



GOLD!

Nr. 16 - Juni 2021 DE

Magazine van de Vereniging Gouden-Kruisdragers Vierdaagse

In dit nummer:

- Hinter den Kulissen bei der NGS
- Die Rückkehr
- "Lintjesregen"





Inhalt

Vorwort	3
Infos	4
Die Rückkehr	6
Hauptversammlung juli 2021	9
Hinter den Kulissen	10
Ruhe an der Füßen und Sehnsucht nach Nijmegen	13
Danke!	14
In Memoriam	14
Porträt eines Mitglieds	15

Goud! ist eine Ausgabe des Vereins Goldkruzträger Viertagemärsche.

Vorstand

Leonie Vink, M.A. (Vorsitzende)
Harry van Dijk (Schriftführer)
Ed Hendriks (Schatzmeister)
Irene van Haren (2. Schriftführer)
Ir. Frans Leijtens (2. Vorsitzende)
Rino Hamelink
Arjan Versteeg

Ehrenmitglieder

Francien van den Heuvel, M.A.
Francie de Leeuw-de Bruijn
Bert van der Lans
Prof. Mr. Henny Sackers

Contact

Redaktion

Arjan Versteeg
Jos Knooff
E-mail: redactie@goudenkruisdragers.nl

Sekretariat

Harry van Dijk
De Kromme Geer 50
5709 ME Helmond
E-mail: secretaris@goudenkruisdragers.nl

Online

www.goudenkruisdragers.nl
www.facebook.nl/groups/goudenkruisdragers

Mitglied des Verdienstes

Gien Langen-van Kolck
Vicky Henriksen-Delaney, M.A.
Gerard Aarts

Botschafter

Eiji Takemoto (Asia-Pacific)
Michael Gödeke (Deutschland)
Tue Henriksen (Skandinavien)
Katrien Delanote (Belgien, Frankreich)
Marge Petronis (USA)
Trevor Day (VK)
Susanne Keller (Schweiz)
Jürg Tschabold (Schweiz)

Mitgliederverwaltung

Harry van Dijk
De Kromme Geer 50
5709 ME Helmond
E-mail: ledenadministratie@goudenkruisdragers.nl

Schatzmeister

Ed Hendriks
E-mail: penningmeester@goudenkruisdragers.nl
BIC-code: INGBNL2A
IBAN-code: NL70 INGB 0000375702
im Namen von Gouden-Kruisdragers Vierdaagse, Driel

Der Verein Goldkruztraeger Viertagemärsche wurde am 24. Juli 1951 gegründet und genehmigt durch königlichen Erlass vom 24. Juli 1952, Nr. 46.

Cover Foto: Herman Schimmel

Vor allem weiter wandern!

Und wieder werden die Viertagemärsche nicht stattfinden. Das ist enttäuschend. Aber es gilt: „better to be safe than to be sorry“, also warten wir, bis es sicher ist, wieder zusammen in den Nijmegen-Bereich zu ziehen. Glücklicherweise kann man überall und jederzeit wandern, daran wird es nicht liegen!

Ich weiß nicht wie es Ihnen geht, aber ich habe im letzten Jahr viele schöne Orte in meiner unmittelbaren Umgebung entdeckt. Ich entschied mich, „nicht die Hektik der beliebten großen Parks und Wälder zu suchen, sondern die versteckten Orte, gleich um die Ecke. Dort singen die Vögel ebenso fröhlich, die Pflanzen blühen genauso schön und die Sonne scheint ebenso ausgelassen. Es beweist einmal mehr, dass man nicht an exotische Orte reisen muss, um draußen zu sein. Ich hoffe, es ist Ihnen genau so ergangen. Im vergangenen Jahr sind, trotz Corona, in den Niederlanden einige neue Wanderwege hinzugekommen. Zum Beispiel das Oranje-Nassaupad (Breda), der Pfad der Freiheit (Wageningen), das Streekpad Westfrieze Omringdijk (Hoorn), der Dutch Mountain Trail (Kerkrade) und neue Rundwanderwege wie das Groninger Borgenpad, um nur einige zu nennen. Sie sind alle auf www.wandel.nl aufgelistet. Und ab dem 30. April führt „Ons Kloosterpad“ Sie auf fünfzehn Etappen vorbei an fünfzig (ehemaligen) Klöstern und Abteien in der Provinz Noord-Brabant, über eine 330 km lange Strecke.

In diesem Jahr feiert unser Verein der Goldkreuzträger sein 70-jähriges Bestehen. Ein Jubiläumsjahr, das wir nicht so feiern können, wie wir es gerne hätten. Aber es ist eine freudige Tatsache, dabei kurz zu verweilen. Wir wollen dies – wenn die Maßnahmen es zulassen – während der Mitgliederversammlung am Sonntag, den 18. Juli, im Hotel Van der Valk in Lent tun. Ein nettes Beisammensein mit unseren Mitgliedern an dem Tag, der Vierdaagse-Sonntag hätte sein sollen. Ein Treffen, das mit einem Abendessen endet. Um alte Bekannte zu sehen, neue Wanderfreunde zu treffen und die vergangene Zeit nachzuholen. Und natürlich Pläne für die Zukunft zu machen! Behalten Sie unsere Website und Ihre E-Mail im Auge, um detaillierte und aktuelle Informationen zu erhalten. Die Anmeldung ist obligatorisch und voll-ist-voll.

Im Namen des Vorstandes wünsche ich Ihnen einen guten Sommer und vielleicht bis zum Mitgliederversammlung im Juli!

Leonie Vink, Vorsitzende



*Die Mühle in Elden, ein wenig seitwärts der 50 km-Strecke
Quelle: www.pixabay.com*

Infos ** Infos ** Infos ** Infos

“Lintjesregen”*

*) Definition: Verleihung von Auszeichnungen am Geburtstag des regierenden Königs oder der regierenden Königin.

Im vergangenen April wurden zwei unserer Mitglieder vom Bürgermeister von 's Hertogenbosch mit einer königlichen Auszeichnung überrascht.

Diese beiden Goldkreuzträger sind vielen nicht unbekannt: Francien van den Heuvel, Ehrenmitglied, und Gerard Aarts, Verdienstmitglied.

Diese Auszeichnungen haben sie nicht nur wegen der vielen ehrenamtlichen Arbeit innerhalb von unserem Verein verdient, sondern auch wegen vielen

anderen Tätigkeiten.

Goldkreuzträger werden sich an Francien erinnern als unsere Schatzmeisterin, was sie etwa zwei Jahrzehnte bis vor einigen Jahren gewesen ist. Mit Gerard sind viele Mitglieder in Kontakt getreten in seiner Rolle in der Mitgliederverwaltung, wofür er ungefähr achtzehn Jahre zuständig gewesen ist.

Schon als Achtjährige fing Francien mit ehrenamtlicher Arbeit an. Wo es damals mit der Austragung des Pfarrgemeindegamagazins begann, wurde sie als Achtzehnjährige Sekretärin des Wandervereins. Das war (und ist) aber noch nicht alles. Weiter ist sie im Wanderverein “s Hertogenbosche Vierdaagse” tätig gewesen, war sie Schatzmeisterin des Wanderkreises Nord-Brabant und hat sie das

Wandern für über Fünfundfünfzigjährige gegründet.

In der Kirche hat sie circa 20 Jahre die Taufvorbereitung betreut, war Lektorin und kochte Kaffee. 2010 wurde sie für die erste Hilfe tätig, anfangs nur als Hilfeleisterin und später auch als Schatzmeisterin und jetzt ist sie fleißig in der Impfstraße beschäftigt.

Für Gerard fing das alles ab etwa 18 Jahren an als Jugendleiter bei Concordia, und danach machte er immer mehr.

Gerard trägt die Verantwortung für die Verwaltung der Kirchenspenden, und die gesamte Finanzverwaltung der Willibrordkirche, ist Küster und verarbeitet die Daten für die Beerdigungsverwaltung.



Francien und Gerard mit dem Bürgermeister von 's-Hertogenbosch.
Foto: Sandra Peerenboom

Infos ** Infos ** Infos ** Infos

Weiter ist er bereits seit 25 Jahren Vorsitzender eines Bridgeklubs in Vught und Schatzmeister des Kreises "Maasland en Meierij", bei dem 51 Bridgeklubs angeschlossen sind und unterstützt werden.

Zusammenfassend kann man sagen, sowohl Francien als auch Gerard sind aus fester Überzeugung ehrenamtliche Mitarbeiter, denen es viel Spaß macht, anderen zu helfen.

Im Namen des Vereins gratulieren wir ihnen herzlich zu ihrer Auszeichnung. Beide sind Mitglied im Orden von Oranien-Nassau geworden.

Umzug, neue E-Mail-Adresse, neue Bankverbindung??

Es wäre gut, falls Sie umziehen, dass Sie uns rechtzeitig die Adressänderung mitteilen, damit wir die Post an die neue Adresse senden können. Es ist hilfreich wenn Sie dann die Mitgliedsnummer angeben; dies ist die Nummer auf der Mitgliedskarte, die Sie vom Wanderbund (KWBN) erhalten haben.

Auch wenn sich Ihre E-mail-Adresse ändert oder Sie Ihr Bankkonto wechseln, erfahren wir es gerne. Vor allem wenn Sie eine Einzugsermächtigung erteilt haben, ist die aktuelle IBAN wichtig. Aber auch die E-Mail-Adressen halten wir gerne auf dem neuesten Stand, damit wir Sie schnell erreichen können, falls notwendig - und auch das Magazin über E-mail verteilen können.

Kündigung der Mitgliedschaft

Der Vorstand fordert Sie dringend auf, Ihre Mitgliedschaft vor dem 1. Oktober 2020 zu kündigen, wenn Sie Ihre Mitgliedschaft ab 2021 kündigen möchten. Die Mitgliedschaft endet dann am 31. Dezember 2020. Wir können KWBN dann



Quelle: www.pixabay.com

rechtzeitig über Ihre Kündigung informieren. Nach diesem Datum schulden Sie den Beitrag für 2021, da wir dann den Beitrag für 2021 an KWBN für Sie zahlen müssen. Behalten Sie also diese Regeln im Auge, es verhindert viel Ärger, wenn Sie zu spät stornieren.

Juli-Treffen

Wie zuvor per E-Mail kommuniziert und auf unserer Website nachzulesen ist, findet die Mitgliederversammlung vom vergangenen April am Sonntag, den 18. Juli 2021, statt. Die Tagesordnung finden Sie nochmals in dieser Ausgabe von GOUD! und auch auf unserer Website. Leider ist die maximale Teilnehmerzahl bereits erreicht und infolgedessen können Sie sich nicht mehr anmelden. Sie können nicht ohne Anmeldung teilnehmen.

Wechselst Du auch?

Es gibt bereits viele Mitglieder, die GOUD! digital erhalten, aber es gibt immer noch etwa 1.500 Mitglieder, die dieses Magazin

per Post erhalten.

Wenn Sie GOUD! digital erhalten, empfangen Sie unser Magazin nicht nur schneller, sondern tragen Sie auch dazu bei, die Kosten des Vereins zu senken und somit Mitgliedsbeitrags erhöhungen durch steigende Portokosten zu verhindern. Möchten Sie wechseln? Senden Sie eine E-Mail an ledenadministratie@gouden-kruisdragers.nl und wir sorgen dafür, dass die Dezemberausgabe digital eingeht.

Begeisterte Autoren gesucht

Seit einigen Jahren haben wir eine Reihe von Mitgliedern, die eine - mehr oder weniger - wiederkehrende Rubrik für dieses Magazin schreiben. Die Redaktion hat eine Reihe von Ideen für die kommenden Ausgaben, für die wir begeisterte Autoren suchen, die diese Ideen mitgestalten möchten. Dies betrifft hauptsächlich wiederkehrende Rubriken.

Wenn Sie interessiert sind oder mehr wissen möchten, senden Sie bitte eine E-Mail an redactie@goudenkruisdragers.nl

Die Rückkehr (1946)

Der dreißigste Viertagemarsche

Die dreißigste Auflage unserer Wanderleistungsveranstaltung, die damals noch "Vierdaagsche" hieß, war im Jahr 1946 eine Herausforderung für die Teilnehmer, die Organisation und die Bevölkerung von Nimwegen und Umgebung.

Ein Beitrag von Marcel Claassen

Nach sieben Kalenderjahren, die nicht spurlos an Volk und Vaterland vorübergegangen waren, kehrten von den fast viertausend Läufern von 1939 Dutzende nicht mehr zurück, unter ihnen "De Geuzen" des Wandersportvereins „Flardinga“ aus Vlaardingen. Aber die Liebhaber, die die Märsche so lange hatten vermissen müssen, konnten es Ende Juli kaum erwarten ihre Ermutigungsmedaille oder unverzüglich das Ehrenabzeichen für erwiesene Marschfähigkeit zu erwerben.

Nicht nur das Gebiet um Nimwegen herum hatte Kriegsschäden genommen, im ganzen Land herrschten Knappheit und Zerrüttung. Trotzdem nahm "man" den Faden wieder auf. Utrecht und Breda waren – nicht ohne Eigeninteresse – bereit, die Veranstaltung des Viertagemarsches von Nimwegen zu übernehmen, aber Marschführer J.N. Breunese blieb der Stadt treu und gab in De Gelderlander den Hausfrauen in den Gastfamilien Tipps für einfache Mahlzeiten und "Kirmesbetten".

Das "Actie Comité de 4-Daagsche" startete am dritten Dezember 1945 eine Kollekte, damit der NVbIO von Neuem würde starten können, denn alle Materialien der Organisation waren verschollen. Die



Der kanadische Friedhof im Jahr 1946.

Foto: Fotopersbureau Gelderland

Quelle: Fotosammlung Regionalarchiv Nijmegen



Altstadt mit Eisenbahnbrücke, um 1946 vom Valkhof aus gesehen

Foto: A.A. van der Borg

Quelle: Fotosammlung Regionalarchiv Nijmegen

Teilnehmer konnten nicht in den Kasernen oder im Zeltlager auf dem Molenveld untergebracht werden. Die Bürger wurden bei Privatpersonen untergebracht, was zu langjährigen Freundschaften führte. Die Gemeinde Nimwegen sorgte für Unterkunft in Schulgebäuden und (wegen den Ferien leerstehenden) Internaten. Ein Wanderer erzählt: "Ich war in der Wezenlaan untergebracht. Wir schliefen zu zweit auf einem kleinen, brühheißen Dachboden. Es gab eine Waschschüssel mit einer Wasserkanne. Keine Dusche und kein Bad. Wenn wir nach Hause kamen, stand für uns auf einem kleinen Hof eine kleine Wanne mit Wasser bereit. Zum Start musste man drei Viertelstunden zu Fuß, um die 55 Kilometer anzutreten und nach Hause nochmal! Einen regelmäßigen Autobusdienst gab es nicht." a)

Der Zustand des Straßennetzes war alles andere als ideal und auch Schuhe waren

nicht oder kaum zu haben, aber auf Armeestiefeln oder möglichst gut ausgebessertem Material würde es wahrhaftig schon gehen. Der erste Tag führt nicht mehr nach Groesbeek, sondern durch Bommel, Huissen und Elden nach Elst. Bei Lienden macht die 55 einen Umweg, um sich bei Valburg wieder den andern Teilnehmern anzuschließen. Am zweiten immer geradeaus nach Druten und über Wijchen zurück. Am dritten geht der Wanderer den ganzen Graafseweg entlang bis Alverna und über Nederasselt, Overasselt, Heumen, Mook und Plasmoelen zum Sint Maartensberg. Ab Groesbeek geht es noch nicht am Zevenheulenweg, sondern an der Nijmeegsebaan entlang und durch De Meerwijk nach Berg en Dal. Am vierten Tag führt die 55 nach Cuijk durch Sint Agatha Richtung Oeffelt. Hier musste eine Fähre die Wanderer überfahren. Die Zufahrtsstraßen zu dieser Fähre sind eine Plage: steil und mit großen Kieselsteinen. Ab



Eine Straßenszene mit einem Lastwagen im Vordergrund, ein sogenanntes Canadian Military Pattern (CMP), das nach dem Krieg von Privatpersonen übernommen wurde. Auch die Straßenbahn, Linie 1 nach Hengstdal, zwängt sich durch die schmale Gasse

Foto: Unbekannt

Quelle: Fotosammlung Regionalarchiv Nijmegen

Gennep 20 Kilometer über den Rijksweg; dann am Nothospital im Nebo-Kloster vorbei und über den Groesbeekseweg zur "Vereeniging", Start und Ziel, und zum Viertagemarschkreuz.

Es stellte sich heraus, dass im ganzen Land kein Band für die Kreuze vorhanden war. Deshalb reiste einer der Direktoren vom Hersteller Begeer nach Paris, um sich noch gerade rechtzeitig das benötigte Band zu beschaffen. Im Jahr 1946 haben siebzig Teilnehmer den Viertagemarsch mehr als zehnmal vollendet. Die Herren Van der Kaaij aus Elden und Dinckhuijsen aus Den Haag schon zum 22-sten Mal.

Wegen seiner Rolle als Befehlshaber des Aufbaudienstes darf Major Breunese diese fünfjährige Jubiläumsausgabe des

Viertagemarsches nicht führen. Es ist ein Trio zuständig; drei aus der Entourage des Marschführers: D.P. van Wageningen, W.J. Bijleveld und D.A. Avenarius. b) Nachdem man anfangs die Teilnahme von Soldaten verboten hatte, marschierten doch noch 19 Abteilungen mit 301 Soldaten mit unter den 4011 erfolgreichen Wanderern und Wanderinnen. Um ihre Wahlpflicht für die Gemeinderatswahlen erfüllen zu können, wurde für zehn Läufer eine Sonderregelung getroffen. c)

Unsere Rückkehr lässt hoffentlich keine sieben Jahre auf sich warten, und wir werden abwarten müssen, ob dann auch so vieles anders sein wird als 2019!



a) De wereld wandelt (1991), S. 79

b) Idem, S. 35

c) De Gelderlander, donnerstags am 25-sten und samstags am 27-sten Juli 1946



Verteilung der Belohnungen nach den 30. (?) Viertagemärschen
Foto: Foto Grijpink, Nijmegen
Quelle: Sammlung KNBLO, Regionalarchiv Nijmegen

Hauptversammlung Juli 2021

Informationen zur Hauptversammlung

Wie bereits per E-Mail und auf unserer Website angekündigt, wurde unsere Hauptversammlung vom vergangenen April auf den 18. Juli 2021 verlegt. Die maximale Anzahl an Anmeldungen ist nun erreicht und Sie können sich nicht mehr anmelden. Ohne Anmeldung haben Sie keinen Zugang.

Für die anwesenden Mitglieder haben wir in dieser Ausgabe von GOUD! noch einmal die Tagesordnung und die Erläuterungen aufgenommen.

Das Treffen findet im Hotel Van der Valk in Lent statt und beginnt um 15:00 Uhr.

Der Vorstand schlägt die folgende Tagesordnung vor:

1. Eröffnung von dem Vorsitzenden
2. Eingegangene Dokumente und Vorstandsmitteilungen
3. Protokoll der Hauptversammlung am 19. Juli 2020
4. Jahresbericht 2020 des Vorstands
 - a. Bericht des Schriftführers
 - b. Bericht des Kassenführers
5. Bericht des Rechnungsausschusses
6. Einsetzung Rechnungsausschuss 2021
7. Budget 2022 und Festsetzung Jahresbeitrag
8. Vorstandswahl
9. Andere Vorschläge des Vorstands
10. Andere Punkte
11. Abschluß



Informationen über die Tagesordnung:

Punkt 4 und 7: die Unterlagen zu diesem Punkt der Tagesordnung werden zu einem späteren Zeitpunkt, jedoch mindestens drei Wochen vor dem Datum des Treffens zur Verfügung stehen.

Punkt 7: der Vorstand schlägt vor den Mitgliedsbeitrag für 2022 auf € 10,00 + Abschuss zu den KWBN fest zu legen.

Punkt 8: Turnusmäßig abtretend und sofort wiederwahlbar ist Ed Hendriks und Turnusmäßig abtretend und nicht wiederwahlbar ist Arjan Versteeg.

Jedes (anderes) Mitglied das sich kandidieren möchte, soll seine Kandidatur mindestens 30 Minuten vor Beginn der Sitzung schriftlich an den Vorstand übermitteln, begleitet von die Unterschriften von mindestens zehn stimmberechtigten Mitglieder.

Punkt 9: Der Vorstand schlägt vor, den Vereinstreff im Jahr 2021 zeitgleich mit der "powered by GKD"-Wanderung („unterstützt vom Goldkreuzträger“) zu organisieren. Das ist die Wanderung in Elburg am Samstag, den 26. September 2021.

Der Vorstand ist bestrebt, die Versammlung gegen 16.00 Uhr zu beenden.

Hinter den Kulissen

Der niederländischen Gesellschaft für Sportmassage

In dieser Folge „hinter den Kulissen“ ein Treffen mit Bert Jansen, Masseur, verbunden mit der NGS, der niederländischen Gesellschaft für Sportmassage.

Ein Beitrag von Jos Knooff



Happy Masseure

Bert ist seit etwa zwanzig Jahren als Masseur tätig. Es begann als Hobby, "ein soziales Tier wie ich", so sagt er, dass er etwas anderes suchte, um sein Ei loszuwerden. Als sein Arbeitgeber vor etwa sieben Jahren eine große Neuorganisation ankündigte, fasste Bert sich ein Herz, und machte sein Hobby zum Beruf. Nach neun Monaten Ausbildung erwarb er den Diplom Sportmasseur sowie Wellness-Masseur und konnte er als Profi arbeiten. In seiner Praxis behandelt er unter ander-



em Standardmuskelerkrankungen, Muskelsteifheit oder andere Beschwerden am Bewegungsapparat. Bei Zweifel an der Art der Verletzungen, wird man an einen anderen zuständigen Bearbeiter überwiesen. Regelmäßig sieht er Sportler aus einem örtlichen Sportverein, darunter auch Wanderer, Wanderverletzungen sind ihm nicht unbekannt.

Über die NGS meldete er sich als Freiwilliger / Masseur für die Viertagesmärsche.

Seit sechzig Jahren trägt die NGS während den Märschen zum leiblichen Wohl der Wanderer bei. Sie finden die NGS an Rastplätzen mit Sanitätswache und am Ziel auf dem Wedren.

Im Jubiläumsjahr 2016 begann Bert als Tagesmasseur zu arbeiten. Ein Tagesmasseur arbeitet nur einen Tag und Bert wurde am Dienstag zugewiesen. Haben Sie an einem ersten Tag wie diesem etwas zu tun, wenn alle noch frisch sind?

Sicher, ein Tagesmasseur ist auf dem Wedren. Für die Massage im Ziel müssen Sie ein Ticket kaufen, die so genannte beschleunigte Erholung gegen eine Gebühr, und sie sind in der Regel steif ausverkauft. Wussten Sie, dass eine Vierdaagse ein großer Anschlag auf Ihren Körper ist? Für eine Strecke von 40 km benötigt

eine durchschnittliche Person 38 Stunden, um sich zu erholen. Also fangen Sie wieder an zu wandern, wenn die Erholung noch nicht abgeschlossen ist. Nach dem letzten Marschtag braucht der Körper durchaus etwas Ruhe, um sich vollständig zu erholen. Die vollständige Erholung kann bis zu sechs Monate dauern. Also starten Sie die Märsche gesund und gut trainiert.

Bert gefiel die ganze Entourage, deshalb meldete er sich als wöchentlicher Masseur im folgenden Jahr. Ein wöchentlicher Masseur wird einer Sanitätswache entlang der Strecke zugeordnet. Es gibt mehrere Disziplinen, auf denen man eingeteilt werden kann. Neben der Massage können Sie auch bei Bandage und Triage eingeteilt werden. In der Triage wird be-

stimmt, welche Behandlung der Wanderer erhält.

In den letzten Jahren hat eine weitere Professionalisierung der Behandlung stattgefunden. Dies geschah aufgrund strengerer Gesetze, für jeden Patienten wird eine Akte erstellt. Diese Akte wird dem Wanderer selbst übergeben, aus Sicht von Schutz der Privatsphäre. Die richtige Nachbehandlung kann somit für die nächste Behandlung ausgewählt werden.

Sollte die Wache früh in der Strecke sein, wird man nach der Schließung zum Wedren gebracht, wo die Tagesmasseure unterstützen werden. Es sind also lange Tage, du bist erschöpft, aber da ist eine Menge Zufriedenheit drin. Das gibt der Energie einen Schub.



Massagezelt

Manchmal gibt es auf der Wache entlang der Strecke Hektik, Wanderer denken, dass sie Anspruch auf eine Massage haben, aber so funktioniert es nicht. Es muss einen guten medizinischen Grund darliegen, für eine Massage in Frage zu kommen.

Es gibt nicht viel Unterschied zwischen einer Massage auf der Strecke oder am Wedren. Es ist schön, Menschen zu treffen und sie zu ermutigen, ihr Ziel zu erreichen. Sie behandeln etwa 20 Personen an einem Tag. Sie werden viele besondere, beeindruckende und manchmal ergreifende Geschichten hören.

Leider ist dies nicht der Ort für eine nette Anekdote, weil ein Masseur durch das ärztliche Berufsgeheimnis gedeckt ist und nicht alles, was er sieht und hört, mit Außenstehenden teilen kann. Vier Tage Massagen ergeben also etwa achtzig Geschichten, was die teilnehmenden Mas-

seure emotional enorm belastet. Es mag verrückt klingen, aber für einige von ihnen ist die Bruchstelle auch am dritten Tag.

Die Masseure sind in einem Schulgebäude in der Nähe des Wedren untergebracht. Diese Unterkunft beinhaltet auch die Betreuung und den Transport der Masseure. In dieser eigenen Unterkunft gibt es Raum, miteinander zu reden und die Emotionen zu verkraften, und die unentbehrlichen Kräfte mit ins Ziel zu nehmen.

Bert freut sich auf die nächsten Vierdaagse. Er empfindet die Absage dieses Event, nun zum zweiten Mal, als Verlust, denn die Märsche sind und bleiben ein einzigartiges Erlebnis und geben ein besonderes Gefühl.

Es ist das Spiegelbild einer idealen Gesellschaft, in der alle gleich und alle miteinander verbunden sind. Eine Gesellschaft, in

der alle Nasen auf der gleichen Seite sind und alle das gleiche Ziel verfolgen: das Ziel am Freitagnachmittag auf dem Wedren.

Abschließend frage ich, ob Bert einen Tipp für den Wanderer hat. Seine Antwort ist entschlossen: "Verwenden Sie einen Masseur". Er hilft bei der Genesung nach schwerer Anstrengung und gibt Ratschläge, nicht nur über Ihre körperliche Verfassung, sondern auch über praktische Dinge: zum Beispiel regelmäßig die Seiten mit Ihrem Wanderpartner wechseln, um einen steifen Hals zu verhindern.

Weitere Infos zur Massage vor / während / nach den Viertagemärschen:

<https://www.facebook.com/ngs4daagse>

<http://www.vindeenmasseur.nl>

<https://www.sportwellnessmassage.nl>



Masseure in Aktion

Ruhe an den Füßen und Sehnsucht nach Nijmegen

Ein Beitrag von Kees Brinkman

Ich trage gerne das Goldkreuz, aber die Pandemie sorgt für ein unaufgefordertes Kreuz. Die Viertagemärsche zu verpassen ist schlimm, das zweimal Verpassen der Märsche ist eine Katastrophe. Es sei so, lasst uns nicht traurig Nabelschau halten. Ein Träger des Goldkreuzes weiß, was sich abmühen heisst. Wandern dürfen, können und tun wir regelmäßig. Was bleibt, sind die Erinnerungen an vergangenen Tage, an Begegnungen, an Schmerzen, an Verletzungen. Der Nijmegentroubadour Paul de Graaf sah die Absage als Segen für die lieben Füße, die Nijmegen auslassen dürfen. Er schrieb 2020 ein Lied darüber und war so freundlich, es mir zu schicken.

Viertage-Lied 2020, Schritte (Vier Tage lang)

Meine süßen kleinen Füße, die mir seit Jahren treu sind,
machen es sich in diesem Jahr leicht.
Das Virus hat uns jetzt so betroffen,
dass Sie Nijmegen für vier Tage auslassen können.

Selbst wenn ich wollte, gehe ich nicht nach Hause,
Zweitausendzwanzig kein Vierdaagse--Kreuz.
Liebe Füße, bleib zuhause,
ich werde euch gerne die Blasen und den Geruch ersparen.

Kehrreim:
Vier Tage lang bleiben wir einfach zu Hause,
und träumen vor dem Bildschirm von einem Vierdaagse-Kreuz.

In der Zwischenzeit all diese Menschenmassen, die sich fragen,
ob die Märsche ein Jahr auslassen.
Ich bin mir sicher, dass sie in Nijmegen alles getan haben,
um zu sehen, ob es stattfinden kann.

Mache daheim einen Spaziergang
So viel Unsicherheit, es fühlt sich so seltsam an.
Bekommen wir unsere Anmeldegebühr in diesem Jahr zurück?
Im Moment ist die Laube fertig.

Kehrreim.



Paul de Graaf
Foto: Yvonne Vrugink

Schade, dass es für eine Weile stillsteht,
weil Sicherheit an erster Stelle steht.
Es bleibt dabei, so gut es geht,
aber nächstes Jahr bist du wieder parat.

Kehrreim.

Vier Tage tiefe Atmung vier Tage laaaaang.

Der zweite poetische Beitrag trägt den Titel:

Hoffnung und Begehren.

Ich schreibe dieses Mal ein trauriges Lied in dem erzähle, was sich nun ergibt.
Das Virusgespenst in Stadt und Land hat

auch unsere Wanderparty verbannt.
Ganz Nijmegen war dann entsetzt kein Partygänger, kein Wanderheld.
Vierdaagse, Vierdaagse, dein Alter ist beneidenswert dich wieder zu erleben, ist mir alles wert.
Wir hoffen nun auf's nächste Jahr dann sehen wir Wedren und sind einander wieder nah
denn unser Event ist eisenstark und eine Welthandelsmarke!
Dann kämpfen wir wieder um das Kreuz die Gladiolen sind für daheim und funk-nagelneu.
Vierdaagse, Vierdaagse, dein Alter ist beneidenswert dich wieder zu erleben, ist mir alles wert.

Wer erzeugt GOUD!?

Ehrenamtliche Arbeit

Kein GOUD! ohne Freiwilligen! Es ist gar nicht so einfach, um dieses Magazin in den (digitalen) Briefkasten unserer Mitglieder zu bekommen.

Ob es das Zusammenstellen, Verteilen von Übersetzungsarbeiten, jede Ausgabe oder regelmäßig Beiträge liefern, Übersetzen, Redigieren von Texten usw. betrifft, alles wird von Freiwilligen geleistet.

An dieser Stelle möchten wir uns bei allen bedanken, die zum Magazin beitragen.



In Memoriam

Nach der Veröffentlichung der letzten Ausgabe empfangen wir Nachricht über den Tod von folgenden Mitgliedern. Unser Beileid geht an die Angehörigen.

W. Baris	Spijkenisse	J. Hut	Haarlem
J. van den Berg	Zaltbommel	P. Keulemans	Best
H.W. Eekhoudt	Berkel en Rodenrijs	H. Okkes	Arnhem
T. van Eijk	Naaldwijk	J.B. Pluimers - Tuinbeek	Enschede
T. Goossenss	Zeddam	C. Schreuder	Geldermalsen
T. van Hoolwerff	Uitgeest	F.A. van der Vegt-Schmidt	Groesbeek
J. van den Hurk	Oss		



Porträt eines Mitglieds



Name: Marcel Versteeg

Wohnort: Papendrecht

Alter: 47

Wie würdest du dich selbst in einem Satz beschreiben?

Ein ruhiger, positiv eingestellter, nicht allzu überschwänglicher, stiller Genießer.

Was machst du im Alltag?

Als Software-Entwickler beschäftige ich mich hauptsächlich mit der Herstellung von Software für professionelle Audiogeräte, wie Konferenzapparatur, Lautsprecheranlagen und Verstärker (10.000 Watt oder mehr).

Zugleich befasse ich mich auch mit dem Entwurf und der Implementierung von Interfaces für verschiedenartige Zwecke.

Was macht dich froh?

Freizeit mit meiner Familie zu verbringen und ein Riegel extra dunkle Schokolade mit ganzen Haselnüssen.

Weshalb hast du mit dem Viertagemarsch angefangen?

Sowohl mein Vater als auch meine Mutter liefen den Viertagemarsch. Und wie das geht, wenn man etwas mit der Muttermilch eingesogen hat ... Im Jahr, als ich 12 wurde, fing ich dann auch an und ich habe nicht mehr aufgehört.

Wievielmal hast du ihn vollendet?

Mittlerweile habe ich 34-mal den Viertagemarsch vollendet. Ich hoffe nächstes Jahr endlich doch noch für mein 35-stes Kreuz anzutreten.

Was ist dein Geheimnis für einen erfolgreichen Viertagemarsch?

Reg dich nicht zu viel auf, genieße die Atmosphäre und setz einfach einen Fuß vor den anderen: dann kommt man von selbst ans Ziel.

Was ist deine schönste Begegnung oder Erinnerung?

Meine schönste Erinnerung an den Viertagemarsch ist die 100ste Ausgabe, wobei ich die 55 km lief. Die Passage durch Druten war eine, die ich nie vergessen werde.



Was ist die letzte Wanderung, die du gelaufen hast?

Durch alle Corona-Umstände nach dem 7-ten März im vergangenen Jahr keine organisierten Märsche mehr gelaufen. Nachher noch den Continental Decurion von R.W.V. und weiter nur eigene Runden von zu Hause.

Was möchtest du noch mehr sagen?

Ich hoffe, wir können bald alle Corona-Umstände hinter uns lassen, dann wieder in einer normalen Art und Weise organisierte Märsche laufen und natürlich nächstes Jahr mit Zuversicht den 104-ten Viertagemarsch erleben.



mit meinem Bruder und Vater auf der Via Gladiola während des Hundertsten Viertagemarsches



Die Abteilung "Bauern" der "Studenten Weerbaarheid Transvaal" der Landwirtschaftlichen Hochschule Wageningen (jetzt Wageningen Universität) und zwei freisinnig ausgestattete Einzelsoldaten auf der 40 km Strecke zwischen Valburg und Slijk-Ewijk am ersten Tag der 72. Viertagemärsche
Foto: Wim Bloothoofd
Quelle: Sammlung KNBLO-NL, Regionalarchiv Nijmegen