

*Tot volgend jaar, bij de
105e Vierdaagse van
Nijmegen!*

*Maar natuurlijk zien
we u ook graag bij
onze RET wandel-
tochten.*

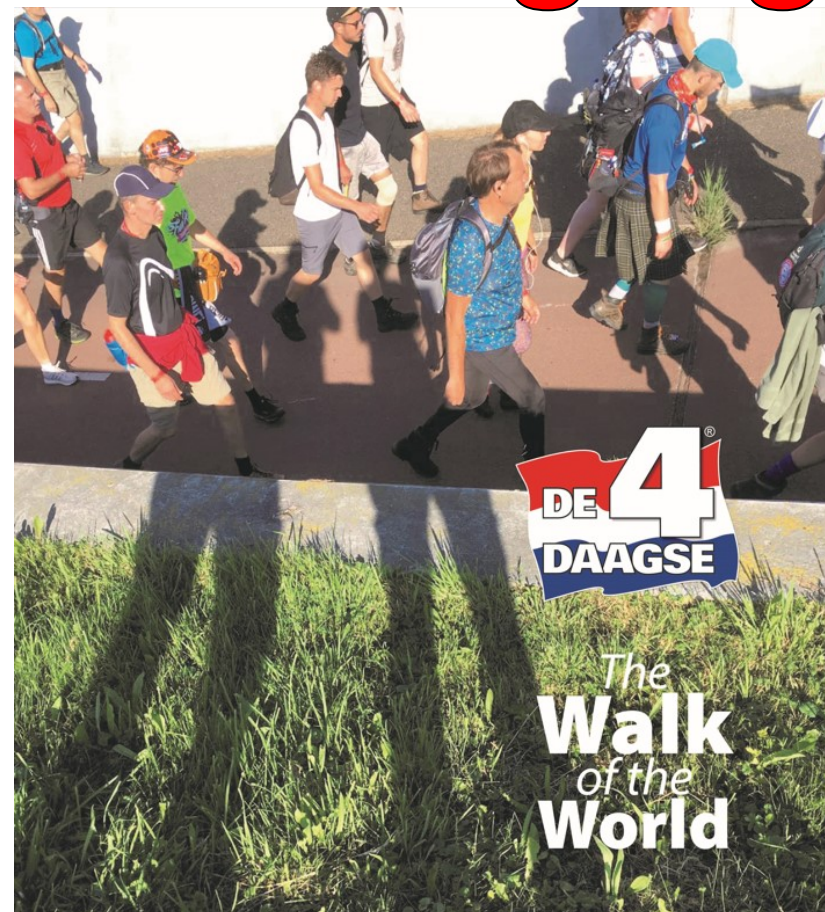
*Op 15 oktober 2022 de 42e Metro
Wandeltocht (metro station
Hoogvliet).*

*Maar in 2023 ook in maart de
spectaculaire RET (stads)
Wandeltocht Rotterdam en in juni de
Spijkenissemars.*

*Elke mars met een Vierdaagse rust-
post, goede bepijling en
verrassingen.*



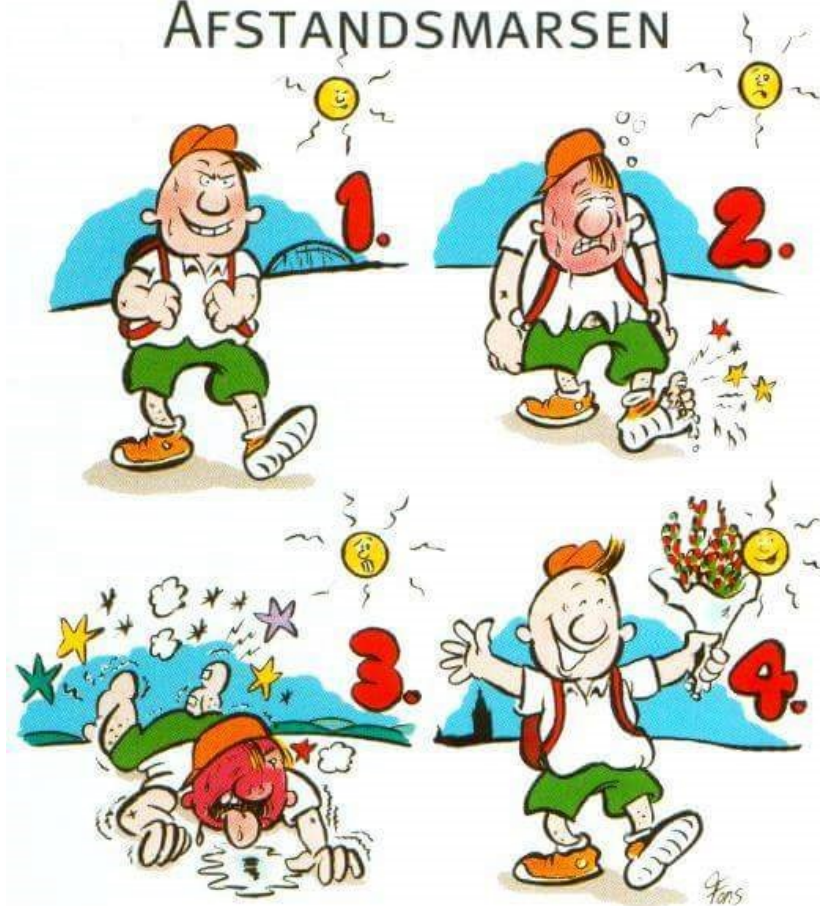
Verzorging



2022 / RET
AARDIG ONDERWEG
- 1 -



INTERNATIONALE 4-DAAGSE AFSTANDSMARSEN



'S WERELDS GROOTSTE WANDELSPORTEVENEMENT

Groeten uit Nijmegen

WANDELSPORTVERENIGING



AANMELDINGSFORMULIER

Naam : _____

Adres: _____

Postcode: _____

Plaats: _____

meldt zich hierbij aan als donateur/donatrice van de Wandelsportvereniging R.E.T. te Rotterdam en ontvangt de "R.E.T. - Wandelaar", het cluborgaan van bovengenoemde vereniging. Tevens extra euro korting op onze RET wandeltochten.

Wenst éénmaal per jaar te voldoen €..... op bankrekening NL57 INGB 0004 1855 14 t.n.v. Penningmeester Wandelsportvereniging R.E.T. te Alphen aan den Rijn. (minimaal € 15,00 per jaar)

Geen korting of clubblad? Dan bent u met elk willekeurig bedrag welkom als donateur.

Datum: _____ Handtekening: _____

Opsturen kan ook:
Secretariaat W.S.V.- R.E.T.
Gabriela Meijer
Noordweg 25
4675 RN Sint-Philipsland
Telefoon: 06-43148898

Beste mensen,

Elke dag treft u onze verzorgingswagens aan, herkenbaar aan de borden "RUST-RET". De juiste plaatsen van onze vier wagens staan in dit boekje vermeld. U kunt de wagens op onderstaande nummers bereiken, svp alleen in dringende gevallen. U kunt ons ook tijdens de hele Vierdaagse per email bereiken op vierdaagse@wsvret.nl.

Wagen A: 06-22966861 (Betsy), wagen B: Thea Kok (06-55062999), wagen C: Thea Weijers (06-10796851) en wagen D: Rik Loode (06-46035450). .

Succes!

Verzorgingsteam Wandelsportvereniging R.E.T.

Verzorgingsteam RET
vierdaagse@wsvret.nl
06-16080960



WAT KUNT U VERWACHTEN VAN DE VERZORGING VAN DE WANDELSPORT-VERENIGING R.E.T. UIT ROTTERDAM

1. Wij proberen onze uiterste best te doen om, met een beperkt aantal vrijwilligers, het toch voor u zo aangenaam mogelijk te maken bij de rusten aan onze wagens.
2. Elke ochtend vertrekken we met volle wagens naar de rustposten, maar toch geldt: op is op. Denkt u s.v.p. aan de wandelaars die na u komen, zodat er voor iedereen bijvoorbeeld drank of fruit is.
3. Bij de eerste rust kunt u een setje consumptiekaarten kopen. Voor de 50 km kost dit € 53,00. Voor de 40 km kost dit € 42,00 en voor de 30 km € 32,00. De 50 en 40 km lopers treffen wij op dinsdag in Oosterhout aan de rechterkant van de weg, op het adres Dorpsstraat 84. De 30 km lopers kopen hun consumptiekaarten bij de eerste rust in Valburg aan de Tielsestraat 9D, aan de rechterkant van de weg.
4. Op pagina 6 vindt u uitleg over de consumptiekaarten.
5. Wij proberen zoveel mogelijk stoelen voor u mee te nemen, maar toch kan het gebeuren, dat er zoveel wandelaars tegelijk komen, dat er niet voldoende plaats is. Wees sportief en geef uw zitplaats af als u een poosje gerust heeft!
6. Een vriendelijk en gezellig woord van u is heel veel waard! Mopperen kan altijd de andere 361 dagen van het jaar nog. Wij proberen er met z'n allen ook nu weer een onvergetelijke Vierdaagse van te maken!
7. Problemen zijn er om opgelost te worden en voor ideeën hebben wij een open oor.
8. Is het u zo goed bevallen, dat u ons werk wilt steunen, dan kunt u donateur of donatrice worden van onze vereniging.
Het aanmeldingsformulier (pagina 18) kunt u inleveren aan de verzorgingswagens of opsturen, waarvoor onze hartelijke dank.
9. En wat verwachten wij van u ?? Geduld en begrip!! Ook de verzorgers staan om 3.00 uur op en wij hebben helaas niet altijd alles de hele dag in voorraad. **Laat geen afval slingeren, deponeer dit in de vuilniszakken, houdt de rust-**



de statistieken

Zelf de cijfers bijhouden van 2022, en vergelijken met de vorige jaren.....

	2022	2019	2018	2017	2016	2015	2014
Ingeschreven	44.164	52.330	51.130	50.403	54.325	51.462	53.844
Uitgeloot	0	5.330	4.130	3.403	4.325	5.462	7.844
Ingeloot	44.164	47.236	47.000	47.000	50.000	46.000	46.000
Gestart dag 1		44.702	44.480	42.036	47.166	42.684	43.013
Uitv dag 1		661	607	792	1.206	697	715
%		1,48%	1,36%	1,88%	2,55%	1,63%	1,66%
Gestart dag 2		44.041	43.873	41.244	45.960	41.987	42.298
Uitv dag 2		1.350	1.344	1.525	2.050	894	1.188
%		3,07%	3,02%	3,63%	4,35%	2,09%	2,76%
Gestart dag 3		42.691	42.529	39.719	43.910	41.093	41.110
Uitv dag 3		1.111	1.225	1.002	914	795	973
%		2,60	2,75%	2,38%	1,94%	1,86%	2,26%
Gestart dag 4		41.580	41.304	38.717	42.996	40.298	40.137
Uitv dag 4		345	298	308	439	206	227
%		0,83%	0,67%	0,73%	0,93%	0,48%	0,53%
Finish total		41.235	41.006	38.409	42.557	40.092	39.910
Uitvallers		3.467	3.474	3.627	4.609	2.592	3.103
Totaal uitv		7,9%	7,8%	8,6%	9,8%	6,1%	7,2%

Wandelen op het internet.....

De RET Wandelsportvereniging is ook te vinden op www.wsvret.nl en Facebook, twitter of instagram.
Ga naar <https://www.facebook.com/RetWandel> en vindt leuke tips, foto's en filmpjes van deze Vierdaagse en onze tochten.

En reageer ook zelf op onze berichten. U heeft geen FaceBook? Dan kunt u toch gewoon kijken, door bovenstaand adres in te tikken in uw browser. U kunt dan echter niet reageren:

Op twitter zijn we te vinden op www.twitter.com/4dnijmegen. Adresseer uw berichten aan dit adres, of gebruik de hashtag #4d22.

Op fotosite instagram vindt u ons via www.instagram.com/wandelsportret.

Tenslotte plaatsen we elke dag een bericht op het blog op onze website. U bent van harte uitgenodigd om hier uw reacties te plaatsen. Hiervoor is geen registratie nodig: <https://www.robdewinter.nl/blog/>

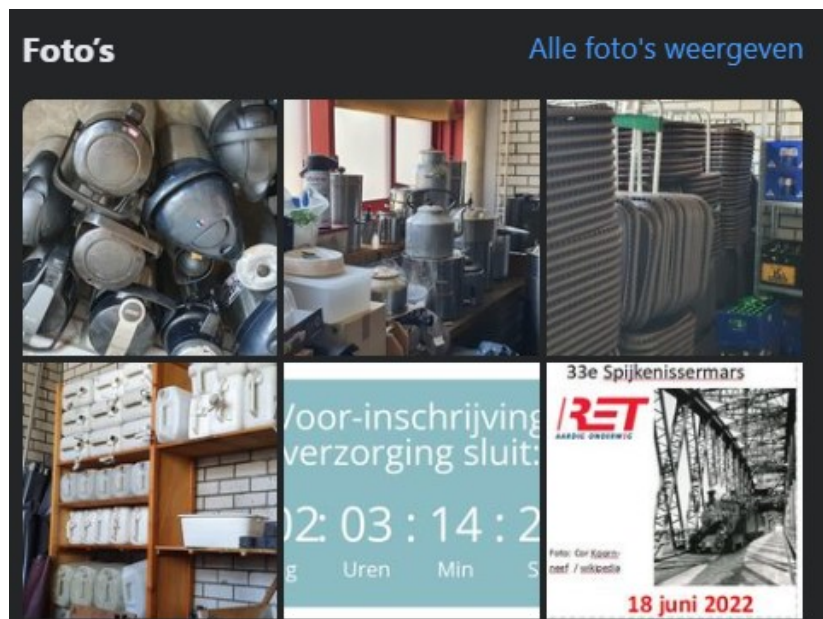
plaatsen schoon! Wij worden elk jaar weer gastvrij ontvangen en komen volgend jaar graag terug !! Wij vertrouwen er dan ook op, dat wij vrijdag aan de Houtlaan, **ALLE WANDELAARS** kunnen feliciteren met hun prestatie.

11. Foto's van de verzorgingsposten van dit jaar en het afgelopen jaar kunt u direct na afloop van de Vierdaagse weer bekijken op internet. Aankondiging daarvan doen wij via onze facebook pagina [facebook.com/RETWandel](https://www.facebook.com/RETWandel). Of via www.vierdaagse.org.
12. Wij wensen u een succesvolle Vierdaagse 2022 toe!

Namens het Verzorgingsteam,
Wandelsportvereniging R.E.T.,

Jan Schults, voorzitter.

Op de routekaartjes worden verschillende kleuren gebruikt. Dat stemt overeen met onderstaande legenda. De start- en afmeldingstijden zijn dagelijks als volgt:



	<u>AFSTAND:</u>	<u>START:</u>	<u>AFMELDING:</u>
--	-----------------	---------------	-------------------

	50 km	04.00 - 04.30 uur	12.00 - 17.00 uur
---	--------------	-------------------	-------------------

	40 km	04.45 - 05.30 uur	12.00 - 17.00 uur
---	--------------	-------------------	-------------------

Of		05.45 - 06.30 uur	12.00 - 17.00 uur
----	--	-------------------	-------------------

	40 km militairen		
---	-------------------------	--	--

	30 km	06.45 - 07.15 uur	12.00 - 17.00 uur
---	--------------	-------------------	-------------------

Of		07.30 - 08.00 uur	12.00 - 17.00 uur
----	--	-------------------	-------------------

Op vrijdag sluiten de bureaus om 18 uur!

LET OP !!! LET OP !!! LET OP !!! LET OP !!!

U ontvangt 4 consumptiekaart(en). Op deze kaart staat het aantal consumpties aangegeven. Deze zullen afgestreept worden door onze verzorgers. Er zijn twee groepen consumpties: de ene voor koffie, thee, melk of karnemelk fruit en chips. Op de andere krijgt u: soep, belegde broodjes, diverse soorten limonade, slatjes (woe), gehaktballen (don) en warme worst (vrij). Het onderscheid wordt op de kaart aangegeven. Soms staat er nog een andere aanduiding waarmee u iets anders op kunt halen.

Zonder consumptiebon: snoepwaren, augurken of wat er nog meer in de aanbieding is (drop????). Veel extraatjes.

Ervaringen van voorgaande jaren leren ons dat het aantal consumpties ruim voldoende is, maar desnoods kunt u voor 5 euro nog 5 consumpties bij kopen op vertoon van uw originele kaarten. Vraag ernaar bij onze vrijwilligers.

Consumptiekaarten zijn in principe persoonlijk, en dus niet bedoeld om consumpties langs het parcours uit te delen. Wij moeten nl met uw bijdrage ook dure wagens huren, en apparatuur kopen. Help ons om het voor iedereen gezellig en betaalbaar te houden.

Alles wordt zo goed mogelijk en dagelijks vers ingekocht. Maar ook hier geldt: op is op. Broodjes zijn slechts dit jaar op de soep-rust in ruime mate beschikbaar. Dit staat in dit boekje vermeld. Op is helaas op.

Wij doen ons best voor u, doet u dit ook voor ons!

BELANGRIJK:

De deelnemers die zich na 17.00 uur (vrijdag 18.00 uur) afmelden, worden geacht te zijn uitgevallen. Na de laatste controle op vrijdag is de route tot en met de finish op de Wedren/Julianaplein officieel onderdeel van de Vierdaagse en dient als zodanig gelopen te worden. Het afmelden en in ontvangst nemen van de beloning bij de finish is alleen mogelijk op vrijdag tot de hierboven vermelde sluitingstijd. Op zaterdag na de Vierdaagse kunnen geen startkaarten meer in ontvangst worden genomen.



4e dag, vrijdag 22 juli: de dag van Cuijk

OVERASSELT

Aan de Kasteelstraat 9 in Overasselt treft u aan de rechterkant van de weg wagen B aan. Een rust voor alle afstanden. Let op het reclamebord van Fa. L. Angenendt.

BEERS

Wagen C staat midden in Beers op de plek waar we altijd hebben gestaan. LET OP: afhankelijk van de ruimte kan dat aan de linkerkant zijn voor de garage, of aan de rechterkant naast het buurthuis. Even goed opletten dus!!! **Deze rust heeft soep en broodjes.** In het uurthuis kunt u naa het toilet.

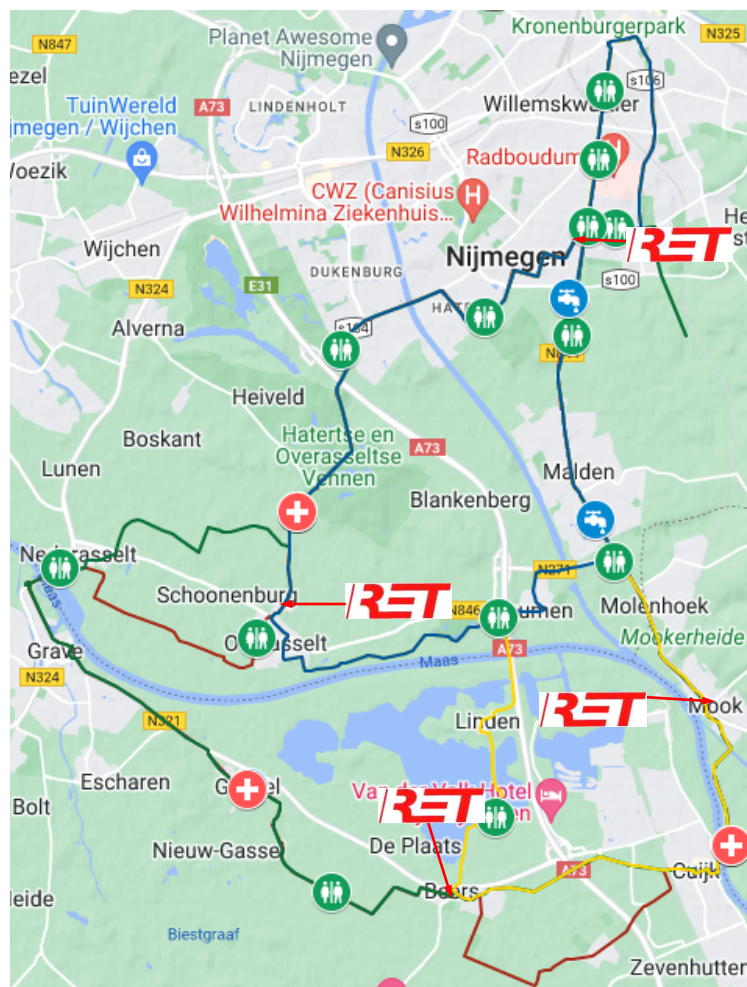
MOOK

De 40 en 50 km lopers kunnen hier onder het nuttigen van een worstje afscheid nemen van wagen D. U ziet ze staan bij zorgcentrum Maasstaete in Mook. Het is tijd voor de hotdog!!!

HOUTLAAN

Dit is de laatste rust voor alle afstanden. Wagen A staat aan de rechterkant van de weg, een beetje verscholen achter het publiek. De Houtlaan is de eerste grote oversteekplaats waar het verkeer de hele dag de Sint Annastraat mag passeren. De rust staat dit jaar iets verder naar achteren het straatje in. Ook de wagens B en C komen naar deze rust toe.

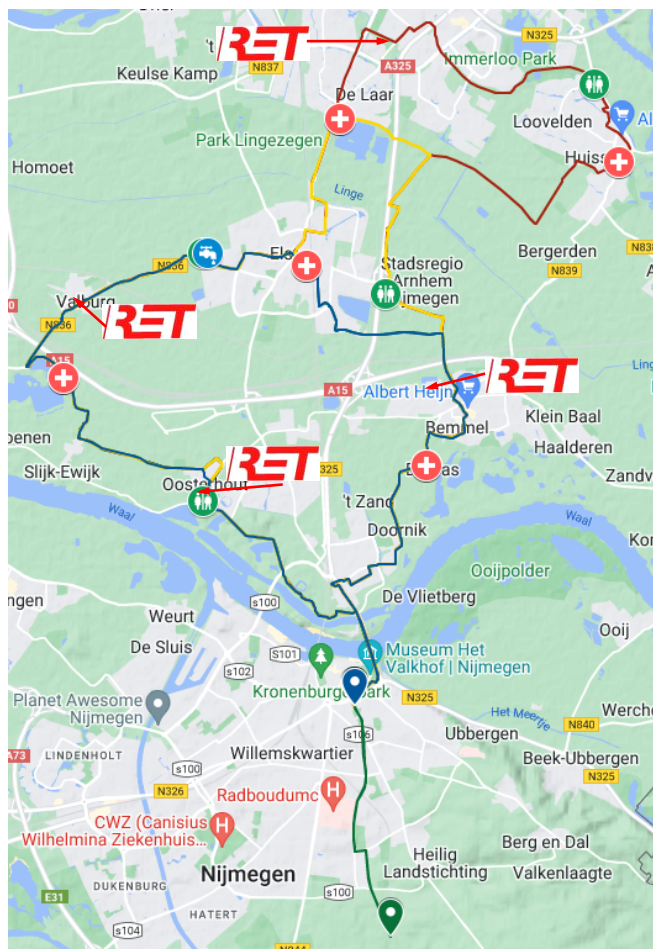
We heffen met u het glas op de goede afloop! Nog een klein stukje naar de finish!!!



Afstanden	30 km	40 km	50 km
Overasselt	13,6 Km	13,6 Km	13,6 Km
Beers	Geen rust	23,6 Km	28,7 Km
Mook	Geen rust	31,4 Km	38,8 Km
Houtlaan	26,4 Km	39,2 Km	46,6 Km
Finish	30,0 Km	42,5 Km	50,2 Km

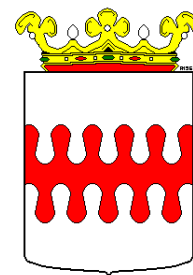
Start- en finishlocatie 'de Wedren'





Afstanden	30 km	40 km	50 km
Oosterhout	Geen rust	7,3 Km	7,3 Km
Valburg	14,2 Km	14,9 Km	14,9 Km
Elden	Geen rust	Geen rust	26,1 Km
Bommel	23,7 Km	30,2 Km	42,6 Km
Finish	33,2 Km	39,7 Km	52,1 Km

Afstanden zijn berekend door Twan Janssen van het Havenbedrijf



3e dag, donderdag 21 juli: de dag van Groesbeek

MAAS-WAAL KANAAL

De rust staat hier aan de linkerkant van de Oosterkanaalweg (vlakbij of onder het viaduct). Wagen D verzorgt hier de koffietafel voor wandelaars van alle afstanden.

LANGSTRAAT

Ook dit jaar kunt u weer rusten aan de Langstraat. U treft deze **tomatensoeprust** weer aan op het terrein van de dierenarts aan de Langstraat 72, aan de linkerkant van de weg. Deze rust is voor de wandelaars van de 40 en de 50 km. **Bij de soep hoort ook op deze rust een broodje** (zo lang de voorraad strekt).

MILSBEEK

Voor de 50 km lopers kunt u wagen B vinden aan de linkerkant van de weg en wel Ringbaan 5A.

GROESBEEK

LET OP: deze rust is verplaatst!! U vindt hem nu een paar honderd meter na de molen, aan de linkerkant van de weg bij een fietsenwinkel. Alleen voor de 30km wandelaars wordt hier de soep ingeschonken en een broodje aangeboden. Uiteraard liggen hier voor alle afstanden ook de traditionele en zeer populaire gehaktballen te prutten.



Bij de tijd!

Hoe laat was u bij welke rust?

Start:

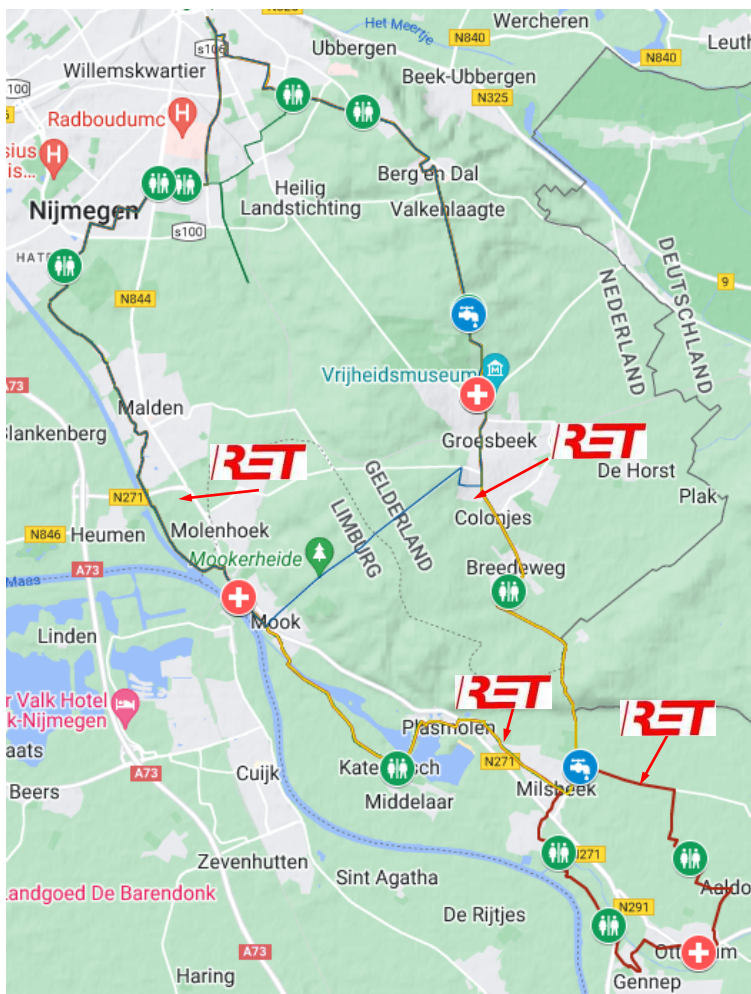
1e rust:

2e rust:

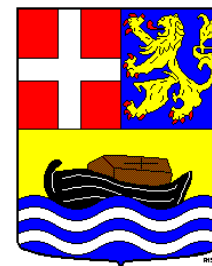
3e rust:

4e rust:

Finish:



Afstanden	30 km	40 km	50 km
Maas-Waalkanaal	11,0 Km	11,0 Km	11,0 Km
Milsbeek	Geen rust	20,7 Km	20,7 Km
Milsbeek (Ringbaan)	Geen rust	Geen rust	33,3 Km
Groesbeek	19,2 Km	28,0 Km	39,8 Km
Finish	30,5 Km	39,3 Km	50,2 Km



1e dag, dinsdag 19 juli: de dag van Elst

OOSTERHOUT

De route wordt met de klok mee gelopen, dus dit is weer de eerste rust waar 40 en 50 km wandelaars bij wagen A hun kaarten op kunnen halen. De rust staat weer in een mooie grote loods, die u aan uw rechter hand ziet! Het adres is de Dorpsstraat 84, naast een boerderij. De 30 km komt NIET bij deze rust!!

VALBURG

Alle afstanden hebben hier een rust bij wagen C aan de Tielsestraat 9D. De wagen staat aan het eind van het hek, binnen de af-rastering (let op de spandoeken!!) Dit is de grote rust, de soeprust. **Hier zijn vandaag ook de broodjes verkrijgbaar!** Voor een soeprust is het best wel vroeg, daarom de wat makkelijk verteerbare groentesoep :-). De 30 km wandelaars halen hier hun kaart op.

ELDEN

De rust voor de 50 km staat weer bij het viaduct over de rijksweg in Elden. U ziet daar wagen B aan de linkerkant van de weg, aan het begin van de Huissensedijk, begin Brinksestraat (onder de rook van het Gelredome).

BEMMEL (HOUTAKKER)

U vindt de rust van wagen D op het adres De Plak 29 in Bemmelen, op het terrein aan de rechterkant van de weg, voor voormalig Tuincentrum Van de Looi. Onder de hoogspanningskabels, nadat u het viaduct oversteekt aan het begin van Bemmelen. Ook de 30 km zal van deze rust gebruik maken.

Op de plattegronden vindt u de volgende symbolen:



TOILETTEN-

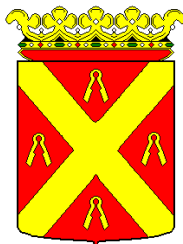


WATERPUNTEN



EHBO

2e dag, woensdag 20 juli: de dag van Wijchen



ALVERNA

Deze rust van wagen C is voor alle afstanden. De rustpost staat aan de linkerkant van de weg, op het terrein van een aspergekwaker op Heumenseweg nummer 262.

NIFTRIK

Wagen D staat voor de 50 km aan de dijk rond Niftrik, rechts van de weg. Dat is bij een klein monument. Behandel dat svp met respect.

WIJCHEN

Aan de Kasteellaan in Wijchen staat de erwtensoep klaar bij wagen A, op het terras op een parkeerterrein aan de linkerkant van de weg, naast herenmodezaak ViaVia, huisnummer 43B. **Deze post heeft ook in ruime mate broodjes.**

BEUNINGEN

De rustpost staat opnieuw net buiten Beuningen. We staan aan de rechterkant in de groenstrook van de provinciale weg tussen Beuningen en Weurt. We hebben weer geprobeerd wat meer schaduw te verzorgen. We hopen dat u daar van profiteert!!

Afstanden	30 km	40 km	50 km
Alverna	12,1 Km	12,1 Km	12,1 Km
Niftrik	Geen rust	Geen rust	24,9 Km
Wijchen	17,1 Km	23,1 Km	32,1 Km
Beuningen	26,1 Km	32,1 Km	41,1 Km
Finish	33,6 Km	39,5 Km	48,5 Km

