

REDACTIE ‘DE LANGE ADEM’

Anja Assink	074-3761771
Alice Bomers	276245
Marijke Leeftink	363970
Wim Schoterman	274590
Ko Stoker	261071
Maaïke van de Maat	851021

Redactie-adres

Alice Bomers, Buitenhagen 31, Goor

Kopij inleveren voor de 1e van de maanden maart, juni, september en december, bij voorkeur via e-mail alicebomers@gmail.com o.v.v. kopij Lange Adem .

CONTACTCOMMISSIE KARIBOES

Voorzitter

Joke Huuskes tel. 271704

Secretaris

Jan Denneboom tel. 0546-563410

Penningmeester

Ali Stokreef tel. 361646

Leden

Theo Huistede tel. 271943

Wytske Oolbekkink tel. 0548-363393

Monique Dekker tel.

Henk Veehof tel. 272120

BIJDRAGE REGELING

€ 2,- per maand.
€ 1,- per maand voor de niet verdienende jeugd.

Betaling per automatische incasso

Voor startplaatsen en meer informatie zie ook onze website:
www.karibo.es.nl

Maart 2015, jaargang 38 nr. 1

What’s in a name.....

Alles en nog wat heeft een naam; personen, voorwerpen gebeurtenissen, noem maar op. Soms ben je, bijvoorbeeld over je naam niet tevreden. Zo ken ik iemand van lang geleden wiens achternaam Klootwijk was. Hij wilde voorkomen dat zijn kinderen, om begrijpelijke reden hiermee gepest zouden worden en heeft daarom zijn naam veranderd in Krooswijk. Zo ook bij voornamen; een vrouw waarvan de officiële naam Betsie was, vond de naam maar niks en liet zich Ellis noemen. En zo vond ene Sietske het maar niks dat haar Wienense buurman een koe in de stal had staan die luisterde naar dezelfde naam. Toch gebruikt zij toch haar naam, alhoewel niet helemaal want de officiële schrijfwijze is Sijsche. Allemaal begrijpelijk en logisch tot nu toe, maar er zijn ook naamsveranderingen die andere redenen hebben. Heel vaak speelt de onderwaardering van de Nederlandse taal een rol. Nogal wat Nederlanders schamen zich voor hun taal, niet modieus, werelds of trendy. Door de eeuwen heen werden andere talen, vooral door de elite, upper-ten, hoger gewaardeerd. In de 18^e en 19^e gingen we massaal Franse woorden/namen gebruiken. Gewest werd provincie een kast een dressoir, cadeau, souterrain, souteneur, etage noem maar op, honderden namen zijn in onze taal ingebakken en volledig ingeburgerd. Veel mensen hebben er geen weet van, als je het fransen verteld en voorbeelden noemt zij ze stomverbaasd en hoe kan het ook ander, je bent chauvinistisch of niet, erg trots. Duitse woorden kom je volgens mij minder tegen, natuurlijk hebben deze talen andere overeenkomsten. Bunker is een Duits woord dat kazemat verdrongen heeft. Schlager ook zo één maar voor de rest kan ik er niet veel meer bedenken. Na de oorlog zijn het vooral Engelse woorden die gebruikt worden, niet zozeer omdat het chique is, maar omdat vele nieuwe ontwikkelingen uit Engeland en vooral de VS komen. Technische maar ook kunstzinnige. Denk maar aan de computer, muziek, literatuur, allerhande elektronica teveel om op te noemen.

Op zich lijkt mij dit geen probleem laat de taal maar evolueren c.q. vernieuwen Wie zit er op te wachten op een Nederlands woord voor computer?? Bij de Fransen is dat anders, voor elk, vooral Engels woord hebben zij een Frans alternatief, bijvoorbeeld ordinateur i.p.v. computer. Maar of vooral de jonge francoos daar in mee blijft gaan is twijfelachtig. Er zijn echter naamsveranderingen om redenen die niet echt koosjer zijn.

Veranderen om het veranderen, Hilversum 3 werd radio 3 om vervolgen NPO 3 genoemd te worden. Cadeau werd kado om vervolgens weer cadeau te worden. Kado is een voorbeeld van spreektaal ,moet schrijftaal worden. Deze veranderingen kamen vooral uit linkse hoek zeg maar de socialistiese aksie mensen. Weg met het elitaire, sorrie moet natuurlijk elitere zijn , taalgebruik, zoon kado is niet proletaries genoeg. Stoer doen is ook een reden om namen te veranderen. Je energie een boost geven, klinkt toch anders dan een opkikkertje. Nederlandse Voedsel en Waren Autoriteit boezemt meer ontzag in dan Keuringsdienst van Waren. Zo ook is bijna iedereen die zich enigszins serieus neemt manager; accountmanager after-sales manager chief-manager . Je bent toch geen boekhouder of klusjesman. Maar naamsveranderingen kunnen ook omslaan in iets dat je niet wilt. Een echte Kariboe jogt niet maar loopt (min of meer) hard. Joggen staat toch meer voor bewegen die lijkt op hardlopen maar dan in een langzaam wandeltempo. Een beweging ontstaan door de aanwezigheid van een drol in de broek. Fitness staat voor 1 januari beginnen en 1 februari ermee stoppen, niet serieus, te verwijfd. Je gaat naar een sportschool en je doet geen work-out maar je werkt je gewoon in het zweet, snot voor de ogen zeg maar. Een time-out klinkt als een noodzakelijk kwaad zoiets als knock-out of burn-out, dan toch maar even je rust pakken.

Nu tijd voor een vraag aan de lezer, weten jullie niet een stoere, buitenlands klinkende naam voor Kariboos?? Ik heb wel een paar suggesties: Dingy Running Association , je bent dan een Dingy of Out of Breath Authority, een OBAATJE.

Ko



Jaarvergadering Kariboos 5 maart 2015

Donderdagavond 5 maart vond in café "De Buddy's" de jaarvergadering van De Kariboos plaats.

Onze voorzitter, Joke Huuskes, presenteerde een reeks opmerkelijke getallen over onze vereniging: er zijn 300 leden, waarvan bijna 60 leden buiten Goor wonen. Vanuit Markelo komen zelfs 26 mensen onze kant op. Als meest ver weg wordt Klarenbeek genoemd.

De verhouding man/vrouw is 25%/75%.

In het afgelopen jaar vonden weer de traditionele activiteiten plaats, zoals 2^e Kerstdag en de "Run for Funloop" bij Monte Bello, de fietstocht in juni, het reisje naar Beneden Leeuwen, de wandeltocht enz..

Vanaf **27 mei a.s.** wordt er weer begonnen met hardloop clinics, met een maximum van 35 deelnemers en op Tweede Kerstdag 2015 bestaat de vereniging 45 jaar, daaraan zal nog een bijzondere invulling worden gegeven.

Het financiële verslag van Ali Stokreef werd door de kascommissie goedgekeurd. Naast Ilonka Timmerhuis werd Anja Assink tot nieuw lid van de kascommissie benoemd.

Over de notulen werden geen vragen gesteld en Jan Denneboom werd daarop bedankt voor zijn gedegen werk.

In de contactcommissie werd in de plaats van Jos Schnieder als nieuw lid Monique Dekker verwelkomd.

Op **12 april 2015** organiseren Sandra van de Burg en Hanny Meedendorp de "Run for Funloop" bij Monte Bello.

Op **zondag 7 juni** vindt onze fietstocht plaats.

De wandeltocht is op zondag **18 oktober 2015**.

Na de vragenronde werd een aantal leden in het zonnetje gezet en met bloemen verrast:

Hennie Koeleman, 25 jaar leidster
Lies Timmerhuis, ook 25 jaar leidster en
Leo Olthuis, zelfs 35 jaar leider van een groep.

Voor Jos Schnieder was er een speciaal woord van afscheid. Jos maakte 8 jaar lang deel uit van de Contactcommissie en liet zich daarin kennen als een positief kritisch cc-lid, die zijn mening niet onder stoelen of banken stak en zijn zienswijze op bepaalde

voorstellen altijd heel goed wist te onderbouwen. Bij het organiseren van de "Clinics" speelde hij samen met Josefiën een belangrijke rol en bij de Kerstwandeling en de jaarlijkse fietstocht nam hij ook verschillende taken op zich. Mede door zijn deelname in de kledingcommissie beschikt een groot deel van de Kariboeleden over de donkerblauwe loopkleding, die vooral bij deelname aan hardloop evenementen duidelijk opvallen.

Jos wordt bedankt voor zijn inzet en nog veel hardlooplezier gewenst.

Tijdens de vragenronde werd het idee geopperd om dit "jubileumjaar" met de Kariboes mee te doen in de Optocht van het School- en Volksfeest in juni. Er leven al ideeën, hoe een en ander gestalte moet krijgen.

Na het officiële gedeelte van de vergadering werd er nog lang nagepraat en het was dermate gezellig, dat een heleboel leden pas uren later huiswaarts ging.

Verslag: Willem Schoterman



Hennie Koeleman, Leo Olthuis en Lies Timmerhuis

Tijdens de jaarlijkse n'jjoarsvisite van de 'Run for Fun' groep bij de Pot kreeg Leo een goastok. Monique Lankhorst had er een passend gedicht bij.

'GOASTOK'

*Nen steun veur aj wilt gaan,
of aj gevoar van oe of wilt sloan.
Al is t'er gineen in de weg of steg,
't is oen kameroad op oen'n weg.*

*Hee is dreejt en vormt deur 't leemn,
den vorm hef 'n kamperfoelie 'm gemn.
Zoonder den was den stam stie en recht,
noe is de vorm deur 'n kamperfoelie op'legd.*

*'T is nen spiraal den opwaarts geet,
want verget dat bie dissen stok ok neet.
Kiek efkes um meer vaak veuroet,
dan komt 't leemn 't beste oet*

12 april a.s. is er weer een "Funrun"

Waar: Monte Bello

Een gezellige loop voor kariboesleden, buren, familie en kennissen. Kortom iedereen die zin heeft in een sportieve en gezellige ochtend is welkom.

Inschrijving vanaf 9:45 uur

Volwassenen betalen € 3,- en kinderen € 1,50 incl. consumptie.

Voor de kinderen is er weer een rondje van 0,5 km. dat ze minimaal 1 keer en maximaal 5 keer mogen lopen.

Deze "kidsfunrun" start om 10:00 uur

Voor de overige deelnemers zijn er weer 3 afstanden:

- 10 km start 10:30 uur
- 7 km start 10:35 uur
- 5 km start 10:40 uur

Na jullie prestatie is er weer een gezellige nazit met een hapje en een drankje.



Op pad met

Theo Huistede (55 jr.)

Zelfs een terreinwagen zou met moeite, slippend en glibberend de P-plaats op de Friezenberg kunnen bereiken. Daarom gaan wij bij de De Kemper niet links maar rechtdoor en draaien wij links de Apenberg op en parkeren de auto op de kleine P-plaats. De slappe, natte winter met veel regen zorgt ervoor dat de zandwegen zompig zijn. Maar vandaag schijnt de zon en is het zicht wijsd.



“Dat vind ik mooi van dit landschap, prachtige vergezichten, even later loop je tussen de beschutte bossen door en word je verrast met weer heel andere beelden en indrukken. Is ‘t niet geweldig dat wij hiervan op zo’n korte afstand wonen? zegt Theo. Hij heeft aandacht voor een ander en is positief ingesteld, zo is Theo, dat moet ook wel, want hij komt uit een groot gezin, waar het hard werken geblazen is en iedereen moet knokken om rond zien te komen. We lopen de trappen op van de Friezenberg.



Vertel er eens iets meer over, uit wat voor ‘n nest kom je? Ik ben geboren op ‘t Zeldam, aan de Rapperdsweg. Waar nu die grote geiten-



boerderij gevestigd is. Wij hadden thuis een kleine boerderij, mijn vader was tevens melkrijder. Hij bracht de melk van de boeren met paard en wagen naar de zuivelfabriek in Goor net over het spoor. Hoewel niet al te breed, kon hij voldoende inkomen genereren om zijn gezin ervan te onderhouden. Wij waren met 9 kinderen, ik ben de jongste, mijn oudste broer is 14 jaar ouder. Ook oma woonde nog bij ons thuis, zij is 96 jaar oud geworden. Mijn moeder regelde thuis veel zelfs de boerderij, dat kon ze goed en ze had ook gezag. Mijn vader was zachter van karakter. Inmiddels zijn beide ouders overleden, mijn moeder is 92 en mijn vader 83 jaar oud geworden. Wij zijn een hechte familie, iedereen woont hier in de buurt. Eens per jaar houden we een familiedag, als dan iedereen komt opdagen, wat vaak het geval is, zijn wij met meer dan 60 personen. Mijn broer heeft het bedrijf van mijn vader overgenomen en zag zich als gevolg van de schaalvergroting in de landbouw genoodzaakt te stoppen met melken. Van de varkens alleen kon hij niet leven.

Ik ben naar de Heeckerenschool gegaan. Ik heb aan het eind van de basisschool geen Cito-toets gedaan en kon niet direct toegelaten worden op de mavo in Goor. In plaats daarvan ging ik naar het internaat in Azelo, niet intern. Ik fietste elke dag met nog een jongen uit Wiene naar die school. Ik was 16 toen ik het diploma haalde en vervolgde mijn schoolloopbaan aan de MOS in Enschede. **Hoe kwam je er zo op naar de MOS te gaan?** Ik heb een broer die bij de Abert Heijn werkte, dat leek mij wel wat, die was zo enthousiast. Die heeft mij aangestoken. Ik had in de weekenden bij de AH in Hengelo een bijbaantje er werkte er ook vaak na schooltijd. Ik dacht, als ik hierin verder wil, moet ik naar de MOS, die toen gevestigd was in Enschede. De eerste keer dat ik ver van huis ging, was naar Groningen het was een soort stage week bij de V&D. Ik keek mijn ogen uit en heb er veel van geleerd. Na het behalen van het diploma MOS kon ik gelijk in dienst komen bij de AH van Hengelo. Ik deed daar van allerlei voorkomende werkzaamheden. Ik volgde

daarnaast allerlei cursussen o.a. op HBO-nivo Supermarktmanagement. Na ca. 4 jaar kon ik de volgende stap maken en werd ik filiaalhouder van de ALDI in respectievelijk Hengelo en Goor. Dat heb ik 13 jaar gedaan.

Daarna heb ik de overstap gemaakt naar de Edah als assistent-bedrijfsleider en later als bedrijfsleider in Enschede en Neede. Die baan heb ik 7 à 8 jaren gehad. In die tijd werd Edah omgedoopt tot Konmar, misschien kun je je dat nog wel herinneren. Dat was een hectische periode en een groot fiasco. Toen Konmar omviel nam Dirk van den Broek een aantal winkels over. Zo ook de winkel in Almelo waar ik bedrijfsleider was. Sinds die tijd werk ik bij Dirk van den Broek als filiaalmanager waarvan respectievelijk 7 jaar in Almelo, 2 jaar in Deventer, 5 jaar in Apeldoorn en vanaf 2014 in Delden. Dat werk bevalt mij prima en is echt mijn ding. **Dus je weet aardig wat er in die wereld te koop is. Denk je dat net als in andere retailbranches ook de supermarkten met web-winkelen of on-line shopping te maken krijgen?** Ja, daar ben ik van overtuigd.



Er worden steeds betere systemen ontwikkeld waarbij de klant thuis achter de laptop, pc of tablet aanvinkt wat hij nodig heeft, van welke aanbiedingen hij gebruik wil maken, dat hij de boodschappen alleen maar hoeft op te halen, want ze staan al klaar, of ze op de afgesproken tijd thuis laten bezorgen. Tijd wordt steeds wordt schaarser. De winkels (supermarkten) veranderen steeds meer in versmarkten, waar de beleving van geur, smaak, proeven en zien een grotere rol gaat spelen. Ik kan niet voorspellen hoe snel dat allemaal voltrekt, maar het is al een ontwikkeling die aan de gang is en niet meer te stuiten is. Supermarkten verdwijnen niet, maar worden anders van karakter. Als een winkelier niets met web-winkelen of online-winkelen doet, zal die niet overleven. Zelfs als hij besluit nu in te stappen, is de vraag of hij die achterstand nog kan inlopen. De wetten van het zaken doen zijn wat dat betreft hard.

Theo, je praat er met passie over? Dat klopt, ik sta door mijn werk dicht bij de klant je



weet en voelt wat die wil. Hij is ook veeleisend, wil niet alleen goedkoop, het beste, het betrouwbaarste, maar ook de meest optimale service. Anders red je het niet. Dus je moet er voor de volle honderd procent voor gaan.

Nu heb je al veel over je werk gezegd, ben je getrouwd en heb je kinderen?

Ik ben getrouwd met Anita. Wij kregen verkering toen ik 17 jaar was, Anita was net 16.

Wij leerden elkaar kennen tijdens de dansles bij Reiners in Goor. Anita komt uit Enter en deed de administratie voor Berdien Smits (herenbovenkleding, maatkostuums). Omdat in die tijd wachttijden van jaren voor huurhuizen niet ongewoon was, hadden we ons vroegtijdig ingeschreven. Toen het huis waar we nu wonen aan de Oude Postweg vrijkwam en mijn vader een goed woordje voor ons had gedaan bij de huurdersvereniging, kwamen wij sneller dan verwacht, in aanmerking voor de huur van de woning. Pas later konden wij het kopen.

Tijdens onze wandeling worden we afgeleid door het indringend geluid van de vele sirenes van politieauto's, ambulances, brandweerauto's op de A1 en niet veel later door een trauma-helicopter. Er is een groot ongeluk gebeurd nabij afslag Markelo met een vrachtwagen, met dodelijke afloop, zo blijkt later.



Wij trouwden, waren nog jong, ik was 22 en Anita nog 20. Wij hebben er nooit spijt van

gehad. Wij zijn niet direct aan kinderen begonnen, we vonden ons nog iets te jong, wilden eerst spek op de ribben krijgen en een beetje genieten. Uiteindelijk hebben wij twee kinderen gekregen, Bjorn (25 jr.) en Sharon (22 jr.). Een paar pracht kinderen hebben wij, wij zijn er ape trots op. Ze wonen beide thuis en maken nog geen aanstalten te vertrekken. Sharon werkt bij de thuiszorg in Markelo. Bjorn is journalist en heeft samen met Niek Haafkes het bedrijfje BN-media opgericht. Hij werkt als freelancer voor RTV-Oost en doet verslag van wedstrijden van o.a. Fc Twente. Samen met Niek beheert Bjorn de site Twentefans.



Jouw ogen beginnen te twinkelen, want alles dat met Fc Twente te maken trekt jouw aandacht? Niet bepaald, ik erger mij groen en geel aan de mentaliteit van Fc Twente. Ze hebben goede spelers, maar ze bakken er niets van, dat gebrei achterin, het team heeft geen zelfvertrouwen, de achterhoede is zo lek als een mandje. Ik weet niet met welke opdracht de spelers het veld in gestuurd



worden, het is mij geheel onduidelijk. Zij spelen met vuur, het krediet dat ze hebben opgebouwd zijn ze in een sneltreinvvaart aan het verliezen. De trainer kan mij ook niet bekoren. Ik vind het zo jammer, want de spelers en de club hebben zo veel potentie. **We hebben het nog niet gehad over hardlopen, hoe is dat bij jou begonnen?** Ik voetbalde bij VV Twenthe in Goor, was geblesseerd en zat al een tijdje na te denken, wat nu. In een overmoedige bui ben ik zo met een maandagavond groep van de Kariboos de tien kilometer gaan lopen. Ik dacht,

dat moet lukken, na 8 kilometer ging ik helemaal kapot, hoe ik de laatste twee kilometer heb afgelegd, weet ik zelfs nu niet meer. Ik had een week nodig om te herstellen.



Met deze ervaring op zak heb ik de weg van de geleidelijkheid gekozen. Enkele maanden later ben ik gaan lopen, op meerdere momenten in de week en lid geworden van de kariboos. Dat was in 2005. Ook doe ik mee met de Manhattan loopgroep en ben er de voorzitter van. Dit jaar organiseren we een trip naar Lissabon en kun je meedoen aan de hele of halve marathon.

Inmiddels heb ik al enkele hele en halve marathons gelopen. De een met meer succes dan de ander, maar altijd uitdagend. Net als bij de Kariboos wordt ook bij de Manhattan loopgroep het motto gehuldigd van 'Niets moet, alles mag'. De Kariboos betekent veel voor mij.

Ik ben trainer van de maandag- en woensdag-avondgroep. Behalve de noodzakelijke beweging, waar je overigens zelf voor kiest, zijn voor mij de Kariboos positief ingestelde mensen. Een beetje van hetzelfde vlees en bloed. Ook de Contactcommissie van de Kariboos, waarvan ik bestuurslid ben, doet goede dingen, het zorgt voor binding in de club en probeert vroegtijdig dingen op te pakken waar leden behoefte aan hebben.



De Kariboos is een club met een grote veelzijdigheid aan mensen, met vele kwaliteiten en heeft veel te bieden. We kunnen veel van elkaar leren, zo blijkt ook tijdens deze tocht met Theo op de Friezenberg.

André

Praoterieje oet de Achterhoek

De Deerntjes (52)

"Ik koop miene dingen in de winkel" beste leu, " en neet zo as de deerntjes doot via internet." Noo loop ik de winkels neet plat, want ik heb ne hekel an winkel'n. As ik gao, dan wet ik wat ik wil hebb'n en bun ik d'er vlot oet, inpakk'n, afreken'n en wegwez'n. Maor ut zut d'er slecht oet as de winkels 't mot hebb'n van onze deerntjes. Wat doot ze?

Ze kiek op 't internet, meestal bestelt ze van hetzelfde verschillende kleur'n of maot'n, bevalt 't neet, wordt alles weer terug e sturd. Soms gaot ze naor de winkel, pass'n, kiek'n of 't staet, maor kop'n hoo maor. De winkels bunt d'er drok met, maor verkoopt niks. Want as 't via internet iets goedkoper kan, dan doot ze dat. Daor kan toch gin winkel meer van bestaon! En dan maor klag'n dat d'er steeds meer zak'n de deure dicht doot en dat 't centrum zo dood wordt as ne pier. Dat warkt ze zelf in de hand. En dat doot ze.

"wat loop ie toch te gromm'n" vreug mooder, "teg'n wie hi'j 't eig'nlijk?" "tegen onze deerntjes" zei ik, "tegen wie anders, noo bunt ze ok weer an 't winkel'n. 't Zal mien is benie'jen of ze echt wat koopt of alles alleen maor gaot pass'n?" "wat zöl ie denk'n?" vreug mooder "ze koopt daor waor ze 't mooist en veurdeligst terechte könt en ik kan ze gin ongeliek gev'n. Ze mot met weinig geld rond komm'n." "dat kan wal zo waen, as iederene zo denkt, dan gaot alle winkels overkop, daor scheet ie dan toch ok niks met op?" "Hoo 't wal mot, weet ik ok neet ' zei mooder 'maor ik kan onze deerntjes gin ongeliek gev'n.' 'n Paar uur later zee ik de auto met de deerntjes weer an komm'n stoev'n. Al zuchtend en steunend komt ze de deure binn'n vall'n as of ze een wereldprestatie heb e leverd. 'En? Bunt jullie e slaagd, hei'j de knippe leug?' vroog ik niei'jsgierig.

De deerntjes war'n d'er nog neet an too um zich deur mien oet de tente te laoten lokk'n. "Ut viel ons teg'n wat d'er te koop was," zeiden ze 'de rekk'n hing'n wal vol, maor neet wat wi'j zeukt. Misschien mot wi'j wieter op, naor ne grotere plaatse of stad." Ik zag miene kans schoon: 'wat ik zöl doon? Ik zöl direct naor Amsterdam, Kopenhagen, Londen of Parijs gaon.' 'le zöll'n raar staon te kiek'n as wi'j zo maor dat zöll'n doon' zei 't oldste deerntje. 'Nee, ik stao nerg'ns meer van te kiek'n' zei ik 'de natuur is minder wispelturig dan jullie'en daor koij tegenswoordig ok al niks an veurspell'n.' "weet je, pa" zei het jongste deerntje "je kunt tegenwoordig al gratis naar London vliegen, als je inkopen komt doen in een groot warenhuis in het centrum van London." "Dat neum ik noo vakkundig de poot oet trekkn, ze

lokt oe eerst met ne gratis vlucht en dan heb ze oe te pakk'n. Rekk'n d'er op dat dee vlucht wal in de prieze zit incalculeerd!

De middenstand, de winkels hebt zwaor, ze staot dag en nacht klaor veur ne appel en ne ei, en wi'j laot ze in de kou staon, beste leu. Maor wat moi'j d'er an doon. De leu doot wat ze wilt. "binnenkort bunt d'er weer verkiezing'n" zei 't oldste deerntje "dan moi'j op de juuste parti'je stemm'n, kan waen dat dat helpt!" "Ach, laot mien neet lach'n," antwoordde ik ' ze beloofte oe 't blauw van de hemel, as ze kozene bunt, bunt ze alles verget'n "grapte ik. Maor mooder vond dat ik dat veul te serieus bracht en verdacht d'er mien van dat ik dat ook echt mene. Dat klopt ok wal, maor ik vind dat de politiek hier neet zo völle an kan doon. Dat bunt zogenaamde autonome ontwikkeling'n. "poe, poe," reageerde het jongste deerntje "wat een geleerde praat, wat bedoel je daarmee?" "je verandert 't gedrag van de mens'n neet deur te zegg'n dai'j in de winkel mot kop'n. Dat is tegen teg'n de natuur in. Leu doot daor niks op oet. Wat wal warkt is dat de winkeliers met de tied met gaot en naost de winkel ook produkte via internet verkoopt. Maor dat is neet genug, ze mot ook meer sam'n wark'n met andere zak'n en zorg'n dat d' er meer sfeer in 't centrum kump. Bv eettentjes, terrasjes, activiteit'n, ie mot d'er graag hen gaon.' "Daor kan de gemeente wal echt wat an doon, ze mot dan ok zorg'n dat de straot'n gezellig bunt an e kleed en verkeersarm bunt, zodat ie oe oet e neudigd veult d'er hen te gaon." dat bunt toch ok politieke keuzes, ai'j de goeie partij kozene hebt, dan kump 't echt wal veur mekare" beweerde het oldste deerntje.

Daor kump ne auto an, pakketdienst! Den kearl in ne oranje jas, hef ne grote döze in de hande en veur he kans krig om an te bell'n, dut 't jongste deerntje de deure al lös en nemt met gretige hande het pakketje in ontvangst. Ne krabbel en de chauffeur is al weer weg. 't Oldste deerntje en mooder kiek oet nieuwsgierigheid aover de scholder van 't jongste deerntje met naor wat er oet het pakketje kump. En surprise, surprise ... ne bodywarmer veur vader, in de tuin moi'j good an e kleed waen. "En vader, pas oe den 'ns an, daor zöl ie volle plezear an belaev'n" zei mooder. "Dat had ik ok wal bie de Coöperatie könn'n kop'n" zei ik nog. Dat vond'n de deerntjes ne typische opmerking van vader, maor bli'j was ik d'er wal met, beste leu, zo hoefde ik zelf neet naor de winkel en dat is mien völle waard.

Gait



Moandagoavondrevue.

Joa, woarum zol ik het eigenluk nog moandagoavond neum'n as ik d'r toch nooit meer bin? Misschien wa umdat 't macht d'r gewoonte is. Sleur. Ie bint mangs zo an dinge gewoon, dat 't d'r neet meer oet te houw'n is. Twee keer bin 'k van 't weenter nog ewes; tuurluk as d'r wat te snaai'n valt. 'n leste'n moandag in 't oale joar, gluhwein en knieperkes met veul slagroom. Doar hoof ie neet veur te loop'n, de schoef ie zo noar binn'n. En dan 'n eerst'n moandag in 't nije joar, oonze Potloop. Beide keer'n heb ik Henny gelukkig ok weer 'ezeen, zee begint weer 'n betje bie blood te komm'n. Bie de Potloop nam ze de leiding weer op zich wat beteken'n dat zee as enigste van de leiders wandelend weerum ging. Petje of!! Theo kreup bie mie in 'n auto en Evelien had de vierwieler ok kloar stoan. Zo kunt wie wa het spelletje doon ;"wie van de drie". Wil de echte leider opstoan??.



Flauwekul natuurlijk , want Theo en Evelien bint d'r mar wat drok met um iedereen an 't renn'n te hool'n. Noe heb ik met de Potloop toch ok nog wa heel wat "oale garde" mist. En ik heurd'n dat ze d'r op moandagoavond ok neet veul meer bint. Dan heb ik 't oaver Truus, Gerda, Agnes, Willemien, Hans en nog wa meer. Hoo kan dat noe. Ik hop dat ik zelf nog een moal weer kan beginn'n mar dan mag ik mie ok wa eerst veurstell'n. Komp good.

Wie doot noe met 'n stel oaldgediend'n op zundagmorg'n waandel'n in Twickel. Een keer in de moand. Ooit deed'n wie dit hardloop'nd mar dat zit d'r neet meer in. Waandel'n is wa zo gezellig, ie hebt tenminste tied en oadem um te proat'n. Heel Goor en omgeving komp an bod. En deegeen en d'r den zundag neet bie is natuurlijk ok. Noe is Thea d'r neet, maakt nen croes ergens wiet vot. Zuud Amerika , atlantische oceaen, Tenerife, Italie, Frankriek, ie wilt 't neet weet'. Eerst vleeg'n en dan vaar'n. Ze hebt ok 'n stuk dat ze zes daag'n op zee zit zonder 't vaste laand te zeen. Gelukkig hef dat traumschif Wifi. Kuj nog iets van de wereld metkrieg'n.

Wie zult de volgende keer de verhalen wa heur'n. Mathilde geet ok altied met, en de eerste moal was Jan Haas de enigste kearl. Mathilde hef d'r in hoes wat of'edramd dat Bennie de volgende keer met mos want dat was zo gezellig veur Jan. Um 't in de keuk'n good te hool'n ging Bennie dus mar met, en Bennie was de enige kearl. En dat is aans neet zo slim, mar bie 't koffiedreenk'n noa de tied heb ie d'r dan niks te veul an. 't Is op zien zachtst gezegd dan nogal rumoerig. As de lachsalvo's van Thea deur de keuk'n giert, dan goat mar an de kaant , en as Gerdie 't hoogste woord hef kuj d'r ok neet meer bie. Altied oonder 't genot van 'n lekker stuk cake of taart, made in Goor, wordt d'r van alns oonder de loep 'enommn. Mangs wordt de zundagmiddag d'r kort van. Terwijl wie um 10.00 uur al wandelt. Mar ja, aj mekaar mar een keer in de moand teeg'n komt, heb ie natuurlijk wa wat te vertell'n. Loat stoan degene den 'n moand hef 'emist. En dan muj dree wekke op zonne boot zitt'n, zuj volgende keer eens wat heur'n. Ok de vekaansieplann'n wordt hier an de toafe oetvoerig besprokk'n. Fietsvekaansies , met de auto noar Spanje, of lekker noar de Veluwe, allns is al veurbie komm'n. Dus 't zit d'r dik in dat wie de kommende moand'n den eerst'n zundag met de regelmaat iemand mut miss'n, um den zundag doarop weer veul verhaal'n te heur'n. Ik kiek d'r noe al noar oet. 't Is good dat de buurleu op gepaste ofstaand woont.



De groet'n van Jannoa.



Kastelenloop Diepenheim 26 april 2015

*U kunt zich inschrijven voor de Kastelenloop Diepenheim 2015 tot 1 april 2015. Let op: VOL=VOL (daarmee sluit de inschrijving) **Deelname alleen via voorinschrijving**. Inschrijving op de wedstrijddag zelf is NIET mogelijk!*

De inschrijfkosten bedragen

- € 15,- voor deelnemers aan de individuele halve marathon
- € 35,- voor team estafette team bestaat uit 3 personen
- € 45,- voor de Teamrun (team bestaande uit 3 lopers (2 mannen en 1 vrouw of 2 vrouwen en 1 man) samen de halve lopen en als team binnenkomen.
- € 50,- voor Bedrijventeams die meedoen aan de team estafette (inclusief naamsvermelding)

Halve Marathon

Voor de individuele halve marathon zijn **350 startplekken** beschikbaar. De halve marathon bestaat uit 3 verschillende ronden. Gestart wordt met de **nijenhuis-molenbeekloop** van 7 kilometer, na de wisselzone vervolgen de lopers het parcours met de **warmelo-westervlierloop** van 9 kilometer en er wordt afgesloten met de **reggelooop** van 5 kilometer.

Team Estafette

Voor de team estafette kunnen zich **maximaal 150 teams** inschrijven, dit is inclusief bedrijventeams. De teams leggen hetzelfde halve marathon parcours af als de individuele lopers.

Per ronde komt 1 loper van het team in actie. Gestart wordt met de eerste loper en de **molenbeekloop** van 7 kilometer, na de wisselzone start de tweede loper met de **warmelo-westerflierloop** van 9 kilometer en er wordt door de derde loper afgesloten met de **reggelooop** van 5 kilometer.

- [Training / Kennismaking Parcours](#) (maart 14, 2015 15:00)
- [Training / Kennismaking Parcours](#) (maart 28, 2015 15:00)
- [Training / Kennismaking Parcours](#) (april 11, 2015 15:00)
- [Kastelenloop Diepenheim 2015](#) (april 26, 2015 11:00)

Zie voor meer info de website van de kastelenloop.

Woensdagavondtraining

Pling..! Pling..! Het loopt weer richting de woensdagavond en de groepsapp van de woensdagavondgroep plingelt er weer lustig op los. De één gaat niet mee, een ander heeft de niet zo gunstige weersvoorspelling gezien, het programma voor die avond wordt verteld of er worden grappige of motiverende plaatjes (“aan een goed lijf voor de zomer wordt NU gewerkt”) gedeeld.

Al met al kan gesteld worden dat het best goed gaat met de woensdagavondgroep die traint voor de rustige duurloop. Elke woensdagavond is er toch een opkomst van gemiddeld zo'n 18 personen. Soms iets minder (zo is het al een paar keer flink koud, nat of stormachtig geweest) maar toch ook wel meer (best veel mensen vinden lopen in de winter fijn en kunnen dan een langere afstand aan). Dankzij het programma dat de leiders Theo en Wim voor ons bedenken, lopen we elke keer een andere route en zitten we nu –begin maart- bijna op de 15 km. Elke 4 à 5 weken wordt een stapje teruggedaan en wordt er een paar kilometer minder gelopen, dit zoals het hoort volgens het schema om uiteindelijk op een lange afstand uit te komen.

Er wordt wat af gekletst onderweg, wat ook goed mogelijk is door het lagere tempo (8 km/u) waarop tot nu toe gelopen is, met uitzondering van de laatste 2 à 3 kilometer wanneer alles eruit gegooid mag worden wat er nog in zit. Onder andere de zussen Timmerhuis speren dan weg, en ook Janet hoeft zich dan niet meer in te houden en mag dan eindelijk degenen die voorop lopen inhalen. Regelmatig begeleidt Leo ons op de fiets, alleen hebben we de laatste tijd niet meer mogen genieten van zijn verhalen en grappen op de woensdagavond (hopelijk heeft de glibberpartij in de berm je toch niet afgeschrokken, Leo?).

Er zijn er wat die zich inmiddels hebben ingeschreven voor de halve marathon in Enschede, anderen hebben zich opgegeven voor de 21 km bij de Kastelenloop in Diepenheim maar er zijn er ook nog wat die niet meelopen met als doel een halve marathon te lopen maar puur omdat ze graag lopen. Ook ontbreekt het sommigen nog aan het lef om zich in te schrijven (zoals ondergetekende)... Dat maakt het loopplezier er op de woensdagavond vooralsnog niet minder om. Nu we bij de 15 km zijn aangekomen is het de bedoeling dat deze afstand nog vaker afgelegd gaat worden maar dan in een (hoger) tempo wat bij je past. Zodat uiteindelijk die 21 kilometer en een beetje gelopen kunnen worden...! Ik wens een ieder daarbij veel plezier en succes!

Maaïke van de Maat

WIE BEWEEGT STAAT NIET STIL!!

Hier een stukje over het wel en wee van de wandelgroep op maandagavond. We hebben een gezellige groep en kletsen er onderweg heel wat af. In de winter vertrekken we om 19 u vanaf de Action en in de zomer om 19 u vanaf Jachtlust. We maken een stevige wandeling van ongeveer anderhalf uur en houden er de pas goed in. De groep groeit nog steeds en bestaat nu gemiddeld uit ongeveer 14-16 vrouwen. Half december hebben we het wandelen afgewisseld met een "gezellige kerstdinertje." Eerst koffie drinken bij het ene adres en daarna eigengemaakte soep met versgebakken brood bij het volgende. Met als toetje een lekker bakje ijs. Heerlijk en echt voor herhaling vatbaar!

In januari zijn we na het wandelen met z'n allen naar De Ster geweest voor een bakje koffie en een Nieuwjaarsborrel. De dames van de catering (Kerst) kregen als bedankje een kleine attentie (glazen pot met eitjes). Ook werden onze beide groepsleidsters in het zonnetje gezet en kregen een presentje (bloemen, bladcadeau). Weer een hartstikke gezellige avond!

Daarna hebben we het wandelen weer goed opgepakt en lopen we er nu weer elke keer stevig op los.

Een viertal van onze dames zijn naar het jaarlijks wandelgebeuren in Egmond aan Zee geweest (georganiseerd door het Rode Kruis). Ze zijn er twee dagen geweest, hebben veel plezier gehad en elke dag 21 km gewandeld. Petje af!

Binnenkort is er weer de jaarlijkse bloesemtocht en het is de bedoeling dat een groepje van ons ook daaraan weer meedoet. Een mooi vooruitzicht!



Namens de wandelgroep,
Riki van Dam en Trees Nibbelink

RECEPT

Worteltaart met chocolade

Benodigdheden: 1 sinaasappel, schoongeboend - 280 ml. Zonnebloemolie- 400 gr lichte basterdsuiker - 4 eieren - 600 gr. Winterpeen fijngeraspt (biologisch) - 200 gr. Rozijnen (biologisch)- 70 gr. Pecanoten - 110 gr. Walnoten ongezoeten - 1 tl bakpoeder - 1 el gemalen kaneel - ½ nootmuskaat, fijngeraspt - 1 tl gember – mespunt gemalen kruidnagel – 360 gr. Zelfrijzend bakmeel – 50 gr. Witte chocolade – grofgehakt – 1 zakje choco glazuur (100 gr) Dr. Oetker) – rechthoekige bakvorm (30 x 20 x 6 cm) bekleed met bakpapier – satéprikker

1. Verwarm de oven voor op 150°. Rasp de oranje schil van de sinaasappel. Doe de olie, suiker en eieren in een grote beslagkom en klop luchtig met een mixer. Spatel eerst de peen, rozijnen en alle noten erdoor en dan de bakpoeder, specerijen en het sinaasappelrasp.
2. Zeef het bakmeel erboven, voeg een mespunt zout toe en spatel alles goed door elkaar. Schenk het beslag in de vorm. Bak de worteltaart in ca 1 uur in het midden van de oven gaar. Laat 1 uur op een rooster afkoelen tot kamertemperatuur.
3. Doe de chocola in een kom en hang deze in een pan met kokend water. Zorg dat de kom het water niet raakt. Smelt de chocola al roerend au bain – marie. Smelt het choco-glazuur volgens de aanwijzingen op de verpakking. Bestrijk de bovenkant van de taart met het glazuur. Verdeel er met de theelepel de witte chocola in strepen over. Maak met een satéprikker of een mespunt een golvende beweging voor een marmereffect. Laat de chocolade en het glazuur in 15 min. Stollen. (Bron Allerhande, 2013)



STARTTIJDEN EN TRIMLEIDERS

Zondag

febr. t/m nov. 08.00-09.30 uur
dec. en jan. 08.30-09.45 uur
o.l.v. Jos Grosemans

tel. 276273

“Run for Fun”

jan. t/m dec. 08.30-09.30 uur
o.l.v. Leo Olthuis

tel. 272780

Maandag

jan. t/m dec. 19.00-20.15 uur
o.l.v. Henny Koeleman

tel. 274657

jan. t/m dec. 19.00-20.15 uur
contactpersoon Marijke Kerkdijk

tel. 275426

Wandelen:

jan. t/m dec. 19.00-20.15 uur
o.l.v. Riki van Dam

tel. 273719

Dinsdag

“Run for Fun”

jan. t/m dec. 18.00-19.30 uur
o.l.v. Leo Olthuis

tel. 272780

Fietsen:

apr. t/m aug. 19.00 uur
o.l.v. Hanneke Donkers

tel. 273691

Woensdag

Binnen Gym:

sept. t/m juni 18.30-19.30 uur
o.l.v. Marjolein Poortman

tel. 275057

Donderdag

jan. t/m dec. 08.30-09.30 uur
o.l.v. Lies Timmerhuis

tel. 262120

jan. t/m dec. 19.00 – 20.15 uur
o.l.v. Wim Welberg

tel. 273115

Vrijdag

Fietsen:

sept. t/m mrt. 08.30 uur
o.l.v. Hanneke Donkers

tel. 273691

Zaterdag

febr. t/m nov. 08.00-09.15 uur
dec. en jan. 08.30-09.45 uur
o.l.v. Leo Olthuis
Wim Welberg

tel. 272780

tel. 273115

Nordic Walking:

Jan. t/m dec. 8.30 – 9.30 uur
o.l.v. Riet de Zeeuw

tel. 274072

FOKKE & SUKKE

MAKEN PLANNEN VOOR HET PAASWEEKEND

ZULLEN WE DIT
JAAR EENS IETS HEEL
ANDERS DOEN?

WE GAAN OP
EERSTE PAASDAG
NAAR IKEA!



RGVT