

ULLR-Nieuwsbrief

Vormgeving: Barbara

SEPTEMBER 2022

Van de redactie

Hierbij weer een uitgave van onze Nieuwsbrief. Deze staat op de website: www.skigooi.nl. Om de Nieuwsbrief te bekijken klik op de volgende link: www.skigooi.nl/nieuws/nieuwsbrief.

In deze Nieuwsbrief een kort fotoverslag van de fietsmidweek in Nunspeet.

Verder onder andere informatie en nieuws over het komende indoor SneeuwFit-programma, informatie van de Reizencommissie over de stand van zaken voor de nieuwe reizen en verder de overige activiteiten.

Wij hopen iedereen weer op de après-ski-avonden te ontmoeten. De eerste van dit seizoen wordt gehouden op 30 september a.s.

Redactie en vormgeving

Barbara Heemskerk
redactie@skigooi.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

Inhoudsopgave

Van de redactie	1
Bestuur	1
Van de voorzitter	2
In Memoriam Hans Tap	4
Fietsdagen 2022 Nunspeet	5
Reizen 2023	6
Sneeuwfit indoortraining 2022-2023	9
Nordic walking, wandelen en rolskiën	10
Kalender 2022/2023	10
Commissies	10

Bestuur

Voorzitter: F.J. Misset
voorzitter@skigooi.nl

Secretaris: Mw. J.C. Bloemendaal
secretaris@skigooi.nl

Penningm.: R. Heemskerk
penningmeester@skigooi.nl

Van de voorzitter



Terwijl ik dit schrijf, valt de regen al de hele (zon)dag gestaag naar beneden. Dat hebben we al heel lang niet meer meegemaakt. Zeker 4 maanden achtereen hadden we het iedere week druk met het maken van uitgaansplannen. Met mooi weer wil je toch niet thuisblijven? Je rustig bezighouden met het lezen van een goed boek, al luisterend naar mooie muziek, dat kan toch altijd nog in de winter?

Zonneschijn wekt ons op naar strand, water, bos en heide te gaan. Om te fietsen, te wandelen, te zwemmen, te zeilen met als beloning een consumptie op het terras van een uitspanning. Gelukkig houden de meeste mensen daarvoor het verblijf in duin, bos en heide kort. De echte natuurliefhebber hoeft daardoor niet te vrezen voor het in file lopen met een rust verstorende massa. Tenzij het natuurgebied een uitlaatgebied is van honden.

Ga vooral op een mooie zondag niet wandelen over de Hoorneboegse heide. Het is een gehus van jewelste. Hele roedels onaangelijnde honden mogen er uitgelaten worden. Neen: 'ze bijten niet'. En: 'ze springen ook niet met hun vuile poten zomaar tegen je op'. De baas of bazin kijkt hoogst verbaasd als het gebeurt. 'Dat doet ie nooit'. Zeg er niets van, want dan gaat de baas of bazin je bijten met een grote bek.

Als oorzaak van de coronapandemie werd een geboortegolfje voorspeld. Ik heb nog nergens gelezen hoe hoog die golf is geworden. Het wordt overigens wellicht ook tijd daartegen

klimaatbeleid te gaan voeren, als wij niet overspoeld willen worden.

Ik heb gelezen, dat het aantal hondenbezitters in coronatijd drastisch is toegenomen. De behoefte aan knuffelen met een aanhankelijk wezen speelde de mens in de quarantaine parten. Nu is het goed opvoeden van kinderen voor een aanzienlijk deel van de bevolking al eeuwen een moeilijke opgave, die van honden is niet minder gemakkelijk.

De coronapandemie heeft dus geleid tot een hausse aan impulsaankopen van honden. De aankoop werd vaak gedaan op basis van eisen, niet anders dan die bij aankoop van een auto. Het moet je status uitstralen en je moet er vooral mee opvallen tussen al die andere hondenbezitters. Het probleem waar velen nu vroeg of laat voor komen te staan, zijn de onderhoudskosten. Ook honden worden ziek. Krijgen kanker, hartkwalen of osteoporose. De medische zorg van een hond is echter net zo duur als die van mensen.

De eerste klagelijke verhalen van hondenbezitters, dat ze door de hoge energierekening geen geld meer hebben voor hondenvoer, hebben de media reeds bereikt. Dumping van honden valt de komende tijd te verwachten.

De beslissing, om de jaarlijkse fietstocht te verplaatsen van het weekend naar de midweek, is een goede gebleken. Hoe rustig was het op de fietspaden. Slechts af en toe kwam het peloton tegenliggers tegen. Die hadden meestal ook grijze koppen. Voor de veiligheid stapten zij af om ons met gejuich ruim baan te geven. Niemand is daardoor gevallen.

Alweer jaren geleden introduceerde ik de ski-helm in de vereniging. Het leverde veel commentaar op. Leden verklaarden, dat als een helm verplicht zou worden, ze zouden stoppen met skiën. Vier jaar later skiede, op één lid na, iedereen met helm. Onder de dertig deelnemers aan de fietsmidweek zag ik helaas slechts een klein aantal met helm. Gelet op de gevorderde leeftijden van de deelnemers en het gebruik van een e-bike een bedenkelijke zaak. Hersenbeschadigingen als gevolg van het vallen met een e-bike nemen drastisch toe.

Zelf had ik een helm meegenomen, om het dragen ervan te promoten. Als voorzitter is het immers je taak veiligheid te promoten. Een lid raakte onmiddellijk gecharmeerd van mijn helm. Je zult begrijpen, dat mij dat warme gevoelens gaf. Wie weet, rijdt volgend jaar iedereen met een helm.



Het waren gezellige fietsdagen met mooie fietsroutes. Hulde aan het organiserend comité Stephanie, Yvonne en de routedeskundige.

De laatste tijd wordt er in het publiek debat veel gesproken over sociale verbinding waar het volk naar snakt. Die is door de welvaart en het gegroeide egocentrisme sterk afgenomen. Welnu, ik heb wederom kunnen constateren, dat dat niet geldt voor onze vereniging. Houden zo!

Dat was het dan voor deze keer. Ik ga nu weer verder lezen in het boeiende nieuwe boek van de vooraanstaande primatoloog Frans de Waal: 'Anders'. Hij laat je weten, dat het helemaal niet zo is, dat ons gedrag zuiver en alleen valt te herleiden tot die van de chimpansees. Dat het natuurlijk is dat mannen superieur zijn aan vrouwen, omdat zij meer spiermassa en iets meer hersenvolume hebben. Dat het fout is te denken, dat vrouwen minder intelligent en

zwakker zijn dan mannen en daarom slechts aanspraak kunnen maken op het aanrecht. Dat er eeuwen zo gedacht kon worden door mannen, vindt zijn verklaring in het feit, dat de mens de bonobo-mensaap pas in de vorige eeuw heeft ontdekt en bestudeerd. De bonobomensapen leven namelijk in de bomen en de chimpansees op de grond. Hun samenlevingsgedrag is daardoor moeilijker te bestuderen. Uit DNA-onderzoek is gebleken dat wij echter zowel van de chimpansees als de bonoboos genen in ons DNA hebben.



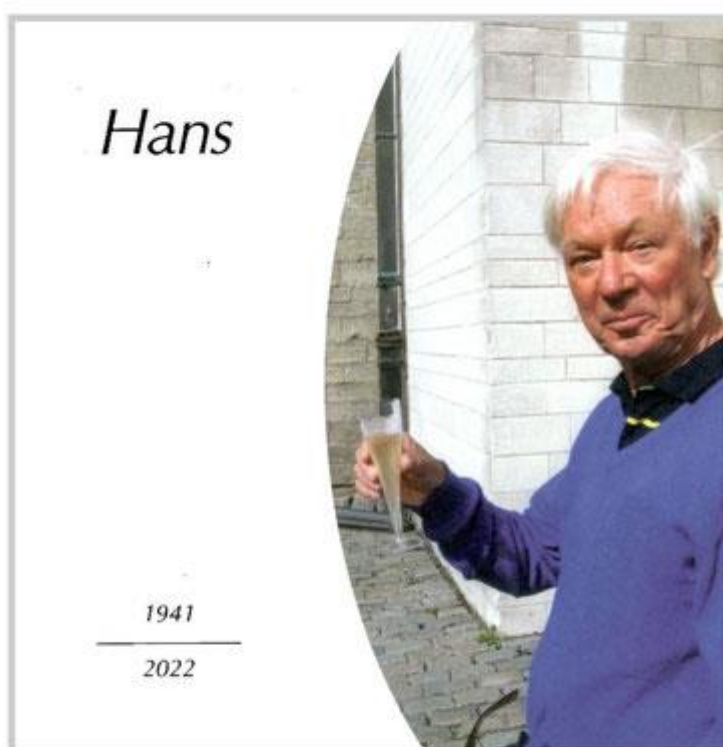
Bij de bonoboos zijn de vrouwtjes dominant, maar niet op een agressieve wijze, zoals de mannetjes dominant zijn bij de chimpansees. Gelukkig is het gedrag van de meeste mensen meer des bonoboos, dan des chimpansees. Maar helaas weten wij de geldingsdrang van alfamannen nog veel te weinig te beteugelen. Het aantal landen met een autoritaire leider neemt nog jaarlijks toe. Geef vrouwen daarom steeds vaker de touwtjes in handen. Een voorbeeldige vrouw is ons helaas zojuist ontvallen.

Frits Misset

(Lief en) Leed

In memoriam Hans Tap

*Ondanks zijn fysieke tegenslagen heeft hij
Strijdlustig als hij was, alles uit het leven gehaald.
Hans was een aimabel mens die kans zag te genieten
van de kleine dingen in het leven.
Hij had een brede belangstelling.
Hans was bovenal geïnteresseerd
In het wel en wee van zijn dierbaren.
Het is goed zo.*



Wij ontvingen het droeve bericht dat Hans Tap is overleden. Hans was ondanks zijn fysieke beperkingen een enthousiast deelnemer aan onze reizen en andere activiteiten.

De laatste periode van Hans zijn leven is voor niemand makkelijk geweest. Wij zullen ons Hans blijven herinneren als iemand die in alles wel iets positiefs zag en altijd vrolijk was.

Wij wensen Myrna en de verdere familie veel sterkte.

Het bestuur van SkiGooi



Kort fotoverslag fietsmidweek 2022 in Nunspeet

Hierbij een oproep aan de deelnemers van de fietsmidweek in Nunspeet om in een paar regels te beschrijven hoe het ervaren is, eventueel vergezeld van foto's (redactie@skigooi.nl). In de volgende Nieuwsbrief zullen die dan gepubliceerd kunnen worden. De weergoden waren ons in ieder geval goed gezind. Er was weinig tegenwind en we kregen maar één buitje regen, die we onder grote bomen hebben afgewacht. Er was voldoende lekkers. En er was anderhalve (!) leuke band van Carlo en David.



Skireizen seizoen 2023



Enthousiastelingen gevraagd

Loop je al tijden met goede ideeën voor de organisatie van een wintersportreis, dan nodigt de reizencommissie je uit om van gedachten te wisselen.

Reizenprogramma 2023

In 2023 staan de volgende reizen gepland.

- januari: Les Menuires - Les Trois Vallées - Frankrijk met Royal Class touringcar of eigen vervoer en overnachting in een chalet;
vertrek vrijdag 13 januari 2023
terug zondag 22 januari 2023
- februari: Corvara – Dolomieten - Italië met First Class touringcar of eigen vervoer en in hotel.
vertrek vrijdag 10 februari 2023
terug zondag 19 februari 2023

In verband met beperkte beschikbaarheid is het dringend gewenst, dat men zich zo spoedig mogelijk meldt bij de Reizencommissie.

Naast deze SkiGooi-reizen willen we graag ook de volgende reis onder de aandacht brengen.

- februari: Lech - Arlberg - Oostenrijk met eigen vervoer.
Een groepje leden gaat privé naar Lech; in overleg kan men zich aansluiten.

Frankrijk, Les Menuires - Les 3 Vallées *Onder voorbehoud - Busreis of eigen vervoer* Vrijdag 13 t/m zondag 22 januari 2023

Het appartement is van recente bouwdatum en heeft een uitstekende ligging. Het ligt aan de centrale piste La Croisette en onder de lift Le Doron.



Faciliteiten:

- aan de piste en naast skilift;
- skibus voor de deur;
- centrum op loopafstand;
- horeca in de buurt;
- wellness;
- zeer mooie en ruime appartementen;
- bedden opgemaakt bij aankomst.

Les Menuires ligt op 1800 m centraal in het skigebied Les Trois Vallées (L3V). Het is het grootste skigebied van de wereld met 200 skiliften en meer dan 300 pistes, met een totale lengte van 600 km, bieden de mogelijkheid iedere dag een andere gevarieerde skitoer te maken. Het hoogtebereik loopt van 1300 tot 3230 meter. In afgelopen jaren is Trois Vallées gebleken in januari een sneeuw- en zonzeker skigebied te zijn. Bovendien is het dan zeer rustig skiën op de vele pistes. Dit maakt het skiën voor senioren aantrekkelijk. Vanaf de leeftijd van 75 jaar is het skiën zelfs gratis. Voor logies is wederom gekozen voor Chalet-Appartement Montagnettes Le Hameau De La Sapinière. Het appartementencomplex ligt direct aan de piste Croisette. De kamers zijn geschikt voor één of twee personen.

De kamerhuur is afhankelijk van grootte oppervlak en wel of niet eigen douche. De huur per kamer komt op circa € 350 - 550 ongeacht het aantal slapers.

Er wordt gezamenlijk ontbeten, waarvoor boodschappen wordt gedaan bij de naburige supermarkt. De kosten worden omgeslagen (ca € 80). 's-Avonds wordt er gedineerd in een naburig restaurant. Ieder naar eigen wens en op eigen kosten.

Afhankelijk van het aantal deelnemers kunnen er meerdere appartementen worden gehuurd. Daarom is het belangrijk tijdig te weten hoe groot de belangstelling is.

Prijs per persoon omvat

- vervoer per Royal Class touringcar € 180. In overleg is eigen vervoer mogelijk;
- 7 overnachtingen in Le Hameau De La Sapinière; € 350-550
- 6-daagse skipas - 75 jr of ouder gratis;
- toeslag fooienpot; € 10,-
- toeslag reisorganisatie.

Skipas

6-dagen Trois Vallées volwassene ca. € 390,-.
Ben je 75 jaar of ouder, dan ski je gratis.

Corvara - Dolomieten - Italië

Onder voorbehoud - Busreis of eigen vervoer
Vrijdag 10 t/m zondag 19 februari 2023

Corvara ligt centraal in de Dolomieten aan de bekende Sella Ronda. Vanuit Corvara kan iedere dag naar een andere bestemming worden geskied. Onder andere naar Lagazuoi, via Pralongia en Armentarola. Naar de Marmolada. Naar de Seiseralm (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 La Plaza (www.laplaza.it) is het onderkomen in Corvara. Het is een 3-sterrenhotel met een plezierige Italiaanse ambiance en een goede gastronomie. Eenpersoonskamers zijn zeer beperkt beschikbaar en alleen nog op aanvraag te verkrijgen.

Prijzen

Vervoer per 1e klas skibus van Interbus circa € 200,-
7 overnachtingen o.b.v. half-pension en verblijf in:

* 2-persoonskamer standaard	€ 917,-
* 1-persoonskamer	€ 1036,-

8 dagen senioren skipas (geboren vóór 26-11-1957) € 363,-
toeslag fooienpot buschauffeurs en hotelpersoneel € 30,-
Men is er natuurlijk vrij in om in plaats van een 8-dagenpas een pas van kortere duur aan te schaffen.

Lech - Arlberg - Oostenrijk -

*Onder voorbehoud - eigen vervoer -
privé initiatief (géén verenigingsreis)*

Zaterdag 24 februari - zaterdag 3 maart 2023

Arlberg omvat de skigebieden van Lech, Zug, Zürs, Warth-Schröcken en Sankt Anton. Het is één van de grootste ski-arena's van Oostenrijk. Het gebied is uitermate sneeuwzeker. Tot in april zorgen talrijke oceaandepressies voor sneeuwval. In totaal staan de skiër ca. 100 liften en ca. 350 km aan pistes ter beschikking voor gevarieerde dagtochten. Het gebied van Lech en Zug leent zich uitstekend voor winterwandelen.

Sinds 2019 organiseert Skivereniging 't Gooi geen reis meer naar Lech. Een kleine groep individuele Lech-gangers heeft in maart 2019 volop genoten van een zonnige week in Lech met zeer veel sneeuw. De bedoeling was de reis in 2020 en 2021 te herhalen, maar helaas stak Covid-19 daar een stokje voor. Van 12 tot 19 maart 2022 heeft de reis weer plaatsgevonden, maar omdat de sneeuwkwiteit later in het seizoen snel minder wordt, is voor seizoen 2023 besloten de reis eerder te laten plaatsvinden, namelijk van 24 februari tot 3 maart. Een kerngroep heeft inmiddels gereserveerd in Hotel Alt Hubertus.

De groep stelt zich open voor aansluiting van (ver-)gevorderde skiërs met gelijkwaardige techniek en conditie. Als er interesse is om zich bij die deelnemers aan te sluiten, dan kan de reizencommissie daarin bemiddelen ([mail](#)). Deelnemers reizen op eigen gelegenheid naar Lech. In onderling overleg worden afspraken gemaakt over car-pooling.

Hotel Alt-Hubertus is een gewaardeerd onderkomen gebleken. Het 3-sterrenhotel biedt een goede accommodatie en een uitstekende gastronomie. Het hotel heeft een vernieuwde wellness-ruimte, gratis parkeergelegenheid, gratis wifi en een terras. De Schlosskopflift bevindt zich vlakbij het hotel.



Kijk voor meer informatie op de website van hotel Alt Hubertus.

Disclaimer

Deze reis is een privé initiatief van een groep Lech-liefhebbers. De reis valt NIET onder de verantwoordelijkheid van Skivereniging 't Gooi. De vereniging ondersteunt het initiatief van harte door middel van berichtgeving en door op te treden als contactpersoon.

Aan de slag met Colinda



SneeuwFit-indoortraining 2022-2023

Ha lieve sporters, hoe gaat het met u?
Ik hoop gezond, fit en gelukkig!

U kunt zich weer inschrijven voor de trainingen.....Yesssssss.

Maandag 26 en/of woensdag 28 september
gaan we weer van start!

Ik ben er weer helemaal klaar voor!
Ik ga u inspireren met nieuwe muziekjes,
oefenvormen en materialen.
Doet u weer mee?

Wat kunt u verder verwachten?

18 trainingen (t/m 19 februari 2023), waarbij
verschillende fysiologische aspecten van het
lichaam aan bod komen om u zo goed mogelijk
voor te bereiden op uw wintersportvakantie,
een andere sportieve prestatie, gewoon voor
een lekker fit lijf of voor de gezelligheid!

Train vooral op uw eigen niveau!

Het kan écht! Het is voor iedereen mogelijk om
mee te doen.

U kunt wederom een diversiteit aan oefen-
vormen én materialen verwachten.

U bent van harte welkom

Maandag van 20.00-21.00 uur
en/of

woensdag van 20.00-21.00 uur.

In het gymnastieklokaal van het A. Roland Holst
College, Jonkerweg 20 te Hilversum (tegenover
de hoofdingang van het Roland Holst College
aan de Jonkerweg).

Kosten

- 120,- euro (1x in de week trainen)
- 200,- euro (2x in de week trainen).

U mag dit bedrag van te voren overmaken op
NL27 SNSB 0906 0808 43 t.n.v. Colinda Olf.
Of contant betalen in de zaal.

Ik hoop dat u er weer bij bent dit jaar! Laat u
mij dit even weten?

Voor nu blijf gezond, blijf bewegen en tot
26 of 28 september!

Tot snel dus!

Lieve groet
van

Colinda Olf

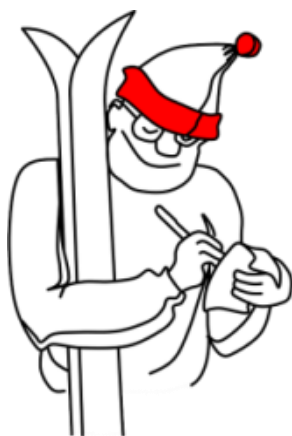
Telefoon: 06 55 96 45 23

E-mail: colinda.olff@gmail.com

Aansprakelijkheid

Skivereniging 't Gooi is niet verantwoordelijk voor
inhoud, programma, deelnemersadministratie en
financiën van de SneeuwFit trainingen.

Omdat de vereniging van mening is dat een goede
voorbereiding op de wintersport noodzakelijk is,
ondersteunen wij het SneeuwFit-programma in de vorm
van mededelingen op de SkiGooi website en in de
Nieuwsbrieven.



Nordic walking, wandelen en rolskiën



Het hele jaar door kan men in groepjes deelnemen aan de volgende buitenactiviteiten. Nordic walking en wandelen: contactpersonen Jan Pieter Smittenaar ([mail](#)) en Bert van Straten ([mail](#)):

- zondag: start vanaf het St. Janskerkhof, Hilversumseweg, Laren van 9:30-10:30 uur
- donderdag: start vanaf theehuis 't Hooge Erf, Hoge Vuurseweg 11, Lage Vuursche. Om 10:00 uur start er zowel een iets snellere groep als een wat minder snelle groep!

Rolskiën: contactpersoon Jan Pieter Smittenaar ([mail](#)):

- dinsdag: start vanaf diverse locaties (vanaf 9.30 uur).

Kalender 2022/2023

Alle data onder voorbehoud !

2022

vrijdag 30 september - Après-ski avond
vrijdag 4 november - Algemene Leden Vergadering en après-ski avond
vrijdag 2 december - Après-ski avond

2023

vrijdag 6 januari - Après-ski avond en nieuwjaarsreceptie
zondag 8 januari - Nieuwjaarsborrel op de hei
vrijdag 13 tot zondag 22 januari – Verenigingsreis naar Les Menuires
vrijdag 10 tot zondag 19 februari – Verenigingsreis naar Corvara
zaterdag 24 februari tot zaterdag 3 maart – Reis naar Lech (individueel)
vrijdag 24 maart - Après-ski avond



Commissies

Langlaufen/Rolskiën/Skaten

Bert van Straten
Jan Pieter Smittenaar

Reizen

Frits Misset (coördinator)
Ronald Heemskerk (financiën)

ULLR nieuwsbrief/website

Barbara Heemskerk
Ronald Heemskerk