

---

# De Vriendenband

## Inhoudsopgave

pagina

66e jaargang nummer 3, 2017

Van de waarnemend voorzitter.....	1
Van het secretariaat .....	2
VriendenfietswEEKEND + advertentie Margriet Prins.....	3
NK Atletiek 2017 in Utrecht .....	4
Afscheid Coby Kamerbeek + advertentie Praktijk Energiek .....	5
Winnen van een Europees kampioen.....	6
Het heilige vuur ontbrak me.....	9
Wat beweegt jou? .....	10
Advertentie YALP + Advertentie Herzog Medical .....	11
Waar staan de Vrienden nu?.....	12
Voetlichtflits: Simon Vroemen.....	15
Nieuws van de Stichting Atletiekerfgoed.....	16
Voor het voetlicht: Ellen Joacim-Ort.....	20
Vrienden Jeugdfonds op de voet gevolgd .....	26
Advertentie Global Sports Communication .....	30
Onze jarigen .....	31
Bijzondere jarige: Tjerk Vellinga .....	32

**Kopij Vriendenband augustus 2017**  
**Graag vóór 20 juli 2017**  
**aan de redactie:**  
**Piet Wijker**  
**De Uitkijkklaan 12, 1974 XP IJmuiden**  
**wijker55@zonnet.nl**  
**tel.: (0255) 513 700 / (06) 202 19 316**

---

## Van de waarnemend voorzitter

Beste vrienden,

Het buitenseizoen is weer van start gegaan. Op 13 mei was de eerste meeting op de baan van A.V. De Spartaan te Lisse. Nadine Visser opende het seizoen sterk met een uitmuntende prestatie van 13,09 sec. op de 100 meter horden. Mart Ten Berge wierp de speer het verst met een worp van 78,46 meter, goed voor de vijfde prestatie aller tijden. Beiden waren goed voor de Bokaal van beste prestaties van deze mooie dag.



Ja, terwijl hier het seizoen startte zat uw voorzitter op het mooie Corsica. Ik verbleef daar in verband met een Trail. Zoals U weet begeleid ik bedrijven van en naar een “groot” loopevenement. Vaak is dit de bij ons bekende Dam tot Damloop, maar dit keer was het een loop in Frankrijk. De trend van de laatste tijd is dat er een hang is naar evenementen met een uitdaging. En die uitdagingen variëren van putraces, colourruns, nightruns, womensruns, strongmanruns, tot waar ik aan deelnam, trailruns. De afstanden in Frankrijk waren 10 kilometer (winnende tijd 42.00 minuten), 23 kilometer (2.20 uur) en 43 kilometer (4.02 uur). Ik kan U mededelen: dit is snel!! Wat opviel is dat ik de deelnemers(-sters) bergopwaarts inhaalde, maar zodra de berg dalende was vlogen jong en oud mij met ware doodsverachting vliegensvlug voorbij. In dit soort wedstrijden vervagen vaak de prestaties en tijden, maar is de waardering en het samenlopen veel en veel belangrijker. In Nederland en België komen deze wedstrijden steeds meer op de atletiekkalender; hier valt voor de Atletiekunie veel meer uit te halen. Men ziet nu in vele plaatsen Bootcampclubs en aanbieders van hindernisbanen verrijzen. Dit zijn in hoofdzaak jongeren die zichzelf door trainingen in sportscholen op een andere manier willen uitdagen.

Over uitdagingen gesproken: Ik heb mij verbaasd over de Breaking2-wedstrijd van Nike. Onder de bezielende leiding van ons lid Jos Hermens waagden drie topatleten, Kipchoge, Tadese en Desisa zich aan een race waarbij de marathon beslecht moest worden binnen de twee uur. Dit is 2.50 minuten per kilometer!! Op zaterdag 6 mei was het zover; de wedstrijd speelde zich af op een parcours van de racebaan in Monza (Italië). De race liep perfect met hazen (ook Abdi Nageeye deed haaswerk), maar strandde in een tijd van twee uur en vijftwintig seconden. Oorzaak: de luchtvochtigheid was te hoog. Het commentaar van Jos Hermens was dat de barrière van twee uur zeker beslecht gaat worden. Ja, zo denk ik dan, als Usain Bolt op een 100 meter bijvoorbeeld achter een auto met scherm gaat lopen, met vliegende start, wat zal die dan voor tijd lopen, 7 seconden?? Iets voor tijdens de FBK Games te Hengelo?

Ik heb zin in het zomerseizoen.

*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](mailto:secretaris@vriendenvandeknau.nl)

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



### Nieuwe begunstigers

Uitleg van VB achter ieder adres: VB = Vriendenband (ons 2-maandelijks verenigingsblad)

- Rutger Kupers, Martinetsingel 46, 7201 DT Zutphen (zonder VB);
- Mitra Smit, Stentorstraat 83H, 1035 XE Amsterdam (zonder VB).

### Overlijden

- Op 25 april 2017 is Jan Verschoor overleden. Hij werd 93 jaar.

### Wijzigingen

- Cees Koch is verhuisd naar Groot-hoefbladlaan 48, 2121 RC Bennebroek.

### Ledeninformatie (blijde gebeurtenissen, ziekte e.d.)

- Woensdag 26 april 2017 is Tjerk Vellinga Koninklijk onderscheiden. In de Nieuwe Kerk ontving Tjerk van burgemeester Van der Laan de onderscheiding voor Ridder in de Orde van Oranje Nassau. Zie verder het artikel op pag. 32;
- Ab Slaman heeft een herseninfarct gekregen. Hij verblijft momenteel in revalidatiecentrum Reade aan de Overtoom in Amsterdam. Bezoek wordt op prijs gesteld.



Jan Verschoor  
*(foto beschikbaar gesteld door Paul Verschoor)*

**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.

---

## Vriendenfietsweekend

Wanneer: eerste weekend september, **2 en 3 september.**

Waar: **Rondom Haastrecht.**

Vertrekpunt: **Restaurant Over de brug.** Tevens mogelijkheid om daar te overnachten.

Kosten inclusief ontbijt: 61 euro per kamer voor 1 persoon.

Voor een kamer voor 2 personen is de prijs 80 euro.

Adres: **Veerlaan 1 te Haastrecht. Tel. 0182501210**



Verzamelen aldaar voor koffie met gebak vanaf 10.00 uur op zaterdag 2 september. Daar wordt ook na de fietstocht het diner gebruikt.

Opgeven bij: [ellenkoosvbunt@planet.nl](mailto:ellenkoosvbunt@planet.nl)  
[rietvanderenden@hotmail.com](mailto:rietvanderenden@hotmail.com)

Fietstocht van rond de 35 km met een bezoek aan de steden Oudewater en Schoonhoven en door mooi polderlandschap. Zondagbesteding in overleg.

We hopen dat de vaste kern weer meefietst en dat er nog veel extra Vrienden zich hierbij aansluiten. Het is altijd heel gezellig.

*Riet en Ellen*



## ASICS NK Atletiek Senioren 2017

Beste leden van de vereniging Vrienden van de Atletiek,

De ASICS NK Atletiek keert na 12 jaar terug naar Utrecht, met als meest in het oog springende onderdeel het polsstokhoogspringen op het Vredenburg op donderdag 13 juli. Atletiekbaan Maarschalkerweerd is van vrijdag 14 tot en met zondag 16 juli het decor van de overige disciplines.

Graag nodigt de Atletiekunie, mede namens de Gezamenlijke atletiekverenigingen Utrecht, je uit om de NK Atletiek Senioren te komen bezoeken. Als Vriend van de Atletiek ontvang je gratis twee toegangsbewijzen met 2 consumptiebonnen per persoon op één van genoemde dagen.

Alle Vrienden van de Atletiek ontvangen in juni per mail de uitnodiging van de Atletiekunie. Je aanwezigheid bij deze NK kun je via die uitnodiging bevestigen, waarna je de toegangsbewijzen thuis gestuurd krijgt.

Heb je geen e-mailadres, neem dan contact op met Chris van der Meulen via telefoon 040-253 89 52 of op het adres Oranje Nassaulaan 86, 5503 JG Veldhoven.

Wedstrijdinformatie is te vinden via de [website](#).



Deel van het Vredenburg, waar op 13 juli 2017 het NK-onderdeel polsstokhoogspringen plaatsvindt. (foto Wikipedia)

## Afscheid Coby Kamerbeek

Lieve “Vrienden”,  
als jullie deze Vriendenband ontvangen, zit mijn laatste werkdag (1 juni) op het bondsbureau erop. Na een dienstverband van ruim 29 jaar ga ik met pensioen. Jullie weten wat dat betekent. Ik hoop de komende jaren een leuke invulling te gaan geven aan mijn vrije tijd. De eerstkomende maanden ‘vakantie’ houden en in het najaar, naast aandacht voor mijn man en kleinkinderen, regelmatig sporten, wandelen, fietsen, foto-albums maken, klussen in huis en tuin, koken etc., etc.. Maar bovenal gezond blijven. Ik wil jullie nogmaals danken voor het meestemmen bij de Caravan Challenge in 2013, die ik samen met mijn man naar Engeland heb kunnen doen. Dat was een fantastische, onvergetelijke ervaring, die ik met jullie heb gedeeld in één van de Vriendenbanden.

Ik hoop jullie ooit weer te ontmoeten tijdens een NK Atletiek Senioren, waar dan ook in het land. Ik wens jullie alle goeds voor de toekomst; pas goed op jezelf en blijf in beweging, hoe dan ook.

Lieve groetjes, *Coby Kamerbeek*



**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](http://www.marjabak.nl)  
[marja.bak@gmail.com](mailto:marja.bak@gmail.com)



DE VERBODENDE EN VERBODENDE PLUK  
**ENERGIEK**

---

## Winnen van een Europees kampioen

**Wie een Europees kampioen klop geeft, kan rekenen op een berg publiciteit. Zeker als je zoals als Nederlander presteert en al helemaal als die kampioen ook nog eens een landgenoot van je is. Wie dit seizoen dus Churandy Martina of Dafne Schippers eruit sprint, sprint zich regelrecht in de schijnwerpers. Doet hij of zij dat dan ook nog eens op een NK, dan kan betrokkene de dag erna gegarandeerd bij een van de vele TV-praatprogramma's aanschuiven.**

In 1940 was er nog geen sprake van TV, beperkten media zich nog tot kranten, tijdschriften en radio en was het bovendien oorlogstijd. Dat betekende echter niet, dat de coup die Wim Nota dat jaar pleegde, onopgemerkt bleef. Integendeel, de winst die de twintigjarige Leidse sprinter op Tinus Osendarp boekte, baarde veel opzien. Ook al kwam die overwinning niet als een donderslag bij heldere hemel, want eerder dat jaar had Nota



Wim Nota (links) en Tinus Osendarp, gefotografeerd in Rotterdam, een maand voordat zij elkaar op de NK in Amsterdam zouden treffen. Zo te zien heeft Nota zijn onderhemd hier gepromoveerd tot wedstrijdshirt door het achterstevoren te dragen.

*(foto beschikbaar gesteld door Atletiekerfgoed)*

voor de mobilisatie was opgeroepen. Sprinten kon Osendarp echter nog steeds en eerzuchtig was hij ook nog wel.

### Vinnige strijd

De finale die zich op 11 augustus 1940 in Amsterdam voltrok, werd een dag later door Jan Blankers in de 'Revue der Sporten' uitvoerig beschreven. Daarbij gaf hij aan dat er op vrijwel alle nummers sprake was van harde en vinnige strijd. Hij schrijft vervolgens:

---

*“Het grootst was deze vanzelfsprekend op de 100 meter, waarop Osendarp den aanval van den coming-man Nota te verduren kreeg. Het is dan ook een nummer geworden van buitengewone fraaiheid, waarvan de uitslag, die ditmaal ten gunste van Nota uitviel, nog niet bewijst, dat Nota definitief sneller dan Osendarp is geworden. Want de wijze, waarop de laatste den aanval van zijn concurrent heeft weerstaan, deed weer denken aan de oude jaren, dat ook Osendarp nog aan het begin van zijn carrière stond. Het ging weer meer zelfbewust en het was zonder twijfel de beste race, die Osendarp dit seizoen heeft gelopen. Het ware dan ook te hopen geweest, dat beide loopers banen naast elkaar hadden geloot, daar zij te ver uit elkaar lagen om ook maar enig contact te voelen. Het verschil aan de finish was echter zoo miniem, dat beiden den zelfden tijd werd toegekend.”*

Die tijd was 10,7 s.

Voor het gros van de Nederlandse bevolking was Wilhelm Hendrick Age Nota, geboren op 17 oktober 1919 in Jatinegara, Nederlands-Indië, dat jaar min of meer uit de lucht komen vallen. De atletiekinsiders kenden hem echter al enkele jaren. Want de aanvankelijk voetballende Nota was reeds in 1937 door secretaris Gussenhoven van de Leidse atletiekvereniging Holland overgehaald om deel te nemen aan de nationale jeugdkampioenschappen. Prompt was hij derde geworden op de 100 m, in 1938 gevolgd door zijn eerste nationale jeugdtitel op dit onderdeel. En een jaar later, zijn eerste bij de senioren, had hij al 11,1 s laten noteren.

### **Doorbraak**

In 1940 volgde echter Nota's grote doorbraak, want naast die nationale titel in 10,7 s had hij eerder in Rotterdam zelfs al eens 10,5 s voor zich laten klokken, al noemde hij die prestatie later een 'uitschieter'. Het nam niet weg dat Nota aan het eind van dat jaar



Wim Nota in actie in de Leidsche Hout, omringd door een schare enthousiaste padvindertjes.

*(foto's beschikbaar gesteld door Marion Peto)*

bovenaan de Europese ranglijst stond, al moest hij die plek delen met twee Italianen en een Duitser. De vraag zal wel altijd onbeantwoord blijven waartoe dit had geleid, als de in dat jaar gepland staande Olympische Spelen in Helsinki normaal doorgang hadden kunnen vinden.

Hoe dan ook, de Nederlandse jeugd had er een held bij en liet zich maar wat graag met hem op de foto zetten.



---

## Terugval

De roem was echter van korte duur. In 1941 kwam Wim Nota slechts enkele malen in actie en kwam hij niet één keer ook maar in de buurt van zijn prestaties van het jaar ervoor. De NK moest hij vanwege een blessure zelfs helemaal laten schieten, zodat hij zijn titel van het jaar ervoor niet kon verdedigen.

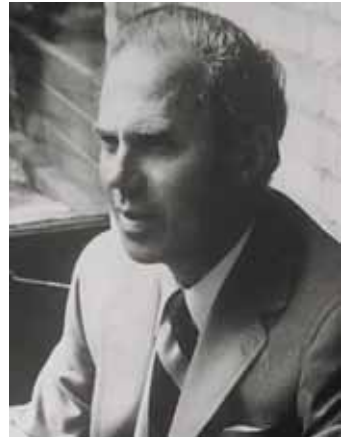
Bij de eerste de beste wedstrijd in 1942 liepen Albert Spree en Wim Nota in Rotterdam naar 10,3 en 10,4, zij het met een te sterke rugwind. Het beloofde veel, maar bleef zonder vervolg. Albert Spree werd later dat jaar nog Nederlands kampioen, voordat hij op zijn vlucht voor de Duitse bezetter in Noord-Frankrijk werd opgepakt, in het concentratiekamp Ravensbrück terecht kwam en daar tenslotte aan de gevolgen van darminfectie overleed.

Voor Nota werden de oorlogsomstandigheden in eigen land ook steeds grimmiger. Hij kwam in de resterende oorlogsjaren nauwelijks nog aan sporten toe. De oorlog overleven werd het allesoverheersende thema.

In 1945 trad Wim Nota in het huwelijk met Maria Winnubst, waarna het echtpaar tot en met 1949 een drietal kinderen kreeg. Als sprinter keerde Nota na de oorlog weliswaar terug in de atletiek, maar beperkte hij zich tot regionale optredens. Met een 100 m in 10,9 in augustus 1947 toonde hij aan, dat hij het sprinten nog niet was verleerd. Het in 1940 behaalde niveau bereikte hij echter nooit meer. De oorlog had zijn atletiecarrière definitief geknakt.

## Emigratie

In 1950 emigreerden Wim en Maria Nota met hun gezin naar Australië, waar het zich in Melbourne vestigde. Daar werden in 1954 en 1960 nog twee kinderen geboren. Nota verdiende er aanvankelijk zijn boterham als boekhouder, maar werd later General Manager van een bakkersbedrijf met een wagenpark van meer dan 200 bestelwagens, waarmee het brood werd gedistribueerd. Dit succes had het bedrijf vooral te danken aan het feit, dat het in Australië het eerste bakkersbedrijf was dat het brood in plastic zakjes verpakte, waardoor het brood langer vers bleef. Van dat idee was Wim Nota de geestelijke vader.



Wim Nota op latere leeftijd.

Helemaal los van de atletieksport kwam Nota niet. Na een artikel in een Australische krant over zijn atletiekverleden werd hem gevraagd om de 'Melbourne and East Melbourne Harriers' te komen trainen. Daarnaast begeleidde hij op individuele basis jarenlang ook allerlei andere Australische sprinters.

Nota nam op 21 juni 1965 de Australische nationaliteit aan. Hij overleed in 2003 op 83-jarige leeftijd. Zijn weduwe, inmiddels 95 jaar oud, is echter nog steeds onder ons.

*Piet Wijker*

---

## Het heilige vuur ontbrak me

Redacteur Piet Wijker wees me er op dat ik nog geen kopij voor deze uitgave had ingestuurd. Na de laatste verschijning heb je nog een maand de tijd om een artikel te schrijven. Door omstandigheden, die ik niet durf te noemen omdat die rieken naar een zeer goedkope smoes, kwam ik er niet toe. Ik zal daarom ook geen moeite doen om u verder te overtuigen en het kort samenvatten met de stelling dat het heilige vuur me ontbrak. Er zijn ook momenten dat de klare taal zo uit de pen vloeit en dat er in jouw ogen een juweeltje uit je geest ontspruit.

In onderstaand gedicht heb ik geprobeerd deze gevoelens op te roepen.

### **schrijversillusie**

wat een woord  
nooit gehoord  
reikt ongestoord  
tot de hemelpoort

wat een zin  
die ik niettemin  
bovenal bemin  
moet erin

wat een gedicht  
zo vederlicht  
dat zonder plicht  
te inhaleren ligt

wat een verhaal  
in klare taal  
met een moraal  
zo geniaal

wat een talent  
nog onbekend  
nu is het moment  
van de scribent

*Henk Snepvangers*

---

## Wat beweegt jou?

### *Een boek over actief oud worden*

Wie gezond oud wil worden, moet in beweging komen: sporten, wandelen, fietsen of gewoon boodschappen doen – bewegen houdt je actief en vitaal! Met een voorwoord van hoogleraar neuropsychologie en schrijver van diverse boeken, waaronder “Laat je hersenen niet zitten”, Erik Scherder. Hij gaat in op de relatie bewegen en functioneren van de hersenen.



*Wat beweegt jou* gaat over actief ouder worden. Het bevat eenvoudige beweegoefeningen voor in het leven van alledag, maar ook informatie over voeding, motivatie en de invloed van beweging op de meest voorkomende ouderdomskwalen.

Het boek bevat inspirerende ervaringsverhalen van zowel ‘gewone’ Nederlanders als bekende Nederlanders: [Hans Böhm](#), [Anne-Wil Blankers](#), [Eddy Pieters Graafland](#), [Sjoukje Hooymaayer](#), [Willeke Alberti](#), [Job Cohen](#) en [Foppe de Haan](#).

*Wat beweegt jou* is geschreven door Olga Commandeur en Ruud Dirkse. Olga is vitaliteitscoach en werd bekend als (olympisch) atlete. Tegenwoordig presenteert zij het tv-programma *Nederland in Beweging!*



Ruud Dirkse is directeur van zorginnovatiebureau DAZ en heeft reeds vier boeken geschreven over dementie. Hij houdt zich op vele manieren bezig met bewegingsgerichte zorg. Beiden zetten zich actief in om ouderen in beweging te houden.

Voor meer informatie omtrent het boek kunt u terecht op de websites

van [Wat beweegt jou](#) en van [www.olgacommandeur.nl](http://www.olgacommandeur.nl)

## Wat beweegt jou?

Auteurs: Olga Commandeur en Ruud Dirkse

ISBN: 9789021565606

Prijs: €24,99, Verschijningsdatum: 29 mei 2017, Kosmos Uitgevers



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](http://www.yalp.nl/oudereninbeweging)  
T. 0547-289 410 E. [info@yalp.nl](mailto:info@yalp.nl)

**Ouderen  
inbeweging**

samen op een Olga Commandeur Plein

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

YALP | Nieuwenkampsplaat 12 | 7472 DE Goor | T. 0547 289 410 | F. 0547 289 411  
[info@yalp.nl](mailto:info@yalp.nl) | [www.yalp.nl](http://www.yalp.nl) | Twitter: @YalpLetsPlay



**herzog**

sport compression prevention & recovery

### Plezierig sporten

Hardlopen is goed voor lichaam en geest maar dan liefst zonder vervelende pijnjes. Of je nu loopt om fit te blijven of prestaties te leveren, met de Sportcompressiekousen van Herzog blijft hardlopen leuk!

### Uit onderzoek blijkt dat

76% van de Herzog-gebruikers minder last heeft van blessures, sneller herstelt en meer plezier in het sporten ervaart.

### Voordelen van de Herzog Sportcompressiekousen

- Effectief door relatief hoge compressie en afnemend drukprofiel
- 6 meetpunten verzekeren de voor **jou** optimale pasvorm
- Die combinatie staat garant voor een doeltreffende werking!

Met de Herzog Sportcompressiekousen blijft sporten leuk!

**PRO**  
COMPRESSION



[www.herzogmedical.com](http://www.herzogmedical.com)

---

## Waar staan de Vrienden nu?

**8 november 2016. Presidentverkiezing Verenigde Staten. Trump won. Eerste analyse: dankzij de arme blanke man. Een dag later bijgesteld tot: dankzij de rijke blanke man.**

Dat inspireerde korte verhalen schrijver A. L. Snijders tot:

*“Een sluiswachter in 1909. Zat 18 uur per dag bij de sluis, of er nu wel of niet schepen kwamen. Zes dagen per week kwam er een schoolmeester van de gemeentelijke school langs, van en naar huis. De sluiswachter vond hem net zo’n onbeduidend ambtenaartje als zichzelf.*

*Ook een stukadoorsknecht kwam langs. Die man ging altijd stil zijn eigen weg. Was niet bij een socialistische of communistische bond aangesloten zoals daar eigenlijk hoorde.*

*Wat later, na zijn 40<sup>ste</sup>, begon hij een eigen bedrijfje. Dat liep goed en hij werd rijk.*

*In 2016 zou hij waarschijnlijk als Amerikaan ook op Trump hebben gestemd .....*”

Tot zover Snijders. Vraag, of conclusie: wat is het verschil tussen een arme en een rijke man?

Vergelijk nu eens met onze situatie bij de Vrienden:

Bij de Atletiekunie zijn zo’n 138.000 mensen aangesloten. Los van de Atletiekunie lopen enige miljoenen mensen met een zekere regelmaat hard.

In de jaren 1965 – 1975 waren er van 20.000 tot 35.000 leden. Daarbij weinig of geen recreatief atletiek beoefenende, of geheel pretentieloze mensen, zonder enige prestatiedrang.

Zowel toen als nu bestond / bestaat de overgrote minderheid uit zeer getalenteerde, en tot grootse prestaties reikende topatleten. Net zoals de meesten modale atleten waren / zijn.

Toen moest deze laatste groep het maar al te vaak en vooral hebben van vlijtig, van drie tot zes keer per week consequent en regelmatig trainen. En deelnemen aan wedstrijden. Vaak waren dat de zogenaamde “koffie- en broodwedstrijden”. Plaatselijk, regionaal, met vele, vele honderden deelnemers. D, C en B-klassers vooral, met enkele onderdelen die ook toegankelijk waren voor de toppers, A-klassers. Om 11.00 uur het eerste startschot, soms pas rond 19.00 uur klaar.

De Nenijs in Rotterdam is hier beroemd om geworden. Mijn herinnering daaraan: Als je ’s morgens binnenkwam langs het smalle toegangspad tussen de school en de heg, zat daar aan een tafeltje Ed Meeuws. Als je hem niet je deelnamebewijs kon laten zien dat je via de wedstrijdsecretaris van je vereniging toegestuurd had gekregen na je inschrijving, moest je een gulden betalen. Zelfs het jurykaartje waarop stond dat dit je gratis toegang bood tot wedstrijden van de K.N.A.U., werd niet geaccepteerd. Ed was streng. Vijf minuten voor de wedstrijd begon, verliet hij

---

die plek, pakte zijn revolver en werd de rest van de dag starter, samen met Wim Bakker. Doorgaans begon zo'n dag met een paar uur sprintjes, vanaf de jongste jeugd tot en met de senioren. (Wedstrijden voor Veteranen, tegenwoordig al een tijd Masters geheten, bestonden daar nog niet.)

Aan beide kanten van de baan werd gesprint, de jongste jeugd 'aan de overkant'. Daarbij waren Ed en Wim perfect op elkaar ingespeeld, –vrijwel– gelijktijdig schieten kwam niet voor.

De 5000 m, die haast altijd op het programma stond, was in mijn beleving steeds opengesteld voor A-klässers. En daar deed heel consequent Dirk de Bruijn aan mee, doorgaans –vrijwel– als enige A. Trok zich tijdens de wedstrijd van geen mens wat aan, spoot weg vanaf de start en dieselde naar de finish, al na enige ronden luidkeels "BAAN!" brullend om ruimte te krijgen in de binnenbaan wanneer hij weer op het punt stond iemand te dubbelen.

Hoewel het reglementair in die tijd nog mocht, werden gedubbelden niet uit de wedstrijd gehaald, want dat was niet goed voor de klantenbinding. Als gevolg daarvan kwam het voor dat hij tijdens die twaalf en een halve ronde een enkeling drie, zelfs wel eens vier maal passeerde.

Via dit type wedstrijden probeerden velen te bereiken dat zij een plaatsje in de competitieploeg van hun vereniging kregen, doorgaans het hoogste doel. Desnoods als invaller voor de verenigings-topper, wanneer die eens geblesseerd was. Een leger van mensen, dat volledig prestatiegericht probeerde de eigen ingebouwde limiet zo goed mogelijk te benaderen of nog liever te bereiken.

Hoe is het nu? Gelukkig hebben we die toppers nog steeds. Maar het aantal wedstrijdgerichte mensen, dat wil presteren, is behoorlijk uitgedund. Dat zie je terug in de ranglijsten. Wanneer ik mijn eigen beste prestaties van ooit zou inpassen in de huidige ranglijsten, zou ik op mijn belangrijkste afstanden circa 200 plaatsen hoger staan geklasseerd dan toen. (Ondanks dat de Unie vandaag de dag vier, vijf keer zoveel leden kent!).



---

Het aantal mensen dat nu, voor het plezier aan wegwedstrijden meedoet en in vrij veel gevallen alleen als doel heeft op een prettige wijze de afstand te overbruggen, is fenomenaal gegroeid.

Hierdoor is er intussen al jarenlang een discussie gaande: wordt de Atletiekunie nu slechter van het dalen van het gemiddelde prestatieniveau van wedstrijdathleten op veel onderdelen en zeker bij het lopen? Of weegt het bereiken van véél meer mensen in positieve zin zwaarder?

De zienswijzen verschillen. Begrijpelijk hebben een aantal –voormalige– échte toppers moeite met het accepteren van het leger funlopers. En al even begrijpelijk vinden veel van die funlopers puur wedstrijdgerichte atleten maar uitslovers die zich zo nodig in een bijzaak van hun leven willen ‘bewijzen’; de echte absolute toppers uitgezonderd.

Of, om misschien een klein beetje overdreven met Jules Barbey d’Aureville (Frans criticus uit de 19<sup>e</sup> eeuw) te spreken:

*“Plezier is het geluk van dwazen. Geluk is het plezier van wijzen.”*

Maar is het niet mooi dat die twee werelden naast elkaar onder één paraplu kunnen bestaan?

En zo gaat het op dit moment ook met onze vereniging. Tot en met vorig jaar leidden de Vrienden een in toenemende mate zieltogend(-er) bestaan. Sinds de jaarvergadering van 2016 heeft de vereniging zich nadrukkelijk uitgesproken voor een nieuwe start. Die vernieuwing werkt, want, tussenstand: van 266 leden eind vorig jaar naar nu (begin mei 2017) al 353!

Dat was mijns inziens ook nodig, want, en nu citeer ik Erich Fried (Oostenrijks schrijver, 20<sup>ste</sup> eeuw):

*“Wie wil dat de wereld blijft zoals die is, wil niet dat die blijft.”*

Vrienden van de Atletiek:

- Natúúrlijk is en blijft er een volwaardige plaats voor de voormalige topatleten.
- Al even natuurlijk blijft er plaats voor mensen die zich als kader- of jurylid voor de Atletiekunie heel verdienstelijk hebben gemaakt.
- Maar de nieuw gecreëerde ruimte voor mensen die zich “VRIEND” van de atletiek voelen, leidt tot winst. Het levert nu al een bredere, gezondere vereniging op.

Zie vol verwachting én vertrouwen uit naar de verdere ontwikkeling in dit jaar en verder.

Kijk tot slot nog eens terug naar de zin direct onder het korte verhaaltje van Snijders en deel de wens dat de Vrienden tot eenzelfde, voor onze vereniging vergelijkbare conclusie kunnen komen!

*Hugo Tijsmans*

---

## Voetlichtflits



In de vorige Vriendenband signaleerde ik het in de laatste jaren toegenomen verschijnsel dat atleten, nadat zij een nationale recordprestatie hebben geleverd, geen verdere actie ondernemen om dit record ook daadwerkelijk in de recordboeken opgenomen te krijgen. Nationaal recordhouder op de 3000 m steeple Simon Vroemen verbaast zich hier erg over.



Simon Vroemen (foto Piet Wijker)

Simon: “Ik vind het juist een hele eer om een Nederlands record te hebben. Ik vind het echt, echt geweldig. Ik was dolblij dat ik een Nederlands record liep. Nu kan ik wel een soort hypothese gaan opzetten –daar moet je natuurlijk heel erg mee uitkijken– dat het die atleten zijn die niet in Nederland zijn geboren, die dus blijkbaar niet zo’n binding met ons land hebben, waardoor je enorm trots op zo’n record bent. Maar als je je hele leven in Nederland hebt gewoond, altijd voor Nederland bent uitgekomen en dus jarenlang tegen een record hebt opgekeken dat je dan verbreekt, kan ik mij er helemaal niks bij voorstellen.”

Zelf jarenlang Europees recordhouder op de 3000 m steeple, heeft Vroemen er wel begrip voor, dat je je focus in dat geval verlegt naar het internationale niveau en een Nederlands record minder belangrijk wordt. “Bij Martina, Bonevacia en Sifan Hassan –zonder dat ik daar een kwalificatie aan wil hangen, want ik vind het fantastisch dat ze voor Nederland sporten– kan ik me nog voorstellen, omdat die mensen misschien ook aan de wereldtop zitten, dat die .... wat is dan een Nederlands record? Maar als je toch in Nederland bent opgegroeid en je al die tijd tegen die voor jou onhaalbare records aan hebt zitten kijken en op een gegeven moment haal je dat record wel, dan begrijp ik het niet.” Zelf raakte Vroemen geprikkeld toen hij, nadat hij in 2002 voor de eerste maal zijn Europese record had gevestigd, bij latere wedstrijden alleen maar de naam van de Fransman Bouabdellah Thari, die het record een jaar later had geëvenaard, aantrof als Europees recordhouder. Simon: “Ik dacht: wait a minute, wij delen dat record!” Het was een van zijn drijfveren om er in 2005 in Brussel nog eens een schepje bovenop te doen en zich het record voor de tweede keer weer volledig toe te eigenen.

Tegenwoordig pikt Vroemen nog wel eens een wedstrijdje bij de masters mee. Als hij dan in zijn leeftijdsgroep de beste tijd ooit loopt, is hij er als de kippen bij om een recordformuliertje te bemachtigen. Want ook al is het fanatieke er allang af, “het is en blijft toch een eer.”

*Piet Wijker*





## Nieuws van de Stichting Atletiekergoed

### ► Nasleep van het Lauwertakverhaal uit De Vriendenband nr. 6, 2016

Beste Atletiekvrienden, u herinnert zich wellicht het lauwertakverhaal en Pater Familias Hendriks uit Breda. Altijd mooi als mensen het waarderen als we wat voor ze uitzoeken.

Het verhaal heeft nog een bijvangst, want bij tijdelijke terugkeer van één van de neven uit Californië heeft deze zijn oude kamer in het ouderlijk huis opgeruimd. Hij vond daar een drietal diploma's van zijn opa, de 400 meterloper uit de jaren dertig van de vorige eeuw. De diploma's zijn uitgereikt door de RKGAB Limburg (de Rooms-Katholieke Gymnastiek- en Atletiekbond).

Het laat zien hoe nauw de Atletiek in Limburg verbonden was met de kerk. Een record was pas geldig als meneer pastoor het diploma had ondertekend. We nemen maar aan dat hij niet ook nog de dopingcontrole deed.

Jan Hendriks vroeg ons of we belangstelling hadden voor de drie diploma's. Dat hadden we en we hebben zijn schenking in dank aanvaard en reeds opgenomen in onze collectie.



---

### ► Gered van de papierversnipperaar

In deze De Vriendenband kunnen we weer een resultaat melden van de herhaalde oproepen aan eenieder om eens goed in eigen omgeving te speuren naar mogelijk voor de Stichting Atletiekerfgoed interessant materiaal.

Na al wat eerdere successen meldde zich ook Piet van der Kruk. Hij had wat documenten in huis, maar hij kon ook elders juist op tijd enkele atletiekboeken van de papierversnipperaar redden.

De hele actie voelde als een vlotte “estafette” van de vier vrijwilligers van de Stichting: Hugo roept op, Chris Konings legt het contact, Marius Bos haalt het op en maakt foto's en schrijft een verslagje. Tot slot maakt Chris van der Meulen een en ander persklaar voor De Vriendenband.



*(foto Marius Bos)*

Op Papendal wordt het binnengekomen materiaal beoordeeld en geregistreerd. Al het bruikbare wordt ondergebracht in de kasten van de bibliotheek of in het depot. Alle daar opgenomen boeken en documenten kunnen na afspraak door eenieder worden geraadpleegd. Bijvoorbeeld voor studie of voor het schrijven van een artikel in clubblad of jubileumboek.

Onze dank gaat uit naar oud-international discusswerpen en kogelstoten, later ook Olympisch gewichtheffer Piet van der Kruk. Tegenwoordig is hij schrijver of coauteur van boeken over sport. Ook is Piet nog actief in Erfgoedzaken bij de Gemeente Delft en is dus als zodanig een beetje een vakcollega.

*Marius Bos*

### ► Limburgse bijvangst uit Apeldoorn

Bij onze zoektochten door het verleden van de Nederlandse atletiek stuiten we regelmatig op onverwacht materiaal. Deze toevalligheden noemen we bijvangst.

Neem nu de naam Gerard Jonkheer Lauta van Aysma uit het boek van Jo Jeurissen over de Limburgse atletiek. Je leest het en even trek je de wenkbrauwen op. Wat, een oude Friese naam uit de tijd dat in Friesland de landadel nog regeerde en die opduikt in Limburg?

---

Juist in de week van zoeken naar foto's in het boek van Jo Jeurissen stond er in de Leeuwarder Courant een interview van Koen Pennewaard met kerkmeester Buwalda uit het oude terpdorp Schettens over een gevonden middeleeuwse helm. De vraag was of deze helm mogelijk van Scheltens Jonkheer Lauta van Aysma kon zijn geweest. Deze Scheltens was een beroemd veldheer van de Friese Nassau's.

Toen ik Buwalda vertelde van de atleet Gerard Lauta van Aysma uit Limburg stelde hij, dat die familie oorspronkelijk vanuit Friesland via Leiden rond 1900 in Limburg was neergestreken. Echter, omdat ze na de Franse tijd geen geld voor de adellijke titel wilden betalen, mochten ze zich geen jonkheer meer noemen.

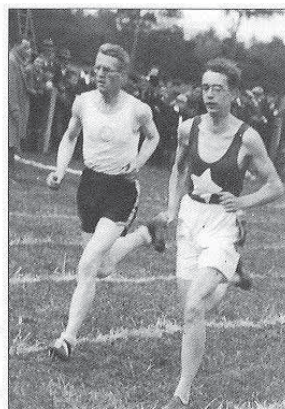
In het boek van Jo Jeurissen zijn vier foto's opgenomen uit het familiealbum van de Lauta's. We hebben gesproken met nazaat Frans Lauta van Aysma, een zeventiger uit Apeldoorn. Hij kende de foto's die Jeurissen gebruikt heeft niet, sterker nog, hij heeft geen weet van een familiealbum.

Frans ging op onderzoek uit en vond een Olympisch boek van zijn vader uit 1936. Het is een bekende Duitse uitgave van dr. Paul Wolff. Erfgoed heeft het gekregen en het staat nu al in onze bibliotheek. Als tegenprestatie krijgt hij de vier door Chris van der Meulen gescande foto's uit zijn eigen album, opgenomen in 'n rookenden kogelstooter, het onvolprezen boek van Jo Jeurissen, onze eigen ex-hoofdredacteur. Frans Lauta zoekt verder in familiekring en zal ons van eventuele vondsten op de hoogte houden.

Ck



*De winnaars buiten mededinging van de Sterestaafte in Venlo 1936: AV Lindenheer. Staande van links naar rechts: Gerard Lauta van Aysma. Hay Janssen, Johan Liebregts. Zelf Jacobs. Zittend van links naar rechts: Willy Liebregts, Michel Hochsteebach en M. Vrancken.  
(Foto uit album van Gerard Lauta van Aysma)*



*Johan Liebregts links en Gerard Lauta van Aysma 25 jaar 25 op het veld van Coesart Beek in 1937.  
(Foto uit album van Gerard Lauta van Aysma)*

Ter illustratie twee foto's uit het familiealbum van Gerard Lauta van Aysma.

### ► **Tiete van der Lende (97) won haar Noordelijke Titel discuswerpen in WO2**

Na ons vorige bezoek aan mevrouw van der Lende in Wolvega (De Vriendenband nr. 2, 2017) heb ik haar beloofd op zoek te gaan naar krantenknipsels of foto's van haar

---

wedstrijden om de Noordelijke titels. Dat viel niet mee, want de datum was niet bekend. Het moet in 1942 of 1943 zijn geweest.

Een probleem is dat kranten in de oorlogsjaren met een slechte papierkwaliteit te maken hadden. Ook zijn ze nog lang niet allemaal gedigitaliseerd.



*(foto Roger Konings)*

Inmiddels heeft ze De Vriendenband gelezen, waarna ze in oude krantenknipsels op zoek is gegaan. In het telefoongesprek bleek hoe kras deze sportieve dame nog is. Ze vertelde dat haar kinderen opdracht hebben gekregen om alle oude fotoboeken na te pluizen. Een foto van Abe Lenstra als atleet heeft ze nooit gezien.

Maar, zegt ze, wie weet wat ik nog tegenkom? Bel me over twee weken nog eens.

Tiete van der Lende vertelde dat ze de toegestuurde De Vriendenband binnen het verzorgingshuis heeft laten lezen en dat ze alles moest vertellen over discusswerpen. Ze is er zo blij mee, dat ik wel tien keer werd bedankt.

En de krant met het verslag van het Noordelijk Kampioenschap komt er ook nog wel, heb ik gezegd. Niets mooier dan oud-atleten blij maken.

K

### ► **Opnieuw verhuizing Depot van Stichting Atletiekerfgoed op Papendal**

Op het moment dat dit geschreven wordt is het eerste deel van de verhuizing reeds in gang gezet. Nu is dit niet de eerste verhuizing van het depot, dat gehuisvest was in het gebouw waar tot voor een jaar de KNVvL, de Koninklijke Nederlandse Vereniging voor Luchtvaart, kantoor hield. Dat moet ontruimd worden, want er moeten logeerkamers bij komen. De Judobond bijvoorbeeld dwingt haar atleten op Papendal te trainen. Dus worden de leegstaande en bijna leegstaande gebouwen door NOC\*NSF omgetoverd tot hotelkamers.

Wij moeten dus uit het gebouw en komen nu in de kelder van de oude sporthal terecht. Voor de plaatsing van de veertien kasten in een oude kleedkamer en doucheruimte heeft Marius Bos al het plan op papier gezet. De werkgroep heeft circa 100 verhuisdozen met boeken, ordners, documentmappen en stapels tijdschriften klaar gezet.

De verhuizer brengt alles over naar de nieuwe locatie. Medio mei moeten we alles opnieuw plaatsen en inruimen. We houden u op de hoogte.

---

## VOOR HET VOETLICHT

### *De schooljuf die wereldkampioen was*



Ellen Joacim-Ort had naast haar atletiecarrière een volledige baan als onderwijzeres. “De liefde die ik van die kinderen kreeg..! Dat was zó warm. *Onze juf is wereldkampioen* zeiden ze dan altijd maar. Dat is toch schattig! Wisten zij veel. Maar in hun ogen was ik dat.” (foto Piet Wijker)

#### **Infobox**

<i>Naam:</i>	Ellen Henriëtte Albertine Joacim-Ort
<i>Geboren:</i>	3 november 1939 te Den Helder
<i>Discipline:</i>	sprint, verspringen + meerkamp
<i>Titels:</i>	Ned. kamp. sen.: 100 m 1960, 1961, 1964; 200 m 1961; verspr. 1963; 5-kamp 1964; Roemeens kamp.: verspr. 1963
<i>Pr's:</i>	100 m 11,7 s, 200 m 24,0 s, 80 m horden 11,6 s, verspr. 6,20 m, hoogspr. 1,60 m, 5-kamp 4498 p

---

Je kunt het je tegenwoordig nauwelijks meer voorstellen, maar nog niet zo bar lang geleden waren middelbare scholen constante leveranciers van atletiektalent. Niet alleen alerte leraren spoorden ontluikende talenten aan om aan atletiek te gaan doen –Marian Thomas, Ingrid Lammertsma en Olga Commandeur zijn daar pakkende voorbeelden van–, maar in die tijd vonden er onder de vlag van de landelijke CCSA (Centrale Commissie voor School Atletiek) in verschillende delen van ons land bovendien roemruchte schoolatletiekcompetities plaats. Daar kon het er zo nu en dan behoorlijk fel aan toegaan.

Menige middelbare scholier ontdekte op die manier zijn atletiekaanleg en van daaruit groeide allengs zijn liefde voor de atletieksport. Ook bij mij, uw redacteur, is het zo gegaan. Op de Rijks-HBS in Amersfoort werd indertijd zeer consciëntieus aan atletiek gedaan. Die school werd tijdens mijn examenjaar, 1962, zelfs voor de zesde achtereenvolgende maal kampioen van Nederland. En dat alles onder de bezielende leiding van gymnastiekleraar Co Houtman, van wie ik pas veel later zou ontdekken dat die tussen 1935 en 1947 maar liefst vijf keer Nederlands verspringkampioen was geweest. Geen wonder dat verspringen mijn allereerste specialiteit werd.

### **Fanatiek**

Ellen Joacim-Ort heeft vergelijkbare ervaringen. Het Eerste Christelijk Lyceum in Haarlem, waar zij zich in 1952 aanmelde, was ook al zo'n school waar je de atletieksport met de paplepel kreeg ingegoten. Haar allereerste actiefoto, een hoogspringfoto, dateert uit die begintijd. Ellen: "Op de ECL deden we aan atletiek en dat was heel fanatiek. Atletiek hoorde er gewoon bij. Als er een wedstrijd was, liep de hele school uit. We gingen ook overal heen in Nederland. Dat was hartstikke leuk. En we waren steeds Nederlands kampioen, wel vijf jaar achter elkaar, toen ik erop zat. Dat was heel uniek." Blijkbaar had de leiding met Ellen Orts komst al gauw door wat voor vlees ze in de kuip had, want: "toen zeiden ze tegen mij: *luister 'ns, meisje Ort, jij mag wel mee naar Den Haag. Daar zijn CCSA-wedstrijden, dan kan je eens kijken, of je dat leuk vindt.* Die gymleraar dacht: dat meisje kan wèl hard lopen. Toen ben ik dus begonnen, met hoogspringen."

Er was overigens weinig voor nodig om die aanleg bij Ellen Ort te ontdekken. "Ik liep altijd hard, al op de lagere school. Doordat mijn moeder weduwe was\*), werden wij (Ellen en haar beide broers – PW) in de vakantie altijd uit logeren gestuurd. Ik ging dan naar een gezin met jongens, een tweeling. Die vader was in het verzet geweest en de moeders waren vriendinnen geworden. Die hadden daar in de straat een bende kinderen.

---

\*) Ellens vader, een marineofficier, kwam als commandant van de onderzeeër O 22 eind 1940 om het leven; waarschijnlijk is hij met zijn onderzeeër in een Duits mijnenveld terechtgekomen. Overigens werd het wrak pas meer dan een halve eeuw later bij toeval voor de Noorse kust ontdekt. Al die tijd stonden Ort en zijn bemanning te boek als 'vermist'. Wie hierover meer wil weten, moet maar eens googelen op O 22.

---

En dan gingen we ‘houtje-trap’ doen, dat moest je dan wegslaan. Ik moest daar dan altijd op af rennen en dan moesten we ons gauw allemaal weer verstoppen. Dat was een feest in de vakanties. Altijd hardlopen op straat, ja. Weet je wat ik zelfs gedaan heb? Dat was een vreselijk spel; je moet het eigenlijk niet vertellen. Dan logeerde ik bij een tante op de Laan van Poot en dan deden we wie het laatste –het is echt vreselijk– voor een auto durfde over te rennen. Echt waar! En ik was altijd kampioen daarin. Totdat er een keer een stopte – nou reden ze toen nog maar 25 km of zo, denk ik hoor, niet zo hard als nu–, maar die stopte, die heeft me gepakt en op mijn donder gegeven. Die zegt: *ben je helemaal belazerd?* Verschrikkelijk, hè? Wat een idioot spel. Maar gewoon, omdat je altijd snel was.”

### **Geen tijd voor atletiekclub**

Goed, de snelheid zat bij Ellen Ort dus in haar genen. Ook Ria Ineke had dat al rap in de gaten. Ineke was nauw betrokken bij het Haarlemse GITA, nadien Atmodes en bezocht, in haar continue zoektocht naar jong talent, de ECL-schoolsportdagen regelmatig. “Die mevrouw met die bril kwam altijd naar mij toe. Dan dacht ik: daar komt ze weer. En dan zei ze: *zou je geen lid willen worden bij GITA?* Ik zeg: nee mevrouw, ik heb mijn school, mijn sport en mijn toneel. Ik heb zoveel dingetjes, ik ben zondagschooljuffrouw en zit op de padvinderij, ik weet niet wat ik allemaal deed. Dus ik zeg: nee, zo vind ik het leuk”, herinnert Ellen Ort zich.

Op school bleef het trouwens niet bij atletiek alleen. “Het was zo’n sportminded school! We hockeyden toernooien, hadden basketbaltoernooien –Harry (Harry Joacim, Ellens trainer en echtgenoot – PW) heeft mij leren kennen op zo’n basketbaltoernooi–, we deden alle sporten en ik zat natuurlijk altijd met m’n neus in een team. Dat was wel heel leuk. Totdat ik op een gegeven moment, dat was in 1958, eindexamen zou doen. Kwam die mevrouw Ineke weer: *kon ik dan geen donatrice worden?* Ik denk: nou, dan word ik donatrice, ik vind het best. Want ik vond atletiek wel erg leuk. Toen deed ik vervolgens de Kweekschool en daar was helemaal niks meer. Sport viel helemaal weg. Toen ben ik lid geworden.”

### **Gave van God**

Dat ging overigens niet zomaar. Want haar moeder vond het eerst niet goed, wilde niet dat haar dochter op zondag sportte. Ellen: “Die stond er ook altijd helemaal alleen voor, dus die dacht: dat meisje houd ik hier, die heeft genoeg sport. Maar ik had geen sport meer op die Kweekschool! Op advies van een van haar broers, zelf een fanatiek voetballer bij HFC, stapte zij ten einde raad naar de dominee. “Ik zei: dominee, mijn moeder vindt het niet goed, maar ik wil zo graag hardlopen. En hij zei: *kind, als dat een gave van God is, dan moet je hem gebruiken.* Maar hij kon niet weten dat ik nooit meer in de kerk zou komen, omdat ik dan altijd op zondag weg was, hahaha.”

Ellen Ort startte gelijk bij de vrouwen. “Ik was achttien, dus meteen senior. Ik begon als D op alle nummers, maar werd meteen A. Dat was wel heel leuk. Iedereen dacht: wat is dat nou weer voor type? Want ik was echt helemaal nieuw in de atletiek.”

---

Welnu, dat ‘type’ werd in 1959 bij de NK gelijk maar vierde op de 100 en de 200 m en stond aan het eind van het jaar dan ook bij de beste sprintsters op de nationale ranglijst. Het jaar erna deed zij eerst haar eindexamen Kweekschool, veroverde vervolgens eind juli haar eerste nationale titel op de 100 m en liep een week later 11,7 s. Hiermee had zij in feite voldaan aan de kwalificatie-eis van 11,8 voor de Spelen van Rome. Ellen: “Ik heb zelfs die kleding gepast, moest ook prikken halen plus de damesverklaring en de amateurverklaring. Ik was helemaal klaar voor Rome.”

### Olympische kans ‘verprutst’

Voor de keuzeheren van de K.N.A.U. ging het echter allemaal wel wat erg snel. In een persoonlijk, vertrouwelijk briefje dat zij verder alleen aan haar voorzitter mocht laten lezen, feliciteerde secretaris Jo Moerman Ellen Ort daags erna met die 11,7, maar schreef ook: *Nu kan ik je niet beloven dat je naar Rome gaat, maar als je de wedstrijd tegen Frankrijk weer zo goed bent als gisteren, dan zal de K.N.A.U. wellicht een poging willen wagen.* Moerman doelde hiermee op de damesinterland van 14 augustus in Vlaardingen. Ellen Ort had daar dus nogmaals 11,7 moeten lopen, maar werd achter winnares Cathy Capdevielle tweede in 11,9. Ellen: “Die heb ik verprutst. Dat was wel een klap, dat vond ik heel erg. En iedereen. Nog steeds kom ik hier in Heemstede mensen tegen die zeggen: *jij bent toen naar de Olympische Spelen geweest.* Dan zeg ik: nee, dat is niet waar. En dan faal je, hè. Dan ben je niet sterk genoeg en zo.”

Enige genoegdoening kreeg zij wel. Tijdens de ‘Olympische revanches’ in het Olympisch Stadion in Amsterdam werd zij achter Olympisch sprintkampioene Wilma Rudolph derde. “Ze dachten dat die drie donkere Amerikaanse meisjes zou-den winnen. Maar ik werd derde. Toen heb ik een Delfts blauw potje gewonnen. Dat heb ik nog.” Een schrale troost. “Kijk”, vervolgt Ellen Ort, “wat ze in de atletiek vergaten: ik had een klas met dik 40 kinderen! Ik stond zes dagen per week voor de klas, want je werkte ook op zaterdag. En je moest op huisbezoek, je was altijd in de weer met die klas. In de zes weken vakantietijd kwam ik daarna helemaal tot rust en dan vloog ik, ging ik steeds harder lopen. Maar dat kwam te laat.”



Olympische revanches op 15 sept. 1960: Ellen Ort (tweede van links) wordt derde achter Wilma Rudolph en Barbara Jones. Geheel links Joke Bijleveld.

*(foto's beschikbaar gesteld door Ellen Joacim-Ort)*



---

## Kus voor jurylid

Treurig genoeg gebeurde vier jaar later, in de aanloop naar de Olympische Spelen in Tokio, iets vergelijkbaars. Ellen Ort was inmiddels in ons land een algemeen erkend topatlete. Tot '64 had zij in totaal vier nationale titels veroverd, waaronder een bij het verspringen, want inmiddels had zij zich ook op dat onderdeel bij de besten geschaard. Bij



Ellen Ort als verspringster in actie bij een wedstrijd op het Olympiaplein in Amsterdam in 1963. Geheel links kijkt Bram Leeuwenhoek aandachtig toe.

ik dat mannetje opgetild en een kus gegeven, weet ik nog. Zo te zien was die nogal verbaasd, hahaha.”

## Een kwestie van limieten

In 1964 mikte Ellen Ort, op 24 maart getrouwd met Harry Joacim, op deelname aan de Spelen op de vijfkamp. Na een zware spierblessure, opgelopen in 1962, waarna zij maandenlang niet had kunnen sporten, hadden Ellen en Harry besloten het roer om te gooien en niet langer al te specialistisch bezig te blijven. “Toen ben ik gaan vijfkampen.” Dat leverde in 1963 al gelijk 4378 punten op, waarna zij in haar eerste vijfkamp van '64 tot 4412 kwam. De eis voor Tokio was 4500 punten, dus verdienden zij en Lia Hinten, die met 4469 punten ook nog onder de limiet zat, een nieuwe kans, vond men. Bij een tweede vijfkamp in Hilversum kwam Hinten vervolgens tot 4534 punten, tegen 4493 voor de Heemsteedse. Lia Hinten dus geslaagd, Ellen Joacim-Ort op zeven punten na niet. Die scoorde vervolgens bij een derde vijfkamp in Brussel zelfs nog 4498 punten en werd daarna ook nog eens Nederlands kampioene, maar de 4500 punten bleven net buiten bereik. Bij het verspringen had Ellen intussen met een beste prestatie van 6,08 de Olympische limiet van 6,00 m al wel gehaald. Men had de Atmodes-atlete dus altijd nog voor dat onderdeel kunnen inschrijven, maar zo redeneerde de K.N.A.U. niet. De ene limiet was duidelijk de andere niet, zo bleek. En andermaal moest Ellen Joacim-Ort thuisblijven.

---

Dat hadden ze in haar land toch heel anders aangepakt, verzekerde Mary Rand, de Britse vijfkampster, Ellen. Rand won in Tokio goud bij het verspringen., “Die zei tegen mij: *in Engeland hadden ze jou laten gaan als kampioen en Lia Hinten als nummer twee die de limiet had gehaald. Maar ze hebben teveel zitten kijken naar die limiet. Zij vond het vreemd dat ik niet ging, want zij zag in mij een concurrent.*”

Het was andermaal een enorme teleurstelling voor een atlete die steeds als hoogste doel had gehad om te mogen uitkomen op de Olympische Spelen. Jo Moerman schreef nadien in de AW zalvend, dat zij en enkele anderen hun afwijzing ‘op waardige en uiterst sportieve wijze hadden opgevangen. Ze waren van Olympische allure’, voegde hij er zelfs aan toe. Mooie woorden, maar de druiven waren er niet minder zuur om.

### **Wereldkampioen**

Het knakte haar liefde voor de sport echter niet. Opmerkelijk genoeg putte Ellen Joacim-Ort heel veel energie uit de reacties van de kinderen uit haar klas. Trots toont ze allerlei tekeningen die ze voor haar maakten en die zij ook in haar plakboeken heeft bewaard. Ellen: “De liefde die ik van die kinderen kreeg..! Moet je kijken wat ze allemaal voor mij tekenden! Zoals hier: Hoera voor Ellen Ort, 6 meter 20, zie je? Dat was zó warm. En kijk, hier staat ook: de kinderen zijn trots op hun onderwijzeres. Neem ze dat eens kwalijk. *Onze juf is wereldkampioen* zeiden ze dan altijd maar. Dat is toch schattig! Wisten zij veel. Maar in hun ogen was ik dat. Ik had daar heel veel steun aan. Nee, dat had ik niet willen missen, die school was heel belangrijk voor me.”

### **Geren en gevlieg**

Nog een jaar of twee ging Ellen Joacim-Ort door. Allengs kreeg echter de wens naar kinderen de overhand. Alleen kwamen die niet. De geraadpleegde gynaecoloog liet er geen misverstand over bestaan. Ellen: “Die zei: *ik zou stoppen met dat geren en gevlieg. Mens, je hebt een klas en je rent en je holt! Dat is niet goed, hoor.* Toen heb ik gezegd; jongens, ik stop ermee. Want ik wilde toch graag een gezin.”

Helemaal loslaten deed ze de atletiek toch niet. Juist toen werd zij namelijk door AV Haarlem gevraagd om de pupillenatletiek in Nederland te promoten. Met Nel Nusse van ADA en Helmut Stubbe van De Spartaan, die er beiden inmiddels ook ervaring mee hadden opgedaan, reisde zij door het hele land. Ellen: “Overall hebben wij in kantines uitgelegd, hoe je met kleine kinderen atletiek moest bedrijven. We hebben met z’n drieën reuze lol gehad.” En zo werd Ellen Joacim-Ort een van de grondleggers van de hedendaagse pupillenatletiek.

Sindsdien volgt ze de atletiek op afstand. Ze is het lang niet altijd eens met de ontwikkeling die de sport sindsdien heeft doorgemaakt, maar “als Dafne wint, geniet ik nog steeds enorm, hoor. Dat vind ik fantastisch.”

*Piet Wijker*

---

## Vrienden Jeugdfonds op de voet gevolgd

### De Jeugd en de Ter Specke Bokaal

Traditiegetrouw worden de wedstrijden om de Ter Specke Bokaal gezien als de opening van het nationale baanseizoen. Deze opening van het Nationale Baancircuit trekt veel atleten. Uit meer dan 400 aanmeldingen moest de organisatie een keuze maken, zowel wat de deelnemers betreft als ook de indeling van de nummers. Het werd – ondanks één bui, maar dan wel in de hoogste categorie – een fraaie middag waarbij onze focus vooral uitging naar de jeugd.

Van de atleten, die dit jaar door het Jeugdfonds van de Vrienden worden ondersteund, kwamen Maayke Tjin A-Lim, Andrea Bouma en Koen van der Wijst aan de start. De anderen moesten deze wedstrijd laten schieten door examen- en tentamenperikelen.

**Maayke Tjin A-Lim** liep een uitstekende 100 meter horden in een race samen met Nadine Visser, Anouk Vetter en Sharona Bakker. Doordat Sharona niet goed uitkwam bij de eerste horde werd Maayke derde achter Nadine en Anouk in een fraaie tijd van 13,63 sec. Niet alleen een persoonlijk record, maar ook ruim onder de limiet voor de Europese Junioren Kampioenschappen, die op 13,85 staat.

Bij het polsstokspringen had **Koen van der Wijst** wat last van de regen, waardoor zijn grip op de stok werd bemoeilijkt. Koen begon gedurfd op een hoogte van 4,90 m, die in de tweede poging ruim werd gehaald. 5 meter werd overgeslagen en de drie pogingen op 5,10 mislukten. Uiteindelijk werd hij derde achter Rutger Koppelaar (5,50) en Menno Vloon (5,20). De limiet voor het EK onder de 23 is 5,30, een afstand die te halen moet zijn, want vorig jaar won Koen de Jeugdfonds Talent Award bij de Ter Specke Bokaal met een hoogte van 5,35.

**Andrea Bouma** –het zeventienjarige sprinttalent– had een drukke middag. Na eerst de 4 x 100 meter te hebben gelopen in de Nederlandse Juniorenploeg, startte zij in de snelste serie op de 150 meter. De start in de bocht was moeizaam, maar op het rechte eind was ze een klasse apart en won uiteindelijk in 17,59 sec. Op de laatste afstand die Andrea deze dag liep, de 300 meter, was te zien dat het een lange dag was. Na een voortvarende eerste 150 meter moest er in het tweede gedeelte het nodige ingeleverd worden en kwam er toch nog een PR van 39,80 op de klokken. Deze afstanden worden niet gelopen op het EJK, maar de limiet die voor de 200 meter is gesteld, 24,25, moet zeker gezien haar tijd op de 150 meter gehaald kunnen worden. Nog sterker: op 7 mei liep zij tijdens de A-competitie al een tijd van 24,16. Deze tijd zal echter niet als limiet erkend worden, omdat de windmeting ontbrak. Haar PR in 2016 was 23,93. Dat moet dus goed komen.

---

En toch... ging de Jeugdfonds Talent Award niet naar een van deze atleten, maar naar Enid Duut, discuswerpster van PAC. Vijf dagen voor haar achttiende verjaardag verbeterde zij haar PR van 46,94 meter naar 48,49, een verbetering van 1,55 meter.



Enid Duut liet in Lisse sterk discuswerpen zien en werd hiervoor beloond met de Jeugdfonds Talent Award. (foto's Ed Turk)

Nog belangrijker is dat deze afstand ook ruim een meter boven de limiet is voor het EJK. Tweede bij het discuswerpen werd Alida van Daalen, een vijftienjarige (!) clubgenoot van PAC en beiden worden getraind door Jacqueline Goormachtigh, vijfvoudig winnares van de Ter Specke Bokaal in 1990, 1992, 1993, 1994 en 1998. Gaat de geschiedenis zich herhalen?

Overigens hadden zich maar liefst 250 atleten

voor deze wedstrijd aangemeld die jonger waren dan 23 jaar. Een verheugend aantal, waaronder veel talenten. Het Jeugdfonds weet dat er nog heel veel bijgedragen kan worden aan verdere ontwikkeling. Na zo'n wedstrijd krijg je er in ieder geval zin in!

### **Ontwikkeling activiteiten Jeugdfonds**

De laatste twee jaar is een duidelijke verandering zichtbaar in de organisatie en doelstellingen van de Vrienden van de Atletiek. Iedere atletiek liefhebber kan zich aansluiten bij onze club en nieuwe initiatieven worden tot uitvoering gebracht. Een mooi voorbeeld zijn wel de supportersreizen, die door Ed Turk en zijn team zijn gestart.

Ook binnen het Jeugdfonds van de Vrienden wordt continu gebrainstormd over de wijze waarop de atleten onder de 23 jaar kunnen worden ondersteund. De middelen om de ideeën uit te voeren zijn niet oneindig, maar met enthousiaste atleten, coaches en verenigingen moet heel veel mogelijk zijn. Atleten die door het Jeugdfonds worden of zijn ondersteund, worden op de voet gevolgd en namen uit het verleden bewijzen dat zij ver zijn gekomen; ik noem willekeurig een vijftal: Eelco Sintnicolaas, Abdi Nageeye, Nadine Broersen, Maureen Koster en Nadine Visser, waarvan wij kunnen zeggen dat zij het 'gemaakt' hebben. Tijdens de evaluaties de afgelopen jaren, die ieder jaar tijdens de reünie gepresenteerd werd, zagen wij ook dat vrij veel atleten op grote toernooien waarvoor zij zich hadden gekwalificeerd, niet presteerden wat zijzelf en wij er van verwacht hadden.

Het is zeker niet de taak van het Jeugdfonds om zich met trainingen te gaan bemoeien, maar wel kan in overleg met clubtrainers en de technische staf van de Atletiekunie bepaald worden waar wij een bijdrage zouden kunnen leveren. Tijdens de vele gesprekken de afgelopen twee jaar is één zaak duidelijk geworden: het zou prachtig zijn als er initiatieven kunnen worden ontplooid om



Nadine Visser, een van de Jeugdfondsathleten die kan zeggen het te hebben 'gemaakt'.

de jeugd meer mogelijkheden te bieden om internationale ervaring op te doen, om daardoor meer voorbereid te zijn op deelname aan grote toernooien. Met die insteek zijn wij, en dat zijn Ed Turk, Marjan Olyslager en ondergetekende, een project gestart met als doel om meer mogelijkheden te creëren voor internationale contacten en wedstrijden voor onze jeugd, zowel in binnen- als buitenland. Daarvoor zijn intensieve contacten gelegd met de atletiekbond van Westfalen en de Vlaamse Atletiek Liga en met een aantal atletiekverenigingen. Alle ideeën worden kortgesloten met de Atletiekunie. Ik geef u de huidige stand van zaken.

- De jaarlijkse wedstrijd tegen Westfalen voor atleten onder de zestien jaar is in 2016 uitgebreid. Aan de kant van onze Duitse Vrienden is het Nordrhein-Westfalen geworden. Een gebied bijna zo groot als Nederland met achttien miljoen inwoners. Gelukkig voor ons, maar jammer voor de wedstrijd was echter dat het krachtverschil nog te groot was. Nederland heeft deze wedstrijd nu 40 van de 41 keer gewonnen en er zijn twee doelstellingen voor dit evenement. Ten eerste moet er meer tegenstand komen. Daarvoor zijn wij in gesprek gegaan met de Vlamingen en zij zien in de toekomst deelname wel zitten aan een drielanden wedstrijd. Dit zou zowel indoor als outdoor kunnen. Het tweede punt is dat er meer talentvolle jeugd aan deze wedstrijd mee zou moeten kunnen doen. Een eerst aanzet daarvoor is twee jaar geleden gemaakt toen de 40<sup>e</sup> editie in Amsterdam werd gehouden, waar een derde team onder de naam Groot-Amsterdam heeft deelgenomen. De 42<sup>e</sup> editie zal dit jaar op 2 september door De Sperwers in Emmen worden georganiseerd, met als derde ploeg een team dat door RTC Noord wordt samengesteld. Wij streven naar een drielanden wedstrijd in 2018.

- 
- Een tweede evenement waarin de jeugd onder de zestien jaar veel ervaring op kan doen, zijn de Ruhr Games, die op 16 juni in Hagen (D) worden gehouden. In uitstekende samenwerking met Westfalen kunnen atleten die aan de limiet hebben voldaan, daaraan deelnemen en zelfs een bijdrage in de reiskosten krijgen.
  - Voor de jeugd onder de twintig jaar zijn wij in overleg met de organisatie van The Battle of the B's: het Amsterdamse AAC. Deze wedstrijden willen wij upgraden naar een hoger niveau en daarvoor is het plan om na The Battle of the B's een kort maar krachtig programma te organiseren onder de naam: International Amsterdam Battle U20, waaraan ook buitenlandse deelnemers kunnen deelnemen. Zowel de Duitse als Belgische organisaties zijn hier enthousiast over. Dit jaar is hiervoor een pilot gestart en wij volgen zeer benieuwd en gespannen de afloop.
  - De Vlaamse Liga wil graag meedenken aan een internationale indoorwedstrijd, zoals die in het verleden voor de B-jeugd bestond. Met een tweede indoorhal in België, die binnenkort gerealiseerd wordt, behoort dat tot de mogelijkheden.
  - In Mannheim is ieder jaar een zeer grote internationale ontmoeting voor atleten onder de twintig. Op dit moment wordt bestudeerd, of deelname van onze talenten daar ook mogelijk is.

Het bruist binnen het Jeugdfonds en de discussies met de Atletiekunie stimuleren ons daar vooral in verder te gaan. Er zal nog heel wat water door de Rijn stromen, voordat wij alle mogelijkheden voor onze jeugd hebben bekeken op haalbaarheid, maar het enthousiasme groeit. Ook hebben wij het plan om een keer een ontmoeting te organiseren met coaches van talentvolle jeugdathleten om te praten over andere mogelijkheden en ideeën om onze talenten extra ondersteuning te geven. En als er ideeën leven onder oud-atleten en overige atletiekvrienden, laat het ons dan weten. Wij blijven –in nauw overleg– zoeken naar nieuwe uitdagingen, want als je niet start, bereik je nooit de finish.

*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.**



# Global Sports Communication

- Expert management of world class athletes
- Advising and organizing athletics events
- Specialists in sports marketing and sponsoring



Global Sports  
Communication

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



---

## Onze jarige Vrienden

Om privacy redenen 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 2017

- |                                 |                                      |
|---------------------------------|--------------------------------------|
| 2 Johan Knaap (68)              | 18 Joop van den Brink (85)           |
| 2 Chris Buitelaar (73)          | 19 Hilda van Doorn (74)              |
| 3 Jack Evers (76)               | 20 Hugo Pont (58)                    |
| 4 Hilly de Lange-Gankema (71)   | 21 Cees Evers (81)                   |
| 8 Jan Snoeren (72)              | 21 Remco Tournier (53)               |
| 8 Teun Aret (87)                | 21 Hans Smeman (74)                  |
| 12 Aart Veldhoen (68)           | 24 Hans Keizer (77)                  |
| 12 Bert de Jager (68)           | 25 Aart van den Berge (82)           |
| 13 Frans Maas (53)              | 26 Frans van der Ham (63)            |
| 14 Fennie van Osch-Smeenge (67) | 28 Tineke van der Flier-Hidding (58) |
| 15 Wim Blom (72)                | 30 Esther Goedhart-Schot (76)        |
| 16 Cees Koch (81)               |                                      |
| 17 Herman Hofstee (54)          |                                      |

### Augustus 2017

- |                                 |                                       |
|---------------------------------|---------------------------------------|
| 2 Frank Jutte (70)              | 20 Menno Lievers (58)                 |
| 4 Thom van Rooijen (78)         | 21 Piet Deelstra (77)                 |
| 4 Toos van Eekelen-Aarts (81)   | 24 Ferry van der Zant (79)            |
| 6 Sjouke Tel (72)               | 24 Diny Steenhuis-Hulsker (94)        |
| 8 Joost Borm (61)               | 24 Ben Saris (69)                     |
| 11 Aad van Venrooij (77)        | 26 Christina Strippoli-Gerritsen (73) |
| 11 Wilma van Gool-v/d Berg (70) | 27 Anny Schmitz-Broekhoff (81)        |
| 12 Tjerk Vellinga (79)          | 28 Tineke Godschalk-Kluft (61)        |
| 13 Piet van der Kruk (76)       | 28 Cees Koppelaar (78)                |
| 14 Nick Mosselman (56)          | 28 Mathias Vilain (72)                |
| 18 Gerard Nijboer (62)          |                                       |



---

## Onze jarige donateurs/donatrices

(tussen haakjes de nieuwe leeftijd)

### Juli

31 Rob van Mechelen (64)

### Augustus

16 Lida Lensen-Schippers (73)

24 Annie Sluijter-Leeuwenburg (73)

---

## Bijzondere jarige

*(Tjerk Vellinga werd op Koningsdag geridderd en hoopt op 12 augustus 79 te worden. Reden genoeg om hem deze keer te bombarderen tot onze bijzondere jarige. Red)*

### Tjerk Vellinga, Phanos Amsterdam

Woensdag 26 april heeft Tjerk Vellinga tijdens de traditionele lintjesregen voor



Trots poseert Tjerk Vellinga met zijn pas verworven ridderorde. *(foto Bas Hoondert)*

Koningsdag een Koninklijke onderscheiding gekregen. In de Nieuwe Kerk ontving Tjerk van burgemeester Van der Laan de onderscheiding voor Ridder in de Orde van Oranje Nassau. Tjerk ontvangt deze onderscheiding voor zijn grote inzet voor de atletiekverenigingen Blauw Wit en Phanos en voor zijn inzet voor de atletieksport in brede zin.

Tjerk is al sinds de jaren '50 betrokken bij Blauw Wit en is in de jaren '80 voorzitter van Blauw Wit geweest. Ook is Tjerk jarenlang actief geweest als wedstrijdleider en wedstrijdorganisator van baanwedstrijden bij Phanos in het Olympisch Stadion. Onder andere vanaf 1999 bij de D-spelen en de NK atletiek. Bij de Marathon van Amsterdam is Tjerk vanaf 1975 ruim 40 jaar actief geweest in de organisatie. In stadsdeel Nieuw-West is Tjerk in 2006 één van de oprichters geweest van de sportadviesraad. Tjerk is nog steeds lid van de sportadviesraad en levert zo een bijdrage aan de ontwikkeling van sport in Nieuw-West.

*Bron: Atletiekunie*