



Nieuwsbrief

1 mei 2025



AV Generaal Michaëlis
Gildelaan 2
5684 EZ Best

www.avgm.nl
nieuwsbrief@avgm.nl

In dit nummer

van de redactie

van het bestuur

Algemene Leden Vergadering 2025

de pen

Wie pakt de pen op ...?

het potlood

Wie schrijft ...?

lopen

Vroege "Paas" Vogels

specials

Een Nieuwe Jeugdgroep voor Atleten met een Beperking vanaf 10 jaar bij AVGM!

avgm evenement

Nieuwsbrief 2: Bevrijdingsloop ARROMANCHES TOCHT 2025

wandelen

Powerwalk uitje Berg en Dal, Zaterdag 5 april

algemeen

AVGM Verzorgingspost Marathon Eindhoven

Zondag 12 oktober 2025

wandelen

De Trage Tocht Netersel

avgm evenement

De Steekloop

wandelen

4^e GM Wandelevent; weer geslaagd!

avgm evenement

Heilige Eikloop op zaterdag 24 mei 2025

vacatures

Vacature-overzicht vrijwilligers

colofon

algemeen

WhatsApp Klusjesgroep

van de redactie

De lente is in volle gang en daarmee breekt er weer een prachtige periode aan voor onze vereniging. Mei en juni staan traditiegetrouw in het teken van voorbereidingen op wedstrijden, zonnige trainingen en vooral heel veel plezier op en rond de baan en op de weg.

Of je nu meedoet aan je eerste pupillenwedstrijd, traint voor een belangrijke seniorencompetitie, als recreant je in het zweet werkt of als vrijwilliger langs de lijn staat—iedereen draagt bij aan de energie die onze vereniging zo bijzonder maakt. In deze nieuwsbrief lees je alles over de aankomende evenementen, terugblikken op mooie en grappige gebeurtenissen en we vragen jullie aandacht zaken. Laten we er samen een sportieve, gezellige en succesvolle periode van maken!

Nieuwsbrief redactie

Kopij voor de volgende nieuwsbrief uiterlijk op **15 juni 2025** versturen naar het volgende e-mailadres: nieuwsbrief@avgm.nl

van het bestuur

Algemene Leden Vergadering 2025

Het bestuur van AV Generaal Michaëlis nodigt de leden en ouders van jeugdleden tot en met 14 jaar uit voor de Algemene Leden Vergadering. Deze wordt gehouden op vrijdag 9 mei 2025.

De vergadering start om 20:00 uur in de kantine van ons clubgebouw D'n Opstap.

De agenda, bestuurswijzigingen, concept-notulen van de Ledenvergadering van 22 maart 2024 en jaarverslagen over 2024 vindt u op de volgende pagina: www.avgm.nl/vereniging/jaarvergadering/2025.

De vergaderstukken liggen vanaf Vrijdag 25 april ter inzage in een map in de kantine van het clubhuis. Het financieel verslag 2024 en de begroting 2025 liggen ook vanaf vrijdag 25 april 2025 uitsluitend in deze map ter inzage.

Namens het bestuur,
Patrick Aerts, bestuurslidbaanatletiek



de pen

Wie pakt de pen op ...?

Met een grote vereniging zoals AVGM met zoveel leden verdeeld over veel disciplines zie en herken je veel mensen, maar je spreekt en kent er maar enkelen. Op zich is dat niet raar omdat we op verschillende tijdstippen en dagen bezig zijn in verschillende disciplines. Om de herkenbaarheid te vergroten hadden we de rubriek "De Pen" waarin in leden zichzelf voorstelden. Deze rubriek willen we weer nieuwe leven inblazen, dus meld je aan. Vertel ons wat je bezighoudt bij AVGM, op sociaal gebied of je werk. Wat je aan ons wil vertellen mag je zelf bepalen, het enige wat we wel van je vragen dat als de Pen op-pakt je hem overdraagt aan een ander die hem op haar/ zijn/hen beurt ook weer oppakt en vervolgens overdraagt. Alleen dan kan het stokje telkens overgedragen worden voor een oneindige estafette. Wie pakt de Pen op? Stuur je bijdrage naar nieuwsbrief@avgm.nl



het potlood

Wie schrijft ...?



Wie...? Wie van de jeugdleden pakt het potlood op om in het kort iets over zichzelf en het sporten bij AVGM te vertellen? Ook deze rubriek is goed gewaardeerd in het blad, alleen is het potlood de laatste keer niet doorgegeven. Jeugdleden, trainers, jullie bijdragen zijn welkom! Als jij het leuk vindt het potlood op te pakken, stuur dan even een berichtje naar nieuwsbrief@avgm.nl en we zorgen dat jouw stukje volgende keer in het blad staat.

lopen**Vroege "Paas" Vogels**

Op deze mooie Paaszondag begonnen de Vroege Vogels een paaseitje op te peuzelen alvorens aan de gebruikelijke training te beginnen! En ik mag wel zeggen dat het in de hechte groep de Vroege Vogels erg gewaardeerd werd!

Namens de Vroege Vogels,
Leo

**specials****Een Nieuwe Jeugdgroep voor Atleten met een Beperking vanaf 10 jaar bij AVGM!**

Ben jij tussen de 10 en 20 jaar en wil je graag sporten, maar lukt het je niet om een sport te vinden die past bij je beperking? Doe mee met onze nieuwe atletiek trainingsgroep en ontdek hoe leuk sport kan zijn. Al ruim 25 jaar zijn de Specials (volwassen atleten met een beperking) binnen onze atletiekvereniging Generaal Michaëlis een enthousiaste groep van atleten.

Graag willen we deze tak van atletiek uitbreiden met een jeugdgroep!

Wanneer? Elke woensdagavond van 19.00 tot 20.00 uur

Waar? Onze atletiekbaan aan de Gildelaan 2 in Best

Wat bieden wij?

- Sporten in een veilige én gezellige omgeving op je eigen niveau
- 3 ervaren trainers die ook training geven aan volwassen atleten met een beperking
- Gezamenlijke warming-up en cooling down met de volwassen groep
- Mogelijkheid om deel te nemen aan onze interne wedstrijden maar ook aan wedstrijden in de regio samen met andere atleten van de vereniging.
- 4 keer gratis meetraining voordat je besluit lid te worden



Voor sporters met een lichamelijke- of verstandelijke beperking hebben we een aangepast trainingsaanbod. Ons motto hierbij is "Gewoon wat gewoon kan, speciaal wat speciaal moet". Naast trainingen kan ook worden deelgenomen aan wedstrijden en sociale activiteiten.

Net zoals voor alle atleten bij AVGM, is bij de specials ruimte voor verschillende niveaus, zowel wedstrijdgericht als recreatief.



Onze sponsors



LIESHOUT SINDS 1719
Bavaria 0.0
 0% ALC.
 0 VOL

Martin's Health Shop
 uw gezondheidswinkel

- Homeopathie
- Phytotherapie
- Voedingssupplementen
- Bach Bloesem therapie
- Natuurlijke huidverzorging van o.a. Weleda, Hauschka, Aubrey en Alqvimia
- Etherische oliën
- Massage oliën
- Groot assortiment thee- en Eko- en Demeter producten
- Suikervrije producten
- Glutenvrije producten
- Tarwevrije producten
- Vers brood
- Zuivel
- Sportvoeding

Kap. J.A. Heerenstraat 11 Best
 0499-379901
 www.mhsonline.nl



Marius Notenshop
 Gespecialiseerd in Noten & Zuidvruchten

HTB {
 accountants & adviseurs



cyclepointbest
 fietsen • onderhoud • accessoires

Er wordt zoveel mogelijk getraind op de reguliere onderdelen, zoals kogelstoten, speerwerpen, verspringen, sprints, etc. Onze trainers hebben veel ervaring met het aanpassen van trainingsvormen op de mogelijkheden van de atleten en weten voor elk niveau interessante trainingen samen te stellen



Doe mee en ontdek hoe leuk atletiek kan zijn!

Atletiekvereniging Generaal Michaelis

We kijken ernaar uit je te verwelkomen! Heb je vragen? Neem gerust contact met ons op, Carla van der Kalen staat je graag te woord ((06-20371856, bij voorkeur in avond of weekend).

Patrick Aerts, bestuurslid baanatletiek

avgm evenement

Nieuwsbrief 2: Bevrijdingsloop ARROMANCHES TOCHT 2025



We organiseren deze Bevrijdingsloop omdat vrijheid nog steeds niet vanzelfsprekend is.

Op het moment dat jullie dit lezen is de groep met 50 personen in de voorbereiding of al onderweg naar of vanuit Arromanches. We organiseren deze Bevrijdingsloop omdat vrijheid nog steeds niet vanzelfsprekend is. Vorig jaar startten we de gewone Bevrijdingsloop vanuit Wageningen met de woorden van teamcaptain Ronnie van Dortmund dat voor ons een leven in vrijheid een vanzelfsprekendheid is. Op dat moment vingen we in Nederland en ook in Best Oekraïense vluchtelingen op; veelal vrouwen en kinderen terwijl hun mannen, papa's en soldaten vechten om het behoud van Oekraïne. Afgelopen jaar is het met de vrede in de wereld niet beter geworden.

Het einde van de Tweede Wereldoorlog betekende niet dat er een einde kwam aan oorlog in de wereld; er is daarna wereldwijd nog geen dag geweest zonder oorlog. Als we nu de televisie aanzetten of de krant lezen dan is de conclusie dat vrede alleen maar verder weg is.

En dan wordt in clubhuis D'n Opstap van AVGM met grote regelmaat de wens uitgesproken om, wanneer Nederland 80 jaar is bevrijd, het Bevrijdingsvuur niet uit Wageningen te halen maar uit Arromanches. Dé plaats waar tachtig jaar geleden de geallieerden aan land kwamen om ons te bevrijden. Veertig jaar later haalde AVGM het vuur op uit nabijgelegen plaats Bayeux en herhaalde deze tocht in 2015, vertrekkend vanuit Arromanches. In de 2020 stond deze loop ook in de startblokken maar werd vanwege corona geannuleerd.

Maar hoe dan nu een Bevrijdingstocht organiseren in een wereld die dichtbij en ver weg erg onrustig is? Alles begint bij een initiatief en zo vonden er eerste gesprekken plaats; met bestuur van AVGM en met veel vrijwilligers met veel positieve reacties.

Het idee achter deze tocht is de gezamenlijkheid.

Sámen gaan we zorgen dat we deze tocht tot een goed einde brengen en we hebben allemaal een taak waar we verantwoordelijk voor zijn. Het motto is 'met z'n allen de schouders eronder en iedereen draagt een steentje bij'.

Deze tocht doen we met elkaar.

Na een eerste inventarisatie bleek dat het hele team direct compleet was.

Dat zegt genoeg. De deelnemers dragen financieel bij in de kosten maar dat is niet voldoende om alle rekeningen te betalen. De organisatie is verrast met fijne, betrokken donateurs. Fantastisch en hartverwarmend is het dat er in een zeer

korte periode de nodige financiering werd verwezenlijkt.

We bedanken, op alfabetische volgorde: AVGM, BAS World B.V., Comité Herdenkingen Best en Den Bosch, Coöperatieve Rabobank, DELA Fonds,

Gemeente Best, H. Brinkman Schilderwerken B.V., Industrial Auctions B.V., MGM Makelaardij B.V., Rendac, Rexel Nederland, Riton Luchtkanalen B.V.,

Speakerkoning, Van Kemenade mondzorg centrum en enkele gulle gevers. Veel plaatselijke supermarkten helpen mee: van AH Boterhoek ontvangen we fruit, we kopen producten bij Aldi en Lidl tegen mooie prijzen en bij AH

Wilhelminadorp en PLUS Centrum en PLUS Heivelden mogen we een

statiegeldactie houden. Achter de schermen helpen vele mensen ons met raad en daad. We zijn super blij met zoveel support.





De organisatie staat. Het totale team bestaat uit 4 subgroepen, te weten 3 groepen (rood-wit-blauw) die in totaal 12 etappes afleggen en 1 verzorgingsteam (oranje). Elk subteam regelt de eigen etappes: wie gaat er lopen, om de hoeveel kilometer er op de etappe wordt gewisseld, wie rijdt, wie navigeert, wie fietst met navigatie en wie houdt eenoogje in het zeil en helpt onderweg tijdens een etappe waar nodig. In totaal zijn er 12 grote verzorgingsposten waar het verzorgingsteam in de weer is met catering en sportmassages. Maar op een verzorgingspost zorgt ook iedereen voor elkaar; het team dat gelopen heeft kan gaan slapen, het team dat geslapen heeft helpt mee met het verzorgingsteam of rust nog wat uit en checkt de etappe die gelopen gaat worden.

Als voorbereiding hadden we op zaterdag 8 februari een oefenloop. Deze loop ging van Best naar de Pette-laarse Schans waar we in alle gezelligheid bij 'Ons Moeke' uitrustten om daarna weer terug naar Best te lopen waar we de middag afsloten met een gezamenlijke maaltijd in D'n Opstap. Bijna alle deelnemers waren aanwezig; de chauffeurs en lopers ervoeren hoe het is om tijdens een etappe elke 2 kilometer te stoppen en dat er dan een wisseling van een loper plaatsvindt. Ook de fietsers die de loper begeleidt ervoeren hoe het is om in het tempo van de loper te fietsen en tegelijkertijd te moeten navigeren.



Team Rood



Team Wit



Team Blauw



onze sponsors



empuls

m 06 112 315 95 boukje.scheepmaker@empuls.nl
 t 088 116 08 16 www.empuls.nl
 De Maas 9 Best
 Postbus 433 5680 AK Best
 Kvk 17091414



To Lunch - To Dine - To Drink

Rooijmans R&k
druken-kopie

offsetdruk
briefpapier, visitekaartjes
enveloppen, folders, posters

print & kopieerwerk
folders, flyers, visits, boekjes
rapporten, bouwtekeningen

**geboortekaartjes
trouwkaarten
gelegenheidskaarten**

Buitenweg 9a • 5683 PM Best • tel. (0499) 37 29 30
best@druk-en-kopie.nl • www.druk-en-kopie.nl

安风酒家
CHINEES-INDISCH RESTAURANT
„AN FONG“

Bij ons achter is een **RUIIME PARKEERGELEGENHEID**

en U kunt dan door de gang naar binnen komen.

Als U even telefonisch bestelt,
 staat Uw maaltijd gereed om af te halen

Zaal beschikbaar voor ongeveer 40 pers.

NIEUWSTRAAT 70A - BEST - TEL. 0499-371924





Een heuse mascotte



Vergaderen bij D'n Opstap AVGM

Op 5 mei zal het Bevrijdingsvuur om 12:15 uur op het Bevrijdingsfestival in Den Bosch en om 14:30 uur op het Bevrijdingsfestival in Best worden ontstoken. Kortom: een Bevrijdingsloop in een tijd waarin van alles gebeurt is sowieso een bijzondere tocht. Helemaal mooi is dat voorzitter van Stichting Veteranen Best Bas van Hoof de laatste bijeenkomst inleidt met een presentatie over de route die we gaan afleggen.

Met dank aan iedereen die zich op welke manier inzet, bereiden we ons voor op deze waardevolle en betekenisvolle tocht. Wij zijn er klaar voor!

Namens de organisatoren
Stijn, Jacqueline en Monique

wandelen

Powerwalk uitje Berg en Dal, Zaterdag 5 april



Vorig jaar vierde de powerwalkgroep haar 5-jarig lustrum met een wandeltocht in Epe (Limburg). Dat beviel zo goed, dat er een vervolg moest komen. Dit jaar stond daarom op 5 april een uitje naar het Nijmeegse Heuvellandschap op het programma. Er werd gekozen voor de 14 km lange N70 route. De route met 500 traptreden en 375 hoogtekilometers leidde niet alleen door een prachtig natuurgebied, maar ook langs een aantal gezellige terrasjes waarop het mede dankzij het geweldige weer goed vertoeven was. Op één van die terrasjes

werd Nancy Booij in het zonnetje gezet en bedankt voor haar inzet als trainster in de afgelopen 6 jaar.

Annelies, Herma, Aukje, Peggy, Miranda, Wendy, Sabrina, Ine, Nancy & Corine

Wat is powerwalk?

Nancy heeft 6 jaar geleden het powerwalken bij GM geïntroduceerd. Powerwalk is een combinatie van flink doorwandelen met spierversterkende oefeningen tussendoor en is toch iets pittiger dan gewoon wandelen. Het voelt aan als sporten, je bent buiten en je kunt bovendien na een drukke dag werken lekker je hoofd leeg maken. Per 1 maart jl. heeft Corine Bijnen het stokje overgenomen van Nancy. Samen met een team van enthousiaste dames en heer (onze eigen Henk) wordt om toerbeurt de trainingen verzorgd.



De powerwalkgroep start iedere woensdagavond om 19.30 bij het clubhuis van GM. We



wandelen tussen 19.30 en 21.00u, doen tussen-door oefeningen en eindigen met een cooling down en een kop thee in het clubhuis. Lukt het hardlopen even niet, of zoek je een andere uitdaging in de sport, je bent meer dan welkom op de woensdagavond bij de powerwalkgroep! Een keer meedoen? Je bent als mede-GM'er natuurlijk altijd welkom om aan te sluiten!



Corine Bijnen

algemeen

AVGM Verzorgingspost Marathon Eindhoven

Zondag 12 oktober 2025

Wist je dat:

- Zondag 12 oktober 2025 in Eindhoven de hele/halve marathon plaatsvindt?
- Daar vele GM-ers hardlopen?
- Ook vele GM-ers een helpende hand toesteken bij de GM-verzorgingspost?
- Jouw partner/vriendin/familielid/loopmaatje heeeeeeel graag én vooral van JOU een overheerlijk bekertje water of sportdrink krijgt?
- Het altijd zeer gezellig is?
- AVGM per persoon er een vergoeding voor krijgt?
- Extra helpende handjes altijd welkom zijn?



Kortom: reserveer nu vast zondag 12/10 in jouw agenda! Wordt vervolgd.

Pieter van der Sanden en Gerard van Summeren
drankenpost@avgm.nl

wandelen

De Trage Tocht Netersel

Zoals de vorige keer (april 2021) al gemeld: ook nu weer voorgewandeld om er zeker van te zijn dat er geen ongewenste verrassingen ons pad kruisen. Bijv. nauwelijks doorwaadbare plaatsen en pad omleidingen. Voorafgaand aan het voorwandelen wat desktopresearch qua route. De aanpak beginnend in 2006: toen vaak een NS-wandeling met een min-of-meer nabijgelegen vertrekpunt (bijv. Vught, Deurne, Maarheze). Of met de bus op pad, net een schoolreisje. Met in het achterhoofd de gedachte "Verandering van spijs doet eten" heb ik het bedenken van de routes aangepast. Niet meer per se met het OV en zelf een route verzinnen met het Brabantse wandelknooppuntennetwerk: <https://www.visitbrabant.com/nl/routes-in-brabant/wandelen-in-brabant/wandelrouteplan-ner>. Later een route "stelen" van een website en deze aanpassen naar onze voorkeur: niet te lang; met koffie en gebak en geschikt voor deeltijders. Deze keer met copy-paste van <https://www.mooisteroutes.nl/routes/> de Trage Tocht Netersel gekozen en afgestemd op onze wensen. *Noot: deze site bevat wandel-/fiets-/kanotochten in heel Nederland.*

12 april was het zover. Met fiets en auto naar Westelbeers; gelukkig heel mooi weer. En helaas deze keer wel een zeer lage opkomst. Mijn eerste verbazing/teurstelling verdween toen ik me realiseerde dat het gewoon een ongelukkige samenloop van omstandigheden was. Bijv. operatie/blessure of herstel daarvan, vakantie, Buurtkwis. Kortom: géén reden voor mij om de najaarswandeling (27/9) te annuleren. Na een zeer kleine intro en welkom aan de introducee gingen we op pad via bospaden naar de schitterende Neterselsche Heide. Onderweg werden we verrast door een niet alledaagse verschijning, namelijk een bunzing. Op de Heide zelf vennen en dus watervogels en een kudde grazende schapen; altijd leuk om het geblaat te horen en lammetjes te zien. Al buurtend vervolgden we onze weg waarbij – tot ongenoegen van deze en gene – de kerktoren van de **Sint-Antonius van Padua en Brigidakerk** maar niet dichterbij leek te komen. Maar ineens was de toren daar. En nog belangrijker ook de uitspanning D'n Driesprong met koffie en appeltaart en alle tijd voor een plas-pauze. Prima voor elkaar daar en heel fijn dat ze zo in het voorseizoen speciaal voor ons eerder zijn opengegaan.



Na deze pauze vervolgden we onze weg; tot onze verbazing langs/nabij de geboortegrond van Marleen. Fijn om van haar wat ins & outs van deze omgeving te horen. En bijzonder voor mij als stedeling om te horen dat haar neef het boerenbedrijf (Melkveebedrijf Smulders) heeft overgenomen en dat hij – lees: zijn A2-koeien – melk produceren die geschikt is voor mensen met een koemelk-intolerantie. Onderweg naar de lunch bij de Grijze Steen – een natuurgebied natuurlijk en dus niet stenen die grijs zijn – hebben we nog kort stilgestaan en eer betoond aan een helaas dode levendbarende hagedis. Na de lunch de laatste etappe, deels langs de Grootte Beerze. Echt een heel mooi gebied met witjes en met geeltjes en met beversporen. Behoudens het genieten van de omgeving en elkaars gezelligheid zijn we – lees: ik – ook weer wat wijzer geworden. Het kan bijna niet anders zijn dat dit – de burritotruc – ook voor jou/jullie van pas komt. Nieuwsgierig!?

met wandelgroetjes, Pieter v.d. Sanden

avgm evenement

De Steekloop

In 2023 werd de eerste editie georganiseerd door onze eigen Prins Wichard, maar het is inmiddels een mooie traditie geworden: de Steekloop! Op zaterdag 1 maart vertrok er weer een bonte stoet wandelaars en lopers om vanaf ons clubhuis een route in de vorm van een steek te lopen.



Bij het verzamelen bij het clubhuis zorgde Hofkapel Klompengat voor de juiste energie met hun feestelijke muziek, waarna niemand minder dan Prins Jeroen d'n Urste met zijn gevolg om 11:11 het startschot gaf. Prins Jeroen daagde iedereen uit om Wichard te verslaan en beloofde een fles kruidenbitter voor een ieder die dit zou lukken.

Na een spannende strijd wist echter alleen Frank hem voor te blijven (of kwam dat omdat Wichard voorop ging in de polonaise?!). Feit was dat Wichard met lede ogen moest aanzien hoe Frank hem bij aankomst al vol trots stond op te wachten met een enorme beker in zijn handen, onder luid applaus van de Prins en vele toeschouwers!



Na deze ludieke strijd stond in het clubhuis voor iedereen een heerlijke lunch klaar. Deze was ook dit jaar weer prima verzorgd met zelfgemaakte worstenbroodjes en soep. Fijn om nog even met z'n allen na te genieten. Ik zou zeggen: volgend jaar weer! Ge kunt ut mar gehad hebbe!

Een dag later bleek er trouwens nog een VAR momentje, of beter gezegd, een Strava momentje.

Het bleek namelijk dat Frank, die als trainer van onze beginnerscursus altijd bereid is om langzamere lopers een steuntje in de rug te geven, met een achterblijver een stukje van de route had afgesneden. Tja, daar had Wichard natuurlijk wel een punt!



Frank heeft dan ook plechtig beloofd de fles kruidenbitter aan Wichard te overhandigen. Bij het uitkomen van deze nieuwsbrief zal deze fles waarschijnlijk al leeg zijn...



Groeten,
Een Poloniase Loper

onze sponsors



BESTION
MAKELAARS & ADVIESGROEP

huis verkopen?
huis kopen?
huis verbouwen?
huis als nalatenschap?
huis als schenking?
huis verzekeren?

bel Bestion!
0499-373113

ALLES IN HUIS



www.bestion.nl

...en geld verdienen
voor je club!



klik hier

ONZECLUBWINKEL.NL

RAAIJMAKERS BEST
GRONDVERZET & CULTUURTECHNIEK




Coppelmans
TUINCENTRUM VOL GROENE IDEEËN

Coppelmans Oirschot
Bestseweg 53
5688 NP Oirschot
Tel: 0499-574321
oirschot@coppelmans.nl

NXTFYSIO
Op weg naar herstel.

M

NOTARIS
JAN VAN DE MEULENGRAAF

Klompfabriek 18 | 5684 NB Best | T 0499 334 334 | notaris@inbest.nl

Samenspel 

SPORTPRIJZEN & RELATIEGESCHENKEN

Wilhelminaplein 142
5684 VP Best
0499-399596
samenspel@onsmail.nl
www.samenspel.nl

wandelen**4^e GM Wandelevent; weer geslaagd!**

Op 30 maart is de vierde editie gehouden van ons wandelevent. Ruim 250 wandelaars wisten de weg naar d'n Opstap te vinden en konden na de inschrijving genieten van hun tocht over 8, 15 of 22 km.

Na de edities van 2020 (start bij het Boshuys) en 2023 en 2024 (start bij GM) was dit dus de 4^e editie. In de jaren 2021 en 2022 werden wel steeds de voorbereidingen opgestart, maar werd 2 maanden (2021) en zelfs twee weken (2022) voorafgaand het besluit genomen om de tocht niet te houden. We weten allemaal de reden....

De voorbereidingen die bij zo'n event komen kijken zijn o.a.:

- opnemen van de tocht in het landelijk wandelprogramma van de KWbN
- afspraken maken met de beheerders van de rustplaatsen,
- maken én beschrijven van de drie routes,
- aanvragen van vergunningen bij de gemeente(n),
- werven van vrijwilligers (kantine (via Martin), startbureau, pijlencontroleurs, ophalers van de pijlen),
- zorgen voor voldoende materiaal (pijlen, elastieken, geldkist, routebeschrijvingen, inschrijfformulieren, pennen, stempel, wisselgeld e.d.).
- maken van voldoende PR, dus zorgen voor flyers, posters, nieuwsbericht etc,
- en - last-but-not-least - uitpijlen van de route op zaterdag 29 maart.



De routes van deze tocht waren compleet vernieuwd. Niet meer richting en door de Mortelen, maar richting de Vleut en de Scheken. De 22 km had tweemaal een rust bij het restaurant van Best Zoo, de 15 km kwam hier eenmaal. De 8 km had een leuke route van en naar d'n Opstap. Vanwege de natte winter waren de routes van 15 en 22 km enigszins aangepast.

Vrij snel nadat het startbureau was geopend en de routecontroleurs op pad waren, meldden zich al de eerste wandelaars. Er waren dit jaar ca 50 personen die zich vooraf (inclusief betaling) hadden ingeschreven. Van deze wandelaars lag het inschrijfformulier al klaar, de overige moesten het nog even invullen.

Kort na acht uur was het al een gezellige drukte in ons clubhuis. De al aanwezige wandelaars wachtten geduldig tot ze om 08:30 uur konden starten, dit vaak onder genot van een kopje koffie of thee. Om 08:30 werden de eerste routebeschrijvingen uitgedeeld. Die als het goed is niet nodig zijn, er is immers gepijld.

Bij het afmelden werd menig compliment gemaakt (en dankbaar ontvangen) over de mooie route en/of de goede bepijling en/of de prima organisatie. Alle deelnemers kregen na afloop nog een consumptiebon ter besteding bij d'n Opstap.

Om iets na 15:00 uur waren alle wandelaars, én ook de pijlophalers, terug en kon er worden opgeruimd. De balans was ruim 250 deelnemers, waarvan (helaas maar) 18 GM-ers. En daarmee hadden we weer wat meer deelnemers dan in 2023 en 2024.



Deelnemers				
	GM	KWbN	Geen	Totaal
8 km	2	5	5	12
15 km	11	44	38	93
22 km	5	93	48	146
Totaal	18	142	91	251



Graag wil ik alle vrijwilligers bedanken voor hun belangloze medewerking; in alfabetische volgorde zijn dat: Ann, Gerard, Hein, Jan, John, Joke, Koen, Marinus, Martin, Paul, Pieter, Tiny, Toos en natuurlijk de medewerkers van de bar.

Er zijn wat punten die (nog) beter kunnen. Deze evaluatiepunten zijn reeds bekend en zullen in 2026 in de voorbereiding worden meegenomen. Want dan gaan we voor de 5^e editie.....

Voor overige foto's kun je terecht op de site van onze vereniging;
[4e GM \(Joe Mann\) Wandelevent - AVGM.nl](http://4eGM(JoeMann)Wandelevent-AVGM.nl)

Foto's: Tiny Steenbakkers.

Tekst: Henk Plasman.

avgm evenement

Heilige Eikloop op zaterdag 24 mei 2025

Ook dit jaar wordt de traditionele Heilige Eikloop weer gehouden. De tocht naar de Heilige Eik in Oirschot kan wandelend, hardlopend of fietsend afgelegd worden en vindt plaats in de ochtend. Voor de lopers en wandelaars bestaat de mogelijkheid om met de auto terug te rijden naar GM. De totale route heen en terug is 18 km en iedereen wordt uiterlijk 12:00 uur terug verwacht bij GM.



Lunch

Na afloop is er weer de mogelijkheid om onder het genot van een goed verzorgde lunch gezellig samen na te praten in de kantine. De lunch starten we gezamenlijk om 12.00 uur.

Nadere informatie over inschrijving volgt via trainers, website of Facebook. We hopen op weer een mooie opkomst van dit gezellige GM evenement!

Pieter van de Sanden, Jeroen Bijnen en Stéphanie van Beers

vacatures**Vacature-overzicht vrijwilligers**

Hieronder een overzicht van de vacatures bij onze vereniging.

Wil je graag een steentje bijdragen als vrijwilliger, ook al staat er hier geen vacature bij die bij je past? Neem dan contact op met de vrijwilligerscoördinator Ingrid Wouters vrijwilligers@avgm.nl . Ook voor algemene vragen of opmerkingen over vrijwilligerstaken binnen de vereniging kun je bij haar terecht.

Voorzitter

Secretaris

Trainer voor C-junioren

Vrijwilligerscoördinator

Trainers Nordic Walking

Parcoursopbouwer

Juryleden

EHBO-ers

Kandidaten voor opleiding looptrainer

(Assistent) trainer voor de jeugd

Huishoudelijk werk clubgebouw

Sponsorcommissie

Onderhoud accommodatie

Medewerker Bar

Voor een gedetailleerde beschrijving van bovenstaande vacatures klik op [vacatureoverzicht vrijwilligers](#)

colofon

Corrector: Henk van den Heuvel

Eindredactie: Paul van Bree

algemeen**WhatsApp Klusjesgroep**

WhatsApp Klusjesgroep

Meld je vrijblijvend aan en help mee wanneer het jou uitkomt!



Onze vereniging draait volledig op vrijwilligers. Gelukkig hebben we veel vrijwilligers, maar er zijn altijd extra handjes welkom. Wil je best eens helpen, maar geen vaste verplichtingen? Meld je dan aan voor onze klusjesgroep op WhatsApp. Hierin worden regelmatig klussen geplaatst, waar je voor aan kunt melden als je zin en tijd hebt. Geen enkele verplichting dus!

Aanmelden kan door de QR-code te scannen, of via deze link: www.bit.ly/KlussenAppAVGM

onze sponsors



BALANS PODOTHERAPIE

