
Van de voorzitter

Beste Vrienden,

Zelden zoveel moeite gehad met het voorwoord als deze keer. De hoofdredacteur werd er gek van. Gebeurt er dan niet genoeg in de vereniging om over te schrijven. Natuurlijk wel. Echter, niet altijd leuk om er over te schrijven.



Neem bijvoorbeeld het onderwerp dat wij schertsend de ziekenboeg noemen. We gaan door een periode met grote problemen. We proberen op de hoogte te blijven, maar vaak past ook wat afstand om de familie niet voor de voeten te lopen.

Het zal u ook zijn opgevallen dat we nog niet naar buiten zijn getreden met het bekendmaken van de reünielocatie in november. Dat is tevens de hoofdreden dat ik zo traag met mijn voorwoord was. Ik zou zo graag de plaats bekendmaken. In het spanningsveld van onze wensen en de financiële mogelijkheden waait een flinke storm, welke we zonder twijfel de baas worden, maar die ons op dit moment nog hoofdbrekens kost. We gaan er van uit dat we op het NK in Amsterdam wel op de proppen komen met een geschikte locatie.

Om bij het NK te blijven. Daar zullen we elkaar weer treffen. Lees de aanmeldingsprocedure die de Atletiekunie met ons heeft opgesteld. Zaterdag is voornamelijk een dag voor de series. We verwachten op de finalezondag heel veel Vrienden om samen op de tribune traditioneel van onze mooie sport te genieten.

Tot de volgende Vriendenband,

Chris van der Meulen, voorzitter

Van het secretariaat

Adres secretariaat:

Kees de Kort, Lange Trekke 17, 5071 TR Udenhout,
Tel.: 013 5112583 of 06 10150009,
E-mail: secretaris@vriendenvandeknau.nl



Nieuwe leden

Deze keer geen nieuwe leden. We hebben wel enkele potentiële nieuwe leden waar we mee bezig zijn.

Wijzigingen:

- Jack Evers heeft een nieuw e-mailadres. Het is geworden jackevers@online.nl
- Martha Klaasen-Bos heeft een nieuw adres. Het is geworden Schubertlaan 302, 3144 BJ Maassluis;
- Ietje Jonkers-Driessen heeft een nieuw adres. Het is geworden Overakkerstraat 111-k16, 4834 XK Breda.

Ziekenboeg

Helaas een volle ziekenboeg, veel te vol zelfs en behoorlijk ernstig allemaal.

- Fred van Herpen werd overvallen door een herseninfarct en ligt met complicaties in het ziekenhuis. We worden gevraagd geen contact op te nemen met de familie. Indien u iets wilt horen of laten weten, bel of mail de voorzitter.
- Joop van Drunen ligt in de revalidatie na een gebroken heup na al eerder te zijn opgenomen voor ernstige vaatproblemen. Kaarten en berichten zijn zeer welkom op het huisadres.
- Jan van der Voort deed ons in een uitvoerige brief verslag van zijn medische problemen, aanvankelijk met bloedvaten, gevolgd door hartfalen. Er moest zelfs een pacemaker aan te pas komen. Of dat niet genoeg was moest hij ook nog voor weer een ander probleem bestraald worden. Gelukkig is Jan een harde, want hij heeft alles redelijk doorstaan en geniet nu weer van zijn hobby's.
- Koos van de Bunt, zelfs hij, de onverwoestbare, werd opgeschrikt door plotselinge klachten. Bij het ter perse gaan van deze Vriendenband stond hij echter weer in zijn volkstuin.

Opmerking: graag bij een adreswijziging er rekening mee houden dat je het nieuwe adres niet alleen stuurt naar de Atletiekunie maar ook naar het secretariaat van de Vrienden. Wij krijgen adreswijzigingen namelijk niet automatisch door van de Atletiekunie.

NK Baan 2011, Amsterdam



Op 30 en 31 juli staan de Nederlandse Kampioenschappen Atletiek gepland, deze keer ook weer in het Olympisch Stadion in Amsterdam. Ook dit jaar zijn u en uw eventuele partner weer van harte welkom om deze wedstrijden bij te wonen.

Net als vorig jaar zal er op zaterdag géén Vipprogramma zijn. U heeft dan ook op deze dag vrij entree tot het stadion en u kunt op iedere willekeurige plek (behalve de perstribune) plaatsnemen.

Op zondag bent u **vanaf 13:00** uur welkom in de BPF-ruimte van het stadion. U vindt deze ruimte naast Event Center Regardz. De BPF-ruimte heeft een eigen opgang die wij vanaf de straat met een bord zullen aangeven.

In de BPF-ruimte kunt u een kopje koffie of thee krijgen; op de tribune worden hapjes en drankjes geserveerd. Wij wijzen u erop dat er dit jaar geen lunch wordt geserveerd.

Mocht u de NK Atletiek willen bezoeken, meldt u dit dan **vóór 10 juli** met een e-mail aan **Chris van der Meulen**, middels het volgende e-mailadres:

info@vriendenvandeknau.nl

Schriftelijk kan natuurlijk ook:

Chris van der Meulen
Oranje Nassaulaan 86
5503 JG Veldhoven

Ook per telefoon kunt U zich bij de voorzitter opgeven: **040 253 89 52**

Vermeld duidelijk uw naam en de naam van uw eventuele partner en om welke dag(en) het gaat. U ontvangt vervolgens via de Vrienden van de KNAU uw toegangsbewijs voor beide dagen. Op zondag kunt u zich melden in de BPF-ruimte, waar u een badge ontvangt.

NB: Indien u zowel op zaterdag als op zondag komt, heeft u dus twee toegangsbewijzen nodig.

Voor eventuele vragen kunt u contact opnemen met Chris van der Meulen.

Wedstrijdinformatie is te vinden via de website **www.nkatletiek.nl**

Projectteam Topevenementen
Coby Kamerbeek

Koninklijke onderscheidingen

1. Gees Jorna-van der Land

Op 29 april ontving ons lid Geesje een Koninklijke onderscheiding. Hieronder een gedeelte van de toespraak van de Burgemeester van Leeuwarden.

Geachte mevrouw Geesje Jorna – van der Land,
Wat vormt iemands persoonlijkheid? Is het de liefde van de ouders? De waardering van vrienden? De eerste kus? De overwinning na een hardlooptwedstrijd? Of zijn het juist de negatieve ervaringen van het leven? Je eerste liefdesverdriet? Een geliefde verliezen aan de dood of de onrechtvaardigheid van het leven ervaren?

Mensen worden in belangrijke mate gevormd door hun omgeving. Maar uitzonderlijke mensen geven zelf vorm aan hun omgeving en daarmee aan de Nederlandse maatschappij. En u, mevrouw Jorna, bent een van die mensen. U bent al sinds 1963 actief in talloze functies in Leeuwarden, Fryslân en de rest van Nederland. Dat is bijna vijftig jaar vrijwilligerswerk.

Vandaag kan ik slechts een aantal activiteiten benoemen. Na uw sportieve jaren als hardlooperster bij het Leeuwarder Vitesse, stelde u zich beschikbaar als bestuurslid van de fusieatletiekvereniging Lionitas. Met dezelfde inzet als op de atletiekbaan zette u vervolgens Lionitas ruim 30 jaar op de landelijke kaart. Als scheidsrechter, als docente tijdwaarnemer, als voorzitter van de District Jury Commissie Noord, als lid van de Unieraad en nog op vele andere manieren. Niet voor niets bent u al sinds 1978 Lid van Verdienste van Lionitas en een goede bekende bij de Koninklijke Nederlandse Atletiek Unie. Nog recent hebt u zich sterk gemaakt voor het Foekje Dillema Memorial.

Als bestuurslid van de Landelijke Organisatie Bewoners Bejaardenhuizen Friesland heeft u zich jarenlang ingezet voor de belangen van de bewoners. En met succes. Mede dankzij u waren er projecten als 'Medicijngebruik in Verzorgingshuizen'. U was eerst actief in de oude organisatie, later in de Landelijke Organisatie Cliëntenraden Friesland.

En ook nu nog, op de gezegende leeftijd van 81 jaar, zit u in de Cliëntenraad van "De Hofwijck." Onvermoeibaar voor de goede zaak. Uw bijdrage aan de samenleving in de laatste 50 jaar is te schetsen aan de hand van functies en voorbeelden.

In de aanbevelingsbrieven voor uw Koninklijke Onderscheiding lees ik terug dat u het leven van mensen hebt verrijkt. Als mens, als vriendin, als iemand waar je bij terecht kunt wanneer je hulp nodig hebt. Zij willen u daarvoor heel hartelijk danken. En wij sluiten ons daar als gemeentebestuur van Leeuwarden helemaal bij aan.

Het is mij dan ook een groot genoegen dat ik u namens Hare Majesteit de Koningin mag meedelen dat u benoemd bent tot Lid in de Orde van Oranje-Nassau.



De trotse gedecoreerde met de voorzitter en ons al jaren geleden gedecoreerd lid Siets Rijpstra-Jeltema. (foto Marja Vervoort)

Bedankbriefje van Gees Jorna

Leeuwarden, mei 2011

Geachte Vrienden,
heel hartelijk dank voor de belangstelling, betoond bij mijn Koninklijke Onderscheiding. Geweldig dat de voorzitter zelf deze gebeurtenis persoonlijk kwam opluisteren.

De bloemen die namens jullie 's middags bezorgd werden maakten het plaatje compleet.

Hartelijk dank en hopelijk tot ziens in november.

Vriendelijke groeten,

Gees Jorna

2. Esther Goedhart-Schot

Op 29 april werd Esther benoemd tot Ridder in de Orde van Oranje Nassau vanwege haar grote betrokkenheid bij en inzet voor de sport in het algemeen en de atletiek in het bijzonder. Daarnaast is zij ook op andere terreinen maatschappelijk zeer betrokken.

Reeds bij de oprichting van Delta Sport op 15 september 1955 sloot zij zich aan bij deze atletiekvereniging. Zij blonk al snel uit als discuswerpster en werd spoedig een gewaardeerd lid, dat deel uitmaakte van de nationale atletiekploeg voor

internationale wedstrijden. Vervolgens behaalde zij de benodigde trainingsdiploma's en werd zij trainer discuswerpen. Mede dankzij haar jarenlange grote inzet voor deze sport blonken de leden van Delta Sport steevast uit op dit nummer. Esther heeft deze stimulerende en inspirerende bijdragen tientallen jaren geleverd aan haar club; zelfs nu komt het nog voor dat zij demonstratietrainingen verzorgt.

Als bestuurslid zag zij in 1985 kans om ook voor de ouderen iets goeds te organiseren op sportief gebied. In dat jaar werd zij medeoprichter van Sport Overdag, een recreatiesportvereniging die zich toelegt op het bevorderen van sportbeoefening door de wat oudere en (min of meer) van dagelijks werk vrijgestelde. Ook was zij -samen met haar man Joop, destijds kantinebeheerder- betrokken bij de realisering van de nieuwe kunststof atletiekbaan in Zierikzee, waardoor Delta Sport een spectaculaire groei doormaakte.



Een glunderende Esther Goedhart-Schot met onderscheiding, geflankeerd door echtgenoot Joop.

Op nationaal niveau heeft Esther ook haar verdiensten. Zo was zij van 1982 tot 1997 bestuurslid van de Jeugdcommissie van de KNAU. In die hoedanigheid begeleidde zij jongeren tot 18 jaar naar internationale wedstrijden en toernooien, zowel Europese als wereldkampioenschappen. Daarbij selecteerde zij als ploegleidster de atleten, verzorgde zij hun trainingen en was zij betrokken bij de oprichting van de jeugd Olympische Dagen, de Koninkrijksspelen en de Nederlandse jeugdkampioenschappen. Zelf was Esther Goedhart in 1982 Europees veteranenkampioen op het nummer discuswerpen en werd zij derde bij het kogelstoten.

Ook heeft zij zich zeer verdienstelijk gemaakt als vrijwilliger ten behoeve van organisaties van geheel andere aard. Zo was zij van 1971 tot 1976 als secretaresse actief voor Kleuterschool De Woelwaters in Renesse. Later zette zij zich op soortgelijke wijze in voor de Theo Thijssenschool in Zierikzee.

Tenslotte mag zeker ook niet onvermeld blijven haar inzet en verdienste voor de Zeeuwse Dialectenvereniging, afdeling Schouwen-Duiveland. Gedurende nu al 23 jaar, van 1987 tot heden, is zij bestuurslid voor deze vereniging en zet zij zich in voor het behoud van dit bijzondere culturele erfgoed.

N.B. Onze Vereniging werd vertegenwoordigd door Ellen en Koos van de Bunt.

3. Chris Konings

Vice-voorzitter Chris Konings is op 29 april 2011 benoemd tot lid in de Orde van Oranje-Nassau, vanwege o.a. zijn bestuurlijke activiteiten voor atletiekvereniging Impala in Drachten, de Stichting Atletiekcentrum Tollien Schuurman, de vereniging Vrienden van het Sportmuseum, de Stichting Sporterfgoed, de Vereniging Vrienden van de KNAU en de Stichting Atletiekerfgoed.

In de volgende Vriendenband komen we hier nog op terug.



Chris met voorzitter, hoogspringer Douwe Amels en Wilma van Gool op de meer dan gezellige after-party ter gelegenheid van zijn Koninklijke onderscheiding. (foto Marja Vervoort)

Chris van der Meulen



In iedereen schuilt een atleet

www.atletiekunie.nl



Atletiekunie

De zoete inval

Het is hard werken, als je zo'n bakkerij annex lunchroom runt, zoals Vriend Jan Willem Boogman dat doet samen met zijn familie in Billings, Montana. Maar tevens is het daar de zoete inval, want van heinde en verre weten de Amerikanen de 'Dutch Brothers Bakery' met zijn specialiteit van Goudse stroopwafels te vinden.

Soms zitten daar hele bijzondere gasten tussen. Zoals onlangs, toen Joan Benoit, de allereerste olympische kampioene op de marathon in 1984 en nog steeds actief hardlooper, op zaterdag 7 mei onverwacht bij hen binnenviel om te lunchen. Ze had kort ervoor deelgenomen aan de Montana Women's Run van 8 km en die temidden van zo'n 7000 deelnemers in 31 minuten gewonnen.



Joan Benoit, geflankeerd door Jan Willem en Judy Boogman. (foto Jan Willem Boogman)

"Puik voor een 53 jarige", vindt Boogman. "Ja en dat loopt dan je winkel binnen. Naast bescheiden is ze tevens enorm direct en geïnteresseerd. Ook in ons en het bedrijfje. Ze was bezig met een plan een organische eetplek/ winkel te beginnen in Maine, waar ze woont.

Vreselijk leuk gepraat over een aantal zaken. Ook namen als Jos Hermens en Hans

Koeleman kwamen ter sprake. Die laatste had ooit in Amsterdam als haar gids gefungeerd en hij liet haar de mooie loopplekjes aldaar zien. Ze schreef een aardige opdracht in het bekende boek van Kees Kooman ('De marathon – Kinderen van Pheidippides', PW). Joan is zeer bescheiden, maar is tegelijkertijd zeer alert en 'in the moment', en toont grote interesse. Een uitstekende atletiekambassadeur! Ze gaf in Billings praatjes op scholen, en was spreker op wat ze hier noemen 'Pasta night', de eetavond voor de wedstrijd. Wij, mijn vrouw en ik voelden ons bevoorrecht! Het gaat hier immers om een legendarische sportvrouw die een legendarische en onvergetelijke prestatie neerzette op die warme LA zomerdag. Na een dergelijke onverwachte ontmoeting kon onze dag in ieder geval al niet meer kapot, dat begrijp je."

Piet Wijker

Het kind greep in zand en water! Niets anders!

Spreek met een atleet, direct na een verloren wedstrijd.

Hoe vaak gedraagt deze zich niet net als de psycholoog, die een jong kind op het strand met zand en water ziet spelen en dan opmerkt: “Zo, zo, die is nog flink anaal.”

De gedachte is dan blijkbaar, dat water gemengd met zand op ontlasting lijkt en dat het kind nog in een levensfase verkeert waarin de afkeer daarvoor ontbreekt.

Waarom nu deze vergelijking? Die psycholoog ziet een werkelijkheid en vervangt die ogenblikkelijk door een andere. Een proces dat automatisch ontstaat door zijn opleiding, werk, ervaring... (Soms noemen mensen dat: beroepsdeformatie.)

Psychiater Jan Hendrik van den Berg heeft zich hier fel tegen verzet.

“Het kind greep in zand en water! Niets anders! Zoals elk kind op het strand in zand en water grijpt. Ofwel: het is niet juist de werkelijkheid door een andere werkelijkheid te vervangen.”

En wat doen veel atleten die zojuist een wedstrijd verloren hebben?

Maar daarover straks meer.

Van den Berg is met name tot dit inzicht gekomen nadat hij in zijn studententijd het werk: “Sein und Zeit”, van de Duitse filosoof Martin Heidegger gelezen had. Daardoor begreep hij dat een enkele werkelijkheid meestal veel juist en rijker blijkt te zijn dan de dubbele, zoals in bovenstaand voorbeeld is beschreven.

Overigens is Sein und Zeit een zo goed als onleesbaar boek voor de meesten onzer. Het handelt over de vraag wat de zin is van ons Zijn. Een mens IS altijd ergens, maar hoe gaat hij daar mee om? De tijd (verleden-heden-toekomst) moet daar betekenis aan geven. Tot hier klinkt het nog heel logisch, maar wat moet je vervolgens met zinnen als deze: Das Seiende, dem es in seinem Sein um diese selbst geht (Het Zijnde, dat het in zijn Zijn, om dat Zijn te doen is)?

Ik zal niemand aanraden om een atleet met teksten als deze te benaderen! En al helemaal niet vlak na een verloren wedstrijd!

Toch voltrekt zich bij (te) veel atleten een vergelijkbaar proces zoals bij de psycholoog. Bij elke wedstrijd zijn per definitie meer verliezers dan winnaars, dat is eigen aan wedstrijdsport. Maar al te bekend is de bewering dat je pas een winnaar kunt worden als je hebt leren verliezen. Vervangen verliezers die werkelijkheid door een andere?

Daarvoor terug naar de situatie direct na zo’n verloren wedstrijd.

De sprinter: “Hoe kan ik nou een p.r. lopen met 1.8 tegenwind?”

De discuswerper: “Hoe kan ik nou een p.r. gooien met 2.3 meewind?”

De middenafstandloper: “Heb je dat bramsommetje gezien in de laatste 50 m, waarmee ik geflikt ben?”

De polsstokhoogspringer: “Wat een waardeloze jury! Die mensen snappen totaal niets van mijn onderdeel! Zij hebben mijn wedstrijd verziekt!”

De marathonloper: “Als die jokers de 5km-borden nu eens op de goede plaats neerzetten, kan ik tenminste mijn race goed indelen.”

Als je niet bij een bepaalde atleet betrokken bent, is het heel gemakkelijk om verhalen als deze aan te horen.

Er zijn er trouwens nog ontelbaar veel meer, zoals ieder van ons wel weet!

Atleten die maar al te graag de werkelijkheid door een andere werkelijkheid vervangen.....

“Excuses vinden. Uitvluchten zoeken,” noemen we dat. “Smoezen.” Of, netter gezegd: “Externe attributie.”

Hoe kun je een geleverde prestatie nu wel goed analyseren? Drs. Hanno van der Loo (ja, de meerkamper van destijds, die nu een naam opbouwt als sportwetenschapper en ook regelmatig op congressen en trainersbijeenkomsten ons geïnteresseerde trainerscorps in zijn kennis en ervaring laat delen), die Hanno dus heeft eens een heel simpel maar zeer doeltreffend tabelletje getoond:

Factoren	Stabiel	Instabiel
Interne attributie	Talent Karakter	Getraindheid Inzet Strategie Vorm van de dag
Externe attributie	“Jouw” loop- spring- werponderdeel Reglement <i>(N.b.: Even mijn voormalig beroep oppakken en schoolmeesteren: in atletiek kennen we tegenwoordig startnummers, soms ook nog broeknummers, maar loop-, spring- en werpONDERDELEN. -hct-)</i>	Organisatie / jury e.d. Toestand van de accommodatie, parcours Weersomstandigheden Datum Tijdstip op de dag Tegenstanders

Ieder mens beschikt over interne en externe attributie.

Intern is waarover je “van nature” beschikt, de stabiele factoren. Plus de factoren waaraan je zelf kunt werken, maar die niet onder alle omstandigheden optimaal zullen zijn.

Extern is waar je mee geconfronteerd wordt. Zelf kies je (uiteindelijk) wat jouw onderdeel wordt maar wat dat onderdeel vraagt, de bijbehorende artikelen uit het wedstrijdreglement, dat komt op je af. Als je die kennis en ervaring eenmaal hebt opgedaan, weet je wel waar je aan toe bent, is het een stabiele factor.

Het vak rechtsonder is zeer instabiel.

- Zelfs aan een goed bekend staande wedstrijd kan een jaar later ineens van alles “rammelen”;

- vroeg in het seizoen, een opbouwwedstrijd of de wedstrijd die het hoogtepunt van jouw seizoen moet worden, maar die het komend jaar op een voor jou heel onprettig moment in je wedstrijdkalender valt;

- 's morgens al behoorlijk vroeg moeten presteren, terwijl jouw biologische klok daar niet van nature op ingesteld is;

- op het heetst van de dag een duurprestatie moeten leveren;

- wel of niet voldoende tegenstanders “waar je wat aan hebt”, die jou maximaal inspireren;

- enz. enz.

Wat doen veel atleten die zojuist een wedstrijd verloren hebben?

Inderdaad, velen zoeken de oorzaak eerst “rechtsonder”, bij extern, instabiel. Soms is dat terecht, maar meestal is dat de “andere” werkelijkheid.

(Successen zijn natuúrlijk bereikt door interne stabiele factoren.)

De atleet die écht goed in zijn vel zit, beschikt over een realistische attributie.

Tja, een stukje als dit aanbieden voor plaatsing in De Vriendenband....

Realistisch? Is hier ook een werkelijkheid vervangen door een andere terwijl de ene veel rijker is dan de dubbele?

In welk van de vier vakken zou dit gedrag nu thuishoren?

Hugo Tijsmans

GezondPlus

Sport Medisch Centrum

- (Sport)fysiotherapie
- Manuele therapie
- Blessureconsulten
- Inspanningstesten
- Trainingsbegeleiding
- Medisch fitness
- Sportpsychologie
- Echografie
- Sportmassage
- Sportdiëtik



Witte Vlinderweg 72-A2, Wormerveer
Tel.: 075 - 657 21 49

www.gezondplus.nl



It just works.

- ✓ Normaliseren spierfunctie
- ✓ Verbetering van lymfe- en bloedstroom
- ✓ Ondersteuning gewrichtsfunctie
- ✓ Pijnvermindering

Excellent

*Ademend &
waterbestendig*



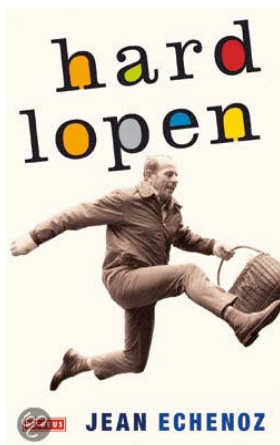
Textape⁺
3NS[®] (SPORT) TAPING

www.textapeplus.com

Foto: Erik van Leeuwen, www.erki.nl

Over boeken gesproken

Courir / Hardlopen door Jean Echenoz (ISBN 978 90 445 144 76)



Om mijn collectie Boekenweekgeschenken – die vanaf 1947 compleet is, maar in de jaren daarvoor wat leemtes vertoont – ook niet aan de achterzijde van hiaten te voorzien, ben ik verplicht tijdens de Boekenweek een aanschaf te doen. Niet dat dit een onaangename plicht is – integendeel – maar dit moet wel zorgvuldig gebeuren. Welnu, het thema van de Boekenweek 2011 was de biografie en in mijn knipselmap zat een recensie van een uit het Frans vertaald boek van Jean Echenoz over een hardlooplegende. De link was duidelijk.

In de Selexyz-boekwinkel was het gezochte exemplaar in de uitgebreide sportafdeling niet aanwezig, maar een behulpzame medewerker verwees mij naar de afdeling romans. Daar stonden

er zelfs twee! Niet te missen, op de omslag een geinige foto van de man die thuis hoort in het illustere rijtje waarin onder anderen Jesse Owens, Fanny Blankers-Koen en Dick Fosbury staan.

Wie nu verwacht in dit boekje van 122 pagina's alles te kunnen lezen over de negen wereldrecords, de trainingsmethoden en -schema's van Emil Zatopek, moet ik teleurstellen, maar wie de achtergrond wil weten hoe ook een wilskrachtige en intelligente sportman ten onder gaat in een totalitair systeem dat blind is voor de realiteit, zal het boek waarderen. Soms doet het denken aan Kafka.

Het beeld van de vriendelijke, belangstellende man was al duidelijk toen hij in 1968 – tijdens de Praagse lente – in gesprek met Cor Tissot over zijn bezoek aan Indonesië aangaf, dat het nooit goed kon gaan in een land, waar een dagloon ontoereikend was voor een maaltje rijst. En passant wisselde hij met Cor een paar woorden maleis. Zijn woorden toen over Noord- en Zuid-Korea deden het ergste voor hem vrezen na de Russische inval in augustus '68.

De starters onder de lezeres zullen zich storen aan het feit, dat de schrijver (of de vertaler?) het verschil niet kent tussen een pistool en een revolver; ook worden de begrippen communisme en socialisme soms verward. Niettemin: een aanrader!

Jacob Dikken

De Sportcanon door Bart Jungmann (red.) (ISBN978 90 6005 844 2)

Enkele maanden geleden keek Ellen van Langen in de week na de marathon van Rotterdam in haar column in Dagblad De Telegraaf terug op dit evenement en schreef daarbij onder meer het volgende:

‘Een veld met toplopers geeft niet altijd de garantie voor een spectaculaire tijd. Maar leverde wel een mooie strijd op en ruim tweeënhalf uur prachtig sportief vermaak waar we in dit land trots op mogen zijn. En dan heb ik het nog niet eens over de rijen toeschouwers die live dit spektakel hebben meegemaakt in Rotterdam. Atletiek op topniveau kan prachtig zijn. Welke invalshoek je ook kiest.’



Wat de samenstellers van het boek ‘De Sportcanon’ betreft, een groep van voornamelijk Volkskrantjournalisten, is deze ontboezeming over atletiek op topniveau in ons land aan dovemansoren gericht. Want in hun begin dit jaar uitgegeven boek, dat blijkens haar ondertiteling de sportgeschiedenis van Nederland in kaart zegt te brengen, komt dit topevenement niet voor. Hoezo trots? Geen woord over Rotterdam, in het hele boek niet. Ook niet over de Hengelose FBK Games trouwens, om maar eens een ander evenement te noemen, waar in de loop der jaren heel wat wereldrecords werden gekraakt. Maar ja, wat wil je ook, als ze ook Ellen van Langen zelf al niet in hun sportgeschiedenis wensen op te nemen. Haar historische gouden race op de Olympische Spelen van 1992 in Barcelona wordt in ‘De Sportcanon’ doodgezwegen. De atletiek komt er in dit boek trouwens toch al bekaaid af. Want met uitzondering van een verhaal van twijfelachtig niveau van Kees Kooman over Fanny Blankers-Koen (lees Paul van Gools beschouwing op de website van de atletiekhistorici er maar eens op na) en de in de jaren zeventig opkomende trimrage in ons land, komt de moeder der sporten in het hele boek vrijwel niet voor. De atletiekliefhebber die hierom treurt, zij overigens getroost: veel meer sporten komen in dit boek niet aan bod. Dat kan natuurlijk ook niet, je moet bij het samenstellen van zoiets nu eenmaal keuzes maken. Maar pretendeer dan niet, dat je ‘de sportgeschiedenis van Nederland’ in kaart hebt gebracht.

Is het boek daarom niet te lezen? Zeer zeker wel. Want de artikelen die er wel in staan, zijn het lezen over het algemeen meer dan waard. Als u er tenminste geen bezwaar tegen hebt, dat er verhoudingsgewijs erg veel voetbal ten tonele wordt gevoerd. Dat zal echter wel te maken hebben met de in ons land heersende ‘sportcultuur’, waar onze voorzitter enkele nummers terug al tegen fulmineerde. Wat dat betreft hebben de samenstellers van ‘De Sportcanon’ wel degelijk goed naar het Nederlandse publiek geluisterd.

Piet Wijker

Op zoek naar...

Dullaert, Dullaerd of Dullaart door Chris Konings

Er kwam een tijdje geleden weer eens een verzoek binnen om informatie over een oud-atleet te verschaffen. Het bijzondere van deze aanvraag was de gedetailleerdheid van de aangeleverde gegevens, dat gebeurt niet zo vaak.

Mevrouw Jannie Dullaart vroeg naar gegevens van haar vader Pieter Jan Dullaart. Een dergelijk verzoek komt meestal binnen bij de receptie van de Atletiekunie.

Zo ook ditmaal en het luidde als volgt:

Van: j.dullaart, [mailto:j.dullaart@versatel.nl]

Verzonden: zaterdag 9 april 2011 9:32

Aan: Receptie Atletiekunie

Onderwerp: atletiek lange afstand lopen rond 1924/1925

Ik ben op zoek naar gegevens over Pieter Jan Dullaart die in ongeveer bovenstaande periode kampioen van Nederland is geweest. In die jaren met Jan Zeegers actief op de lange afstand. Er bestond in die tijd een tijdschrift, "Sport in beeld" heette het als ik het goed heb. In 1924 was mijn vader met Jan Zeegers kandidaat voor de Olympische Spelen in Parijs. Jan Zeegers won de eindwedstrijd voor de plaatsing. Zij deden ook vaak mee aan de Utrechtse Singelloop. Ik hoop dat jullie een archief hebben van oud-sporters in de atletiek. Ik denk hierbij aan foto's, tekst, enz. Als u dat niet bezit, weet u dan misschien een archief waar ik dat zou kunnen vinden. Wij komen van Vlaardingse en daar heb ik al eens gezocht naar gegevens. Ik heb wel eens gehoord over kranten die uit die tijd zouden moeten bestaan. Ik zoek wel verder op Internet. Maar ik zou u zeer erkentelijk zijn als u mij aan een tip zou kunnen helpen die me verder op weg helpt. Er is een boek wat Jan Zeegers heeft geschreven: "De sport greep mij". Dat heb ik wel in mijn bezit gehad maar heb het uitgeleend en ook daar ben ik naar op zoek.

Met vriendelijke groet,

Jannie Dullaart

De eerste korte zoektocht leverde direct resultaat op en ook een opmerkelijk feit. In mijn antwoord geef ik aan dat hij lid zou zijn geweest van AV Holland Leiden. Dat staat vermeld in het boek "ranglijst allertijden".

Na wat dieper graven en in overleg met Paul van Gool komen we er achter dat een zekere Dullaerd lid was van Pro Patria Rotterdam. Holland was de naam, zo blijkt, van een groep Rotterdamse lange-afstand-lopers die onder leiding van George Buff vaak wedstrijden liep in het buitenland.

Echter, de echte vereniging van Dullaerd was Pro Patria. Zo staat hij vermeld in andere boeken, zoals het jaarverslag van 1924, maar ook in het Recordboek van Aad Heere, die we nog geraadpleegd hebben over Dullaart en Holland.

Overigens komen we in de eerste decennia van de vorige eeuw vaker namen tegen van loopgroepen die buiten de verenigingen om aan wedstrijden deelnamen.

Zo was er in Den Haag in 1908 een groep waartoe ook Victor Henny, deelnemer aan de 100 en 200 meter van de Olympische Spelen van Londen, behoorde, die zich Gentlemen Runners noemde.

Ondertussen had Paul van Gool foto's uit het archief opgezocht en hebben we mevrouw Dullaart laten weten dat we het boek van Jan Zeegers ook te koop hebben. Als we haar dan om verdere informatie vragen, om zeker te zijn dat we de goede naam hebben, krijgen we een email terug met bevestiging van de naam Pieter Jan. Bij onze zoektochten ondervinden wij wel vaker slordigheden met familienamen. In het jaarverslag over 1924 wordt de naam Dullaert op twee verschillende manieren geschreven. In andere bladen gaat het over Dullaardt wanneer geschreven wordt over het Nederlands record op de 15 kilometer op de baan. Deze spelling is wel de mooiste en riekt naar Belgische wortels.



Op 8 juni 1924 vindt in Amsterdam de laatste selectiewedstrijd plaats voor de Olympische Spelen. Pieter Jan Dullaart loopt hier in tweede positie achter Jan Zeegers, die deze 5000 m zal winnen. (foto beschikbaar gesteld door Atletiekerfgoed)

Het belangrijkste is toch het antwoord en het bedankje van Mevrouw Dullaart van 19 april 2011, nadat we enkele dagen ervoor alle gegevens van Pieter Jan Dullaart naar haar hadden verzonden. Pieter Jan Dullaart heeft geen lange atletiekloopbaan gehad, want na in 1924 en '25 aan drie interlands te hebben deelgenomen, komt hij in 1926 nog slechts eenmaal voor in de uitslagen. Daarna is het over.

Zijn naam en foto bevinden zich vanaf nu bij ons in het archief van Atletiekerfgoed.

Van: Chris Konings [mailto:c.h.riskon@hetnet.nl]

Verzonden: maandag 18 april 2011 20:43

Aan: j.dullaart@zonnet.nl

CC: paul van gool

Onderwerp: 1924 ned kamp

Mevr Dullaerd of Dullaart,

De twee foto's van Pieter Dullaart heeft U inmiddels ontvangen, neem ik aan. Ik heb uit 4 verschillende boeken wat fotokopieën gemaakt van en over Piet Dullaart.

Wilt nu mij Uw adres even mailen dan stuur ik u de bladen toe. .vr grt chriskonings

From: j.dullaart

To: Chris Konings

Sent: Tuesday, April 19, 2011 12:24 AM

Wat leuk dat u iets gevonden hebt. Wij hebben een boek van Jan Zegers uit die tijd waar mijn vader ook in genoemd wordt er is daar ook ergens een foto in. Maar in dat boek gaat het erg over technische zaken. Ik bedoel tijden over de afstanden en strubbelingen met de bond. Een van mijn kinderen heeft dat boek maar door verhuizingen is dat nu niet beschikbaar. Ik heb ook wel gegevens thuis gezien van mijn vader. Maar volgens mij zijn die inmiddels verloren gegaan doordat de families waar ze aangegeven zijn ze niet hebben bewaard. Ik hoorde van iemand uit Haarlem of Alkmaar dat die in de Dullaartstraat heeft gewoond en in Gouda is een Van Dulstraat. Dus ik ben eigenlijk ook op zoek naar de betekenis of achtergrond van de naam Dullaart. Mijn dochter heeft de genealogische kant onderzocht maar daar werd niet zoveel meer in gezegd dan de geboorteplaats en waar de ouders vandaan kwamen. Ik kijk er naar uit wat u hebt gevonden. De kosten van verzenden en kopiëren zal ik vergoeden.

Vriendelijke groet,

j.dullaart

From: j. dullaart

Sent: Thursday, May 26, 2011 12:15 AM

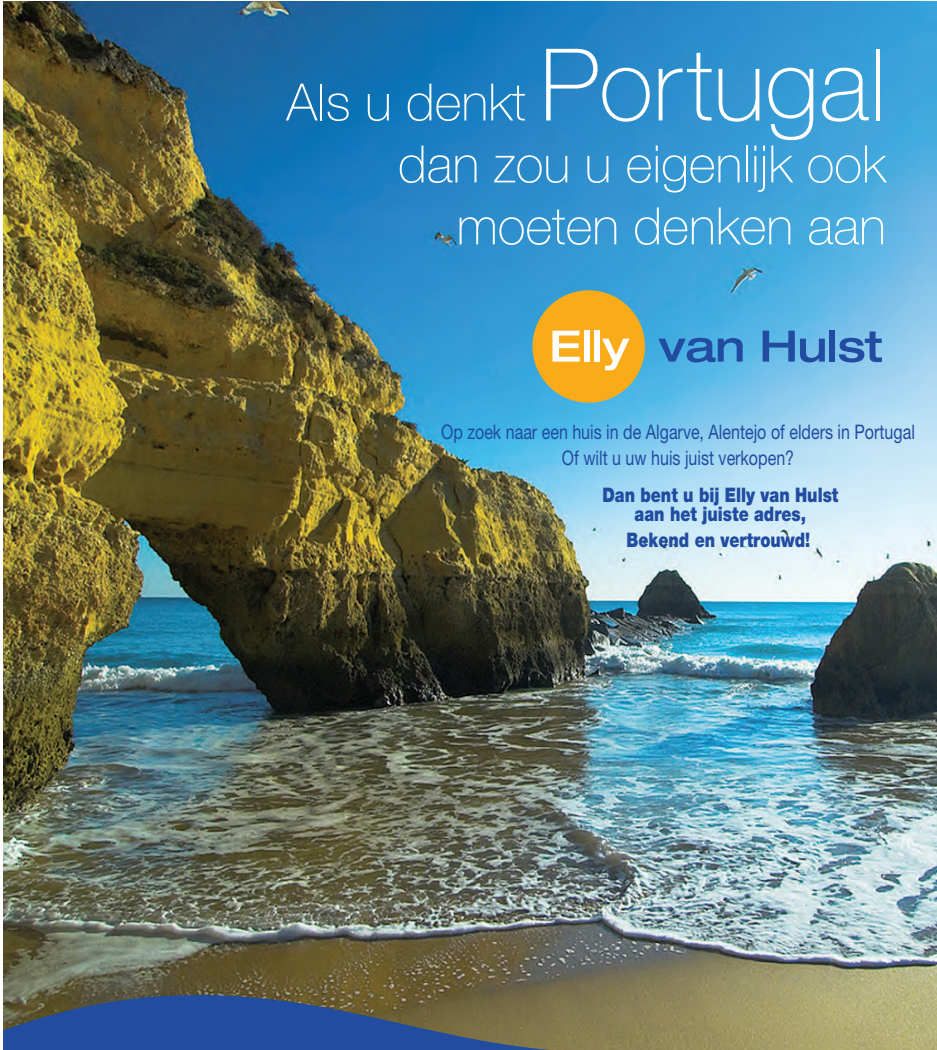
To: 'Chris van der Meulen'

Subject: RE: Dullaart artikel

Ik vind het heel bijzonder en leuk dat u het artikel aan mij stuurt wat in De Vriendenband zal verschijnen. Heel erg bedankt daarvoor. Ik ga wat meer er achteraan om foto's van Jan Zeegers en mijn vader op te zoeken. Ik weet dat er een foto is dichtbij genomen van de finisch voor de beslissing, wie van de twee er naar Parijs voor de olympische spelen zou gaan. Jan Zeegers won, dat weet ik uit de verhalen van mijn vader en de foto hebben wij vaak samen bekeken. Als ik het me goed herinner was dat in een wedstrijd om de Utrechtse Singelloop. U ziet de herinneringen nemen gelijk een loopje met me.

Veel succes met de vrienden van de KNAU. Ik kijk uit naar De Vriendenband.

Jannie Dullaart



Als u denkt **Portugal**
dan zou u eigenlijk ook
moeten denken aan

Elly van Hulst

Op zoek naar een huis in de Algarve, Alentejo of elders in Portugal
Of wilt u uw huis juist verkopen?

**Dan bent u bij Elly van Hulst
aan het juiste adres,
Bekend en vertrouwd!**

Elly van Hulst

www.property-runner.com • ellyvanhulst@mail.telepac.pt

Corotelo, Cerro do Botelho
8150-909 S. Bras de Alportel
Algarve / Portugal
Tel: [00351] 289 842 992
Fax: [00351] 289 842 986

- Erkende makelaar [Licença AMI 6392]
[APEMI 3076]
- Begeleiding in het Nederlands
- Bekend [inderdaad de vroegere atlete]
- Vertrouwd [Ridder in de orde van Oranje-Nassau]

VOOR HET VOETLICHT

Het meisje met de blauwe kniebanden



Ingrid van der Vinne-Lammertsma thuis in Castricum.
(foto Piet Wijker)

Infobox

<i>Naam:</i>	Ingrid van der Vinne-Lammertsma
<i>Geboren:</i>	6 september 1967 te Rotterdam
<i>Discipline:</i>	speerwerpen
<i>Titels:</i>	Ned. kampioene: meisjes B 1983; meisjes A 1984 + 1985; senioren 1985, 1990, 1993
<i>Deelnemer EJK:</i>	1986 (brons)
<i>Records:</i>	Ned. recordhoudster: meisjes 1985-1999; senioren 1986-1999
<i>PR:</i>	61,98m (600gr. oud model)

Wat is dat toch met Castricum, daar in de Noord-Hollandse duinen? Er wordt, net als in vele andere gemeenten, aan atletiek gedaan, maar ik zou het toch beslist geen atletiekbolwerk willen noemen. Ook al is het de vestigingsplaats van een groep langeafstands atleten die bij tijd en wijle nadrukkelijk aan de weg timmert. Hilda Kibet, Hugo van den Broek en Michel Butter zijn er voorbeelden van.

Kunst van het speerwerpen

Echter, gerekend vanaf mijn vroegste activiteiten als AW-medewerker, ben ik nu al diverse keren naar datzelfde Castricum getogen om er atleten te interviewen die zich hadden bekwaamd in de kunst van het speerwerpen. Ik noem Greet Versterre en Elly van Beuzekom uit mijn AW-tijd. En sinds ik deze rubriek verzorg, heb ik er ook alweer enkele bezoeken gebracht. Jaap van der Poll was mijn allereerste ‘Voor het voetlicht’-onderwerp, weet u nog?

Twee maanden geleden zat ik er opnieuw, ditmaal op bezoek bij Ingrid van der Vinne-Lammertsma, eveneens ingezetene van deze rustieke plaats. Ook zij heeft met de speer bijzondere dingen gedaan. Daar moesten we het hier nodig eens over hebben, vond ik. Zodoende.

Mam, wat is dat, atletiek?

De jonge, in Rotterdam geboren, maar al in haar eerste levensjaar naar Castricum verhuisde Ingrid Lammertsma was overigens geenszins gefixeerd op welke sport dan ook. Ze had op de lagere school echter zoveel sportieve aanleg, dat dit één van haar leraressen opviel. “Jij moet op atletiek gaan”, was haar advies. Thuis briefde de jonge Ingrid dit trouw over, al vroeg ze haar moeder er wel direct bij, wat dat nu eigenlijk was, atletiek. “Dus mijn moeder uitleggen wat het inhield. En ik: oh, dat is wel grappig. Toen zei mijn moeder: nou, regel het maar! Waarop ik de telefoon heb gepakt, dingen heb opgezocht en toen kreeg ik de vrouw van Rob Pauel aan de lijn. Die zei: kom woensdag maar om twee of om drie uur. Zo ben ik erop gegaan.”

De speer van Elly

Eenmaal begonnen met de atletiektraining bij AV Castricum bleek weldra, dat Ingrid Lammertsma bij het hardlopen last kreeg van haar knieën. “Dan zei Rob: ga jij maar medicinballen overgooien met Elly van Beuzekom, want die stond daar oefeningen te doen.” Het zal dan ook geen verbazing wekken dat Ingrid al doende belangstelling kreeg voor het speerwerpen, met Elly van Beuzekom als voorbeeld. Ingrid: “Er hing zo’n mooie werpfoto van haar in de kantine. Dan dacht ik: oh, zo goed wil ik ook worden. Ja, en dan ben je op een gegeven moment zelfs nog beter!” De tijd dat het tweetal samen trainde, konden ze het goed met elkaar vinden. “We hadden onwijze lol samen, terwijl er toch leeftijdsverschil tussen ons zit. Op een gegeven moment zei zij: als je mijn record afpakt, krijg je mijn speer. Nou, die heb ik dus boven liggen.”

Handelsmerk

Dat met haar knieën bleek een geboortefwijking, een fabrieksfoutje, zo u wilt. Haar knieschijven misten het extra stukje aan de zijkant dat deze op hun plek houden. Ze gingen onder het hardlopen dus prompt zwabberen, wat de klachten veroorzaakte. Dat ontdekte dokter Hermans in Hilversum, die van haar röntgenfoto's maakte, terwijl zij met opgetrokken knieën zat. Ze kreeg kniebanden aangemeten met aan de zijkant een extra versteviging, bedoeld om haar knieschijven op hun plaats te houden. Ingrid: "De eerste tijd deed het zeer en voelde het raar. Maar op een gegeven moment kon ik alles weer."

Die blauwe kniebanden zouden daarna haar handelsmerk worden.

Elf meter erbij

Leerde Rob Pael haar de grondbeginselen van het speerwerpen, Elly van Beuzekom was haar stimulans. Die zat echter in de laatste fase van haar atletiekcarrière en bezocht de trainingen steeds minder. Toen Pael dus op zeker moment overstapte naar Lycurgus in Krommenie, ging Lammertsma mee. Die verhuisde een jaar later echter alweer naar Tilburg en toen kwam de Castricumse onder de hoede van Charles van Commenée. Een hele omschakeling was dat. "Rob was een gezellige trainer, we waren leuk bezig. Charles was professioneler. Daarna werd er veel serieuzer getraind, echt met zware schema's voor kracht en werpen. Dat was wel even van: oh! Maar ik ging dat eerste jaar bij hem wel elf meter vooruit. Van 45 meter naar 56,32 of zo. Dan sta je wel raar te kijken, hoor."

Brons op EJK

Van Commenée stoomde Ingrid klaar voor haar eerste grote toernooi, het EK voor junioren in Cottbus in 1985. Ze was toen zeventien. Een paar maanden ervoor was hij al begonnen om haar te laten wennen aan het toernooiritme: 's morgens om vier uur, half vijf op, in het dagritme komen, om half negen de kwalificatieronde doen, het halve uur in de callroom, de finale, alles werd tot in den treure geoefend, elke dag weer. Toen het eenmaal zover was, stond Lammertsma op scherp. "Op papier had ik misschien bij de eerste zestien kunnen komen, qua afstand. Ik wist alleen van tevoren al dat ik daar een medaille ging winnen. Ik voelde het, ik weet niet wat dat was. Zelfs toen mijn eerste worp ongeldig was. Maar als het moest, dan kon ik het ook, op de één of andere manier. Dan presteerde ik boven mezelf." Ze wierp tenslotte 55,92, goed voor brons.

Logisch dat in de jaren erna de focus op de Olympische Spelen van Seoel kwam te liggen. Ingrid was inmiddels sinds 1986 recordhoudster met 58,86 en alles wees in de richting van olympische deelname. Zover zou het echter nooit komen.

Perplex

Wat nu komt hoort thuis in de categorie ‘mysterieuze krachten in de sport’. In 1988 is Ingrid Lammertsma goed op weg, als ze half mei ziek wordt. Aanvankelijk lijkt het op griep, maar enkele dagen later ligt zij met allerlei ontstekingen in het ziekenhuis. Overal vocht, in al haar ledematen; een aanval van acute reuma, zo blijkt. Drie weken moet ze er blijven en als ze thuiskomt, is haar conditie naar de Filistijnen. Ingrid: “Je kon me dubbelvouwen door de brievenbus.” Van wedstrijden is uiteraard geen sprake, het seizoen ligt in duigen, Seoel is onbereikbaar. Als ze uiteindelijk weer wat mag doen, is het hartje zomer en moet ze nog steeds haar gewrichten ontzien. Ze zeurt Van Commenée echter de kop gek om, voordat het winterseizoen aanvangt, toch tenminste één wedstrijd te mogen doen. Als er een uitnodiging voor de opening van de nieuwe kunststofbaan van Amstelveen in september binnenkomt, geeft hij tenslotte toe. “Maar als het tegenvalt, wil ik je niet horen”, zegt hij er nog achteraan. Ingrid is echter dolblij en werpt bij haar allereerste poging in Amstelveen de speer naar 61,14 m. Voor het eerst in de historie zwiept een Nederlandse een speer voorbij de 60 meter en hoe! Ingrid: “Ik heb het later nagekeken: die dag was ook de finale speerwerpen in Seoel. Met die 61,14 had ik daar bij de eerst acht gezeten...!” Onvoorstelbaar. Van Commenée, zelf aanwezig bij een competitiewedstrijd in Leiden, kan het eerst niet geloven, veronderstelt, als het bericht van de recordverbetering tot hem doordringt, dat een andere atlete haar het Nederlandse record moet hebben afgepakt. “Wat rot voor Ingrid”, denkt hij nog. Totdat hij zich realiseert dat zijzelf de recordbreekster is. Waarna hij verscheidene minuten met open mond perplex schijnt te hebben gestaan.

Volgende fase

Het verknalde seizoen 1988 kreeg zo een onverwachte apotheose. Ingrid was dus al snel over de teleurstelling van Seoel heen. Ze had immers de 60 meter gehaald, iets wat in Nederland niemand eerder had gedaan. Lammertsma ging dus welgemoed aan de slag voor de volgende fase van haar speerwerploopbaan. Ze moest zich echter nog lang inhouden, ook in 1989, al wierp ze dat jaar met 61,98 alweer verder. “Dan waren we aan het werpen, maar kreeg ik toch weer hele dikke handen, zat er overal weer vocht. En ja, dan kon ik weer niks. Ik moest nog heel lang reumamedicijnen slikken.”

In 1990 zat Lammertsma op de HTS in Alkmaar, waar ze meet- en regeltechniek studeerde, nadat ze eerder MTS-elektrotechniek had gedaan. Die opleiding viel goed te combineren met haar sport. Ze mocht er maximaal acht jaar over doen, mocht wegblijven wanneer dit nodig was, tentamens uitstellen en anders inplannen. Er was zelfs een krachthonk, waar ze dankbaar gebruik van maakte.

Schouder uit de kom

Dat jaar kreeg Ingrid echter last van haar schouder. “Op een gegeven moment bleek, dat bij elke worp mijn schouder uit de kom vloog. De pezen en banden waren verrekt. Uit een operatie in Rotterdam kwam toen, dat de kom van mijn schoudergewricht te klein was voor de kop. Het stukje dat ik bij mijn knieën miste, miste ik ook daar. En omdat de pezen toch een beetje opgerekt waren door het vele gooien en trainen, schoot hij er iedere keer uit.” Ze kwam voor de keuze te staan om de pezen en banden anders te laten vastzetten, maar de revalidatietijd was lang en succes niet gegarandeerd. Een andere optie was om met veel oefeningen de rugspieren zoveel sterker te maken, dat die het uit de kom schieten moesten tegengaan. Ze koos voor het laatste en hield het op die manier nog een jaar of vier uit. “Nou, in 1993 had ik toen al veel pijn. Soms liep ik gewoon huilend te trainen. In ’94 zei ik op een gegeven moment: dit gaat niet langer. Ik kap ermee. Charles snapte dat wel.” Van Commenée regelde ter afsluiting een leuk reisje naar Taiwan, samen met Deborah Dunant. Ze deed er voor de vorm mee aan een wedstrijd, waarna het drietal op zijn gemak Taiwan ging bekijken, om op de terugweg nog een dagje te gaan shoppen in Hongkong ook. Ingrid: “Ja, dat was heel leuk. Onwijs veel lol gehad met z’n drieën.”

Ander leven

Ongeveer in die tijd ontmoette ze Dirk van der Vinne weer, haar huidige echtgenoot. Die kende ze al van haar MTS-tijd, maar daarna was het stel elkaar uit het oog verloren. Van der Vinne kwam uit de wielersport, waarin hij als tandemrenner met zijn slechtziende zwager bijzondere dingen had gepresteerd. Ingrid Lammertsma, inmiddels klaar met haar HTS-studie, werkte toen bij een installateur die de luchtbehandeling in gebouwen regelde. Ze trouwden en kregen eind jaren negentig twee kinderen, dochter Renée en zoon Sammie. Beide bevallingen vielen haar zwaar. Bij de eerste kreeg Ingrid enorm last van bekkeninstabiliteit, na de tweede kon ze zelfs niet meer lopen. “Toen ben ik in Rotterdam naar het ‘Spine & Joint’ centrum geweest, waar ik therapie heb gehad om weer te leren en te durven lopen. Daarna ging het wel weer, ging het heel voorzichtig bergopwaarts. En toen kreeg ik ontsteking in mijn knieën.” Dat bleek de voorbode van wat naderhand helaas als reuma werd vastgesteld. Sindsdien zit zij vast aan de medicijnen en beseft ze, dat als ze een dag teveel doet, ze dit de dagen erna moet bezuren. Ingrid: “Het is eigenlijk net weer topsport. Want daar zit je op dat grensje van zwaar trainen en niet geblesseerd raken. Nu is het de dag doorkomen en zorgen, dat ik ’s avonds nog genoeg energie heb om voor het eten en alles te zorgen.” Werken mag ze niet meer en dat valt haar af en toe nog best zwaar. “Weet je, ik had gewoon een leuke baan en als mijn man elke dag naar zijn werk gaat, ben ik soms gewoon boos op hem: jij mag wel naar je werk en ik niet. Maar ik heb andere dingen gezocht, waar ik leuk mee bezig ben. En het voordeel is: ik ben altijd thuis geweest voor de kinderen, al had ik daar liever de vrije keus in gehad.”

DE STRIJD TEGEN KANKER IS DE WEDSTRIJD VAN JE LEVEN.

Als je de diagnose "kanker" krijgt is het belangrijk dat je niet bij de pakken neerzit, maar zo snel mogelijk in actie komt. Want het gevecht tegen kanker is een strijd waar je vol in moet. Een goede conditie zorgt dat mensen beter bestand zijn tegen de ziekte en de behandeling, lichamelijk en geestelijk. Want door te sporten krijgen patiënten het vertrouwen in hun lichaam weer terug.

De **stichting Tegenkracht** werkt samen met het behandelcentrum van **Careworx** in het TaTa Steel Stadion te Velsen-Zuid om kankerpatiënten persoonlijk te begeleiden met uitgekende sportprogramma's. Een persoonlijk en multidisciplinair maatplan (sportarts en fysiotherapeut) voor elke kankerpatiënt. Van jong tot oud, van atleet tot couch potato.

Enige

Tegenwoordig heeft Ingrid achterin haar tuin een kasje (ze noemt het haar 'hobbykasje'), waarin ze onder meer tomaten, paprika's en champignons kweekt. Verder is ze erg actief met fotograferen, maakt ze zowel natuurfoto's als foto's van haar sportieve kinderen, die verschillende sporten beoefenen. Al moet ze voortdurend oppassen, dat ze niet te enthousiast wordt. Zoals laatst, toen er een leuke fotografiebeurs was. "Dan ben ik zo'n hele dag bezig, maar als ik dan 's avonds in bed lig, denk ik: oh, waarom doe ik dat nou? Want de dagen erna heeft niemand wat aan me."

De herinneringen aan haar atletiekjaren koestert ze en het is logisch, dat haar bronzen plak op dat EJK en haar 61-meterworpen daarin de boventoon voeren.

Eén ding staat intussen onverbiddelijk vast: Ingrid Lammertsma is de enige Nederlandse die in de 20^e eeuw de speer voorbij de 60 en 61 meter gooide. Dat pakt niemand haar meer af.

Piet Wijker

Stichting Atletiekerfgoed

De schatkamer van Papendal

St>rt 2011, het magazine van de Atletiekunie, publiceerde onlangs een artikel over de Stichting Atletiekerfgoed. De vele illustraties die eraan waren toegevoegd, kunnen wij hier helaas niet overnemen, de tekst wel. Die volgt hieronder.



Oude medailles, foto's en officiële uitslagenlijsten. De Stichting Atletiekerfgoed verzamelt memorabilia om de historie van de atletieksport te bewaken.

Het motto: de waarheid is heilig en vergeelde feiten uit het verleden liegen niet. 'Het zal toch niet waar zijn dat die olympische medailles er ook bij zitten?'

Het lijkt een 'gewoon' kantoor in het pand van de Atletiekunie op Papendal, maar schijn bedriegt. Geen bureau, computer of telefoon, wel een tafel in het midden en tegen twee wanden grote kasten. Daarin ordners en boeken (vaak vergeeld) en aan de muren foto's uit een ver verleden. Op de kasten liggen medailles en staan bekers, sommige zichtbaar aangetast door de tand des tijds. Alles ademt historie, nostalgie. 'Dit is het Heilige der Heiligen', zegt Chris Konings. Welkom op de thuisbasis van de Stichting Atletiekerfgoed. Een kamer van pakweg elf vierkante meter waar de historie van de vaderlandse atletiek zorgvuldig wordt bewaard en waar de pensionado's Chris Konings (71) en Paul van Gool (64), respectievelijk bestuurslid en voorzitter van de stichting, probleemloos de ene na de andere smakelijke anekdote op tafel gooien.

Olympische medailles

Bijvoorbeeld over de erfenis van Wim Slijkhuis. Konings: 'Dat was een grootheid in de atletiekwereld. Na zijn overlijden vroeg de familie ons of wij wat met de spullen van Wim wilden. Nou, we kwamen terug met schoenendozen vol medailles. Wim won op de Spelen van 1948 brons op de 1500 en 5000 meter, maar dat sneeuwde helemaal onder bij de vier keer goud van Fanny Blankers-Koen. Wij zeiden tegen elkaar: "Het zal toch niet waar zijn dat die olympische medailles er ook bij zitten?" Maar wel dus.'

Geen prutsers

Die vangst vormde gelijk het startschot voor de oprichting van de stichting. Van Gool en Konings beheerden al een boel spullen van de vereniging Vrienden van de Atletiekunie, de vereniging van Nederlandse Atletiektrainers ('studieboeken en een eigen filmarchief') en van individuele atleten, maar wilden een officiële status. Die kwam er op 14 januari 2010. Van Gool: 'Want aan wie had de familie die dozen nu geschonken. Aan mij? Aan Chris? Vertegenwoordigden wij iets? We hadden zoveel spullen met zoveel waarde, zo kon het niet meer. Daarom zijn we een formele organisatie geworden. Daardoor ontstaat er ook een vertrouwensband en weten mensen dat ze niet te maken hebben met prutsers die zomaar wat roepen. Wij willen objectieve informatie geven over de historie van de

atletiek in Nederland en verzamelen objecten die die geschiedenis kunnen illustreren. We willen geen museum worden, maar hebben wel veel interesse in unieke dingen die soms in nalatenschappen zitten. Vooral dingen die iets vertellen over de atleet en niet uit officiële papieren komen: plakboeken, artikelen uit kranten. Daarbij willen we onafhankelijk zijn, nee, móéten we onafhankelijk zijn. De historie is de waarheid, hoe leuk of vervelend dat soms ook is voor partijen of personen.’

Overdrijven

Ze zeggen zich niet alleen de bewakers van de schatkamer vol memorabilia te voelen, maar meer nog de hoeders van de vaderlandse atletiekhistorie. Konings: ‘Het levert geen cent op, maar als grote bond moet je zuinig zijn op je geschiedenis. We hebben notulen van vergaderingen, officiële uitslagenlijsten, rapporten van de Olympische Spelen. Het is niet leuk als er iemand op een verjaardag ten onrechte roept dat hij een keer Nederlands kampioen is geworden. Wij kunnen dat met feiten weerleggen. Soms blijken mensen schromelijk te overdrijven. We werden eens gebeld door iemand die wilde weten op welk onderdeel z’n opa olympisch kampioen was geworden. Want hij had bij opa twee gouden olympische medailles gevonden. Vreemd. Zijn we het gaan uitzoeken: opa had twee keer een wedstrijd gewonnen van de vereniging Olympia uit Wieringerwerf, op een grasbaan in Anna Paulowna. Ach, je moest eens weten hoeveel mensen we moeten teleurstellen. Die hebben gehoord dat hun opa of oma Nederlands kampioen is geworden, maar dat blijkt dan in een veel lagere klasse te zijn geweest.’

Bedankbrieven

‘We maken ook mensen blij, hoor’, zegt Van Gool. ‘De Keien uit Uden bestond vijftig jaar. Toevallig had ik in films oude beelden gevonden van de opening van de baan. Heb ik een dvd van gemaakt die op de receptie is vertoond.’ Ook Konings herinnert zich een gelukkig voorval: ‘Een familie die naar de Verenigde Staten was geëmigreerd zei dat een neef ergens rond 1916 Nederlands kampioen polsstokhoogspringen was geworden. Roelof Prins, een Fries. Wij bladeren door allerlei papieren en verrek: foto gevonden, uit 1917. Dat plaatje hebben we laten herfotograferen voor de familie, kregen we meteen allemaal bedankbrieven terug.’ De bewuste foto siert de muur in het kantoor. Konings loopt naar de kast toe en trekt een dik boekwerk van de plank. ‘Het officiële boek van de Spelen van 1912 in Stockholm. Alles staat erin’, zegt hij met pretoogjes. ‘Als mensen hun zolder of die van hun opa opruimen en iets tegenkomen: wij halen het graag op.’

De Stichting Atletiekerfgoed accepteert alleen schenkingen. Paul van Gool: ‘We nemen niets in bruikleen. Daar kun je later problemen mee krijgen als iemand iets terug wil hebben en dat willen we absoluut voorkomen.’ Meer weten? www.atletiekerfgoed.nl en www.atletiekhistorici.nl.

Roy Hammink

DRIE NEGEN

Akkers en dijkdorpen.

Bosjes, kunstmatig ontworpen.

Het water van het Spui.

Hier en daar een oude pui.

De chic van boerderijen....

Een lekker eindje rijden.

Dat is, in een héél kleine notendop, het voorland op drie negen, drie september als de fietslustigen onder ons zich verzamelen voor het jaarlijkse tweewieleruitje.

Dat vindt ditmaal plaats op het eiland Hoeksche Waard, in Zuid – Holland.

Heb een route gevonden die afwisselend gaat over vrije fietspaden; langs de rivier het Spui; over dijken soms met -, soms zonder bomenrijen erlangs; door een vijftal - korte- bos/parkachtige stukjes; langs poëzieroutes en langs de Binnenbedijkte Maas. Natuurlijk ook over (enkele) kale vlakke wegen langs het bouwland, want dat laatste is vooral het beeld van de Hoeksche Waard. Op die vrije fietspaden moet je soms toch wel oppassen: er staat wel eens een paal in de weg om ander (meest landbouw-) verkeer te weren, of er liggen schapenkeutels van een kudde die daar vrij rondloopt. Daarvoor zal ik niet waarschuwen met “Pas op!” of “Kijk uit!” maar in klassiek Hoekse Waards:

“Heb errug!”

Behalve dit al rijden we door tien dorpen, waaronder ook lange smalle, zogenaamde dijkdorpen.

Voor de mensen die van wat verder weg komen, of die er een gezellig weekend van willen maken; overnachten in de Hoeksche Waard is niet onmogelijk, maar de meeste gelegenheden kennen niet meer dan twee tot hooguit vier kamers. Bovendien liggen ze gemiddeld zo'n kilometer of vijf bij elkaar vandaan, waardoor de blijvers nogal verspreid raken. Een mogelijkheid om op één locatie te verblijven is net over het Spui, in Spijkenisse waar het Carlton Oasis Hotel [website: www.carlton.nl] staat. Ruimte genoeg, ook als de groep blijvers groot is! Dat hotel staat 6 km vanaf het vertrekpunt van de fietstocht en het ligt op het eiland Voorne Putten, dus moet je dan met de pont over van Hekelingen naar Nieuw-Beijerland. Plaats voor 18 auto's (als je de fietsen op de drager zet) en zeker 50 fietsers voor de diehards die ook deze rit peddelend willen afleggen. Zij moeten dan dus wel rekenen op 12 km extra voor het dagtotaal.

Van de pont af meteen rechtsaf en na een paar honderd meter staat op de dijk, net voorbij de molen HET WAPEN VAN NIEUW - BEIJERLAND [website: www.wapennieuwbeijerland.nl], een hotel café restaurant, waar we elkaar tussen half tien en half elf met de traditionele koffie met gebak ontmoeten en van waaruit de tocht start. Trouwens, vier keurige kamers voor wie daar wil overnachten.

advertenties
ansichtkaarten
banners
brochures
flyers
folders
huisstijlen
jaarverslagen
logo's
magazines
nieuwsbrieven
posters
spellen



Margriet Prins
grafische vormgeving

www.margrietprins.nl

Voor de blijvers zijn er op zondag verschillende mogelijkheden.

We kunnen bij voorbeeld naar het eiland Tiengemeten, een kilometer of vijftien van Nieuw-Beijerland af, even onder de zuidkant van de Hoeksche Waard. Daar woonden en werkten eeuwenlang een zevental boeren waarvan de boerderijen behouden zijn gebleven en een aantal boerenknechten in enkele karakteristieke rijtjes huizen. Het eiland is een aantal jaren geleden teruggegeven aan de natuur die al behoorlijk verwilderd is, waar grote grazers lopen, waar ook een Rien Poortvlietmuseum, een landbouwmuseum en een herberg is. Fietsen over het hele eiland, wandelroutes van 4 of 6,5 km waarbij je deels zelf je weg kan zoeken... voor elk wat wils. De pont vaart elk uur heen en weer.

Ook mogelijk: naar het middeleeuwse vestingdorpje Den Briel op Voorne Putten. De moeite waard om te bekijken en een museum (Museumjaarkaart geldig) dat een goed beeld geeft van de geschiedenis van dorp en streek. Alva?!? Afhankelijk van weer en waar we zin in hebben, maken we dan een keus.

Nog een website: www.vvvhoeschewaard.nl om indrukken op te doen.

Zou het leuk vinden om velen van jullie te mogen verwelkomen!

Drie negen, "dus" 27 deelnemers??

Wie niet kan wachten om zich aan te melden, dat kan nu al (tot 15 augustus) bij:

Hugo Tijmsmans

tijmsmans10@hetnet.nl

0186 692232

Eef Kamerbeek Atletiekcentrum

Ter gelegenheid van de heropening van sportpark de Hondsheuvels in Eindhoven schreef oud-clubgenoot Piet van Erp de volgende regels in het Eindhovens Dagblad.

Op 27 mei is de officiële opening van de prachtige multifunctionele accommodatie op sportpark De Hondsheuvels in Eindhoven. Deze atletiekaccommodatie, waar de stad trots op kan zijn, wordt vernoemd naar de grootste atleet die Eindhoven ooit gehad heeft: Eef Kamerbeek, een wereldtopper op de tienkamp. Als 5000 meterloper bij PSV in de jaren zestig heb ik Eef van dichtbij meegemaakt. Een absolute wereldtopper, die keihard heeft getraind om zijn doel, de Olympische Spelen, te bereiken. In Rome haalde hij tussen de topt atleten uit Rusland en Amerika een prachtige vijfde plaats.

Jammer was dat Nederland dacht voorop te moeten lopen bij de boycot van de spelen van Melbourne in 1956. Eef was daar een van de medaillekandidaten. Dat hij daar niet heeft kunnen deelnemen is voor hem altijd een grote teleurstelling gebleven. Het is een goed idee van Eindhoven atletiek om de naam van Eef voor altijd in de herinnering te houden door de accommodatie naar hem te vernoemen. Dat er ook nog een beeltenis wordt onthuld is helemaal fantastisch, er wie er toe komt. Wat zou hij trots zijn geweest zijn. Tijdens zijn crematie heeft Erica Terpstra postuum de 'Jaap Eden' aan zijn familie uitgereikt, dik verdiend.

Piet van Erp



Beeltenis van Eef Kamerbeek op de naar hem vernoemde atletiekaccommodatie in Eindhoven.
(foto Chris van der Meulen)



START TO RUN!

VGZ sponsort een gezonde beweging

Zorgverzekeraar VGZ heeft alle aandacht voor uw gezondheid. We zorgen niet alleen dat zieke mensen weer gezond worden, maar we helpen u ook gezond te blijven. Lichaamsbeweging is daarbij cruciaal. De Atletiekunie doet er veel aan om Nederland in beweging te krijgen. En daarom trekken VGZ en de Atletiekunie samen op.

Als 'running mate' en als enthousiaste partner wil VGZ samen met de Atletiekunie Nederland aan het lopen krijgen. Ren, jog of wandel. Het maakt niet uit hoe u loopt, als u maar regelmatig beweegt. Want dat past bij een fitter en gezonder leven.

Wilt u meer weten over VGZ en haar initiatieven samen met de Atletiekunie, ga dan naar www.vgz.nl of www.atletiekunie.nl



Zorgverzekeraar



Alle aandacht

Vrienden jeugdfonds: atleten op trainingskamp

In april zwermden diverse atleten die momenteel door het Vrienden Jeugdfonds worden ondersteund, uit naar trainingskampen in warme oorden. Populair was ditmaal het Spaanse Valencia. Hier een tweetal stageverslagen uit die regio.

1. Valencia 2011: Verslag van Corinne Nugter

Op 18 april vertrok ik met drie andere werpers (Pamela Kiel, Roland van Zuilen en Thierry Kruithof) en onze trainer (Piet Meijdam) naar Valencia voor een elfdaagse trainingsstage. Met enige overbagage door ons materiaal stapten we het vliegtuig in. De eerste paar dagen zaten we in een hotel wat verder van de atletiekbaan vandaan, daarna namen we onze intrek in het Papendal van Valencia. Hier konden we overnachten, eten en de krachttrainingen doen.



Uitzicht vanaf het balkon: de atletiekbaan, gelegen in een rivierbedding die door de hele stad loopt. Links bij mooi weer, rechts na een regenachtige nacht.
(foto's Corinne Nugter)

In elf dagen heb ik zeventien trainingen afgewerkt, welke allemaal naar wens verliepen. Helaas zat het weer niet altijd mee. Na een paar regenbuien stond het veld helemaal onder water, waardoor we wat moesten schuiven in het programma.

Sinds december kampte ik met een sluimerende handblessure, waardoor ik niet kon kogelstoten. In deze periode heb ik mij dus met name op discus gefocust. Langzaam maar zeker kreeg ik het idee dat de pijn verminderde, dus in samenspraak met de fysiotherapeut en mijn trainers besloot ik om de kogels weer ter hand te nemen. Tijdens mijn verblijf in Spanje heb ik drie kogeltrainingen gedaan, zij het met een lichter gewicht dan gebruikelijk. De eerste training was wat onwennig, maar al snel voelde het beter. En het belangrijkste: pijnvrij! Dit gaf de burger moed.

De rustmomenten mochten we zelf invullen. Meestal bleef het bij rusten op of rond de accommodatie, maar we zijn ook nog twee keer op city tour geweest en we hebben een keer een bowlingbaan gehuurd.

De laatste dagen werd het weer beter, wat positief werkte op ons humeur en de prestaties in de trainingen. Nu konden we tenminste lekker stoten of werpen zonder een kogel of discus uit de modder te hoeven vissen.



V.l.n.r.: Piet, Thierry, Pamela, Corinne, Roland. *(foto Corinne Nugter)*

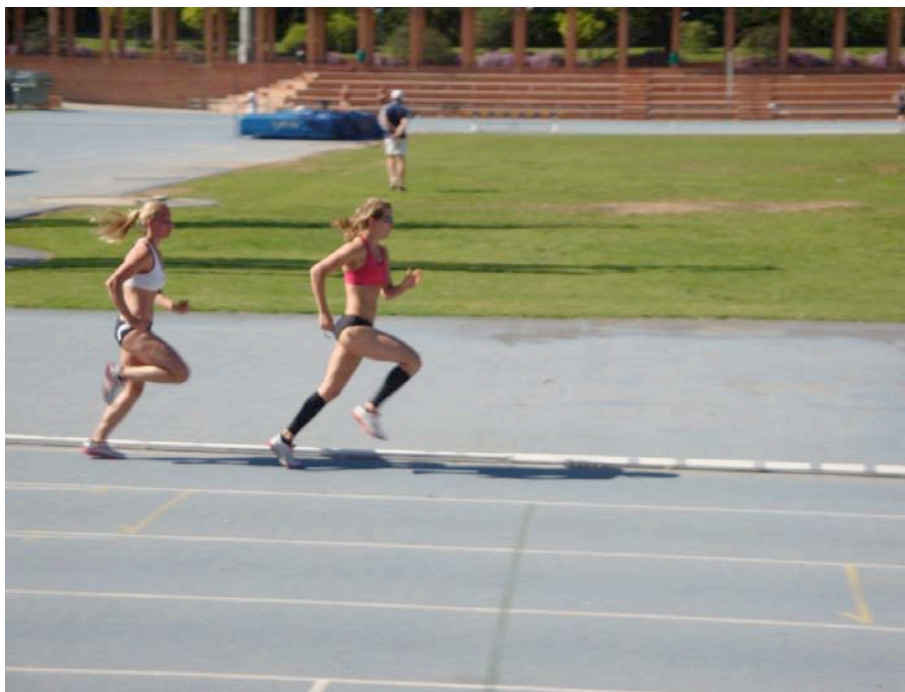
Ik kijk terug op een geslaagde trainingsstage en ga met goede moed het wedstrijdseizoen in.

Bedankt voor uw bijdrage!
Corinne Nugter

2. Trainingsstage Valencia 2011: verslag van Nadine Broersen

Dit jaar wilden we met heel de groep een keertje ergens anders naar toe gaan op trainingsstage. In plaats van Tenerife werd het dit jaar Valencia. Ook de groep van Ronald, Vince en een groepje Belgen gingen hiernaartoe.

Op zaterdagochtend 2 april vertrokken we met het vliegtuig naar Valencia. De weersberichten waren niet heel erg goed de afgelopen weken, dus dat was nog een beetje afwachten. Goed kwamen we bij het hotel aan, dat mooi uitzicht had op de atletiekbaan. Om eerlijk te zijn viel het hotel en de kamer in het begin wat tegen, maar uiteindelijk was het allemaal hartstikke goed te doen. Ook het eten was anders dan normaal (althans de keuze was er minder), maar ik vond het lekker! We sliepen met vier meiden op een kamer, dus ook dat was wel even wennen, maar dat is allemaal goed gekomen. Er waren er ook een aantal jarig tijdens de trainingsstage, dus dat was ook wel leuk om daar te vieren.



Nadine Broersen in het kielzog van stagegenote Myrte Goor in actie op de baan in Valencia. (foto Nadine Broersen)

's Middags zijn we meteen wat gaan loslopen op de baan en zijn we naar een lokaal supermarktje geweest. Ook de dag erna hebben we een wat algemene training gedaan en die maandag was het echte begin van de trainingsstage. Over het algemeen zijn de trainingen allemaal erg goed gegaan. Het belangrijkste is ook dat ik 'heel' ben gebleven (afgezien van de kleine pijnjtjes) en daarnaast ook alles heb kunnen doen. Ik merkte op de laatste dag wel dat het 'klaar' was, maar al met al ben ik zeer tevreden! Over het algemeen was het hartstikke rustig op de baan en hebben we op ons gemak kunnen trainen. Soms kwamen er wel scholen gymmen, maar dat was hartstikke leuk om te zien. De krachtruimte was er trouwens ook mooi en lekker rustig. We hebben er goed kracht kunnen doen. Wat ook nog belangrijk was, is dat we gewoon hebben kunnen werpen wanneer we dat wilden, want in Tenerife bijvoorbeeld kon dat niet.

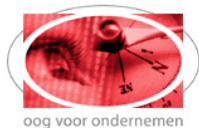
Op onze rustdagen hebben we een aantal leuke dingen gedaan. Op de eerste dag zijn we met drie meiden naar het centrum van Valencia gegaan. De bouwwerken waren er erg mooi en ook de parkjes zagen er mooi uit.

Naar het strand zijn we ook twee dagen geweest met zijn allen. Het was er lekker warm, maar het water was er toch nog wel koud! Desalniettemin hebben we ons met zijn allen wel weten te vermaken en hebben we ook een prachtige piramide gebouwd! Natuurlijk zijn we ook een aantal keer het centrum in geweest en zijn we een keer met onze eigen groep echt Tapas gaan eten en hebben we een keer met alle meiden pizza gegeten. Na onze tapas-avond zijn we ook nog met groep wat gaan drinken. Niet te vergeten zijn ook de spelletjes, zoals de Grote Delmuti, die we soms met de 'ouderen' hebben gespeeld!

Kortom ik heb lekker en goed getraind, ben heel gebleven en heb alvast een goede voorbereiding gehad voor mijn eerste wedstrijd die 7/8 mei in Italië is. Ook heb ik hier weer wat geleerd, niet net zoveel als toen in Zuid-Afrika, maar wel door te kijken naar de anderen en hoe zij soms met dingen omgingen. Je leert dat het belangrijk is gefocust te zijn op je trainingen, maar dat de ontspanning daar omheen ook erg belangrijk is! Verder kwam ik hier ook steeds meer in het bekende ritme van eten, slapen, trainen, slapen en eten. Al met al een geslaagde trainingsstage dus!

Nadine Broersen

Hoe ver reikt uw ondernemersblik?



Van Noort Gassler & Co
accountants & adviseurs



Oog voor ondernemen

Onze accountants en adviseurs willen dicht naast u staan als klankbord voor de ondernemer. Niet op afstand, maar altijd bereikbaar en dichtbij. Wij adviseren u daarbij op het snijpunt van financiën, fiscaliteit, juridische vraagstukken én uw ondernemingsstrategie. Op die manier denken wij servicegericht met u mee!

Van Noort Gassler & Co is aangesloten bij JPA International, met onafhankelijke leden wereldwijd.

Meer weten?

Neem geheel vrijblijvend contact op met ons kantoor in Amsterdam, Burgemeester Roellstraat 40, 1064 BP Amsterdam, telefoon 020 – 611 38 06 of kijk op onze website www.noortgassler.nl

Uw contactpersonen:

J.C. (Johan) van der Plas AA CB
Mr J.C. (Jaco) Hoksbergen

Onze jarige Vrienden

(tussen haakjes de nieuwe leeftijd)

Juli 2011

2 Harry Dirks (73) 046 4372622	St.Gillisstraat 24 6181 GC Elsloo
2 Johan Knaap (62) 055 5420849	Voldersdreef 206 7328 BX Apeldoorn
2 Chris Buitelaar (67) 0182 399109	Veldzoom 8 2811 BL Reeuwijk
3 Wil Hulshof - van Montfoort (76) 0541 291933	Denekamperstraat 50a 7631 AD Ootmarsum
3 Jack Evers (70) 0495 588121	Moonslaan 19 a 6026 EH Maarheeze
4 Hilly de Lange - Gankema (65) 0524 551684	Noordwijk 54 7751 AK Dalen
8 Jan Snoeren (66) 0162 517302	Breetweerlaan 3 4941 LN Raamsdonksveer
12 Aart Veldhoen (62) 073 5222603	Burg. Mazairaclaan 9 5242 AT Rosmalen
12 Henk de Hont (89) 020 6153058	T.M. Bouwmeesterhof 3 1065 HS Amsterdam
12 Bert de Jager (62) 0513 677745	Reidkraach 16 8465 RS Oudehaske
13 Frans Maas (47) 0113 223050	Etty Hillesumlaan 32 4481 DE Kloetinge
14 Fennie van Osch - Smeenge (61) 015 3692353	Krammer 5 2641 TZ Pijnacker
14 Corrie Roovers - v/d Bosch (76) 076 5711085	Manhuisveld 29 4816 JP Breda
15 Joke Jansen - Claus (75) 078 6813270	Ferdinant Bolstraat 47 3343 DR Hendrik-Ido-Ambacht
15 Wim Blom (66) 046 4200910	Rijksweg Noord 129 6136 AA Sittard
16 Cees Koch (75) 023 5292826	Burg. van Lennepweg 20 2101 RG Heemstede
17 Herman Hofstee (48) 0512 525990	Eize Bosstraat 5 9202 SN Drachten

18 Joop van den Brink (79) 078 6143696	Reggestraat 29 3313 CW Dordrecht
19 Hilda van Doorn (68) 035 5231980	Zomerkade 262 1273 ST Huizen
20 Hugo Pont (52) 0566 650113	De Seine 35 8494 PE Nes
21 Hans Smeman (68) 06 53159471	De Geer 3 4233 HX Ameide
21 Cees Evers (75) 076 5650100	Dreef 39 4813 ED Breda
21 Remco Tournier (47) 0180 554200	Plein Eendragt 19a/b 3111 AR Schiedam
21 Herman Timme (78) 043 3252892	Lambertuslaan 41 6212 AS Maastricht
24 Hans Keizer (71) 043 6040539	Mariamunster 55 6325 CR Berg en Terblijt
26 Frans van der Ham (57) 0182 383715	Opweg 38 2871 NB Schoonhoven
28 Tineke van der Flier - Hidding (52) 0226 313012	Koekoek 1 1722 HA Zuid-Scharwoude
30 Gerda van der Pol - Kraan (78) 035 5257746	Molenveenweg 49 1261 TG Blaricum
30 Esther Goedhart - Schot (70) 0111 461112	Oosterenbanweg 24 4325 GS Renesse

Augustus 2011

1 Joop Kant (73) 0174 514226	Heimond 71 2678 BH De Lier
2 Frank Jutte (64) 06 44319029	Zernikeplaats 750 3068 JB Rotterdam
4 Toos van Eekelen - Aarts (75) 0165 541789	Kamperfoeliefat 46 4702 BP Roosendaal
4 Thom van Rooijen (72) 071 5126870	Hartmanstraat 15 2313 NA Leiden
6 Sjouke Tel (66) 0321 318135	Winter 40 8251 NV Dronten
8 Joost Borm (55) 06 22480724	Hof van Sint Jan 10 3512 BX Utrecht

11 Aad van Venrooij (71) 035 8885936	Platothof 20 1277 BC Huizen
11 Wilma van Gool - van den Berg (64) 026 3342013	Heuveloordweg 13 6862 HJ Oosterbeek
12 Tjerk Vellinga (73) 020 6191397	Dwarswatering 20 1069 RM Amsterdam
13 Piet van der Kruk (70) 015 3109325	Populierenlaan 5 2631 HW Nootdorp
14 Nick Mosselman (50) 076 5719705	Sterreboos 116 4817 SJ Breda
18 Gerard Nijboer (56) 0521 351669	Westeinde 9 7975 RK Uffelte
21 Piet Deelstra (71) 0513 551719	Molenlaan 35 8461 LJ Rottum
24 Ben Saris (63) 0499 329911	Zweefheuvel 22 5685 CE Best
24 Ferry van der Zant (73) 004928219979877	Triftstraße 146 47533 Kleve Duitsland
24 Diny Steenhuis - Hulsker (88) 06 54912519	Dorresteinseweg 49-F408 3817 GB Amersfoort
26 Lia Louer - Hinten (69) 0162 313253	Mgr.Nolenslaan 2 5103 BM Dongen
27 Anny Schmitz - Broekhoff (75) 020 6153541	Ant. Spatzierhof 32 1065 SJ Amsterdam
28 Tineke Godschalk - Kluft (55) 06 50257067	Gripvelden 78 4707 ZG Roosendaal
28 Kees Koppelaar (72) 0251 313088	Kerkemeer 17 1921 XT Akersloot
28 Mathias Vilain (66) 077 3662078	Zwerfheide 16 5971 GH Grubbevorst
30 Joep Delnoye (77) 043 3062940	Koperstraat 42 6291 AJ Vaals
30 Ed Meeuws (87) 010 4584411	Bazuin 233 2907 GH Capelle ad IJssel

Onze jarige donateurs/donatrices

(tussen haakjes de nieuwe leeftijd)

Juli 2011

21	Christ Hulshof (75) 0541 2919 33	Denekamperweg 50a 7631 AD Oostmarsum
26	Cock Mooijman (84) 070 3546975	Willem de Zwijgerlaan 45 2582 EG Den Haag
31	Rob van Mechelen (62) 0165 544180	Trochietdijk 16 4706 TP Roosendaal

Augustus 2011

16	Lida Lensen-Schippers (71) 010 4748754	Stadhouderslaan 55 3136 BK Vlaardingens
24	Annie Sluijter-Leeuwenburg (71) 0320 227220	Karveel 3518 8231 BK Lelystad
25	Nel Doets (63) 0251 240416	Duitslandlaan 71 1965 BD Heemskerk