

HET IS WEER TIJD OM TE GAAN FIETSEN...

Er zijn senioren die zich door het weer niet laten weerhouden om fietstochten te maken. Zij fietsen in alle seizoenen. De meeste senioren echter worden actief op de fiets als het mooiere weer zich aandient. Voor beide groeperingen verzorgen Wim van Tilburg en Hans de Bruijn heel regelmatig fietstochten. De belangstelling hiervoor is groot, al zijn er in de regel 's zomers meer deelnemers.



Zowel Wim als Hans zijn lid van AVOS. De fietstochten zijn niet alleen voor AVOS-leden, ook leden van andere seniorenverenigingen in Venray zijn welkom. Wim organiseert al tien jaar fietstochten, eerst voor de ANBO en sinds drie jaar bij AVOS. Hans is hier later bijgekomen.

Aanlegpunt

Kern van het uitzetten van een tocht is het kiezen van een adres, halverwege, van een horecagelegenheid, want een belangrijk deel van de fietstocht is de onderlinge gezelligheid. En hoe kan dat beter dan met koffie en vlaai. Voor eigen rekening natuurlijk, maar dat deert de deelnemers niet.

De fietstochten zijn doorgaans zo'n 25 kilometer lang. Als de pleisterplaats is gekozen wordt de route uitgezet en voorgefietsd om eventuele obstakels te ontdekken. Het gemiddeld aantal deelnemers is twintig, 's winters minder en zomers meer. Veiligheid gaat boven alles. Wim fietst vooraan, hij bepaalt het rustige tempo en Hans sluit de rij. Beide heren dragen een veiligheidshesje en ook halverwege de rij dragen enkele deelnemers zo'n hesje. Zo is de groep duidelijk herkenbaar voor overige verkeersdeelnemers.



Wim (rechts op de foto) en Hans kennen alle leuke wegen en fietspaden in de wijde omgeving en de dankbaarheid van de deelnemers voor het al fietsend ontdekken van

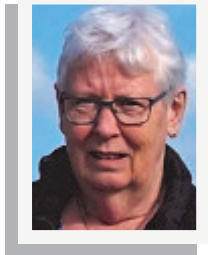
onbekende schoonheden in de natuur is groot. Tweemaal per jaar zetten Hans en Wim een grotere

tocht uit van circa 45 kilometer. Er zijn ook plannen om de fietsen op de auto-fietsdragers van de deelnemers mee te nemen naar verder gelegen gebieden, om ook de schoonheid van de rest van Nederland te bewonderen.

Wim houdt van elke tocht het aantal deelnemers en de weersgesteldheid bij, de kans op herhaling van eerdere routes is klein. Alle leden van de Venrayse ouderenverenigingen kunnen zich dus opgeven. Iets meer dan de helft van de ouderen fietst met elektrische ondersteuning, dus inspanning hoeft het niet te zijn. Nu het mooie weer nog.

...OF TE GAAN WANDELEN

Met de het hele jaar actieve wandelvereniging De Natuurvrienden uit Merselo in ons 'gemeentelijke' midden, doemt de vraag op: is er wel sprake van een seizoen of seizoenstart? Die vraag legde de redactie voor aan Gonny Franssen, spin in het web van



De Natuurvrienden. De vereniging kent vier wandeltochten per jaar (twee wintertochten, een Sint Nicolaastocht en een natuurtocht in april). En elke laatste maandag van de maand een 50-plustocht van ongeveer tien kilometer. Hieraan kunnen alle ouderen uit de gemeente meedoen.

Er is dus geen sprake van een echte seizoenstart. Sommigen wandelen het hele jaar fanatiek door; toch ziet u in het voorjaar, als het weer warmer wordt, een aanzienlijke groei van het wandelvolk. Ook de 'sportwandelaars' ontwaken uit hun winterslaap. Zij beginnen te trainen voor tochten als de Nijmeegse Vierdaagse of de Kennedymars in de zomer. De Vierdaagse is vooral populair bij de oudere doelgroepen, terwijl de Kennedymars vooral jeugd trekt.

GPS-wandelen is sterk in opkomst. Met behulp van een GPS (Global Positioning System) navigatiesysteem, kan men op de computer zelf wandelroutes uitzetten. Leuk, hip, maar oudere wandelaars kiezen toch liever voor de contacten binnen een groep.

Wandelevenement Venray

De Stichting Meerdaags Wandelevenement Venray organiseert dit jaar voor de tweede keer het 'Meerdaags Wandelevenement Venray'. De eerste editie, vorig jaar, was zo'n succes (1100 deelnemers), dat besloten is tussen 31 mei en 2 juni drie in plaats van twee dagen te lopen. Elke dag zijn er zes afstanden: tussen de tien en zestig kilometer. Op zondag is er een extra wandelroute van vijf kilometer, speciaal voor de beginnende wandelaar en gezinnen met kinderen.

Het Meerdaags Wandelevenement is ideaal voor wandelaars die willen genieten van de prachtige natuur rond Venray, maar het is ook een goed trainingsmiddel voor grotere wandeltochten.

Tekst: Leo Broers en Johan Koster
Foto's: Leo Willems en Mia Jacobs