

# Amstelrondes 2017



## Amstelveen

ZONDAG 7 mei 2017

Wielerronde van Amstelveen

Peter Postbaan, Startbaan,  
Middenhoven

▶ PAGINA 2 t/m 5 ◀



## Nes a/d Amstel

VRIJDAG 19 mei 2017

51ste Van der Veldt  
Ronde van Nes aan de Amstel,  
Amsteldijk

▶ PAGINA 6 t/m 9 ◀



## Ouderkerk a/d Amstel

ZONDAG 18 juni 2017

48ste Le Patron Ronde van  
Ouderkerk aan de Amstel

Koningin Julianalaan

▶ PAGINA 10 t/m 13 ◀



Drie wielerrondes in de regio

## Spectaculaire wielersport in Amstelland!

Opnieuw is het wielervereniging WTC De Amstel gelukt om drie mooie wielerevenementen in Amstelveen, Nes aan de Amstel en Ouderkerk aan de Amstel te organiseren. In mei en juni staan er weer drie spectaculaire wielervedstrijden op het programma waarin de beste wielrenners en wielrensters uit de wijde omtrek weer zullen willen laten zien.

**M**et trots presenteert WTC De Amstel in deze derde Amstelrondes-krant de drie wielerrondes.

De wielerrondes van Amstelveen, Nes aan de Amstel en Ouderkerk aan de Amstel zorgen ervoor dat er voor de renners en de liefhebbers genoeg wielersport te beleven is in onze regio.

Uiteraard zou de organisatie van deze wielerrondes niet mogelijk zijn zonder de hulp van de vele vrijwilligers in de organisatiecomités; maar zonder de financiële ondersteuning van sportieve bedrijven in onze regio zou één en ander al helemaal niet te realiseren zijn. Deze ondersteuners worden in de krant dan ook vermeld. WTC De Amstel is dus blij op dat deze derde Amstelrondes krant verschijnt en wenst iedereen veel

leesplezier en vooral veel sportplezier tijdens de wedstrijden: zowel op de fiets als vanaf de kant.

### In deze krant:

In deze editie van de Amstelrondeskrant vindt u alle informatie die u nodig hebt om de wedstrijden te volgen: alle dagprogramma's, categorieën, informatie over de parcoursen en ook enkele sponsors worden over het voetlicht gebracht. Maar er is méér:

- ▶ een interview met Nederlands kampioen Dylan Groenewegen
- ▶ het verhaal achter de sportfamilie Mouris
- ▶ de unieke Ronde van Nes aan de Amstel
- ▶ een terugblik op de Amstelrondes van 2016
- ▶ informatie over de unieke wielervereniging WTC De Amstel

▶ hét verhaal van de toppers van de Ouderkerker Koppelkoers 2016

- ▶ de erelijsten van de rondes van de afgelopen 15 jaar
- ▶ columns, een quiz en veel informatie over onze sponsors
- ▶ etcetera! ... U leest het in deze krant!

### U komt toch ook kijken?

De wielerrondes van Amstelveen op 7 mei en die van Ouderkerk op 18 juni zijn natuurlijk heel goed te volgen. De korte parcoursen van ongeveer een kilometer zorgen ervoor dat de renners heel vaak passeren en de speaker zorgt er altijd voor dat u goed geïnformeerd wordt en precies weet wie er aan de leiding gaat. U kunt uw favorieten dus heel goed volgen.



## LE PATRON

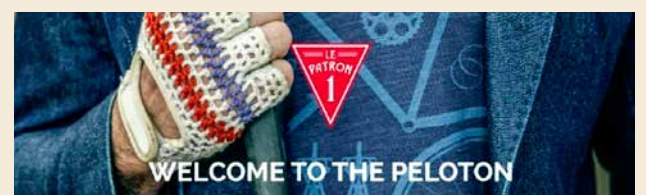
### CASUAL KLEDING MET EEN WIELERVERLEDEN

Het nieuwe kledingmerk Le Patron is de hoofdsponsor van de 48ste Wielerronde van Ouderkerk.

Le Patron is een nieuw sportief kledingmerk, geïnspireerd op de wielervedstrijden uit het verleden. Denk aan de douchehoesjes in Roubaix, visualiseer de mannen met toeclips en tubes om de nek...en denk daar vrijetijdskleding bij. Dat is Le Patron: mooi, sportief, niche, stijlvol.

Een van de eigenaren, Rogier Groen, is zelf een enthousiaste fietser, reed vorig jaar over de hoogste Alpecols en woont in Ouderkerk.

Alle info over Le Patron: [www.lepatron.cc](http://www.lepatron.cc)



Al meer dan 15 jaar duidelijk.  
Wij kunnen maar beter aan  
uw kant staan...

RechtStaete  
VASTGOEDADVOCATEN & BELASTINGADVISEURS  
Anno 2001



## Een terugblik op een succesvolle Amstelronde in 2016 Mooi weer in de 13de Ronde van Amstelveen Westwijk

In 2016 werden de Amstelrondes ook succesvol georganiseerd. Samen met de Ouderkerker Cross in het najaar vormen zij de vier wielerevenementen die WTC De Amstel jaarlijks organiseert. Een korte terugblik op de koersen van vorig jaar.

De Amstelrondes startten in 2016 met de wielerronde van Amstelveen plaats en de renners van De Amstel hebben zich in alle categorieën laten zien: Victor Broex, Roos Markus, Caspar Hermans en Teun Mouris namen allemaal plaats op het podium, maar allen moesten de overwinning laten gaan. Het was warm koersweer en er stond een

straf oostenwindje: langs de kant was het goed toeven en genieten van meestal mooie wedstrijden. De dag startte met de Nieuweligen en daarin moest Victor Broex de zege laten aan de sterke Daan Kool, die de sterkste was in een kopgroep van 7. De koers van de Masters viel snel in een plooi met hier ook een kopgroep van 7. Lissenaar Nick Toonen was daarin de snelste voor

Amstelrenner Caspar Hermans die tweede werd. In de Dameskoers was Lorena Wiebes de snelste en kwam thuisrijdster Roos Markus verrassend als derde over de streep. De sterkbezette slotkoers van de Amateurs/Junioren was de spannendste van de dag en daarin ging het vanuit het vertrek erg hard. Teun Mouris was de man die de koers nog harder maakte met een lange solo. In de finale kreeg hij toch nog gezelschap van Almeerder Martin van Plateringen die Teun in de sprint a deus wist te kloppen. Toen werd al voorspeld: Teun gaat een keer winnen! De organisatie van Amstelveen keek terug op een geslaagde wielerdag.



De eerste drie van 2016 (v.l.n.r.): Teun Mouris (2de), winnaar Martin van Plateringen en Joel Zuidema (3de)

### Erelijst Wielerronde van Amstelveen-Westwijk ... 2004 - 2016

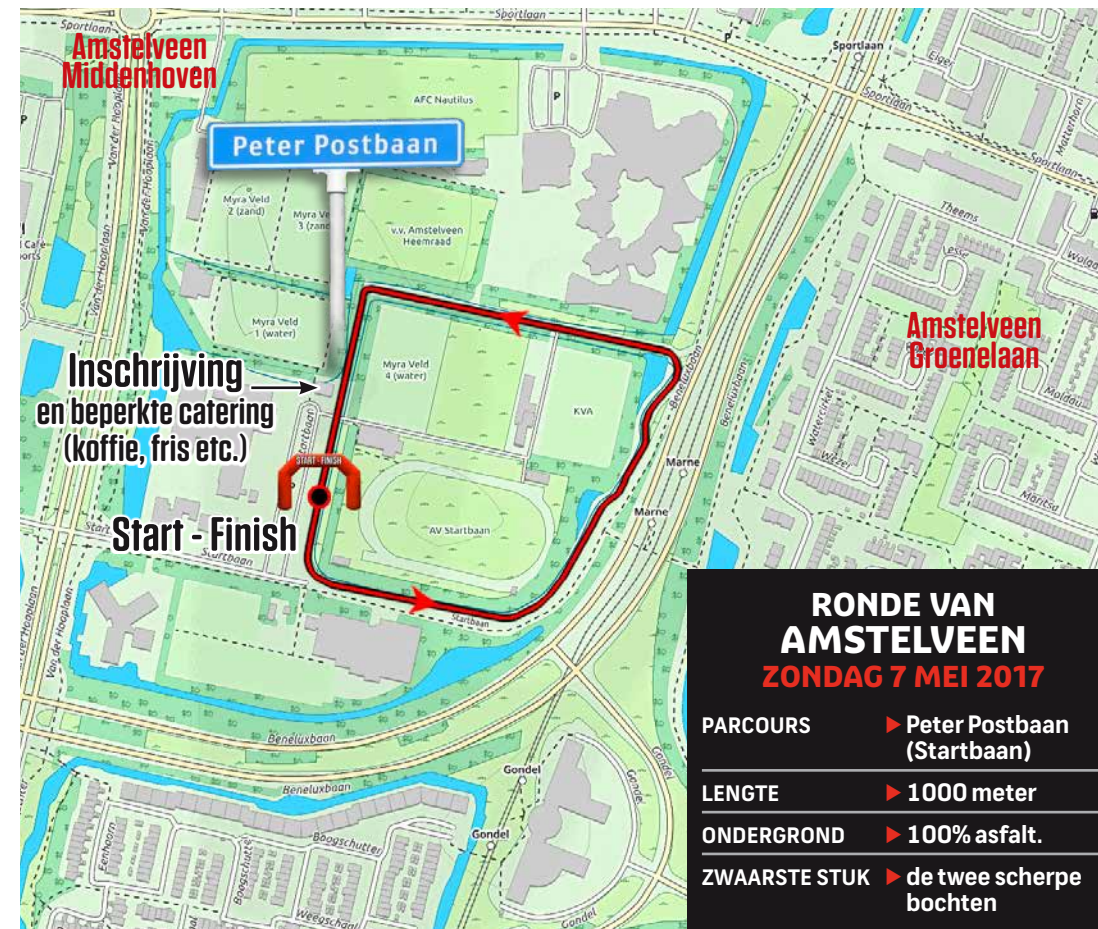
	1ste plaats	2de plaats	3de plaats	Beste Amstel(venner)
2004 Junioren	Richard de Groot	Ismael Kip	Koos Jeroen Kers	12. Vince van Coolwijk
Elite/Beloften	Joost Spring in 't Veld	Levi Heimans	John Bruin	
2005 Junioren	Bas Eckmann	Mick du Prie	Jan Hopman	4. Tim Schreurs
Elite/Beloften	Odwin Bink	Jeroen Lute	Ben van der Kooij	12. Levi Heimans
2006 Amateurs B	Bert Bakker	Ron Houtop	Peter Fils	5. Coen Emmer
Elite/Beloften	Timo Haakman	Rob Disseldorp	Niels Pieters	
2007 Amateurs B	Bob Jonkheer	Ward Koster	Mark Vlijm	4. Coen Emmer
Elite/Beloften	Martijn Lust	Rob Disseldorp	Harm Bronkhorst	
2008 Nieuweligen	Jesper Schipper	Nick Zuidewind	Joey van Rhee	7. Bart Harmsen
Amateurs B	Brian Burggraaf	Rick Krijt	Rene Markus	6. Jeroen Verhoeven
Amateurs A	Frank Egberts	Sjoerd Timmerman	Richard Mulder	4. Auke Broex
2009 Nieuweligen	Stefan Wolfenbittel	Bart Harmsen	Bob van den Enden	11. Casper van Bodegraven
Amateurs B	Rick Krijt	Edwin Commandeur	Richard Konijn	8. Wouter de Jonge
Amateurs A/Jun	Joos Francke	Michel Duinmaijer	Auke Broex	9. Richard Louman
2010 Nieuweligen	Sam Domes	hessel Bokhorst	Lorenzo Borhem	11. Casper van Bodegraven
Sportklasse	Brian Burggraaf	Hans Voorn	Jeroen Kriek	4. Jeroen Verhoeven
Amateurs A/Jun	Pierre Deen	Michel Reuser	Peter van de Reep	5. Pim Bonstra
2011 Nieuweligen	Stan Wijkel	Stef Krul	Brian van Rhee	6. Nils Wolfenbittel
Masters 40+	Matthieu Hendriks	Emiel Borsboom	Adrie Frijters	10. Auke Broex
Amateurs A/Jun	Bob Jonkheer	Dennis Voskuilen	Dylan Groenewegen	5. Stefan Wolfenbittel
2012 Nieuweligen	Mitchell Cornelisse	Allard Klijnstra	Mikkel Honorre	18. Nils Wolfenbittel
Jeugd cat 6	Mick Kemper	Ferlin van Osch	Dean Ruska	5. Julia van Ravenzwaaij
Jeugd cat 7	Nils Ekhoff	Michael Groot	Teun Mouris	5. Sander Luijken
Masters 40+	Brian Burggraaf	Hans van Eijk	Rudi Bissels	4. Auke Broex
Amateurs A	Imo de Pruyssenaere	Richard Louman	Dirk Jonker	7. Frank Egberts
2013 Nieuweligen	Thierry Bouckaert	Tom Wijffe	Jeroen van goor	14. Sander Luijken
Vrouwen	Jip van de Bos	Julia Evers	Mady van de Zeijden	8. Femke Markus
Masters 40+	Brian Burggraaf	Arnoud Witsenburg	Pierre Deen	6. Auke Broex
Amateurs A	Jordy Beuker	Rik de Voogd	Robbert Schaap	9. Roel Gerritsen
2014 Nieuweligen	Tom Wijffe	Yentl Ruijngaard	Marco Mook	15. Teun Mouris
Masters 40+	Brian Burggraaf	Menno Gobielje	Marcel Lambregts	5. Caspar Hermans
Dames	Julia Boschker	Sanne Bouwmeester	Paulien Koster	8. Femke Markus
Amateurs A	Nick Hansen	Wouter van Zanten	Glenn van Nierop	14. Gijs Jorna
2015 Nieuweligen	Jesse de Rooij	Danny v d Tuuk	Alexander Konijn	5. Victor Broex
Masters 40+	Brian Burggraaf	Eddy Hermens	Auke Broex	4. Caspar Hermans
Dames	Arianna Pruijscher	Jennifer vd Voort	Maaike Boogaard	4. Femke Markus
Amateurs A	Nick Hansen	Wouter van Zanten	Glenn van Nierop	14. Gijs Jorna
2016 Nieuweligen	Daan Kool	Hidde van Veenendaal	Victor Broex	6. Enzo Leijnse
Masters 40+	Nick Toonen	Caspar Hermans	Patrick de Smit	6. Edwin de Graaff
Dames	Lorena Wiebes	Jennifer van de Voort	Roos Markus	11. Birgit Witte
Amateurs /Jun	Martin van Plateringen	Teun Mouris	Joel Zuidema	20. Ronald de Waal

## Amstelrondes: Drie verschillende wedstrijden

De drie Amstel-wielerrondes die de komende weken in Amstelveen - Nes - Ouderkerk verreden worden hebben elk hun eigen karakter en hun eigen geschiedenis.

De wielerrondes van Amstelveen en Ouderkerk gelden als rondjes voor de echte criterium-renners: dat zijn renners die behendig zijn op de fiets en goed in het intervalwerk zijn. De Ronde van Nes is met zijn ronde van maar liefst 12 kilometer dan weer meer een parcours voor de hardrijders. Maar vanwege de kans op waaiers op de Nesserlaan moet je je wel goed voorin in het peloton weten te handhaven.

Circa 15 jaar lang was de ronde daarvoor op het lange en snelle parcours op de Sportlaan; eenmaal op de Judith Leysterweg en eenmaal op de Amsterdamseweg. Daarvoor sinds de jaren '60 circa 15 jaar lang in april in Bovenkerk (Noorddammerlaan). Er is begin jaren '60 ook wel eens een ronde verreden in Elsrijk. De veranderende eisen van de Gemeente Amstelveen hebben de organisatie genoodzaakt om - hopelijk - voor één keer uit te wijken naar het Clubparcours aan de Startbaan (Peter Post Parcours). Een koers op een stratenparcours is echter altijd selectiever en "echter". De organisatie gaat dan ook proberen om in 2018 weer een echte Wielerronde van Amstelveen te laten verrijden.



**RONDE VAN AMSTELVEEN**  
ZONDAG 7 MEI 2017

PARCOURS ▶ Peter Postbaan (Startbaan)

LENGTE ▶ 1000 meter

ONDERGROND ▶ 100% asfalt.

ZWAARSTE STUK ▶ de twee scherpe bochten



De Peter Postbaan aan de Startbaan in Amstelveen

### Historie

De Ronde van Amstelveen werd sinds 2004 in de Westwijk verreden. Daarvoor vond deze enkele jaren in het Stadshart plaats (start op de Rembrandtweg).

### ... PROGRAMMA ...

- 12.00 uur: Nieuweligen - 45 km - 1e wedstrijd Andantino klassement
- 13.15 uur: Masters 40+ - 60 km
- 14.30 uur: Dames (AmateurVr/JunVr/Nwlm) - 45 km - 1e wedstrijd in het Rechtstaete-klassement
- 15.45 uur: Amateurs/Sportklasse - 65 km

**Accuraat VERHUUR** Alles om uw evenement te laten slagen!

Accuraat Verhuur verhuurt al meer dan 25 jaar alle aankleding en benodigdheden voor feesten, partijen, evenementen en congressen.

Legmeerdijk 169d | T 020 - 641 09 20  
E info@accuraatverhuur.nl | www.accuraatverhuur.nl

**EVL infra**

- AANLEG TUINEN  
- ISIER BESTRATING  
- TUINONDERHOUD  
- RIJOLERING EN PUTTEN  
- TRANSPORT & KOERIERSDIENSTEN

ERIK VAN LEEUWEN - DE OUDE VISSCHER 53 - 1189 WN NES AAN DE AMSTEL  
E-MAIL: EVLINFRA@CASEMA.NL - MOBIEL: 06-1662305

**vishandel RAVESTEIJN**

Niets smaakt zo fijn, als vis van Ravesteijn!

Westwijkplein - Amstelveen  
De hele dag door vers gebakken vis

**AANNEMERS SINDS 1868**

**H.P. Compier en Zonen**

NIEUWBOUW - VERBOUW - ONDERHOUD

TEL.: 020 - 496 1371  
E-mail: info@Compieraanemers.nl  
www.compieraanemers.nl

**Colofon WTC DE AMSTEL**

Amstelrondeskrant 2017 is een uitgave van WTC De Amstel i.s.m. de organisatiecomités van de wielerrondes van Amstelveen, Nes aan de Amstel en Ouderkerk aan de Amstel. De krant wordt in een oplage van 6000 verspreid in de maanden mei en juni in Nes aan de Amstel, delen van Amstelveen en Ouderkerk aan de Amstel, en tevens bij de verschillende evenementen.

REDACTIEADRES: amstelrondes@gmail.com  
MEER INFORMATIE: www.wtcdeamstel.net  
VORMGEVING: Arnoud Beekman - JUSTAR.nl  
DRUKWERK: Drukzo.nl

**Car Comfort AMSTELVEEN**

dé taxi-inbouwspecialist voor de Randstad!

leveren, monteren en keuren van alle taxi apparatuur

www.carcomfort.nl

Tel. +31 (0)20 643 18 85 Car Comfort  
Fax +31 (0)20 641 87 88 Spinnerij 39  
E-mail: info@carcomfort.nl 1185 25 Amstelveen

**MOBILITY GROUP HAAKER**

HET VERMOGEN TOT WAT EXTRA'S

FIAT LANCIA Jeep

De Flinesstraat 22  
1114 AL Amsterdam - Duivendrecht  
Tel 020 6650 050

**Sandra's Bloemenboetiek**

Sluisplein 7-8  
1191 GR Ouderkerk aan de Amstel  
info@sandrabloemenboetiek.nl  
020 - 496 48 64

**Café Thijs drank & spijs**

**SIEDSBV**

Sieds de Vries

Korte Dwarsweg 9a - 1191 LE Ouderkerk aan de Amstel  
Telefoon: 020 - 496 8107 - 06 - 53 284 844  
info@siedsbv.nl - www.siedsbv.nl

**ANDANTINO: ONDERSTEUNT DE SPORTTALENTEN**

Eigenaar Dirk Jan Bakker van Vastgoedbeleggingsmaatschappij Andantino is een echte sportliefhebber. Het bedrijf van de actieve schaatser en fietser duikt vaker op bij de ondersteuning van sporters en sportevenementen. Zo is Andantino jaarlijks ondersteuner van schaatsclub de Amstelbocht en verschillende wedstrijden, maar ook beroemdheden als Marianne Timmer en Ireen Wüst konden in het verleden op zijn steun rekenen. Met het ter beschikking stellen van het extra prijzengeld voor het klassement van de Nieuweligen geeft Andantino nu ook steun aan de Nederlandse wielertoppers van de toekomst in onze wielerrondes.

CORNELIS SCHUYTSTRAAT 65  
1071 JG AMSTERDAM  
INFO@ANDANTINO.NL  
020 662 13 11

**ANDANTINO B.V.**  
BELEGGINGSMAATSCHAPPIJ



# Dylan Groenewegen en de Amstelrondes

Sommige mensen kijken tijdens de Amstelrondes wel eens meewarig naar het peloton van de Nieuweligen; de jongens van 15/16 jaar. Er wordt keihard gestreden, op kleine versnellingen (ze mogen maximaal 52 x 16), de verschillen in fysieke grootte en sterkte zijn vaak groot en de winnaar lijkt er altijd bovenuit te steken.

Vaak jaren later duiken de namen van de renners die op het podium rijden nog wel eens op in de uitslagen van de profs. In een ver verleden was Steven Rooks actief in Amstelveen, maar namen als Wilco Kelderman, Ramon Sinkeldam en vooral Dylan Groenewegen zullen bekender klinken. Dylan is inmiddels Nederlands kampioen. én dé topsprinter van Nederland. Maar in 2009 ook winnaar van de Nieuweligen-ronde van Ouderkerk en Nes aan de Amstel, en won Nes ook nog een keer toen hij Junior was in de Amateurs/Juniorenklasse. We vroegen Dylan, al jaren lid van WTC De Amstel (inmiddels lid van verdienste), wat hij nog weet van zijn zeges in de Amstelrondes.

We spraken hem toen hij aan het bijkomen was van een hectische Parijs-Roubaix. De blaren stonden nog op zijn handen en ook was zijn rug nog blauw van een tweetal valpartijen. Maar het was een geweldige ervaring en zijn 47e plaats smaakt naar meer. Nu ging hij zich weer voorbereiden op de Tour. Daarvoor doet hij alvast krachttraining en de eerste inspanningstest is gedaan.

De Ronde van Ouderkerk 2009 weet hij nog precies. Een dag eerder was hij nog 6e geworden op het Nederlands Kampioenschap Nieuweligen (winnaar: Danny van Poppel, nu prof bij Sky) en daarmee was hij niet echt tevreden. De Ronde van Ouderkerk was een mooie manier om dat weg te spoelen. Nu reed hij sowieso al graag veel wedstrijden. Trainen was toen niet echt Dylans ding, en zeker het trainen op schema's deed hij niet. Dat kwam pas toen hij prof werd. Het rijden van de criteriums vond hij altijd leuk, zeker als ze in de buurt waren: op de fiets er heen,

koersje rijden, lekker plezier maken. Genieten dus, daar gaat het ook om. Hij reed graag criteriums: bochten, aanzetten, tactiek, altijd leuk. Pas als Junior ging hij meer klassiekers (langere wegwedstrijden) rijden en ging dat ook beter.

In Ouderkerk 2009 was Stefan Wolfenbuttel leider in het overkoepelende klassement. Dylan sprong al vroeg weg met drie anderen (waaronder clubgenoot Bertrand Hartemink) en wist een ronde te pakken. Na het dubbelen van het peloton ontsnapte Dylan wéér en wist hij de laatste 12 ronden te soleren en meer dan ruim de zege te pakken. Tweede werd een renner die inmiddels professional is bij Rooplot: Martijn Tusveld. Dylan won dat jaar meer dan 20 koersen.

Daarom ook de Ronde van Nes. De jonge Nieuweligen reden daar een gecombineerde koers met de B-Amateurs, en ondanks het kleinere verzet wist Dylan toch de sprint ruim te winnen. In 2011 wist hij die ronde ook te winnen. Toen moest hij er hard voor werken om de besterke Brian Burggraaf te verslaan. Dat lukte en Burggraaf keek een beetje sip, maar weet inmiddels dat hij niet van de minste verloor. In Ouderkerk lukte het in 2010 en 2010 niet echt meer. Met name in de Ronde van 2011 werd Dylan een beetje klem gezet door enkele ervaren Amateurs die zich door zo'n broekie niet de kaas van het brood wilde laten eten. dat gebeurde niet altijd even sportief, maar Dylan kon daar redelijk snel zijn schouders over ophalen. Zo blijven deze wedstrijden in het wielergeheugen van onze Nederlands kampioen. Dylan, die inmiddels in Abcoude woont, rijdt natuurlijk meer dan eens over de wegen van de Amstelrondes en is geregeld in zijn Rood-Wit-Blauwe trui te zien.



Dylan wint in 2009 een Nieuweligen Koers in België

## Wielrennen is wachten

Mooi stukje van onze redacteur Jeroen van Hoeijen over Dylan Groenewegen. Jeroen was leraar van Dylan.

Tijdens het tweede leerjaar komt het stille jongetje van een hoger gelegen schooltype afgedaald naar het laagste van de scholengemeenschap.

Niks bijzonders; die route wordt vaker afgelegd als de puberteit keihard toeslaat en de motivatie tot het nulpunt daalt. In veel gevallen blijkt het een U-bochtconstructie: na een paar jaar onderpresteren wordt freewheelen een diploma behaald en stroomt hij of zij (meestal 'hij') terug naar de HAVO en soms nog verder.

Dit jongetje is anders. Om te beginnen 'doet hij aan wielrennen', een ongebruikelijke sport onder middelbare scholieren. Voor het wielrennen beschikt hij over bovengemiddelde aanleg zoals één van de leerkrachten, die ook aan wielrennen doet, zelfs lid is van dezelfde wielclub als het jongetje, vaststelt.

Binnen de schoolmuren blijkt 'onderpresteren' in het geval van het jongetje een understatement; hij presteert gewoon niet. Hij zit. Hij wacht.

Als je zit en wacht, dan blijf je zitten. Zo geschiedt. Er verandert niets. Hij zit. Hij wacht. Wel wordt het jongetje af en toe een dag ziek, maar gelukkig niet ernstig is te zien aan de wieluitslagen van die dag.

Het wachten van het jongetje wordt beloond. Hij moet van school. Het wordt iets bij het ROC en hij gaat voor het wielrennen. Enige scepsis is zijn deel. Jazeker,

hij heeft talent. Jazeker, hij is goed, maar hoeveel renners bereiken de top? Hij traint nu al zo veel. Kunnen daar eigenlijk nog wel een paar scheppen bovenop?

Jaren later is het stille jongetje een uit de kluiten gewassen kerel geworden die op de vraag van de NOS-verslaggever hoe zijn eerste dag in de Tour is bevallen met een ondeugende grijns antwoordt 'dat ie best een leuke dag had'.

Wielrennen is wachten, wachten op het juiste moment. En wachten kan ie. Dat gaat in de toekomst mooie dingen opleveren. Het rood-wit-blauw van de Nederlands kampioen staat hem alvast goed.



## Hardnekkige sportblessure? Osteopathie helpt u weer in het zadel

Jeroen Kolenberg  
Gediplomeerd osteopaat  
06-52472021  
www.praktijkoverdam.nl



## Overkoepelende klassementen in de Amstelrondes

Naast de strijd om de dagzeges wordt er in de Amstelrondes ook elk jaar gestreden om twee overkoepelende klassementen. Voor de beste Dames (Elite/Amateur/Junioren), en voor de Nieuweligen zijn er immers extra prijzen te winnen in een overkoepelend klassement. De leider in het klassement zal ook rijden in de leiderstrui. De firma's Rechtstaete Vastgoedadvocaten (Dames) en Andantino Beleggingsmaatschappij zorgen voor extra prijzen, én voor de Leiderstrui. Alle Amstelrondes tellen mee en om in het klassement te komen dient aan twee van de drie wedstrijden (w.o. de Ronde van Ouderkerk - de finale) te worden deelgenomen.

### Rechtstaete-klassement voor de Dames

De dames rijden voor het 5e jaar op rij voor het Rechtstaete klassement. Met de steun aan een overkoepelend klassement wordt een flinke stimulans gegeven aan het Dameswielrennen, want de dames zijn daarmee verzekerd van enkele mooie wedstrijden in de regio. In de afgelopen jaren is gebleken dat er altijd felle strijd is om de klassementen en dat enkele talenten vaak met het klassement aan de haal

gaan. Zo hebben de afgelopen jaren verschillende talenten het klassement gewonnen. Bij de Dames waren dat de jonge Nina Buysman en de talentvolle Nicole Steigenga uit Friesland, Arianna Pruijscher uit Emmen, en vorig jaar Lorena Wiebes uit Mijdrecht. Wiebes werd kort daarna Nederlands Kampioen bij de Junioren en is inmiddels één van de internationale toppers.

### Andantino-klassement voor Nieuweligen

Bij de jonge Nieuweligen (15-16 jarigen) zijn al heel wat talenten op het podium geïndigd. In 2014 miste de Ouderkerker Teun Mouris nipt de zege (2e) en was het Jesper Rasch die de beste was in de drie rondes. In 2015 was Alexander Konijn uit Hoorn de sterkste voor Jesse de Rooij en de Groninger Danny van der Tuuk. Ouderkerker Victor Broex reed zich in de eigen Ronde van Ouderkerk vorig jaar met zijn overwinning ook naar de eindzege in het klassement. Dit jaar zal Andantino Beleggen voor de ondersteuning van deze categorie zorgen. Een categorie waarin in het verleden profs als Dylan Groenewegen, Wilco Kelderman en Ramon Sinkeldam allemaal wel eens in onze lokale rondes hun talent lieten zien.



## Uit de oude doos

Niet alle wielerrondes in onze regio zijn een eeuwig leven gegund, zoals de Ronde van Bovenkerk, hier op deze foto uit de jaren '80 te zien. Deze dorpsronde kende elk jaar een groot deelnemersveld met start en finish op de Noorddammerlaan en uitzicht op de Urbanuskerk.



## OSTEOPATHIE IS VOOR IEDEREEN

We spreken met Jeroen Kolenberg, osteopaat bij praktijk Overdam. Samen met Ton Kouwenberg bundelen ze 35 jaar osteopathische ervaring. Maar uitgekeken raken ze niet: 'Iedere persoon is uniek, iedere klacht is een uitdaging'.

Sinds de begin jaren '90 behandelt Jeroen sporters, eerst als fysiotherapeut van toenmalig zondag hoofdklasser Argon, en sinds 2001 als osteopaat. 'Het is heerlijk om met gepassioneerde, super-gemotiveerde mensen te mogen werken. Via de traditionele route van sportarts en fysiotherapeut is het ze niet gelukt weer fit te worden. Pas dan komt de osteopaat in beeld', aldus Jeroen. 'Natuurlijk zien wij ze liever eerder, maar zo werkt het systeem nu eenmaal. Osteopathie is nog relatief onbekend, maar als we onze meerwaarde kunnen aantonen, komt de rest vanzelf'. Sinds 4 jaar werkt hij samen met Ton Kouwenberg in Buitenveldert. 'De samenwerking met Ton is fantastisch', gaat hij verder. 'Ik heb in een kleine praktijk gewerkt, in een groot centrum en als solist. Maar nu voel ik me het meest op m'n plek dankzij de samenwerking met Ton en het werk dat we doen'.

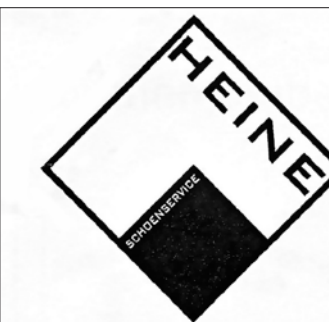
### Wat maakt osteopathie anders?

'Anders kijken is alles zien' is een veelzeggende uitspraak die van toepassing is op beide osteopaten. Wanneer blessures niet binnen de gestelde tijd genezen, zie je vaak niet één maar meerdere oorzaken die dit verhinderen. 'We focussen ons niet op de plek waar de pijn

wordt gevoeld, liever doen we een stap achteruit waardoor we goed overzicht krijgen over het hele lichaam', aldus Jeroen. Hij voegt daar aan toe: 'Na de 4-jarige studie fysiotherapie besloot ik nog eens 6 jaar osteopathie te gaan studeren. Dat bleek bepaald geen tijdsverspilling; op zowel theoretisch als praktisch vlak is osteopathie een verrijking'.

Een osteopaat werkt uitsluitend met zijn handen. Hij/zij gebruikt geen medicijnen of apparaten. Een osteopaat is geen vervanger van de huisarts of specialist, maar werkt er juist mee samen. Een doorverwijzing van een arts is niet nodig. Als het nodig is, verwijst een osteopaat u terug naar uw arts.

Meer informatie vindt u op [www.praktijkoverdam.nl](http://www.praktijkoverdam.nl).



BANKRASHOF 26 A  
AMSTELVEEN

020 - 64 18 210

openingstijden:  
di. t/m vr. 8.00-17.30 u  
zaterdag 8.00-16.00 u

VOS  
makelaardij o.g.

Hoge Einde Zuid 2 - Ouderkerk aan de Amstel  
tel. 020-496 53 45 e-mail: info@vos-makelaardij.nl  
www.vos-makelaardij.nl



Scholte & de Vries - Estoppey b.v.

Amstelveen - Beverwijk - Diemen - Soest

[www.sv-e.nl](http://www.sv-e.nl)

Loonbedrijf Jan van der Lee BV



[www.janvandlee.nl](http://www.janvandlee.nl) Noorddammerweg 104 1187 ZV Amstelveen  
Tel: 020-6438131 E-mail: info@janvandlee.nl



GER BIKES Brink 26, 1097 TW Amsterdam  
020 - 893 92 96 | [info@gerbikes.nl](mailto:info@gerbikes.nl)

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

JUMBO

Johan van der Neut

Openingstijden:

maandag t/m zaterdag

Ouderkerk a/d Amstel

van 08.00 tot 20.00 uur

Sluisplein 41-46

zondag van 11:00 tot 18:00 uur



Gratis parkeren!



Een terugblik op een succesvolle Amstelronde in 2016

## Geslaagd jubileum in Nes aan de Amstel

In 2016 werden de Amstelrondes ook succesvol georganiseerd. Samen met de Ouderkerker Cross in het najaar vormen zij de vier wielerevenementen die WTC De Amstel jaarlijks organiseert. Een korte terugblik op de koersen van vorig jaar.

Op een mooie zomer-vrijdagavond werd de 50ste Ronde van Nes aan de Amstel gehouden. Mooi weer, mooie winnaars en genoeg deelnemers: een jubileum waardig. Overeenkomst in alle koersen: het ging hard, en wat is het toch een uniek parcours. Deze koers moet blijven! De enige Amstelzege kwam op naam van de Nieuwelingen: Ivar Immerzeel maakte knap gebruik van een kleine vertwijfeling in het peloton bij het opdraaien van de Amstedijk in de laatste ronde: heel knap wist hij 100 meter voorsprong te verdedigen en te zegevieren. Amstelvener Daan Hoeks werd 4e met clubgenoten Victor Broex en

Enzo Leijne op 5 en 6. Bij de Masters won oudgediende John Oudshoorn de massasprint waarin ook de enige valpartij van de dag plaatsvond. Bij de Amateurs/Junioren (de 40- - klasse) was de Elite-topper uit een recent verleden Jorne Videler, de sterkste in ook een massasprint, en ook de Dames-koers eindigde in een massasprint. Anne Huinen van Swabo wist daarin de favoriete Lorena Wiebes (winnares van Amstelveen, en Nederlands kampioen bij de Junioren) te verslaan. Na afloop waren er veel tevreden deelnemers en een tevreden organisatie: de Ronde van Nes is een echte klassieker.



Op de Nesserlaan gaat het altijd hard

## BETONIJSER-VLECHTERIJ BLOM

De meeste mensen die wel eens een rondje langs de Amstel fietsen kennen het bedrijf wel: de firma Blom langs de Amstedijk Zuid in Nes aan de Amstel.

In 1956 begon Nic Blom daar met zijn eerste vlechtklussen vanuit huis met alleen wat klein handgereedschap. De wapening werd toen op de bouwplaats met de hand geknipt en gebogen op traditionele wijze. Toen vader Nic sr. met zijn carrière stopte hebben zijn zonen het bedrijf overgenomen en een prachtig bedrijfspand ingericht aan de Amstedijk. Zij hebben het bedrijf verder ontwikkeld tot een modern familiebedrijf met een professionele wapeningscentrale en een hedendaags machinepark. Ook kleinzoon Marc heeft inmiddels een belangrijke rol in het bedrijf. De firma Blom is hoofdsponsor van de Sportklasse in de 51e Ronde van de Nes.



### Erelijst Wielerronde van Nes aan de Amstel ... 2003 - 2016

	1ste plaats	2de plaats	3de plaats	Beste Amstel(venner)
<b>2003</b>	Amateurs/Jun Marcel Kamerling Sportkl/Nwl Ruid Verbeek	Jabik Jan Bastiaans Keon Kraak	Michel Cerneus Coen de Groot	5. Rene Markus 5. Ben Mouris
<b>2004</b>	Amateurs/Jun Ron Vroom Sportkl/Nwl Arno Schrama	Edwin Commandeur Jan de Nijs	Dennis van Weel Aart de Vink	6. Ron Jacobs 4. Henk Leurs
<b>2005</b>	Amateurs/Jun Arno Schrama Sportkl/Nwl John Oudshoorn	Jo Thewessem Jacco van t Schip	Jos Geijssel Carla Bosman	5. Theo van Duren 4. Jan Buisman
<b>2006</b>	Amateurs/Jun Richard Louman Sportkl/Nwl Rene Markus	Andre van Reek Peter Vos	Joos Francke John Oudshoorn	6. Dion Beukeboom 11. Cor Baas
<b>2007</b>	Amateurs/Jun Steven van Leijen Sportklasse/Nwl Bas Krauwel	Jo Thewessem Dion Beukeboom	Rob van der Geest Freek Terlouw	4. Jacco van t Schip 6. Auke Broex
<b>2008</b>	Amateurs/Jun Yoric Bos Sportkl/Nwl John Oudshoorn	Hans van Eijk Pim Bonstra	Marcel Witte Ton van t Schip	5. Alex de Vries 5. Rene Markus
<b>2009</b>	Amateurs/Jun Marcel Jacobs Sportkl/Nwl Dylan Groenewegen	Derk Abel Beckeringh Edwin Driessen	Alex van Slightenhorst Edwin de Graaff	5. Paul Andriessen 7. Edwin Commandeur
<b>2010</b>	Amateurs/Jun Derk Abel Beckeringh Sportklasse/Nwl Ton van eijk	Stefan Wolffenbuttel Casper van Bodegraven	Gerben van de Knaap Michael Groeneveld	11. Marcel Jacobs 7. Jeroen Verhoeven
<b>2011</b>	Amateurs/Jun Stan Nelissen Sportklasse/Nwl Dylan Groenewegen	Stefan Wolffenbuttel Brian Burggraaff	Arno Schrama Stefan Wolffenbuttel	6. Marcel Jacobs 6. Theo van Duren
<b>2012</b>	Amateurs/Jun Henk de Jong Sportklasse/Nwl Brian Burggraaff	Nike Beckeringh Jeroen Akkerman	Helena van Leijen Jeroen Wesselijs	11. Femke Markus 4. Matthew Overste
<b>2015</b>	Amateurs Masters Arianna Pruijscher	Lorena Wiebes Lorena Wiebes	Menno van Hees Arco Herrebout	4. Teun Mouris 8. Auke Broex
<b>2016</b>	Amateurs Masters Jorne Videler John Oudshoorn	Remco Bertelink Brian Burggraaff	Niels van der Pijl Marcel Hoffman	10. Ivar Immerzeel 10. Auke Broex
	Dames Nieuwelingen Ivar Immerzeel	Niels van Ekeren	Bianca Bakker Daan Kool	15. Nike Beckeringh 4. Daan Hoeks

**Cora van Geel**  
Ringdijk 16c  
1188 WC Amstelveen BP  
T 0297 582 580  
M 06 221 89 409  
De Zon Rondom  
info@qi-chat.nl  
www.qi-chat.nl

**Cantina del Corazon**  
Amstedijk Zuid 162  
1189 VM Amstelveen/Nes aan de Amstel  
telefoon (0297) 582205  
www.cantinadelcorazon.nl

**E-BikeWorld**  
Specialzaak in elektrische tweewielers  
Amsterdamseweg 410  
1181BT, Amstelveen  
020-3627014  
info@e-bikeworld.nl  
www.e-bikeworld.nl

**HANS HANFF KAPPER**  
DE ULTIEME SCHAARBEBEWING?  
Dorpsstraat 19A, Ouderkerk a/d Amstel

**Pim Bonstra**  
Interieur timmerwerken  
Meubelmaker  
www.pimbonstra.com



## Hoofdsponsor van de 51ste Ronde van Nes aan de Amstel VAN DER VELDT BRONBEMALING B.V.

Het bedrijf uit De Kwakel is dit jaar voor de tweede keer hoofdsponsor van de Ronde van Nes aan de Amstel. Van der Veldt is specialist op het gebied van waterhuishouding door middel van bronbemaling.

Als er ergens projecten in de regio zijn zien we de bekende gele kastjes van Van der Veldt ook met regelmaat staan brommen. Kleine- én grote-opdrachtgevers zullen beamen dat Van der Veldt zonder problemen elke klus met succes volbrengt. Van der Veldt is een slagvaardige onderneming die direct tot actie overgaat als dat nodig is. Want je kan water niet op z'n beloop laten. Als op vrijdagavond of in het weekend bijvoorbeeld een waterleiding barst of de Sprinkler-installatie het begeeft, dan staan we voor u klaar. Daar kunt u op rekenen. Gegarandeerd.

### Sportief bedrijf

Van der Veldt wil met haar sponsoring van de 51ste Wielerronde haar naam uitdragen, maar is ook een sportief bedrijf dat al meer sporters en evenementen ondersteunt. Zo heeft Van der Veldt de afgelopen jaren de paralympische sporters Jetze Plat (handbiken) en Arian Cornelissen (skiën) ondersteund, maar ook het Schijf BMX Factory Team. De slogan van het bedrijf is: "Goed droog is het halve werk!". Alle informatie is te vinden op de website [www.vdveltdbronzbemaling.nl](http://www.vdveltdbronzbemaling.nl).

**Goed droog is het halve werk!**  
Boterdijk 116, 1424 NJ De Kwakel  
t: 0297-563731 f: 0297-560607  
www.vdveltdbronzbemaling.nl

**DE SHELTER B.V.**  
**CARAVANSTALLING**  
LEGMEERDIJK 226 - 1187 NK AMSTELVEEN  
TEL. 020 - 6476264 - FAX 020 - 6408242

**van Walraven b.v.**  
Al 75 jaar uw installateur  
verwarming - ventilatie - sanitair - water  
riolering - gas - dakwerk - duurzame energie  
Nijverheidsweg 3 - 1422 DP Uithoorn - tel.0297-561312  
info@walravenbv.nl - www.walravenbv.nl  
ComfortInstallateur UNETO-VNI

## Iedereen wil koersen in Nes aan de Amstel

### Historie

De Ronde van Nes aan de Amstel wordt sinds de jaren '60 verreden. In eerste instantie vooral met plaatselijke renners. De sponsoring van de renners diende een goed doel: bijvoorbeeld als bijdrage aan het dorpshuis. Langzamerhand groeide de koers uit naar een wedstrijd van naam en faam met vaak Nessers die om de prijzen streden. We hoeven maar te verwijzen naar de verschillende "Jacobsen" en

"Jansens" die in het verleden in de top van Nederland koersten. Later waren renners als Arno Schrama en de gebroeders Van 't Schip actief en in recente jaren zijn René Markus en zijn dochters van voren te bewonderen. De afgelopen jaren is de ronde enkele keren niet verreden vanwege de aanleg van de nieuwe N201. Maar nu is hij gelukkig weer in volle glorie terug. Dit jaar met maar liefst vier categorieën.

### ... PROGRAMMA ...

19.30 uur: Amateurs / Junioren - 60 km - 5 ronden - GP Van Walraven

19.32 uur: Masters 40+ / Sportklasse - 48 km - 4 ronden - GP Blom

19.33 uur: Nieuwelingen - 36 km - 3 ronden - GP Portengen

19.34 uur: Dames (Elite / AmateurVr / JunVr) - 36 km - 3 ronden - GP Van Werven



Ronde van Nes in de jaren zestig: het publiek ziet rijshrijder Wim Jansen tweede worden.

## Van Walraven BV AL 75 JAAR ERVARING IN LOODGIETERS- EN INSTALLATIEWERK

Van Walraven BV uit Uithoorn is in de Ronde van Nes aan de Amstel de sponsor van de Amateur-koers. Met ruim 75 jaar aan ervaring en een goed opgeleid team van vaste medewerkers, staat het bedrijf garant voor kwaliteit, vakmanschap, inventiviteit en een uitstekende service. Van Walraven onderscheidt zich tevens als Comfort Installateur waarbij voorzieningen worden

getroffen zodat mensen langer zelfstandig kunnen blijven wonen. Verder zijn er de reguliere werkzaamheden in bestaande als nieuw te bouwen woningen en utiliteitsgebouwen zoals: Verwarming, Gas- en waterleiding, Dakbedekking, Zinkwerk, Ventilatie, Loodgieterswerk, Sanitair en Duurzame energie. Voor alle informatie: [www.walravenbv.nl](http://www.walravenbv.nl)



# Mouris' Dynastie

De familie Mouris laat zien dat succesvolle racefietsgenen écht bestaan. Op de foto zien we van links naar rechts: Teun, Nico, Ton, Ben en Hein. Alle vijf hebben zij alle drie de Amstelrondes meerdere keren gereden en ook podiumplaatsen gehaald.

Natuurlijk zijn zij niet de enigen van de Mouris Dynastie. Ieder van hen heeft dan een antwoord op de volgende drie vragen:

1. **Wat is je beste herinnering aan één van Amstelrondes?** 2. **Wie vind je de 'beste wielrenner/ster' in de familie?** en 3. **Welke andere Mouris had ook op de foto moeten staan?**

## Teun

1. Mijn beste herinnering is vorig jaar in de ronde van Ouderkerk waar ik de koers won. Maar het zijn alle drie prachtige rondjes waar het altijd een harde koers wordt.  
2. Jens heeft het toch het verste geschopt als professional. Maar van verhalen weet ik dat Ben ook een hele goede renner was.  
3. Ik vind dat alle fietsende mourissen op de foto gezet moesten worden. Ook al wordt het stukje dan wel erg lang...

## Nico

1. Amstelveen was in mijn tijd met start en finish op de startbaan een soort Slo-ten, weinig spectaculair. Ouderkerk is alleen leuk als je heel goed rijdt, anders is het hangen en stuteren. En de Nes is het

mooiste rondje van de drie, vooral als het hard waait.  
2. Jens die is prof.  
3. Jens, Joost en Roel en natuurlijk Wessel (nieuweling) en Michiel (categorie die de komende jaren de eer van de familie gaan verdedigen in de Amstelrondes).

## Ton

1. Een deelname aan één van de Amstelrondes is altijd speciaal, georganiseerd door je eigen club en wat bekende mensen langs het parcours geeft altijd wat extra's. En dan vooral de ronde van Ouderkerk natuurlijk. In onze tijd was de start en finish van de ronde van Amstelveen nog aan de Sportlaan. Tijdens mijn eerste ronde als licentiehouder in Amstelveen had ik misschien wel een van mijn beste dagen die ik als wielrenner heb gehad. Het was mijn eerste keer dat ik mocht plaatsnemen in de kopgroep dus mijn dag was op dat moment al geslaagd, maar elke keer daarna als ik met de auto over de van der Hooplaan rijd en de laatste bocht naar rechts de Sportlaan op draai, richting de toenmalige finish denk ik me dat ik mijzelf door mijn onervarenheid in het peloton, veel te kort heb gedaan door slechts als 8e of 9e te finis-



hen. Misschien niet mijn mooiste herinnering maar wel de meest hardnekkige!  
2. Ik kan nog geen uitspraak doen wie de beste wielrenner van de familie is. Er zijn nog een paar neefjes die er heel hard hun best voor willen doen om de beste te worden. Ik geef hier over een jaar of 15 graag nog eens antwoord op.  
3. Daarom vind ik dat Wessel en Michiel ook op de foto hadden moeten staan!

## Ben

1. Ben in de Nes weleens 2e geworden, maar ik was zeker geen sprinter. Ooit reed ik in Amstelveen echt beresterk. Het was nog het ouwe rondje rondom het parcours met start en finish aan de Sportlaan. Die avond stonden er Australiers en Japanners aan de start en we kwamen met 10 man vooruit. Elke premiesprint zat ik in de prijzen. Ik won de leidersprijs en reed ongelooflijk hard. En ongelooflijk stom. Zelden heb ik zulke benen gehad. Ik was destijds zeer verliefd, dat moet de oorzaak geweest zijn van die superbenen. Die avond had ik echt moeten winnen. Maar helaas werd slechts 10e.  
2. Joost en Roel waren natuurlijk een eind op weg om een goeie coureur te worden, maar zijn afgehaakt om verschillende redenen. Teun is op weg naar een mooie carrière. En Wessel en Michiel dromen daar ook van. Maar het kan zomaar in de kiem gesmoord worden. Bolle (Nico) had misschien wel het meeste vermogen vroeger,

maar ging plots koeien en schapen houden. Dan ben je natuurlijk wel klaar als wielrenner. Jens is natuurlijk de beste. Bij mooie ploegen gereden en van een hobby zijn beroep gemaakt. Ik troost me met de gedachte ooit zijn grote voorbeeld geweest te zijn.  
3. Alle bovengenoemde hadden natuurlijk op de foto moeten staan. En ook Judith en Ruben van zus Hanny hebben een blauwe maandag gefietst bij de Amstel. Ik weet niet of dat allemaal op de foto past.

## Hein

1. Amstelveen, eerst in het centrum en later op de Sportlaan: dat was echt een racebaan met breed asfalt. De Nes, op de Nesserlaan schuin tegen de wind alles op een lint. Ik kon dat goed zien want ik reed natuurlijk achteraan. Ouderkerk, één van de eerste koersen die ik reed bij de recreanten. De start was nog op de kruising Hogerlustlaan en Emmalaan. Lagen we met 20 man al na 50 meter op straat naast de snackkar van George en Mildred. En later, toen Roel meedeed bij de Rabo dikke-bandenrace. Met zijn allen naast elkaar naar de eerste bocht, recht op het hek af. Daar stond broer Nico als verkeersregelaar, die kreeg Roel op zich af, greep hem bij zadel en stuur, draaide hem een kwartslag en Roel reed de wedstrijd uit.  
2. Jens, 37 jaar en nog professional.  
3. Broer Jan met zoon Jens, Joost en Roel, Wessel en Michiel.

# Heerlijk en eerlijk: GIJS EN ZIJN BLONDE D'AQUITAINE

Wie kent de boerderij van Gijs de Nooij niet. Op de weilanden rond zijn boerderij grazen de Blonde d'Aquitaine. De smaak van het gras en de bijzondere kruiden die daar groeien kun je proeven in hun heerlijke vlees. Het is natuurlijk ook geen toeval dat de winnaars van de 1e Ouderkerker Koppelkoers in een shirt reden dat door Gijs de Nooij is gesponsord. Meer weten over Gijs en zijn bedrijf? Kijk op [www.vleesvangijs.nl](http://www.vleesvangijs.nl) of maak eens een afspraak.



... COLUMN ...

# Fluwelen traptechniek

Als we het over een fluwelen traptechniek hebben dan gaat het doorgaans over voetballers als Ziyech bij Ajax, Messi bij Barcelona of Pirlo, de 'oude' Italiaan die nu zijn nadagen slijt in het Amerikaanse clubvoetbal. Liefhebbers raken in vervoering door de manier waarop zij een vrije trap in het doel kunnen krullen of met een achteloze beweging een medespeler met buitenkantje voet vrij voor het doel kunnen zetten.

Kunnen we bij wielrenners eigenlijk ook spreken over een fluwelen traptechniek en wat is dat dan? Zelf kan ik in vervoering raken door oude beelden van Bert Oosterbosch of Roy Schuiten op de fiets. Was het alleen de stijl of de zit of had het ook met hun 'traptechniek' te maken? Zijn er op dit punt verschillen tussen meer en minder professionele fietsers? In een recent Spaans onderzoek heeft men gekeken of er verschillen in traptechniek bestonden tussen wielrenners van verschillende niveaus. Daarvoor werden 11 renners uit een UCI Pro Tour team (het hoogste niveau) vergeleken met 13 renners uit een UCI Continental team ('de tweede divisie') en 14 renners die op clubniveau actief waren. Allen kwamen met hun eigen fiets naar het laboratorium zodat hun eigen fietsmaten op de fietsergometer konden worden nagebootst en ze in hun normale zithouding op de fietsergometer zaten. Vervolgens werd bij een constante trapfrequentie van 90 omwentelingen per minuut bij 200, 250 en 300 Watt belasting de traptechniek, in de zin van biomechanische variabelen als positieve en negatieve momentkracht gedurende de omwenteling en bewegingshoeken (range of motion) in heup-, knie- en enkelgewricht gemeten. Wat bleek? De wielrenners van het Pro Tour team hadden inderdaad gemiddeld een betere traptechniek dan de renners uit de twee andere categorieën, tot uiting komend in een beter gebruik maken van de trekbeweging in de omwenteling en een grotere bewegingsuitslag in het enkelgewricht. Een betere traptechniek kenmerkt zich dus ook door het meer bewegen van de voet tijdens de verschillende fasen van de omwenteling. Hoe meer ervaren de renner was hoe beter de traptechniek in het algemeen was. Kennelijk is het dus ook aan te leren.

In de Ronde van Ouderkerk kunnen in de koppelkoers betere en meer ervaren renners gekoppeld worden aan renners van een lager niveau. Weet je als toeschouwer niet meteen wie van een voorbij snellend koppel de betere renner is, let dan op het bewegingspatroon van de voeten tijdens het trappen. Hoe meer beweging in het enkelgewricht hoe groter dus de kans dat dat de kanjer van de twee is!

Over koppelkoers gesproken: de meest prestigieuze, maar helaas verdwenen koppelkoers is natuurlijk de Trofeo Barrachi, een koppel-tijdrit voor beroepsrenners die tussen 1949 en 1990 werd verreden en vele grote winnaars kent. In het fietsblad Procyding dat deze maand helemaal aan de Ronde van Italië is gewijd, vertelt de oudste nog levende winnaar van de Giro d'Italia, Ercole Baldini, een mooi verhaal over de herkomst van de naam van Barack Obama. De vader van Obama zou op televisie in 1957 Baldini en Fausto Coppi de Trofeo Barrachi hebben zien winnen en daarvan zo onder de indruk zijn geraakt dat hij zijn zoon een paar jaar later naar de race heeft vernoemd. Het lijkt me een geweldige broodje aap verhaal maar ik heb hier nu eens geen enkele behoefte aan een fact checker...

## Dokter van Trapp

I García-López J, Díez-Leal S, Ogueta-Alday A, Larrazabal J, Rodríguez-Marroyo JA. Differences in pedalling technique between road cyclists of different competitive levels. *Journal of Sports Sciences* 2016;34(17):1619-26



Dat eten... die gastvrijheid... dat uitzicht!  
Keuken geopend van 12 tot 22 uur. Zondag en maandag gesloten.



[www.voetangel.nl](http://www.voetangel.nl)  
Ronde Hoep Oost 3, Ouderkerk a/d Amstel Tel: 020 496 13 73



www.nicozeldenrijk.nl  
BOOMVERZORGING - GROENONDERHOUD  
BESTRATING - STEIGERS/BESCHOEIINGEN  
TUINEN - SCHUTTINGEN - HOVENIERSWERK

Brugstraat 8  
1191 AV Ouderkerk aan de Amstel  
020 - 496 12 92  
[www.windmakelaars.nl](http://www.windmakelaars.nl)

**J.H. van TWISK**  
ELEKTROTECHNIEK  
OUDERKERK AAN DE AMSTEL

• ERKEND GAS- EN  
WATERTECHNISCH INSTALLATEUR  
• SANITAIR  
• LOOD- EN ZINKWERK  
[www.wagenaarbv.nl](http://www.wagenaarbv.nl)  
OUDERKERK AAN DE AMSTEL  
020 - 496 61 59  
[info@wagenaarbv.nl](mailto:info@wagenaarbv.nl)

TIMMER- EN AANNEMERSBEDRIJF  
  
Ron Brandse  
  
Brandse Timmer- en Aannemersbedrijf  
Rondehoep West 57 • 1191 KM Ouderkerk aan de Amstel  
Tel./Fax: 0297 58 33 90 • Mobiel 06 54 608 408  
E-mail: [Brandsejm@hetnet.nl](mailto:Brandsejm@hetnet.nl)

# Nico Mouris Metselaar

KUNNEN ALLES MAKEN



Een terugblik op een succesvolle Amstelronde in 2016

# Thuisrijders scoren in Ouderkerk aan de Amstel

Ondanks de matige weersvoorspellingen werd de 47e Wielerronde van Ouderkerk in juni 2016 verreden onder prima weersomstandigheden: het was zelfs een beetje broeierig koersweer. Vlak voor de Dameskoers passeerde een forse bui, maar het droogde snel op en alle andere wedstrijden werden droog verreden, zodat het ook prima toeven was op het finishterrein, waar het gezellig druk was.

De overwinningen van Teun Mouris en later op de dag Victor Broex maakten het helemaal mooi. Teun Mouris was de sterkste in de 40- (Amateurs/Junioren) wedstrijd. Zijn zege werd al een beetje voorspeld na de Ronde van Amstelveen en nu was het dan zo ver. Met vier medevluchters wist hij het gedecimeerde peloton te ontvluchten. Het publiek was verrast dat Teun van kop af de sprint aanging en toch zijn eerste thuisoverwinning wist te behalen. Later op de dag was er de koers voor Nieuwelingen met veel sterke Nieuwelingen van WTC De Amstel aan de start: Victor Broex had geen kopgroep nodig:

een solo in de laatste 15 ronden maakte hij vakkundig af en tevens bracht hem dat de winst in het overkoepelende klassement. Amstelvener Daan Hoeks werd 2e, Enzo Leijnse 6e, Owen Geleijn 7e en Ruben van der Pijl 10e. Bij de Dames streed een kopgroep van 9 op het opdrogende wegdek om de zege. Lorena Wiebes klopte daarbij de publieksfavoriet Femke Markus (2e). Tussendoor was ook de grote strijd in de Ouderkerker Koppelkoers met vele bekende namen. In de Grote Finale was er een felle strijd tussen de gekwalificeerde acht koppels. Er werd aangevallen, gekeken en gekoerst. Uiteindelijk



Thuisrijder Teun Mouris wint op fantastische wijze de Ronde van 2016

was het slimste en sterkste koppel Paul Kuijter met Wouter de Jonge. Deze mannen wonen nota bene aan het parcours dus met hun terreinkennis zat het wel goed. Er werd na afloop nog lang nagepraat.

De Ronde van Ouderkerk bleek vervolgens een mooie opmaat voor het Nederlands Kampioenschap een week later: daar werd Nieuweling Victor Broex tweede en greep Lorena Wiebes de zege bij de Dames Junioren.



## Ook in de winter mooie sport: de 7de Ouderkerker Cross

Sinds 2010 vindt eind november de Ouderkerker Cross plaats. Het grootste en mooiste Cycle Cross evenement van Noord Holland dat is zeker met 240 deelnemers.

Ook in 2016 was dit een van de organisaties van WTC De Amstel met ook nu mooie en sterke winnaars. De regionale toppers deden een flinke greep in de prijzenpot. Zo wist nieuwbakken Junior Victor Broex zijn thuiscross te winnen door zijn trainingsmaat 'en concurrent Teun Mouris in de laatste honderden meters af te schudden. Na de wegzege in Ouderkerk dus eigenlijk de "dubbel".

Marcel Witte, voorzitter van De Amstel, was voor de derde keer de sterkste in de Masters-klasse Ouderkerk door clubgenoot Patrick Molenaars uit Amstelveen te verslaan. De Utrechtse Laura Gorter was winnares bij de Dames en Nesser Mees van Duren klopte Ouderkerker Jelle Boonstra bij de oudste Jeugd, terwijl Wessel Mouris de verrassende winnaar was bij de Nieuwelingen.

### Erelijst Wielerronde van Ouderkerk a/d Amstel ... 2003 - 2016

	1ste plaats	2de plaats	3de plaats	Beste Amstel(ener)
<b>2003</b>	Nieuwelingen Marco Brus	Patrick Bos	Frank Warmerdam	7 Dennis Andriessen
Amateurs B/C	Michel Toonen	Arno Schrama	Rob Verbeek	6 Ben Mouris
Amateurs A	Ronald Roos	Martin Schouten	Jabik Jan Bastiaans	10 Alex de Vries
<b>2004</b>	Nieuwelingen Dennis Andriessen	Martin van Plateringen	Tjeerd van Aurich	14 Dion Beukeboom
Amateurs B	Arno Schrama	Bert Bakker	Wil Lupperts	4 Cor Baas
Amateurs A	Ron Vroom	Gerben van de Reep	Andre van Reek	6 Jeroen van Hoeijen
<b>2005</b>	Nieuwelingen Ruben van Wierfferen	Jordy Beuker	Roy Pieters	15 Dion Beukeboom
Amateurs B	Auke Broex	Jeroen van Hoeijen	Cor Baas	
Amateurs A	Rick Krijt	Alfred Visser	Bart van Haaren	9 Jeroen Verhoeven
<b>2006</b>	Nieuwelingen Steven van Leijen	Jelle Lugten	Ronald Dijkhuizen	10 Peter Vos
Amateurs B	Norbort du Pied	William de Wolf	Ton Griep	5 Pim Bontra
Amateurs A	Herman Reesink	Tonny Teuben	Andre van Reek	4 Coen Emmer
<b>2007</b>	Nieuwelingen Dilan van der Aar	Derk Abel Beckeringh	Jack de Koning	
Amateurs B	Ward koster	Cor Baas	Jeroen van Maanen	4 Coen Emmer
Amateurs A	John Bruin	Auke Broex	Albert Krook	4 Richard Louman
<b>2008</b>	Nieuwelingen Emiel Dolfsma	Bart Harmsen	Dylan Groenewegen	5 Derk Abel beckerinh
Amateurs B	Hans Voorn	Jeroen van Hoeijen	William Floris	6 Pim Bonstra
Amateurs A	Gerben van de Reep	Selmar Pigge	Imo de Pruijssenaere	5 Richard Louman
<b>2009</b>	Nieuwelingen Dylan Groenewegen	Martijn Tusveld	Dennis Bakker	5 Bertrand Hartemink
Amateurs B	Rick Krijt	Edwin Commandeur	John Oudshoorn	8 Alex de Vries
Amateurs A	Jeffte de Bruijn	Peter van de Reep	Derk Abel Beckeringh	6 Auke Broex
<b>2010</b>	Nieuwelingen Luca Schrijen	Sam Oomen	Steve van der Erden	
Vrouwen	Annelies Visser	Anouka Koster	Riejanne Markus	5 Nike Beckeringh
Amateurs B	Jan de Nijs	Rene van Leersum	Rene Schuitemaker	5 Edwin Commandeur
Amateurs A	Nick Zuidewind	Andre van Reek	Pim Zuidewind	11 Marcel Witte
<b>2011</b>	Nieuwelingen Stef Krul	Timon van Reek	Paul Rooij	8 Matthew Overste
Vrouwen	Marsja Hoogvorst	Riejanne Markus	Silja Visser	4 Julia Evers
Masters 40+	Robert de Poel	Andy Knijpinga	Rudi Bissels	13 Auke Broex
Amateurs A	Stephan Borsboom	Ferry de Ruitter	Nick Zuidewind	15 Joos Francke
<b>2012</b>	Niet verreden			
<b>2013</b>	Nieuwelingen Thijs Wolsink	Rick de Vries	Janiek Zandbeek	5 Michael den Toom
Vrouwen	Nina Buysman	Nicole Steigenga	Liema de Jong	6 Femke Markus
Masters 40+	Allard Epping	Fred Pronk	Frank Nijssen	8 Auke Broex
Amateurs A	Gerben van de Reep	Henk de Jong	Joost Mouris	9 Richard Louman
<b>2014</b>	Nieuwelingen Nils Eekhoff	Teun Mouris	Mel van de Veekens	11 Leon Buys
Masters 40+	Brian Burggraaf	Eddy Hermesen	Andy Knijpinga	4 Marcel Witte
Elite/Bel/Am	Lars van de Vall	Wouter Mol	Dennis Souverein	6 Jan Lof
<b>2015</b>	Nieuwelingen Edo Maas	Victor Broex	Alexander Konijn	16 Ruben vd Pijl
Vrouwen	Arianna Pruijscher	Lorena Wiebes	Anne de Ruitter	11 Femke Markus
Elite/Bel/Am	Koos Jeroen Kers	David van eerd	Wouter de Groot	4 Patrick Bos
<b>2016</b>	Amateurs/Junioren Teun Mouris	Jordy Beuker	Martin van Plateringen	12 Edwin de Graaff
Nieuwelingen	Victor Broex	Daan Hoeks	Sam Gademan	6 Enzo Leijnse
Dames	Lorena Wiebes	Femke Markus	Laura Gorter	24 Lieske Coumans

# In Ouderkerk winnen alleen de oersterke renners

## Historie

De Ronde van Ouderkerk wordt sinds 1968 verreden. Tot 1997 lag de start/finish op de Emmalaan, waarna deze in 1997 naar de Julianalaan ging en de rijrichting veranderd werd (rechtsom). In 2012 werd de koers in verband met werkzaamheden aan de weg niet verreden. Start en Finish: Sporthal de Bindelwijk. Consumpties verkrijgbaar, Springkussen (ter beschikking gesteld door Smit Partyservice... en er zijn uiteraard



veel bekenden uit Ouderkerk en omgeving. Extra: De Ronde van Ouderkerk is alleen voor de allersterksten. Dit jaar opnieuw een onderdeel: de Koppelkoers: een gentlemensrit in pelotonsvorm (zie pagina 12).

**48STE LE PATRON RONDE VAN OUDERKERK A.D. AMSTEL ZONDAG 18 JUNI 2017**

LENGTE ▶ 1000 meter

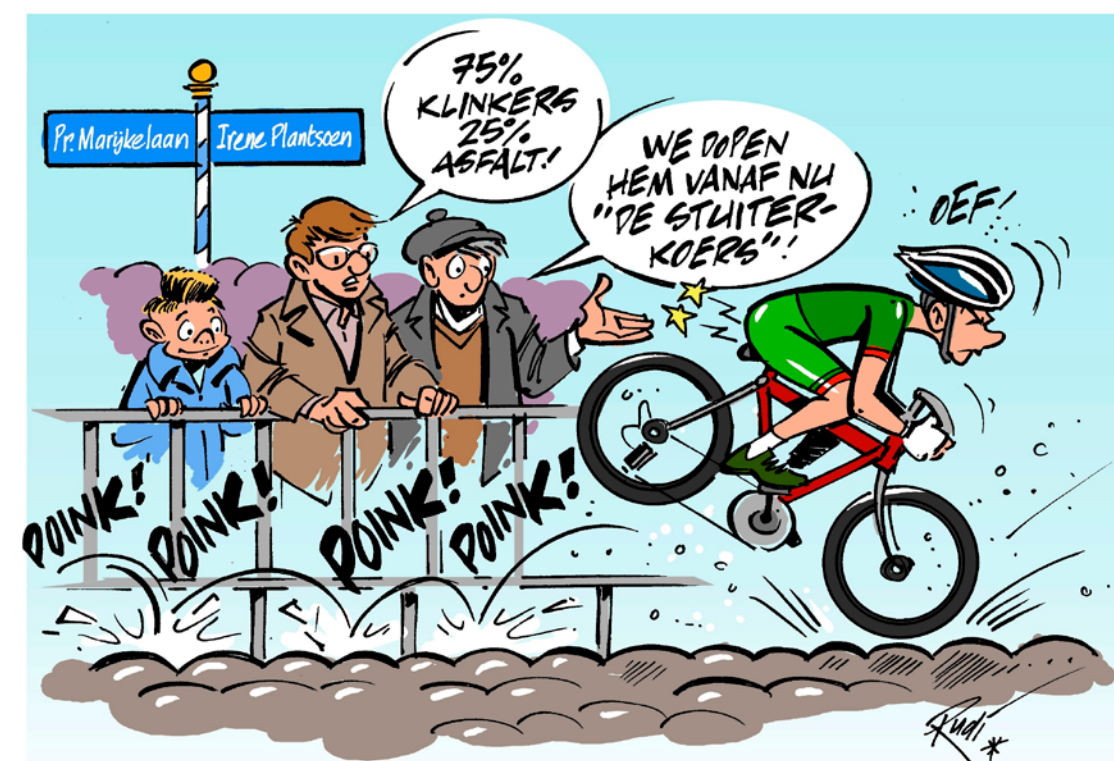
ONDERGROND ▶ 75% klinkers, 25% asfalt

ZWAARSTE STUK ▶ Pr Marijkelaan / Ireneplantsoen (zware klinkers) en de klim naar de dijk

START EN FINISH ▶ Sporthal de Bindelwijk

## ... PROGRAMMA ...

- 11.45 uur: Dames: 50 km om de "Grote Prijs Van Werven", Finale Rechtstaete klassement
- 13.15 uur: Voorronden van de Ouderkerker Koppelkoers (2 series van 8 ronden)
- 14.00 uur: Nieuwelingen: 50 km om de GP Girav, Finale Andantino klassement
- 15.20 uur: Finales Ouderkerker Koppelkoers (8 en 12 ronden) - GP Kouwenhoven Vlees
- 16.00 uur: Amateurs/Junioren: 60 km - GP Praktijk Overdam



Hoger Einde Zuid 26 - Ouderkerk a/d Amstel - 020-4961988 - verwie.nl  
facebook.com/verwiewonenenclapen

Machineweg 4, 1191 LC, Ouderkerk a/d Amstel.

Tel 020 - 496 96 00  
Fax 020 - 496 60 24  
info@jooren.nl

completely NUTS

De leukste en lekkerste nootjes van allemaal!  
Iedere vrijdag op het Sluisplein van 11.00-18.00.  
Vers gebrande noten, zelf geroosterde granola's, gedroogd fruit, snacks en pindakaas waar je heel hard van gaat fietsen!

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

Ambachtenstraat 47  
1191 JM Ouderkerk aan de Amstel  
020 - 358 51 18

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

Wij bezorgen o.a. in Ouderkerk a/d Amstel, Amstelveen, Amsterdam, Diemen, Duiwendrecht, Aalsmeer, Uithoorn, Schiphol en Schiphol-Rijk.

Leurs Zand- en Grindhandel B.V.

Straat- grond- riool- en sloopwerken.  
Tuinteplanting en verkoop van bestratings- en aanvulmaterialen.

Carlo Leurs  
Fuij 2  
1191 SH Ouderkerk a/d Amstel

Tel. 020-4961476  
Fax 020-4967379  
Mobiel 06-54375651

Tandje bijschakelen ?

ACTIE - COMMUNICATIE

DORPSTRAAT 26 1191 BK POSTBUS 80 1190 AB OUDERKERK A/D AMSTEL  
TELEFOON 020 - 496 90 00 FAX 020 - 496 90 11 INTERNET WWW.KIBLERMAN.NL

ARIE OUDSHOORN

Botsholsewarsweg 4  
3646 AK Waverveen

Telefoon: 0297 - 582377  
Fax: 0297 - 582809

AUTOBEDRIJF

Verkoop Nieuw en Gebruikte auto's  
Onderhoud en Reparaties APK Keuringen





## Plaatselijke "gladiatoren" aan de start in Ouderkerker Koppelkoers

Twee jaar geleden is in de Wielerronde van Ouderkerk een nieuw programma onderdeel toegevoegd: "de Ouderkerker Koppelkoers": een échte plaatselijke wedstrijd. Wat is dat dan, deze Ouderkerker Koppelkoers?

Het is een zogenaamde Gentlemens-koers, maar dan in een pelotonsvorm. Je start met maximaal 15 koppels tegelijk en als nummer twee van je koppel over de streep is, ben je binnen! Je moet dus wel met je maatje samenwerken en elkaar uit de wind houden. Iedere Ouderkerker met een racefiets moet eigenlijk mee kunnen - en willen! - doen.

De wedstrijd zal bestaan uit een voorronde over ca. 10 km en iedereen rijdt daarna (afhankelijk van het niveau) in de Grote of de Kleine finale. Er is ruimte voor maximaal 30 koppels. Er zullen ook echte wielrenners meedoen, maar de organisa-

tie verwacht juist ook een groot aantal recreanten dat komt meedoen! Voor koppels die nog niet al te veel ervaring hebben zijn er twee speciale oefentrainingen bij WTC De Amstel in de week voor de wielerronde: op maandag 12 juni en donderdag 15 juni. Ook kunnen minder ervaren wielrenners drie keer vrijblijvend meetrainingen met de Woensdagavondtrainingen van de wielersportclub. Alle info over de activiteiten is te vinden op [www.wtcdeamstel.net](http://www.wtcdeamstel.net).

Voor informatie én aanmelding kan een e-mail gestuurd worden naar: [amstelrondes@gmail.com](mailto:amstelrondes@gmail.com)

## 'Veel mannen zullen ons achterwiel weer zien!'

Waar kennen we Gerdien Meijer ook al weer van? Wereldkampioen Sprint Masters 2017, de beste 'vanalleseromheen' medewerker bij De Haan Wielersport Ouderkerk aan de Amstel en de winnares van de Ouderkerkse Koppelkoers 2016 bij de vrouwen.

### Uitme koppelkoers partner?

Natuurlijk haar koppelkoerspartner Nellie Kea!

**Racefiets sinds?** Vanaf 12 jaar toen ze geselecteerd werd voor de schaatsselectie van Amsterdam samen met haar vriendinnetje Joke de Haan (van toenmalige zand- & grinthandel de Haan) op de 'mooie rode en te grote Peugeot' van haar vader.

**In je eentje een blokje om?** Rondje Markermeer in het kielzog van de bij toeval achterop gereden Team Lotto NL-Jumbo wielrenner Rick Flens die haar ook het verschil demonstreerde tussen wielrennen en een fietsen: Geen gekaker bij het inhalen, 'laid back en go with the flow' er voorbij.

**Favoriete kleding stuk?** De speciale 50 jaar De Haan Wielersport wielrensokken.

**Bijgeloof?** Ja, sorry ik kan het niet vertellen want dan werkt het niet meer.

**Mooiste van fietsen?** 's Ochtends heel vroeg, als de wereld speciaal voor jou lijkt te ontwaken: stil, fris, eerste zonnestralen, dauw op het grasland en de straten en wegen zijn alleen voor jou.

**Dit jaar ook weer de koppelkoers?** Ja



zeker, vanwege de heerlijke dorps sfeer, de titel proberen te prolongeren met Nellie en al die mannen je achterwiel laten zien.

**Tips voor meer vrouwen aan de start?** Natuurlijk een Ronde Mister en een Speciale Goodie Bag.

**Na afloop van de koppelkoers?** Biertje! ;-)

**Rechtstaete Vastgoedadvocaten & Belastingadviseurs:**

## SPONSOR VAN DE DAMES

RechtStaete is een advocaten- en belastingadvieskantoor in Amsterdam met als doel om hoogwaardige juridische en fiscale dienstverlening aan te bieden aan actoren op de commerciële vastgoedmarkt.

Sinds de oprichting, in 2001, is RechtStaete uitgegroeid tot een kantoor dat in de markt wordt herkend als zeer ervaren en deskundig in de juridische en fiscale vastgoedmaterie, doelgericht en als plezierige gesprekspartner. Eén van de eigenaren, mr. Ton Oostenrijk, is zelf een enthousiaste fietser en triatleet en woonachtig in Ouderkerk. Ton zal zelf ongetwijfeld zijn beste beentje voor willen zetten in de Ouderkerker Koppelkoers. Rechtstaete stelt inmiddels voor het vijfde jaar de extra prijzen en de leiderstruien beschikbaar voor het klassement voor de Dames! Vorig jaar was de latere Nederlands kampioene Lorena Wiebes de sterke winnares. Daarnaast is Rechtstaete sponsor van WTC De Amstel en ook van de Triathlon van Amsterdam en de City Swim.

Alle info staat op [www.rechtstaete.nl](http://www.rechtstaete.nl)

infra & recycling

bestel in enkele klikken uw afvalcontainer online

[www.vanwerven.nl/webshop](http://www.vanwerven.nl/webshop)

bolk consult

Projectmanagement  
Makelaardij & Taxaties

RON  
gastrobar

..VIERDE HELFT

020-496 19 43

[WWW.RONGASTROBAR.NL](http://WWW.RONGASTROBAR.NL) / [INFO@RONGASTROBAR.NL](mailto:INFO@RONGASTROBAR.NL)

## VAN WERVEN: SPONSOR VAN DE AMATEUR-KOERS IN OUDERKERK

De auto's van Van Werven zijn inmiddels een bekend gezicht in de regio Amstelland. Van Werven is immers de gespecialiseerde dienstverlener op gebied van infra en recycling.

Van Werven heeft het vroegere Streefkerk in Ouderkerk overgenomen en met ca. 30 vaste medewerkers en vele losse krachten vanuit het centrale bedrijf, wordt er elke dag hard gewerkt aan grote projecten. Zoals bijvoorbeeld de grote Parkeergarage aan de Hobbemakade in Amsterdam. Van Werven is ook bekend

als sponsor van het marathonschaatsteam, en binnen Van Werven Ouderkerk werken enkele sportievelingen die zeker aanwezig zullen zijn bij de wielerrondes. Van Werven stelt o.a. de prijzen in de openingswedstrijd in Ouderkerk: de Amateurs/Junioren-koers over 60 km ter beschikking. Alle info is te vinden op: [www.vanwerven.nl](http://www.vanwerven.nl).

Girav  
LONGFIT®

WINNAARS DRAGEN GIRAV-SHIRTS!

Alle winnaars van de Ouderkerker-koppelkoers ontvangen ook dit jaar weer een door het 'Ouderkerkse' Girav gesponsorde t-shirt met het gedicht van de Ronde. De shirts waar juist wielrenners van houden: T-shirts die niet uit je broek kruipen, perfect aansluiten, van hoogwaardige

kwaliteit zijn, verantwoord zijn gemaakt en ook na vaak wassen mooi blijven en als nieuw aanvoelen. Wil jij ook graag deze kwaliteit voor je t-shirt, polo, overhemd of pullover? 1187 klanten beoordelen de producten van GIRAV met gemiddeld een 9,3: kijk op [www.girav.nl](http://www.girav.nl)

## KOUWENHOVEN VLEES: SPONSOR VAN DE OUDERKERKER KOPPELKOERS

De firma Kouwenhoven Vlees is ook dit jaar de sponsor van de Ouderkerker Koppelkoers. Eigenaar Eric Kouwenhoven is een enthousiast fietser en ook deelnemer aan de koppelkoers. Voor het goede doel reed Eric al eerder de Mont Ventoux op, en we verwachten hem ook dit jaar weer aan de start. Dus men moet rekening met hem houden. De firma Kouwenhoven is een grote rundvleesverwerker en leverancier vanuit haar Foodcenter aan de Jan van Galenstraat in Amsterdam. Alle informatie over dit sportieve bedrijf is te vinden op [www.kouwenhovenvlees.nl](http://www.kouwenhovenvlees.nl). Binnenkort zijn ze te vinden in een fonkelnieuw pand in Almere.

natural  
tableware®

Johan Enschedeweg 19  
1422 DR Uithoorn  
020 20 50 703

[www.naturaltableware.com](http://www.naturaltableware.com)  
[sales@naturaltableware.com](mailto:sales@naturaltableware.com)

**Kouwenhoven Vlees**

Food Center Amsterdam  
Jan van Galenstraat 4 -12 | 1051 KM Amsterdam  
Tel: (+31) 020 - 688 0411 | [www.kouwenhovenvlees.nl](http://www.kouwenhovenvlees.nl)

Born  
fietsen

Een begrip in Amstelveen sinds 1921. Wij bieden service en garantie!

Dealer van Flyer • Cortina • Dracat  
Victoria E-Bikes • Bakfiets.nl • en Azor  
kwaliteitsfietsen. Deze merken zijn  
bij Bornfietsen te koop  
tegen internetprijzen.

Bel ons op voor vrijblijvende informatie!

**Tweewielerspecialist Bornfietsen**

Koen van Oosterwijklaan 47-49  
1181 DS Amstelveen  
T 020-4537855  
E info@bornfietsen.nl

Opningslijden:  
Dinsdag t/m vrijdag: 9.00 - 18.00 uur  
Zaterdag: 9.00 - 17.00 uur

Rabobank is trotse sponsor van de wielerrondes van Ouderkerk en Nes aan de Amstel.

**Trotse sponsor!**  
Rabobank Amstel en Vecht wenst alle deelnemers heel veel succes en plezier tijdens de Wielerrondes van Ouderkerk aan de Amstel en Nes aan de Amstel op vrijdag 19 mei en zondag 18 juni.  
Ontdek alles over de Rabobank en sport op [Rabobank.nl](http://Rabobank.nl)

Een aandeel in elkaar



# Wielersclub WTC De Amstel is een Topclub voor iedereen, jong en oud

Wielervereniging WTC De Amstel is de stuwende kracht achter de wielersport in Amstelland. De club heeft haar thuisbasis aan de Startbaan in Amstelveen. Op het af te sluiten wielercours van precies 1000 meter worden wekelijks vele kilometers gemaakt door jong en oud. Daarnaast worden er ook op de openbare weg verschillende (groeps)trainingen georganiseerd. Zowel de semi-professionele wielrenner als de fanatieke trimmer en jeugd vanaf 8 jaar, komt bij De Amstel aan zijn of haar trekken.

## Wedstrijdsport

De wielervereniging kent ruim 250 leden waarvan ongeveer tweederde een wedstrijdlicentie heeft. Het wedstrijdlicentie niveau is verschillend en biedt veel mogelijkheden. Dat begint bij trainingen, gevolgd door (trainings)wedstrijden op het clubparcours, tot criteriums in steden en dorpen (zoals de Amstelrondes), maar ook de wegwedstrijden (Klassiekers) in heel Nederland en internationale (etappe)wedstrijden in het buitenland. Let wel: dit geldt voor de jongste Jeugd vanaf 8 jaar tot zelfs de Masters 60+, want voor elk niveau en elke leeftijd is wielrennen goed te doen.

## Clubactiviteiten

De (club)wedstrijden worden door veel leden gecombineerd met de clubtrainin-

gen. Op de weg gebeurt dat op verschillende momenten en niveaus. Vaste prik zijn in het zomerseizoen de wegtrainingen op zaterdag en dinsdag en de Jeugdtrainingen op dinsdag. Daarnaast zijn er de clubwedstrijden op dinsdag voor de "Trimmers" en Sportklasse-renners en op donderdag voor de betere licentiehouders.

## Plezier is de basis

Wielrennen is een prestatiesport, maar WTC De Amstel zorgt dat iedereen op zijn of haar eigen niveau kan meedoen en plezier in de sport heeft. Het wielrennen wordt dan ook altijd als een "spelletje" gezien, en daar gaat het om. Als u de jeugdrenners op dinsdagavond ziet rond-fietsen aan de Startbaan begrijpt u me-



teen hoeveel plezier en voldoening de rennetjes uit hun sport halen.

## Talent en Toppers

Inmiddels heeft de vereniging het nodige talent voortgebracht. Een aantal van die talenten heeft uiteindelijk ook de stap

naar de (inter)nationale top weten te maken. Veel van deze renners zijn doorgroeid vanuit de Jeugd afdeling (8-14 jaar), naar de Nieuweligen (15/16 jaar) en Junioren (17/18 jaar) en uiteindelijk naar de Elite/Beloften, waarbij enkele renners hun favoriete sport op beroeps-

matige basis hebben kunnen uitoefenen. Die renners hebben dan plaats kunnen nemen in een (Pro-) Continental team. Dylan Groenewegen is de laatste renner die is doorgestroomd: via het Roompot team nu naar Lotto-Jumbo, en Groenewegen is inmiddels de regerend Nederlands kampioen en één van de internationale topsprinters. Maar namen als Olympisch baanrenners Dion Beukeboom, Tim Veldt, Jens Mouris, Levi Heimans, Patrick Bos, en ook wegrenners Bart van Haaren, Lars van de Vall, Koos Jeroen Kers, Riejanne Markus en Derk Abel Beckeringh begonnen ooit hun "wieleropleiding" bij WTC De Amstel.

## WPGA-Cycling: Opleidingsploeg voor ambitieuze renners

Drie grote verenigingen uit de regio (WTC de Amstel, DTS uit Zaandam en ASC Olympia uit Amsterdam) hebben voor de Elit en Beloften renners (19 jaar en ouder) de Wielerploeg Groot Amsterdam opgericht, internationaal bekend als WPGA-Cycling. Een grote en kwalitatief sterke wielerploeg ontstaan waar de belofte- en eliterenners van deze verenigingen in zijn ondergebracht. WPGA biedt voor de ambitieuze renners een mooi wedstrijdpro-



gramma in binnen- en buitenland, waarbij aan de basis vanuit de drie verenigingen ook aan de Nieuweligen (15/16 jaar) en Junioren (17/18 jaar) training- en opleiding wordt gegeven. **Alle info over WTC De Amstel:** [www.wtcdeamstel.net](http://www.wtcdeamstel.net) of via [wtcdeamstel@gmail.com](mailto:wtcdeamstel@gmail.com)

## Heb je interesse?

Kom dan op dinsdagavond vanaf 18.00 uur naar het Clubparcours aan de Startbaan (bij het HWC). Op de Peter Postbaan wordt elke week getraind door de Jeugd t/m 14 jaar. Informatie over de Jeugdactiviteiten is te krijgen bij Wilfred Bos ([lantaarn@ziggo.nl](mailto:lantaarn@ziggo.nl)). 15 jaar en ouder? Info via [wtcdeamstel@gmail.com](mailto:wtcdeamstel@gmail.com).

**ALLES VOOR FIETTERS**  
Grootste aanbod in de regio!

- Racefietsen
- Fitnessbikes
- Mountainbikes
- Tourfietsen
- Hybridefietsen
- Stadsfietsen
- Lifestylefietsen
- Kinderfietsen
- E-Bikes

- Fietskleding
- Onderdelen
- Accessoires

- Quickservice
- Reparatie

**de Haan**  
wielersport.nl

Hoger einde Zuid 23  
Ouderkerk aan de Amstel  
telefoon: 020 4961216  
[www.dehaanwielersport.nl](http://www.dehaanwielersport.nl)

## DE HAAN WIELERSPORT

Iedereen die wel eens de Dorpsstraat in rijdt kent de zaak wel: De Haan Wielersport aan het Hogerinde Zuid. Veel fietsers stoppen er om even in de etalage te gluren of gewoon even te stoppen.

De zaak van eigenaar Roel de Haan en zijn staf straalt na de uitbreiding nog meer professionaliteit uit voor de "gewone" fietser, maar zeker ook voor de fanatieke wielrenner of mountainbiker. Via de website [www.dehaanwielersport.nl](http://www.dehaanwielersport.nl) is het mogelijk om virtueel "binnen te kijken" en te zien wat er allemaal te vinden is. De haal- en brengservice is ook een extra optie voor de klant. De Haan Wielersport is dit jaar een mooie ondersteuner van de Wielerevenementen in Ouderkerk (de wielerronde in juni (met o.a. de Superpremie voor de Amateurs) en zal in het najaar ook ondersteuner zijn van de altijd spectaculaire Ouderkerker Cross.

## De slimmigheidjes van Lars van de Vall Tips voor de koppelkoers

Ouderkerker en eliterenner Lars van de Vall heeft een aantal tips voor deelnemers aan de koppelkoers én hun racefiets.

### Deelnemers:

**VOORIN ZITTEN** ▶ Je hoeft minder aan te zetten na de bocht want per plek verlies je 2 meter ten opzichte van je voorganger, plek 10 is dus 20 meter achterstand.

**VOOR JE UITKIJKEN** ▶ Niet naar het achterwiel voor je, houd overzicht over de koers en het parkoers.

**VERDEEL JE KRACHTEN** ▶ wissel niet op een vast punt maar als de voorganger dat aangeeft, nooit voor de bocht wisselen, altijd erna.

**LAATSTE GOEDE MAALTIJD** ▶ 2 uur voor de start en dat mogen best bruine boterhammen met pindakaas zijn, daarna iets lekker en zoets.

**STERKSTE OP KOP** ▶ bij het aantrek-

ken van de sprintgoed je volger in het wiel houden. Zorg dat je na de laatste bocht bij de dierenarts op kop ligt.

**BOCHTEN TIPS** ▶ rem voor de bocht en nooit in de bocht, handen in de beugel, en zorg dat je de bocht ruim uitkomt. Auke Broex geeft in de week voor de koppelkoers twee trainingen voor deelnemers aan de koppelkoers.

### Racefiets:

**7 BAR IN JE VOORWIEL** en 7-7,5 bar in je achterwiel: niet harder om stuurterren te voorkómen.

**NEE NIET 53X11** zoals Lars maar bijvoorbeeld 50x15/16: niet te zwaar

om na de bochten weer goed aan te kunnen zetten.

**EENVOUDIGE WIELEN**, lage velgen, goede grip voor de remblokkjes (dus geen carbon), bandje 23 of 25 mm afhankelijk van je velgbreedte.

**KETTING EERST SCHOONMAKEN** met je doek en je doek ook gebruiken voor het smeren van je ketting: eerst olie op de doek en daarna de ketting er overheen draaien.

**EEN HALF GEVULDE BIDON** is genoeg: pompje, bel, lampen, multitoel en reservebandjes zijn niet nodig in de koppelkoers. **OJA**, en niet gaan sleutelen aan zadelhoogtes en andere zaken: gaat altijd verkeerd vlak voor de koers.



DECORATIE  
**MARTHA DE GROOT**  
INTERIEUR

Van der Hooplaan 151  
1185 GB Amstelveen

**Openingsstijden:**  
maandag gesloten  
dinsdag t/m vrijdag  
van 10:00 tot 18:00  
zaterdag van  
10:00 tot 17:00

Wij werken ook op afspraak,  
hiervoor kunt u bellen naar  
onderstaand nummer  
of mailen naar onderstaand  
adres:  
tel: 020-6415714  
fax: 020-6479568  
e-mail: [info@marthadegroot.nl](mailto:info@marthadegroot.nl)

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

**RAILTECH** BV  
Railinfra Solutions

**SILVERSANT**

## WTC de Amstel wordt gesponsord door:





Portengen Grond-en Waterwerken  
**BEELDBEPALEND MAATWERK**  
 SPONSOR VAN DE NIEUWELINGEN IN NES AAN DE AMSTEL



Ringdijk 10a  
 1188 WC Amstelveen

Tel.: 0297-582781  
 Mobile: 06-54797031  
 Fax: 0297-582894



## 50ste Ronde in de Ronde Hoep?!

In 2019 wordt de 50ste Wielerronde van Ouderkerk gereden. De organisatie van de Ronde van Ouderkerk wil dan met het jubileum van de wielerronde iets extra speciaals doen, waar nog jaren over gesproken zal worden.

**W**at willen we gaan doen: Een heuse wielerronde van de Ronde Hoep! Op de wegen waar vele toer- en wedstrijd fietsers hun trainingskilometers maken, een wedstrijd laten verrijden. Dat zou pas wat zijn. Is dat dan nooit eerder gebeurd? Ja zeker wel: in de jaren '50 is er in ieder geval enkele keren een Ronde van de Ronde Hoep verreden. Meer weet de organisatie echter niet. Daarna is er jarenlang vanuit restaurant De Voetangel de "Voetangeltijdrit" verreden met vele plaatselijke helden op de erelijst.

Het plan is om een ploegentijdrit voor recreanten te verrijden (over één ronde), en een echte pelotonskoers over vier ronden. Dan worden natuurlijk de KOM-metjes op het rondje Hoep voor eens en voor altijd scherp gezet. Ook zullen de deelnemers dan in het bezit komen van een uniek genummerd Ronde van de Ronde Hoep shirt. We verwachten dat er veel belangstelling voor is. Deelnemers aan de Ouderkerker Koppelkoers hebben uiteraard voorrang. Wordt vervolgd. De gesprekken met bewoners en gemeente zullen binnenkort starten.



Het publiek geniet van de stijd in de Ouderkerker Koppelkoers

## ... Prijsvraag ...

### 'HOEVEEL HEKKEN STAAN ER LANGS HET OUDERKERKSE WIELERPARCOERS?'



In 'De suikerspin en andere wielerverhalen' verzamelt **Thijs Zonneveld** zijn beste verhalen over de almaar populairder wordende wielersport in Nederland. En dat kan ook niet anders, met een generatie coureurs die succesvoller blijkt dan ooit. Tom Dumoulin, Wout Poels, Niki Terpstra en Bauke Mollema krijgen de mensen op de been. Zonneveld schrijft in zijn onnavolgbare manier over hun prestaties en over wat hem fascineert in het wielrennen en voegt daar verhalen over zijn eigen bescheiden ervaringen in het peloton aan toe.

Dit boek – beschikbaar gesteld door **Sprey Boekhandel** in Ouderkerk aan de Amstel – kun je winnen als je raadt: **hoeveel hekken er op 18 juni 2017 langs het Ouderkerkse parkoers staan.**

Vul hieronder het aantal hekken in inclusief je eigen contactgegevens, lever dit formulier uiterlijk op **zondag 18 juni** in bij de inschrijftafel in Sporthal de Bindelwijk en maak kans op dit wielrenboek. Bij meerdere goede antwoorden, trekt de jury het winnende formulier.

Aantal hekken: \_\_\_\_\_

Jouw naam: \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_

Telefoon: \_\_\_\_\_

... GEDICHT ...

AAN DE AMSTEL 18 JUNI 2017

*Het hart van Ouderkerk trilt  
 De straten zijn geveegd  
 Overal coureurs in het wild  
 Lichamen in liefde verpleegd*

*Lonkende dijen  
 Glanzende kuiten  
 Aalgladde shirtjes  
 We zullen fluiten*

*Vandaag heb ik goeie benen  
 Geen angst voor de chasse patate  
 De straatstenen zullen wenen  
 Ouderkerk op het buitenblad*

HARRY OONK  
 STADSDICHTER VAN EDE