

Nieuwsbrief Simius Hircus

April 2020

Waarde Simii,

Afgelopen maand was een maand van een besneeuwd Pasen, veel gesteggel rondom Astrazeneca (en Janssen), en de allereerste bouwdag op de baan van dit jaar! We begonnen de maand met een online activiteit van de ExcellenCie waarbij we onder leiding van Astrid een heerlijke worteltjestaart gemaakt hebben. Verder is de avondklok een uurtje opgeschoven en worden de dagen weer een stuk langer, waardoor de trainingstijden weer terug naar normaal konden en we weer grotendeels in daglicht kunnen trainen! Deze maand hadden we ook weer de allereerste bouwdag van dit jaar. Dit was broodnodig gezien het feit dat de lockdown dit lange tijd niet echt mogelijk maakte. Het was een zonnige dag dus het was absoluut geen slechte dag om op de baan rond te struinen. April zal eindigen met de een oude traditie in een online jasje, die ook dit jaar voor ons weer vanuit de ECo geregeld wordt: de BATA.

Hoogachtend,
Merel

Inhoud van deze nieuwsbrief

1. Agenda
2. Worteltjestaart & Eitjes verven
3. Het 9e Bestuur
4. MonkeyCie Enquete
5. Bouwdag
6. Recept van de Maand: Astrids Worteltjestaart
7. Plantenrubriek: "Ode aan de Varen"
8. Puzzel: Batavierenrace

1. Agenda

28-5 hALV 28 mei

29-5 All Terrain survival challenge

30-5 All Terrain survival challenge

2. Worteltjestaart & Eitjes verven

Op zaterdag 3 april (de dag voor eerste paasdag) stond de 'ExcellenCie' klaar met een activiteit om worteltjestaart te bakken en eieren te verven. Rosa en en Astrid hadden het recept uitgezocht. Het begon ermee dat er 300 gram geraspte wortel nodig was. Een aantal slimmelingen hebben dit opgelost door in de supermarkt een zakje geraspte wortel te kopen. De meesten, echter, zijn eerst een half uur bezig geweest met het raspen van wortel. Dit lijkt een eenvoudige opgave, maar in de praktijk schaaft je naast de wortels ook meteen je handen en nagels mee. Vervolgens zijn de rest van de ingrediënten afgewogen en bij elkaar gevoegd. Het complete recept is staat bij het recept van de maand. Terwijl de taart in de oven stond werd er volop abstracte en minder abstracte kunst geproduceerd. Voor wie geen eieren gekookt had was er de mogelijkheid om op een andere manier de eieren te versieren. Zo beschilderde Sjoerd zijn eieren met skelethanden in een virtual reality wereld waarvan hij zijn scherm kon delen. Een uurtje later ongeveer kwamen de taarten uit de oven. Dan komt het moeilijkste deel: wachten totdat ze afgekoeld zijn zodat de topping erop kan worden gesmeerd. Als laatste werd de taart gegarneerd met pecannootjes. Uit verschillende betrouwbare bronnen heb ik gehoord dat de taarten heerlijk waren. Verder zit er een indrukwekkende hoeveelheid aan wortels in, dus is het een prima manier om aan je groentjes te komen. Echt een aanrader dus: worteltjestaart! Bijgevoegd de taart van Merel (die ongeduldig was en meteen een stuk geproefd heeft).



3. Het 9e Bestuur

Voor komend jaar zijn we weer opzoek naar een nieuw bestuur! Ons bestuur bestaat meestal uit 4 of 5 bestuursleden. Samen zijn zij in ieder geval verantwoordelijk voor de verdeling van de functies: voorzitter, secretaris en penningmeester. Verder is er vaak ook een functie commissaris intern en/of extern of iemand die met name over de promotie gaat. Dit jaar is Merel Voorzitter, Naomi Secretaris, Arjan Penningmeester en Frank Commissaris intern/extern. Samen vergader je geregeld en neem je besluiten over het reilen en zeilen van de vereniging. Het is een fantastische manier om je vereniging heel goed te leren kennen en iets terug te doen. Verder is het een leerzame ervaring om praktisch bezig te zijn en veranderingen door te voeren, samen een begroting op te stellen en zowel interne als externe contacten te onderhouden. Daarnaast is het bovenal super gezellig om regelmatig samen te vergaderen, te eten, borrelen en allerlei andere dingen samen te ondernemen (als er geen Lockdown is). Mocht het jou leuk lijken om een bestuursjaar te doen bij onze prachtige vereniging, dan kun je met vragen altijd naar ons mailen (info@survivalutrecht.nl), een appje sturen naar één van ons of natuurlijk op ons af stappen tijdens een training of activiteit!



4. MonkeyCie Enquete

Hoi allemaal!

Met de MonkeyCie zijn we alweer een tijdje druk in de weer om een zo mooi mogelijke almanak te maken voor dit jaar. Dit kunnen we helaas niet zonder jullie hulp! Daarvoor hebben we een (niet al te lange) vragenlijst gemaakt, die jullie kunnen invullen. Hiermee zou je ons erg blij maken, en bij 100 antwoorden gaat Ilmar evenzoveel swingovers proberen te doen! Dus vul hem vooral in, en we kijken uit naar jullie antwoorden.

De MonkeyCie

<https://forms.gle/sMBzCHHd4bexo6AC6>



5. Bouwdag

Op zondag 18 april was er voor het eerst in een hele lange tijd weer een bouwdag voor de 'oude' baan. Na een paar maanden bezig zijn geweest met de nieuwe bokkenrij, was er zeer wat achterstallig onderhoud nodig, net als een grote lente schoonmaak in en rondom de container. Allereerst is het hele daknet naar beneden gehaald en opnieuw opgehangen, vanwege ingegroeide touwen en slijtage aan het net en de balk waar hij zat vastgebonden. Hij hangt nu een stukje strakker en een stukje hoger; leuke uitdaging! Verder op het gebied van ingegroeide touwen is onder andere een rij van de stapbandjes weggehaald, deze worden met de eerste mogelijkheid ook weer teruggehangen. De pakladders hebben een nieuw laagje beits gekregen en ook de boogschietbaan heeft aandacht gehad, hier is een flink stuk grond weggegraven en is nu plek voor 2 schietschijven tegelijk! In de bokkenrij is ook nog wat gewerkt: wat losse eindjes zijn afgebonden en *tromgeroffel* de flying monkeybars zijn de nieuwste hindernis! Tot slot zijn een groot deel van de bomen weer ingewikkeld als voorbereiding op de eikenprocessierups en de dugouts staan weer op de goede plek. Bonus voor het bidon tafeltje wat gerepareerd is en nu weer bij de dugout staat.

Hartelijk dank voor iedereen die is komen helpen, we hadden een goede opkomst en iedereen heeft lekker hard gewerkt. Er is echter nog meer te doen, dus waarschijnlijk is er voor de zomer nog een keer een bouwdag, meer informatie volgt!

Kusjes, Willemijn



6. Recept van de Maand: Astrids Worteltjestaart

Deze maand komt het recept van Astrid. Dit is het recept dat tevens gebruikt is voor de ExcellenCie paasactiviteit

Ingrediënten:

- 250g zelfrijzend bakmeel
- 1 tl bakpoeder
- 2tl kaneel
- 1tl gemberpoeder
- ½ tl versgeraspte nootmuskaat
- 110 g witte basterdsuiker
- 175 ml zonnebloemolie
- 3 grote eieren
- 300 g geraspte wortel
- 50 g walnoten of pecannoten grof gehakt
- 200 g mascarpone
- 50 g poedersuiker
- 1 el citroensap
- extra noten voor de versiering
- tulbandvorm of andere bakvorm

Bereiding:

1. Zeef meel, bakpoeder, kaneel, gemberpoeder en nootmuskaat boven een grote kom. voeg de suiker toe en maak een kuiltje in het midden.
2. Schenk de olie in een andere kom en meng er goed de eieren door. Schenk dit mengsel in het kuiltje van het meelmengsel. Roer het geheel met een houten lepel goed door. Meng er dan de geraspte wortel en gehakte noten door.
3. Schenk het beslag gelijkmatig in een ingevette vorm. Bak de cake 45-55 minuten in een op 180 graden verwarmde oven tot hij gaar is. Als je een spies in het dikste gedeelte van de cake steekt, moet deze er schoon uitkomen. Laat de cake 15 minuten afkoelen. Haal de cake uit zijn vorm en laat hem op een rekje volledig afkoelen.
4. Maak de citroen-mascarpone door in een kom de mascarpone met de poedersuiker en het citroensap te mengen. Bestrijk de bovenkant van de cake met een beetje van het mascarponemengsel. Strooi er de noten over. Dien de rest van de citroenmascarpone apart bij de cake op.
5. Bewaar de cake maximaal 4 dagen in een luchtdichte doos of trommel in de koelkast.



7. Plantenrubriek: “Ode aan de Varen”

*Varens zijn gewoon, maar ook zo ongewoon.
Ze zijn op elk continent te vinden, maar worden vaak niet gezien.*

*Hun tedere en zachte bladeren, hun volhardendheid en oeroude genetische wijsheid,
Hun grootsheid in een bescheiden uitrusting van weelderig groen.
Schuilend voor de zon stralen ze.*

*De winden verspreiden hun kinderen al vierhonderd miljoen jaar lang.
Uit hun doosje gekropen, dartelend naar bosbodem.
Zo ontvouwt weer een nieuwe generatie sierlijk haar blad.*

geschreven door een eerbiedige penningmeester



8. Puzzel: Batavierenrace

De batavierenrace is een estafetteloop over 175 km in 25 etappes van Nijmegen naar de universiteit van Twente. De batavierenrace heeft de Guinness book of records werelds grootste estafetteloop. Dit jaar is i.v.m. Covid- 19 de afstand wat ingekort en loopt iedereen in zijn/haar eigen omgeving. Dit jaar hoeft er maar 125 km gelopen te worden via strava. Maar hoe gaan we groepen* maken?

Let op, deze groepen zijn niet gebaseerd op de groepen van de echte batavierenrace van dit jaar, anders is het natuurlijk veel te makkelijk. Verder is er dus 1 loper die alleen loopt!

Regels Bata 2021

- Het hardlopen vindt plaats in duo's
- Tijdens het hardlopen wordt er 1.5 meter afstand gehouden
- Het niet houden aan de corona-regelmaten van de overheid zorgt voor diskwalificatie
- Iedere route mag maar 1x gelopen worden
- Maximaal aantal deelnemers is 25 personen, er mogen minder mensen meedoen
- Routes worden bijgehouden via strava

Extra informatie deelnemers. (Tip: gebruik de website van U.S.S.V Simius Hircus)

- Mensen uit dezelfde commissie (van dit jaar) mogen niet samen lopen, aangezien er daardoor een te hoog ' knuffelgevoel' kan ontstaan
- Alliteratie duo's mogen niet meedoen
- Niet meer dan 1 bestuursduo mag met elkaar lopen(hoeft niet zelfde jaar te zijn).
- Trainers, mogen niet met elkaar lopen, anders overtreden ze de maximum snelheid.

Oplossing vorige nieuwsbrief:

De iconische Eco-adt, wie had hem nou als eerste?

Na een leuke avond was er afgesproken te gaan strijden voor de Eco-adt. Helaas, heeft Joost weer sneeuw op het spoor en is in geen velden of wegen te bekennen. Joris en Frank zijn er gelukkig wel. Frank besluit een korte striptease te geven na het opwarm biertje en verbruikt daarbij zoveel energie dat hij een power nap neemt. Joris luistert aandachtig naar de uitleg voor de race, heel aandachtig..... na veel herhalingen is de boodschap aangekomen en is Joris onderweg. Joris is bijna bij de Eco-adt als Frank net wakker wordt van zijn powernap. Helaas voor Frank, want Joris heeft uiteindelijk de Eco-adt al gepakt en wint!

Wie doen er allemaal mee?

- Joris f
- Anouk
- Arjan
- Desi
- Do
- Erik
- Fianne
- Frank
- Ilmar
- Johanna
- Lonneke
- Mathijs
- Merel
- Myrthe
- Onno
- Ralf
- Rosa
- Sjoerd
- Yannick
- Marten
- Iris
- Tom
- Karel
- Joris L
- Naomi

Mocht deze versie nou te makkelijk zijn is er ook nog een Bata 2.0. De regels van hier-voor gelden maar er komen wat regels bij:

- Er zijn 3 mannen duo's
- Er is 1 vrouwen duo
- Rosa loopt met een man
- Arjan loopt met een Eco- lid