

# FIETS ELFSTEDENTOCHT

2026



*De beste lakens  
en hoeslakens van het land  
vind je bij*

**DEVO**

*op het Grootzand*

**Nu 2+1 gratis**

Geldig t/m 31 mei 2026



## FOAROPWURD FYTSALVESTÊDE- TOCHT 2026

**Dit jier belibje wy de 89ste edysje fan dizze bysûndere tocht. In skiednis dêr't wy mei-inoar grutsk op wêze kinne, droegen troch generaasjes fytsers, frijwilligers en leafhawwers.**

Wat de tocht foaral bysûnder makket is it gefoel dat sy opropt. It is by útstek in ferbinend evenemint. Der stappe mar leafst 15.000 dielnimmers op de fyts om mei-inoar Fryslân te trochkrusen. Minsken fan alle leeftiden, eftergrûnen en nasjonaliteiten, want sa 'n 10% komt fan bûten Nederlân, benammen út Dútslân en België. Willkommen, welkom, welcome!!

Yn dizze tiid fan ynternasjonale spanningen en ûnwissens, is it in posityf en hoopjouwend barren. In dei dêr't sportiviteit en wille sintraal steane, dêr't minsken inoar oanmoedigje, dêr't it gefoel fan mienskip taastber wurdt.

Dy belibbing wurdt mei mooglik makke troch sa'n 750 frijwilligers. Yn elke stêd steane rayonhaden en oare minsken klear om alles soepel ferrinne te litten. Fan de fersoargingsposten yn Winsum en Aldemardum oant de tradisjonele apel yn Bartlehiem en it waarme sop yn Boalsert, eleminten dy't de tocht har karakter jouwe.

Foar my persoanlik is it fytsen de ultieme foarm fan ûntspanning. Hast alle dagen fyts ik fan Frjentsjer nei myn wurk yn Ljouwert. De wiidsheid, de natoer, de rêst, de skjintme. Fryslân lit him mei dizze tocht fan har alderbêste kant sjen.

Wa wit komt it der nochris fan om sels te fytsen. Ik ûntfang thús yn Frjentsjer dizze dei altyd wat meifytsende kunde, se stekke efkes oan en gean dan nei de folgjende stimpelpost. Ik genietsje dan fan de sfear yn Frjentsjer. De drokte, de muzyk, de glimkes op'e gesichten. Prachtich!

Ik ha grut respekt foar de dielnimmers dy't mylpeallen berikke: dit jier fytsst ien foar de 65ste kear mei, in oar foar de 60ste kear. Ik doch it harren net nei!

Ik winskje jo in ûnferjitlike dei ta. Genietsje fan elke kilometer en fan alles wat Fryslân jo ûnderweis te bieden hat.

**Dr. A.A.M Brok**

**Kommissaris fan de Kening yn de provinsje Fryslân**

# TRADITIES, DOORZETTINGSVERMOGEN EN SAAMHORIGHEID

**Pinkstermaandag is in onze gemeente en ver daarbuiten al generaties lang synoniem aan de Fietselfstedentocht. Dit jaar vieren we de 89ste editie in het 114-jarig bestaan van dit prachtige evenement. Een tocht die net als elk jaar 15.000 enthousiaste fietsers naar Bolsward brengt voor een dag vol sportiviteit, ontmoeting en beleving.**

Het blijft indrukwekkend om te zien hoe velen zich jaar na jaar laten inspireren door deze historische route langs de elf Friese steden. Soms op snelheid, soms rustig genietend, op racefietsen, toerfietsen, tandems of ligfietsen: iedereen beleeft zijn of haar eigen Elfstedentochtervaring.

Dit jaar kennen we wederom uitzonderlijke prestaties: één deelnemer fietst voor de 65ste keer mee, een ander verschijnt voor de 60ste keer aan de start, en daarnaast zijn er acht deelnemers die hun 50ste tocht volbrengen. Stuk voor stuk indrukwekkende mijlpalen die laten zien hoe diep de tocht in vele levens is verankerd.

Ook de internationale belangstelling blijft groeien: tien procent van de deelnemers komt uit het buitenland, met name uit Duitsland en België. Een mooie bevestiging dat Fryslân en onze fietscultuur mensen van heinde en verre aantrekken.

Wat mij persoonlijk elk jaar weer het meest raakt, is de enorm inzet van alle betrokkenen. Ongeveer 750 mensen zetten zich in om de tocht soepel, veilig en warmhartig te laten verlopen. In elke stad staan betrokken rayonhoofden paraat, onderweg zorgen de verzorgingsposten in Winsum en Oudemirdum dat iedereen weer op krachten komt en traditiegetrouw wachten de appels in Bartlehiem en de soep in Bolsward. Als ik met vrijwilligers praat, proef ik de trots, de plezierige drukte en het gevoel van 'dit dóen we mei-inoar'. Dat past bij hoe ikzelf graag buiten ben: midden yn'e mienskip, ûnder de minsken, dêr't de enerzjy libbet.

Het publiek langs de route maakt de dag compleet. Jong en oud, juichend, zwaaiend, soms in weer en wind; die warmte geeft de tocht zijn ziel.

Bolsward vormt in het pinksterweekend het bruisend middelpunt van de provincie. De 11-stedencamping is dagenlang een gezellige ontmoetingsplek voor deelnemers en bezoekers. Op pinksterzaterdag is er de Mini-Fietselfstedentocht van 40 km voor gezinnen en de Brandsma Wielerronde. Op pinksterzondag staat de Stepelfstedentocht op het programma. En daarnaast zorgt de

Bolswarder Activiteitencommissie, vanuit de ondernemersvereniging, voor een vol en sprankelend programma. It libbet oan alle kanten.

Als burgemeester kijk ik ieder jaar uit naar het moment waarop de Fietselfstedentocht van start gaat. Dat vroege, verwachtingsvolle begin van de dag – wanneer duizenden fietsers zich klaarmaken voor een unieke tocht door onze prachtige gemeente – blijft bijzonder. Ik ben trots op onze gemeente, op de vrijwilligers, op de deelnemers en op alle mensen die dit prachtige evenement dragen.

Ik wens iedereen een geweldige Fietselfstedentocht toe. Geniet van de route, van de sfeer, van de gastvrijheid en van al het moois wat Súdwest-Fryslân te bieden heeft. En kom vooral nog eens terug; hjir is altyd wat te belibjen!

**Jannewietske de Vries,**  
**burgemeester Súdwest-Fryslân**



## COLOFON

De Fietselfstedentochtbijlage is een gezamenlijke uitgave van Groot Bolsward-IJsselmeerkust in samenwerking met Stichting de Friese Elfsteden Rijwieltocht.

### UITGEVER

GrootMedia BV  
Zwarteweg 4, 8603 AA Sneek  
Telefoon 0515 745005  
E-mail info@grootmedia.nl

### BLADMANAGEMENT

Ynte Dragt en Annika Rekker

### REDACTIE EN FOTOGRAFIE

Richard de Jonge, Yme Gietema, Henk van der Veer, Gerard van Leeuwen, Anna Boersma, Ard Krikke, Piebe Piebenga, Lutske Bonsma, Lotte van der Meij, Wilfred de Bruijn, Betsy van den Berg en Remco Hofman

### EINDREDACTIE

Isa Wessels

### VORMGEVING

Rinske Elsinga en Joke Krist

TEKST EN FOTO'S AANGELEVERD



Vlnr.: A. Bod, H. de Leeuw, M. Homma, S. Rekker, W. van der Hoorn, en de crew van Omrop Fryslân

# DE MEDAILLE EN DE SERIE ELFSTEDEN-GEBOUWEN

## IEDERE MEDAILLE VERTELT EEN EIGEN VERHAAL

De medaille na afloop van een voltooide Fietselfstedentocht. Het 'kruisje'. Naast een volle stempelkaart het tastbare bewijs van een succesvol verlopen tocht. Voor sommigen de eerste, voor anderen de zoveelste in een steeds groter wordende reeks. Maar hoe worden die eretekens eigenlijk gemaakt? Een kijkje in de keuken bij W. van Veluw B.V. in Zeist.

Op deze serie medailles staan herkenbare gebouwen in de elf Friese steden. Iedere medaille vertelt een eigen verhaal en vormt zo een blijvende herinnering aan de tocht én aan het unieke karakter van Fryslân. We volgen de route per stad. Vóór IJlst, was Sneek, daarvoor Leeuwarden, Dokkum, Franeker, Harlingen en Bolsward.

### SCHOORSTEEN NOOITGEDAGT

De schoorsteen van de fabriek Nooitgedagt in IJlst is een aandenken aan het industriële verleden van de stad. De schoorsteen verwijst naar de beroemde Nooitgedagt-fabriek, waar vanaf de 19e eeuw op grote schaal schaatsen, gereedschappen en houten producten werden gemaakt. Wat begon als een kleine

werkplaats groeide uit tot een groot familiebedrijf met landelijke bekendheid en veel innovatiekracht. De feitelijk gerestaureerde fabrieksschoorsteen symboliseert deze periode van vakmanschap en bedrijvigheid en herinnert aan de tijd waarin Nooitgedagt de grootste werkgever van IJlst was.

### STEMPELPLAATS IJLST

De karakteristieke schoorsteen staat direct naast de stempelplaats in IJlst. Haal je hier je stempel? Kijk, als de drukte het toelaat, ook even goed om je heen. Je staat hier midden in een stukje bijzondere Friese historie, waar sport en erfgoed samenkomen tijdens de Fietselfstedentocht.

**“HET IS PUUR VAKMANSCHAP: ELKE MEDAILLE WORDT MET ZORG EN AANDACHT GEMAAKT”**

**“EEN AANDENKEN AAN HET INDUSTRIËLE VERLEDEN VAN DE STAD”**



## HOE WORDT DE MEDAILLE GEMAAKT?

Hoe de medaille precies tot stand komt? Daarover weten de rayonhoofden van IJlst inmiddels alles. Zij maakten één van de eerste exemplaren zelf bij Van Veluw in Zeist. Al jarenlang worden hier de medailles van de Fietselfstedentocht gemaakt. Het is puur vakmanschap: elke medaille wordt met zorg en aandacht gemaakt. Echt handwerk, dat zorgt voor een blijvende en waardevolle herinnering aan de tocht.



Rayonhoofd H. de Leeuw van IJlst slaat de eerste medaille van IJlst Locatie Van Veluw BV Zeist



Uitreiking Elfstedenbrevet. Foto: Lucas Kemper

## ELFSTEDENBREVET EN ERETEKENS:

# WAAROM HEEFT DE FIETSELFSTEDENTOCHT EEN TELLING?



Voor het eerst in de geschiedenis van de Fietselfstedentocht fietsten in 2025 twee vrouwen voor de 50e keer: Tecla Sikkes-Brandsma en Akke Terbraak-van der Werf.

De telling is een waardevolle traditie van de Fietselfstedentocht. Sinds 1912 draait deze tocht om prestatie, doorzettingsvermogen en verbondenheid. Door een ereteken te koppelen aan het aantal gereden tochten, ontstaat een bijzondere band tussen deelnemer en evenement.

Het bijhouden van voltooide tochten is bijna een sport op zich. Want hoe bijzonder is het om 40, 50, 60 of zelfs 65 keer de Elfstedentocht te fietsen? Elke deelname vertelt een verhaal van trainen, afzien, genieten en opnieuw de finish halen. Zo wordt zichtbaar wat voor unieke prestatie het is om meerdere jaren 235 kilometer op één dag te volbrengen.

De telling wordt officieel bijgehouden door de organisatie.

### ERETEKENS

Deelnemers die de Fietselfstedentocht meerdere keren volbrengen, ontvangen eretekens bij bijzondere mijlpalen: de 10e, 20e, 30e, 40e, 50e en 60e keer.

De uitreiking vindt plaats bij de finish, na het behalen van de laatste stempel. Voor deze deelnemers is er een speciale rij. Wie voor de 50e of 60e keer finisht, wordt

bovendien gehuldigd op het podium. Een trots en vaak emotioneel moment, niet alleen voor de deelnemers zelf, maar ook voor familie, vrienden en publiek. Het zijn de helden van de Fietselfstedentocht.

### WAT IS HET ELFSTEDENBREVET?

Het Elfstedenbrevet is een bijzondere onderscheiding voor deelnemers die alle drie de Elfstedentochten hebben voltooid: de schaats-, fiets- en wandeltocht.

Daarmee is het brevet veel meer dan een bewijs van deelname. Het staat symbool voor liefde voor de Elfstedentraditie, voor karakter en voor het steeds opnieuw aangaan van de uitdaging. Het maakt niet uit in welk jaar de prestaties zijn geleverd; dit mag verspreid zijn over meerdere jaren. Sinds 1987 wordt het brevet officieel uitgereikt.

Elfsteden brevet

## ERETEKENS



10x



20x



30x



40x



50x

**Broodje  
Puur Geluk**  
€ 6,95

**BAKERY  
PUUR Café**

**Zondag 24 mei  
Geopend van  
09.00 - 16.00 uur**

Webshop



Bakkerij Puur Posthuma, Appelmarkt 2, Bolsward



Xsensible®

**Bleeker** **PODO LINEA**  
Schoenen - Podotherapie - Podologie - Pedicure  
Jongemastraat 7 Bolsward 0515-572584 www.bleekerschoenen.nl

Volg ons ook op  

**DISCUS** DE JIJTE KEUZE!

**Dierenspecialzaak & hengelsport  
A.P. van der Feer**

Katten Knaagdieren Honden  
Vogels Vissen Hengelsport

Snack van de maand: Extra voordeel!

Visvergunning Maden, wormen, pinkies & meer!

**Openingstijden elfstedenweekend**

vrijdag 22 mei	09:00 - 21:00 uur
zaterdag 23 mei	09:00 - 17:00 uur
zondag 24 mei	gesloten
maandag 25 mei	gesloten
dinsdag 26 mei	09:00 - 18:00 uur

T. 0515-581252 | E. [dierenwinkel@apvdfeer.nl](mailto:dierenwinkel@apvdfeer.nl)  
discusvanderfeer.nl | Dijkstraat 13-15, 8701 KB Bolsward

**SPORT 2000** **SPORTHUIS  
A.P. VAN DER FEER**  
UW ALLROUND SPORTZAAK

**OUTLET  
OPEN**

- WIELRENNEN
- OUTDOOR
- BALSPORTEN
- BADKLEDING
- HARDLOPEN
- FITNESS
- FIETSELFSTEDEN KLEDING EN VEEL MEER..

**Openingstijden elfstedenweekend**

vrijdag 22 mei	09:00 - 21:00 uur
zaterdag 23 mei	09:00 - 17:00 uur
zondag 24 mei	12:00 - 17:00 uur
maandag 25 mei	12:00 - 16:00 uur
dinsdag 26 mei	09:00 - 18:00 uur

GRATIS PARKEREN AAN DE ACHTERZIJDE VAN DE WINKEL,  
OPRIT VIA DE STOOMBOOTKADE NAAST SONNEMA BERENBURG



T. 0515-572397 | [apvdfeer.nl](http://apvdfeer.nl) | Dijkstraat 7-11

## SIETSE EN GATSKÉ LA ROI HET SECRETARIËLE HART VAN DE ELFSTEDENTOCHT

# “HET MOOISTE MOMENT IS DAT MENSEN ZEGGEN: BEDANKT, HET WAS GEWELDIG”

Voor de meeste deelnemers is de Elfstedentocht slechts één dag: een sportief en sociaal hoogtepunt waar duizenden mensen maandenlang naar uitkijken. Voor Sietse en Gatske la Roi begint het werk echter veel eerder en eindigt het pas wanneer de laatste deelnemer de finish passeert. Sietse is al sinds 2017 betrokken bij de organisatie, en Gatske kwam er in 2022 bij om het secretariaat te ondersteunen. “Eigenlijk zijn wij het hele jaar door bezig”, zegt Sietse. “Vanaf augustus beginnen we al met draaiboeken en vergaderingen, en in november start de voor-inschrijving voor deelnemers die de tocht vaker dan vijf keer hebben gefietst.”

In het najaar moet er een extra stapje gedaan worden. Zodra de inschrijvingen voor iedereen opengaan, meestal vanaf 1 december, stroomt de mailbox vol met vragen en verzoeken. Sietse en Gatske zijn verantwoordelijk voor de correspondentie, de inschrijvingen en het klaarmaken van alle documenten. Tegelijkertijd moeten vergunningen worden aangevraagd bij acht gemeenten, inclusief het opstellen van veiligheidsplannen en noodscenario's.

“Je moet echt aan alles denken”, legt Sietse uit. “Onweer, ongelukken, pechgevallen, iedereen moet weten wat te doen en wie beslist.” Met 15.000 deelnemers en 23.000 mensen die zich hebben ingeschreven, is dat een enorme klus. Dat er 750 vrijwilligers ingezet worden, maakt het niet minder complex. “Het is soms hectisch, maar we hebben alles op papier en in het systeem. Anders kan het niet”, zegt Gatske.

### VOLDOENING

Op de dag van de tocht lijkt het werk gedaan, maar schijn bedriegt. Terwijl het bestuur coördineert en vrijwilligers begeleidt, is Sietse aanspreekpunt bij het verbindingscentrum, waar telefoontjes binnenkomen over ongelukken of pechgevallen. “We hebben een telefoonnummer voor echte ongevallen en een nummer voor pech”, legt hij uit. “Onze mobiele fietsenmakers worden aangestuurd via GPS en portofoon, en het Rode Kruis coördineert de verbindingen.” Gatske houdt zich op de finish bezig met vragen van deelnemers en stempelt eretekens.

### BLIJDSCAP

Wat Sietse en Gatske vooral leuk vinden, is de menselijke kant van het werk. “Het mooiste moment voor mij is de start”, zegt Sietse. “Dat je ziet hoe alles begint te lopen, hoe mensen vertrekken, dat geeft zo'n trots gevoel. Al dat werk van maanden zie je dan voor je ogen gebeuren.” Voor Gatske ligt het plezier in persoonlijke momenten met deelnemers. “Mensen bellen of mailen met speciale verzoeken. ‘Soms wil iemand samen met zijn kinderen in dezelfde groep fietsen, omdat het zijn laatste keer is’, vertelt ze. “Als dat lukt, zie je de blijdschap

en dat geeft zo'n voldoening.” Dat is het mooiste van alles.” Ondanks de lange voorbereiding, de drukke piekmomenten en de enorme verantwoordelijkheid, zijn ze trots op wat ze met het bestuur mogelijk maken: een soepel georganiseerde tocht, veilig en leuk voor iedereen.

### TASTBARE BELONING

Het verhaal van Sietse en Gatske laat zien dat achter de Elfstedentocht een jaar van voorbereiding schuilgaat. Sietse begon met

een maatschappelijke achtergrond, actief bij sportverenigingen en besturen, en groeide uit tot de spil van het secretariaat. Gatske kwam erbij toen haar voorganger uitviel vlak voor de tocht van 2022, en nam al snel een volwaardige rol op zich. “Toen ze vlak voor de tocht van 2022 uitviel was er meteen de vraag hoe dit op korte termijn het snelst kon worden opgelost”, vertelt Gatske.

“Ik zei: ‘Kan ik iets doen?’ en zo ben ik langzaam ingewerkt.” Hun werk is veeleisend, met uren die soms onzichtbaar lijken, maar de beloning is tastbaar: blije deelnemers, een tocht die vlekkeloos verloopt en een evenement waar Fryslân trots op is. “Het mooiste moment is dat mensen zeggen: bedankt, het was geweldig”, zegt Sietse. “Dat geeft alles wat we doen zin.”

### WAARDEVOL

Voor Sietse en Gatske is de Elfstedentocht meer dan een evenement. Het is een jaar van planning, voorbereiding en coördinatie, een dag van intensief werk en toezicht, en momenten van persoonlijke beloning wanneer deelnemers de finish bereiken.

Hun inzet laat zien dat achter een groot evenement een team van toegewijde mensen schuilgaat, die maandenlang onzichtbaar werk verrichten, alleen om ervoor te zorgen dat 15.000 deelnemers gesteund door 750 vrijwilligers, een onvergetelijke dag beleven. Dat maakt het werk van iedereen enorm waardevol.

## “BLIJE DEELNEMERS, EEN TOCHT DIE VLEKKELOOS VERLOOPT EN EEN EVENEMENT WAAR FRIESLAND TROTS OP IS.



Gatske en Sietse La Roi

## “DAT JE ZIET HOE ALLES BEGINT TE LOPEN, HOE MENSEN VERTREKKEN, DAT GEEFT ZO'N TROTS GEVOEL”

 bentacera

# Onderneem wat vaker tijd voor je toekomst



Samenwerken met Bentacera zorgt voor rust en ruimte in je hoofd. Als hét accountancy- en advieskantoor van het noorden nemen we jou werk uit handen. Wij adviseren en creëren inzicht op financieel, administratief en organisatorisch gebied. Dat geeft jou de ruimte om met een goed gevoel (en een beetje afstand) na te denken over jouw bedrijf.

Welke richting kies jij?

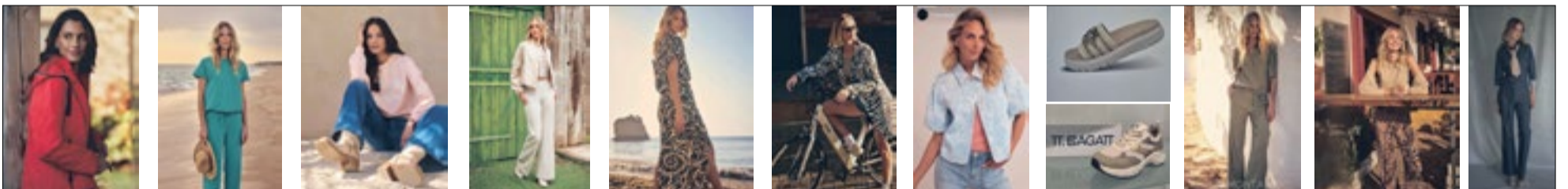
**VOEL DE RUIMTE**

# UW WONING VERKOPEN?

Bij ons bent u aan het juiste adres; betrokken & transparant met meer dan 25 jaar ervaring. Een goed advies zorgt voor een goed gevoel! **0515 - 575 925**



Jongemastraat 21, 8701 JB Bolsward | T 0515-575925  
E info@boonstramakelaardij.nl | www.boonstramakelaardij.nl



## BALLONNENKORTING

Met vele leuke mode koopjes voor HEM en HAAR

**PRIK UW VOORDEEL  
BIJ DE KASSA  
ALTIJD PRIJS!!**

\*Deze actie geldt t/m 24 mei 2026



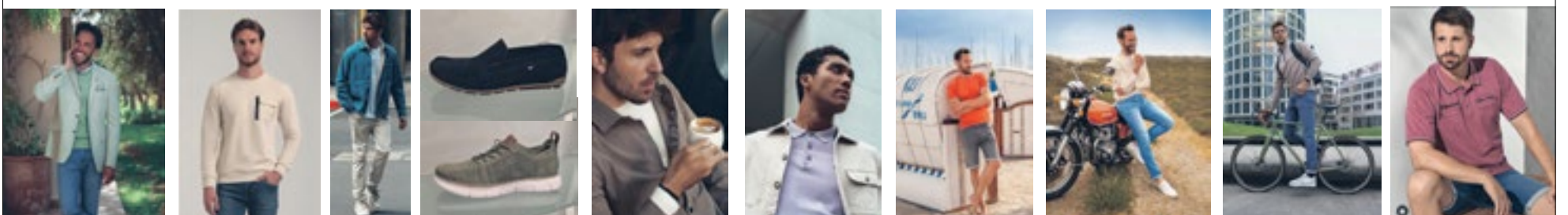
**Koopzondag**  
\* 1<sup>e</sup> Pinksterdag 24 mei  
zijn wij geopend  
van 13.00 -17.00uur

**HENDRIKSEN**  
*Fashion*  
Marktstraat 8  
8701JT Bolsward  
0515-575500



www.hendriksenfashion.nl

\* Geldt voor de gehele collectie. Bij een minimale besteding van € 49,95. 1x ballonprikken per klant.  
Niet in combinatie met klantkaart of aanbiedingen en kortingen. Niet inwisselbaar tegen contanten.



50 JAAR TERUG IN DE TIJD: 1976

# ZONNIGE EN SOEPELE 41E EDITIE EN GROOTS AFSCHEID VAN 'KGB'



**We gaan 50 jaar terug in de tijd. Terug naar Pinksteren 1976, het jaar van de 41e editie van de Fietselfstedentocht. Het is ook het jaar waarin bestuursleden Hendrik Kroontje, Klaas van Gosliga en Jan de Beer, de grondleggers van de tocht in de huidige vorm, afscheid nemen.**

Het is op 18 maart 1976 als twee van de drie bestuursleden - Kroontje en De Beer - bij notaris Bruinsma een akte ondertekenen. Daarmee is de Stichting Friese Elfsteden Rijkwieltocht te Bolsward een feit.

Onder die vlag staan op tweede pinksterdag 6857 fietsers aan de start bij De Doele in Bolsward. Ruim 2300 meer dan het jaar ervoor. Zij worden muzikaal uitgeleide gedaan door de Schutterij, Hollandia en Oranje.

Er wordt in de verslagen achteraf gesproken van 'opvallend veel meisjes en dames' onder de deelnemers. 'Waarom niet?', als retorische toevoeging daarbij.

Onderweg zijn er een aantal traditionele versnaperingen: kauwgom, soep, pepermunt, een appeltje en karnemelk.

## UITMUNTENDE WEERSOMSTANDIGHEDEN

De weersomstandigheden worden omschreven als 'uitmuntend'. Het is erg zonnig en er staat weinig wind. Gevolg hiervan - en ook van het grote aantal deelnemers - is wel dat de EHBO een aantal keren in actie komt, zonder dat er grote ongelukken plaatsvinden. 'Ernstige verwondingen liep geen der deelnemers op', bericht de Leeuwarder Courant.

Tegen 14.30 uur zijn de eerste hardfietsers binnen. Recordhouder Corry de Groot maakt zijn dertigste tocht om 17.00 uur compleet. 'Hij moet zich haasten om z'n wachtende koeien weer te melken', valt het in Bolswards Nieuwsblad te lezen.

De laatste deelnemer komt om 22.30 uur op klompen zijn volle stempelkaart inwisselen voor het felbegeerde kruisje. Wel opvallend: ruim duizend deelnemers halen de eindstreep niet.

## EINDE KGB

Met het verstrijken van die pinkstermaandag komt een einde aan de bestuursperiode van drie belangrijke heren: Hendrik Kroontje, Klaas van Gosliga en Jan de Beer - de KGB - zwaaien af. Zij hebben er dan respectievelijk 30, 25 en 24 jaar opzitten.

"Wy hâlde op foar de ferjongingskuer, mar it bliuwt in stik fan ús libben", liet scheidend voorzitter Kroontje optekenen. "Einliks ha wy noch nea hwat fan de tocht sels sjoen. Mar dêr kinne wy nou ris hwat oan feroarje."

Wat het geheim is achter de toenemende populariteit van de Fietselfstedentocht? "Wy binne der sels ek noch



Van links naar rechts:  
De heer Klaas van Gosliga,  
de heer Hendrik Kroontje  
& de heer Jan de Beer



nea efter kommen", aldus Kroontje. "Der is mar ien reden: de elfstedensfeer. De elfstedenkoarts. Elts wol dy tocht gewoan fytse."

## GROOTS AFSCHEID

Het drietal krijgt op 2 oktober 1976 een groots afscheid. 'In Bolsward was het even pinkstermaandag' schrijft de Leeuwarder Courant. 'Zij hebben het licht op Bolsward laten schijnen' en 'Koplopers nemen afscheid' staat er boven andere artikelen.

'Bolsward heeft dat afscheid uitbundig gestalte gegeven', gaat het verhaal in de LC verder. 'En dat mocht ook wel, want de heren hebben de tochtorganisatie niet minder dan 30, 25 en 24 jaar gediend'.

In een open koets worden de aftredend bestuursleden - en hun vrouwen - door Bolsward gereden. En net als op pinkstermaandag worden zij muzikaal voorgedaan door de Skotsploech en de Schutterij.

## DRUKBEZOCHTE RECEPTIE

De drukbezochte receptie vond, niet geheel toevallig, plaats in sociëteit De Doele, waar ze werden toegejuicht en toegezongen. Onder hen ook het voltallige college van burgemeester en wethouders. "Deze goede organisatie zorgde ervoor dat mensen uit geheel

**"WY HÂLDE OP FOAR  
DE FERJONGINGS-  
KUER, MAR IT  
BLIUWT IN STIK  
FAN ÚS LIBBEN"**

Nederland en zelfs daarbuiten naar Bolsward kwamen, om deel te nemen aan deze toertocht. U als bestuur hebt het licht op Bolsward laten schijnen", spreekt toenmalig burgemeester Mulder de heren toe.

Kroontje werd benoemd tot erevoorzitter, De Beer en Van Gosliga tot ereleden. 'Ieder mens vindt het prettig eens een schouderklopje te ontvangen, maar onze schouders zijn in elkaar getimmerd', zei eerstgenoemde in zijn dankwoord.

## VOORZITTERSHAMER

Hij geeft vervolgens de voorzittershamer - omgedoopt tot de Klaas-Jan-Hendrik-hamer - aan het nieuwe bestuur. Kroontje heeft zelf in de tien jaar dat hij voorzitter was, nooit een hamer gebruikt. 'Omdat die er niet was', is de logische verklaring.

In een ingezonden dankbetuiging noemt het drietal het 'een afscheid om nooit te vergeten'. 'Uit de grond van ons hart willen wij dan ook, mede namens onze echtgenoten, zeggen: **DANK. ZEER HARTELIJK DANK VOOR ALLES.**'

De nieuwe voorzitter is de heer Tebbens. 'Trim u fit, fiets u fit, fiets de Friese Elfstedentocht', luidt de oproep van het nieuwe bestuur eind '76. Met succes: de grens van 10.000 deelnemers komt in zicht.

**"DER IS MAR IEN REDEN: DE ELFSTEDENSFEER.  
DE ELFSTEDENKOARTS. ELTS WOL DY TOCHT GEWOAN FYTSE."**

## HELDEN VAN DE ELFSTEDENTOCHT FIETSEN VOOR DE 50E KEER: **ACHT VERHALEN VAN TRADITIE**

Voor de meeste mensen is de Fietselfstedentocht een eenmalige uitdaging. Voor een select gezelschap is het echter een levenslange traditie. In dit artikel spreken zeven fanatieke fietsers die de tocht maar liefst vijftig keer of vaker hebben volbracht en één zelfs zestig keer. Wat drijft hen om elk jaar opnieuw op te stappen? Wat maakt deze tocht zo bijzonder? In korte portretten vertellen zij over doorzettingsvermogen, kameraadschap en de blijvende aantrekkingskracht van de Friese klassieker.

MARTEN ZELDENRUST:

### “Het is een beetje traditie geworden”

Voor Marten Zeldenrust is de Fietselfstedentocht tocht veel meer dan een lange rit langs elf Friese steden. Het is een traditie die verweven is geraakt met zijn leven. Al 49 keer stapte hij op de fiets voor de tocht die hem telkens weer terugbrengt naar Friesland, de provincie waar zijn wortels liggen. “Je schrijft elk jaar toch weer in”, zegt hij eenvoudig.

De eerste keer dat hij meedeed, herinnert hij zich nog goed. Met een groep van tien vertrok hij op een fiets mét bagagedrager, en dat viel hem bepaald niet mee. “Dat was best wel afzien”, vertelt hij. Inmiddels zijn die zware momenten al jaren verdwenen, maar de liefde voor de tocht is gebleven.

Voor Zeldenrust draait de Elfstedentocht allang niet meer alleen om het fietsen. Het is ook het weerzien met Fryslân, het vaste weekend, het samen optrekken met een goede vriend. Juist die combinatie van herinnering, kameraadschap en thuiskomen maakt dat hij nog altijd met plezier aan de start verschijnt.



CHRIS KEMPENAAR:

### “Elfstedentocht blijft speciaal”

Chris Kempenaar uit het Groene Hart in Zuid-Holland rijdt dit jaar, als alles goed gaat, voor de vijftigste keer de Elfstedentocht op de fiets. Hoe bijzonder dat is, beseft hij zelf ook. “Dan wordt het toch wel een dingetje,” zegt hij nuchter. Ooit rolde hij er min of meer vanzelf in. Als jonge jongen begon hij met fietsen en jarenlang reed hij de tocht samen met zijn broer. Die stopte na veertig keer, maar Chris ging door.

Wat de Elfstedentocht anders maakt dan zomaar een lange fietstocht? Voor Chris zit dat vooral in de sfeer. Langs de route, bij de start en bij de finish staan overal enthousiaste mensen. Juist dat maakt Fryslân volgens hem bijzonder. Ook de variatie onderweg hoort daarbij: van gewone fietsers tot tandems en opvallend uitgedoste deelnemers.

Na al die jaren blijft het gevoel vertrouwd én speciaal. Al vindt hij het wachten bij opstoppingen soms nog steeds irritant, zeker bij minder goed weer. Maar stoppen? Daar denkt hij voorlopig nog niet aan.



EVERT SALVERDA:

### Levensgeluk op de fiets

Voor Evert Salverda is de Fietselfstedentocht allang geen gewone toertocht meer. Na vijftig deelnames is het een traditie geworden, een dag die diep in zijn leven verankerd zit. De voorbereiding is door de jaren heen nauwelijks veranderd: goed blijven trainen, zorgen voor een stabiele basis en met een sterke conditie aan de start verschijnen. Want juist dat, zegt hij nuchter, is onmisbaar om de tocht goed te volbrengen.

Salverda is nog altijd een echte kilometervreter. Fietsen is geen opgave voor hem, maar een vanzelfsprekend onderdeel van zijn bestaan. Misschien is dat ook wel de reden dat de Elfstedentocht hem blijft trekken. Niet alleen vanwege de afstand of de prestatie, maar vooral



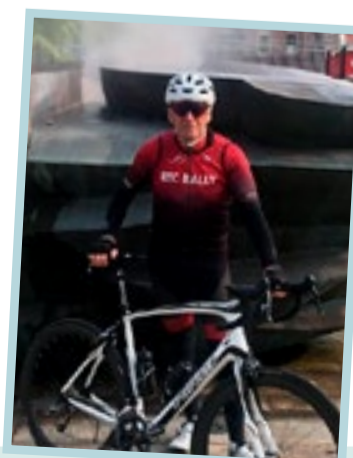
vanwege de sfeer van het evenement. Hij beleeft zichtbaar plezier aan het sportieve karakter, aan het toewerken naar die ene dag en aan het gevoel na afloop. Dan overheerst telkens weer dezelfde gedachte: dat hebben we toch maar mooi weer gedaan. Voor Salverda is de Elfstedentocht daarmee veel meer dan een rit, het is een stukje levensgeluk op de fiets.

BAUKE TEERNSTRA:

### “Een mijlpaal”

Voor Bauke Teernstra hoort de Elfstedentocht al bijna zijn hele leven bij het ritme van de seizoenen. Als jonge jongen stond hij al te popelen om mee te doen. Dankzij toestemming van organisator Hendrik Kroontje mocht hij al op jeugdige leeftijd opstappen. Sindsdien is de tocht nooit ver weg geweest. De teller staat op negenenveertig deelnames. De vijftigste is een mijlpaal die voor hem niet alleen bijzonder is om het aantal, maar vooral om het gevoel dat erbij hoort.

Dat gevoel is in al die jaren onveranderd gebleven. Voor Teernstra is fietsen meer dan een hobby: het is een levenslijn. Zomers op de fiets, 's winters op de schaats, mooier hoefde het voor hem vroeger niet te worden. Ook buiten Fryslân zocht hij de kilometers op, met tochten in binnen- en buitenland. Toch blijft de Elfstedentocht iets eigens



houden. De sfeer, de traditie, de herkenning onderweg: dáár komt hij telkens voor terug. Niet voor de prestatie alleen, maar voor alles wat eraan vastzit. In 2019 kreeg Teernstra op 21 mei een hartstilstand. Maar na reanimatie en een periode van herstel stapte hij opnieuw op de fiets en reed hij weer de Elfstedentocht. Zijn levensmotto: optimistisch blijven. In september wordt hij 80 jaar.

TEKST HENK VAN DER VEER // BEELD EIGEN FOTO'S

# EN DOORZETTINGSVERMOGEN

PIETER WEERMAN:

## “Op de kabouterfiets”

Pieter Weerman uit Elahuizen fietst dit jaar voor de vijftigste keer de Elfstedentocht. Hij vraagt zich wel af of het er de komende jaren opnieuw in zit. “Het moet lichamelijk wel kunnen,” zegt de sportieveling vrolijk. “Ik ben nu 70 jaar en gezond, zonder pijntjes.”

Als je de Elfstedentocht voor de vijftigste keer fietst, kunnen sterke en bijzondere ervaringen je niet ontgaan. Pieter heeft veel bijzondere Elfstedentochten gefietst, maar de 48ste blijft hem het meest bij. “Toen ik fietsers inhaalde, viel ik en nam ik nog twee fietsers mee.” Gelukkig raakte niemand ernstig gewond, maar de fiets was minder goed af. Het frame was omgebogen, waardoor hij moest teruglopen naar Jacobiparochie.

Onderweg werd hij geholpen door omwonenden. “Ze hadden nog een fiets. Toen toverden ze een kleine damesfiets tevoorschijn en een paar schoenen van hun zoon.” Twee koffies en een appelgebakje later vervolgde Pieter zijn route. “Zo nu en dan kreeg ik wat scheve blikken, want ja, daar zat ik op een kabouterfiets als grote man.” De gastvrijheid en de sfeer tijdens de route maken de tocht voor hem een onmiskenbare ervaring. De Elfstedentocht staat bij Pieter hoog in het vaandel: “Ik raad het iedereen aan om te fietsen, het is grensverleggend.”



JAN PLANTINGA:

## “Je beleeft het samen”

Hoewel hij al jaren in Drenthe woont, klopt het Friese hart van Jan Plantinga nog altijd op het ritme van de Elfstedentocht. Een echte ‘Fries om utens’, staat dit jaar ook voor de vijftigste keer aan de start van de legendarische fietstocht.



Zijn eerste deelname verliep meteen memorabel. Door een misverstand startte hij niet om vijf uur ‘s morgens, maar om half negen. Maar dat deed niets af aan de ervaring. “De sfeer en het evenement zelf zijn zo bijzonder, daar ga je vanzelf voor trainen,” vertelt Plantinga.

In de loop der jaren groeide de tocht uit tot meer dan alleen een sportieve uitdaging. Het is een traditie geworden, gevoed door doorzettingsvermogen en liefde voor het fietsen. Toch gaat het niet altijd vanzelf. Onderweg zijn er momenten van twijfel, vooral op zware stukken rond Balk en Spannenburg. Maar zodra de finish nadert, verdwijnt de vermoeidheid als sneeuw voor de zon.

Wat de Elfstedentocht voor hem zo bijzonder maakt? “Je beleeft het samen.” Juist die verbondenheid en de onverwachte hulp onderweg maken elke tocht opnieuw onvergetelijk.

BEN LUITEN:

## “Een kletsnatte heerlijke dag”

Ook Ben Luiten (71) uit Zoetermeer behoort tot de groep die de Elfstedentocht per fiets vijftig keer of vaker hebben volbracht. Wat ooit begon als een sportieve uitdaging op zeventienjarige leeftijd, groeide voor Luiten uit tot een vaste traditie. Jaarlijks trekt hij met een hechte vriendengroep (‘groep Van der Meijden’) van zo’n tien man naar Fryslân, waar de tocht inmiddels voelt als een soort terugkerend vakantie-uitje.

De kracht van die traditie zit niet alleen in het fietsen zelf, maar vooral in de saamhorigheid. Zo herinnert Luiten zich een editie waarbij een van zijn fietsmaten, ondanks een gebroken arm, toch de volledige tocht wist uit te rijden, geholpen en aangemoedigd door de groep. Ook extreme

omstandigheden deren hem niet: een kletsnatte, koude editie vlak na de coronaperiode noemt hij zelfs “een heerlijke dag”.

Voor Luiten draait de Elfstedentocht om meer dan prestatie alleen: het is vriendschap, doorzettingsvermogen en vooral het plezier van samen fietsen.



KLAAS SMINIA:

## “Zolang ik kan, ga ik door”

Voor Klaas Sminia uit Woltersum is de fietselfstedentocht allang geen eenmalige uitdaging meer. Dit jaar stapt de 82-jarige voor de vijftigste keer op de fiets. “De eerste keer was met een klein groepje,” herinnert hij zich. “Ik kwam uit het schaatsen en gebruikte het fietsen als training.”

Nog altijd is Sminia actief. Drie keer per week fietst hij zo’n vijftig kilometer. “Ik ben goed in vorm en vind het vooral gezellig,” zegt hij. Hoewel hij alleen rijdt, komt hij onderweg genoeg bekenden tegen uit de schaatswereld.

In vijftig jaar zag hij de tocht veranderen. “Vroeger was het kleinschaliger, nu is het massaal en professioneel georganiseerd. Maar als je een beetje vooraan zit, kun je mooi doorfietsen.”

Zware edities maakten hem niet klein. “Bij Nijland stop ik even waar altijd familie van mij staat, daar eet ik een hapje en dan ga ik weer door.”

Stoppen? Daar denkt hij nog niet aan. “Als ik van de fiets afval, misschien. Maar zolang het kan, ga ik door. Bewegen is belangrijk, ook voor jongeren.”



Succes allen!



FIETSCLUB ARF LEVERT VRIJWILLIGERS VOOR DE FIETSELFSTEDENTOCHT

# EEN KLEINE MOEITE EN EEN GOED GEVOEL

**Dat een evenement zoals de Fietselfstedentocht 'draait' op vrijwilligers mag als bekend worden verondersteld. Het evenement met start en finish in Bolsward vormt daarop geen uitzondering. Honderden mensen stellen zich jaarlijks belangeloos beschikbaar voor tal van werkzaamheden om de tocht der tochten zo soepel mogelijk te laten verlopen. Een groep die zich al geruime tijd aanmeldt voor handen spandiensten is fietsgroep ARF. De groep kent zo'n dertig tot veertig fietsers uit de Bolswarder regio die elke zondagochtend om 09.00 uur verzamelt bij De Oude Tramhalte om vervolgens drie uren stevig maar ontspannend te fietsen. Wij spraken met twee van die fietsende vrijwilligers Menno Poelstra en Erik Landskroon.**

Menno Poelstra vertelt dat de initialen tegenwoordig staan voor "Altijd Rustig Fietsen", maar dat de originele benaming hem inmiddels ontschoten is. "In ieder geval geeft het wel de intentie weer. We gaan altijd gezamenlijk weg en komen gezamenlijk terug. We fietsen met maximaal twintig personen. Soms delen we de groep dus in tweeën; een groep die dertig kilometer per uur of sneller wil en kan, en een groep van pakweg 28 kilometer per uur. We hebben een zeer diverse groep mannen en vrouwen. Dat is wel zo leuk. We hebben de handen ineengeslagen en sinds die tijd zijn er tien tot vijftien ARF-leden actief, onder andere als parkeerassistent in Exmorra bij windmolenpark Baburen of Bolsward.

Mijn dienst begint om 04.00 uur 's nachts en eindigt om 08.00 of 09.00 uur. Ik doe het nu al een paar jaar met veel genoegen. Je krijgt veel positieve



reacties van de mensen en je weet dat je de organisatie een dienst bewijst. We zijn allemaal gek op fietsen en als we op deze manier zo'n prachtig evenement mogelijk kunnen blijven maken, geeft dat een goed gevoel."

De vrijwilligers vormen het hart van de Fietselfstedentocht en zijn onmisbaar. Daarom is in coronatijd een app ontwikkeld om de tocht ook te kunnen rijden. Daar maken we nu gebruik van. ARF fietst de Elfstedentocht iets later in het jaar en zodoende kunnen we ook elk jaar ons kruisje halen. "We combineren de tocht met leuke dingen, zoals koffie met gebak in Dokkum." Hoe werkt fietsen met de app: Fietsen met de app is mogelijk voor vrijwilligers. Dit kan in de periode 1 juli t/m 31 augustus. Inclusief telling en ereteken.

Een andere vaste vrijwilliger is Erik Landskroon. In het dagelijks leven werkzaam bij A.P van den Berg, een in bodemonderzoek gespecialiseerd bedrijf uit Heerenveen. Hij raakte een aantal jaren geleden betrokken bij het vrijwilligerswerk. "Het was volgens mij in 2022.

Het was slecht weer en het regende behoorlijk toen ik samen met mijn zoon in Franeker al aan het banden wisselen was. Hij vroeg toen 'vind je het eigenlijk nog wel leuk?' – De vraag stellen was hem beantwoorden. Nou, dacht ik, even los van de sfeer, het is eigenlijk leuker als je hem fietst bij mooi weer ergens in juli of augustus. Vanaf die tijd sta ik als vrijwilliger bij Van Asperen van 10.00 tot 14.00 uur en vervolgens geniet ik van de gezelligheid in het centrum van Bolsward. Voor mij is het een win-winsituatie."



**“NA EEN AANTAL KEREN GEPROEFD TE HEBBEN VAN DE SFEER, BESLOOT IK ME AAN TE SLUITEN BIJ ARF**

Landskroon is al vijftien jaar lid van de fietsclub. "Een vriend vond dat het echt iets voor mij zou zijn en na een aantal keren geproefd te hebben van de sfeer, besloot ik me aan te sluiten bij ARF.

Heerlijk, elke zondagochtend ongeveer 100 kilometer lekker fietsen. Zo af en toe benutten we een vrijdagavond om een bedrijf te bezoeken van een van de leden. Zo zijn we al eens bij de tegelhandel van Menno Poelstra, Julius van der Werf, geweest en ook bij transportbedrijf Hoekstra in Heeg."

Al met al ben je lekker gezond bezig op de zondagochtend en levert het ook nog eens leuke sociale contacten op. En wat is nou een paar uurtjes per jaar? Een kleine moeite en een goed gevoel; zo ervaar ik het."



**“JE KRIJGT VEEL POSITIEVE REACTIES VAN DE MENSEN EN JE WEET DAT JE DE ORGANISATIE EEN DIENST BEWIJST.**

# BIJZONDERE STARTERS GEVEN ZELF HET STARTSCHOT



Liesette Bruinsma

Vanwege hun prestaties worden Oeds Boersma, Sake Tolsma en Liesette Bruinsma in het zonnetje gezet. De drie schieten groep 1 weg en haasten zich dan, want ze starten in dezelfde groep. Tolsma voor de 60e en Boersma zelfs al voor de 65ste keer. Liesette Bruinsma maakt haar debuut. Ze fietst om aandacht te vragen voor het werk van het Foppe Fonds en ze fietst onder andere samen met Syb van der Ploeg.

## OEDS BOERSMA:

### “IK BLIJF RUSTIG EN FIETS GEWOON ALTIJD MIJN EIGEN GANGETJE”



Oeds Boersma

Oeds Boersma staat voor de 65ste keer aan de start. De Fietselfstedentocht leverde de inwoner van Witmarsum veel vriendschappen op. Zoals die met Geertje Rypkema met wie hij in Dokkum aan de praat raakte. Dat klikte zo leuk dat hij 's middags al bij het gezin, waar iedereen de tocht fietst, aanschoof voor een bord macaroni. En dat is intussen vaste prik.

Wat hij ook nooit meer vergeet is zijn eerste keer. “Dat was met Lolke Otte, hij vroeg mij mee. Ik was 15 jaar en woonde toen nog in Abbeaasterketting. Lolke heeft hem 50 keer gefietst en 25 keer gewandeld. Ik had geen racefiets. Ik reed hem op een oude fiets. Een hele oude fiets. Maar ik kon wel fietsen natuurlijk. Ik fietste naar school in

Sneek.” Het aardige is dat nu hun beider partners zijn overleden, hij een relatie heeft met de weduwe van zijn vriend. Over vriendschappen gesproken.

## PEANUTS

De 81-jarige kilometervreter ‘doet’ nog zo’n 10.000 tot 15.000 km per jaar. “Ik vind het nog steeds mooi. Het liefst fiets ik alleen, voor mezelf.” Een liefhebber in hart en nieren. Leuk om te noemen is dat hij medeoprichter was van de fietsclub RTC Rally in Sneek. “In het verleden heb ik al die monsterritten wel gefietst. Tien keer Amsterdam – Maastricht, Brussel – Parijs – Brussel. In die tijd was de Fietselfstedentocht voor mij peanuts. Dat was mijn trainingsrit. Maar ja, inmiddels ben ik 81, dan was het wel even wat anders. Maar ik blijf rustig en ik fiets gewoon altijd mijn eigen gangetje. Ben meestal om een uur of zes, half zeven weer binnen. Dan heb ik lekker genoten, de hele dag.”

## RUSTIG BLIJVEN

Zijn belangrijkste tip is duidelijk: “Rustig blijven. Niet te snel beginnen.” Hij ziet het elk jaar gebeuren. “Ze vliegen weg bij de start, maar die kom je later wel weer tegen.” Zelf doet hij het kalm aan. “Ik fiets van plaats naar plaats en geniet onderweg. Je hebt de hele dag. Daar moet je gebruik van maken.”

## SAKE TOLLSMA:

### “JE WORDT GEDRAGEN DOOR HET ENTHOUSIASME”

Voor Sake Tolsma (74) uit St. Nyk is de Fietselfstedentocht allang geen gewone toertocht meer. Dit jaar stapt hij voor de zestigste keer op de fiets. “De ene keer is wat zwaarder dan de andere, de ene keer leuker”, zegt hij nuchter. Toch blijft de aantrekkingskracht groot. “Als het mooi

weer is en er staan zoveel mensen langs de kant, daar geniet ik echt van. Je wordt gedragen door het enthousiasme. In elk dorp voelt het thuishkomen.”

Tegelijk weet Tolsma als geen ander dat de tocht geen vanzelfsprekendheid is. “Ik heb ook wel de hele dag in de regen gefietst”, zegt hij. “Dan wordt het zwaarder en wordt de aardigheid minder.” Zijn advies aan nieuwkomers is dan ook helder: “Train van tevoren minstens duizend kilometer.” Zonder voorbereiding wordt het afzien, waarschuwt hij. “De laatste honderd kilometer is anders echt een lijdensweg. Dat zie ik om me heen.” Zelf zorgt hij ervoor dat hij ruim op tijd in vorm is. “Voor Pinksteren heb ik altijd zo’n vijftienhonderd kilometer in de benen.”

## VEILIGHEID VOOR ALLES

Hoewel hij ouder wordt, blijft Tolsma fanatiek. “Die snelle jongens kan ik niet meer bijhouden”, geeft hij toe. Daarom zoekt hij tegenwoordig groepen “die dezelfde snelheid fietsen”. Onderweg praten doet hij nauwelijks. “Ik heb genoeg aan mijn eigen concentratie”, zegt hij. “Veiligheid gaat voor alles.” Zolang het lukt, blijft hij doorgaan: “Ik stap gewoon weer op.”



Sake Tolsma

## LIESETTE BRUINSMA:

### “HET WORDT VOORAL WENNEN AAN EEN ANDERE MANIER VAN INSPANNING”

Dat ze is gevraagd om groep 1 weg te schieten, ziet de 25-jarige Liesette Bruinsma uit Heerenveen als een grote eer. “Het is bijzonder dat ze mij daarvoor vragen. Je staat toch voor een grote groep deelnemers en mag het startsein geven, dat maakt het extra speciaal.” Zelf start ze later ook in de tocht, maar eerst vervult ze deze ceremoniële rol. De paralympisch zwemster, die een visuele handicap heeft, is ook een van de deelnemers. Samen met Ulbe Geert de Boer vormt ze een duo op de tandem. Voor Bruinsma wordt het haar eerste deelname aan de tocht.

De voorbereiding verliep anders dan bij veel andere deelnemers. Bruinsma traint normaal gesproken in het zwembad en heeft pas recent serieuzer op de fiets gezeten. “Ik heb nog lang geen 1500 kilometer in de benen”, vertelt ze nuchter. “Maar mijn conditie is goed. Het wordt vooral wennen aan een andere manier van inspanning.”

## FOPPE FONDS

Naast haar sportieve ambities is Bruinsma actief als ambassadeur van het Foppe Fonds. Deze organisatie zet zich in voor kinderen en jongeren met een beperking die niet vanzelfsprekend toegang hebben tot sport. “Sporten is niet voor iedereen vanzelfsprekend”, legt ze uit. “Het fonds helpt juist die groep om wél mee te kunnen doen. Mensen zeggen vaak dat iedereen een kans verdient”, zegt ze. “Maar het Foppe Fonds zorgt ervoor dat die kans er ook echt komt. Dat maakt het werk zo waardevol.”

**fiets**  
elfstedentocht®

54ste  
**Mini11** Zaterdag  
23 Mei 2026

40km fietsen langs 11 plaatsen  
van Súdwest-Fryslân

**VOOR JONG EN OUD**  
**Start:** tussen 9 en 10 uur, Marktplein Bolsward  
**Kaartverkoop:** vanaf 1 mei bij sporthuis A.P. v/d Feer  
(Ook verkrijgbaar vanaf 8:30 uur bij de start)  
Deelnemers fietsen op eigen risico, helm wordt aangeraden.  
Ook deelnemers met trapondersteuning zijn welkom!

**€3,-**  
per kaart

**FOPPE FONDS**  
een hartstikkene goed doel

WWW.FOPPEFONDS.NL

Het Foppe Fonds zet zich in voor jongeren voor wie sporten niet vanzelfsprekend is vanwege hun lichamelijke of verstandelijke beperking of omdat hun ouders door financiële omstandigheden hun kind niet kunnen laten sporten.

 **Steun ons of doe een aanvraag**

**"ALS KIND WIL JE NATUURLIJK GRAAG SPORTEN. SOMS IS HET BIJNA ONMOGELIJK EN DAN HELPEN WIJ."**

**BIKE Totaal**

**DE JONG**

een winkel vol fietsplezier!

<p><b>Bolsward</b> Marktplein 9   8701 KG Bolsward</p>	<p><b>Wommels</b> De lisbaan 2A   8731 DW Wommels</p>
--	---

RAYONHOOFD GERKE DE JONG OVER DE FIETSELFSTEDENTOCHT:

# “JE WILT EEN MOOIE TOCHT ZONDER ONGELUKKEN”

De Fietselfstedentocht is voor duizenden deelnemers ieder jaar een bijzonder moment in Fryslân. Tijdens de rit van ruim 235 kilometer passeren ongeveer 15.000 fietsers de elf historische steden. In Hindeloopen zorgt rayonhoofd Gerke de Jong samen met zijn vrouw Penny en een grote groep vrijwilligers dat alles veilig en ordelijk verloopt.



Rayonhoofden Gerke de Jong en Penny de Jong

## VRIJWILLIGERS HOUDEN HINDELOOPEN DRAAIENDE

De fietsvariant van de Elfstedentocht wordt jaarlijks verreden op pinkstermaandag. Een van de doorkomstplaatsen is Hindeloopen, waar deelnemers door een stad trekken met een rijke geschiedenis en karakteristieke architectuur.

Voor Gerke de Jong is de organisatie inmiddels vertrouwd terrein. Toch begon zijn rol als rayonhoofd min of meer uit noodzaak: na meerdere oproepen voor vrijwilligers bleven enkele functies onvervuld. Via een oproep in de Hindelooper krant kwam De Jong in gesprek met de voorzitter van de IJclub Hielpen.

“Het is toch zonde als er geen mensen te krijgen zijn”, vertelt De Jong. “Straks slaan ze Hindeloopen over en wordt het een *Tienstedentocht*. Dat kan natuurlijk niet.” Samen gingen ze aan de slag. Door drukke werkzaamheden van de ijsclubvoorzitter nam Penny de Jong later de rol van assistent-rayonhoofd op zich.

## “EIND MAART BEGINNEN DE RADEREN TE DRAAIEN”

De voorbereiding voor de doorkomst begint al ruim voor pinkstermaandag. “Eind maart beginnen de raderen te draaien”, zegt De Jong. “De coördinator Zuid neemt contact op, we lopen het draaiboek door en bespreken of er iets veranderd is of extra nodig is.”

Daarna begint in Hindeloopen het eigen regelwerk. Vrijwilligers worden benaderd, materiaal wordt gecontroleerd en de eerste opbouw start enkele dagen voor de tocht. In totaal zijn zo’n twintig vrijwilligers actief.

“In de Skipshelling ligt alles opgeslagen”, zegt De Jong. “De dranghekken, de stempel-post, borden, afvalbakken en toiletten. Als alles op orde is, kunnen we beginnen met opbouwen.” Ook een podium voor muziek en een tent voor drankverkoop maken deel uit van het terrein.

## “HET IS EEN PRACHTIGE VERENIGING OM BIJ TE HOREN. JE VOELT JE ER THUIS”

### VERKEERSVEILIGHEID BLIJFT DE GROOTSTE UITDAGING

Op de dag zelf draait veel om veiligheid. Op belangrijke kruisingen staan professionele verkeersregelaars. Volgens De Jong is lokale kennis daarbij onmisbaar. “We hebben aangegeven dat er iemand uit Hindeloopen bij moet staan die de situatie kent”, zegt hij. “Anders sturen ze mensen soms de verkeer-

de kant op. Dat is wel eens gebeurd en daar krijg je geen blijde mensen van.”

Niet alleen de grote stroom fietsers vraagt aandacht. Ook toeristen zorgen soms voor lastige situaties in het normaal rustige stadje. “Die snappen soms niet wat hier gebeurt”, zegt De Jong. “Ze steken over of lopen midden tussen de fietsers. Hoe mooi het ook zou zijn om iedereen meer van Hindeloopen te laten zien, je wilt vooral een mooie tocht zonder ongelukken.”

### SAAMHORIGHEID LANGS DE ROUTE

Juist op drukke momenten ziet De Jong ook de kracht van de stad en de vrijwilligers terug. “Die saamhorigheid en gemeenschapszin maken me trots”, zegt hij.

Volgens hem staan mensen direct klaar als dat nodig is. “Er waren deelnemers die onderkoeld waren geraakt. Die worden meegenomen, krijgen warme soep en droge kleren en kunnen daarna weer verder. En als ik iemand nodig heb, hoef ik soms alleen maar over de dijk te roepen wie even een half uurtje wil helpen. Dan staan er zo drie mensen klaar.”

### SAMEN ZOEKEN NAAR EEN GOEDE DOORSTROMING

Sinds vorig jaar vraagt ook de aanwezigheid van motorrijders op de route extra aandacht. Dat zorgt volgens De Jong soms voor wat puzzelwerk. “De afspraak was dat zij voor twaalf uur door Hindeloopen zouden zijn”, zegt hij. “In de praktijk lukt dat helaas niet altijd. Omdat fietsers voorrang krijgen, moeten groepen motorrijders soms eventjes wachten.” Toch ziet hij vooral de positieve kant. “We willen iedereen graag door Hindeloopen laten rijden om te laten zien hoe mooi het hier is. Dat vraagt soms om wat extra afstemming, maar samen komen we daar goed uit.”

### EERSTE FIETSERS ROND 13.15 UUR IN DE STAD

De eerste deelnemers bereiken Hindeloopen rond 13.15 uur. Het stempelen wordt verzorgd door de ijsclub, waar De Jong ook secretaris van is. Ook daar helpen ongeveer twintig vrijwilligers mee. Na afloop klinkt stevast dezelfde reactie, vertelt hij: “Volgend jaar weer.”

De opbrengst van de drankverkoop gaat naar de ijsclub. Intussen wordt er tegen het einde van de middag alvast voorzichtig begonnen met opruimen, al blijft opletten nodig. “Daar moet je mee oppassen”, zegt De Jong met een glimlach. “De fietsers zijn dan niet altijd meer even scherp. Als de dranghekken te vroeg weg zijn, rijden ze zomaar de verkeerde kant op.”

### “IK BEN TROTS DAT WIJ HIER DEEL VAN UITMAKEN”

Na een lange dag overheerst vooral tevredenheid. “Het is een geweldige dag”, zegt De Jong. “Het is een prachtige vereniging om bij te horen. Je voelt je er thuis. Mensen staan altijd klaar om te helpen. Het zijn bevlogen mensen, een hechte organisatie met honderden vrijwilligers. Ik ben trots dat ik daar samen met mijn vrouw Penny deel van uit mag maken.”





# VOOR DE BESTE TAPAS VAN DE STAD



MARKTPLEIN 6  
BOLSWARD  
0515-85 95 11  
VEERHUYNS-BOLSWARD.NL



# ONTMOETEN - ETEN - DRINKEN - OVERNACHTEN



MARKTPLEIN 5  
BOLSWARD  
0515 - 57 22 20  
WIJNBERG-BOLSWARD.NL



# GOED ZIEN & ER GOED UITZIEN!

## YKEMA OPTIEK

OPTICIEN CONTACTLENSPECIALIST

Marktplein 4, 8701 KG Bolsward | T 0515 57 76 01  
info@ykema-optiek.nl | www.ykema-optiek.nl



[www.pontevecchio.nl](http://www.pontevecchio.nl)



BestelApp of Reserveren: 06 3969 5131

Reserveren wordt zeer op prijs gesteld. Bezorgen o.v.b indien de drukte en afsluitingen binnenstad het toelaten.

Bekijk hier het meeneem menu



Wipstraat 9-10 • Bolsward • 0515 574828  
reserveren@pontevecchio.nl • www.pontevecchio.nl

# HET ELFSTEDEN GEVOEL VAN ARD KRIKKE



Strade Bianche Achterhoek festival

**Ard Krikke is contentmaker bij Fietssport, de grootste fietsclub van Nederland én partner van de Fietselfstedentocht. Hoe beleefde hij als contentmaker, maar bovenal als liefhebber, de tocht. "Voor mij zit het Elfstedengevoel niet in ijs of asfalt, maar in de feestvierende Friezen langs de weg. Al klappend, juichend en muziek makend zorgden zij ervoor dat ik op Tweede Pinksterdag de mooiste 235 kilometer van mijn leven aflegde".**

Het elfstedengevoel overkomt je als een dun vliesje ijs dat na één nachtje vorst ineens in de sloot ligt. De eerste keer dat ik het voelde was zo'n twintig jaar geleden, tijdens mijn eerste deelname aan de Fietselfstedentocht. De eindeloze stoet fietsers, het fraaie landschap, de vriendelijke vrijwilligers; ik kreeg er rillingen van. Niet van de kou, maar van het enthousiasme.

## KIPPENVEL

Vorig jaar be kroop dat gevoel me opnieuw. Ik reed de tocht met een camera op mijn rug om onderweg mooie plaatjes te schieten voor Fietssport, een initiatief van de NTFU. Geen typische foto's van deelnemers, maar sfeerbeelden van alles eromheen: dorpsbewoners die 's ochtends vroeg al op een bankje voor hun huis zitten, jongeren die in een hot tub aan het chillen zijn, Friese iconen als Grutte Pier, dweilorkesten en mensen die in de middle of nowhere met spandoeken staan. Het bezorgde me opnieuw kippenvel.



Passage langs hotel Greate Pier in Kimswerd

## RUST EN RUIMTE

Fietsen in Fryslân doet sowieso iets met me. Misschien omdat ik er ben opgegroeid, maar vooral omdat de leegte rust in mijn hoofd brengt. Leeg? Wie goed kijkt, ziet dat de geschiedenis hier als een laagje rijp het land bedekt. Dit is de plek waar terpen ooit huis en haard drooghielden, waar oude dijken herinneren aan de strijd tegen het water, en waar een mythische vrijheidsstrijder nog overal in het straatbeeld opduikt. Stuk voor stuk stille getuigen van een rijk verleden. Prachtig, mits je er oog voor hebt.

## TOCHT DER TOCHTEN

Terug naar de Tocht der Tochten. Die ging verrassend soepel. Zoven over de Oudebildtdijk, onderweg ouwehoeren met andere deelnemers en in Gaasterland tegen de wind in zwoegen. Wat deze tocht voor mij écht uniek maakt, naast de lange historie (sinds 1912), is het gevoel dat de Friezen je geven. Ondanks hun nuchtere reputatie gaan ze bij elke editie volledig uit hun dak, alsof ze zojuist hebben gehoord dat er een strenge vorstperiode aanbreekt. Zo had ik pijn in mijn handen van de ontelbare high-fives en ben ik nog nooit zo vaak toegejuicht.

## GEVOELSTEMPERATUUR

Voor mijn werk als contentmaker bij Fietssport heb ik aan heel wat fietsevenementen meegedaan. De Elfstedentocht is voor mij iets bijzonders. Maar er zijn nog genoeg andere tochten waar je hetzelfde gevoel kunt ervaren. Dit heeft niet per se te maken met stempelposten, suikerbrood of speciale kruisjes. Het draait eerder om de 'gevoelstemperatuur': de unieke mix van prestatie, sfeer en lokale trots. Om je alvast op weg te helpen, heb ik acht sfeervolle fietsevenementen voor je op een rijtje gezet.

## DE TOERTOCHT-KALENDER VAN FIETSSPORT

### ERBENS VECHTDAL TOUR – RACE (30 MEI, DALFSEN)

Met een tocht vernoemd naar een gangmaker als Erben Wennemars weet je dat de sfeer meteen goed zit. De route voert door het prachtige Vechtdal, het trainingsgebied van de voormalige wereldkampioen sprint.

### KALD KLETSKE KLINKERKOERS – RACE (31 MEI, DOKKUM)

Vanuit bierbrouwerij Dockum gaat het schokschouderend over de klinkers en kasseien van de Friese 'Hel van het Noorden'. Dat wordt afgezien en genieten.

### CLIMATE CLASSIC – RACE (19 JUNI, DE BILT)

Fiets langs de 'toekomstige' kustlijn van Nederland, van Breda helemaal naar Groningen. Is 375 kilometer iets te veel van het goede? Kies dan voor één van de zes kortere afstanden.

### TOUR D'UTRECHT – RACE (5 JULI, UTRECHT)

Beleef de Tour-sfeer in Utrecht, waar in 2015 de grootste ronde ter wereld startte. Je hebt de keuze uit drie afstanden: pareltjes die je meenemen naar het Groene Hart.

### DIEKIRCH-VALKENSWAARD – RACE (22 AUGUSTUS, DIEKIRCH/LUXEMBURG)

De Elfstedentocht is lang. Diekirch-Valkenswaard is met 255 kilometer zelfs nog langer. Ook hier draait het om samen onderweg zijn. Het feestelijke onthaal in Brabant zorgt voor koude rillingen.

### MERGELHEUVELLAND TWEEDAAGSE – RACE, MTB, GRAVEL (19-20 SEPTEMBER, SINT GEERTRUID)

Zuid-Limburg is een walhalla voor wielrenners. Doe mee en de trotse organisatie trakteert je niet alleen op prachtige routes, maar ook op een onvergetelijk fietsfeest.

### STRADE BIANCHE ACHTERHOEK – GRAVEL (LOCHEM, 27 SEPTEMBER)

Een gravelfeestje bouwen? Laat dat maar aan Achterhoekers over. De 'witte cross' is geen gewone tocht, maar een belevenis. Wel eens met fietsskieren in een hot tub gezeten?

### DRENTHE 200 – MTB (RODEN, 29 DECEMBER)

Starten in het donker. Winterse kou. Eindeloze kilometers. Klinkt bekend? Nee, dit is niet de Elfstedentocht, maar de Drenthe 200: een bucketlist marathon voor echte bikkels.

**Begin  
het al te  
kriebelen?**



Check [www.fietssport.nl/toertochten](http://www.fietssport.nl/toertochten) voor uitgebreide informatie.



KAUW TIJDENS HET FIETSEN 'NS OP DEZE WOORDEN:

# AGE TICHELAAR: AL VIJFTIG JAAR STEMPELAAR IN HARLINGEN

Veel fietsers zullen het herkennen: je bent lekker een rondje aan het trappen en ineens borrelen er een paar woorden in je op. Zomaar uit het niets. Gedurende de rit komen ze steeds weer terug. Ze fladderen een beetje door je hersenpan. Als je het zou kunnen sturen, zou je bovenstaande woorden 'ns van tevoren in je hoofd moeten prenten. Want Age verdient het. Elke elfstedenfietser zou tijdens deze tocht minstens één keer aan hem moeten denken. Dit jaar stempelt hij voor de vijftigste keer in Harlingen.



Age Tichelaar, stempelaar in Harlingen



**“DAT STEMPELEN  
MOET ER ALTIJD  
IN BLIJVEN. DAT IS  
VOOR IEDEREEN  
LEUKER.”**



We bezoeken Age in de havenstad op zijn kamer op de eerste verdieping van Woonzorgcentrum de Spiker. Hij is inmiddels tachtig jaar. De kamer staat bomvol bekers. Allemaal gewonnen met voetbal en kaatsen, maar daar komen we niet voor. We komen nu voor de fietselfstedentocht. We vragen Age hoe het vijftig jaar geleden begon. Vanuit zijn rolstoel steekt hij van wal:

“Het was in '76. Indertijd waren er in Harlingen drie stempelaars. Eén daarvan hield ermee op, dus toen zochten ze een nieuwe. Dat werd ik. Nu doen er elk jaar 15.000 deelnemers mee. Toen ik begon waren dat er vijfhonderd. Het was allemaal veel kleiner. Dit wordt het vijftigste jaar dat ik stempel. We stempelen nu met vijf man. Van 05.30 tot 09.30 uur. Tussen 07.00 en 08.00 uur is het spitsuur. Dan is het echt smoordruk.”

#### ANTON GEESINK

“Ik heb de fietselfstedentocht altijd mooi gevonden. Als kind ging ik al kijken. Ik heb 'm zelf één keer gereden. In '73, het jaar van de autoloze zondagen. Stempelen

is hartstikke mooi. Ik hou d'r van. Al die mensen die langskomen. Tegenwoordig zijn er ook heel veel die mij inmiddels kennen. Soms vanuit Amsterdam zelfs. Willen ze per se dat ik hen afstempel. Staat er bij de andere stempelaars niemand en bij mij wel een rij van acht man.

In de loop der jaren heb ik heel wat bekenden op mijn stempelbord gehad: Gerrie Knetemann, Atje Keulen-Deelstra, Evert van Benthem een paar keer. Anton Geesink zelfs, de judoka. Er zijn ook veel voetballers die meedoen. Edgar Davids heb ik ook een keer gehad. Die moest naar de EHBO ook.”

#### MEER SFEER

“Het is nu veel drukker dan vroeger. Meer toeschouwers ook. Vroeger was het uitsluitend een sportevenement. Nu is er livemuziek en veel meer sfeer. En deelnemers die verkleed zijn. Als dominee of zo. Of met maskers op. En lui die met klompen op zo'n oude bakkersfiets rijden met een mand voorop. Dat vind ik leuk. Eigenlijk is het, sinds de schaatselfstedentocht op TV uitgezonden

is, steeds drukker geworden. Bij de laatste drie schaatselfstedentochten was ik trouwens ook stempelaar. In '86 heb ik de huidige koning, toen nog prins Willem Alexander, afgestempeld. Maar ik vind de fietselfstedentocht mooier. Veel gemoedelijker.”

#### DEURSETTE SEUN

“Qua organisatie is het ook steeds professioneler geworden. In rayon Harlingen werken we nu, inclusief verkeersregelaars, met een ploeg van zestien man. Op de zondag voor de tocht wordt de straat versierd. We hebben een lijn met vijfhonderd meter aan vlaggetjes en aan de bomen komen grote vlaggen op stok. Bij de doorkomst staat een opblaasbare boog met een spandoek met daarop de tekst: 'Deursette seun'.”

#### TROON

“Ik zit tegenwoordig op een soort troon. Die bouwen ze nu elk jaar voor mij, nadat ik vier jaar geleden omvergereden ben door een fietser. Dus ik zit nu op een leunstoel die

bovenop een paar pallets is gemonteerd. Heel soms lukt het stempelen niet. Ergens in de jaren '90 regende het zo hard dat veel stempelkaarten in Harlingen al helemaal doorweekt waren. Je kon ze zo fijnknippen tot pap. Toen stempelden we maar af op stukken papier. Het rare is trouwens dat het 's ochtends vaak beter weer is dan 's middags. Als het slecht weer is, heb je veel meer ongelukken. Dan hebben de mobiele fietsmakers het vanaf Witmarsum al druk met leuke banden.”

#### 100.000 STEMPELS

“Als de laatste deelnemer afgestempeld is, gaan we gezellig met elkaar aan de koffie. Ja, dat stempelen is mijn lust en mijn leven. Ze hebben het laatst uitgerekend: ik moet in al die jaren ruim 100.000 stempels hebben gezet. Zolang ik gezond ben, blijf ik het doen. Ik vind het zo mooi en ik kan ze niet in de steek laten. De volgende generatie moet maar bij mij in de leer komen. Maar alsjeblieft, geen digitaal gedoe. Nooit. Dat stempelen moet er altijd in blijven. Dat is voor iedereen leuker.”



# MINI-ELFSTEDENTOCHT FIETSFEEST VOOR JONG EN OUD

Het pinksterweekend staat weer voor de deur. Voor fietsliefhebbers betekent dat: op maandag vindt de 'grote' Fietselfstedentocht plaats, en op zaterdag wordt de Mini Elfstedentocht (MINI-11) gereden. Met een route van ongeveer 40 kilometer, een gezellige sfeer en deelnemers van alle leeftijden is dit evenement de perfecte opmaat naar de Elfstedentocht op tweede pinksterdag.

De MINI-11 wordt voor de 54ste keer gehouden. Het idee voor dit sportieve evenement ontstond bij het zestigjarig bestaan van de 'grote' Fietselfstedentocht in 1972. Toenmalig bestuurslid wijlen Harm Tebbens zei toen: 'De jeugd heeft de toekomst. Hoe kunnen we jongeren kennis laten maken met het fenomeen Fietselfstedentocht?' Vervolgens werd vanuit Bolsward een kortere route uitgezet door elf dorpen rondom de stad; de MINI-11 was een feit.

## EEN FEEST VOOR IEDEREEN

Het initiatief bleek een schot in de roos. Niet alleen jongeren doen mee; ook kinderen, ouders en pake en beppe zijn van de partij. Trapondersteuning is toegestaan en zelfs senioren op scootmobielen melden zich aan de start. Inmiddels stappen jaarlijks tussen de achthonderd en duizend deelnemers op de fiets. "Het is echt een fietsfeest voor jong en oud",

zegt Bert Altenburg, vicevoorzitter van Stichting De Friese Elfsteden Rijkwieltocht.

## "WE HEBBEN EEN HELE LEUKE PLOEG WAARMEE WE DIT ORGANISEREN"

## HART VAN DE FIETSELFSTEDENTOCHT

De MINI-11 trekt inmiddels ook internationale deelnemers. Zo keert elk jaar een groep van ongeveer 25 Duitse fietsers terug, die op een camping in Oudemirdum verblijven. Ook vakantiegangers van andere campings in de omgeving, zoals die in Roodhuis, sluiten graag aan. "Mensen vinden de sfeer

heel leuk. En ze willen even proeven aan het hart van de Fiets Elfstedentocht."

## VEILIGHEID VOOROP

De MINI-11 kent drie verschillende routes die jaarlijks rouleren. Na drie jaar begint de cyclus opnieuw. Dit jaar voert de route van Bolsward via Blauwhuis, Parrega en Ferwoude naar Allingawier en Schraard, om vervolgens weer in Bolsward te eindigen. De route wordt aangegeven met bordjes. Het dragen van een fietshelm is niet verplicht, maar wordt wel nadrukkelijk aangeraden. "Veiligheid staat voorop", benadrukt Altenburg. "Gelukkig komen er steeds meer fietspaden rond Bolsward. Dat is heel fijn."

## APPELTJE VOOR DE DORST

In de loop der jaren heeft de MINI-11 een eigen karakter ontwikkeld, met tradities die vooral op kinderen zijn gericht. Zo krijgen deelnemers een kleurige startkaart. In plaats van stempels worden er 'knippen' gezet: één bij de start, één bij de finish en vier onderweg. En onderweg krijgen deelnemers een appel en wat te drinken, net als bij de 'grote' tocht.

## FEESTELIJKE TUSSENSTOP

Dit jaar wordt de appel uitgedeeld in het dorpshuis van Ferwoude. "In het dorpshuis bakken kinderen poffertjes. Ze maken er daar echt een feestje van", zegt Altenburg met een glimlach. Bij de finish ontvangen deelnemers een kleurrijke medaille én een bon voor een ijsje. Het zijn deze kleine extra's die de tocht extra leuk maakt voor gezinnen.

## PRACHTIGE TRADITIE

Oud-ondernemer en pensionado Altenburg is ruim veertig jaar betrokken

bij de organisatie van de MINI-11 en de Fietselfstedentocht. "Dit is mijn 44ste tocht, over twee jaar stop ik", blikt hij vooruit. "Dan ben ik zeventig jaar. Waarom ik dit al zo lang doe? Het is gewoon een prachtig evenement en we hebben een hele leuke ploeg waarmee we dit organiseren."

## VRIJWILLIGERS ONMISBAAR

Hoewel de MINI-11 kleinschaliger is dan de grote Fietselfstedentocht, komt er heel wat kijken bij de organisatie. Waar bij de grote tocht zo'n achthonderd mensen betrokken zijn, draait de MINI-11 op ruim twintig vrijwilligers. Langs de route staat een tiental helpers en er zijn acht EHBO'ers uit Bolsward aanwezig. "Zonder vrijwilligers zijn wij nergens," zegt Altenburg. "Zij houden het pinksterweekend vrij om te helpen. Dat zegt alles over hun betrokkenheid."

## PRACHTIG

De MINI-11 wordt gehouden op zaterdag 23 mei. Een startkaart kost drie euro, zodat deelname laagdrempelig blijft. Startkaarten zijn vanaf 1 mei verkrijgbaar bij Sporthuis A.P. van der Feer in Bolsward en op de dag zelf vanaf 08.30 uur bij de start op het Marktplein in Bolsward, bij het Elfstedengebouw. De route van de MINI-11 gaat vervolgens door Blauwhuis, Parrega, Ferwoude, Allingawier, Schraard en finisht weer in Bolsward. Deelnemers kunnen vertrekken tussen 9.00 en 10.00 uur en worden verdeeld over zes startgroepen die om de tien minuten vertrekken. Let op: de finish sluit om 14.00 uur.



# NIEUWS VAN HET BESTUUR

Op Pinkstermaandag 25 mei staat de 89e editie van de Fietselfstedentocht op het programma. Het belooft opnieuw een sportieve en sfeervolle dag te worden, waarop zo'n 15.000 deelnemers uit binnen- en buitenland zich wagen aan de iconische tocht langs de Friese elf steden. De 235 kilometer lange route vraagt niet alleen om een goede conditie, maar biedt ook een unieke beleving van het Friese landschap en de historische steden.

De organisatie kijkt uit naar de nieuwe editie en benadrukt dat het evenement alleen mogelijk is dankzij de inzet van ongeveer 800 vrijwilligers. Zij staan langs de route, bemannen stempelposten, zorgen voor veiligheid en begeleiden deelnemers waar nodig. "Onze vrijwilligers vormen het kloppend hart van de Fietselfstedentocht. Zonder hun betrokkenheid en inzet is deze bijzondere dag simpelweg niet mogelijk", aldus het bestuur.



Bestuur Stichting de Friese Elfsteden Rijkwieltocht: Bovenste rij: Edwin, Marten, Edwin, Johannes  
Middelste rij: Willem, Gatske, Stephan, Saskia, Sietse Onderste rij: Richard, Annika, Bert, Jan.

## Vooraf en onderweg

Tijdens de Fietselfstedentocht staat veiligheid altijd voorop. Daarom is het dragen van een fietshelm verplicht voor alle deelnemers. Wie zonder helm aan de start verschijnt, wordt uitgesloten van deelname. Daarnaast is een goed werkende fietsbel verplicht, zodat deelnemers elkaar tijdig kunnen waarschuwen.

De organisatie roept deelnemers op om goed voorbereid van start te gaan. Dat betekent: een fiets die technisch in orde is, banden op spanning, verlichting gecontroleerd, goed werkende remmen en voldoende voeding en drinken mee voor onderweg. Ook wordt geadviseerd om reservemateriaal mee te nemen, zoals een extra binnenband of een reparatiesetje. Kleine mankementen kunnen zo snel worden opgelost, waardoor deelnemers hun tocht zonder grote vertraging kunnen vervolgen.



Met een goede voorbereiding wordt de tocht niet alleen veiliger, maar ook plezieriger. Zo blijft er meer ruimte over om te genieten van de route en de sfeer onderweg.

## Hulpverlening

De veiligheid van deelnemers wordt ondersteund door een uitgebreide hulpverlening. Op alle stempelposten zijn EHBO-posten aanwezig en langs de route rijden EHBO-auto's en voertuigen van het Rode Kruis.



Voor **materiaalpech** zijn meerdere rijwielherstellers beschikbaar. De kosten voor reparaties zijn voor eigen rekening, zeker wanneer blijkt dat een fiets onvoldoende onderhouden is.

De **Fietselfsteden-app** speelt een belangrijke rol bij hulpverlening. Via de app kunnen deelnemers direct contact opnemen met het berichtencentrum. De locatie wordt daarbij automatisch doorgegeven, zodat hulp snel ter plaatse kan zijn.

Download de app  
VOOR APPLE



Download de app  
VOOR ANDROID



## Routewijzigingen en wegwerkzaamheden

Net als ieder jaar zijn er enkele aanpassingen in de route vanwege werkzaamheden. In Arum wordt momenteel gewerkt aan de weg, waardoor fietsers worden omgeleid. De route loopt daarom door Witmarsum richting Pingjum. Vóór Pingjum slaan deelnemers rechtsaf en vervolgen hun weg via de Teakelaan, Haniaalaan en de Groene Dijk, waarna ze weer uitkomen tussen Arum en Kimsward.

Vanaf Kimsward gaat de route, net als vorig jaar, rechtdoor via de Westerzeedijk richting Harlingen. Deze route biedt een prachtig uitzicht over het Friese landschap en wordt door veel deelnemers als een van de mooiste stukken van de tocht ervaren.

In Dokkum zijn dit jaar geen werkzaamheden, waardoor de oorspronkelijke route weer kan worden gevolgd. Op de Markt is opnieuw een tentoonstelling van World Press Photo te zien, wat voor extra beleving zorgt tijdens de doorkomst.

Ook in Leeuwarden blijft de route ongewijzigd. Deelnemers fietsen door de binnenstad en kunnen hun stempel halen op het Oldehoofsterkerkhof, een bekende en sfeervolle locatie.

In het zuidelijke deel van de route blijft de aanpassing van vorig jaar van kracht. De tijdcontrole is verplaatst van Stavoren naar Oudemirdum, waar ook een verzorgingspost is ingericht. Deze wijziging is goed bevallen en wordt daarom gehandhaafd.

## Waar deelnemers rekening mee moet houden

- **Kleding en weersomstandigheden:** Kies kleding die past bij de weersomstandigheden op de dag van de tocht.
- **Voldoende voeding en drinken:** Neem voldoende eten en drinken mee om gehydrateerd en energiek te blijven.
- **Respect voor andere deelnemers:** Houd rekening met andere fietsers en respecteer de verkeersregels voor een veilige en prettige tocht.
- **Milieu:** Laat geen afval langs de route achter. Maak gebruik van de afvalpunten bij stempelposten en verzorgingsplaatsen om het milieu schoon te houden.



## Zonne- bescherming (bij mooi weer):

Bij mooi weer is de GGD Fryslân aanwezig met een smeestraat in Leeuwarden. Hier kun je gratis zonnebrand gebruiken om je te beschermen tegen de zon tijdens de Fietselfstedentocht.

## Bevoorrading

Langs de route zijn diverse verzorgingsposten ingericht waar deelnemers kunnen rekenen op eten en drinken. Zo worden er onder andere appels uitgedeeld door Poiesz Supermarkten, sportdrank van Powerbar en krentenbollen in Winsum. Bij de finish in Bolsward wacht deelnemers een warme kom soep.

In Oudemirdum is een uitgebreide verzorgingspost aanwezig, waar deelnemers sportgel en -drank krijgen, aangevuld met producten van Poiesz. In Workum worden deelnemers verrast met blokjes kaas van FrieslandCampina.

Daarnaast zijn er langs de route tal van horecagelegenheden waar deelnemers even kunnen pauzeren en op adem kunnen komen.



## Finish

Na aankomst in Bolsward melden deelnemers zich in de finishtent met hun stempelkaart. Hier wordt de kaart gescand en verwerkt in de administratie.

Na afmelding ontvangen deelnemers een medaille als tastbare herinnering aan hun prestatie. Deelnemers die een jubileum rijden, ontvangen daarnaast een speciaal ereteken.

Voor het parkeren van fietsen zijn voldoende voorzieningen getroffen. Naast reguliere stallingen is er een bewaakte fietsenstalling beschikbaar voor 350 fietsen.

## Bijzondere prestaties

Tijdens deze editie worden opnieuw indrukwekkende jubilea gevierd. 8 deelnemers fietsen hun 50e Fietselfstedentocht, terwijl 32 deelnemers voor de 40e keer meedoen. Daarnaast zijn er tientallen deelnemers die hun 30e, 20e of 10e deelname bereiken.

Deze prestaties onderstrepen de aantrekkingskracht en traditie van de tocht, die voor velen een jaarlijks hoogtepunt vormt.

**60 keer: 1 deelnemer**  
**50 keer: 8 deelnemers**  
**40 keer: 32 deelnemers**  
**30 keer: 35 deelnemers**  
**20 keer: 71 deelnemers**  
**10 keer: 381 deelnemers**



## Parkeren en verkeer

### PARKEREN

Voor deelnemers zijn verschillende parkeerlocaties ingericht rondom Bolsward. Zo kan er worden geparkeerd op P1 tussen Nijland en Bolsward, op bedrijventerrein De Marne (P2) en bij het windmolenpark Baburen richting Exmorra.

De organisatie adviseert om de bewegwijzering en aanwijzingen van verkeersregelaars goed op te volgen. Mocht het weer invloed hebben op de bereikbaarheid van parkeerterreinen, dan wordt dit tijdig gecommuniceerd via de website en sociale media.

Daarnaast zijn er speciale Kiss & Ride-plekken ingericht voor deelnemers die worden gebracht of opgehaald. Deze bevinden zich bij de belangrijkste toegangswegen naar Bolsward.



### PARKEREN VOOR BEZOEKERS

Bezoekers die de finish willen bijwonen, kunnen parkeren in een weiland nabij de rioolwaterzuivering aan de Hichtumerweg. Hiervoor wordt verwezen naar afslag Bolsward Noord (N359) en de borden 'P-bezoekers'.

Bij slechte weersomstandigheden zijn alternatieve parkeerlocaties beschikbaar bij UCC en Rentex Floron aan de Koopman Heersweg. Vanaf beide locaties is het ongeveer vijf minuten lopen naar de finish op Plein 1455.

### VERKEERSDRUKTE

Tijdens Pinkstermaandag wordt extra verkeersdrukte verwacht, vooral tussen 15.00 en 22.00 uur. Een drukke locatie is de brug in Spannenburg (N354), waar het verkeer vast kan komen te staan.

De organisatie van de Fietselfstedentocht adviseert zowel deelnemers als bezoekers om hier rekening mee te houden en hun reis zorgvuldig te plannen. Het volgen van de aangegeven routes zorgt voor een betere doorstroming van het verkeer.

### BELANGRIJK OM TE WETEN:

Op de dag van de Fietselfstedentocht is de stad Bolsward afgesloten. Parkeren binnen de rondweg is niet mogelijk. Volg altijd de instructies van de parkeerbegeleiders en parkeer alleen op de aangewezen plekken.

Parkeren in de berm is zonder instructie van de parkeerbegeleiders niet toegestaan, om de doorstroming van verkeer en fietsers te waarborgen. Er geldt een wegsleepregeling bij overtreding. Zorg ervoor dat de parkeerruimtes schoon blijven.

De actuele parkeerinformatie voor deelnemers, bezoeker en bewoners van Bolsward is te vinden op [www.fietselfstedentocht.nl](http://www.fietselfstedentocht.nl)

## Elfstedencamping in Bolsward

Ook dit jaar wordt de Elfstedencamping ingericht op sportcomplex Het Sportbolwerk in Bolsward. De camping is geopend van vrijdag 22 mei tot en met dinsdag 26 mei en biedt plaats aan deelnemers en bezoekers.

Nieuw dit jaar zijn de comfortabele slaapunits voor twee personen, waarmee deelnemers hun verblijf nog aangenamer kunnen maken.



## Tot slot

De organisatie kijkt uit naar een geslaagde editie van de Fietselfstedentocht en wenst alle deelnemers, vrijwilligers en toeschouwers een mooie en veilige dag toe. Samen wordt er alles aan gedaan om ook deze editie weer tot een onvergetelijke ervaring te maken.

Volg de laatste updates op [www.fietselfstedentocht.nl](http://www.fietselfstedentocht.nl) en onze facebook- en instagrampagina.

### Vragen?

Mail naar [info@fietselfstedentocht.nl](mailto:info@fietselfstedentocht.nl).

Website



Facebook



Instagram





**HARDLOPEN: HALVE MARATHON +  
4-MIJL + BUSINESSRUN + KIDSRUN**

**WANDELEN: HALVE MARATHON + HELE MARATHON**

**INSCHRIJVING  
GEOPEND!**



**20 JUNI 2026**  
**MARTINIPLEIN • SNEEK**

**HÉT HARDLOOP- EN  
WANDELEVENEMENT  
DWARS DOOR SÚDWEST!**

**SCAN DE QR-CODE OF GA NAAR  
WWW.MARATHONSNEEK.NL**



**HOUD [WWW.MARATHONSNEEK.NL](http://WWW.MARATHONSNEEK.NL) IN DE GATEN VOOR HET LAATSTE NIEUWS!**

ORGANISATIE STEPELFSTEDENTOCHT VERWACHT VIJFHONDERD DEELNEMERS

# “BIJ ONS START IEDEREEN TEGELIJK, MIDDEN IN DE NACHT. DAT MAAKT HET BIJZONDER”

De Stepelfstedentocht groeit gestaag en krijgt steeds meer deelnemers aan de start. Waar het evenement ooit begon met een handjevol enthousiastelingen, rekent de organisatie dit jaar op zo'n vijfhonderd steppers. Voorzitter Rein Swart uit Warns ziet de belangstelling toenemen, maar benadrukt dat het karakter van de tocht nog altijd uniek is. “Het is een heel andere beleving dan de Fietselfstedentocht”, zegt hij. “Bij ons start iedereen tegelijk, midden in de nacht. Dat maakt het bijzonder.”



Die massale start vindt plaats in de nacht van zaterdag op zondag om klokslag twaalf uur. Een auto rijdt voorop en bepaalt het tempo: ongeveer 17 à 18 kilometer per uur. De grote groep blijft in colonne bij elkaar totdat het peloton Dokkum bereikt. “Daar laten we het los”, legt Swart uit. “Vanaf dat moment is het ieder voor zich.” Volgens hem reguleert de volgorde zich vanzelf. Ervaren steppers bevinden zich meestal voorin, terwijl beginners vaker achteraan starten. Anders dan bij de fietstocht is er geen sprake van startgroepen of loting.

#### RUSTPUNT

Onder leiding van het nieuwe bestuur heeft de organisatie de tocht verder geprofessionaliseerd. Een belangrijke toevoeging is het rustpunt bij de manege in Harich. Daar kunnen deelnemers niet alleen eten en drinken, maar ook gebruikmaken van massages en genieten van muziek van een dj. “We willen dat mensen even kunnen opladen. Het is een zwaar traject, dus zo'n plek maakt echt verschil.” De vernieuwingen laten zien

hoe de tocht meegroeit met het aantal deelnemers, zonder de gemoedelijke sfeer te verliezen.

#### INTENSIEVER

Swart zelf raakte betrokken bij de Stepelfstedentocht door zijn vrouw Marieke en zoon Allard, die de tocht respectievelijk tien en zes keer reden. Inmiddels staat hij aan het roer van een organisatie die steeds meer vraagt. “Het is intensiever geworden. We moeten vaker vergaderen en er komt meer regelgeving bij kijken”, vertelt hij. Vooral het vinden van vrijwilligers en bestuursleden is een uitdaging. Toch zou hij het niet anders willen. “Ik heb een boerenbedrijf. Ik ben eigenlijk zeven dagen in de week aan het werk. Ik vind het gewoon een stukje ontspanning wat ik er dan bij doe. Het is ook wel heel intensief, maar het is iets anders dan wat je normaal doet. Dat maakt het juist een mooie uitdaging.”

TEKST RICHARD DE JONGE

## WIELERRONDE BOLSWARD MIKT OP PRIMEUR MET DRONES TIJDENS JUBILEUMEDITIE

De 25ste editie van de wielerronde in Bolsward gaat dit pinksterweekend hoe dan ook door. Toch hangt een opvallende vernieuwing, de inzet van drones, nog aan een zijden draadje. Volgens voorzitter Menno Brandsma is dat vooral afhankelijk van het aantal deelnemers.

“Het evenement staat als een huis, dus het gaat sowieso door”, zegt Brandsma. “Alleen moeten we wel realistisch zijn. We willen het publiek iets extra's bieden met livebeelden via drones en schermen in de stad, maar dat is een flinke investering. Als er straks maar twintig renners aan de start staan, moet je je afvragen of dat in verhouding is.”

#### DUIDELIJKE OORZAAK

De onzekerheid over het deelnemersveld heeft een duidelijke oorzaak. Op dezelfde dag organiseert de KNWU een clubcompetitie. “Eliterenners en renners met een Professional B-licentie zijn verplicht daar te starten”, legt Brandsma uit. “Dat maakt het voor ons lastig om een vol en sterk deelnemersveld te garanderen.” De organisatie heeft daarom een duidelijke grens gesteld. “We hebben tegen elkaar gezegd: bij minimaal veertig deelnemers gaan we vol inzetten op die nieuwe beleving met drones. Halen we dat niet, dan maken we er gewoon weer een mooie, traditionele koers van. Want uiteindelijk draait het om de sport en de sfeer.”

Dat betekent niet dat er niets verandert. Integendeel: het parcours is dit jaar aangepast. “We hebben een S-bocht toegevoegd. Dat maakt de koers technischer en

aantrekkelijker, zowel voor renners als voor publiek. Het zorgt voor meer dynamiek in de wedstrijd.”

#### LANGE GESCHIEDENIS

De wielerronde kent een lange geschiedenis. Ooit werd het evenement opgezet vanuit de gemeente, in samenwerking met onder meer de Rabobank. Door gemeentelijke herindelingen en het afhaken van sponsors kwam de toekomst echter onder druk te staan. “Toen hebben wij met een groep liefhebbers gezegd: dit mag niet verdwijnen”, aldus Brandsma.

#### ‘WE WILLEN DAT TALENT HIER KAN BLIJVEN GROEIEN’

Met Brandsma Koffie als hoofdsponsor kreeg de ronde nieuw leven. “Wij vonden het zonde als zo'n mooie traditie verloren zou gaan. Inmiddels ondersteunen we al jaren niet alleen deze ronde, maar ook andere wedstrijden en verenigingen in Friesland.” Die betrokkenheid gaat verder dan alleen sponsoring. “We willen dat talent hier kan blijven groeien”, zegt Brandsma. “Van het eerste kinderfietsje tot misschien wel een profcarrière. Dat is de gedachte erachter.” Of de jubileumeditie ook een technologische primeur krijgt, wordt deze week duidelijk.



Foto: Martina Ketelaar / Brandsma Koffie

# SAKE TOLSMA FIETST VOOR DE ZESTIGSTE KEER MEE



**Voor de meeste fietsers is de Elfstedentocht een eenmalige uitdaging. Voor Sake Tolsma uit Sint Nicolaasga is het een levenslange traditie. Dit jaar staat hij aan de start voor zijn zestigste tocht, een mijlpaal die slechts weinigen bereiken.**

Tolsma fietst de tocht al decennialang, maar het draait voor hem allang niet meer om prestatie. "Het is een traditie geworden, een vast onderdeel van Pinksteren," vertelt hij. Waar vroeger de route soms nog op eigen inzicht werd gereden, is alles tegenwoordig strakker georganiseerd en veiliger. Toch blijft de charme voor hem onveranderd.

Op de vraag welke editie hem het meest is bijgebleven, hoeft hij niet lang na te denken. Geen specifiek tocht springt eruit: "Eigenlijk zijn het allemaal mooie dagen."

Voor de sfeer langs de route, het enthousiasme van het publiek en het samenzijn met andere fietsers, maakt het voor hem bijzonder.

Stoppen is dan ook geen optie. Niet voor het getal zestig, maar voor het gevoel. Voor Tolsma is de Elfstedentocht geen einddoel, maar een traditie die blijft rollen.

## EREGALERIJ

### 50 KEER OF MEER DE TOCHT GEFIETST

NAAM	PLAATS	DATUM	AANTAL	NAAM	PLAATS	DATUM	AANTAL
W. Tolsma	Franeker	9 jun 2025	66	L. Palstra	Workum	5 juni 2017	50
P.H. Hilarides	Leeuwarden (1e deelnemer met 65 keer)	7 jul 2021	65	R. Pepping	Dronten	5 juni 2017	50
D. Reitsma	Stiens (1e deelnemer met 60 keer)	5 jun 2017	64	D. Sikkes	St. Nicolaasga	5 juni 2017	50
O. Broersma	Witmarsum	9 jun 2025	64	E.J. de Boer	Groningen	21 mei 2018	50
J. Stienstra	Ysbrechtum	29 mei 2023	63	A. Boonstra	Kollum	21 mei 2018	50
J. de Jong	Bolsward	29 mei 2023	61	H. Bruinsma	Joure	21 mei 2018	50
J.A. Terbraak	Hoogeveen	9 jun 2025	62	Y. Hiemstra	Dronryp	21 mei 2018	50
C. de Groot	Bolsward Eerste deelnemer met 50 keer	27 mei 1996	50	L. Holwerda	Alkmaar	21 mei 2018	50
T. Sikkes-Brandtsma	Nieuwebrug	9 juni 2025	50	P. Laverman	Garyp	21 mei 2018	50
A. Terbraak-van der Werf	Hoogeveen	9 juni 2025	50	F. Poliste	Deventer	21 mei 2018	50
W. Rienstra	Sneek	9 juni 2003	50	H. Andela	Waddinxveen	10 juni 2019	50
J.G. Geuke	Assendelft	15 mei 2005	50	A.E. den Blanken	Emmeloord	10 juni 2019	50
D. Zeinstra	Harlingen	15 mei 2005	50	Sj. de Boer	Haskerhorne	10 juni 2019	50
D. Zwaagstra	Sneek	15 mei 2005	50	J. van Dijk	Wyckel	10 juni 2019	50
T. v/d Berg	Terherne	28 mei 2007	50	E. de Haan	Bolsward	10 juni 2019	50
W. Visser	Heerenveen	28 mei 2007	50	A.S. de Boer	Avenhorn	7 juli 2021	50
L. Otter	Abbega	12 mei 2008	50	J. Bouma	Leeuwarden	7 juli 2021	50
F. Poppes	Franeker	12 mei 2008	50	J. Haga	Bolsward	7 juli 2021	50
G.B. Terbraak	Bovenkarspel	13 juni 2011	50	G.S. Stornebrink	Bolsward	7 juli 2021	50
A.J. Sytzema	Buitenpost	28 mei 2012	50	J. Swierstra	Bolsward	7 juli 2021	50
J.P. Andela	Sneek	20 mei 2013	50	R. van Veen	Sneek	7 juli 2021	50
P.J. Gemser	Sneek	20 mei 2013	50	A. Wissman	Berlikum	7 juli 2021	50
J. Hiemstra	Warffum	20 mei 2013	50	S. Albada	Oudega	6 juni 2022	50
D. Boschma	Sneek	9 juni 2014	50	S. Veen	Franeker	6 juni 2022	50
T. Lyklema	Apeldoorn	9 juni 2014	50	G. Houben	Bolsward	24 aug 2022	50
A. Wiersma	Heerlen	9 juni 2014	50	J. Hoogland	Amersfoort	29 mei 2023	50
T. Wiersma	Beetgum	9 juni 2014	50	G.S. Houben	Drachten	29 mei 2023	50
S. Tolsma	St. Nicolaasga	25 mei 2015	50	K. Kroontje	Witmarsum	29 mei 2023	50
J. v.d. Weide	Bolsward	25 mei 2015	50	J. Leeverink	Bolsward	29 mei 2023	50
J. de Boer	Sneek	16 mei 2016	50	T. Nijdam	Burgum	29 mei 2023	50
A. Damstra	Bolsward	16 mei 2016	50	Y.P. Yska	Bolsward	29 mei 2023	50
W. Goorhuis	Zwolle	16 mei 2016	50	R. van der Beek	Bolsward	20 mei 2024	50
H. Haagsma	Oirsbeek	16 mei 2016	50	J.J.P. Bodewes	Castricum	20 mei 2024	50
K.P. Hettinga	Oudehaske	16 mei 2016	50	H. Hofstee	Meppel	20 mei 2024	50
J. Hoekstra	Houten	16 mei 2016	50	J.W. Houwer	Bolsward	20 mei 2024	50
J. Hingst	Krommenie	16 mei 2016	50	W. Oosterhaven	Nunspeet	20 mei 2024	50
B. Altenburg	Sneek	5 juni 2017	50	H. Palstra	Bolsward	20 mei 2024	50
R. Bakker	Tjerkwerd	5 juni 2017	50	J. Visser	Rien	20 mei 2024	50
A. Bokma	Workum	5 juni 2017	50	P. Wouda	Workum	20 mei 2024	50
P. Docter	De Wijk	5 juni 2017	50	J. van Berkum	Stiens	9 juni 2025	50
B. Gijzen	Balk	5 juni 2017	50	Y. Lautenbach	Dieren	9 juni 2025	50
W. Hielkema	Raard	5 juni 2017	50	W. Couperus	Rottum	9 juni 2025	50
C. Kooistra	Nijland	5 juni 2017	50	H. Elzinga	Stiens	9 juni 2025	50
				U.G. Epema	Noordbergum	9 juni 2025	50
				A. Overdevest	Bleiswijk	9 juni 2025	50

“WY WOLLE KAPOT WÊZE AT WY OANKOMME”

# LIVE FERSLACH FAN DE FYTSALVESTÊDETOCHT OP IN TANDEM

Op twadde Pinksterdei moat it barre. Isa Visser en Demi Hoekstra sille dan op in tandem de Alvestêdetocht fytse foar Omrop Fryslân en RTV NOF. It wurdt in lange dei yn it sadel en leafst 235 km fan tsjerketoer nei tsjerketoer troch it Fryske lân. “Waar of gjin waar, wy wolle foaral in protte wille hawwe.”



Isa (l) en Demi

Isa (26) út Ljouwert wurket by Omrop Fryslân as sjoernaliste en Demi út Bûtenpost is ferslachjouwer by RTV NOF. Se binne wol gauris tegearre op paad foar in opdracht. Isa docht dan ferslach en Demi (24) is de kameorafrou dy't alles fêstleit op film. Sa'n lange fytstocht is lykwols hiel wat oars as oars.

Isa: “Dizze wike wie ik noch op paad foar Fryslân Hjoed om in reportaazje te meitsjen oer in ridende blokkade fan frachtweinen.” Demi hat dizze dagen wer hiele oare dingen te dwaan, want de kening en keninginne komme op Keningsdei nei Dokkum en dat kostet in soad tiid oan tariedings.

De lêste pear jier hawwe se tegearre ferslach dien fan de Fytsalvestedetocht. Se stienen mei mikrofoan en kamera yn Holwert en Dokkum en hienen petearen mei fytsers dy't harren ferhalen dienen oer it bealgen tsjin de wyn yn en oer de wille dy't se ûnderweis hienen. Isa en Demi seagen inoar dy dei in pear kear oan en seinen: “Wat foar stunt soe it wêze at wy sels op 'e fyts ferslach dwaan kinne en hoe leuk soe it wêze om it dan op in tandem te dwaan? Wy fytse en binne dan dochs oan it wurk.”

Se kamen op dit idee, omdat Simone Scheffer fan Omrop Fryslân 30 jier lang de tocht fytst hat en ûnderweis ferslach die fan de tocht. Mar ferline jier wie it har lêste Alvestêdetocht. 30 is in moai rûn getal om der mei op te hâlden. Tiid foar de jongerein om it stokje oer te nimmen. Demi en Isa besprutsen yn maart fan dit jier harren plan mei de projektlieder fan Omrop Fryslân dy't net lang neitocht en doe fuortendaliks sei: “Prima, froulju. Gean mar oan 'e slach!”

Sadwaande hienen de froulju twa moannen om flink te oefenjen foar mar leafst 235 km en mear as tsien oeren op de tandem, want it plan is dat Isa foarop sit en ferslach docht en Demi efterop sit mei in kamera. De tariedingstiid wie dus koart. Twa moannen en mear net. Mar gelokkich ha beiden in goede kondysje en dogge se altyd al folle oan sport. Demi docht oan hurdrinnen en hat ferline jier al in nije racefyts kocht: “Ik meitsje al folle kilometers. Sneons fyts ik faak fjouwer oeren.” Isa fuotballet fanatyk by de Sweltsjes yn Ljouwert, rint ek faak en wol dit jier noch in heale triatlon dwaan. “Dêrom ha ik ek in racefyts kocht. Wy moatte noch ôfprate om tegearre te oefenjen, mar dat komt wol goed. Trije kear yn 'e wike gean ik te fytsen. In oere of ûngefear 60 km.”

Se hawwe alle fertrouwen yn harren kondysje en binne der fan oertsjûge dat de ôfstân foar harren gjin probleem wêze sil. “Ferline jier praten wy mei in man dy't fytste yn 'e spikerbroek op in gewoane fyts. Hy fytste de tocht út. Dan kinne wy dat ek. Wy wolle boppedat ek snelheid meitsje. Wy wolle der úthelje wat deryn sit en kapot wêze at wy oankomme.” Se sille de tocht fytse op in racetandem mei sân fersnellingen. Isa foarop en Demi efterop. “Isa moat prate, traapje en stjoere en ik moat traapje en filmje,” leit Demi gnyskjend út.

Demi en Isa binne dus al drok oan it oefenjen en boppedat witte se al wat foar iten se mei nimme foar ûnderweis. Bananen, pasta, wite bôle foar de koalhydraten en enerzjy-repen. “De dagen foar de tocht ite wy ekstra goed om in buffer op te bouwen. Wy binne grutte iters. Wy ite mear as mannen.”

## “FERLINE JIER PRATEN WY MEI IN MAN DY'T FYTSTE YN 'E SPIKER- BROEK OP IN GEWOANE FYTS.”

Om fiif oere moarns op Pinkstermoandei sil it heve en starte Isa en Demi yn de earste groep fan 650 fytsers. Underweis krije se 15 stimpels en komme dan yn de rin fan de dei wer werom yn Boalsert. “Wy wolle foar acht

oere jûns wer binnen wêze. Underweis wolle wy net te faak stoppe, want dan reitsje wy út it ritme. Dus net op in terraske mei appeltaart. Wy sitte leaver op in terraske mei in bierke at wy wer yn Boalsert binne.”



Demi en Isa

## Wolsto de tocht fan Isa en Demi folgje?

Omrop Fryslân hâldt Pinkstermoandei de hiele dei in liveblog by op [Omropfryslan.nl](https://www.omropfryslan.nl) en yn de app fan Omrop Fryslân.

De spesjale live-útstjoering op radio en telefyzje begjint om 8.00 oere en duorret oant 20.00 oere en is te sjen en te hearren by Omrop Fryslân, RTV NOF, Omroep Zilt en Radio Spannenburg.



Omrop Fryslân





**HET alternatief!**

**Ben jij er klaar voor?  
www.weissensee.nl**

## Samen sporten, ook als je minder te besteden hebt



### Heb je een laag inkomen? Maak gebruik van de miniregeling!

Dit geld kun je bijvoorbeeld gebruiken voor sport en cultuur. Dit is voor jou én je kinderen. Met dit geld kun je bijvoorbeeld nieuwe sportkleding kopen, dansschoenen aanschaffen of je sport- of muzieklessen betalen. Meer over de miniregeling: [www.sudwestfryslan.nl/minima](http://www.sudwestfryslan.nl/minima)

### Mei-Inoar Aktyf: Samen sporten, samen meedoen

Doe gezellig mee aan het wekelijkse beweegprogramma van Sport Fryslân in de gymzaal in Sneek of Bolsward. Bewegen, mensen ontmoeten en samen plezier hebben. Deelname is gratis en na afloop drinken we samen koffie of thee. Meer informatie: [www.bewegteamsudwestfryslan.nl/mei-inoar-aktyf/](http://www.bewegteamsudwestfryslan.nl/mei-inoar-aktyf/)



### Vragen of hulp bij aanvragen miniregeling?

Kom langs bij SWF Tichtby. Er is altijd een inloophouding bij jou in de buurt. Kijk voor de locaties op: [www.sudwestfryslan.nl/tichtby](http://www.sudwestfryslan.nl/tichtby)



 Gemeente Súdwest-Fryslân

## Ben jij ondernemer?

Schrijf je gratis in voor onze ondernemersnieuwsbrief



- Praktische marketingtips en trends
- Inspirerende klantverhalen van lokale bedrijven
- Exclusieve acties voor ondernemers

Schrijf je gratis in via onze website of scan de QR-code



 GROOTMEDIA



**Domino's**

**woensdag  
en zondag**

**50%  
korting**

op alle pizza's bij afhalen  
of op elke 2e pizza bij bezorgen



# ONDERNEMER, ERVAAR JIJ DE LAST VAN:

## Hoge brandstofkosten?

- Met de Nissan Townstar EV laad je veel goedkoper dan diesel rijden.

## Beperkingen in milieuzones?

- Elektrisch rijden geeft je vrije toegang.

## Te weinig trekkracht?

- Trek tot 1500 kg zonder concessies.

## Terugleverkosten door afbouw salderen?

- Laad slim met je eigen zonnepanelen en benut je eigen stroom.

## Te weinig laadruimte?

- Kies voor een L1 of een L2 tot 4,3m<sup>3</sup> en een laadlengte van 223cm.



## STAP OVER OP DE NISSAN TOWNSTAR EV

45KWH  
AUTOMAAT  
ACTIERADIUS 301KM (WLTP)  
NISSANCONNECT SERVICE APP

LED KOPLAMPEN  
APPLE CARPLAY & ANDROID AUTO  
ACHTERUITRIJCAMERA  
180° OPENENDE ACHTERDEUREN

**LENGTE 1 NU:**  
612 KG LAADVERMOGEN  
**€24.950**

**LENGTE 2 NU:**  
788 KG LAADVERMOGEN  
**€25.950**

**5**  
JAAR  
GARANTIE

**5 JAAR**  
**0%**  
FINANCIAL  
LEASE

**MINDER KOSTEN. MINDER GEDOE. MEER COMFORT. MEER ZEKERHEID.**



DRACHTEN  
HEERENVEEN  
LEEWARDEN

OMLOOP 56  
SKRYNMAKKER 26  
HORTENSIASTRAAT 2

TEL: 0512 - 571 671  
TEL: 0513 - 633 775  
TEL: 058 - 207 2000

**ABD.NL**

Voor meer informatie scan  
de QR code of kijk op [abd.nl](http://abd.nl)



## APPELTJESDAG IN BARTLEHIEM WAAR KLEINE DORPEN GROOT IN ZIJN

# “VOORAL ZORGEN DAT JE NIET OP OF IN DE WEG STAAT”

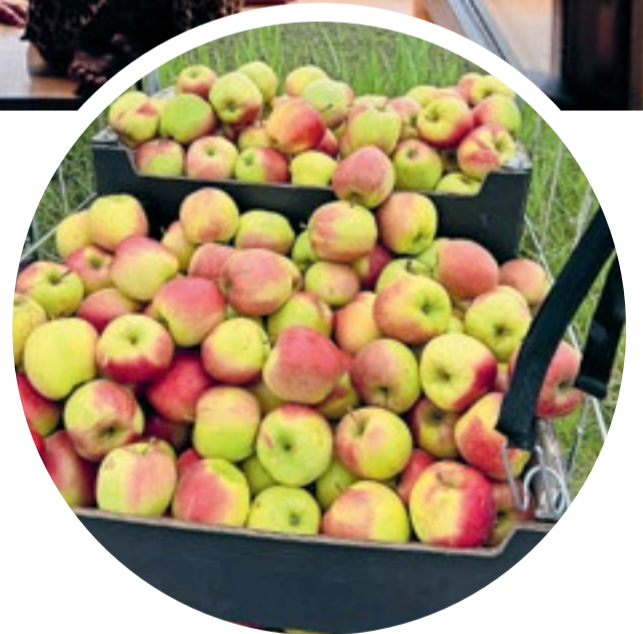
Elk jaar speelt zich in Bartlehiem een ogenschijnlijk klein, maar betekenisvol ritueel af. Het dorp, dat een buurtschap vormt met Wijns, telt nog geen 230 inwoners en oogt op een doorsnee dag rustig en bescheiden. Maar op tweede pinksterdag verandert dat beeld volledig.

Dan staan jongeren uit beide dorpen paraat voor de inmiddels onmisbare appeltjesdag. In deze hechte gemeenschap geldt een eenvoudige regel: als er een beroep wordt gedaan op de jeugd, dan wordt daar gehoor aan gegeven. Ook deze dag is daarop geen uitzondering, niemand laat het appeltje voor de dorst liggen.

Martijn Visser (17), Tim van der Bij (14) en Henriëtte van der Bij vormen samen een deel van de drijvende kracht achter deze traditie. Henriëtte nam de organisatie zo'n vijf jaar geleden over van een dorpsgenoot en houdt sindsdien het overzicht. Dat betekent niet dat het werk zwaar is, benadrukt ze, maar het vraagt wel betrokkenheid. Via een appgroep wordt geïnventariseerd wie er mee kan doen en op de ochtend zelf verzamelt de groep zich rond kwart voor acht. Veiligheidshesjes worden uitgedeeld, instructies herhaald en dan is het wachten op de eerste deelnemers. De appels zelf worden geleverd door Poiesz Supermarkten, die jaarlijks een vrachtwagen vol kratten beschikbaar stelt. Daarmee is het fundament gelegd: voor iedere fietser een appel, zonder uitzondering.

### REIKEN, ROEPEN EN ANTICIPEREN

De eerste uren van de dag hebben iets paradoxaals. Terwijl de zon nog laag staat en de sfeer gemoedelijk oogt, komt de kopgroep al in volle vaart voorbij. “Die zijn echt snel”, zegt Martijn. “Dan moet je vooral zorgen dat je niet op of in de weg staat.” Voor deze fanatiekelingen is geen tijd om af te stappen voor een appel; zij hebben andere doelen voor ogen. Maar zodra de eerste golf voorbij is, komt de stroom goed op gang en begint het echte werk. Groepen fietsers volgen elkaar in rap tempo op en de vrijwilligers moeten schakelen, reiken, roepen en anticiperen. Het uitdelen blijkt daarbij een vaardigheid op zich: een appel moet stevig genoeg worden aangeboden om niet te vallen, maar los genoeg om snel over te pakken.



### SUBTIEL SAMENSPEL

De organisatie langs de weg is verrassend doordacht. Aan beide kanten staan meerdere karren met appels opgesteld, zodat de doorstroming behouden blijft. “We roepen vaak dat ze achterin ook nog appels kunnen krijgen. Of dat ze achterin verser zijn”, lacht Tim. “Dat helpt tegen opstoppingen.” Het is een subtiel samenspel van logistiek en communicatie, waarbij ervaring een rol speelt. Vaste deelnemers weten inmiddels hoe het werkt en blijven fietsen, waar minder ervaren fietsers een moment stoppen. Juist dan komt het erop aan om de situatie soepel te houden. Een appel die verkeerd terechtkomt, kan immers meer kwaad dan goed doen.

### MEER DAN EEN STUK FRUIT

Wat de appeltjesdag extra kleur geeft, is de enorme variatie aan deelnemers. De één rijdt op een flitsende racefiets, de ander op een tandem, soms compleet verkleed of begeleid door muziek. Sommige fietsers nemen de tijd voor een praatje of een glimlach, anderen beperken zich tot een snelle greep en een dankwoord. “Je ziet echt van alles langskomen”, zegt Henriëtte. “Dat maakt het leuk.” Het appeltje wordt daarmee meer dan een stuk fruit; het is een symbool van gastvrijheid, een kleine attentie die voor velen bij Bartlehiem hoort. Voor de vrijwilligers is het bovendien een moment van contact: kort, maar betekenisvol, als een frisse hap in een lange tocht.

### ZEIKNAT

De omstandigheden waarin dat gebeurt, zijn niet altijd ideaal. Er is geen tent, geen beschutting, alleen de open lucht. Regen, wind of zon: het hoort er allemaal bij. Drie jaar geleden viel de regen met bakken uit de hemel en stonden de jongeren urenlang doorweekt langs de weg. “We waren

echt zeiknat”, herinnert Tim zich. Toch dacht niemand eraan om te stoppen. Want als de fietsers doorgaan, dan doen zij dat ook. Het hoort bij de verantwoordelijkheid die ze voelen voor hun rol. En juist daarin schuilt een zekere trots: dat je als klein buurtschap, met beperkte middelen, iets groots kunt betekenen voor duizenden voorbijgangers.

### SAAMHORIGHEID

Aan het einde van de dag, als de laatste fietsers zijn gepasseerd en de karren leger worden, blijft er vooral een gevoel van voldoening over. De jongeren hebben samen iets neergezet, iets wat verder reikt dan henzelf. De beloning zit hem in de ervaring zelf: de gezelligheid, het samenwerken, het contact met mensen van overal.

“Het is gewoon leuk om te doen”, zegt Martijn nuchter. En misschien is dat wel de kern van appeltjesdag: een traditie waarin een klein dorp groot wordt, waar saamhorigheid de boventoon voert en waar een simpel appeltje uitgroeit tot een gebaar dat nog lang blijft nazinderen.

## OVERZICHT FIETSELFSTEDENTOCHT:

# DIT IS ER TE BELEVEN LANGS DE ROUTE

De Fietselfstedentocht trekt jaarlijks duizenden deelnemers door de Friese Elfsteden. Langs de route zorgen stempelposten, muziek en activiteiten voor een feestelijke sfeer. Hieronder een overzicht van wat fietsers én bezoekers per stad kunnen verwachten.

### BOLSWARD START

De Fietselfstedentocht begint vroeg in Bolsward. Tussen 05.00 en 08.00 uur vertrekt elke acht minuten een startgroep, met muziek als feestelijke omlijsting.

### HARLINGEN

In Harlingen passeren de fietsers tussen 05.30 en 09.30 uur. Bezoekers kunnen parkeren in de binnenstad. Vanaf 07.00 uur is er live muziek van Dicky Power en de fietsstraat is sfeervol versierd met vlaggen.

### FRANEKER

Franeke ontvangt de deelnemers tussen 05.45 en 10.00 uur. De stempelaars zijn hier verkleed als professoren, wat zorgt voor een herkenbaar en ludiek tafereel.

### HOLWERD

In Holwerd is de stempelpost geopend van 06.45 tot 12.15 uur. Fietsers kunnen hier terecht voor een stempel, koffie, (appel)taart en sanitaire voorzieningen. Muziekverenigingen Crescendo en De Bazuin zorgen langs de route voor sfeer.

### DOKKUM

Dokkum verwelkomt de deelnemers tussen 07.15 en 13.00 uur. Bij de stempelplaats is een World Press Photo-tentoonstelling te bekijken.

### LEEUWARDEN

In Leeuwarden stempelen de fietsers tussen 08.30 en 14.45 uur bij de Oldehove. De GGD is aanwezig met gratis zonnebrand onder het motto 'smeren, kleren en weren'.

### BOLSWARD TUSSENCONTROLE

Op het Broereplein in Bolsward is tussen 09.30 en 17.00 uur een tussencontrole. Daar wordt soep van Van Smaak aangeboden aan de deelnemers.

### SNEEK

Sneek staat tussen 10.45 en 17.45 uur in het teken van de doorkomst. Bezoekers kunnen parkeren op het veemarktterrein en bij de Bolswarderpoort. Vanaf 11.30 uur spelen de Heegemer Dekdweilers en de terrassen in de Marktstraat zijn de hele dag geopend.

### IJLST

In IJlst passeren de fietsers tussen 10.30 en 18.00 uur. Bezoekers kunnen parkeren bij de Poiesz. Naast de stempelpost zijn ook de fontein en molen De Rat te bekijken. Er is muziek bij de stempelpost en later op de dag live muziek in het café.

### SLOTEN

Sloten is tussen 11.30 en 19.30 uur stempelplaats. Ter gelegenheid van 600 jaar stadsrechten is de stad feestelijk aangekleed met gele Elfstedentochtvlaggen. Van 14.00 tot 17.00 uur speelt My Old Suitcase bij de stempelpost.

### STAVOREN

In Stavoren komen de fietsers tussen 12.00 en 21.30 uur langs. Bezoekers kunnen naast de stempelpost ook het Vrouwtje van Stavoren en de fontein bekijken.

### HINDELOOPEN

In Hindeloopen passeren de fietsers tussen 15.15 en 22.15 uur. Vanaf de dijk is goed zicht op de doorkomst van de deelnemers.

### WORKUM

Workum ontvangt de deelnemers tussen 13.30 en 22.45 uur. Muziek, kaas en gezellige terrassen zorgen voor een sfeervolle doorkomst.

### BOLSWARD FINISH

De finish is opnieuw in Bolsward. Tussen 13.30 en middernacht worden de deelnemers feestelijk onthaald met muziek in de binnenstad. Parkeren kan op de bezoekers-parkeerplaats.



# De fietselfstedentocht is een ode aan traditie, beweging en verbondenheid.

Op pinkstermaandag stappen duizenden fietsers op voor een dag vol inspanning, glimlachen en gedeelde verhalen. Heel veel succes – en bovenal: geniet van elke trap en elke stad!

**GENIET VAN ELKE  
TRAP EN ELKE STAD!**



 Freez.it  
uw ict-afdeling

*Beter* ♥ ♥ ♥ ♥  
VAN DEN BRUG

**Powerbar**

**FOESZ**  
SUPERMARKTEN

*Van  
Smaak*

**De Friesland**

**GO Geotrack**

**fie+ssport**

**JDE Peets**

  
FrieslandCampina  
everything by nature

# ELFSTEDENWEEKEND BOLSWARD

VAN 22 T/M 25 MEI 2026



## PROGRAMMA

### VRIJDAG 22 MEI

- 9.00 - 21.00 **WINKELS OPEN**  
*Centrum*
- 12.00 **OPENING FIETSELFSTEDENCAMPING**
- 19.00 - 20.30 **BEN DE BANJOMAN**  
*Centrum*
- 20.00 - 01.00 **PINKSTERFEEST XL**  
*Plein 1455*
- 23.00 - 3.30 **AFTERPARTY MET DJ VIVARO**  
*Café De Drie Koningen*

### ZATERDAG 23 MEI

- 9.00 - 14.00 **54<sup>e</sup> MINI FIETSELFSTEDENTOCHT**  
*Start en finish Marktplein*
- 09.00 - 17.00 **WINKELS OPEN**  
*Centrum*
- 12.00 - 17.00 **DWEILORKEST**  
*Centrum*
- 13.00 - 17.00 **WATERBALLEN**  
*Gracht Appelmarkt*
- 14.00 - 17.00 **KINDERACTIVITEITEN**  
*Centrum*
- 17.30 - 18.30 **RABO DIKKE BANDEN RACE**  
*Stadhuis*
- 19.00 - 21.00 **25<sup>e</sup> BRANDSMA KOFFIE RONDE**  
*Start en finish Stadhuis*
- 22.00 - 02.00 **MARKTPLEIN DJ PARTY**  
*Marktplein*
- 23.00 - 03.30 **DJ NEXTBEAT**  
*Café De Drie Koningen*
- 00.00 **START STEPELFSTEDENTOCHT**  
*Centrum*

### ZONDAG 24 MEI

- V.A 10.00 UUR **DOORKOMST STEPELFSTEDENTOCHT**  
*Centrum*
- 12.00 - 17.00 **WINKELS OPEN**  
*Centrum*
- 12.00 - 16.00 **DWEILORKEST**  
*Centrum*
- 13.00 - 16.00 **ROMMELMARKT**  
*Grootzand / Kleinzand*
- 13.00 - 17.00 **WATERBALLEN**  
*Gracht Appelmarkt*
- ±14.30 - 20.00 **FINISH STEPELFSTEDENTOCHT**  
*Plein 1455*
- 14.30 - 18.30 **LIVE MUZIEK: TIMEMAUD & DRAAIMOLEN**  
*Plein 1455*
- 16.00 - 23.00 **DEADLINE LIVE! • DJ DAN DANIELS • DJ CLOUDZ**  
*Marktplein*

### MAANDAG 25 MEI

- 05.00 - 08.00 **START GROEP 1 T/M 23 FIETSELFSTEDENTOCHT**  
*Stadhuis*
- V.A. 10.15 **DOORKOMST FIETSELFSTEDENTOCHT**  
*Centrum*
- 11.00 - 17.00 **WINKELS OPEN**  
*Centrum*
- 11.00 - 16.00 **DJ IN DE BINNENSTAD**  
*Centrum*
- V.A. 13.30 **FINISH FIETSELFSTEDENTOCHT**  
*Plein 1455*
- 16.00 - 21.00 **SWINGTERRAS DJ WOO**  
*Bargefenne*
- 22.00 - 00:00 **STEMPELPOST DE TIJD + EINDE FIETSELFSTEDENTOCHT**  
*Stadhuis*



ALLE INFO OP BOLSWARD.NL  
OF VOLG ONS OP DE SOCIALS

Mede mogelijk gemaakt door: Vereniging Ondernemend Bolsward | Ondernemersfonds Súdwest Fryslân | Stichting de Friese Rijwielfifstedentocht | Stichting Bolswarder Stepeelfsteden | Brandsma Koffie



# Fan van de Fietselfstedentocht

De Fietselfstedentocht brengt mensen samen op de fiets.  
Jong en oud, snel of rustig, iedereen hoort erbij.

De Friesland ondersteunt initiatieven die mensen helpen om samen gezond en vitaal te leven.  
Daarom zijn we trotse partner van de Fietselfstedentocht.

**Gewoon voor elkaar.**

# De Friesland

## Gewoon voor elkaar