

**5 KM
10 KM**



**(PROEF)
RONDJE**
Stroe



HARDLOPEN | ETEN & DRINKEN | LIVE MUZIEK

ZATERDAG 10 SEPTEMBER 2022

**START 15:00
De Hofstee
Stroe**

INSCHRIJVEN?
www.inschrijven.nl
met bedrijvenloop

M.A. Zoethout

GROND,- WEG- EN WATERBOUW

- Inmeten
- Teken en ontwerpen
- Uitzetten
- Uitvoering
- Revisie meten
- Project begeleiding

🏠 Tolnegenweg 13 3776 PT | STROE
☎ 06-53205343 0342-443113 ✉ info@mazoethout.nl
🌐 www.mazoethout.nl

Richard van der Meer



Tel. 06-22255617



SPAR BAKKER VOF



VACATURES

Assistent-uitvoerder
Timmerman

www.toptotaal.nl/vacatures/

Kootwijkerbroek

*Kom werken
bij TOP Totaal!*



ZOEK JE EEN LEUKE BIJBAAN?

Familiepark TOP Totaal Vredeoord / Voorthuizen

www.pizzaofpatat.nl/vacature



KLARENBECK
Transport

+31(0) 342-441070

www.klarenbeek-transport.nl



We kunnen weer van start!

Corona. Twee jaar geen Proef Rondje Stroe. Maar op 10 september 2022 kunnen we weer van start! En wij, als bestuur, hebben er weer zin in. Wij willen 'Proef Rondje Stroe', net als voor corona, weer tot een mooi feest maken. In de eerste plaats hopen we natuurlijk op veel deelnemers die 5 km of 10 km gaan hardlopen over een mooi parcours met veel natuur in de prachtige omgeving van Stroe. Ook de bedrijvenloop en de 'postcodeloop' (een mooie beker voor de snelste man/vrouw op de 5 en 10 km, wonend op postcode 3776) staan weer op het programma. Maar dat is niet alles. Het bestuur heeft er ook dit jaar weer alles aan gedaan om 'Proef Rondje' Stroe een evenement voor iedereen te laten zijn, met live muziek, lekkere hapjes, een drankje en vermaak voor de kinderen. Oud, jong, hardloper of niet-hardloper, voor iedereen is er wat te beleven op het horecaplein bij Dorpshuis De Hofstee.

De opbrengst van 'Proef Rondje Stroe' gaat ook nu weer naar een goed doel. Dit jaar is dat Stichting 'Make Memories', opgericht door Stroeënarinnen Melissa Hendriksen en Wendy Reemst. Verderop in deze brochure kunt u meer informatie vinden over deze stichting.

Uit een onderzoek van NOC/NSF blijkt dat Nederlanders na corona flink minder zijn gaan sporten. In deze brochure brengt huisartsenpraktijk Stroe het belang van bewegen onder de aandacht, gezien vanuit verschillende disciplines.

En verder gaan we kennismaken met Wouter Roozelaar, een fanatieke Stroeëse deelnemer aan het loopfestijn.

Inschrijven:

Inschrijven kan via www.inschrijven.nl of via www.proefrondjes-troe.nl. Afstanden 5 km en 10 km. Op de dag zelf kan ook nog ingeschreven worden bij Dorpshuis De Hofstee, Stroeërweg 49 A in Stroe.

Bedrijvenloop:

Je kunt je als bedrijf inschrijven met maximaal vijf lopers. De tijden van de beste drie lopers gelden voor de einduitslag. De winnaars krijgen de prachtige 'Proef Rondje Stroe'-wisselbeker overhandigd voor je bedrijf.

Vrijwilligers:

De vrijwilligers staan klaar om 'Proef Rondje Stroe' tot een mooi feest te maken! Het bestuur bedankt deze vrouwen/mannen hartelijk voor hun inzet.

Voor meer informatie kijk op onze website: www.proefrondjes-troe.nl. of volg ons op facebook.

Wij hopen op mooi weer, een groot aantal deelnemers, veel publiek en een gezellige drukte op het horecaplein.

Het bestuur,
Willem van Westerneng
Michael Zoethout
Tessa Roskam
Wim Roskam
Jeroen Visser
Rianne van de Krol
Edwin Borgers
Rene Ratterman



KUIZENGA
BEDRIJFSKLEDING

Dat past iedereen!

www.kuizengabedrijfskleding.nl | Tel. 0342-219070

Van Miltenburg
ACCOUNTANCY



Tolnegenweg 47
3776 PT Stroe
0342-444666
bas@vanmiltenburgstroe.nl



INFO@VANDEKAMPSTAAL.NL
Mercuriusweg 7
3771 NC Barneveld
Tel. 0342-415 083



4.6/5.0 ★ Trustpilot 750.000+ tevreden gebruikers

4.6/5.0 ★ Trustpilot 750.000+ tevreden gebruikers



Blessurevrij sporten met Herzog

- ⊗ Minder scheenbeenklachten
- ⊗ Minder kuitklachten
- ⊗ Sneller herstel

HERZOGMEDICAL.COM

We love
your smile

Het Barnevelds Tandtechnisch Laboratorium dankt zijn bestaansrecht aan de optelsom van ondergenoemde kenmerken. Door vast te houden aan deze principes weten tandartsen en cliënten ons al meer dan vijftig jaar te vinden. BTL is een zelfstandig tandtechnisch laboratorium dat vanuit Midden-Nederland tandtechnisch werk levert aan praktijken in heel Nederland.

- Jarenlange ervaring in de tandtechniek
- Ouderwets vakmanschap
- Een warme relatie met tandartsen
- Oog voor kwaliteit
- Een neus voor waardevolle innovaties
- Investeert in de modernste tandtechnische oplossingen



Stationsweg 89
3771 VD Barneveld
www.barneveldsttl.nl

Hardlopen voor het goede doel

Stichting 'Make Memories'

Een groot deel van de opbrengst van Proef Rondje Stroe wordt ieder jaar geschonken aan een goed doel. Dit jaar heeft het bestuur gekozen voor 'Make Memories'. Een stichting, gevestigd in Stroe, die unieke belevenissen organiseert voor mensen die (ernstig) ziek zijn of om wat voor reden dan ook bij ons worden aangemeld.

De gezichten achter de stichting zijn Melissa Hendriksen en Wendy Reemst. Melissa en Wendy: "Wij kunnen mensen niet uit hun moeilijke situatie halen. Maar wat wij wel kunnen is de mensen een hart onder de riem steken, door te laten zien dat er aan hen gedacht wordt. Al is het maar om de mensen hun zorgen een tijdje te laten vergeten. Dat we dit kunnen en mogen doen geeft ons enorm veel positieve energie."

Melissa hoopt dat door het werk van de stichting de wereld een stukje mooier wordt. „Ik heb van jongs af aan al dat ik het heel moeilijk vindt als ik hoor dat iemand erg ziek is. Want je kunt vaak niets doen. Maar de ogen ervoor sluiten wil ik ook niet. Hoe mooi is het dan als je mensen toch iets moois kunt geven: een herinnering. Want die is blijvend."

Wendy: „Het draait absoluut niet om ons. Er zijn stichtingen die de hele dag met een familie meegaan, maar dat willen wij absoluut niet. We regelen alles en vertellen wat er gaat gebeuren, maar we blijven er niet de hele dag met onze neus bovenop staan. Het gaat erom dat de familie een herinnering maakt en dat lukt makkelijker als je met je eigen gezin op stap gaat. Het moet hun dag worden."

Wij zijn altijd op zoek naar sponsors! Dit kan bijvoorbeeld door een donatie te doen, artikelen te schenken of 'Vriend van Stichting Make Memories' te worden.

Voor meer informatie zie: www.stichtingmakememories.nl,
of mail naar: info@stichtingmakememories.nl. Telefoon: 06-15339639.



Info@haardencentrum-hoevelaken.nl
www.haardencentrum-hoevelaken.nl
033 - 258 28 63

De Wel 11
3871MT
Hoevelaken

BRUNEKREEF®
techniek

AGRO techniek
INSTALLATIE techniek
ELEKTRO techniek
ENERGIE techniek

De Spil 18 | Kootwijkerbroek | www.brunekreeftechniek.nl | 0342 - 404 850



VEENSCHOTEN
INSTALLATIETECHNIEK

Stroe 06 - 13 22 06 53

MOOI WERK & MOOI RESULTAAT. DA'S ONS WERK IN EEN NOTENDOP.

Elektra	Gas & water	Verwarming
Warmtepompen	Zonnepanelen	Sanitair

www.veenschoteninstallatietechnik.nl

JK JANSEN
INSPECTIEBEDRIJF • KOOTWIJKERBROEK

Elektrische installaties | Brandveiligheid | PV-installaties

Scope 8 • Scope 10 • Scope 12

Wij zijn een SCIOS gecertificeerd bedrijf

www.janseninspectie.nl

DÉFIN
ADMINISTRATIES

G v d B Autobedrijf
G. van den Broek

www.garagevandenbroek.nl
0342-442468

Fysiotherapie Stroe
Fysio- en manuele therapie

Het adres voor uw herstel

Fysiotherapie, manuele therapie, dry-needling, (sport) revalidatie en begeleid sporten.

NIEUW: echografisch onderzoek, voor meer inzicht en duidelijkheid in uw klachten. Voor meer informatie neem een kijkje op onze website.

Telefoon +31 655783711
info@fysiotherapiestroe.nl
www.fysiotherapiestroe.nl

Blauwgras 2 3776 NC, Stroe

De Meidoorn
camping

www.meidoornstroe.nl

WJKA
Opleidingen

Bedrijfshulpverlening
BHV - EHBO - REANIMATIE AED

Dorpshuis
De Hofstee

Waarom is bewegen belangrijk voor ons brein?

Door Anna Frens, Praktijkondersteuner Huisarts Geestelijke Gezondheidszorg (POH-GGZ) huisartsenpraktijk Ederveen/Stroe

Bewegen is belangrijk voor een gezond lichaam. Dat is inmiddels algemeen bekend. Toch lukt het niet altijd om elke dag voldoende lichaamsbeweging te krijgen. Het is echter wel belangrijk om gezond en verantwoord te bewegen. Maar waaróm is bewegen zo belangrijk? Bewegen houdt je actief en gezond. Door regelmatig te bewegen voel je je fitter doordat je conditie verbetert. Maar bewegen doet meer. Het heeft namelijk veel invloed op ons brein.

Welke verklaring is er dat bewegen zo belangrijk voor ons psychische welbevinden?

* Het stimuleert de vorming van nieuwe zenuwverbindingen in de hersenen; de witte stof in de hersenen. Dit is het gevolg van een toename van neurotrofines zoals BDNF. In combinatie met de toename van bloedvaatjes verbeteren de cognitieve functies, de mentale activiteiten die zorgen voor onder meer bewustzijn en intelligentie. En dat heeft merkbare effecten: het vermogen om een goede planning te maken gaat vooruit, evenals het vermogen tot het oplossen van problemen. Bovendien wordt irrelevante informatie beter afgeremd, met onder meer betere concentratie tot gevolg.

* Toename aan endorfine, wat bijdraagt aan het algehele gevoel van welbehagen dat doorgaans met lichaamsbeweging gepaard gaat. Endorfine wordt ook wel het snelst werkende anti-stress hormoon genoemd omdat het binnen een minuut een stressreactie kan stilleggen.

* Het verhoogt het gehalte aan serotonine; een neurotransmitter die invloed heeft op onder meer stemming, welbevinden, slaap, emotie, zelfvertrouwen en impulscontrole. Serotonine staat daarom ook wel bekend als het geluk stofje in je hersenen. Mensen met een depressie hebben vaak een tekort aan serotonine. Bron: FIT! – Bewegen voor een beter brein! Mensen met een psychische aandoening ervaren vaak een slechte slaapkwaliteit. Slechte slaapkwaliteit verergert de symptomen van psychische kwetsbaarheid. Het is aangetoond dat lichaamsbeweging een effectieve niet-medicamenteuze behandeling is voor het beheersen van slechte slaap in de algemene bevolking.



Links op foto Anna Frens Rechts op foto Jessika de Heus

VSO malestein
makelaars & taxateurs



Makelen en taxeren,
van **start tot finish**

Kom langs of bel 0342 - 42 47 71
voor een vrijblijvende afspraak

VSO Malestein Harselaarseweg 2 Barneveld	Aan- en verkoop
	Taxaties
	Landelijk wonen
	Agrarisch onroerend goed
	Bedrijfshuisvesting

0342 - 42 47 71
vsomakelaars.nl
info@vsomakelaars.nl





Cadeau Atelier

geschenkpakketten

*Bij ons stelt u zelf uw eigen kerstpakket samen!
kijk voor meer informatie op www.cadeau-atelier.nl*

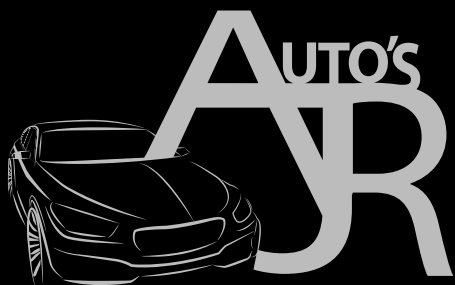


Contact:
Gerjanne Donkersteeg 06 - 29 30 33 80
Marleen van Ginkel 06 - 21 89 50 16

AKI KOZIJN.NL
uw kozijn leverancier

**Kwaliteit kunststof en aluminium kozijnen
tegen betaalbare prijzen
& snelle leveringen!**

TOLNEGENWEG 3B | 3776 PT | STROE
Tel. 06-55392335



AJRAUTOS.NL

REPARATIE - ONDERHOUD - APK - DIAGNOSE



Bloemendal
Grond en straatwerk B.V.

Ook voor bouwcontainers!

info@bloemendalgrondenstraatwerk.nl | Tel. 06-13809768



ROMIJN
zonwering & overkappingen

WE HELPEN JE GRAAG VERDER!

Kwaliteit, service en persoonlijk contact

Romijn zonwering is dé specialist in jouw regio op het gebied van veranda's, tuinkamers, glazenschuifwanden en alle vormen zonwering.

☎ 06 - 31057751 📍 Stroeërweg 52, Stroe 🌐 romijnzonwering.nl

Kennismaken met.....

Wouter Roozelaar

Leeftijd: 49.

Getrouwd met: Bertine.

Kinderen: 2 dochters, Lynn en Eva.

Geboren te: Kootwijkerbroek.

Woont in Stroe sinds: Al heel lang.

Werkt bij: TOP Totaal in de buitendienst.

Al vanaf het eerste 'Proefrondje Stroe' doet ik mee. Alle tijden gelopen in Stroe op een rijtje: 2014: 39.24, 2015:39.55, 2016: 40.27, 2017: 38.39 (allen 10 km), 2018: 20.13 (5 km).

Train je extra voor Proef Rondje Stroe? Nee.

Wat heeft je er toe gebracht te gaan hardlopen? Nadat ik ben gestopt met voetballen (omdat het niveau wat minder werd...) een sport gezocht waar weer vooruitgang in zat. Helaas is die vooruitgang inmiddels verleden tijd.

Op welke leeftijd ben je begonnen? 38e.

Wat vind je het leuke aan hardlopen? Lekker buiten in de natuur zijn en handig dat je kunt gaan wanneer je wilt.

Hoe vaak train je? Meestal 1x en soms 2x per week.

Volg je een loopschema of voor de vuist weg? Geen schema maar gewoon naar mijn lichaam luisteren.

Doe je mee aan andere loopevenementen? Vroeger wel maar de laatste jaren niet meer.

Hoe beoordeel je Proefrondje ten opzichte van andere loopevenementen? Gezellig en goed geregeld!

Wat is je favoriete vakantie? Met mijn gezin naar een rustige, relaxte plek met mooi weer, hardloopschoenen en een boek mee dan is het helemaal goed!

Welke krant(en) lees je? Geen.

Heb je meer hobby's, afgezien van hardlopen? Samen met de dames op stap gaan is altijd fijn en ik vind heel veel sporten leuk om te doen of mee te helpen.

Wat is je favoriete eten? Spruitjes.

Zou je willen verhuizen naar een ander dorp/stad? Nee, de stad is niets voor mij en dorp Stroe prima, misschien met al die ongein van de laatste tijd hier nog eens naar het buitenland.

Waar erger je je snel aan? Mensen die heel veel praten maar weinig zeggen en mensen die veel beloven en niets nakomen; dus al met al politici.

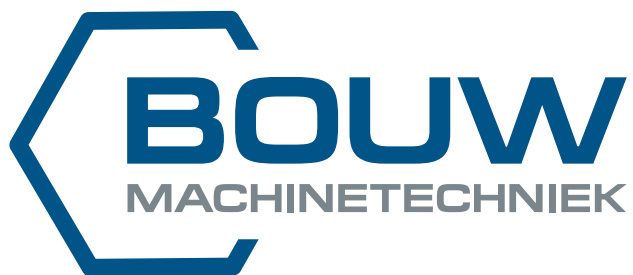
Met welke bekende Nederlander zou je wel een week willen ruilen? Geen.

Van welke muziek houd je? Van alles wat, van de rock van de jaren 80 tot Nederlandstalig en instrumentaal.

Kijk je Netflix? Welke serie/film is je favoriet? Ik kijk heel weinig TV of Netflix, af en toe sport.

Denk je dit jaar een pr te lopen bij Proef Rondje Stroe? Nee, dat zit er niet meer in.





Voor service, onderhoud
en reparaties aan o.a.

- Bouwmachines
- Recyclingmachines
- Landbouwmachines
- Intern transportmaterieel

Wij bieden ook hydrauliekslangen service op locatie!

Stroe - Tel. 06-15660773



HARTOG OUTDOOR LIVING • ZWEMBADEN EN SPA'S

Uw partner voor de complete aanleg van uw privé of bedrijfsmatige zwembad. Wij hebben een jarenlange ervaring in het leveren, plaatsen, onderhouden en renoveren van zwembaden, spa's en sauna's.



Kwaliteit die je ziet en voelt!

We komen graag bij u langs om persoonlijk kennis te maken om zo uw wensen en voorkeuren te ontdekken. Vervolgens ontwerpen we bij u thuis, uw ideale keuken. Want samen uw keuken ontdekken. Dat voelt goed!

Maak een afspraak



Geen aanbetaling



Uitstekende garantie



Eigen montage

VAN MANEN
KEUKENS

Barneveld
0342 405 363
vanmanenkeukens.nl



Warming Up met Go2Move

Een warming up hoort vooraf te gaan aan een training of wedstrijd. Met de warming up bereid je je lichaam voor op de komende inspanning. Ook voor de recreatieve sporters geldt: geen training of wedstrijd zonder warming up. De spieren en gewrichtsbanden worden beter belastbaar en daarmee neemt de kans op blessures af. Multiportvereniging Go2Move uit Stroe is bereid gevonden om op zaterdag 10 september de warming up verzorgen bij Proef Rondje Stroe.

Go2Move richt zich op kinderen in de leeftijd van 4 tot ongeveer 14 jaar. „Lekker bewegen en op eigen niveau ontwikkelen is hier belangrijk en lol is en blijft daarbij de basis,” volgens de vereniging. Go2Move wil een toegankelijke vereniging zijn en daarom de contributie laag houden.

Derek Michielsen uit Stroe, gediplomeerd gymdocent, geeft op dinsdag de lessen in dorps huis De Hofstee in drie verschillende leeftijdsgroepen.

Op zaterdag 10 september zal Derek, voorafgaande aan de wedstrijd, een professionele warming up verzorgen.

Voor meer informatie: go2movestroe@gmail.com



**PAKKETPOST
ONTVANGEN
ZONDER ER VOOR
THUIS TE BLIJVEN!**

Bent u het ook zat uw pakketje bij de burens te moeten afhalen of zelfs naar een "verdeelpunt" te moeten rijden om uw internetbestelling op te halen? Dan is de pakketbrievenbus van Postpoint dé oplossing.

Bestel via de site een pakketbrievenbus of een postpakketbrievenbus en ontvang bij afhalen bij levering van deze advertentie.

**€25,-
CASH BACK!**

postpoint
WWW.PAKKETBRIEVENBUSSHOP.NL

Postpakketbrievenbus vrijstaand model

Pakketbrievenbus wandmodel

V.a. €119,-

V.a. €285,-

Leverbaar in meerdere modellen en iedere gewenste RAL kleur.

U vindt alle mogelijkheden op: PAKKETBRIEVENBUSSHOP.NL

SCHOUTEN Stroe

Meer dan 60 occasions

RUITEN	APK	BOSCH	BOVAG
LICHT	AIRCO	BANDEN	
SCHADE	ACCU	HYBRIDE	

Slim onderhoud voor elke auto

www.schoutenstroe.nl

info@schoutenstroe.nl | 0342 - 44 23 60

Jan van Ee Stroe

Pluimveeverwerking



UNIEKE COLLECTIE
**KEUKENS,
BADKAMERS
EN TEGELS**

van de Pol
BOUWEN & WONEN

Harskamperweg 32
3774 JP Kootwijkerbroek
(0342) 441 021

www.vandepol.info



Keukens



Vloeren & tegels



Sanitair



Hang & sluitwerk



Kastsystemen



Deuren



Daglichtsystemen

Bezoek onze uitgebreide showroom en laat u inspireren door het verrassende aanbod keukens, badkamers en tegels van vele topmerken. Onze adviseurs staan voor u klaar met een deskundig en eerlijk advies.

Iedereen kan op zijn of haar eigen niveau actief zijn

'Bewegen kan ziektes voorkomen'

Door Jessika de Heus, huisarts huisartsenpraktijk Ederveen/Stroe

Bewegen; we weten allemaal dat het gezond voor je is maar wat kan het je nou echt aan gezondheidswinst opleveren? Bij 50-plussers verlengt het de levensverwachting 1 tot 4 jaar, vooral door de kleinere kans op hart- en vaatziekten.

Bewegen heeft dus een preventief effect (voorkomen van ziektes) op allerlei chronische aandoeningen zoals suikerziekte, hart- en vaatziekten, verschillende typen kanker en dementie. Steeds meer word voldoende bewegen ook ingezet als 'medicijn' voor bestaande aandoeningen. Inmiddels is het als onderdeel van de behandeling opgenomen in de huisartsenrichtlijnen obstipatie, prikkelbare darmsyndroom, astma, hartfalen, slaapproblemen, plasklachten bij mannen en seksuele klachten, angst en depressie.

Maar wanneer beweeg je dan voldoende? Hiervoor zijn adviezen opgesteld:

- Kinderen 4 t/m 18 jaar: 1 uur per dag matig intensief bewegen + 3 keer per week spier- en botversterkende oefeningen

- Volwassenen en ouderen: 2,5 uur per week matig intensief bewegen + 2 keer per week spier- en botversterkende oefeningen. Voor ouderen komen hier nog balansoefeningen bij.

Met matig intensief bewegen word onder andere fietsen, stevig wandelen en rustig zwemmen bedoeld. Maar ook de hond uitlaten, ramen lappen en rustig de trap oplopen. Dit maakt dat een groot deel van de activiteiten al in de dagelijkse bezigheden opgenomen kan worden. Dat is mooi meegenomen!

Natuurlijk zijn er mensen voor wie deze richtlijn te hoog gegrepen is, bijvoorbeeld wanneer je minder mobiel bent. Het goede nieuws is dat al het bewegen meetelt in de gezondheidswinst; hoe meer beweging, hoe meer winst. Zodat iedereen op zijn of haar eigen niveau actief kan zijn. Ieder persoon heeft dus zelf de mogelijkheid om door beweging de gezondheid te verbeteren, al is het maar door je prettiger in je vel te voelen of contacten met anderen te leggen. Kies wat vaker voor de fiets, wandel eens met de hond van je burens of pak de trap i.p.v. de roltrap. En vooral; probeer er plezier uit te halen!

Soms kan het handig zijn om tips en adviezen te krijgen van je huisarts of de praktijkondersteuner. Natuurlijk ben je hiervoor altijd welkom in de huisartsenpraktijk.

Bronnen:

Huisarts en Wetenschap; beweegadvies in de huisartsenpraktijk; 2019

NHG Module; leefstijl en bewegen

OUWENDORP
TEGELS

 van Rootselaar
assurantiën-hypothecken

UITSLAGEN 2019

BESTE STROESE LOPERS 2019

Bedrijven loop: Bicom-one

Vrouw 5 km: Ilja Ouwendorp

Man 5 km: Milan Ouwendorp

Vrouw 10 km: Bep van Ee

Man 10 km: Gert Nooteboom

MAN 5KM

MAN, 5 KILOMETER			
Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto Netto
1	Jasper van Ilaaster		18:14 18:14
2	Melchior van de Pol		18:22 18:22
3	Marcel Alma	Bicom-One Team 1	18:34 18:02
4	Rienk Davelaar	Voorhuizen	18:35 18:04
5	Dennis Arenus	Bicom-One Team 1	18:31 18:30
6	Alban Romijn	Sameveld	18:52 18:49
7	Jaco Jacobs	Lunteren	20:27 20:25
8	Pieter van der Meer	Richard van der Meer	20:52 20:47
9	Wilco Romijn	Sameveld	21:04 21:02
10	Jan de Vries	Harskamp	21:13 21:10
11	Richard van der Meer	Richard van der Meer	21:49 21:45
12	Corne De Vries	Harskamp	22:14 22:11
13	Ramon van Wolfswinkel	Bicom-One Team 2	22:16 22:14
14	Martin de de Vries	Harskamp	22:36 22:32
15	Sjaak de Jong	Voorhuizen	22:59 22:57
16	Gert Brusseel	Nunspeet	23:18 23:17
17	Matthijn van der Laar	Bicom-One Team 2	23:32 23:24
18	Milan Ouwendorp		23:46 23:22
19	Evert Herwijer	Kastwijkenbroek	24:06 24:11
20	Rene Hol		24:43 24:39
21	Gert Omerveit	Stree	24:56 24:41
22	Heijer Lamoot	Vaandelaar	25:01 24:56
23	Marcel van Ilden	varMist New Plants Stree	25:12 24:54
24	Gerald van de Kolk	Bicom-One Team 2	25:19 25:09
25	Han Brandsen	Stree	25:24 25:18
26	Wim Bruksvoort	Wekerom	25:31 25:27
27	Kees Mouw	Rabobank Gelderse Vallei	25:55 25:34
28	Felco Burgering	Vaandelaar	26:16 26:09
29	Richard van de Kolk	Bicom-One Team 2	26:20 26:05
30	Zwier Nooteboom	varMist New Plants Stree	26:42 26:23
31	Michel de Graaf	varMist New Plants Stree	26:48 26:30
32	Marten van de Steeg	Sameveld	27:01 26:53
33	Hans van Middendorp	Stree	27:01 26:46
34	Renzo Pirets	Stree	27:04 26:52
35	Sander van Vliet	varMist New Plants Stree	27:28 27:10
36	Denley van den berg	Sameveld	28:00 27:50
37	John Berendsen	Sameveld	28:01 27:59
38	Wilfred van der Lee	Voorhuizen	28:34 28:20
39	Makel Ienters	Rabobank Gelderse Vallei	28:39 28:46
40	Klaas van Hooringen	Sameveld	30:05 29:58
41	Matthias Berendsen	Sameveld	30:18 30:14
42	Rene van Renswoude	Sameveld	30:43 30:19
43	Gert Verhoef	Paphos	30:57 30:46
44	Dick van de Pol	Stree	32:07 31:39
45	Arian Vos	Bicom-One Team 1	32:19 32:08
46	Four Hinkespoor	Richard van der Meer	32:40 32:26
47	Theo Meurs	Beusichem	33:34 33:16
48	Ruel Schreuter	Sameveld	34:13 33:52
49	Joop Matijes	Sameveld	35:00 34:54
50	Bradley Buijsinkroff	Stree	35:25 35:13

VROUW 5KM

VROUW, 5 KILOMETER			
Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto Netto
1	Marika van den Brink	Bicom-One Team 1	20:22 20:21
2	Cora Wiltzen	Nijkerk Gld	21:33 21:30
3	Sharon Davelaar	Bicom-One Team 1	22:00 21:58
4	Branda Verbeek	Sameveld	22:28 22:26
5	Gabrielle Groeneveld	Castricum	22:33 22:22
6	Corien van der Bijl	Apeldoorn	23:00 22:58
7	Fleur van der Meer	Richard van der Meer	23:45 23:40
8	Ilja Ouwendorp		23:47 23:23
9	Marjo Huisman	Sameveld	23:53 23:52
10	Eveline Heldijk		25:31 25:28
11	Marika Geurts	Voorhuizen	26:23 26:03
12	Gerda Van Rosch	Stree	26:24 26:14
13	Ineke Meijjes	Amersfoort	26:28 26:24
14	Linda van Maanen	Voorhuizen	26:44 26:41
15	Jacqueline Kempen-Nijhof		27:16 27:13
16	Wyke Jousma		28:08 28:00
17	Jeannette van 't Oor	Rabobank Gelderse Vallei	28:17 27:55
18	Alinda Rezebos	Harskamp	28:17 28:55
19	Cindy Hutter	Stree	28:18 28:57
20	Gerita van de Pol	Stree	29:31 29:24
21	Deborah Groeneveld		29:54 29:38
22	Dana van Duvenen	Sameveld	30:10 29:49
23	Manna van der Pol	Rabobank Gelderse Vallei	30:22 30:03
24	Bianca Kassi	Stree	30:22 30:15
25	Angela van Deelen	Stree	30:37 30:27
26	Sophie Schreuter		30:55 30:34
27	Anne Schutte	Amhem	30:55 30:47
28	Brenda Thomassen	Kastwijkenbroek	31:08 30:58
29	Leonie Bouw	Sameveld	31:27 31:22
30	Conna Bos	Stree	31:38 31:37
31	Marja Blankespoor	Richard van der Meer	32:12 31:58
32	Marika van de Kolk	Bicom-One Team 2	32:19 32:08
33	Cindy van Vliet	varMist New Plants Stree	32:23 32:07
34	Jeanne Schreuter	Stree	32:27 32:07
35	Janny Reesigt-Ponsteen	Nunspeet	32:35 32:29
36	Harmenda Meijjes		32:52 32:47
37	Cora de Pater	Sameveld	33:34 33:17
38	Daniella Bloenburg	Stree	33:41 33:32
39	Christine Rutte		34:15 33:54
40	Flea Brusseel	Nunspeet	34:17 33:57
41	Thea Noy		34:32 34:22
42	Majken van Renswoude	Sameveld	35:05 34:41
43	Majken van Loon	Apeldoorn	35:15 35:04
44	Gabi Vroon	Apeldoorn	35:15 35:04
45	Marlies Van Meerveld	Voorhuizen	35:25 35:19
46	Angela van Riekel	Lunteren	35:38 35:19
47	Fenna Schreuter	Stree	36:02 35:40
48	Lisette Bos		36:07 35:44
49	Kaylee van Beek		36:10 35:49
50	Froukje Cornel	Emelo	36:20 36:11
51	Hanna van Ebben	Voorhuizen	36:28 36:16
52	Marique van der Brink		36:38 36:32
53	Sandra Koostra	Eda Gld	36:57 36:45
54	Bep van Mijer	Gardenen	38:22 38:02
55	Ali Mol	Eda Gld	40:14 40:01
56	Tamara van Deelen	Stree	45:53 45:53
57	Inga van Die	Stree	47:18 47:11

MAN 10KM

MAN, 10 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Edwin Bos	Barneveld	36:28	36:28
2	Rudy Kaptein	Barneveld	38:35	38:34
3	Gert Nooteboom	Stroe	39:59	39:58
4	Richard Hofmeijer		40:28	40:26
5	Erwin Demmer	Voorthuizen	42:58	42:58
6	John van de Krol	Stroe	43:13	43:00
7	Willem van de Craats	Ede Gld	43:37	43:34
8	Jan van de Kieft	Barneveld	44:04	44:00
9	Dirk van Roekel	Ede Gld	44:24	44:14
10	Wilco Smit	Ede Gld	44:53	44:48
11	Remy Pater		44:53	44:36
12	Kees van de Kuilen	Kootwijkerbroek	45:00	44:57
13	Maikel Knaap	Uitgeest	48:42	48:40
14	Maarten Jan Hong Li	Amersfoort	49:06	48:58
15	Mario Malestein	Stroe	50:11	50:06
16	Martijn van Westermeng	Barneveld	50:11	50:08
17	Bert Franken		51:02	50:43
18	Marcel Landman	Amersfoort	53:34	53:26
19	Roland Verschuuren	Tilburg	53:56	53:37
20	Mark van der Veen	Nederland	54:14	53:56
21	Hans Borghuis	Kootwijk	55:09	54:53
22	Sjon van der Stok	Veenendaal	56:49	56:33
23	Johan van den Brink	Barneveld	1:00:27	1:00:10
24	Gerard Robbertsen	Kootwijkerbroek	1:02:34	1:02:16
25	Marco Klarenbeek		1:04:56	1:04:41

VROUW 10KM

VROUW, 10 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Karen van de Veen	Voorthuizen	55:14	54:51
2	Jeannette van der Wal	Wekerom	1:00:48	1:00:39
3	Marian Bouw	Wekerom	1:00:49	1:00:39
4	Anita van de Hoek	Wekerom	1:03:21	1:03:13
5	Brenda Mallegrom	Voorthuizen	1:08:49	1:08:37
6	Bep van Ee	Stroe	1:10:54	1:10:32



Nieuw in de verkoop: VSR 80

Bonte Vlucht

Economies

Kavelnummer: 80
Type: bestaand
Type bouw: bestaand
Aantal personen: 4

Vraagprijs: Vanaf €109.500,00

Particulier



Welkom bij Eetcafé De Bonte Koe Horeca op Bonte Vlucht

Voor jong en oud gezellig samenzijn onder het genot van een hapje en een drankje.

Gastvrijheid is weer het ons dreef. Naast een lekkere maaltijd, verzorgen Danielle en haar team leuke activiteiten voor kinderen en volwassenen.

Openingstijden zomer: Maandag t/m zondag 10.00 - 01.00 uur (buiten sluit om 21.30 uur)
Openingstijden winter: Woensdag, vrijdag, zaterdag & zondag, aangepaste tijden.

De Bonte Koe

Gezellig eten & drinken in de Kaspro bosser, wandelaars wijk, Gratis parkeren

Ook voor bruiloften, partijen, catering, barbecue

Vraag naar de mogelijkheden bij Danielle Davilaar: 06 2120 1953 of bezoek de site:

eetcafebontekoe.nl

Makkelijk bestellen op toeristieke online

bestellen en afhalen.

Wij wensen u een fijne vakantie!



2022
Proefrondje
STROE

DSM TWILMIJ
wenst u een **RONDJE**
vol **PLEZIER**



De Stroet

ondernemersvereniging Stroe

AJR auto's
Spar Bakker
Bouwbedrijf vd Brink BV
Bouwbedrijf Brunekreeft
Stukadoorsbedrijf Davelaar V.O.F
Défin Administraties
van Dijk Stucadoors
Dop's montage
Jan van Ee BV
H. van Effrink B.V.
van Essen dienstverlening bouw en montage
Geitenboerderij de Groote Stroe
Van Geresteijn Totaalbouw
Green Life Line
Hartog Outdoor Living
Houtzagerij van Hengeveld
Dorpshuis de Hofstee
Loonbedrijf M.Hogervorst
P.L. Hotz Beheer BV
Hoveniersbedrijf Richard van der Meer
Camping Jacobushoeve
Van Joost
van de Kamp Staalconstructiebedrijf B.V.
Transportbedrijf van de Kamp
Klarenbeek Transport
De Kruif Machines
Kuizenga Bedrijfskleding

DSM Twilmij B.V.
Lagerweij Woning en Projectstoffering
Restaurant de Landing Stroe
Multiservice Luttinkhuisen
Machinebouw Jansen Stroe vof
VSO Malestein Makelaars
A. van Manen Holding bv
Camping de Meidoorn
van Miltenburg Accountancy
Loonbedrijf A. Monster
Ouwendorp Tegels
Ouwersloot Transport
Pluimveebedrijf mts G.A. van den Heuvel
Installatietechniek Romijn
van Rootselaar Assurantien
Fysiotherapie Stroe Tessa Roskam
Café Restaurant de Rotterdammer
Schimmel Trade BV
Autobedrijf Schouten Stroe
Yvonne Hansen Shiatsu
STECO B.V.
DSM Twillmij B.V.
Triple F Care B.V.
Veenschoten Installatietechniek
Voetbal Vereniging Stroe
Wijka Brandbeveiliging/opleidingen
Zoethout bestratingen