

43^e jaargang nr 1 Februari 2022



**Ledenvergadering
vrijdag 25 februari 2022 – 19.30 uur**

**zaterdag 5 maart 2022 – 9.00 uur
warming-up toertje**



Alcmaria Victrix in het hartje van Noord-Holland voor gezellig fietsen!

43e Jaargang nr 1, februari 2022

Het Bestuur:

VOORZITTER	SECRETARIAAT	PENNINGMEESTER
Hans Bos Justus van Effenstraat 62 1813 KW Alkmaar 072-5400648 j.hansbos@live.nl	Robert Makkus L. Couperusstraat 38 1822 LD Alkmaar robertmakkus@gmail.com	Peter Does Frans Mentonstraat 36 1816 HM Alkmaar 072-5116683 loepet@upcmail.nl

Toercommissie : Sander Meijer / Robert Makkus
Adres : Kantine Sportpaleis, Terborchlaan 200, 1816 LE Alkmaar
Bank : Rabo bank IBAN: NL87 RABO 0376 4232 85
Website / Email : www.tcav.nl
Webbeheerder : Sander Meijer
Lief en Leed : A en B groep Ferry Ronde en Hans Bos
: C-groep Klaas Roos en Patrick Dekker
: Zondag groep Yolanda Kramer en Marijke v/d Sluis

Redactie : Jack Narold, tel.nr 06-31780394
Ledenadministratie : te.nr 06-14898935, sander.meijer@gmail.com
Vertrouwenspersoon : Annie Peppelenbos, tel.nr 06-55174008

Aanmelden nieuw lid: Download het aanmeldformulier vanaf de website en stuur deze naar Sander Meijer van de ledenadministratie.

Afmelden lidmaatschap: alleen schriftelijk bij de ledenadmin. voor **31 december** iedere jaargang.

Kopy maand maart inleveren voor 20 februari 2022

Inleveradres Kopie:

Jack Narold, Rottumstraat 4, 1825 NM Alkmaar
j.narold1@upcmail.nl, tel.nr 06-31780394

Advertentie prijzen bv.: ± 18 X 6 cm = € 100,00 per jaar;
aanmelden bij de redactie

Contributie 2022

Hoofdlidmaatschap (incl. NTFU) : € 58,00 per jaar
Elk volgend gezinslid : € 43,00 per jaar
NTFU lid bij andere vereniging : € 26,00 per jaar
Jeugdleden t/m 17 jaar : € 22,50 per jaar

Kijk regelmatig op onze website voor de actuele informatie van dit moment en bij twijfel over het doorgaan van de tocht!



Inhoud

43 ^e jaargang nr 1, februari 2022	2
Kopy maand maart inleveren voor 20 februari	2
Contributie 2022	2
Inhoud	3
Stukje van de voorzitter – Hans	3
Toerprogramma maart 2022	4
Prijslijst Sportswearhouse	5
Verjaardagen februari 2022	8

Stukje van de voorzitter – Hans

Beste leden, allereerst namens het bestuur allemaal nog een fijn en sportief 2022, met veel mooie en veilige km. Het nieuwe seizoen staat alweer bijna voor de deur, nog een maandje dan is het weer zover, hopelijk zijn tegen die tijd Covid-beperkingen opgeheven, zodat we eindelijk weer eens een normaal seizoen kunnen draaien.

Het seizoen start zoals gebruikelijk met de ledenvergadering op de laatste vrijdag van Februari 25 -02 daarin moet o.a. gestemd worden over de verplichte wijzigingen van de statuten en het huishoudelijk reglement. Waarom stemmen zou je dan denken als het al een verplichting van de nieuwe wetgeving de WBTR is, maar ja zo staat het nou eenmaal in onze reglementen.

Daarna volgt op zaterdag 5 maart de gezamenlijke openingsrit van Klaas Roos en Jack Narold en op zondag 6 maart de eerste zondag rit van Bert Kramer en Nico Kuilboer.

Verder zijn er iedere maand om de 2 weken geplande tochten, ook zijn er nu 3 groepen, een A/ B en C groep. De A en B groep rijden de langere afstanden en de C – groep doet het wat rustiger aan.

Op de woensdagen rijden we met 2 groepen A/ B mix en C – groep, maar bij grote opkomst zal er gesplitst worden in groepen van maximaal 14 personen, zie voor aan te houden snelheden en vertrektijden de tabel in het toerprogramma.

Nog even berichtgeving omtrent de blessure en ziekenboeg van de laatste maanden, waarvan we op de hoogte zijn. Toon Brouwer fietst inmiddels weer volop. Karel de Boorder is wel aan de beterende hand maar heeft nog heel veel pijn in zijn rug, het fietsen zit er voor hem helaas voorlopig nog niet in. Bij Aart Hoogschagen zijn laatste operatie waren de artsen tevreden en mocht hij al spoedig naar huis, alleen moet Aart afwachten hoe het proces verder verloopt.

Harm Schneider is inmiddels zijn conditie aan het verbeteren in de sportschool om bij de start van het seizoen weer volop mee te kunnen doen. Ties Groot zijn knieoperatie is goed geslaagd maar vind op andere vlakken zijn naweeën, het stemt hem nogal somber dat hij meer aan huis gekluisterd is en zijn fietsmaatjes mist.

Cor Zuiderduin die toch echt wel een pittige operatie moet ondergaan zit al geruime tijd hierop te wachten, hoopt dat hij half februari toch echt aan de beurt is Cor sterkte.

De prijswinnaars van het Alfabetspel zijn inmiddels ook bekend, het was een behoorlijke close finish, maar de jury is er toch uitgekomen en de prijsuitreiking zal plaats vinden tijdens de ledenvergadering.

Onze leverancier van de clubkleding ProSalton is verhuisd naar een ander pand en wel naar de Voorburggracht in Zuid-Scharwoude waar hij een pand betreft samen met rijwielhandel Bram Rood. De openingstijden zijn ook gewijzigd zie schema elders in dit clubblad eventueel kan je ook nu al online via zijn website bestellen wij wensen beide veel succes.



Vrijdag 24 december gaat de bel bij mij thuis.
 Ik loop er heen en zie een grote bos bloemen door het raam.
 Gelukkig staat er ook een dame bij (Marijke).
 Ze zegt dat dit boeket afkomstig van de fietsclub voor mij.
 Als steuntje in de rug voor de ingreep die ik ondergaan heb.
 Marijke heb ik al bedankt.
 Maar ook jullie van T.C. Alkmaria Victrix wil ik hiervoor bedanken.



Bedankt, Cor Kliffen en ook namens mijn vrouw Cobie.

Toertochten 2022.

Gemiddelde snelheden: A – groep : 30 km. B - groep : 27 km. C – groep : 25 km plus kortere afstanden.
 Zondagploeg maximale snelheid 25 km.

Starttijden: • Woensdag: A/ B ploeg Maart 9.00 uur - April t/m 15 september 8.30 uur.

- Woensdag C ploeg Maart / April 9.00 uur en Mei t/m 15 sept 8.30 uur. • Zondag: Gehele seizoen 9.00 uur.
- Zaterdag: Maart 9.00 uur en C - groep 9.00 uur. • Zaterdag: April 8.30 uur en C –groep 9.00 uur.*
- Zaterdag: Mei t/m 10 sept 8.00 uur en C -groep 8.30 uur.* • Zaterdag: 17 sept t/m 8 okt : 8.30 uur en C -groep 9.00 uur. • Sluittingstocht: 9.00 uur. *
- Bij geplande tochten is vertrektijd zoals in programma wordt weergegeven.
- Meer informatie over de toertochten neem contact op met Hans Bos. 06-46678771/ j.hansbos@live.nl

**Toerprogramma
 maart 2022**

DATUM	NAAM VAN DE TOCHT	SOORT	AFSTAND	STARTTIJD	Voorrijders
ZA 05	WARMING-UP-TOERTJE	Gezam.	NTB	9,00	Jack Narold / Klaas Roos
ZA 26	LENTETOCHT	GT	95	9,00	Hans Bos
ZO 27	Rondom Schagen	GT	75 KM	9,00	Bert/Yolanda

**Toerprogramma
 April 2022**

Za 9	NOORDKOPTOCHT	GT	110 KM	8,30	Ruud Bakker/Nico Kuilboer
MA 18	Tweede Paashaastocht	GT	NTB	9,00	Nico / Bert
ZA 23	Verrassingtocht	GT	150	8,30	Hans Bos

**Toerprogramma
 Mei 2022**

ZA 07	DUINRANDTOCHT (Alkmaar-Wassenaar)	GT	145 KM	8,00	Jack Narold.
ZO 15	Duinstreek Polder tocht	GT	75 KM	9,00	Bert/Yolanda
ZA 21	VOORJAARSKLASSIEKER (Baambrugge)	GT	160 KM	7,30	Nico Kuilboer / Ruud Bakker

**Toerprogramma
 Juni 2022**

ZA 4	MARKERWAARDOCHT	GT	185 KM	8,00	Robert Makkus /Willem Tolman
MA 6	2de Pinksterdagtocht	GT	NTB	9,00	Nico / Bert
ZA 18	HAARZUILENSTOCHT	GT	180 KM	8,00	Robert Makkus
ZO 26	Elders Zondagploeg	GT	70 KM	9,00	Bert/Yolanda
NTB	Collentocht (Alpen)	GT	-	8,00	Ruud Bakker

Prijslijst Sportwearhouse

Artikelcode	Omschrijving	Materiaal	Prijs Ind. btw
1100.03-E	Shirt korte mouw, korte rits	Coolmax Extreme	€45,00
L	Meerprijs lange rits	YKK	€4,00
P	Rits in achterzak	YKK	€2,50
S	Siliconegrip onderzijde shirt	Siliconegrip	€2,50
1100.062-LOP5	Shirt korte mouw Vivos combination Mitt, lange rits, pocketzip, manchet, sil. Grip.	Combi Vivos/Mitt/Mesh	€60,00
5020.26-M	Koersbroek met netbretels, zeem HT090, Manchet met Silicone Grip	Powerlycra	€60,00
7	Zeem Exclusive Evo Poron		€5,00
8	Zeem Exclusive Armadillo		€5,00
5500.26-MM	Koersbroek zonder bretels, zeem HT090, Manchet met Silicone Grip	Powerlycra	€55,00
5120.26-M	3/4 Koersbroek met netbretels, zeem HT090-5, Manchet met siliconegrip	Powerlycra	€65,00
5600.26-MM	3/4 Koersbroek zonder bretels, zeem HT090-5, Manchet met siliconegrip	Powerlycra	€60,00
5180.36-5M	3/4 Koersbroek met roubaix bretels, zeem HT090-5, Manchet met siliconegrip	Roubaix	€65,00
5680.36-5M	3/4 Koersbroek zonder bretels, zeem HT090-5, Manchet met siliconegrip	Roubaix	€60,00
2120.05	Herfjasje, niet winddicht	PicoWinter	€55,00
2360.83	Winterjack winddicht	NoWind Light	€81,50
2680.75-M	Winterjack winddicht, manchet met duimstukken	Softshell light/Roubaix	€98,00
P	Rits in achterzak	YKK	€2,50
S	Siliconegrip onderzijde shirt	Siliconegrip	€2,50
" 3200.825	Windbreaker	Sushi/Net	€47,50
5280.3	Lange Winterbroek zonder zeem	Roubaix	€55,00
5780.3	Lange Winterbroek zonder bretels, zonder zeem	Roubaix	€51,00
6	HT090-5 zeem in Winterbroek	HT090-5	€6,50
7	Zeem Exclusive Evo Poron		€11,50
8	Zeem Exclusive Armadillo		€11,50
9001.3-5	Armstukken Zwart met siliconegrip	Roubaix	€19,50
9101.3-5	Beenstukken Zwart met siliconegrip	Roubaix	€23,00

Prijzen zijn gebaseerd op 3 bestelmomenten per jaar met een staffel van 10 stuks.
 Prijzen zijn inclusief korter of langer maken van een artikel (maatwerk)
 Losse bestellingen zijn mogelijk maar geeft een opslag van €10,- incl BTW per artikel.
 (Niet van toepassing op arm en beenstukken, deze zijn altijd op voorraad)

Op vertoon van lidmaatschap Alcmaria Victrix altijd 20% korting in de showroom op de artikelen van GripGrab (handschoenen, overschoenen etc.)
 en F-Lite (technische onderkleding). Voor productinfo zie www.prosalton.nl

ADRES:

SPORTSWEARHOUSE
 VOORBURGGRACHT 176
 1722 GT ZUID-SCHARWOUDE

GEWIJZIGDE OPENINGSTIJDEN

ZONDAG GESLOTEN
 MAANDAG GESLOTEN
 DINSDAG 08:30 UUR TOT 17:30 UUR
 WOENSDAG 08:30 UUR TOT 17:30 UUR
 DONDERDAG 08:30 UUR TOT 17:30 UUR
 VRIJDAG 08:30 UUR TOT 17:30 UUR
 ZATERDAG 09:00 UUR TOT 17:00 UUR



BIKE ACTION

ALKMAAR*

Contactgegevens

Bike Action Alkmaar B.V.
 Korte Vondelstraat 8
 1811 AE Alkmaar
 Tel. 072 - 51 52 684
 info@bikeaction.nl

Openingstijden winkel

Maandag : 13.00 - 18.00 uur
 Dinsdag : 09.00 - 18.00 uur
 Woensdag : 09.00 - 18.00 uur
 Donderdag : 09.00 - 21.00 uur
 Vrijdag : 09.00 - 18.00 uur
 Zaterdag : 09.00 - 17.00 uur
 Zondag : gesloten



VITTORIO FIETSEN

maatwerk fietsen

KLEDING & ACCESSOIRES

W.M. Dudokweg 13
 1703 DA Heerhugowaard
 T - 072-5712345
 E - info@vittorio.nl
 I - vittorio.nl

Naast ons eigen merk Vittorio verkopen we ook Riese & Müller, Merida, Colnago en VSF.

Openingstijden:
 Dinsdag t/m vrijdag van 9.00 t/m 18.00 uur
 Zaterdag van 9.00 t/m 17.00 uur

Ook voor de elektrische fiets (ook 45 km/h) bent u bij ons aan het juiste adres.

VITTORIO

RIESE & MÜLLER

vsf fahrradmanufaktur®

COLNAGO

MERIDA BIKES



KAANDORP FIETSEN

Bekend adres. Bekend gezicht... John staat er als vanouds voor u klaar!

Openingstijden

Maandag : Gesloten
 Dinsdag : 09:00 - 18:00
 Woensdag : 09:00 - 18:00
 Donderdag : 09:00 - 21:00
 Vrijdag : 09:00 - 18:00
 Zaterdag : 09:00 - 17:00

Zilverstraat 6

1811 DH ALKMAAR

Tel. 072-5823247

7x Tips tegen koude voeten

Een enorme koukleum ben ik en zie enorm op tegen ochtendritten wanneer ik de ijspegels aan het dak zie hangen. Het fietsen door winterse landschappen levert prachtige plaatjes op, maar ook - tenminste bij mij - pijnlijke, verkleurde teentjes.

Gelukkig zijn er trucjes om je voeten te beschermen tegen de kou. Ik geef je 7 tips, zodat jouw voeten warm blijven wanneer het kwik daalt.



1. Kleed je romp warm aan

Je krijgt eerder last van je extremiteiten (armen, benen, tenen en vingers) wanneer je core niet op de juiste temperatuur is. Je lichaam zorgt eerst dat de vitale organen die zich in je romp bevinden voldoende warmte hebben, voordat je vingers en tenen profiteren van je interne kacheltje. Vergeet daarom niet een warme broek en jack aan te trekken. Kleed je in laagjes en voorkom dat je kleding te strak zit, waardoor je bloedsomloop wordt afgekneld.

2. Winterschoenen

Een aardige investering maar zeker de moeite waard. Goede winterschoenen zijn water- en winddicht en voorzien van een GORE-TEX membraam. Dit membraam houdt water en sneeuw aan de buitenkant, terwijl zweet van binnenuit kan ontsnappen. Zo blijven je voeten lekker warm en droog.

3. Overschoenen

De goedkopere optie is het aanschaffen van een goed paar overschoenen. Een overschoen is een soort sok die je over je normale fietsschoenen heen trekt. Je hebt verschillende overschoenen voor verschillende weertypes. Je hebt overschoenen die vooral tegen water beschermen, maar je hebt ook overschoenen die daarnaast tegen kou beschermen. Let bij de aanschaf van een nieuw paar dat deze zowel tegen water als kou beschermen. Sommige fietsers ervaren alsnog koude voeten met overschoenen vanwege extra zweet. Een tip voor als je daar last van hebt: sluit ze niet helemaal, dan kan het zweet een weg naar buiten vinden.

4. Schoenen afplakken

In de buitenzool (om je plaatjes te bevestigen) en je binnenzooltjes (voor de isolatie, dus tegen zweetvoeten) zitten gaatjes waar koude lucht door naar binnen komt. Leg een stuk, dun papier tussen je binnen- en buitenzool of plak de gaatjes dicht. Let op dat je schoenen niet gaan knellen.

5. Goede sokken

Kleed ook je voeten in laagjes. Gebruik een dunne sok met daaroverheen een dikkere sok. Zorg dat de sok niet te strak zit. Er kan zich daar geen (warm) luchtlaagje tussen je tenen en sokken vormen. Er zijn talloze sokken die (claimen) tegen winterse kou te beschermen. Mijn favoriet is een sok van merinowol. De wol van merinoschapen heeft per vierkante centimeter tien keer zoveel haartjes als bij een normaal schaap. Deze wol werkt fantastisch tegen kou. Tip: leg voordat je vertrekt je sokken op de verwarming of kachel. Je begint dan met lekker warme voeten.

6. Boterhamzakjes

Op de verschillende fietsfora lees je mensen die boterhamzakjes over hun voeten trekken. Een simpele en goedkope maatregel en effectief! Trek de boterhamzakjes echter niet helemaal om je voet maar vooral om je tenen. Op deze manier bescherm je de tenen en voorkom je dat je zweetvoeten krijgt. Een boterhamzakje isoleert – zoals je je kunt voorstellen – niet echt.

7. Warmtepads

Warmtepads of heatpacks zijn verkrijgbaar bij verschillende outdoorwinkels. Deze 'kussentjes' leg je voor het fietsen op je voeten. De pads worden gemiddeld 38°C en blijven ongeveer 6 uur warm. Schud de pads voor gebruik en masseer deze kort. Daarna duurt het 10 minuten voordat de pads de ideale temperatuur bereiken. Let op! Om verbranding te voorkomen, plaats je de pads niet direct op je huid.



Openingstijden

Maandags gesloten

Dinsdag t/m vrijdag

09:00 - 19:00 uur

Zaterdag: 9:30 - 17:00 uur

— DÉ —
ALKMAARSE
FIETSENWINKEL

**Vondelstraat 82, 1814 AC, ALKMAAR 072 - 5158538-
“THE PLACE TO BE” voor al uw fietsen en benodigdheden**



Victorie wielsets hand gespaakt in Alkmaar!



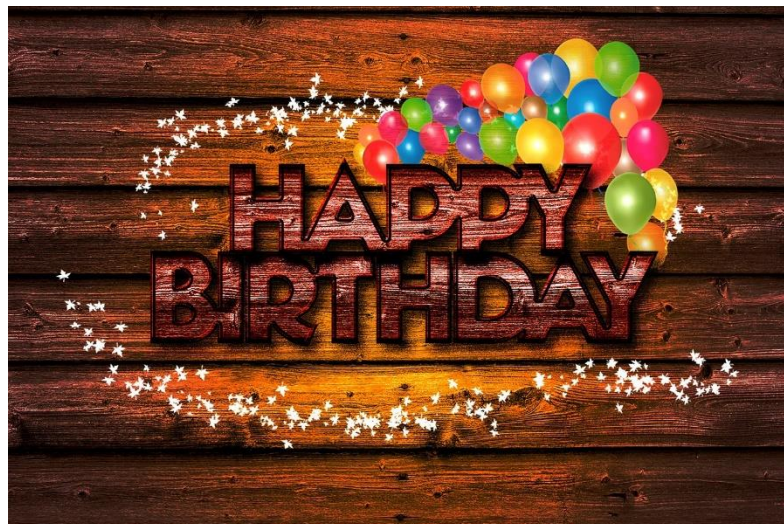
*Carbon velgen, eigen merk. Naven van DT Swiis, Hope, Dura ace of Campa Record
Carbon wielset Race of MTB vanaf 999 euro*

Verjaardagen februari 2022

12 februari Hans Korsman
12 februari Gerard Meereboer
15 februari Frans Looijensteijn
17 februari Sander Meijer
19 februari Peter Does
20 februari Robert Boek

Verjaardagen maart 2022

07 maart Ruud Bakker
10 maart Jan Kuijper
13 maart Wim Westphal
24 maart Nico Kuilboer



Theo Schilder Tweewielers; Koedijkerstraat 31;1823CR Alkmaar; Tel: 072 5112042



Stap vrijblijvend even binnen. Uw **Reparatie** is bij ons in goede handen !



Café restaurant **DE WOESTE HOOGTE**

Provinciale weg (naast de jachthaven)
Bovenkarspel
Telefoon 0228-511431
www.dewoestehoogte.com

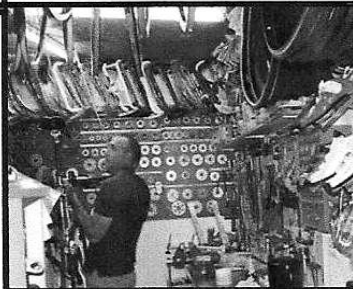
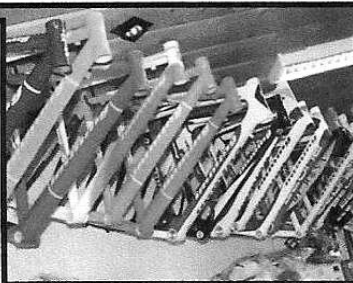
Geopend vanaf 09.00 uur
Zaterdag en zondag vanaf 10.00 uur
Dinsdags gesloten

IMMING BIKES

DE FIETSENSPECIALZAAK
IN EGMOND-BINNEN

HET OFFICIËLE DEALERSCHAP
VAN DE ROSA EN BEONE
EN HET EIGEN MERK
IMMING BIKES

VOOR ELKE BEURS IS ER EEN FIETS



VOOR UW AANKOOP,
ONDERHOUD EN REPARATIES
VAN UW
RACEFIETS,
MOUNTAINBIKE,
OF BAANFIETS,
BENT U BIJ
IMMING BIKES
OP HET GOEDE ADRES.
KWALITEIT, SERVICE EN
DESKUNDIGHEID STAAN BIJ
ONS VOOROP.



IMMING BIKES, Herenweg 58c, 1935 AG EGMOND-BINNEN

Tel/Fax: 072-5062001, www.immingbikes.nl

Openingstijden: ma-di-do-vr van 13:30 tot 20:00 uur
zaterdag van 9:30 tot 17:00 uur



*Bianca's
Gewoon gezellig*



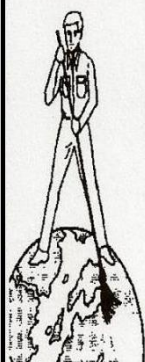
Voor een lekker kopje koffie, een punt zelfgemaakt appelgebak of gewoon een lekkere lunch. Tevens verzorgt Bianca's het hele jaar door overheerlijke hapjes. **Zeer scherp geprijsd: 40 stuks voor € 15,-**
Zie www.brasseriebianca.nl voor meer informatie.

Dorpsstraat 2 | 1842 GV Oterleek
T 072 888 1600 | M 06 39141668
E bmpronk@quicknet.nl
www.brasseriebianca.nl



TWEEWIELERCENTRUM
DE HOEF

Van Ostadestraat 264
1816 JG Alkmaar
Tel. 072-5155740



KENSO bv

Schoonmaak en Dienstverlening

Onderhoud van kantoren, scholen en flats
Glazenwasserij en gevelreiniging

Margadantstraat 40, 1976 DN IJmuiden;
tel. 0255-521189

**SNEL RIJDEN!
WIJ LEVEREN
VAAK UIT
VOORRAAD**



Berenkoog 2, Alkmaar. 072 520 88 98
klaverautogroep.nl

**KWALITEIT IS
EEN KEUZE**



Robbenkoog 23, Alkmaar. 072 562 22 10
autoschader Roos.nl



Ir v/d Banstraat 14 Petten
T: 0226-381367, E: info@beukersbikecentre.nl
www.beukersbikecentre.nl

Mooi en goed materiaal én perfect afgesteld is de basis voor elke goede prestatie.

Dit doen we nu al ruim 35 jaar.
Dus kom eens naar onze winkel en maak kennis met ons uitgebreide assortiment!

Tot ziens in Petten

A Bike Behind The "Dijk"