



OPGERICHT ANNO 1900

**VAN DE REDACTIE**

Wederom is de zomer voorbij gevlogen. Gevoelsmatig hebben we net een paar mooie dagen achter de rug en nu verschijnt alweer de eerste uitgave van het schaatsclubblad. De nazomer in ons land was boven verwachting te noemen. Anderzijds was het een welverdiende compensatie voor de zomer in Nederland. Niettemin staat het winterseizoen voor de deur en staan velen te trappelen van ongeduld om hun ijzers weer onder te mogen binnen. Al in de eerste weken zal blijken of het gezweet en geploeter op o.a. de zanddijk in 't Twiske voldoende is geweest. Traditiegetrouw zullen de eerste wedstrijden al weer snel op het programma staan, meer via Jan Paul en zijn e-mailterrorisme.

In dit blad leest u alle gewenste informatie over de opening van de baan, het afhalen van de abonnementen en de indeling van de jeugdschaatsleden. Helaas geen verhaal van Bob Hogerop, maar wel een goede stand in: Ed van Bergen heeft wederom meegedaan aan de Marmotte. Een bikkelwedstrijd voor de echte wielershelden onder ons. Of hij het gehaald heeft leest u verderop. Haijo geeft de gebruikelijke bestuursinformatie en voor mij rest u allen een goede start van het winterseizoen te wensen.

De redactie

**COLOFON****Ledenadministratie:**

I. Hilderink  
✉ Oostzanerdijk 5  
1035 RA Amsterdam ☎ 06 – 46063940

**Coördinatie clubblad / lay – out:**

Ivo Hilderink  
✉ Oostzanerdijk 5  
1035 RA Amsterdam ☎ 06- 46043940  
i.hilderink@freeler.nl

Oplage 1020 stuks  
Inlichtingen advertentie/distributie clubblad  
B. De Vries ☎ 020 – 6314123

**Dagelijks bestuur****Voorzitter:**

H. van der Werf  
Nathan F Israëlweg 4  
Hayo.vanderwerf@wartsila.com  
1035 CG Amsterdam (Kadoelen)  
☎ 020 – 4924990 ☎ 06 - 53657410

**Secretaris:**

E.F. Mager  
✉ Blauwe ring 8  
1566 MT Assendelft ☎ 075 - 6707723

**Penningmeester:**

F.N. vd Bout  
✉ Zonnehof 3  
1121 BB Landsmeer ☎ 020 – 4821867  
Rek nr: Rabobank 33.44.10.010

**Wedstrijd/jeugdschaatsen**

Inlichtingen abonnementen/trainingen en jeugdschaatsen bij J. Attema

**Wedstrijdsecretarissen:**

J.S. Attema ☎ 020 - 4824187  
Jan Paul Drost ☎ 020 - 4821863

**Jeugdschaatsen:**

J.S. Attema  
Fuutstraat 11  
1121 BM Landsmeer ☎ 020 - 4824187

**Bereikbaarheid HGI trainers:**

Corinne Jong (Pupillen en Jun.C),  
Jollenmakersweg 35, 1511 DA Oostzaan, ☎  
075-6844397;  
Henk Veen (Jun A en Senioren),  
Tamarindestraat 19, 1115 BD Duivendrecht,  
☎ 020-6997370;  
Ans Gerritsen (Senioren/Veteranen),  
Tureluur 24, 1452 VK Ipendam, ☎ 020-  
4361524;  
Andries Bakker (Jun B /A en Senioren),  
Cath. Van Clevelaan 42, 1181 BH  
Amstelveen, ☎ 020-6471703.

**Kledingcommissie:**

M. de Vries  
✉ Reigerlaan 8  
1121 EE Landsmeer ☎ 020 - 4826926

Ereleden: Dick Moes  
Geert Houwer

## VAN DE VOORZITTER

Ik hoop dat iedereen een fijne vakantie heeft gehad en wens alle leden en sympathisanten van IJSclub Hard-gaat-ie een fantastische winter. Overigens een gek idee om binnenkort weer te schaatsen met zo'n warme nazomer.

## DE BAAN

Met behulp van uw contributiegelden is de baan weer onderhouden en hebben we de dijk aan de zuidkant tegen afkalving beschermd met houtsnippers. Tot grote verbazing van onze ijsmeester Bob bleek de ijsbaan ergens eind augustus al blank te staan. Dit is rijkelijk vroeg. Nou zult u denken: beter te vroeg dan te laat, maar Bob had eerst nog even willen laten maaien. De baan was onder gelopen omdat de pomp per ongeluk was aangegaan na een stroomstoring. De baan is inmiddels weer droog en we hopen op een niet te nat najaar waardoor we voor de winter nog een keer kunnen laten maaien.

## SPORTASSEN

We hebben sporttassen en bandana's (z.g. piratenhoofddoeken) laten maken met onze naam en die van Hegron Cosmetics erop. Zowel de tassen als de bandana's zijn door Hegron gesponsord. U kunt ze verkrijgen tijdens de schaatsruilbeurs en als u uw abonnement ophaalt. Ook kunt u mij of Jelle Attema bellen. De directie van Hegron wil ik hierbij van harte bedanken.

## WEBSITE

De website wordt gewijzigd. Het wordt een totaal nieuwe opzet die met dank aan Cees Hartman gerealiseerd gaat worden. Ik hoop dat hij snel gaat draaien op [www.hardgaatie.nl](http://www.hardgaatie.nl). Voor HGI foto's van afgelopen seizoen kunt u nog terecht op [www.ceeshartman.nl/hgi/](http://www.ceeshartman.nl/hgi/).

## NIEUW SCHAATSSEIZOEN

Dan rest mij niet anders dan te wensen dat u aankomende winter weer heel veel zult genieten van de door ons allen zo geliefde schaatsport. Aan ons zal het niet liggen.

Amsterdam 12 september 2005  
Haijo van der Werf

## LA MARMOTTEN 9 JULI 2005, de ultieme uitdaging

La Marmotte is een rit voor fietsers die ieder jaar wordt verreden in de Franse Alpen over 175 km met start en finish te Bourg d'Oisans. De tocht gaat over de Col du Glandon (1<sup>e</sup> categorie), Col du Télégraphe (1<sup>e</sup> categorie), Col du Galibier en als toetje is de finish boven op de top van de Alp d'Huez (beiden buiten categorie).

De laatste jaren is deze rit ongelofelijk populair geworden (dit jaar iets meer dan 9.000 deelnemers), waarschijnlijk door het wedstrijdelement en de officiële tijdwaarneming door middel van, een aan het been bevestigde chip en verdeling in acht verschillende categorieën, van mannen en vrouwen in diverse leeftijdsgroepen tot tandems, ligfietsen en ik meen zelfs dat er volgend jaar een aparte afdeling komt voor

rollators. Maar het komt er op neer dat in elke categorie goud, zilver of brons gereden kan worden. Bijvoorbeeld de mannen 19 tot 29 jaar: goud binnen 8.29 uur, zilver binnen 10.11 uur, alle overigen gefinishte brevet brons. Voor mijn categorie (de oude mannen) zijn de tijden respectievelijk 10.03 en 12.04 uur. Daarbij is er ook nog de mogelijkheid om je af te melden onder aan d'Alp d'Huez voor het brevet Marmotton, waar trouwens in de praktijk zeer veel gebruik van wordt gemaakt gezien het feit dat bijvoorbeeld dit jaar van de meer dan 9.000 deelnemers er maar 4.893 in de officiële uitslag van La Marmotte opgenomen zijn. De nummer één Emanuele Negrini finishte in 5.59.40 uur met op 10 minuten onze landgenoot Bert Dekker (die trouwens al vier of vijf keer eerder gewonnen heeft). De laatste die finishte, een Spanjaard, kwam na 13.23.43 uur binnen.

De start om 7.15 uur werd deze keer niet meer vanaf het parkeerterrein van de Casino supermarkt gegeven, maar in een lange vrij smalle achterafstraat parallel lopend aan de hoofdweg, zodat er geen ruimte was om vakken te maken voor de verschillende startnummers. Ik was daar om 7 uur maar het was zo'n enorme drukte zodat ik uiteindelijk pas om 7.48 uur over de elektronische tijdwaarnemingmatten kon rijden.

De eerste 7 km tot Rochetaillee zijn vlak, maar dan zie je voor je bij de eerste helling komt een enorm eindeloos lint van fietsers omhoogkruipen naar de eerste stuwdam. Na een paar kilometer wordt het weer vlak, maar dan, gaat de weg als een slang vrijwel zonder onderbreking steil omhoog tot het dorpje Le River. Het dorpje uit volgt een zeer steile afdaling (of je een put induikt) waarna de weg over een klein bruggetje opeens weer met 12% omhooggaat, met het gevolg dat er verscheidene met veel gekraak stil komen te staan omdat ze te laat zijn gaan schakelen. De volgende 10 km, tot aan het grote stuwmeer, zijn eigenlijk het zwaarst van deze col omdat de weg weer met hele flauwe bochten vrij steil omhooggaat. Gelukkig staan hier halverwege altijd weer onze trouwe supporters uit Landsmeer waaronder de familie de Vries die je toeroept dat je er nog goed uit ziet en nog goed op je fiets zit. Dat is altijd weer een hele geruststelling! Tot de top van de Glandon op 35,7 km en 1.924 meter hoogte volgen er een stel haarspeldbochten, wat om een of andere reden toch prettig rijdt omdat je in de bocht even kan recupereren en omdat je zo duidelijk kan zien hoe steil het is.

Op de top was het koud. Even van de fiets om een truitje en regenjack aan te trekken en dan de afdaling in. Maar met zo'n hoeveelheid fietsers die niet allemaal even geroutineerd zijn is het eigenlijk een heel gevaarlijke toestand en je kan niet voorzichtig genoeg zijn. Het is gewoon een heel steile afdaling met de eerste kilometers haarspeldbochten. Alhoewel het wegdek goed was (veel beter dan die van de Croix de Fer) blijft het enorm opletten en in mijn herinnering ben ik wel twee of drie EHBO wagens met loeiende sirenes gepasseerd. Achteraf hoorde ik trouwens dat een jongen uit Groningen van 35 jaar het niet overleefd heeft omdat hij uit een bocht tegen een betonnen paal vloog. Vooral de eerste afdaling is gevaarlijk omdat dan nog de meesten in cours zijn.

Na 21 km afdaling in het dal aangekomen (450 meter hoog) bij Saint Etienne de Cuines volgt een grote asfalt weg van 25 km tot aan de voet van de Col du Télégraphe met aan beide zijden de echte hoge Alpen wat natuurlijk een schitterend gezicht is. Dit is toch nog een lastig stuk met een enorm stuk vals plat erin van een paar kilometer. Het lijkt wel de elfstedentocht; haast niemand wil op kop rijden, iedereen rijdt o zo zuinig! Over de omstandigheden valt niet te klagen, het is een zonnig Hollands weertje, een beetje fris en deze keer hier geen tegenwind.

In St. Michel de Maurienne (81,4 km) rechtsaf vlak voor het viaduct pal voor de beklimming van de col is aan de rechterkant een ouderwets cafeetje, met geraniums voor de deur en een granieten vloer. Het wordt gedreven door een paar stokoude dames. En het is hier dat ik nu voor de derde keer kom voor een teiltje koffie (café grande), een blikje perziken, een boterham en een sanitaire stop. Toen ik hier in 2002 met dat noodweer voor het eerst kwam stonden we met zes man in onderbroek, als verzopen katten, onze kleding uit te wringen met drie dames achter de tap. In 2003 (met René Segers) waren er nog twee over waarvan nu alleen de jongste (70+) nog paraat stond. De tent was leeg dus na de hartelijke begroeting had ik snel mijn koffie. Bij navraag vertelde ze mij dat haar zuster voor een paar dagen in Parijs was en dat ze me beiden (sic!) vorig jaar gemist hadden. Maar het leukste is altijd om te zien hoe ze onder de bedrijven door (want als ik binnen ben lijkt het wel of de hele meute binnenkomt) de toegang tot haar toilet verdedigt door o.a. steeds weer een stoel voor die onduidelijke deur te schuiven, die dus uitsluitend gebruikt mag worden door betalende gasten, die na langs een paar wasmachinerieën geschoven te zijn het 'heilige der heilige' mogen betreden en kunnen constateren dat daar alles nog steeds werkt. Voor de rest verwijst ze iedereen die alleen voor gratis water komt resoluut naar de fontein aan de overkant. Maar genoeg gemijmerd, ik moet nog drie cols op!

De Col du Télégraph, 11,5 km klim naar 1.570 meter, is zo'n berg waarvan gezegd wordt dat hij wel mee valt, niet al te steil is, grotendeels tussen de bomen gaat en veel scherpe bochten heeft. Maar het is er ook zo een waarbij ik, toen ik hem jaren geleden vanaf de andere kant afdaalde, dacht: "Wat ben ik blij dat ik hier niet omhoog hoef, wat een trechter!"

Toch is het nog toe best te doen en omdat mijn shirt schijnbaar opvalt, door die grote letters Landsmeer op de rug, krijg ik nogal wat reacties uit het peloton waardoor met een praatje hier en daar de zinnen weer even verzet kunnen worden. Ook probeer ik hier in de bochten zo veel mogelijk de binnenbocht te nemen want dat scheelt weer steeds enkele tientallen meters. Halverwege de klim wordt er door de organisatie water uitgedeeld, wat nu gelukkig weer ruim voorhanden is (twee jaar geleden, met die bloedhitte, werd de aller aller laatste fles vlak voor mijn neus weggeven). Nu verschijnen langs de kant van de weg de borden met SONNET (top) 6 km, en na een verdomd lange tijd SONNET 5 km. Maar ja, als je maar 9 à 11 km per uur rijdt dan duren de kilometers lang. Op de Galibier straks gaan de kilometers nog veel langer duren.

Op de top meteen naar beneden 5 km naar Valoire, waar de officiële bevoorrading is. In het dorp begint de klim meteen al en de ravitaillering blijkt 2,5 km verder te liggen; gevraagd en gegrom alom!

Het is in Valoire dat Peter Luiten ons tegemoet komt lopen met de fiets aan de hand en hij roept dat hij niet verder kan omdat hij is aangereden door een auto. Dat is toch wel enorme pech en een domper want volgens mij was hij in de 'vorm van z'n leven'. Bij de verzorging heb ik toch echt wel een kwartier rust nodig om wat brood met ananas naar binnen te werken en even te zitten en te praten om hopelijk de Galibier in één ruk te kunnen nemen.

Nu komt eigenlijk het meest indrukwekkende deel van de route: het eerste deel naar Plan Lanchet is 6 km klimmen door een enorm weids groen landschap waar je tot in de verste verten een kilometers lang lint van fietsers langs de flanken van de berg omhoog kan zien kruipen (als je tenminste niet alleen maar naar je voorwiel zit te staren). Omdat de omgeving zo groots is lijkt het niet zo steil maar aan alles is te merken dat het dat wel is! Bij het naderen van Plan Lanchet (dit is volgens mij een aanduiding voor een uitspanning met daarna een bocht naar rechts waarna de klim pas echt aanvangt) begint het landschap al te veranderen in een 'maanlandschap' en kan je rechts hoog boven je de haarspeldbochten op de kale berg zien liggen. Het is hier in de laatste 9 km tot de top dat de meesten hun kleinste verzet gaan proberen om toch maar in het zadel te kunnen blijven. Het was ook hier op 8 km voor de top dat Marco Pantani drie keer achter elkaar

voluit ging demarreren en Jan Ullrich finaal uit het wiel reed en daardoor de tour won. Als je hier zelf rijdt besef je pas welke ongelofelijke prestaties de tourrenners moeten leveren om überhaupt een tour uit te kunnen rijden binnen de tijdsclimiet!

Er staan nu al behoorlijk wat campers langs de weg, omdat volgende week hier de tour langskomt. In de bochten staan de mensen ons dan ook aan te moedigen. Ondanks dat mijn tempo inmiddels gezakt is tot 6 á 8 km/uur en ik nu toch behoorlijk zit 'af te zien' zijn die laatste paar kilometers naar de top toch een onvergetelijke sensatie. Hoog boven je kan je in de verte dan al het plateau zien, met auto's, caravans en campers. Het plateau is de top voor het autoverkeer, die door een tunnel wordt geleid. Daar aangekomen word je naar links geleid voor de laatste 2 km steile klim over de kale berg naar de echte top en dat is nog een knap lastig stuk! Boven (2.642 meter hoog en na 115 km rijden) is het mistig en koud. Even van de fiets om iets aan te trekken voor de afdaling en wat proberen te eten. Na 10 minuten zit ik weer op de fiets.

De eerste paar kilometers ga ik zo voorzichtig mogelijk naar beneden want het is koud, steil, het wegdek is soms nat, de bochten zijn scherp en de kale ravijnen zien er niet aantrekkelijk uit. Maar allengs wordt het beter en worden de bochten wat ruimer. Alhoewel het hier oppassen is voor tegemoetkomend autoverkeer hoef ik hier niet meer zo veel te remmen en al gauw kan ik in de diepte het plateau van de top van de Col du Lautaret zien liggen.

Hier aangekomen, na 8 km steile afdaling, is het nu zaak om in een goed groepje terecht te komen want nu volgt een 40 km lange afdaling via la Grave naar Bourg d'Oisan. Dit vind ik een geweldig spectaculair stuk, de weg is breed met prachtige ruime overzichtelijke bochten en hier kan ik weer eens voluit de 13 rijden! Ik zit in een goed groepje van een man of zes en we rijden kop over kop door een schitterend landschap als razenden naar beneden, dit is puur genieten, het is voor dit soort momenten dat je het hele jaar getraind hebt!

Bij het binnenrijden van Bourg d'Oisan (na 161 km) staat er veel publiek te applaudisseren bij de verzorgingspost aan de voet van de Alp d'Huez, maar ik rijdt door naar mijn bus die op de camping La Cascade staat een stukje verderop. Hier een jack ophalen tegen de kou

boven, een kwartiertje rust nemen en weer opstappen voor de laatste 14 km bergop.

Direct over het kleine bruggetje begint meteen het steilste stuk van een paar kilometer naar bocht nummer 21 en 20, met een stijgingspercentage van 10 tot 12%. Zoals bekend is iedere bocht hier vernoemd naar een coureur die in het verleden bovenop een touretappe gewonnen heeft: o.a. Fausto Coppi, Joop Zoetemelk, Peter Winnen (2x), Hennie Kuiper (2x), Gianni Bugno, Marco Pantani (2x), Stevan Rooks, Agostinho, Get-Jan Theinisse etc. Die mannen reden hier, ook aan het einde van een bergetappe, op 'de macht' naar boven toe met een snelheid van 15 tot 22 km/uur. Ik daarentegen mag al blij zijn als ik 6 tot 8 km/uur haal op mijn kleinste verzet (30x25), en dan duurt zo'n klim anderhalf uur! Na bocht 19 wordt het ietsje minder steil en in de bochten kan je een beetje recupereren. Het zijn trouwens niet zo zeer de 21 bochten waar ik moeite mee heb maar het zijn die verdomd lange stukken ertussen waar ik 'kapot' op ga. En ik ben niet de enige, voor iedereen is het nu een gevecht tegen zichzelf. Het heeft geen zin om bij een ander in het wiel te kruipen want als het maar een beetje te snel gaat blaas je jezelf op. In elke bocht staan of zitten er wel een paar man/vrouw uit te rusten.

In bocht 9, bij het kerkhof, wordt er water uitgedeeld en nu komt er een stuk van een paar kilometer waar het een beetje 'vlakker' is. Ik moet hier denken aan die deelnemer die in bocht nummer 8 met geen stok te bewegen was om nog verder te gaan en rechtsomkeert maakte. En ik moet denken aan die fietsmaat van mij die op 4 km onder de top trek in koffie kreeg, er geen zin meer in had, en subiet naar beneden reed. Ja dat kan je hier allemaal

### ZOMERTRAINING 2005

De zomer dinsdagavond training (van 17 mei tot 27 september) vond weer plaats van 19.00 tot 20.30 uur. Loopstart vanaf het clubgebouw en de vervolg - oefeningen in de Twiskepolder. De oudere groep onder leiding van Henk Veen en de jongeren onder leiding van Ans Gerritsen, waarbij Rene Koning en Anja Gerritsen invalbeurten verzorgden. De deelname was redelijk goed te noemen, met een totaal opkomst van gemiddeld 25 leden. Bij de jeugd (tot 14 jaar) viel deelname wat tegen, gemiddeld 6, dit is iets te weinig. We hopen dat deze trainingen een goede voorbereiding voor de komende ijsperiode zijn (geweest) en de prestaties en de beoogde resultaten natuurlijk ten goede zullen komen. De trainers worden bedankt voor hun inzet en begeleiding.

## JEUGDSCHAATSEN

### Uitreiking abonnementen/ indeling Groepen:

Alle jeugdschaatsleden en een groot aantal wachtlijstleden hebben intussen bericht gehad om het komende winterseizoen in actie te komen op de Jaap Edenbaan. Zij die op de wachtlijst staan en nog geen bericht hebben gehad, moeten nog een jaartje wachten. Het schaatsuur op de zaterdagmorgen is in

meemaken terwijl er al veel fietsers die allang boven zijn geweest, fris en vrolijk naar beneden rijden. Hier bergop zijn er een paar die af en toe een stuk gaan lopen, maar uit ervaring weet ik dat dat helemaal niet opschiet. Het is dus zaak op de fiets te blijven, een beetje afzien en de bochten af te tellen.

Boven aan gekomen bij de eerste huizen van het dorp is het nog 1.500 meter tot de finish. Het is hier een stuk vlakker en met een zwaarder verzet kan ik nog een stuk of acht medestrijders inhalen en om even over half zeven rijdt ik weer over de elektronische matten.

Mijn reële tijd is 10.54 uur, dat is 51 minuten teveel voor goud, maar het is toch een P.R. (30 minuten sneller dan 2 jaar geleden). Voor mij zit er gewoon niet meer in omdat ik een paar keer een kwartier rust nodig heb. De echte snelle mannen en vrouwen verliezen bijna geen tijd met sanitaire stops en ze eten en drinken op de fiets en gaan maar door. Zo ook de snelste man van onze club (al jaren): Martin de Vries 8.05 uur, twee jongens uit Oostzaan: Jan Plooyer en Richard v.d. Veekens respectievelijk 9.05 en 9.10 uur (alle drie goud).

Alle mogelijke informatie over la Marmotte zoals: voorbereiding, voeding, profiel, uitslagen etc. kan je vinden op [www.bizland.com](http://www.bizland.com) en de website van de organisatie voor inschrijvingen: [www.sportcommunication.com](http://www.sportcommunication.com).

september 2005, Ed van Bergen

tijd veranderd: is nu van tien voor tien tot tien voor elf (was 5 over half tien tot 5 over half elf, dus nu een kwartier later van 09.50 tot 10.50 uur en in de hal van 09.50 tot 10.40 uur!! In de ijshal beginnen de starters, hierbij zijn 15 HGI- kinderen. Op de buitenbaan zijn dit jaar 75 HGI kinderen. Het totaal aantal kinderen op dat schaatsuur is ongeveer 450 !

Let op:

**Er is nog plaats/ruimte voor 6 (buitenbaan)- kinderen, in de leeftijd tussen 8 en 11 j.(en al een beetje kunnen schaatsen).** Eventueel zo snel mogelijk opgeven bij Jelle Attema 4824187.

Voor de herkenning van de HGI-kinderen, is op de baan het DRAGEN van de blauw/gele haarbanden / muts verplicht. De (nieuwe)mutsen worden door de club aan de jeugdschaatsleden uitgeleend en blijven eigendom van de club!

**De eerste HGI jeugdschaats-zaterdag zal zijn op 8 oktober 2005.**

**Uitreiking abonnement (=nieuwe schaatspas):**

**vrijdag 30 september 2005, HGI clubhuis 19.00 uur tot 22.00 uur** (ijsbaanterrein van HGI ter hoogte van brug Zuideinde 52).

Een ieder krijgt weer een nieuwe schaatspas uitgereikt, tevens een abonnement en een toegangsbewijs. Hierop staan de geldigheid voor het seizoen 2005/2006 en het bewuste schaatsuur vermeld (M12 is buitenbaan en M14 is de hal)! Met deze pas gaat ook de poort naar de baan open! De nieuwe kinderen krijgen dan ook de clubmuts uitgereikt.

**We gaan er vanuit dat het verschuldigde bedrag E. 57.50 per kind reeds is overgemaakt op Raborekening nr. 3340 10010 van HGI.**

Deze avond wordt verder informatie verstrekt en de groepsindeling bekend gemaakt alsmede met de leiding kennis gemaakt. Er is alvast een voorlopige groepsindeling gemaakt. De leiding moet nog vergaderen wie welke groep krijgt. Dat is op **30 september wel bekend.**

**NB: Hanna Gielis** is dit seizoen (na 19 jaar trouwe dienst) even op non actief. Zij heeft op 6 september een knieoperatie ondergaan en is op dit moment herstellende in verpleeghuis "De Die", Loenermark te Amsterdam - Noord. **Wij wensen haar van harte beterschap!**

**Voorlopige indelingen leid(st)ers en GROEPEN seizoen 2005/ 2006:**

Een definitieve indeling zal eventueel na 5 november worden gemaakt!

**GROEP E/F:**

| Achternaam: | Voornaam: | Geb datum: | Adres:          | Telefoon  | Dipl. |
|-------------|-----------|------------|-----------------|-----------|-------|
| Aarsaten    | Stijn     | 11-08-94   | Gruttolaantje 2 | 4822490   | E     |
| Bueger de   | Didi      | 11-01-94   | Schuttebreek 24 | 4826078   | D*    |
| Das den     | Koen      | 15-06-95   | Nijenrode 3     | 4822654   | E     |
| Faber       | Joyce     | 18-02-95   | Noordeinde 103  | 4821714   | D*    |
| Kelder      | Nick      | 23-02-94   | Karper 8 O'zaan | 756846204 | D*    |
| Looyen      | Timo      | 07-07-94   | Snoekstraat 22  | 4823383   | E     |
| Tindal      | Levi      | 17-08-95   | Schuttebreek 22 | 4823887   | E*    |
| Tindal      | Michelle  | 17-08-95   | Schuttebreek 22 | 4823887   | E*    |
| Vermeulen   | Rosa      | 13-04-93   | Den Ijp 4       | 4822889   | E     |

**GROEP E-1:**

| Achternaam: | Voornaam: | Geb datum: | Adres:          | Telefoon | Dipl. |
|-------------|-----------|------------|-----------------|----------|-------|
| Baarsen v.  | Daan      | 13-06-94   | Hazenweg 4      | 4825983  | D     |
| Kok         | Daisy     | 21-10-94   | Kievitslaan 8   | 4825988  | D     |
| Oudejans    | Roy       | 16-04-95   | Weegbrsingel 24 | 4826058  | C*    |
| Postma      | Talitha   | 17-01-94   | De Gouwe 58     | 4824147  | D     |
| Schutz      | Noah Adee | 12-12-94   | Calkoenstr 13   | 4825732  | D     |
| Vogel       | Jan       | 19-04-95   | Assumburg 22    | 4825417  | C*    |
| Wals        | Sijmen    | 12-06-94   | Calkoenstr 11   | 4826055  | C*    |



### GROEP D-1 :

| Achternaam: | Voornaam:  | Geb datum: | Adres:           | Telefoon  | Dipl. |
|-------------|------------|------------|------------------|-----------|-------|
| Beekman     | Alex       | 27-06-95   | Varenstraat 31   | 4820590   | C     |
| Dongen      | v. Jostijn | 20-11-94   | Lisstraat 18     | 4820123   | C     |
| Faber       | Anne       | 26-09-95   | Stoombootweg 62  | 6331297   | C     |
| Heijermans  | Bram       | 07-02-96   | Zwanenbloeml.326 | 4122215   | C     |
| Hoeksema    | Lars       | 20-02-93   | Vogelwikkestr.19 | 4825431   | C     |
| Kok         | Nicky      | 16-11-92   | Kievitslaan 8    | 4825988   | C     |
| Kurpershoek | Falk       | 20-08-93   | Fazantenstr. 10  | 4824348   | C     |
| Nieuwpoort  | Demi       | 26-05-96   | Waterhn 4 O'zaan | 756844241 | C     |

### GROEP D-2:

| Achternaam: | Voornaam: | Geb datum: | Adres:          | Telefoon  | Dipl. |
|-------------|-----------|------------|-----------------|-----------|-------|
| Brilman     | Kas       | 11-11-95   | Patrijzenweg 10 | 4822492   | -     |
| Elst van    | Lotte     | 18-10-95   | Dobberhof 12    | 4821352   | C     |
| Eeventse    | Mauk      | 21-06-95   | Nesserhoek 38   | 6314374   | C     |
| Hupkens     | Lisanne   | 28-02-95   | Nijenrode 35    | 6313297   | C     |
| Jansen      | Susan     | 13-01-95   | Nijenrode 36    | 4826204   | C     |
| Hartman     | Mart      | 18-12-96   | Stoutenburg 29  | 4826147   | C     |
| Mac Nack    | Evita     | 30-11-94   | M.Ghandistr.21  | 299777599 | C     |

### GROEP D-3:

| Achternaam: | Voornaam: | Geb datum: | Adres:          | Telefoon  | Dipl. |
|-------------|-----------|------------|-----------------|-----------|-------|
| Appels      | Jesher    | 23-11-95   | Dageraad 11     | 365409896 | C     |
| Elst van    | Ilse      | 18-10-95   | Dobberhof 12    | 4821352   | C     |
| Kant        | Tom       | 24-04-97   | Nijenrode 12    | 4824174   | B     |
| Treuren     | Laura     | 28-05-95   | DML.Kingstr. 16 | 4822373   | C     |
| Veer ter    | Aron      | 02-08-94   | Harpoenier 2    | 4825831   | B*    |
| Veer ter    | Guido     | 12-11-95   | Harpoenier 2    | 4825831   | C     |
| Voorn       | Roos      | 29-08-94   | Wilmkebrekpl.4  | 6338198   | C     |
| Wifferen v. | Barbara   | 13-10-95   | Rhijnestein 64  | 4826668   | -     |

### GROEP C-1:

| Achternaam: | Voornaam: | Geb datum: | Adres:               | Telefoon  | Dipl. |
|-------------|-----------|------------|----------------------|-----------|-------|
| Dijk van    | Mark      | 19-08-98   | Meerkoetstr 17       | 4824079   | B     |
| Janse       | Britt     | 10-03-97   | Sont 13 Zaandam      | 756178756 | B     |
| Kurpershoek | Brand     | 05-10-96   | Fazantenstr.10       | 4824348   | B     |
| Mulder      | Gijs      | 18-10-96   | Calkoenstr. 14       | 4822360   | -     |
| Muthert     | Stefan    | 27-09-94   | Anamoonl 23.Badhdorp | 6694366   | C     |
| Visser      | Chloe     | 10-01-96   | Zuideinde 51         | 6315372   | B     |
| Wals        | Merel     | 24-01-97   | Brederode 18         | 4824243   | B     |
| Wolf de     | Romy      | 08-10-96   | Houtsnipl.32         | 4826861   | B     |

### GROEP B-1:

| Achternaam:  | Voornaam: | Geb datum: | Adres:            | Telefoon  | Dipl. |
|--------------|-----------|------------|-------------------|-----------|-------|
| Arends       | Tessa     | 28-02-98   | Kalmoesstraat 5   | 4823399   | A     |
| Balk         | Nina      | 27-08-96   | Van Beekstr.111   | 4826592   | A     |
| Bosschiter   | Amy       | 25-08-97   | Den Ijp 174 g     | 4820355   | A     |
| Goede        | Ayra      | 17-04-97   | V.Beekstraat141a  | 4826635   | A     |
| Lal Roy      | Melvin    | 17-04-96   | Violierweg 22     | 4823636   | A     |
| Linden v.d.  | Niels     | 05-09-96   | V.Heyningenstr 95 | 6336552   | A     |
| Meeuwessen   | Moos      | 28-05-98   | Endorinastr.9     | 6613494   | A     |
| Paardekooper | Dewi      | 13-10-97   | Den Ijp 16        | 4822474   | A     |
| Rutten       | Jorian    | 24-12-96   | Den Ijp 196A      | 229431865 | A     |

### GROEP A-1:

| Achternaam: | Voornaam: | Geb datum: | Adres:      | Telefoon  | Dipl. |
|-------------|-----------|------------|-------------|-----------|-------|
| Bouwmeester | Anke      | 01-01-95   | Den Ijp 26  | 624310224 | -     |
| Das den     | Vera      | 26-04-97   | Nijenrode 3 | 4822654   | SP*   |



|         |         |          |                    |           |    |
|---------|---------|----------|--------------------|-----------|----|
| Drost   | Rinus   | 16-04-99 | Van Beekstraat 149 | 4821863   | SP |
| Rutten  | Sterre  | 05-08-98 | Den Ijp 196A       | 299431865 | SP |
| Samwel  | Daantje | 28-02-98 | Paterspoel 33      | 6327163   | SP |
| Vogel   | Gijs    | 09-06-98 | Assumburg 22       | 4825417   | SP |
| Vahl    | Rosa    | 20-11-96 | Van Beekstr 60     | 4821773   | SP |
| Wilders | Ella    | 18-10-97 | Dobberhof 11       | 4826942   | SP |

#### GROEP A-2:

| Achternaam: | Voornaam: | Geb datum: | Adres:          | Telefoon  | Dipl. |
|-------------|-----------|------------|-----------------|-----------|-------|
| Berg v.d.   | Bas       | 29-12-96   | H.Soetebstr.25  | 6311701   | -     |
| Boer de     | Ilse      | 17-11-97   | Goudpluvier 29  | 4821925   | -     |
| Groes de    | Kelly     | 29-10-97   | Koggenland 48   | 299641119 | P     |
| Hartog      | Denise    | 15-04-97   | Kamperfoelstr32 | 4825300   | -     |
| Vahl        | Job       | 01-05-98   | Van Beekstr 60  | 4821773   | P     |
| Wals        | Jesse     | 14-10-97   | Calkoenstr.11   | 4826055   | P     |

#### IJSHALGROEP:

| Achternaam: | Voornaam: | Geb datum: | Adres:           | Telefoon  | Dipl. |
|-------------|-----------|------------|------------------|-----------|-------|
| Bakker      | Vincent   | 26-07-98   | Goudpluvier 71   | 4824409   | -     |
| Brilman     | Britt     | 09-09-98   | Patrijzenweg 10  | 4822492   | -     |
| Engel       | Danny     | 06-12-97   | Burg.Laarstr 81  | 756171142 | -     |
| Eijking     | Sophie    | 14-11-98   | Noorderbreek 90  | 6367476   | -     |
| Gooskens    | Sem       | 10-02-98   | V.Beekstr. 272   | 4824004   | -     |
| Groothuis   | Lars      | 10-03-98   | Rhijnestein 99   | 6699515   | -     |
| Hermelink   | Tessa     | 01-10-98   | Stoombootweg 23a | 6444901   | -     |
| Jagtman     | Bente     | 09-09-98   | Den Ijp 111 a    | 4820988   | -     |
| Lange de    | Jelle     | 02-01-98   | Den Ijp 17 b     | 4826151   | -     |
| Lijmberg    | Lex       | 10-09-98   | Rhijnestein 38   | 4824552   | -     |
| Meeuwssen   | Mees      | 16-11-98   | Astasiastr.17    | 6162146   | -     |
| Oldenbrug   | Jamy      | 14-08-98   | Gundellaan 21    | 655946243 | -     |
| Plomp       | Amber     | 09-12-98   | Schuttebreek 30  | 4826776   | -     |
| Veer ter    | Lotte     | 21-07-98   | Harpoenier 2     | 4825831   | -     |

Voor de nieuwelingen geldt ook dat de eerste weken zal worden bekeken of de indeling ongeveer van hetzelfde niveau is, omzetting naar een andere groep mogelijk.

#### WACHTLIJST JEUGDSCHAATSEN

Op de wachtlijst staan tot op heden nog 48 (te jonge) kinderen. Er zijn nu 21 nieuwe kinderen geplaatst. We trachten de minimumleeftijd op het ijs op 6 ½ jaar te houden, de maximum leeftijd is 12 jaar (als deze leeftijd **voor 1 juli dit jaar is bereikt**).

#### SCHAATSRUILBEURS HGI CLUBGEBOUW, zaterdag 01 oktober 2005

**Inbreng schaatsen en aanverwante artikelen die dag tussen 10 en 13.00 uur. Verkoop vanaf 13.00 uur tot 15.30 uur.** Er wordt een prijs afgesproken en bij verkoop berekent de club 10 procent commissiegeld, hetgeen ten goede komt van het jeugdschaatsen. **Info 020-4824187 en clubgebouwnummer 4821834.**

#### SCHAATSTRAININGEN

De trainingsuren op de Jaap Edenbaan zijn voor het komende seizoen 2005/2006, dezelfde gebleven. De baanmarathonwedstrijden zijn nu weer op de woensdagavond! Voor deelname aan de langebaanwedstrijden is voor de **Veteranen/Senioren en Junioren A** weer een opdeling gemaakt in verenigingsblokken, zgn. "**Combi-wedstrijden**" die een of tweemaal per maand worden verreden op zaterdag- of zondagavond. Voor de overige categorieën, met name **de Junioren B/C en de Pupillen**, gelden de afzonderlijke categorie- wedstrijden. Het wedstrijdoster wordt tijdig aan de rijders bekend gemaakt.



Een aantal actieve leden zijn om diverse redenen gestopt met de schaatstraining onder wie Joop Kuijpers (toerschaatsen); Nico de Boer; Ed van Bergen (toerschaatsen); Liza Kauwen; Kimberley Tabak; Marije op de Weegh; Wij wensen hun het beste toe en een eventueel succesvol vervolg van een sportieve loopbaan.

Er is gelukkig toch weer een goede aanvulling, vanuit de jeugd en/of het jeugdschaatsen, met name: Kees Heijermans; Sybille Mulder; Martijn op de Weegh; Ruben Harms; Nicole Smedeman; Lis van der Wal; Swen Faber; Matz Schutz; Verder kunnen we een aantal oude schaatskanjers weer als nieuw trainingsleden verwelkomen, met name Liesbeth Hekman; Imme Kampen; Amy Jonk en Marco Schreuder. De HGI trainingsuren zijn:

- **1)Dinsdagmiddag van 16.55 tot 18.00 uur ( Pupillen/Jun C).** Hier is nog plaats voor 6 leden, liefst jeugdigen van 12 t/m 14 jaar, die de schaatsport al een beetje beheersen.
- **2)Dinsdagavond van 18.20 tot 19.20 uur (Jun./Sen./Vet)**
- **3)Vrijdagavond van 19.30 tot 20.40 uur (Pup./Jun./Sen/ Vet).**

Op beide uren zijn nog enkele plaatsen beschikbaar.

**Uitreiking nieuwe abonnement(schaatspas)en licentie(pas):  
Vrijdag 30 september 2005, HGI- clubhuis van 19.30 tot 22.00uur.**

De nieuwe schaatspassen worden uitgereikt, deze doen tevens dienst als schaatsabonnement en toegangsbewijs voor het vermelde schaatsuur. **Met deze pas gaat straks ook de poort open!** Verder wordt dan de KNSB - licentiepas verstrekt (verplicht)en de benodigde informatie, met name over de indeling en de trainers . Ook zullen de trainers aanwezig zijn en informatie worden uitgewisseld. Tevens zal weer een demonstratie schaatsen slijpen worden gegeven door een ervaren slijper. Neem eventueel schaatsen mee (gratis beurt)

#### Betaling:

**We gaan er vanuit dat het verschuldigde bedrag (als vermeld op het toegezonden formulier) reeds is overgemaakt op Raborekening nr. 3340.10010 van t.n.v. de penningmeester van HGI.**

Hierbij een overzicht van de kosten seizoen 2005/2006 en de leeftijds- categorieën:

#### Kosten zijn per seizoen:

| <u>Categorie</u><br><i>(ind.op</i><br><i>Geb.jaar)</i> | <u>Baanabment 1 (</u><br><i>= abm 2)</i> | <u>Licentie</u> | <u>-/+</u><br><u>schaats</u><br><u>blad</u> | <u>Training (=</u><br><u>tr. 2)</u> | <u>Oor-</u><br><u>merk</u> | <u>Totaal kosten</u><br><u>1)enkel abm+tr.</u><br><u>2)dubbel abm+tr.</u> | <u>Bedrag</u><br><u>te bet</u> |
|--|--|-----------------|---|-------------------------------------|----------------------------|---|--------------------------------|
| <u>Pupil</u><br><u>Na 1/7-92</u>                       | <u>116.70</u><br><u>(79.60)</u>          | <u>10.60</u>    | <u>(-)</u>                                  | <u>62.75</u><br><u>(25.50)</u>      | <u>(-)</u>                 | <u>1) 190.05</u><br><u>2) 295.15</u>                                      | <u>190.=</u><br><u>295.=</u>   |
| <u>Jun C</u><br><u>1/7/90-92</u>                       | <u>116.70</u><br><u>(79.60)</u>          | <u>19.25</u>    | <u>(-)</u>                                  | <u>62.75</u><br><u>(25.50)</u>      | <u>1.30</u>                | <u>1) 201.=</u><br><u>2) 306.10</u>                                       | <u>201.=</u><br><u>306.=</u>   |
| <u>Jun B</u><br><u>1/7/88-90</u>                       | <u>116.70</u><br><u>(79.60)</u>          | <u>21.75</u>    | <u>(-)</u>                                  | <u>62.75</u><br><u>(25.50)</u>      | <u>1.30</u>                | <u>1) 203.75</u><br><u>2) 321.85</u>                                      | <u>204.=</u><br><u>322.=</u>   |
| <u>Jun A</u><br><u>1/7/86-88</u>                       | <u>132.60 (95.50)</u>                    | <u>29.35</u>    | <u>14.25</u>                                | <u>62.50</u><br><u>(25.50)</u>      | <u>1.30</u>                | <u>1) 240.25</u><br><u>2) 361.25</u>                                      | <u>240.=</u><br><u>361.=</u>   |
| <u>Neo S</u><br><u>1/7/82-86</u>                       | <u>132.60 (95.50)</u>                    | <u>38.45</u>    | <u>14.25</u>                                | <u>62.75</u><br><u>(25.50)</u>      | <u>1.30</u>                | <u>10 248.85</u><br><u>a) 369.85</u>                                      | <u>249.=</u><br><u>370.=</u>   |
| <u>Sen</u><br><u>1/7/65-82</u>                         | <u>132.60 (95.80)</u>                    | <u>41.=</u>     | <u>14.25</u>                                | <u>62.75</u><br><u>(25.50)</u>      | <u>1.30</u>                | <u>a) 251.90</u><br><u>b) 372.90</u>                                      | <u>252.=</u><br><u>373.=</u>   |
| <u>Vet, voor</u><br><u>1/7-65</u>                      | <u>132.60</u><br><u>(95.50)</u>          | <u>41.=</u>     | <u>14.25</u>                                | <u>62.75</u><br><u>(25.50)</u>      | <u>1.30</u>                | <u>a) 251.90</u><br><u>b) 372.90</u>                                      | <u>252.=</u><br><u>373.=</u>   |

#### KNSB- leeftijd indelingen 2005/2006:

Pupillen **D** geb. tussen 1 juli 1995 en 30 juni 1996;  
Pupillen **C** geb. tussen 1 juli 1994 en 30 juni 1995;  
Pupillen **B** geb. tussen 1 juli 1993 en 30 juni 1994;  
Pupillen **A** geb. tussen 1 juli 1992 en 30 juni 1993;  
Junioren **C** geb. tussen 1 juli 1990 en 30 juni 1992;



OPGERICHT ANNO 1900

IJSCLUB "Hard-Gaat-ie" Landsmeer  
www.hardgaatie.nl

|              |  |
|--------------|--|
| Junioren B   | geb. tussen 1 juli 1988 en 30 juni 1990;         |
| Junioren A   | geb. tussen 1 juli 1986 en 30 juni 1988;         |
| Neo Senioren | geb. tussen 1 juli <b>1982</b> en 30 juni 1986;  |
| Senioren     | geb. tussen 1 juli 1965 en 30 juni <b>1982</b> ; |
| Veteranen    | geb. voor 30 juni 1965.                          |

## TOER/RECREATIE- SCHAATSSEN

De uren van het TOER-schaatsen zijn gelijk gebleven ten opzichte van verleden jaar. De toegewezen uren voor HGI zijn:

- M22)Maandag 3<sup>e</sup> uur, 18.20-19.20u.olv Jeffry Pommerel / Jelle Attema;
- M23)Maandag 4<sup>e</sup> uur, 19.40-20.40u.olv Hayo van der Werf;
- M27)Donderdag2<sup>e</sup>uur, 18.20-19.20u.olvEvelienMager / Andries de Weerd;
- M28)Donderdag3<sup>e</sup>uur, 19.40-20.40u.olv Bob Vink;
- M31)Zondag2<sup>e</sup>uur, 17.00-18.00u.olvReneKoning / Frank Wals; Marja Roos;

De kosten bedragen € 95,00 met inbegrip van €25,00 vergoeding club en begeleiders.

### Let op:

**Alleen voor het 3<sup>e</sup> uur op maandagavond (M22 van 18.20-19.20) zijn nog abonnementen (6x) te koop, info: Jelle Attema,tel. 020-4824187 of JSAttema@Hotmail.com**

Helaas moest Ivo Hilderink zijn "lesgeven" op de maandagavond beëindigen i.v.m. te drukke werkzaamheden. Hij heeft vanaf seizoen 1997/1998 naar volle tevredenheid gedaan en wij bedanken hem voor zijn inzet en betrokkenheid. Hayo van der Werf neemt zijn stokje over en die wensen we hierbij succes toe!

Verlengd Jeugdschaatsen (12 t/m 15j) is mogelijk op **een Toerschaatsuur**: Kosten €.66.= **(inbegrepen €20.= vergoeding club en begeleiders)**. De begeleiders zullen vooral de "beginners" de nodige aanwijzingen gaan geven.

### De uitreiking van de nieuwe toerschaatspas (abonnement):

**Vrijdag 30 september, clubhuis HGI, plm. 19.00 tot 22.00 uur**

De nieuwe schaatspassen worden uitgereikt, deze doen tevens dienst als schaatsabonnement en toegangsbewijs voor het vermelde schaatsuur. **Met deze pas gaat straks ook de poort open!** Verder wordt dan de benodigde informatie verstrekt, met name over groepsindeling en de begeleiding. Tevens zal weer een demonstratie schaatsen-slijpen worden gegeven door een ervaren slijper. Neem eventueel schaatsen mee (gratis beurt)

### Betaling:

**We gaan er vanuit dat het verschuldigde bedrag (als vermeld op het toegezonden formulier) reeds is overgemaakt op Raborekening nr. 3340.10010 van t.n.v. de penningmeester van HGI**

## HGI GESELECTEERDEN LANGEBAAN / MARATHON 2005/ 2006

- **Lieuwe Mulder, heren Junioren B**, groep "Langebaanselectie", hij krijgt extra trainingen, ook op buitenlandse ijsbanen en mag deelnemen aan diverse selectiewedstrijden en kampioenschappen;
- **Mandy Blokzijl, dames Junioren A**, groep "IJsfaciliteiten", hetgeen een extra training inhoudt op de woensdagavond en deelname aan diverse selectie/uitnodigings –wedstrijden;
- **Fabian van Altena** doet als gewestelijk geselecteerde mee aan de landelijke marathon voor de A-rijders onder nummer A 12.
- **John van Dijk**, gaat weer landelijk actief worden bij de B-marathon rijders, onder nummer B 24.

De samenstellingen van de marathonploegen waar Fabian en John deel van uitmaken kunt u verwachten in het eerst volgende blad.

**Niet alleen deze geselecteerden, maar ook de andere trainingsleden succes gewenst het komende seizoen !** Zowel de wedstrijd- als de marathonkalender worden bekend gemaakt in het volgende clubblad.



OPGERICHT ANNO 1900

IJSCLUB "Hard-Gaat-ie" Landsmeer  
www.hardgaatie.nl

## WIST U DAT

- Het skeeleren tijdens de club promotiedag op 31 mei 2005 voor de Landsmeerse scholen in de Twiskepolder namens HGI werd verzorgd door Rene Koning en John van Dijk, die aan zo'n 30 kinderen de technische en praktische kennis konden bijbrengen en wij hen daarvoor bedankt;
- Het prachtige 100 jarig HGI Jubileum-boek nog te verkrijgen is bij Jelle Attema, Fuutstraat 11, tegen betaling van 10 euro;
- De club Hard Gaat Ie dit jaar weer meedoet aan de clubactie bij supermarkt Deen, dus .....
- Dit seizoen drie landelijke marathonwedstrijden worden verreden op de Jaap Edenbaan te Amsterdam, namelijk alle op zaterdagavond op vervroegde uren namelijk te 18.00 uur (i.v.m. Televisie - uitzendingen): **15 oktober; 21 januari en 11 februari 2006;**
- De schaatsruilbeurs wordt gehouden op zaterdag 01 oktober in het clubhuis van HGI van 10.00 tot 15.30 uur **er dan ook:**
- Clubtassen voor €20.= (niet leden €35.=) te koop zijn, in de clubkleuren geel /blauw, voorzien van de clubnaam "Hard Gaat Ie" en de sponsornaam: "Hegron Cosmetics Purmerend";
- bandana's (piratenmutsen) voor €9.=, te koop zijn in de HGI- clubkleuren en voorzien van de clubnaam "Hard Gaat Ie".