



Uitnodiging wielerclicin Holterberg

Op weg naar de Mont Ventoux - Zondag 16 augustus 2015

Beste renner uit Kirsten's kopgroep en deelnemer aan deze clicin,

Op 11 september a.s. staan wij met elkaar voor een mooie uitdaging. Dan zullen wij de Mont Ventoux 1, 2 of 3 keer gaan beklimmen tijdens het event Ventoux3. Van het nut en de noodzaak van onze deelname op deze bijzondere dag zijn we ons allemaal bewust: zoveel mogelijk geld inzamelen voor STOPHersentumoren.nl en onze steun laten blijken aan Kirsten in haar strijd tegen deze vorm van kanker.



Ter voorbereiding op dit event staan wij op zondag 16 augustus 2015 eerst aan de start van een mooie wielerclicin. Tijdens deze clicin zullen wij door ex-prof wielrenner Joost Posthuma worden getraakteerd op de nodige tips voor een succesvolle en bovenal veilige beklimming en afdaling van de kale berg. Met die tips in het achterhoofd zal hij ons daarna een indruk geven van wat ons op 11 september a.s. te wachten staat tijdens een ritje rond en op de Holterberg. Het programma voor die ochtend ziet er als volgt uit:

- 9.00 – 9.30 uur:** Ontvangst in de Heerenkamer van De Swarte Ruijter, Holterbergweg 7 te Holten
- 9.30 – 10.00 uur:** Tips van Joost voor het beklimmen en afdalen van de Mont Ventoux
- 10.00 – 12.00 uur:** In praktijk brengen van tips op Motieweg, Holterberg (stijging gem. 5,1%, max. 10%)
- 12.00 – 13.00 uur:** Sportmaaltijd en afsluiting in de Heerenkamer van De Swarte Ruijter te Holten

Bij deelname aan deze clicin wordt er vanuit gegaan dat iedereen zijn basisconditie op peil heeft. Tot aan 16 augustus a.s. resteert nog voldoende ruimte om hier aan te werken. Tijdens de clicin kan ieder voor zich dan een reëel beeld vormen van hoe hij/zij er op staat voor het event ruim 3 weken later.

Tijdens de clicin zal Remco Homan aanwezig zijn voor het maken van foto's. Na afronding van de clicin krijgt elke deelnemer een actiefoto van hem/haar toegezonden. Daarnaast zal er bij aanvang voor iedereen een gevulde bidon, een energiereep en energiegel klaar liggen, beschikbaar gesteld door Zwiep Fietsen in Hengelo.

Alle genoemde partijen werken belangeloos mee aan dit event. Daarmee blijven de kosten beperkt tot een bijdrage voor de verzorging van de inwendige mens. Die bijdrage is euro 10,- per persoon. Vriendelijk verzoek om dit bedrag **voor 11 juli a.s.** over te maken op rekeningnummer: NL14 RABO 03975 54 109 t.n.v. D. Sepp.

Tot slot. Neem een slot mee voor je racefiets. Bij De Swarte Ruijter is namelijk geen afgeschermd ruimte voor de fietsen beschikbaar. Mochten jullie verder nog vragen hebben dan kunnen jullie uiteraard contact met mij opnemen.

Sportieve groet, mede namens Joost,
Dennis (06-36140027)

