

# SERVAIS KNAVEN & WIM STROETINGA

geven op 9 Mei 2009 een fietsclinic voor het goede doel  
stichting NIKA LANKA

## Programma

- 10.30 uur ontvangst met koffie in School De Triade-A.Veenstrastraat 27-8471AW-Wolvega  
10.45 uur inleiding en overzicht van de wielercarrière van Servais Knaven & Wim Stroetinga  
11.00 uur start voor de fietstocht van ongeveer 70 kilometer  
Tijdens de fietstocht komen o.a. de volgende onderdelen aan de orde :  
Sprinten, interval, demarreren, bochten aansnijden, waaierrijden, houding op de fiets, sportvoeding, trainingsopbouw.  
13.45 uur terugkomst in Wolvega, met een maaltijd en aansluitend de gelegenheid tot vragen stellen aan Servais Knaven & Wim Stroetinga

**Een compleet verzorgde fietsdag : 42,50 euro p.p.**

De gehele opbrengst komt ten goede aan stichting Nika Lanka  
In vergelijking met de Rabobank Cauberg Clinic is dit bedrag een schijntje

## Bij de clinic is inbegrepen :

- Ontvangst : 2x koffie met koek  
Onderweg : fris drank, fruit, krentenbollen, PowerBar reep  
Na afloop : Maaltijd en een herinneringsfoto  
Deelnemers dienen zelf te zorgen voor een (race)fiets, schaalhelm en lege bidon. Deelname is op eigen risico.



Opgave kan via : [info@nikalanka.org](mailto:info@nikalanka.org) of via 06 17 77 00 52  
(na opgave volgt een ontvangst bevestiging met routebeschrijving)



## Wim stroetinga

Eerste jaars prof bij Milram  
Sprinter  
Winnaar WB baan wedstrijden  
Vice wereldkampioen scratch  
4x NL kampioen 2008

[www.nikalanka.org](http://www.nikalanka.org)

stichting NIKA LANKA

(Nieuwe Kansen voor sri LANKA)

Ondersteunt o.a. de wielersport in Sri Lanka

**Servais Knaven**  
al 16 jaar profwielrenner  
Winnaar van o.a. :  
Parijs Roubaix  
etappe in Tour de France  
etappe Ronde Qatar  
etappe Tirenno Adriatico  
Delta Profronde  
Nederlandskampioenschap  
Schelde Prijs  
Ronde van Denemarken

De Sportvoeding wordt aangeboden door :

