

ULLR-Nieuwsbrief

Vormgeving: Barbara

FEBRUARI 2017

Van de redactie

Hierbij weer een uitgave van onze Nieuwsbrief. Je krijgt de Nieuwsbrief als .pdf-bestand bij een e-mail, maar je kunt hem ook bekijken op onze website www.skigooi.nl. Ga dan naar Vereniging en daarna naar ULLR.

Je vindt in deze Nieuwsbrief o.a. verslagen van de Sinterklaasavond en de reis naar Les Menuires, het resterende reizenprogramma, en de activiteiten voor de rest van het seizoen. En als dat niet genoeg is, dan kunt u zich vermaken met een puzzeltje.

Wij wensen iedereen veel leesplezier.

Inhoudsopgave

Van de redactie	1
Verslag Sinterklaasavond 2016	2
Hilversum City Run	3
Lustrumviering	4
Reisverslag Les Menuires	5
SneeuwFit-trainingen	6
Locaties SneeuwFit-training	6
Docenten SneeuwFit-training	6
Buitentrainingen	7
Après ski	7
Lachen is gezond	7
Programma resterende reizen	8
Fietsweekend 2017	10
Rolski-/skike- en skatenieuws	11
Kalender en commissies	11
Oplossing puzzel en een nieuwe puzzel	12

Redactie

Hanny May-de Reus

redactie@skigooi.nl

Vormgeving

Barbara Heemskerk

barbara.heemskerk@xs4all.nl

Ledenadministratie

Frits Misset

ledenadmin@skigooi.nl

Contributiebetalingen

bankrek. NL50RABO 0315 9742 30 t.n.v.

ledenadm. Skiver. het Gooi, Hilversum

Overige betalingen

bankrek. NL64 RABO 0388 2962 08 t.n.v.

Penningm. Skiver. het Gooi, Hilversum

Website: www.skigooi.nl

Bestuur

Voorzitter: F.J. Misset

Heijermanslaan 7

1215 JL Hilversum 035-6238480

voorzitter@skigooi.nl

Secretaris: Mw. J.C. Bloemendaal

Meentweg 10

1405 JA Bussum 035-6910134

secretaris@skigooi.nl

Penningm.: R. Heemskerk

Hasselaarlaan 30

3755 AW Eemnes 035-5388203

penningmeester@skigooi.nl

Lid: Mw J. May-de Reus

Willibrorduslaan 5

1216 NX Hilversum 035-6211207

redactie@skigooi.nl

Verslag Sinterklaasavond 2016

De viering van Sinterklaas op de après-ski-avond bij Skigooi werd goed bezocht.

De algemene verwachting van iedereen was dat er weer het aloude ganzenbord gespeeld zou worden. Maar er was een ander, moderner spel verzonnen, namelijk "Levend Vier op een rij". De meeste aanwezigen kenden het spel wel, maar om het "levend" te spelen, was toch wel andere koek.

Er werden vier groepen gevormd die te herkennen waren aan verschillende kleuren mutsjes. Deze uitdossing zorgde al voor veel plezier.

De foto's geven een verslag hoe vrolijk-chaotisch de avond is verlopen.



Aan het eind van de avond mocht iedereen van Sinterklaas iets leuks en lekkers mee naar huis nemen.

Barbara Heemskerck

(foto's: Ronald Heemskerck)

Maak van je goede voornemen een mooie dag op 2 april 2017

Loop dan met vrienden van Ski Gooi de Hilversum City Run



Op 1 en 2 april is het weer feest in Hilversum; ruim 10.000 deelnemers doen jaarlijks mee aan de Hilversum City Run. Start en finish is op het marktplein.



Er wordt een prachtig parcours gelopen onder andere langs het Raadhuis, Havenstraat, Taludweg, Gijsbrecht van Amstelstraat, Nieuweg en Groest.

De deelnemers worden vooruitgeschreeuwd door enthousiaste supporters aan de kant van de weg. Uitlopen levert een prachtige medaille op en trotse familie.

Ook worden er veel bloemen uitgedeeld.

Meer informatie vindt u op de website van de Hilversum-City run

www.hilversumcityrun.nl/2/Hardlopen-in-Hilversum-Mediastad/Onderdelen-City-Run/Prestatieloop.html.

Skivereniging het Gooi wil zich graag laten zien. We zoeken daarom leden die de prestatie-loop van 5 of 10 km op zondag 2 april a.s. met ons mee willen doen.

Wij vragen u als lid van Skigooi als groep mee te doen. Deelnemers krijgen een shirt bedrukt met het logo van de vereniging en lopen dan gezamenlijk het parcours. Dat kan in een rustig tempo of snel; over 10 km mag u ruim 1,5 uur doen, nog geen 7 km per uur, net iets sneller dan wandelen.

Bij voldoende deelname splitsen we de groep deelnemers die de 10 km willen lopen op in een

rustige en snelle groep. Doel blijft vooral het voor iedereen gezellig te maken en te houden. Voor wie opziet tegen de 10 km raden wij de prestatie-loop van 5 km aan.

Wij raden u aan zich op de run voor te bereiden. Enkele weken trainen is zeker voor de 10 km loop zeer gewenst. Dat kan op de zondagmorgentruining en/of de dinsdagavondtraining. Jacob de Moel zal de dinsdagavondtraining samen met Ankie Bruls verzorgen. Rekken en strekken, warmlopen en duurloop. Alles binnen één uur.

Er is ook een loopclinic gestart bij de Gooise Atletiek Club. Info op www.hilversumcityrun.nl/2

Wat moet u doen:

1. U meldt zich bij Hilversum City Run aan als deelnemer aan één van de twee prestatie-lopen en voldoet de kosten daarvoor (5 km prestatie-loop € 13,50 / 10 km prestatie-loop € 14,50).
2. U geeft daarna door aan Hanny May (jmay@planet.nl) voor welke afstand u zich heeft aangemeld. Vermeld gelijk uw shirtmaat.
3. Vermeld aan welke trainingen u wilt meedoen.

Deelnemers worden per mail op de hoogte gehouden en krijgen nadere instructies.

De coördinatie is in handen van Jacob de Moel jacobdemoel@gmail.com

Tel. 06 474 746 09



Skivereniging Het Gooi bestaat 45 jaar



In 2012 vierden wij het 40-jarig bestaan van onze vereniging met een 2-daags uitje naar Maastricht.

In 2017 willen wij op 13 en 14 mei het 45-jarig bestaan samen met onze trouwe leden vieren met een 2-daags uitstapje.

In november vorig jaar heeft u een uitnodiging ontvangen om u aan te melden voor deze lustrumviering van het 45-jarig bestaan van onze vereniging.

U heeft daar massaal gehoor aan gegeven. Het bestuur had eigenlijk niet anders verwacht.

Het lustrumweekend is volgeboekt. Dus als u zich nu nog aanmeldt, komt u op de reserve-lijst.

Een aantal bestuurs- en commissieleden is druk bezig om een gevarieerd programma samen te stellen. En dit lijkt al aardig vorm te krijgen.

Over het hoe, wat en waar houden we u in graag in spanning. Maar dat het doorgaat, is zeker en we hopen dat u het ook leuk gaat vinden.

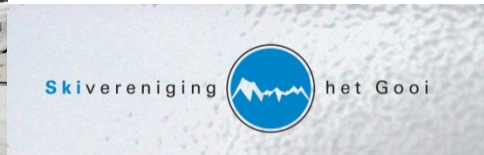
Groeten van de feestcommissie



Wijsheid

Age is a matter of mind
If you don't mind,
It doesn't matter

Reisverslag Les Menuires – Een topweek van 13 tot 22 januari 2017



Op vrijdagmiddag 13 januari vertrokken we om vijf uur met de bus richting de Franse Alpen. De opstapplaats van de bus was weer comfortabel in Hilversum Kerkelanden. Dat was een prettige plek om op te stappen en parkeren kon gratis en redelijk veilig in de woonbuurt.

Na een sneeuwrijke tocht door Luxemburg kwamen we de volgende ochtend om half negen aan bij ons hotel Le Menuire. Zij ontvingen ons met een lekker uitgebreid ontbijt. En daarna snel omkleden en... skiën maar.



Na een uitgebreide lunch



Hoe kan dat nou..?

Er was wat verse sneeuw gevallen en de weersverwachting was veel kou en zonnig. Zoals de foto's laten zien is dat volledig bewaarheid.



(foto's: Ronald Heemskerk)

SneeuwFit-trainingen

SneeuwFit is een trainingsprogramma voor het verbeteren van spierkracht en uithoudingsvermogen. Met de trainingen SneeuwFit heb je een optimale voorbereiding op de wintersport. Je traint juist die spieren waarvan veel wordt gevraagd tijdens de wintersport, zodat je straks soepel de berg af gaat en minder kans op blessures hebt. De trainingen zijn bedoeld voor zowel de beginnende als de gevorderde wintersporter. Naast specifieke training voor de wintersport, verbetert het de algemene conditie. Dus ook als je niet op wintersport gaat is SneeuwFit een goede en gezonde training en zorgt het dat je veel calorieën verbrandt.

Onder begeleiding van onze professionele en enthousiaste docenten heb je zowel in de zaal als ook buiten een gevarieerd programma, waarbij de techniek, maar zeker ook de gezelligheid, volop aandacht krijgt.

In totaal krijg je 18 lessen in de zaal waarbij verschillende fysiologische aspecten van het lichaam aan bod komen, zoals uithoudingsvermogen, spierkracht en lenigheid.

Elke les bestaat uit een warming-up, spier-oefeningen, ski-imitatie-oefeningen (voor 90% op muziek) en tot slot een cooling-down.

Wij hopen dat je na deze trainingen nog meer kunt genieten van de wintersportvakantie.

Belangstelling?

Meld je dan direct aan bij een van de docenten. Dit kan telefonisch of per e-mail.

Start cursussen: In de week van 26/09/2016

Laatste les: In de week van 13/02/2017

Herfstvakantie: In overleg

Kerstvakantie: In overleg

Buitentraining: Start 6/11/2016

Laatste buitentraining: 12/02/2017



Cursusprijs

Alleen binnen: € 105,—

Alleen buiten: € 55,—

Binnen + buiten: € 140,—

Locaties SneeuwFit training

Laren

Dinsdag

Gooische School, Oud Blaricummerweg 21a
19:00-20:00 uur

Docente: Ankie Bruls

Hilversum

Maandag

A. Roland Holst College, Jonkerweg 20
20:00-21:00 uur

Docente: Colinda Oloff

Woensdag

A. Roland Holst College, Jonkerweg 20
20:00-21:00 uur

Docente: Colinda Oloff

Hilversum / Laren

Zondag - Buitentraining

St. Janskerkhof, Hilversumseweg, Laren
09:30-10:30 uur

Docentes: Ankie Bruls en Colinda Oloff

Docenten Sneeuwfit training

Ankie Bruls

Telefoon: 035 538 0566

E-mail: ankiebruls@ziggo.nl

Colinda Oloff

Telefoon: 06 55 96 45 23

E-mail: colinda.olff@gmail.com

LET OP!

Wilt u na de krokusvakantie uw conditie verder op peil houden, informeer dan naar de mogelijkheden bij Colinda Oloff.

Buientrainingen

De laatste officiële buientraining is op zondagmorgen 12 februari 2017. Maar officieus gaat de training door tot eind maart.

Daarna verhuist de buientraining naar de maandagavond in het Corversbos.

Start/vertrek om 9.30 uur vanaf het Sintjanskerkhof.

Info: Hanny May, tel. 035-6211207.

Er is op **zondagmorgen** het hele jaar door ook altijd een groepje wandelaars en/of Nordic walkers, die vanaf het Sintjanskerkhof van 09.30 tot 10.30 uur lekker door het bos en over de hei stappen.

Verder is er speciaal voor geoefende Nordic walkers nog een training op **donderdagmorgen**. Vertrek om 10.00 uur vanaf het parkeerterrein bij 't Hooge Erf, Hoge Vuurseweg 11, Lage Vuursche.

Met elkaar kan men dan weer zijn best doen om de conditie op peil te houden.



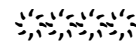
Après-ski

De eerste après-ski-avond van 2017 werd druk bezocht.

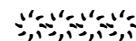
We hebben met het heffen van een glas bubbels elkaar al het goede voor een gezond en voorspoedig nieuwjaar toegewenst.



Lachen is gezond



Maak je niet dik.
Tegen de zomer passen ze weer.



Reizenprogramma 2017

De skireizen die nog op het reizenprogramma 2017 staan, gaan naar de volgende bestemmingen:

Canazei	SkiGooiReis	per bus
vertrek	vrijdag 10 maart	
retour	zondag 19 maart 2017	
Lech	SkiGooiReis	eigen vervoer
begin	zaterdag 11 maart	
einde	zaterdag 18 maart 2017	

Verblijf

Het verblijf in de reisbestemmingen is standaard op basis van halfpension in een comfortabel 3/4-sterrenhotel in één tweepersoonskamer. Reizigers die zich als 'single' aanmelden, hebben de keuze te opteren voor verblijf in een tweepersoonskamer, of voor een 1-persoonskamer. Plaatsing is dan wel afhankelijk van de beschikbaarheid van een kamerdeur respectievelijk van een 1-persoonskamer

Skiën

Er wordt groepsgewijs geskied in een ontspannen sfeer onder begeleiding van een ervaren voorskiër, die het skigebied goed kent. Het skiën wordt afgewisseld met een koffie- en een lunchpauze en afgesloten met een ski-après op terras in de zon of binnen bij de open haard! 's Avonds wordt er als groep gedineerd.

Vervoer

Het vervoer naar Canazei gaat per Royal Class bus. Men kan er voor kiezen naar die bestemmingen te reizen met eigen vervoer.

Op de reissom van de reis naar Canazei vervallen dan de vervoerskosten. De reis naar Lech is op basis van eigen vervoer. In onderling overleg wordt zoveel als mogelijk carpooling geregeld.

Reissom

De reissom is standaard opgebouwd uit de verblijfskosten op basis van half pension, de vervoerskosten, de prijs van de skipas alsmede toeslagen voor de organisatiekosten en de fooienpot.

Aanmelding voor de reizen

Deelname aan de reizen is mogelijk voor leden van Skivereniging Het Gooi, de Nederlandse SkiVereniging en alle bij de Nederlandse SkiVereniging aangesloten regionale skiverenigingen.

Aanmelding voor de reizen uitsluitend door het insturen van het aanmeldingsformulier naar de reizencommissie.

Het aanmeldingsformulier is te downloaden van de website www.skigooi.nl of kan op telefonische aanvraag worden toegestuurd.

Namens de reizencommissie:

Frits Misset, telefoon 035-6238480

Yvonne Haye, telefoon 035-6243931

E-mail: reizen@skigooi.nl

Vrijdag 10 maart - zondag 19 maart 2017 Italië - Canazei - Dolomieten

Canazei ligt centraal in de Dolomieten aan de bekende Sella Ronda en in de nabijheid van de Marmolada (3343 m).

Vanuit Canazei kan iedere dag naar een andere bestemming worden geskied. Naar Lagazuoi, via Pralongia en Armentarola. Naar de Marmolada via Malga Chiapella. Naar de Seiseralp (eerst per bus door een schitterend natuurgebied). Naar het Annatal via Col Raiser en Seceda (lunch bij Anna). Naar Pedraces via La Villa. Naar Alba met Pera en Possa di Fassa.



Hotel Il Caminetto www.unionhotelsCanazei.it

is al enige jaren ons onderkomen in Canazei. Het is een 3 sterrenhotel met een plezierige Italiaanse ambiance en een goede gastronomie. Eénpersoonskamers zijn zeer beperkt beschikbaar en alleen op aanvraag te verkrijgen.

Prijs per persoon houdt in:

- * vervoer per Royal Class touringcar
- * een 7-dagen skipas Dolomiti Superski
- * toeslagen reisorganisatie en fooienpot
- * 7 overnachtingen o.b.v. half-pension in een
 - 2-persoonskamer algemeen € 877
 - 2-persoonskamer superieur € 947
 - 3-persoonskamer superieur € 872
 - 1-pers.kamer (gering beschikbaar) € 947
- * korting eigen vervoer € 110
- * korting skipas 6 dagen i.p.v. 7 dgn € 16
- * korting skipas (geboren vóór 26-11-1951) € 30

Let op !

Dit zijn vroegboekprijzen die gelden bij boeking vóór 30 oktober 2016.

Zaterdag 11 mrt - zaterdag 18 maart 2017 - Oostenrijk - Lech - Arlberg

Arlberg www.skiarlberg.at, omvattend de ski-gebieden van Lech www.lech-zuers.at, Zug, Zürs, Warth-Schröcken en Sankt Anton, is één van de grootste ski-arena's van Oostenrijk. Het gebied is uitermate sneeuwzeker. Tot in april zorgen oceaandepressies voor sneeuwval. In totaal staan de skiër 97 liften en 340 km aan pistes ter beschikking voor gevarieerde dagtochten. Het gebied van Lech en Zug leent zich ook uitstekend voor een winterwandelvakantie.



Hotel Alt-Hubertus www.alt-hubertus.at is een goed gewaardeerd onderkomen gebleken. Het 3-sterrenhotel biedt een goede accommodatie en gastronomie. Het heeft wellness voorzieningen, een zonneterras en een eigen parkeergarage onder het hotel (gratis). De Schlosskopplift bevindt zich vlakbij het hotel.

Pension Kilian www.kilian-lech.at ligt 50 m verwijderd van Hotel Alt-Hubertus en biedt eveneens goede accommodatie. De deelnemers die in het pension verblijven, gebruiken het diner tezamen met de groep in hotel Alt-Hubertus.

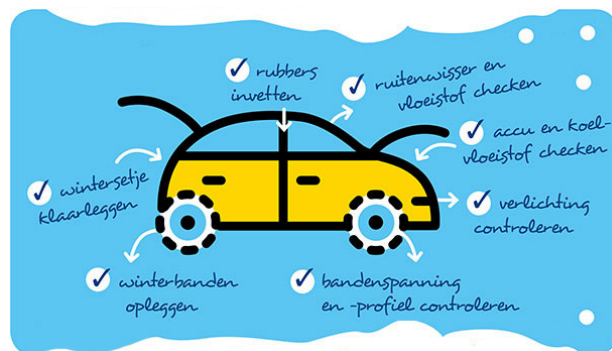
Deelnemers reizen op eigen gelegenheid naar Lech.

Prijs per persoon houdt in:

- * toeslagen reisorganisatie en fooienpot
- * 7 overnachtingen o.b.v. half-pension in een
 - 2-persoonskamer € 878
 - 3-persoonskamer met twee gescheiden slaapgedeelten € 825
 - 1-persoonskamer in pension Kilian € 865

Deelnemers kopen zelf een skipas:

6-dagen skipas	€ 262
- geboortjaar 1943-1952	€ 227
7-dagen skipas	€ 295
- geboortjaar 1943-1951	€ 255
Senioren activ skipas (seizoenspas) (geboortjaar 1942 of eerder)	€ 120
Wandelaarspas, geldig 7 dagen voor de meeste liften	€ 107



Denk er bij alle reizen over na om een reis- en annuleringsverzekering af te sluiten!

Bekijk ook onze Reisvoorwaarden op:

<http://www.skigooi.nl/Reisvoorwaarden.html>



FIETSWEEKEND 2017

Hallo fietsliefhebbers van onze vereniging. Het organiseren van het fietsweekend in 2017 is in volle gang.

Alie Hakkert en Carlo van der Werf hebben zich gemeld om dat te doen.

Na enig uitzoekwerk en onderhandelen gaan we in 2017 fietsen op 15, 16 en 17 september in Ommen in het Overijsselse Vechtdal.

Ommen is een mooie uitvalsbasis voor een actief weekendje weg. Het ligt midden in het Vechtdal van Overijssel: een prachtig gebied met bossen, landgoederen, heidevelden en pittoreske dorpjes, zoals Lemele, Vilsteren, Arriën, Arrierveld, Archmen, Beerze, Beerzerveld, Besthmen, Dalmsholte, Eerde, Giethmen, Hoogenraven, Junne, Vinkenbuurt, Nieuwebrug, Ommerschans, Stegeren, Varsen en Witharen.. Een ideaal vertrekpunt dus om eindeloze fietstochten te maken.

De ligging van het hotel in Ommen is ideaal.



Het NS-station ligt op loopafstand, het centrum van Ommen ligt om de hoek en op 800 meter lopen staat u aan de oever van de rivier De Vecht.

De Vecht baant zich al kronkelend een weg door het schitterende landschap en passeert pittoreske dorpjes, landgoederen, bossen en heide.

Een landschap waarin vervlogen tijden bewaard zijn gebleven en waar u nog volop ruimte en rust vindt. Een gebied dat zich uitstekend leent voor een stevige fietstocht.

Het hotel is bijna onderdeel van het eeuwenoude Laerbos. De naam van het hotel is de naam van een winnaar van de Friese Elfstedentocht uit de vorige eeuw. Het hotel heet...? Weet u het al?

Het hotel beschikt 's morgens over een verwarmd binnenzwembad. Tegen betaling is er ook een Finse sauna, een infraroodcabine, een bubbelbad en een schoonheidssalon.

De hotelkamers hebben een moderne inrichting, zithoek en overal in het hotel is gratis Wi-Fi.

Er is voldoende parkeergelegenheid, het hotel verhuurt fietsen en beschikt over een afgesloten fietsenstalling.

De prijs per persoon proberen we onder de € 200,- te houden voor een 2-persoonskamer. Er is een beperkt aantal 1-persoonskamers beschikbaar die € 20,- meer kosten. De kamers zijn in optie tot 20 februari 2017, daarna alleen op aanvraag. Dus snel aanmelden strekt tot aanbeveling.

U kunt zich aanmelden per e-mail bij Alie Hakkert (AlieHakkert@gmail.com) en tevens € 25,- als aanbetaling storten op het rekeningnummer van de Penningmeester van de Skivereniging Het Gooi (NL64 RABO 0388 2962 08) o.v.v. FW2017.

Carlo van der Werf en Alie Hakkert
e-mail: AlieHakkert@gmail.com

Let op:

Het fietsweekend is waarschijnlijk al volgeboekt. Bij aanmelding komt u op de reservelijst.

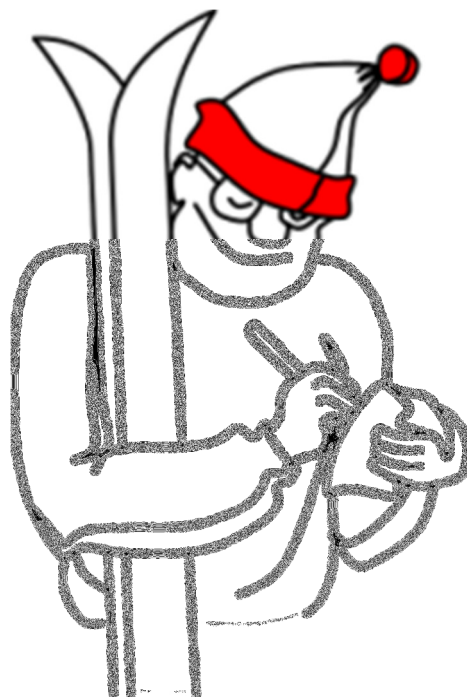
Rolski-/skike- en skatenieuws

Rolskiën/skiken

De rolskitochtjes gaan het hele jaar door.
Gevorderde langlaufers kunnen zo meedoen.

Kijk voor de planning van alle tochtjes in de kalender op deze pagina.

De vertrekplaatsen staan tijdig op de website.
Er gaan tegenwoordig ook skikers mee.



Skaten/skeelers

Er is op dit moment nauwelijks interesse voor de skategroep.

Zoals gewoonlijk worden de tochtjes op donderdagavond gehouden.

Wil je liever op een andere avond gaan skaten, dan kan dat natuurlijk aangepast worden.

Laat me weten of je belangstelling hebt om weer mee te doen.

Informatie over rolskiën of skaten krijg je van Hanny May (035-6211207) en zie ook

www.skigooi.nl.



Kalender 2016/2017

12-02-2017	Laatste officiële buitentraining
31-03-2017	Après-ski-avond
13/14-05-2017	Viering 45-jarig bestaan
15/17-09-2017	Fietsweekend Ommen

Commissies

Langlaufen/Rolskiën/Skaten

Hanny May
Bert van Straten

Reizen

Yvonne Haye
Frits Misset (coördinator)

ULLR nieuwsbrief/website

Ronald Heemskerk
Hanny May
Barbara Heemskerk

Speciale evenementen

Vacature

OPLOSSING VORIGE WOORDZOEKER

Oplossing van de Woordzoeker in de ULLR Nieuwsbrief van december 2016 luidt:

Er is veel geraas om Zwarte Piet en Sinterklaas

NIEUWE WOORDZOEKER: Veiligheid en voorbereiding...

Hieronder volgt de nieuwe puzzel.

Alle woorden staan kriskras in het letterveld, horizontaal, verticaal, diagonaal of achterstevoren.

Als alle woorden zijn weggestreept, vormen de overgebleven letters achter elkaar in de leesrichting de oplossing.

G	V	E	R	G	N	I	T	S	U	R	T	I	U	E	N	G	O	E	D
N	E	M	E	N	I	S	C	U	S	S	K	I	K	L	E	D	I	N	G
I	I	V	K	I	E	V	O	O	R	G	N	I	D	N	I	B	I	K	S
L	L	E	O	R	A	C	G	N	I	R	U	O	T	N	E	K	E	R	B
E	I	R	E	E	B	L	B	E	S	K	I	O	E	F	E	N	I	N	G
O	G	W	F	K	L	E	S	T	R	A	A	W	P	O	G	R	E	B	R
K	H	O	E	E	N	S	S	R	H	E	W	I	E	D	I	D	N	E	G
R	E	N	N	Z	E	T	T	C	I	C	S	I	L	I	N	B	I	E	L
E	I	D	I	R	N	E	D	E	H	G	I	D	N	A	T	S	M	O	A
D	D	I	N	E	E	L	E	P	M	E	P	R	T	D	V	I	N	G	R
N	G	N	G	V	O	N	R	I	I	P	R	R	E	O	D	E	B	J	K
O	I	G	E	S	H	E	U	L	V	S	E	M	O	B	O	I	G	M	O
W	P	N	I	I	C	S	S	R	O	P	T	R	I	T	R	E	C	N	A
S	S	I	T	E	S	R	S	E	P	O	W	E	A	N	E	E	N	H	O
E	V	R	C	R	D	E	E	A	V	A	Z	E	R	T	G	C	E	I	T
I	L	E	E	L	N	H	L	I	A	G	E	G	W	E	U	I	T	W	N
R	U	K	P	T	A	K	B	R	L	E	S	T	E	L	G	U	E	I	R
V	C	R	S	C	H	A	D	E	F	O	R	M	U	L	I	E	R	V	E
A	H	A	N	S	N	E	E	U	W	B	L	I	N	D	N	K	L	A	N
T	T	M	I	G	N	I	D	E	L	K	R	E	D	N	O	I	I	S	E

AMBITIE

BERGOPWAARTS

BESCHERMING

BLESSURE

BREKEN

GEVOELSTEMPERATUUR

GIPSVLUCHT

HANDSCHOENEN

HERSENLETSEL

INLEGZOO

INSPECTIE

KLAPPERTANDEN

LETSEL

MARKERING

OMSTANDIGHEDEN

ONDERKLEDING

ONDERKOELING

ONGEVAL

PISTEREGELS

PROTECTIE

REISVERZEKERING

REISVOORWAARDEN

REKOEFFENING

SCHADEFORMULIER

SKIBINDING

SKIKLEDING

SKIOEFENING

SNEEUWBLIND

TOURINGCAR

UITRUSTING

VEILIGHEID

VERWONDING

VRIESWOND

WEERBERICHT

WINDDICHT