

Jaaroverzicht Footprint 2024



Ook op een single track ben je nooit alleen

www.footprinrunner.com

<https://nl.wikiloc.com/wikiloc/user.do?id=6304340>

<https://wordpress.com/view/trailer2327.wordpress.com>

<https://www.facebook.com/groups/1597130320603530>

6 januari – Start van het nieuwe jaar met een social trail i.s.m. THOR door het Grenspark. De vertrouwde Stal Kortenhoeff als start en richting Meiduin en gelopen in twee groepen.



20 januari – Als ik de route door de Zurenhoek vanuit de Wouwe Plantage aan het uitzetten ben, kan ik nog niet vermoeden dat het een run in de sneeuw zal worden. Het blijft bijzonder om dit met een groep die hards te doen. We kiezen voor 16 en 18km.



27 januari – En weer een run door het Grenspark in mooie winterse omstandigheden. Keuze uit 15 of 21km met de duinen als kuitenbijter. Geweldig om de banden weer eens aan te halen met wat lopers die ik even niet gezien heb en allemaal veilig en wel terug bij de Stal!!



29 januari – Ik sluit de maand af met een check van het 23km lange Ree pad dat ik beheer; althans dit zal een van de laatste keren zijn. Na vijf jaar checks is het mooi geweest en ga ik het stokje doorgeven.

3 februari – kan dan eindelijk de uitgestelde Brabantse Wal Trail doorgaan waar ik veel voorbereidend werk voor gedaan heb met een twaalftal social runs en het maken van routes vanaf twee locaties. Er zijn en blijven beperkingen vanuit Brabants Landschap en de organisatie passeert me door op het laatste moment de aangeleverde routes aan de kant te gooien. De voorbereidingen waren leuk, maar de uitvoering een grote deceptie.

6 februari – Tijd voor een rondje Westenschouwen, nu met Pol en met een wandeling over strand, door de duinen en Boswachterij. De animo om hier met een groep te lopen is een stuk minder geworden, maar we blijven er lopen; altijd mooi en uitdagend.



10 februari – Een week later dan normaal lopen de social trail i.s.m. THOR en we blijven dit keer in Roosendaal met een natte run door Visdonk. Een aantal paden is zelfs niet begaanbaar, maar we maken er weer een gezellige ochtend van.



17 februari – Ik ben bezig met een serie varianten op het Buizerd pad in het Grenspark en het is nu zover dat ik ze als social trail kan gaan inplannen. De basis van 7km levert trails op van 12, 14 en 18km.



25 februari – Sinds lange tijd weer eens een evenement van een andere organisatie; de Bosbokkentrail in Burgh. Het is een zware dobber om door de Meeuwenduinen te komen en ik ben niet fit genoeg om ruim 20km vol te maken, dus ik neem de ‘binnenbocht’. Veel Footprinters aan de start hier.



2 maart – Mooi dat we zo veel keus hebben om onze trails een plek te geven. We blijven op de Brabantse Wal en vertrekken vanaf De Berk in Bergen op Zoom. Een natte winter betekent hier dat je loopt te soppen in het dal van de Kraggelooop, maar niemand moppert want het is o zo mooi.



16 maart lopen we meerdere afstanden over de Buisse Hei, nadat ik met Astrid wat kilometertjes verkend had, soms door de modder, terwijl we weten dat het in de winter soms onbegaanbaar kan zijn. Nu ik wat minder snel ben en minder kms kan maken, is het fijn om te weten dat Ivo gaandeweg steeds meer en vaker mijn rol waarneemt.



Van **18 tm 20 maart** heb ik mijn jaarlijkse driedaagse in Loon op Zand. Vanuit hotel De Guldenberg (sluit dit jaar de deuren) heb ik een paar uitdagende routes uitgezet voor wandelen, run/walk/run en trailrunning. Hoe het gaat lopen bepaal ik liever niet meer van te voren, maar een vaste waarde in deze trips is dat ik met Tini een toerke maak. Ook om weer even de banden aan te halen. Het is lang geleden dat ik hier vennen en plassen gezien heb en tijdens het lopen blijkt dat ik een paar keer kniediep over de paden ga.



Het is dan wel niet vanuit Footprint, maar soms ondersteunen we een goed doel. Stichting Bart&Tijn organiseert op **24 maart** een aantal activiteiten, waaronder een (hybride) trail. Bij de twee starts doen veel Footprinters/Thorren mee. Ikzelf houd het bij een wandeling.



De trails vanaf Stal Kortenhoeff trekken altijd veel deelnemers en nu we steeds vaker inzetten op meerdere afstanden en tempo's is er een grote opkomst **6 april** bij een run door het door ons geliefde Grenspark. Deze trails bieden veel met mooie paden, single tracks, zandpassages en hoogteverschillen.



Van **15 tot 19 april** maak ik een uitstapje naar Heeze om daar eindelijk eens een run te maken over de Strabrechtse Hei en de omgeving daar verder te verkennen. Hoe jammer is het dat het weer bar en boos is met extreem veel regen en onweersbuien. Ook nu pas ik me aan om toch zo veel mogelijk te zien. Een verslag vind je hier: <https://trailer2327.wordpress.com/2024/04/17/strabrechtse-hei-april-2024/>



Op de **20^e april** wordt er nog een slowtrail gelopen op de Brabantse Wal; zelf ben ik inmiddels ook weer bezig met langere fietstochten langs natuurgebieden waar we met Footprint lopen/liepen.



Langs de grens met België en het Grenspark

Voor het wandelpad Buizerd in het Grenspark heb ik een aantal varianten bedacht met uitbreiding, omdat dit pad vaak vergeten wordt in routes en toch een paar mooie stukjes kent. We lopen er een paar op **4 mei** vanaf P Noord in Essen Hoek.



Op **10 en 12 mei** organiseert Tini, i.s.m. Roel twee trails over de Loonse & Drunense Duinen. Altijd mooi en uitdagend en een vaste kern die er aan mee doet.



Na een aantal verkenningen, checks en aanpassingen kunnen we op **18 mei** weer eens de Noordpolder van Ossendrecht in voor een afwisselende run langs de wetlands met hun vogels, de polderpaden en een stukje Abdijbos.



Deze maand gebruik ik verder voor verkenningen vanaf De Vroente in Kalmthout, de Boswachterij in Westenschouwen en Visdonk in Roosendaal. Of het tot evenementen komt gaan we zien.



Brandtoren Kalmthout – Zandbak Rucphense Hei – Strand bij Burgh

Zaterdag **1 juni** wordt er weer getraild over de Buisse Heide. Een rondgang langs de koepel is daarbij niet te vermijden, net als de niet te missen foto op de dubbele bank.



Aangezien ikzelf een week in Zeeland bivakkeer ben ik er niet bij, maar maak ik wel van de gelegenheid gebruik om de Wikiloc bieb verder uit te breiden tot over de 500 routes.



Van **10 tot 14 juni** gaan we naar Gulpen in Limburg naar een vertrouwd adres van waaruit altijd mooie trails en wandelingen gemaakt kunnen worden. De oogst van deze week is het aantal van zes nieuwe items en nieuwe padjes en ervaringen door tunneltjes, langs de runderen, de vele Christuskruiden en door bronnen heen.



De rest van juni verken ik deelgebieden in Pannenhoeve en een nat Grenspark.

Ook zonder mij lopen de social trails gelukkig gewoon door en op **6 juli** worden twee trails gelopen over de Rucphense Hei.

Verder nog een korte serie Zomeravond over de Brabantse Wal en door het Grenspark met Ivo.

De verkenningen voor nieuwe routes doe ik op mijn gemak door de Zurenhoek en het Markiezaat. Nu het lopen even een pas op de plaats maakt, kom ik toe aan wat langere fietstochten langs de Mark en naar Willemstad.



Voor Footprint heb ik inmiddels ook een drietal routes gemaakt van het Puts Meuleke in Ossendrecht, omdat we daar niet zo vaak starten. Thor maakt er op **3 augustus** direct dankbaar gebruik van met het lopen van twee van deze trails met wat nieuwe padjes.

Ook vanaf P Noord maak ik een viertal nieuwe routes die later zullen worden opgepikt.



Verder is er op **16 augustus** nog een Zomeravondtrail in het Grenspark en maak ik voor de gelegenheid voor Runderground van Martijn de Vries nog een 30km route waar ook Footprinters bij aansluiten **25 augustus**. Zo wordt die samenwerking ook weer voortgezet.





Eind **augustus** zie ik nog kans om voor een tweede keer naar Loon op Zand te trekken voor wat mooie runs en wandelingen, o.a. uiteraard weer met Tini die ook nog een trail met Astrid organiseert.



We kruipen weer langzaam naar het najaar toe als we op **7 september** ons vertrouwde Grenspark opzoeken met meerdere tempogroepen die elkaar regelmatig tijdens de trails tegenkomen; en anders toch zeker na afloop als THOR voor de koffie zorgt.

Het THOR trailteam sluit elke eerste zaterdag van de maand trouw aan, maar ook vanuit Footprint heb ik ondersteuning. Deze maand bijvoorbeeld van Janine, Herbert en natuurlijk Ivo.

Andere vaste waarde is de Brabantse Wal waar we in Markiezaat op **21 september** een trail lopen, waarbij we de Woensdrechtse Hei meenemen.



Hoewel de omstandigheden dit jaar geen langere vakanties en langere 'projecten' toelaten, zie ik wel kans om toch af en toe naar een ander gebied te trekken.

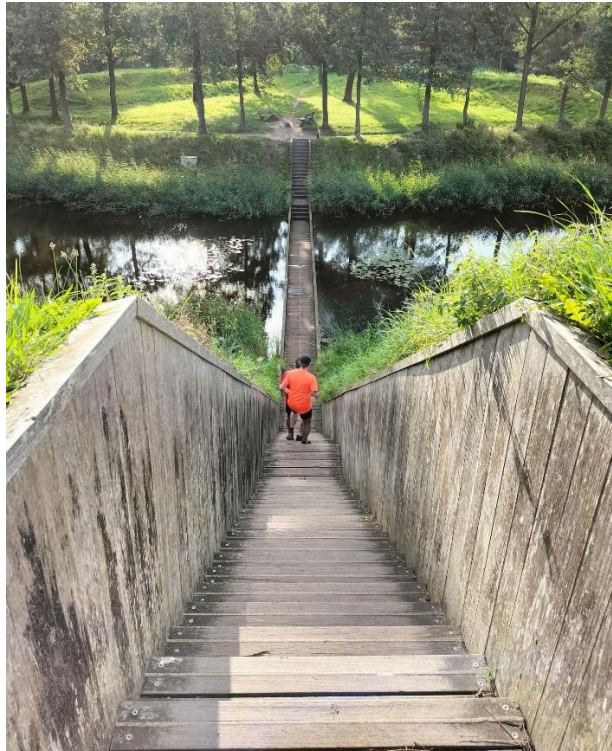
In deze maand lukt dat een midweek naar Appelscha waar ik verrassend mooie loopjes inteken en loop in het Drents-Friese Wold en op de valreep nog een dag in deze maand naar de Buikheide in de buurt van Veldhoven.



Tot slot werk ik de trailversies van het Ree pad bij, nu er weer een en ander afgesloten is en probeer ik in de buurt van Villa Augustus in Dordrecht zoveel mogelijk paadjes in een stadswandeling te stoppen. Aan activiteiten geen gebrek....



Vanaf De Berk in Bergen op Zoom maken we op **5 oktober** weer eens een rondje Brabantse Wal richting Halsteren. Van de 'droge' Bergse Heide naar de 'natte' forten De Roovere en Pinssen. Gelukkig is het erg mooi weer en maken we twee groepjes lopers blij met sightseeing op de Mozesbrug en de Pompejstoren.



Op **16 oktober** haal ik de banden met 'oud' voorloper Pol weer eens aan en maken we een mooie trail wandeling van 20km in Oostvoorne; een gebied waar we met Footprint nog niet eerder liepen, dus een waardevolle verkenning. We komen hier ook nog eens terug voor wat meer strand kilometers.



Als blijk van waardering door de trainers van THOR, bieden ze Ivo en mij een lunch aan die we natuurlijk gepaard laten gaan met een trairtje. We kiezen voor Strijbeek en op **19 oktober** lopen we vanuit De Smokkelaar een afwisselend rondje van 13km voordat we aanvallen, evalueren en plannen maken voor 2025.



We sluiten de maand af met op **26 oktober** een superleuke trail met hoogtemeters rond Huijbergen. Elk jaar een paar keer terugkerend in allerlei varianten en altijd geslaagd.



Het komt inmiddels steeds vaker voor dat we meer dan twee groepen maken om tegemoet te komen aan tempo's en afstanden die lopers aankunnen. Op **2 november** maken we drie groepen en trekken vanaf 'onze' Stal door het Grenspark. Veel animo voor, tijdens en na de trail.



Het is de maand waarin ik de mooie leeftijd van 70 jaar mag vieren en dat doe ik o.a. graag met een trail. Ik heb nog wat in te halen van de mindere ervaringen met de (organisatie van) Brabantse Wal Trail 2024/2025 en besluit om met aangepaste routes van 15, 21 en 31km een evenement weg te zetten op **16 november**. Voor de 1^e keer en voor deze gelegenheid ook met een canitrail. Het wordt voor mij een gedenkwaardige dag waarbij zo'n 60 lopers (en 8 honden) aanwezig waren en waarbij ik door een aantal 'die hards' extra in het zonnetje werd gezet.







Een dag later, op **17 november** werd er getraild in Loon op Zand waar Tini weer een mooi en uitdagend rondje had uitgezet onder de noemer 'Dak der Duinen Trail'.

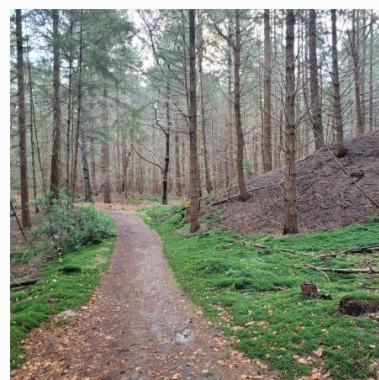
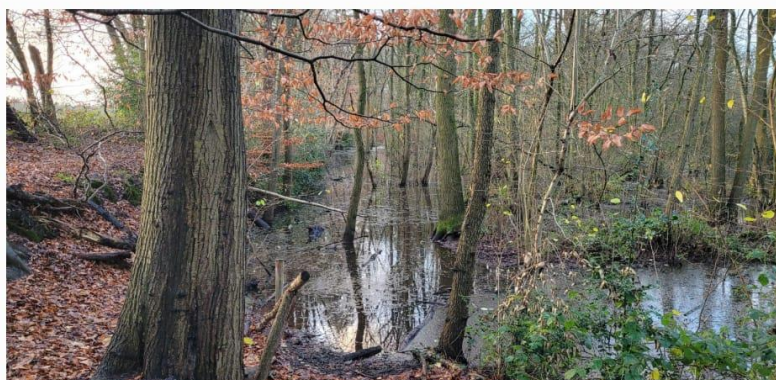
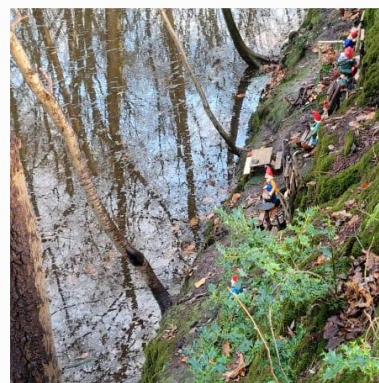
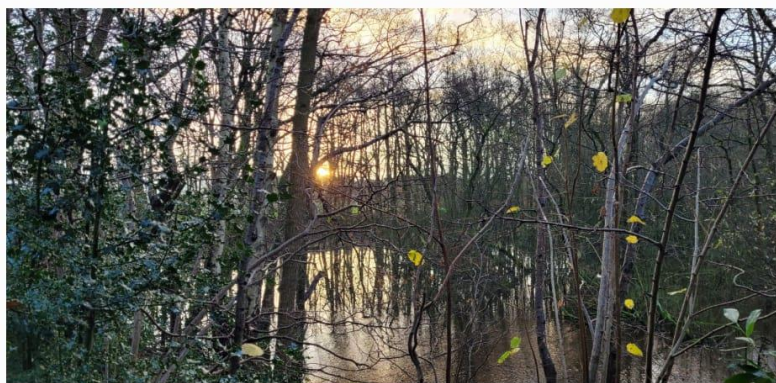


November eindigt voor mij als ik solo de twee etappes van mijn voettocht afmaak die langs alle trailgebieden gaan die te maken hebben met Footprint in de afgelopen 10 jaar. Het totaal komt tot nu toe op 4 routes in lijn met in totaal zo'n 120km straatjes en paadjes. Nu van Strijbeek naar Goirle waar ik overnacht bij Klooster Nieuwker. Een dag later door naar Lage Mierde. Het is vrieskoud, maar redelijk zonnig weer en, met bepakking, kan ik stevig door wandelen. Cobi is zo lief om voor de transfers te zorgen en het is zo goed bevallen dat er in 2025 nog twee etappes zullen volgen.



Zaterdag **7 december** beginnen we de laatste maand in Wouwse Plantage waar we weer eens een ander stukje Brabantse Wal meepikken door Plantagebossen, Buitengebied en Zurenhoek. Een natte, maar geslaagde trail.





14 december blijven we in mijn achtertuin van de Rucphense Hei waar ik met Frank en Johan en later met Janine de nodige verkenningen gelopen heb. Met wat nieuwe paadjes in de aanbieding krijgen we weer 30 lopers mee die in drie groepen 13, 15 of 17km trailen.



Verder krijg ik nog de gelegenheid voor een vierdaagse trip naar Nunspeet op de Veluwe, urban rondjes in de stad Mechelen en de Eindejaarstrail in Udenhout. Het betekent wel dat ik de traditionele Uitbuikrun op **26 december** voor de eerste keer zal moeten overslaan.

Het jaar 2024 is voor mij een intensief en bewogen jaar geweest waarin ik nog maar eens bevestigd kreeg dat je elke mogelijkheid die je krijgt om te genieten van het leven op moet pakken. Met een aantal aanpassingen van wat minder trailen, wat meer wandelen en Run/Walk/Run is het me evengoed gelukt om 3000 loopkilometers te maken, wat niet veel verschilt van andere jaren.

Het was genieten op de paadjes en samen met Footprint kijk ik uit naar 2025!!!



Tot op de paadjes in 2025