



## Belangrijke data

- \* 10 okt Marathon Eindhoven
- \* 23 okt Beverloop

## Treinenloop 11 September

Door Jan Loots

Er lijkt een einde in zicht van het corona-gedoe. In ieder geval mogen we alweer een tijdje gegroepeerd lopen en dat is al heel wat na al die zinnige en soms ook onzinnige maatregelen. Vandaag de treinenloop dan. De treinenloop is een evenement dat al heel lang op de kalender staat van Lopersgroep Brandevoort. In de eerste jaren was het "groter" opgezet dan nu. Na afloop waren er altijd broodjes en soep en bleef iedereen lekker hangen en kletsen. Tegenwoordig een lekker stuk gebak en koffie....ook prima verder hoor, maar die oude opzet vond ik toch ook wel erg leuk.

Tot zover de inleidende beschietingen...



We verzamelden om 9:00 uur op station Brandevoort alwaar iedereen een treinkaartje ontving. Een van de maatregelen die nog geldt is de mondkapjesplicht in het openbaar vervoer. Dus mondkapje niet vergeten. "MONDKAPJE NIET VERGETEN"... zo appte Frank Brouwers (voor intimi: Den TrainerT) in kapitale letters ons meerdere malen. En guess what, wie vergeet een mondkapje???

Juist ja: Den TrainerT!! Daar werd even flink op ingehakt natuurlijk.

Maar de trein was in aantocht dus, hup het perron op en de trein in. Ik denk zo'n 35 a 40 lopers en loopsters vulden een coupé en de eerste groep stapte uit op het centraal station van Helmond. Ik had mezelf voorgenomen om sinds lange tijd weer eens een wat langere afstand te lopen: 17 kilometer, rond de 8.8 á 9.0km per uur. Dat moest kunnen. Maar tot mijn grote schrik stapte bijna iedereen op Helmond Centraal al uit. Gingen allemaal 10 of 12,5 km doen. En daar zat Jantje dan tussen een stuk of vijf notoire fastrunners die nog liever 14 km per uur rennen dan 10 km per uur. Tonny, John, Bart... ge kent ze wel! Gelukkig was Martien er ook bij en die kan ik soms nog wel bijhouden.

Gelukkig hadden ze enige compassie met deze slowrunner, dus ze hielden zich mooi aan een tempo van rond de 9 km/uur. Ehhh... nou ja, in het begin dan. Want zo'n beetje na de verzorgingspost (waarvoor dank!!) ging het tempo toch wel omhoog. Die gasten lopen nu eenmaal niet lekker op een laag tempo. Vanaf kilometer 11 dan ook steeds tegen de 10 km/uur gerend. Voor die mannen een fluitje van een cent,



maar voor mij ehhh jahhh ... vrij optimistisch, zeg maar. Maar ach, scheuren ze dan scheuren ze die kuiten van me dacht ik en ik probeerde zo lang mogelijk aan te haken. Dat lukte redelijk, alleen in de laatste anderhalve kilometer gingen ze al fluitend er nog een kilometertje bovenop gooien, de misselijke mennekes, hahaha! Maar gelukkig hebben hun vrouwen hen goed geleerd te stofzuigen, dus deze "kruimel" werd vakkundig opgezogen en zo kwamen we mooi als groepje aan bij het Sportpark.

Ik had aan Margriet gevraagd een stukje taart te bewaren voor mij, want vorige keer was er alleen nog een stukje Jumbo kuch over. Ze beloofde dat te doen, maar toen ik terugkwam leek het erop dat ze mijn taart niet zo belangrijk vond. Nou ja, niet zo erg, want ik krijg ook altijd haar koffiekoekje al en ze had waarschijnlijk gezien dat er deze keer voldoende taart was, dus haar leven op het spel zetten om een stuk taart te bewaken was niet nodig. Die taart was trouwens heerlijk. Mierlose Slof heet die geloof ik, goede keuze.

Al met al een geslaagde ochtend, met dank aan de organisatoren!



## Marathon Eindhoven

Door de evenementencommissie:  
Marlou, Patricia, Ellen en Ria

Beste clubleden. Wij willen als club onze lopers op zondag 10 oktober in Eindhoven gaan aanmoedigen.

### Jij kunt erbij zijn!

Wil je als toeschouwer mee aanmoedigen? Dan staan wij als club op de markt voor het Grand Café Centraal. Daar komen de lopers ook voorbij.

### De 10 KM

Wij verzamelen voor de 10 km om 10.45 uur (zij starten om 10.10u).

### De HALVE en HELE MARATHON

Voor de halve en hele marathon verzamelen we rond 14.30 uur.

Na het finishen en aanmoedigen van onze dappere clubgenoten nodigen wij iedereen (lopers en toeschouwers) uit voor een drankje van de club bij –uiteraard– Grand Café Centraal. Wij hopen dat we veel toeschouwers en lopers daar zullen ontmoeten om gezellig na te praten. Tot dan!

P.S. Loop je mee? Zo ja, welke afstand? Laat het ons weten! Je kunt ons appen op 06-10395122. Graag naam + afstand doorgeven.

## Beverloop

Door de Evenementencommissie:  
Marlou, Patricia, Ellen en Ria

Op zaterdag 23 oktober gaan we naar “Domein de Bever” in België. Deze Beverloop komt in plaats van de reguliere training op zaterdag 23 oktober.

En... IEDEREEN KAN MEEDOEN!

### Wandelaars

De wandelaars kunnen kiezen uit 8½ km of 15 km. Zij starten vanaf het sportpark om 8:15 uur en wandelen 8½ km naar Geldrop, waar ze in de bus stappen en het laatste stuk van 6½ km vanaf de “Achelse Kluis” naar “Domein de Bever” verder kunnen wandelen.

### Hardlopers

De hardlopers kunnen kiezen uit 30 (onder voorbehoud), 21, 13, 9 of 6½ km. Zij kunnen de 30 km helemaal lopen of kiezen voor een kortere afstand door een stuk met de bus te gaan. De 30km start om 9.00 uur vanaf het sportpark.

Frans is deze dag onze chauffeur. Hij vertrekt om 9:20 uur vanaf het sportpark en brengt de lopers naar de startplaatsen van de 21, 13, 9 en 6½ km. Er gaan fietsers mee voor verzorging (drinken en bananen) en evt. calamiteiten onderweg. We verwachten dat iedereen rond 12.30 uur bij “Domein de Bever” finisht.

“Domein de Bever” is gelegen in het bos aan een meertje in de omgeving van Achel-Hamont in België. Koffie/thee met vlaai wordt aangeboden door Lopersgroep Brandevoort.

### Praktische tips

- Zorg dat je op tijd bent.
- Warming up 30 km bij het sportpark voor de start.
- Neem voor de terugweg een droog shirt, trainingspak of handdoek mee. Je kunt dat voor vertrek in de bus achterlaten.
- Er is geen douche/kleedruimte
- We vertrekken met z'n allen met de bus uiterlijk 14.00 uur weer richting sportpark Brandevoort.

Als je hieraan wilt deelnemen kun je je opgeven door een e-mail te sturen naar [wocria@gmail.com](mailto:wocria@gmail.com) en aan te geven of je start:  
1. 8:15 uur wandelen  
2. 9:00 uur hardlopen 30 km  
3. 9:20 uur in de bus naar een andere startplaats

Ik hoop dat jullie je massaal in gaan schrijven. Er is plaats voor 100 deelnemers en er zijn geen kosten aan verbonden. Er moeten tenminste 60 deelnemers meegaan anders gaat het niet door. Graag z.s.m. inschrijven en vóór zaterdag 9 oktober.

## Rabo ClubSupport

Stem op Lopersgroep Brandevoort

Door Marlou Ubags

Wij doen met Lopersgroep Brandevoort dit jaar weer mee met de actie Rabo ClubSupport. De Rabobank geeft elk jaar een deel van de winst terug aan de maatschappij. Leden van de Rabobank mogen stemmen waar het geld naartoe gaat. Wij doen ook mee en we willen natuurlijk zoveel mogelijk stemmen. Vanaf 4 oktober kun je stemmen via de Rabo App. Ga naar het overzicht van deelnemende clubs, selecteer je drie favorieten en stemmen maar! Je kunt stemmen tot uiterlijk 24 oktober. Vraag ook je familie en vrienden om één van de stemmen te geven aan Lopersgroep Brandevoort. Nog geen lid van de Rabobank? Op [www.rabobank.nl/leden/lid-woorden](http://www.rabobank.nl/leden/lid-woorden) vind je meer informatie.

## Colofon

Nieuwsbrief Lopersgroep Brandevoort

Redactie/vormgeving: PR commissie  
Deze nieuwsbrief verschijnt maandelijks voor leden van Lopersgroep Brandevoort.  
Inleveren kopij volgende editie:  
vóór 15 oktober via  
[pr@lopersgroepbrandevoort.nl](mailto:pr@lopersgroepbrandevoort.nl)