

Nieuwsbrief Stepteam Twente



November 2021

In deze nieuwsbrief vertellen we je weer over onze activiteiten. Als je vragen of opmerkingen hebt, stuur dan een mailtje naar info@stepteamtwente.nl. De meest recente nieuwsbrieven kun je nu ook [online](#) vinden.



Even geen avondtrainingen meer

In verband met de nieuwste coronamaatregelen komen onze trainingen op maandag- en woensdagavond voorlopig te vervallen. De trainingen op zaterdagmorgen gaan gewoon door.

Techniektraining: klimtechniek

Eén keer per maand houden we een **techniektraining** waar ook niet-STT'ers welkom zijn. Sinds kort organiseren wij deze trainingen op verschillende locaties. Deze trainingen houden we niet meer op de eerste maandag van de maand, maar op de **eerste zaterdag van de maand**.



De volgende techniektraining gaat over **klimmen en dalen**. Op **zaterdag 4 december** trainen we rond de Tankenberg bij Oldenzaal. We verzamelen om 9.30 uur op Parkeerplaats Tankenbergweg. Suggesties voor locaties voor volgende techniektrainingen zijn welkom.

Meettraining

1475 m	
Tijd	Datum
2:59,7	27-10-2021
3:06,3	15-9-2021
3:07,3	27-10-2021
3:24,7	15-9-2021
3:25,8	15-9-2021
3:51,7	15-9-2021
4:04,4	27-10-2021
4:08,0	11-9-2021
4:14,7	15-9-2021
4:16,0	15-9-2021
4:19,4	15-9-2021
4:43,0	27-10-2021

We hebben nu al een paar keer een meettraining georganiseerd op en bij het Oosterveld in Hengelo. We meten dan een sprint over 200 m, een klimsprint over 215 m en een hele ronde van 1475 m. Als je elke maand meedoet, krijg je via een Excel-bestand een beeld van fluctuaties in je prestaties en je conditie, en krijg je een indruk van het effect van verbeteringen van je steptechniek of je materiaal.

Verder kan het een leuke uitdaging zijn om steeds te proberen je persoonlijke records aan te scherpen. In principe doen we dit op elke derde woensdag van de maand. Maar in verband met de nieuwe coronamaatregelen organiseren we de eerstvolgende meettraining op **zaterdag 18 december**.

WhatsApp

Tot voor kort was de WhatsApp-communicatie binnen STT verspreid over meerdere app-groepen. Gelukkig hebben we nu ook één grote groep waar bijna alle leden van STT bij zijn aangesloten. In deze groep worden trainingen, toertjes,

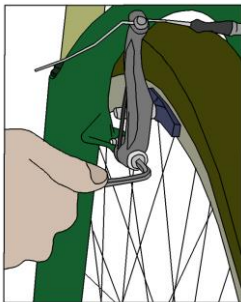


afgelastingen, oproepjes e.d. aangekondigd en gedeeld. Ben jij STT-lid en zit je nog niet in deze groep? Laat het ons weten als je wilt worden toegevoegd!

Terugblik: Tukkertocht en Crossdag

Op zaterdag 25 september deden 40 steppers mee aan onze **Tukkertocht**. Ze konden kiezen uit drie fraaie routes in de omgeving van Buurse: 25 km, 40 km en een crosstocht van 35 km over een deel van het MTB-parcours van Haaksbergen. De helft van de deelnemers koos voor de kortste afstand. Dit jaar stond er voor het eerst een crossroute op het programma. 7 deelnemers kozen voor deze optie. We zijn blij met de vele enthousiaste reacties. De steppers uit Haaksbergen hadden weer een mooi evenement neergezet.

Op zondag 10 oktober hielden we voor de derde keer een **Crossdag**. Ook dit evenement vond plaats in de omgeving van Buurse. 18 mensen beleefden een gave en leerzame dag. Het was mooi om te zien dat we zowel bij de Tukkertocht als de Crossdag nieuwe steppers konden verwelkomen die bij ons hun eerste stepevenement beleefden.



Onderhoudsclinic: volgend jaar

In verband met de verscherpte coronamaatregelen stellen we de onderhoudsclinic uit naar volgend jaar. We kunnen dan diverse onderwerpen behandelen, zoals het afstellen van remmen, de werking van snelspanners, het plakken van banden, enz. Als je suggesties hebt voor een bepaald onderwerp op het gebied van steponderhoud, kun je dat laten weten via een mailtje naar info@stepteamtwente.nl.

Opheffing NAF



Stepteam Twente is aangesloten bij de NAF (Nederlandse Autoped Federatie), een vereniging die op landelijk niveau de stepsport promoot. Helaas konden in de afgelopen jaren onvoldoende mensen worden gevonden om de NAF naar behoren draaiende te houden. Daarom is tijdens een ALV op 6 november jl. besloten om de NAF op te heffen en voort te zetten in de vorm van een stichting. We houden jullie op de hoogte van de ontwikkelingen.

Etapák: Vincents stepavontuur in Tsjechië

Vincent heeft dit jaar meegedaan aan Etapák, een meerdaagse, zeer uitdagende offroadwedstrijd voor steppers in Tsjechië. [Hier](#) kun je lezen hoe hij dit heldhaftige avontuur heeft beleefd.

