

Koninklijke Wandel Bond Nederland

REGIO WEST



Foto: Frans Cieremans

KWARTAALUITGAVE VOOR NOORD-HOLLAND

Secretariaat:

J. van Doodeweerd
Schout en Schepenenstraat 11
1785 KR Den Helder

3

Verschijnt 4 x per jaar;
48^e Jaargang nr. 3
medio juli t/m begin oktober 2015

Bestuur Koninklijke Wandelbond Bond Nederland
regio **West**:

Voorzitter: Ton Swart, tonswart@ziggo.nl
Secretaris: Jan van Doodeweerd, doodeweerd@quicknet.nl
Penningmeester: Jan Mulders, J.J.A.Mulders@hetnet.nl
Ledenadministratie: Ko van Aartsen, nhwb-ledenadm@live.nl
Technische Zaken: Loek Custers, lc000@kpnplanet.nl
PPC-zaken: Marja Vollaard, marjavollaard@gmail.com
Communicatie: Guusje Mulder, guusjemulder@yahoo.com
-o-o-o-
Redactie Kwartaaluitgave: Dick Janneman,
d.janneman2@chello.nl

VAN HET BESTUUR

Tochtadviseur, extra ogen voor tochtorganisator



Vanuit het oogpunt van de kwaliteit van wandelevenementen beschikt elke KWBN-regio over een aantal tochtadviseurs. Een tochtadviseur geeft een vrijblijvend advies vanuit zijn bevindingen als deelnemer aan uw evenement. Aan de hand van een checklist bespreekt hij bij terugkomst met een aanspreekpunt van uw organisatie wat hem positief en minder positief is opgevallen en geeft hij een passend advies hoe u eventuele

verbetering door kunt voeren.

Daarnaast heeft hij kennis over de verschillende producten en diensten die KWBN aan tochtorganisatoren beschikbaar stelt.

Wilt u graag de feedback van een tochtadviseur op uw evenement of eerst meer informatie? De tochtadviseur uit onze regio is Jetze Douwe Sandstra; e-mailadres jedosa@xs4all.nl

Uniforme startkaart KWBN

Ze zijn er, de nieuwe startkaarten in de KWBN-huisstijl en vanaf vandaag kunt u ze bestellen. De startkaarten zijn doorgenummerd en bevatten een doordrukvel.

De startkaart heeft een A6-formaat (105x148 mm, staand) en bestaat uit twee delen, die bovenaan met elkaar zijn verlijmd. Op het voorvel vullen tochtdeelnemers hun gegevens voor u in. Omdat het vel zelfkopiërend is, verschijnen die gegevens ook op het achterliggende afschrift. Dat afschrift is van extra stevig papier en geeft u mee aan de deelnemer. Op de achterzijde van het afschrift staat een verkort tochtreglement en is er ruimte voor een noodnummer van de tochtorganisatie.



Breng mensen in beweging!

Nederland zet steeds meer in op gezondheid en vitaliteit. Wilt u ook graag anderen in beweging brengen en zo een bijdrage leveren aan een vitaler leven van anderen?

KWBN organiseert vanaf september een trainersopleiding op niveau 2 (assistent) en niveau 3 (zelfstandig trainer). Na de opleiding kun je met groepjes wandelaars op pad en training verzorgen met een vooraf bepaald doel. Enkele voorbeelden: conditioneel voorbereiden op deelname aan een prestatietocht, wandelclinics met diverse wandelvormen verzorgen, of mobiliteitstraining bieden aan bewoners van zorginstellingen. Wandeltrainers op niveau 3 kunnen ook aan de slag met het beweegprogramma van KWBN; WandelFit! Voor meer informatie klik op opleidingsaanbod.

WANDELPROGRAMMA VAN MEDIO JULI T/M SEPTEMBER 2015

MIDWEEKSE AVONDWANDELTOCHT: WESTERWINDPAD BIJ AVOND, ZAANDAM wsv 'De Laatste Loodjes' woensdag 22 juli 2015



Start: Clubhuis A.V. 'Zaanland',
J.A. Laanplein 5, 1506 JA Zaandam;
bereikbaar met bus 69 vanaf NS-Zaandam tot
halte Jan van Goyenkade + 5 min.

Afstand: 10 km

Starttijd: Gezamenlijke start om 19.00 uur
precies; Inschrijven vanaf 18.15 uur; het
startlokaal sluit om 21.30 uur

Inschrijfprijzen: Leden D.L.L. € 1,50 Overige Bondsleden: € 2,50 Niet-leden van
erkende wandelsportorganisaties € 3,50

Inlichtingen: info@wsvdelaatsteloodjes.nl Website: www.wsvdelaatsteloodjes.nl

Bijzonderheden: Geschikt voor Nordic Walkers, maar ongeschikt voor
rolstoelgebruikers; Honden zijn niet toegestaan; Het parcours is niet bepijld

7^e NACHT VAN SANTPOORT Harddraverij vereniging 'Santpoort en Omstreken' vrijdag 31 juli op zaterdag 1 augustus



Start: Ver. Gebouw Muziekvereniging 'SOLI', Kerkpad 83, 2071 CX Santpoort-Noord; bereikbaar vanaf NS-station Driehuis of met bus 75 van NS-station Haarlem tot halte v.d. Vondellaan, Driehuis

Afstanden: 60, 100 en 110 km

Starttijden: 110 -100 - 60 km: om 20.00 uur precies;
het startbureau is geopend van vrijdag 18.30 uur tot zaterdag 20.00 uur; de wandeltocht moet binnen 24 uur worden gewandeld.

Inschrijfprijzen: 60 km: Bij vóór-inschrijving € 20,00 incl. consumpties en warme maaltijd of € 17,50 incl. consumpties, maar zonder maaltijd. 100 en 110 km € 25,00 incl. consumpties en warme maaltijd. Na-inschrijving op 31 juli voor alle afstanden € 30,00 ; Korting voor leden van erkende wandelsportbonden zowel bij voor- als na-inschrijving € 2,50

Inlichtingen:

Erik Miessen, Paramaribostraat 62, 2071 VR Santpoort-Noord; tel. 023-537 94 06
E-mail: 100km@rondjezandhaas.nl Website:www.rondjezandhaas.nl

Bijzonderheden: Het parcours is bejild ; Geschikt voor Nordic Walkers; Ongeschikt voor rolstoelgebruikers; Honden niet toegestaan

14^e RONDJE ZANDHAAS, SANTPOORT-ZUID Harddraverij vereniging 'Santpoort en Omstreken' zaterdag 1 augustus

Start: Evenemententerrein bij de Ruïne van Brederode, Velsenderlaan 2, 2082 LA Santpoort-Zuid; bereikbaar vanaf NS-station Santpoort-Noord of Santpoort-Zuid + 12 min. lopen (bejilde route)

Afstanden: 5, 10, 15, 25, 40 en 50 km

Starttijden: 50 km: van 7.00 tot 8.00 u.; 40 km: van 7.30 tot 9.00 u.; 25 km: van 8.00 tot 11.00 u.; 10 en 15 km: van 10.00 tot 12.00 u.; 5 km: van 10.00 tot 14.00 uur; het startbureau is geopend van 6.30 tot 17.30 uur

Inschrijfprijzen: Met herinnering € 4,50; zonder herinnering € 3,- Leden € 1,- korting

Inlichtingen:

Erik Miessen, Paramaribostraat 62, 2071 VR Santpoort-Noord; tel. 023-537 94 06
E-mail: 100km@rondjezandhaas.nl Website:www.rondjezandhaas.nl

Bijzonderheden: Het parcours is bejild; Geschikt voor Nordic Walkers, Ongeschikt voor rolstoelgebruikers; Honden niet toegestaan

**DE NACHT VAN BERGEN en
DE KENNEDYMARS BERGEN;
van dinsdag 4 op woensdag 5 augustus 2015**

**LET OP! BOVENSTAANDE WANDELTOCHTEN, ALLEBEI VAN DE
STICHTING SPORTWANDELSCHOOL 'HOORN / WEST-FRIESLAND'
MET DE START IN ALKMAAR GAAN NIET DOOR!!!!**

**ZOMERAVONDWANDELTOCHT, IJMUIDEN
wsv 'De Kennemer Jagers'
woensdag 5 augustus**



Start: Zalencentrum 'Velserduin',
Velserduinplein 3-5, 1971 BR IJmuiden;
Bereikbaar met buslijn 3 en 75 v.a. Haarlem
NS ri. IJmuiden tot halte Velserduinweg.
Buslijn 74 v.a. Beverwijk-NS en buslijn 82 v.a.
busstation Amsterdam-Marnixstraat tot halte
Plein 1945

Afstanden: 5, 10 en 15 km

Starttijden: 15 km: van 18.00 tot 18.30 uur;
5 en 10 km: van 18.00 tot 19.00 uur; het

startbureau is geopend tot 22.30 uur

Inschrijfprijzen: Met herinnering € 4,50; zonder herinnering € 3,- Leden € 1,- korting

Inlichtingen:

Mw. J. Koster, Eenhoornstraat 95, 1973 XS IJmuiden; tel.: 0255-53 06 40
Website: www.kennemerjagers.nl

Bijzonderheden: Het parcours is bepijld; Geschikt voor Nordic Walkers; Ongeschikt voor rolstoelgebruikers

7^e KALVERPOLDER-WANDELTOCHT, ZAANDIJK-WEST
wsv 'De Laatste Loodjes'
zaterdag 15 augustus



Start: Evean Zorgcentrum, George Gershwinstraat 207, 1544 NX Zaandijk; bereikbaar via NS-station Koog-Zaandijk + 12 min.lopen of van NS-station Zaandam (uitgang aan westzijde van station) met bus 64 ri Zaandijk tot halte Verpleeghuis Guisveld

Afstanden: 5, 10, 15, en 25 km

Starttijden: 25 km: van 9.00 tot 10.30 uur;
5 -10 -15 km: van 9.00 tot 13.00 uur; het

startbureau is geopend van 8.30 tot 17.00 uur

Inschrijfprijzen: Met herinnering € 4,50; zonder herinnering € 3,- Leden € 1,- korting

Inlichtingen: info@wsvdelaatsteloodjes.nl Website: www.wsvdelaatsteloodjes.nl

Bijzonderheden: Het parcours is bepijld; Geschikt voor Nordic Walkers; Ongeschikt voor rolstoelgebruikers; Honden niet toegestaan

MIDWEEKSE WANDELTOCHT, BOVENKARPEL
Wsv 'Sportief Wandelen Stede Broec'
woensdag 19 augustus 2015

Start: Streekbospaviljoen 'IJgenweis', Veilingweg 21, 1611 BN Bovenkarspel; bereikbaar via NS-station Bovenkarspel-Flora + 17 min. lopen

Afstanden: 5, 10 en 15 km

Starttijden: Alle afstanden van 12.00 tot 13.00 uur; het startbureau sluit om 15.30 uur

Inschrijfprijzen: Met herinnering € 4,50; zonder herinnering € 3,- Leden € 1,- korting

Inlichtingen: J.D. Sandstra, Waterrad 32, 1613 CN Grootebroek; tel.: 06-449 54 698; e-mailadres: jedosa@xs4all.nl

Bijzonderheden: Geschikt voor Nordic Walkers; Honden aangelijnd toegestaan; Ongeschikt voor rolstoelgebruikers; Het parcours is niet bepijld

MIDWEEKSE WANDELTOCHT DE DAHLIA-ROUTE, ZAANDAM
wsv 'De Laatste Loodjes'
maandag 24 augustus 2015



Start: De Vrijbouter Kampeer & Outdoor, Stormhoek 17, 1506 SW Zaandam; alleen met eigen vervoer bereikbaar

Afstand: 10 km

Starttijd: Gezamenlijke start om 10.00 uur precies; Inschrijven vanaf 9.15 uur; het startlokaal sluit om 12.30 uur

Inschrijfprijzen: Leden D.L.L. € 1,50

Overige Bondsleden: € 2,50 ; Niet-leden € 3,50

Inlichtingen: info@wsvdelaatsteloodjes.nl Website: www.wsvdelaatsteloodjes.nl

Bijzonderheden: Geschikt voor Nordic Walkers; Honden niet toegestaan; Ongeschikt voor rolstoelgebruikers; Het parcours is niet bejild

MIDWEEKSE ZOMERAVONDWANDELTOCHT, BEVERWIJK
wsv 'Avondvierdaagse Noord-Holland'
woensdag 26 augustus 2015

Start: Buurthuis Wijk aan Duin, Wilgenhoflaan 2c, 1944 TD Beverwijk; bereikbaar vanaf NS-station Beverwijk met bus 167, tot halte Huiderlaan

Afstanden: 3, 5 en 10 km

Starttijd: Alle afstanden van 17.30 tot 18.30 uur; het startbureau sluit om 21.30 uur

Inlichtingen: Tel.: 0251-25 83 19 / 0251-21 14 26 / 06-40 55 32 80;
e-mail: m.sponselee@casema.nl

Bijzonderheden: Het parcours is bejild en rolstoelvriendelijk; Geschikt voor Nordic Walking; Honden aangelijnd toegestaan

MARKTSTAD WALK MSW, PURMEREND
Stichting Marktstad Run
zaterdag 29 augustus 2015



Start: Guust Outdoor & Travel, Dubbele Buurt 16, 1441 CT Purmerend; bereikbaar vanaf NS-Purmerend en bussen. Ruime betaalde parkeergelegenheid

Afstanden: 14 en 24 km

Starttijd: 24 km van 10.00 tot 11.00 uur; 14 km van 10.00 tot 11.00 uur; het startbureau sluit om 17.00 uur

Inlichtingen: Tel.: 06-24 53 26 27; e-mail: walk@marktstadrun.nl en spijkky@gmail.com

Bijzonderheden: Het parcours is beprijd en geschikt voor Nordic Walking; Honden aangelijnd toegestaan; GPS-tocht

WANDELRONDJE TEXEL, 't HORNTJE; TEXEL
Stichting Sportwandelschool 'Hoorn/West-Friesland'
zondag 30 augustus 2015

Start: Wachtlokaal van de TESO op Texel, Pontweg 1, 1797 SN 't Horntje; bereikbaar vanaf NS-station Den Helder met bus 28 naar 't Horntje

Afstand: 60 km

Starttijd: Tussen 6.30 en 7.00 uur voor Texelaars en zij die al op Texel verblijven en van 7.50 tot 8.00 uur voor hen die met de eerste boot naar Texel om 7.30 uur komen. Het startbureau is geopend van 6.30 uur tot 7.00 uur. Het startbureau sluit om 20.30 uur

Inschrijfprijzen: € 10,00 bij vóór-inschrijving per internet; Na-inschrijving (ook op de TESO-boot) € 1,00 extra

Inlichtingen: Adm. Sportwandelschool, Van Beijerenstraat 60, 1623 JG Hoorn; tel.: 0229-23 94 47 of 06-55 93 75 35
e-mail: administratie@sportwandelschool.nl of info@sportwandelschool.nl
Website: www.sportwandelschool.nl en www.wandelrondjetexel.nl

Bijzonderheden: Het parcours is beprijd; Honden aangelijnd toegestaan; Geschikt voor Nordic Walkers; Ongeschikt voor rolstoelgebruikers; Minimum snelheid 5 km per uur; IVV-afstempeling aanwezig

**WANDELTOCHTEN OP TEXEL, Stichting Sportwandelschool
'Hoorn/West-Friesland'
zondag 30 augustus 2015
1: 't HORNTJE; TEXEL**



Start: Wachtlokaal van de TESO op Texel, Pontweg 1, 1797 SN 't Horntje; bereikbaar vanaf NS-station Den Helder met bus 28 naar 't Horntje

Afstanden: 10, 25 en 45 km; De 25 km eindigt in De Cocksdorp, kosten voor de bus terug naar de veerboot € 3,- p.p.

Starttijden: 45 km: van 8.00 tot 9.00 u.; 25 km: van 8.30 tot 10.00 uur; 10 km van 9.00 tot 12.00 uur; het startbureau is geopend tot 18.00 uur

Inschrijfprijzen: 10 en 15 km: € 5,00; 25 en 30 km: € 6,50 en 45 km € 7,50. Vóór-inschrijving per internet. Na- inschrijving € 1,00 extra. Kinderen tot 17 jaar € 1,50

Inlichtingen: Adm. Sportwandelschool, Van Beijerenstraat 60, 1623 JG Hoorn; tel.: 0229-23 94 47 of 06-55 93 75 35
e-mail: administratie@sportwandelschool.nl of info@sportwandelschool.nl
Website: www.sportwandelschool.nl en www.wandelrondjetexel.nl

Bijzonderheden: Het parcours is bepijld; Zeer geschikt voor Nordic Walkers; Honden aangelijnd toegestaan; Ongeschikt voor rolstoelgebruikers; IVV-afstempeling; GPS-tocht

2: DE KOOG; TEXEL

Start: Restaurant Vogelhuis-Oranjerie, Dorpsstraat 204, 1796 CH De Koog; bereikbaar vanaf NS-station van Den Helder; raadpleeg de website voor openbaar vervoer op Texel (Alleen nog bus 28 naar Den Burg en De Koog met opstapmogelijkheid bij NS-station Den Helder)

Afstanden: 10, 15 en 30 km. Speciale afstanden om de andere kant van het eiland Texel te bewandelen.

Starttijden: 30 km van 8.15 tot 11.00 uur; 15 km: van 8.30 tot 12.00 u.; 10 km: van 10.00 tot 12.00 uur; het startbureau is geopend tot 17.00 uur

Inschrijfprijzen: 10 en 15 km: € 5,00; 30 km € 6,50
Vóór-inschrijving per internet. Na-inschrijving € 1,00 extra. Kinderen tot 17 jaar € 1,50

Inlichtingen: Adm. Sportwandelschool, Van Beijerenstraat 60, 1623 JG Hoorn; tel.: 0229-23 94 47 of 06-55 93 75 35
e-mail: administratie@sportwandelschool.nl of info@sportwandelschool.nl
Website: www.sportwandelschool.nl en www.wandelrondjetexel.nl

Bijzonderheden: Het parcours is bepijld; Zeer geschikt voor Nordic Walkers; Honden aangelijnd toegestaan; Ongeschikt voor rolstoelgebruikers; IVV-afstempeling; GPS-tocht

**MIDWEEKSE AVONDWANDELTOCHT: FRANS MARSPAD BIJ
AVOND, KOOG AAN DE ZAAAN
wsv 'De Laatste Loodjes'
woensdag 2 september 2015**



Start: Clubgebouw van TTM 'Simson',
Wezelstraat 15, 1541 LZ Koog aan de Zaan;
bereikbaar vanuit NS-station Koog-Zaandijk
(4 min.)

Afstand: 10 km

Starttijd: Gezamenlijke start om 19.00 uur
precies; Inschrijven vanaf 18.15 uur; het
startlokaal sluit om 21.30 uur

Inschrijfprijzen: Leden D.L.L. € 1,50

Overige Bondsleden: € 2,50 Niet-leden van erkende wandelsportorganisaties € 3,50

Inlichtingen: info@wsvdelaatsteloodjes.nl Website: www.wsvdelaatsteloodjes.nl

Bijzonderheden: Geschikt voor Nordic Walkers, maar ongeschikt voor
rolstoelgebruikers; Honden niet toegestaan; Het parcours is niet bepijld

**11^e KENNEDYMARS VIJFHUIZEN
Comité Kennedymars Vijfhuizen, KM5H
van zaterdag 5 op zondag 6 september 2015**

**De inschrijving is al per 7 maart 2015 gesloten wegens het
bereiken van de deelname limiet van 100 deelnemers.**

**AMSTERDAM – TILBURG, AMSTERDAM
wsv 'Hart van Brabant'
van zaterdag 5 op zondag 6 september 2015**

Start: Voetbalvereniging TOG, Middenmeersportpark, Radioweg 69, 1098 NG
Amsterdam; bereikbaar vanaf NS-station Amsterdam Science Park; 5 min. lopen naar
de start

Afstand: 125 km

Starttijd: 15.00 uur / finish: 6 sept. 13.30 uur; het startbureau sluit om 16.00 uur

Inlichtingen: Wandelsportvereniging Hart van Brabant, Scorpius 34, 5175 XN LOON
OP ZAND. Tel. 0416-36 22 46. Overige telefoonnummers: 0416-36 28 58 en
06-20 16 29 54
e-mail: peter.knip@home.nl website: www.wsv-hartvanbrabant.nl

Bijzonderheden: Het parcours is bepijld; Voor-inschrijving en reflecterende vesten
verplicht

RADBOUDWANDELTOCHT, MEDEMBLIK
wsv 'Radboud'
5 en 6 september 2015



Start: Hotel-Café 'West', Meerlaan 1, 1671 ED Medemblik; bereikbaar met bus 239 v.a. NS-station Hoorn

Afstanden: 5, 10, 15 en 25 km

Starttijden: 25 km: van 9.30 tot 11.00 uur; 5 -10 -15 km: van 9.30 tot 13.00 uur; het startbureau is geopend van 9.00 tot 16.30 uur

Inschrijfprijzen: Met herinnering € 4,50; zonder herinnering € 3,- Leden € 1,- korting

Inlichtingen: Mw. M. Korsuize, Burg. Schoutsenstraat 12, 1671 EC Medemblik; tel.: 0227-72 41 07; e-mail: korsuizemc@gmail.com

Bijzonderheden: Het parcours is bepijld; Geschikt voor Nordic Walkers; Honden toegestaan; Ongeschikt voor rolstoelgebruikers

JUBILEUM ZESDAAGSE 4^e ETAPPE, UITGEEST
wsv 'De Laatste Loodjes'
zondag 6 september 2015

Start: Fort bij Krommeniedijk, Lagendijk 22, 1911 MT Uitgeest (nabij kerkje van Krommeniedijk); alleen met eigen vervoer bereikbaar

Afstand: 15 km

Starttijd: Gezamenlijke start om 10.00 uur precies; Inschrijven vanaf 9.15 uur; het startlokaal sluit om 14.30 uur

Inschrijfprijzen: Leden D.L.L. € 1,50 Overige Bondsleden: € 2,50 ; Niet-leden € 3,50

Inlichtingen: info@wsvdelaatsteloodjes.nl Website: www.wsvdelaatsteloodjes.nl

Bijzonderheden: Geschikt voor Nordic Walkers; Honden niet toegestaan; Ongeschikt voor rolstoelgebruikers; Het parcours is niet bepijld

PONTANIA '66 ' WANDELTOCHT, AMSTERDAM
S & O 'Pontania' afd. Wandelen
12 en 13 september 2015



Start: Clubgebouw 'Pontania', Roomtuinjies 233, 1093 TD Amsterdam; bereikbaar van NS-station A'dam-Muiderpoort (+ 6 min. lopen), of met bus 15, 22 of 37; tram 3, 7, 9 of 14

Afstanden: 5, 10, 15 en 25 km

Starttijden: 25 km: van 9.00 tot 11.00 uur; 5 -10 -15 km: van 10.00 tot 13.00 uur; het startbureau is geopend van 8.30 tot -17.00 uur

Inschrijfprijzen: Met herinnering € 4,50; zonder herinnering € 3,- Leden € 1,- korting

Inlichtingen: Mw. T. Ernestus, Dijkmanshuizenstraat 243 a, 1024 XR Amsterdam-Noord; tel.: 020-632 70 14; e-mail: j.ernestus1@chello.nl Website: www.pontania.nl

Bijzonderheden: Deels bejild parcours; Rolstoelvriendelijk, Geschikt voor Nordic Walkers, Honden aangelijnd toegestaan. S&O Pontania biedt u een gratis consumptie aan, die u eventueel ook na de wandeltocht mag gebruiken.

DAM TOT DAM WANDELTOCHT, AMSTERDAM - ZAANDAM
Stichting Sportevenementen Le Champion
zaterdag 19 september 2015

Start: 18, 26 en 40 km: Dam Amsterdam, Dam 1, 1012 JS Amsterdam; Start 9 km: de Burcht, Zaandam; voor bereikbaarheid startlocatie zie website

Afstanden: 9, 18, 26 en 40 km

Starttijden: 40 km: van 7.00 tot 8.00 uur; 26 km: van 7.00 tot 11.00 uur; 18 km: van 7.30 tot 11.30 uur; 9 km: van 9.00 tot 11.00 uur; het startbureau sluit om 17.00 uur

Inlichtingen: Tel.: 072-533 81 36; e-mail: wandelen@lechampion.nl
Website: www.damtotdamwandeltocht.nl

Bijzonderheden: Het parcours is bejild; Voor-inschrijving verplicht; Geschikt voor Nordic Walking; Honden aangelijnd toegestaan; Er geldt een minimum wandelsnelheid

SPONSOR WANDELTOCHT, DE KOOG (TEXEL)
wsv 'Het Gouden Boltje'
zondag 20 september 2015



Start: Restaurant 't Vogelhuis/Oranjerie, Dorpsstraat 204 1796 CH De Koog; bereikbaar met de TESO-boot van 11.30 of 12.30 uit Den Helder; raadpleeg de website van wsv Het Gouden Boltje voor openbaar vervoer op Texel (Alleen nog bus 28 naar Den Burg en De Koog met opstapmogelijkheid bij NS-station Den Helder) Buslijn 28 tot halte De Koog, centrum. Dorpsstraat aflopen. Het startlokaal is op de hoek met de Brink.

Afstanden: 5, 10 en 15 km

Starttijden: Alle afstanden van 13.00 tot 14.00 uur; het startbureau is geopend van 12.30 tot 17.30 uur

Inschrijfprijzen: alleen met herinnering; leden en niet leden € 3,--

Inlichtingen: F.H. van Heerwaarden, Lieuwstraat 33, 1791 XM Den Burg;
tel: 0222-31 30 87; e-mail: info@hetgoudenboltje.nl Website: www.hetgoudenboltje.nl

Bijzonderheden: Geschikt voor Nordic Walkers en voor rolstoelgebruikers; Honden aangelijnd toegestaan; Het parcours is niet bejild

MIDWEEKSE WANDELTOCHT DE BUITENLANDEN ROUTE,
BEVERWIJK
wsv 'De Laatste Loodjes'
dinsdag 22 september 2015

Start: Sportsbar 'LUA', Hoflanderweg 104, 1947 ZH Beverwijk; bereikbaar met buslijn 73 vanaf NS-Haarlem of Uitgeest tot halte Kennemer Theater in Beverwijk + 6 min. lopen

Afstand: 10 km

Starttijd: Gezamenlijke start om 10.00 uur precies; Inschrijven vanaf 9.15 uur; het startlokaal sluit om 12.30 uur

Inschrijfprijzen: Leden D.L.L. € 1,50 Overige Bondsleden: € 2,50 ; Niet-leden € 3,50

Inlichtingen: info@wsvdelaatsteloodjes.nl Website: www.wsvdelaatsteloodjes.nl

Bijzonderheden: Geschikt voor Nordic Walkers; Honden niet toegestaan; Ongeschikt voor rolstoelgebruikers; Het parcours is niet bejild

MIDWEEKSE WANDELTOCHT, BOVENKARSPTEL
wsv 'Sportief Wandelen Stede Broec'
woensdag 23 september 2015

Start: Streekbospaviljoen 'IJgenweis', Veilingweg 21, 1611 BN Bovenkarspel; bereikbaar via NS-station Bovenkarspel-Flora + 17 min. lopen

Afstanden: 5, 10 en 15 km

Starttijden: Alle afstanden van 12.00 tot 13.00 uur; het startbureau sluit om 15.30 uur

Inschrijfprijzen: Met herinnering € 4,50; zonder herinnering € 3,00 ; Leden € 1,00 korting

Inlichtingen: J.D. Sandstra, Waterrad 32, 1613 CN Grootebroek; tel.: 06-449 54 698; e-mail: jedosa@xs4all.nl

Bijzonderheden: Geschikt voor Nordic Walkers, maar ongeschikt voor rolstoelgebruikers; Honden aangelijnd toegestaan; Het parcours is niet bepijld

WANDELTOCHT 'ZAANSCH E MOLEN', WESTZAA N
WZM 'Het Gaandewerk'
zaterdag 26 september 2015



Start: Papiermolen 'De Schoolmeester', Guispad 3, 1551 SX Westzaan; bereikbaar van NS-station Koog-Zaandijk + 20 min. lopen of stadsbus 63 vanaf NS-Zaandam (westkant van station) ri. Assendelft tot halte Middel + 5 min. lopen

Afstanden: 10, 15 en 25 km

Starttijden: Alle afstanden van 8.30 tot 11.00 uur

Inschrijfprijzen: Leden van erkende wandelsportorganisaties: € 3,-; niet-leden: € 5,- inclusief toegang tot de meeste molens van de vereniging Zaansche Molen

Inlichtingen: tel.: 075-621 51 48 op werkdagen. Na 17.00 uur en in het weekend De Vang 10, 1852 BN Heiloo, tel. 072-534 04 94; e-mail: jstolp@hetnet.nl
Website: www.zaanschemolen.nl

Bijzonderheden: Geschikt voor Nordic Walkers, maar ongeschikt voor rolstoelgebruikers; Honden aangelijnd toegestaan;. Het parcours is niet bepijld.

17° J. JANSEN WANDELTOCHT, IJMUIDEN
wsv 'De Kennemer Jagers'
26 en 27 september 2015



**Start: Zalencentrum 'Velserduin',
Velserduinplein 3-5, 1971 BR
IJmuiden;** bereikbaar met buslijn 3
en 75 v.a. Haarlem NS ri. IJmuiden
tot halte Velserduinweg. Buslijn
74 v.a. Beverwijk-NS en buslijn
82 v.a. busstation Amsterdam-
Marnixstraat tot halte Plein 1945

Afstanden: 5, 10, 15 en 25 km

Starttijden: 25 km: van 10.00 tot 11.00 uur; 5 -10 -15 km: van 10.00 tot 13.00 uur; het startbureau is geopend tot 17.00 uur

Inschrijfprijzen: Met herinnering
€ 4,50; zonder herinnering € 3,00 ; Leden € 1,00 korting.

Inlichtingen: Mw. J. Koster, Eenhoornstraat 95, 1973 XS IJmuiden;
tel.: 0255-53 06 40; Website: www.kennemerjagers.nl

Bijzonderheden: Het parcours is bepijld; Geschikt voor Nordic Walkers; Honden niet
toegestaan; Ongeschikt voor rolstoelgebruikers

DE JUTTERTOCHT , DEN HELDER
EHWV 'De Jutter'
26 en 27 september 2015

Start: Clubgebouw de Jutter, Spoorgracht 5, 1781 CC Den Helder; bereikbaar: op 500
meter afstand vanaf NS-station Den Helder

Afstanden: 5, 10, 15 en 20 km

Starttijden: 15 en 20 km: van 9.00 tot 12.00 uur; 5 en 10 km: van 9.00 tot 14.00 uur;
het startbureau sluit om 17.00 uur

Inlichtingen: Tel.: 0223-88 00 06 / 0223-72 14 51 / 06-49 31 65 40;
e-mail: fam.mooij@gmail.com Website: www.verenigingsgebouwdeljutter.nl

Bijzonderheden: Het parcours is bepijld; Geschikt voor Nordic Walking; Honden
aangelijnd toegestaan; Rolstoelvriendelijk

NOVA KOMPAS WANDELTOCHT, WARMENHUIZEN
AV Nova (afd. sportief wandelen + Nordic Walking)
26 en 27 september 2015



Start: clubgebouw AV Nova, Oostwal 33, 1749 XK Warmenhuizen; bereikbaar: vanaf NS-station Alkmaar en NS-station Schagen met bus 157 tot halte Oostwal

Afstanden: 5, 10, 15, 20 en 25 km

Starttijden: 25 km: van 8.30 tot 10.30 uur; 20 km: van 8.30 tot 11.00 uur; 15 km: van 8.30 tot 12.00 uur; 10 km: van 8.30 tot 13.30 uur en 5 km: van 8.30 tot 13.30 uur; het startbureau sluit om 17.00 uur

Inlichtingen: Tel.: 0226-39 33 38 / 0226-39 23 39 / 06-48 16 12 85
e-mail: peter_marian_robort@planet.nl

Website: www.avnova.nl

Bijzonderheden: Het parcours is bepijld; Geschikt voor Nordic Walking; IVV-afstempeling aanwezig

KRIM WANDELTOCHT, DE COCKSDORP (TEXEL)
wsv 'Het Gouden Boltje'
zaterdag 3 oktober 2015

Start: Paviljoen 'De Krim', Roggeslootweg 6, 1795 JV De Cocksdorp; bereikbaar met de TESO-boot die om 8.30 uur uit Den Helder vertrekt; raadpleeg de website van wsv Het Gouden Boltje voor openbaar vervoer op Texel (Alleen nog bus 28 naar Den Burg en De Koog met opstapmogelijkheid bij NS-station Den Helder) In De Cocksdorp uitstappen halte Texel-Rio Grande, als daar nog een bus rijdt.

Afstanden: 10, 20 en 30 km

Starttijden: 30 km: van 10.00 tot 11.00 uur; 20 km: van 10.00 tot 12.00 uur; 10 km: van 10.00 tot 14.00 uur; het startbureau is geopend van 9.30 tot 18.00 uur

Inschrijfprijzen: Leden € 3,50 niet-leden € 4,50 Inschrijven alleen mogelijk met herinnering

Inlichtingen: F.H. van Heerwaarden, Lieuwstraat 33, 1791 XM Den Burg; tel: 0222-31 30 87; e-mail: info@hetgoudenboltje.nl Website: www.hetgoudenboltje.nl

Bijzonderheden: Geschikt voor Nordic Walkers, Honden aangelijnd toegestaan, Grotendeels geschikt voor rolstoelgebruikers, Het parcours is deels bepijld.

LANGS AMSTERDAM GROENE RANDEN, AMSTELVEEN
Wandelclub ABN AMRO
3 en 4 oktober 2015



Start: Ontmoetingscentrum 'De Meent', Orion 3, 1188 AM Amstelveen; bereikbaar met Sneltram 51 (Amsterdam-Amstelveen-Westwijk) tot halte 'De Meent'; Autonavigatie: Melkweg 2, 1188 LB Amstelveen; Voldoende gratis parkeergelegenheid.

Afstanden: 5, 10, 15, 20 en 25 km

Starttijden: 20 en 25 km: van 10.00 tot 11.00 uur; 5 -10 -15 km: van 10.00 tot 13.00 uur; het startbureau is geopend tot 17.00 uur

Inschrijfprijzen: Met herinnering € 4,50; zonder herinnering € 3,00 ; Leden € 1,00 korting

Inlichtingen: W.Th. van den Heuvel, Punter 226, 1186 RL Amstelveen; tel.: 020-64 13 899 of 06-44 28 41 28 e-mail: wt.vanden.heuvel@hetnet.nl

Bijzonderheden: Het parcours is bebijld ; Rolstoelvriendelijk op 5 en 10 km; Geschikt voor Nordic Walkers; Honden aangelijnd alleen toegestaan op 5 km parcours

ALKMAARS ONTZET WANDELTOCHT, ALKMAAR
wsv 'De Jeep'
3 en 4 oktober 2015

Start: Horecacentrum de Hertenkamp, Zandersweg 1, 1815 JG Alkmaar; bereikbaar vanaf NS-station Alkmaar met bus 20, 21, 166 en 176 , halte De 4 Staten, Alkmaarderhout

Afstanden: 5, 10, 15, en 25 km

Starttijden: 20 en 25 km: van 9.00 tot 10.00 uur; 15 km: van 9.00 tot 11.00 uur ; 5 en 10 km: van 9.00 tot 13.00 uur; het startbureau is geopend tot 17.00 uur

Inlichtingen: tel.: 06-53 69 32 48; e-mail: tochten@dejeep.nl
Website: www.dejeep.nl

Bijzonderheden: Het parcours is bebijld ;

Dagelijks vanaf 5 januari t/m 18 december 2015

**DUIN & KUSTWANDELING 'DE EGMONDEN', EGMOND AAN ZEE
Stichting Sportwandelschool 'Hoorn, West-Friesland'**



Start: Sportcafé Egmond in Sporthal 'De Watertoren', Watertorenweg 36, 1931 BA Egmond aan Zee. Te bereiken met bus 165 vanaf Alkmaar-NS

Afstanden: 10, 15, 20, 25 en 35 km

Starttijd: Sportcafé Egmond is geopend vanaf 09.00 uur en sluit om 17.00 uur

en

**'DE SCHOORLSE DUINEN', SCHOORL
Stichting Sportwandelschool 'Hoorn, West-Friesland'**



Start: Café restaurant de Viersprong, Laanweg 1, 1871 BH Schoorl; bereikbaar met bus 151 vanaf NS-station Alkmaar

Afstanden: 10, 15, 20, 25 en 35 km

Starttijd: Café restaurant de Viersprong is geopend vanaf 9.00 uur en sluit om 20.00 uur

Informatie: Adm. Sportwandelschool, Van Beijerenstraat 60, 1623 JG Hoorn; tel.: 0229-23 94 47 of 06-55 93 75 35; E-mail:

administratie@sportwandelschool.nl

Website: www.sportwandelschool.nl

Inschrijfprijs: € 3,50 voor de route beschrijving en toegangkaart PWN gebied.

Bijzonderheden: Beschreven parcours; Ongeschikt voor rolstoelgebruikers; Geschikt voor Nordic Walkers.



Van Gool & Van Diemen

Uw partner in grafimedia

Voor uw digitale drukwerk (evt. gepersonaliseerd) maar ook voor offset en kopieerwerk. Gespecialiseerd in kleine oplage.

Descartesstraat 121 - 124 - 1064 ZB Amsterdam

T 020 623 66 36 / 611 11 24 - F 020 447 07 76

E info@vangool-en-vandiemen.nl

www.vangool-en-vandiemen.nl

4 DAAGSE
APELDOORN



14 t/m 17
juli
2015

MIS 'M NIET:

DE GROENSTE VIERDAAGSE VAN NEDERLAND

MEER INFORMATIE: WWW.4DAAGSEAPELDOORN.NL



99ste Internationale
Vierdaagse Afstandsmarsen
Nijmegen



21 t/m 24 juli 2015
www.4daagse.nl