden gegeven. Schema's werden gemaild. Via YouTube werden oefenfilmpjes gemaakt. Veel lessen werden online gezet en gratis aangeboden. De leden gingen i.p.v. naar de sportschool te gaan (was immers verboden en deze was ook gesloten) thuis massaal aan de slag. Zo betrokken zelfs dat een lid enthousiast vertelde dat hij in deze periode van – thuistrainen – 20 kg aan lichaamsgewicht verloor. Nou, dat is toch geweldig aldus Diana! Veel leden hebben in deze tijd de



gezelligheid, de sfeer, de contacten gemist. Juist dit aspect staat hoog in het vaandel bij MyMove. Een situatie die gecreëerd wordt omdat MyMove staat voor een persoonlijke, gezellige sfeer waarbij men de fitnessdoelen kan halen. Het team helpt je naar een gezonder en fitter leven zo vermeldt de website. En gelet op het enthousiasme van dit team, kijk ik daar niet van op. Uiteraard krijg ik vanmiddag een 'rondleiding' door de sportschool waarbij ik in één van de ruimten zowaar een kindercrèche zal aantreffen. Waar kom je dit tegen? Ja, hier bij MyMove. Terwijl de ouder(s) aan het sporten zijn worden de 'kleintjes' op een verantwoorde wijze in de crèche 'beziggehouden'. Zelfs een hele grote dansschool maakt onderdeel uit van MyMove. En passant wordt mij verteld dat de lessen Pilates het drukst bezocht worden en dat deelnemers vanuit de wijde omtrek naar de IJsseldijk komen. Kortom echt

voor ieder 'elk wat wils'. Ondertussen gaat de telefoon en moet Diana haar plaats bij de receptie innemen. Dit geeft Jan Willem de gelegenheid mij het bedrijf te laten zien. En ja..... wat verwacht je dan? Géén crèche, géén dansschool. Maar die zijn er toch echt. We komen in de 'spinningzaal'. Het





domein van Jan Willem die daar alweer vele jaren de lessen als spinninginstructeur verzorgt. Alle benodigde certificaten hiervoor zijn in zijn bezit. Een veelzijdig man die naast het spinnen ook nog eens zo'n 20.000 km per jaar wegtrapt op zijn racefiets. Enthousiast vertelt hij dat het géén

straf is om nu (niet deze weken vanwege de extreme warmte) onder een afdak of in een open tent te fietsen. Vervolgens wijst hij op een overkapping die men gebouwd heeft waarop de fietsers een prachtig uitzicht hebben op de IJssel. Jan Willem vertelt e.e.a. over het trainingssysteem op de spinningfiets de zgn. coach by

colours waarbij de 5 kleuren de 5-zones van de hartslag weergeven. De diehards onder onze Waardrennerleden weten daar alles van. Immers heel wat clubleden zijn hier 's winters op de spinningfiets te vinden wanneer het te



gevaarlijk is op de weg (gladheid etc.) of te koud om te fietsen. De fietsconditie kan op deze wijze op peil gehouden worden. Jan Willem en ongetwijfeld andere instructeurs met hem, zullen daar zeker garant voor staan. Maar eigenlijk het gehele jaar door zijn veel Waardrenners te vinden bij MyMove om te werken aan hun conditie.

MyMove hoort bij de 100 beste fitnesscentra van Nederland zo verneem ik. MyMove is tevens lid van de VES (Vereniging van Exclusieve Sportcentra). Hiermee voldoen zij aan de strengste kwaliteitseisen en zijn daardoor ook in

het bezit van een keurmerk. Met een abonnement van MyMove ben je welkom bij alle 100 VES sportcentra in Nederland. Ben je dus ergens op vakantie en in de buurt is een bij de VES aangesloten sportschool aanwezig, meld je en je kunt daar met jouw abonnement een aan een maximum gebonden aantal keer, sporten. Mooi meegenomen toch?

Voordat ik MyMove dinsdag de 11^e verlaat en ik Diana en Jan Willem heb bedankt voor hun tijd en het prettige gesprek dat we mochten hebben, passeren de 6 servicebeloften van MyMove aan mij voorbij: wij ontvangen je met een glimlach – wij kennen je als persoon – wij geven je positieve energie – wij stimuleren je om je doel te behalen – wij bieden je een plezierige, veilige en schone omgeving en je bent welkom bij alle 100 VES sportcentra. Mooi toch!!

Voor informatie over MyMove, zie de website:

www.mymove.nl

Gijs Zwijnenburg



ONZE ZEKERHEDEN



Wij ontvangen u met een glimlach



Wij stimuleren u om uw doel te behalen



Wij kennen u als persoon



Wij bieden u een plezierige, veilige en schone omgeving



Wij geven u positieve energie



U bent welkom bij alle 100 VES sportcentra

RESTAURANT
DE LOET



RESTAURANT DE LOET

Kerkweg 279
2941 LA, Lekkerkerk
info@deloet.nl
0180 66 15 59

- 🔗 Een capaciteit van ±120 gasten
- 🔗 Een terras van nog eens 100 extra zitplaatsen
- 🔗 Gelegen aan een bosrijk gebied
- 🔗 U kunt bij ons terecht voor: Diner Lunch, Feest
- 🔗 O.a. bekend van onze BBQ partijen



RIKKOERT
LEKKERKERKS JUWELIERSHUYS
Lekkerkerk: Burg. Roozstraat 22 (0180) 66 14 90
Schoonhoven: Haven 1-13 (0182) 38 26 51 / 38 58 20
Non Stop Watch

PRISMA
Precies, Prisma.

De fietsenzaak van krimpen aan den IJssel
B. van der Velden Tweewielers

IJsselstraat 33, 2922 AR Krimpen aan den IJssel, 0180-767 298



FACET laat ondernemers beter ondernemen!

FACET Accountants & Adviseurs: 'Kent u ons al?'

FACET is een middelgroot accountantskantoor gevestigd in Capelle aan den IJssel (Fascinatio). U kunt ons niet missen, want we zitten met ons pand direct aan de Abraham van Rijkevorselweg richting de Van Brienoordbrug.

FACET is een toonbepalende dienstverlener, waar mensen werken die ons stoffige imago juist geen eer aan doen. Wij werken graag samen met ambitieuze ondernemers die ook willen vernieuwen, verbeteren en hun groeigrenzen willen opzoeken.

U staat bij ons elke dag centraal en in het middelpunt van ons denken en doen; 'Ondernemers beter laten ondernemen' daar staan wij iedere dag voor op!

Wat houdt u bezig?

Deze vraag stellen wij ons continu. Binnen de accountancybranche is veel gaande. Ons werk maakt een enorme omslag. De jaarrekening is niet langer meer het middelpunt, het is slechts een ijkmoment.

Waar worstelt u mee?

Wat gebeurt er vandaag bij u op de werkvloer? Lopen de processen binnen uw organisatie wel zo efficiënt mogelijk? Welke kant gaat u de komende tijd op om beter te ondernemen?

Deze vragen vinden wij heel belangrijk en hierop laten wij onze dienstverlening aansluiten.

Wij kunnen u vertellen wat wij allemaal doen, zoals andere accountantskantoren. Maar de waarde ligt bij een goede sparringpartner te zijn. De mensen van FACET kruipen graag in uw onderneming om uw blikveld te verbreden.

Business partner

Om deze woorden kracht bij te zetten, nodigen wij u graag uit om kennis te maken. Dit kan ook vrijblijvend via onze FACET Academy. Een terugkerend initiatief voor ondernemers, met interessante workshops. Kijk voor de FACET Academy op onze website.



FACET Accountants & Adviseurs
Fascinatio Boulevard 768-772
2909 VA Capelle aan den IJssel

Postbus 4079
3006 AB Rotterdam
010 452 61 44

info@facet-accountants.nl
facet-accountants.nl
facet-germandesk.de

Meer dan 20 jaar horeca ervaring
in de Krimpenerwaard



DE ARENDSHOEVE

Molenlaan 14 - Bergambacht
T (0182) 300 100 - arendshoeve.nl
De Arendshoeve - Hotel & Restaurant
Arendshoevebergambacht



Molenlaan 16 - Bergambacht
T (0182) 351 300 - pannenkoekenrestaurantonderdemolen.nl
Pannenkoekenrestaurant Onder de Molens
Onderdemolenbergambacht



Raadhuysplein 1 - 5 - Lekkerkerk
T (0100) 661 667 - amictia-lekkerkerk.nl
Amictia Events & Meetings
Amictialekkerkerk



Korte Achterweg 2 - Lekkerkerk
T (0182) 669 761 - huisjevandezeeuw.nl
Huisje van de Zeeuw
Huisjevandezeeuw

SAMENSTELLING BESTUUR

Voorzitter: Paul Schouten, voorzitter@tcdewaardrenner.nl

☎ 06-20466237

Secretaris: Richard van Schaaik, secretariaat@tcdewaardrenner.nl

☎ 06-30956377

Penningmeester en ledenadministratie: Ina de Jong

☎ 0180-682122 penningmeester@tcdewaardrenner.nl

Overige bestuursleden:

Adri Boele, o.a. clubritcoördinator en routecoördinator

(m.m.v. Kees Gelderblom en Wim Verwaal)

adri.boele@gmail.com

☎ 0180-518532 of 06-14238738

Ariën Noordergraaf, PR arien68@icloud.com

☎ 0180-516464

1 vacature



Clubblad: Gijs Zwijnenburg, Carla van Boheemen, Ina de Jong en een heel legertje bezorgers/bezorgsters.

email: redactie@tcdewaardrenner.nl

Website: www.tcdewaardrenner.nl. Webmaster: Jan Willem de Lange

TC de Waardrenner contactadres:

Tijm 49, 2925 SP Krimpen aan den IJssel Rabo

NL92RABO0361920822

t.n.v. TC de Waardrenner (Krimpen aan den IJssel) email: info@tcdewaardrenner.nl

CONTRIBUTIE 2020 TC DE WAARDRENNER

DE NTFU HEEFT DE VERZEKERING IN 2020 VERHOOGD MET € 2,00.

	Afdracht NTFU	Verz. NTFU	Totaal NTFU	Lidmaatschap Waardrenner	Contributie met machtiging	Contributie zonder machtiging
	€	€	€	€	€	€
Hoofdlid	19,54	17,75	37,29	31,86	69,15	70,65
Jeugdlid	19,54	15,75	37,29	15,93	53,22	54,72
M-lid	3,07	-	3,07	31,86	34,93	36,43
Gezinslid	15,90	17,75	33,65	13,25	46,90	48,40
Donateur	n.v.t.	n.v.t.	n.v.t.	15,00	n.v.t.	n.v.t.



LUMA

DRUKWERK, PRINT- EN KOPIEERSERVICE

*Voor al uw Handelsdrukwerk,
verenigingsdrukwerk, familiedrukwerk,
copy- en printservice en grafische
vormgeving.*

't Vaartland 13 • 2821 LH Stolwijk
0182 - 34 27 98 • info@luma-drukwerkservice.nl

BEZOEK ONZE WEBSITE:
WWW.LUMA-DRUKWERKSERVICE.NL

Afz: T.C. de Waardrenner
Tijm 49
2925 SP Krimpen a/d IJssel



de Onderlingen

verzekeren • bankieren • hypotheken



Wordt u
ambassadeur?

**Wilt u uw vereniging helpen met extra inkomsten?
Meld u dan nu aan als lid van De Onderlingen!**

De Onderlingen is trotse sponsor van uw vereniging. Naast deze bijdrage is er nu nog meer sponsorgeld voor uw club te verdienen.

Per nieuw lid voor De Onderlingen ontvangt uw vereniging **€25,00!**

*Minimaal twee verzekeringen, waaronder de brandverzekering.

De Spelregels

- U bent lid van een deelnemende vereniging
- U wordt lid van de Onderlingen

Neem contact op en de Onderlingen zal vrijblijvend een offerte maken voor al uw verzekeringen.



www.underlingen.nl

Kantoor Lekkerkerk
Raadhuisplein 2
2941 BR Lekkerkerk

Kantoor Benschop
Dorp 201 B
3405 BD Benschop

Kantoor Schoonhoven
Doelenplein 11
2871 CV Schoonhoven

Particulier
Zakelijk
Schade

0348 - 45 13 39
0348 - 74 84 49
0182 - 74 87 69

