

# DRENTSE Fiets4Daagse NIEUWS *startplaats DALEN*



## Fietsen is gezond!

Nu voor al het **achtste jaar** zijn we start- en finishplaats voor de populaire Drentse Fiets-4-Daagse.

Een week met (volgens de voorspellingen) goede fietsdagen. Zorgt u alle dagen voor voldoende voorraad water... of enkele extra terrasstops voor de nodige rust en schaduw. Neem de fietsdagen een petje mee, om ook uw hoofd koel te houden en te beschermen tegen de felle zon.

Vanuit het sfeervolle dorp Dalen - "Het dorp tussen de molens" - fietst u ook nu weer door nieuwe gebieden. Elk gedeelte van Drenthe heeft zo zijn charmes. Dit kan ook gezegd worden van het Duits-Nederlands grensgebied, waar één van routes langs zal leiden. Onderweg wordt gezorgd voor momenten van ontspanning en vermaak en bovendien bent u deze dagen verzekerd van goede bewegwijzering en parate pech- en hulpdiensten.

Uw fietstocht start en eindigt in het gezellige centrum van Dalen. De ideale en sfeervolle ligging van de plaatselijke horeca nodigt uit om neer te strijken op één van de terrassen na een prachtige fietstocht. Ik wens u veel fietsplezier!

*Henk de Jonge, voorz. Startplaats Dalen*

## Gebruik kindvriendelijke accommodatie



Op de dinsdagroute kunnen kinderen op vertoon van de stempelkaart gratis gebruik maken van de kindvriendelijke accommodatie op het Ermerstrand.

## DINSDAGROUTE – 25 JULI

Op de hoger gelegen gedeeltes van de Provincie vindt u de es dorpen Oosterhesselen, Meppen, Gees en Zweeloo dat een geheel vormt met Aalden; aan de zuidkant vindt men 'Oud Aalden' een heel mooi authentiek dorpje, de tijd staat er even stil. Bekende schilders zoals Vincent van Gogh en Max Liebermann bezochten meerdere plaatsen in Drenthe om inspiratie op te doen. Op de routes komt u in de sfeer van de Parijse schilderswijk Montmartre. Door de natuur te versterken is het beeklandschap van de Geeserstroam in oorspronkelijke staat, van voor 1900, teruggebracht.

*Routeuizetters*

*Rikus Zwiers en Hans Uineken*

## DF4D is ook - Fietsen voor een goed doel

### MD de wereld uit!

Myotone dystrofie (MD) is de meest voorkomende erfelijke spierziekte bij volwassenen. De gevolgen van de ziekte worden per generatie erger. In de meest heftige vorm komen kinderen met MD al op hele jonge leeftijd te overlijden.

Er is nog geen geneesmiddel voor MD.

Om MD uiteindelijk te kunnen genezen is verder onderzoek noodzakelijk.

Met de campagne 'myotone dystrofie de wereld uit!' halen we geld op voor nieuw onderzoek. Alle beetjes helpen! Of het nu een losse gift is of de opbrengst van een sponsorloop, braderie, dansmarathon of een veiling, alles telt mee.



### Prinses Beatrix Spierfonds

Het Prinses Beatrix Spierfonds zet zich in voor mensen met een spierziekte in Nederland. Dat zijn ruim 200.000 mensen. Het is ons doel om alle spierziekten de wereld uit te krijgen, ons middel is wetenschappelijk onderzoek. We financieren en stimuleren onderzoek naar genezingen, omdat dit vaak een lange weg is, ook naar verbetering van de kwaliteit van leven van patiënten nu. We kunnen dit alles doen dankzij donaties en de inzet van vrijwilligers.

**Om het Prinses Beatrix Spierfonds te ondersteunen is er bij start en finish de mogelijkheid om een bijdrage te doen voor het fonds. Vanaf een bijdrage van € 1,00 ontvangt u een paar fietshandschoenen**

Op 26 juli zijn er vrijwilligers van het fonds aanwezig om al uw vragen te beantwoorden.



*Morgen na het fietsen...*

## ZOMERMARKT DALEN

**Woe 26 juli** - 18.30-21.30 uur

Bijna 100 marktkramen

Live muziek - Groot horecaterras



Rik Vinke



The Stokers

### Attentie(s)

Alle deelnemers aan de DF4D die in Dalen mét een geldig startbewijs van start gaan, ontvangen **op de fietsdagen** een kleine attentie.

Vandaag een appel of peer.

Dit cadeautje aan u is mede mogelijk gemaakt door de leden van



Ondernemersvereniging Dalen e.o.

### PECH ONDERWEG ?

Fietsenmaker nodig?



Vrijwilliger John Pelgrim is onze plaatselijke mobiele fiet-senreparateur. Hij is, zoals hij zelf zegt, “van de leuke bandenservice”. Heeft u onderweg fiets-technische hulp nodig, bel dan direct het centrale nummer van de Fiets-4-Daagse in Dalen: **06 - 10 61 08 80**.

Probeer alstublieft zo precies mogelijk aan te geven waar u zich op de fietsroute bevindt. Dan kan John u snel bereiken.

Maar..., natuurlijk beschikt u over een goede fiets. Kijk uw fiets toch nog even na. Banden goed? En goed op spanning? Remkabels in orde? Natúúrlijk heeft uw fiets nog een controlebeurt gehad!

En dit alles onder het motto:

Voorkomen is beter dan genezen!



**‘Meneer van Dalen’ weet HET WEER !**

|                 | di        | wo        | do        | vr        | za        |
|-----------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| Zonneschijn %   | 40        | 50        | 40        | 70        | 40        |
| Regenkans %     | 60        | 20        | 20        | 10        | 50        |
| mm. regen       | 3         | 1         | 1         | 0         | 2         |
| Max. temp. (°C) | <b>21</b> | <b>22</b> | <b>20</b> | <b>20</b> | <b>20</b> |
| Wind (bft)      | 3         | 3         | 4         | 4         | 4         |
| Wind vanuit     | N         | ZW        | W         | W         | ZW        |

Bron: mvdwhw.nl

