

September 2024

# Zadepen

Kwartaaluitgave van  
Toerclub Pijnacker



TOERCLUB



PIJNACKER

## IN DIT NUMMER o.a.

- 10 vragen aan Robin van Wijk
- Huidbescherming tijdens het fietsen
- Sponsor in beeld: 247Watersnijden
- Elektrisch fietsen in het peloton
- De zomervakantie van TCP-leden
- De witte trui: Olaf Simonse
- Trots op mijn Fiets: Angela Ammerlaan
- Nieuws van de jeugdcommissie

# VERHUIS- PLANNEN?



Bel voor een vrijblijvende waardebeoordeling

TOERCLUB



PIJNACKER

## Inhoud

	Overpeinzingen uit het peloton	5
	Uit de bestuurskamer	7
	10 vragen aan: Robin van Wijk	9
	Huidbescherming tijdens het fietsen	11
	In het wiel bij: 247Watersnijden	13
	Elektrisch fietsen in het peloton	15
	De zomervakantie van TCP leden	16
	De witte trui: Olaf Simonse	21
	Trots op mijn fiets: Angela Ammerlaan	23
	Jeugdhoek	25
	Korte berichten	29
	Toerprogramma 2024	30

---

*Voorpagina:*

*De jeugd kan naast fiets ook goed klimmen*

## Colofon

**Zadelpen is het clubblad van Toerclub Pijnacker.**

*Redactieadres:* Tessa van Halem-van Rijn, tel 06 21412433, e-mail: [zadelpen@toerclubpijnacker.nl](mailto:zadelpen@toerclubpijnacker.nl)

### Bestuur

*Voorzitter:* Marc van Buijtene.

*Vicevoorzitter (toersecretaris):* Koos Vonk.

*Secretaris:* Frits van Velzen.

*Penningmeester:* Peter van der Meer.

*Bestuurslid (toercommissie):* Kees van der Helm.

*Bestuurslid (pr en internet):* Chris Wauters.

### Contactgegevens secretariaat

Frits van Velzen, tel. 06 22552318, e-mail: [info@toerclubpijnacker.nl](mailto:info@toerclubpijnacker.nl), website: [www.toerclubpijnacker.nl](http://www.toerclubpijnacker.nl).

### Commissies

*PR (clubblad en website):* Tessa van Halem-van Rijn, Martijn van der Linde en Chris Wauters.

*Evenementen:* John Berk en Derek Morsch (tel. 06 25379768).

*Toertochten:* Thijs Reinen (tel. 06 51362690) en Kees van der Helm (tel. 015 3693251).

*Vossenjacht:* Koos Vonk (tel. 015 3694693), Gijs van der Helm, Marco Nederlof en Aad van Leeuwen.

*Jeugd:* Marloes Gravesteijn (tel. 06 14215115), Johan Koks en Arthur Kalkman.

### Financiën

De contributie moet vóór 15 december worden voldaan (bij voorkeur via automatische incasso).

Opzegging van het lidmaatschap moet vóór 1 december van het kalenderjaar. Het verenigingsjaar van Toerclub Pijnacker loopt van 1 januari t/m 31 december. De actuele contributietarieven staan vermeld op de website: [www.toerclubpijnacker.nl](http://www.toerclubpijnacker.nl). De contributie is inclusief het lidmaatschap van de NTFU en een aanvullende verzekering bij ongevallen en aansprakelijkheid.

Rekeningnummer Toerclub Pijnacker: IBAN NL91RABO 0154 5604 48.

**Vertrouwenspersoon NTFU:** Martine van de Veen (tel. 06 82392473, e-mail: [mvandeveen@ntfu.nl](mailto:mvandeveen@ntfu.nl)),

**Gemeente Pijnacker-Nootdorp:** [vertrouwenspersoon-sport@Pijnacker-Nootdorp.nl](mailto:vertrouwenspersoon-sport@Pijnacker-Nootdorp.nl)

**Vormgeving, druk en verspreiding** Impressed print & sign, Pijnacker





**BEZO**  
ZONWERING B.V.

Ouderwetse service & kwaliteit

Vraag vrijblijvend een offerte aan en profiteer van onze aantrekkelijke prijzen, gunstige levertijden en vanzelfsprekend de service en kwaliteit die u van Bezo gewend bent.



bezozonwering.nl  
015 369 6837

Werkplaats & Showroom  
Industrieweg 13 2641RM Pijnacker

**Fly-Out** ✓

Omdat er meer in zit! Part of Fly-Out

## Welkom! Stads-koffyhuis, het omfietsen waard voor koffie en appeltaart!

Bijna een halve eeuw oud, maar zeker niet van gisteren. Het Stads-Koffyhuis combineert de gezelligheid van toen met de culinaire mogelijkheden en de kwaliteit van nu. In de 'Huiskamer van Delft' maakt u kennis met ambachtelijke streekproducten en winnende creaties op de kaart. Of dat nu de huisgebakken appeltaart is, de geurende pannenkoeken, de rijkelijk belegde hamburgers, koffie en cappuccino, lunch, high-tea of diner!



Oude Delft 133  
2611 BE Delft  
www.stads-koffyhuis.nl



Burgers Archief Service

www.baservice.nl



**Kwaliteit is de norm  
Perfectie een uitdaging**

## Archief Totaal Oplossingen

Voor al uw vragen over (digitale) informatievoorziening

van advies tot begeleiding/training(en)  
van uitvoering tot (totale) uitbesteding  
en ook vernietiging van archieven

T: 06-10290894

Kievitsbloem 27 | 2631 TV Nootdorp

I: www.baservice.nl | E: info@baservice.nl

## Overpeinzingen

# Strak in de lak

**Tijdens een van de pasavonden voor het nieuwe tenue moest ik ineens denken aan de term “gesoigneerd”. Wanneer je besluit om als wielrenner door het leven te gaan, maak je de overstap van de wereld van de niet-wielrenners naar die van de wielrenners. Dit brengt onvermijdelijk de gevolgen van deze keuze met zich mee. Zoals vaak het geval is bij keuzes, kun je niet alles van tevoren overzien. Je zult tijdens het proces ervaring moeten opdoen om een echte wielrenner te worden. De paservaring was er zo eentje.**

Een van de gevolgen van wielrenner worden en blijven, is dat je er altijd gesoigneerd uit moet zien. Dit betekent dat je er verzorgd en netjes uitziet, dat het totaalplaatje in orde is. En dat geldt niet alleen wanneer je fris gedoucht en klaar voor vertrek op je racefiets stapt, maar gedurende de hele rit en erna. Zelfs als je last hebt van pijntjes, grillige weeromstandigheden of mentale dipjes, zoals “hoe lang nog, help”, laat je aan de buitenkant niets merken. Je blijft die beheerste wielrenner, die sportieve en goed uitziende wielrenner in het verkeer, ongeacht hoe je je van binnen voelt.

Maar goed, tijdens de pasavond zag ik mijn medeclubgenoten in al hun soorten en maten aan het passen. Van kleiner naar groter, van de lichtere berggeiten tot de zwaardere polderstampers. Bij deze passie in de gezamenlijke kleedkamer was er geen ondersteuning aanwezig in de vorm van een zorgzame echtgenoot of partner, zoals je dat bij het winkelen soms hebt. Er was ook geen verkoopster die aan de andere kant van het gordijn stond te wachten om te zeggen als je het pashokje uitspringt: “Oh, het staat je geweldig!” of “Probeer deze eens”.

Nee, hier moesten we elkaar ondersteunen, net zoals we tijdens de ritten doen. “Mmm, als ik jou was, zou ik een maatje kleiner proberen.” Of: “Wat zie jij er goed uit in dat maatje XL!” Of: “Deze valt wel groot voor een M’etje, volgens mij is hij eerder gepast door iemand van maatje XXL.” En dan is er nog de manier waarop men zichzelf kritisch in de spiegel bekijkt: hoe zal dit er volgend jaar uitzien? Ben ik dan nog dezelfde atleet en moet ik nu bestellen op de groei of de krimp.

Het hele tafereel deed denken aan een rituele dans van een beginnend choreograaf, gedreven door een gedachte die iedere wielrenner kent: ik wil er goed en verzorgd uitzien en de naam van de wielrenners hooghouden. Zelfs de bijpassende blik werd geoefend, die ondoordringelijke uitdrukking die niets verraadt van wat er vanbinnen speelt. Want wielrenners weten dat er altijd naar het totaalplaatje van elkaar wordt gekeken en dat je er gesoigneerd uit moeten zien.

*HaRo*



# ARCTIC

KOEL & VRIES LOGISTIEK

Wij houden ons nu voornamelijk bezig met de opslag van vlees-  
produkten en fruit. Ook wordt er veel vlees verpakt en ingevroren  
in de vriesbunkers.

Met een opslagcapaciteit van 60.000 m<sup>2</sup>, geconditioneerde laad-  
en losruimtes, 6 docs voor laden en lossen kunnen wij u groot-  
schalig van dienst zijn op het gebied van opslag.



Voor meer informatie: [www.arctic.nl](http://www.arctic.nl)

*Uit de bestuurskamer*

## Vakantie, genieten...

**Voor veel leden was het vakantietijd en het is uiteindelijk ook nog goed weer geworden. Even met volle teugen genieten van de zon en de wielerrondes in onze gemeente met een speciale editie van de ronde van Pijnacker met haar 65ste verjaardag.**

Eerst Nootdorp, het was een feest langs de hekken van de wielerronde. Het was mooi weer en er was een groot scherm om de Olympische Spelen te volgen. Het was niet alleen gezellig, maar ook spannend of de hockeymannen goud zouden halen. En dat deden ze, wat een herrie kunnen wielierliefhebbers dan maken.

Ook de 65ste ronde van Pijnacker was weer goed bezocht en met de derny's als eindshot zat de sfeer er goed in. Het blijven mooie evenementen. Zullen we volgend jaar ruimte in de agenda maken en allemaal trainen voor de ronde van Nootdorp en Pijnacker? Als leden meedoen met de ronde is het niet alleen gezellig, maar trekt zeker ook publiek (familie).

We hebben het druk gehad met de sportzomer dit jaar. Voetbal, de Tour en de Olympische Spelen. En wat denkt u van de Tour de Femmes? Nederland stond op zijn kop met een mooie reclame voor Rotterdam, het Westland en de organisatie in Nederland. Demi Vollering leek op een eenvoudige Tourzege af te gaan, maar een val bij een onoverzichtelijke rotonde gooide roet in het eten. Of was het juist weer leuk kijken naar de Tour? Ja, het was zeker heel spannend en dan op 4 seconde de Tour verliezen (niet winnen) is best zuur!!

TCP kon in de vakantie elke zondag haar vrije ritten weer vanuit het Baken starten. Daar is goed gebruik van gemaakt. Vanaf 25 augustus zijn de toertochten voor het klassement weer begonnen. Lekker toeren in prachtig weer.

Dan zijn we goed op dreef met kledinglijn 3.0. Met drie zeer druk bezochte pasavonden zal iedereen weer in het nieuwe tenue kunnen rijden. Dit keer zullen we er vier jaar over doen. De verhoging van de kosten hebben we op die manier weten te beperken voor de sponsors, die ons altijd trouw zijn.



Gesproken over de sponsors, die hebben we op 12 september nog een keer in het zonnetje laten rijden. We reden Zaken tussen de Spaken gevolgd door een diner die meer dan verdiend is, gezien de bijzonder goede regeling met de kleding voor alle leden.

Geniet nog van mooie weer. De vakantie is voor velen voorbij, maar we kunnen nog altijd zondagmorgen op de fiets stappen. We zien je graag weer in het Baken op de fiets.

*Namens het bestuur,  
Marc van Buijtene*

Kees van der Helm



Tuinbouw- Loonbedrijf

Kleingrondverzet

Graafwerkzaamheden

Beschoeiing en vlonderbouw

*Maar u kunt Kees van der Helm ook gerust bellen voor diverse particulieren klussen, zoals bijvoorbeeld het ophogen van uw tuin en straatwerk of het vervangen van ondergrondse afvoeren en leidingen, kortom voor alle graafwerkzaamheden om uw huis en/of bedrijf kunt u dus ook bij Kees van der Helm terecht.*

015-3693251 - 06-51573258 - [www.vdhelmkleingrondverzet.nl](http://www.vdhelmkleingrondverzet.nl)



**ONDERHOUDSBEURT EN APK  
GEEN GEDOE, GOED GEREgeld!**

**Maak vandaag nog een afspraak ...**

Pastoor Verburghweg 2a, 2651 LC Berkel en Rodenrijs

010-5113469 | [autofirst-garagelangelaan.nl](http://autofirst-garagelangelaan.nl)

# 10 vragen aan...



**1 Naam?** Robin van Wijk

**2 Leeftijd?** 26 jaar.

**3 Beroep?** Adviseur over biologische plaagen ziektebeheersing in de glastuinbouw voor Koppert.

**4 Waarom fiets je?**

Ik ben begonnen met wielrennen doordat een jeugdvriend van mij het weleens had over het fietsen bij de Toerclub. Daarom heb ik eens een rondje gemaakt op zijn leenfiets van TCP. Zodoende kreeg ik er wel oren naar om eens mee te rijden bij de jeugd van de Toerclub toen ik 12 jaar was. Ik reed toen vaak in de jeugdgroepen bij onder andere Demi Vollerling, Ide Schelling, Frank Vollebregt en Jeroen van der Meer. Het is gaaf om te kunnen zeggen dat een deel daarvan nu echt bij de wereldtop meestrijdt! Uiteindelijk ben ik doorgestroomd naar de volwassenen en hier kon ik steeds weer in een snellere groep meerijden. Ik wil dan ook iedereen bedanken met wie ik samen heb gereden!

Ongeveer een jaar of 10 geleden ben ik ook (trainings)wedstrijden gaan rijden en daar haal ik nu veel lol uit om met koersinzicht en pure kracht tegen anderen te strijden.

Daarnaast is het heerlijk om te genieten van de natuur om je heen, nieuwe plekken te zien en tussendoor een goede bak koffie met een appel-puntje te pakken. Ook het beklimmen van hoge gebergtes is een leuke uitdaging, als je man tegen man kan rijden.

**5 Hoeveel fietsen heb je in bezit?** 5 fietsen.

**6 Wat voor soort fietsen?**

Een Racefiets Trek Alpha, Cyclocrosser Apex Terra-e, MTB Cube Agree, BMX fiets en een stadsfiets.

**7 Hoeveel km fiets je per jaar?**

Ongeveer 5000 tot 6000 km per jaar.

**8 In welk(e) land(en) heb je gefietst?**

Nederland, Duitsland, België, Frankrijk, Spanje, Kroatië, Vietnam, China, Amerika.

**9 Wat is je meest memorabele fietstocht en waarom?**

Tot nu toe het rijden van Le Marmotte in Frankrijk. Ik heb deze gereden toen ik net klaar was met mijn middelbare school. Ik was op dat moment 17 jaar en heb toen deze Granfondo gefietst met de volgende bergen: Glandon, Télégraphe, Galibier en de Alpe d'Huez. Het was die dag in het dal heel warm en bovenop de bergen heel koud. Dit was echt afzien, maar wel een hele mooie herinnering met super uitzichten!

**10 Wat staat er nog op je fietsverlanglijstje?**

Graag zou ik nog eens een meerdaagse bikepacking trip maken, met volle bepakking en de eigen tent mee. Of een gravelwedstrijd als Unbound.

**Aan wie geef je het stokje door voor een**

**volgende 10-vragenlijst?** Bas Molijn. Samen rijden we bij de AvantiCycling vriendengroep waar we vaak mee op pad gaan met fietstochten, zoals de Amstel Gold Race



Noord-West • Reesloot 15a, 2641 PM Pijnacker • 015-3641992

# *Ik zie, ik zie* WAT JIJ NIET ZIET

Medisch Trainings Centrum (MTC) de Viergang is dé fysiotherapiepraktijk in Pijnacker. Na een uitgebreide anamnese en onderzoek door middel van echografie wordt een plan gemaakt voor de behandeling. Binnen onze praktijk hanteren wij een actieve benadering. Wij beschikken over een ruime oefenzaal met een groot assortiment aan moderne en functionele trainingsapparatuur.



**Fysiotherapiepraktijk MTC de Viergang**  
Noordweg 77, 2641 ZA Pijnacker, (015) 3699710,  
balie@mtcdeviergang.nl, www.mtcdeviergang.nl

# Smeren, smeren, smeren!

Nu denkt natuurlijk iedereen een verhaal over uitkoken, smeren en waxen van kettingen te gaan lezen. Maar nee, ik ga iets vertellen over het smeren van de machine die de fiets aandrijft. En dan niet over het motorische gedeelte van het lichaam dat we voeden met olijfolie, roomboter of noten- en visolie. Nee, hier volgt een klein verhaaltje over het smeren van het uiterlijk; je huid.



## Huidkanker

20% van de Nederlanders krijgt te maken met een vorm van huidkanker. Huidkanker is de meest voorkomende vorm van kanker. Het wordt voornamelijk veroorzaakt door inwerking van de zon op je huid. Ieder weet dat een beetje zon op de huid goed is voor je lichaam, onder andere om vitamine D aan te maken. Het idee van er lekker bruin uit zien en dat dat gezond zou zijn, is al lang achterhaald. Veel zon en daardoor bruin bakken, verouderd de huid en verhoogt enorm de kans op huidkanker. Bij 50% van de 45-plussers komt door het jarenlange opeenstapelen van zonnuren een voorstadium van huidkanker voor.

## Voorkomen van huidkanker

Door beschermende kleding, petten, niet zon-

nen tussen 12 en 3 uur en smeren met een hoge beschermingsfactor kun je verbranden van de huid voorkomen. Voor fietsers is dit natuurlijk lastig. Fietsers staan bloot aan veel zon en hebben meer kans op verbranding. Denk daarbij vooral aan gezicht, oren, bovenzijde onderarmen en handen. Een helm geeft bescherming aan je hoofd, maar oren moeten dus echt gesmeerd worden. Het dragen van fietshandschoentjes is heel belangrijk om je handen te beschermen bij een val maar beschermen ook de bovenzijde van je handen tegen verbranden. Armen, bovenzijde benen en gezicht moeten met een hoge beschermingsfactor worden ingesmeerd. Je mag je voorhoofd vergeten, die zit in de schaduw van je helm en als je erg zweet kan de zonnebrand je ogen irriteren. Neem op je fietstocht een klein flesje zonnebrand mee, zodat je je na de koffiepauze opnieuw kan insmeren.

## Belangrijk

Bescherming door smeren en kleding is dus heel belangrijk. Controleer ook regelmatig je huid en vooral moedervlekken op veranderingen. Ga bij twijfel langs de dokter. De diagnostiek is sterk vereenvoudigd en ook de meeste behandelingen zijn tegenwoordig bij tijdige diagnose minder ingrijpend. Houd je huid in de gaten en... ook onderweg... smeren, smeren, smeren!

*Louis van der Meijden*

Tijdens de warmere dagen staat er bij het Baken een fles zonnebrand om in te smeren, voor als je het thuis vergeten bent. Ook komend voorjaar zal de fles weer tevoorschijn komen. Belangrijk blijft wel om er vooral thuis aan te denken.

# Altijd kunnen werken door slim IT gebruik

015 - 20 00 015  
 info@support-it.nl  
 www.support-it.nl

**SUPPORT IT**

# ENJOY YOUR RIDE

M. +31 (0)6 205 442 56    LOCATION  
 E. verkoop@lgflowers.nl    Melenstraat 9  
 I. www.lgflowers.nl        2641NJ Pijnacker • NL

## Ook adverteerders in de Zadelpen?

September 2022

### Zadelpen

Kwartalaufgave van Toerclub Pijnacker

**TOERCLUB PIJNACKER**

**IN DIT NUMMER o.a.**

- De nieuwe fiets van Derek Morich
- Reisverslagen - TCP als on tour
- 10 vragen aan René Aalmeijer
- De witte trui: Ouders en Ouders Woonwinkels
- Sponsor in beeld: Timon van Wilchen
- De Jeugthoek
- Wielervedspodcast
- Toerprogramma 2022

December 2022

### Zadelpen

Kwartalaufgave van Toerclub Pijnacker

**TOERCLUB PIJNACKER**

**IN DIT NUMMER o.a.**

- De nieuwe fiets van Kees van der Helm
- Woonwinkels voor dummers
- 10 vragen aan Roland van Lierouwen
- De witte trui: Femke Bloemendaal
- Sponsor in beeld: Frans Bierman (houtspa)
- Witlig vaartijd op de fiets
- De Jeugthoek

December 2022

### Zadelpen

Kwartalaufgave van Toerclub Pijnacker

**TOERCLUB PIJNACKER**

**IN DIT NUMMER o.a.**

- Sponsor in beeld: Support IT
- MTB route rondom Pijnacker-Noordorp
- 10 vragen aan Leo Bakker
- Fris op de banden: 7 tips voor onderhoud
- De witte trui: Richard Krijg
- Interview: Gezond Rijden

Voor 2024 hebben we nog enkele mogelijkheden!

**Interesse?**  
 Neem dan contact op met de redactie, of met **Marc van Buijtene** of **Peter van der Meer** van de sponsorcommissie.

*In het wiel bij:*

## Marco Nederlof van 247Watersnijden

**Als er één sponsor is die veel doet voor de club, dan is het wel 247Watersnijden. Directeur en TCP-lid Marco Nederlof gaf een rondleiding in hun spiksplinternieuwe pand aan de Verlaatweg in Pijnacker. Trots vertelt hij over de groei en stappen die het bedrijf heeft gemaakt.**

### Technisch hoogstandje

“Het watersnijden is een technisch hoogstandje en wij zijn daar echt in gespecialiseerd”, aldus Marco. Met vijf machines worden dag en nacht alle klanten bediend. Met water kun je veel verschillende materialen snijden tot wel 200mm dik en ook dan nog zo goed als haaks. Dat moet alleen wel op hoge druk gebeuren. “Het water wordt bij ons op 5.000 (!) bar gezet waarna de snijkop zich netjes door al het materiaal heen werkt.” De metaaltechnicus gaat enthousiast verder: “Om te kunnen snijden, vermengen we jaarlijks water met 300 ton West-Australisch ‘scherp’ woestijnzand. 274Watersnijden is met 15 collega's één van de grootste watersnijdbedrijven van de Benelux.”

### Kwaliteit, efficiency en duurzaamheid

“Doordat wij als specialist een nichemarkt bedienen, moeten wij ook een hoge kwaliteit leveren. Afgelopen jaren hebben we daarnaast een enorme efficiency-slag gemaakt. Klanten kunnen in een webportaal een bestand uploaden en kiezen voor het materiaal en de eigenschappen die ze nodig hebben. Binnen enkele minuten krijgen ze volautomatisch een offerte die ze kunnen goedkeuren. Dit is een enorm efficiënt proces en daardoor kunnen we ook snel leveren. Onze uitdaging is dat we met de huidige bezetting steeds meer volume aan

kunnen en we volgens hetzelfde proces gaan werken.” En is ook duurzaamheid een thema? “Jazeker”, zegt Marco direct. “We zijn bezig met zonne-energie, gebruiken zo min mogelijk water, recyclen plastic en voeren het gebruikte zand weer af, zodat het in asfalt en beton kan worden gebruikt.”

### Hart bij het fietsen

Marco is een echte verenigingsman en hij vindt het leuk om een bijdrage te kunnen leveren. Zo sponsort hij met 247Watersnijden naast TCP ook Restore Cycling. Maar als bestuurslid was en is hij in het dorp actief voor de 12 inch-race, Run-Bike-Run en onze eigen Vossenjacht. “Sport verbindt mensen en dat vind ik belangrijk.” Zelf staat Marco ook nog graag op de pedalen. Zo rijdt hij in de snelle A-groep mee op de zondagen en ook dit jaar rijdt hij de Ronde van Nootdorp en Pijnacker. “Vossenjagen zit ook echt in mijn bloed. Het is een fantastisch spelletje, zeker als je mensen op een dwaalspoor kan zetten.”

### Watersnijden 3.0

En hoe ziet de toekomst van het bedrijf eruit?

“We willen eerst goed settelen in ons nieuwe pand en de ingezette efficiency-slag doorzetten. We groeien en iedere week komen er meer klanten in het portaal bij. In ons pand is voldoende ruimte voor meer nieuwe machines, dus ik kijk met vertrouwen naar de toekomst”. Mocht je eens over de Verlaatweg rijden, bewonder zeker het mooie pand met het fraaie 247Watersnijden-logo. En als je goed luistert, kun je de machines zelfs nog horen snijden.

*Chris Wauters*



**JAN JANSSEN**

## **SONIC 2.0**

TOERCLUB PIJNACKER  
EDITION

INFORMEER BIJ **BIKOTOTAAL**  
**WIJTMAN** NAAR DE  
UITGEBREIDE MOGELIJKHEDEN.



**BLIJDORP**

Vlaardingen

**Groot in civiele techniek  
en groenvoorziening.**

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

010 - 435 96 87 | [info@blijdorpbv.nl](mailto:info@blijdorpbv.nl)

*De opkomst van de elektrische racefiets:*

## Een nieuwe wind voor de toerclub?

**De racefietswereld is in de afgelopen jaren flink veranderd. Waar de meeste rijders ooit enkel vertrouwden op hun eigen spierkracht, zien we nu een opkomst van de elektrische racefiets, oftewel de e-racefiets. Voor velen onder ons, met een stijgende gemiddelde leeftijd binnen onze toerclub, biedt deze ontwikkeling nieuwe mogelijkheden om het plezier in fietsen te behouden en zelfs te vergroten.**

### **Wat is een e-racefiets?**

Een elektrische racefiets lijkt op het eerste gezicht veel op een traditionele racefiets. Het verschil zit hem in de toevoeging van een elektrische motor die de fietser ondersteunt tijdens het trappen. Dit systeem, vaak trapondersteuning genoemd, geeft je net dat beetje extra kracht wanneer je het nodig hebt. Dit kan vooral handig zijn bij het beklimmen van heuvels of bij langere ritten waar de vermoeidheid kan toeslaan.

De voordelen voor onze toerclub

Met de gemiddelde leeftijd van onze club die stijgt, kunnen sommige leden merken dat het tempo van de groep moeilijker bij te houden is. Hiervoor en bij gezondheidsproblemen biedt de elektrische racefiets een uitkomst. De trapondersteuning kan ervoor zorgen dat ook de oudere leden of leden met een gezondheidsuitdaging met gemak kunnen blijven meefietsen in de groep, zonder dat ze zich zorgen hoeven te maken over het verliezen van snelheid of kracht.

### **Kwaliteit en technologie**

De technologie achter de e-racefiets staat niet stil. Moderne modellen zijn uitgerust met krachtige, lichte batterijen en motoren die nauwelijks opvallen in het frame. Dit zorgt ervoor dat de fietservaring heel natuurlijk blijft en de focus nog steeds op het fietsen zelf ligt. De actieradius van deze fietsen is ook indrukwekkend, met mogelijkheden om lange afstanden te overbruggen zonder dat je je zorgen hoeft te maken over een lege batterij. Qua snelheid zijn er wettelijke bepalingen

dat de ondersteuning moet stoppen bij 25km/h, maar in de praktijk is het bijhouden van het peloton makkelijk te doen. Opvoeren is wettelijk niet toegestaan en je bent dan ook niet verzekerd. De NTFU geeft hier ook informatie over op hun website (zie kader).

### **Omarmen? Omarmen!**

De elektrische racefiets biedt een waardevolle aanvulling op de traditionele racefiets voor leden van onze toerclub. Het is een manier om te blijven genieten van onze passie voor fietsen, ongeacht leeftijd of conditie. Met deze technologie kunnen we ervoor zorgen dat iedereen in onze club nog vele jaren van de prachtige toertochten kan blijven genieten. Maak wel goede afspraken in de groep en pas goed op bij elkaar in het e-wiel. Laten we de mogelijkheden van de e-racefiets omarmen en zorgen dat onze club klaar is voor de toekomst!

*Martijn van der Linde*

De NTFU vindt dat het elektrisch fietsen binnen een vereniging of groep geen probleem moet zijn. Wel moeten de wettelijke regels en kaders gevolgd worden. Wees ervan bewust dat bij overtreding hiervan de verzekering niet dekt. De kosten (medisch en materiaal) bij een valpartij binnen een groep kunnen aardig oplopen.

# TCP'ers genoten van de **zomervakantie**

En er werd ook nog gefietst! Bedankt voor alle inzendingen. De redactie moest wat keuzes maken, maar hierbij een mooie impressie van deze afgelopen zomer.



Niels Mallon genoot van het mooie Innsbruck



Marco Nederlof ging omhoog met zijn zoon Bo op de Col de Ventebrun in Frankrijk



Quint Hoekstra ging de Galibier omhoog!



Jeroen de Winter bedwong met zijn broer Don de Grogsglockner in Oostenrijk



Willem van der Kooij in een tunnel in Luxemburg



Suzanne Mooij vermaakte zich met Erik en Saar met een mooi rondje om de 2 Italiaanse meren Lago Levico en Caldonazzo.



Marco Kerklaan ging voor de KOM op de Col de Galibier in Frankrijk. Wat een klim, 25km de bergop van de Alp'dHuez naar de Galibier via de Lautaret. Met als toetje de afdeling weer terug naar de camping.



## Wij geven nieuw leven aan gebruikte materialen.



**Afval bestaat niet. Iedere dag opnieuw leveren we bij Renewi hiervoor het bewijs. We verwerken een breed scala van afgedankte materialen in nieuwe producten en grondstoffen. Zo ook alles voor de tuinbouwsector.**

Afvalverwerking in de tuinbouwsector vraagt kennis van zaken, plus een grote slagkracht aan het eind van het teeltseizoen. Het zijn de voordelen van Renewi. Geen bedrijf met meer expertise van de verwerking van tuinbouwafval. Geen bedrijf ook met een betere bestemming: het eigen composteringsbedrijf. Hier wordt het groenafval omgezet in hoogwaardige compost. Meer weten? Bezoek [www.renewi.com](http://www.renewi.com)



Radonstraat 231, 2718 SV Zoetermeer  
Ambachtsweg 56, 2641 KT Pijnacker | 079 - 36 33 030





Familie Kuijper - thuis fietsen met zijn allen is ook echt vakantie (normaal verdeeld over 4 groepen)



Lekker toeren rond het Franse Meer van Annecy - Chris Wauters



Arthur Kalkman genoot van de Krimpenerwaard



Marcel vd Graaf met uitzicht op het strand

# VELUX

## ELEKTROTECHNIEK

*Voor het verzorgen, ontwerpen en onderhoud van o.a.:*

- Elektrotechnische installaties
- Buiten-, binnen-, led-, beveiliging- en noodverlichting
- Inbraak- en brandbeveiliging
- Mechanische en WTW (warmte terugwinning) ventilatiesystemen
- Centraal stofzuigsystemen
- Zonnepaneelsystemen
- Data-netwerken en telefooninstallaties
- CAI/kabeltelevisie installaties
- Laadstation en aansluitingen voor elektr. auto
- Energiebesparende voorzieningen
- Ook levering aan particulieren van installatiematerialen, o.a.: gloei-, tl-, halogeen-, spaar- en ledlampen, luxe schakelmateriaal en wandcontactdozen

O.a. voor: particulieren / bedrijven / kantoren / winkels / woningen / nieuwbouw / verbouwingen

Ambachtsweg 34, 2641 KS Pijnacker • Tel. 015 - 369 34 10  
info@velux-elektrotechniek.nl • Openingstijden: ma t/m vr 8.00 t/m 17.00 uur



[WWW.VELUX-ELEKTROTECHNIEK.NL](http://WWW.VELUX-ELEKTROTECHNIEK.NL)



Lid van  
**Techniek  
Nederland**



**ERKEND ELEKTROTECHNISCH INSTALLATEUR**

# Uw accountant en adviseur

Bloemendaal Ruigrok   
Accountants

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

*Olaf Simonse:*

## “Wielrennen heeft mijn passie voor sport **nieuw leven** ingeblazen”

**Voor deze editie van De Zadelpen spraken we met Olaf Simonse, een van de nieuwere leden van Toerclub Pijnacker. Sinds maart van dit jaar is hij een vast gezicht binnen de club. Olaf deelt zijn ervaringen met ons en vertelt waarom hij de overstap naar wielrennen heeft gemaakt.**

### **Van hardlopen naar fietsen**

Olaf, die al jarenlang actief is in diverse duursporten, kwam bij de toerclub nadat hij op zoek ging naar een alternatief voor hardlopen. “Ik begon steeds vaker last te krijgen van blessures tijdens het hardlopen”, vertelt Olaf. “Ik zocht iets anders om fit te blijven, maar wat minder belastend zou zijn voor mijn lichaam. Wielrennen bleek de perfecte oplossing.”

Het was via zijn winterse passie, schaatsen, dat Olaf bij de toerclub terecht kwam. “Ik ben al jaren lid van IJvereniging Pijnacker”, zegt de schaatsliefhebber. “Daar ontmoette ik enkele leden van de toerclub die me enthousiast maakten om het fietsen in clubverband eens te proberen. Na het schaatsseizoen, in maart of april, besloot ik de stap te zetten en mee te doen met de toerclub.”

### **Leren en groeien binnen de club**

Hoewel Olaf al enige ervaring had met de racefiets, was het rijden in clubverband een nieuwe ervaring. “Ik zat al langer op de racefiets, maar vanaf dit seizoen ben ik echt actief gaan fietsen met de club. Het was een hele leerervaring”, vertelt hij. “Ik begon in de groep van Kees, waar ik de fijne kneepjes van het vak leerde. Dingen zoals commando's roepen, bochten goed nemen en helaas ook hoe je moet vallen.”

Gelukkig was het niet alleen vallen wat de klok sloeg. Olaf vond snel zijn draai en voelt zich

inmiddels helemaal thuis bij de club. “Na een tijdje vond ik mijn plek in de groep van Niek en Timo.”

### **Een nieuwe sportieve passie**

Naast het wielrennen blijft Olaf actief in andere duursporten. “Ik doe nog steeds graag aan skeeleren, fitnessen en natuurlijk schaatsen in de winter”, legt hij uit. “Maar wielrennen is voor mij een goed alternatief voor het hardlopen geworden. Het is heel leuk om deze sport nu samen met anderen te kunnen doen en ik kijk uit naar nog vele mooie ritten met de club.”

We zijn blij dat Olaf zijn weg heeft gevonden binnen Toerclub Pijnacker en wensen hem nog veel plezier en succes op de fiets!

*Martijn van der Linde*



KINKS & APPERS



MARIANNE Q  
FOTOGRAFIE

**M** *Administraties &*  
**J** *Belastingen*

*Voor bedrijven en particulieren*

**Maarten Braat**

Delftsestraatweg 62 • 2645 CB Delfgauw  
Tel.: 06 - 535 83 113 • maarten@m-j.nl

## De Trek Domane Plus van Angela Ammerlaan

# “Ik heb het fietsplezier weer terug!”

Voor deze editie van **Trots op mijn Fiets** vertelt Angela hoe trots zij is op haar elektrische racefiets, waar ze nu een jaar op rijdt.

### Gezondheidsklachten

De overstap naar een elektrische fiets ging niet vanzelf. Echter vanwege gezondheidsklachten – astma/COPD – en de longarts die hamerde op het blijven sporten, werd het tijd voor een elektrische variant van de racefiets. Angela vertelt: “na elke fietsrit kwam ik kapot thuis en moest ik daar een paar dagen van bijkomen. En dan was ik net weer opgeknapt, begon het na een fietsrit weer opnieuw.”

In 2019 was Angela met haar man Kees op fietsvakantie op Mallorca toen ze voor het eerst op een elektrisch racefiets stapte, met als doel om Kees bergop bij te houden. Toen was ze positief verrast. Toen ze voor de zoveelste keer geveld werd door een longontsteking, hakte Kees de knoop door. “Al was ik daar nog niet zo blij mee - het voelde een beetje als falen - maar ik kon niet anders. Anders had ik moeten stoppen met fietsen.”

### Openbaring

Het bleek toch een goede keuze. “Het was een openbaring, ik kreeg het plezier in het fietsen weer terug. Ook de sociale kant van het fietsen kon ik hierdoor behouden, wat ik erg belangrijk vind; een bakkie onderweg en met de fietsmeiden op vakantie”, aldus Angela. Het was even zoeken naar de juiste fiets. “Ik had als eerst een fiets met de motor in het achterwiel, maar die duwde meer. Bij de Trek heb ik meer



fietsbeleving, doordat ik het gevoel heb meer zelf te moeten doen. Daarnaast bevindt de motor zich in de trapas, waardoor het minder opvalt en ik wat sneller kan om samen met Kees te kunnen fietsen.”

### Gravelbike

Officieel is de fiets een gravelbike, maar in de zomer zitten er carbonwielen van Bontrager op. In de winter rijdt Angela er vossenjachten mee. “Mensen vinden dat zonde, maar ik ben secuur in het schoonmaken, dat

doe ik zelf. Ik word er steeds handiger in. Ook wax ik zelf de ketting, want anders wordt de gouden ketting zwart” zegt ze lachend. Ze probeert zomer en winter door twee à drie keer per week te fietsen.

### Gepersonaliseerde fiets

Angela begon in 2012 met fietsen, toen er op een dag een pakket werd bezorgd, waar ze niets van af wist; Kees had een fiets voor haar besteld. Daar heeft ze een jaar op gefietst, omdat ze vanwege de Alpe d’HuZes graag een carbon fiets wilde. Dat werd een Ridley van Milan van der Ende, waar ze bijna 10 jaar op heeft gereden.

Nu is haar zelf samengestelde blauwe Trek haar trots, met gouden letters, haar naam en handtekening van de bouwer erop. Het is een 12-speed met één blad voor, Sram, Di2 en een mooi plat stuur. “Met een accu kan ik in ecostand ongeveer 120-130 km fietsen. Ik heb voor de langere afstanden een extra accu, die ik in de bidonhouder heb. De turbostand gebruik ik overigens gelukkig bijna nooit”, vertelt Angela tot besluit.

*Tessa van Halem- van Rijn*



# telstar print

De soigneur van uw drukwerk!

[www.telstarprint.nl](http://www.telstarprint.nl) - [info@telstarprint.nl](mailto:info@telstarprint.nl)



**de viergang**  
sport • ontspanning

Fitness, spinning en meer!  
[www.viergang.nl](http://www.viergang.nl)



## 247 WATER SNIJDEN

**"WIJ SNIJDEN DE  
BOCHT PERFECT AAN!"**

[www.247watersnijden.nl](http://www.247watersnijden.nl) | 088 742 2 247



Piko Plant B.V.  
Dwarskade 7  
2631 NA Nootdorp  
015 303 0090  
[info@pikoplant.eu](mailto:info@pikoplant.eu)  
[www.pikoplant.eu](http://www.pikoplant.eu)  
[www.bohemianorchids.eu](http://www.bohemianorchids.eu)



## Tweedaagse met de jeugd

Eind juni was het tijd voor de jeugd tweedaagse; 18 kinderen en 9 begeleiders stapten op de fiets, 2 busjes met Marc, Marco en Marloes zorgden onderweg voor de ondersteuning en pauzes. We vroegen de jeugdfietsers Hannah en Yfke om hun ervaringen met ons te delen.

### Yfke (10):

We gingen 74 kilometer rijden naar Bunnik. Wij zijn gestart bij het Baken. Onderweg zagen wij een roeiwedstrijd, daar gingen we even kijken. De eerste stop was bij Haastrecht. Daar mochten we van de begeleiders iets uitzoeken wat we wilden eten en drinken, dan gingen zij het betalen. Toen gingen we verder fietsen, het was heel gezellig. We waren even langs een boer gegaan om naar koeien te kijken. We gingen nog een keer stoppen en kregen een snoepje, komkommers en een koekje. Toen moesten we nog 20 kilometer. Aan het eind gingen we nog een bakje met kersen en aardbeien kopen. Toen waren we bij het kamp-huis aangekomen. Eerst je kamer bekijken en daarna kregen we wat te drinken en een chippie. Maar toen gleed ik uit en viel ik op mijn hoofd. Ik had daarna heel veel pijn, maar gelukkig hadden Hannah en Anniek en iedereen die er was mij heel goed geholpen. Daarna gingen we ook heel veel spelletjes spelen en BBQ-en, het was heel lekker. Aan het eind gingen ze ook Weerwolven, maar toen ging ik naar huis.

*Het was super leuk, dank je wel voor iedereen die dit geregeld heeft, Yfke.*



### Hannah (9):

Als eerst gingen we fietsen naar Bunnik. Onderweg hebben we heel veel leuke spelletjes gedaan. Toen we eenmaal aankwamen, hadden we een mooi verblijf. Gezellig even gechilld en helaas is Yfke vertrokken door een lichte hersenschudding. Daarna hadden we een heerlijke BBQ en deden we weerwolven met de kinderen. Na de nacht zijn we gezellig om 6 uur opgestaan en hadden we buffet als ontbijt en moesten we een lunchpakketje maken. Daarna zijn we weggegaan en na weer heel lang fietsen met wind tegen kwamen we terug bij het Baken.

*Groetjes, Hannah Kuijper*

**De tweedaagse is mede mogelijk gemaakt door bijdragen van Noord-West transport, Bezo Zonwering, Luiten Kwekerij, Mooij Gewasbescherming, Groen op Straat en lekkere verse komkommers van kwekerij Korea. Met de busjes van Hoveniersbedrijf Erik vd Berg en Renewi was de verzorging perfect.**

**Organisatoren Suzanne en Marloes, routemaker Lennert, voorrijder Paul en begeleiders op de fiets, bedankt voor jullie inzet!**

voor de complete verzorging van feesten en partijen



**BBQ**

**specialist  
de Visser**

Laan van Ambacht 20 Nootdorp 06 - 4611 3060  
[www.bbq-specialistdevisser.nl](http://www.bbq-specialistdevisser.nl)



**T.B. VAN WICHEN B.V.**  
**INSTALLATIETECHNIEK**

TIBER 68 DEN HAAG

070 385 13 00

INFO@VANWICHENBV.NL



## Jeugdland

Dit jaar stond de TCP weer drie dagen op Jeugdland om kinderen kennis te laten maken met het fietsen en een racefiets. Door de inzet van 18 vrijwilligers konden veel kinderen fietsen. Het was erg leuk om te doen en de eerste nieuwe aanmeldingen voor het jeugdfietsen zijn al binnen.

## Nieuwe leden

In deze Zadelpen maken we kennis met nieuwe jeugdleden. Daphne (12) en Julia (11) Oostdam, twee zussen, zijn sinds dit jaar lid van de TCP. We treffen ze samen met vader Richard Oostdam.

***Wat leuk dat jullie dit jaar zijn gestart bij de TCP. Vertel eens, wat zorgde ervoor dat jullie besloten om je aan te sluiten bij onze toerclub?***

“Vorig jaar gingen we met een vriendin op Jeugdland fietsen om te kijken of het leuk was en dat was het.” Wat vond je er zo leuk aan? “Het ging lekker snel en het ging makkelijk op zo’n fiets.”

***Wat vonden jullie van de eerste toertochten met de TCP jeugd?***

“Gezellig”, zeggen de zussen in koor. “En ze waren direct enthousiast”, vult vader Richard aan.

***Hebben jullie een favoriete route waar jullie graag fietsen?***

“Het Geertje in Zoeterwoude is leukst, omdat er dieren zijn.”

***Wat vinden jullie het leukste aan het fietsen in een groep met andere jeugdleden van de club?***

Daphne: “Normaal fiets je veel alleen, bij de toerclub kan je gezellig praten met anderen en moet je ondertussen ook goed opletten.” Julia: “het is

gezellig en je maakt er ook nieuwe vriendinnen.” Vader vult aan: “ze komen ook op nieuwe plekken in de buurt die ze dan weer herkennen.” Gezin Oostdam - ouders en 4 kinderen - gaan er regelmatig ook zelf met de fiets op uit.

***Zijn er dingen die jullie verrast hebben toen je lid werd?***

Daphne: “Dat je zonder onderbroek in je fietsbroek gaat!” Julia: “ik dacht dat we minder ver zouden gaan fietsen. Op Jeugdland gingen we een heel kort rondje, op zondag gaan we gelukkig wat verder weg!”

***Tot slot, wat zouden jullie tegen andere kinderen willen zeggen die overwegen om zich bij de toerclub aan te sluiten, maar nog twijfelen?***

“Dat ze het zeker moeten proberen op Jeugdland en kijken of ze het leuk vinden.”



*Daphne en Julia op het strand bij Scheveningen.*

Wil je als ouder je kind aanmelden of heb je vragen over het fietsen bij de toerclub?  
Neem contact op via [jeugd@toerclubpijnacker.nl](mailto:jeugd@toerclubpijnacker.nl)



010 - 511 37 77 | [info@vanettenbv.nl](mailto:info@vanettenbv.nl)

# Grond verzetten, werk verzetten.

Wij zijn gespecialiseerd in alle voorkomende grondwerkzaamheden voor zowel de tuinbouw als de grond-, weg- en waterbouw. 'Nee' kennen wij niet, geen opdracht is voor ons onmogelijk. Ons machinepark omvat verschillende kranen, trekkers, graafmachines, shovels en meer. Bestaat de oplossing niet, dan creëren wij die!

**Betrokken vanuit traditie,  
innovatief vanuit ambitie.**

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

## Spinnend de winter door

We gaan weer spinnen bij De Viergang! Van oktober t/m maart kun je elke week binnen spinnen. Als je je eenmalig aanmeldt, hoef je daarna niet meer te reserveren en staat er elke week een fiets voor je klaar. De eerste les start op 3 oktober om 20:00 uur en de kosten zijn €115 euro per persoon. Aanmelden kan via [administratie@viergang.nl](mailto:administratie@viergang.nl). Let op! Je betaling moet voor de eerste les binnen zijn, anders staat er geen fiets voor je klaar.



## Nieuwe leden

- Bas Kruidenink uit Pijnacker
- Ben Remmerswaal uit Bleiswijk
- Jeroen van der Ploeg uit Nootdorp

## Strava

Toerclub Pijnacker heeft een Strava account, waarop de laatste nieuwtjes en evenementen te vinden zijn. Zoek ons op in de app bij het vergrootglas bij 'Clubs' en volg ons.

## Twee groepen om 08:30 uur

Door toenemende animo voor zondagse ritten van maximaal 85-95 km, groeide het aantal starters om 08:30 uur uit naar gemiddeld 20 rijders. Naast dat dit aantal te groot is om veilig op de weg te rijden, zijn er ook twee snelheidsniveaus. Voor de zomerstop is er een voorzichtige start gemaakt om te starten met twee groepen om 8:30 uur vanaf het Baken; een groep die 30 km/u aanhoudt en een groep die 32-33 km/u aanhoudt.

## Agenda

- 6 oktober:  
Start Vossenjachten
- 9 november:  
MTB tocht Ermelo
- 10 november:  
Seizoensafsluiting

Datum rit 2024	Naam rit	afstand (km)	vertrek tijd
zondag 4 februari 2024	Opbouwtocht/Vossenjacht		09:00/10:00
zondag 11 februari 2024	Opbouwtocht/Vossenjacht		09:00/10:00
zondag 18 februari 2024	Opbouwtocht/Vossenjacht		09:00/10:00
zondag 25 februari 2024	Opbouwtocht/Vossenjacht		09:00/10:00
zondag 3 maart 2024	71a Rhoonse Grienden (72km) RO/Vossenjacht	72	09:00/10:00
zondag 10 maart 2024	94a Rondon Pijnacker (79km) RO/Vossenjacht	79	09:00/10:00
zondag 17 maart 2024	83.4a Rondje Eerste Aanleg (85km) RO	85	09:00
zondag 24 maart 2024	97b Rondje Berkenwoude (97km) LO	97	09:00
maandag 1 april 2024	45b Rondje Leimuiden (104km) LO	104	09:00
zondag 7 april 2024	38b Rondje Alblasserwaard-Hoeksewaard (115km) LO	115	08:00
zondag 14 april 2024	29a Oud Beijerland (106km) RO	106	08:00
zondag 21 april 2024	110b Sponsortocht Vrouwentroost (100km) LO	100	08:00
zondag 28 april 2024	98a Rondje De Duinrand 2 (115km) RO	114	08:00
zondag 5 mei 2024	13.1b Rondje Oudewater (106km) LO	106	08:00
zondag 12 mei 2024	44a Moederdagtocht (67km) RO	67	08:00
maandag 20 mei 2024	52b Rondje Moerdijkbrug (115km) LO	115	08:00
zaterdag 25 mei 2024	TCP BBQ rit		
zondag 26 mei 2024	34b Rondje Polsbroekerdam (115km) LO	115	08:00
zondag 2 juni 2024	17b Rondje Schiphol (114km) LO	114	08:00
zondag 9 juni 2024	30b Rondje Alblasserwaard Lek (118km) LO	122	08:00
zondag 16 juni 2024	57.1b Vaderdagtocht (92km) LO	92	08:00
zondag 23 juni 2024	79b Langs de grens van Zuid Holland en Zeeland (124km) LO	122	08:00
zondag 23 juni 2024	43b Rondje Schoonhoven-Vianen (148km) LO	148	07:00
zondag 30 juni 2024	16b Rondje Montfoort IJsselstein (122km) LO	122	08:00
zondag 7 juli 2024	15a De Kromme Mijdrecht (122km) RO	122	08:00
zondag 14 juli 2024	95a Rondje Biesbos (124km) RO	124	08:00
zondag 21 juli 2024			08:00
zondag 28 juli 2024			08:00
zondag 4 augustus 2024			08:00
zondag 11 augustus 2024			08:00
zondag 18 augustus 2024			08:00
zondag 25 augustus 2024	26a Rondje Vinkeveen (118km) RO	118	08:00
zondag 1 september 2024	03b Zuid Hollandse Plassentocht (119km) LO	119	08:00
zondag 8 september 2024	100a Rondje Vlist (109km) RO	109	08:00
zondag 8 september 2024	101a Rondje Goeree Overflakkee (151km) RO	151	07:00
zondag 15 september 2024	55b Rondje Oostvoornse Meer (103km) LO	103	08:00
zondag 22 september 2024	14a Nieuwkoopse Plassentocht (100km) RO	100	09:00
zondag 29 september 2024	11b Rondje Rockanje (95km) LO	95	09:00
zondag 6 oktober 2024	19.1a Rondje Bodegraven (87km) RO/Vossenjacht	87	09:00/10:00
zondag 13 oktober 2024	05b Rondje Westland Waterweg (77km) LO/Vossenjacht	77	09:00/10:00
zondag 20 oktober 2024	Afbouwtocht/Vossenjacht		09:00/10:00
zondag 27 oktober 2024	Afbouwtocht/Vossenjacht		09:00/10:00
zondag 3 november 2024	Afbouwtocht/Vossenjacht		09:00/10:00
zondag 10 november 2024	Afbouwtocht/Vossenjacht		09:00/10:00

Na een gezellige toertocht even uitblazen onder het genot van een verfrissend drankje en een lekker hapje in:

Zalen beschikbaar voor:  
Bruiloften • Partijen • Vergaderingen • enz.

Ook voor het afhalen van snacks!



Sporthal restaurant  
**HET BAKEN**



**V A N D E R**  
**HELM**

Dé bodembrede  
dienstverlener

MILIEU, CIVIEL & INFRA, ECOLOGIE

[WWW.VDHELM.NL](http://WWW.VDHELM.NL)





**BELETTERING**



**DRUKWERK**



**KLEDING**



**!IMPRESSED**  
print & sign

WETERINGWEG 11 • 2641 KM PIJNACKER  
015 369 9413 • WWW.IMPRESSEDDRUK.NL