

# The Rambler

November 2014



## Reageer alstjeblieft

British Dutch Walking  
Fellowship

Uitgave 95

Dinsdag 11 november  
2014

Wij als British-Dutch Walking Fellowship (BDWF) hebben al een tijd niets van jullie gehoord, maar kijken erg uit naar jullie mails.

Het is leuk om jullie informatie te geven, maar niets is vervelender dan spam.

**Deze email is een optionele.**

**Als je hem wilt ontvangen, reageer dan met YES. Dan laten we je op de lijst.**

Als we voor 21 november niets gehoord hebben, dan halen we je van de lijst.

Jullie kunnen nog steeds jullie wandelervaringen doormailen!

Inhoud:

[Reageer alstjeblief](#)

[Herfst Update](#)

[Hi-Tec karting en](#)

[competitie](#)

[Vacature](#)

[Jullie brieven](#)

[Wedstrijd](#)

[Evenementen](#)

[Gefeliciteerd](#)

[Nuttige gegevens](#)

# Herfst Update

Het is de tijd dat de blaadjes van de bomen vallen, we ons warm aan moeten kleden, de klok een uur terug gaat en we na gaan denken over de kerstdagen. Wij denken al na over Nijmegen 2015.

We zijn aan het eind van 2014 en er zijn nog genoeg wandeltochten dus je hoeft je schoenen niet op te bergen. Laat het ons weten als jij ergens aan deelneemt.

Het bestuur is druk bezig met het plannen van volgend jaar. De lidmaatschapsformulieren en inschrijfformulieren zijn geüpdatet en worden eind november naar jullie toegestuurd. De feedbackformulieren zijn besproken en we houden hier rekening mee voor 2015.

De RAF Cosford 2 daagse en de trainingstochten in Swindon zijn ingepland. Verder hebben we de maandelijkse rambler. We hebben jullie input nodig. Laat ons weten aan welke evenementen je deelneemt en vertel ons verhalen die interessant zijn voor onze leden. De bedoeling is om van de rambler een sociaal punt te maken waar activiteiten vermeld worden en het een onderdeel van ons leven te maken.

We kijken uit naar jullie verhalen.

## Hi-Tec korting en competitie

Hier zijn de winnaars van de competitie in September op de Hi-Tec website. De prijs was een paar schoenen. De winnaars zijn:

Sarah Turrell

Christopher Staunton

John Wriglesworth

Jackie Miles

Hannah Morgan

Hi-Tec neemt zelf contact op met de winnaars.

## Vacature

Zoals jullie al weten heeft Gina Coltman haar rol in het bestuur als EHBO & Support Coordinator opgezegd. Hierom is er een lege plek in het bestuur. Darren Gray onze voorzitter gaf zijn taak als voorzitter op om de rol van EHBO & Support coördinator op zich te nemen tot de verkiezing in 2016.

Dit betekent dat er een vacature is voor de rol van voorzitter. Op dit moment heeft Katie Elliman deze van Darren overgenomen maar zij heeft ook de rol van 'Marketing, Media & Membership (UK)'.

De formele verkiezing van de voorzitter vindt plaats in 2015. Het is essentieel dat wij nu een BDWF-lid zoeken die de rol van voorzitter alvast op zich wilt nemen. De taken van de voorzitter zijn te vinden op pagina 4 van de C&R.

Als je geïnteresseerd bent in deze functie, neem dan contact op met Herman Boston.

## Evaluatie busvervoer

Wij hebben maar van acht personen de ingevulde vragenlijst ontvangen. Kunnen de mensen die het nog niet ingevuld hebben, deze alsnog invullen?

## Jullie brieven

### Dames en Heren

We hebben twee nieuwe leden, Nettie en Mel. Zij willen volgend jaar de Vierdaagse lopen en hebben toegestemd iedere maand een verslag te doen van hun training. Dit is nummer één.

Hallo, mijn naam is Nettie. Ik hoop volgend jaar de Vierdaagse te wandelen met mijn vriend en college Mel. Waarom de Vierdaagse? Dit is omdat wij cadetten er over hebben horen praten. Zij vertelden over de blaren, pijntjes, training en hun ervaring tijdens de mars. Ik had ervoor kunnen kiezen om met de cadetten mee te lopen maar ik zie het uitdaging voor mezelf, zonder verantwoordelijk te zijn voor de jongere deelnemers. Het is een egoïstisch idee, maar soms is dat nodig.

Dit jaar (2014) was een uitdaging voor Mel en mij. Wij hebben beide gewicht verloren en hebben

samen de halve marathon gelopen. Mel heeft NOOIT iets zoals dit gedaan vóór MIJ! Ik heb verschillende marathons gelopen maar heb de laatste paar jaar mijn motivatie verloren. Samen zijn wij gemotiveerd en houden we elkaar gemotiveerd. We bellen elkaar s nachts en supporten elkaar zoals we bij familie zouden doen. Wij zijn goede vrienden geworden.

Tijdens de halve marathon van Plymouth hebben we veel met elkaar gediscussieerd en hebben we elkaar goed leren kennen. Daarnaast wilden wij een nieuwe uitdaging hebben om naar toe te werken. Een optie was een triatlon, maar ik heb een hekel aan zwemmen. Toen zag ik het woord Nijmegen. Een kort bericht op Facebook, met als gevolg een reactie van John. Hij kende mij nog van de cadetten. Hierna volgde een uitgebreidere conversatie.

We hopen deel te kunnen nemen aan de Vierdaagse van 2015 en deze ook uit te lopen en zijn al begonnen met trainen. Mel is veel beter dan ik en heeft het serieus aangepakt. Ik ben er nog wat minder aan toe gekomen.

Volgende week start ik met een nieuwe baan wat betekent dat ik de komende maand niet in het land ben, maar ik heb al een plek gevonden om te trainen. Ik heb dan al vele kilometers in de benen voor ik Mel weer zie.

Tot dan – Veel wandelplezier en ik hoop een aantal van jullie in de toekomst te zien.

Nettie

Vierdaagse van Nijmegen leercurves!

Waar zal ik beginnen. Ik bedank Nettie voor de kennismaking met de Vierdaagse. Ik waarschuw je, ik zit in een soort van midlifecrisis. Toen Nettie kwam met het voorstel, kwam dat op het juiste moment.

Nu over de mars. Ik ben niet zeker of ik de vierdaagse uit ga open. Het lijkt op een persoonlijke uitdaging maar na het lezen ben de website, realiseerde ik mij dat het ook een nachtmerrie kan zijn. De verhalen van anderen laten ook zien dat het haalbaar is. Bedankt iedereen die deelneemt of de BDWF support.

De persoonlijke uitdaging start nu, met trainen... Het is allemaal zo spannend en ik wil mijn midlifecrisis uit en trainen. Het is misschien veiliger een sportauto te komen maar het wordt leuk! Mijn eerste training ooit was 3 weken geleden. Tijdens de training werd ik gedreven door pure waanzin en mijn enthousiasme en ambitie was overweldigend.

Ik had alleen tijdens het uitlaten van de hond op mijn schoenen gelopen en realiseerde mij dat het

wandelen in een zwarte spijkerbroek geen goed idee was. Deze plakke aan mijn benen. Ook voor de hond was het niet prettig. Ik heb nu geleerd mijn route te plannen, goede kleding te dragen en te zorgen dat ik zichtbaar ben. De hond heeft geleerd zich te verbergen en weigert met mij mee te gaan.

Mijn tweede uitdaging was een grotere wandeling. Ik had geleerd van mijn eerste training. Ik had een plan, ging vroeg weg, had water mee en mensen wisten waar ik was maar heb toch weer wat geleerd. Dat was het belang van goede sokken. Na vier mijl begonnen mijn voeten te branden, na zes mijl kwam de pijn en de laatste vier mijl de blaren. Als iemand met een lage pijngrens, greep ik elke kans aan om de pijn te verminderen. Het hele "wandeling" en de pijn gaven wel aan dat het niet alleen wandelen is, maar vooral een persoonlijke uitdaging!

Ik geslaagd om naar de auto te wandelen en kreeg thuis de belangrijkste les. Voortaan ook aan sokken denken! Mijn tienerzoons prikten na een lach mijn blaren door. En mijn vrienden moedigde mij aan, toonde hun sympathie en lachten ook. Ook mijn moeder toen ik het vertelde. Ik weet dat ze mij de komende acht maanden steunen en dat ik dan een basisniveau van gezond verstand heb ontwikkeld... Mel

## **Maak kennis met onze leden. Waar zijn zij nu?**

In de vorige rambler werd gevraagd waar onze leden zijn. Ik denk dat het leuk is dat hier te vertellen.

Een aantal hiervan zijn oud-leden die gestopt zijn vanwege ziekte en hiervan aan het herstellen zijn. Op deze manier hebben we toch nog contact met elkaar. Ook hebben we een aantal reünies gehad.

Ik hoop dat jullie de namen en gezichten van de volgende mensen nog kennen. Trevor Lacy (4 Nijmegen's 1988 and 1992-93-94), zijn broer Denis Lacy (2 Nijmegen's 1992-93), Pete Roberts (3 Nijmegen's), Carl Phipps (16 Nijmegen's 1990-2007), George Newby (16 Nijmegen's), Steve Davies (18.25 Nijmegen's) and myself (23 Nijmegen's).

De laatste keer kwamen wij samen met Halloween. Helaas kon Pete Roberts eerst niet omdat zijn auto stuk was (dankje paul voor de accommodatie), moest George naar het ziekenhuis voor een operatie en was Carl met vakantie in Turkije.

Maar wat hebben deze mensen de afgelopen Jaren gedaan?

### **Trevor Lacy (Bromsgrove)**

Trevor (hij is van de zeer korte broek) was behulpzaam in het regelen van deze bijeenkomsten en hierom werd de meeting in Bromsgrove gehouden. Trevor is door de molen is geweest in de afgelopen twee jaar met een immuunsysteem torpedojager DRIP's, weken van chemotherapie en proef medicatie, CT scans en ten slotte een grote operatie aan de maag en het verwijderen van een tumor. Ik ben blij te kunnen zeggen

dat hij er goed uitziet er zelfs overweegt terug te komen naar Nijmegen – hoewel nu als toeschouwer.

Hij houdt zich bezig met een bloeiende business 'Professional filmen Service' ([www.premierfilming.com](http://www.premierfilming.com)).

#### **Denis Lacy (Birmingham)**

Denis was te herkennen zijn enorme serie van pillen op het bovenste stapelbed in De Dennen. Hij werkt nog steeds op het Bourneville College in Birmingham. We proberen hem met Trevor over te halen om te komen, al is het alleen maar voor het verkopen van drank.

#### **Pete Roberts (Birmingham)**

De gene die oud genoeg zijn denken bij hem een enorme video-recorder, vergelijkbaar met de oude 'muziek-Blasters', om de duisternis van de 50 km te verbeteren. Na zijn pensioen bij BT, is Pete in eerste instantie begonnen met het geven van Engelse lessen aan niet Engelssprekende mensen. Vervolgens is hij les gaan geven in 'European Computer Driving Licence'.

#### **Carl Phipps (Birmingham)**

Carl werd 'Curly' genoemd door John Lake (van onze oude busorganisatie) omdat hij zijn hoofd kaalgeschoren had. Hij werkt nog steeds. Op dit moment bij BT Fleet in Coventry. Knie en heupproblemen in zijn judo en karatetijd, maar nu heeft hij extra tijd. Hij is nog een aantal keer naar Nijmegen gekomen om de sfeer te proeven.

#### **Steve Davies (Ipswich)**

'Slak' voor zijn vrienden, Je kunt hem zelf vragen waarom. Hij liep voor het eerst in 1991 en heeft er 15 uitgelopen voor een stop van 5 jaar en wil er vanaf 2014 weer 3 bij lopen. Nu slapen Steef en George niet meer in de sporthal maar in een B&B in Nijmegen. In de tussentijd heeft hij gewandeld in Japan (met Paul Williams), Zuid-Korea, Tsjechië en England. Ook heeft hij nu zijn pilotenlicentie.

#### **George Newby (Newcastle-on-Tyne)**

George heeft 16 keer Nijmegen voltooid en heeft het hier veel over. George en ik hebben verschillende keren samen gewandeld in Schotland (West Highland Way; Catheran Trail) en de Inca Trail in Peru.

Zoals velen van jullie weten heeft George een 'fysiek & mentaal vermoeiende periode' gehad van behandeling van darmkanker in 2009 (artikel in de 2010 juli Rambler).

Hierna werd hij gastspreker en geeft feedback vanuit het oogpunt van een patiënt voor een publiek van adviseurs, artsen en verpleegkundigen enz. op evenementen georganiseerd door de Macmillan Cancer Support.

George komt nog steeds naar Nijmegen en verleent zijn gastvrijheid bij de bus terug naar de sporthal.

#### **Paul Williams (Watford) and myself (uit Sedgley – yes 'Mo' not Birmingham)**

Paul, Steve en George hebben een paar reünies gehad in Londen. Paul en ik lopen nog

steeds samen de Vierdaagse en gaan voor de 25e keer in 2016. Veelvoudig opa Paul en ik hebben in 2013 ook de Dodentocht in België gewandeld. Onze tickets voor 2015 zijn al geboekt.

Ik hoop dat jullie deze update leuk vinden. Wij hopen ook van jullie reünies te horen en zij benieuwd naar hoe het met onze andere oud-leden gaat.

Het beste,  
Roy Hayward  
(Walker Liaison)

## Wedstrijd

**Connecties. Schrijf de antwoorden van de volgende vragen op gevolgd door de connectie hiertussen. Het antwoord volgt volgende maand.**

|  |  |
|--|--|
| 1. In film who played Zorba the Greek  |  |
| 2. Who was the Disney villain against Peter Pan  |  |
| 3. US golfer and winner of the British open captained the American side to victory in the <a href="#">1993 Ryder Cup</a> at <a href="#">The Belfry</a> in England. |  |
| 4. Who was the flower seller in Pygmalion  |  |
| Connection is.....   |  |

---

## Evenementen

De BDWF richt zich op de Vierdaagse van Nijmegen. Het bestuur bekijkt elk jaar aan welke evenementen zij nog meer deel kunnen nemen. Zij kunnen helaas ook vanwege tijd en kosten niet bij elke wandeltocht zijn. In Nederland zijn zij alleen bij de

Vierdaagse. Maar je kunt natuurlijk gewoon zelfstandig lopen. Om je een beetje te helpen hebben wij een lijst met een aantal wandeltochten in Nederland vermeld.

29 november 2014

Fjoertoer, Egmond aan Zee

Afstand: 25km, 18km

Inschrijven: al vol

<http://www.fjoertoeregmond.nl/>

20 en 21 december 2014

weekendwandeltocht Oostvaardersplassen, Almere-Buiten

Afstand: 40km, 25km, 15km, 10km, 5km

Inschrijven: ?

<http://www.almeerdaagse.nl/rabobank.almeerdaagse.nl/>

Wij hebben alleen de grotere evenementen genoemd.

Elke week kan je wel ergens een minder bekende wandeltocht vinden. Hiervoor kan je kijken op:

<http://www.wandelkalender.nl> en <http://www.wandel.nl/wandelagenda>

Voor de mensen die ook graag in Engeland willen wandelen, neem contact met ons op.

Vergeet niet ... De 99e Vierdaagse vindt plaats van 21 t/m 24 Juli

2015.....

**Nog 251 dagen!**

---



# Gefeliciteerd!

**Wij wensen al onze leden die jarig zijn in November het aller beste!**

1. Ron Richardson; Sabine Hendriks; Charlotte Williams 2. Tim Edwards; Colin Shelcott; Liam Stiles 3. Debra Bodman; Paula Bull 4. Henny Visser; Judith Boets; Daniel Markowicz; Joshua Harvey 5. John Sissons 6. Theo Partouns; Spike Elliott 7. Wendy Matejko; Paul Shearman; Caleb Nankivell 8. Frank Nieuwenhof; Angelique Nieuwenhof; Stuart Hook 9. Dave Newson; Wiebe Van der Hoogt 11. Sjoerd Oosting; Phoebe Guthrie 12. Bernice Thorley; Stephen Marshall; Thomas Webber 14 Jean Bobker 15. Kim Whitbread 16 Nigel Robinson; Kevin Werry 17 Craig Appleby 18 Nigel Lacey; Rebecca Nash 19. Anthony Chandler; M Erhump; Aidan Glennie 20 Kevin Poultney; Owain Ford; Zoe Anderson; Paul Grosvenor 21 Helen Swain 22 Jopie Elfrink; Matthew Burton 23. Jordy Wals; Chloe Dutton 24. Gordon Pacey; Lisa Staunton; Benjamin Hunt 25 Brenda Layne; Marian Harper 26M van der Wetering; Natalie Shurmer; Alison Sinclair; Conor Scobie; Brea Stewart 27Ann Lyon; Joseph Charles; Jotham Townsend; Jonathon Stone 29 Len Sargeant; L Hartgers; Michael Slater; Marianne Le-Coyte

---

**Je kunt ons op verschillende manieren bereiken:**

**Email:** [info@bdwf.org.uk](mailto:info@bdwf.org.uk)

**Telefoon:** 07763026369

**Post:** 26 Blake Court  
Trowbridge  
BA14 8WE

**Twitter :**BritishDutchWF

**Facebook:**

[www.facebook.com/groups/bdwnijmegen](http://www.facebook.com/groups/bdwnijmegen)

**Wij hebben ook een website!**

[www.bdwf.nl](http://www.bdwf.nl)

Hier vind je belangrijke informatie over de BDWF!

---

De British Dutch Walking Fellowship (BDWF) is opgericht uit de BT Nijmegen group in 2003. Het is een non-profit groep. Iedereen van 12 jaar of ouder kan lid worden.

Wij willen jou als lid informeren over de groep en houden de goede relatie tot stand.

Als je nieuws hebt voor in de Rambler kan je dat voor **vrijdag 28 oktober 2014** naar Katie mailen.

Jullie inbreng is welkom. Ieder lid heeft een mening en dit is de ideale manier om die te laten gelden.