

TNT Post
Port betaald

de Spartaan

1936 - 2010



6

2010

Clubblad Rijswijkse Wielrenvereniging



Tacx

Indien onbestelbaar, retourneren aan A. Guijken, Agrippinastraat 23, 2275 VA, Voorburg

VAN ROSSEM

HERENSTRAAT 30 - WATERINGEN - TELEFOON: 0174-297655

Wielersport Specialzaak

UITSLUITEND VERKOOP VAN TOPMERKEN

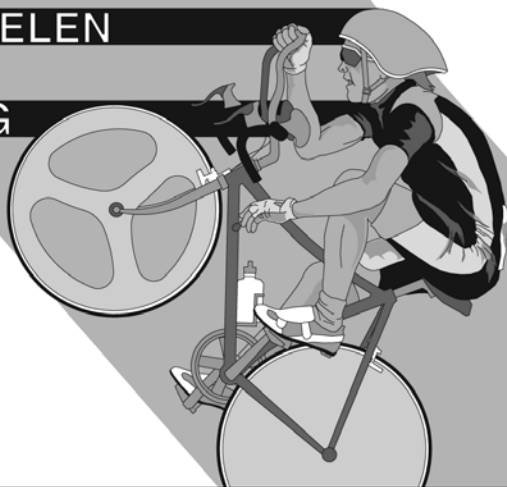
- WIELERFRAMES

- ONDERDELEN

- KLEDING

PROFESSIONAL

*"SERVICE
COURSE"*



Agenda
pagina 4

Verenigingsnieuws
met oa. de veldrit
van 4 december
pagina 6

Jeugd
met oa. explosieve
groei veldrijden bij de
jeugd
pagina 22

Toer-afdeling
pagina 10

Mountainbike
pagina 32

Colofon
pagina 35

Van de Redactie

Een nieuwe voorkant. Geheel ingespeeld op het actuele gebeuren van de veldrit wedstrijd die zaterdag 4 december onder heroïsche omstandigheden door (jeugd)renners werd verreden. In het blad hier meer over.

De kleurstelling van de letters de Spartaan – oranje blauw - doet ons verder herinneren aan de orginele kleuren van De Spartaan, de kleuren van de wielertuien waarin de eerste Spartaanrenners reden. De afdeling Mountainbike rijdt als enige afdeling nog in orginele Spartaankleuren.

Ook verder in het boekje zijn er enige aanpassingen te vinden ten opzichte van de lay-out van de voorgaande uitgaven. Wij gaan er van uit dat het boekje nog wat overzichtelijker is geworden en dit alles met dank aan Josh von Stein van de afdeling MTB die positief heeft gereageerd op de oproep van vormgever eerder in dit blad. Hij volgt hiermee Richard van Velthoven op die het blad de afgelopen vier jaar heeft helpen samenstellen.

Bedoeling is steeds te variëren met een nieuwe foto op de voorkant, bij voorkeur inspelend op een onlangs gehouden evenement. Dus als er van een evenement een mooie foto voorhanden is, schroom niet deze op te sturen naar de redactie!

Uw redactie wenst alle lezers een heel voorspoedig en sportief 2011.

Jacques van Velthoven

Foto omslag
Henk Harrevelt

Drukwerk verzorgd door
Sieca Repro



Uiterste inlever datum kopij volgende nummer

23 januari 2011

jacques2@planet.nl



Virtual Reality

Binnen of buiten trainen? Met de Virtual Reality software van Tacx en je PC vervaagt het verschil. Beklim adembenemende cols, maak enerverende afdalingen of demarkeer onder het gejuich van wielerveders. Je ervaart het allemaal levensecht.



Real Life training met Google Earth

Buiten fietsen, binnen narijden. Met GPS is werkelijk alles mogelijk. Bovendien, via de 3D kaarten van Google Earth rij je trajecten waar je anders nooit zou komen. Zelfs het parcours van de Olympische Spelen.

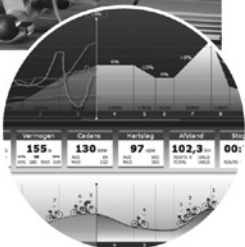


Real Life Video

De Alpe d'Huez beklimmen? De Ronde van Vlaanderen rijden? Tacx biedt films van ruim twintig legendarische races. Stuk voor stuk geven ze je het gevoel als kopman tussen de toeschouwers te rijden. Thuis fietsen wordt zo wel heel spannend.

Catalyst

Vermogen, hartslag of hellingshoek. Met het trainingsprogramma Catalyst is meten weten. Voer professionele conditietests uit en de Analyser software brengt je prestaties helder in beeld.



Nieuwe Tacx Trainer software los verkrijgbaar voor alle Tacx VR trainers

Fiets voorbij het onmogelijke. Tacx Virtual Reality trainers

Start je PC. Laat je derailleur zoemen. En ervaar de nieuwe dimensie van binnen trainen. Met de Virtual Reality trainers van Tacx. Fiets door interactieve werelden. Selecteer je tegenstanders. Train of koers online (Multiplayer) tegen renners over de hele wereld. Klik de database met GPS-parcoursen aan. Rij binnen na, wat je buiten gefielst hebt. En kies je voor de Fortius, dan gaat de energie die je opwekt gewoon terug het elektriciteitsnet op. Tacx VR trainers, zo onbegrensd zijn de mogelijkheden. www.tacxvr.com.

Tacx

Tacx bv, Rijksweg 52, NL - 2241 BW Wassenaar, www.tacx.com



Van de Voorzitter

Zo vlak voor de jaarwisseling blijft het bij de Spartaan niet alleen bij omkijken. In het hier en nu gaan we gewoon door, hetgeen weer bleek uit de zeer Spartaanse veldrit van 4 december jongsleden. Een prachtige wedstrijd, niet voor watjes, onder Spartaanse weersomstandigheden. Een waar koud kunststukje. Kijk op de site www.despartaan.nl voor de surrealistische plaatjes. What's new?

Er komt een digitaal clubblad. Geen zorg ook het papier zal blijven bestaan voor diegenen die daar prijs op stellen. Het komend jaar staat het 75 jaar bestaan van de club op het programma. Grosso modo gaat het goed met de Spartaan. O.k. hier en daar hapert er soms wel iets, maar dat is om ons alert te houden. Anders zouden we maar indutten. Over het algemeen geen klagen dus. Dat is een goed vooruitzicht voor het nieuwe jaar.

Ik wens diegenen die hun dierbaren hebben moeten verliezen het afgelopen jaar veel sterkte toe en voorts wens ik een ieder een gezond, sportief en gelukkig 2011.

Aad Trinthamer



A

Agenda

december / januari / februari

Zondag

Vossenjacht: start 9.45 uur veteranen; 10.00 uur A-ploeg en 10.05 uur B-ploeg. Ook zondag 26 december – tweede kerstdag- is er een vossenjacht

Dinsdag clubavond

Vanaf dinsdag 5 oktober wintertrainingen op de baan en midden terrein.

Training baan:

18.30 uur - 19.30 uur: Training jeugd

19.30 uur - 20.30 uur: Wedstrijddrijders en toerders

20.30 uur - 21.00 uur: Wedstrijddrijders

Training midden terrein:

19.30 uur - 21.00 uur: Mountainbikers en veldrijders

In het clubhuis mogelijkheid te spinnen

Woensdagavond

19.00 uur - 20.30 uur: Mountainbikettraining voor de jeugd.

Donderdag

Elke donderdag fietsen met Hans. Start 9:30 uur.

Een toertocht van ca. 80 kilometer.

Donderdagavond

18.30 uur - 19.30 uur: Training jeugd

19.30 uur - 21.00 uur: Training mountainbikers en veldrijders

Zaterdag 18 december

TVMN veldrit voor de jeugd. Start 10.30 uur

Clubhuis gesloten

Zaterdag 25 december 2010 en zaterdag 1 januari 2011

Schaatsen?

Het midden terrein is onder water gezet en het wachten is nu op Koning Winter...



Noteer in uw agenda

Algemene ledenvergadering

Vrijdag 11 februari

Zaal open vanaf 19.30 uur

Aanvang vergadering: 20.00 uur

Het is tijd om te sporten.

Sport is belangrijk. Omdat het leuk en gezond is, maar vooral omdat het mensen dichterbij elkaar brengt. Hoe jong of oud ze ook zijn en wat ze in het dagelijks leven ook doen. Sporters en supporters maken allemaal tijd vrij voor hún vereniging. En zo'n vereniging steunen wij natuurlijk ook. Waar en wanneer we maar kunnen.

Het is tijd voor de Rabobank.



Rabobank



Verenigingsnieuws

De Horror-Sint

De Sint heeft de Spartaan weer met een bezoek vereerd. Hij heeft er speciaal scooteren voor geleerd, kwam binnen scheuren op zo'n knalgeel apparaat, waar de knaldemper vanaf was gehaald.



De Horror-Sint

Ik wilde hem aan de deur persoonlijk begroeten, maar maakte me vervolgens snel uit de voeten. De

echte vernieuwde sinterklaas was in de clubtent gearriveerd, zijn gezicht door de tand des tijd verweerd.

Doodsbleek, met gele tanden en lange zwarte haren, alleen zijn rode kazuivel had hij weten te bewaren, de stemming zat er dus meteen weer in, iedereen had het naar zijn zin.

Want onze Sint wist er een superact van te maken, zoals ieder jaar, hoe krijgt die ouwe het toch voor elkaar. Super snelle woord grapjes en in de maling nemerij. Bij zijn draaien aan het rad, kwam ik niet meer bij.

Stijlvol stapte hij daarna weer op zijn gele gevaar, en vergat zijn drietand (de staf) zowaar. knetterend verliet hij na een woord van Aad het club gebouw, afgelopen zondag vergeet ik dus niet gauw.

Geschreven door Zus Hamelink

Veldrit wedstrijd De Spartaan

Vrijwilliger Vincent den Breejen in de weer om het parcours voor 4 december op en top te maken.

Mijn laatste dag, voordat ik een weekje vrij ben. Denkend over dat ik alweer voor het vierde achtereenvolgende jaar vrij neem om te zorgen dat de veldrit weer op en top verloopt rij ik in het donker

over de bloemenroute richting de bloemenveiling. Ik kijk over een stuk land waar boven de laaghangende mist de zon op komt, een prachtig gezicht wat mijn veldrithard doet kloppen. Buiten dat het namelijk een mooi uitzicht is, is het ook echt cross weer. Kou en nattigheid, zorgen ervoor dat de renner voor de start staat te blauwbekken >

Nieuw bij "DE LENS OPTICIENS" RUDY PROJECT WIELRENBRILLEN

Wij hebben het dealerschap verkregen van deze unieke bril welke onder andere gebruikt wordt door de RABO WIELERPLOEG. Het grote voordeel van deze brillen is dat zij ook door brildragers gebruikt kunnen worden.

Middels een uniek systeem wordt achter de bril een frame met correctieglazen geplaatst.

Je ziet aan de buitenkant niet dat er een sterkte ingeslepen is, het oogt als een mooie sportieve zonnebril.

Bij sommige modellen kan je zelfs de zonnelenzen opklappen wanneer je ergens binnenkomt.

Deze unieke collectie is zeker het bekijken waard.

Natuurlijk bent u ook voor een normale bril of contactlenzen bij ons van harte welkom.



**VOOR ALLE LEDEN VAN DE SPARTAAN
EN HUN FAMILIE GELDT DAT ZIJ
10% KORTING KRIJGEN OP HUN AANKOOP.**



- Voor Moderne Optiek •
- Oogmetingen • Contactlenzen •
- NUVO Ooggarant •

Badhuisstraat 149
25HG Scheveningen

Telefoon 070-3551986
e-mail: de.lens@12move.nl
www.delens.nl

REFILL CITY



Refill City vult uw lege
inktpatronen, vanaf €3,50

Overzetten
VIDEO → DVD
slechts € 12,50

VHS • S-VHS • Betamax • Hi8 • Video8 • MiniDV • Betacam
prijs per band • max 3 uur

Tevens kunt u bij ons terecht voor: printers,
laserprinters, papier, cartridges, toners,
sd kaarten, usb sticks, R4 kaarten!

Fahrenheitstraat 606 Den Haag - 070-360 99 37
www.refillcity.nl

Race
Triathlon
MTB
BMX
Hybride
Kinderfiets



Op vertoon van clubkaart
op diverse producten
EXTRA korting

Shimano
Campagnolo

Kleding
Helmen
Brillen
Verzorging

Onderhoud
Reparatie

di, wo, vrij 09.00h tot 18.00h
do 09.00h tot 21.00h
za 09.00h tot 17.00h

*kijk op onze zeer uitgebreide en up to date
website voor meer spectaculaire aanbiedingen*

WWW.MAMMOET.NL

Stationsweg 36, Den Haag T 070-389 89 64 F 070-388 99 71 info@mammoet.nl



> en zich kan verheugen op die explosie van 40 minuten waardoor hij weer lekker warm wordt. De nattigheid zorgt voor modder, wat zorgt dat de veldrijder zich optimaal vermaakt. Terwijl ik geniet van deze gedachten bedenk ik mij dat dit laatste "modder" veelvuldig aanwezig is in Rijswijk en ik moet dus goed nadenken hoe ik het parcours ga laten lopen om te voorkomen dat het "te" is!

Nog geen uurtje later denk ik daar nog steeds over na, alleen zit ik nu op kantoor naar buiten te staren waar ik de mist langzaam plaats zie maken voor het wel bekende glas van het Westland en aan de horizon de contouren opdoemen van de stad Rotterdam. Één voor één zie ik boven de kassen van die witte pluimen ontstaan die veroorzaakt worden door de ketels die de kassen moeten verwarmen. Voordat ik het weet zeg ik hardop op en met een glimlach op mijn gezicht "het zal toch niet waar zijn, met een beetje mazzel geen modder!!". Mijn collega's die in de veronderstelling waren dat ik druk zat na te denken over m'n werk kijken mij verbaast aan en vragen om uitleg. Ik leg uit waarom ik volgende week vrij ben en dat de witte pluimen koude en droge lucht aangeven en het zou dan wel eens kunnen gaan vriezen. Hetgeen dat modder hard doet worden, waardoor we er geen last meer van hebben tijdens de wedstrijd!

De meeste collega's maken een gebaar bij hun voorhoofd en gaan weer aan het werk, een hele enkele zegt me nog dat ik echt toe ben aan een weekje vrij en dat ik maar eens goed uit moet rusten. Ik weet wel beter, want als dit doorzet kan ik veel meer met ons parcours en dat is alleen maar mooi!

Het is zondag en ik rij rustig naar de

Spartaan. Ik ga niet vosse, want de benen doen nog veel te veel pijn van de zware Rabobank Beach Challenge van de dag ervoor. Ik stond daar weer eens ouderwets te rillen van de kou waarvan ik kramp van in de kuiten had gekregen. Dus vandaag maar even rustig aan, Sinterklaas even gedag zeggen en alvast eens kijken of het parcours wat ik bedacht heb haalbaar is.



Veldrit wedstrijd 4 december De Spartaan

Op mijn strandbanden rijd ik het rondje en ga ervan uit dat als ik het op deze manier kan dat iedereen rond moet kunnen komen. Terwijl ik rondrijd zie ik hoe nat de ondergrond is en beseft me wat honderd renners maal twee wielen hiervan kunnen maken. Doembeelden schieten door me hoofd van lopende, tierende renners met gebroken derailleurs en andere amper vooruitkomende fietsen die volgelopen zijn met een mengsel van blad, modder en gras. En dan nog maar niet gesproken over de verstopte doucheputjes van het vuil van de renners en het horror beeld van een boze Gerrie. Ik zie de beelden voor me terwijl ik in de kantine zit en hoor een brommend geluid, voordat ik het beseft schiet de Sint met een scooter de >



> kantine in. Wat ziet die man eruit en het horror beeld wat ik eerder had valt hier bij in het niks. Ik zal de goedheiligman maar niet meer uitnodigen, want met deze man en ons parcours denken de renners dajik echt hun dood tegemoed te rijden.

Het eind van de week nadert en het meeste is geregeld. Bloemen besteld, afzetlint opgehaald bij de Rabobank en Peet heeft de extra nieuwe paaltjes afgegooid op de club. Ik word ook steeds positiever, want ondertussen is het ook een graad of zes gaan vriezen en er is niks meer aan modder, maar nog niet wetend wat me allemaal te wachten stond begint het ook te sneeuwen. In eerste instantie word ik alleen maar blijer, want vind dat zelf prachtig. Donderdag avond ging ik dus met veel enthousiasme het rondje voor rijden tijdens de training. De bikels die waren komen opdagen reageren hartstikke leuk en ik ben over-



Veldrit wedstrijd 4 december De Spartaan

tuigd dat het rondje wat ik wel iets heb aangepast in verband met de sneeuw erg mooi is en verheug me op de wedstrijd.

Vrijdag is de dag dat ik het parcours

ga uitzetten en bij aankomst geniet ik van het met witte poeder sneeuw bedekte terrein van de Spartaan. Terwijl ik de auto sta vol te laden met paaltjes zie ik in de verte een mooie en charmante vertoning mijn kant op komen lopen. Dichterbij gekomen is het mijn vriendin die ik gevraagd heb of ze het leuk vind om met mij in de sneeuw te spelen. Vol enthousiasme en plezier helpt ze mij met paaltjes in de grond te steken, het lint uit te rollen en te bevestigen aan de paaltjes (ja mannen jullie lezen het echt goed en er is niks van gelogen). Ondertussen worden ook nog de bloemen gehaald en gaan we weer verder met het parcours. Ook de verzorging is op de club gearriveerd in de vorm van Henk en schreeuwt vanuit de deuropening "thee!!!". In het clubgebouw zien we ook Niko (die man verzet op de club toch ook bere veel werk) die op zijn knieën samen met Henk de vloer vol legt met karton om de vloerbedekking te sparen. Handen warmend aan de thee zien we het buiten harder gaan sneeuwen, deze keer van die grote vlokken en doordat er zo weinig wind staat dwarrelen ze heel vrolijk naar beneden. Je zou bijna vergeten dat je aan het werken bent en we gingen dan ook snel weer aan de slag, genietend van de vallende sneeuw.

Het werd kouder en de paaltjes gingen steeds slechter de grond in, het is ondertussen 21:00 uur en donker en het is alleen maar harder gaan sneeuwen. We hoeven alleen het midden terrein te doen en dat moet zo gedaan zijn. Ik haal de doos met nieuwe paaltjes en gezien het eind in zicht is begin ik enthousiast de paaltjes de grond in te werken. Ik sla de paaltjes één voor één de grond in en mijn vriendin spant het lintje tussen de paaltjes. Na een uur ben ik pas een paaltje of 12 verder >



Exclusieve Damesmode

Prins Willem Alexanderpromenade 45

2284 DH Rijswijk

(in de Boogaard)

Telefoon 070 - 399 17 17



Fa. boogerd & meijer

erkend



gas- en

waterfitter



Koningin Wilhelminalaan 527 - 2274 BD Voorburg

Telefoon 070-3853636 - Fax 070-3851402

Obrechtstraat 11 - 2517 VL Den Haag

**Er zit meer
bier in
Amstel Malt.**





> en ook de eerste paaltjes beginnen te sneuvelen. De grond van het nieuwe middenterrein is knoert hard en geen paal gaat normaal de grond in en hoe later het wordt, hoe harder de grond, zo hard dat ik de gaten voor moest slaan met een schroevendraaier en dan pas de paal kon zetten en zelfs dan kostte het nog moeite. Het aangezicht van de Spartaan by Night met de vallende sneeuw, de mooie glimlach van mijn vriendin en toch wel de knusse omstandigheden sloegen ons er door heen en om 1:00 uur in de nacht ging het laatste paaltje de grond in en werd de laatste knoop gelegd. Moe en voldaan kropen we thuis onder de warme deken, nog steeds niet beseffend wat er te gebeuren stond.

lemaal voor niks was. Wonder boven wonder kwamen er toch aardig wat renners opdagen en ook renners van



Veldrit wedstrijd 4 december De Spartaan

Zaterdag ochtend, ik ben wat later als beloofd, maar wist dat alles al stond en ik niks meer hoefde te doen dan alleen maar op de juiste plekken een lintje weg te halen, zodat de steeds oudere jeugd een grotere uitdagende ronde konden rijden. Het sneeuwde weer en de kleintjes reden door het zeer mooie landschap. De ene deed dit jammerend, maar de meesten toch wel met veel plezier. Langzaam kreeg ik door dat we uitzonderlijke omstandigheden hadden, we hadden dan wel geen modder, maar langzaam begon het erop te lijken dat de sneeuw voor extreme omstandigheden ging zorgen. De sporen die werden gereden waren weer in mum van tijd verdwenen en de angst kwam op dat het al-

naam. Ik kon genieten van het enthousiasme van de renners terwijl ze zich voort ploeterden door die dikke zachte en gladde laag met sneeuw, waar af en toe gevallen werd, maar de renner weer lachend opstond. Een deelnemersveld dat niet onder deed voor andere wedstrijden en de mooiste wedstrijd van het jaar, omdat de plaatjes voor de slagroom op de taart zorgden en unieke beelden cadeau gaf! Ik hoef niks meer te vertellen kijk op: www.harfoto.nl of <http://vanvuren.info/photos/album-46/> en het spreekt voor zich!

Iedereen bedankt voor het helpen om dit een geslaagde dag te maken!

Geschreven door Vincent den Breejen



Noteer in uw agenda
Algemene ledenvergadering

Vrijdag 11 februari
Zaal open vanaf 19.30 uur
Aanvang vergadering: 20.00 uur



Veldrit De Spartaan in barre omstandigheden

Ondanks de sneeuw toch een groot succes!

Zaterdag is op het nieuwe middenterrein van RWV De Spartaan een veldrit verreden. Ondanks de sneeuw en de harde wind ging het evenement



Veldritwedstrijd 4 december De Spartaan

gewoon door. Voor de jongste jeugd was het zwaar. Sommigen gingen jammerend het parcours rond, aangemoedigd door ouders en vriendjes.

En hoe ouder de jeugd, hoe langer het parcours, en hoe leuker ze het vonden. Totdat uiteindelijk de volwassenen het volledige parcours van 2 ½ km aflegden, tien a twaalf rondjes, afhankelijk van de klasse.

“Dit is leuker dan schaatsen!”

In de ochtend ging het steeds harder sneeuwen en waaien. 's Middags stopte gelukkig de sneeuw, maar de wind nam toe tot kracht vijf.

Parcours-bouwer Vincent den Breejen: “We zijn gisterenavond tot laat in de nacht bezig geweest om alle paaltjes in de bevroren grond te rammen. Maar gelukkig hebben we leuke reacties gekregen. Dank ook aan de jury die uren in de kou hebben gestaan.”

Komende maandag gaat de firma Vrij, in opdracht van de Spartaan, met een beginnen met water pompen op de ijsbaan, zodat er zo snel mogelijk geschaatst kan worden.

Geschreven door Sander Dortland

Het clubblad nu ook op de website

Het afgelopen decenium heeft het internet een grote vlucht genomen. Naar schatting heeft 80% van onze leden nu de beschikking over een computer en dus over internet.

Ook de Spartaan heeft al een groot aantal jaren een website en deze wordt veelvuldig door onze leden bezocht. Behalve het clubblad informeert ook de website over allerlei za-

ken die de Spartaan raken.

Ten einde de kosten van het clubblad naar beneden te brengen is in de algemene ledenvergadering van dit jaar een voorstel van Jaap Spoor aangenomen om het clubblad ook op de website te brengen. Na een aantal nodige aanpassingen hiertoe is het blad nu vanaf heden beschikbaar. >

Sporten vergt veel van uw lichaam

Van belang is:

- Water voor juiste vochtbalans
- Extra brandstof (koolhydraten)
- Extra aanvulling vitamines en mineralen
- Sterke antioxidanten
- Bouwstoffen (o.a. eiwitten) voor herstel



Met goede voeding verhoogt u op een gezonde en verantwoorde manier uw prestaties

Nieuw is de isotone drank H3OPRO

Meer info bij:

Monique-C Roelandt - Nieuw Vennepe/ Den Haag

06 -41130326

info@justgoforfit.nl

Autorijschool "Arend"

telefoon: 010 - 5225227, mobiel: 06 - 22244558

- Examen aanvraag in overleg
- Geen wachtlijsten
- Vaste instructeur
- Hoog slagingspercentage

Gazelle
Bulls bikes
Simplex
Topmerken

BADOUX
fietsen

Bovag.nl
www.zeg.de



Almeloplein 54 070-3671671 Den Haag

Ù wilt alles onder één dak?

VERZEKERINGEN, HYPOTHEKEN,
MAKELAARDIJ O.G.
MET HET ACCENT OP Ù

Meeùs is onderdeel van AEGON.

Bij Meeùs
bent u aan het
juiste adres!

Meeùs
's-Gravenhage
Laan van N.O.I. 123
2593 BM Den Haag
tel. (070) 358 28 80
www.meeus.com

MEEÙS



> Wenst u in het vervolg het clubblad niet meer te ontvangen maar te lezen via de website stuur dan een email naar de webbeheerder Arnold Guijken: webbeheer@despartaan.nl

Mogelijk is ook dat u zich in het clubhuis opgeeft het blad in het vervolg digitaal te ontvangen. Een lijst hiertoe

zal tot 31 december op de bar aanwezig zijn.

Het bespaart u 5% op de contributie waarbij de bedragen op € 5 worden afgerond en het bespaart de club extra geld aan druk- en portiekosten.

Het bestuur

Campagnolo Kerstdiner 2e kerstdag (26/12)

Voor de Spartaanleden een speciaal kerstdiner. Geen friet, frikandellen of ertwensoep van Fred Steensma maar een diner van sterallure.

Voormalig chefkok Erik Bijl zal op het clubhuis een 5 gangen Campagnolo-diner verzorgen.

Zie hieronder het menu. Er is keuze tussen vlees en vis. Kosten circa € 30,- per persoon inclusief drankarrangement (frisdrank, bier, wijn). Aanvang: 17.00 uur. **Aanmelden vóór 18 december** bij Fred Steensma (fredsteensma@case-ma.nl). Bij overmatig inschrijven zal de organisatie (door loting) de gastenlijst bepalen.



Menu Campagnolo Kerstdiner 2010

Carpaccio de Boeuf
&
Carpaccio van zalm
&
Consommé de Boeuf met garnituur
en Wan Tan
&
Boeuf Bourguignon met rijst
&
Zalm met Bloemkoolroom
&
Tiramisu



Licenties 2011 Let op! Belangrijke wijzigingen!!

Aanvraag licentie

Vanaf 1 november dienen de leden die volgend jaar wedstrijden willen rijden dit te melden bij de club. Via De Spartaan krijgen zij van de KNWU een toegangscode om te komen op de betreffende site van de KNWU waarop zij de aanvraag voor een licentie kunnen doen. De licentieaanvraag is nodig voor alle leden, **dus ook voor hen die vorig jaar een C-licentie hadden.**

Aanvraag chip

Vanaf 1 december kunnen leden die nog niet over een juiste chip beschikken deze ook aanvragen. De kosten van de chip bedragen € 85,- incl. BTW. De chip is nodig omdat met de chipmeting de uitslagen beter kunnen worden bepaald en daarnaast registreert de chip ook dat u een wedstrijd hebt gereden en voor elke wedstrijd betaalt u behalve de inschrijfkosten een extra bedrag van € 5,-. Dit bedrag wordt automatisch afgeschreven. Dit rekeningrijden, zoals de KNWU dat noemt, geldt alleen voor de junioren en amateurs in onze vereniging en dus niet voor de jeugd en nieuwelingen. Mountainbikers zijn verder verplicht om bij wedstrijden te beschikken over

een standaard stuurbord. Ook dit bord is te verkrijgen, kosten € 7,- via de KNWU site.

Geen dagkaarten meer, maar basislidmaatschap.

Leden die interclubwedstrijden willen rijden zoals de zomeravondcompetitie, derhalve veelal toeders behoeven geen dagkaart meer te kopen. In plaats van de dagkaart komt er nu een basislidmaatschap. Dit geldt verder voor het hele seizoen, dus ook voor de hele zomeravondcompetitie. Aanvraag van het basislidmaatschap gaat via de vereniging. De kosten van het basislidmaatschap zijn €5,-. Ieder lid dat het basislidmaatschap aanvraagt ontvangt van de KNWU een basislidmaatschappas, incl. NAW-gegevens, barcode en jaartal.

Licentieprijsen

In verband met het rekeningrijden zijn de prijzen van de licenties gezakt. De tarieven voor volgend jaar zijn:
Jeugd € 25,-
Nieuwelingen € 50,-
Junioren € 60,-
Amateurs € 50,-



ESTHER VAN DIJK
Sportmassage

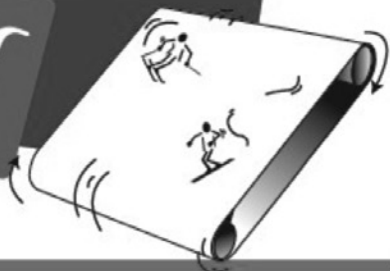
Behandeling volgens afspraak
070 3932939
Praagsingel 13 2548 TT Den Haag

**Beleef Indoorski Discovery,
beleef de langste afdaling.
Ook door de consumentenbond
als beste methode getest als
voorbereiding op de wintersport.**



**INDOOR
SKI
DISCOVERY**

skiën, boarden, wintersportreizen



Waterpas 99, 2495 AV Den Haag,
voorheen Leidschendam
070-3991014, www.skidiscovery.nl



- ONDERDELEN
- BRILLEN
- KLEDING
- HARTSLAGMETERS
- VOEDING
- HELMEN
- VERZORGINGS
ARTIKELEN

Tom Schouten

S C H E V E N I N G E N

**SPECIALIST IN
OPBOUW FIETSEN**

**RACE
ATB
TRIATHLON**

Dr. Lelykade 274^a Scheveningen tel/fax: 070 3556112
(MAANDAG GESLOTEN)

Ledenmutaties

Nieuwe leden

Maurus Bakker

10.290 Amateur
Caspar Fagelstraat 14
2613 GW Delft

Eric Weber

10.278 Amateur
Citroenvlindelaan 8
5691 RL Son

Bram Luteijn

10.269 Junior
Otterlaan 21
2623 CV Delft

Mirjan Wasmus

10.289 Dame
Lievensbergstraat 34
2548 SG Den Haag

Timo van der Ende

10.277 Jeugd
Brantingstraat 19
2286 GH Rijswijk

Martijn Medenblik

10.266 Toerder
Steenlaan 120
2282 BG Rijswijk

Jan H.T.M.v Stam

10.288 Algemeen lid
Laurierzoom 16
2719 HK Zoetermeer

Stefan Luynenburg

10.274 MTB
Balsemienlaan 242
2555 RH Den Haag

Jaap Kiela

10.265 Toeder
Zuideinde 19
2627 AE Delft

Antoine Gori

10.284 Nieuweling
oranjeaan 76
2281 GH Rijswijk

Remy van Es

10.272 Nieuweling
Appelgaarde 65
2272 TB Voorburg

Caroline Deerenberg

10.263 MTB
Toscaninipad 3
2625Z G Delft

Arthur van der Sande

10.281 Amateur
Obrechtstraat 92-1
2517 VX Den Haag

Luc Guldenaar

10.270 Jeugd
Clavecimbellaan 26
2287 VV Rijswijk

Sirk Deerenberg

10.262 Toeder
Toscaninipad3
2625 ZG Delft

Opzeggingen

Douwe Steens

Jeugd

Carlos Harel

Amateur

E van Drunen

Toerder

Youri van Giessen

Jeugd

Sandra van Leeuwen

MTB

Fred trotsenburg

Amateur

Eric van Giessen

Amateur

Xander Duivensteijn

Jeugd

Juul Hubert

Nieuweling meisje

Jordi vd Nouweland

Jeugd

Ralph van Bockhoven

Toerder

Marco Heutinck

Toerder

David Scheele

MTB

Fred Stapel

MTB toer



J

Jeugd

Sinterklaas op bezoek bij de jeugd

Dinsdagavond 23 november gaf Timo de indruk een sleutelbeen gebroken te hebben, maar de toegesnelde broeders uit de ambulance konden al snel constateren dat het erg mee viel. Sinterklaas die met en-

om per categorie de jeugdleden naar voren te halen en het afgelopen jaar door te nemen. Sint was zeer geïnteresseerd in de harde feiten: hoe veel harder fietst een meisje op een 28 inch fiets, als ze nu al zo hard gaat op een 20 inch race fiets, hoe lang duurt een tocht van 143 kilometer, hoe lang doe je over een Amstel Gold race. Helaas hadden de jeugdleden dergelijke feiten niet paraat. Ook zijn soms best kritische vragen over bijvoorbeeld de aard van ondeugend gedrag op het kamp, of over de achtergrond van spanningen tussen zussen, konden door onze jeugdleden niet concreet beantwoord worden. De vorderingen op school en het enthousiaste in algemene zin en voor het wielrennen in het bijzonder konden de Sint wel bekoren, zoals hij tot tevredenheid concludeerde. Onze jeugdleden waren blij met het bezoek van de Sint en zeker ook met de chocoladeletter in hun nopjes. En als er volgend jaar ook een tweede stofzuiger is, is ook het opruimen van het achtergebleven strooigoed een fluitje van een cent.

Geschreven door Hans Hilbers



Sint bezoek bij de jeugd

kele pieten in de ambulance meereed hoefde het jeugdige slachtoffer niet verder te kalmeren en kon van de gelegenheid gebruik maken om poolshoogte nemen bij de snelgroeijende jeugd afdeling van de Spartaan. Het grote boek bood voldoende aanknopingspunten

Explosieve groei veldrijden bij de jeugd

Enkele jaren geleden was het veldrijden bij de jeugd beperkt tot een kleine groep fanatiekelingen (ja inderdaad, de van de Peetjes en de Hubertjes).

Vorig jaar begon de groep al danig uit te breiden toen Peter en Ernst begonnen met een wekelijkse training op de donderdagavond. Dit seizoen is met het Rik Joesse >

van Scheijndel

T W E E W I E L E R S



racefietsen
mountainbikes
sportfietsen

Giant
Trek
Merida
Bianchi
Shimano
Campagnolo
Giro
Santini
BBB
Eas
Finish line
Nike
Selle italia
Elite
Tacx
FSA
Deda

verkoop
onderhoud
advies
custom building

kleding
voeding
Spare parts



Dingemans v.d. Kasteelleplein 4
s'Gravenzande
0174 422255



PC.vd.PEET

*ELEKTRA*BEVEILIGING*TELECOM*

PEET

Treubstraat 7a
2288 EG Rijswijk
070-3992540

NCP
erkend

BORG Beveiligingsbedrijf

49 jaar specialist in het beveiligen van woonhuizen.
Bel voor gratis offerte 070-3992540



Gratis jaarlijkse opvolging voor
woonhuizen in
West-Nederland



Wij monteren de NX 8, goed en betaalbaar. **ook draadloos mogelijk**
vd PEET is tevens de specialist voor bouwkundige beveiliging en camera systemen.



STEIJGER
AUTOBEDRIJF

Sinds 1959

Inkoop - Verkoop - Onderhoud - APK
Tweemolentjeskade 1a. - 2612 XW Delft

T.: 015-212 33 33 - F.: 015-214 24 99

postmaster@autobedrijf-steijger.nl

www.autobedrijf-steijger.nl

> parcours het hek van de dam. Maar liefst zo'n dertig kinderen trainen wekelijks. Peter en Ernst hebben snel in de vorm van Joyce en Daan Mahieu assistent trainers ingevlogen om e.e.a in goede banen te leiden. De kinderen worden vies, de fietsen worden nog viezer, de wachttijden bij de hoge druksluit lopen sterk op, maar het enthousiasme is enorm.

16 oktober 1e KNWU veldrit bij de Spartaan

Al vroeg in het seizoen organiseerde de Spartaan op het Rik Joosse Parcours haar 1e jeugdvelddrit. In verband met het plotseling overlijden van ons jeugdlid Leonardo heeft de wedstrijd in aangepaste vorm plaats gevonden. Het weer was zonnig, maar de regen in de voorafgaande week hadden het parcours drassig en zwaar gemaakt. Zo'n 120 deelnemers stonden aan de start, een mooi aantal voor een 1e wedstrijd. Op het zware en technisch lastige parcours werden de verschillen groot. Er deden 7 Spartanen aan de wedstrijd mee. Fleur werd 2e, Biko 12e, Steffie 6e, Nienke 19e, Jitske 12e, Jelle 23e en Jeffrey 18e. We ontvingen veel positieve reacties op het nieuwe parcours. 'Hier train je Nederlands kampioenen' kregen we te horen. We verwachten volgend jaar zo mogelijk nog meer deelnemers.

Spartanen actief in het KNWU veldrijcircuit

In deze koude maanden zijn er bijna elk weekend wel twee KNWU wedstrijden. Steffie en Fleur zijn altijd van de partij en haalden al menig maal het podium. Fleur won in Berghem en Hoogerheide en werd 2e in Rijswijk, Veldhoven en Almelo en 3e in Dordrecht. Steffie won in de sneeuwstormen van Moergestel, werd 2e in Veldhoven en Almelo en 3e in Breda.

Ook andere Spartanen zijn actief in het KNWU circuit: Jitske reed in Breda, Veldhoven, Zeeland en Beesd, Nienke in Zeeland en Dordrecht, Jeffrey in Breda, Veldhoven en Dordrecht. Jelle reed in Zeeland, maar kwam in Dordrecht lelijk ten val. Denise deed nog mee aan de strandrace in Beesd. Met al deze renners wordt de Spartaan steeds zichtbaarder in het KNWU veldrijcircuit. De resultaten worden wekelijks op de website bijgehouden.

Minicross competitie

Dat geldt nog sterker voor de Mini Cross Competitie. Aan deze regionale wedstrijden kan ook met een mountainbike worden deelgenomen, waardoor een bredere groep Spartanen aan de start kan verschijnen. De eerste wedstrijd 21 november in Gouda verschenen al 9 Spartanen aan de start. En meteen prijs. Marit pakte in categorie 1 de overwinning! Jammer dat papa Wasmus dit heugelijke moment heeft gemist door materiaalpech onderweg. Een enkele vond het parcours in Gouda een beetje saai, gewend dat ze waren aan het uitdagendere thuisparcours, maar verder was de sfeer opperbest. Daan Hilbers werd 5e, Jim 5e, Biko 6e, Gijs 8e, Nienke 7e, Jelle 5e, Ide 4e, en Jeffrey 5e. Een week later stonden 9 Spartanen aan de meet in Lisse. Vanwege verjaardagen waren Daan en Jelle Hilbers afwezig, maar dit werd gecompenseerd door de aanwezigheid van Alec en Jitske. Weer pakte Marit een bosje bloemen mee, maar ook de anderen deden aardige zaken voor het klassement.

>

J

>

Bikkelen voor Bloemen

4 december waren de omstandigheden in de MCC-wedstrijd op ons thuiscircuit uitgesproken winters. Bevroren



MCC-wedstrijd op het thuiscircuit

ondergrond, een sneeuwlaag, sneeuwbuien en toenemende wind maakten de omstandigheden zwaar. Terwijl het treinverkeer in Nederland langzaam tot stilstand kwam, trotseerden 38 kinderen de elementen. De Kleiweg wordt gevreesd, op site van andere verenigingen werd gesproken

over 'Spartaanse' omstandigheden. Met 12 deelnemers waren we natuurlijk weer goed vertegenwoordigd. En met groot succes: 6 Spartanen gingen met bloemen naar huis. Marit werd 3e, Jim 2e, Biko 3e, Gijs 4e, Nienke 4e, Jitske 3e, Jelle 7e, Ide 3e, Max Mesman 4e, Jeffrey 5e, Max Mahieu 8e, Tom Luiten 1e. In het tussenklassement staan er in de diverse categorieën nu 6 Spartanen virtueel op het podium. Nog drie wedstrijden te gaan...

Ook nog TVMN, 18 december de thuiswedstrijd

Of het niet genoeg is, rijden we ook nog mee in de wedstrijden van de TVMN. Natuurlijk staan de van de Peetjes hier weer aan de meet: immers, deze wedstrijden vullen de gaatjes in de KNWU-kalender, en voor deze meiden is een zaterdag of zondag zonder veldrijwedstrijd ondenkbaar. Maar ook andere Spartanen duiken hier op. 18 december is de thuiswedstrijd op ons parcours: als U een dergelijk spektakel wilt aanschouwen, we starten vanaf 10.30.

Geschreven door Hans Hilbers

Jeuglid Leonardo 14 oktober overleden

Vrijdag 15 oktober ontvingen wij het droevige bericht dat onze "Leo" plotseling is overleden. Leonardo was een vrolijke, ietwat ondeugende jongen maar drie jaar een geliefd lid van onze afdeling. We missen hem, vooral in de oudste groep, zeer. We wensen Leo's ouders, zus, familie, vrienden en vriendjes alle moed, liefde en kracht om dit enorme verlies te kunnen dragen.

*Bestuur en begeleiders jeugd
rww de spartaan*



Leo

Foto's fam. vd Drift veldrit 4 december





T

Toer-afdeling

Agenda

Elke zaterdag

Met ingang van 30 oktober vertrek om 10.00 uur: A en B en C rijders.

Elke dinsdag

Rijden op de baan van 19.30 uur tot 20.30 uur.

Mountainbike en veldtraining van 19.30 uur tot 21.00 uur.

Elke donderdag

Vertrek 9.30 uur : rijden met Hans tocht van ca. 100 km.

Vrijdag 4 februari ledenvergadering afdeling Toer.

Onderstaand het programma cyclo-sportieven die in het verleden door toerders en ook wedstrijdrijders van De Spartaan zijn gereden:

23 april	Davitamonclassic (2010: Van Petegemclassic)
2 juni	Steven Rooks Classic
11 juni	Les 3 ballons
18 juni	GF Eddy Merckx
2 juli	La Marmotte
3 juli	GF Fausto Coppi
10 juli	Maratona des Dolomites
30 juli	Luik-Bastenaken-Luik
28 augustus	Claude Criquelion

Mijn eerste seizoen bij De Spartaan en de Mosselrit.

Voordat ik ging fietsen heb ik op atletiek gezeten maar dat vond ik niet meer leuk omdat ik steeds blessures kreeg.

Waarom wielrennen? Ik wou het leven van een wielrenner wel eens meemaken. Eind mei heb ik bij van Herwerden gekeken voor een fiets, en daar besproken of ik ging koersen of toeren, uiteindelijk is het toch toeren geworden. Ik heb eerst

een hele tijd op zondag met de B toerders mee gereden, en de Hel van Stavenisse gereden. Dat was heel leuk, alleen de laatste 50km waren erg zwaar. Ik had nog nooit zo'n lange tocht gereden. Met Koninginnedag ben ik naar de Zuid Limburgse heuvels gegaan en heb ik de Mergelland route gereden, de beklimmingen voelden goed aan, en het fietsen werd nog leuker. Begin juni ben ik op zaterdag met >

//BIKE-ZONE//
DEN HAAG

MTB- en RACE specialist

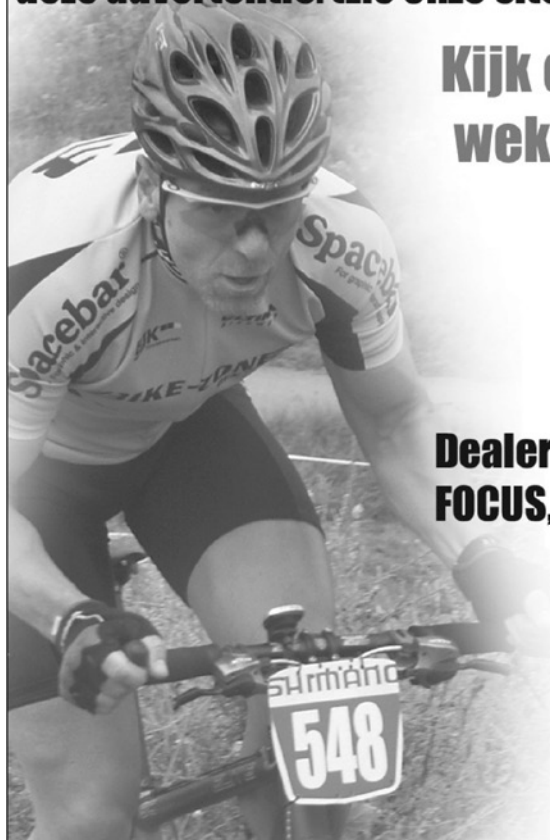
**Uw thuisbasis voor vakkundige
opbouw, onderhoud en snelle service!**

**KORTING voor Spartaan-leden op vertoon van
deze advertentie. (zie onze site/clubkorting)**

**Kijk op de site voor de
wekelijks wisselende
AANBIEDINGEN,
of meld je aan op
WA@bike-zone.nl**

**Dealer van o.a. BMC, CUBE
FOCUS, ISAAC, KUOTA etc.**

**WWW.BIKE-ZONE.NL
v. Baerlestraat 87-89
2533 LK DEN HAAG
070-3801617
INFO@BIKE-ZONE.NL**





Droog de
winter door?

www.vrsport.nl

Malaya en Manman van Ruitenbeek

HAIR

Donderdagavond
geopend

MAKE-UP

EXTENSIONS

INDEPENDENCE

Schoolstraat 2 ^{1/9}
2282 RD Rijswijk
Tel.: 070 3994062
www.independence.nu
info@independence.nu

NAILS

T

> de A toerders mee gaan trainen en ook dit was weer heel wat anders dan een beetje trainen met mijn vader. Ook ben ik toen voor het eerst op dinsdag bij de B ridders mee gaan koersen op de club, gelukkig was Arnold tijdens de wedstrijd steeds in mijn buurt om mij te vertellen wat ik goed of fout deed, maar vooral vertelde hoe ik het beter kon doen. Ik heb daar veel van geleerd.

De eerste wedstrijd werd ik 2 x gelapt, de tweede 1x en na de zomer vakantie reed ik ze gewoon uit en werd ik een keer 18e en 14e. Daarna kwam de wedstrijd om de Kronenburg bokaal: daar reed ik mee met de A toerders, en werd 4e.

Maar toen de mosselrit

Ik begreep de afsluiting van het wielerseizoen, en volgens mijn vader gewoon een rustig ritje, en daarna lekker mosselen eten. Dus at ik s'morgens maar 2 boterhammen, (ik ben nu eenmaal gek op mosselen) en erop uit! Samen met de A-toerders, het was die dag nogal koud en erg regenachtig. Het rustige kleine rondje dat mij beloofd was door mijn vader werd een verschrikkelijke tocht voor mij. Na veel tegenwind, begon vlak voor Rotterdam mijn maag te knorren, en eenmaal in Rotterdam begon hij te schreeuwen, vlak voorbij Rotterdam zegt hij helemaal niets meer, en heb ik de grootste moeite mijn benen toch nog rond te draaien. Gelukkig was Sander bij mij in de buurt die mij precies kon vertellen wat er aan de hand was, dit was dus hongerklop. Het was verschrikkelijk afzien, en ik ben nog nooit zo blij geweest dat er iemand lek reed.

Toen ik uiteindelijk, na 105 km zonder koffiestop, helemaal kapot en ijskoud bij de club aankwam stond mijn vader al te wachten, hij dacht eigenlijk dat ik was gevallen of zo, want ik zag er niet uit. Hij heeft meteen 2 gevulde koecken voor mij gehaald. Ik ben onder de douche gegaan en daarna heb ik me op een paar borden mosselen met patat gestort.

Vossenjacht

Hierna viel er een klein gat in mijn training (Rust) en nu ben ik begonnen met mountainbiken, en heb vandaag mijn eerste vossenjacht meegereden. De start was om 10 uur, de meeste waren op veldfietsen en ik op mijn mountainbike, geen bijhouden aan dus. De controlepost Boswijk heb ik nog prima gehaald maar daarna moest ik lossen. Geen probleem ik hoefde alleen maar de pijlen te volgen, had men mij verteld. Kom ik bij Voorburg, bij een hoek en wat zie ik: ALLEMAAL PIJLEN, allemaal anders, die allemaal een andere kant op wijzen. Na een tijdje rondjes te hebben gereden ben ik uiteindelijk de (verkeerde) pijlen gaan volgen. Het was een mooie tocht, maar wel wat lang. Toen ik bijna terug was bij het clubhuis zat ik schijnbaar weer zo stuk dat ik meende de horror Sinterklaas te zien vertrekken, niet op zijn paard... maar op een scooter. Hoe stuk kan je zitten!?

Ik schrijf dit stukje omdat ik iedereen wil vertellen dat ik ontzettend blij ben met mijn overstap van atletiek naar de wielersport, ik heb het verschrikkelijk naar mijn zin bij de Spartaan. Ik wil volgend seizoen een licentie nemen en gaan koersen. Wat ik dan wel ga missen is om mijn vader (Ben) op zondag los te rijden. Ik fiets nu 7 maanden, en voel mij er prima thuis.

Geschreven door Martijn Roest



M

Mountainbike

Zondag 20 februari Strandrace Rockanje

12e Farm-Frites

Strandrace/CCN Sportswear 2011 voor Mountainbikers in Rockanje.

Na de geslaagde evenementen van afgelopen jaren, wordt er ook dit jaar weer een Strandrace voor Mountainbikers in Rockanje georganiseerd.

Zondag 20 februari 2011

Permanance

- Strandpaviljoen "View"

Start

- 10.00 uur vanaf het Strand aan de 2e Slag Rockanje

Afstanden:

- 40 km Wedstrijd Heren, Dames en Recreanten
Prijzenschema: KNWU H
- 25 km Recreanten dames en heren

Kosten €10

Organisatie:

A.Nederlof

De Ruy 100

3233 AH Oostvoorne

Inschrijving mail: a3ne@gmail.nl

Info: www.farmfritesstrandrace.nl

Bijvoorbaat dank.

Met vriendelijke sportgroeten,

Adri Nederlof



Noteer in uw agenda
Algemene ledenvergadering

Vrijdag 11 februari

Zaal open vanaf 19.30 uur

Aanvang vergadering: 20.00 uur



SPORTHUIS G.BONTEKOE & Zn.

**Alles op het gebied
van wielersport,
tourisme en A.T.B.**

**Loosduinseweg 673c, Den Haag
Telefoon: 070-345 69 51
Gespecialiseerd in wielerkleding!!
Maandag gesloten**

De STICHTING WISSELKOERS is opgericht om ons geld terug te halen. Maar dat gaat niet zomaar. Hiervoor is een proces nodig tegen de Europese Unie. En geld om het proces te bekostigen.

Meer weten? Raadpleeg de site wisselverlies.nl

mr ing. A.M ten Dam
Bedrijfsjuridisch Adviesburo TEN DAM / TEN DAM Debiteurenbeheer & Incasso
Braillelaan 5, 2289 CL Rijswijk, Nederland
Tel.: +31-(0)70-3995021
Fax: +31-(0)70-3194087
r-mail: buro@tendam-nl.com





Rijwielshop Hollands Spoor

Stationsplein 29 2515BV Den Haag Tel. 070-3890830



Rijwielshop Hollands Spoor

Uitgebreid aanbod

Naast stadsfietsen, tourfietsen, sportfietsen, racefietsen en mountainbikes, leveren wij ook kinderfietsen, steps, eenwieliers, ligfietsen en tandems.

Wat niet op voorraad is bestellen wij zonder moeite voor u.

Kwaliteit

Wij leveren uitsluitend kwaliteitsmerken en besteden grote zorg aan afstelling, montage en het rijklaar maken van fietsen.

U krijgt twee maanden na aankoop een gratis servicebeurt.

NS-Fietsenstalling

Reparatie alle soorten fietsen

Verkoop onderdelen

Nieuwe & tweedehands fietsen

Fiets- en bakfietsverhuur



Wij houden
fietsen gezond



Openingstijden:

	Stalling & Winkel	Werkplaats
Maandag	04:50 - 01:30	9:00 - 18:00
Dinsdag	04:50 - 01:30	9:00 - 18:00
Woensdag	04:50 - 01:00	9:00 - 18:00
Donderdag	04:50 - 01:30	9:00 - 18:00
Vrijdag	04:50 - 01:30	9:00 - 18:00
Zaterdag	05:45 - 01:30	9:00 - 18:00
Zondag	05:45 - 01:30	9:00 - 18:00

Bestuur

Voorzitter

Aad Trinthammer

Corbulokade 28
 2275 VN Voorburg
 06 23 49 67 91
 voorzitter@despartaan.nl

2e Voorzitter en vertegenwoordiger Renners

Jan Gudde

Rijswijkse Landingsbaan 187
 2497 CJ Den Haag
 070 399 06 88
 jan@gudde.info

Vacature

Penningmeester

Sander Dortland

Benoordenhoutseweg 86
 2596 BD Den Haag
 06 54 34 19 56
 penningmeester@despartaan.nl

Secretaris

Edwin van der Hoorn

Fijnjekade 277
 2521 DV Den Haag
 06 22 93 76 13
 cycloed@mac.com

Lid facilitaire diensten

F. W. Steensma

Elviraland 65
 2591 GG Den Haag
 070 201 06 48
 fred.steensma@casema.nl

Sponsoringcoördinator

Vincent den Breejen

vd Haertstraat 9
 2613 XZ Delft
 06 22 52 16 05

Vertegenwoordiger Jeugd

Mirjan Wasmus

Lievensbergstraat 34
 2548 SG Den Haag
 070 396 47 17
 06 53 11 82 13
 berry-mirjan.wasmus@12move.nl

Vertegenwoordiger Toer

Jan Poortvliet

Victoria 21
 2635 MD Den Hoorn
 015 261 77 83

Vertegenwoordiger MTB

René Buitenhek

Kielstraat 14
 2584 TZ Den Haag
 06 29 57 54 45
 mtb@despartaan.nl

Clubfotograaf

Henk Harreveld

Delfgauwseweg 204
 2628 EX Delft
 henkharreveld@ziggo.nl
 06 51 58 44 46

Webbeheer en

Ledenadministratie

A. Guijken

Agrippinastraat 23
 2275 VA Voorburg
 070 390 97 93
 webbeheer@despartaan.nl

Barcoördinator

Ben Kepper

Hovenierstraat 17
 2613 RM Delft
 ben.kepper@dsm.com

Extern adviseur

Mr. A. ten Dam

Braillelaan 5
 2289 CL Rijswijk
 070 399 50 21

Clubblad

Jacques van Velthoven

Ceramstraat 8
 2612 GP Delft
 015 213 50 18
 jacques2@planet.nl

Kascommissie

B. Eggen

E. Bokern

M. Zuliani

Leden van verdienste

J. Barberien

C. Hamelink

G. Cromberge

Th. Koppers

F. Poptie

Z. Hamelink

G.J. Aschman

J.v.d. Meer

H. van den Oeaar

T. van den Oeaar

A. Guijken

J. van Velthoven

Ereleden

C. Hamelink

K. Tacx Sr.

H. Zuidema

Clubgebouw: Lange Kleiweg 116, 2288 GR Rijswijk, tel: 015 214 10 60

Postbankrekening: 574391

www.despartaan.nl

Wedstrijdsport

Rennerscommissie

Jan Gudde

Rijswijkse Landingsbaan 187
2497 CJ Den Haag
070 399 06 88
jan@gudde.info

Theo Groen

Ko van Dijk plein 34
2548 ZT Den-Haag
070 399 15 32
tndgroen@kabelfoon.nl

Hoofdtrainer:

Theo Vierling

Praagsingel 223
2548 TV Den Haag
tel: 070-3936258
theovierling@kabelfoon.nl

Penningmeester

Floris van der Bas

Julialaantje 5
2282 WW Rijswijk
06 52 50 55 49
fvdbas@gmail.com

Materiaalcoördinator:
vacature

Coördinator - Coach:
vacature

Coördinator - Begleider

Leen v. Daalen

Kleine Woerdlaan 81
2671 AR Naaldwijk
0174 62 97 79
lvdaalen@kabelfoon.nl

Theo Groen

Licenties

H. Goeman

Sijtwinde 46
2631 GT Nootdorp
015 310 71 17
jgoeman@dse.nl

Jaap Spoor

Klarinetstraat 20
2287 BN Rijswijk
070 336 17 97
jspoor@ziggo.nl

Arjen Hoogenboom

Ottoburgstraat 8
2282 EJ Rijswijk
070 399 15 84
ahoogenboom@
gti-group.com

Materiaal onderhoud:

H. Boersen

Meermanstraat 53
2614 AH Delft
015 212 44 11

Toer-afdeling

Voorzitter

Jan Poortvliet

Victoria 21
2635 MD Den Hoorn
015 261 77 83

Secretaris

Léon Rotteveel

Johan Fabriciusstraat 6
2652 GJ Berkel en
Rodenrijs
06 52 52 85 14
leon.rotteveel@chello.nl

Penningmeester

Hans Beudeker

Burg. Kolfshotenlaan 3
2585 DZ Den Haag
070 365 36 13
hrb@beukeneik.nl

Jeugd

Voorzitter

Jantine van Steenberg
Scholekstersingel 52
2496 MP Den Haag
06 22 48 70 82
j.m.vansteenbergen@
planet.nl

Secretaris

Hans Hilbers
Korte Vleerstraat 28
2513 VM Den-Haag
070 360 12 56
06 10 97 29 59
Jeugdsecretariaar@
despartaan.nl
bettenhilbers@me.com

Penningmeester en
commissaris materiaal

Peter van der Peet
Rijswijkse Landingsbaan 193
2497 CJ Den Haag
06 26 13 49 91
6Peetjes@12move.nl

Algemeen lid

Miriam Velthuizen
Thijssestraat 38
2521 ZL Den Haag
06 13 17 10 83
Miriam_Velthuizen@
hotmail.com

Algemeen lid

Mirjan Wasmus
Lievensbergstraat 34
2548 SG Den Haag
070 396 47 17
06 53 11 82 13
berry-mirjan.
wasmus@12move.nl

Wedstrijdsecretaris

Cora van der Peet
Rijswijkse Landingsbaan 193
2497 CJ Den Haag
06-45762113
jeugdsecretariaat@
despartaan.nl

Wedstrijdlicenties

H. Goeman
Sijtwinde 46
2631 GT Nootdorp
015 310 71 17
jjgoeman@dse.nl

Hoofdtrainer

Dimitri de Jong
Thijssestraat 38
2521 ZL Den Haag
0650 58 30 78
dim.de.jong@gmail.com

Web-site:

[www.despartaan.nl/
Afdelingen/jeugd/](http://www.despartaan.nl/Afdelingen/jeugd/)

Foto's: [www.picasa-
web.google.nl/
spartaanjeugd](http://www.picasa-web.google.nl/spartaanjeugd)

Hyves:

[www.spartaanjeugd.
hyves.nl](http://www.spartaanjeugd.hyves.nl)

Mountainbike

Voorzitter/secretaris:

René Buitenhek
Kielstraat 14
2584 TZ Den Haag
06 29 57 54 45
r_buitenhek@hotmail.com

Coördinator MTB jeugd

Jos Luijten
Cederlaan 51
2282 KC Rijswijk
06 39 02 59 52
jluijten@ziggo.nl

Coördinator MTB jeugd

Nicole de Graaf
Minister Talmelaan 15
2285 EB Rijswijk
06 17 06 60 14
michel.br@ziggo.nl

Trainers

Vincent den Breejen
Michel Top
Roderick Zwijns

Philip Kalkman en Zoon



Merellaan 138
Maassluis
Telefoon: 010-5910949

De goedkoopste
dropshop van de
markt en omstreken!!

UW MEDICIJNMAN
DROPSHOP

**Sport-
prijzen**

Lasergravenen
Promotietextiel

Pins

Awards

*Relatie-
geschenken*

Domburg Sportprijzen Holland
DSH

www.domburg.nl

Vlotlaan 530, Monster

Tel. 0174-422433



Zet het peloton al op achterstand voordat het startschot geklonken heeft. Tacx Satori trainer

Een race winnen vraagt om maximale inzet op vele fronten. Trainen tot je bij de top behoort. Je mentaal voorbereiden tot je alle uitdagingen het hoofd kunt bieden. En, last but not least, een professionele warming-up. Met de Tacx Satori trainer. Vele Pro teams gebruiken hem. Het robuuste Satori frame staat onwrikbaar op de grond en weerstaat enorme krachtexplosies. Zo kun je bij een snelheid van ruim 27 km/u al het extreem hoge vermogen van zo'n 400 Watt genereren. Kort voor de start een must. Tenminste, als je voor de gladiolen gaat. www.tacx.com

Wielerkleding / accessoires

In het sponsorcontract Tacx en de RWV De Spartaan is overeengekomen dat De Spartaan kleding verstrekt aan al zijn licentiehouders met de namen Tacx en De Spartaan op de kleding. Als lid van De Spartaan moet men in deze kleding rijden in alle wedstrijden en de trainingen. De kleding wordt beschikbaar gesteld voor twee groepen licentiehouders, resp. groepen A en B.

Groep A (Betreft de junioren, nieuwelingen en dames)

Deze groep krijgt als zij vorig seizoen nog niet in Tacx kleding hebben gereden in bruikleen:

- 2 korte broeken
- 1 collant
- 2 truien korte mouw
- 1 trui lange mouw

Als zij vorig seizoen in Tacx kleding hebben gereden ontvangen zij in bruikleen:

- 1 korte broek
- 1 trui korte mouw

Groep B (Betreft de amateurs B, veteranen en jeugd)

Deze groep krijgt als zij vorig seizoen nog niet in Tacx kleding hebben gereden in bruikleen:

- 1 korte broek
- 1 trui korte mouw
- 1 trui lange mouw

Als zij vorig seizoen in Tacx kleding hebben gereden ontvangen zij in bruikleen:

- 1 korte broek
- 1 trui korte mouw

De renners komen voor kleding in aanmerking als zij de licentie en de contributie voor het betreffende jaar hebben betaald. Voor alle kledingstukken wordt van de licentiehouders een bijdrage gevraagd van € 20 per kledingstuk. De kleding wordt verstrekt door de firma Struijk, Waldorpstraat 15 F Den Haag. Licentiehouders die meer kleding wensen en leden van De Spartaan, niet zijnde licentiehouders, kunnen kleding bij Struijk kopen tegen kostprijs.

Gedragcode

Leden dienen de contributie betaald te betalen, de aanwijzingen van het bestuur op te volgen en zich op het terrein en daarbuiten zo te gedragen dat zij de vereniging geen schade berokkenen. Licentiehouders dienen aan de verplichtingen die uit het sponsorcontract Tacx volgen, te voldoen.



ELVIRALAND 67 - 2591 GG 'S-GRAVENHAGE

Telefoon : 070-3856106*

Telefax : 070-3819500

E-mail : info@koekenreinders.nl

K.v.K. Haaglanden nr. 27097558



Voor al uw autoschade



GARAGEBEDRIJF ROB KOPPERS

inkoop - verkoop - reparatie

Vissershavenstraat 79
2583 DG Den Haag
Telefoon: 070-354 93 66



ENTHOUSIASTE VAKIDIOTEN...

Tja, vakidioten zou je ons wel kunnen noemen. Want we zijn continue gedreven en gepassioneerd met het fietsenvak bezig. **Daarom bent u nergens beter af!**

In onze zeer ruime winkel met vele mooie afdelingen vindt u altijd het nieuwste op het gebied van fietsen, kleding, accessoires en onderdelen. Zeer grote keuze, variatie en voorraad. Van eenvoudig voor de *no nonsense* fietser tot zeer luxe en hoogwaardig voor de *veeleisende fietsfreak*. En... bij het maken van uw keuze wordt u graag bijgestaan door een van onze

enthousiaste vakidioten.

Heel vééél fietsen!



Kleding, helmen, schoenen etc.!

Service & techniek



Racefietsen



• 1999 •

Beste Tweewielwinkel van West-NL

• 2003 •

Beste Tweewielwinkel van het jaar

• 2008 •

Finalist Beste Tweewielwinkel van het jaar

Waldorpstraat 15F (1.500 m²)

2521 CA Den Haag

070 - 390 75 74

Volendamlaan 710 (400 m²)

2547 CK Den Haag

070 - 323 51 69

Amsterdamstraat 1 (1.200 m²)

2711 GX Zoetermeer

079 - 351 16 19

hans & Struijk
FIETSEN

Wij helpen u graag!

www.hans-struijk-fietsen.nl

