

# Fietsland bij uitsteking

Pas wanneer je in het buitenland bent weet je weer wat een geweldig fietsland Nederland is. Nergens anders vind je zoveel mooie fietspaden en goede voorzieningen voor fietsers als in ons eigen landje.

En dat is precies wat Elsbeth Plaum (36) samen met haar man Frank (47) en hun zoon Ira (9) op de proef hebben gesteld. Elsbeth: "Ira maakt gebruik van een rolstoel en heeft een licht verstandelijke handicap. Voorheen gingen we altijd een weekje naar een huisje maar Ira verveelde zich altijd snel. Dus dan gingen we weer op pad. Maar elke dag iets leuks bedenken is niet altijd makkelijk. Aangezien we alle drie gek op fietsen zijn ontstond het idee om een fietsvakantie te plannen. Elke dag op de fiets en elke avond een ander adres om te overnachten. Makkelijk bedacht, maar de route plannen was toch best een klus. Belangrijkste was eigenlijk het regelen van een andere fiets."

## DE FIETS

"We hadden altijd een extra grote bakfiets waar Ira in een speciaal stoeltje prima in zat. Maar hij werd hier te groot voor, het werd ook te zwaar om hem hier in en uit te tillen. Bovendien was het lastig om zijn rolstoel mee te nemen. Ik heb veel fietsen bekeken en kwam uiteindelijk bij de Veloplus uit, een fiets met een rolstoelplateau aan de voorkant. Ik

vond het geen mooie fiets maar op een gegeven moment dacht ik; stik, kan mij het schelen, het gaat erom dat het praktisch is. En dat is deze fiets. Ira rijdt er eenvoudig met zijn rolstoel op. Bij de Veloplus staat de rolstoel vrij laag wat de stabiliteit ten goede komt. Bovendien zit er trapondersteuning op wat toch ook wel heel fijn is, het is gewoon zwaarder fietsen met zo'n fiets. Nu kun je het vergelijken met een gewone fiets (zonder rolstoel). We kunnen nu dus veel langere tochten maken. Wij hebben de fiets zonder veel gedoe in bruikleen gekregen van de gemeente. Het is een tweedehands maar hij is nog prima! Eén dag voor vertrek arriveerde de fiets dus dat was wel spannend."

## OVERNACHTEN

"Ongeveer veertig kilometer is wat we per dag zouden afleggen. Frank heeft de route bepaald via zijn fiets GPS-navigatie. Daarna heb ik op de route adressen gezocht om te overnachten. Via de website [www.eelkedoroomt.nl](http://www.eelkedoroomt.nl) en het boekje 'Bed&breakfast zonder drempels' van de ANWB had ik de meeste adressen snel compleet. Jammer

genoeg was bijvoorbeeld de Overleekerhoeve in Monnikendam al volgeboekt, daar kon je vanuit de ontbijtruimte in de koeienstal kijken. Dat leek ons wel wat. Na wat zoeken vond ik nog een b&b in Monnikendam met aangepaste badkamer (Hoeve Meerzicht). Jammer genoeg iets gedateerd wat betreft inrichting en behoorlijk prijzig, maar het is toch maar voor één nachtje. Het voordeel van een hotel of b&b is dat alles daar aanwezig is. Je hoeft dus niet veel meer mee te nemen dan wat kleding en toiletpullen. Ook het ontbijt is lekker geregeld en wij vonden het heerlijk een beetje luxe na een dag op de fiets. Nadeel is wel dat het al met al best kostbaar is."

## DE ROUTE

"Ons huis in Alkmaar was ons vertrekpunt. Vervolgens zijn we richting Wijdenes naar b&b de Appelhoek aan het Markermeer gefietst. Eigenlijk was dat direct het mooiste adres. Leuke mensen, eigentijds en veel ruimte buiten. Echt vakantie. Daarna ging de reis naar Monnikendam. Op ons wensenlijstje stond tevens de hoofdstad. We zijn hartje Amsterdam doorgefietst. In het hotel



in Amsterdam konden we helaas de fiets niet opladen, maar we zijn daar bij vrienden langs gegaan en hebben 'm daar wat uurtjes aan de lader gehad. Vervolgens gingen we richting Muiderberg, een mooie tocht langs het water. Ons laatste adres was in Werkhoven, onder Utrecht. Daar bleven we twee nachttjes in een fijn huisje; de Kip.

### AFWISSELEND EN ALTIJD BUITEN

We hebben het echt heerlijk gehad. Zeker voor herhaling vatbaar. Al ben ik bang dat het een tweede keer nooit zo leuk is. We hadden prachtig weer en op een leuke band na geen problemen gehad. De route was heel afwisselend; hele stukken over dijken langs het water, heidevelden, lanen met bomen, het pontje in Amsterdam-Noord, door het centrum van Amsterdam. Je bent de hele dag buiten; heerlijk. Ira speelt niet zo makkelijk buiten dus dat is voor hem ook een leuke bijkomstigheid. De fiets is wel breed (110 centimeter) maar we hebben nergens hoeven omfietsen. Soms was het lastig een aangepaste toilet te vinden onderweg. Vooraf hadden we onszelf wel afgevraagd of we dat ook allemaal moesten plan-

nen en uitzoeken maar dan leg je je wel heel erg vast. Gelukkig lukte het altijd wel, want we kunnen Ira nu nog helpen op een gewoon toilet.

De terugreis hebben we met de trein gedaan, ook weer een hele belevenis. Voor Ira was het de eerste keer. De fiets is opgehaald door Moob (zie links & tips).



### ADRESSEN

Elsbeth, Frank en Ira verbleven in de volgende adressen. Via [Eelkedroomt.nl](http://Eelkedroomt.nl) lees je meer over de toegankelijkheid: De Appelhoek in Wijdenes, Hoeve Meerzicht in Monnickendam, Hotel Espresso in Amsterdam, Hotel het Rechthuis in Muiderberg en Vakantiewoning de Kip in Werkendam.

### BRENG- EN HAALSERVICE MOOB

Elsbeths gouden tip is de breng- en haalservice van Moob. Een vervoersbedrijf wat voor € 100 (basistarief) hulpmiddelen van en naar een (vakantie)bestemming in heel Nederland brengt. Kijk voor meer info op [www.kustersbedrijven.nl](http://www.kustersbedrijven.nl) of bel met 040 259 4000.

### DE FIETSKNOOPPUNTEN

In bijna heel Nederland kom je de genummerde, wit-groene bordjes van het fietsrouten netwerk tegen. Je fietst heel makkelijk van knooppunt naar knooppunt. Je plant de route en het aantal kilometers dat je wilt afleggen heel simpel vooraf en een briefje met enkel wat nummers is voldoende om je weg te vinden. Onderweg staan natuurlijk ook panelen met informatie over het netwerk in dat gebied. De fietsroutes zijn uitgezet over de beste fietspaden, vaak zelfs autovrij, en in twee richtingen bewegwijzerd. Meer informatie vind je op [www.fietseropuit.nl](http://www.fietseropuit.nl). Er zijn ook verschillende app's beschikbaar met de fietsknooppunten.

### DE KONINKLIJKE WEG

De koninklijke weg, [www.koninklijkeweg.nl](http://www.koninklijkeweg.nl), is een 170 kilometer lang wandelpad wat voor iedereen toegankelijk is. De wandelroute verbindt Paleis Noordeinde (Den Haag) met paleis Soestdijk (Baarn) en Paleis het Loo (Apeldoorn). Op de website vind je de routebeschrijvingen en ervaringen van mensen die je voorgingen. Bij de route beschrijving staan ook pauzeplaatsen en toiletten vermeld. Het pad wordt regelmatig gecontroleerd en is aangegeven met bordjes langs de route.

### ZELF JE ROUTE PLANNEN

RouteYou helpt je om eigen recreatieve routes te plannen. Geef je vertrek- en eindpunt aan en de route wordt voor je berekend. Je kunt kiezen voor de kortste route maar ook voor de mooiste. Of je kiest voor een route via het fietsknooppunten-netwerk. Handig is dat je onverharde wegen kunt uitsluiten. Eenmaal de route gepland kan je die printen of op een GPS toestel plaatsen. Bezienswaardigheden onderweg worden erbij vermeld. [www.RouteYou.com](http://www.RouteYou.com)

### ONGEHINDERD ONDERWEG

Stoppen voor een plaspauze? Of besluiten of je een omweg maakt om dat mooie kasteeltje te bekijken? De vernieuwde app en website van Ongehinderd.nl vertelt je precies of datgene wat je op je route tegenkomt ook (rolstoel)toegankelijke is. De site is nog volop in ontwikkeling dus kom je zelf een leuke plek tegen en staat deze nog niet in de app? Voeg deze dan zelf toe! Fijn voor de volgende reiziger.



### PECH ONDERWEG

Het kan altijd gebeuren, een lekke band of een lege accu. Pech onderweg. In de meeste gevallen kun je bellen met de leverancier van je rolstoel of handbike. Ook als je verder van huis bent kunnen zij vaak de vestiging in die plaats waar je bent naar je toe sturen. Je kunt ook lid worden van de Wegenwacht Fiets Service of de Wegenwacht Scootmobiel Service. [www.anwb.nl](http://www.anwb.nl)

## DE TWENTE ROLSTOELVIERDAAGSE

Van 22 tot en met 25 juli 2014 wordt de Twentse Rolstoel4Daagse gehouden. Ieder jaar is dit een gezellige happening met heel veel sportieve handbikers. Je kunt verschillende afstanden kiezen, 15, 30, 50 en 70 kilometer per dag. De routes gaan door het mooie Twentse landschap. De laatste dag is de traditionele intocht in Delden. Er zijn ook overnachtingsmogelijkheden.

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



### GEEN ZIN OM ALLEEN OP PAD TE GAAN?

Heb je (nog) geen fietsmaatje? Ga op zoek! Er zijn in jouw buurt vast meer mensen die het heerlijk vinden om vaker naar buiten te gaan. Hang een briefje op in de supermarkt of in het buurthuis. Of kijk eens op internet, bijvoorbeeld op [www.sportpartner.nl](http://www.sportpartner.nl) of [www.jouwbewegmaatje.nl](http://www.jouwbewegmaatje.nl)

