



Wandelsportvereniging

Wipstrikkwartier

Zwolle



September/Okttober Jaargang 50 nr. 5

Bestuur

VOORZITTER

Karelíen Steenbruggen-Raben
e-mail: voorzitter@wipstrikkwartier.nl

VICEVOORZITTER

Marjolein Bos
e-mail: vice-voorzitter@wipstrikkwartier.nl

SECRETARIS

Ben Boverhof
038-4549530
e-mail: secretaris@wipstrikkwartier.nl

VICESECRETARIS

Peter van der Molen
Telefoon: 06-22964681
e-mail: informatie@wipstrikkwartier.nl

PENNINGMEESTER

Karin Post
Telefoon: 06-13097208
e-mail: penningmeesterwipstrikkwartier@gmail.com

VICE - PENNINGMEESTER

vacant

ALGEMEEN LID

Dineke de Graaf
Telefoon: 038-4549530
e-mail: wandeltochten@wipstrikkwartier.nl



Voorwoord

Beste wandelaars (leden en donateurs),

De herfst heeft inmiddels zijn intrede gedaan. De dagen worden korter, de bomen kleuren langzaam van groen naar geel, oranje en rood en de natuur laat zich weer van een heel andere kant zien. Voor wandelaars is dit misschien wel een van de mooiste periodes van het jaar. De frisse buitenlucht, de geur van het bos en het knisperen van bladeren onder je schoenen maken iedere wandeling bijzonder. En wat is er dan mooier dan samen op pad gaan?

De afgelopen periode hebben we als vereniging zeker niet stilgezeten. Er zijn door sommigen van ons weer heel wat kilometers afgelegd, mooie routes gewandeld en gezellige momenten met elkaar gedeeld. Of het nu ging om een georganiseerde wandeltocht, een wandeling op eigen gelegenheid of een van onze gezamenlijke busreizen: steeds blijkt weer dat wandelen zoveel meer is dan alleen de ene voet voor de andere zetten. Het gaat om de gesprekken onderweg, de gezelligheid tijdens een koffiepauze, het ontdekken van nieuwe plekjes en soms ook om de voldoening wanneer je na een flinke tocht je wandelschoenen eindelijk uit kunt trekken.

Een van de activiteiten waar we natuurlijk bij stil willen staan, is de Bos- en Heide-tocht. Een tocht die ieder jaar weer laat zien hoeveel moois de natuur ons te bieden heeft, maar ook hoeveel werk er achter de schermen wordt verzet om zo'n wandeldag mogelijk te maken. Routes

moeten worden uitgezet en gecontroleerd, er moet van alles worden geregeld en op de dag zelf zijn er vele handen nodig om alles goed te laten verlopen. Het lijkt voor de deelnemers soms zo vanzelfsprekend: je meldt je aan, krijgt een route en kunt genieten van een mooie wandeling. Maar achter die vanzelfsprekendheid schuilt de inzet van een grote groep betrokken vrijwilligers. Daar mogen we als vereniging best trots op zijn.

Toch is er ook iets waar ik graag even bij stil wil staan. En dat is ons clubblad zelf. Want hoewel we als vereniging volop wandelen en van alles beleven, blijkt het iedere keer weer een uitdaging om voldoende kopij bij elkaar te krijgen. Dat is eigenlijk best bijzonder. We hebben immers zoveel leden die onderweg van alles zien, meemaken en ontdekken. Maar blijkbaar is het gemakkelijker om tien kilometer te wandelen dan om tien regels op papier te zetten!

Daarom wil ik jullie graag uitnodigen om eens iets met ons te delen. Het hoeft echt geen uitgebreid verslag te zijn en je hoeft al helemaal geen geboren schrijver te zijn. Een leuke anekdote, een bijzondere ontmoeting onderweg, een mooie wandelervaring, een foto met een paar zinnen erbij of misschien een tip voor een prachtige route: alles is welkom. Juist die persoonlijke verhalen maken een clubblad leuk om te lezen. Het is tenslotte niet alleen een blad van de vereniging, maar vooral een blad voor en door onze leden.

Misschien moeten we onszelf voor de volgende editie maar eens een kleine uitdaging stellen: naast alle wandelkilometers verzamelen we ook een paar extra schrijverskilometers. En wie weet ontdekken we dan dat er binnen onze vereniging niet alleen enthousiaste wandelaars, maar ook verborgen schrijftalenten rondlopen.

De komende tijd liggen er ongetwijfeld weer mooie wandelmomenten in het verschiet. Ik hoop dat we elkaar daarbij blijven ontmoeten, dat we oog houden voor de mensen die onze vereniging draaiende houden en dat we samen blijven bouwen aan een vereniging waar iedereen zich thuis voelt.

Ik wens jullie veel leesplezier, prachtige herfstwandelingen en vooral veel gezellige kilometers samen.

Met een hartelijke wandelgroet,
Karelíen Steenbruggen-Raben
Namens het bestuur van WSV Het Wipstrikkwartier

Datum volgend clubblad

We ontvangen graag uw reacties of bijdragen aan ons clubblad (en evt. een foto in hoge resolutie) via e-mail:
redactie@wipstrikkwartier.nl

Sluitingsdatum voor het inzenden van reacties of kopij voor de komende editie van het clubblad is:

10 december 2026

Van de bestuurstafel

Hierbij wat punten waar we als bestuur mee bezig zijn.

Zwolle Tussen IJssel en Vecht

Zwolle tussen IJssel en Vecht: Inmiddels is er een datum bekend waarop we in 2027 deze tocht weer zullen organiseren (19 juni 2027). Hierbij hebben we in het bestuur het gesprek gehad over wanneer in het wandeljaar deze tocht passend kan zijn. Nu, 2 jaar achter elkaar, de tocht moeten aanpassen dan wel annuleren is niet perse wat wij nastreven. Het weer in Nederland is het enige waar wij geen invloed op hebben. Bedenken hoe we hier rekening mee kunnen houden wel. We zullen daarom als bestuur extra bestuursvergaderingen beleggen om alleen dit onderwerp te kunnen bespreken.

Wandel jaar 2027

Inmiddels zijn we ook bezig met ruimere blik naar volgend jaar. Als bestuur zullen we in november bij elkaar komen om te bekijken welke tochten we met elkaar als vereniging kunnen bezoeken. Bij deze willen we ook graag onze leden uitnodigen om ideeën voor evenementen en tochten met ons te delen. Mocht je een idee hebben voor een evenement of tocht dan mag je dit mailen naar Dineke.

Schoon Zwolle

Bij deze willen wij aandacht vragen voor extra hulp bij de activiteiten van Schoon Zwolle.

Is er iemand die kan en wil helpen om op vrijdagen de spullen klaar te zetten en koffie/thee te schenken?

Tevens zoeken we nog een commissielid van Schoon Zwolle.

Interesse? Laat het een van ons weten!

Kleding commissie

We zoeken nog iemand die zich wil aansluiten bij de kledingcommissie.

Bestuurdersaansprakelijkheidsverzekering

We zijn als bestuur bezig met de bestuurdersaansprakelijkheidsverzekering. Door nieuwe wet en regelgeving moeten wij ons hierin verdiepen. Als bestuurslid ben je tegenwoordig aansprakelijk op meerder fronten. Dit houdt direct ook met onze persoonlijke situaties/financien verband. Hierbij kijken we wat er als vereniging geregeld is met de KWbN maar ook wat we eventueel zelf nog moeten regelen. Momenteel zijn we in gesprek met de KWbN om te kijken of we iemand kunnen regelen die ons kan uitleggen wat alle wet en regelgeving voor ons inhoudt en hoe we het beste te werk kunnen gaan.

Apeldoornse vierdaagse 2026

Tijdens de Vierdaagse van Apeldoorn is het hitteprotocol van kracht.

Daarom konden we, Edith, Henny, Adrie en Clari, eerder starten.

Dus op een onchristelijke tijdstip opstaan. Om 8:00 uur zetten we koers naar Apeldoorn met onze geweldige chauffeur Adrie. We hadden niet de luxe om voor de poort afgezet te worden. Daarom moesten we 20 minuten lopen vanaf de verst gelegen parkeerplaats naar de startlocatie.

Na de aanmelding, koffie gedronken en op pad met de petjes op. De route voerde langs de prachtige sprengen. Onderweg hadden we last van een klever, geen boomklever. Ook

kwamen we een oud mannetje achterop, die zich voortsleepte met 2 stokken. Na dag 1,

hebben we hem niet meer gezien.

Dag 2 opnieuw een warme dag. Geen 12, maar 13,2 km gewandeld. Het was erg heuvelachtig. Met de pauze gingen we bij een fontein in Berg en Bos zitten en die stopte er gelijk mee.

Vervolgens werden we richting Paleis Het Loo gestuurd. De vlag hing uit, maar we waren niet welkom op het paleis. We moesten linksaf.

Dag 3 begon met het verheugende feit, dat de zon niet scheen. Het begon zelfs nog even tedruppen. Een pittige tocht met veel klimmetjes. Er heerste een goede sfeer, maar soms werden we van de route afgedrukt door personen, die blijkbaar veel haast hadden.

Dag 4 begonnen met een warme dag. Het was een beetje benauwd. Weinig wind. We

maakten ons al zorgen, maar in de bossen was het goed te doen. De vermoeidheid was hier en daar toegeslagen. Op de grote rust Caeserea (Leger des Heils) moesten we zoeken naar een plekje in de schaduw. Op deze rust was een klein marktje. Hier stond weer een heerlijke beker bouillon voor ons klaar.

We werden ingehaald met een draaiorgel en natuurlijk de live muziek op het finishterrein. Het was een geslaagde vierdaagse met mooie natuurwandelingen.

Edith, Henny, Adrie en Clari



KWbN Wandelonderzoek 2025

De vier wandeltypen: wat beweegt ze?

Op basis van ons Wandelonderzoek 2025 onderscheiden wij vier wandeltypen. Maak kennis met de Natuurwandelaar, de Vitale wandelaar, de Prestatiewandelaar en de Afleidingzoekende wandelaar.

Kwbn Wandeltypes Onderzoek2025

Wandeltype 1: De Natuurwandelaar

De Natuurwandelaar is de deelnemer die het liefst de stilte van het bos opzoekt. Dit type wandelaar is bewust bezig met rust, omgeving en natuurbeleving. Ze horen graag het geritsel van bladeren, niet het geluid van een speakerwagen of muziek die uit boxen schalt.

Wat typeert dit type wandelaar?

De Natuurwandelaar:

Wandelt met name op routes (95%).

Heeft een voorkeur voor bos (39%) en heuvel of bergachtig terrein (20%).

Wandelt vooral om van de natuur te genieten (90%) of omdat ze het leuk vinden om te wandelen (87%).

Zoekt graag informatie op over: routes (76%), schoenen (50%) en tochten of wandelevenementen (47%).

Maakt veel gebruik van Wandel.nl, Komoot en Strava.

Is bekend met de mogelijkheden op het gebied van wandelcoaching en -training (69%).

Motivatie & Belemmering

De Natuurwandelaar is te motiveren tot vaker of langer wandelen via het aanbieden van mooie routes (43%). Belemmeringen om vaker te gaan wandelen is met name tijdgebrek (26%).

Hoe bereik je deze wandelaar?

De Natuurwandelaar bereik je door in te zetten op natuurbeleving. Denk aan rustige starts, mooie paden, foto-inspiratie op je website en GPX-downloads. Zorg er daarnaast voor dat je routeinformatie helder is, want deze groep bereidt zich graag voor om tijdens het wandelen ontspannen te kunnen genieten.

Wandeltype 2: De Vitale Wandelaar

De Vitale Wandelaar loopt vooral om gezond te blijven. Bijvoorbeeld door middel van een dagelijks ommetje: praktisch, dichtbij en simpel. Dit type wandelaar heeft geen behoefte aan veel prikkels, loopt het liefst zonder gedoe en hecht minder aan technologische tools.

Wat typeert dit type wandelaar?

De Vitale Wandelaar:

Wandelt voornamelijk ommetjes (95%).

Heeft een voorkeur voor bos (46%) en relatief vaak voor de stad (10%).

Wandelt om van de omgeving te genieten (67%) en om te bewegen.

Zoekt weinig informatie op. Een groot deel (46%) doet dat zelfs nooit.

Gebruikt ANWB, Google en Komoot.

Is vaker niet dan wel bekend met wandelcoaching of training (38%).

Motivatie & Belemmering

Hoe motiveer je de Vitale Wandelaar tot vaker of langer wandelen? Een groot deel (43%) geeft aan dat niets hierin zou helpen; ze doen al genoeg. Daarnaast spelen tijdgebrek (23%), energiegebrek (15%) en motivatie (10%) een rol in niet vaker of langer wandelen.

Hoe bereik je deze wandelaar?

De Vitale Wandelaar bereik je door het laagdrempelig te houden. Denk aan: korte afstanden, duidelijke bewegwijzering, weinig poespas, toegankelijk taalgebruik. Deze groep kun je prikkelen met boodschappen die inspelen op gezondheid, gemak en gezelligheid; de redenen waarom zij wandelen.

Wandeltype 3: De Afleidingzoekende Wandelaar

De Afleidingzoekende Wandelaars zijn spontane wandelaars. Ze gaan wanneer het uitkomt. Daarbij letten ze op wat hen leuk lijkt en hoe het voelt. Muziek en podcasts horen bij hun ervaring, net als flexibiliteit. Ze willen vooral ontspannen tijdens het wandelen, niet presteren of plannen.

Wat typeert dit type wandelaar?

vervolg I kwbn onderzoek

De Afleidingzoekende Wandelaar:

Wandelt vooral ommetjes (93%).

Heeft een voorkeur voor bos (41%), maar relatief vaak ook voor stad (16%), strand (9%) en heide (9%).

Wandelt vooral om te ontspannen of het hoofd leeg te maken (56%).

Zoekt weinig tot geen inspiratie op (38%).

Gebruikt Google, Strava en Komoot.

Is vaak (44%) niet bekend met wandelcoaching of training.

Motivatie & Belemmering

Hoe krijgen we de Afleidingzoekende Wandelaar meer aan het wandelen? Een groot deel (36%) geeft aan dat niets zou helpen om vaker te wandelen. Andere belemmeringen zijn ook bij dit type wandelaar tijdgebrek (32%), energiegebrek (22%), motivatie (15%).

Hoe bereik je deze wandelaar?

De Afleidingzoekende Wandelaar bereik je via spontaniteit. Gebruik daarvoor de snelheid van social media, korte video's en bied bijvoorbeeld leuke instaproutes en thematochten aan. Wat denk je bijvoorbeeld van muziek-, insta- of stadsroutes? Allemaal mogelijkheden vol afleiding en spontaniteit! Laat vooral zien hoe leuk en relaxed jouw tocht is. Dat past precies bij de mindset van de Afleidingzoekende Wandelaar.

Wandeltype 4: De Prestatiewandelaar

De Prestatiewandelaar staat aan en gaat aan van statistieken, doelen, lange afstanden. Dit zijn de wandelaars die je een startnummer en een uitdaging mag geven! Ze bereiden zich goed voor, trainen doelgericht en denken in kilometers, tempo's en vooruitgang.

Wat typeert dit type wandelaar?

De Prestatiewandelaar:

Neemt deel aan prestatietochten (67%).

Wandelt graag in het bos (42%).

Wandelt voor het plezier (77%), de natuurbeleving (77%) en als training (54%). Zoekt informatie over: routes (73%), tochten en evenementen (59%) en schoenen (52%).

Gebruikt voor het zoeken van informatie Wandel.nl, Komoot en Strava.

Is vaak (66%) bekend met wandelcoaching of training.

DE GRAAF
PIANO'S & VLEUGELS
VERKOOP - STEMMEN - ONDERHOUD
VERHUUR - TRANSPORT
WWW.DEGRAAFPianos.NL
Hanskamp 2, 8023 TH Zwolle
info@degraafpianos.nl
038 - 453 5567 / 06 - 21275316

Eerenstein & Boer
Het meest uitgebreide verfcentrum in de regio!
Vechtstraat 68 - 8021 AZ Zwolle - telefoon 038-4535301
www.eerenstein.nl

Alpha Comp
Doeltreffende ICT oplossingen voor Bedrijven en Particulieren
ASSENDORPERSTRAAT 67 • 8012 DG ZWOLLE • 030-711 4032 • WWW.ALPHACOMP.NL • INFO@ALPHACOMP.NL

KALE JUWELIER
Assendorperstraat 100 | 8012 CC Zwolle
T 038 421 69 28 | www.juwelierkale.nl

Een dag als vrijwilliger bij de wandelvereniging

Al vroeg op zaterdagochtend mocht ik naar Hattem. Het was misschien wel de meest idyllische ochtend ever in mijn autootje. Alle verkeerslichten stonden op groen, ik kon zo doorrijden naar Hattem. De zon kwam op en er hing nog wat mist boven de weilanden. Kortom: het belooft een prachtige dag te worden.

We kunnen nu al stellen: het ging niet helemaal zoals gepland...

Eenmaal aangekomen in Hattem waren we al vrij vroeg bij de Marke. Er was nog niemand van het startbureau. Prima! Lekker even zitten, even bijkomen. Al snel kwamen de dames van het startbureau en konden we helpen met uitladen. Daarna maakten we een plan voor de parkeerplaats: hoe gingen we ervoor zorgen dat alle wandelaars hun auto kwijt konden?

Ja ja... ik was parkeerwacht. Wat een vreugde!

Het duurde niet lang voordat de eerste lopers zich meldden. Eén wandelaar was er wel héél vroeg bij. Hij had zich een beetje verkeken en dacht om kwart voor acht dat het startbureau wel open zou zijn. Niets was minder waar: er kon pas vanaf 9.00 uur gestart worden. Deze meneer nam daarom maar een kop koffie en dacht: dan maak ik gebruik van de tijd die ik heb.

Vanaf ongeveer kwart over acht kwam er een langzame stroom automobilisten op gang. En nee, dat waren niet alleen wandelaars. Naast de Marke ligt namelijk het zwembad en dus kwamen er ook ouders hun kinderen naar de zwemles brengen.

We hadden bedacht om een aantal parkeerplekken vrij te houden voor de zwemmers en de wandelaars zoveel mogelijk een plekje bij de Marke te geven. Daarna konden we de auto's verder de wijk in sturen. Gelukkig hadden we naast het complex nog een groot parkeerterrein tot onze beschikking. Je kent het wel: auto's komen aanrijden, jij wijst iemand een plekje en met een grote glimlach en een vriendelijk handgebaar probeer je iedereen zo snel mogelijk te helpen.

Nou... niets is minder waar. Er kwamen steeds meer auto's. En nog meer auto's. Uiteindelijk moesten we steeds verder uitwijken naar de wijk en naar ons extra parkeerterrein.

Rond een uurtje of tien was het tijd voor een kleine koffiepauze. Toch wel fijn als je al een hele tijd buiten hebt gestaan. Even een bakkie koffie naar binnen en daarna snel weer naar buiten om de andere twee collega's te helpen, die inmiddels nog met z'n tweeën op de parkeerplaats stonden.

We hadden bovendien een grote plek gereserveerd voor een bus die nog zou komen. Ik stond nog maar net weer buiten toen de bus zich bij onze ingang meldde.

Ik liep met de bus mee naar de juiste plek en probeerde de chauffeur netjes op zijn plek te zetten. Toen bleek dat het om de wandelvereniging uit Kinderdijk ging. Hartstikke mooi natuurlijk dat deze mensen zo'n eind rijden om in de prachtige omgeving van Hattem te komen wandelen.

Alleen ging het uitladen van de bus niet helemaal zoals gepland.

Eén van de leden viel helaas uit de bus. En dan schiet je als vrijwilliger toch meteen in de stand: hé, hier moet even geholpen worden.

De meneer bleef op de grond liggen en had duidelijk EHBO-hulp nodig. Uiteindelijk liep dit uit op een 112-melding en een ritje met de ambulance. Niet meer naar Hattem dus, maar naar het mooie Zwolle.

Dat was natuurlijk niet waarvoor deze mensen helemaal naar Hattem waren gekomen.

Gelukkig kon de rest van de vereniging gewoon gaan wandelen. Hopelijk hebben zij ondanks alles toch een mooi deel van de omgeving kunnen zien.

Maar ja... wat doe je als er iemand van een bezoekende vereniging naar het ziekenhuis moet? Geen auto beschikbaar, en taxi's zijn tegenwoordig ook niet bepaald goedkoop.

Dus bedachten Karel en ik: dan rijden wij er wel achteraan. Een persoon van hun bestuur reed met ons mee naar het ziekenhuis. En daar zit je dan ineens op de spoedeisende hulp.

Ik had tegen mijn eigen kinderen gezegd dat ik rond twaalf uur wel weer thuis zou zijn.

Dat heb ik niet gehaald.

We hebben de hele middag in het ziekenhuis gezeten. De beste man werd helemaal nagekeken, doorgelicht en onderzocht. Dit is niet een klein klusje van minuten, dit was uren werk. Daar zit je dan, in de wachtkamer.... Net iets te klein, net niet gezellig en ook net geen goede koffie.

Karel en ik hadden uiteraard ook geen ander eten of drinken bij ons, dus zijn we gedurende de wachttijd even een tripje gaan maken naar het restaurant. Nou ja, Karel dan. Ik had de nobele taak als hoofd wachtkamer vermaak om het bestuurslid op te vangen wanneer deze weer bij meneer was geweest.

Als je veel tijd doorbrengt met elkaar en als gemeenschappelijke deler ook nog eens de wandelsport en het bestuur hebt is de tijd om te wachten zo voorbij.

We kunnen stellen dat we na deze wachtkamer experience er een nieuwe vriendin bij hadden.

Stiekem konden we om heel andere onderwerpen smakelijk lachen.

Het werkstation van het personeel wat bij ons om de hoek lag kon er ook smakelijk van meegenieten, zo zagen we aan de gezichten.

Uiteindelijk bleek gelukkig dat meneer er weer helemaal tegenaan kon. Hij mocht met ons mee terug naar Hattem en kon vervolgens veilig met de bus naar huis.

We brachten hem en natuurlijk ook het bestuurslid met onze auto terug naar de Marke. Rond half drie waren we weer terug. Daar hebben we nog even gezeten, wat gegeten en gedronken.

Vervolg dag als vrijwilliger

Daarna heb ik geholpen om meneer weer in de bus te krijgen. Daarna heb ik de bus uitgezwaaid. Ze konden weer op weg naar hun eigen plek, terug naar de Randstad. En dan zit je nog even na te praten. Je kijkt terug op wat er allemaal gebeurd is en realiseert je dat het toch wel een heel bijzondere dag is geweest.

Uiteindelijk was ik om kwart over vier, misschien zelfs wel half vijf, thuis.

Ik was kei kapot.

Een hele dag rondhangen, rondlopen, auto's parkeren en mensen helpen is al vermoeiend. En dan ineens schiet je adrenaline omhoog omdat er iemand hulp nodig heeft. Dat hakt er toch wel in.

Ik was moe, maar ook blij dat ik eindelijk mijn voetjes omhoog kon doen.

Het was een bewogen, bijzondere en uiteindelijk ook mooie dag. En het bewijst maar weer eens: je weet nooit hoe je dag als vrijwilliger eruitziet.

En dus blijft de vraag:

Wie komt ons de volgende keer helpen?

Marjolein



**Zie je het
al voor je...
deze vloer bij
jou thuis?**

FLOORSEE
Specialist in vloeren en raamdecoratie
Wipstrikkerlaan 35 8023 D5 Zwolle
038 453 56 44 info@floorsee.nl www.floorsee.nl





Perspectis | 
ORTHOPEDISCHE SCHOENTECHNIKEN

 Orthopedische Schoentechnieken  Hattem
Eikenlaan 17, 8051 BD

 038-7370139  Info@perspectis-ost.nl
www.perspectis-ost.nl



De Haan Caravans *Hier aan perijde Caravan*

Verkoop - Onderhoud - Caravanshop - Inkoop caravans
Inruil - Voortenten - Financiering

Baileystraat 8c - 8013 RV Zwolle
T. 038-2600666 - M. 06-23047135 - E. info@dehaancaravans.nl
www.dehaancaravans.nl



Het adres voor u hout beton schutting en tevens ook voor al u straatwerkzaamheden

Zwarteweg 83 8097PS Oosterwolde telefoonnr.: 06 21533910

En op de digitale snelweg www.palland-schuttingen-en-bestratingen.nl

Op weg naar mijn dertiende Vierdaagse – met vallen, opstaan en vooral blijven dromen

Dertien keer de Nijmeegse Vierdaagse lopen. Het klinkt misschien als een mooi rond getal, maar voor mij is het inmiddels vooral een droom waar ik heel graag naartoe wil werken. Want waar wandelen altijd zo vanzelfsprekend was, is dat de afgelopen tijd behoorlijk veranderd. En eerlijk is eerlijk: ik had nooit gedacht dat ik zo blij zou kunnen worden van het vooruitzicht om weer zes kilometer te kunnen wandelen.

Inmiddels loop ik al ruim een jaar rond met een blessure. Het begon met mijn rechterknie, waar mijn meniscus roet in het eten gooide. Toen dat langzaam wat beter leek te gaan, diende het volgende probleem zich aan: een ontsteking in mijn linkerbovenbeen. En die blijkt een stuk hardnekkiger dan gehoopt. Door de ontsteking kunnen mijn spieren en zenuwen niet goed functioneren. Mijn benen, die me jarenlang kilometerslang overal naartoe brachten, werken ineens niet meer zo vanzelfsprekend mee.

En dat is frustrerend. Zeker als je gewend bent om lekker op pad te gaan, wandeltochten te maken en samen met anderen te genieten van alles wat wandelen zo mooi maakt. Waar ik voorheen nadacht over welke tocht ik zou gaan lopen, moet ik nu nadenken over hoeveel stappen ik op een dag eigenlijk aankan.

Maar wie mij een beetje kent, weet dat ik niet zo goed ben in stilzitten. En al helemaal niet in het zomaar opgeven van een doel. Dus hebben we een actieplan gemaakt. Geen spectaculair trainingsprogramma met tientallen kilometers, maar eentje waarin kleine stapjes ineens grote overwinningen kunnen zijn.

Allereerst ben ik begonnen met één keer per week sporten bij een personal trainer. Niet om records te verbreken, maar om mijn lichaam weer sterker te maken. Volgens haar is mijn lichaam door het lange nietsdoen behoorlijk 'vastgeroest'. Nou, dat kan ik inmiddels bevestigen! Spieren waarvan ik niet eens wist dat ik ze had, laten zich na een training nadrukkelijk voelen. Maar we werken aan kracht, stabiliteit en vertrouwen in mijn lichaam. En vooral aan het gevoel dat er weer iets mogelijk is. Daarnaast ga ik naar een therapeut om te kijken of het vocht en de ontstekingsklachten in mijn bovenbeen kunnen verminderen. Want hoe graag ik ook vooruit wil, mijn lichaam moet natuurlijk wel de kans krijgen om te herstellen. En dan is er nog het trainingsschema. Voorzichtig fietsen, rustig bewegen en kijken of het aantal stappen langzaam weer omhoog kan. Niet te veel tegelijk, niet te snel en vooral proberen te luisteren naar wat mijn lichaam aangeeft. Dat laatste is misschien nog wel de moeilijkste opdracht. Mijn hoofd wil namelijk vaak veel meer dan mijn benen op dit moment kunnen.

Mijn eerste grote doel? Zes kilometer wandelen tijdens de Fjoertoer!

Zes kilometer. Voor iemand die de Nijmeegse Vierdaagse al twaalf keer heeft gelopen, klinkt dat misschien als een peulenschil. Maar voor mij voelt het op dit moment als een flinke uitdaging. En juist daarom wil ik ervoor gaan. Want als die zes kilometer lukken, is dat niet zomaar een wandeling. Dan is het een bewijs dat ik weer stappen vooruit kan zetten.

Natuurlijk weet ik dat de weg naar Nijmegen nog lang is. Dat er misschien terugvallen komen, dat het herstel niet altijd volgens planning zal verlopen en dat ik mijn verwachtingen soms zal moeten bijstellen. Maar ik wil mezelf ook de kans geven om weer ergens naartoe te werken.

Want de Vierdaagse is voor mij zoveel meer dan vier dagen wandelen. Het is de sfeer, de gezelligheid, het samen onderweg zijn, de mensen langs de route, de muziek, de aanmoedigingen en dat bijzondere gevoel wanneer je uiteindelijk de Via Gladiola oploopt. Het is afzien en genieten tegelijk. En als je dat twaalf keer hebt mogen meemaken, dan wil je toch heel graag die dertiende keer aan je lijstje toevoegen.

Misschien is dat ook wel wat wandelen ons leert. Dat niet iedere tocht vanzelf gaat. Dat je soms moet vertragen, even stil moet staan of een andere route moet kiezen. Maar ook dat je met geduld, doorzettingsvermogen en een beetje vertrouwen vaak verder komt dan je vooraf had gedacht.

Voorlopig kijk ik dus nog niet naar de veertig kilometer, maar naar de eerste zes. En daarna? Dan zien we wel weer verder.

Mijn wandelschoenen staan in ieder geval klaar. Nu mijn benen nog!

En wie weet sta ik komende zomer weer aan de start in Nijmegen. Niet omdat het vanzelfsprekend is, maar juist omdat ik er zo hard voor heb moeten werken.

Op naar die dertiende Vierdaagse. Stap voor stap, kilometer voor kilometer. En voorlopig begint die droom gewoon bij zes kilometer. Karelien.

Agenda november/december

Zaterdag 7 november

Blauwvinger wandeltocht - Zwolle
5/10/15/20 km

We verzamelen zaterdag om 09.30 uur in 't Wandelhonk' vanwaar we op de verschillende afstanden om 10.00 uur gaan starten.

Woensdag 11 november

Creatief, aanvang 19.30 uur.

Zaterdag 14 november

Zwolle Schoon
De start is om 09.00 uur

Zaterdag 14 november

Kaart- en sjoelavond
Aanvang is om 20.00 uur.

Zaterdag 21 november

Pepernootwandeling - Apeldoorn
5/10/15/20 km
Opgeven kan t/m 11 november via de site

Zaterdag 28 november

Kerstmarkt Münster
Je dient je op te geven bij Dineke voor 1 november via de site

Dinsdag 8 december

Schoonmaken Clubgebouw
Aanvang: 14.00 uur

Woensdag 9 december

Creatief, aanvang 19.30 uur

Zaterdag 12 december

Kerstmiddag, informatie volgt via de nieuwsbrief.

Zaterdag 12 december

Kaart- en Sjoelavond
Aanvang 20.00 uur

Maandag 14 december

Schoon Zwolle
Aanvang is om 09.00 uur

Vrijdag 18 december

Schoon Zwolle
Aanvang is om 09.00 uur

Vrijdag 18 december

ZWV Oudjaar kaart- en sjoelavond
Aanvang 20.00 uur

Verjaardagen nov/dec

November

2	Gerrit Kolkman
4	Mathilde Wienen
5	Anneke Klerkx
8	Dineke de Graaf
8	Theo Schadé
9	Gerard Domerchie
11	Helger Westera
11	Bernard Holtrop
12	Hans Böhmer
20	Antoinet Wiersma
25	Maarten Verhey
26	Janny Lok
26	Robert Stuut
28	Jelle Offringa

December

5	Hennie Post
6	Jenny Bonthuis
6	Mien Diender
9	Sylvia Maurits
9	Drikus van 't Ende
12	Tineke Neu
16	Jan Kattenberg
17	Kiona van Essen
17	Astrid Vollebregt
18	Erika Butter
22	Henny ten Klooster
22	George Reijnders

vervolg 2 kwbn onderzoek

Motivatie & Belemmeringen

De Prestatiewandelaar is te motiveren om meer te gaan wandelen via mooie routes (48%). Belemmeringen die zij ervaren om meer te gaan wandelen zijn met name tijdgebrek (32%), te weinig toiletten onderweg (32%) en te weinig wandelevenementen in de buurt (10%).

Hoe bereik je deze wandelaar?

De Prestatiewandelaar bereik je door sportief en duidelijk te zijn in je communicatie. Je maakt dit type wandelaar blij met: langere afstanden, trainingscontent, goede verzorgingsposten, doordachte route-communicatie zodat zij geen tijd verliezen en vooral: genoeg toiletten.

Gevonden op www.kwbn.nl/kennisplein



Stern
partyservice

brunches barbecues
buffetten private dining
high tea's recepties

Vive la difference!

Ossenkamp 2M - 8024 AE Zwolle - T (038) 453 37 54 - info@sternpartyservice.nl - www.sternpartyservice.nl

Twitter Facebook Instagram LinkedIn

Onderdelenshop
Een goed idee!

HÉT ADRES VOOR AL UW ONDERDELEN

THOMAS À KEMPISSTRAAT 26
8021 BC ZWOLLE
038 - 45 45 294
info@onderdelenshop.nl
www.onderdelenshop.nl

ZOEKEN NAAR
ONDERDELEN
BEGINT HIER



Gelateria Salute

IJskoud de lekkerste

Diezerstraat 121 8011RE Zwolle tel: 038 42 37 566

BREMMER
SCHOENEN | VOETZORG | TASSEN

Tet
Bremmer Schoenen | Voetzorg | Tassen

E: tet@bremmerschoenen.nl | T: 0182-612012
W: www.bremmerschoenen.nl

A: Kerkweg Oost 177, 2741 HD, Waddinxveen
Diezerkade 4, 8021 CW, Zwolle



Achter de geraniums? Nee hoor, eropuit!

Als bestuur van wsv Wipstrikkwartier mochten we onlangs aansluiten bij een gezellige boottocht, georganiseerd door wsv De Zwolse Tippelaars voor hun leden en donateurs. Een mooie uitnodiging die we natuurlijk graag aannamen!

Het arrangement droeg de toepasselijke en tegelijkertijd grappige naam 'Achter de geraniums'. Maar van achter de geraniums zitten was deze dag zeker geen sprake!

We begonnen de dag met een heerlijk kopje koffie in het wandelhonk, waar we hartelijk werden ontvangen. Daarna was het tijd om aan boord te stappen voor een tocht door de prachtige grachten van Zwolle. Hoewel de weergoden ons niet bepaald gunstig gezind waren en de regen regelmatig naar beneden kwam, mocht dat de pret niet drukken. Het was gezellig aan boord en vanaf het water ziet Zwolle er toch weer heel anders uit. De schipper vertelde allerlei leuke weetjes over Zwolle en wees ons op bijzonderheden die aan de kant te zien waren.

Onderweg werden we zelfs nog verrast door een bijzonder tafereel. Daar stond Peter, die vanaf de brug een mandje met ijsjes naar beneden liet zakken. Een knipoog naar vroeger, toen op deze manier handel werd gedreven tussen de mensen op de wal en de schippers op het water. Een leuke verrassing die natuurlijk voor de nodige hilariteit zorgde!

Na de vaartocht gingen we terug naar het wandelhonk. Inmiddels had de regen besloten nog eens flink uit te pakken, zodat we behoorlijk nat terugkwamen. Gelukkig wachtte ons binnen een warme ontvangst en een uitstekend verzorgde lunch. Een heerlijk moment om samen na te praten en nog even van elkaars gezelschap te genieten.

Wat deze dag vooral bijzonder maakte, was niet alleen de boottocht, maar ook de onderlinge gezelligheid. Het is mooi om te ervaren hoe twee Zwolse wandelverenigingen elkaar steeds beter leren kennen. Samen wandelen verbindt, maar zo blijkt: samen varen doet dat minstens zo goed!

Namens het bestuur van WSV Het Wipstrikkwartier willen we De Zwolse Tippelaars hartelijk bedanken voor de uitnodiging, de gastvrijheid en de uitstekende organisatie. We hebben genoten!

En wat ons betreft: laat die geraniums nog maar even staan. Er valt samen nog veel te beleven!



Samen op weg naar de toekomst

Twee wandelverenigingen, ieder met een eigen karakter, maar met dezelfde passie voor wandelen!

De besturen van wandelsportvereniging De Zwolse Tippelaars en wandelsportvereniging Wipstrikkwartier zijn de afgelopen periode een aantal keren met elkaar in gesprek geweest over de toekomst van onze wandelverenigingen in Zwolle. Wat begon met een kennismaking en het uitwisselen van informatie over wat er binnen beide verenigingen speelt, is inmiddels uitgegroeid tot een waardevolle samenwerking. We hebben elkaar beter leren kennen, ideeën gedeeld en gekeken waar we elkaar kunnen versterken. Uit deze gesprekken zijn inmiddels een aantal mooie, concrete afspraken voortgekomen. Zo hebben we besloten om vanaf volgend jaar één gezamenlijk clubblad uit te brengen. Daarnaast zijn leden van wandelsportvereniging De Zwolse Tippelaars van harte welkom om deel te nemen aan de kaartactiviteiten van wandelsportvereniging Wipstrikkwartier. Een nieuwe afspraak is dat we ook bij busreizen meer gaan samenwerken. Wanneer er bij een vereniging plaatsen in de bus overblijven, krijgen leden van de andere vereniging de mogelijkheid om zich hiervoor aan te melden. Hierbij geldt eenvoudigweg: wie het eerst komt, wie het eerst maalt.

Met deze stappen willen we vooral de gelegenheid bieden om eens bij elkaar te kijken, deel te nemen aan elkaars activiteiten en kennis te maken met het verenigingsleven van de ander. Beide verenigingen hebben hun eigen geschiedenis, tradities en vertrouwde sfeer. Juist door elkaar beter te leren kennen, kunnen we ontdekken wat we met elkaar gemeen hebben en welke mogelijkheden er zijn voor de toekomst.

En hoe nu verder?

Voorlopig blijven beide verenigingen gewoon zelfstandig, met hun eigen bestuur en activiteiten. We willen de tijd nemen om te ervaren hoe deze samenwerking bevalt, zowel voor de besturen als voor de leden. In de zomer van 2027 komen de besturen opnieuw bij elkaar om de ervaringen te bespreken en samen te bekijken of er aanleiding is om concrete vervolgstappen te zetten. Het kan ook heel goed zijn dat we besluiten de huidige verenigingsstructuur te behouden en de samenwerking voort te zetten zoals die dan is ontstaan. Er ligt dus nog geen vastomlijnd einddoel.

Wat voor ons vooropstaat, is dat we samen willen kijken hoe we het wandelen en het verenigingsleven in Zwolle ook in de toekomst aantrekkelijk, gezellig en levendig kunnen houden. Daarbij vinden we het belangrijk dat onze leden de ruimte krijgen om elkaar te ontmoeten, mee te denken en vooral samen plezier te beleven.

Want uiteindelijk gaat het niet alleen om de kilometers die we wandelen, maar vooral ook om de mensen met wie we onderweg zijn. De besturen van wandelsportvereniging De Zwolse Tippelaars en wandelsportvereniging Wipstrikkwartier.

De wandelaar en het weer

Of: waarom Buienradar ook maar een mening is...

Er zijn twee soorten mensen: mensen die naar buiten kijken om te zien wat voor weer het is, en wandelaars. Die kijken eerst op Buienradar, vervolgens op Weeronline, daarna nog even op de app van het KNMI en besluiten uiteindelijk dat het vast wel meevalt. Want een echte wandelaar laat zich natuurlijk niet tegenhouden door een beetje regen. Tenminste, dat zeggen we thuis, als we nog lekker droog aan de koffie zitten.

En dan zijn er natuurlijk de thuisblijvers. Die kijken 's morgens naar de donkere lucht, trekken de gordijnen nog eens open en besluiten: 'Nee hoor, vandaag blijf ik lekker thuis. Veel te slecht weer!' Om vervolgens de hele dag vanuit hun luie stoel naar buiten te kijken, waar tot hun grote verbazing de zon uitbundig schijnt.

Want laten we eerlijk zijn: de thuisblijvers hebben opvallend vaak ongelijk. En dat vertellen we ze natuurlijk graag. Het liefst met een vrolijke groepsfoto waarop we in de zon op een terras zitten. Met als onderschrift: 'Jammer dat je er niet bij was. Prachtig wandelweer!'

Dat we vijf minuten daarvoor nog onder een boom stonden te schuilen voor een wolkbreuk, hoeft niemand te weten.

De voorbereidingen beginnen al bij de kledingkeuze. Wordt het de dunne jas, de dikke jas, de waterdichte jas of toch maar die jas die volgens het etiket waterafstotend is? Dat laatste blijkt overigens meestal te betekenen dat de eerste drie regendruppels keurig worden afgestoten en de rest rechtstreeks richting ondergoed verdwijnt.

En dan de temperatuur. Bij vertrek is het acht graden, dus gaan de handschoenen aan, de sjaal om en de muts op. Na twee kilometer is het twaalf graden en lopen we met de jas open. Na vier kilometer verdwijnt de sjaal in de rugzak en bij kilometer zes vragen we ons af waarom we eigenlijk zoveel kleding hebben aangetrokken. Tegen de tijd dat we alles hebben opgeborgen, steekt er een gure wind op en begint het hele verkleedfeest opnieuw.

Maar het mooiste blijft de regen.

Iedere wandelaar kent de optimist in de groep. Degene die bij een pikzwarte lucht opgewekt roept: 'Volgens mij trekt het over!' Meestal gevolgd door: 'Het meeste valt eraan.''

Dat laatste is een bijzonder natuurverschijnsel. Want hoe vaak ik ook wandel, die regen die eraan valt, heb ik nog nooit gezien. Bij mij valt hij er doorgaans middenop.

En dan is er altijd iemand die zegt: 'We zijn niet van suiker!' Dat klopt natuurlijk. Maar na tien kilometer in de stromende regen beginnen we toch verdacht veel op een stel verzopen suikerklontjes te lijken.

Overigens bestaat er onder wandelaars nog een andere bijzondere weersvoorspelling: 'Na twaalfen wordt het droog.' Niemand weet precies wie dat heeft voorspeld, maar het klinkt geruststellend. Vooral om kwart over twaalf, wanneer het nog steeds giet. Dan verschuift de verwachting moeiteloos naar twee uur.

Ook de regenponcho verdient een eervolle vermelding. Een prachtig kledingstuk dat je bij windstil weer keurig kunt aantrekken, maar bij een beetje wind verandert in een op hol geslagen parachute. Voor je het weet, sta je met je armen omhoog midden op het wandelpad en lijkt je meer op een verdwaalde partytent dan op een sportieve wandelaar.

Gelukkig hebben wandelaars een bijzonder talent: achteraf wordt alles mooier.

Een tocht waarbij we tot op het bot nat werden, onze sokken konden uitwringen en de wind ons bijna van het pad blies, wordt bij de koffie samengevat als: 'Ach, het was eigenlijk best lekker wandelweer.'

En die ene droge kilometer? Die wordt uiteraard uitgebreid besproken.

Ook de zon heeft zo haar eigenaardigheden. Als we thuis vertrekken, schijnt ze uitbundig. Zodra we onze wandelschoenen aantrekken, verdwijnt ze achter een wolk. En precies op het moment dat we na afloop weer binnen zitten, breekt ze stralend door. Alsof ze wil zeggen: 'Zo, zijn jullie eindelijk klaar?'

Toch is er iets bijzonders aan wandelen, ongeacht het weer. Want of de zon nu schijnt, de regen met bakken uit de lucht komt of de wind ons kapsel een geheel eigen richting geeft: we gaan toch.

We mopperen een beetje, lachen om elkaars natte broeken, delen een snoepje en verheugen ons op de koffie.

En eenmaal thuis? Dan kijken we alweer naar de weersverwachting voor de volgende wandeling.

En natuurlijk sturen we nog even een berichtje naar degenen die thuis zijn gebleven: 'Je hebt echt wat gemist!'

Want één ding weten we zeker:

Slecht wandelweer bestaat niet. Alleen verkeerde kleding, verkeerde voorspellingen en soms een iets te optimistische medewandelaar of medewerker bij een inschrijfbureau.

En de thuisblijvers? Die mogen de volgende keer gewoon weer mee.

Want van thuisblijven is nog nooit iemand nat geworden, maar ook nog nooit iemand een mooie wandeling rijker!

Karelíen



Wat je onderweg gemakkelijk over het hoofd ziet

Een wandeling is meer dan kilometers maken

Wie regelmatig wandelt, kent het gevoel. De wandelschoenen zijn aangetrokken, de rugzak zit op de rug en we gaan op pad. Misschien staat er een route van tien of vijftien kilometer op het programma. We volgen de paaltjes, kijken op de wandelkaart en houden de afstand in de gaten. Hoe ver zijn we al? Waar kunnen we pauzeren? En halen we die gezellige gelegenheid voor een kop koffie nog op tijd?

Maar wie tijdens het wandelen alleen bezig is met de route en het aantal kilometers, mist misschien wel het mooiste wat onderweg te ontdekken valt. Want de natuur zit vol kleine wonderen die je gemakkelijk over het hoofd ziet. Je moet er alleen even de tijd voor nemen.

Een boom vertelt een verhaal

Kijk onderweg eens wat beter naar een boom. Misschien staat hij daar al tientallen jaren, op dezelfde plek, terwijl wandelaars hem dagelijks passeren. Zijn stam is begroeid met mos en korstmossen, zijn schors zit vol groeven en op een oude tak groeit een paddenstoel. In die kleine wereld is van alles gaande. Insecten zoeken er voedsel, vogels vinden er een schuilplaats en onder de schors kunnen allerlei kleine dieren leven.

Ook een omgevallen boom is niet zomaar een boom die in de weg ligt. Hij vormt een belangrijke leefplek voor schimmels, insecten en andere organismen. Langzaam wordt het hout weer onderdeel van de bosbodem. Wat op het eerste gezicht dood lijkt, bruist dus juist van het leven.

Wie goed kijkt, ziet meer

Op een bospad liggen misschien wat blaadjes, takjes en modder. Niet bepaald spectaculair, zou je denken. Maar kijk eens naar de grond. Zie je kleine afdrucken in de modder? Misschien is er een hond voorbijgekomen, maar het kunnen ook sporen zijn van een ree of een vogel. Een paar veertjes naast het pad vertellen dat hier een vogel is geweest. En een rijtje aangevreten blaadjes verraadt dat er kleine eters aan het werk zijn geweest.

In de herfst verschijnen er paddenstoelen in allerlei vormen en kleuren. Sommige lijken op kleine parasols, andere groeien als plankjes tegen een boomstam. Het is verleidelijk om ze allemaal te willen benoemen, maar je hoeft geen kenner te zijn om ervan te genieten. Alleen al het ontdekken ervan maakt een wandeling interessanter. Laat ze natuurlijk wel staan en kijk uit met aanraken of plukken als je niet weet om welke soort het gaat.

Luisteren hoort er ook bij

Wandelen doen we meestal met onze ogen gericht op de omgeving, maar onze oren kunnen minstens zoveel vertellen. Vooral als je even stilstaat en niet praat, hoor je hoeveel geluiden er zijn. Een specht roffelt op een boom, ergens hoog in de takken klinkt een vogel en in de verte hoor je misschien het zachte geruis van verkeer. In een windstil bos lijkt het soms alsof alles rustig is, totdat je merkt hoeveel geluid er eigenlijk aanwezig is.

En dan is er de wind. Je voelt hem op je gezicht, hoort hem door de bladeren gaan en ziet hem de boomtoppen laten bewegen. Op een open veld kan dezelfde wind ineens stevig aanvoelen. Je merkt pas hoeveel invloed het weer op een landschap heeft als je er middenin loopt.

De seizoenen veranderen alles

Een route die je al tientallen keren hebt gelopen, kan iedere keer anders zijn. In het voorjaar verschijnen de eerste frisgroene blaadjes en hoor je vogels druk bezig met hun territorium en nesten. In de zomer zorgen de bomen voor schaduw en zoemen insecten boven de bloemen. De herfst tovert het bos om in een kleurrijk schilderij, terwijl de winter kale takken en vergezichten laat zien die eerder verborgen waren.

Juist daarom is het zo leuk om een vertrouwde route in verschillende seizoenen te lopen. Je ontdekt steeds iets nieuws. Een uitzicht dat in de zomer achter het bladerdek verscholen lag, kan in de winter ineens prachtig zichtbaar zijn. En een klein beekje dat na een droge periode nauwelijks stroomt, kan na een regenachtige week bruisend door het landschap lopen.

Een kleine uitdaging voor de volgende wandeling

Probeer tijdens de volgende tocht eens iets anders. Zet je telefoon een tijdje weg en laat de afstand niet het belangrijkste doel zijn. Neem onderweg vijf minuten de tijd om stil te staan. Kijk naar de bomen, luister naar de vogels en ontdek wat er op de grond groeit. Misschien zie je een spinnenweb vol dauwdruppels, een vlinder die even uitrust of een zonnestraal die precies door de takken valt.

Je hoeft er geen extra kilometers voor te lopen en je hoeft er ook geen natuurkenner voor te zijn. Een beetje nieuwsgierigheid is genoeg.

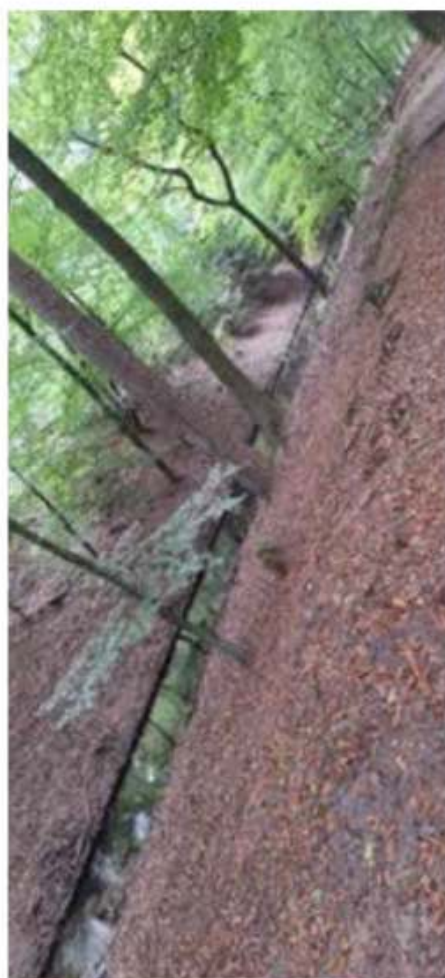
Want uiteindelijk gaat wandelen niet alleen om waar we beginnen en waar we eindigen. Het gaat ook om alles wat we onderweg beleven. Soms zit het mooiste moment niet bij het eindpunt, maar juist langs dat kleine paadje waar we anders gedachteloos aan voorbij zouden lopen.

Dus de volgende keer dat je op pad gaat: kijk eens wat minder op je horloge en wat meer om je heen. De natuur heeft genoeg te vertellen. Je moet alleen even de tijd nemen om te luisteren.





Foto's
Loenen



Boek recensie

Een voettocht door Europa: wandelen als avontuur

Wie graag wandelt, weet dat een wandeling veel meer kan zijn dan kilometers maken. Onderweg ontdek je nieuwe landschappen, ontmoet je bijzondere mensen en zie je de wereld soms met andere ogen. Dat gevoel komt prachtig naar voren in het reisverhaal van Patrick Leigh Fermor, de Britse schrijver die als jonge man te voet door Europa trok.

In 1933 vertrok Fermor vanuit Engeland met een bijzonder plan: hij wilde wandelen naar Constantinopel, het huidige Istanbul. Hij was pas achttien jaar oud en had weinig meer bij zich dan zijn bagage, zijn nieuwsgierigheid en een flinke dosis avontuurlijkheid. Een strak reisschema of een nauwkeurig uitgestippelde route was er niet. Hij liet zich leiden door wat hij onderweg tegenkwam.

En juist daarin schuilt de charme van zijn verhaal. Fermor reist niet alleen door landen, maar ook door de geschiedenis en cultuur van Europa. Hij doorkruist dorpen en steden, wandelt over landwegen en door uitgestrekte landschappen en komt in contact met mensen uit allerlei lagen van de bevolking. Hij wordt gastvrij ontvangen, maakt nieuwe vrienden en belandt regelmatig in onverwachte situaties. Soms slaapt hij eenvoudig, soms wordt hij uitgenodigd in een statig huis. De ene dag geniet hij van de stilte op het platteland, de andere dag raakt hij verward in levendige gesprekken over kunst, politiek, literatuur en het dagelijks leven.

Wat dit boek voor wandelaars zo aantrekkelijk maakt, is de manier waarop Fermor naar de wereld kijkt. Hij heeft oog voor kleine details: de sfeer van een dorp, de schoonheid van een landschap, een bijzondere ontmoeting of een onverwachte maaltijd. Hij neemt de tijd om ergens te zijn. Dat is een manier van reizen die we in onze huidige tijd, waarin alles vaak snel moet gaan, gemakkelijk uit het oog verliezen.

Wel vraagt het boek iets van de lezer. Fermor schrijft rijk en uitgebreid, met veel historische en culturele verwijzingen. Wie vooral een spannend verslag verwacht van een wandelaar die dagelijks zijn kilometers maakt, kan het tempo soms wat langzaam

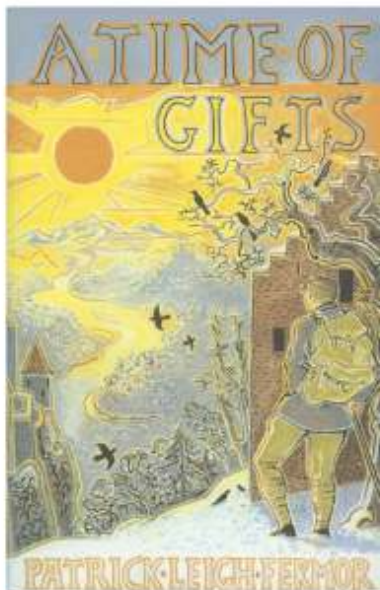
vinden. Het is geen moderne wandelgids met routebeschrijvingen, praktische tips of etappeoverzichten. Het is eerder een uitnodiging om met een open blik op pad te gaan.

Ook krijgt het verhaal een bijzondere historische betekenis. Fermor maakte zijn reis in een Europa dat aan de vooravond stond van grote veranderingen. Door zijn beschrijvingen van plaatsen, gebruiken en mensen biedt het boek een inkijkje in een wereld die kort daarna ingrijpend zou veranderen.

Voor onze wandelvereniging is dit een boek dat uitnodigt tot nadenken over waarom we eigenlijk wandelen. Natuurlijk is het prettig om een mooie route te lopen en aan het einde tevreden terug te kijken op de afgelegde afstand. Maar minstens zo waardevol zijn de onverwachte ontmoetingen, de verhalen die je onderweg hoort en de plekken waar je anders zomaar aan voorbij zou gaan.

Mijn oordeel: een inspirerend reisverhaal voor wandelaars die graag verder kijken dan het wandelpad alleen. Het vraagt wat geduld, maar belooft de lezer met een rijke kijk op Europa en op de kunst van het reizen te voet. Misschien is dat wel de mooiste les van Fermor: je hoeft niet altijd precies te weten waar je uitkomt. Soms begint het avontuur juist wanneer je de tijd neemt om je te laten verrassen.

Een aanrader voor wie wandelen niet alleen ziet als beweging, maar ook als een manier om de wereld te ontdekken.



Oproep plaatsing kerst- en nieuwjaarswensen

Dit is inmiddels de 5e uitgave van 2026. De voorbereidingen voor de uitgave van het laatste clubblad zijn in volle gang. Traditioneel gezien is er in het laatste nummer ruimte en gelegenheid om uw kerst- en nieuwjaarswensen kenbaar te maken.

Ons blad is een graag en goedgelezen cluborgaan en bereikt al onze leden en donateurs. Werp uw schroom af en stuur uw welgemeende wensen en goede voornemens naar de redactie (redactie@wipstrikkwartier.nl).

Wilt u ervoor zorgen dat de wensen uiteindelijk 10 december binnen zijn? Dan komt het allemaal dik voor elkaar.



Reanimatie/AED

Op vrijdag 13 november organiseren we van 19.00 tot 21.00 uur in het Wandelhok een informatieve avond waarin je je kennis over reanimatie en het gebruik van een AED kunt vergroten.

Deze avond is bedoeld voor alle leden en donateurs van WSV De Zwolse Tippe-laars en WSV Wipstrikkwartier. Een mooie gelegenheid om meer te leren over hoe je kunt handelen in een noodsituatie. Want wie weet, kun jij met deze kennis ooit het verschil maken!

Doe jij ook mee?

Deelname aan deze avond is geheel gratis. Aanmelden kan bij Hilly Breunis, telefonisch via 06-12221487 of per e-mail via breunis@hetnet.nl.

We hopen op een mooie opkomst en zien je graag op vrijdag 13 november! Sportieve groet, Bestuur Z.W.V.

CURSUS REANIMATIE EN AED



Wekerom

Zaterdag 10 oktober was het weer zover. Ik ging met de bus van de wandelvereniging mee naar Wekerom. Na een klein uurtje rijden kwamen we aan bij de startlocatie van de wandeltocht. In de bus werd verteld dat er weinig informatie over de tocht beschikbaar was, maar dat er wel een zandverstuiving in de buurt was. Dus ik even op Google Maps gekeken en inderdaad: richting Kootwijk zijn meerdere zandvlaktes.

Bij zorgcentrum Wicherumloo mochten de wandelaars van de 25 kilometer als eerste uit de bus. De rest volgde gestaag. Klaas trakteerde buiten in een partytent op een kopje koffie. De bus zou om half vier weer vertrekken richting Zwolle. Dus moesten wij er een goed wandeltempo in gooien.

Gerwout en Mufide waren al vertrokken. Nadat wij onze koffie ophadden, zijn wij ook gaan wandelen. Het begon gelijk met klompenpaden. Hier kwamen wij verschillende wandelaars tegen die terugkwamen, omdat je er met een rollator niet door kon.

Ook het mooie weer liet ons even in de steek en het begon licht te regenen. Net niet hard genoeg voor de poncho, maar wel hard genoeg om toch even de capuchon op te doen en Klaas zijn stormparaplu te laten gebruiken. Het stormde niet, dus had hij ook gewoon een normale paraplu kunnen gebruiken.

Na twee kilometer gewandeld te hebben, zo rond 11.00 uur, kreeg ik een appje van



onze voorzitter met de vraag of het een mooie tocht was. Alsof je daar na twee kilometer al een oordeel over kunt vellen! Dus heb ik haar teruggeapt dat de busreis een mooie tocht was.

Op een gegeven moment zei ik tegen Klaas: "Als je mij hier geblinddoekt neerzet, zou ik zeggen dat we in de bossen bij Dalfsen lopen." Dan bedoelde ik het gedeelte bij Foreco. Wat lijken bossen toch op elkaar! Laat mij dan maar lekker op asfalt lopen door nieuwbouwwijken en bouwstijlen of tuinen afkraken.

Ondertussen hadden Klaas en ik Gerwout en Mufide bijgehaald. Na vijf kilometer



kwamen wij bij een mobiele rustpost aan. Er werd tegen ons gezegd dat we echt moesten rusten, maar we zeiden dat we bij de volgende doorkomst zouden rusten. Bij deze rustpost stonden ook verschillende oude militaire voertuigen die de vijf kilometerwandelaars terugbrachten naar de startlocatie.

Wij liepen dus verder en staken de provinciale weg van Ede naar Otterlo over. Ook hier volgden weer veel bospaden. In de bossen stonden op verschillende plekken beeldhouwwerken van Adri Verhoeven. Ook liepen wij over een stukje heide en kregen we het over de wilde dieren in de natuur. Ook hier waren sporen van wilde zwijnen te zien.

Maar wat als er nu opeens een hongerige wolf voor onze neus zou staan? Mufide zei dat je je groot moest maken en lawaai moest maken. Ik had het wolvenfluitje niet bij me, maar wel een fluitje aan de sluiting van mijn rugzak. Maar die wolf moet dan ook denken: "Mufide is te klein, Klaas is te oud en heeft te veel taai vlees." Dus in zo'n geval ging hij tussen Gerwout en mij in staan.

Wij kwamen al filosoferend langs boerderij Mossel, waar ook een theehuis gevestigd was. Jullie, lezers, raden het al: wij liepen door.

Nadat wij tussen paarden en rustig grazende koeien met enorme hoorns door



waren gelopen, moesten we denken aan een bord dat ons vooraf had gewaar-

schuwd dat we minimaal 25 meter afstand van de dieren moesten houden. Hoe meet je dat op zo'n moment?

Ook stond er in de routebeschrijving dat wij langs uitzichtpunt De Valenberg zouden komen. Dus ontstond de discussie wie er naar boven moest om foto's te maken. Simpel: Klaas is van de foto's, dus vond ik dat hij moest.

Bij het uitzichtpunt aangekomen, bleek het geen toren te zijn, maar een soort aanlegsteiger. Dus liepen we door.

We liepen redelijk in een rechte lijn terug naar de provinciale weg, die we nog steeds niet voor de tweede keer waren overgestoken. Ook kwamen we over een soort militaryterrein voor paarden en kort daarna bij de rustpost aan.

Nu mochten Mufide, Gerwout en ik wel een kopje koffie drinken en een gratis krentenbol eten. Klaas sloeg die over, omdat er krenten in zaten.

Na even gezeten te hebben, vervolgden we onze weg, of beter gezegd: het bospad. Het begon nu echt te regenen en ik trok mijn poncho aan. Net zoals tijdens de Nijmeegse Vierdaagse zaten de verrekke knoopjes dicht, zodat ik mijn kop er niet door kreeg. Uiteindelijk lukte het. Ik keek om me heen en zag dat mijn medewandelaars gewoon waren doorgelopen.

We kwamen langs een chaletpark van EuroParcs en passeerden ook nog wat luxere parken. Een nachtje boeken, een week voor de herfstvakantie, kostte volgens mij maar liefst 615 euro.

Ook kwam de zon weer door en liepen wij nog over een rododendronkwekerij. Met een korte eindsprint door de bebouwde kom van Wekerom kwamen wij om 15.00 uur terug bij de startlocatie.

Snel bestelde ik een colaatje. Om te betalen, moest je een QR-code scannen en zelf het bedrag invullen. Ze controleerden dat verder helemaal niet, dus als ik 25 cent had opgegeven, was het mooi goedkoop geweest. Maar ik heb gewoon vier euro betaald, hoor!

En zo werd het half vier en kwam de bus voorrijden om ons terug te brengen naar Zwolle. HS



Wil jij ook meer kracht in je benen?



fit20
Fit in 20 minutes per week

BONBONNERIE BORREL



Specialist in ambachtelijke bonbons & truffels

Diezerstraat 94 – Zwolle 038-4216479 info@bonbonnerieborrel.nl



Voordelen van Touringcarbedrijf Ijsseletoers:

Jong wagenpark, prijs telefonisch op te vragen, 24 uur per dag bereikbaar, goede prijs/kwaliteit-verhouding, geen kosten achteraf, korte lijnen, 1 contactpersoon, vervoer van 1 tot 91 personen in 1 voertuig, ervaren en goed opgeleide chauffeurs.

Ijsseletoers: vlot, veilig, verantwoord, veelzijdig en betaalbaar.
Kortom: de juiste keus voor al uw vervoer.

www.ijsseletoers.nl



038 – 49 71 702



info@ijsseletoers.nl



Colofon

Evenementencommissie

Dineke de Graaf, Hennie Post,
Karin Post, Lies Verstege,
Karin Mul, Vera van Wilsum

Clubblad

Bezorging en Redactie
redactie@wipstrikkwartier.nl

Website/Nieuwsbrief/ Ledenadministratie

Klaas Bootsma
nieuwsbrief@wipstrikkwartier.nl

Wandelboekjes

Hennie Post

Lief en Leed

Bettie Spanhak

Verjaardagen

Hennie van der Molen

Kledingcommissie

Dineke de Graaf
Hennie Post

Project "Schoon Zwolle"

Karin Post

Contributie per 1-1-2026 (per jaar)

Compleet incl lidmaatsch KWbN

*Jeugd 4 t/m 15 jaar € 57,60

*16 jaar en ouder € 63,60

Basis incl. lidmaatschap KWbN

*Jeugd 4 t/m 15 jaar € 43,20

*16 jaar en ouder € 49,20

Alleen lid WSV Wipstrikkwartier

*Jeugd 4 t/m 15 jaar € 24,00

*16 jaar en ouder € 30,00

Donateur WSV Wipstrikkwartier

minimaal per donateur € 10,00

minimaal echtpaar/relatie € 15,00

Betaling contributie/donateurschap

IBAN: NL29RABO 0387307923

t.n.v. WSV Wipstrikkwartier

Van Hasseltmarke 42, 8016 BS ZWOLLE

Opzegging lidmaatschap schriftelijk vóór 1 december indienen bij het secretariaat. Bij opzegging ná 1 december dient de bondsafdracht voor het komende jaar voldaan te worden.