
De Vriendenband

Inhoudsopgave

pagina

67e jaargang nummer 6, 2018

Van de voorzitter	1
Van het secretariaat	2
Advertentie EK Cross 2018	3
Notulen ALV 2018	4
Verslag “After Party” 2018.....	10
Impressies ALV + “After Party” 2018.....	12
Ouwe jaarke zoete	13
De Moerman methode	14
Supporters: een terugblik, evaluatie en toekomstvisie	18
Advertentie Jamin Sports	21
Stichting Atletiekerfgoed	22
Voor het voetlicht: Cor Lambregts	24
Jurere	30
Advertentie Praktijk Energiek + Herzog Medical	33
Vrienden Jeugdfonds op de voet gevolgd	34
Advertentie Global Sports Communication	40
Onze jarigen	41
Bijzondere jarige: Henk Snepvangers.....	42
Advertenties YALP + Liefers Health Management.....	43
Kerst- en nieuwjaarswens 2019.....	44

Kopij Vriendenband februari 2019

Graag vóór 20 januari 2019

aan de redactie:

Piet Wijker

De Uitkijkaan 12, 1974 XP IJmuiden

pietwijker@gmail.com

tel.: (0255) 513 700 / (06) 202 19 316

Van de voorzitter

Beste Vrienden,

Op 27 oktober jl. waren we voor onze Algemene Ledenvergadering (ALV) en de aansluitende After Party te gast bij av De Spartaan in Lisse. Een fraaie entourage op een mooie atletiekaccommodatie, in een vernieuwd clubhuis bij een vereniging met atletiekhistorie. Het voelde als thuis. Nogmaals, av De Spartaan, dank voor de geboden faciliteiten en gastvrijheid!

Deze ALV kende een bewogen verloop. Enkele dagen vóór de ALV had Ed Turk om hem moverende redenen zijn functie als bestuurslid neergelegd. De communicatie met de overige bestuursleden bleek dermate verstoord, dat van een vruchtbare samenwerking geen sprake meer kon zijn. Ed heeft met zijn inzet veel goed werk voor de Vrienden verricht en daar zijn we hem ook erkentelijk voor. Alle pogingen om de ALV niet met deze preciaire kwestie te 'belasten' bleken tevergeefs. Dat leidde helaas tot een situatie waarin niemand zich gemakkelijk voelde en past ook niet bij een vereniging die Vrienden van de Atletiek heet te zijn. Verschrikkelijk jammer! Dat neemt niet weg dat we ons onverminderd zullen inzetten voor de pijlers onder deze vereniging, in het bijzonder het Jeugdfonds en de supportersreizen.



Het verloop van de After Party geeft ons vertrouwen dat we hier ook in zullen slagen. Hartverwarmend was de spontaniteit waarmee Alida van Daalen en Lisanne de Witte, in aanwezigheid van hun beide coaches, de Gouden Pluimen in ontvangst namen. En nog meer de verrassing op het gezicht van Hugo Tijmsmans, toen hij de Vriendentrofee uit handen van Chris van der Meulen in ontvangst mocht nemen. Een welverdiende onderscheiding voor zijn inzet op vele fronten in de atletieksport. We zijn ingenomen met het feit dat Elly de Regt-Henzen bereid is gevonden om tot het bestuur toe te treden. Zij was al een aantal jaren bekend en gekend binnen de Vriendenkring met haar activiteiten voor het Jeugdfonds en de laatste jaren voor de Kascommissie. Elly voegt onmiskenbaar specifieke kwaliteiten toe aan het bestuur.

En tot slot waar het ook bij de Vrienden om gaat: de atletieksport natuurlijk. De EK Cross Tilburg 2018 tussen de giraffen in het Safaripark op Beekse Bergen ligt al weer achter ons en het LOC mag vast terugzien op een succesvol evenement.

Zo tegen het einde van het jaar worden er weer sportmannen en -vrouwen, atleten, atletes en talenten van het jaar gehuldigd, zowel internationaal, nationaal als binnen de eigen club. Proficiat en dank voor jullie bijzondere prestaties in 2018. We sluiten een jaar af wat ons mooie atletiek heeft gebracht. Laat ik vanaf deze plaats u allen fijne kerstdagen, een gezellige jaarwisseling en een voorspoedig en vooral gezond 2019 toewensen. We zien elkaar weer in het nieuwe jaar!

Rien van Haperen, voorzitter

Van het secretariaat

Adres secretariaat:

Jaap van Amsterdam, Irenestraat 74, 2161 PZ Lisse,

Tel.: 0252 418414 of 06 29288128,

E-mail: secretaris@vriendenvandeknau.nl.

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



Op 25 mei is de nieuwe AVG wet in werking getreden. Natuurlijk gaan we altijd heel secuur om met de gegevens van de leden. Mocht iemand toch bezwaar hebben dat zijn gegevens via de Nieuwsbrief aan de leden gecommuniceerd worden of anderszins, laat dit dan even weten via ons mailadres. Wij zullen je mailadres dan uit ons bestand halen. Daarnaast gaan wij ervan uit dat foto's op de website gewoon gepubliceerd kunnen worden, alsook gegevens via De Vriendenband. Mocht je op welke wijze dan ook hiertegen bezwaar maken, laat dit dan ook aan ons weten.

Opzegging lidmaatschap

- Joop van den Brink
- Cees Clement
- Dick Jansen
- Harry Schulting
- Hans Smeman
- Tilly van der Zwaard (per 31-12-2015)

Wijzigingen

In verband met de AVG wetgeving zullen we hier in het vervolg geen wijzigingen van een emailadres meer vermelden. Eventuele gegevens zijn altijd bij de secretaris op te vragen.

- Mieke van der Kolk is verhuisd naar Margrietlaan 5, 1815 JW Alkmaar
- Peter en Marianne Geelen zijn verhuisd naar Résidence La Porte , Dokter Bakstraat 9-D, 6216 CC Maastricht

Ledeninformatie (blijde gebeurtenissen, ziekte e.d.)

- Wij wensen een ieder die met ziekte zit of andere droevige gebeurtenis, alle sterkte gedurende de komende feestdagen.
- NK Indoor Masters 1-3 februari 2019 in Omnisport te Apeldoorn
- NK Indoor Meerkamp 2-3 februari 2019 in Omnisport te Apeldoorn
- Asics NK Indoor Junioren 9-10 februari in Omnisport te Apeldoorn
- AA Drink Indoor Senioren 16-17 februari 2019 in Omnisport te Apeldoorn
- Indoor interland (NI-B-NRW) voor de jeugd op 9 maart te Münster (D)

Wij zijn nog op zoek naar een lid, dat ons kan ondersteunen door de website in beheer te nemen en eventuele mutaties te verzorgen. Ook de upgrading en actualisering zou zeer welkom zijn. Enige IT kennis is wel vereist. Aanmelden via het secretariaat.



De stichting EK Cross Tilburg 2018 bedankt:

- Gemeente Tilburg
- Atletiekunie
- Provincie Noord-Brabant
- Alle Partners
- Vrienden van de Atletiek
- Alle vrijwilligers
- Alle atleten
- Alle bezoekers

Voor een fantastisch EK Cross bij Beekse Bergen!



**VERENIGING
VRIENDEN van de ATLETIEK**
Opgericht 26 mei 1951

**Notulen van de 67-ste jaarlijkse algemene vergadering op zaterdag 27 oktober 2018
in de kantine bij de Atletiekvereniging De Spartaan te Lisse.**

Aanwezig waren 54 Vrienden, donateurs, begunstigers, genodigden en partners op de vergadering.

Welkomstwoord

Wim van der Krogt heet iedereen welkom en memoreert dat na een aantal jaren in Maarn het bestuur besloten heeft om voor dit jaar de ALV te houden in de vernieuwde accommodatie van De Spartaan. Hij dankt het bestuur van De Spartaan voor zijn gastvrijheid. Wim geeft allereerst een korte inkijk naar de realisatie van de accommodatie. Met een totaal kosten van €920.000,- en een bijdrage van de gemeente van €300.000,-,

was de grootste inspanning die van de leden. Met 85 vrijwilligers werden 5000 manuren in het gebouw gestoken. Een investering van €200.000,-. Daarnaast hebben de leden middels een lening en obligaties € 200.000,- geïnvesteerd.



Wim van der Krogt geeft een inkijkje in de totstandkoming van de vernieuwde accommodatie van de Spartaan.

(foto Marianne Piso)

Ten slotte had Wim nog enkele huishoudelijke mededelingen. Hij gaf aan dat de vergadering mogelijk een roerig verloop zou kunnen hebben. Echter de vergadering moest strak gehanteerd worden om de After Party en catering niet in het gedrang te laten komen. Mogelijk zou om 12.15 uur de vergadering onderbroken worden en van 15.00 uur tot 16.00 uur vervolgd worden.

Verder was er een mededeling van Marius Bos dat hij oude Vriendenbanden had liggen en oude jubileumuitgaven die geïnteresseerden kunnen meenemen. Hierna neemt Rien van Haperen (de voorzitter) het woord.

1) Opening

De voorzitter meldt dat Eric van Burg (voorzitter Atletiekunie) nog onderweg is vanuit Geneve, waar hij een vergadering van de EA heeft bijgewoond. Mogelijk zal hij in de loop van de dag nog aanschuiven. Verder verwelkomt hij Frank Koomen namens het bondsbureau, Christiane Offel en partner Alex namens de Duitse Freunde, de vertegenwoordigers van De Vriendenband (Piet Wijker en Lydia Pietersen), leden van de Stichting Atletiek Erfgoed onder leiding van Roelof Veld en leden van het Jeugdfonds onder leiding van Wim van der Krogt.

Hij memoreert dat een aantal mensen zich heeft moeten afmelden, waaronder Chris Konings die hij, net als alle andere zieke leden, van harte beterschap wenst.

Helaas hebben we afscheid moeten nemen vanaf de ALV van 2017 van Antoon Leewis, Joop Waterreus, Ton Eijkenboom, Hans Koomen, Corrie Janse-Wendels, Bob Boverman, Jan van Heek, Cisca Fischbuch-Lucas, Mien Schopman-Klaver, Ria Ineke-de Vos en Imke Parlevliet-Vaal. Verder wordt vandaag van Wim Kok, als staatsman van betekenis voor ons land, afscheid genomen. De voorzitter vraagt een moment van stilte in acht te nemen.

De voorzitter gaat in op de herinneringen aan fraaie prestaties tijdens de verschillende internationale wedstrijden en toernooien met klinkende prestaties.

Maar ook wordt aangestipt de inspanningen die de Vrienden gedaan hebben bij de wedstrijden, zoals Indoor Cup Zoetermeer, Battle of the B's (nu genaamd Internationale Amsterdam Battle) en de C-interland in Münster. Hij dankt het Jeugdfonds met name hiervoor.

De voorzitter gaat ook even in op de Oranjesupporters die in Birmingham en Berlijn dankzij een aantal vrijwilligers een gezamenlijk Oranjevak konden vullen. Hij staat met tevredenheid stil bij de ondersteuning van de Atletiekunie, die garant stond bij de afname van een aantal tickets. Daarbij is het internationale platform voor de supporters nog steeds groeiende.



Voor onze Oranjesupporters waren er zowel in Birmingham als Berlijn mogelijkheden gecreëerd om gezamenlijk de wedstrijden te kunnen volgen.

(foto Ed Turk)

De voorzitter memoreert dat 2018 geen gemakkelijk jaar was voor het bestuur. Enerzijds door de wisseling van een aantal posities binnen het bestuur en anderzijds door een herpositionering van supporters en leden binnen de vereniging. Hij stelt eerlijk dat dit tot spanningen binnen het bestuur heeft geleid. Dit heeft ons tot het inzicht gebracht om in overleg te gaan met de klankbordgroep die nauw bij de statutenwijziging betrokken was. De spanningen hebben ertoe geleid dat voor een van de bestuursleden dit aanleiding was zijn bestuursfunctie neer te leggen.

Het bestuur zal zich beraden hoe de portefeuille en dan met name de belangen van de supportersreizen op een verantwoorde wijze zullen worden ingevuld. Hij vraagt hier begrip voor en sluit af met het uitspreken van het vertrouwen op een voorspoedige toekomst voor de Vereniging Vrienden van de Atletiek. Daarna verklaart hij de vergadering voor geopend.

2) Ingekomen stukken en mededelingen

Er zijn geen ingekomen stukken.

Er zal een stembureau worden gevormd, mocht dit nodig zijn, door Frank Koomen en Wil van der Krogt.

Er is bericht van afzegging ontvangen van: Elly van Hulst, Terry Schaffers, Theo Hoex, Fons Mok, Jan Vermeulen, Harry Peters, Wilma van Gool, Enno Tjepkema, Hilly de Lange-Gankema, Ellen en Harry Joacim, Anny Schmitz, Gerry Heinemans, Marian de Schipper-Burggraaf, Rinus de Schipper, Els Stolk, Joke Bijleveld, Anja Akkermans, Wilma van den Berg, Hans en Cornelia Schulz, Ellen van de Bunt, Olga Commandeur, Dicky van Lunteren-van Dijk, Wies Lemmens-Thomas, Jack Evers, Riet van der Enden, Trudy Turk, Mieke Sterk, Pauline van den Berge, Stans Brehm, Ineke Bonsen, Chris Konings.

De secretaris vraagt aandacht voor de mailadressen. Wij communiceren graag en steeds meer via email en vragen leden die nooit hun emailadres hebben toegestuurd, dit alsnog te doen, maar ook bij wijziging dit aan het secretariaat door te geven.

3) Notulen van de ALV, gehouden op 28 oktober 2017

Theo Bonsen meldt dat hij vernomen heeft bij de Ter Specke Bokaal, dat iemand te horen kreeg “U hoort hier niet als Vriend van de Atletiek”. De voorzitter betreurt de ruis en zal dit voor de volgende keer herstellen (**actie Rien**).

Theo Bonsen vraagt aandacht voor topatleten die hun carrière beëindigen. Zij mogen niet vergeten worden. De voorzitter zegt toe dit aan de orde te stellen in het jaarlijkse gesprek met de AU (**actie Rien**).

Verder zijn er geen op- of aanmerkingen op de notulen.

De voorzitter dankt Kees de Kort (de voormalige secretaris) voor zijn werk.

4) Vaststellen jaarverslag 2017

Er zijn geen opmerkingen over het jaarverslag 2017. De voorzitter dankt de secretaris en Kees de Kort voor het maken van het verslag.

5) Goedkeuren financieel jaarverslag 2017 inclusief verslag kascommissie

De beoogde penningmeester Hans van Kuijen geeft een toelichting op de cijfers die in de Vriendenband nummer 4 gepubliceerd zijn. Hij memoreert dat dit een bijzonder jaar is geweest door de overgang van de boekjaarsluiting. Daardoor is de jaarrekening over oktober 2016 tot 31 december 2017 opgesteld.

Ed Turk wil graag toevoegen dat naar zijn mening de supportersreizen geen € 9000,- hebben opgebracht, maar € 56.000,-. Dit geeft beter weer wat er gebeurd is. De

penningmeester meldt dat deze cijfers zijn vastgesteld in de vergadering van mei 2018, waar hij als bestuurslid ook aanwezig geweest was en akkoord mee gegaan is. Er volgt een stevige discussie tussen Ed en het bestuur. Ed Turk vraagt nu het bestuur te vervangen, waarbij een lid de vergadering interrumpeert en Ed vraagt: “Wil jij dan de vergadering in je eentje gaan leiden?”

Daarnaast verklaart Ed bereid te zijn weer als bestuurslid plaats te nemen. Echter de voorzitter geeft aan dat dit geen agendapunt is en dus niet aan de vergadering wordt voorgelegd. De voorzitter geeft verder aan geen discussie over personen te wensen en vervolgt de vergadering.

Namens de kascommissie adviseert Elly de Regt-Henzen de vergadering de jaarrekening 2016/2017 goed te keuren en het bestuur te dechargeren voor het gevoerde financiële beleid over het boekjaar 2016/2017. Daarnaast doet de kascommissie twee aanbevelingen aan het bestuur (**actie bestuur**). Het bestuur wordt decharge verleend door de vergadering voor het gevoerde beleid.

6) Benoemen leden kascommissie

Chris van der Meulen zal nog een jaar zitting nemen in de kascommissie. Daarnaast stelt Frank Jutte zich beschikbaar. John Schoemaker is eveneens beschikbaar als lid van de kascommissie.

7) Financiële stand van zaken en begroting 2019

De begroting voor 2019 is geplaatst in De Vriendenband nr. 5 en is in het bestuur vastgesteld op 7 september in de bestuursvergadering.

Theo Bonsen vraagt of het juist is dat de kosten van de supportersreizen hoger zijn dan de opbrengsten. De penningmeester geeft uitleg op de systematiek. Ed Turk geeft aan dat 2019 een moeilijk jaar zal gaan worden, omdat er maar één bestemming is waar de supportersreizen op ingezet kunnen worden en waarschijnlijk zal het resultaat dan ook negatief zijn.

Theo Bonsen vraagt het bestuur dan ook de gelden die binnenkomen voor de supportersreizen te reserveren voor dit doel en niet in de algemene middelen op te laten gaan. De penningmeester doet deze toezegging (**actie Hans**).

Verder zijn er geen vragen en is de vergadering akkoord met de begroting.

8) Bestuursverkiezing

Alvorens aan de bestuursverkiezing te beginnen richt de voorzitter het woord tot Melchert Kok die bestuurslid is geweest vanaf 1 november 2008. Hij memoreert dat Melchert bij zijn aantreden een “jonkie” was in een seniorengezelschap en eigenlijk is hij dat nog steeds. Tijdens zijn bestuurslidmaatschap heeft hij heel wat stormpjes mogen ervaren,



Elly de Regt-Henzen doet verslag namens de kascommissie.
(foto's Marianne PISO)

maar als geharde Noord-Hollander kon hij dat wel weerstaan, mede door zijn ervaringen op de middenafstand. Zijn coach Cees Koppelaar had hem dat wel geleerd. Een van de



Melchert Kok treedt weliswaar terug als bestuurslid, maar zegt toe nauw betrokken te zullen blijven bij het wel en wee van de vereniging.

stormpjes was eind oktober 2015, toen Els Stolk stopte als voorzitter, zeer onverwachts, en Melchert tot eind 2017 als waarnemend voorzitter de functie op zich nam. Nuchter, zakelijk en rustig heeft hij het Vriendenschip netjes langs de klippen weten te laveren.

Als trainer is Melchert nu ook zeer actief in de loperswereld en als trainer van de KNVB-scheidsrechters krijgt hij steeds meer werk tot zich. Na tien jaar vond hij het welletjes en was niet meer herkiesbaar.

Gelukkig blijft Melchert via het bestuur van de Stichting Atletiek Erfgoed nog betrokken bij de Vrienden. De voorzitter dankt hem voor zijn inzet en plezierige contacten en overhandigt hem namens de Vrienden een passend geschenk. Hierna dankt Melchert allen voor de prettige samenwerking. Hij heeft het altijd met veel plezier gedaan en hij blijft ons volgen in de toekomst.

Hierna geeft de voorzitter het woord aan Wim van der Krogt voor de herverkiezing (volgens rooster) van hemzelf. Wim geeft een toelichting en beveelt de vergadering aan akkoord te gaan met de herbenoeming van Rien van Haperen als voorzitter voor een periode van drie jaar. De vergadering gaat unaniem akkoord.

Ten slotte vraagt de voorzitter de bevestiging van de bestuursfunctie van Hans van Kuijen. Hij is formeel aftredend en direct herkiesbaar. Hans heeft in maart 2018 de functie van penningmeester ingevuld die vrijgekomen was door het terugtreden van Harry Peters. De vergadering gaat akkoord.

Dan staat Ed Turk op, die enkele dagen geleden zijn functie heeft teruggeven. Hij memoreert zijn inzetbaarheid en mist woorden van waardering hierover van de voorzitter. Daarna gaat hij over op zaken die hier niet aan de orde zijn. De voorzitter geeft aan dat de supportersreizen alle aandacht verdienen van het bestuur en zegt toe hierop terug te komen (**actie Rien**).

9) Vrienden Jeugdfonds

Wim van der Krogt geeft een presentatie over de voortgang van het Jeugdfonds. Hij stelt dat we doorgaan op de ingeslagen weg. Samen met Marian Olyslager en Ed Turk is er goede voortgang gemaakt. Vijf atleten zijn ondersteund, twee hebben goed gepresteerd en drie vertoonden tegenvallende resultaten.

Theo Bonsen vraagt of er een prioriteitenlijstje is. Wim geeft aan dat het fonds geen schulden heeft en nog vijf jaar kan bestaan. De penningmeester vult aan dat er een meerjarenbegroting ligt voor vijf jaar. Het fonds bevat nu €31.000,-, maar dat zal sterk teruglopen. De wedstrijden gaan sowieso door en mogelijk zal met minder atleten kunnen worden doorgegaan.

10) Supportersreizen

Er was beoogd een presentatie te geven aan de vergadering, maar door de omstandigheden vraagt het bestuur dit punt schriftelijk af te wikkelen (**actie bestuur**).

De vergadering daarmee akkoord.

Kees de Kort vraagt een mandaat van het bestuur om voor 31 oktober a.s. een beslissing te nemen en de leden dit te melden. De voorzitter zegt dit niet toe, omdat dit een zorgvuldige behandeling vereist. De vergadering gaat hiermee akkoord.

Laurens Storm geeft nogmaals aan dat de mensen die een ticket besteld hebben dat ook gegarandeerd dient te zijn. De voorzitter zegt dit toe (**actie Rien**).

Theo Bonsen stelt voor een commissie te vormen om de supportersreizen uit te voeren met een linking-pin naar het bestuur. De voorzitter zegt toe dit in overweging te nemen (**Rien**).

11) Rondvraag

De voorzitter deelt mede dat helaas de voorzitter van de Atletiek Unie Eric van Burg niet meer zal verschijnen. Hij gaat het niet redden vanuit Geneve.

Hugo Tijsmans memoreert op zijn geheel eigen wijze de vergadering en wenst het bestuur een “stoffer en blik” toe. “Wij hebben elkaar nodig”.

Fennie van Osch vraagt wat de reden is dat we de functie van Melchert niet invullen. De voorzitter geeft aan dat het zich hierover nog zal beraden, maar als dit gebeurt dan heeft het de voorkeur van het bestuur de vacature in te vullen door een vrouw.

Harry Nijhuis vraagt voor een volgende keer om een locatie liever niet in het westen in verband met de lange reistijd vanuit het zuiden.

Ten slotte bedankt Christiane Offel

(Deutsche Freunde) voor het aanwezig mogen zijn bij de vergadering en stelt een banner aan de Vrienden ter beschikking die gehangen heeft in het stadion tijdens de afgelopen EK in Berlijn.

12) Sluiting

Hierna sluit de voorzitter de vergadering, bedankt eenieder voor zijn constructieve inbreng en nodigt de aanwezige leden uit voor de lunch en After Party.



Christiane Offel van de Deutsche Freunde biedt de banner aan van de EK in Berlijn. Voorzitter Rien van Haperen neemt hem dankbaar in ontvangst.

Jaap van Amsterdam, secretaris, 27 oktober 2018



**VERENIGING
VRIENDEN van de ATLETIEK**
Opgericht 26 mei 1951

After Party op de ALV van 27 oktober 2018 te Lisse

Na de algemene ledenvergadering wordt dit jaar besloten een “After Party” te houden, die dankzij de medewerking van Wim van der Krogt in het vernieuwde clubgebouw van de AV De Spartaan te Lisse werd gehouden. De party bestond uit een luxe lunch, waarbij tussen de gangen de Gouden Pluimen en Vriendentrofee werden uitgereikt.



Boven: Wim van der Krogt interviewt Alida van Daalen en haar moeder, tevens coach, Jacqueline Goormachtigh. (foto's Marianne PISO)

Rechts: Alida van Daalen en Lisanne de Witte zijn blij met hun Gouden Pluimen.

voor haar uitzonderlijke vooruitgang in het afgelopen jaar en haar prestaties op het EK onder de 18 in Győr. Een zilveren plak met discuswerpen 52,93 m en een bronzen plak met kogel 17,08 m.

Lisanne de Witte ontving de pluim voor haar prestatie op de 400 m tijdens de EK Senioren in Berlijn, waar ze met 50,77 sec. de bronzen medaille haalde. Haar tijd was tevens een nationaal record.

Voorafgaand aan die uitreiking werd door Wim de beide aanwezige atleten en hun coaches (Alida van Daalen met Jacqueline Goormachtigh en Lisanne de Witte met Sven Ootjers) een geanimeerd interview afgenomen. Ten slotte was het Rien van Haperen die de beide atletes een Gouden Pluim mocht uitreiken.

Alida van Daalen ontving de pluim



Na wederom een lunchgang was het de taak van de voorzitter om bekend te maken, dat de Vriendentrofee dit jaar wordt uitgereikt aan Hugo Tijsmans. Hij memoreerde dat Hugo als veelzijdig mens, filosoof en vooral mens onder de mensen getypeerd kan worden. Hugo was een atleet, official, kaderlid en vrijwilliger in uiteenlopende functies. Niet voor niets is hij dan ook Lid van Verdienste van Sparta en erelid van de Atletiekunie. Hugo denkt breder, objectief, is scherpzinnig en heeft gevoel voor reglementen. En dat of hij nu op een pupillenwedstrijd is, of bij de EK Atletiek in Amsterdam.

Verrast, maar trots poseert Hugo Tijsmans met Vrienden-trofee en bloemen.

Voor de Vrienden van de Atletiek is hij een gerespecteerde persoonlijkheid. Hij is betrokken, consciëntieus, integer en hij denkt mee aan oplossingen. Zijn rol in de Vrienden is onmiskenbaar. Ook voor lastige en moeilijke onderwerpen. Hugo was bij de recente veranderingen van de statuten degene die de positie van de atleet vooral centraal zette. Hij had oog voor



Charles van Commenée aan het woord.

accentverschuivingen naar een “open” vereniging. Hugo is een vraagbaak bij historische achtergronden en daarvoor kreeg hij deze dag de Vriendentrofee.

Het was Chris van der Meulen die met zichtbaar genoegen de trofee aan Hugo uitreikte. Na een dankwoord van Hugo werd de party vervolgd.

Het bestuur had ten slotte Charles van Commenée uitgenodigd als nieuwe Hoofd Coach per 1 oktober van de Atletiekunie om zijn visie en ideeën met ons te delen. Op zijn geheel eigen wijze wist hij een inspirerend betoog te houden, waarbij Wim van der Krogt de discussie met hem aanging. De zaal hing aan zijn lippen en was overtuigd van de grote stappen die met Charles gemaakt kunnen worden.

Er volgde nog een geanimeerd uurtje, waarin oude bekenden elkaar weer konden bijpraten. Daarbij werd een foto-impressie van Ed Turk getoond over de EK Berlijn, wat een goede indruk gaf van dit mooie evenement. Om 16.00 uur, onder dankzegging aan bestuur en de medewerkers van De Spartaan, werd er huiswaarts gegaan.

Jaap van Amsterdam

Impressies jaarvergadering en reünie zaterdag 27/10

De jaarlijkse reünie en jaarvergadering had ik door andere bezigheden een jaar overgeslagen. Echter op zaterdag 27 oktober jl. was ik weer van de partij. Het was als vanouds vertrouwd om de atletiekvrienden weer te ontmoeten. Het is toch altijd onze sport die ons verbindt en dat voelde ik deze dag ook weer. Jammer dat er veel vrienden ontbraken (misschien door de afstand naar Lisse?).



Ed Turk op de ALV in Lisse.

Ik heb altijd veel respect voor de vrienden die zo betrokken en gedreven zijn om op welke wijze ook zich voor onze sport in te zetten. En daar ligt dan ook vaak de valkuil. Zoals we in het verleden menigmaal hebben meegemaakt in besturen: mensen zijn het niet eens en er ontstaat een conflict. Persoonlijke verwijten maken het er dan niet beter op. Ook hier ging het om een respectabel lid van onze club die, zeer gedreven, van het vrijwilligerswerk bijna zijn levenswerk maakte. En dan gaat het fout als andere mensen er even wat anders over

denken. Jammer, want zo hebben we afscheid moeten nemen van Ed Turk, die deze middag het bestuur heeft moeten verlaten. Ed had het er zichtbaar moeilijk mee. Als lid van de Vrienden liet mij één en ander niet onberoerd. In de weken ervoor werd onze klankbordgroep er al mee geconfronteerd. Het houdt iedereen weer bezig, ook erna. Een conflict in het bestuur van de Vrienden, dat was lang geleden voor het laatst...

Toch ging ik uiteindelijk met een positief gevoel weer naar huis. Met onze nieuwe voorzitter, Rien van Haperen, die de vergadering maar mijn mening in goede banen wist te leiden, kregen we toch een leuke middag.

Ik heb ook genoten van de interviews van Wim van der Krogt met onze jeugdige talenten, coaches en hoofdcoach van de bond. Ook alle respect voor al het werk wat hij voor het jeugdfonds verricht! Wim was deze middag ook de spil in het goede verloop van de 'after party'.

De toespraak van de Duitse afgevaardigde van de Vrienden aldaar, vond ik persoonlijk wat te lang duren. Maar goed, haar inbreng hoorde er ook bij.

De uitstekende lunch in de gloednieuwe mooie kantine van De Spartaan in Lisse maakte deze middag tot een succesvolle bijeenkomst.

Tot slot complimenteer ik graag iedereen die zich heeft ingezet voor de goede organisatie van deze middag!



Lisanne de Witte bleek boeiend en geestig te kunnen vertellen over haar atletiekleven.

(foto's Marianne Piso)

Frank Jutte

Ouwe jaarke zoete

de maand december
honing en gember
snoepgoed sinterklaas
marsepein speculaas
suikerbeesten en fondant
uit zoet royale hand

met spijs gevulde stol
krenten in de oliebol
diner met gangen
vet druipt van de wangen
bout van vogel en dier
gespoeld met wijn en bier

het overdadig
voor lijf ongenadig
we nemen voor
gaan zo niet door
straks moeten we boeten
voor ouwe jaarke zoete

De Moerman methode

We kunnen het ons tegenwoordig nauwelijks nog voorstellen, maar zo'n 50, 60 jaar geleden waren de communicatiemiddelen veel beperkter dan tegenwoordig. Elkaar een kaart of brief schrijven, opbellen (mits je thuis de beschikking had over een vaste telefoon, in de gang uiteraard, niet in de huiskamer, want dat was ongepast), of een telegram sturen, dat waren wel zo ongeveer de mogelijkheden.

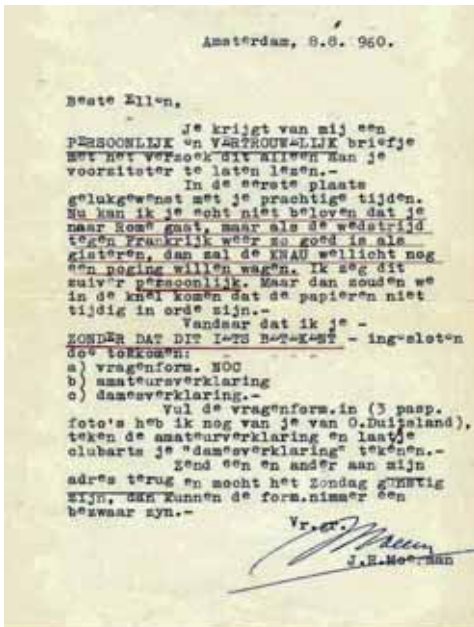
Het is duidelijk dat ook sportorganisaties als de Atletiekunie moesten roeien met de riemen die ze hadden om contact te krijgen met de leden van hun sportsselecties. Jo Moerman, de eigenzinnige, alom aanwezige secretaris van de KNAU in die tijd, gebruikte die communicatiemiddelen op geheel eigen wijze; daar weten verschillende van onze leden nog over mee te praten.



Jo Moerman. (foto Wil Senho; bron: AW nr. 5 - 1970)

Klap

Ellen Joacim-Ort bijvoorbeeld. In 1960 was zij een aanstormend sprinttalent dat, eenmaal door haar eindexamen Kweekschool heen, vrijuit kon trainen en die zomer met sprongen vooruit ging. Op het NK in Eindhoven veroverde zij haar eerste nationale sprinttitel en in de AW werd ze gelijk gebombardeerd tot de grootste verrassing van de kampioenschappen. Een week later kwam zij op het Olympiaplein zelfs tot 11,7s, een tiende seconde onder de Olympische limiet. Plotseling hadden we er een kandidate voor de Olympische Spelen in Rome bij. Maar daar dacht onze KNAU-secretaris voorlopig nog even anders over. Een week na die 11,7 ontving Ellen Ort van Jo Moerman nevenstaand briefje, getypt op een overjarige typemachine.



Brief van Jo Moerman. (beschikbaar gesteld door Ellen Joacim-Ort)

Veertien dagen later vond die door Moerman in zijn schrijfsel als voorwaarde gestelde



interland tegen Frankrijk plaats in Vlaardingen. En nadat Ellen Ort in de tussentijd had moeten opdraven om Olympische kleding te passen, injecties te ondergaan en een dames-plus amateurverklaring te regelen, werd zij in Vlaardingen, toen het erop aankwam, op de 100 m tweede in 11,9 s. Ellen: “Ik had op de een of andere manier een slechte start. Van de zenuwen, of weet ik wat. In ieder geval, toen ben ik niet gegaan.”

Navrant detail, de winnares van de 100 m in Vlaardingen, de Française Catherine Capdevielle, werd later in Rome vijfde.

(foto archief Atletiekerfgoed)

“Dat ik niet naar Rome mocht vond ik heel erg. Dat was een klap. Dan faal je, hè. Dan ben je niet sterk genoeg of zo”, blikt Ellen Joacim-Ort terug.

Perplex

Hordenloper **Peter Nederhand** had een heel ander soort ervaring met Jo Moerman. “Ik was –dat kun je je nu niet voorstellen– een hele verlegen jongen, echt heel timide, altijd overschaduwd door een oudere broer. Ik was ook een nakomertje. Toen ik zeventien was, kwam ik van de HBS-B af. In 1950 was er helemaal geen baan en ik had ook geen idee wat ik zou gaan worden. Ik ben toen bij de Rotterdamsche Bank gaan werken, de Robaver toen nog. Dat was op de Coolsingel. Eén van de mensen die daar ook werkten, bij de Rotterdamsche Bank in Amsterdam, was Jo Moerman. In 1951 zat ik op een zaterdagochtend op de bank –toen werkte je nog op zaterdag–, werd ik ineens op een binnenlijn opgebeld, de secretaris van de NTC: *Peter, morgen om 10.00 uur bij het Station DP (Delfse Poort), want je bent gekozen voor de Nederlandse atletieploeg*. Ik was helemaal, maar dan ook helemaal perplex!”

Peter Nederhand was uiteraard in de wolven dat hij was gekozen voor die interland tegen België, die in Antwerpen plaatsvond. Een onverdeeld genoeg was het echter niet. “In ’51 was ik met mijn achttien jaar toch wel redelijk jong in de Nederlandse atletieploeg, de seniorploeg dan, hè. Een ramp was



Peter Nederhand in 2017.

(foto Piet Wijker)

dat. Ik had er de buitenbaan. Ze hadden daar in Antwerpen een betonnen tribune, die ze hadden afgeschermd door een muur. En daar hadden ze de horden tegenaan gezet. Ik was zo klein, ik raakte altijd bijna alle horden. Daar raakte ik hem ook, maar zo dat ik over de kop ging. Die horde bleef bijna staan!”, herinnert Peter Nederhand zich.

Droom

Een goed voorbeeld van het ‘last minute’-werk dat Jo Moerman soms verrichtte, onderging ultraloper **Joop Keizer** in 1964. Joop, toen nog een beginnende



Joop Keizer in tweede positie tijdens de 1500 m in Zaandam.

(foto's beschikbaar gesteld door Joop Keizer)

middenafstander, was eigenlijk nog aan het terugkomen, na in 1962 een zware operatie te hebben ondergaan aan een spatader in zijn rechterbeen die van boven tot onder moest worden verwijderd. Juist drie dagen na zijn 23^e verjaardag, op 14 juni 1964, had hij in Zaandam een regionale 1500 meter gewonnen. Onder winderige omstandigheden (volgens Joop woei de wind keihard) had hij in 3.56,2 iedereen met overmacht zijn hielen laten zien, onder wie Wim Würster, Anton Blok en Ben Giling. Niet de minsten in die tijd. Keizers winnende tijd was op dat moment

de vijfde of zesde tijd in Nederland. Goed natuurlijk, maar nog geen tijd waarmee je normaal gesproken de Nederlandse ploeg zou halen.

Echter, op zaterdag 27 juni werd er bij Joop Keizer aan de deur een telegram afgegeven, afkomstig van Jo Moerman en gericht aan secretaris Sassen van Keizers vereniging Atletika. Joop: “Daar gingen alle uitnodigingen enz. naartoe; niemand had je adres en een telefoon hadden wij ook niet.” De tekst was kort maar krachtig, zoals de afbeelding hiernaast laat zien. “Ik zou net gaan trainen, dus ik kon gelijk mijn tas inpakken om na het eten op de bus te stappen en naar het CS te gaan. Ik leefde in een droom, zo blij was ik.”



Telegram van Jo Moerman.

Het betrof hier de interland van Nederland tegen België en Mittelrhein, die de volgende dag in het Duitse Opladen zou plaatsvinden. In het uitgebreide AW-verslag van die interland valt te lezen, dat Moerman c.s. tot deze invalbeurt van Joop Keizer hadden besloten, nadat Gijs de Bode was uitgevallen en Anton Blok niet bereikbaar was geweest. Van het hotel weet Keizer zich niks meer te herinneren, wel dat hij voor de wedstrijd licht gemasseerd werd en dat Jo Moerman hem had toegefluisterd: *Joop, loop hem in elk geval uit, want dat geeft altijd nog een punt.* Kortom, de verwachtingen waren niet hoog gespannen; Keizer trad immers pas aan als derde of vierde keus voor deze interland.

Hoe anders zou het echter lopen. De AW schrijft: *Deze tengere knaap, die niets te verliezen had, haakte aan toen Harry Jansen het tempo aangaf bij de eerste 400m van de 1500m (59,0), beet zich vast aan het trio Allonsius, Schwarte en Gheguiere tijdens de 2^e ronde (800m in 2.01) en was zowaar de Belg Gheguiere (liep reeds 3.48,2) gepasseerd toen de 1200m (3.04) achter de rug was. Tegen Allonsius (3.46,4) en Schwarte (3.47,2) was Joop nog niet opgewassen, maar in 3.51,1 werd hij derde in een tijd die ruim 5 sec. beter was dan zijn eigen beste tijd. In 3.51,1 rukte hij op naar het hoofd van de Nederlandse ranglijst 1964.*

Joop: “Dat het snel ging kreeg ik echt pas door tegen het eind, omdat Chris Konings in de laatste bocht mij keihard toeschreeuwde: **Joop, ga door, ga door, er zit 3.50 in!** Na de finish moest ik (verzorgd door onze chef d’equipe) op de foto met de Belgische kampioen en O.S.-deelnemer 1500m Eugène Allonsius. Ook moest ik op het ereschavot om de prijs in ontvangst te nemen

[De prijs voor de meest verdienstelijke prestatie van de landenwedstrijd, die aan Joop Keizer in Opladen werd uitgereikt.](#)

voor de meest bijzondere prestatie in het toernooi, uitgereikt door de burgemeester van de stad Opladen.” Sneller dan zijn 1500m in Opladen zou Joop Keizer op deze afstand nooit meer worden. Maar dat had meer te maken met zijn latere keuze om zich toe te leggen op het ultralopen, dan met zijn atletische kwaliteiten.



Invloed

Het gaat wellicht te ver om te stellen dat KNAU- en NTC-secretaris Jo Moerman in de positie verkeerde om de carrières van Nederlandse atleten te maken of te breken. Maar, afgaande op de hier beschreven voorbeelden, staat wel vast dat hij er een belangrijke invloed op heeft gehad

Piet Wijker

Supporters: een terugblik, evaluatie en toekomstvisie

Terugblik

Nadat op 29 oktober 2016 tot structuurwijziging van onze vereniging was besloten, waarbij de vereniging werd opengesteld voor allen die de atletiek een warm hart toedragen, zijn we enthousiast begonnen aan het organiseren van Oranje vakken bij vijf belangrijke internationale wedstrijden om zo supporters/leden te kunnen werven. Zo waren we in 2017 met een veertigtal Oranje supporters in Belgrado bij de EK indoor, met een man of 90 in Lille bij de EC Teams en met 200 man in Londen bij de WK. In 2018 trotseerden een 30-tal Oranje fans de sneeuwstormen in Birmingham voor de WK indoor en togen 120 supporters naar Berlijn voor de EK aldaar. In vorige Vriendenbanden hebben we daar verslag van gedaan. Op deze reizen hebben we veel positieve reacties ontvangen. Al met al een geslaagde nieuwe activiteit. En de EK in Amsterdam in 2016 heeft zeker ook bijgedragen aan het toenemende Oranjegevoel onder de fans.

Om dit alles mogelijk te maken, is achter de schermen veel werk verricht. Het begon met een gesprek dat ik op 16 januari 2016 met de vroegere voorzitter van de Freunde der Leichtathletik, Hans Schulz, in Dortmund had. Aanleiding was de C-interland, maar omdat wij als bestuur ons toen al zorgen maakten over de toekomst van de Vrienden, vroeg ik hem ook maar eens hoe de Freunde der Leichtathletik een en ander georganiseerd hadden. De Freunde zijn een vereniging van atletiekfans, die naast het bezoeken van wedstrijden ook jaarlijks atletiekprojecten ondersteunen, zoals wij dat voor het Jeugdfonds doen. Er is een aparte vereniging van oud-atleten, die in het clubblad van de Freunde ruimte krijgt om haar activiteiten en verjaardagskalender te publiceren. Gemiddelde leeftijd van die oud-atleten is ongeveer 80 jaar. Er komen niet meer dan 40 man op hun reünie. Een probleem dat wij ook zagen opdoemen.



Oranje supporters in speciaal gereserveerde vakken op alle belangrijke internationale wedstrijden, dat is het doel waarnaar wij streven. (foto's Ed Turk)

seerd hadden. De Freunde zijn een vereniging van atletiekfans, die naast het bezoeken van wedstrijden ook jaarlijks atletiekprojecten ondersteunen, zoals wij dat voor het Jeugdfonds doen. Er is een aparte vereniging van oud-atleten, die in het clubblad van de Freunde ruimte krijgt om haar activiteiten en verjaardagskalender te publiceren. Gemiddelde leeftijd van die oud-atleten is ongeveer 80 jaar. Er komen niet meer dan 40 man op hun reünie. Een probleem dat wij ook zagen opdoemen.

Supporters Clubs Platform

Hans Schulz vertelde mij, dat de supportersclubs van Duitsland (de Freunde) en Groot Brittannië (BASC) een half jaar eerder een brief aan European Athletics hadden geschreven om meer aandacht te vragen voor de wensen van “travelling supporters” bij het bezoeken van grote internationale wedstrijden. Onze vroegere voorzitter Els Stolk had daarbij al aangegeven, dat ook wij hierin geïnteresseerd waren. European Athletics (EA) schoof het gevraagde gesprek op de lange baan, omdat EA een gesprek met een of twee nationale supportersclubs weinig zinvol achtte. Omdat ik als oud-accountant van

European Athletics wel wat mensen uit het EA-bureau in Lausanne kende, heb ik hen in een korte e-mail aangegeven, dat de Vrienden zich nu ook volledig achter deze brief hadden geschaard en heb ik aangedrongen op een spoedig gesprek. Vrij snel daarna kregen we de uitnodiging om in Bregenz, tijdens de bekende Götzis meerkampen, om de tafel te komen zitten. Bij dat gesprek waren tevens aanwezig de organisatoren van de EK indoor 2017 in Belgrado en Frank Kowalski van de EK 2018 in Berlijn. Beide organisatoren wilden in hoge mate tegemoet komen aan onze wensen. De eerste stappen waren gezet. Een vervolggesprek vond plaats in Amsterdam tijdens de EK 2016, waarbij ook de Zweden aanschoven, plus de organisatoren van Belgrado en Berlijn. De EA bevestigde daarbij het belang van de “travelling supporters” en deelde mee, dat voor EA de supporters direct achter de media en de VIPs op de derde plaats kwamen. Besloten werd tot het oprichten van een Supporters Clubs Platform. Een platform waar afgevaardigden van supportersclubs, wedstrijdorganisatoren en European Athletics elkaar konden treffen tijdens de EK's indoor en outdoor. Dus minimaal eenmaal per jaar. Vervolgbijeenkomsten vonden plaats in Birmingham en Berlijn en binnenkort in Glasgow. Die platformbijeenkomsten vormen de basis voor onze supportersreizen. Altijd goed om een directe ingang bij de wedstrijdorganisatoren te hebben en om bij problemen op European Athletics te kunnen terugvallen, zoals bij de ticketing problemen in Belgrado. Inmiddels zijn ook contacten gelegd met supporters uit Frankrijk, Italië en Polen.



Bijeenkomst van het Supporters Clubs Platform in Berlijn. Vlnr Hans Schulz en Alfred Maasz (GER), Laurens Storm en de lege stoel van Ed Turk (NED), Phillip Andrew en John Standerline (GBR).

Tijdens de Meeting in Berlijn gaf EA Executive Board Member Thoralf Nilsson ons een inkijkje in de plannen voor een geheel nieuwe competitie-opzet voor de European Games. De EA omschrijft dit nieuwe evenement als ‘Dynamic New Athletics’. Het idee is om deze teamcompetitie te verwerken van 23 t/m 28 juni 2019 in Minsk. Aardig onderwerp om in de volgende Vriendenband eens uit de doeken te doen.

Evaluatie

In De Vriendenband van augustus 2016 (nr. 4) heb ik een uitgebreide “Toelichting structuurwijziging en nieuwe statuten” geschreven. Met het introduceren van supporters/leden beoogden we de financiële draagkracht van de vereniging te versterken en meer geld voor het Jeugdfonds te creëren. Tevens verwachtten wij, dat die nieuwe leden ook bestuurlijke en andere werkzaamheden voor de vereniging zouden kunnen gaan verrichten. Daar zijn we naar mijn mening prima in geslaagd.

In 2016 begonnen we met 312 leden en donateurs. Sindsdien zijn 30 Vrienden overleden en hebben nog eens 42 Vrienden hun lidmaatschap opgezegd, voornamelijk om gezondheidsproblemen, dan wel het ouder worden, waardoor de binding met de Vrienden vervaagde. Als er geen leden/supporters zouden zijn bijgekomen, waren we nu op 240 leden uitgekomen en was de begroting zwaar onder druk komen te staan. Maar gelukkig kwamen er tegelijkertijd 100 nieuwe leden/supporters bij en staat de teller nu op 340 leden en donateurs. De supportersreizen konden mede dankzij de garantstellingen van de Atletiekunie kostendekkend worden georganiseerd. Het positief saldo van contributies van leden/supporters plus ticketverkoop minus inkoop tickets en organisatiekosten bedroeg over 2017 en 2018 bij elkaar dik €5.200, waarvan een deel ten goede is gekomen aan het Jeugdfonds. Uit de supportershoek hebben we in Hans de Vries een ledenadministrateur kunnen werven. De supporters stuurgroep (denktank) bestond uit Martine Passier (juriste), Bob de Dood (econoom) en Ed Turk (initiator en coördinator). De supporters werkgroep bestond uit Laurens Storm en Ria Hulsink (ticketing) en Wim Peeters (website en webshop). Veel werk is verzet. Waar nodig direct één op één contact, om periodieke plenaire vergaderingen te vermijden. En we hebben natuurlijk ook altijd nog e-mail. Als externe Sports Tour Agent gebruiken wij Ben van Jamin Sports, die ook voor de BASC werkt. In Berlijn konden we elkaar nog aan kaartjes helpen. Dankzij zijn site visits konden we goede plaatsen reserveren. Zie ook de advertentie van Jamin Sports in dit blad. Conclusie mag zijn dat de herstructurering is geslaagd en dat de supportersreizen staan als een huis.

Toekomstvisie

Graag willen we de ingeslagen weg voortzetten. Voor 2019 staat het EK indoor in Glasgow op het programma (vrijdag 1 maart t/m zondag 3 maart). Dankzij de medewerking van de Atletiekunie en van de Britse zusterclub BASC hebben we extra kaarten kunnen reserveren. Via de webshop op de website zijn die te reserveren/kopen.

Team NL, dat helaas in Lille degradeerde, kan dit jaar weer een gooi doen naar de Super League. Die wedstrijd vindt plaats in Sandness in het zuiden van Noorwegen van 9 t/m 11 augustus. Supporters zijn daar natuurlijk van harte welkom. Binnenkort hopen we hierover meer te kunnen vertellen. Via Jamin Sports is het mogelijk om naar de WK in Doha in september te gaan. In 2020 gaan we natuurlijk weer in grote getale naar de EK, die dan in Parijs wordt gehouden.

De supportersactiviteiten hebben intussen zo'n omvang genomen, dat het verstandig lijkt om de organisatie van deze activiteiten en het onderhouden van het opgebouwde internationale netwerk in een aparte structuur onder te brengen, zoals dat ook voor het Jeugdfonds en de stichting Erfgoed is gebeurd. Een zekere mate van zelfstandigheid is uit het oogpunt van efficiëntie wenselijk. De kascommissie heeft al aangegeven, dat het verstandig zou zijn om voor de supportersactiviteiten een eigen bankrekening te openen. In de ALV en het bestuur was daar steun voor. Aangezien veel betalingen aan het buitenland geschieden, is een Engelse naam voor die bankrekening wenselijk. We hopen ook de komende jaren weer in veel Oranje vakken van mooie atletiek te kunnen genieten.

Ed Turk



JAMIN

SPORTS

WORLDWIDE TRAVEL AND TICKET PACKAGES

EURO CROSS - TILBURG - DEC 2018

EURO INDOOR - GLASGOW - MAR 2019

WORLD CROSS - AARHUS - MAR 2019

EURO TEAMS - BYDGOSZYCZ - AUG 2019

MULTI EVENT - GOTZIS - MAY 2019

WORLD CHAMPS - DOHA - SEPT 2019

FLEXIBLE PACKAGES

GREAT SEATS GREAT LOCATIONS

GREAT PRICES

THE FRIENDLY WAY TO TRAVEL

INFO@JAMINSPORTS.CO.UK

WWW.JAMINSPORTS.CO.UK



facebook/jaminsports (+44) 0800 840 1116



Nieuws van de Stichting Atletiekerfgoed

► Het monument voor Foekje Dillema

Het jaar loopt ten einde. Tijd om het bureau op te ruimen in de hoop nog iets aardigs tegen te komen voor de december Vriendenband. Jawel, nog een oude enveloppe van Chris Konings over het monument voor Foekje Dillema. U weet dat Chris niet kan ophouden met zoeken naar nieuwtjes en feitjes over de Friese atlete.

Hier betref het een stukje van Willem Bosma met foto. Ons voormalige lid Geesje Jorna sprak bij de onthulling van het monument. Het werd ontworpen door Ids Willemsma. De symboliek schuilt in de duidelijk te herkennen hardloopenbenen. Het werd geplaatst bij de ingang van de baan van AV Lionitas in Leeuwarden. Op die plek begon Dillema bij het toenmalige Vitesse.



Jonge meiden van AV Lionitas lopen een 200 meter-parcours langs het monument voor Foekje Dillema.

FOTO HOGÉ NOORDEN/JAAP SCHAAF

► Nog één keer een oproep

Archivaris Marius Bos mist nog enkele Vriendenbanden voor het Atletiekerfgoed archief. Ook wil hij graag weten wanneer de eerste Vriendenband van “de persen” rolde. Hieronder volgt een opgave van de huidige lacunes met de vraag; heeft u deze nog?

Ontbrekend:

Uit 1952 en 1953: alle nummers. 1952 en 1953 zijn al wel de jaargangen 1 en 2.

Uit 1954: nummers 1 t/m 5, nr. 9 en hoger. De nummers 6, 7 en 8 hebben we dus wel.

Uit 1963: nummers 12 en hoger. In ons bezit zijn de nummers 1 t/ 11 (september), we nemen dus aan dat er nog meer nummers zijn verschenen.

Uit 1964: nummer 5 uit de serie van 6.

Uit 1991: nummers 2 en 5 uit de serie van 6.

Uit 2000: nummer 4 uit de serie van 6.

Voor de Atletiekunie verzorgen we ook de archivering van door de AU uitgegeven bladen:

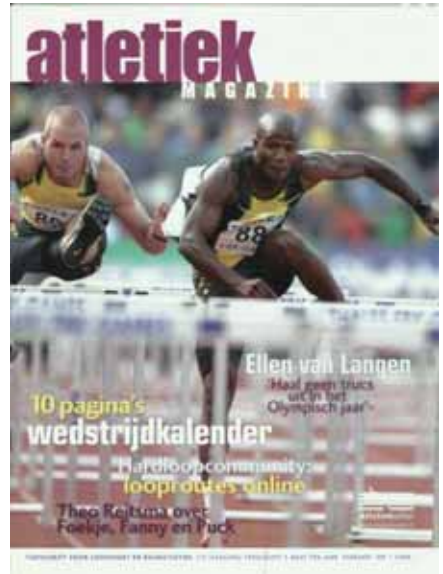
Van Atletiek Actueel, verschenen van 1999 t/m 2005, betwijfelen we of we jaargang 2005 compleet hebben.

Van Atletiek Magazine, verschenen van 2000 t/m 2008), missen we nummer 1 van jaargang 2008.

Het exemplaar van Atletiek Magazine, waar Atletiekerfgoed naarstig naar op zoek is.

Informatie bij Marius Bos, tel. 070-3923044.

Overname of kopiëren in onderling overleg.



► **Bedankjes**

- Ontvangen van Riet en Dirk de Bruijn een aantal boeken over verschillende Olympische Spelen. Enkele waren reeds in ons bezit, maar er zijn voor ons waardevolle aanwinsten bij!

- Ontvangen van Marlous Lash films (met bijbehorende afspeelapparatuur) gemaakt in opdracht van John Lamet, een trainer die tientallen jaren in Den Haag werptrainingen heeft verzorgd. Haagse werpers, maar ook veel uit alle hoeken van het land wisten John te vinden. Plus twee mappen vol met negatieven die alles bij elkaar een schat aan materiaal opleveren over de opvattingen, vooral over het werpen, uit de tweede helft van de vorige eeuw.

Hugo Tijsmans

VOOR HET VOETLICHT

Waar is de Limburgse middellange afstand gebleven?



Cor Lambregts: “Mijn 2:11.02 op de marathon in Rotterdam, daar ben ik heel trots op. Alleen had ik graag nog drie seconden harder gelopen. Dat is het Michel Buttergevoel hè, maar dan nog dichterbij, hahaha.” (foto Piet Wijker)

Infobox

<i>Naam:</i>	Cornelis Johannes Maria (Cor) Lambregts
<i>Geboren:</i>	22 april 1958 te Roermond
<i>Discipline:</i>	lange afstand
<i>Titels:</i>	<u>Ned. kamp. sen.:</u> 10.000 m 1981, 25 km 1987, veldlopen 1983
<i>Deelnemer OS:</i>	1984
<i>Deelnemer WK Cross:</i>	1981, 1984
<i>Deelnemer EK:</i>	1986
<i>Interlands:</i>	13
<i>PR's:</i>	<u>Baan:</u> 1000 m 2.28,0, 1500 m 3.42,49, 3000 m 7.51,79, 5000 m 13.32,94, 10.000 m 27.57,53, 1 uur 19.803 m <u>Weg:</u> 10 km 28.33, 15 km 44.32, 10 Eng. mijl 46.29, 20 km 57.40, halve mar. 1:00.40, 25 km 1:15.01, mar. 2:11.02

Je kunt de top van de Nederlandse atletiek op verschillende manieren in kaart brengen. In de vorige Vriendenband deed ik dat via het aantal medailles, dat door Nederlandse atleten was behaald op de grote internationale toernooien van de laatste tien jaar. Deze keer belicht ik onze nationale top vanuit een nadere invalshoek. Ik neem daarbij als uitgangspunt de atleten die deel uitmaken van Team NL, zoals die op de website van de Atletiekunie gepubliceerd staan. Ik mag ervan uitgaan dat dat onze huidige top is, toch? Weliswaar bevinden zich onder hen enkele atleten van wie we dit jaar weinig tot niets hebben vernomen, maar laten we dat vooral positief uitleggen: de Atletiekunie laat je blijkbaar niet zo gauw meer vallen in tijden van sportieve tegenslag of fysiek malheur. Die groep dus, in totaal 81 man en vrouw sterk.

De vraag die zich hier voordoet is, uit welke delen van ons land die toppers nu eigenlijk afkomstig zijn. Ik heb hierbij de geboorteplaats als logisch startpunt genomen. Daarbij valt al gelijk iets op: achttien van hen zijn helemaal niet geboren in een van onze twaalf provincies. Oftewel: bijna een kwart van al onze huidige toppers is afkomstig uit andere delen van de wereld, ook al zijn acht van hen geboren op een van de Nederlandse eilanden in het Caribisch gebied. Hofleveranciers van de polderlandse kweekvijver van talent zijn Noord-Holland met 21 en Zuid-Holland met 13 atleten. Da's opvallend, want Zuid-Holland is met voorsprong de grootste provincie qua bevolking met ongeveer 3,65 miljoen inwoners. Noord-Holland moet het met bijna een miljoen minder mensen doen, maar is dus qua leverancier van talent veruit koploper.

Met zo'n 1,1 miljoen inwoners is de provincie Limburg een goede middenmoter. Op het gebied van de aanlevering van topatleten bungelt het tegenwoordig echter in de onderste regionen, met zegge en schrijve twee vertegenwoordigers in de technische disciplines. Geen enkele looper maakt deel uit van Team NL en dat is vooral een doorn in het oog van Cor Lambregts. Waar zijn de tijden gebleven dat Limburg hofleverancier was van nationale en in sommige gevallen zelfs internationale grootheden als Maria en Els Gommers, Joep Delnoye, No Op den Oordt, Wil Willems, Carla Beurskens, Peter en Wilma Rusman, Sjef Hensgens, Bob Dielis, Kees van Loon, Eric van Amstel, Hugo Kusters? En niet te vergeten Cor Lambregts zelf natuurlijk.

Kantelpunt

Voor de oud-atleet uit Roermond was het kantelpunt het jaar 2015, het jaar van de NK Veldlopen in Kerkrade. Cor: "Van alle categorieën was er maar eentje uit Limburg bij de top tien! De malaise in het middellange afstandslopen was toen zó slecht, dat we met een aantal als trainers, niet als verenigingen, bij mekaar zijn gaan zitten en hebben gezegd: jongens, moeten we, kunnen we samenwerken?" Lang verhaal kort, een hecht samenwerkingsverband is hier nooit uit voortgekomen, al kwam een deel van deze groep later wel degelijk met een plan om de middellange afstand te promoten en verder te ontwikkelen. De Provincie Limburg vond dit aanvankelijk prima, maar in een latere fase moesten ook de initiatieven vanuit de wedstrijdevenementen en de breedtesport hierbij worden betrokken, vond men. Cor Lambregts: "Er werd gezegd: alle mensen met

initiatieven worden uitgenodigd voor een startoverleg. Dan gaan jullie het onderling maar uitzoeken, jullie maken maar plannen. Als je een goed plan hebt, krijg je subsidie en dan ga je de koek maar zelf verdelen. Dat was de insteek, maar dat was in mijn optiek ook gelijk de doodsteek. Want iedereen heeft zijn eigen belangen. Evenementen als de Venloop, Maastrichts Mooiste, de Roermond City Run, of de Parelloop hebben toch een heel ander belang dan iemand die uit passie de middellange afstand van de grond wil tillen? Maar goed, er was dus een beleidsplan en nu moest er een werkplan komen en een uitvoeringsplan. Nou, ik heb niks meer gezien. Ik heb er moeite mee als zoiets niet van de grond komt.”

Lambregts vindt dat alles bij het scouten van talenten begint, zoals ze bijvoorbeeld in Gelderland doen, waar Honoré Hoedt in het kader van het plan ‘Looiland Gelderland’ veel werk verzet. “Die gaat scholen af, enthousiasmeert mensen om vanuit hockey of weet ik veel naar het lopen te komen. Die worden dan uitgenodigd, daar wordt in geselecteerd en dan blijft er een klein groepje over. En daar komen gewoon resultaten uit, zoals Jasmijn Lau, Floor Doornwaard en andere talenten.”

Cor Lambregts is trouwens zelf nooit gescout. Hij werd als negenjarig jochie aanvankelijk gegrepen door het wielervirus, toen in 1967 de wereldkampioenschappen wielrennen in Heerlen plaatsvonden en hij zijn grote favoriet Jan Janssen in de eindsprint met een half wiel geklopt zag worden door Eddy Merckx. Op zijn elfde stapte hij zelf op de racefiets en nam acht jaar lang deel aan allerlei wielervedstrijden, al duurde het volgens Cor anderhalf jaar, voordat hij er eindelijk in slaagde om überhaupt een wielervedstrijd uit te rijden. En hoewel hij op den duur bij tijd en wijle een aardig prijsje in de wacht wist te slepen, was een finish bij de eerste tien toch een zeldzaamheid.

Olympische Spelen rond het plein

Intussen was zijn hardloopaanleg ook al vroeg gebleken. In een recent artikel in ‘De Limburger’ vertelt hij daarover: “Bij een pak Biotex kreeg je een boekje met de Nederlandse deelnemers aan de Spelen in Mexico in 1968. Er zaten ook medailles in: stickers van goud, zilver en brons. Ik maakte kartonnetjes, plakte de stickers tegen elkaar, deed er een touwtje doorheen en ging met mijn vriendjes Olympische Spelen organiseren. Toen was ik tien jaar. Er was een pleintje met een omtrek van 100 meter en dan gingen we 100 rondjes rennen. Er kwam er maar eentje aan de finish, dat was ik.”

Later, op de MTS, kwam die aanleg voor het lopen opnieuw tot uiting. Lambregts: “Elk jaar met de Kerst organiseerde mijn leraar een Coopertest. Wie het verste was, won een platenbon. Die pakte ik dus.” Bij zijn overstap naar de HTS koos hij toen, na lang wikken en wegen, voor de atletiek. “Het studeren werd steeds serieuzer. Als amateur ging je koersen van 80 tot 100 kilometer rijden en daar moest je dus ook veel meer voor trainen. Dat kon ik steeds moeilijker combineren met mijn studie. Toen dacht ik, wel met pijn in het hart: dan ga ik gewoon hardlopen. Toen heb ik mij aangemeld bij Swift Atletiek. En het eerste crossje, bij de A-junioren nog, won ik gelijk.” Een overgang was het wel, die eerste winter. Lambregts, die gewend was aan wielercriteria waarvoor de nodige tamtam

was gemaakt en die dus publiek trokken, vond het merendeel van de veldlopen waaraan hij deelnam maar saai. “Een paar mensen in de kou en een handjevol deelnemers.” Het merendeel ervan won hij dan ook probleemloos.

Titel en PR in examentijd

Die overwinningen stimuleerden echter toch, want drie jaar later had hij op de 5000 en 10.000 m de nationale top al in het vizier, om het jaar daarop, in 1981, op de 10.000 m in 28.47,4 zijn eerste nationale titel te veroveren. Op de HTS snapten ze er niets van. Lambregts: “Ik weet nog dat die leraar –we waren met afstudeeropdrachten bezig en dat was best wel veel werk– zei: *ik weet niet hoe jij dat doet. Je moet daar heel hard aan werken, maar ik zie je in de krant en ik zie je op TV, hahaha.* Maar ik woonde thuis, dus ik had alle faciliteiten. Het was voor mij ook een uitlaatklep. In de tijd van de examens liep ik die tijd, misschien wel juist omdat je ook met andere dingen bezig bent.”

In 1981 waren Cor Lambregts en Klaas Lok aan elkaar gewaagd. Op de NK Baan trok op de 5000 m Lok aan het langste eind (zie AW-cover), terwijl een maand later op de 10.000 m de rollen waren omgedraaid.
(foto Theo van de Rakt; bron AW nr. 19, 8 okt. 1981)



Sterren van de hemel

Na afronding van zijn HTS-studie bouwkunde trad Cor Lambregts voor 20 uur per week als bouwkundig tekenaar in dienst van een architectenbureau. Kwam het door deze ingrijpende verandering van zijn leven, of zijn eerste nationale titel? Feit is dat er vanaf dat moment een periode aanbrak van enkele jaren waarin de Limburger de sterren van de hemel liep. Te beginnen met zijn overwinning in de prestigieuze Rude Pravo Cross in Praag in september, vijf dagen na zijn gouden plak op de 10.000 m. Lambregts herinnert het zich nog als de dag van gister. “Er stond daar een groot plakkaat met alle winnaars en het parcours (feitelijk meer een stratenloop – PW). En daar stond Zátopek tussen, Lasse Virén stond ertussen en ook Gerard Tebroke. Die heeft hem ook een keer gewonnen. We stonden daar zo te kijken en Jan van Oss kijkt mij aan en zegt: *ik weet wat jij denkt: ik wil daar ook tussen.* En een dag later stond ik er ook tussen, hahaha. Dat was heel leuk. Volgens mij is het zelfs nog op de Nederlandse TV geweest.”

Diverse successen volgden. Zoals in 1982 zijn overwinning in de Zilveren Molenloop bij Leiden, een 20 km loop. Lambregts won in 1:00.08, sindsdien het parcoursrecord. En dat niet alleen, volgens de ‘Association of Road Racing Statiticians’ (ARRS) was het dat jaar ook de snelste 20 km-tijd ter wereld! Of neem zijn winst dat jaar op de 3000 m tijdens de

Nacht van de Atletiek in het Belgische Heusden-Zolder, of zijn bronzen plak op de 1500 m in 3.45,27 tijdens de NK.

Knetterhard

Op de 5000 m kwam hij dat jaar in Koblenz tot 13.32,94. Graag had hij op die afstand meegedaan aan de EK in Athene, maar de KNAU was niet overtuigd. De limiet voor deelname lag immers op 13.28. Cor Lambregts: “Ik had die zomer de 5000 m graag gelopen op de Bislett Games in Oslo. Dat was op een woensdagavond in juli, maar de zondag ervoor was er nog een Westathletic in Dublin. Ik wilde niet mee, want ik wilde fit zijn voor Oslo. Maar de atletiekbond zei: *je gaat alleen naar Oslo, als je ook meegaat naar de Westathletic*. Dus ik ben meegegaan.” Na een boemelrace finishte Cor als tweede in 13.40,97, na een laatste ronde in 57 seconden! Drie dagen later liep David Moorcroft in Oslo een wereldrecord in 13.00,4. “Het ging knetterhard, voor mij eigenlijk net iets te hard. Ik ging de laatste ronde in na 12.28. Drie dagen eerder had ik die in 57 gelopen, nu zat ik steendood, had ik oorsuizingen en was ik helemaal verzuurd. Die laatste ronde liep ik nu in 67 en ik kwam uit op 13.35,45”, herinnert Lambregts zich. Hij finishte als negende en vraagt zich sindsdien af, wat er zou zijn gebeurd als hij niet in Dublin had gelopen.

De Limburger kreeg van de KNAU nog een herkansing. Hoewel... “Herman Buuts zei dat, als ik op de Memorial Van Damme een Nederlands record zou lopen op de 3000 m, dan mocht ik gaan. Dat record was toen van Jos Hermens, 7.44,4 en ik had 7.51,59 als PR staan. Ik moest dus zeven seconden harder lopen! Weet je, iedereen in Brussel had zich al gekwalificeerd, dus waarom zouden ze daar hardlopen? Dat sloeg dus echt nergens op.” Cor werd in 12^e in 7.53,50; weg kans op deelname aan de EK. Lambregts: “Toen heb ik tegen Jan van Uden (zijn trainer – PW) gezegd: weet je wat wij doen? We gaan wat meer kilometers trainen en dan loop ik volgend voorjaar gewoon de Rotterdam Marathon.”

Snelste ooit

Het bleek een gouden greep. In februari 1983 werd hij nationaal veldloopkampioen, voor Klaas Lok en Marti ten Kate, om de maand erna op de City-Pier-City Loop in Den Haag een tijd neer te zetten van 1:00.40. Dat had daar nog nooit iemand gelopen. Sterker nog, het was de snelste halve marathon ter wereld ooit. Er waren echter twee problemen: ten eerste erkende de IAAF in die tijd nog geen officiële wegrecords en ten tweede was het parcours waarschijnlijk te kort. Lambregts: “Na de finish was ik zelf zo dom om te roepen: dat kan niet, het parcours is te kort. Dat had ik natuurlijk nooit moeten roepen, commercieel is dat niet handig.” Hij houdt het er zelf op, dat het parcours enkele honderden meters te kort moet zijn geweest. De ARRS spreekt op haar website zelfs van 600 meter, door een verkeerd geplaatst keerpunt. Hoe dan ook, een prima tijd was het natuurlijk wel.

In april debuteerde hij in de Rotterdam Marathon. En hoewel Lambregts daar zo'n 30 kilometer alleen kwam te lopen (hazen waren er toen nog niet), finishte hij in 2:12.40. De limiet voor de WK in Helsinki was 2:13. Missie geslaagd. Dat wil zeggen, de missie om zich te kwalificeren, want door een liesblessure ging zijn deelname niet door.

Opgave

Lambregts had trouwens weinig geluk in de toernooien waaraan hij wél deelnam. Voor de marathon op de Olympische Spelen van 1984 in Los Angeles, waarvoor hij zich eerder dat jaar in Tokio –zijn tweede marathon ooit– met 2:12.48 had gekwalificeerd, nam hij het voorbeeld van de ervaren Cor Vriend over om zijn voeten met talkpoeder tegen de blaren te beschermen, in plaats van de vaseline die hij daarvoor gebruikte. De mentholtalkpoeder die hij van Wim Verhoorn kreeg, ging echter in zijn sokken in de loop van de onder warme omstandigheden gehouden wedstrijd door transpiratie en de douches langs het parcours, klonteren en branden. Cor: “Na 30 km ben ik toen gestopt en heb ik mijn sokken uitgedaan. Toen zag ik inderdaad mijn hele voeten open liggen.” Hij moest opgeven, net als twee jaar later op de EK in Stuttgart, waar hij de 10.000 m liep. Voorafgaand had hij al enige tijd last van zijn achillespezen gehad. Het was beter geweest, vindt hij nu, als hij niet aan dat EK had meegedaan.

Gelukkelijk speelden die achillespezen nog niet op, toen hij in 1985 opnieuw de uitdaging aanging in de Rotterdam Marathon. In een wedstrijd waarin Carlos Lopes in 2:07.12 het wereldrecord verbeterde, finishte Lambregts als derde in 2:11.02. “Daar ben ik heel trots op. Alleen had ik graag nog drie seconden harder gelopen. Dat is het Michel Buttergevoel hè, maar dan nog dichterbij, hahaha.” Een jaar later was hij weer van de partij en werd ditmaal vierde, in 2:12.27. Daarna begonnen zijn achillespezen te protesteren; hij liet er zich ten slotte eind december aan opereren.

Overstap naar duatlon

Het duurde een half jaar, voordat Lambregts weer mocht trainen, maar die rustperiode had hem kennelijk goed gedaan. Want nog datzelfde jaar werd hij Nederlands kampioen op de 25 km, derde in de Dam tot Damloop en winnaar van de 20 km van Parijs. Lambregts: “Ja, dat ging super.” De achillespezen bleven echter pijnlijk, waardoor een nieuwe operatie in 1988 nodig was. “Daarna ben ik meer en meer mijn racefiets gaan gebruiken als alternatieve training. En toen heb ik nog een aantal jaren duatlons gedaan”, vertelt Cor Lambregts, die ook in die discipline voorin meestreed en in 1993 op een EK als zesde eindigde en op een WK als zevende. “Dat was 5 km lopen, 50 km fietsen en nog eens 5 km lopen. Toen was ik 35.” In die periode pakte hij ook nog menige hardloopwedstrijd mee. Tot hij er op zijn 38^{ste} definitief een punt achter zette.

Ik zou het hier nog uitgebreid kunnen hebben over hoe Lambregts zich maatschappelijk ontwikkelde, over zijn (inmiddels gestrande) huwelijk en de twee zoons die hieruit voortkwamen, of over zijn rol als een van de voortrekkers van wat de TOP80-ers is gaan heten, oud-atleten uit de jaren '80 die in een Olympisch jaar telkens een eigen reünie organiseren. Het ontbreekt echter aan ruimte hiervoor, al zou ik op dit laatste onderwerp nog eens terug willen komen.

Het moge intussen duidelijk zijn: Cor Lambregts heeft de atletieksport nooit losgelaten.

Piet Wijker

Jureren

Marjan Slob (filosoof) schreef in 2016 een essay: Hersenbeest.

Zij won daarmee de Socrates Wisselbeker 2017, een jaarlijkse prijs voor het meest opvallende filosofieboek. Zij laat daarin zien dat hersen- en geesteswetenschappen elkaar uitstekend aanvullen.

Enkele passages uit dat boek inspireerden mij tot dit artikel, zij het, dat ik natuurlijk voorbeelden heb gekozen uit de atletiek, om preciezer te zijn, dit keer van het doen en laten van juryleden.

Via je zintuigen neem je de wereld waar. Die indrukken worden in je hersenen verwerkt, zodat je begrijpt wat je waargenomen hebt. Het beeld, dat zich zo vormt, is jouw werkelijkheid. En hoewel er voor dit soort processen vaste biologische regels gelden, verlopen ze bij ieder toch iets anders. A' in plaats van A.



Hoe betrouwbaar is dat beeld? Om aan te tonen dat daar nog wel het een en ander aan ontbreekt, geeft Slob voorbeelden van enkele dieren (uit natuurlijk veel meer).

Een hond zal wat dit betreft op ons neerkijken, omdat wij zelfs zoiets belangrijks als het spoor tegen een lantaarnpaal missen waar die soortgenoot is langsgekomen!

Een adelaar kan véél scherper zien dan wij.

Een olifant hoort zeer lage tonen, zo laag dat wij die echt niet kunnen waarnemen.

En hoeveel soorten zoet kan een bij misschien wel onderscheiden?

Er zijn dus véél meer beelden beschikbaar dan die wij met ons zintuig-, zenuw- en hersensysteem kunnen opvangen. Zo missen wij hele stukken van de werkelijkheid, omdat onze zintuigen dat niet aankunnen.

Daarnaast missen we ook signalen die we wél zouden kunnen opvangen, maar ‘omdat we ergens anders mee bezig zijn’ gaan die aan ons voorbij. En van de vele beelden die we wel continu opvangen en in de hersenen verwerken, zijn we ze ons ook bepaald niet allemaal

bewust. Gelukkig maar. Veel hebben we al zo vaak meegemaakt, dat we die impulsen en er uit voortkomende gedachten niet allemaal bewust hoeven te verwerken. We handelen dan automatisch, naar bevind van zaken. Zo houden onze hersenen het veel langer uit zonder oververhit te raken!

Soms is het echter wel handig om je bewust te zijn van jouw (beeld van je) omgeving. Vooral als je niet precies weet wat er het volgende moment zal gaan gebeuren.

Stel, je bent scheidsrechter bij een competitiewedstrijd en je hebt vandaag de springonderdelen in je portefeuille. Je staat bij het verspringen om er op toe te zien hoe dat onderdeel van start zal gaan en om dat proces zo nodig te begeleiden. (De bak ligt halverwege het rechte stuk langs de loopbaan aan de overkant). Dan zie je dat aan de andere kant bij het polsstokhoogspringen er commotie is ontstaan. Eén van die juryleden heeft jou met de ogen gevonden en zwaait dat je móet komen. Diens lichaamstaal is overduidelijk.

In zo'n situatie integreren jouw hersenen allerlei verschillende soorten kennis en informatie.

Het kennelijk directe belang van jouw aanwezigheid aan de overkant. De wetenschap dat de kortste weg recht oversteken over het midden van het veld is. Dat dit echter een heel slecht voorbeeld is voor andere aanwezigen op het wedstrijdterrein. Je hamert altijd op aandacht voor VEILIGHEID tegen je juryleden.

Veiligheid voor atleten maar ook voor die juryleden zelf. Je realiseert je dat op hetzelfde moment kogelslingeren bezig is. Ken je de werper die nu klaar staat voor zijn poging en ken je zijn gedragingen? (Kijkt deze eerst altijd nog even achterom als hij, dus met de rug naar de werprichting, klaar staat in de ring voor zijn worp of die sector wel 'vrij' is, of is hij zo met zijn eigen wedstrijd bezig dat hij daar totaal geen oog meer voor heeft?) Je kent je eigen reactievermogen en de mate van haast. Je bedenkt tegelijkertijd de consequenties van het eventuele omlopen om het middenterrein.

In je hersenen komt dat allemaal (en misschien nog wel veel meer) razendsnel langs en leiden al die indrukken, de kennis en ervaring daar tot jouw conclusie die vervolgens je handelen bepaalt.

In hetzelfde boek is ook een experiment vermeld dat een Amerikaanse psycholoog uitgevoerd heeft. Deze liet mensen plaatjes zien van bejaarden, en merkte op dat direct erna zijn proefpersonen vanzelf wat langzamer gingen lopen! Het interessante is, dat ze dit niet expres deden; ze waren zichzelf er niet van bewust. Alleen al het in gedachten bezig zijn met-, en denken aan bejaarden

vertraagde hun tempo! Statistisch gezien bleek deze conclusie uit het experiment juist, maar dat betekent niet dat het altijd zo gaat.



Om dat te bewijzen, gaan we terug naar het verspringen. Het juryteam bestaat uit zeer ervaren, oudere mensen. Zij zijn gewend het principe te hanteren, dat je pas goed kunt werken, als je een helder zicht op de komende situaties hebt, en dat krijg je doordat je in de schaduw van atleten durft te gaan staan. Ook, dat naar die atleten toe je lichaamstaal belangrijker is dan je woorden. Aan dit team is nu een meisje (17 jaar oud) toegevoegd, dat de cursus jury algemeen vorige maand met goed gevolg heeft afgesloten.

De jurycoördinator heeft haar voor haar eerste wedstrijd bewust bij dit team ingedeeld en de 'ouwetjes' vinden dit ook heel leuk. Zij helpen graag enthousiaste jonge mensen snel 'het vak' te leren, want een cursus is één, maar de praktijk is wel even iets anders! Het team werkt gedegen, laat geen tijd verloren gaan, maar alles gaat in een rustig, gestaag tempo. Het nieuwe jurylid, in het begin nog best wel zenuwachtig, past zich al snel aan en doet dan prima mee.

De vierde, en laatste, groep is aan het springen. Na verloop van tijd zijn er nog twee deelnemers over die zich klaarmaken voor hun laatste poging.

Dan ziet zij aan de overkant haar vriendje tussen het publiek staan. Die is vandaag thuis gekomen uit Canada, waar hij voor zijn MBO-opleiding een stage van bijna drie maanden heeft doorgebracht. Het vliegtuig terug had wind mee en kwam sneller aan dan was voorzien. Zijn koffer was de eerste op de band, de bus naar huis stond op punt van vertrekken toen hij op het busstation aankwam..... kortom, alles zat enorm mee. Zodoende was hij naar de baan gekomen in plaats van dat zij eerder thuis zou zijn dan hij.

Direct na de laatste sprong, het bijeen leggen van het losse materiaal en het gezamenlijk opmaken en invullen van de uitslag op het juryformulier, een laatste: "Doei! Bedankt!" vliegt ze via de kortste weg naar de overkant....

Wég is het psychologisch effect van de invloed van bejaarden, zoals aangetoond met de plaatjes van de Amerikaanse psycholoog en de zojuist opgedane ervaring op dit terrein. Haar persoonlijke belang en de impuls die daarvan uitgaat, blijkt nu veel sterker.

[‘Per ongeluk’ stak ze precies tussen twee worpen door over, waardoor er gelukkig geen ongelukken zijn gebeurd.]

Tja, theorie en praktijk...

Gelukkig is juryren zo'n mooie hobby, omdat het véél meer is dan braaf wedstrijdtechnische regeltjes leren en toepassen.

Hugo Tijsmans



Vegatest

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

Vegacheck

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

Quantumfysica

In 60 seconden meten welke tekorten er zijn.

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



H | herzog
sport compression prevention & recovery

Plezierig sporten

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

Uit onderzoek blijkt dat

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

Voordelen van de Herzog Sportcompressiekousen

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

Met de Herzog Sportcompressiekousen blijft sporten leuk!

PRO
COMPRESSION



www.herzogmedical.com

Vrienden Jeugdfonds op de voet gevolgd

► Het Jeugdfonds 5-jaren plan

Tijdens de Algemene Ledenvergadering wordt traditioneel een jaaroverzicht gegeven van de resultaten van het Jeugdfonds. Ook werden in Lisse op 27 oktober de resultaten, cijfers en plannen gepresenteerd. Opvallend was dat er deze keer vooral vooruit werd gekeken. Wat is de toekomst van het Jeugdfonds? Hoe lang moeten wij hiermee doorgaan en blijft het zijn waarde behouden voor onze talentvolle jeugd? Er is een strak plan opgesteld voor de komende jaren en daar wil ik in deze rubriek wat uitgebreider op ingaan.

Ontstaan van het Jeugdfonds

De Koninklijke Nederlandse Atletiek Unie bestond in 2001 100 jaar en in hetzelfde jaar werd ook het 50-jarig bestaan van de Vrienden gevierd. De toenmalige voorzitter van de Vrienden Bob Vos, samen met Roelf van der Wijk, kregen het lumineuze idee om een Vrienden Jeugdfonds in het leven te roepen. De start werd mogelijk gemaakt, doordat er direct een schitterend startbedrag beschikbaar werd gesteld.

Doelstellingen

Bij de start was de doelstelling van het Jeugdfonds simpel en helder: extra stimulans creëren voor potentiële subtoppers. Naderhand werden de doelstellingen wat strakker geformuleerd: potentiële toppers in de leeftijds categorie van 15 tot 23 jaar stimuleren door het ter beschikking stellen van financiële middelen voor hen en eventueel voor hun begeleiding, om hun doorgroei naar de (internationale) top te faciliteren, respectievelijk te versnellen. Ten slotte werd tijdens de Algemene Leden Vergadering van de Vrienden op 1 november 2014 besloten om de doelstelling te verruimen en op te nemen: het ondersteunen van projecten, waarbij potentiële toppers ervaring kunnen opdoen op internationaal niveau: bijvoorbeeld in clinics en jeugdinterlands.

Evaluatie en veranderingen

Ervaringen worden opgebouwd gedurende een langere periode. Een van de belangrijkste conclusies die getrokken konden worden was, dat veel talenten hun beste prestaties op grote toernooien niet waar konden maken. Het plotseling geconfronteerd worden met grote stadions, heel veel publiek, strengere regels en protocollen was vaak niet te rijmen met een optimale concentratie en bij sommigen ontstond ook wat faalangst. Dus werd terecht de vraag gesteld, of wij wel goed bezig waren met ons plan. Moeten er alleen atleten ondersteund worden, of zijn er meer mogelijkheden om talenten verder te helpen? In de beginjaren van het Jeugdfonds zijn ook een paar clinics ondersteund, wat succesvol te noemen was.



Opmars van de Nederlandse ploeg voor de C-interland in Münster op 1 september jl; een belangrijke springplank in het opdoen van internationale ervaring. (foto's Ed Turk)

van internationale evenementen en op het geven van een internationaler karakter aan de grotere landelijke jeugd-evenementen.

Doelgroepen

Door schade en schande wijs geworden en door het slinken van de financiële middelen zijn de doelgroepen wat anders van samenstelling geworden. Bij de start van het Vrienden Jeugdfonds was de leeftijdsgrens 23 jaar en werden er in de eerste jaren rond de vijftien (!) atleten ondersteund. Het geld dat zij daarvoor beschikbaar gesteld kregen, werd veelal gebruikt voor buitenlandse stages. Op dit moment streven wij er naar om een leeftijdsgrens van 20 jaar aan te houden en nomineren wij atleten vooral op hun kans van slagen bij grote internationale toernooien, zoals de EJK's en WJK's. Het aantal atleten dat in de laatste jaren ondersteund wordt is teruggebracht naar slechts zes, vooral omdat wij gelden beschikbaar willen hebben voor het "upgraden" van internationale wedstrijden. En de laatste paar jaren krijgen wij steeds meer het gevoel daarmee op de goede weg te zijn. Projecten waarmee begonnen is en die zich verder zullen gaan ontwikkelen zijn:

- 1^o Indoor interland NL – B – NRW, dit jaar in Zoetermeer, is zeer positief ontvangen. In 2019 zal deze indoorinterland in Münster worden gehouden en vanuit België doen nu naast de Vlamingen ook de Walen mee.
- C-spelen: Aanloop en selectie voor de Interland U16. Dit jaar 14 (!) beste jaarprestaties.
- 43^o C-Interland (=U16 event) goede prestaties, maar niveau (lees tegenstand voor Oranje) moet sterk omhoog.
- Battle of the B's op Hemelvaartsdag groeit naar internationaal evenement.
- Mogelijkheden creëren voor deelname aan grote jeugdwedstrijden, zoals de Ruhrgames en de wedstrijden in Mannheim, Paderborn, Schweinfurth.

Ook bleek bij jonge atleten en hun begeleiders, dat de waarde van de jaarlijkse C-Interland onderschat werd voor wat betreft het opdoen van internationale ervaring. Het is maar één wedstrijd per jaar en zeker geen spannende strijd (Nederland heeft van de 43 interlands er maar liefst 42 gewonnen), maar door veel doorgestroomde atleten wordt nog steeds gesproken over hun eerste echte internationale ervaringen. De laatste jaren zijn wij ons daarom meer gaan focussen op het ondersteunen

Organisatie Jeugdfonds

Het Jeugdfonds is van de Vrienden van de Atletiek en op de bijeenkomsten (bestuursvergaderingen, ledenvergaderingen) van deze vereniging worden het beleid en alle andere zaken met betrekking tot het Jeugdfonds uitgebreid besproken. Nieuwe ideeën, mogelijkheden en realisatie hiervan worden breed gedragen door een groter team, waarbij vooral Marjan Olyslager en de vele beschikbare jeugdtrainers een belangrijke rol spelen.

Meningen over het Jeugdfonds

Ik ontkom er niet aan om dit een beetje zwart-wit te stellen. Er zijn twee kampen: degenen die met het Jeugdfonds te maken hebben gehad en degenen die het van een afstand bekijken. De eerste groep is zeer positief. Niet alleen de atleten zelf, maar ook vooral van ouders en trainers/begeleiders wordt veel waardering ontvangen en er op aangedrongen om vooral hier mee door te gaan. De andere groep ziet het als verspilling van energie en middelen, omdat de jeugd toch niet doorstroomt. De laatste groep wil ik adviseren om het artikel *Wat is er nou zo leuk aan jeugdathletiek?* uit de vorige Vriendenband nog eens door te lezen.

Overlevingsplan

In 2014 was de bodem van de kas zichtbaar en het einde van het Jeugdfonds nabij. De Vrienden van de Atletiek lieten hier zien dat zij een echt warm atletiekhart hebben en stemden in met een plan om de contributie te verhogen, waardoor er jaarlijks een bijdrage van € 5000,- aan het Jeugdfonds gedoneerd kan worden. In dezelfde periode werd er een prachtig bedrag van € 20.000,- beschikbaar gesteld door de Stichting Atletiek Fondsen en kwamen ook bedragen binnen van leden en andere fondsen. Het Jeugdfonds kon weer een poosje door, maar zeker (nog) niet eindeloos. Er is nu ruim € 30.000,- in kas en er moet een keuze gemaakt worden in hoeveel jaar de pot leegge- maakt moet worden, ervan uitgaande dat er geen extra gelden bijkomen. Want het is erg moeilijk om voor deze groep sponsors te vinden. De hamvraag is steeds wat wij sponsors kunnen teruggeven voor hun ondersteuning.

De keuze is gemaakt om de komende vijf jaar €6000,- aan talentvolle atleten te besteden en €4500,- aan internationale jeugdwedstrijden.



In de ALV van 2014 gingen de handen massaal omhoog bij het voorstel om de ledencontributie te verhogen ten bate van het Jeugdfonds.

Op die manier kunnen wij het minimaal vijf jaar volhouden en zullen wij alle zeilen moeten bijzetten om extra inkomsten te genereren. Onze hoop is daarbij vooral gevestigd op een hernieuwde ondersteuning van de Atletiekunie, waarmee de contacten en het begrip voor elkaars werk in opgaande lijn zijn. Maar vijf jaar stilzitten is geen optie.

Realisatie door communicatie

Met deze –uitgebreide– toelichting op de huidige status van het Jeugdfonds hoop ik dat de Vrienden en andere atletiek liefhebbers mee gaan denken. En komen er ideeën, opmerkingen of plannen opborrelen, schroom dan niet om mij hierover te benaderen.

Wim van der Krogt

Wilt u het Jeugdfonds extra ondersteunen?

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

► De kers op de taart!

De EK onder de 18 jaar was mijn doel van dit jaar. Daar wilde ik twee medailles halen.

De voorbereiding

Mijn wintertraining bestond uit vijf keer in de week trainen. Belangrijk was om deze winter meer looptrainingen te doen en meer core-trainingen. Zoals mijn trainster dat noemt: meer aan de fundering werken. De wintertraining bestaat mijn werptraining meer uit kogelstoten en ga ik altijd naar Mannheim om mijn kogeltechniek meer bij te schaven. Vanaf maart gaat de focus meer naar de discus en tijdens mijn trainingskamp in de meivakantie draait het ook voornamelijk om de discus.

Györ

Op 3 juli vertrok ik naar Györ in Hongarije, wat voor mij bekend terrein was, omdat ook in 2017 mijn EJOF daar plaatsvond. Het was druk programma voor mij, omdat ik de kwalificatie discuswerpen op dezelfde dag had als de finale kogelstoten.

De finale kogelstoten en discuswerpen

De finales (kogelstoten en discuswerpen) waren zwaarder dan ik vooraf had verwacht, omdat ik te graag ver wilde werpen en stoten en als je te gretig bent met werpen, dan raak je de kogel en of discus niet. Ik moest tweemaal van een 4^{de} plaats proberen de top 3 te halen. Maar uiteindelijk hing er een bronzen en een zilveren medaille om mijn nek en was



De medailles van Györ van Alida van Daalen.

ik daar ontzettend blij mee. Met de afstand van 17,08 m met de kogel en een discusworp van 52,93 m was mijn toernooi geslaagd. Met deze prestaties was ik de Queen van de EKU18. Met een goed gevoel en een leermoment rijker keerde ik terug naar Nederland.

Na mijn toernooi kreeg ik een telefoontje van de Atletiekunie, dat ze een persoonlijke uitnodiging hadden gekregen voor mij van de organisatie van de YOG (Youth Olympic Games) in Argentinië! Dat was echt een cadeau! Dat ik dat mocht gaan beleven!

YOG

De YOG was echt de kers op mijn seizoen! Een toernooi om nooit te vergeten. Ten eerste



deden er 206 landen mee en team NL ging met 19 verschillende sporten erheen. Ik weet meer van andere sporten en heb kunnen ervaren wat het is om lang te vliegen en daarna te presteren.

[Alida van Daalen in Buenos Aires.](#)

(foto Richard Schoonderwoert)

Mijn eerste wedstrijd in Buenos Aires ging moeizaam, omdat het in mijn rug was geschoten en werd ik 8^{ste}, maar mijn tweede wedstrijd drie dagen later

liet ik weer zien wie Alida van Daalen was en werd ik 3^{de} met een mooie worp van 53,07 m. Ik werd uiteindelijk 4^{de} van de wereld en had helaas geen medaille, maar wel een trots gevoel! Op naar 2019!

Alida van Daalen

► Eindverslag Zoë Sedney

Door de bijdrage van de Vrienden van Atletiek kon ik (onder andere) begin april op trainingsstage in Spanje. Ik ben hier een week geweest en heb er de basis van het seizoen kunnen leggen.

Het belangrijkste doel toen ik terug was in Nederland, was de limiet van de 100 m horden halen voor het EKU18 in Győr, Hongarije. Aan de limiet voor de 200 m had ik indoor al voldaan. Dat was erg fijn, omdat ik daardoor al redelijk zeker was van mijn deelname aan het EKU18. Na paar keer de limiet gelopen te hebben met teveel wind, was de limiet eindelijk gehaald in Lisse tijdens de Ter Specke Bokaal. Omdat de 100 m horden steeds beter en sneller ging, heb ik daarom ook besloten om dit onderdeel te doen op het EKU18. De 200 m moest ik daardoor jammer genoeg laten schieten, dit paste namelijk niet in het chronoloog van het toernooi.

Mijn laatste wedstrijd voor het toernooi was het NK junioren. Ik deed mee aan de 100 m horden en de 200 m. Op de 100 m horden was het doel om het Nederlands record U18 te halen. Dit lukte jammer genoeg op vier honderdste niet, maar het was nog steeds een mooie winnende tijd (13,32 s), wat veel vertrouwen gaf voor het EK. De 200 m was een dagje later; ook hier toonde ik mijn goede vorm en lukte het me om Nederlands kampioen te worden.

Hierna was de focus vooral op het goed voorbereiden op het toernooi. Ik heb met mijn trainers (Remco van Veldhuizen & Brendan Troost) nog hard getraind om de laatste puntjes op de i te zetten en helemaal ready naar het EK te vertrekken.

Op het toernooi zelf ging alles zijn gangetje. De eerste dag dat we in Hongarije waren, was het tijd voor proefstarten. Dit ging super goed, dus ik en mijn trainer die mee was (Brendan Troost) gingen met veel vertrouwen de wedstrijd in. De dag dat de series en de halve finale waren, was op een zaterdag. Ik was natuurlijk super zenuwachtig, maar in mijn geval is dat meestal wel een goed teken. Ik ging eigenlijk beide rondes makkelijk door, met in de halve finale zelfs een Nederlands record U18 met een tijd van 13,27 s!

De dag daarna was de finale, en deze was pas in de avond. Hierdoor groeide de spanning steeds meer, omdat ik overdag alleen maar met de finale in me hoofd zat. In de finale zelf kwam ik paar bekende gezichten tegen van de EYOF vorig jaar, dit gaf toch een vertrouwd gevoel in zo'n internationaal veld. In de finale zelf was mijn start wat minder, maar ik liep toch al snel aan kop samen met een Noorse. Ik weet van mezelf dat me eindsprint goed is, en de race tussendoor ging super snel. Dit begon te lijken op een race met misschien wel een tijd in de buurt van 13,10. Ik zeg: begon te lijken, omdat ergens in het midden ik de horde hard aanraakte en opeens vierde liep in de race. Gelukkig werd ik door een sterk einde toch nog tweede. Ik weet dat er meer inzet, maar toch was, en ben, ik nog steeds super trots op deze prestatie.



Zoë Sedney is blij met haar zilveren medaille in Győr.
(foto Coen Schilderman)

Het toernooi is voor mij dus ook de mooiste prestatie en herinnering van dit seizoen. Ik hoop dat er nog vele toernooien aankomen met goede prestaties. Op naar het Eku20 komend jaar in Zweden!!

Zoë Sedney



Global Sports Communication

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



Global Sports
Communication

www.globalsportscommunication.nl



Onze jarige Vrienden

Onlangs is besloten om het jarenlange onderscheid dat in dit jarigenoverzicht werd gemaakt tussen leden en donateurs, te laten vervallen. Voortaan zal er één lijst met jarigen worden gepubliceerd, ongeacht de status van de betreffende jarigen.

(tussen haakjes de nieuwe leeftijd)

Januari 2019

1	Uelie Duppenhaler (59)	12	Klaas Lok (64)
1	Sigrid Florusse (59)	16	Math Moermans (83)
4	Jan van der Wal (64)	17	Mieke Nusse (64)
5	Ronald van Weele (54)	17	Fred Moerman (85)
5	Mieke Sterk (73)	18	Peter Geelen (71)
5	Ab Slaman (77)	18	Marijke Zwaag (29)
6	Yvonne van Dorp (53)	19	Rien van Haperen (67)
7	Yvonne van der Kolk (50)	19	Sophie Dielissen (20)
7	Bob Janssen (62)	20	Remco Fischbuch (55)
8	Jos Hermens (69)	20	Daniëlle Koopman (29)
9	Chris Konings (79)	21	Janny Vellinga-Vonk (76)
10	Serveé Wijsen (84)	22	Joost Bol (58)
10	Adry van Velzen (60)	22	Henk Kalf (72)
10	Hans van Kuijen (69)	23	Arie Kauffman (69)
11	Wim Visser (87)	23	Ina Visser-Bakker (85)

Februari 2019

2	Jolanda Burkels-Silver (62)	9	Ellen van Langen (53)
3	Cees Clement (79)	11	Wiebe van der Vliet (54)
3	Sebastiaan Durand (37)	12	Liliane Mandema (60)
3	Roel van Otdorp (32)	13	Ray van Asten (77)
3	Aad Bos (77)	13	Bert Paauw (71)
4	Michel van Eijkelenburg (61)	14	Peter Godschalk (62)
4	Carla Admiraal-Luyer (73)	17	Rob de Jong (75)
5	Jan Willem Boogman (67)	17	Herman de Jong (73)
7	Els Stolk (62)	18	Bod de Dood (50)

20	Frans Krechting (63)	23	Ellie de Regt-Henzen (62)
21	Loes Siekman-Boling (78)	23	Bea Wiarda (60)
22	René van der Zee (70)	25	Niels Lambers (22)
23	Rodger Hulsebos (48)	26	Ilja Keizer-Laman (75)
23	Niek de Groot (57)	27	Henk Snepvangers (80)
23	Lia Gonzalez-Melis	28	Wijnand Bladt (72)

Bijzondere jarige

In 1962 zette ik, na al tijdens mijn HBS-opleiding kennis te hebben gemaakt met de atletieksport, als lid van een atletiekclub mijn eerste aarzelende hardlooppassen op een sintelbaan. Een jaar eerder werd Henk Snepvangers voor het eerst Nederlands kampioen op de 1500 m en u kunt zich voorstellen, dat in de ogen van een achttienjarige, beginnende atleet Snepvangers in die tijd een onbereikbare grootheid was, een atleet van wiens prestaties ik slechts kon dromen. Aangezien hij in de jaren die volgden tot en met 1967 de 1500 metertitels aan elkaar reeg, werd dat beeld alleen maar bevestigd. Daar kwam bij dat mijn vorderingen op het gebied van de middellange afstand voor mijzelf weliswaar noemenswaard waren, maar mijlenver uit de buurt bleven van de 3.42,2 die Snepvangers in 1966 als Nederlands record in de boeken liet optekenen. Kortom, Snepvangers bleef voor mij de halfgod op hardloopgebied, zoals ik hem sinds 1961 was gaan zien.



Henk Snepvangers, gefotografeerd tijdens de reünie in Elburg, afgelopen voorjaar. (foto Ed Turk)

Zo'n jaar of zeven, acht geleden maakten wij op een reünie van de Vrienden persoonlijk kennis met elkaar en nu is diezelfde Henk Snepvangers sinds 2014 een vaste medewerker van onze Vriendenband geworden. Keer op keer verrast hij ons met zijn zeer interessante inkijkjes in zijn atletiekverleden. Bovendien kan hij heel fraai dichten. In deze Vriendenband vindt u daar weer een treffend voorbeeld van.

Over enkele maanden hoopt Henk zijn 80^{ste} verjaardag te vieren. U begrijpt toch wel, waarom ik hem deze keer tot onze bijzondere jarige bombardeer, hè?

Piet Wijker



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



Gezonde werknemers

Gezonde cijfers

Gezonde groei

De beste vitaliteitsprogramma's



- ◆ Preventief Medisch Onderzoek Bedrijven (Verplichting op basis van Artikel 18 van de Arbowet)
- ◆ Bedrijfsvitaliteitstrajecten
- ◆ Advies
- ◆ Informerende Presentaties

Meer informatie

Info@liefershealthmanagement.nl 0648335997 liefershealthmanagement.nl



*Het bestuur van de
Vrienden van de Atletiek
wensst alle leden, donateurs, vrijwilligers,
adverteerders en zakelijke partners
fijne Kerstdagen,
een plezierige jaarwisseling en
een gezond en voorspoedig 2019*



**Rien van Haperen, Wim van der Krogt,
Jaap van Amsterdam, Hans van Kuijen
en Elly de Regt-Henzen**