

ULLR-Nieuwsbrief

Vormgeving: Barbara

NOVEMBER 2018

Van de redactie

Hierbij weer een uitgave van onze Nieuwsbrief.

Deze staat op de website: www.skigooi.nl.

Om de Nieuwsbrief te bekijken klik op de volgende link:

www.skigooi.nl/nieuws/nieuwsbrief.

U vindt in deze Nieuwsbrief onder andere een verslag met veel foto's van het fietsweekend naar Afferden, het nieuwe SneeuwFitprogramma voor seizoen 2018/ 2019, informatie van de Reizencommissie over het reizenprogramma 2019 en verder de overige activiteiten.

En als u nog tijd over heeft, dan kunt u uw hersenen trainen met een puzzeltje.

Wij wensen iedereen veel lees- en puzzelplezier.

Redactie

Hanny May-de Reus

redactie@skigooi.nl

Vormgeving

Barbara Heemskerk

barbara@skigooi2.nl

Ledenadministratie

Frits Misset

ledenadmin@skigooi.nl

Contributiebetalingen

bankrek. NL50RABO 0315 9742 30 t.n.v.

ledenadm. Skiver. het Gooi, Hilversum

Overige betalingen

bankrek. NL64 RABO 0388 2962 08 t.n.v.

Penningm. Skiver. het Gooi, Hilversum

Website: www.skigooi.nl

Inhoudsopgave

Van de redactie	1
Bestuur	1
Van de voorzitter	2
Fietsweekend 2018 Afferden	4
Fietscomité 2019	6
Fit op reis / SneeuwFit-trainingen	7
Locaties SneeuwFit-training	7
Trainster SneeuwFit	7
Buitentrainingen	8
Après ski	8
In memoriam Rob en Evert	8
Reizenprogramma 2019	9
Lachen is gezond	11
Rolski-/skike- en skatenieuws	12
Kalender	12
Commissies	13
Oplossing puzzel en een nieuwe puzzel	14

Bestuur

Voorzitter: F.J. Misset

Tel. 035-6238480

voorzitter@skigooi.nl

Secretaris: Mw. J.C. Bloemendaal

Tel. 035-6910134

secretaris@skigooi.nl

Penningm.: R. Heemskerk

Tel. 035-5388203

penningmeester@skigooi.nl

Lid: Mw J. May-de Reus

Tel. 035-6211207

redactie@skigooi.nl

Van de voorzitter



Helaas na Rob Bloemers is onlangs ook Evert van Kamperdijk overleden. Beiden waren zeer actieve leden van onze vereniging. Vele jaren namen zij onder meer deel aan onze skireizen.



Rob Bloemers



Evert van Kamperdijk

Rob bereikte de leeftijd 77 jaar. Evert werd 79 jaar. Beiden moesten hun ski's al een paar jaar geleden aan de wilgen hangen met pijn in het hart.

Velen van ons zijn ook reeds vanwege fysieke beperkingen daartoe overgegaan. Zij proberen zo mogelijk vitaal te blijven met wandelen, fietsen en conditietraining. Want wij weten: stilstand is achteruitgang.

Het aantal nog skiënde leden neemt door de vergrijzing gestaag af. Volgend jaar is er geen georganiseerde reis naar Lech, vanwege onvoldoende belangstelling. Wel is het gelukt nog een groep van 15 deelnemers te formeren voor een reis naar de Dolomieten (Canazei). Ook gaat er nog een groep van 7 deelnemers naar Les Menuires en 4 deelnemers naar Canada.

In Les Menuires kunnen wij niet meer terecht in het ons vertrouwde hotel le Menuire. De eigenaar heeft het verpacht aan een Engelse tour-operator, die het nu exclusief gebruikt voor Flyski-reizen vanaf vliegvelden in Groot-Brittannië. Voor ons een te grote omweg. Dit is een mooi voorbeeld van een Brin-project. De Britten kunnen toch mooi niet zonder ons continent.

Zoals Cruyff ons heeft geleerd heeft ieder nadeel ook zijn voordeel. Ik ging op zoek naar een alternatief. Dat werd gevonden in de huur van een chalet-appartement geschikt voor 11 personen. Omdat wij maar met z'n zevenen zijn, kan er nu gemakkelijk tegemoet gekomen worden aan de vraag naar vier éénpersoonskamers. Dat is in een hotel vrijwel onmogelijk. Een ander nadeel, dat wellicht ook een voordeel kan blijken te zijn, is dat zelf gezorgd moet worden voor de maaltijden. Een ieder kan nu zijn eigen vertrouwde ontbijt samenstellen. Restaurants zijn er genoeg in de buurt voor het avondeten, maar het gezamenlijk avondeten klaar maken heeft ook z'n charme. Een groot voordeel is bovendien, dat de totale kosten lager komen te liggen, dan bij logies in een hotel.

Voor ons is skiën een sportieve sociale bezigheid. Meer moeten wij ook niet willen. Skiën om te presteren, dat kan ons lichaam niet meer aan. Niettemin leven wij in de tijd van vrouw Holle. Wim Kan wees ons er in de jaren zestig reeds op. De maatschappij ademt toenemend een geest van presteren, snelheid, druk zijn en doen. Maak voort, maak voort, maak voort, ik heb een vreselijke haast! Agenda's zitten vol afspraken. Een afspraak maken op korte termijn is meestal niet mogelijk.



Het gekke is, dat wij gepensioneerden ons daar-in laten meeslepen. Weten wij nog wel hoe heerlijk het kan zijn om niets te moeten? Onlangs heb ik met zes roeimakers een week doorgebracht in een oude verbouwde boerderij in de Bourgogne. Geen TV, geen wifi en vaak geen of slechts een zwak signaal voor de smart-phone. In de wijde omgeving geen mens te zien. Alleen grazende Charolais koeien en een vijftal paarden, die ons dagelijks gezelschap kwamen houden bij de afrastering voor ons erf.



Uren bleven zij daar stilzwijgend staan in kopstaart-formatie. Op die wijze waaierden zij met hun staart de vliegen weg van elkaars hoofden.

En wat deden wij daar? Niets. Naast eten en drinken slechts kouten met elkaar over van alles en nog wat, een middagdutje doen, wat lezen, genieten van het uitzicht, de zon en de mooie luchten en af en toe een duik in het zwembad. Het was bedoeld als een ontmoetingsweek. Een week om elkaar beter te leren kennen. Het ontmoeten kreeg echter een dubbele betekenis: namelijk ook ontmoeten. Niets te hoeven 'moeten'. Ik heb mij geen moment verveeld.

Groot was de overgang naar het 'gewone leven'. Die begon met de thuisreis over de

autoroute. Verkeer, jakkerend op weg van A naar Z en dat nog wel op zondag.

Tussen twee haakjes. Valt het u ook op, dat autorijders die aan bumperkleven, rechts inhalen, met de koplampen knipperen en snij-dend van rijstrook veranderen veelal mannen zijn met een Tesla, Audi of BMW?



Zij mogen dan wel 'rijk' zijn met hun status-symbool, maar ze kunnen of willen helaas niet rekenen. Een afstand van 90 km (bijvoorbeeld Hilversum-Den Haag) leg je met een gemiddelde snelheid van 120 km per uur in 45 minuten af. Met een gemiddelde snelheid van 110 km per uur in 49 minuten. Nu is het vrijwel onmogelijk om die gemiddelde snelheid van 120 km te halen. Zodat het werkelijke verschil hooguit een paar minuten zal blijken te zijn en dan hebben wij het nog niet gehad over de tijd die het rijden in het stadsverkeer vraagt.

Kortom haastige spoed, is nog steeds zelden goed. Maar ja, de jongere generaties leven naar hun emoties en driften. 'Meten is weten' is verworpen tot een loze kreet.

Ik wens een ieder een moetenloze winter toe.

Frits Misset

Fietsweekend 2018 Afferden



Tekening van alle deelnemers

Foto: Ronald

Een rondje Maasduinen all-inclusive

Het 3 dagen happen en trappen met intermezzo's van wippen en nippen en een heerlijke jazz-sessie in een wit kerkje heb ik ervaren als een zeer enerverende tijdsbesteding.

Geïnspireerd en gedirigeerd door ons aller Henk, Jan Pieter en Lia werden wij geleid over bergjes en door dalen van het weelderige en Bourgondische Maasduinenland.



Nadat een ieder het koffie met gebak in Auberge de Papenberg had ontdekt kwam de stemming al op gang. Inmiddels was de regen opgehouden en de zon was ons verder het hele weekend welgezind.

De aftrap van het fietsweekend verliep vlekkeloos omdat Jan Pieter het grote geheel keurig in groep 1 en groep 2 indeelde.

Langzaam maar zeker kwamen in het lommerrijke landschap de 30 "Skifahrer" op gang.



De 1e dag waren er nog wat vertragingen door aankomst- en fietsperikelen... die overigens prima werden opgelost!



Met de jazz-sessie in het witte kerkje werd even een andere groepsindeling gemaakt: prima opgelost en zo voor elk wat wils!

De cultuurhistorische fietstochten leidden ons langs fraaie duinmeren en vennetjes met regenwater, ontstaan doordat de wind in de ijstijd zand heeft weggeblazen en natuurlijke kommetjes vormde.



Ook de oude ruïne van Kasteel Bleijenbeek is een bezienswaardigheid (weliswaar op afstand). Dit kasteel is in de tweede wereldoorlog gebombardeerd. Nu kan er in de ruïne zelfs getrouwd worden. Het is maar wat je leuk vindt.



De 2e dag passeerden we het dorp Aijen, in het nieuws omdat de inwoners uit protest tegen de hoogte van de nieuwe ringdijk deze zelf weer zijn gaan afgraven tot de afgesproken hoogte. De lunches onderweg waren prima verzorgd en op 3 bijzondere lokaties.

Landgoed Bleijenbeek (op de golfbaan inclusief een golfmuseum).



Restaurant van bezoekerscentrum Maasduinen, gedeeltelijk hangend in de oude sluisbak van een voormalige sluis. Deze sluis was van 1971 tot 2001 in gebruik. Er voeren 22.500 schepen door met zand en grind.



En de Watervogel aan de Maas waar het buffet in een "boot" werd geserveerd!

Leuk intermezzo: op de Bergerheide kwamen we een schaapherder met zijn kudde tegen.

De 3e dag kenmerkte zich door de tocht met een pontje over de Maas en het bezoek aan de indrukwekkende Sluis van Samsbeek.



We werden ook nog getraceerd op een optocht van oude tractoren.



Last but not least reden we door een opvallend landschap: de Maasheggen dat als “karakteristiek natuurgebied” op de Unesco Biosfeer-lijst staat vermeld. De meidoornheggen om landbouwpercelen te scheiden, zijn eeuwen oud. Zelfs Julius Ceasar vond het al vervelende obstakels voor zijn leger.



De kleurige bloemenvelden waren niet alleen aantrekkelijk voor insecten. Ook wij konden er geen weerstand aan bieden.



Het mooie weer en ons verblijf in de Auberge met voortreffelijke culinaire diners en bijzondere ontbijttafel heeft daartoe zeker bijgedragen.



Zeker voor herhaling vatbaar!!!!

Bedankt: Ronald en Barbara, Henk en Corrie, Jan Pieter en Marjo, Marion en Lia, Riet en Ingrid, Mieke en Kees, Kor en Gery, Robert en Sandy, Myrna en Hans, Wil en Willie, Tiny en Nely, Hanneke, Yvonne, Stephanie, Willem, Carlo, Rika en Gerrit voor alle gezelligheid en leuke gesprekken.



Tekst Ankie



Foto's Ronald e.a.



Fietscomité 2019

Er is voor 2019 een nieuw fietscomité gevormd, bestaande uit Robert Huisman, Jan Pieter Smittenaar en Mieke Ekelschot.

Waar en wanneer er gefietst gaat worden is nog onbekend. We wachten in spanning af.

Fit op reis

SneeuwFit-trainingen

SneeuwFit is een trainingsprogramma voor het verbeteren van spierkracht en uithoudingsvermogen.

Met de trainingen SneeuwFit heb je een optimale voorbereiding op de wintersport. Je traint juist die spieren waarvan veel wordt gevraagd tijdens de wintersport, zodat je straks soepel de berg af gaat en minder kans op blessures hebt. De trainingen zijn bedoeld voor zowel de beginnende als de gevorderde wintersporter.

Naast specifieke training voor de wintersport, verbetert het de algemene conditie. Dus ook als je niet op wintersport gaat is SneeuwFit een goede en gezonde training en zorgt het dat je veel calorieën verbrandt. Onder begeleiding van onze professionele en enthousiaste trainster heb je zowel in de zaal als ook buiten een gevarieerd programma, waarbij de techniek, maar zeker ook de gezelligheid, volop aandacht krijgt. In totaal krijg je 18 lessen in de zaal waarbij verschillende fysiologische aspecten van het lichaam aan bod komen, zoals uithoudingsvermogen, spierkracht en lenigheid. Elke les bestaat uit een warming-up, spieroefeningen (een totale workout voor buik-, been-, bil-, rug- en armspieren), ski-imitatieoefeningen met behulp van materialen zoals bijvoorbeeld de dynaband, banken, dweilen, speedladder, kettlebel en power rope (voor 90% op muziek) en tot slot een cooling-down.

Wij hopen dat je na deze trainingen nog meer kunt genieten van de wintersportvakantie.

Belangstelling?

Meld je dan direct aan bij de trainster. Dit kan telefonisch of per e-mail.



Cursusdata

Maandag

Start 24-09-2018 t/m 17-12-2018 en
07-01-2019 t/m 11-02-2019

Woensdag

Start 26-09-2018 t/m 19-12-2018 en
09-01-2019 t/m 13-02-2019

Herfstvakantie: 20-28/10/2018

Kerstvakantie: 22/12/2018-06/01/2019

Krokusvakantie: 16-24/02/2019

Cursusprijs

Indoor 1x per week (18x): € 110,—

Indoor 2x per week (18x) € 175,—

Alleen outdoor (14x): € 60,—

In combinatie met indoor: +€ 40,—

Locaties

Indoor

Hilversum

A. Roland Holst College, Jonkerweg 20
20:00-21:00 uur

Trainster: Colinda Oloff

Outdoor

Hilversum / Laren

Zondag - Buitentraining

St. Janskerkhof, Hilversumseweg, Laren
09:30-10:30 uur

Start 04-11-2018

Trainster SneeuwFit

Colinda Oloff

Telefoon: 06 55 96 45 23

E-mail: colinda.olff@gmail.com



Met SneeuwFit-training bereid je je goed voor

Buientrainingen

De officiële start van de buientraining is op zondagmorgen 4 november 2018. Maar vanaf september is de extra buientraining al begonnen.

Start/vertrek om 9.30 uur vanaf het Sintjanskerkhof.

Info: Hanny May (tel. 035-6211207).



Er is op **zondagmorgen** het hele jaar door ook altijd een groepje wandelaars en/of Nordic walkers, die vanaf het Sintjanskerkhof van 09.30 tot 10.30 uur lekker door het bos en over de hei stappen.



Verder is er speciaal voor geoefende Nordic walkers nog een training op **donderdagmorgen**. Vertrek om 10.00 uur vanaf het parkeerterrein bij 't Hooge Erf, Hoge Vuurseweg 11, Lage Vuursche.

Met elkaar kan men dan weer zijn best doen om de conditie op peil te brengen of te houden.



Après-ski

De eerste après-ski-avond van het seizoen is erg druk bezocht. Er werden nieuwtjes over de voorbije zomer uitgewisseld, o.a. over het geslaagde fietsweekend. En er werd bij elkaar geïnformeerd naar de nieuwe plannen voor de winter, wordt het winteren of overwinteren.

Velen was het trouwens opgevallen dat Hanny niet op haar vertrouwde kruk aan de bar zat. Helaas heeft Hanny door fysieke ongemakken moeten besluiten dat ze bij OSO niet meer de trap op kan klimmen. Zij stelt het wel op prijs als leden haar af en toe opbellen.

De tweede après-ski-avond zal op 2 november worden gehouden en dat is tevens de avond waarop de Algemene Ledenvergadering plaats zal vinden.



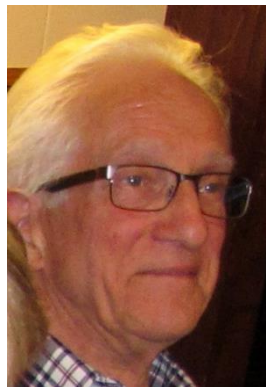
In memoriam

Dit jaar hebben wij afscheid moeten nemen van twee leden.

Op 28 januari 2018 overleed Rob Bloemers en op 24 augustus 2018 Evert van Kamperdijk, respectievelijk in de leeftijd van 77 en 79 jaar.

Rob en Evert hebben jarenlang hun medewerking verleend bij diverse activiteiten van de vereniging, o.a. de skibeurs. Wij zijn hen daar dankbaar voor.

Verder namen zij met veel plezier deel aan de skireizen, de fietstochten en overige festiviteiten van de vereniging.



Rob Bloemers



Evert van Kamperdijk

Ons medeleven gaat uit naar hun naasten.

Reizenprogramma 2019

De skireizen in het reizenprogramma 2019 gaan naar de volgende bestemmingen:

Les Menuires **SkiGooiReis** per bus
vertrek vrijdag 12 januari;
retour zondag 21 januari 2019

Canada Safari **SkiGooiReis** per vliegtuig
vertrek dinsdag 29 januari;
retour maandag 11 februari 2019

Canazei **SkiGooiReis** per bus
begin vrijdag 1 maart
einde zondag 10 maart 2019

Amadé Safari **Daphne & Hans** per bus
vertrek vrijdag 4 januari;
retour zondag 13 januari 2019

Dolomieten **Daphne & Hans** per bus
vertrek vrijdag 1 februari;
retour zondag 10 februari 2019

Skiën

Er wordt groepsgewijs geskied in een ontspannen sfeer onder begeleiding van een ervaren voorskiër, die het skigebied goed kent. Het skiën wordt afgewisseld met een koffie- en een lunchpauze en afgesloten met een ski-après op terras in de zon of binnen bij de open haard! 's Avonds wordt er als groep gedineerd.

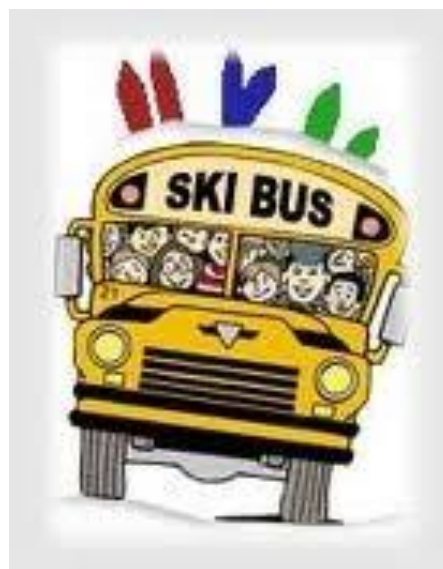
Reissom

De reissom is standaard opgebouwd uit de verblijfskosten, de vervoerskosten, de prijs van de skipas, alsmede toeslagen voor de organisatiekosten en de fooienpot.

Vervoer

Het vervoer naar Les Menuires en Canazei gaat per Royal Class bus. Na overleg kan men er voor kiezen naar die bestemmingen te reizen met eigen vervoer. Op de reissom vervallen dan de vervoerskosten.

De Skisafari naar Canada gaat per vliegtuig.



Aanmelding voor de reizen

Deelname aan de reizen is mogelijk voor leden van Skivereniging Het Gooi, de Nederlandse SkiVereniging en alle bij de Nederlandse SkiVereniging aangesloten regionale skiverenigingen.

Aanmelding voor de reizen uitsluitend door het insturen van het aanmeldingsformulier naar de reizencommissie. Het aanmeldingsformulier is te downloaden van de website

www.skigooi.nl/reizen/aanmelden of kan op telefonische aanvraag worden toegestuurd.

Namens de reizencommissie:

Frits Misset, telefoon 035-6238480

Yvonne Haye, telefoon 035-6243931

E-mail: reizen@skigooi.nl

Reizen 2019

Vrijdag 12 januari - zondag 21 januari 2019
Frankrijk - Les Menuires - Les Trois Vallées

Les Menuires www.lesmenuires.com ligt op 1800 m centraal in het skigebied Les3Vallées. Het grootste skigebied ter wereld. 198 skiliften en meer dan 300 pistes met een totale lengte van 600 km bieden de mogelijkheid iedere dag een andere gevarieerde skitoer te maken. Het hoogtebereik loopt van 1300 tot 3230 meter

In de achter ons liggende jaren is Trois Vallées gebleken in januari een sneeuw- en zonzeker skigebied te zijn. Bovendien is het dan zeer rustig skiën op de vele pistes. Dit maakt het skiën voor senioren aantrekkelijk. Vanaf de leeftijd van 75 jaar is het skiën zelfs gratis.



Het chalet **Montagnettes Hameau de la Sapinière** is van recente bouwdatum en ligt direct aan de pistes van Les Menuires, op loopafstand van het centrum en vlakbij de skiliften. Op 100 m stopt de gratis skibus, die je naar het centrum van Les Menuires brengt.

Het chalet-appartement is zeer ruim en luxe ingericht en bij aankomst zijn de bedden opge maakt. In de woonkamer is een gezellige open haard.

Na afloop van de skidag kun je ontspannen in de jacuzzi of privé-sauna!

Deze reis wordt dit jaar voor het eerst aangeboden. Een beperkte groep heeft zich reeds aangemeld. Daardoor is de reis al volgeboekt. Het is alleen mogelijk op de reservelijst te worden geplaatst. Bij eventuele annuleringen zal men in volgorde van aanmelden worden benaderd. Als een e-mailadres bekend is, zullen geïnteresseerden in ieder geval voor seizoen 2019-2020 worden benaderd.

Montagnettes Hameau de la Sapinière

- 1-persoonskamer ca. € 1.275,-
- 2-persoonskamer algemeen ca. € 930,-

Prijs per persoon houdt in:

- vervoer per Royal Class touringcar; in overleg is eigen vervoer mogelijk
- 7 overnachtingen in Montagnettes Hameau de la Sapinière
- 7-dagen skipas (zo t/m za)
- toeslagen reisorganisatie en fooienpot

Denk er bij alle reizen over na om een reis- en annuleringsverzekering af te sluiten!

Bekijk ook de Reisvoorwaarden op:
www.skigooi.nl/reizen/reisvoorwaarden

Skisafari's Oostenrijk en Italië 2019

Afgelopen jaren hebben veel leden van Skivereniging 't Gooi en andere wintersportverenigingen deelgenomen aan de skisafari's, georganiseerd door Vasa Sport. Sinds een paar jaar worden deze reizen georganiseerd door Daphne en Hans van respectievelijk Ski-Safari.nl en M-Tours.

Hoewel deze reizen niet tot het programma van Skivereniging 't Gooi behoren, willen we vanwege onze ervaringen met het unieke karakter van deze reizen, de Skisafari's toch onder de aandacht brengen. De reizen gaan naar Amadé (Oostenrijk 4 - 13 jan.) en naar de Dolomieten (1 - 10 feb.)

Voor meer informatie zie Ski-Safari.nl

Dinsdag 29 jan t/m maandag 11 feb. 2019 Skisafari Canada (o.a. Jasper, Panorama, Lake Louise en Banff)

De reis is bedoeld voor zeer ervaren skiërs, die de hele dag onder alle weersomstandigheden alle soorten terrein kunnen beskiën.

Bij dit uitdagende uitgangspunt past zeker ook een dag helikopterskiën.

De reis staat weliswaar open voor minder ervaren skiërs maar, in tegenstelling tot de standaard SkiGooi reizen, is er voor deze groep skiërs géén begeleiding. Zij moeten op eigen gelegenheid skiën en kunnen natuurlijk genieten van de gezelligheid van de groep voor en na het skiën.



(foto RK-Heliski - Panorama BC)

De prijs voor de Skisafari wordt bepaald op het moment van boeken. Onder strikt voorbehoud bedraagt de reissom (begin juli) € 2.250,- bij boeking met minimaal twee personen, die ook in het bezit zijn van een geldig rijbewijs.

Prijs per persoon houdt in:

- Rechtstreekse KLM vluchten: Amsterdam - Edmonton - Amsterdam, inclusief vervoer skiuitrusting;
- Skiën in de wintersportgebieden: Jasper, Panorama en Lake Louise/Banff;
- Liftpassen voor de 3 gebieden;
- Middenklasse accommodatie op basis van logies;
- Vervoer ter plaatse: huurauto type SUV;
- Optioneel: een dag helikopterskiën in Panorama (kosten ca. € 650,-).

De reissom omvat ook een toeslag voor brandstof, National Park passes en onvoorzien. Niet inbegrepen zijn dossierkosten, de Electronic Travel Authorization (CA\$ 7,- pp), maaltijden en persoonlijke uitgaven (totaal ongeveer € 650,-). Eénpersoonskamers zijn niet beschikbaar.

**Denk er bij alle reizen over
na om een reis- en
annuleringsverzekering
af te sluiten!**

**Bekijk ook de
Reisvoorwaarden op:
www.skigooi.nl/reizen/reisvoorwaarden**

Lachen is gezond

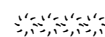


Het was mijn bedoeling slapend rijk te worden,
maar ik kon de slaap niet vatten.



De tijd gaat snel, gebruik hem wel;
dus drink met veel voortvarendheid,
want voor je 't weet is het sluitingstijd.

Schwarzenegger heeft een grote . . .
Michael J. Fox heeft een kleine . . .
De paus heeft er een, maar gebruikt hem niet . .
Clinton gebruikt hem altijd . . .
Wat is dat? . . .
Een achternaam!!!
Wat dacht jij dan??



Bij vlagen ben ik geniaal...
Helaas is het hier altijd windstil...

Vrijdag 1 mrt - zondag 10 maart 2019 - Italië - Canazei - Dolomieten

Canazei ligt centraal in de Dolomieten aan de bekende Sella Ronda en in de nabijheid van de Marmolada (3343 m). Vanuit Canazei kan iedere dag naar een andere bestemming worden gescied. Naar Lagazuoi, via Pralongia en Armentarola. Naar de Marmolada via Malga Chiapella. Naar de Seiseralm (eerst per bus door een schitterend natuurgebied). Naar het Annatal via Col Raiser en Seceda (lunch bij Anna). Naar Pedraces via La Villa. Naar Alba met Pera en Possa di Fassa.



Het fraaie **hotel Bernard** ligt 200 meter van het centrum van Canazei en vlakbij de halte van de skibus die je voor een kleine vergoeding naar de skilift brengt.

Ook voor Canazei geldt dat de hotels maar zeer weinig 1-persoonskamers beschikbaar hebben. Wel zijn er 3- en 4-persoonskamers. Voor deelnemers die bereid zijn een 2- of 3-persoonskamer met elkaar te delen zal het vinden van logies naar verwachting niet zo moeilijk zijn. Voor diegenen die beslist een 1-persoonskamer willen, zal worden getracht kamers in naburige pensions te vinden.

Eigen vervoer is mogelijk. De buskosten vervallen dan. Aanvullend boeken van skihuurl is mogelijk voor ca. € 70 à € 100.

Plaatsing op een reservelijst is altijd mogelijk.

Hotel Bernard (prijzen onder voorbehoud)

- 1-persoonskamer - ca. € 1.100,-;
- 2-persoonskamer algemeen - ca. € 1.000,-.

Prijs per persoon houdt in:

- vervoer per Royal Class touringcar, in overleg is eigen vervoer mogelijk;
- toeslagen reisorganisatie en fooienpot;
- boekingskosten Sunweb;
- 7 overnachtingen o.b.v. half-pension;
- 7-dagen skipas Dolomiti Superski.

Kortingen

- eigen vervoerskorting - nog niet bekend;
- seniorenkorting skipas (geboren voor 25-11-1953) - nog niet bekend;
- korting skipas 6 dagen in plaats van 7 dagen - nog niet bekend.

Denk er bij alle reizen over na om een reis- en annuleringsverzekering af te sluiten!

Bekijk ook de Reisvoorwaarden op:
www.skigooi.nl/reizen/reisvoorwaarden



Rolski-/skike- en skatenieuws

Rolskiën/skiken

De rolskitochtjes gaan het hele jaar door. Gevorderde langlaufers kunnen zo meedoen.

De planning van alle tochtjes en de vertrekplaatsen worden per WhatsApp bekend gemaakt.

Er gaan tegenwoordig ook skikers mee.



Skaten/skeeleren

Er is op dit moment nauwelijks interesse voor de skategroep.

Zoals gewoonlijk worden de tochtjes op donderdagavond gehouden.

Wil je liever op een andere avond gaan skaten, dan kan dat natuurlijk aangepast worden.

Laat me weten of je belangstelling hebt om weer mee te doen.

Informatie over rolskiën of skaten krijg je van Hanny May (035-6211207) en zie ook www.skigooi.nl.



Kalender

2018

02-11 Alg. Ledenvergadering/après-ski
07-12 Après-ski-avond (géén Sinterklaas)

2019

04-01-2019 Nieuwsjaarsbijeenkomst
06-01-2019 Nieuwjaarsbijeenkomst buiten
15-02-2019 Après-ski-avond
12-04-2019 Reizenreünie/après-ski-avond

Commissies

Langlaufen/Rolskiën/Skaten

Hanny May
Bert van Straten

Reizen

Yvonne Haye
Frits Misset (coördinator)

ULLR nieuwsbrief/website

Ronald Heemskerk
Hanny May
Barbara Heemskerk

Fietscommissie 2019

Mieke Ekelschot
Robert Huisman
Jan-Pieter Smittenaar

OPLOSSING VORIGE WOORDZOEKER

Oplossing van de Woordzoeker in de Nieuwsbrief van augustus jl. luidt: **Aardolie levert dit wonderlijke chemische materiaal.**

NIEUWE WOORDZOEKER: Zorg goed voor je gezondheid

Alle woorden staan kriskras in het letterveld, horizontaal, verticaal, diagonaal of achterstevoren. Als alle woorden zijn weggestreept, vormen de overgebleven letters in de leesrichting de oplossing.

R	I	C	H	T	L	I	J	N	E	U	S	S	P	R	A	Y	S	L	E	B	A	F
E	I	T	A	P	O	E	M	O	H	G	B	O	E	V	I	T	A	M	I	N	E	S
I	D	A	C	I	T	E	M	S	O	C	U	I	T	D	A	G	I	N	G	E	F	V
R	A	S	L	E	P	P	U	R	D	G	O	O	J	T	A	N	D	V	L	E	E	S
A	N	F	R	U	I	T	S	A	P	E	R	D	E	S	K	U	N	D	I	G	E	Z
T	T	O	R	G	C	I	N	F	O	T	S	R	U	E	L	K	R	T	G	L	I	S
E	I	N	T	O	K	E	I	T	A	C	I	D	E	M	D	U	E	E	L	I	G	V
G	S	A	H	G	N	I	L	E	K	K	I	W	T	N	O	N	I	I	E	O	O	R
E	T	L	C	B	I	N	F	O	R	M	A	T	I	E	N	E	T	T	I	W	I	E
V	O	T	I	I	C	H	K	I	M	M	U	U	N	S	Y	S	T	E	E	M	F	E
E	F	E	W	J	K	P	E	U	S	O	O	D	D	N	A	B	R	E	V	R	T	A
R	F	R	E	W	M	B	E	C	E	E	H	V	O	P	L	O	S	S	I	N	G	H
Z	E	N	G	E	A	V	O	U	Z	J	O	T	T	W	E	E	R	S	T	A	N	D
O	N	A	R	R	N	U	L	R	L	E	T	S	R	O	B	N	E	D	N	A	T	H
R	Z	T	E	K	D	H	U	I	D	V	E	R	Z	O	R	G	I	N	G	D	E	V
G	Y	I	V	I	K	U	A	I	E	O	R	M	N	E	I	T	A	T	I	R	R	I
I	M	E	O	N	Z	G	N	E	H	Z	Z	U	E	T	K	E	I	Z	S	I	E	R
N	E	F	A	G	O	G	N	I	M	R	E	H	C	S	E	B	N	T	D	H	E	I
G	N	L	A	T	A	N	D	S	T	E	E	N	D	H	K	E	E	H	T	O	P	A
E	S	A	N	K	W	H	O	O	F	D	P	I	J	N	T	L	U	S	N	O	C	A
L	M	I	T	N	U	P	R	E	E	P	S	U	P	P	L	E	M	E	N	T	T	E
I	B	O	D	Y	L	O	T	I	O	N	T	S	T	E	K	I	N	G	T	V	A	N
L	E	V	E	A	T	S	A	P	D	N	A	T	N	E	M	A	C	I	D	E	M	N

Afweer

Alternatief

Antistoffen

Apotheek

Bescherming

Bijsluiter

Bijwerking

Bodylotion

Consult

Cosmetica

Deskundige

Eczeem

Eiwitten

Enzymen

Fabels

Feiten

Fruitsap

Herstellen

Hoestpastilles

Homeopatie

Hoofdpijn

Huidverzorging

Immuunsysteem

Informatie

Irritatie

Jeuk

Kleurstof

Maagzuur

Medicament

Medicatie

Neusspray

Ontsteking

Ontwikkeling

Oogdruppels

Oplossing

Orthomoleculair

Overgewicht

Peulvruchten

Picknickmand

Reisziekte

Richtlijn

Slank

Slijmvliezen

Speerpunt

Supplement

Tandenborstel

Tandpasta

Tandsteen

Tandvlees

Uitdaging

Vegetarier

Verbanddoos

Verzorging

Vitamines

Voeding

Weerstand