
De Vriendenband

Inhoudsopgave

pagina

64e jaargang nummer 5, 2015

Van de voorzitter	1
Van het secretariaat	2
Advertentie EK 2016	3
In Memoriam Mieke Schenk	4
Erop en erover	5
Aanmelding reünie	6
Uitnodiging ALV/Reünie 2015 + Trainingsoffers	7
Jaarverslag 2014/2015	9
Advertentie Atletiek Week	13
Jaarekening 2014/2015 + Toelichting	14
Expositie en veiling	16
Voetlichtflits	17
Golfdag Vrienden + Advertentie YALP	18
WK atletiek 1983, een reisbeschrijving	20
Advertentie Global Sports Communication	23
Dafne's starttechniek	24
De verkeerde alpino	27
Nieuws van de Stichting Atletiekerfgoed	28
Advertentie Margriet Prins	29
Het sportieve theater 3	30
Voor het voetlicht: Elly van Beuzekom-Lute + Advertentie Praktijk Energiek	32
Fietsen in Drenthe	38
Juryperikelen	40
Polsstokhoogspringen (vrouwen) + Advertentie Make My Bizniz Communicatie	41
Vrienden Jeugdfonds op de voet gevolgd + Advertentie Herzog Sport	42
Onze jarigen	47
Bijzondere jarige	48

Kopij Vriendenband december 2015
Graag vóór 20 nov. 2015
aan de redactie:
Piet Wijker
De Uitkijklaan 12, 1974 XP IJmuiden
wijker55@zonnet.nl
tel.: (0255) 513 700 / (06) 202 19 316

Van de voorzitter

Beste Vrienden,

Vorig jaar begon ik dit voorwoord al enthousiast over de prachtige atletiekprestaties van ‘onze atleten’ tijdens het EK in Zürich en de doorbraak van Dafne Schippers naar de mondiale sprintelite. Maar bij het WK in Beijing hebben we allemaal kunnen zien waar Dafne toe in staat is met een zilveren en gouden medaille en prachtige tijden (met name op de 200 meter) tot gevolg. In de eerste plaats is dat natuurlijk een felicitatie waard voor Dafne en haar begeleidingsteam, maar ook voor de Atletiekunie is dit natuurlijk geweldig. Het zal ongetwijfeld een impuls geven aan het aantal jeugdige atleten dat atletiek wil gaan beoefenen en op het aantal toeschouwers dat naar atletiek komt kijken. Daar kan het organisatiecomité van het EK2016 zijn voordeel mee doen! Zonder andere atleten daar tekort mee te willen doen, wil ik hier toch ook de prestaties van Pieter Braun memoreren, die op de tienkamp Europees kampioen < 23 jaar is geworden en een maand later achtste op het WK! Als laatste wil ik hier de zeer geslaagde 40-ste editie van de ‘U-16 meeting Nederland/Westfalen’ (beter bekend als ‘C-interland’) memoreren. Het was lange tijd onzeker of deze editie nog wel georganiseerd zou gaan worden, maar toen dat besluit eenmaal was genomen, hebben de AU, AAC en het Jeugdfonds van de Vrienden (Ed Turk, Wim van der Krogt en Marjan Olyslager) er met zijn allen (organisatorisch) iets moois van gemaakt. De atleten waren weer enthousiast. We hopen natuurlijk dat het voor een of meerderen onder hen een stimulans is om uit te groeien tot het niveau van Dafne.

Het Jeugdfonds van de Vrienden wil ook graag in de toekomst blijven bijdragen aan de ontwikkeling van de (jeugd-)atletiek in Nederland. Financieel hebben we daar na de ALV van vorig jaar meer armslag voor gekregen (nogmaals dank voor het feit, dat u vorig jaar akkoord bent gegaan met een contributieverhoging en dank natuurlijk aan de SAF en de st. Impala voor hun giften), maar het voortbestaan van het Jeugdfonds blijft een punt van aandacht voor het bestuur.

De komende ALV / reünie zal dit jaar op zaterdag 31 oktober worden georganiseerd in Maarn. Het is de bedoeling een korte ALV te houden en daarna met elkaar te genieten van het leuke en gevarieerde middagprogramma. Hierbij wil ik u met name uitnodigen het optreden van Ivo de Wijs en Theo Danes bij te wonen! Zie voor het programma van deze ALV / reünie en de wijze van inschrijven verderop in deze Vriendenband.

Ik hoop u allen te zien bij de ALV en de reünie!

Zoals aangekondigd zal dat mijn laatste ALV als uw voorzitter zijn. Ik maak nu alvast van de gelegenheid gebruik om u te bedanken voor het in mij gestelde vertrouwen!

Els Stolk, voorzitter Vrienden van de Atletiek



Van het secretariaat

Adres secretariaat:

Kees de Kort, Lange Trekke 17, 5071 TR Udenhout

Tel.: 013 5112583 of 06 10150009

E-mail: secretaris@vriendenvandeknau.nl



Nieuwe leden/donateurs/begunstigers

- Als begunstiger heeft zich aangemeld: Frank Hoogers, Berkenstraat 18, 5753 GK Deurne, telefoon 0493-311955 of 06-14061569, e-mailadres frank_hoogers16@hotmail.com, geboortedatum 14 augustus 1989;
- Hugo de Haan, Zuivelstraat 57, 1445 MK Purmerend, e-mail hugodehaan@hotmail.com, geboortedatum 6 november 1984. Hugo is in 2006 nationaal kampioen geworden op de 800 m indoor en hij heeft 9 nationale medailles behaald bij de senioren;
- Als donateur heeft zich aangemeld: Hoss Wilstra, Laan door de Veste 99, 5708 ZZ Helmond, telefoon 06-57599646, e-mail hosswilstra@gmail.com, geboortedatum 19 april 1966.

Opzegging lidmaatschap

- Rob Druppers.

Overlijden

- Mieke Schenk is op 1 september 2015 op 80-jarige leeftijd overleden. Zie ook het In Memoriam op blz. 4.

Wijzigingen

- Huug en Ciska Fischbuch hebben vanaf eind juli een nieuw adres binnen Rotterdam. Het is geworden: Varenhof 71, 3069 KG.
- Onze donatrice Mia van der Sluijs-Ubben woont sinds 30 oktober 2015 op het adres De Wieër 36, 6131 DA Sittard.

Ledeninformatie (blijde gebeurtenissen, ziekte e.d.)

- Bob Boverman heeft een knieoperatie achter de rug.

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.

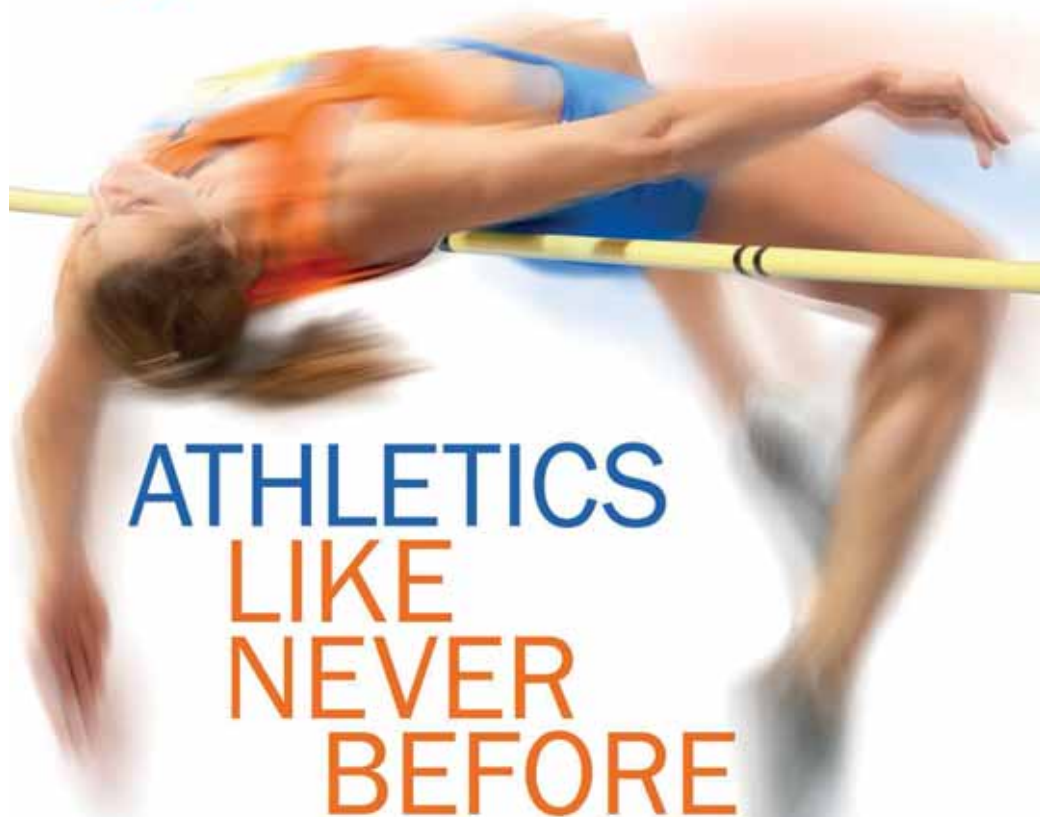
AMSTERDAM
2016

6-10 JULI 2016

OLYMPISCH STADION AMSTERDAM

WWW.AMSTERDAM2016.ORG

EUROPEAN ATHLETICS
CHAMPIONSHIPS

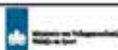


ATHLETICS
LIKE
NEVER
BEFORE

INTERNATIONAL PARTNERS



HOST INSTITUTIONS



EUROPEAN
ATHLETICS
Your Sport for Life

In Memoriam Mieke Schenk

“En nu staat je sporthart stil”

Deze zin stond bovenaan de rouwkaart die ons werd toegestuurd. Onze Mieke Schenk overleed op 1 september 2015, ze werd 80 jaar. Veel vrienden hebben bijzonder fijne herinneringen aan Mieke, ‘de oudere zus van Ard’, en aan haar echtgenoot Henk de Graaf. Het was altijd lachen met dat stel sportvrienden.



Mieke had kanker, maar dat wilde ze niet weten en buitenstaanders hoefden dat ook niet, zei Mieke in kleine kring. Ze heeft het laatste jaar heel veel pijn gehad, maar liet er weinig van merken. “Ze was een harde”, aldus haar dochter. Ard haalde in zijn toespraak nog eens aan hoe hard ze kon zijn in de sport. Met een groep mannen de Noord-Hollandse ijstochten schaatsen. Telkens als er een paar uit de groep wilden stoppen, begon Mieke te roepen dat ze voor donker thuis wilde zijn. Ze reed ze er allemaal af. Dat kwam door haar goede techniek en volgens Ard: “Er stond een kop op die vrouw, niet te geloven!”

Ze begon in 1947 met atletiek bij de club van vader Klaas Schenk, de A.V. Olympia in Wieringerwaard.

In de jaren die volgden werd Mieke eenmaal Nederlands kampioen. In 1954 bij het verspringen en in 1960 bijna ook nog op de vijfkamp; het scheelde maar één punt met winnares Toos Mutter. Ze nam deel aan het EK in Bern in 1954. Juist als meerkampster was ze bekend, maar haar pr's op de individuele onderdelen mochten er ook zijn: 200 m 25,9 - verspringen 5,82 m - 100 m 12,4 sec. - kogelstoten 12,16 m en op de vijfkamp behaalde ze 4225 punten. In 1962 zette ze een punt achter haar actieve loopbaan. Ze bleef wel verbonden als trainster van de club. Toen de oude Klaas Schenk de club als atletiekvereniging zag wegwijnen, heeft Rinus van Domselaar het voorzitterschap overgenomen. Hij vertelde mooie verhalen over Olympia. Het werd een voetbalvereniging met al 37 jaar Van Domselaar als voorzitter. In Schagerbrug werd Mieke lid van de handbalclub HVS. 50 jaar is ze betrokken geweest bij het wel en wee van deze vereniging. Lang als speelster, later als trainster en niet te beroerd om hand- en spandiensten te verrichten als dat gevraagd werd. Ze was ook heel erg betrokken bij het installatiebedrijf van Henk de Graaf. Ze deed de boekhouding, hielp in de winkel en tikte de offertes. Er werd een foto getoond, waarop te zien is dat Mieke in een straat aan het kabeltrekken is met een hydraulische lier. Ard zei het al: er stond een kop op, hoor.

Aan het eind van de bijzonder druk bezochte bijeenkomst zei de familie nog eens, dat Mieke echt niet meer kon. Ze wilde ook niet meer. Wij gaan je ontzettend missen, werd er gezegd. Dat geldt ook voor de Vrienden.

Chris Konings

Erop en erover

Toen ik in de vorige Vriendenband mijn verhaal plaatste over de historie van de 100 m sprint bij de vrouwen in ons land, kon ik nauwelijks vermoeden welk een geweldige sprong voorwaarts Dafne Schippers op het WK in Beijing in petto had. Sterker nog, had ik me aan een voorspelling in die trant gewaagd, dan zouden waarschijnlijk velen van u hebben gedacht dat het nu zo langzamerhand toch wel de hoogste tijd was geworden om op zoek te gaan naar een andere redacteur.

Soms gebeuren er echter van die dingen in het leven, waarvan je onmiddellijk kunt aanvoelen dat ze van historische betekenis zijn. Je zou kunnen zeggen dat in die gevallen actualiteit en historie elkaar overlappen, als het ware synoniem zijn aan elkaar. De prestaties van Dafne Schippers in Beijing zijn daarvan een voorbeeld. Haar 100



Dafne Schippers presenteerde zich in Beijing als nieuwe wereldster. (foto Erik van Leeuwen)

te stappen van onze gewoonte om op de cover steeds een foto te plaatsen van een van onze eigen leden, dan wel van een jeugdige atleet die door ons Jeugdfonds wordt ondersteund. We geven ditmaal voorrang aan een atlete die in rap tempo is uitgegroeid tot trots van onze natie en die zich in Beijing heeft gepresenteerd als nieuwe wereldster.

Dafne heeft zelf geen deel uitgemaakt van ons Jeugdfondsprogramma. Ze stond weliswaar ooit op de lijst om te worden ondersteund, maar AA-Drink was ons voor en lijfde haar in voor het AA-talententeam. Wim van der Krogt: “Voor Dafne was het – wat het Jeugdfonds betreft – erop en erover.”

En dat is geheel in stijl met de prestaties die zij sindsdien heeft geleverd.

Piet Wijker

Aanmelding reünie

Zaterdag 31 oktober 2015 in

Brasserie Laag Kanje

Laan van Laag Kanje 3

3951 KD Maarn.



Ontvangst tussen 10-11 uur met koffie/thee en iets lekkers.

De algemene Ledenvergadering begint om 11.00 uur

- **Kosten reünie en lunch** € 25 p.p.
- **Kosten diner (aanvang om 17.30 uur)** € 30,- p.p.

Je kan je **tot uiterlijk 23 oktober 2015** opgeven voor de reünie – lunch en/of het diner door middel van betaling op rekeningnummer:

NL89 RABO 0357 8739 39

t.n.v.: Vrienden van de K.N.A.U. (onder vermelding van 'reünie 2015')

Bij Wim van der Krogt kun je terecht voor nadere informatie:

- Mailadres: wimvanderkrogt@xs4all.nl
- Telefoonnummer: 071-5891685 / 06-53561350

Geef het ook aan Wim van der Krogt door als je:

- opgehaald wilt worden van het station Maarn onder vermelding van het tijdstip waarop je trein in Maarn aankomt;
- speciale dieetwensen hebt (vegetarisch??);
- mee wilt doen aan de expositie;
- (kunst)objecten hebt die je eventueel wilt laten veilen.

Diversen:

Voor gegevens over het aan- en afreizen, eventuele overnachtingen en over parkeermogelijkheden zie de vorige Vriendenband, nr. 4, blz. 4 (ook te vinden op onze website <http://www.vriendenvandeknau.nl/> onder "De Vriendenband").

Uitnodiging

voor de Jaarlijkse Algemene Vergadering van de vereniging "Vrienden van de Atletiek" op zaterdag 31 oktober 2015

Aanvang van de vergadering: 11.00 uur (ontvangst vanaf 10.00 uur)

Locatie: Brasserie Laag Kanje; Laan van Laag Kanje 3; 3951KD te Maarn

Agenda:

- 1) Opening om 11.00 uur
- 2) Ingekomen stukken en mededelingen
- 3) Verslag van de ALV, gehouden op 1 november 2014 in hotel de Zalm te Gouda (opgenomen in De Vriendenband nr. 6 van 2014, blz. 7 t/m 13)
- 4) Jaarverslag van het bestuur (opgenomen in deze Vriendenband)
- 5) Jaarverslag van de penningmeester (opgenomen in deze Vriendenband)
- 6) Verslag van de kascommissie
- 7) Begroting verenigingsjaar 2015/2016 (zie financieel verslag in deze Vriendenband)
- 8) Verkiezing kascommissie
- 9) Stand van zaken Naams- en structuurwijziging van de vereniging
- 10) Bestuursverkiezing (zie toelichting hieronder)
- 11) Rondvraag
- 12) Sluiting van de vergadering

De bestuursvergadering wordt om 11.45 uur onderbroken voor toespraken van burgemeester Frits Naafs (Gemeente Utrechtse Heuvelrug), van Rien van Haperen (EK2016) en Theo Hoex (voorzitter AU).

Ad punt 10) bestuursverkiezing:

Volgens rooster zijn aftredend Els Stolk en Riet van der Enden. Beiden stellen zich niet herkiesbaar. Het bestuur is nog op zoek naar een kandidaat voor het voorzitterschap. Het bestuur stelt voor de bestuursfunctie die Riet van der Enden bekleedde als zodanig te laten vervallen. Zie verder hieronder.

Het penningmeesterschap is in de tussentijd overgedragen aan Harry Peters, terwijl Ed Turk is aangebleven als commissaris (met in zijn portefeuille algemeen beleid en ondersteuning Jeugdfonds).

Het bestuur kiest er dus voor om verder te (willen) gaan met zes bestuursleden, maar doet bij deze een beroep op de leden om zich aan te melden voor diverse 'hand-en-span-diensten' die nodig zijn voor een goed 'reilen en zeilen' van de vereniging zoals:

- Het voeren van de ledenadministratie en contributie-inning.
- Hulp bij de organisatie van de reünie en de jaarlijkse fietsdag.
- Het vullen van de website en het vullen van het facebook-account.
- Het 'bemannen' van de party-tent van de Vrienden / flyeren.

U wordt verzocht zich hiervoor aan te melden bij onze secretaris Kees de Kort (tel. 013-5112583 of secretaris@vriendenvandeknau.nl).

Z.O.Z.

In het gevarieerde **middagprogramma** is er vanaf 14.00 uur ruimte voor de voordracht van het Vrienden-Jeugdfonds, worden de onderscheidingen uitgereikt, worden de 75-jarigen geëerd en zal Wim van der Krogt het startsein geven voor een (kunst-)veiling (zie verderop in deze Vriendenband).

Vanaf 15.30 uur staat er een pauze ingepland, waarna de aanwezigen ervoor kunnen kiezen om:

- Te genieten van een voorstelling van de beroemde cabaretier Ivo de Wijs en zijn neef Theo Danes (voormalig tienkamper).
Ivo de Wijs vormde met anderen tussen 1971 en 1980 de cabaretgroep Kabaret Ivo de Wijs. Met Don Ouishocking vormde zijn groep de top van het Nederlandse cabaret, tussen Lurelei en Neerlands Hoop. Later schreef hij vooral teksten voor anderen en werd hij bekend van zijn medewerking aan vele radio- en televisieprogramma's, waarvan Vroege Vogels op zondagmorgen het langst gelopen heeft (1985-2005). Hij is een oom van de tienkamper en dichter Theo Danes, met wie hij twee bundels publiceerde met de naam “Olympische verzen’ en “Atletische Verzen’ (voor € 9.99 per stuk te bestellen bij / via Bol.com).
- Een wandeling te maken rond het naastgelegen Henschotermeer of in de Kaapse bossen.
- Gezellig met elkaar bij te praten onder het genot van een drankje.

Vanaf 14.00 uur is een aantal medewerkers van de AU waar wij intensief mee samenwerken, uitgenodigd om het middagprogramma bij te wonen en dan met name de voorstelling van Ivo de Wijs en Theo Danes.

Om 17.30 uur gaan we aan tafel voor het buffet-diner. We hebben gekozen voor de buffetvorm, zodat iedereen op tijd naar huis kan gaan.

TRAININGSOFFERS

Met mijn disci en mijn kogels
Raak ik dikwijls vroege vogels
En ik heb al acht of negen
Reigers aan mijn speer geregen

- U begrijpt: van dit geweld
Heb ik oom nog niks verteld

(ThD)

(bron: *Atletische verzen*, door Ivo de Wijs & Theo Danes)

Jaarverslag van het bestuur over het verenigingsjaar 2014/2015

NAAMSWIJZIGING

Vanaf de ALV van 1 november 2014 noemt de vereniging zich Vrienden van de Atletiek.

BESTUUR

In het 64^{ste} verenigingsjaar, dat liep van 1 oktober 2014 t/m 30 september 2015, heeft het bestuur 6 keer vergaderd. Dit seizoen waren er geen vergaderingen bij een van de bestuursleden aan huis. De vergaderingen werden gecombineerd met bezoek aan grote atletiekwedstrijden en een keer op Papendal, respectievelijk de locatie waar de ALV/reünie zal worden gehouden.

Naast de normale algemene verenigingszaken houdt het bestuur zich o.a. bezig met reünies/trefpunten, fietsweekend, ons verenigingsblad De Vriendenband, het Vrienden Jeugdfonds, onze website www.vriendenvandeknau.nl en ledenwerving.

Tijdens de ALV in De Zalm in Gouda is Ellen van de Bunt afgetreden. Kees de Kort is herkozen als secretaris. Harry Peters is benoemd tot tweede penningmeester, nadat Ed Turk had aangegeven in de loop van het seizoen zijn functie als penningmeester neer te willen leggen. Ed blijft wel aan als bestuurslid.

LEDEN

Op 21 september 2015 was het ledenaantal 270. Dit betekent een afname van 15 leden t.o.v. een jaar geleden. Daarnaast ondersteunen 49 donateurs onze vereniging, een toename van zes. Naar keuze ontvangen zij ook ons verenigingsblad "De Vriendenband". Ook onze donateurs ontvangen een verjaardagskaart, de algemene e-mails en worden uitgenodigd bij bijeenkomsten van de Vrienden zoals reünies, het fietsweekend en trefpunten.

Gedurende het afgelopen verenigingsjaar moesten we wegens overlijden helaas afscheid nemen van de volgende Vrienden en donateurs: Jan Rem (op 2 oktober), Hilde Zwaan-Bergshoeff (22 oktober), Hans Westerkamp (12 mei), Theo Saat (2 juni), Engel Gaarthuis (2 juli) en Mieke Schenk (1 september).

Vanaf 1 oktober 2014 werden als nieuw lid of als nieuwe donateur welkom geheten: Gerfred Greveling (donateur), Yvonne van Dorp (lid), Hugo de Haan (lid), Epie Schippers-Blaauw (donateur), Jolanda Veludo-Fischbuch (donateur), Remco Fischbuch (donateur), Ben Hilgers (donateur), Frans Dames (donateur), Frans Hoogers (donateur) en Hoss Wilstra (donateur).

Er waren de volgende opzeggingen: Ria Stalman (lid), Bé en Elly Holst (lid; Bé werd echter donateur), Gré Wortman-Soesbeek (lid), Paul van Gool (donateur), Coen Jansen (lid), Joep Delnoye (lid), Vriezo Wagena (lid), Geesje Jorna-van der Land (lid), Iris Waanders (lid), Joke van Oostrum (lid), Willy Hulshof-van Montfoort (lid), Chris Hulshof (donateur), Rein Knol (lid) en Rob Druppers (lid).

SECRETARIAAT

Buiten de mededelingen in De Vriendenband stuurt de secretaris enige keren per jaar bij actueel nieuws een mededeling per e-mail naar de leden. Van 88% (vorig jaar 86%) van de leden is bij het secretariaat het e-mailadres bekend.

De secretaris houdt zich aanbevolen om op de hoogte gesteld te worden van nieuwe of gewijzigde e-mailadressen. Tussen de bestuursleden is er onderling veel e-mailverkeer. Het gaat snel en iedereen is tegelijkertijd van de feiten op de hoogte.

VRIENDENBAND

Piet Wijker vervulde dit jaar wederom de functie van hoofdredacteur. Bovendien levert Piet zelf zeer veel van de kopij. Hugo Tijsmans, Chris Konings, Wim van der Krogt, Marius Bos en Henk Snepvangers zijn ook trouwe leveranciers van kopij.

De meeste vaste rubrieken bleven gehandhaafd, zoals “Van de voorzitter”, “Van het secretariaat”, de verslagen vanuit het Vrienden Jeugdfonds, “Voor het voetlicht”, “Nieuws van de Stichting Atletiekerfgoed” en de lijst van jarigen. Hartelijk dank aan alle medewerkers voor hun bijdragen!

Vooraf door toedoen van Piet Wijker zijn we in staat om inkomsten te genereren via adverteerders in de Vriendenband. Voor 2015 werden als nieuwe adverteerders aangetrokken: Natuurgeneeskundigpraktijk Energiek (Marja Bak), Make My Bizniz Communicatie (Mieke de Jong), Herzog Medical, Atletiek Week, Flame Games Amsterdam en Gouden Spike (Norbert Groenewegen), de laatste twee eenmalig. Daarnaast zetten EK Atletiek Amsterdam 2016 (Rien van Haperen), Margriet Prins Grafische Vormgeving, Global Sports Communications (Jos Hermens) en Yalp/PROMotions (Olga Commandeur) hun in eerdere jaren gestarte advertentieactiviteiten voort. Dank aan alle adverteerders. Helaas stopten: Rental Holidays (Elly van Hulst), Tamminga Sports (Christian Tamminga) en SportInspiration o.a. Flame Games (Enno Tjepkema).

Graag roepen wij de leden op om uit te kijken naar nieuwe adverteerders.

Ook dank aan Lydia Pietersen-Timmer voor haar lay-out werkzaamheden, haar contact met de drukker, haar contact met de Atletiekunie en het verzorgen van de verzending van De Vriendenband.

VERJAARDAGS- EN BETERSCHAPKAARTEN

Riet van der Enden zorgde er ook dit jaar weer voor dat Vrienden en donateurs hun verjaardagskaart of beterschapskaart, naar het ontwerp van onze adverteerder Margriet Prins, op tijd in de bus kregen.

STICHTING ATLETIEKERFGOED

De oprichting van deze stichting is een gezamenlijk initiatief geweest van de Vrienden en de Atletiekunie. De stichting beoogt vooral het verzamelen, behouden en openbaar maken

van kennis over de geschiedenis van de Nederlandse, en sinds kort Nederlands-Indische, atletiek.

Een omvangrijk werk van de stichting is het digitaliseren van atletiekfilms, die ook op DVD worden gezet en te koop worden aangeboden.

Bij de stichting komen regelmatig, vanuit diverse kanten, verzoekjes binnen om foto's of prestaties van atleten uit het verleden na te zoeken. Regelmatig leest u hierover in De Vriendenband.

Op het bondsbureau heeft Erfgoed een "pronkkamer". Hier zijn ondergebracht: een boekencollectie, schalen, wisselbepers en o.a. polsstokken en speren.

Atletiekerfgoed onderhoudt een eigen website, o.a. te bereiken via de website van de Vrienden van de Atletiek.

Het bestuur en werkwijze van Atletiekerfgoed hebben intussen wijzigingen ondergaan. Het bestuur bestaat nu uit: Roelof Veld (voorzitter, tevens lid van de Vrienden), Frank Koomen (secretaris/penningmeester, tevens medewerker bondsbureau) en Melchert Kok (lid, tevens vicevoorzitter van de Vrienden). Verder zijn er werkgroepen, waar ook diverse leden van onze vereniging deel van uit maken. Kortom onze leden doen hier veel goed werk voor Erfgoed.

BIJEENKOMSTEN

- De algemene ledenvergadering, gecombineerd met een reünie, vond plaats op zaterdag 1 november 2014 in De Zalm in Gouda. De bijeenkomst werd bezocht door ruim 100 Vrienden, donateurs, partners en genodigden.
- Tijdens de NK indoor was er veel onvrede door het ontbreken van een apart voor de Vrienden gereserveerd tribunedeel. Hierdoor konden de Vrienden elkaar niet vinden.
- Diverse Vrienden hebben gebruik gemaakt van de, op initiatief van de Atletiekunie, georganiseerde reis naar de NK indoor in Praag.
- Het trefpunt met de uitverkoren atleten van het Vrienden Jeugdfonds was tijdens de Ter Specke Bokaal in Lisse. Dit was een succes.
- Het trefpunt van de Atletiekunie en de Vrienden in het Olympisch stadion tijdens de NK baan in juli werd minder goed bezocht dan andere jaren. Dit komt waarschijnlijk, omdat dit jaar de NK over vier dagen was verdeeld. De vrije toegangskaarten golden alleen voor de zaterdag met niet veel finales op het programma.
- Ook bezochten bestuursleden belangrijke wedstrijden waarvoor uitnodigingen werden ontvangen.



Olga commandeur met de door haar veroverde golftrofee. (foto Lilian van der Kooij)

- De 17^e Vrienden-golfdag was dit jaar op donderdag 6 augustus 2015 op golfbaan Burggolf Haverleij bij 's-Hertogenbosch. De organisatie was in handen van Aart en Yvonne Veldhoen. Er deden 30 spelers aan mee. Winnaar werd Olga Commandeur, zodat in 2016 Olga de golfdag 'moet' organiseren.
- Dit jaar vond de jaarlijkse fietsdag in Drenthe plaats. Waarschijnlijk door het heen en weer schuiven van de datum waren er minder deelnemers dan andere jaren. Een negental Vrienden maakte de mooie fietstocht door de Drentse bossen en langs de hunebedden. De organisatie was in handen van Kris Vasse en echtgenote. Door omstandigheden konden zij niet meefietsen, waardoor op de dag zelf Ellen van de Bunt en Riet van der Enden de leiding hadden. Het werd een gezellige dag, ondanks het minder mooie weer. Kris, hartelijk dank voor de goede voorbereiding.

VRIENDEN-WEBSITE

De Vrienden-website was aan vernieuwing toe en is inmiddels in de lucht. Onze adverteerder Margriet Prins heeft in 2013 een nieuw ontwerp gemaakt.

Omdat nog niemand heeft gereageerd op de oproep om zich te melden als websitebeheerder, heeft Kees de Kort tijdelijk het beheer op zich genomen. Hij werkt hierbij samen met een beroepswebmaster die dicht bij Kees in de buurt woont, wel zo handig. We zoeken nog steeds een vrijwilliger die het vullen en wijzigen van de website over wil nemen van Kees.

ONDERSCHIEDINGEN

Tijdens de ALV/reünie van 1 november 2014 mocht, de door het Vrienden Jeugdfonds gesponsorde, Denzel Comenentia de Gouden Pluim in ontvangst nemen voor zijn voortreffelijke atletiekprestaties.

Elly de Regt-Henzen kreeg op dezelfde bijeenkomst de Vrienden-trofee voor haar werk voor het Vrienden Jeugdfonds.



Ed Turk hield op de ALV een gloedvol betoog t.b.v. de instandhouding van het Jeugdfonds. (foto Trudy Turk)

VRIENDEN JEUGDFONDS

Het Jeugdfonds leek, door gebrek aan middelen, te moeten stoppen.

Na vele gesprekken kon echter een voorstel worden uitgewerkt en gepresenteerd waarin het haalbaar is gebleken om met het Jeugdfonds door te gaan. Zo werden er onder meer door de Stichting Tollien Schuurman en de Stichting Atletiek Fondsen (SAF) aanzienlijke bedragen gedoneerd; daarnaast stemden de leden in met een contributieverhoging van € 20. Dit alles laat onverlet dat de Vrienden blijven doorzoeken naar andere en structurele inkomstenbronnen.

In 2015 zijn acht jonge atleten door het Jeugdfonds financieel gesteund.

De begeleidingscommissie van het Vrienden Jeugdfonds bestaat vanaf eind 2014 uit Willem van der Krogt en Marjan Olyslager. Willem houdt zich bezig met scouting, zakelijke contacten en zorgt voor de financiële afwikkeling met de uitverkorenen. Marjan houdt zich bezig met scouting en (mede)-beoordeelt de aanvragen voor ondersteuning. Daarnaast zorgt Ed Turk voor organisatorische en financiële ondersteuning.

CONTACTEN MET DE ATLETIEKUNIE

In juli 2015 vond het jaarlijkse gesprek plaats tussen de Atletiekunie en de Vrienden van de Atletiek. Voorzitter Theo Hoex en directeur Jan Willem Landré waren er bij namens de Atletiekunie. De vereniging Vrienden van de Atletiek werd vertegenwoordigd door Els Stolk en Harry Peters. Wat ter tafel kwam was o.a. evaluatie van de samenwerking, EK 2016, organisatie trefpunten, atletiekpublicaties en necrologieën, het Vrienden Jeugdfonds, financiële bijdragen en atletiekerfgoed/archiefzaken. Het overleg vond plaats in een goede sfeer.

TOT SLOT

Wij willen door diverse contacten zoals brieven, kaarten of een attentie, aandacht blijven schenken aan bijzondere gebeurtenissen bij onze leden. Heeft u zelf nog voorstellen voor Vrienden-activiteiten, neem dan contact op met een van de bestuursleden.

Wij wensen alle leden, donateurs / donatrices een gezond en gezellig verenigingsjaar 2015/2016 toe.

Namens het bestuur, Kees de Kort, secretaris.

22 september 2015.

Atletiek Week

- Iedere dag al het atletieknieuws op www.atletiekweek.nl
- Verslaggeving van vele wedstrijden in binnen- en buitenland

Jaarrekening 2014/2015

Staat van Baten Lasten, Balans en Begroting

	<u>Realisatie</u> <u>2014/2015</u>	<u>Begroting</u> <u>2014/2015</u>	<u>Realisatie</u> <u>2013/2014</u>	<u>Begroting</u> <u>2015/2016</u>
BATEN				
Contributies en bijdragen	14.545	15.000	9.459	15.000
Advertenties VB	1.320	1.650	1.750	1.500
Bijdrage KNAU	1.000	1.000	1.000	1.000
Reunie bijdragen	3.055	4.000	3.985	3.000
Financiële baten	0	0	0	0
	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
Totaal baten	<u>19.920</u>	<u>21.650</u>	<u>16.194</u>	<u>20.500</u>
LASTEN				
Reunie	3.225	5.000	4.534	3.500
Vriendenband	7.289	8.000	7.354	8.000
Bestuurskosten	1.542	1.000	768	1.500
Representatie/felicitaties	1.266	1.000	634	1.250
Promotie / ledenwerving	857	1.000		500
Algemene kosten	401	650	517	500
Bijdragen aan activiteiten	5.000	5.000	816	5.250
	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
Totaal lasten	<u>19.580</u>	<u>21.650</u>	<u>14.623</u>	<u>20.500</u>
	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
Batig saldo	<u>340</u>	<u>0</u>	<u>1.571</u>	<u>0</u>
BALANS				
	<u>31-08-2015</u>		<u>31-08-2014</u>	
Activa				
Vorderingen	1.975		1.165	
Depot TGP	34		34	
Rabobank	32.561		18.341	
Kas	172		502	
	<hr/>		<hr/>	
	<u>34.742</u>		<u>20.043</u>	
Passiva				
Vermogen begin jr	10.072		10.072	
bij: batig saldo	340		>>> 1.571 naar Jeugdfonds	
	<hr/>		<hr/>	
Vermogen eind jr	10.412		10.072	
Jeugdfonds	17.183		5.058	
Reorganisatievoorziening	1.698		2.000	
Overlopende passiva	3.449		2.913	
	<hr/>		<hr/>	
	<u>32.742</u>		<u>20.043</u>	

Toelichting op de Staat van Baten en Lasten en de Balans

De Staat van Baten en Lasten over het afgelopen boekjaar laat een batig saldo zien van € 340.
De verschillen met de begroting zijn vrijwel geheel toe te schrijven aan de lagere opkomst bij de reünie, waardoor zowel de opbrengsten als de kosten lager uitvielen.

De overige posten weken nauwelijks af van de begroting.

De vermogenspositie van de vereniging met een eigen vermogen van ca. € 10.000 wordt ruim voldoende geacht om de continuïteit te garanderen.

Het Jeugdfonds heeft een nieuwe impuls gehad.

Het verloop van dit fonds in het afgelopen jaar laat zich als volgt weergeven:

Openingsaldo		5.058
Ontvangsten:		
Ontvangen van de Stg Atleten Fonds (SAF)	15.000	
Ontvangen van de Stichting Impala	1.500	
Bijdrage De Zalm (reünie 2014)	400	
Reguliere bijdrage uit contributie leden en begunstigers	5.000	
Extra bijdragen van leden ten behoeve van het Jeugdfonds	475	
	<hr/>	
	22.375	
Uitgaven:		
Ondersteuning atleten	8.250	
Bijdrage aan organisatie jubileum C-Interland	2.000	
	<hr/>	
	10.250	
Mutatie saldo		12.125
Eindsaldo		<hr/>
		17.183

Ten laste van de reorganisatievoorziening zijn de kosten van het aanpassen van het logo gekomen.

Toelichting op de Begroting 2015/2016

In de begroting is er rekening mee gehouden dat de activiteiten, zoals de Reünie, de uitgave van De Vriendenband, de ondersteuning van jeugdige talenten en andere activiteiten, zoals de fietstocht, zullen worden voortgezet.

Binnen de huidige opzet van de vereniging blijkt de bredere aanpak, zoals die ook door onze Duitse Vrienden wordt gevolgd, vooralsnog goed te passen.

De aanschaf van beachvlaggen en een banner heeft al extra publiciteit opgeleverd, evenals de flyers, met als gevolg, dat zich al een aantal begunstigers heeft aangemeld.

Het komend jaar zal bekeken worden of de beoogde partytent zal worden aangeschaft.

Gezocht wordt nog naar enige leden die bereid zouden zijn om deze partytent tijdens grote wedstrijden te bemannen en daar flyers uit te delen.

Expositie en veiling

Tijdens de Algemene Ledenvergadering / reünie op 31 oktober in Maarn is er weer gelegenheid tot het exposeren van kunstwerken, die vervaardigd zijn door onze leden of anderen die de atletiek een warm hart toedragen. Er is ruimte in Brasserie Laag Kanje om dit ten toon te stellen. Opnieuw een hele mooie manier om onze sportieve leden van een andere kant te leren kennen en anderen op de hoogte te brengen van de enorme talenten – buiten die op atletiekgebied – die binnen de Vrienden voor velen nog verborgen waren.

Wat heel erg leuk is, is dat wij een aantal kunstwerken ter beschikking hebben gekregen om te veilen en de opbrengst daarvan ter beschikking te stellen aan het Jeugdfonds. Een hele mooie geste en een zeer goede besteding van de opbrengsten, want het Jeugdfonds leeft volop en iets dat volop leeft zit vol met plannen.

Als iemand zijn artistieke talenten wil tonen, neem dan even contact op met mij via de mail wimvanderkrogt@xs4all.nl, of de telefoon 06-53561350. En nog mooier is natuurlijk als mensen iets ter beschikking willen stellen voor het Jeugdfonds. De eerste kavels zijn:



Beeld



Schilderij en vaas



U kunt het Jeugdfonds ook gewoon financieel ondersteunen

Stort dan uw bijdrage op het rekeningnummer van het Jeugdfonds:

NL69 RABO 0181 2773 60 onder vermelding: Storting Jeugdfonds.

Wim van der Krogt

Voetlichtflits

Door zowel zijn eerste ervaringen als beginnend atleet en zijn latere als Sporttechnisch Kaderfunctionaris bij Unitas en bij de K.N.A.U. (zie de vorige Vriendenband) maakte Niek de Groot alle stadia van overgangen mee van de ene trainingsondergrond naar de andere. Van gras naar sintels, van sintels naar kunststof en van de baan naar de weg. En bij elke overgang kreeg iedereen last van zijn scheenbenen, de zogeheten “shinsplints”.



Niek de Groot (foto Ivon de Groot)

hij daar stelselmatig tegenaan. “Als een mens bijvoorbeeld een 400 meter heeft gelopen, weten we heel weinig over welke vitamines hij tekort is gekomen, of wat het gekost heeft, hoeveel glucose hij verbrand heeft, of hoeveel eiwitten er uit de spieren weg zijn. Als we dat zouden weten, dan was het heel eenvoudig om dat in een flesje te doen en het de atleten te laten opdrinken. Dat is geen doping, dat is gewoon puur het aanvullen van de ontstane tekorten. Maar probeer dat maar eens te onderzoeken. Dat is zó moeilijk! Dan zou je bloedwaardes moeten meten voor en na de start, je zou het hele lichaam moeten onderzoeken, misschien ook wel tijdens. Wat nu gebeurt met hartslagmeters die ze om hebben, zou je ook kunnen doen met bloedmeters en bloeddrukmeters. En direct daarna zou je een spierbiopt kunnen doen, maar dan krijg je een spierbeschadiging. Daar zitten niet veel mensen op te wachten. Er zijn wel artsen bezig om te kijken wat je zou moeten pakken om zo snel mogelijk te herstellen en er zijn ook wel heel gunstige resultaten mee bereikt, maar exact weten doen we het dus niet.”

Piet Wijker

Golfdag Vrienden - 6 augustus 2015

Wat is dat toch een leuk spelletje, golfen!

Alhoewel.... Spelletje...?

“Onze strijd nadert.... “ zo start de mail van Aart en Yvonne Veldhoen (winnares vorig jaar), waarin de startlijst van deze jaarlijkse golfdag bekend wordt gemaakt.

Dertig deelnemers, oud-atleten met aanhang, druppelen na elkaar binnen.



We worden verwelkomd met een Bosche Bol, want dit jaar zijn we te gast op de prachtige, zonovergoten golfbaan Burggolf Haverleij in 's-Hertogenbosch. Geweldig om ook weer een paar “tijdgenoten” te ontmoeten, Edine van Heezik, Els Stolk, Jolanda Silver... . Natuurlijk zit ik weer te lang zitten kletsen, geen tijd meer voor de warming up.

Dan maar zo naar de uitdagende afslag op de eerste hole.

Geweldig om te zien hoe enthousiast en energiek al die krasse knarren de baan in gaan. Het competitiegevoel, elkaar uitdagen, zit er nog steeds in hoor.

Maar de gezelligheid en het genieten van de mooie baan, elkaars prachtige slagen en het meelevens met de missers maakt dit spelletje zo leuk.

Ik vind het de meest uitdagende, meest intrigerende, maar ook de meest frustrerende sport die er is.

In flights van drie lopen we 18 holes, ruim 4,5 uur, dus je moet ook nog een beetje conditie hebben.



Chris Buitelaar (links) en Jan Struijk (rechts) stuwden Olga Commandeur naar grote hoogten.

(foto Jolanda Silver)

Ik had het genoeg om met Chris Buitelaar en Jan Struijk te mogen lopen, super gezellig. Deze jongens hebben mij naar grote hoogte gebracht, want dat is de reden waarom ik dit stukje schrijf: Ik heb het op stableford punten (38) gewonnen! Mijn handicap weer verbeterd en daarna ook aangepast. Aart Veldhoen was tweede, met 36 punten. Zijn handicap is veel lager dan die van mij, dus heel knap om dan zo hoog te scoren.

Piet Waaning en ik hadden ook nog de longest. De neary was voor Nick Mosselman, de aanmoedigingsprijs

voor Lilian van der Kooij.

De wisseltrofee, doos met ballen van St. Andrews, en een prachtig bronzen beeldje van een golfer neem ik dit jaar mee naar Beverwijk.

Ook betekent het winnen hiervan, dat ik het volgend jaar moet organiseren. We zijn al in onderhandeling met een paar mooie banen hier in de omgeving. Dus dat gaat helemaal goed komen.

Hierbij nodig ik alvast iedereen weer uit om volgend jaar augustus, tussen de atletiek-hoogtepunten door, mee te komen doen met ons golftoernooi van de Vrienden.

Rest mij alleen nog Aart en Yvonne van harte te bedanken voor deze schitterende dag en de prima organisatie en de heerlijke barbecue na afloop!

Olga Commandeur



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.

YALP | Nieuwenkampen 12 | 7472 DE Goor | T. 0547 289 410 | F. 0547 289 411
info@yalp.nl | www.yalp.nl | Twitter: @YalpLetsPlay



WK atletiek 1983, een reisbeschrijving van Frans Jutte

In een uitgebreide reisbeschrijving van mijn vader las ik één en ander over de eerste Wereldkampioenschappen atletiek in 1983, welke in Helsinki werden gehouden. Frans Jutte was toen 73 jaar, nog altijd bestuurslid Vrouwenatletiek binnen de IAAF en voorzitter van West Athletics. In die functies was hij ook betrokken bij dit WK. Samen met mijn moeder reisde hij alles nog per auto. Zo ook deze keer via Duitsland, Denemarken (Kopenhagen), Zweden (Stockholm) naar Finland, Helsinki.



Frans Jutte in 1986. (foto beschikbaar gesteld door Frank Jutte)

De uitgebreide, gedetailleerde reisbeschrijving, een soort dagboek, die hij daarbij in zijn speciale handschrift vastlegde, zal ik u besparen. En mij alleen beperken tot de details die betrekking hadden op de atletiek.

Saillant detail wel: 1983: alles is met de VULpen geschreven, computers waren net in opkomst, smartphones waren er nog helemaal niet. Mijn vader gebruikte in die tijd voor zijn typemachine nog carbonpapier voor een doorslag.

Aanloop

Het echtpaar Jutte vertrok op 2 augustus 1983 en arriveerde in Helsinki op 5 augustus na een reis van 1700 km.

De volgende ochtend, op 6 augustus, had Frans Jutte een vergadering met de leden van het bestuur van West Athletics, een goede combinatie omdat deze leden op het WK ook aanwezig waren. Hij schrijft: een goede vergadering waarbij besloten wordt dat West Athletics wordt gecontinueerd, volgende vergadering in oktober in Madrid.

's-Middags had hij een 4 uur durende lange vergadering met de 'Women's Committee' van de IAAF. Na het avondeten was er een receptie van de National Broadcasting Company. Daarna had hij een vriendschappelijke borrel met o.a. Wim de Beer en Bart Kappenburg, atletiekvrienden en bestuursleden waar hij het goed mee kon vinden.

In mijn beleving was deze 6^e augustus 1983 een lange en zware dag (met 6 uur vergaderen).

Waar mijn moeder op zo'n hele dag dan mee bezig was, vermeldt het verslag niet.

Start WK

Dan beginnen zondag 7 augustus officieel de kampioenschappen. Eerst nog een lunch met het bestuur van de IAAF, daarna naar het stadion. Het was op die dag prachtig weer en Jutte was onder de indruk van het prachtige stadion.

Hij beschrijft dat die dag Carla Beurskens de marathon gaat lopen en Els Vader in actie komt op de 100 m. Met alle bestuursleden van de IAAF zit men in vak D, recht tegenover de finish, goede overzichtplaatsen, maar met de warme zon pal in het gezicht.

Els Vader komt goed door haar serie, maar wordt zoals verwacht uitgeschakeld in de halve finale. Grete Waitz loopt een fantastische marathon in ruim 2:28 u, een klasse apart. Carla wordt 17^e, maar kwam als 15^e het stadion binnen; jammer dat ze op het laatste nog ingehaald werd door 2 dames. Niettemin had ze haar ticket voor Los Angeles veilig gesteld. Carla was doodop en had veel last van brandende voeten. Frans Jutte sprak alle deelnemers naderhand nog persoonlijk. Interessant detail: dit was de eerste grote wereldmarathon voor dames met 62 (!) deelnemers, waarvan er 51 binnen kwamen.

De volgende dag was het wederom prachtig weer en mijn ouders genoten van mooie atletiek. Uitspringer deze dag was de winst op de 400 m dames met de Tsjechische loopster Jamila Kratochvilova, die naar ieders mening vol zat met mannelijke hormonen (mening uit die tijd). In het verslag wordt melding gemaakt van de goede zevenkamp die Tineke Hidding afwerkte. In de avond is er weer een ontvangst, nu in het stadhuis met de burgemeester van Helsinki.



Zilver

De volgende dag, wederom mooi weer, komt Rob Druppers in actie op de 800 m en behaalt de zilveren medaille in een nieuw Nederlands record van 1.44,2 sec.

Tineke Hidding eindigt als 8^e met

[Rob Druppers](#) (tweede van links) snelt naar het zilver in Helsinki. (foto Cor Eberhard, bron: AW)

ruim 6100 punten, ook een nieuw Nederlands record. Verder wordt die dag genoemd Ria Stalman, die zich als 10^e in de finale discus-

werpen plaatst. Het echtpaar Jutte heeft dan 's-avonds een vriendschappelijke borrel met het echtpaar Koomen, allen goede atletiekvrienden van elkaar.

Over woensdag 10 augustus beschrijft mijn vader een ontmoeting met het echtpaar Paulen (ex-voorzitter KNAU en IAAF) en een lunch met Adidas met de Finse Atletiekorganisatie. 's-Middags weer in het stadion. Deze dag was de 'dag van Carl Lewis' als kampioen op de 100 m in 9,95 sec en verspringen met 8,55 m. Ria Stalman wordt 7^e op het discuswerpen, wat toen best een leuk succes was. De volgende dag stond in het teken van ontmoetingen met de Nederlandse atletiekploeg en een rustdag welke werd benut met sight-seeing. Het weer sloeg die dag om.

Regen

Op vrijdag 12 augustus was het slecht weer met veel regen. Rob de Wit kwam in actie op de tienkamp (goede 110 m horden in nieuwe recordtijd van 13,26!). Het weer werd deze dag steeds slechter, de regen kwam met bakken uit de hemel en het polsstokhoogspringen moest worden afgebroken.

Zaterdag 13 augustus 1983. Na een nacht met zware regens knapt het weer op. Deze dag gesproken met Bram Wassenaar en Henk van der Worp (chef d'équipe): de ploeg wordt prima verzorgd en de sfeer is goed. Dan een gesprek met Wim van Hemert en Hans van Wissen over de nieuwe puntentelling.

Rob de Wit wordt 12^e op de 10-kamp; 's-avonds weer een ontvangst, nu van het organisatiecomité.

Zondag 14 augustus weer een mooie atletiekdag; Gerard Nijboer (29^{ste} in 2:17 u) en Rudi Verriet (kort achter hem) kwamen in actie op de marathon.

De slotceremonie was indrukwekkend met Finse meisjes in wapperende jurken in de Finse en Italiaanse kleuren (het WK 1987 vond in Italië plaats) en afscheid van ca. 2000 atleten, coaches en officials met een prachtig vuurwerk.

Geslaagd

Frans Jutte zag deze eerste WK als zeer geslaagd met een vlekkeloze organisatie, een zeer gedisciplineerde en uiterst correcte jury, met 55000 man sportief publiek in een vrijwel uitverkocht stadion. Hij vervolgt zijn gedetailleerde verslag met een aanvullende vakantie in Finland, Zweden en Denemarken.

Op zaterdag 20 augustus, dus 6 dagen na de slotceremonie in Helsinki, komt het echtpaar Jutte aan in Sittard, waar vervolgens de Europa Cup finale dames zal plaatsvinden. Ook diezelfde avond hebben ze nog een diner met alle bekende officials, zoals Wim de Beer, Nic Lemmens en Bart Kappenburg. De resultaten van de Nederlandse damesploeg vielen dit weekend tegen. Daar schreef hij ook niet meer over.

Op zondag 21 augustus 1983, na drie weken atletiek en vakantie, met de auto 4280 km. gereden en massa's mensen ontmoet, kwam het echtpaar Jutte, beiden 73 jaar, weer thuis in Den Haag.

Toen ik het gelezen had, dacht ik: pfoe....., ik weet niet of ik dat op die leeftijd nog allemaal zou opbrengen... Maar voor mijn vader was het zijn lust en zijn leven.



Nic Lemmens (links) en Bart Kappenburg.
(foto beschikbaar gesteld door Atletiekerfgoed)

Frank Jutte



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>

Dafne's starttechniek

Het is intussen een alom bekend feit: Dafne kon al verschrikkelijk hard lopen, maar als meerkampster had zij onvoldoende tijd beschikbaar (en was het ook niet lonend) om de starttechniek maximaal te trainen. Optimaal, dat was haalbaar. Genoeg voor de meerkamp, onvoldoende voor een wedstrijd met échte specialisten. Na de – verhoudingsgewijs abnormaal korte– specifieke voorbereiding op het WK te Beijing is dat gegeven aan onderhand éke Nederlander maximaal duidelijk geworden.

Nadat de euforie over haar meer dan fantastische prestaties ook bij mij een klein beetje weggeëbd was, dacht ik daar nog eens over na. M. i. volkomen terecht gingen stemmen op dat zelfs Dafne zo'n prestatieniveau maar zelden kan bereiken. Factoren als

- het maandenlang toegroeien naar de finales van de 100 en 200 m;
- de maximaal en inspirerende tegenstand van absolute toppers die bij nauwelijks welke andere wedstrijd-dan-ook zó ruimschoots aanwezig is;
- de status van het evenement: een Wereldkampioenschap;
- de fenomenaal hoge verwachtingen van geheel Nederland;

het zijn voorbeelden van factoren waar maar weinigen zó extreem goed mee om kunnen gaan als Dafne. 'Rise to the occasion', dat kan zij als geen ander. Het betekent ook dat 10,81 en 21,63 zelfs voor haar maar heel moeilijk te evenaren, laat staan te verbeteren prestaties zullen zijn.

Waar ik wel absoluut vertrouwen in heb, is, dat haar niveau welzeker zal stijgen. Hoe vaak maken/maakten atleten dat al niet mee: je hebt in een seizoen een fantastisch persoonlijk record gevestigd en het jaar daarop verwacht je 'dus' nog veel beter te worden.

Wat blijkt dan? Je verbetert je PR juist niet! Is dat een verloren seizoen? Dat is nog maar de vraag! Want een PR is de vlag in top aan de hoogste mast van jouw prestatieschip. Daar ben je –terecht!– heel trots op, want dat heb je gepresteerd. Maar het zegt maar gedeeltelijk iets over jouw niveau.

Want dat laatste bepaal je door bijvoorbeeld het gemiddelde uit te rekenen van jouw beste zes wedstrijden in een seizoen. Maar al te vaak blijkt dan, dat dit wel degelijk gegroeid is. Je hebt alleen die éne wedstrijd niet gehad waarin alles mee zat: jouw topvorm, voor jou de maximaal inspirerende tegenstand; het belang van het evenement; de weersomstandigheden; en zo kunnen we nog wel even doorgaan.

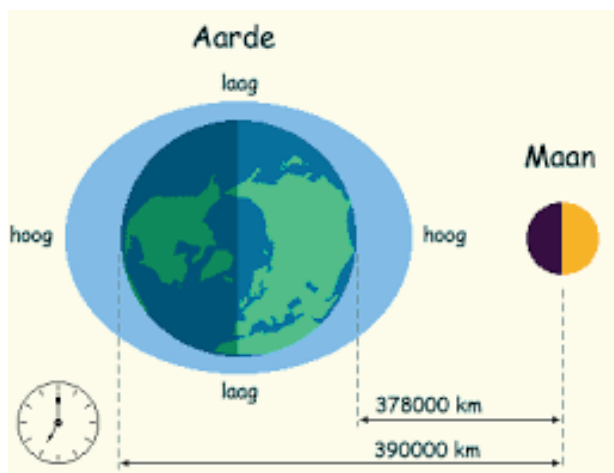
Dat het starten nu een fors aandachtspunt zal zijn, lijkt mij een logisch gegeven. Naast natuurlijk het onderhouden en verder volmaken van alle andere benodigde trainingsbouwstenen.

Nog een interessant gegeven trouwens: in de finale van de 200 m was Dafne's starttijd 0,149, van haar grootste concurrente, Elaine Thompson die zij pas in de allerlaatste meters voor de finishlijn achterhaalde: 0,195. Verschil: meer dan vier

honderdste. De eindtijd van beiden verschilde drie honderdste: 21,63 en 21,66! Had Thompson met een gelijke starttijd dus wél gewonnen? Nee, zo mag je niet rekenen! Want dan komt de invloed van mentaliteit, de vaste wil om te winnen meedoen! Dafne's reactietijden zijn geheel in lijn met die van haar concurrentes. (Bij de finale 100 m zelfs 0,129, de tweede beste prestatie!)
De acceleratie, van zo'n 3 tot 30 m, daar is nog een verschil te overbruggen.

Het nadenken over die fenomenaal mooie prestaties deed mij natuúrlijk al snel aan het werk van een bekend wetenschapper en filosoof denken: Einstein met zijn relativiteitstheorie. Die combinatie bleek wonderwel mogelijk te zijn! Zie maar: Eerst ontwikkelde Einstein de speciale relativiteitstheorie, waarin hij een compleet nieuwe invulling gaf aan de begrippen ruimte en tijd. Dat was inderdaad een grote vooruitgang ten opzichte van de bestaande natuurkundige wetten die Newton eerder zo fantastisch had beschreven. Toch was Einstein nog niet tevreden. Newton had namelijk ook nog aan een aspect aandacht geschonken waar Einstein niets mee had gedaan, namelijk gravitatie, zwaartekracht. En dat zinde hem niet. Daarom zocht hij verder en dat leidde uiteindelijk tot de algemene relativiteitstheorie waarin dat wel was meegenomen.

Zwaartekracht, uitgeoefend door de maan, zorgt voor getijden (eb en vloed).



Stel je nu eens voor dat op een mooie heldere avond de maan goed in beeld is. En dat plotseling een of ander reusachtig ruimtewezen in één klap die maan weg neemt. Op dat zelfde moment verdwijnt ook de zwaartekracht en zakt het water! Maar: gravitatie werkt DIRECT! Daar zit echt zelfs de meest minuscule fractie van een seconde niet tussen. Terwijl het licht (snelheid zo'n 300 000 km / sec) over die bijna 400 000 km die de maan van de aarde afstaat, daarvoor een kleine anderhalve seconde nodig heeft.

Wij zien de maan pas verdwijnen als het water al gezakt is!
Anders gezegd: wij zien het water te vroeg zakken!

Laten we dit nu eens vertalen naar het starten van Dafne. Als je naar de vinger van de starter kijkt, die om de haan van de revolver is gekromd, zie je die haan pas bewegen als Dafne al is vertrokken!

Toch bewijst het SIS (Start Informatie Systeem; tot en met dit jaar noemden we dat VSD = Valse Start Detectie) dat zij GEEN valse start heeft gemaakt! Daar is dus ook nog winst te behalen!



Tja, dat vind ik nou grappig om bewezen wetenschappelijke feiten zo te misbruiken.
Misbruiken want:

De snelheid van handelen van de starter en van Dafne is natuurlijk op geen enkele manier te vergelijken met die van het licht. En in het voorbeeld van de maan en het water speelt het geluid geen rol, terwijl Dafne dat geluidssignaal wel degelijk nodig heeft. En geluid is van het drietal gravitatie (direct) lichtsnelheid (299.792.458 m/sec) geluid (343 m/sec) met afstand de traagste!

Terug naar de werkelijkheid. En vol vertrouwen en verwachting uitzien naar juli 2016 Amsterdam, maar vooral augustus, Rio. Wat een luxe voor Dafne: een Europees Kampioenschap als mooie voorbereiding op de Olympische Spelen!

Hugo Tijsmans

De verkeerde alpino

Wanneer je je, zoals uw redacteur, bij tijd en wijle waagt aan het schrijven van een artikel over een stukje historie van onze vaderlandse atletieksport, ben je natuurlijk afhankelijk van de bronnen die je op dat gebied ter beschikking staan. Daar is op zich niets mis mee, maar je moet dan wel op die informatie kunnen dichtvaren. Er sluipen echter, hoe goed we het allemaal ook proberen te doen, zo af en toe onwillekeurig toch foutjes onze historische bouwwerken binnen die, als ze onopgemerkt blijven, jarenlang een verkeerd beeld kunnen geven van het verleden.

Iets dergelijks overkwam mij met het artikel over de historie van de 100 m bij de vrouwen in ons land. Ik plaatste daarbij onder meer een foto van de start van de 100 m bij de



Nogmaals de sprintsters op de 100 m van het NK in 1928, ditmaal in de juiste volgorde: vlnr. S. Detert (AV Twente), onbekend, onbekend, Rie Briejer (Brunhilde), Lies Aengenendt (Hygiea) en Bets ter Horst (AV Twente).

het artikel lezen. Niet de tweede, maar de eerste loopster met alpinomuts moest Rie Briejer wezen, zo verzekerden zij mij. En de gebroeders Jutte kunnen het weten, want Rie Briejer was immers hun moeder! Overleg met de beheerder van de website van Nederlandse atletiek historici leverde ten slotte de volgorde op die nu bij de foto staat aangegeven. Dus ook Lies Aengenendt en Bets ter Horst zijn hier van positie veranderd ten opzichte van de deelfoto in de vorige Vriendenband. Winnares van de race was en bleef overigens Bets ter Horst, daar veranderde uiteraard niets aan; het was alleen een ‘andere’ Bets ter Horst dan de vorige keer werd aangeduid.

Ach, zoals ik in de aanhef al stelde, fouten maken we allemaal. Ook ik bezondigde mij er weer eens aan, in hetzelfde artikel nog wel. Want onze eerste recordhoudster op de 100 m heette Nettie Grooss, niet Nettie Groos, zoals ik beweerde. Zo zie je maar.

Ben nu overigens zeer benieuwd wie er dan wél onder die tweede alpino zit.

Piet Wijker



Nieuws van de Stichting Atletiekergoed

► Weer een Jutte gesignaleerd op het Bondsbureau

Tijdens een bezoek aan het Bondsbureau op Papendal zijn vriend Frank Jutte en Frank Koomen (Atletiekunie en secretaris/penningmeester van Stichting Atletiekergoed) op zoek gegaan naar de dagboeken (abusievelijk zo genoemd) van sprintster Rie Jutte-Briejer, Franks moeder. We hebben jaren geleden deze boekjes, geen dagboekjes maar plakboekjes, gekregen na het overlijden van Frans Jutte, oud-voorzitter van de Atletiekunie, toen nog deftig K.N.A.U. genoemd.

Het gesprek kwam ook op een foto van o.a. Rie Briejer, geplaatst in de vorige Vriendenband (#4), waarvan het onderschrift niet juist is. Piet Wijker heeft daar inmiddels een rectificerend artikeltje onder de titel 'De verkeerde alpino' over geschreven (zie elders in dit blad).

Ondertussen heeft Franks broer Tom Jutte ook nog een fotoboek aangeboden, waarover we zeker zullen berichten in deze rubriek.

► Auke Kok en Tinus Osendarp

Velen van de oudere Vrienden hebben vast en zeker in het verleden het een en ander over de Nederlandse Olympische sprinter Osendarp gelezen of van hem gehoord. Berlijn 1936, brons op de 100 meter. Officieel: Martinus Bernardus Osendarp, geboren op 21 mei 1916 te Delft en overleden in 2002 te Heerlen. Hij liep op de Spelen van Berlijn in de finale van de 100 meter een prima 10,5 seconden en werd daarmee derde achter de twee USA-sprinters Jesse Owens en Ralph Metcalfe.



Tinus Osendarp in 1936.
(bron: Wikipedia)

Tinus was in de omgang een aardige man. Zijn oorlogsverleden was dat niet. Adriaan Venema heeft in 1990 een boek over de atleet Osendarp geschreven. Dat boek raadplegen we bij Erfgoed, wanneer er weer eens vragen binnenkomen over Tinus Osendarp.

Begin september was het weer zover. Ton Bijkerk kwam met de vraag, of er nog atleten in leven waren die de Spelen van 1936 hadden meegemaakt. Die zijn er niet meer, was het antwoord aan Ton. Met het overlijden van Ans Panhorst-Niesink in juli 2010 en van Jaap van der Poll in februari 2010 zijn de laatste Olympiërs van 1936 van ons heengegaan.

Maar waarom moet je dat weten, dat was natuurlijk onze vraag aan Ton. Zijn antwoord was dat de bekende schrijver Auke Kok van plan is een boek te

schrijven over Tinus Osendarp.

Auke Kok schreef o.a. *De verrader: leven en dood van Anton van der Waals, 1974: wij waren de besten*, feitenonderzoek naar de handel en wandel van het Nederlands elftal tijdens het WK voetbal van 1974 in West-Duitsland, *Tussen godenzonen* over Ajax. Ook schreef Kok over Holleeder.

Zijn vraag was: leven er nog mensen die Osendarp gekend hebben? Via mevrouw van Schijndel van de uitgeverij De Bezige Bij kwam een telefoongesprek met Auke Kok tot stand. Bijna een uur hebben we over Tinus Osendarp gesproken, waarbij het vooral ging over zijn naoorlogse jaren in Zuid-Limburg. Eén van de vragen was: is bekend wat de mijnbouwingenieur Adriaan Paulen voor Osendarp heeft gedaan, toen die na gevangenschap van 5 jaar in 1952 in de mijnen te werk werd gesteld? Bij Erfgoed hebben we daar geen kennis van.

Inmiddels heeft Bas de Wit, student bij Auke Kok, die behalve schrijver ook hoogleraar is, eind september het Bondsbureau bezocht en daar alle AW's vanaf jaargang 1934 doorgespit op zoek naar relevant materiaal.

Zodra het boek over Osendarp gereed is, laten we het u weten. Tot dan moeten we het doen met Adriaan Venema's boek uit 1990.

Chris Konings



Het sportieve theater 3

Helaas was ik ditmaal niet in een soort waandroom aanwezig bij het recent gehouden W.K.-atletiek in China, maar zat in huislijke sfeer gekluisterd aan de beeldbuis, om zo toch getuige te zijn van dit groots atletiekspektakel. Enerzijds miste ik de sfeer van het grote publiek wel, waar het collectief applaus, en “hoera-” en “oei-geloei,” spontane uitingen van emotioneel beleven zijn. In de huiskamer beperkt zich dat bij mij tot wat gedempte kreetjes en een snuf van indringende okselgeur.

Wel bijzonder is dat de camerabeelden je wat nadrukkelijker bij een onderdeel brengen. Zo kon ik nu naast de geweldige prestaties genieten van een rijkdom aan gedragingen van atleten en omstanders. Een unieke gelegenheid om de gebarentaal te “beluisteren”. Zo vond ik het licht cynisch/nuchter glimlachje van Dafne Schippers, bij de voorstelling aan de start, bijzonder. Ik las daarin iets als: “Doen jullie maar. Ik bepaal mijn eigen weg!” Typerend waren ook de woedende ogen van Nadine Broersen na de teleurstellende 200 m in de meerkamp. Ze had alle moeite om de reporter beheerst te woord te staan en zich te beperken tot slechts één “K-woord”. Daarentegen was de eveneens teleurstellende reactie van Sifan Hassan na de 1500 m er een van spijt en zelfkritiek. “Dom gelopen” was de kern van haar reactie, die met een treurige blik werd geuit. Zo blijken de ogen terecht de spiegels van de ziel te zijn.

Atletiek is een individuele sport, dit in tegenstelling tot bijvoorbeeld voetbal. Toch tonen juist de atleten een groot respect voor hun “tegenspelers”, dat nu juist in de voetbalsport tijdens de wedstrijden vaak ontbreekt. Vooral bij de meerkampen komt dit goed tot uitdrukking. In de omgang lijkt het een soort vriendengroep. Het twee dagen met elkaar optrekken en veelal op minstens één onderdeel in elkaar de meerdere moeten erkennen, zal daartoe bijdragen, denk ik. Zo ontroerde mij de gezamenlijke “hand-in-hand dank” aan het publiek ter afsluiting van de zevenkamp. Waarschijnlijk onbewust kreeg dit gevoel van eenheid voor mij nog extra gestalte toen ik zag dat alle deelnemers van de tweede serie 800 m een zelfde haardracht hadden, in de vorm van een paardenstaart. Deze strengen slingerden mee in het ritme van de loop en gaven een prachtig beeld van eenheid. Ook het één voor één neerzigen op de baan na het passeren van de finish is ritueel geworden. Ach, we lopen tegen het einde van het atletiekseizoen en een soort herfstige bladval is passend en begrijpelijk. Overigens kan ik mij niet herinneren dit collectief gedrag ooit op de ruwe grauwgrijze sintels gezien te hebben.

Het voordeel van dit televisiebezoek is ook dat er gezapt kan worden. Zo switchte ik tijdens loze momenten over naar Londen om de hockeysuccessen van onze dames en heren te volgen. Even later was ik weer in Spanje voor de Vuelta waar Bert Jan Lindeman, Danny van Poppel en vooral Tom Dumoulin triomfen vierden. Wat minder verging het onze judoka's in Ottawa, waar de meesten op de vloer gevloerd of, zo u wilt, op de mat geklopt werden. Wat een strijd hier om grip op de tegenstander te krijgen. Nee, dan

verging het Dione de Graaff en Gregory Sedoc eenvoudiger, toen ze elkaar spontaan in de armen vielen na het 200 m succes van Dafne.

Kortom, voor het scherpe oog viel er ook in de huiskamer veel te zien en beleven. Ook uit de gebaren met de handen is veel af te leiden, zoals onderstaand gedicht vertelt.



Gebarentaal

*de hand vaak belast
met greep en tast
door ermee te gebaren
kan men veel verklaren*

*met een handgesprek
volgen doven zonder gebrek
ze 'zienhoren' en verstaan
wat hen anders zou ontgaan*

*zo zwaait de dirigent
het muzikaal accent
waardoor orkestleden
het muzikaal juiste deden*

*een zwaai als groet
gebalde vuist voor moed
handig als je sprakeloos bent
wel de kracht van gebaren kent*

Henk Snepvangers

VOOR HET VOETLICHT

Sparren met de speer



Elly van Beuzekom-Lute: “Al op de lagere school kon ik heel hard gooien.” (foto Piet Wijker)

Infobox

<i>Naam:</i>	Cornelia (Elly) van Beuzekom-Lute
<i>Geboren:</i>	4 september 1951 te Bakkum
<i>Discipline:</i>	speerwerpen
<i>Titels:</i>	Ned. kampioene speerwerpen: 1976 t/m 77, 1979 t/m 1980 Ned. indoorkampioene kogelstoten: 1980
<i>Deelnemer EK:</i>	1974
<i>Interlands:</i>	17
<i>Records:</i>	Ned. recordhoudster speerwerpen: 1973 + 1973-86
<i>PR's:</i>	speerwerpen: 57,90 m, kogelstoten: 13,53 m

Eindelijk, eindelijk is het er dan toch van gekomen, voor Katharina Molitor. Jarenlang had de Duitse speerwerpster op grote toernooien de superioriteit van haar landgenotes Steffi Nerijs, Christina Obergföll en Linda Stahl moeten dulden. Altijd waren er van die drie wel een paar die voor haar eindigden. Soms viel ze door het stel zelfs helemaal buiten de boot, zoals op het WK van 2009 in Berlijn, waar het drietal in genoemde slagvolgorde de eerste, vijfde en zesde plaats bezette. Goed, Nerijs stopte daarna, maar Stahl (Europees kampioene in 2010, derde op de Spelen in 2012 plus op het EK in 2014) en Obergföll (tweede op het EK in 2010 en de Spelen in 2012, wereldkampioene in 2013) hadden haar sindsdien al een paar keer van een medaille afgehouden. Om moedeloos van te worden. Tot op het WK in Beijing. Daar keerde de 31-jarige atlete uit Bedburg ten slotte het tij. Met een verwoestende uithaal naar 67,69 m in haar laatste poging was ze de verzamelde concurrentie de baas, inclusief haar rivaliserende landgenotes én - tot grote droefenis van het talrijke Chinese publiek - Lyu Huihui, die met haar eerdere 66,13 m het goud in gedachten al om haar nek had gehangen.

Volleywerpster

Wat het zo bijzonder maakt is niet zozeer de winnende prestatie van Katharina Molitor in het Vogelnest, want er zijn wereldtitels gewonnen met verdere worpen. Het bijzondere is dat de Duitse, naast het speerwerpen, ook de volleybalsport beoefent. Als volleybalster speelt zij in de Duitse Bundesliga voor Bayer 04 Leverkusen. En dan dringt zich bij mij, terugdenkend aan het voetlichtverhaal van onze Vriend Niek de Groot in de vorige Vriendenband, onwillekeurig de vraag op, of we hier nu niet een mooi voorbeeld te pakken hebben van die door hem beschreven identieke basisbewegingen voor verschillende takken van sport. Ik kan mij daar in ieder geval, terwijl ik in gedachten zo'n smashende volleybalspeler voor me zie, alles bij voorstellen.

Het deed mij bovendien terugdenken aan mijn interview voor de AW met Elly van Beuzekom-Lute in 1972, toen nog net Elly Lute geheten. De atlete uit het Noord-Hollandse Bakkum had immers, alvorens zich in 1971 aan te melden bij AV Castricum, eveneens aan volleyballen gedaan. Wielrennen was er zelfs nog aan vooraf gegaan, maar nadat zij een keer tegen de grond was gesmakt en haar kaak op drie plaatsen had gebroken, waardoor zij zeven weken lang aan het vloeibare voedsel moest, had ze daar haar bekomst van gekregen en was zij gaan volleyballen. Op de lagere school was al gebleken, dat zij heel hard kon gooien. Elly: "Ik herinner mij dat we wel eens een trefbaltoernooi hadden. Als vierdeklassertje moest ik dan meedoen met de zesde klas, omdat ik zo goed was. In het begin ben je dan tussen al die groters een beetje voorzichtig, maar toen ik hem eenmaal dorst te pakken en te gooien, was die ander meestal uit." Later werd ze lid van volleybalvereniging Dynamo in Castricum en daar was het eigenlijk hetzelfde verhaal. "Als de coördinatie met serveren goed was, dan mepte ik de hele... ik heb wel eens een paar keer een hele wedstrijd uitgeserveerd."

Binnen een jaar tweede

Niet zo gek dus dat, toen zij eenmaal bij AV Castricum met de atletieksport in aanraking was gekomen (waarvan ze overigens lid was geworden op aandringen van een hardlopende vriend, onder het motto: *jij loopt al die meiden eruit*) en een speer in haar handen kreeg, ze vrijwel onmiddellijk opviel. Trainer Rob Pauel die daar rondliep, zag het meteen en slaagde erin de ruwe werpdiamant te koppelen aan viervoudig Nederlands kampioen Frans van der Heyden. Die wist haar in de korte tijd die hem restte (zoals bekend verongelukte Frans op 6 juli 1972 op tragische wijze; zie ook het voetlichtartikel in De Vriendenband nr. 1 – 2015) goed op de rails te zetten en aan het eind van dat jaar stond Elly van Beuzekom-Lute met 48,38 m al tweede op de nationale ranglijst. Alleen DEM-atlete Lida Kuys, die dat jaar het nationale record naar 49,96 m had getild, was haar nog de baas.

In het jaar dat volgde was het dus gelijk raak tussen die twee. Al in de eerste de beste wedstrijd, op 15 april 1973 op de Nenijtobaan in Rotterdam, zweepte het duo elkaar op tot voorbij de magische grens van 50 meter, een zeldzaam feit in de vaderlandse atletiekgeschiedenis. Het record was ten slotte voor Lida Kuys, die met 50,78 m net iets verder kwam dan Elly van Beuzekom, die 50,56 m liet noteren. Al gebiedt de eerlijkheid om hier te melden, dat het Elly was die als eerste die 50 metergrens overschreed: “Ik had in die wedstrijd twee worpen over de 50, eentje die een beetje aan de zijkant was terechtgekomen, en die van 50,56. Maar die aan de zijkant had ik wél eerder gegooid. Ze hadden voor alle zekerheid het bordje erbij laten staan, omdat moeilijk te zien was welke het verst was. Hij was dus minder, maar ook over de 50.”

Stuivertje wisselen

Jammer genoeg hebben we hier andermaal een voorbeeld te pakken van een record dat de recordboeken nooit zou halen. Een betreurenswaardig feit; zo'n mijlpaal hoort immers voor de eeuwigheid in de annalen te zijn verankerd. Nou, dus niet. Er wordt nog uitgezocht waarom die 50,78 m van Lida Kuys de toets der kritiek nu weer niet heeft kunnen doorstaan.

Veel tijd om erbij stil te staan gunde het duellerende duo zich overigens niet. In Heiloo was het een week later de beurt aan Elly van Beuzekom, die de speer na 52,08 m in de grond prikte, waarna Lida Kuys er op haar beurt eind mei in Amsterdam 52,98 van maakte. Ten slotte trok Van Beuzekom dat jaar wat het record betreft aan het langste eind: tijdens de damesinterland tussen Nederland, Groot-Brittannië en Tsjecho-Slowakije in Drachten kwam zij tot 54,36. Dat was het dan voor dat jaar. Nationaal kampioene werd ze echter niet; die titel was weer weggelegd voor Kuys.

Terugkijkend op haar carrière is Elly nog het meest trots op de prestatie die zij tijdens die interland leverde. Niet alleen omdat zij daar in één klap bijna 2,5 meter verder gooide dan ooit tevoren, maar ook omdat zij in die wedstrijd veruit de sterkste was; niemand van haar tegenstandsters kwam er voorbij de 50 meter. Haar 54,36 was ook vanuit internationaal perspectief gezien een heel aanvaardbare prestatie. Het gaf de Nederlandse ploeg in elk

geval een ‘boost’ om de Tsjecho-Slowaken achter zich te houden, al bleven de Britten buiten bereik. Elly: “Ik herinner mij dat er een schitterende kogelstootster rondliep, Helena Fibingerova. Wat was dat een groot, dom mens! Als vrouw van de wedstrijd (ze won het kogelstoten met 19,65 m – PW) kreeg zij na afloop een beautycase en ze wist bij god niet wat het was!”

Exit Montreal

In de jaren die volgden duelleerde het speerwerpduo lustig verder. In 1974 kwam Elly tot 55,76 en Lida tot 55,58 m, wat beiden deelname aan het EK in Rome opleverde. Jammer genoeg sneuvelde ze daar alle twee in de kwalificatie. In 1975 ontwikkelden ze zich verder met Lida die 57,12 gooide en Elly, die met 57,90 m opnieuw het Nederlandse record inpikte. Net als de jaren ervoor was de nationale titel echter weer voor Lida Kuys. Dat was in 1975 trouwens niet zo moeilijk, want hoewel die laatste recordprestatie van Elly van Beuzekom de poort naar de Olympische Spelen in Montreal voor haar op een kier had gezet, liep ze daar tegelijk tegen een lelijke blessure aan. In Beverwijk was dat. “Ik wilde nog een keer alles eruit halen en toen ging er iets fout. Ik trok hem te veel en te hard onderdoor en toen scheurde er een pees in mijn schouder van het bot af. Daarna heb ik bijna een jaar niet meer gegooid”, herinnert zij zich.

Toch was zij in 1976 nog vol goede moed, ook al had het NOC*NSF met een eis van 60 meter de lat wel erg hoog gelegd. Elly had namelijk eerder, tijdens een werpdriekamp in Beverwijk, de speer al eens naar 59,09 m gezwiept, buiten de officiële wedstrijd om, dat wel, maar toch. De 60 meter leek daarom niet onoverkomelijk. Toch lag de lat te hoog, zo bleek. Weliswaar veroverde Elly van Beuzekom dat jaar haar eerste nationale titel, verder dan 55,80 m kwam zij toch niet. Exit Montreal dus.

Attila de Hun

In 1977 stapte Lida Kuys, inmiddels getrouwd en in verwachting, er een jaar tussenuit en had Elly van Beuzekom min of meer het rijk alleen. Het kostte haar moeite om voldoende gemotiveerd te blijven, want “als je ergens gooit en de rest blijft op tien meter achter je, dan haal je daar geen voldoening uit.” Ambitieuze was ze echter nog steeds, dus werd ze dat jaar opnieuw Nederlands kampioene, met 51,70 m. Bovendien hadden haar prestaties blijkbaar ook enkele kunstzinnige types in de regio geïnspireerd, want fotograaf Anton



Elly van Beuzekom als de vrouwelijke evenknie van Attila de Hun. (foto Anton Veldkamp)

Veldkamp wilde per se foto's van de Noord-Hollandse maken, terwijl ze met een speer te paard zat, als een soort vrouwelijke Attila de Hun. Nu was Elly van Beuzekom van kinds af aan al vertrouwd geraakt met paarden; de plaatselijke politie stalde de paarden die werden gebruikt bij strandpatrouilles, tegenover haar ouderlijk huis en later had zij twee vriendinnen die paard reden en waar zij vaak op mocht rijden. Hoe dan ook, het leverde enkele fraaie platen op, zoals de hier getoonde.

In 1978 was Lida Berkhout-Kuys terug van weggeweest en prompt laaide de strijd tussen de twee speerwerpvedettes weer op. Hoogtepunt dat jaar was het duel tijdens de Nederlandse kampioenschappen in Groningen, waar ze elkaar opzweepten tot 56,30 m (Lida) en 55,14 m (Elly); de rest deed mee voor spek en bonen. Het waren gelijk de beste jaarprestaties van de twee. Een jaar later waren de rollen weer precies omgedraaid en werd Elly andermaal kampioene, met Lida als tweede en de rest op eerbiedwaardige afstand.

Anabolica-limiet

Opnieuw was er sprake van een Olympisch jaar en opnieuw deed Elly van Beuzekom een gooi naar deelname aan de Spelen. Weliswaar had ze intussen een operatie aan een eileider moeten ondergaan, maar de winter voorafgaand aan Moskou had ze keihard getraind. De limiet was echter niet mals. "Ik moet die anabolica-limiet van 61 m halen, maar dan wél op mijn pure Noordhollandse struisheid", klonk het aan het begin van 1980 nog strijdbaar.

De omstandigheden zaten echter alweer niet mee. Allereerst zat ze thuis middenin een verbouwing en aangezien haar echtgenoot in die periode in de offshore werkte, draaide vooral Elly voor de rompslomp op. En dan was er ook nog de discussie, of Nederland de Moskouse Spelen wel of niet moest boycotten. Elly: "Ik ging vaak moe naar de training. En toen hoorden we over die mogelijke boycot, dus ja, als ze toch gingen boycotten, dan was je voor Jan-met-de-korte-achternaam bezig. Dat speelde wel mee." Desondanks kwam zij half april al tot 57,06 m, een week later gevolgd door 57,58 m. Zo dicht op haar eigen nationale record was zij sinds 1975 niet meer gekomen. De vereiste kwalificatielimiet kwam er echter niet uit en zo ging ook Moskou aan haar neus voorbij.

Of ze daar veel spijt van moet hebben, is overigens de vraag, terugdenkend aan de bevindingen van Marcel Klarenbeek op die Spelen, waarover hij ons in de laatste Vriendenband van vorig jaar vertelde.

Gezin

Na 1980 was het met de motivatie van Elly van Beuzekom gedaan en kregen huiselijke haard en gezin voorrang, al werd ze nog wel af en toe door haar vereniging opgesteld voor competitiewedstrijden. "Nou, dat waren geen 50-ers meer, hoor", lacht ze. "En de kogel kreeg ik ook met moeite over de 10 meter."

Elly en Gerard van Beuzekom kregen daarna drie kinderen, in 1982, 1985 en 1992. Logisch dus dat die in de jaren tachtig en negentig al hun aandacht opeisten en dat de sport die Elly ooit zo had geboeid, allengs verder van haar af kwam te staan. Enkele jaren terug heeft zij nog een keer een NK bezocht, maar van het vertoonde speerwerp-peil werd

ze niet blij. “Dat viel me zó tegen. Vijfendertig jaar geleden gooide ik nog vijf meter verder!”

Qua gezondheid is het haar niet altijd voor de wind gegaan. Een foute poliep in haar darmen leidde jaren geleden tot een operatie. Elly: “Toen hebben ze een stuk darm weggenomen, met die tumor. Sinds die tijd ben ik tien kilo lichter.” En vorig jaar, op 7 oktober, werd zij op haar scooter aangereden. Diverse botbreuken en open wonden aan haar enkel, knie, heup, ribben, elleboog en hand, plus een hersenschudding waren het gevolg. En haar sleutelbeen was dusdanig gebroken dat daar een plaatje tegenaan moest worden geschroefd. “Die is er een paar weken geleden pas uitgegaan”, aldus Elly eind augustus. “Ik was heel beperkt met rechts. Ik moest ook niet aan de speer denken, hoor. Ik kon alleen mijn haren kammen.”

Kuiltje van Onze-Lieve-Heer

“Hartstikke leuk” vindt ze het dat uitgerekend oud-clubgenote Ingrid Lammertsma in 1986 haar ten slotte het nationale record afhandig heeft gemaakt. Elly: “Ze zat toen met haar knie, kon niet met de groep meelopen en mocht dan met mij gaan prikken. Dat kuiltje van Onze-Lieve-Heer zei ik dan altijd, daar moest ze die speer inleggen, hahaha. Dat vond ze leuk.”

Piet Wijker



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



ENERGIEK

Fietsen in Drenthe

De Vriendenfietsdag was uiteindelijk toch in het eerste weekend van september. Door het geschuif met de datum was het groepje fietsers wat kleiner dan gebruikelijk: 9 enthousiastelingen.

Wat een mooie uitvinding is de buienradar. Het weerbericht was niet denderend, maar deze radar bracht uitkomst. Laverend tussen de buien door hadden we een leuke dag. Begonnen werd in Rolde, daar in hotel/cafe Erkelens druppelden de Vrienden binnen. Hun meegebrachte fietsen nog op de auto, of reeds gebruikt in het fietsenrek latend. Genietend van koffie/thee met wat lekkers (dank aan het bestuur) vonden er animerende gesprekken plaats. Af en toe werd naar de lucht gekeken en die vertoonde zelfs een lekker zonnetje, dus gauw naar buiten. Naar de eerste knooppunten.

Het was een bonte verzameling van fietsen. Elektrische, racefietsen, soms wel heel oud, gewone fietsen en zelfs een vouwfiets. De “stoet” zette zich in beweging en al gezellig keuvelend werden de eerste kilometers afgelegd. We misten bijna het Boomkroonpad en besloten daar ons tweede kopje koffie/thee te gebruiken. Net op tijd, want de eerste bui begon al te vallen. We schuilden even onder het ontmoetingscentrum, heel interessant allemaal, en waagden toen de oversteek naar de koffie. Het Boomkroonpad biedt de bezoeker allerlei wetenswaardig- en bijzonderheden over het bos. Zeer de moeite waard, maar wij zagen er van af.



De traditionele groepsfoto met behulp van het onvolprezen fototoestel met zelfontspanner van Hugo Tijmsmans.

We vervolgden de knooppunten, uitstekend in kaart gebracht door Kris Vasse, en alles ging goed. Maarje noemt dat de goden verzoeken, er was net geconstateerd dat het eigenlijk altijd goed ging, toen ineens Annemarie in het gras lag. Teveel handelingen ineens en daardoor een fiets die niet meer te houden was, hadden dit op hun geweten. De schade werd opgenomen, het viel gelukkig mee, maar de schrik zat er wel een beetje in. Opgelapt in een nabijgelegen huis bij zeer

vriendelijke mensen fietsten we toch weer verder (kanjer). Als ze niet lacht op de foto, weten jullie nu hoe dat komt: de lip was ietwat gescheurd.

We fietsten door Borger, langs het hunebedcentrum, het bezoeken zeer de moeite waard, en langs de paarse heide. Daar lagen eveneens wat hunebedden en een grafheuvel. Je waande je in de prehistorie. Zeer indrukwekkend allemaal en het kon natuurlijk niet uitblijven: de groepsfoto moest bij een hunebed gemaakt worden.

Zo gezegd, zo gedaan. Bij een goed bewaard hunebed, als door Ellert en Brammert gemaakt, stelde de groep zich op. En ja hoor, daar kwam het statief en het van een behoorlijke lens voorziene fototoestel tevoorschijn en begon de slapstick –hoe maak ik een foto van de groep met mijzelf erop– van Hugo opnieuw. Na een tiental pogingen, waarbij de cheese-glimlach bijna bevroor en de slappe lach het daarvan overnam, klikte het toestel en was de foto gelukt. Hoera!

De magen begonnen te knorren. Gelukkig had de organisatie daarmee rekening gehouden en er werd al spoedig halt gehouden bij restaurant de Berken. Daar genoot eenieder van het speciale lunchmenu van soep, kroket en uitsmijter. Zo konden we de laatste 10 km overleven.

Langs enkele monumentale boerderijen, door een mooi stuk bos en ja hoor, daar verscheen de toren van Rolde en hadden we het weer gered. De route had ons een interessant beeld gegeven van de mooie provincie Drenthe en was met 40 km voor iedereen goed te doen.

In de avond hadden we in de Eeserhof nog een prima en gezellig diner. Daar sloten Kris en echtgenote zich bij de fietsende Vrienden aan, door omstandigheden - ontstoken achillespees - konden al hun plannen niet doorgaan, maar mee-eten lukte wel.

Voor de zondag werd niets afgesproken, gezien het weerbericht en andere plannen en verplichtingen. Wel besloten we volgend jaar vast te houden aan het eerste weekend van september en er weer een weekend van te maken, het liefst op de Veluwe.

Kris, bedankt voor alles.

Riet van der Enden

Juryperikelen

Of: Renaud Lavillenie en de jury, een niet altijd geslaagde combinatie

Maar eerst Thijmen Kupers “voor de muziek uit”

Natuurlijk gekeken naar de Ivo van Damme Memorial en eveneens natuurlijk met speciale aandacht voor de 800 meter. We zagen daar de Nederlandse “haas” Thijmen Kupers in de baan. De haas kan volstaan met ver voor de muziek uitlopen, maar in je luie stoel kun je niet weten, dat zijn opdracht was: loop maar een rondje van 48,5 tot 49,0 seconden. Dat was mijn veronderstelling. Mijn trainingsmaatjes deelden mij mee, dat ze het beter hadden gedaan.

Dan toch voor dit stukje maar even gebeld met Thijmen, een aardige en benaderbare atleet. Hij vertelde mij, dat zijn opdracht 49 seconden voor de eerste ronde was. Thijmen: “Als de mannen dan niet volgen, is dat niet mijn probleem. Ik zal mijn management bij de wedstrijdleiding laten navragen wat zij ervan vond.”

Dat hij op 650 meter uitstapte, zorgde achteraf nog even voor een vraagteken, want wat zou er gebeurd zijn als hij was doorgelopen? Hij heeft dat indoor al eens geflikt, met een bronzen plak als resultaat. Zo blijkt maar weer dat het moeilijk oordelen is vanuit je luie stoel.

Lavillenie en de lat

Wat was er aan de hand met Lavillenie? Op 5,80 m sprong hij af. Hij raakte net even de lat, die vervolgens heel lang bleef trillen. Renaud greep met beide handen naar zijn hoofd, maar er was niets aan te doen, de lat lag op de landingsmat. Zoiets kan gebeuren. Niets aan de hand, ware het niet dat het oplegvlakje waarop de lat rust, niet horizontaal lag.

Doordat de tv-camera twee keer inzoomde op de mislukte sprong was te zien, dat het oplegvlakje zeker 10 á 15 graden naar beneden stond. Gevolg: bij de geringste aanraking schoof de lat eraf. Het rare was dat bij latere pogingen datzelfde oplegstuk wel horizontaal lag.



Renaud Lavillenie (*bron: Wikipedia*)

Nog even het WK in Beijing

Tijdens de OS van Londen 2012 werd bij het meten van alle worpen de camera weggedraaid, voordat de meetstok de grond in ging.

Gelukkig gebeurde dat op het recente WK niet. Althans gedurende de eerste drie dagen. Daarna werd weer de cameraregie van Londen gehanteerd. Nooit meer een worp zien opmeten. Vraag: worden er dan zelfs bij die grote wedstrijden zoveel fouten gemaakt, dat we ze thuis voor de buis niet mogen zien?

Chris Konings

POLSSSTOKHOOGSPRINGEN (VROUWEN)

Je denkt aan 100.000 dingen
Je moet je zenuwen bedwingen
Je moet het aantal passen tellen
Je moet geleidelijk versnellen
Je moet de spanning niet verbreken
De polsstok in het putje steken
Je moet actief je benen zwaaien
Je moet op tijd je lichaam draaien
Je moet - allicht! - de lat niet raken
Je moet een zachte landing maken
En verder moet je telkenmale
Je broekje uit je bilnaad halen

(IdW)

(bron: Atletische verzen, door Ivo de Wijs & Theo Danes)

**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

► Succesvolle Interland Nederland – Westfalen

Het is 5 september 2015 en er is volop bedrijvigheid op sportpark Ookmeer, waar AAC in samenwerking met de Atletiekunie en het Jeugdfonds van de Vrienden van de Atletiek de jubileumeditie van de internationale wedstrijd tussen Nederland en Westfalen voor atleten onder de 16 jaar organiseert. In de volksmond bekend als de C-Interland. De officiële internationale omschrijving is overigens: U16 Event Netherlands – Westfalen.

De voorbereidingen vroegen heel veel aandacht en energie. De Atletiekunie moet prioriteiten stellen, mede omdat de inkomsten teruglopen en de belastbaarheid van de mensen op het bondsbureau zijn grenzen kent. Met hulp van een aantal Unieraadsleden is echter besloten om in ieder geval nog deze 40^e editie te organiseren. Het Jeugdfonds – in de nieuwe opzet om naast individuele atleten ook evenementen te gaan ondersteunen – besloot direct om al het mogelijke te doen om van deze jubileumeditie een mooi evenement te maken. Omdat het een mijlpaal was, werd er op verzoek van onze Duitse collega's een tweedaags evenement voor Westfalen van gemaakt, met de wens om dat in de buurt van Amsterdam te doen. AAC werd bereid gevonden om de organisatie op zich te nemen en bracht hiervoor een zeer enthousiast team op de been. Grote uitdaging om slechts een week na de C-Spelen een interland te organiseren, maar zij zijn daar op een knappe manier in geslaagd.

Vrijdagavond 4 september arriveerde het team van Westfalen op een drijfnat Ookmeer. Het was die dag niet opgehouden met regenen, de kogelbak stond volledig blank en er waren zorgen om de dag erna. Maar de sfeer was direct goed. Terwijl de Technical Meeting in volle gang was, werd in het clubhuis van AAC genoten van een heerlijke pastamaaltijd, bereid door de vele vrijwilligers van deze vereniging.

Zaterdagochtend: De zon scheen, de kogelbakken waren droog en iedereen was er klaar voor. De leden van ons Nederlands team, met als ploegleidster Marjan Olyslager, kwamen

– veelal met hun ouders – binnen en trokken hun oranje tenue aan. Een week daarvoor, na de C-spelen, werd het team bekend gemaakt, wat door de deelnemers met veel enthousiasme en gejuich werd ontvangen. Ouders en groot-



Dansgroep Dancety in actie tijdens het voorstellen van de ploegen. (foto's Ed Turk)

ouders werden direct ingelicht: hun (klein)kind in Oranje, één week na Dafne's glorieuze WK.

Tijdens de voorbereidingen was besloten om dit evenement professioneler te maken. Er was een uitgebreid Information and Team Manual, een callroom en een openingsceremonie. Het moest een feest worden en dat werd het. Met dank aan sponsor T&F Camps zag Ookmeer er gelijktijdig feestelijk en professioneel uit met vlaggen op het veld en een speciale grote tent als call room. Om 10.30 uur begon het optreden van het Duo Soul and Sense, waarna met ondersteuning van de Amsterdamse dansgroep Dancety de ploegen werden voorgesteld. Heel mooi was ook de officiële opening door de voorzitter van de Atletiekunie Theo Hoex, waarna de volksliederen door Soul and Sense werden gezongen en de vlaggen gehesen.

De wedstrijd verliep vlot en zonder problemen. Om de series wat voller te maken was besloten om aan deze interland een team mee te laten doen onder de naam Groot-Amsterdam. Dat bleek een goede keuze, omdat bijna alle onderdelen nu uit acht personen bestonden. De uitslagen zijn te vinden op de site van AAC. Opnieuw ging de overwinning naar de Nederlandse

Er was soms sprake van felle strijd, zoals hier op de horden tussen Klara Albrink en Nanah Fung-Loy, door de Nederlandse nipt gewonnen.



teams, zowel de jongens als de meisjes hielden de eer van Nederland hoog.

Resultaten zijn altijd belangrijk, er werden veel PR's gebroken en overwinningen behaald, maar het belangrijkste van dit 40° C-Interland project is, dat er een discussie op gang is gekomen over het nut van deze wedstrijd voor de ontwikkeling van de atletiek in Nederland. Tijdens dit zeer geslaagde evenement was er in Amsterdam nie-

Na afloop werden de prijzen uitgereikt door Vrienden-voorzitter Els Stolk en Hans Schulz (foto) van de Duitse Freunden.

mand te vinden die dit voor de toekomst van de agenda wilde hebben, maar alle belangen binnen de Atletiekunie zullen afgewogen moeten worden en de haalbaarheid voor langere termijn moet onderbouwd worden. Gesprekken hierover zijn al gevoerd en zullen worden voortgezet. Het Jeugdfonds staat er achter en zal – binnen haar mogelijkheden – medewerking blijven verlenen. Door de inzet van de Vrienden is het bondsbureau al veel werk uit handen genomen.



De zegevierende Nederlandse ploeg.

Op 5 september is in Amsterdam een flinke stap gezet in de richting om voor de categorie onder de 16 jaar een aansprekende en alom hoog gewaardeerde internationale wedstrijd te behouden.

► Interview met Bart van Nunen



Bart van Nunen
(foto's Ed Turk)

Topprestaties bereik je in de atletiek alleen door knalhard werken. Voor jonge atleten geldt dan vaak dat er keuzes gemaakt moeten worden. Niet alleen tussen sport en uitgaan, maar ook tussen, sport, studie en werk. Wat moet je doen en laten om de top te bereiken? Bart van Nunen doet hierover een boekje open.

- 1. Je hebt dit jaar een paar moeilijke keuzes moeten maken om de juiste balans te vinden tussen sport en studie. Welke knopen heb je moeten doorhakken?**

Het leven bestaat uit het maken van keuzes. Ik moest kiezen tussen het doen van de universitaire studie econometrie en het hardlopen. Aan de ene kant was deze keuze helemaal niet zo moeilijk, omdat het hardlopen mijn grootste passie is en altijd al

is geweest. Als sporter kun je jezelf ook wel eens wat makkelijker overschatten, en dit was helaas zo'n gevalletje... 45 uur per week studeerde ik aan het Erasmus, ik had 12,5 uur reistijd per week en dan deed ik daarnaast dus nog mijn trainingen. Omdat het allemaal niet ging, stopte ik met studeren, want het hardlopen achteruit zien gaan (laat staan er helemaal mee stoppen) dat kon ik natuurlijk niet over mijn hart verkrijgen. Na bijna vier maanden zonder studie was ik het helemaal beu, ik moest wat gaan doen ernaast! De nieuwe studie die ik nu ben gaan volgen is de studie Bedrijfskundige Informatica (HBO) via het NTI. 15-20 uur per week thuisstudie, waardoor ik me verder gewoon vol kan storten op het lopen, zonder me te hoeven gaan vervelen. Na het hardlopen is er echter ook nog een leven en het is natuurlijk niet iets waar je echt rijk van wordt, zoals voetbal.

2. Je hebt dit jaar een aantal goede resultaten geboekt. Welke prestatie is voor jou de beste geweest?

Pfoe, dat is een lastige vraag. Sinds ik weer begonnen ben met studeren ging het snel bergopwaarts. Een dik PR op de 3000 meter, het NK halve marathon, waar ik won en mijn 4^e plaats op het EK U23 waar ik ook voor het eerst onder de 29 liep op de 10 km kijk ik heel graag op terug. Uiteindelijk denk ik toch dat het EK U23 de mooiste prestaties heeft opgeleverd, omdat er dan nog veel meer druk op staat en om dan gewoon kalm je eigen race te lopen, zoals je normaal ook zou doen, is toch wel heel gaaf! Beter dan ooit tevoren stond ik aan de start en door heel geleidelijk op te schuiven en langzaam gaten te dichteren wist ik als 4e te eindigen met een nieuw pr van 28.59,90!!! Na de finish voelde het vooral zuur, want 4e is wel zo dicht bij het podium... Maar nu overheerst de tevredenheid en het gevoel dat ik op de goede weg ben lijkt bevestigd.



Bart van Nunen in actie op de 5000 m tijdens het NK voor junioren in 2014.

3. Een dik PR op de 3000 en op de 10.000 meter. Nationaal kampioen op de halve marathon geworden, maar op welke afstanden ga je je echt focussen?

Komend jaar denk ik toch meer op de 10 km, maar ook de korte afstanden moeten echt nog wat sneller. Over een paar jaar wil ik wel naar de marathon, daar zou gezien de trainingen echt mijn talent moeten liggen (maar dat weet je natuurlijk pas echt als je een paar marathons hebt gelopen).

4. Volgend jaar word je 21. Als de EK in Amsterdam wordt gehouden, hoop je daar dan bij te zijn?

Absoluut! Een EK in eigen land is natuurlijk wel extra bijzonder om mee te maken. Ik weet nog niet precies wat de limieten zijn, maar heb wel een idee en denk dat zowel de 10 km als de halve marathon binnen de mogelijkheden liggen. Maar je weet natuurlijk nooit hoe het seizoen loopt en ik weet ook niet, of ik überhaupt een poging ga wagen op de halve marathon.

5. Hoe ga je de winter doorbrengen?

Met mijn huidige studie kan ik het sporten echt op 1 zetten, dus dat is nu wel ideaal. Vorig jaar heb ik niet zo'n goede winter gehad door de overuren die ik toen maakte met studie, maar nu zal dat anders zijn. Momenteel ben ik wel licht geblesseerd aan mijn voet. Komende tijd ben ik dus nog even flink alternatief aan het trainen op de fiets en in het zwembad, maar ik denk dat het nu niet al te lang meer zal duren, voordat ik weer kan beginnen met lopen. Dan gaan we weer veel crossen en mooie wegwedstrijden lopen om een goede basis te leggen. Volgend jaar ga ik lang op stage, waarin het geld dat ik krijg van de Vrienden van de atletiek een hele mooie bijdrage is! Op deze manier hoop ik nog een extra stap te kunnen zetten, want er is nog altijd een lange weg te gaan!

6. Wat zijn jouw eerstvolgende belangrijke wedstrijden?

Ik heb nu de Dam tot Damloop en de 4 mijl van Groningen in de agenda staan, maar denk dat die eerste of zelfs beide wat kort dag worden. Bij de Zevenheuvelenloop wil ik er sowieso weer staan.

Bart, bedankt voor dit kijkje in jouw keuken en wij blijven je zeker op de voet volgen.

Wim van der Krogt



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.herzogsport.com

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)

November 2015

- | | |
|---------------------------|---|
| 3 Marko Koers (43) | 13 Ad Persoons (80) |
| 3 Ellen Joacim-Ort (76) | 13 No Op den Oordt (74) |
| 4 Aad Grimbergen (73) | 16 Hugo Tijsmans (71) |
| 4 Bob Boverman (71) | 17 Jan Vermeulen (75) |
| 4 Willy Wokke (67) | 18 Chris van der Meulen (73) |
| 6 Hugo de Haan (31) | 18 Fred van Herpen (72) |
| 6 Anita Meijer (69) | 20 Hans-Peter Dries (71) |
| 6 Freek Stam (73) | 21 Annetien v. Alphen de Veer-Paulen (81) |
| 9 Raymond Heerenveen (67) | 27 Eric van Amstel (61) |
| 9 Ed Turk (71) | 28 Agnes Popkema-van Wijk (57) |
| 9 Henk Heida (83) | 29 Kris Vasse (76) |
| 11 John Schoemaker (68) | 30 Anton Leewis (88) |

December 2015

- | | |
|----------------------------------|--|
| 1 Ella Hoogendoorn-Deurlo (71) | 16 Marti ten Kate (57) |
| 1 Ina Blauw-Scholte (68) | 17 Ria Ineke-de Vos (89) |
| 4 Wim Berkhout (69) | 19 Cobi Körmeling (63) |
| 6 Bert Huizinga (66) | 21 Lida Aardenburg-Kuys (63) |
| 7 Ron Popma (74) | 26 Riet van der Enden (66) |
| 10 Atie Veltman-Wormsbecher (84) | 28 Ton Baltus (50) |
| 12 Hans van der Kooij (70) | 29 Peter Nederhand (83) |
| 12 Corry Janse-Wendels (83) | 29 Rudi Verriet (59) |
| 14 Toos Hofstede-Mutter (78) | 30 Marianne de Schipper-Burggraaf (67) |
| 15 Ineke Bonsen-Pérukel (70) | 30 Hugo Kusters (53) |

Onze jarige donateurs/donatrices

(tussen haakjes de nieuwe leeftijd)

November

23 Sophia Salet-Hendriks (86)

December

4 Dick Jansen (81)

6 Janny Logger-Bouma (81)

10 Peter Siekman (72)

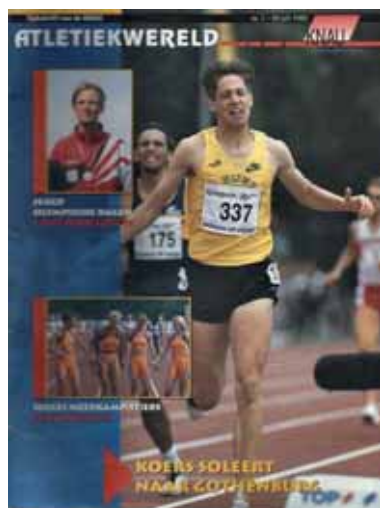
18 Wil van Wieringen-Prins (86)

21 Ria de Bruyn-Koorevaar (77)

23 Riet van Ooyen-Haaksma (72)

26 Jeanne Noordenbos-van Diessen (76)

Bijzondere jarige



Ditmaal in deze rubriek aandacht voor een van onze jongere leden, Marko Koers, die in de week na onze jaarlijkse reünie 43 jaar hoopt te worden.

Twintig jaar geleden liep hij zich op het NK op de 800 m in 1.46,57 naar het WK in Göthenburg. Vandaar dat hij de cover sierde van de AW die daarvan verslag deed. (bron: AW)

Nu, twintig jaar later, runt Marko alweer sinds flink wat jaren zijn eigen bedrijf: Marko Koers | Sports.