
De Vriendenband

Inhoudsopgave

pagina

65e jaargang nummer 3, 2016

| | |
|---|----|
| Van de waarnemend voorzitter..... | 1 |
| Van het secretariaat | 2 |
| Advertentie Mathot Medische Speciaalzaken | 3 |
| Global Sports Communication viert 30-jarig bestaan | 4 |
| Advertentie Global Sports Communication | 5 |
| Olympische primeur?..... | 9 |
| <i>Atlesofie of Filotiek</i> | 10 |
| Advertentie Praktijk Energiek + Advertentie Herzog Sport..... | 13 |
| Nieuws van de Stichting Atletiekerfgoed..... | 14 |
| Van Nettie Grooss tot Dafne Schippers | 18 |
| Advertentie EK 2016..... | 23 |
| Herinneringen aan Te Werve | 24 |
| Advertentie YALP..... | 25 |
| Voor het voetlicht: Monique Jansen | 26 |
| Allee 't ies te zegge è..... | 32 |
| Advertentie Margriet Prins + Advertentie Make My Bizniz Communicatie..... | 34 |
| Vrienden Jeugdfonds op de voet gevolgd | 35 |
| Onze jarigen..... | 39 |
| Bijzondere jarige | 40 |

Kopij Vriendenband augustus 2016
Graag vóór 20 juli 2016
aan de redactie:
Piet Wijker
De Uitkijklaan 12, 1974 XP IJmuiden
wijker55@zonnet.nl
tel.: (0255) 513 700 / (06) 202 19 316

Van de waarnemend voorzitter

Beste Vrienden,

Het zomeratletiekseizoen van 2016 is weer van start. Na het nieuws van de opening van Dafne Schippers, tweede in Doha op de 100 m in 10,83, haar snelste seizoensopening en verder de plaatsing van Fabian Florant met een geweldige hink-stap-sprong van 16,92 m, tevens een Nederlands record, was ik op 7 mei jongstleden aanwezig bij de Ter Specke Bokaal op het altijd gemoedelijke complex van De Spartaan uit Lisse. Ook hier waren een aantal opmerkelijke



De start van het baanseizoen in Lisse ging soms gepaard met gezwaai van veel paardenstaarten, zoals hier bij de start van een 150 m. (foto: Piet Wijker)

prestaties te noteren. Wat te denken van een officieus Nederlands record op de 300 m van Nicky van Leuveren; zij snelde naar een tijd van 36,24 sec. Hensley Paulina liep een puike 150 m met, zelfs, iets te veel tegenwind in 15,47 sec. Maar zeer verrassend was wel de prestatie van Koen van der Wijst; hij verbeterde zijn polshoogte record van 5,21 tot 5,35 m. Hij deed nog een poging om het Nederlands jeugdrecord van 5,45 m aan te vallen, maar die mislukte. Voor ons Vrienden was dit een aanmoedigingsprijs namens onze vereniging waard. Koen had zich tevens via deze hoogte geplaatst voor het WK junioren.

Met de aankomende baancircuitwedstrijden in het vooruitzicht kunnen wij als atletiek liefhebbers zeker genieten. Menig atleet en atlete komt nu zo langzamerhand terug van trainingstages. Hier heeft men onder ideale omstandigheden naar een vorm toe kunnen werken, wat in het begin van het seizoen zijn resultaten moet opleveren voor de geëiste limieten. Dit zal leiden naar een prachtig Europees Kampioenschap te Amsterdam. De voortekenen zijn hoopvol, de organisatie is er klaar voor, nu nog de prestaties van onze atleten en atletes.

Ik kan u verder mededelen, dat wij voor onze reünie weer een aantrekkelijk programma proberen samen te stellen. Hier zijn wij nu druk mee bezig; ook de Meet & Greet tijdens de Europese Kampioenschappen is in een vergevorderd stadium, waarvan u binnenkort zeker op de hoogte wordt gesteld. Ik wens u allen een mooi weg- en baanatletiekjaar toe en zal u wel ergens op de banen in Nederland tegenkomen.

Melchert Kok, waarnemend 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

Website: <http://www.vriendenvandeknau.nl>



Nieuwe leden

- Els Vader en Haico Scharn, Molenwindsingel 12, 4105 HK Culemborg, telefoon 0345-530097, e-mail els.vader@kpnmail.nl. Els is geboren op 24 september 1959 en Haico op 18 juni 1945. Els veroverde van 1979 t/m 1989 in- en outdoor in totaal 23 nationale titels op de verschillende sprintonderdelen en was nationaal recordhoudster op de 100, 200 en 400 m outdoor en 50 en 60 m indoor. Zij nam deel aan drie Olympische Spelen. Voor meer gegevens: https://nl.wikipedia.org/wiki/Els_Vader. Zie verder ook het artikel 'Van Nettie Grooss tot Dafne Schippers', elders in dit blad. Haico werd in totaal zes keer Nederlands kampioen, vijfmaal op de 1500 m en eenmaal bij het veldlopen en nam eenmaal deel aan de Olympische Spelen. Hij was nationaal recordhouder op de 1000 m, 1500 m (in- en outdoor) en de mijl. Voor meer gegevens: https://nl.wikipedia.org/wiki/Haico_Scharn.
- Wim Roosen, L. Brownstraat 49, 1992 HZ Velsersbroek, tel. 023-7433475, e-mail wimroosen@ziggo.nl, geboortedatum 30 juni 1956. Wim was een 10-kamper en werd daarbij drie maal Nederlands kampioen. Hij deed ook diverse keren mee aan interlandwedstrijden als 10-kamper en ook een keer op de 110 m horden.

Overlijden

- Op 25 maart 2016 is onze donatrice Tiny Pallesen overleden. Zij werd 87 jaar.

Wijzigingen

- Onze donatrice Jannie Roffel-van der Togt is verhuisd van Steenwijk naar een appartement bij verzorgingshuis Zinn, locatie De Brink in Groningen. Haar nieuwe contactgegevens zijn: Helper Brink 59 appartement B 4.16, 9722 EK Groningen, telefoon 050-5255875;
- Ben Saris heeft een nieuw e-mailadres. Het is geworden: bensaris@vodafonehuis.nl.

Ledeninformatie (blijde gebeurtenissen, ziekte e.d.)

Op 26 april 2016 is ons lid Harry Dost in zijn woonplaats Enschede geridderd tot Ridder in de Orde van Oranje-Nassau. Harry kreeg de onderscheiding voor zijn werk als bondscoach en docent bij de Atletiekunie, zijn werk bij AC Tion en zijn vrijwilligerswerk op sportgebied, zoals bij de maatschappelijke projecten van FC Twente.



Trots poseert Harry Dost met het pas opgespelde lintje, geflankeerd door een blij echtgenote Nel. (foto Facebook)

Opmerking: graag bij een adreswijziging of wijziging van e-mail er rekening mee houden dat je de wijziging niet alleen stuurt naar de Atletiekunie, of naar het secretariaat van een vereniging die rechtstreeks is gekoppeld aan de database van de Atletiekunie, maar ook naar het secretariaat van de Vrienden. Wij krijgen wijzigingen namelijk niet automatisch door van de Atletiekunie.



Zorgeloos bewegen doe je met de orthopedische hulpmiddelen van Mathot

Gratis
voet- en
houdings-
analyse

Bewegen is gezond. Maar pijn en blessurevrij bewegen is niet voor iedereen een vanzelfsprekendheid. Mathot Medische Speciaalzaken beschikt over een ruim assortiment orthopedische hulpmiddelen die klachten kunnen verminderen of zelfs doen verdwijnen. Wij staan voor kwaliteit, vakkundigheid en leveren hulpmiddelen tegen een scherpe prijs. Voorkom of verminder (bestaande) blessures en kom langs voor een gratis voet- en houdingsanalyse bij Mathot. Kijk voor een Mathotvestiging bij u in de buurt via mathot.nl/vestigingen. Wij adviseren u graag! Bel voor een afspraak met **088 - 008 58 88** of mail naar cto@mathot.nl.

mathot
samen zorgen sinds 1897

Global Sports Communication viert 30-jarig bestaan

Op 5 april 2016 werd op Papendal op feestelijke wijze stilgestaan bij het feit, dat onze Vriend Jos Hermens 30 jaar geleden zijn managementbureau Global Sports Communication oprichtte. Van heinde en verre was men naar Papendal gekomen om hierbij stil te staan, want dat Hermens in die 30 jaar een organisatie op poten heeft gezet die zowel bij atleten als atletiekoofficials wereldwijd een hoge mate van waardering en prestige heeft verworven, is een ding dat zeker is. En dus hadden de medewerkers van Hermens een imponerend symposium georganiseerd dat recht moest doen aan hetgeen door GSC in 30 jaar was bereikt. Met, bescheiden maar gelukkig, de initiator van dit alles als feestelijk middelpunt.

Het is, goed beschouwd, een even miraculeus als bijzonder succesverhaal, het ontstaan en de groei van Global Sports Communication. Want laten we wel zijn, als Jos Hermens in 1978 vanwege een ernstige achillespeesblessure niet net zo vroegtijdig als abrupt zijn hardloopcarrière had moeten beëindigen, was dat hele managementbureau er wellicht nooit gekomen. Hermens had namelijk aanvankelijk geen idee wat hij na zijn gedwongen afscheid zou gaan doen. Terug het onderwijs in was eerst de logische gedachte. Dat was immers het beroep dat hij had uitgeoefend voordat hij zich, gesponsord door Nieuw Revue, in de laatste periode als atleet geheel aan zijn sport had kunnen wijden. Het liefst bleef hij echter nauw betrokken bij de atletieksport en wilde hij coach worden. Al was er nauwelijks geld mee te verdienen in die tijd. Hermens: “Fulltime trainers waren er nog niet, zelfs niet bij de KNAU.” De gedachte lag voor de hand om voor overdag een betaalde baan te zoeken en in de avonduren als trainer actief te zijn. Hermens haalde dan ook zijn diploma als coach, met de middellange afstand als specialisatie.

Schnabbels

Nu had hij het geluk dat er intussen wat ‘schnabbels’ op zijn pad waren gekomen. De Nederlandse kunststoffirma Bolidt was op de proppen gekomen met het verzoek om de naamsbekendheid van het bedrijf over de nationale grenzen heen te helpen vergroten en zette Jos Hermens er enige tijd voor op zijn loonlijst. Hij kwam er onder meer door in China terecht. Daarnaast was hij medewerker van een AVRO-programma op zondagmorgen, waarin een blokje zat over blessurepreventie. “Dan ging ik met zo’n ouderwetse band het land in, bezocht doktoren en interviewde ze van: *als je dit en dat hebt, wat moet je dan doen?* En dat werd dan uitgezonden”, blikt Hermens terug op zijn ‘radiocarrière’.

Totdat Michel Lukkien, die zich een tijd als de manager van Hermens had gemanifesteerd, met Nike om de hoek kwam kijken en hem vroeg om bij Nike te komen werken, in de eerste plaats om als vertegenwoordiger op te treden van de Nederlandse atleten die bij Nike onder contract stonden. Hermens: “Toen ik geblesseerd raakte, met operaties er tussendoor, waarna ik moest revalideren, had ik toch meer tijd. Dus toen zat ik al veel bij



Global Sports Communication

- Expert management of world class athletes
- Advising and organising athletic events
- Specialists in sports marketing and sponsoring



Global Sports
Communication

www.globalsportscommunication.nl

<https://twitter.com/GlobalSportsCom>

Michel in Amsterdam. Dan gingen wij naar wedstrijden toe en verkochten we schoenen van Nike vanuit de kofferbak. En ook vanuit Michels huis. Dan werkten we soms wel tot drie uur 's nachts en sliep ik daar. Ongelooflijk!”

Vervolgens kwam Nike International naar Amsterdam en wilde zo snel mogelijk een European Athletes Representative aanstellen. De gedachte aan Jos Hermens lag daarbij voor de hand, want die rol was hem op het lijf geschreven. “Dus al die jongens die bij Nike zaten, zoals Saïd Aouita, Carlos Lopes, Ingrid Kristiansen, Rosa Mota en zo kwamen allemaal bij mij –want managers waren er toen nog niet– zo van: *Jos, kun jij wedstrijden regelen, hé, hoe moet ik gaan trainen, want ik heb blessures* en ja, ik wilde nu eenmaal graag coach worden. Dat vond ik het leuke van het werk en Nike gaf je veel vrijheid, dus ik kon me ook bemoeien met de planning van die atleten en zo. Dat heb ik altijd leuk gevonden.”

Start en ontwikkeling GSC

Intussen waren Lukien en Hermens sinds 1980 ook betrokken geraakt bij de organisatie van de marathon van Rotterdam. “In '85 had ik al wat inkomsten uit die marathon. Dus toen Nike dat jaar besloot om met zijn kantoor naar Engeland te gaan, had ik geen zin om mee te gaan, al ben ik nog heel lang consultant van Nike gebleven. Toen ben ik vooral met de Nederlandse atleten begonnen en een grote groep internationale atleten. Dus toen had ik een beetje een basis”, legt Jos Hermens de start van zijn eigen managementbureau uit. Daarmee was hij een van de eersten ter wereld.

Al gauw wisten allerlei wedstrijdorganisatoren Hermens te vinden. Was men tot dan toe gedwongen geweest om elke atleet die men aan zijn wedstrijd wilde laten deelnemen, zelf te benaderen en te contracteren, via een manager ging zoiets natuurlijk veel gemakkelijker. Jos: “Vanaf toen konden ze gewoon tien atleten tegelijk aantrekken.” En zo raakte het balletje aan het rollen, met het loopfenomeen Haile Gebrselassie als aanjager, want met de Ethiopiër sinds 1990 in de gelederen bouwde Hermens in sneltreinvaart wereldwijde faam op. Gestart als eenmansbedrijf telt GSC anno 2016 met de oprichter mee inmiddels 15 mensen, allen werkzaam op de vestiging in Nijmegen. Daarnaast zijn er in wisselende aantallen en in verschillende landen trainers en fysiotherapeuten aan GSC verbonden. De organisatie heeft in die 30 jaar meer dan 1000 atleten begeleid, die alles bij elkaar 73 Olympische medailles hebben veroverd, alsmede 418 WK-medailles en die 71 keer een wereldrecord op hun naam hebben geschreven. Momenteel heeft men meer dan 150 atleten uit 26 verschillende landen onder contract. Daarnaast heeft GSC directe bemoeienissen met de organisatie van toonaangevende wedstrijden over de gehele wereld. Van de FBK Games tot de Marathon van Mumbai, van de Singapore Ladies Run tot de Halve Marathon van Egmond en van de Nelli Cooman Games tot de Diamond League Shanghai, je kunt het zo gek niet bedenken, of Jos Hermens en de zijnen hebben er wel een (dikke) vinger in de pap.

Een 'good guy'



Alle sprekers op het feest van GSC op een rij. Vlnr. Jos Hermens, Jaap de Hoop Scheffer, Sebastian Coe, Dolf Jansen, Gabriela Szabo, Haile Gebrselassie, Ellen van Langen, Patrick Sang en Yannis Pitsiladis. *(foto's beschikbaar gesteld door GSC)*

Dat er heel wat van de fine fleur van de mondiale atletiek aanwezig was op Papendal op die 5^e april, was dan ook geenszins verbazingwekkend. Van Haile Gebrselassie, die op Papendal zijn afscheid als actief atleet aankondigde en als nieuwe ambitie streeft naar het presidentschap van Ethiopië, tot oud-Olympisch en veelvoudig wereldkampioene Gabriela Szabo, na haar atletiekloopbaan enkele jaren Roemeens Minister van Sport. Van oud-steepleloper Patrick Sang, driemaal zilver op de Olympische Spelen en op WK's en nu zelf coach, tot Ellen van Langen, als naaste medewerker van Hermens tegenwoordig vooral verantwoordelijk voor de samenstelling van startvelden bij de wedstrijden waar GSC nauw bij betrokken is. Zij allen deden hun verhaal. En niet te vergeten Prof. Dr. Yannis Pitsiladis, die mede op initiatief van Hermens cs bezig is met een onderzoek naar wat ervoor nodig is om op de marathon ooit op een tijd onder de twee uur uit te komen.

Sebastian Coe was er ook. De huidige IAAF-praeses, die vanwege alle recent naar boven gekomen dopingschandalen bezig is aan een zware start van zijn huidige rol als hoogste atletiekbaas, stelde dat "we duidelijk dienen te maken waar we voor staan als sport: een eerlijke en vrije competitie. Wat dat betreft zijn er veranderingen nodig om het vertrouwen te herstellen en dat kost tijd." Over Jos Hermens zei hij: "Hij heeft zijn leven lang atleten geholpen om het beste uit zichzelf te halen. En hij zorgde voor financiële zekerheid. Hij is een van de 'good guys' en dat zijn ze niet allemaal."

Live Time Achievement Awards



Ellen van Langen, Haile Gebrselassie en Gabriela Szabo met de zojuist uit handen van Jos Hermens ontvangen Life Time Achievement Award.

van Langen. Speciaal voor hen had hij kunstenaar Erwin Middelhuis opdracht gegeven om een Life Time Achievement Award te ontwerpen. Die gaf aan zijn ontwerp de volgende uitleg mee:

“Het reliëf van de aarde/landen symboliseert de prestatie op een wereldniveau. Ook weergeeft het de verbinding (band) van mensen, verschillende landen, culturen en geloven door topsport. Bij deze band zijn de uiteinden verbonden door deze een halve slag te verdraaien. Hierdoor ontstaat een zijde die oneindig is. Deze bandvorm kun je dan ook zien als een loopbaan/levenstraject, een weg van uitersten, vastberadenheid gebundeld in een doel. Hiermee draagt het object wijsheid en concentratie met zich mee. Het oneindige in de vorm geeft de discipline weer (trainings-frequentie), maar vooral de onuitwisbare nalatenschap van geleverde prestatie (wereldtitels). De vormovergang van binnen- naar buitenzijde bespiegelt de verandering van internationale topsporter naar een loopbaan als landsvertegenwoordiger.”



Een blije Haile Gebrselassie met zijn Award.

Jos Hermens zou Jos Hermens niet zijn als hij niet de gelegenheid had aangegrepen om ook enkele anderen in het eerbetoon, dat hem ten deel viel, te betrekken. Voor de ongeveer 400 genodigden gaf hij op een speciale wijze uiting aan zijn dankbaarheid aan enkele atleten met lange carrières, met wie hij door de jaren heen bovendien een bijzondere band heeft opgebouwd, te weten Haile Gebrselassie, Gabriela Szabo en Ellen

Het ligt in Hermens' bedoeling om aan de uitreiking van zo'n award in de toekomst op de een of andere wijze een vervolg te geven.

Na afloop van het symposium was er een informele reünie annex borreluur, waarna het geheel werd afgesloten met een avondvullend diner. En zo bleef het nog lang prettig onrustig op Papendal, die 5^e april van het jaar 2016.

Piet Wijker

Olympische primeur?

Eind april verbeterde hink-stap-springer Fabian Florant zijn eigen nationale record uit 2009 van 16,65 m door in het Amerikaanse Clermont tot 16,92 m te komen. Het was niet zo maar een recordsprong, hij verschaftte zich er tevens toegang mee tot Rio de Janeiro, want de kwalificatielimiet voor de Spelen in de Braziliaanse stad deze zomer ligt immers op 16,85 m.

‘Fabiant heeft olympische primeur’ kopte mijn eigen krant, onderdeel van HMC Media, de maandag erna. Want nog nooit in de historie had een Nederlandse hink-stap-springer deelgenomen aan de Olympische Spelen, zo werd beweerd.

Nu ben ik bepaald geen voorstander van het schrijven van reacties op krantenberichten. Ik schrijf immers al genoeg, vind ik. Dus waarom zou ik mij ook nog eens druk maken om krantenberichten? Deze kon ik echter niet over mijn kant laten gaan. Diezelfde dag nog wees ik de redactie er in een e-mail op, dat men zich hier toch wel ernstig had vergaloppeerd. Was men dan onze hink-stap-springer Wim Peters totaal vergeten, zo vroeg ik, die nota bene aan niet minder dan drie Spelen had deelgenomen, in 1924, 1928 en 1932? En hadden dit er zelfs geen vier kunnen zijn, als Peters niet principieel had geweigerd om in 1936 in Berlijn deel te nemen aan wat hij ‘de nazispelen’ noemde? Peters, die in 1928 bij de Spelen in Amsterdam als favoriet was gestart, maar door de jury een sprong van dik 15 meter kreeg afgekeurd, volgens hem geheel ten onrechte, omdat er in zijn ogen van het randje zand direct achter de balk geen zandkorrel van zijn plaats was gevallen. Peters, die in Los Angeles in 1932 vijfde was geworden en wiens laatste nationale record van 15,48 m uit 1927 pas 36 jaar later zou worden verbeterd door onze Vriend Henk Evers? Die Wim Peters dus.

De redactie reageerde nog diezelfde dag. Men trok direct het boetekleed aan en zegde toe de volgende dag een rectificatie te zullen plaatsen, hetgeen ook is gebeurd. Men liet echter wel doorschemeren, dat de fout niet van henzelf afkomstig was, maar van het ANP. Nou vraag ik je! Diverse andere kranten in den lande hadden het bericht dus precies zo geplaatst! Of die het nadien ook allemaal hebben gerectificeerd, is mij niet bekend. Om een dergelijke blinde vlek voorgoed uit te bannen hier dan nog maar weer eens de overbekende foto van Wim Peters in volle vlucht, genomen tijdens de Spelen in Amsterdam. Fraaie foto toch?



Wim Peters. (foto beschikbaar gesteld door Atletiekerfgoed)

Piet Wijker

Atlesofie of Filotiek

Als een heel jong kind, dat alleen nog tot kruipend verplaatsen in staat is, zichzelf sta-les geeft, trekt het zich bijvoorbeeld op aan een tafelpoot. Of aan een tafelkleed. Als daarbij het tafelkleed van de tafel af getrokken wordt en het kind achterover op de billen valt, vinden pa en ma dat een heel grappig gezicht. Tenzij ... er die mooie, uiterst kostbare, oude echte Ming-vaas op staat die zojuist geërfd is van oma en nu in gruzelementen valt.....

Voor –geconstateerd– roekeloos door rood rijden krijg je een bekeuring. Mocht je daarbij het overstekende omaatje scheppen (waardoor haar kleinkind die Ming-vaas erfde), dan is er sprake van dood door schuld en blijft het niet bij een bekeuring.

De handeling mag in beide gevallen hetzelfde zijn, omstandigheden buiten controle van degene die de handeling verricht, maken het resultaat anders.



De Amerikaanse filosoof **Thomas Nagel** (1937 - ...) noemt dat ‘moreel geluk’ (of pech). Een morele beoordeling hangt voor een groot gedeelte af van de gevolgen, vaak van een al dan niet materieel verschil.

Tegenwoordig zijn er veel filosofen die met een materiële blik naar de wereld kijken. Het geloof in een onsterfelijke ziel is sinds het einde van de negentiende eeuw voor veel mensen steeds meer uit de mode geraakt. Een belangrijke vorm van het materialisme is het zogenaamde reductionisme. In deze stroming worden de geest en allerhande begrippen die hiermee verband houden, teruggebracht oftewel gereduceerd tot het lichaam, tot materie. Denk bijvoorbeeld aan het bekende boek van Dick Swaab: Wij zijn ons brein.



Thomas Nagel heeft kritiek op het reductionisme. In zijn beroemde artikel *Wat is het om een vleermuis te zijn* legt hij uit dat we alles van een vleermuis kunnen weten en onderzoeken, behalve de ervaring om er één te zijn. Je kunt deze subjectieve ervaring niet tot iets puur materieels terugbrengen.

Zo af en toe kan het geen kwaad om je het bovenstaande te realiseren als je een atletiekprestatie beoordeelt. Omstandig-

heden buiten controle van de atleet

Nu zal het bij ons niet zo snel gebeuren dat in een finale iemand op driekwart van de race kansloos in laatste positie ligt, maar toch kampioen wordt, omdat enkele tientallen meters voor de finish de concurrenten elkaar vloeren. (Denk aan shorttrack.)

Hooguit dat Ria Stalman in 1984 Olympisch kampioene werd, toen de complete Oost-Europese wereldtop de Spelen (van hun regering) moest boycotten.

(Waarmee ik de gouden prestatie van Ria beslist niet de kwalificatie: ‘moreel geluk’ wil meegeven, want er bleven genoeg serieuze concurrenten over en je moet het dan toch maar even doén!)

N.b.: voor zowel niet- als wel-aanwezigen golden toen dezelfde anti-dopingregels.....

Wat dichterbij komt, is de finale 1500 m op het Nederlands Kampioenschap, destijds in Tilburg (2001). Wouter Timmer won de B-finale in 3.53,52 en toen daarna in de A-finale niemand voor een ander de kastanjes uit het vuur wilde halen en alle toppers het aan lieten komen op een scherpe eindsprint, bleek, toen de kruitdampen waren opgedroogd Wouter Nederlands kampioen!

Over één ding zou Thomas Nagel blij zijn: van materialisme is in deze voorbeelden geen sprake! Toch zou de laatste wereldrecordhouder met een bamboe polsstok (Cornelis Warmerdam, 4,77 m) dat weer wel zo gezien kunnen hebben, toen zijn record uit de boeken werd gesprongen met een aluminiumstok. Een prestatie van Bob Gutowski, of van de ontwerpers van het nieuwe materiaal?

Hetzelfde gaat op bij de verandering naar staal en daarna naar glasfiber.

Een ander voorbeeld waarbij atletiek en filosofie naadloos in elkaar kunnen overgaan, leverde de Frans-Roemeense filosoof **Emil Cioran** (1911 - 1995). Eerst even kort zijn geschiedenis, voordat we toe zijn aan een goede raad voor trainers.



Cioran kreeg al op vijfjarige leeftijd last van uitermate sombere buien. Aanvallen kwamen herhaaldelijk terug. Toen hij twintig was en maar weer eens in een verschrikkelijk diepe depressie was geraakt, verzuchtte zijn moeder, ten einde raad: “Als ik dit allemaal geweten had, had ik me laten aborteren.”

Het effect hiervan? Cioran zag in dat het leven niet meer dan een toevalligheid was, je mag ook zeggen: -morele- pech. Dat werkte op hem bevrijdend, want hij voelde zich nu verlost van de drang om iets serieus te moeten presteren in het leven. Als je

toevallig leeft, valt de druk om te moeten, weg.

Het is te veel gezegd om te stellen dat alles daarna bij hem perfect liep, maar hij knapte wel duidelijk op en boekte nadrukkelijk betere resultaten in wat hij aanpakte.

Door zijn beperkingen, te weten in zijn geval de depressieve grondstemming als gegeven te accepteren, kon hij er beter mee omgaan.

Zie je de goede raad van de trainer al komen?

Tegen de atleet waarin hij investeert, maar daarbij steeds weer tegen teleurstellende tegenvallers opbotst, zegt hij op een gegeven moment: “Ik zou willen dat je moeder óók.....”

Zou het helpen?

Nee, dan een voorbeeld dat we veel liever omarmen.



Toen **John Henry Newman** (1801 - 1890) vier jaren oud was, speelde hij buiten en zag daar een schildpadje in het gras lopen. Hij pakte een tak met de bedoeling om op het dier te slaan, maar plotseling gebeurde er iets onverwachts met hem. Hij schrok, rende naar huis en vertelde huilend aan zijn moeder, dat een stem hem had toegeroepen de tak te laten vallen. “Maar er was helemaal niemand!” Newman groeide uit tot een van de belangrijkste filosofische theologen van de negentiende eeuw en probeerde lang om die stem ‘thuis te brengen’.

Uiteindelijk vond hij het antwoord: het is het zuivere geweten dat functioneert als morele gids voor wie ervoor kiest om ernaar te luisteren, vóór dat je gaat handelen. Dat geweten wist bij hem de handeling ‘slaan’ en zo te ‘verslaan’.

Er is niets mis met het gegeven dat een atleet aan een wedstrijd deelneemt met de bedoeling liefst alle tegenstanders te verslaan. We willen natuurlijk dat alle wedstrijdssporters, vanuit het zelfde morele besef als Newman, proberen hun tegenstanders te ‘verslaan’ (in plaats van –figuurlijk– te slaan).

Al moeten we er ook eerlijk bij zeggen, dat in verreweg de meeste gevallen mensen die atletiek bedrijven, behoren tot een positief soort mensen.

Ik ken takken van sport waar ik me duidelijk minder thuis zou voelen, als ik lees, hoor en zie hoe men daar met elkaar omgaat...

Hugo Tijsmans



Vegatest

Met de VEGATEST- methode kunnen uitspraken worden gedaan over zwakke organen, belasting door pesticiden of insecticiden, een gebrek aan bepaalde stoffen, aanwezige parasieten, vergiftiging met zware metalen overgevoeligheid voor bepaalde levensmiddelen en allergische reacties.

Vegacheck

Met behulp van de Vegacheck wordt van verschillende gebieden in het lichaam de reactie op prikkels gemeten. Wanneer het lichaam te sterk of te zwak op een prikkel reageert, is er sprake van een storing in het lichaam die ziekteverschijnselen oproept of kan gaan oproepen.

Quantumfysica

In 60 seconden meten welke tekorten er zijn.

072-5156782 • www.marjabak.nl
marja.bak@gmail.com



 | **herzog**
sport compression prevention & recovery

PRO
COMPRESSION

Plezierig sporten

- Minder spierpijn
- Minder kuitklachten
- Minder scheenbeenblessures
- Sneller herstel na de inspanning

Optimaal herstel en blessurepreventie

De kousen en tubes leveren een relatief hoge druk met een afnemend verloop vanaf enkel tot knie. Hierdoor worden afvalstoffen sneller afgevoerd.

Preventief & Helend

Bij kuitklachten, spierverspanningen en verkrampingen werken de kousen en tubes preventief. De schokbelasting wordt verminderd waardoor spierschade wordt voorkomen.



www.herzogmedical.com



Nieuws van de Stichting Atletiekerfgoed

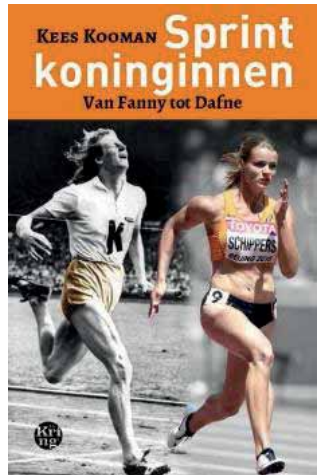
► **“Een koningin met mannenbenen” krijgt opvolger**
De medewerkers van Erfgoed hebben het de afgelopen maanden druk gehad met het aanleveren van foto's en gegevens voor diverse auteurs. Het zal duidelijk zijn dat hun boeken vóór de Olympische Spelen van Rio De Janeiro in de boekwinkels moeten liggen.

Het in de atletiek bekende boek “Een koningin met mannenbenen” met als ondertitel “Fanny Blankers-Koen atlete van de eeuw” van de schrijver Kees Kooman, krijgt binnenkort een opvolger. De naam mogen wij alvast publiceren: **Sprintkoninginnen**.

Het wordt een bijzonder boek dat inzicht verschaft in de geschiedenis van onze vrouwsprint. Het boek wordt geïllustreerd met o.a. fraaie foto's uit het fotoarchief van Erfgoed, met zorg uitgekozen door de auteur zelf.

We citeren de flaptekst: “In de zomer van het Olympische jaar 1932 liep een vrouw de 100 meter voor het eerst binnen de 12 seconden: ‘meijuffrouw’ Tollien Schuurman uit Friesland. Veel meer bekendheid verwierf Fanny Blankers-Koen, ‘de vliegende huismoeder’ die in 1948 met vier gouden medailles terugkeerde van de Spelen van Londen.

Na ‘de wonderestafette van 1968’ en Nelli Cooman is er vele decennia later een nieuw Nederlands sprintfenomeen opgestaan: Dafne Schippers.”



Foto's uitgeverij De Krings

Kooman (foto) sprak vele legendarische sprintsters, onderzoekt het geheim van hun kracht en trakteert de lezer op veel prachtige anekdotes. *Sprintkoninginnen* biedt een verrassende kijk op de ‘moeder aller sporten’.

► 1956 De gemiste Spelen van Coen Niesten en 59 anderen

Het is een beetje raar verhaal dat enkele weken geleden bij Erfgoed binnenliep. De bron lag in Hongarije en de vraag werd gesteld door Ton Bijkerk.

De vraag was: wie van de atleten die naar de Olympische Spelen van 1956 in Melbourne zouden gaan, zijn nog in leven? Tevens vroeg Ton naar de adressen, niet alleen van de atleten maar ook van de wielrenners, o.a. Coen Niesten.

De reden van het verzoek was dat Ton Bijkerk was benaderd door een Hongaarse journalist, die hem vertelde dat in Hongarije het idee was opgekomen om de landen die in 1956 de Olympische Spelen van Melbourne hadden geboycot (Nederland, Zwitserland en Spanje) te eren voor hun opoffering.

Met de atleten waren we snel klaar. Van de vier atleten die al in Melbourne waren: verspringer Henk Visser, tienkampster Eef Kamerbeek, hoogspringster Egberdiena "Diny" Hobers (-de Sain) en sprintster Puck van Duyne-Brouwer is alleen Diny nog onder ons. Dit viertal was al naar Melbourne afgereisd toen ze de mededeling kregen, dat voor hen en alle andere Nederlandse Olympiërs de Spelen niet doorgingen.

In Hongarije was namelijk een opstand tegen de communistische regering uitgebroken, die met behulp van Russische tanks en troepen hardhandig werd neergeslagen. Om die reden besloot het NOC om niet naar Melbourne af te reizen als Rusland zou deelnemen aan de Spelen in Melbourne. En zowel Rusland als Hongarije namen wel deel in Melbourne! Dat dit verschrikkelijk uit de hand kon lopen bleek wel uit een waterpolowedstrijd van die Spelen. Het lot had namelijk bepaald dat ook de USSR en Hongarije tegen elkaar moesten uitkomen. Dit werd een verschrikkelijke vertoning, waarbij de Hongaarse speler Ervin Zádor met een bloedende hoofdwond het strijdtonel moest verlaten. Deze foto van Zádor ging de hele vrije wereld over!

De Hongaarse initiatiefnemers kwamen naar Nederland om hierover met Bijkerk en Marjolein te Winkel, schrijfster van het boek "De Verloren Spelen" over de Nederlandse boycot, te spreken. Gelukkig had Marjolein te Winkel nog een adreslijst uit 2007 beschikbaar, waar veel informatie over de in dat jaar nog levende Nederlandse deelnemers in stond. Bijkerk besloot zowel NOC*NSF als de diverse sportbonden in te schakelen en kwam dus ook bij Chris Konings terecht. Zo is nu de zaak op gang gebracht.

En wat betreft Coen Niesten? Hier hebben we een link met atletiek te pakken. Hij is de grootvader van Stan Niesten, een junior die deelnam aan het EK van 2015. Met Coen (1938) gaat het goed. Hij is een van de velen uit de Niesten Familie die in de topsport zijn beland. Daarover later meer.



Bijkerk vertelde ons dat de Hongaren de Nederlandse deelnemers willen uitnodigen in 2016 voor een cultureel gala in Boedapest in november, de maand van de Spelen van Melbourne.

In onze bibliotheek staat het boek dat Marjolijn te Winkel in 2008 schreef. In dit boek staat de hele voorgeschiedenis van de Nederlandse boycot van die Spelen uitstekend beschreven.

CK

► **In besyk bringe oan beppe Schippers**

(ofwel: we brachten een bezoek aan oma Schippers)

Het bezoek aan de oma van Dafne moest wat korter uitvallen, want opa Wiebe was niet helemaal fit.

Alles wat Epie Blaauw naast haar plakboek aan wedstrijdprogramma's had opgezocht, had ze netjes gesorteerd en voor ons in een enveloppe klaargelegd. Veel waardevol materiaal, zoals de noordelijke ranglijsten van 1949 en ook het boekje van de Nederlandse jeugdkampioenschappen van 1948, georganiseerd door de vereniging Pim Mulier.

In dit boekje zonder datum (die vinden we nog wel) of vermelding van plaats stonden de namen van de (110 meter) hordelopers Peter Nederhand en Anne Bazuin. Dat materiaal komt vast weer te pas bij komende zoektochten naar personen en/of prestaties.

Maar ook het startnummer 102 van Epie Schippers-Blaauw kregen we voor onze collectie. We moeten er heel voorzichtig mee omgaan, want het papier van zo kort na WO2 was bar slecht. Al het materiaal stamt van de periode 1946 tot en met 1949.

Vanaf deze plaats een hartelijk dankjewel aan Beppe Epie voor de schenking van dit materiaal. We zullen er goed op passen.

CK



(Foto's Roger Konings)

► 1936 WIJ GINGEN NAAR BERLIJN

van auteur *Auke Kok*

Het boek van Auke Kok werd op 11 mei 2016 gepresenteerd door uitgeverij Thomas Rap. Plaats van handeling: het Olympisch Stadion in Amsterdam.

De medewerkers van de Stichting Atletiekerfgoed en enige leden van de vereniging Vrienden van de Atletiek hebben bijgedragen aan de totstandkoming van dit boek. Omdat de presentatie van dit boek op de deadline van onze hoofdredacteur zat, kan ik geen boekbespreking geven. Wel heb ik de namen gelezen van de Vrienden die meegewerkt hebben om Auke Kok aan de juiste gegevens te helpen. Naast o.a. Ad van Liempt, Paul van Gool, Ton Bijkerk en Philip Kooke komen we de namen tegen van Ben Callemeijn, Chris Konings en Piet van der Kruk. Atletiekerfgoed wordt vermeld als leverancier van foto's uit het archief van Marten Klasema. Die vermelding mag ook wel, want het fotoarchief heeft er veel tijd in gestoken om de foto's met de gewenste kwaliteit bij de uitgever te bezorgen. Het boek, een grote paperback, omvat 290 bladzijden en is uitgegeven onder ISBN978 94 004 04526 bij Thomas Rap. De prijs is 19,99 euro. Op de achterflap staat: De Olympische Spelen van Berlijn. Niet eerder was een sportevenement zo indrukwekkend. En zo omstreken.



Het boek vertelt o.a. het verhaal van zwemster Rie Mastenbroek (1919-2003). Ze won 3 gouden medailles en 1 zilveren. Maar natuurlijk komt onze sport ook voor het voetlicht. Tinus Osendarp, geboren in Delft (1916) en overleden in Heerlen (2002), de sprinter die naast zijn sportgeschiedenis ook zijn NSB-verleden tot zijn dood meegedragen heeft. Hij won brons op de 100 en de 200 meter.

Bij de boekpresentatie was ook de waterpoloër Hans Maier aanwezig. Hij is de laatste levende deelnemer aan de Spelen van Berlijn. Maier is van 11 juli 1916, bijna 100 jaar dus. In een interview voor NPO Radio 1 voor het programma 'Met het oog op morgen', u weet wel: Was ich noch zu sagen hätte, deed hij zijn verhaal buitengewoon goed. Op die leeftijd zo helder de antwoorden te kunnen formuleren is lang niet iedereen gegeven.

In de volgende Vriendenband, als het boek gelezen is, komen we terug op "1936 Wij gingen naar Berlijn".

Chris Konings

Van Nettie Grooss tot Dafne Schippers

Vorig jaar was de doorbraak van de grens van elf seconden door Dafne Schippers aanleiding om in dit blad onze geschiedenis van de 100 meter bij de vrouwen eens goed in beeld te brengen. Aan de hand van de Nederlandse records die door de jaren heen werden gevestigd, nam ik u in vogelvlucht mee.

Inmiddels staan wij aan de vooravond van enkele grote toernooien die een volgend hoofdstuk gaan toevoegen aan onze nationale geschiedenis op de dubbele sprintafstand bij de vrouwen. En opnieuw speelt Dafne Schippers daarin een hoofdrol. Voor mij de hoogste tijd om ditmaal op vergelijkbare wijze de historische film van die 200 meter eens aan ons voorbij te laten trekken.



Nette tijd van Nettie Grooss

Een jaar voordat zij het allereerste record op de 100 m vestigde, had Jeanette Hendrika (Nettie) Grooss dat al eerder op de 200 m gedaan. Op 13 september 1925 had ze 30,4 s laten optekenen. Pas 20 jaar oud was de Haagse toen. Het is een van onze aller-oudste records bij de vrouwen. Alleen bij het verspringen en het speerwerpen zijn er enkele van nog vroeger datum.

Nettie Grooss bij de start van haar serie op de 100 m tijdens de Olympische Spelen van 1928 in Amsterdam. (foto collectie Ton Bijkerk)

Nu kunnen wij daar natuurlijk, meer dan 90 jaar na dato, wat lacherig over gaan zitten doen –ik bedoel, zelfs als je de huidige nationale records van Dafne Schippers op de 200 m en de 60 indoor bij elkaar optelt, kom je nog onder die tijd uit– maar Nettie Grooss had toen ook nog lang niet het achterste van haar tong laten zien. Bijna een jaar later, op dezelfde dag waarop zij de recordlijst op de 100 m had geopend, liep zij

maar liefst bijna vier seconden van haar eerdere toptijd af. In Rijswijk –op die snelle baan van Te Werve uiteraard– liet zij de klokken stilstaan op 26,6 s. Dat was voor 1926 een al heel wat nettere tijd; sterker nog, het was dat jaar de negende tijd van de wereld!

Schuurman verslaat Walasiewicz

Er was dan ook, net als op de 100 m, opnieuw iemand van het kaliber van Tollien Schuurman voor nodig om die recordprestatie om zeep te helpen. De Drentse Friezin, in 1929 met atletiek begonnen, moest even op stoom komen, maar in 1930 was het zover: op 31 augustus van dat jaar liep Schuurman er in één klap een hele seconde vanaf en stelde

het record, op haar zeventiende (!), op 25,6 s. Die tijd bleef enkele jaren overeind, totdat zij in 1933 in het Belgische Schaerbeek andermaal een hele seconde sneller over de baan vloog en tot 24,6 s kwam. De Nederlandse vedette liep daar de frustraties van zich af die zij op de Spelen van 1932 had opgedaan, want in twee rechtstreekse duels met de Olympisch kampioene van Los Angeles op de 100 m, de Poolse Stanisława Walasiewicz, versloeg zij deze zowel op de 100 als op de 200 m en beide malen in wereldrecordtijd! Alleen had niemand dat van die 24,6 toen door. Walasiewicz had immers een jaar eerder al 24,1 s voor zich laten kloppen en die tijd stond inmiddels als wereldrecord te boek. Dat die in Chicago gelopen tijd op een baan zonder bocht was afgelegd, werd er toen niet bij vermeld. Pas een jaar of tien jaar geleden kwam de IAAF eindelijk tot inkeer en werd de tijd van de Poolse alsnog als wereldrecord geschrapt ten gunste van de prestatie van de Nederlandse. Dat hebben beide atletes echter niet meer mogen meemaken, want die waren allebei toen allang overleden.



Tollien Schuurman in 1933 met links naast zich estafettemaatje Bep du Mée.
(bron: Wikipedia)

De coup van Dillema



Met een enorme voorsprong op de concurrentie wint Foekje Dillema op de Olympische Dag in 1950 de 200 m in 24,1 s.
(foto beschikbaar gesteld door Atletiekergoed)

1950 echter, als een soort luis in de pels van de inmiddels Olympisch kampioene, had ene Foekje Dillema dit beeld verstoord. Op 18 juni 1950, tijdens de Olympische Dag in het Olympisch Stadion in Amsterdam, bezorgde zij Fanny Blankers-Koen een schok van jewelste door de 200 m in 24,1 s af te leggen, sneller dan het record van 24,2 s dat Fanny sinds 1948 in haar bezit had. Goed, hoe het Foekje Dillema sindsdien is vergaan, mag als



Fanny Blankers-Koen feliciteert Foekje Dillema met haar zojuist gelopen Nederlandse record. (bron Wikipedia)

persoon om als eerste de barrière van 24 seconden te doorbreken. Het duurde even, maar in 1952 was het zover: op de sintels van de Rotterdamse Nenijsbaan roffelde de inmiddels 34 jaar oude Amsterdamse de 200 m af in 23,7 s. We hebben echter al eerder vastgesteld, dat je in die tijd niet op de Nenijsbaan moest wezen om records officieel goedgekeurd te krijgen. Nadat dit met die 23,7 van Fanny aanvankelijk wel was gebeurd, werd het record later door de Recordcommissie toch weer uit de recordlijst verwijderd. En dus werd teruggevallen op de 23,9 s die Fanny Blankers-Koen een paar maanden later in Antwerpen had gerealiseerd.

Truus Hennipman-Cruiming evenaarde de 23,9 s van Fanny Blankers-Koen in 1967 als eerste.

(foto beschikbaar gesteld door Atletiekerfgoed)

Ook die laatste tijd bleek in ons land overigens jarenlang niet te evenaren, totdat Truus Hennipman-Cruiming daar op 6 augustus 1967 uiteindelijk in slaagde. Toen de Leidse die 23,9 eenmaal had gelopen, was het hek van de dam. Binnen no time werd dat record nog in datzelfde jaar door respectievelijk Wilma van den Berg via 23,9 op 23,8, en door Mieke Sterk op 23,6 gesteld, waarna Corrie Bakker het karwei in 1968 afmaakte met 23,3. Uiteindelijk was het, net als op de 100 m, Wilma van den Berg die met haar 23,0 in 1972 het laatste handgeklotte nationale record op haar naam schreef.

genoegzaam bekend worden verondersteld. Met de levenslange schorsing van de Friezing ook haar 24,1 het verdomhoekje in, totdat die er ten slotte in 2007, kort na het overlijden van Dillema, door de Atletiekunie weer uit vandaan werd gehaald. Ook deze atlete kreeg dit echter tijdens haar leven niet meer mee.

Fanny Blankers-Koen was er trouwens als de kippen bij om die tijd van Foekje Dillema aan te vallen. Een maand na de coup van Dillema liep Fanny eveneens 24,1 s, om er ten slotte nog eens een maand later, op 27 augustus 1950, 24,0 s van te maken. De orde was hersteld.

De grens van 24 seconden doorbroken

Fanny Blankers-Koen was ook de aangewezen



De laatsten zullen de eersten zijn

In 1975 stapte de Nationale Recordcommissie over van handgeklokte naar elektronische tijden en stelde voor de 200 m een limiettijd vast van 23,25 s. Daar had Wilma van den Berg, inmiddels Wilma van Gool geheten, geluk mee. Want op de Olympische Spelen van 1972 in München had zij op de 200 m in haar kwartfinale nog net 23,22 s gelopen, voordat zij zich



Wilma van den Berg, houdster van zowel het laatste handgeklokte als het eerste elektronische record. (bron: Wikipedia)

na de dramatische gebeurtenissen rond de Israëlische ploeg van die Spelen had teruggetrokken. Die 23,22 s kon dus zonder bezwaar als eerste elektronische record in de recordboeken worden opgenomen. En zo werd de laatste handgeklokte recordhoudster tevens de eerste met een elektronisch record achter haar naam.

Hoog tijd voor de volgende generatie sprintsters om die 23,22 s aan te vallen. Het had even wat tijd nodig, maar in 1980 was het zover. Els Vader, sinds 1979 Nederlands kampioene op beide sprintafstanden, liep in 1980 al vroeg in het seizoen, in mei, naar 23,09 s, nog geen veertien dagen later bij een wedstrijd in Bazel gevolgd door 23,08 s. Op de Spelen in Moskou dat jaar reikte de Zeeuwse met 23,44 s tot de halve finale.

Onder de 23 seconden

Het zal duidelijk zijn dat Els Vader nu ook de aangewezen candidate was voor het doorbreken van de grens van 23 seconden. Een jaar later lukte haar dat: op 13 juni 1981 kwam zij tijdens een interlandwedstrijd in het Duitse Bielefeld tot 22,99 s. Hiermee kroonde Els Vader zich definitief tot de nieuwe sprintkoningin van Nederland, want op diezelfde dag vestigde zij ook een 100 meterrecord: met 11,28 s dook zij onder de gestelde limiet van 11,35 s. Zo werd zij die dag tevens de eerste elektronische recordhoudster op de 100 m. Twee sprintrecords op één dag, dat hadden voor haar alleen Nettie Grooss, Tollien Schuurman,



Els Vader in 1981 in Bielefeld op weg naar 22,99 s. (foto Coen Suurmond, bron: AW)

Fanny Blankers-Koen en Wilma van den Berg gepresteerd. Els Vader verkeerde in 1981 trouwens in een blakende vorm, want anderhalve maand na Bielefeld zette ze in Pescara zelfs 22,81 s op de klokken. Op die tijd zou de voltallige concurrentie in Nederland zich 30 jaar lang de tanden stukbijten.

In totaal verzamelde de Zeeuwse tussen 1979 en 1988, indoor en outdoor bij elkaar opgeteld, maar liefst 23 nationale sprinttitels.

Dafne Schippers

En toen was daar ten slotte Dafne Schippers die in 2011 op de WK in Daegu, nog geheel in meerkampmodus, in een 200 meterserie 22,69 s liep en hiermee zelfs meervoudig wereldkampioene Allyson Felix imponeerde, die tot haar verrassing de eer van de seriewinst aan de Nederlandse moest laten. Hoe sensationeel dat nieuwe nationale record, na 30 jaar wachten, voor Nederlandse begrippen ook was, tegelijk was duidelijk dat van de op dat moment pas 19-jarige Utrechtse in de toekomst nog wel wat meer mocht worden verwacht.

Goed, het duurde even, voordat Dafne Schippers onder die Daegu-tijd dook, maar vanaf die tijd liep ze elk jaar wel een paar keer in de 22 seconden. Totdat ze in 2014 via 22,35 in Götzis –tijdens een meerkamp nota bene– en 22,34 in Glasgow er uiteindelijk in Zürich

22,03 s uitperste en Europees kampioene werd. Dat was trouwens maar goed ook, want intussen had Jamile Samuel er sinds 2012 blijk van gegeven eveneens een 22-er in de benen te hebben, met kort voor de EK in Zürich in Genève een gaaf PR van 22,72 s.



Dafne Schippers wordt in 2015 in Peking wereldkampioene in 21,63 s. (foto Erik van Leeuwen)

Enfin, de rest van het verhaal, met die onwaarschijnlijk snelle 21,63 s tijdens de WK in Peking vorig jaar, staat bij u allen uiteraard nog op het netvlies gebrand.

Jarenlang verkeerde ik in de veronderstelling dat ik een verbetering van dat bovennatuurlijke, uit 1988 stammende wereldrecord van 21,34 s van Florence Griffith-Joyner wel nooit zou meemaken.

Nu moet ik nog maar zien, dat dit wereldrecord net zo lang overeind blijft als die 22,81 van Els Vader.

Piet Wijker

AMSTERDAM X 2016

6-10 JULI 2016

OLYMPISCH STADION AMSTERDAM

WWW.AMSTERDAM2016.ORG



ATHLETICS
LIKE
NEVER
BEFORE

INTERNATIONAL PARTNERS



HOST INSTITUTIONS



Herinneringen aan Te Werve

Het leuke van de vele artikelen in dit blad die telkens teruggrijpen op een stukje van onze atletiekhistorie is, dat die bij sommige van onze lezers dan weer herinneringen oproepen, zelfs herinneringen die heel diep weggestopt leken. En dat brengt menigeen er dan weer toe om in de pen te klimmen of achter het toetsenbord plaats te nemen en ons een reactie toe te sturen, zoals in dit geval onze donateur Bernard Krabbendam. Wij plaatsen die altijd met veel plezier. (PW)

Toen we in 1974 na een overzeese uitzending in Nederland terugkwamen, ging ik weer snel atletiektraining beoefenen op Te Werve. De atletiekaccommodatie daar bleek geen schaduw meer te zijn van het aloude Papendal avant la lettre, waar diverse Nederlandse records werden gevestigd.

Een betonnen discusschijf bij de cornerstip op het veld dat we deelden met de voetballers, een middelmatige voorziening voor hoog- en verspringen en kogelstoten, dat was het wel.



Te Werve in vogelvlucht.
(foto archief Vriendenband)

klok in elkaar. Jan van der Roest en Bart Tent namen het mechanische deel voor hun rekening. Het jaar daarop beschikten we over een elektronische, digitale klok op standaard, weliswaar met slechts vier cijfers, maar toch.

De hoogspringinstallatie werd gemoderniseerd en voorzien van een hoogspringmat, ook de verspringvoorziening werd verbeterd.

Ik kreeg een tip dat Top International een partij horden geretourneerd had gekregen uit Rusland, als gevolg van de boycot van de Olympische Spelen in Amerika in 1984. De horden werden ons aangeboden voor een zeer aantrekkelijke prijs; de hordenkar kregen we er gratis bij.

In 1980 werd ik gekozen tot voorzitter en ik begreep, dat het een kans bood om de vereniging weer wat op de kaart te zetten. Met de eerder genoemde, op het naburige Shell laboratorium in Rijswijk werkzame, Bart Tent als inventieve materiaalcommissaris en de te vroeg gestorven Frits van der Linden als penningmeester, met een fijne neus voor potjes, werd een meerjarenplan opgesteld. Uit een veiligheidsbudget van Shell werd geld gevonden om bij de discusschijf een kooi te laten plaatsen.

Wat ontbrak was een digitale tijd klok. Stagiaires van het laboratorium in Rijswijk knutselden het inwendige van een dergelijke

Bart ging op zoek naar een voorbeeld van een goede polsstokinstallatie. Die vond hij in Delft bij zustervereniging AV'40. Twee eerder genoemde leden van onze vereniging ontwierpen een eigen versie daarvan en vervaardigden de complete polsstokinstallatie. Toen we het jaar erop een wedstrijdpolsmat konden aanschaffen, kon het spel op de wagen.

Junioren, senioren en veteranen, nu masters, kwamen elk jaar naar wedstrijden, tot in 1998 de vereniging werd opgeheven. Ook pupillen mochten we begroeten, want ook wij hadden ons aandeel in de Haagse Crosscompetitie. En omdat in het Rijswijkse Elzenburger bos elke eerste en derde zondag van de maand een prestatieloop plaatsvond, en aan de Laan van Poot hetzelfde op de tweede en vierde zondag van de maand, gaf een jaar van 52 of 53 zondagen een vacuüm, waar we indoken. Dat werd dus de succesvolle vijfde zondag van Te Werve.

Velen, wedstrijd- en prestatielopers hebben deelgenomen aan de activiteiten, die we op ons mooie landgoed konden organiseren. Dankzij "De Vriendenband" herinnerde het artikel over Te Werve me weer aan de negen voorzittersjaren, waarin ik daar, met hulp van vele anderen, mijn aandeel aan mocht geven.

Bernard Krabbendam



Als iedereen regelmatig zou bewegen zouden we ons **fitter**, gezonder en mentaal beter voelen. Dat geldt zeker ook voor **65-plussers**.

Yalp en Olga Commandeur zorgen samen dat senioren op een leuke manier in beweging komen. Dit doen zij op een speciale manier. Met een beweegtoestel voor ouderen. Olga Commandeur verzorgt bij iedere Yalp locatie in Nederland **advies en ondersteuning**.

www.yalp.nl/oudereninbeweging
T.0547-289 410 E. info@yalp.nl

**Ouderen
inbeweging**

samen op een Olga Commandeur plein

Meer sporten en nieuwe mensen ontmoeten.
Samen bewegen op een Olga Commandeur Plein.



VOOR HET VOETLICHT

De discuswerpende docente



Monique Jansen (hier samen met haar tien weken oude dochtertje Maren): “Als je ziet hoe ze bij een atletiekvereniging tegenwoordig een technisch onderdeel trainen, dat is eigenlijk gewoon lachwekkend. Terwijl aan lopen heel veel aandacht wordt besteed, dat blijft gewoon het belangrijkste onderdeel.”

(foto Piet Wijker)

Infobox

| | |
|----------------------|---|
| <i>Naam:</i> | Liesbeth Monique (Monique) Jansen |
| <i>Geboren:</i> | 3 oktober 1978 te Harderwijk |
| <i>Beroep:</i> | docente wis- en scheikunde |
| <i>Discipline:</i> | discuswerpen, kogelstoten |
| <i>Titels:</i> | Ned. kampioene discuswerpen 2006 t/m 2012 |
| <i>Deelnemer OS:</i> | 2012 |
| <i>Deelnemer WK:</i> | 2011 |
| <i>Deelnemer EK:</i> | 2010, 2012 |
| <i>Pr's:</i> | outdoor: discuswerpen 62,22 m, kogelstoten 15,51 m indoor: discuswerpen 56,01 m, kogelstoten 15,47 m |

Het gaat in ons land niet goed met het discuswerpen bij de vrouwen. Door de jaren heen zou je immers het liefst een opwaartse lijn willen zien in de geleverde prestaties of, indien dit een te ambitieuze doelstelling blijkt, dan toch in elk geval een min of meer constant niveau. Er is echter al jarenlang sprake van prestatieverval, waardoor wij momenteel op een niveau zitten dat past bij de jaren zeventig/tachtig van de vorige eeuw.

Overdrijf ik? Welnu, hier dan wat cijfermateriaal om u te overtuigen. Daartoe heb ik de laatste halve eeuw, te beginnen in 1966, in vijf decennia opgedeeld en per decennium uit de beste jaarprestaties de gemiddelde beste decenniumprestatie berekend. Hieronder volgt de uitkomst van dit gepuzzel:

| | | |
|---|------------|---------|
|  | 1966-1975: | 52,71 m |
|  | 1976-1985: | 60,61 m |
|  | 1986-1995: | 58,67 m |
|  | 1996-2005: | 59,77 m |
|  | 2006-2015: | 57,21 m |

Duidelijk is hier te zien dat je een logische prestatieopbouw in deze reeks krijgt, als je de decennia 1976-1985 en 2006-2015 van positie laat wisselen, waarmee al direct het bewijs van mijn stelling wordt geleverd. Wie echter zo ver niet wil terugkijken en zich wil beperken tot wat er in deze eeuw is gepresteerd, zal toch in elk geval moeten erkennen dat er het laatste decennium sprake is van een trendbreuk.

Olympische Spelen laatste wedstrijd

Die terugval was te voorkomen geweest, indien Monique Jansen zou hebben besloten om na de Olympische Spelen van 2012 in Londen er nog wat jaartjes aan vast te plakken. Sinds 2010 had die de slag van de 60-plus worpen immers te pakken gekregen, al ging het in 2012 niet helemaal naar wens, maar daarover straks meer. Had zij dit niveau nog wat jaren kunnen volhouden, dan had bovenstaand plaatje er toch anders uitgezien.

Doorgaan na Londen was bij de atlete uit Amersfoort echter niet aan de orde en die beslissing stond al lang voor de Spelen vast. Monique: “Dat had ik van tevoren al bedacht, want het was voor mij best heel moeilijk om te stoppen; ik had nog wel een jaar door willen gaan. Maar ik wilde wel graag kinderen. Dus dat is voor mij de reden geweest om al van tevoren te zeggen, ongeacht hoe het zou gaan: na de Olympische Spelen stop ik, dat is mijn laatste wedstrijd.”

Toevalstreffer

Die Spelen van 2012 markeren dus het einde van de carrière van Monique Jansen, die veertien jaar eerder met atletiek was begonnen. Je kan die start echter nauwelijks een bewuste keuze noemen, eerder een toevalstreffer. Monique: “Ik deed aan wedstrijdzwemmen, maar niet op hoog niveau. Op mijn negentiende ben ik toen naar een atletiekvereniging gegaan om triatlon te gaan doen, dus heel wat anders. Maar ik kwam er al heel snel achter, dat hardlopen niks voor mij was. Ik heb twee keer een kwart triatlon gedaan, dus dat is met 10 kilometer hardlopen, maar nee, dat was niks, daar was ik veel te

zwaar voor. Voor de gein ben ik toen gaan kogelstoten en bij de eerste de beste wedstrijd had ik een clubrecord. Dat was bij Athlos in Harderwijk. Toen dacht ik van: ja, op zich is dat wel leuk. Laat ik maar 'ns de baanatletiek gaan proberen. Dus dat ben ik gaan doen." Aan discuswerpen dacht Monique toen nog niet. "Het is niet zo dat ik altijd wat met discuswerpen heb gehad, helemaal niet. Ik keek daar eigenlijk niet naar, naar atletiek." Sterk was zij toen al wel. Dat was, naast haar natuurlijke aanleg, uiteraard ook het gevolg van haar zwemachtergrond. Het trok haar, dat je bij het kogelstoten en discuswerpen kracht en techniek kon combineren. "Ik vond dat al meteen het leukste. Al die andere onderdelen eigenlijk niet."

Eerste NK-medaille

In eerste instantie richtte Monique Jansen zich dus op het kogelstoten, waarvoor zij reeds in het jaar dat volgde, 1999, de limiet voor deelname aan het NK in Apeldoorn haalde. Zesde werd zij daar, met 13,14 m. Inmiddels had zij de discus ook een paar keer een zwiep gegeven. Van 34 meter zat ze al gauw op 48 meter, waardoor ook op dit onderdeel deelname aan een NK tot de mogelijkheden behoorde. Vanaf 2000 combineerde zij voortaan beide onderdelen. Erg hoogdravende doelen stelde zij zichzelf daarbij nog niet. Eerst op een NK maar eens een medaille halen, was de gedachte. Dat lukte in 2003. Met 48,21 m werd zij tweede achter Lieja Tunks-Koeman, die kampioene werd met 51,85 m. Monique: "Dat had ik dus gehaald en toen bleef ik steken op 50,51. Toen heb ik op het punt gestaan om te stoppen. Op een gegeven moment ga je werken en blijf je op 50 meter zitten. Je gaat elke keer naar Amsterdam vanuit Zeist, dat is best wel een belasting (Monique trainde toen inmiddels bij AAC in Amsterdam – PW). Dan ga je niet vooruit en dan denk je: waar doe ik het dan voor? Het is dat Gert Damkat mij toen een mailtje stuurde met: *ik hoor dat je wilt stoppen, je mag wel een keer bij mij komen*, anders had ik, denk ik, geen Olympische Spelen meegemaakt. Ik heb het toen een jaar de kans gegeven om twee keer per week heen en weer naar Papendal te gaan. En toen zat ik ineens vijf meter verder. Dan zit je in ieder geval dicht bij een EK-limiet. Olympische Spelen is op dat moment dan nog niet reëel, maar een EK wel. Tja, en als je dát kunt halen...!"

Discus mooier om te zien

Goed, eerst maar een Nederlandse titel halen, was het volgende doel. Vooral nog lukte dat niet, want steeds zat Lieja Tunks haar in de weg, die bij elk NK de titel voor Monique's neus wegkaapte en haar steeds een handvol meters voorbleef. "Ik was toen nog niet goed genoeg om haar concurrent te zijn. En toen ik dat wel had kunnen zijn, deed zij geen discus meer. Dat was wel jammer."

De keuze voor discuswerpen had zij toen echter allang gemaakt, al bleef zij het kogelstoten er heel lang naast doen. "Pas toen ik op Papendal ben gaan trainen, heb ik definitief voor de discus gekozen, omdat ik zag dat ik daarmee meer mogelijkheden had dan met de kogel. Ik vond discuswerpen ook leuker, want je hebt een mooiere afstand. Ik vind het mooier om te zien als iets 60 meter vliegt, dan 15 meter. Discuswerpen is iets

dynamischer dan kogelstoten. Kogelstoten is echt lompe kracht en discus is dat wat minder”, aldus Monique Jansen.

Keerpunt

Het keerpunt kwam in 2006. Lieja Tunks emigreerde naar Canada en maakte op die manier de weg vrij voor de Amersfoortse, die haar kans greep en vanaf 2006 bij de vrouwen het nieuwe ijkpunt werd voor discuswerpend Nederland. Was het in dat eerste jaar nog kantje boord met een in haar nek hijgende Denise Kemkers (49,79 m om 49,28 m), in de jaren die volgden ondervond Monique Jansen hetzelfde als Lieja Tunks-Koeman

in eerdere jaren: ze lag met worpen van achter in de 50 meter op een NK stevast een straatlengte voor op de rest, soms zelfs meer dan 10 meter, zoals in 2011, toen Monique een op een NK zelden vertoonde worp voorbij de 60 meter uit de hoge hoed toverde. Haar winnende 60,75 m is in onze NK-historie slechts overtroffen door Corrie de Bruin (63,88 m in 1998),



Monique Jansen in actie op het NK van 2011, waar zij haar beste NK-resultaat leverde met een worp voorbij de 60 m. (foto Erik van Leeuwen)

Ria Stalman (63,30 m in 1982) en Jacqueline Goormachtigh (60,80 m in 1996). Monique: “Ik heb in Nederland dus nooit een concurrent gehad.”

Ter compensatie bleef zij op NK's het kogelstoten er maar bij doen, ook al trainde zij daar niet specifiek meer voor. In elk geval moest zij dan ten minste nog strijd leveren om in de prijzen te vallen, wat haar een paar maal zowaar nog lukte ook. Zelfs eenmaal een zilveren plak in haar laatste jaar, 2012.

Chula Vista

In 2008 verbeterde Monique Jansen zich met de discus tot 58,98 m en vanaf dat moment lonkten de internationale kampioenschappen, te beginnen met de WK in Berlijn van 2009, waarvoor 60 meter werd vereist. Voor het eerst onderbrak zij haar werk als docente wis- en scheikunde op een scholengemeenschap in Bilthoven voor een voorjaarsstage in San Diego, Californië, samen met Rutger Smith en Erik Cadée en onder leiding van Gert Damkat. Ze kwam er bij een wedstrijd in Chula Vista tot een evenaring van haar PR –hoe

krijg je het voor elkaar!– van 58,98 m, maar daar bleef het bij en dus bleef Berlijn buiten beeld.

De stage was echter zo goed bevallen, dat ze in 2010 met Erik Cadée op herhaling ging. En ditmaal met meer succes. Monique: “In Chula Vista ligt een baan met vijf ringen, dus daar kun je de ring kiezen die voor de wind het beste is. En een goede wind kan echt heel veel schelen.” Hoe dan ook, voor het eerst van haar leven wierp ze er voorbij de 60 meter: 60,07 m. Daarmee was zij in één klap verzekerd van deelname aan de EK in Barcelona. Monique Jansen vond dat wel prettig, zo’n vroege kwalificatie: “Ben je vroeg op je limiet, dan hoef je daar niet meer op te jagen. Je bent op stage, krijgt een maand vrijaf van school, dus dan heb je alle tijd om je daar rustig voor te bereiden en ervoor te gaan.” Dat ze, eenmaal terug in Europa, die Amerikaanse prestaties niet meer helemaal wist te benaderen, weet ze niet zo goed te verklaren, behalve dan door die gunstige wind. En verder was het wedstrijdniveau bij het discuswerpen in de VS natuurlijk wel even van een andere orde dan in Nederland. Pas na de EK, waar zij met 56,29 m negende werd, kwam Monique bij een wedstrijd in Bedford weer voorbij de 60 meter. Met 60,29 m leverde zij er ten slotte haar beste jaarprestatie.

Daegu lastig

In het voorjaar van 2011 toog Jansen opnieuw naar Chula Vista en weer met succes. Ze wierp er de discus 62,22 m van zich af, haar beste prestatie ooit, zoals achteraf zou blijken, en de 28^e op de wereldranglijst van dat jaar. Die worp verschaftte haar toegang tot de WK in Daegu. En ditmaal wist zij, terug in Nederland, haar vorm wel vast te houden. Naast de eerder gememoreerde NK-zege gooide zij nu ook tijdens de Gouden Spike met 60,27 m voorbij de 60 metergrens. Alleen in Daegu ging het wat minder. Monique: “De prestaties in zo’n groot stadion zijn altijd veel lastiger dan in een ideale situatie. Je moet ook lang wachten, mag maar drie keer werpen en er zijn veel mensen. Het is moeilijk om je worp dan echt goed te krijgen. En misschien was het ook wel een gebrek aan ervaring. Het is in elk geval geen uitschieter geweest, dus dat is jammer.” Monique eindigde er met 58,23 m op een 17^e plek.

Nog één keer, in het laatste jaar van haar carrière, wilde Monique Jansen er volledig voor gaan. “Ik was zeker van de Spelen, want de limiet ervoor had ik in 2011 al gehaald. Toen zei mijn werkgever: *je mag een jaar onbetaald verlof nemen*. Dat heb ik toen gedaan. Een jaar lang heb ik mij helemaal kapot getraind en heb ik niet de progressie geboekt die ik verwacht had. Ja, en dan blijkt wel weer dat het niet altijd het beste is als je fulltime sport. Ik heb teveel getraind, soms zelfs drie keer per dag. Ik had gelezen dat de Duitsers dat ook deden en dacht toen: laat ik het maar ‘ns proberen. Maar in dat jaar heeft het mij niks opgeleverd, alleen maar overal pijntjes en dingetjes plus frustratie. Ik dacht toen: hoe meer worpen, hoe beter. Krom, want het slaat nergens op. Ik ging dan ook niet fit naar de Olympische Spelen.” Met 57,50 m bleef Jansen, net als in Daegu, in de kwalificatieronde steken.

Bijzondere ervaring

Desondanks had zij die ervaring voor geen goud willen missen. Monique: “Ik vind het geweldig om daar geweest te zijn. Als je ziet hoe dat is, in zo’n dorp, dat vond ik gewoon heel bijzonder. Dat kan je als toeschouwer nooit meemaken. Daar heb ik echt van genoten. En dan loop je in de stad en willen mensen met je op de foto. Dat is bij een WK totaal niet zo. Dus ja, Olympische Spelen hebben toch wel iets extra’s. Ik vond het een bijzondere afsluiting, zeg maar.”

Daarna was het, zoals eerder uitgelegd, over en sluiten wat betreft de atletiek. Het gezin van Monique Jansen en haar echtgenoot Arjan van Polen is met de komst van Sijmen in 2014 en Maren begin dit jaar twee kinderen rijker en de zevenvoudige discuskampioene is daar dolgelukkig mee. Monique: “Ik ben tevreden met hoe het is gegaan. Toen ik net gestopt was, had ik wel dat ik dacht van: ik had de training anders moeten aanpakken, had eerder gas terug moeten nemen en niet elke keer tot het uiterste moeten gaan. Maar daar heb ik me snel bij neergelegd, want daar heb je toch niks meer aan. Je hebt geen kans meer om het anders te doen.”

Jammer

De illusie dat zij ooit in de buurt van de prestaties van Ria Stalman had kunnen komen, heeft Monique Jansen overigens nooit gehad. “Ik vind dat je dat niet kunt vergelijken met nu. Het is een heel andere tijd. Ik vind het nog steeds –natuurlijk heb ik die documentaire van een tijdje geleden bekeken– een geweldige prestatie, hoor. Kijk, zij heeft het natuurlijk zó gedaan, maar als je kijkt naar die tijd waarin volgens mij iedereen wel iets gebruikte, is het nog steeds geweldig wat zij heeft gedaan. Maar zo wordt er niet meer naar gekeken. Dat is wel jammer.” Zelf schat zij dat, als ze het ’t laatste jaar wat slimmer had aangepakt, in de buurt van de 64 meter had kunnen komen, “maar dat was het dan ook wel geweest.”

Belgisch niveau

Monique Jansen betreurt de huidige teruggang bij het discuswerpen bij de vrouwen. “Met Rutger en Erik is er bij de heren nog wel sprake van een hoog niveau. Maar bij de dames vind ik het echt schandalig. Ik vind dat je minimaal over de 50 moet werpen om op een NK voor een bronzen medaille in aanmerking te komen, maar tegenwoordig kun je met 46 al brons halen. Dat is het niveau van België! Als je ook ziet hoe ze bij een atletiekvereniging tegenwoordig een technisch onderdeel trainen, dat is eigenlijk gewoon lachwekkend. Terwijl aan lopen heel veel aandacht wordt besteed, dat blijft gewoon het belangrijkste onderdeel. Je ziet ook veel kinderen eraf gaan die de bouw niet hebben om te lopen, maar wel goede werpers kunnen worden, want die vinden dat geloop maar niks. En dat is zó jammer, want er zijn in Nederland genoeg mensen die het wel goed zouden kunnen. Wij hebben de bouw ervoor. Lange mensen, sterke mensen, grote mensen, zware mensen, we hebben er immers genoeg van!”

Monique Jansen mag dan zijn gestopt, erg betrokken is zij nog steeds.

Piet Wijker

Allee 't ies te zegge è

In mijn actieve atletiektijd was ik een trouw deelnemer aan de veldlopen in het Vlaams Belgische land. De technische commissie van de KNAU was destijds geen voorstander van deelname aan dit brute werk door hun paradepaardjes van de baan. Het geploeter in het woeste, geaccidenteerde terrein met blubber, los zand en ongelijke paden zou een moordende uitwerking hebben op frisheid van de stylisten van de gebaande wegen in de atletiekstadions.

Het was vooral aan Nic Lemmens te danken dat er regelmatig in de stille winterperiodes een kleine vertegenwoordiging Nederlandse afstandlopers aan een “criterium der azen” of “volksloop” deelnam. Vaak behoorde ik tot deze verkozenen

U begrijpt al waar ik heen wil, want naast een klare organisatie en een pronkende prijzentafel met allerhande boedel, bijeengebracht door plaatselijke sympathisanten en nijveraars, werd er in een Vlaams jargon gekeuveld. Dit droeg bij aan de goesting die ik voor deze ruige sport koesterde.



*Gaston Roelants.
(bron: Wikipedia)*

Zo was het bij de start een vaak terugkerend tafereel, dat de ongeduldige atleten tot achter de startlijn teruggedreven moesten worden, wat steevast begeleid werd met de kreet: “Allee vooruit, achteruit!” Ik herinner me nog een situatie, waarbij de starter het startpistool in zijn jaszak stak en schreeuwde: “Kiek schiet nie, allee vooruit, achteruit”. Ondertussen hield hij in de gaten of den Gaston (Roelants) in goede positie was en prompt werd het startschot vanuit zijn broekzak gelost.

Ook het zinnetje: “Allee ‘t ies te zegge è!” werd veelvuldig als een soort stopzinnetje (woordje) gebruikt om zichzelf nog enige bedenktijd te geven bij een ietwat moeilijke vraag of probleem.

Als liefhebber van wielervedstrijden op de weg en in het veld, bezoek ik vaak de verslagen op de Belgische tv-zender, omdat ze niet alleen kundig zijn, maar vooral ook doordat ik mede door hun amusante spreektaal meegevoerd wordt in de sfeer van de wedstrijd. Veel van de typische

uitdrukkingen in het wielersjargon zijn ook in meer of mindere mate toepasselijk op de langere loopnummers in de atletiek.

Zo zal ook de atleet in het geaccidenteerde terrein vaak moeten *stoempen* en zal hij geregeld *op zijn adem trappen*. Vermoeide atleten uit vorm *hebben geen benen* en zullen in de race vaak *geparkeerd staan*. Sluwe lopers die profiteren van de het kopwerk van de ander *linkeballen, eten eerst het bord van de ander leeg* of *rijden op het zweet van een ander*. De *hongerklop* zal in de atletiek weinig voorkomen tijdens het lopen, maar mogelijk iets als een *droogval*? *Een strijkijzer* heeft weinig sprintvermogen en zal moeilijk kunnen *verdapperen* in de eindsprint, ook wel *plafonneren* genoemd. In de veldlopen geconfronteerd worden met een *vierkant rondje* is een parcours met weinig bochten. Als het slecht gaat praat men over *flanellen benen, gevuld met pap*.

Aan het elastiek hangen of *er een snok aan geven* zijn tegengestelde begrippen.

Allee, 't ies mar te zegge niewaar!

De verteller

een inspirerend prater
plukt woorden uit de lucht
woont in zijn verhalen
bespeelt klanken
golvend in toon
brengt hoorders in een waan
laat hen in verbeelding zweven
tot hij zelf in nevelen verdwijnt
doch, zijn verhalen blijven voortbestaan

Henk Snepvangers



advertenties banners brochures flyers folders huisstijlen illustraties logo's magazines nieuwsbrieven sites spellen

Voor realisatie van **strategische**
bedrijfscommunicatie, pakkende
(web)teksten en doeltreffende
communicatiemiddelen

make my

bizniz

Mieke de Jong - Van der Kolk
06 23993429
mieke@makemybizniz.nl
makemybizniz.nl

Vrienden Jeugdfonds op de voet gevolgd

► WJK in het vizier

De atleten die in 2016 door het Jeugdfonds van de Vrienden worden ondersteund zijn allen kandidaat voor deelname aan de Wereld Junioren Kampioenschappen, die van 19 tot en met 24 juli 2016 in het Poolse Bydgoszcz zullen worden gehouden. Van deze zes atleten had er een de limiet al gehaald: **Killiane Heijmans**, die indoor bij het polsstokhoogspringen de 4 meter 10 bedwong en daarmee 5 cm boven de limiet bleef. Tijdens de wedstrijden om de Ter Specke Bokaal kwam daar **Koen van der Wijst** nog bij, maar daarover later meer. Een van de “Jeugdfonds”-atleten die erg hard werkt om zich te kwalificeren voor dit WJK is **Marijke Boogerd**. In 2015 net zo snel als Tasa Jiya op de 100 meter: 11,77, slechts 0,07 seconden boven de limiet. Tasa en Marijke kunnen een mooie basis zijn voor de 4 x 100 meter.

Laten wij eens wat nader kennis maken met Marijke.

Marijke woont in Alphen aan den Rijn, studeert fysiotherapie en haar trainer is Joep Aalders. Favoriete onderdelen de sprint en de korte hordenummers. In 2012 –als 15-jarige– al goed voor een tijd van 1,53 op de 100 meter en dat is ieder jaar sneller gegaan, tot die 11,77 in 2015 (10,64 met te veel rugwind). Haar grootste doel voor dit jaar: de 11,70 voor Bydgoszcz.

Wij hebben Marijke een paar vragen gesteld:

Kijk je tevreden terug op het indoor-seizoen?

Tijdens het NK junioren Indoor heb ik deelgenomen aan de 60 meter sprint en 60 meter horden. Bij beide onderdelen heb ik een finaleplaats gehaald. In de sprintfinale behaalde ik een tweede plaats in een tijd van 7,59 seconden. Helaas was hier niet meer uit te halen, doordat de baanindeling voor mij niet gunstig was verdeeld, waardoor ik mij niet kon optrekken aan een concurrente, twee banen verderop.

In de hordenfinale ging ik goed van start, tot

horde twee. In de baan naast mij zat mijn concurrente voor de tweede plaats. Zij ging bij horde één onderuit, waardoor ik uit mijn focus was, en alleen nog maar kon denken aan de tweede plaats. Hierdoor eindigde mijn hordenfinale in een crash bij horde twee. Helaas, mijn eigen schuld en een wijze les geweest voor de wedstrijden in de toekomst.



Marijke Boogerd in actie tijdens de NK Indoor van 2016. (foto's Ed Turk)

Was je meer tevreden bij het NK voor senioren?

Tijdens het NK senioren Indoor heb ik ook deelgenomen aan de 60 meter sprint en 60 meter horden. Bij de series van de 60 meter sprint evenaarde ik mijn toenmalige PR van 7,57. Helaas ging het tijdens de halve finale iets minder goed, waardoor ik uiteindelijk als twaalfde ben geëindigd bij de senioren.

Bij de 60 meter horden wou ik revanche nemen op de crash tijdens mijn eigen junioren NK. Er waren ook hier alleen maar series, dus het moest meteen goed gaan. De serie horden is één van mijn weinige ‘perfecte’ races geweest van het hele jaar, waarbij ik maar twee honderdste boven mijn PR bleef in een tijd van 8,83. Hiermee miste ik net de finale en werd ik negende bij de senioren.

Bij de 60 meter sprint geëindigd op een twaalfde plaats en bij 60 meter horden geëindigd op een negende plaats op twee honderdste van een finaleplaats. Over beide ben ik best tevreden.

Maar toen was er ook nog de NKS (Nederlandse Studenten Kampioenschappen)

Als laatste wedstrijd van het indoorseizoen pak ik altijd het NSK Indoor mee, om het seizoen relaxed af te sluiten. Ook hier heb ik deelgenomen aan de 60 meter sprint en 60 meter horden. Bij beide onderdelen was ik veruit de favoriet en heb ik de finales gehaald. Bij de halve finale 60 meter sprint verbeterde ik mijn PR met één honderdste naar 7,56. Tijdens de finale deed ik dit nog een keer en won ik de gouden medaille in een tijd van 7,55.

De hordenfinale ging was stroever. Tijdens de race ben ik meerdere malen uit balans geraakt, waardoor de race een beetje een chaos werd. Na ver voorop gelegen te hebben, ben ik door het gestuntel uiteindelijk als tweede geëindigd.

En dan naar buiten, hoe bereid je je daar op voor?

Nadat het indoorseizoen afgesloten was, ben ik voor een week naar Torremolinos op trainingsstage geweest, ter voorbereiding op het outdoorseizoen, wat afgelopen week tijdens de Harry Schulting Games van start is gegaan. Hierbij heb ik een goede poging op de limiet gedaan, waarbij helaas de tijd niet geklokt is, maar wel een goed gevoel gekregen om de limiet voor het WJK in Polen te gaan halen dit seizoen. Ben wel eerste geworden. Verder zal ik dit seizoen wedstrijden pakken om de limiet te gaan halen. Jullie kunnen mij zien tijdens de T-meeting, NSK outdoor, IFAM Oordgem, Gouden Spike, NK junioren en senioren.

Bedankt Marijke voor een kijkje in jouw keuken. Genoeg wedstrijden om die felbegeerde limiet voor 19 juni te halen. Heel veel succes en wij blijven je op de voet volgen.

► Ter Specke Bokaal lijkt Jeugdfonds reünie

Onder prachtige weersomstandigheden en op een fraai versierd sportpark werden op 7 mei de 34^e wedstrijden om de Ter Specke Bokaal gehouden. Het was jammer dat op de korte nummers de wind tegen was, maar dat was ook het enige. Maar ja... een zuidwesten wind aan de kust gaat vaak gepaard met regen en lagere temperaturen en waait de wind uit de andere richting, dan staat het talrijke publiek onder zomerse omstandigheden naar prachtige atletiek te kijken.

De 2016-versie van dit evenement leek wel een reünie van (oud) Jeugdfonds-atleten. Bij Studio Sport werd 's avonds vooral aandacht besteed aan de vijf Olympische meerkampers, die zich al geselecteerd hebben, maar voor ons is vooral leuk om te weten, dat vier van de vijf door het Jeugdfonds zijn ondersteund: Eelco Sintnicolaas, Nadine Broersen, Anouk Vetter en Nadine Visser. Buiten deze meerkampers waren er meerdere oude bekenden, maar ook vooral nieuwe talenten te bewonderen, die wij zeker op de voet blijven volgen.

Jeugdfonds Talent Award

Bij de 33^e wedstrijden om de Ter Specke Bokaal is voor de eerste maal de Jeugdfonds Talent Award uitgereikt, een prijs ter waarde van € 250,- voor de beste dagprestatie, geleverd door een atleet of atlete onder de 23 jaar. Dat mag iedere atleet zijn, ook zij die niet door het Jeugdfonds worden ondersteund. In 2015 ging deze Award naar Menno Vloon. De jury, bestaande uit onze waarnemend voorzitter Melchert Kok en ondergetekende namens het Jeugdfonds, moest deze middag oren en ogen goed openhouden en alle prestaties van de jongeren op hun juiste waarde inschatten.



Eefje Boons in Lisse in actie op de horden.

Het begon al vroeg met een fraaie prestatie van Sina Mai Holthuijsen –in 2015 door het Jeugdfonds ondersteund– bij het kogelslingeren. Met een afstand van 58,27 meter behaalde zij niet alleen een prachtige tweede plaats, maar verbeterde zij haar PR met 2 meter en 35 centimeter. Even later zagen wij een schitterende race over 100 meter horden van de 21-jarige Eefje Boons, die won in een tijd van 13,68 met een tegenwind van 0,9 m/s. Op de 150 meter –net als de 300 meter een

incurante, maar graag gelopen afstand– bij de vrouwen liet de 22-jarige Tessa van Schagen zien weer op de terugweg te zijn. Met een tegenwind van 0,3 m/s bleef zij Nicky van Leuveren 0,03 seconden voor en was haar winnende tijd van 17,38, 0,42 sec. boven het Nederlands Record. Nicky van Leuveren zou later de aanwezigen –kenners en niet-kenners– verbazen met haar geweldige winst op de 300 meter in een tijd die nog nooit

door een Nederlandse vrouw is gelopen. Met een winnende tijd van 36,24 bleef zij liefst meer dan een volle seconde onder de nationale besttijd van Ester Goossens. Dat wordt dus met spanning haar eerste 400 meter volgen.

Met dat resultaat zou de keuze van de jury een stuk makkelijker geweest zijn, ware het niet dat Nicky 25 jaar is. Op de dag van de Ter Specke Bokaal zou Hensley Paulina nog 7 weken 22 jaar zijn en dus in aanmerking komen voor de Talent Award en daar was ook alle reden voor. Met zijn winnende tijd op de 150 meter van 15,47 bleef hij slechts 0,11 sec. boven de nationale besttijd en dat met een tegenwind van 2.2 meter per seconde. Toch zou er nog één atleet zijn, die het voor de jury nog moeilijker zou maken.

Koen van der Wijst hoort in 2016 bij het “Jeugdfonds” team en is al geruime tijd bezig om de limiet voor de WJK te halen, die op 5,24 staat. Op 5 mei tijdens wedstrijden in Vught ging hij over de 5,10, waarna de lat direct naar 5,30 ging, waarop hij miste. Een limiet,

record of PR is niet alleen fysiek, maar ook psychisch een barrière.

Iets wat toch tussen je oren gaat zitten. Koen begon op 4,90 meter,

die hij in de tweede poging haalde, waarna hij ruim over de 5,10 ging.

De lat ging naar 5,25, de limiet voor Bydgoszcz. De eerste poging was niet best en als toeschouwer

ga je dan weer denken aan die psychische barrière. De tweede poging was raak, ruim erover en

gedaan was het met de druk van het moeten halen, want daarna

ging de 5,35 er ook aan en liet hij de lat leggen op 5,46, hetgeen een

nieuw juniorenrecord zou betekenen. Die stap was nog even te ver, maar de jury was aan

het puzzelen, gaat de Award naar Hensley of Koen. Uiteindelijk gaf een aantal zaken de doorslag: de leeftijd: Koen is pas 18 jaar, de gehaalde limiet voor de WJK en zijn

progressie. Het was een moeilijke keuze, maar gelukkig wees de jury de Ter Specke Bokaal bij de mannen toe aan Hensley Paulina. Alleen maar tevreden mensen.

Een misschien wat uitgebreide beschrijving over hoe je een wedstrijd kan beleven als je op de jeugd –en de toekomst– focust. Hoe mooi kan atletiek zijn (en het wordt nog

leuker).



Melchert Kok reikt de cheque van de Jeugdfonds Talent Award uit aan een gelukkige Koen van der Wijst.

Wim van der Krogt

Wilt u het Jeugdfonds extra ondersteunen?

Dat kan. Stort dan uw bijdrage op het rekeningnummer van het Jeugdfonds: NL69 RABO 0181 2773 60 onder vermelding: Storting Jeugdfonds.

Onze jarige Vrienden

Om privacyredenen bij publicatie van De Vriendenband op de website heeft het bestuur besloten om niet meer de adressen en telefoonnummers te vermelden. Deze zijn te vinden in de ledenlijst die iedereen in boekvorm heeft ontvangen.

(tussen haakjes de nieuwe leeftijd)

Juli 2016

- | | |
|----------------------------------|--------------------------------------|
| 2 Chris Buitelaar (72) | 18 Joop van den Brink (84) |
| 2 Johan Knaap (67) | 19 Hilda van Doorn (73) |
| 3 Jack Evers (75) | 20 Hugo Pont (57) |
| 4 Hilly de Lange-Gankema (70) | 21 Cees Evers (80) |
| 8 Jan Snoeren (71) | 21 Remco Tournier (52) |
| 12 Aart Veldhoen (67) | 21 Hans Smeman (73) |
| 12 Bert de Jager (67) | 21 Herman Timme (83) |
| 13 Frans Maas (52) | 24 Hans Keizer (76) |
| 14 Corrie Roovers-v/d Bosch (81) | 25 Aart van den Berge (81) |
| 14 Fennie van Osch-Smeenge (66) | 26 Frans van der Ham (62) |
| 15 Wim Blom (71) | 28 Tineke van der Flier-Hidding (57) |
| 16 Cees Koch (80) | 30 Esther Goedhart-Schot (75) |
| 17 Herman Hofstee (53) | |

Augustus 2016

- | | |
|-------------------------------------|---------------------------------|
| 2 Frank Jutte (69) | 18 Gerard Nijboer (61) |
| 4 Thom van Rooijen (77) | 20 Menno Lievers (57) |
| 4 Toos van Eekelen-Aarts (80) | 21 Piet Deelstra (76) |
| 6 Sjouke Tel (71) | 24 Ferry van der Zant (78) |
| 8 Joost Borm (60) | 24 Diny Steenhuis-Hulsker (93) |
| 11 Aad van Venrooij (76) | 24 Ben Saris (68) |
| 11 Wilma van Gool-van den Berg (69) | 27 Anny Schmitz-Broekhoff (80) |
| 12 Tjerk Vellinga (78) | 28 Tineke Godschalk-Klucht (60) |
| 13 Piet van der Kruk (75) | 28 Cees Koppelaar (77) |
| 14 Nick Mosselman (55) | 28 Mathias Vilain (71) |

Onze jarige donateurs/donatrices

(tussen haakjes de nieuwe leeftijd)

Juli

31 Rob van Mechelen (70)

Augustus

11 Bernard Krabbendam (82)

14 Frank Hoogers (27)

14 Lida Lensen-Schippers (79)

Bijzondere jarige

Op 21 augustus 1980 prijkte Tineke Godschalk-Kluft (nr. 41) in volle vlucht op de cover van de AW. Op 28 augustus 2016 hoopt zij haar 60-ste verjaardag te vieren. Dat is dan precies 36 jaar en 1 week later.

Voldoende reden om deze fraaie foto nog eens van stal te halen. (foto Theo van de Rakt, bron: AW)

