



UITNODIGING

Op dinsdag 14 januari 1997
organiseert RTC Twente als winteractiviteit
een lezing c.q. informatieavond
in café-restaurant Wubbenhof
over het thema

VOEDING - TRAINING - DOPING of 'NET-NIET-DOPING'

Voeding

Nuticia zal in de persoon van Jeanine Francois
en voordracht verzorgen over het thema 'voeding bij toerfietzers'.
Jeanine is sportdiëtiste in Den Haag.

Haar voordracht zal ondersteunt worden door
een kleine proeftest en kennismaking van de sportdrink met perziksmak!

Training

Herman Snoeijink zal als RTC-lid en bondscoach
van de KNWU bij de espoirs zijn licht laten schijnen over
training van wielrenners en toerfietzers in het bijzonder

Doping of net-niet-doping

Peter Gebben zal een lezing over dit onderwerp verzorgen.
Peter is apotheker bij de apotheek in Denekamp en
zeer geïnteresseerd in het thema 'sport'

Indeling van de avond

19.00-19.45 uur ▶ Ontvangst met koffie
19.45-20.45 uur ▶ Voeding
21.00-21.30 uur ▶ Doping of net-niet doping
21.30-22.00 uur ▶ Training



We willen graag exact op tijd beginnen, omdat Jeanine nog weer naar Den Haag
terug moet en 22.00 uur een mooie tijd is om nog wat na te praten.

Alle RTC-ers en andere geïnteresseerden zijn hierbij van harte welkom!

GEEN EXCUUS

De clubtijdrit van zondag 5 oktober werd een eenvoudige overwinning voor Rene Brummelhuis. Hij legde de ruim veertien kilometer af in 21 minuten en 27 seconden en voldeed daarmee volledig aan de verwachtingen. Hij kon zich na afloop dan ook rustig mengen in de wedstrijd-evaluatie die onder het genot van een drankje werd gehouden in cafe 'de Roos' in Ootmarsum waar sommige (ook de gerenomeerde) tijdrijders hevig onder vuur werden genomen omdat ze hun 'normale' nivo niet wisten te halen.

Nu is het natuurlijk nooit leuk om bekritiseerd te worden. Zeker niet als je zelf had gehoopt op een betere prestatie. Je kunt accepteren dat dit ijdele hoop was en je vervolgens na afloop mengen in het spel dat gespeeld wordt, waarbij je heel wat te slikken hebt. Dikwijls ben je echter al bij voorbaat de 'verliezer', tenzij je met een een 'gelukkige' opmerking de eer nog enigzins weet te redden.

Het ligt dus voor de hand om te vluchten in onvermijdelijke excuserende verklaringen die je wel een vernedering besparen maar je toch ook niet echt uit de situatie redden: 'ik had last van een koude start' of 'ik heb niet genoeg kunnen trainen', het klinkt natuurlijk allemaal heel aannemelijk maar draait natuurlijk wel om de kern van de zaak heen: en die is namelijk dat je hard moet trainen, 's avonds op tijd naar bed, geen alcohol of andere genotsmiddelen moet gebruiken en je zeer precies moet voorbereiden op een uitzonderlijke prestatie.

Degene die dit goed had begrepen was Marcel Kamphuis. Hij hield zich ondanks alle tegenwerkende omstandigheden van het jaargetijde aan het geschetste scenario en eindigde op een zeer verdienstelijke derde plaats (voor erkende tijdrijders waarvan ik hier geen namen zal noemen!). Hij hoefde na afloop in 'de Roos' dan ook niet in de verdediging maar kon lekker zichzelf zijn (iets wat hij trouwens meestal wel is).

De volledige uitslag van de tijdrit:

Heren:

René Brummelhuis	21.27
Rudi Nijmeijer	22.38
Marcel kamphuis	23.06
Emiel Nijhuis	23.38
Mirgo Koehorst	23.41
René Evers	23.54
Stefan Kamphuis	24.02
Jan Eppink	24.02
Leo Engbers	24.05
Wim Nijmeijer	24.06
Emiel Hesselink	24.22
René Borgerink	24.33
Ben Koekoek	24.38
Remon Koehorst	24.41
Bram Visschedijk	24.48
Herman Wessels	25.56
Gerard Meijer	27.47
Louis Kamphuis	27.52
Jan Aarninkhof	33.10 (met geldig excuus)

Rudi Nijmeijer, René Evers

Dames:

Thea Snoeijnk	28.24
Marietje Koekoek	28.34
Alice Engbers	28.49





Secretariaat:
H. Stokkelaar
De Wulp 5
7591 LM Denekamp
Telefoon: 0541-353265

Bankrelaties:
ABN-AMRO 59.57.22.768
Postbank 1930358

Aangesloten bij de N.T.F.U.

Denekamp, 10 september, 1996

Geachte heer,
in uw brochure : sport en voeding, las ik van uw extran-voorlichting. In januari willen wij, RTC Twente, een avond organiseren, waarin het lichaam van de toerfietser centraal staat. Middels enige items, zullen een twee- a drietal aspecten centraal staan, namelijk training- voeding- doping, medicijnen. voeding is een zeer interessant aspect, vandaar mijn verzoek aan u of er mogelijkheden bestaan een deel van deze avond te vullen. Gaarne zou ik eerst van u willen vernemen of u genegen bent mee te werken. Daarna zal ik de rest van de avond kunnen invullen. Ik denk aan de bondscoach van de KNWU en een apotheker of arts.

Onze vereniging telt 160 leden en vermoedelijk zullen ongeveer 100 mensen, voornamelijk toerfietzers in de leeftijd van 20 tot 50 jaar aanwezig zijn. De avond zal in een zaal van een restaurant gehouden worden. Gaarne zo spoedig mogelijk bericht omtrend uw mogelijkheden, bij voorkeur op dinsdag of woensdag. Ook gaarne opgave hoe lang uw deel van de avond zal duren. Alles natuurlijk in goed overleg.

Hopend op een positieve reactie.

BURGEMEESTER VAN DENEKAMP

Burgemeester Hoogklimmerstraat 2
Postbus 11, 7590 AA Denekamp
Telefoon: 0541 - 358800
Fax: 0541 - 358899

Denekamp, 7 januari 1997

Aan het bestuur van
RTC Twente
T.a.v. de heer H. Stokkelaar
De Wulp 5
7591 LM Denekamp

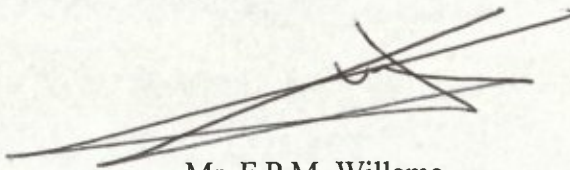
Geacht bestuur,

Een dezer dagen ontving ik een uitnodiging voor de informatie-avond, welke op 14 januari a.s. wordt gehouden in café-restaurant Wubbenhof, bestemd voor de ware fietsliefhebber.

Het spreekt voor zich, dat ik me aangesproken voel als ware fietsliefhebber. Diezelfde avond echter vergadert de commissie Financiën in het gemeentehuis. Ik zal dus helaas niet aanwezig kunnen zijn.

Ik wens u een leerzame, maar vooral ook een gezellige avond toe.

Hoogachtend,



Mr. F.P.M. Willeme