

COLOFON

Jaargang 2013-2014

Nummer 4

Foto omslag:

Opkomst maandagtraining

Redactieadres:

redactie@domrenner.nl

Redactie Buitenblad:

Guy Frissen (hoofdredacteur)

Jelle Hummelen

Nout Strik

Ruben Kasdorp

Els van Kolfshootten

Tessa Hoogma

Het Buitenblad is het officiële orgaan van de Utrechtse Studenten Wielervereniging de Domrenner

Sponsors en partners:

Cycles Dupree - Xtreme Bikes

Rabobank

Snel Tweewielers

Café Ledig Erf

Trias

Co van Beek Tweewielers

Dress Me Clothing

Right to Play

Club van 100:

Jaap en Marieke Vermuë

Loet Scholma

Oplage:

180 stuks

Datum uitgave:

30 april 2014

Kopijdatum volgend Buitenblad:

25 juni 2014

Redactioneel - Guy Frissen

Swanjée, dat is de roze draad in deze Giro-editie van het Buitenblad. Nu de robuuste kas-seienvreters als Hushovd, Sagan en Boonen op vakantie mogen, krijgen de elegante stylisten als Kelderman, Pelizzotti, Petacchi en Pieter Weening de minuten tussen de Eurosport reclames om zich te tonen. Nu je eindelijk weer een buitenblad in je handen hebt, nadat de twee vorige edities nooit bezorgd zijn, zul je alles te weten komen over de romantiek van het wielrennen, Italiaanse wielerglorie, prestaties van de renners en de laatste ontwikkelingen die je als echte pedaleur niet mag missen.

Een beetje soigné is oké. Volledig soigné is het hoogst haalbare. Onze oud-voorzitter Jorik zei laatst tegen me: "Je weet toch Guy, als het er maar snel uitziet." Ik kon hem geen ongelijk geven. Een lossende renner met een schone 'coupe de pedale' staat toch mooier op de omslag van een wielermagazine dan een toerfietser met wapperend shirt, ongeschooren poten en helm achterstevoren die een bordjessprint wint. Nee, ik zeg niet dat je je benen moet scheren. Maar draag dan gewoon beenstukken.

Tijdens de Alfa Gold Race kwam ik erachter dat door jezelf te soigneren je nog lang niet op een prof lijkt. Tussen Schimmert en Valkenburg kon ik ruim één kilometer over het fietspad met het peloton meerijden. Het charisma van Martin, Kwiatkowski en Valverde maar ook die van uitgemergelde renners als Schär en Poels maakte veel indruk. Hun gelaat verraadde hun palmares. Het was voor mij nog maar eens de bevestiging: Op training zijn het de schoentjes waaraan je herkent of iemand een prof is of niet.

Wie afgelopen maand Pauw en Witteman gekeken heeft, de krant heeft opengeslagen of de columns van Thijs Zonneveld gelezen heeft, zal gemerkt hebben dat het wielrennen (weer eens) onder druk staat.

Deze keer gaat het niet over een dopingschandaal of een luie foto van Lance Armstrong die naar zijn truien staart, maar wel over de veiligheid in het peloton. Thijs Zonneveld vindt namelijk dat het rijden in een peloton te gevaarlijk is. Te veel valpartijen, te veel fotografen die de renners hinderen, te veel renners die zo versufd zijn van pijnstillers (Peter?) dat ze geen bocht meer normaal kunnen nemen.

Nu is de vraag natuurlijk: Heeft Thijs hier een punt? Natuurlijk, welke klassieker, meerdagse, ronde of amateurcriterium je ook kijkt, je hebt bijna wel garantie op een strike. Renners gaan in hopen onderuit, alsof je naar een potje bowling kijkt. Maar is dit de laatste jaren meer geworden ten opzichte van de jaren ervoor? En welke oorzaak is hier dan aan te verbinden?

Zelf ben ik van mening dat vallen het risico van wielrennen is, zeker zodra je begint met koersen. Zo reed ik afgelopen weekend de ronde van Oploo en daar werd ik ook niet gelukkig van. Er reden dames bij... ik heb nooit geweten dat zeekoeien konden fietsen. En om er even nog een vergelijking met dieren tegen aan te gooien: Het leek af en toe wel een kudde wilde stieren. Zo werd er ineens geremd, geschreeuwd, geduwd, aan je zadelpen getrokken en zo kan ik nog wel even doorgaan.

Die sfeer en al die valpartijen maken het wielrennen er natuurlijk niet leuker op. Toch zijn wielrennen en het knuffelen van het asfalt als een siamese tweeling niet van elkaar te scheiden. Maar die sfeer kan natuurlijk beter! Het zou toch ideaal zijn als je gewoon kan winnen onder een goede sfeer, zonder te veel geduw, getrek en gescheld. Om het goede voorbeeld te geven: Als ik in dit jaar nog een keer de tankwegsprint win, open ik bovenop een biertje om er gezellig op te proosten!

UITSLAGEN DOMRENNERPLOEG

Van Esch Tweewielers Tour: Nivard 9e

Studentencup Delft: Bas 3e, Guy 9e

Ploegentijdrit Almere: Bas, Menno, Jasper, Jelmer 2e

Avondcriterium van Kessel: Nivard 8e

Ronde van Lexmond: Guy 10e

Omloop door het land van Kleine Hein: Matijn 16e

Ronde van het Maaskantje: Nivard 7e

Ronde van 's Gravendeel: Menno 2e (Amateurs), Guy 15e (Sportklasse)

Omloop van Het Munnikenland: Nivard 2e



Il Pirata

Deze roze editie van ons clubblad gaat natuurlijk gepaard met een stuk toegewijd aan ware Italiaanse wielhelden. Lastig om maar twee Italiaanse wielergoden toe te lichten, maar één van de meest besproken en geëerde helden is de in 2004 overleden Marco Pantani. Voor velen was - en is - hij een held, die ondanks vele tegenslagen in 1998 zowel de Giro d'Italia als de Tour de France won. Zijn tragische, eenzame dood op Valentijnsdag in een hotelkamer in Rimini bleek het gevolg van een acute cocaïnevergiftiging. Pantani, met bijnamen als 'de piraat', en 'het olifantje', was de laatste winnaar van de Tour de France vóór Lance Armstrong, stierf in totale eenzaamheid die al jaren zijn deel was, vanaf die noodlottige juni-dag in 1999 in Madonna di Campiglio, wanneer een dopingtest hem uitsloot uit de Giro d'Italia. Het vormde het begin van een eindeloze reeks beschuldigingen en processen. Het was ook het begin van aanvallen door de media, van wanhoop, de schaamte, een gebroken leven en cocaïne. Een dood in troebele, trieste omstandigheden, afgehandeld met een onderzoek dat maar 55 dagen duurde en heel wat vragen onbeantwoord liet. Marco, een extravagante persoonlijkheid, was een veelbelovend talent toen hij zijn intrede deed in het profpeloton. Een renner

met stijl, klimmer puur sang en altijd in de aanval. Hij viel op door zich in zijn eerste jaar direct aan de top van de klasseringen van de Giro d'Italia en de Tour de France te vestigen. Hij viel misschien nog wel meer op door zijn wonderlijke verschijning als kleine, kale wielrenner. Spectaculaire overwinningen behaalde Pantani tijdens de Ronde van Frankrijk, denk aan de etappe naar de Aple d'Huez, die hij in een recordtijd van 37,35 beklom. De Galibier die hij op imposante wijze bedwong en daarmee Jan Ullrich het nakijken gaf, of wanneer hij in 2000 de rit naar de Mont Ventoux won, een indrukwekkende overwinning tegen Lance Armstrong. Een eenvoudige Italiaanse jongen met uitonderlijk wielertalent werd voorgoed beschadigd door de jarenlange tragische nasleep na de noodlottige dag in Madonna di Campiglio. Pantani betaalde er uiteindelijk de hoogste prijs voor.



Pantani als 15 jarige coureur



Cipo Caesar

Mario Cipollini. Eerlijkheid gebiedt te vermelden dat ik mij eigenlijk nooit zo heb verdiept in deze renner. Toch weet ik één ding zeker: Mario is een eindbaas. Dit komt door zijn memorabele acties van zowel op als naast zijn fiets. Mario kreeg regelmatig boetes opgelegd van wedstrijdleidingen vanwege zijn afwijkende outfit, vaak ontworpen door Dolce & Gabbana. Dat kon Cipollini niks schelen. Super Mario genoot van zijn glimmende imago. Zo graag dat hij successen boekte als coureur, zo graag liet hij zich fotograferen op de rode lopers tijdens celebrity feesten. Als je Cipollini googled krijg je meer het idee van een soort James Bond of van een clownsfiguur op een racefiets dan van een wielrenner die daadwerkelijk leefde voor zijn sport. Want van dit laatste was wel degelijk sprake. Sprintkoning Mario behaalde tijdens zijn profcarrière veel overwinningen mede dankzij zijn zogenaamde 'treintje'. Ploegenoten die er op afgetraind waren de koers te controleren en Super Mario vlak voor de finish in de ideale positie te plaatsen. Het beste jaar van zijn carrière was absoluut 2002, in dat jaar won hij onder meer Milaan-SanRemo, Gent-Wevelgem, zes etappes in de Giro, drie etappes in de Vuelta en de wereldtitel. Tourbaas Jean-Marie Leblanc was echter beslist geen fan van Mario. De belangrijkste reden hiervoor was, dat Mooie Mario nooit de Tour uitreed.



Wanneer hij zijn sprintoverwinningen had behaald en de eerste drempel in zicht was, vond Mario het welletjes betreft de Tour. Cipo had veel meer passie en liefde voor de Giro d'Italia. Die ronde in zijn vaderland was vaak het absolute hoofddoel van zijn seizoen. Hij hield niet echt van de Tour de France. Dat is één van de belangrijkste redenen waarom hij de Tour nooit uitreed, terwijl hij de Giro (die qua parcours vaak minstens zo zwaar was als de Tour) zes keer uitreed. Maar een indrukwekkend Palmares heeft Mario dus zeker, en dan heb je het recht om te grappen en te grollen. Daar was Mario de beste in. De mooiste actie was tijdens een dinsdag in de tour van 1999. Mario had al vier sprintoverwinningen(!) op zak en had zijn strandvakantie al gepland, maar tijdens de eerstvolgende dinsdag in deze Tour was het de 2099ste sterfdag van Julius Ceasar, en binnen de ploeg ontstond het idee om Mario te verkleden als Julius Ceasar, inclusief krans op het hoofd, en door middel van paard en wagen naar de start van de etappe te brengen. De hele ploeg uitgedost in speciale wit gouden shirts met daarop 'veni vidi vici'. Mario speelde zijn rol uitstekend en groette iedereen alsof hij Julius Ceasar was. Hij reed vervolgens de etappe op een speciaal in wit en goud gespoten fiets. En de boete, die was allang voorgeprogrammeerd, besproken met de organisatoren van de Tour. Ze vonden het dus wel mooi, Cipo Caesar die een beetje kleur geeft aan de Tour.



Als voorbereiding op het wielerseizoen gaan onze licentiehouders jaarlijks op weekend. Traditioneel rijden ze een wielenkoers, vullen ze de koolhydatenvoorraad aan en worden ambitieuze doelstellingen gepresenteerd. Matijn ging als eerstejaars Domrenner ook mee en zette zijn ervaringen op papier.

‘Het licentiehoudersweekend wacht op niemand’, dat bleek toen ik vrijdagavond als laatste aankwam bij het Landal park in Beekbergen. Alle anderen waren al gearriveerd waardoor ik als Domrenner feut mijn nachtrust op een bank kreeg toebedeeld.

Het weekend kende dit jaar 9 deelnemers: Jacco, Wouter, Jelmer, Menno, Guy, Daan, Nout, Bas en ik (als je niet weet wie dit zijn lees dan de vorige editie van het buitenblad). Na een korte nacht op de bank was het alweer zaterdag, wat wedstrijddag betekende! Gelukkig was er voor ons een auto geregeld waardoor er 's ochtends geen vier man naar de supermarkt moesten fietsen om boodschappen te doen, zodoende hebben dus 4 mannen zich opgeofferd om boodschappen te gaan doen (op de fiets dus).

Na een goed ontbijt was het tijd voor het grand départ richting Zutphen waar een trainingswedstrijd gepland stond. Dankzij een goede voorbereiding van onze wedcom was het geen enkel probleem om de inschrijfpост te vinden. Nadat wij onze rugnummers opgespeld hadden was het tijd om het duizelingwekkende 800 meter lange

parcours te verkennen. Na ongeveer 2 rondjes wist ik het zeker, 4x links! En natuurlijk niet te vergeten, een heuse klim van 2 meter. Na een x aantal minuten inrijden was het tijd voor de wedstrijd zelf. In de eerste ronde was er direct een spervuur aan demarrages waarbij Guy en Menno samen met drie anderen weg wisten te rijden van het peloton.

“Jezelf nuttig maken door het peloton lam te leggen. We maakten ons er niet geliefd mee, maar Guy en Menno wisten een ronde te pakken.”

Vervolgens hebben Jelmer en ik het peloton lam proberen te leggen door met zijn tweeën rustig op kop te rijden (rustig = ± 38). Zodoende kon de groep waar Guy en Menno in zaten een ronde nemen. Helaas wist er vlak voor de aansluiting alsnog een groep weg te rijden en na een vergeefse poging om deze groep terug te krijgen konden zij ook weer aansluiten. Toen zag ik ineens voor mij Bas uit de bocht vliegen om even een dranghek plat te leggen, lek. Gelukkig begreep Daan zijn taak als knecht en stapte af om



zijn achterwiel af te geven zodat Bas de strijd weer kon vervolgen. Ook Guy reed even later, in kansrijke positie, lek in zijn laatste ronde. Ondertussen was ongeveer iedereen al van de fiets afgestapt behalve Menno en Bas, die hebben de wedstrijd uit weten te rijden.

Na de wedstrijd was het tijd om terug naar ons mooie huisje in Beekbergen te gaan en godzijdank mochten we tegen de wind in rijden! Eenmaal aangekomen bij het huisje volgde er een ware plundering van de voorraad kast, waarna de tv aanging om jawel, wielrennen te kijken, Parijs-Nice en de Tirenno moesten bestudeerd worden. 's Avonds hebben we nog een heus overleg gehad over onze plannen dit seizoen en daarna zijn we nog met een paar man naar het camping cafétje gegaan en rond een uur of elf is iedereen weer lekker gaan slapen.

De zondagmorgen brak aan, en we gingen weer (redelijk) vroeg uit de veren om een duurrondje te rijden over de Posbank. Ook al hadden we de dag ervoor een wedstrijd gehad, rustig aan doen was er niet bij. Aangekomen bij de Posbank werd alles weer volledig uit elkaar getrokken, dit gebeurde zo'n drie keer, aangezien we de Posbank drie keer hebben beklommen. Het leek wel alsof er

een junioren koers werd gereden, geen enkele minuut rust. Totdat we aankwamen bij een pondje over de rivier waar we één euro voor zouden moeten betalen. Na een hevige discussie bleken de woorden van Guy ('Voor die euro kun je ook een kop koffie halen') doorslaggevend te zijn en zijn we weer omgekeerd om via dezelfde weg weer terug te fietsen. Na al deze fietsavonturen zat het licentiehoudersweekend er alweer bijna op. Na het avondeten zijn we gezamenlijk (op Jacco en Jelmer na) teruggereisd naar Utrecht, dacht je eindelijk alles gehad te hebben besloot de trein om niet meer verder te rijden vanaf Amersfoort. Er brak chaos en paniek uit op het perron, mensen werden omver gelopen en tassen en koffers werden gestolen, maar gelukkig wisten Menno Nout en ik de sprinter naar Utrecht aan de andere kant van het perron te bereiken. Een half uurtje later zat het licentiehoudersweekend er dan echt op.

Zondagavond alleen op de bank, heerlijk.



In 2009 diende strava zijn applicatie in bij de apple store. Inmiddels is de app mede dankzij de promotie van enkele profs zoals Laurens ten Dam, Ted King en Taylor Phinney uitgegroeid tot een begrip in het wielerpeloton. Ik herinner me nog goed het introkamp van 2012 waar de rage net onze vereniging binnensloep en de gesprekken domineert. De klimmen werden harder opgerekend dan normaal. Een aparte strijd want je reed niet direct tegen elkaar, maar via je de aether tegen elkaar. Jouw PR zou die van een ander verbreken. Het bezit van een KOM (King of the Mountain) werd meer waard dan goud en zou met hand en tand verdedigd worden. Het verlies van de KOM op de Elkenraderweg aan de huidige wedcom viel me dan ook zwaar. De grijns op zijn gezicht bij terugkomst op de camping staat nog steeds op mijn netvlies gebrand. Mijn teleurgestelde blik waarschijnlijk ook op de zijne.

Een stukje geschiedenis

Strava is opgericht door twee voormalige roeiers. Hun doel was om een app te ontwikkelen waarmee je je workouts kunt delen met vrienden. Omdat ze vaak trinden in een groep, misten ze de motivatie om tot het gaatje te gaan als ze alleen reden. Dit gemis wisten ze om te zetten in de toepassing zoals we hem nu kennen. De naam Strava is afgeleid van het Zweedse woord "strive" wat betekent: iets bereiken waarvan je niet dacht dat het mogelijk was. De trainingen na het kamp werden naar een hoger niveau getild. Na enkele maandag -en donderdagtrainingen waren het de Domrenners die de ranglijsten aanvoerden op de Tankweg, Hoogstraat, Amerongse berg en de achterdijk. Na de profkoers Veenendaal-Veenendaal verdwenen de blauw-gelen van de voorste geleerden op de van Rooijenweg(Tankweg) en Amerongse berg-noord. De "segmenten", zoals deze stukken van het parcours genoemd worden, waren een geniale vinding van de Strava

ingenieurs. We kenden immers wel de programma's zoals o.a. runkeeper, garminconnect en mapmyride. Het competitie-element dat Strava biedt is volgens mij de sleutel tot het succes.

"Strava biedt een competitie element, zowel met jezelf als met anderen"

Ze hebben dit versterkt door sinds vorig jaar klassementen te maken binnen groepen. Nu kun je bijvoorbeeld zien wie deze week de meeste kilometers heeft gereden. Een 1 voor je naam geeft toch wel erkenning voor die 4 barre tochten die je in de week vlak voor kerst had gemaakt. Desalniettemin zijn er wielrenners die stellig weigeren om te registreren waar, hoeveel en hoe hard ze gefietst hebben. Bang voor spionerende concurrentie houden ze hun trainingsdata geheim.

Heb jij nog geen strava en moet je het installeren? Ja, absoluut! Het geeft je een duwtje in de rug om te gaan trainen. Het motiveert op de fiets te stap-



pen zodat je in mei het totaal aantal kilometers van april kan overtreffen. De strijd tegen jezelf is de uitdagendste en eerlijkste die er is. Daarnaast is het leuk om je mede-leden te volgen. Voor de serieuze wielrenner is het bijhouden van een logboek essentieel. Met deze app kun je exact je trainingsarbeid van de afgelopen weken zien en beslissen of je een poosje rustig aan moet doen. De laatste maanden komen er regelmatig tochten voorbij van Domrenners uit Kopenhagen, Oxford, Zuid-Afrika en Australië. Tenslotte is het natuurlijk prachtig om over 10 jaar terug te kijken op je account en dat je mag concluderen dat je toch wel lekker sportief geleefd hebt in je studententijd. Geen eendagsvlieg

Het feit dat Strava geen eendagsvlieg is, is te danken aan zowel het bedrijf (83 werknemers) als de gebruikers (>1miljoen). De ontwikkelaars blijven aan het werk. Zo bedenken ze nieuwe "challenges": Dat zijn concrete doelstellingen waarvoor je een button krijgt bij succes. Voorbeelden zijn het voltooien van een tocht van 150km, rij 500km



tussen kerst en nieuwjaar of rij in april evenveel kilometers als de 4 grote voorjaars-



klassiekers bij elkaar. Er zijn ook vele strava gebruikers voor wie het niet mogelijk is om zich te nestelen in de top 100 van het Cauberg segment. Toch kwam ik onlangs iets fantastisch tegen. Je hoeft niet hard te fietsen om je passie voor het wielrennen te tonen. Ware kunstenaars stonden op met "strava-art". De coördinaten waar je je op hebt begeven, verbinden elkaar met lijnen en deze lijnen kunnen speciale contouren vormen. Laten spreken met je benen werd een bijzonder spreekwoord toen een gebruiker zijn partner ten huwelijk vroeg met een "activity".

Veloviewer

Sinds enkele maanden is www.veloviewer.com de lucht in gegaan. Een gratis website die veel functies van de betaalde premium versie van strava heeft. Zo geeft het o.a. een heatmap (kaart met alle wegen die je gefietst hebt), naast Kommetjes ook al je top10 noteringen op segmenten en de cumulatieve afstand in een grafiek per jaar. Zo kun je kijken hoeveel kilometers je op dit moment hebt gemaakt in vergelijking met vorig jaar.



Vrouwen op de fiets zie je steeds vaker. Als je op zondag een tochtje rijdt, zie je niet meer alleen oude dikke mannen of groepjes fietsters, maar ook vrouwen die je zo voorbij kunnen rijden. Dit fenomeen is ook zichtbaar bij de Domrenner. Er is een groeiend aantal leden en meer dan een kwart is vrouw. Soms waren er bijvoorbeeld meer vrouwen dan mannen bij een spinning les, een leuke tendens, al zeg ik het zelf.

Hoe kunnen we deze stijging van vrouwen op de fiets te verklaren? Als eerste natuurlijk doordat bij blessures van een andere sport fietsen wordt aangeraden als een goed alternatief. Misschien nog wel belangrijker is dat het profwielrennen bij de dames veel meer aandacht krijgt. Op hoog niveau doen Nederlandse vrouwen het veel beter dan hun mannelijke collega's; niet alleen Marianne Vos die alles wint, maar vergeet ook Ellen van Dijk niet, die een kleine maand geleden de Ronde van Vlaanderen voor vrouwen op haar naam schreef. Hier werd eigenlijk niet of nauwelijks bij stilgestaan, misschien alleen de laatste paar minuutjes van het sportjournaal. Dit komt omdat wielrennen nog steeds een mannen macho wereld is. Dat klinkt misschien flauw, maar het is wel zo. Vrouwen worden nog niet steeds niet echt geaccepteerd. Als je als vrouw met de snelle mannen groep mee gaat, dan is het eigenlijk een soort spelletje "wanneer word ik eraf gereden." Natuurlijk willen wij dat er juist geen onderscheid is tussen man en vrouw, dat we op dezelfde manier worden behandeld tijdens het fietsen. Maar leuk is anders en we willen juist zo graag dat er ook meer vrouwen op een donderdagtraining durven te komen.

Een Tour de France voor vrouwen is er ook nog steeds niet, Marianne Vos en andere hebben het wel al vaker geprobeerd aan te kaarten bij de organisatie van de Tour de France, maar ze willen het niet hebben. Dat is toch een grote vergissing, de Giro voor vrouwen is een groot succes. En een Tour de Feminin voor vrouwen zal meer publiciteit opleveren. Dus dit is zeker een gemiste kans, hopelijk komt hier nog snel verandering in...

Want er zitten natuurlijk veel voordelen aan meer vrouwen op fiets, of bij De Domrenner. Je hebt namelijk wat leuks om naar te kijken tijdens het fietsen. Denk maar aan de slogan van het bestuur van dit jaar: "strakker kontje fiets een rondje." Als je achter een vrouw rijdt, dan zie je die billen voor je bewegen in de cadans van de pedalen die op en neer gaan, langzaam heen en weer en steeds sneller.. probeer dan maar als man je aandacht er bij te houden, voordat je het weet mis je de tussensprint.



VROUWENWIELRENNEN

Dan het grootste voordeel: de kalender! Hij is er nog niet, maar heb geduld... In juni ongeveer verwachten we deze prachtige kalender vol met mooie vrouwen. Dit is natuurlijk wel het fijnste van al die vrouwen bij de Domrenner, zonder die vrouwen had de vereniging dit nooit voor elkaar gekregen. Het is niet zomaar een naaktkalender. Het zijn de dames die je kent en niet zomaar van een pin-up kalender, daar kijk je nu als man wel met ander oog naar als je ze op de fiets ziet. Bovendien staat die ook nog leuk in je studentenhuus, kun je tegenover je huisgenoten opscheppen over de mooie vrouwen bij jou op de vereniging.

Daarnaast brengen dames ook wel wat meer gezelligheid in een groep. Tijdens het fietsen meer kletsen, op borrels niet alleen meer geouwehoer van mannen, maar ook de kans om met een leuke dames te flirten. Ook hebben vrouwen niet het dilemma waar onze Domrenner mannen wel voor een keuze staan. De heren twijfelen altijd een beetje, zal ik mijn benen wel of niet scheren, is dat niet een beetje gay, word ik daar dan om uitgelachen door mijn niet-fietsvrienden. Vrouwen hebben daar dus absoluut geen last van, want die scheren hun benen al! Dat is weer een hele zorg minder.

Het enige nadeel is misschien dat vrouwen niet heel handig zijn. Ik geef zelf ook toe dat ik niet zelf mijn leuke band kan vervangen, of in ieder geval ik kan het wel maar het duurt alleen een poosje. Dus mannen zullen ons te hulp moeten schieten. Maar zo erg is dat toch niet, kunnen jullie even opscheppen hoe goed jullie dat wel niet kunnen en dan kunnen we weer verder.

Al met al kun je dus zeggen dat er veel meer voordelen zitten aan het feit dat er meer vrouwen gaan fietsen, geniet er dus maar van als man!



Mij is gevraagd de tussensprint voor deze Giro-editie te vullen. Laat ik mij eerst even voorstellen. De naam is Evert Jan Bos, 29 jaar en ik fiets op een fantastische Stevens SCF2. Toen ik de onderwerpen zag die ik moest behandelen in deze tussensprint moest ik wel even lachen. Hoezo type-casting...

Roze

Ha GAAAAAAAYYYYYYY.

Donderdagtraining

Nog nooit bijgewoond, maar Ha GAAAAAAAYYYYYYY.

Amsterdam

Je raadt het al... Ha G... Wat een schijtstad idd

Poetin

Die moet even flink in zijn ... genomen worden. Wat een homo is dat zeg.

Massages

Wie van de heren wil?

**Olympische sporters
helpen wij op weg!**

Waarom zou U met minder genoegen nemen?

TRIAS

Fysiotherapie & Sportrevalidatie

Erkend faciliteit **Utrecht Topsport en
Olympisch Steunpunt Midden-Nederland**

Mississippidreef 61 3565 CE Utrecht
Afspraak sportfysiotherapeutisch consult? Tel: 030-2717508
info@triestotaal.nl

Na een winter lang hard trainen, stond eindelijk de eerste wedstrijd van het seizoen op het punt van beginnen. Onze ploeg bestond uit debutant Wouter, de van sabbatical teruggekeerde Menno, Peter en mij. Daarnaast hadden wij twee ploeggenoten uit het noorden, Jelte en Luuk van de Groningse studentenwielervereniging Tandje Hoger.

Voor mij is het al de 4e keer dat ik hier aan de start sta, al is het nooit een gelukkig huwelijk geweest met de Omloop der Peel. Onervarenheid, slechte benen en een zweepslag in mij kuit zijn daar schuldig aan. Wat me wel elke keer bijblijft van deze wedstrijd is de enorme chaos in het peloton. Met 200 man over de brabantse wegen rijden, op dunne racebandjes en met een gangetje van meer dan 40 kmh na een winter rustig duurtrainen is voor veel mensen toch een grote stap. Ook dit jaar was het weer een festival van valpartijen.

Krap 15km onderweg en de eersten liggen al op de grond. Zonder directe aanleiding kussen er 20 renners het asfalt. Op het moment dat ik, om de gevallen heen slalom, zie ik een renner met een gebroken ketting. Soms gaat er zonder aanleiding een siddering door de groep heen. Soms knijpt er zonder aanleiding iemand in de remmen. Enkele renners hebben de verkeerde remblokjes gemonteerd in combinatie met hun carbon wielen, wat piepend remmen tot gevolg heeft. Bij elke bocht, drempel of langs het parcours geparkeerde auto leveren zulke piepende remmen een schrike-

fect in het peloton op.

Zo zitten wij iets meer dan 3 uur kilometers te maken, handjes bij de remmen. Wouter vindt het zichtbaar niets, Peter heeft nog pap in de benen van-



een feestje twee dagen eerder. Menno zit prima op zijn plek in het voorste deel van het peloton, af en toe meespringend met groepjes die verwoede pogingen doen om weg te rijden. Ikzelf rijd na 40 minuten lek, wat zorgt dat ik even uit de stress van het peloton kan.



Ik krijg een nieuw voorwiel van WTOS ploegleider Anton en ga vlak achter de auto hangen terwijl deze met 60kmh naar het peloton terugrijdt. Binnen 10 minuten zit ik weer in de staart van het peloton. In de finale merk ik dat ik zo nu en dan mijn velg voel.

“Menno zit zonder moeite in het peloton, maar mist de brutaliteit en sucidale neiging die nodig is om mee te doen in de massasprint.”

Achter heb ik een leegloper, maar een wiel wisselen zit er niet meer in zo kort voor de finish. Met de grootste moeite weet ik het peloton bij te blijven. Wouter en Peter hebben deze al enkele kilometers terug moeten laten lopen. Menno zit zonder moeite in het peloton, maar mist de brutaliteit en sucidale neiging die nodig is om mee te doen in de massasprint.

De tweede dag van deze tweedaagse heb ik er weinig vertrouwen in. Mijn benen zitten nog vol van gisteren. Menno heeft plannen om met een groepje weg te rijden, net als Jelte. Luuk gaat het zelfde proberen als gisteren, namelijk op elk viaduct proberen weg te rijden. Het worden weer een zenuwachtige drie uur. Voor Peter en Wouter ligt het tempo ook deze etappe net te hoog, vooral wanneer het peloton door wind volledig op de kant wordt gezet. Menno zit goed voorin, tot er iemand valt en Menno, zijn eerste valpartij in koers ooit, meeneemt. Ik moet vol in de ankers, samen met nog 20 andere. Op het moment dat wij aansluiten bij de staart van het peloton, is de kopgroep van 22 gevlogen. Er gebeurt eigenlijk niets meer, en zo keren wij eigenlijk zonder noemenswaardig resultaat weer huiswaarts. Maar zoals Menno bijna jaloers over mijn lekke banden in de eerste etappe zei: ‘Jij hebt tenminste een verhaal’.



Mei 2014

3 - DM Classic

4 - Ronde van Houten

14 - Tijdrit De Meern

16,17,18 - Ardennenkamp

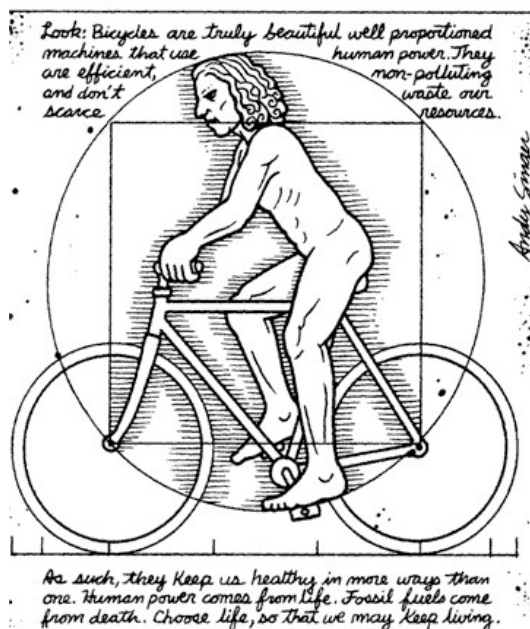
24 - Rondje IJsselmeer

Juni 2014

11 - Koppeltijdrit Loenen

13,14,15 - GNSK Tilburg

DA VINCI REVISITED



Het lukte, om diverse redenen, dit keer niet om een lid van de Domrenner als onze gastvrouw/gastheer voor 'BB doet' te laten zijn. Echter, toen Els dit hoorde, sprong ze hier direct op in en nodigde ons op de dag zelf nog uit om bij haar te komen eten. Een klein detail: Els woont in Amersfoort. Waar ik nog probeerde om iedereen in de trein te krijgen, dachten Guy en Tessa daar anders over en dus was Cycling dinner 2.0 een feit.

Nu was het nog een heel gedoe om een fiets te kiezen voor in het donker, aangezien Tessa een klein trauma had opgelopen van Amsterdam-Parijs. Tessa heeft in één uur besloten om dan weer op de racefiets, dan weer op de stadsfiets en uiteindelijk toch op de racefiets te gaan. Rond zeven reden Tessa en ik in rustig tempo richting Amersfoort. De tankweg sprint hebben we maar even gelaten voor het wat het was, terwijl Guy op dat moment nog de dinsdagtraining aan het doen was.

Tegen achten arriveerden we in de straat waar Els woont. Het is een straat met mooie jaren-30 huizen en bij nummer 8 stond Els al voor het raam om ons de weg achterom te wijzen. Ze was alleen thuis. Toen de ouders hoorden dat drie Domrenners kwamen eten, hebben ze meteen een tafel in een restaurant gereserveerd en zijn vertrokken. Gelijk hebben ze natuurlijk! Het grote wachten was begonnen op Guy die klokslag half negen zou moeten arriveren. In de tussentijd besloot Els om maar de pasta te gaan koken onder het mom van dat Guy dan meteen kon aanschuiven. Toen de pasta klaar was, keken we elkaar aan en er was geen twijfel meer: Guy kon de

pot op en wij begonnen meteen met eten! Om half negen precies, ging de bel. Tessa en ik keken vol verwachting naar de deur, terwijl Els opendeed. Het bleek een collectante van een of ander goed doel te zijn, waarop Tessa en ik heel hard begonnen te lachen. Die collectante moet hebben gedacht bij de Tokkies te hebben aangebeld in plaats van de familie Van Kolfschooten. Het was dat Els zich nog net kon corrigeren om niet te zeggen: 'Zet je fiets maar achterom,' dat de schade nog meeviel. Het eten smaakte alvast goed. Om helemaal in het Giro d'Italia thema te blijven, had Els speciaal pasta bolognese met salade gemaakt, hoewel, Els kon het niet laten om eerlijk op te biechten dat haar moeder de pastasaus had gemaakt, maar voor deze keer zagen wij dat wel door de vingers. Inmiddels begon het al een beetje te schemeren, toen de heer Frissen, zonder aan te bellen, ineens de tuin binnenliep. Hij had ook honger. Nog voordat de rest kans zag om een tweede keer op te scheppen, verdween de hele pan pasta op het bord van Guy. Al snel volgde de saus, waardoor ik mij genoodzaakt voelde om zo snel mogelijk aan de salade te beginnen. Guy vroeg nog wat we van Els moesten weten, waarop



Els kwijt wilde dat ze het meest trots is dat ze ooit van Utrecht naar haar vriend in Groningen was gefietst, als dat geen echte liefde is!

Toen eenmaal de ouders van Els thuiskwamen en onze fietsen goedkeurden, zei de moeder: 'Maar wat staat dat zadel belachelijk hoog!' Waarop de discussie overging in waarom Guy zo groot is, maar dat niet echt lijkt. Tessa was inmiddels totaal ergens anders mee bezig. Omdat ik zo aardig ben, heb ik de vorige alinea's daarom niet geheel gewijd aan het gezeur van Tessa over het door het donker en de kou fietsen. Ik zou genoeg inspiratie hebben gehad om het hele Buitenblad te vullen, maar daarom toch nog deze alinea. Toen het vertrek naderde, was er gewoon simpelweg niet meer tussen te komen. Tessa had, ondanks al haar voorzorgsmaatregelen, nog genoeg andere dingen om zich zorgen over te maken. Ze had zelfs nog een extra termoshirt mee en twee lichten voor

op haar fiets met disco-effecten, maar het was allemaal niet goed genoeg. Het liefste was ze daar lekker blijven slapen.

Inmiddels bedankten we Els voor haar gastvrijheid en hebben we toch nog kunnen vertrokken. De eerste wegen waren perfect verlicht en eigenlijk kreeg je er een fijn zomeravond gevoel van totdat het licht uitging. Ik stuurde bij het begin al bijna de berm in, maar Guy nam daarna de leiding en demarreerde de duister tegemoet. Zonder licht was het een halve kamikaze-actie. Hierdoor zagen wij, door de reflectie van Guy, wél welke kant we op moesten, dus chapeau Guy voor deze dappere daad. Eenmaal thuis kregen we op de groeps-what's app, op de vraag van Els of we lekker in het wiel van Guy hadden gezeten, het antwoord van Tessa: 'Haha heerlijk in het donker.' Waar je je allemaal niet druk over kunt maken....

QUOTES

Jacco (bij het plakken van zijn band): *waar is dat schuurpapier voor?*

Daan: *Als ik nog wat wil presteren, heb ik echt een andere slaappleats nodig dan de IBB*

Jacco: *Guy, maak jij de afrekening van het lic. weekend. Jij bent toch de penningmeester?*

Jacco: *Wat moet ik vanavond bespreken bij de licentie vergadering?*

Jill (juicht per ongeluk voor Wouter ipv Peter): *Ja die ou-klank ligt me gewoon wat beter, want dat zeg ik vaker: 'au!'*



Als Domrenner kan je geheel gratis en vrijblijvend
een offerte voor een fiets laten maken bij

Cycles Dupree

Al jarenlang de grootste sponsor en trouwste supporter



Jean Paul Dupree
Croeselaan 98
Utrecht
030 2932592

(van tevoren afspraak maken)

Eeuwige student Raymond is al bijna een decennium lid van de Domrenner. Vroeger zag je hem alleen op het introkamp, maar dat ene jaarlijkse optreden bij een domrenneractiviteit was genoeg om Papie een heldenstatus te verschaffen. Deze renner rijdt zondagtochtjes van +200km. Voor hem was het dan ook geen probleem om af te reizen naar de Ardennen voor de zwaarste klassieker uit het voorjaar: Liege-Bastogne-Liege.

Ik mag graag extremen opzoeken. Lange afstanden fietsen, en daarbij als het even kan ook nog wat klimmen. Dit gegeven, en het feit dat 'La Doyenne' haar honderdste verjaardag vierde, deed me ertoe besluiten om dit jaar Luik-Bastenaken-Luik te gaan rijden. Nou ja, bijna dan, want op enkele punten was het parcours gewijzigd ten opzichte van de profonde. Zo moesten we over de Rosier omdat er op La Vecqée een hardloophwedstrijd plaatsvond.

Hoe dan ook: zo'n 279 km in totaal lagen er in het verschiep. Een poging om mede-Domrenners mee te krijgen was tevergeefs en zo stond ik als eenling van de geel-blauwe brigade aan de start.

Omdat m'n gastvrouw vrijdag pas om middernacht vier uur later dan gepland thuiskwam van een trip naar Parijs, lag ik de avond voordien pas tegen 1 uur op bed. Dat be- loofde niet veel goeds. Zonde, want

ik had er zo hard naartoe geleefd. Hard getraind, voelde me sterker dan ooit, veel afgevallen en dat soort dingen.

Even tegen kwart voor 6 werd ik gelukkig wakker van mn wekker en kreeg ik voldoende ontbijt binnen. Omdat m'n logeeradres aardig langs de route lag besloot ik het na 5 km op te pikken.

"De eerste drie uur gingen zo makkelijk dat ik de eerste verzorgingspost maar heb overgeslagen."

Scheelde me onnodig geklim om vervolgens hetzelfde stuk weer te dalen. Al snel kwam ik wat groepjes tegen. Veel drukdoenende Italianen. Eerste 3 uur verlopen relaxt, eerste rustpunt overgeslagen en tot aan Roche-en-Ardenne lekkere tred. Daarna toch moeite met constant



op en af over net-niet-heuveltjes rond Bastenaken en de vervelende wind. Ik kon geen lekker ritme vinden en aanpikken bij groepjes ging steeds niet.

Na de verzorgingspost in Bastenaken hetzelfde beeld. Vervelende wegen, veel alleen gereden en na 140 km zakte het moraal tot een dieptepunt en bedacht ik legitieme kutsmoezen om de race te staken. Nou ja afwachten tot een échte klim dan maar. Op Cote de Saint Roch toch wat moest geput uit het inhalen van volk. Steile klimmen liggen me kennelijk een stuk beter.

Na de volgende verzorgpost in een lekker tempo naar de Wanne en vervolgens de Stockeu, die ik beide prima verteerde. Via de Haute Levee naar de Rosier waar de schoonheid van het Ardense land je tegemoet lacht. In een gestrekte draf naar Remouchamps, nog één keer opladen voor de laatste 50 km.

Na de verzorging mochten we afgekoeld en wel meteen de Redoute over. Een dronken vrouw met oranje pruik die schreeuwde dat ze Lady Gaga was gaf me nog een high five. De Redoute gaat er altijd prima in en daar heb ik nog veel renners ingehaald. Hetzelfde gold eigenlijk ook voor de Roche-aux-Foucons en de Saint Nicholas, waar ik dankzij een adrenalineboost nog alleraardigst omhoog kon stampen. In sneltreinvaart naar Ans en dat was het dan.

“De benen werden alsmaar beter, ik had nog wel 50km door gekund.”

De benen waren alsmaar beter geworden en ik had eigenlijk nog wel 50 km door kunnen gaan. Nou ja, 273 op de teller was ook wel prima zo.

Saturday, April 26, 2014



Raymond Papenburg

Liège-Bastogne-Liège challenge. Na 150 km kreeg ik pas de benen.

273.0 km 4,162m

[LBL276 cyclo vanaf officiële start](#) 2nd overall (11:35:47)



Give Kudos

Comment



6



0



1



Al zes jaar ben ik de vriendin van een fietsman. Dat betekent dat ik het niet meer raar vind als vriendlief in een strak lycra pakje door het huis banjert en zijn benen scheert. Dat betekent dat ik weet dat ik niet naar de servies-afdeling van de hema hoeft als er 'een kommetje is afgepakt'. En dat betekent ook dat ik niet meer opkijk van de vijf fietsen die in onze woonkamer staan, de bidons die op het aanrecht slingeren, de dopjes en schroefjes die uit het wasmachinefilter komen of de multitooltjes, binnen

"Ik weet dat ik niet naar de Hema hoeft als er een kommetje is afgepakt."

bandjes en domrenner sokken die altijd binnen bereik liggen (of je nou op het balkon zit, op de bank, of in de badkamer). Net toen ik dus dacht de wondere wereld van een wielrenner te kennen, besloot ik met de amateurs mee te gaan naar de ronde van 's-Gravendeel. Hierbij een kort verslag.

Het begon al voor we vertrokken: Er werd namelijk bij ons thuis verzameld. Terwijl er beneden al mannen klaarstonden om de fietsen in te laden, moesten boven de bidons nog gevuld worden en de versgewassen fietskleding bij elkaar geraapt. Ondertussen bleek een van de heren (Matijn, red.) zich aan de goede straat maar in een ander dorp te bevinden. Geen zorgen, gelukkig kon

hij hard fietsen en konden de overige mannen nog wel een kopje koffie gebruiken. Een kwartiertje later had ook de laatste zich gemeld en kon er na de nodige grappen aan de autoreis begonnen worden. En nu ken ik wel het fenomeen van gedeelde interesses, of van vrouwen die alleen maar over hun eigen kinderen kunnen praten. Maar nu ik eens een keer een uur bij een stel wielrenners in de auto heb gezeten, zul je mij daarover nooit meer horen klagen... Epische trainingssessies dwars tussen de olympische ijsbergen door, heldendaden op de hoogstraat, wel of niet onbeperkt mojito's drinken voor de wedstrijd? Allemaal onderwerpen die uitgebreid werden besproken! Natuurlijk aangevuld met wat meer droge (en wellicht accurate) informatie over de allernieuwste fietsmodellen, discwielen, tijddritsturen...



Eenmaal aangekomen in het schitterende 's-Gravendeel werden nog de laatste grappen gemaakt over de hoeveelheid punten die de bestuurder zou krijgen voor het aanrijden van bepaalde passerende concurrenten. Hierna werd het tijd voor meer serieuze zaken.

Rugnummers werden opgehaald, het parcours werd verkend en na een letterlijk oorverdovend optreden van de lokale vrachtwagenchauffeurs kon de wedstrijd dan eindelijk van start gaan.

Onder luid gejuich en de goede verhalen van de commentator (voor degenen die het nog gehoord hadden: voor een lach en een traan kunt u het beste naar tante Sjaan) zagen wij Menno een hardbevochte tweede positie behalen, met dank aan Matijn voor het betere afstopwerk. En over de overige resultaten viel ook niet te klagen! Na ontvangst van

een bos bloemen en drie zoenen van de imposante rondemiss (in welke zin laat ik aan de verbeelding over) was het dan toch echt tijd om weer naar huis te gaan. De premies waren opgehaald, de auto's werden weer ingeladen en de praatssessie kon vervolgd worden, met slechts een korte onderbreking om wat hamburgers en mKroketten naar binnen te schuiven.

Eenmaal aangekomen in Utrecht werd de avond afgesloten met een paar biertjes, het was immers een goede dag geweest voor de Domrenners! Voordat dit kon gebeuren moesten echter eerst nog de beruchte trappen der Groeneweg overwonnen worden, gelukkig voor de aerodynamisch geschoren (en de zeldzame niet-geschoren) kuitjes van de heren Domrenners geen probleem... Op het balkon werd het harde werk van deze dag rijkelijk beloond met bier en pizza. Hieruit volgde een mooie avond met jubelende menigtes onder het balkon die maar al te graag een glimp wilden vangen van de helden, een potje fietsbandwerpen met levende doelen, live entertainment van de lokale nieuwe Nederlanders en -jawel, u raadt het al - een overvloed aan fietsverhalen!



NIEUW IN UTRECHT!

*10% Domrenner
Korting*

DressMe
Clothing

Voor het leveren, bedrukken & borduren van alle soorten textiel!

DE STUDENTENDRUKKER!
www.dressmeclothing.nl



Co van Beek Tweewielers
Uw Fietsenonderdelenspecialist

200 m² Fietsonderdelen
Accessoires - Fiets- en regenkleding -
Schoenen - Eenwielers

Bulls Racefietsen

Springweg 14-16
3511 VP Utrecht
030 - 231 99 33
info@covanbeek.nl

www.covanbeek.nl
www.bikepartsonline.nl
www.politiefiets.nl
www.olympicuniforms.nl