

DE VRIENDENBAND

mededelingenblad
van de Vereniging
Vrienden van de Atletiek
februari 2026
75^e jaargang
nr. 1



In dit nummer o.a.

Geschiedenis van de
VRIENDEN VAN DE ATLETIEK (3)

MIKE FOPPEN, een stille kracht

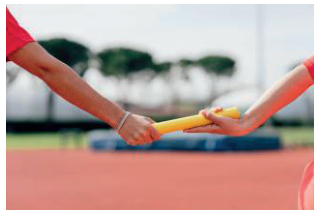
Voor het voetlicht:
IRENE MCGARRY

VRIENDEN JEUGDFONDS
op stoom!



Van de voorzitter

Welkom in ons 75-jarig jubileumjaar. De afgelopen twee edities van De Vriendenband namen hierop al een voorschot met de start van een artikelenreeks over de historie van onze vereniging per 26 mei 1951. De reacties hierop zijn positief en betekenen een compliment voor de schrijvers hiervan. Een mooie coproductie van de werkgroep van de Stichting Atletiekerfgoed met onze eindredacteur Piet Wijker. Hulde hiervoor!



Een jubileum dat wellicht in schril contrast staat met het 125-jarig jubileum van – ik gebruik nu de zondagse naam – de Koninklijke Nederlandse Atletiek Unie, opgericht per 28 april 1901, eveneens in Amsterdam. Een felicitatie waard. Betekent dit dat beide jubilea in het komende jaar met allerlei activiteiten elkaar in de weg gaan zitten? Geenszins. Zowel de Atletiekunie als de Vrienden hebben ervoor gekozen om dit jaar bij de verschillende activiteiten hieraan (bescheiden) uiting te geven. Voor de Atletiekunie betekent dit wellicht een extra tint met een ontvangst in het kader van de ASICS NK Atletiek in het weekend van 25 en 26 juli a.s. in het FBK Stadion. De Vrienden richten zich vooral op de jubileumreünie op zaterdag 31 oktober a.s. op Papendal.

Beide activiteiten staan overigens in het teken van een **doorstart**. Voor de Atletiekunie staan de EK Atletiek van 10 tot en met 16 augustus a.s. in Birmingham (GBR) en de WK Atletiek U20, een week eerder in Oregon (USA), op het programma. Beide evenementen als tussenstations in de olympische cyclus op weg naar 2028.

De **doorstart** geldt ook voor de Vrienden van de Atletiek. Immers, de jubileumreünie staat tevens in het teken van de afsluiting voor ons als vereniging en de omzetting hiervan als *estafette* naar de Stichting Vrienden van de Atletiek per 1 januari 2027. De voorbereidingen hierop verlopen voorspoedig. De reacties op de onlangs verzonden voortgangsnotitie met de concept-statuten en de enquête zijn positief. De doelstelling van de nieuwe stichting als verbinding tussen historie, heden en toekomst wordt breed onderschreven. Het Vrienden Jeugdfonds blijft hierin een belangrijk ankerpunt innemen. Bemoedigend ook om een reactie als die van Fennie van Osch terug te lezen, die een compliment geeft voor de zorgvuldigheid van het proces. Of die van Klaas Lok die, ver weg in Thailand, zich alvast verontschuldigt voor zijn afwezigheid bij de verschillende activiteiten, maar zich graag als Gouden Vriend bij de stichting aanmeldt.

Dat geeft ons alle vertrouwen op weg naar de ALV op 11 april a.s. in Utrecht voor het definitieve besluit over de omzetting naar de nieuwe stichting. Maar eerst wachten ons nog de NK Indoor Atletiek op 1 maart a.s. in Apeldoorn en de jeugdinterland U18 op 14 maart a.s. in Dortmund. Graag snel tot ziens!

Rien van Haperen, voorzitter

De Vriendenband

Inhoudsopgave

pagina

75e jaargang nummer 1, 2026

Van de voorzitter	1
Van het secretariaat + Vooraankondiging ALV op 11 april 2026	2
In Memoriam Bas Zwijnenburg	4
Advertentie Global Sports Communication	5
Geschiedenis van de Vrienden van de Atletiek (3)	6
Objecten	10
Mike Foppen, een stille kracht	13
Onze 4 x 100 m vrouwen op de Olympische Spelen (10)	14
Advertentie Max4Home	21
Voor het voetlicht: Irene McCarry	22
Advertentie Praktijk Energiek	26
Advertentie BK Ingenieurs	27
Vrienden Jeugdfonds op de voet gevolgd	28
Marijn Kieft flikt het	33
Op zoek naar	34
Onze jarigen	36

**Kopij Vriendenband april 2026
Graag vóór 20 maart 2026
aan de redactie:
Piet Wijker
De Uitkijklaan 12, 1974 XP IJmuiden
pietwijker@gmail.com
tel.: (0255) 513 700 / (06) 202 19 316**

Van het secretariaat

Adres secretariaat:

Jaap van Amsterdam, Irenestraat 74, 2161 PZ Lisse,

Tel.: 0252 418414 of 06 29288128,

E-mail: secretaris@vriendenvandeatletiek.nl

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



Mocht iemand toch bezwaar hebben dat zijn gegevens via de Nieuwbrief 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, als ook gegevens via De Vriendenband. Mocht je op welke wijze dan ook hiertegen bezwaar maken, laat dit dan ook aan ons weten.

Graag verzoeken wij de leden om het secretariaat te melden indien uzelf of een u bekende getroffen is door een overlijden, ongeval, ziekte etc.. Wij publiceren hierover pas met instemming van betrokkene(n). Ook geboortes of welke feestelijke gebeurtenissen dan ook willen wij graag delen met onze leden.

Mededelingen:

- Op dit moment zijn de NK Indoor Kampioenschappen grotendeels al voorbij. Misschien nog de NK Senioren van 28 februari tot 1 maart. Dan hopen we vele van jullie weer te zien op het trefpunt in Apeldoorn. Wel zijn de WK Indoor Senioren nog te zien van 20 tot 22 maart in Toruń in Polen en de EK Masters Indoor van vrijdag 27 maart tot donderdag 2 april, ook in Toruń in Polen. Wij hopen dan weer dat jullie allemaal veel zullen genieten van mooie sportmomenten van onze Nederlandse atleten.
- Op 11 april zal de (waarschijnlijk) laatste Algemene Jaarvergadering van onze vereniging worden gehouden in Utrecht, voordat per 1-1-2027 de omzetting naar een stichting zal worden geëffectueerd. De besluitvorming zal hier plaats vinden. Wij roepen iedereen op bij deze vergadering aanwezig te zijn.
- In deze periode zijn er nog veel crossen in het land georganiseerd. Wij willen iedereen eens uitnodigen naar zo'n evenement te komen. Crossen verdienen ook wat meer aandacht. Verder zullen vanaf medio maart ook de eerste wegwedstrijden weer worden georganiseerd, om langzaam naar het zomerseizoen te gaan.
- Als bestuur gaan we onverdroten voort om de omzetting op tijd te laten plaatsvinden. Middels Nieuwsbrieven houden we jullie op de hoogte.

-
- Op zaterdag 14 maart organiseert het Jeugdfonds, samen met Duitse, Luxemburgse en Belgische regioploegen, de jaarlijkse indoorinterland voor U18 in Dortmund. Indien je in de gelegenheid bent is eenieder uitgenodigd deze gelegenheid op topniveau voor onze talentvolle jeugd bij te wonen.

Nieuwe leden

- Mariska Franken

Overlijden

- Bas Zwijnenburg is op 5 december 2025 op 84-jarige leeftijd overleden. Zie ook pag. 4.

Vacatures

- **Graag willen wij jonge enthousiaste leden of niet leden die in hun vrije tijd onze social media willen aanvullen met leuke filmpjes, stukjes etc. vragen om dit ook voor de Vrienden te doen. Het kost weinig tijd en je kunt je ambitie op een goede manier voor een leuke vereniging nastreven. Lijkt het je wat, neem dan contact op met het secretariaat.**

Op zaterdag 11 april zullen wij de Algemene Jaarvergadering houden vanaf 10:00 uur.

Inloop	09:30 uur
Begin vergadering:	10:00 uur
Lunch:	12:00 uur

Wij zullen elkaar fysiek ontmoeten bij Het Oude Tolhuys,
Weg naar Rhijnauwen 13, 3584 AD Utrecht.

Nadere mededelingen zullen volgen per mail alsmede de vergaderstukken.

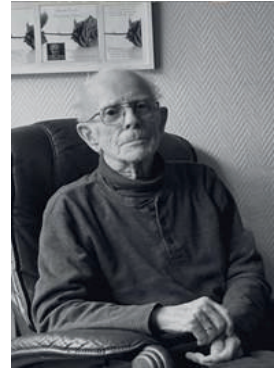
Namens bestuur

Jaap van Amsterdam

Secretaris

In Memoriam Bas Zwijnenburg

Op 5 december 2025 overleed Bas Zwijnenburg. Ons lid en voorzitter van Avantri. Frans van der Ham, schreef onderstaand In Memoriam.



Kortgeleden bereikte ons het droevige bericht, dat ons zeer gewaardeerd lid van Verdienste Bas Zwijnenburg op 84-jarige leeftijd is overleden. Geestelijk was Bas nog scherp, maar zijn lichaam liet hem in de steek. Sterk verzwakt en uitzichtloos waren zijn laatste weken. Dankbaar dat hij niet langer heeft hoeven lijden. Zonder klagen, tot het laatst aanwezig, te midden van zijn kinderen en kleinkinderen ging Bas heen.

Nationaal en internationaal

Bas heeft een groot aantal jaren – samen met zijn Corrie – beide zonen Marco en Rob zien opgroeien op onze Stormbaan. Bas raakte daartoe meer en meer betrokken in de atletieksport. Hij leerde de kneepjes van het jureren en organiseren van wedstrijden bij Avantri. Later werd Bas een “grote meneer” op de nationale en internationale wedstrijden.

Wedstrijdleader

Als de song “Summer Holiday” van zijn geliefde band The Shadows uit de Avantri-speakers klonk, dan wist je stevast dat Bas was aangesteld als wedstrijdleader. Hij kende, zong en speelde op zijn gitaar net zó makkelijk alle songs van The Shadows.

Meerkamp

Bas leidde tal van 10-kampen op onze baan, waar meer dan 100 deelnemers acte de préséance gaven. Chronologisch een hele kluit om voor donker de laatste atleet te laten finishen. Eénmaal – bij een afgelaste meerkamp – sleutelde hij bekwaam een zogenaamde bliksem-10-kamp in elkaar om zichzelf en de atleten niet te kort te doen. Het werd een feest!

Vakman

Naast zijn muziktalent was Bas zéér handig. Hij bouwde zijn eigen zeilboot, modelboten en modelvliegtuigjes. Op zolder op de Oude Haven keek je je ogen uit naar zijn kunststukjes. Bas hield van hout, haar geur én vooral om daar een juiste lak bij te kiezen. Hij wist het. Bas was een vakman. Het hele huis – je moet ervan houden – kent maar één kleur; grenen.

We zijn Bas dankbaar voor wat hij voor Avantri heeft gedaan én heeft betekend. Onze gedachten en medeleven gaan uit naar Marco & Anna-Isabel, Rob & Simone, Marillion & Marc en Vincent.

Daar sluit de vereniging Vrienden van de Atletiek zich bij aan. Bas was sedert 1999 aangesloten bij onze vereniging. Wij verliezen in Bas een trouw en aimabel lid.

GLOBAL SPORTS COMMUNICATION

Als een van de toonaangevende **sportmanagementbureaus** in atletiek streven we ernaar **onze sport** vooruit te helpen. Het zit in ons **DNA**. Of het nu gaat om topsportmanagement, evenementenorganisatie of sportmarketingprojecten, we streven naar **innovatie** en **voortgang**. Om dit te bereiken werken we samen met atleten en partners van **wereldklasse**.

Samen zijn we **#TeamGSC**.

Blijf op de hoogte!



Geschiedenis van de Vrienden van de Atletiek

Deel 3 1971-1980

Het bestuur van de Vereniging Vrienden van de Atletiek heeft in de aanloop van de overgang naar de Stichtingsvorm de wens uitgesproken om de geschiedenis van de dan 75-jarige vereniging vast te leggen in de laatste afleveringen van De Vriendenband, die nog verschijnen vóór de overgang naar de Stichting. In deze editie treft u deel 3 aan: de jaren zeventig, op weg naar het 30-jarig bestaan van de Vereniging Vrienden van de K.N.A.U.



Voor het ophalen van herinneringen aan het derde decennium van onze vereniging raadplegen we de jubileum – Vriendenband 1951-1991 onder redactie van Frits de Ruyter, Gijs Takken en Evert Wijburg, die van 1971 als opvolger van Frits het voorzitterschap op zich nam tot 1986. Een lange periode waarin hij werd gesteund door secretaris Anton Blok, ook al zo'n volhouder (1970-1990). Anton vervulde een dubbelrol want hij was ook penningmeester. De lijst van commissarissen was langer. We treffen namen aan waaraan vele van ons nog actieve herinneringen hebben: Henk Klaver, Jan Kleyn, Ed Meeuws, Aad de Moree, Wim Mulder, alweer Frits de Ruyter, Gijs Takken, Cor Aafjes, Margreet Versterre en Bas Wirtz.



Evert Wijburg. (bron foto's: Atletiekerfgoed)

Het tijdperk Wijburg-Blok

Zoals elke voorzitter voor hem en na hem drukte Evert Wijburg zijn persoonlijke stempel op het beleid. Evert's nadruk lag op het begrip 'Vrienden'. Hij schreef:



Anton Blok.

“Wij zijn geen leden, maar vrienden. Wij gaan aan het werk, dat wil zeggen zoeken naar vormen en mogelijkheden, die ons vrienden meer samenbrengen, het vriend-zijn meer beleven en toepassen.” Hoogdravende tekst, echt gemeend. Maar, denk ik, tijdsgebonden en idealistisch. Ik zie deze zinnen vandaag de dag niet meer gebruikt worden, en misschien is dat ook wel een beetje jammer.

Anton Blok was gedurende 20 jaar medebepaler van het beleid, dat nadrukkelijk gericht was op het versterken van de

onderlinge band.

De summiere verslagen uit die tijd laten ons zien dat het bestuur zich inspande voor het organiseren van reünies met als vast patroon: ontvangst op een leuke locatie, koffie en bijpraten, vergadering, lunch, rondgang of bezichtiging of spreker, borrel en diner. Verrassend? Nee, zo was het en zo is het in grote lijnen altijd gebleven. En dat is goed, want Wim Sonneveld zei het al in die tijd als stalmeester: “Er is al genoeg waardevols naar de kl.t.n gegaan”.

De leuke locaties werden gevonden in:

1970 Amsterdam ICC Vondelpark
1971 Alphen aan de Rijn met boottocht
1972 Biddinghuizen Flevohof
1973 Arnhem Papendal
1974 Zaandam Zaanse Schans
1975 Rijswijk De Hofstede

1976 Volendam
1977 Amersfoort
1978 Bilthoven Heidepark
1979 Rijswijk De Hofstede
1980 Zwolle Urbana

Bijzondere sprekers waren Feyenoord keeper Eddy Pieters Graafland, Schrijver/vlieger A. Viruly, de Amsterdamse sportpionier Dick Schmul, Herman Heupers, zwemcoach Jan Stender, KNAU-voorzitter Frans Jutte, Ad Paulen en Frits de Ruyter met gesproken portretten (3x).

In 1976 werd op Papendal een jubileumbijeenkomst gehouden t.g.v. het 75-jarig bestaan van de K.N.A.U. en 25 jaar Vrienden.

We blijven nog even in de data-sfeer. Want ik vind het leuk om nog eens op te zoeken wie van onze leden zich Olympiër mocht noemen in het tijdperk 1970-1980.

We zijn als leden weliswaar allemaal gelijk, maar de Olympiërs zijn iets meer gelijk (volgens Orwell). Het waren in:

1972 München

Wilma van den Berg, na het bereiken van de halve finale 200 meter niet meer gestart vanwege de tragische gebeurtenissen in het Olympisch dorp, waarbij Palestijnse terroristen van de terreurgroep Zwarte September het Israëlische team gijzelden, wat resulteerde in de dood van elf Israëlische atleten/officials, een Duitse politieman, en vijf terroristen.

Jos Hermens, eveneens niet gestart.

Ilja Keizer-Laman, 5^{de} in finale 1500 m in 4.05,1 (Nederlands record).

Trudy Ruth, 8^e in halve finale 400 m in 53,02.

Haico Scharn, 7^e in halve finale 1500 m in 3.44,4.



Wilma van den Berg. (foto: Joost Evers; bron: Wikipedia).



Ilja Keizer-Laman op kop in de finale van de 1500 m op de OS in München. (bron: Wikipedia).

Sylvia Barlag, 5-kamp 10^{de} met 4333 punten.

Henk Brouwer, 6^e in serie 200 m in 21,96 en 5^e in serie 4x400 m in 3.06,0.

Harry Schulting, 4^e in halve finale 400 m horden in 50,61, 5^e in serie 400 m in 48,53 en 5^e in serie 4x400 m in 3.06,0.

Els Vader, DNF in kwartfinale 100 m, 5^e in kwartfinale 200 m in 23,67.

Gerard Nijboer, zilveren medaille op de marathon in 2.11.20.

Dat het pad van onze Olympiërs niet altijd over

rozen gaat, bewijst een relaas van Ciska Jansen in een interview door Piet Wijker in de



Ciska Jansen. (foto: Theo van de Rakt; bron: Atletiekerfgoed)

AW van 20 oktober 1977. Ze heeft de ervaring dat atleten op gewone wedstrijden vriendschappelijk met elkaar omgaan, maar niet op Olympische Spelen en bijv. Europese kampioenschappen.

Ciska: "In Montreal heb ik opnieuw geprobeerd om contact te krijgen met een meisje, zodat je samen kunt doen. Want als Nederlandse spring je meestal alleen, en iemand moet toch even kijken of je aanloop goed is, of je goed uitkomt, enz. Maar ik kreeg weer nee te horen. En ook de jury wilde me niet helpen. Dus moest ik maar zo'n beetje gokken. Nou, de eerste sprong ging dan nog wel, maar ik wist absoluut niet of ik de balk goed had geraakt. Ik had echter niet erg ver gesprongen, dus ik dacht dat ik wel niet zo goed zou zijn uitgekomen. Bij de tweede sprong begon ik dus wat verder naar voren en prompt was-ie fout. Maar ik mocht van de jury niet eens zien hoever ik over de balk zat. Dus werd de derde sprong weer een gok en

1976 Montreal

Jos Hermens, 10^{de} in finale 10.000 m in 28.25,04, marathon in 2:19.48,2.

Ciska Jansen, 6,10 m in de kwalificatieronde verspringen (18^{de}).

Eltjo Schutter, 10-kamp, geblesseerd na eerste dag.

1980 Moskou

Deze Spelen werden door de Verenigde Staten geboycot, waardoor er 50 landen ontbraken



Vlnr. Els Vader, Sylvia Barlag, Harry Schulting en Gerard Tebroke op Schiphol, vlak voor hun vertrek naar de Spelen in Moskou. (foto: Rob Bogaerts; bron: Wikipedia).

die ging vanwege de onzekerheid ook de mist in. Erg jammer, maar wat kon ik er verder nou aan doen? Het ergste vind ik nog dat over een paar jaar misschien een ander Nederlands meisje voor hetzelfde komt te staan en die krijgt dan net zo'n zure opduvel als ik heb gehad. Want je kunt het nu eenmaal niet alleen af."

Niet Olympisch in dit decennium, maar wel vermeldenswaard is dat Olga Commandeur in 1975, als eerste en enige Nederlandse ooit, Europees jeugdkampioene op de 800 meter werd.

Wat opvalt is dat, in tegenstelling tot later (na 1990), de aanwas van nieuwe leden (nog) geen probleem was. Het punt 'verjonging' stond nog niet op de agenda's van alle latere bestuursvergaderingen tot 1990. Zeker, er was in die tijd niet zoveel afleiding, de individualisering in de atletiek was nog net niet begonnen en, heel belangrijk, er waren nog nationale ploegen. Geen betere mogelijkheid om elkaar te blijven ontmoeten bij de "Vrienden". Bestuursleden klampten op wedstrijden atleten aan en wisten op die manier het ledental op peil te houden.

Onder de topatleten van de Vrienden vinden we o.a. de namen van 'veel-winnaars' Wilma van den Berg, Rijn van den Heuvel, Mieke Sterk, Jos Hermens, Roy Sedoc, Roelof Veld, Sylvia Barlag en Klaas Lok.

Zo gaan de verenigingsjaren van het derde decennium voorbij. Mede dankzij het beleid van Wijburg en Blok.

Nog eenmaal zetten we onze Vrienden atletiekgeschiedenis af tegen het wereldgebeuren om ons geheugen op te frissen en ons te herinneren aan wat ons toen bezighield. Het internet helpt daarbij.

De periode 1971-1980 in Nederland en de wereld werd gekenmerkt door:

- de oliecrisis van 1973, de oliakraan ging dicht, wat leidde tot autoloze zondagen, stijgende werkloosheid en overheidsingrijpen.
- de opkomst van links-progressief beleid (Kabinet-Den Uyl (1973-1977): Symboliseerde polarisatie en stimuleringsbeleid (bouw, cultuur), maar werd geconfronteerd met een 'gat van Witteveen' en moest bezuinigen (1-procentsoperatie).
- de vorming van het CDA (1980), Deconfessionalisering: Leidde tot de fusie van ARP, KVP en CHU tot het CDA in 1980.
- de beginjaren van de computer en technologie, sociale veranderingen zoals emancipatie, en internationale spanningen.
- het einde van de Vietnamoorlog. De Amerikaanse terugtrekking en val van Saigon (1975).
- democratisering Zuid-Europa: Val van dictaturen in Portugal (1974), Griekenland (1974) en Spanje (1975).

*Stichting Atletiekerfoed,
Chris van der Meulen*

(wordt vervolgd)

OBJECTEN

Na onze 'eigen' onderscheiding op het Gala tot

*Atleet van het jaar 2025, en na de NOC*NSF verkiezing tot Sportvrouw van het jaar 2025, dit laatste tot haar grote eigen verrassing, inspireerde JESSICA SCHILDER me tot het nu volgende artikel.*

De Ierse filosoof uit de 18^e eeuw George Berkeley kwam ooit met een beroemd geworden gedachte-experiment:

"Als een boom in een bos omvalt en is er niemand in de buurt om het te horen, maakt dat dan geluid?"

Zijn redenering: de boom zal ongetwijfeld trillingen verspreiden. Maar die trillingen mogen pas geluid genoemd worden als deze worden opgevangen en herkend als geluid in onze zenuwcentra. Zolang er dus niemand is om de boom waar te nemen, is er geen geluid.



Bron: Wikimedia

Een boom is trouwens een populair object waar verschillende filosofen bij hun overwegingen gebruik van hebben gemaakt. Bestaat er een verschil tussen hoe objecten zich aan ons voordoen en hoe ze zijn buiten de door ons ervan opgedane ervaring?



Bron: Wikimedia

Hierover Vasubandhu, boeddhistisch monnik, die leefde in de vierde, vijfde eeuw en een mijns inziens reëel standpunt innam:

*"Neem als voorbeeld van objecten een boom. Een boom kun je zien maar evengoed ook denken. Om een boom te benoemen hebben we taal nodig. Objecten worden gecreëerd in ons bewustzijn, in de ervaring zelf. Zo kunnen we stellen dat een boom ten eerste **een bedachte aard** heeft.*

Een boom kan niet op zichzelf bestaan. Heeft grond nodig waarin deze kan gedijen, maar ook water om te drinken,

	<i>lucht om te ademen, zonlicht om als energiebron te gebruiken.</i> <i>Een boom heeft als tweede een afhankelijke aard.</i> <i>Bedacht en afhankelijk. Hieruit valt de conclusie te trekken dat een object geen zelfstandig bestaan heeft. Wat zelfstandig niet bestaat, heeft dus ook een niet-bestaande aard.</i> <i>En drie, dát is de WARE AARD.</i>"
--	--

Objecten zijn natuurlijk nodig en nuttig, ze zijn onderdeel van ons zijn en zij helpen ons de wereld in kaart te brengen en te begrijpen.

Maar omdat ze fundamenteel niet echt of waar zijn als op zichzelf bestaande dingen, is er een verschil tussen enerzijds de formele en traditionele, maar anderzijds de absolute waarheid.

Ja, er bestaat dus een verschil tussen hoe objecten zich aan ons voordoen en hoe ze zijn buiten de ervan opgedane ervaring.

Nu vraag ik me met jou af (als je al niet bent afgehaakt met lezen) waar dit moeizame begin toe dient in een blad dat atletiek dient.

Welnu, het bovenstaande is bedoeld als inleiding op hoe werpers met hun materiaal om zouden kunnen (of behoren te?) gaan.

Werkers krijgen eerst van de vereniging een kogel, discus, speer, slingerkogel of werpgewicht 'in bruikleen', net naar welk onderdeel hun grootste belangstelling uitgaat, ze het beste ligt. Later, als het 'lekker gaat', kopen de fanatiekere beoefenaars er een voor zichzelf, omdat een bepaald model van een bepaald merk zó'n geweldig prettig werptuig is!

Wie écht vooruitgang boekt, krijgt wellicht een sponsor die materiaal levert. En eenmaal geselecteerd, komt zo'n atleet terecht in een andere categorie van begeleiding, hulp en materiaallevering plus -gebruik.

Ik schreef eerder: Werpers krijgen eerst van de vereniging een kogel, discus, enz. Maar zodra iemand zich thuis gaat voelen in dat onderdeel, is zo'n werpmateriaal niet alleen maar een nodig en nuttig voorwerp, een ding, maar gaat het voor deze atleet 'leven'. Dat object helpt de wereld voor de werper in kaart te brengen. Tot en met het gegeven dat het een onmisbaar onderdeel van de werper zélf wordt! Die beleving kan vér boven 'het ding' uitgaan.

Tja, dan hoor ik de eerst zelf actief wedstrijdathleet, later in onze kringen beroemd geworden werptrainer en opleider Sjef Swinkels weer zeggen: "Het koppetje doet ook mee!"



Een kogel, een discus, enzovoort zijn objecten die wij van elkaar onderscheiden door ze een van elkaar verschillende naam te geven. Voor die naamgeving hebben we ‘taal’ nodig. Als dat object eenmaal gemaakt is en in een magazijn wacht op een koper, heeft het nog geen bestaansgrond, stelt het eigenlijk nog niets voor.

In de gedachte, in de beleving van de werper en afhankelijk van deze atleet, krijgt het object zijn ware aard, zoals Vasubandhu stelde. Het heeft een werper *nódig* om iets te betekenen. Pas samen *mét* de atleet krijgt het zijn ware bestaansrecht!

En George Berkeley? Hoort een werper het materiaal in het gras vallen als het dertig, veertig, vijftig, tot en met zoveel en negentig meter ver landt? Nee, het geluid waarmee de landing gepaard gaat, zal door de werper niet gauw waargenomen worden. Toch kan ik Berkeley’s eventuele ongelijk niet zomaar aantonen, want de toegesnelde juryleden om de landing te kunnen beoordelen en de geleverde prestatie op te meten, zullen met hun zenuwcentra bewijzen dat het er wel degelijk is!

Hugo Tijsmans

Mike Foppen, een stille kracht

Je hebt atleten die op belangrijke toernooien tot grootse prestaties in staat zijn en daarmee veel aandacht naar zich toetrekken en je hebt atleten, die zich stelselmatig verbeteren, record na record vestigen, zonder daarmee langdurig in de publiciteit te komen. Beperk ik mij tot de middellange en lange afstandslopers in ons land, dan is iemand als Niels Laros een voorbeeld van die eerste groep, Mike Foppen van de tweede. Waar Laros, zo jong als hij is, al acht internationale jeugdtitels, een wereldjeugdtitel, een Diamond League-finale plus een nationale titel op zijn naam heeft staan, met daarnaast een



Mike Foppen, WK 2025 in Tokio. (foto: Erik van Leeuwen)

handvol records, grossiert Foppen, naast tien nationale titels, vooral in nationale records. Daar heeft hij er sinds 2020 op de afstanden tussen de 3000 m en de 10 km maar liefst twaalf van gevestigd. Dertien zelfs, als je de beste Nederlandse prestatie op de 15 km van 42.42 bij de Zevenheuvelenloop van 2025 meetelt, waarvan de organisatoren hardnekkig blijven rond toeteren, dat ook dit een Nederlands record is. Die afstand is echter door zowel World Athletics als de Atletiekunie eind 2021 al uit de officiële recordlijsten geschrapt.

De beste internationale prestaties van Foppen waren op de 5000 m diens 18^e plaats op de Olympische Spelen in Parijs en vorig jaar zijn 15^e op de WK in Tokio. Zeer verdienstelijke prestaties overigens, laat daar geen enkel misverstand over bestaan.

Inmiddels is Foppen nu ook alweer de eerste dit jaar die een Nederlands record verbeterde: op 11 januari dook hij in Valencia – sinds jaar en dag ‘the place to be’ voor wegrecords – op de 10 km zes seconden onder het Nederlandse record van Filmon Tesfu die dat vorig jaar, ook in Valencia natuurlijk, op 27.45 had gesteld. Mike Foppen maakte er ditmaal 27.39 van.

Voldoende reden al met al om deze noeste werker hier nu ook eens in het zonnetje te zetten. Bij deze!

Piet Wijker

Onze 4 x 100 m vrouwen op de Olympische Spelen (10)

We hebben nu in negen afleveringen bijna de hele geschiedenis van onze vrouwen op de 4 x 100 m estafette beschreven, alle hoogte- en dieptepunten de revue laten passeren, vanaf het begin op de Olympische Spelen van 1928 tot en met het covid jaar 2020. Nu zijn we aangekomen bij het laatste decennium van dit overzicht. Daar hebben wij allemaal nog levendige herinneringen aan, zou je denken. Ik zou mij er dus met een beknopte terugblik vanaf kunnen maken. Echter, ten eerste zit ik zo niet in elkaar en ten tweede ben ik bang, dat de opkomst van die andere groep estafettevrouwen, op de 4 x 400 m, met hun schitterende successen de laatste vijf jaar, de herinneringen aan de prestaties van onze 4 x 100 m vrouwen nogal hebben overschaduwd. En dat hebben ze niet verdiend. Vandaar dat ik hier toch nog maar weer op mijn bekende manier doorga met de afronding van dit exposé.

2021: Tokio

Er moest eerst maar weer 'ns goed getraind worden op de 4 x 100 m, begin 2021. Doha 2019 was de laatste wedstrijd geweest en daar had de samenstelling van het viertal nogal afgeweken van die van de laatste jaren vanwege de liesblessure van Dafne Schippers en de afwezigheid van Nadine Visser vanwege haar starts op de 100 m horden. De meest ervaren estafettesprintsters moesten dus maar eens flink met elkaar aan de bak: Dafne Schippers, Nadine Visser, Naomi Sedney, Marije van Hunenstijn en Jamile Samuel. Schippers sloeg het indoorseizoen over, omdat zij zich geleidelijk wilde voorbereiden op de Spelen in Tokio, maar de andere vier lieten zich indoor al van hun beste kant zien. Sedney, Samuel en Van Hunenstijn bezetten in die volgorde de eerste drie plaatsen op de 60 m bij de NK indoor, en Visser werd voor de zevende maal kampioene op de 60 m horden. Daarna namen Sedney, Samuel en Visser ook deel aan de EK indoor in Toruń. Visser behaalde er haar tweede Europese titel op de 60 m horden, Samuel veroverde op de 60 m vlak in 7,22 s het brons en Sedney kwam tot de halve finale, na eerder in haar serie haar beste seizoenstijd van 7,27 te hebben gelopen.

Nu kun individueel nog zo goed in vorm zijn, “estafette is toch een vak apart”, volgens Van Hunenstijn in een interview. “Sprint is bijna automatisme. Je hoeft alleen te reageren op het startschot en zo hard mogelijk te lopen. Bij de estafette is meer concentratie nodig: je moet precies op het juiste moment vertrekken, je niet laten afleiden door de atleten in andere banen en het estafettestokje doorgeven zonder snelheid te verliezen.” Een goede estafette valt of staat met een vloeiende wissel van het estafettestokje tussen de atleten. De plek van het ‘checkmark’ – het punt dat aangeeft wanneer de volgende loper kan vertrekken – is daarvoor van groot belang. “Dat luistert heel nauw”. Visser vult aan: “Je wil op volle snelheid zijn zodra je het estafettestokje in handen krijgt. Vertrek je te vroeg, dan moet je afremmen en vertrek je te laat, dan zit er minder snelheid in de wissel.” En bij de estafette geldt nog meer dan anders: je wil het niet verpesten. “Je bent verantwoordelijk

voor de prestatie van een ander, dat zorgt voor extra druk. Maar die extra druk helpt mij juist om nog scherper en meer gefocust te zijn.”

In april werd er in een trainingskamp in Belek (Turkije) veel tijd gestoken in het zetten van de puntjes op de i voor de World Athletics Relays begin mei in het Poolse Chorzów. Daar moest het team zich zien te kwalificeren voor de Spelen in Tokio. Dat lukte, want nadat in hun serie Samuel, Schippers, Visser en Van Hunenstijn in 43,28 de snelsten van allemaal waren geweest, werd ons viertal, met Sedney in plaats van Van Hunenstijn, in de finale derde in 44,10. Hier lagen zij ook op koers voor goud, maar de laatste wissel was een moeizame, waardoor ze de leiding kwijtraakten. Wat Tokio betreft was de missie echter geslaagd, al moest de wisseltechniek nog verder worden verbeterd.

Rennende tandarts

Wel was er nu ruimte om te experimenteren met de bezetting. Die mogelijkheid werd op de EK voor landenteams aangegrepen. Op 19 juni kwam in het Roemeense Cluj-Napoca op dit toernooi het volgende viertal aan de start: Leonie van Vliet, Lieke Klaver, Marije van Hunenstijn en Naomi Sedney, een mix dus van ervaren en onervaren 4 x 100 m-loopsters. Opvallend hierbij was, dat Van Vliet en Klaver tot nu toe vooral actief waren geweest op de langere sprintnummers, de 200 en 400 m. Klaver had op het tweede onderdeel al één nationale titel op zak en op het eerste onderdeel twee, terwijl Van Vliet op de 200 m grossierde in tweede en derde plaatsen. Klaver had trouwens in 2018 al een keer deel uitgemaakt van de nationale 4 x 100 m, maar recent inmiddels naam gemaakt op de 4 x 400 m met een Europese indoortitel; voor Van Vliet was het haar eerste estafette-ervaring. Daar had zij heel doelgericht naartoe gewerkt. De net – op 13 juni – 28 jaar oud geworden atlete van Groningen Atletiek was gebrand geweest op een plekje in de 4 x 100 m in 2021. In de coronajaren had ze zich in haar trainingen, in overleg met haar coach Eddy Kiemel, dan ook vooral gericht op het verbeteren van haar start, haar zwakke punt, vond ze zelf. Van een leien dakje ging dat overigens niet. In de winter had zij graag vaker indoor willen trainen, om kwalitatief betere starttrainingen te kunnen voltooien, maar door corona en omdat zij geen A-status bezat lukte dat niet. “Dit



Vlnr. Leonie van Vliet, Marije van Hunenstijn, Lieke Klaver en Naomi Sedney op de EK voor landenteams 2021. (foto's: Erik van Leeuwen).

was wel een lastige periode, omdat ik het gevoel had dat mijn voorbereiding minder was dan die van sommige concurrenten, terwijl ik daar zelf geen invloed op kon uitoefenen. Ik werd daar wel onzeker van en had weinig vertrouwen meer dat ik hard kon gaan lopen”, blikte Leonie van Vliet terug. Die onzekerheid was ongegrond. Want na in mei bij de Harry Schulting Games haar PR op de 100 m te hebben bijgesteld van 11,57 naar 11,46, kreeg zij een maand later in Cluj-Napoca haar kans, die ze met beide handen aangreep. Als startloopster van het 4 x 100 m-team liep ze naar de zege in 43,38. Een aanwinst voor de estafette dus, deze parttime tandarts, werkzaam in een mondzorgcentrum in Leek. De ‘rennende tandarts’, zoals RTV Noord haar profileerde, wist sport en werk goed te combineren, zei dat het haar juist ook veel energie gaf en vond het heel fijn om even met iets anders bezig te zijn dan atletiek, om over andere dingen te praten. “Ik kan mij wel snel zorgen maken over bepaalde trainingen die niet goed gaan of kleine pijntjes. Op mijn werk heb ik geen tijd om daarover na te denken, en heb ik het met patiënten en collega’s over andere dingen”, aldus Van Vliet in een artikel in ‘Hardlooptnetwerk’ in december 2021.

Domper in Tokio

Het vertrouwen van Leonie van Vliet was in 2021 enorm toegenomen. Dat uitte zich in een verdere aanscherping van haar beste 100 metertijd van 11,46 naar een snelle 11,29, begin juli in Vught, na een week eerder op de NK in Breda ook haar 200 meter PR van 23,69 al te hebben verbeterd. Achter Femke Bol was zij met miniem verschil vijfde geworden, in 23,16 voor beiden. Het was voldoende om de Groningse te selecteren voor de 4 x 100 m op de Olympische Spelen in Tokio. Daar moest zij echter als reserve machteloos toezien hoe Nadine Visser, Dafne Schippers, Marije van Hunenstijn en Naomi Sedney, na eerst met 42,81 als tweede tijdsnelste ploeg nog net de finale te hebben bereikt, in die finale weer eens tegen een DNF opliepen; de wissel tussen Visser en Schippers, in de serie al niet optimaal, mislukte, tot zichtbare frustratie van vooral Marije van Hunenstijn. Het was de zoveelste keer dat een belangrijke finale op die manier de mist inging, al was het voor het eerst een olympische. Voor Van Vliet kreeg het seizoen toch nog een mooi einde, doordat zij deel mocht uitmaken van het estafetteteam op de Athletissima in Lausanne, een Diamond League wedstrijd. Onze vrouwen werden daar in de volgorde Visser, Van Vliet, Van Hunenstijn en Sedney derde in 43,52. “Het was de eerste keer voor mij in zo’n groot, uitverkocht stadion. Veel wedstrijden waren natuurlijk zonder publiek en de sfeer in dat uitverkochte stadion was echt geweldig. Daar krijg je zoveel energie van. Die momenten zou ik heel graag nog vaker mee willen maken.” Intussen hadden zich in de loop van 2021 haperingen voorgedaan bij de twee atletes die vanaf 2011 het ‘motorblok’ op de 4 x 100 m hadden gevormd: Dafne Schippers en Jamile Samuel. Schippers liet medio 2021 weten, dat zij inmiddels al zo’n jaar of twee kampte met zware rugproblemen. Boosdoener was slijtage aan een tussenwervelschijf. En Samuel had een kwetsbare achillespees. Ze was er in 2020 al een keer aan geopereerd en had toen gehoopt, mede ‘geholpen’ door het coronajaar, dat zij voldoende hersteltijd zou hebben

voor de Spelen in Tokio. Dat was, gezien haar hier eerder beschreven prestaties dat jaar, aardig gelukt. Eenmaal in Tokio had ze tijdens een training echter haar hamstring gescheurd, waarmee haar olympische vlam in een keer werd gedoofd. Logisch dus dat zij in het jaar 2022 een voorzichtige start maakte met als uitgangspunt om na geleverde inspanningen haar kwetsbare achillespees voldoende rust te gunnen om te herstellen. Zowel Schippers als Samuel lieten dus het indoorseizoen schieten.



Jamile Samuel in 2021.

Al met al was het nu wel hoog tijd om de 4 x 100 meterploeg van nieuwe, jonge aanwas te voorzien. Er stonden dat jaar geen World Athletics Relays gepland', dus moest naar alternatieve estafette-mogelijkheden worden gezocht. En zo kwam op 21 mei bij de Diamond League wedstrijd in Birmingham het volgende viertal aan de start: Demi van den Wildenberg, Zoë Sedney, Minke Bisschops en Naomi Sedney. De eerste drie hadden samen met N'ketia Seedo op het EK U20 in

2019 op de 4 x 100 m al eens zilver veroverd. Bovendien was Van den Wildenberg op het jongste NK indoor op de 60 m tweede geworden en Z. Sedney kampioene op de 60 m horden. Birmingham was echter een ander verhaal: een DNF. Dat schoot niet echt op.

Selectieprocedure voor WK in Eugene

Dan nu maar 'ns een wedstrijd uitgezocht waar bijna alle kandidates voor de 4 x 100 m met elkaar de strijd aangingen. Dat gebeurde in Genève op 11 juni. Jamile Samuel, Lieke Klaver, Marije van Hunenstijn en Zoë Sedney werden daar achter Zwitserland tweede in 43,35, gevolgd door N'ketia Seedo, Leonie van Vliet, Minke Bisschops en Naomi Sedney in 43,80. Een week later kwamen bij de Bislett Games in Oslo Jamile Samuel, Tasa Jiya (!), Leonie van Vliet en Naomi Sedney tot een overwinning in 43,69. Goed natuurlijk, maar de tijden waren al met al nog weinig hoopgevend.

Vervolgens waren de Nederlandse kampioenschappen in Apeldoorn aan de beurt. Dafne Schippers, die zich vanwege haar rugproblemen tot de 100 m had beperkt, veroverde daar haar zevende nationale titel, maar haar winnende 11,29 noch haar 11,28 in de halve finale waren voldoende om zich te kwalificeren voor de WK. De ploeg die daarna werd samengesteld voor de 4 x 100 m voor de WK bestond uit de nummers 2, 3 en 4 in Apeldoorn: de zusjes Sedney en Jamile Samuel, Marije van Hunenstijn, 4^e op de 200 m, Lieke Klaver, die zich ook al voor de 400 en de 4 x 400 had geplaatst en, opvallend genoeg, Minke Bisschops, die als jong talent de voorkeur kreeg boven enkele andere oudere, maar in Apeldoorn snellere kandidates. Technisch directeur Ad Roskam wilde de

selectie nog wel voor een laatste test laten deelnemen aan de Diamond League wedstrijd in Stockholm, een week na Apeldoorn. Dat stuitte op verzet van Jamile Samuel, die haar kwetsbare achillespees tot aan de WK rust wilde geven om in Eugene maximaal te kunnen presteren. De NK-races hadden namelijk voor een pittige reactie op haar achillespees gezorgd. Roskam kon er weinig begrip voor opbrengen en wisselde Samuel prompt in voor Nadine Visser, die zich al voor de 100 m horden had gekwalificeerd. Reactie van Jamile: “Het maakt me verdrietig. Het voelt niet goed dat mijn WK me op deze manier wordt ontnomen. Ik wilde er echt zijn voor mijn team, maar dat gaat dus helaas niet.”

Van de nood een deugd

Dan, eenmaal in Eugene, loopt Marije van Hunenstijn een scheurtje in haar enkelpees op. Einde seizoen voor de Apeldoornse. Op de dag van de series 4 x 100 m heeft Lieke Klaver inmiddels drie zware 400 meters achter de rug en is zij de dag erna alweer aan de beurt voor de 4 x 400 m. Nadine Visser maakt zich op voor haar eerste hordenrace een dag later; beide loopsters zij dus niet beschikbaar voor een onverwachte invalbeurt. Dus blijven er nog maar drie atletes over voor de series 4 x 100 m, beide Sedneys en Minke Bisschops. Had nu toch ook Samuel maar in de selectie gehouden, beste Roskam! Bij gebrek aan alternatieven klopt men, anderhalve dag voor er moet worden gelopen, uit nood aan bij Andrea Bouma, reserveloopster voor de 4 x 400 m. De 22-jarige sprintster van De Spartaan, met een PR op de 100 m van 11,87, daterend uit 2017, stemt toe en wordt de startloopster, terwijl de 19-jarige debutante Minke Bisschops, die op die plek gepland stond, doorschuift naar de tweede bocht, tussen Zoë en Naomi Sedney in. Gezien deze bizarre “voorbereiding” valt de zesde plaats in hun serie in 43,46 nog alleszins mee, maar de finale bereiken ze er niet mee. Achteraf overheerst bij het viertal echter tevredenheid over het feit, dat ze het met z’n viertjes toch maar hebben gefikst. Desalniettemin past dit wel perfect in het armzalige ‘track record’ dat wij in de loop de jaren op WK-niveau op dit onderdeel hebben opgebouwd.



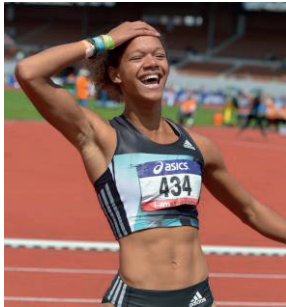
Zoë Sedney houdt in de serie 4 x 100 m op de EK in München de loopsters van de Finse en Zwitserse ploegen achter zich. (foto: Filip Bossuyt; bron: Wikipedia).

Goed, er was nog een kans om het geschonden blazen wat op te poetsen: bij de EK in München, een maand na Eugene. Nauwelijks terug uit de VS kwam de Atletiekunie

alweer met de selectie voor die EK. Naast de drie vaste loopsters op de 4 x 100 in Eugene was de selectie ditmaal aangevuld met Jamile Samuel (!), Demi van den Wildenberg en N'ketia Seedo. Deze laatste was er in Eugene niet bij geweest vanwege de WK U20 in Cali, waar zij op de 100 m een bronzen plak had veroverd. Weinig dubbele optredens deze keer; alleen Zoë Sedney op de 100 m horden en Jamile Samuel, die ook op de 200 m uitkwam. Wat de laatste betreft was Roskam kennelijk tot inkeer gekomen... Maar Jamile had dan ook voorafgaand in het Luxemburgse Schifflange een 100 m gewonnen in 11,29! Zo doe je dat dus, als je je onheus bejegend voelt.

En Dafne Schippers? Die had nog gehoopt op deelname aan de EK in München, maar een breuk in een rugwervel tijdens een training in Italië maakte aan alle illusies een einde.

In München wist het Nederlandse viertal zich in hun serie 4 x 100 m niet rechtstreeks te plaatsen, want ze finishten als vierde. Maar met hun tijd van 43,75 wisten N'ketia Seedo, Zoë Sedney, Minke Bisschops en Naomi Sedney het vege lijf te redden door als tweede tijdsnelsten door te stomen naar de finale. Daarin wisten onze sprintsters, met Jamile Samuel op de plaats van Minke Bisschops, als vijfde te finishen in 43,03, dezelfde tijd als de Spaanse vier die de vierde plaats inpikten. Er had zelfs meer ingezet, want de tweede wissel was verre van perfect. Net geen tijd onder de 43 seconden dus, maar eindelijk begon het weer ergens op te lijken.



Tasa Jiya in 2016. (foto: Erik van Leeuwen; bron: Wikipedia)

Einde van het ene tijdperk, start van het volgende

Het jaar 2023 was het jaar waarin Dafne Schippers, gedwongen door haar aanhoudende rugklachten, het einde van haar atletiecarrière aankondigde. Een groot verlies! Met name onder de stimulerende invloed van dit Utrechtse sprintfenomeen hadden immers onze vrouwen ons land op de 4 x 100 m sinds 2011 weer op de internationale kaart gezet.

Het was echter ook het jaar van de wederopstanding van Tasa Jiya. Deze atlete van het Noord-Hollandse AV Lycurgus had, nadat zij als reserve de Spelen van Rio had meebeleefd zonder daar in actie te zijn gekomen, in 2017 besloten om haar rechtenstudie de volle aandacht te geven.

Doordat 2016 zo'n intensief atletiekjaar was geworden, had zij een aantal dingen gemist. Ze stortte zich dus vol overgave in het studentenleven, maar kwam er al gauw achter, dat het nu de atletiek was die ze miste. In 2018 wist ze uiteindelijk een goede balans te vinden tussen studie en sport en kwam zij op de NK dat jaar voor het eerst weer in actie. Dat resulteerde al direct weer in een tweede plaats op de 200 m achter Jamile Samuel. Ze kwam zelfs alweer dichtbij de limiet voor het EK in Berlijn, maar bleek aan het eind van het seizoen zwanger te zijn. Een half jaar na de geboorte van haar dochter Amáru maakte ze haar studie af en begon ze met het herstel van

de zwangerschap. Vanaf 2022 sportte zij weer fulltime op hoog niveau. Haar eerste optreden in estafetteverband sinds 2016 vond dat jaar plaats tijdens de Bislett Games in Oslo, waar zij samen met Jamile Samuel, Leonie van Vliet en Naomi Sedney de 4 x 100 m won in 43,69.

In 2023 ging de 4 x 100 m estafette van start bij de FBK Games, begin juni. Niet dat het veel voorstelde. Een Belgisch viertal gaf als enige tegenstand en daar werd nog van verloren ook. Het Belgische kwartet scoorde 44,08, terwijl N'ketia Seedo, Tasa Jiya, Zoë Sedney en Nadine Visser er 44,17 over deden. Gauw doorscrollen dus, die prestatie. Nog geen week later werd Genève weer aangedaan en daar ging het alweer wat sneller. In 43,32 werden Seedo, Van Hunenstijn, Z. Sedney en Jiya tweede, op een tiende seconde achter het winnende Zwitserland. Dat begon weer ergens op te lijken. Veertien dagen daarna was het weer ouderwets knallen op de EK voor landenteams in Chorzów, want daar vlogen Seedo, Klaver, Samuel en Jiya al na 42,61 door de finish, veel te sterk voor de overige 15 landenteams en in een veelbelovende tijd. Dat gaf tenminste weer wat vertrouwen voor de aankomende WK in Boedapest. Nu kwam het erop aan om dat vertrouwen vast te houden en zo mogelijk te verbreden. Op dus naar de Athletissima in Lausanne, een week na Chorzów, nu weer met het viertal van Genève. Die kwamen in dezelfde volgorde als op 10 juni ditmaal tot 43,18 en werden ook nu tweede, achter Ivoorkust, maar voor Zwitserland. Kortom, ook deze combinatie vertoonde progressie. Op 23 juli volgde een allerlaatste test bij de Diamond League wedstrijd in Londen en nu liepen Seedo, Van Hunenstijn, Samuel en Jiya in 42,38 iedereen zoek, inclusief de Verenigde Staten, twee teams van Groot-Brittannië en de rest. Tjonge, wat een weelde! Nog nooit had een Nederlands viertal zonder Dafne Schippers zo'n snelle tijd neergezet. Dit gaf, met Boedapest in het vizier, toch wel een enorme kick.

WK: volgende deceptie



Tasa Jiya (midden) verslaat Femke Bol (links) en Marije van Hunenstijn (rechts).

Alvorens naar Boedapest af te reizen, werden eerst de Nederlandse kampioenschappen in Breda afgewerkt. Daar versloeg Tasa Jiya op de 200 m gedecideerd Femke Bol en Marije van Hunenstijn. Ondanks een forse tegenwind van -2,2 m/s kwam zij op de knusse Bredase baan als enige in 22,77 dik onder de 23 seconden uit. Op nu naar de WK in Boedapest, waar een kleine maand later de 4 x 100 m voor vrouwen op het programma stond. Hetzelfde viertal als in Londen kwam daar in de series aan de start en dat resulteerde in een vierde plaats en

een tijd van 42,53.

Geen rechtstreekse kwalificatie voor de finale dus, maar wel een finaleplaats op basis van tijd. Alle wissels hadden beter gekund, constateerden zij na afloop bij de NOS. Tasa Jiya: "We hadden een andere tijd in ons hoofd dan dat we nu gelopen hebben. Dit is drie tienden langzamer dan we hadden verwacht. We zijn nu fitter dan in Londen, hebben goed getraind. We hebben allemaal foutjes gemaakt die we niet moeten maken. Ik verwacht dat de zenuwen morgen in de finale minder zullen zijn."

De kans om te bewijzen dat ze in de finale beter konden, kregen ze echter niet, althans niet in deze formatie. Want ineens werden Lieke Klaver en Nadine Visser ingezet op de plaatsen van Marije van Hunenstijn en Jamile Samuel. Geen idee waarom dit zo nodig moest. Niets ten nadele gesproken over Klaver en Visser, hoor, het zijn twee grandioze atletes, maar in deze samenstelling hadden ze nog niet eerder gelopen. Daarbij had Klaver op dat moment al vijf 400 meters in de benen. Hoe dan ook, het ging dus mis bij de laatste wissel tussen Nadine Visser en Tasa Jiya; de zoveelste DNF! Een blessurekwestie kan de aanleiding voor deze wissel niet zijn geweest, want een week later liep als doekje voor het bloeden hetzelfde viertal als in de WK-serie bij de Weltklasse Zürich naar de winst in 42,86.

Voor wat betreft de optredens van onze 4 x 100 m-vrouwen op WK's, daar leek wel een vloek op te rusten. Zou het ooit verbeteren?

(slot volgt)

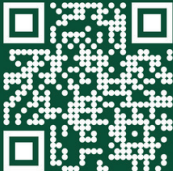
Piet Wijker



MAX4 HOME Specialist in tegels
sanitair & meer

Showroom:
Fabriekstraat 16-02
7005AR Doetinchem

Contact:
0314-745151
info@max4home.nl



VOOR HET VOETLICHT

Irene McGarry: moeder van niet één, maar twee olympiërs



Irene McGarry trots tussen haar twee beroemde dochters: Lianne (links) en Laura de Witte. “Ik heb ze nooit gepusht. Ze moeten zelf de lol erin houden en ik sta ze bij waar ik kan. Dat is denk ik het mooiste. En zolang zij er plezier en lol in hebben, heb je dat als ouder ook, denk ik. En als ze mindere tijden hebben, kan je ze er altijd bij helpen.” (foto: Lianne de Witte)

In de talrijke interviews met leden van de Vrienden die in de loop der jaren in deze rubriek zijn langsgekomen, werd niet zelden ook de rol van de ouders van de geïnterviewde aangestipt. Meestal in algemene zin en veranderend al naar gelang de atletiekloopbaan van betrokkene ergens in het midden van de vorige eeuw plaatsvond, de periode waarin er met atletiek geen droog brood te verdienen viel, dan wel in later jaren, toen aan sport doen en daarnaast een opleiding volgen steeds gangbaarder werd. Moest je begin jaren ‘60 met werken je geld verdienen, dan was het een voortdurende worsteling om de toen nog 48-urige werkweek, verdeeld over zes dagen in de week, te combineren met je sport. Terecht maakten ouders zich daarover zorgen en menig talent zal, gedwongen door de omstandigheden, vroegtijdig zijn afgehaakt.

Tegenwoordig speelt dit nauwelijks meer, kunnen opleiding en/of werk vaak gemakkelijk worden aangepast aan de sportieve activiteiten. Lees bijvoorbeeld elders in dit blad het relaas van sprintster Leonie van Vliet, enkele jaren geleden lid van onze nationale 4 x 100 meterploeg, treffend ook wel de ‘rennende tandarts’ genoemd. En hoor je eenmaal bij de top, dan hoeft je je meestal over geld al helemaal geen zorgen meer te maken.

Daarmee is ook de rol die ouders spelen, veranderd. De zorg dat de sportieve activiteiten van je kind zijn/haar maatschappelijke ontplooiing in de weg zouden staan, is vrijwel verdwenen en sommige atleten vinden een evenwichtige combinatie van werk en sport zelf een verrijking. Nogmaals: lees het relaas van Leonie van Vliet. De hele dag alleen

maar met de sport bezigzijn, zowel in je dagelijkse trainingen als binnen de sociale context, wordt door sommigen als geestdodend, soms zelfs als demotiverend ervaren.

Ouders zijn er echter in alle soorten en maten. Ik kan niet beoordelen hoe het is om als kind lid te zijn van een gezin, waar het woord 'sport' niet voorkomt in de gezinsvocabulaire. Geen enkele aanmoediging of stimulans, mocht je ondanks je a-sportieve thuissituatie toch iets sportiefs willen, zal iedere poging die je als kind doet, al in de kiem doen smoren. Het andere uiterste, ouders die hun kind tot in het extreme pushen, is al even onwenselijk, kan zelfs tot gevaarlijke uitwassen leiden. Denk aan het verhaal van het Noorse gezin Ingebrigtsen; hoe de vader zijn zeer talentvolle zoons dusdanig drilde, dat hij die weliswaar lichamelijk tot zeer grote hoogte wist op te stuwen, maar ze tegelijkertijd geestelijk zwaar beschadigde. Helaas kennen we daar in onze eigen atletiekhistorie ook een schrijnend voorbeeld van.

Daar staan gelukkig genoeg goede voorbeelden tegenover. Denk aan Tineke Godschalk-Klufts verhaal, vorig jaar in deze rubriek, die weliswaar door haar vader werd getraind, maar die trok soms bij zijn overambitieuze dochter ook aan de handrem. Of denk aan de successtory van Anouk en Ronald Vetter, waarop onze voorzitter in de vorige Vriendenband nog uitgebreid terugkeek. Vergeet ook niet de successen van het jonge werptalent Jarno van Daalen die, zonder dwang, door moeder Jacqueline Goormachtigh bij de junioren naar de top van de wereld is begeleid.

Rondom Nederland

Hoe heerlijk is het dan om ook eens lekker ongecompliceerd te kunnen praten met een moeder die twee van haar kinderen, niet in het minst tot haar eigen verbazing, van beginnelingetjes heeft zien opklimmen tot toppers van olympisch niveau en daar enthousiast in is meegegroeid. Aan het woord is Irene McGarry, trotse moeder van Lianne en Laura de Witte, zelf opgegroeid in Amsterdam. Totdat haar ouders naar Alkmaar verhuisden. Irene: "Ik denk dat mijn vader toen een jaar of 40 was en ik 20, nee iets eerder. Toen ging hij forenzen, met de trein heen en weer. Dat is een mooie verbinding. Ik heb hier in het ziekenhuis mijn opleiding gedaan." Dat is trouwens ook haar huidige werkplek, want Irene McGarry werkt als operatieassistent in het Ziekenhuis in Alkmaar. "Dat werk doe ik al meer dan 40 jaar." Dat roept direct een vraag op, want de carrières van zowel Lianne als Laura staan natuurlijk beschreven op Wikipedia en daar staat als geboorteplaats bij Lianne Vlaardingen en bij Laura Leek vermeld. Dat verschilt nogal met Alkmaar, of beter gezegd Heiloo, want daar woont het gezin McGarry nu al jaren. Hoe zit dat? Irene McGarry lacht. "Ik zal het kort houden. Lianne en Laura zijn kinderen van een vorige relatie. En ik ben daarna getrouwd met McGarry en daar hebben we dan nog een dochter van, Shevon. Hij is een Engelsman, maar woonde al hier. Hij woont al langer in Nederland dan in de UK en is ook al heel lang in beeld bij die meiden, al sinds zij drie en zes waren of zo. Hij is eigenlijk hun stiefvader. Mijn vorige partner en ik woonden in de buurt van Rotterdam, in Vlaardingen. Toen ging hij voor zijn werk naar Groningen en ik ging mee. Ik heb daar ook gewerkt. En daar

is Laura geboren, in Leek, Tolbert. Maar toen ging onze relatie over en ben ik teruggegaan naar de omgeving waar ik vandaan kom, waar ik mij lekker bij voelde en vertrouwd. Ik had in Groningen niks te zoeken, had er nog niks opgebouwd. Het ging eigenlijk vrij snel. Ik denk dat ik er twee jaar gewoond heb of zo.”

Irene: “Zelf ben ik altijd heel sportief geweest. Ik heb hier ook op Trias gezeten en, toen ik wat jonger was, ook op softbal. Ik heb heel veel sporten gedaan. En ik zag wel aan Lisanne, dat die een beetje hetzelfde was als ik. Laura is drie jaar jonger, dus dat is een ander verhaal. Maar in eerste instantie vond ik het belangrijk dat ze lekker gingen sporten, zwemlessen en zo. Op een gegeven moment is Lisanne ook op softbal gegaan. Toen was ik net terug hier, haar vader en ik waren net uit elkaar en om nog een beetje contact te houden met vaders was het wel makkelijk om niet elk weekend te hoeven sporten. Softbal is een seizoenssport. Maar ik merkte wel dat Lisanne met softballen echt snel tussen die honken door kon rennen. Toen dacht ik: misschien is atletiek wel leuk voor haar. En toen ging Laura gelijk mee. Dus op haar tiende, en Laura was zeven, gingen ze op atletiek hier, bij Trias. En van het een kwam het ander. Toen hebben ze daarnaast ook getennist. Dat was ook makkelijk te combineren met de weekends naar hun vader. Die woonde toen nog in Groningen, later in Amsterdam. Een heel gedoe, maar daar wil je dan ook rekening mee houden. Dan is het wel fijn dat je niet elk weekend hier bent, omdat je moet sporten.

Op een gegeven moment vond Lisanne de cross wel leuk, een beetje 600, 1000 meter, als kind, weet je wel? Laura wel wat minder, hahaha, maar die ging toch eigenlijk gewoon mee met haar zus. Die vond alles leuk wat zij deed. Nou ja, ze hebben ook wel een fase gehad dat het iets minder ging, Laura ook, dat dan de training bij Trias niet leuk was. Op een gegeven moment kwam Sven (Sven Ootjers – PW) weer terug bij de vereniging. Ik denk dat Lisanne toen een jaar of dertien, veertien was en dan zie je dus dat zij mee gaat doen met de D- en C-Spelen en dat je daar bij de top zit van Nederland. En toen meedoen met het NK junioren.”

Kiem gelegd

Grappig detail is dat Lisanne vanaf de 600 m ten slotte op de 400 m terechtkwam. Irene: “De 800 meter was net weer een beetje te..., terwijl Laura later echt van de 100 en 200 meter afkwam. Op een gegeven moment werd indoor de 200 m niet meer gelopen. Ja, toen moest zij dus indoor de 60 en 400 m combineren.” Dat leidde er bij haar toe, dat die vanaf die kant op de 400 m belandde. Lisanne had toen haar eerste ervaringen op de 400 m al opgedaan, want die was nog 16 toen zij in 2009 voor het eerst bij de NK voor senioren deelnam. En daar op de 400 m gelijk vierde werd. Twee jaar later deed Lisanne haar eerste estafette-ervaring op bij de EK U20 in Tallinn; zij, Marije Wever, Anna Voskamp en Madiea Ghafoor werden er op de 4 x 400 m vierde in 3.37,44, een dik nationaal jeugdrecord. Een week later veroverde zij op de NK voor senioren op de 400 m haar eerste plak, brons, op haar achttiende. Laura was negentien toen zij in 2015 haar

eerste medaille op een senioren NK veroverde, indoor, ook op de 400 m, maar die was gelijk van zilver. Kort daarna stonden ze voor het eerst samen aan de start van een 4 x 400 m, met Tessa van Schagen en Nicky van Leuven. Het was het EK voor landenteams in Heraklion en ze werden er tweede in 3.33,30, slechts een ruime seconde boven het nationale record uit 1998. Daar werd dus de kiem gelegd voor wat zou uitgroeien tot een van de paradepaardjes van de Nederlandse atletiek. Irene: “Toen was het op een goed moment: waarom doet Nederland eigenlijk nooit mee?” Ze doelt hier op de grote internationale kampioenschappen. “Toen hebben ze alle tijden van die meiden bij elkaar opgeteld en kwamen ze tot een limiet, zeg maar.” Op de EK in Amsterdam in 2016 mochten Laura en Lianne de Witte, Eva Hovenkamp en Nicky van Leuven die rekenpartij hard proberen te maken. Dat leidde tot een zevende plaats in 3.29,63, na in de serie 3.29,18 te hebben neergezet. Het was de eerste maal dat een Nederlands kwartet een tijd binnen de 3.30 had gelopen! Tegelijk plaatsten ze zich ermee voor de Spelen van Rio, een maand later. Irene: “Ja, daar ben ik bij geweest, met de rest van het gezin, met z’n drietjes. We moesten alles nog regelen, maar dat hebben we gedaan.” Ze was er dus getuige van hoe haar dochters, samen met Madiea Ghafoor en Nicky van Leuven zesde werden in hun serie, maar met hun tijd van 3.26,98 zich ten opzichte van Amsterdam alweer met 2,20 sec. verbeterden.

Irene McGarry is de atletiecarrière van haar beide dochters nauwgezet blijven volgen, was er op belangrijke toernooien altijd bij, waar ter wereld die ook plaatsvonden, maakte alle hoogte- en dieptepunten mee, maar heeft hen nooit gepusht. “Ik heb nooit gezegd van: je moet dit of dat.” Haar jongste dochter Shevon heeft een tijdje gevoetbald. Irene: “Ik heb daar wel eens aan de kant gestaan en dan waren ouders soms zó fanatiek! Het kind moet het leuk vinden. Als ze het niet meer wilden, prima! Dat is aan hen. Shevon is nu aan het dansen. Die hebben we ook wel op atletiek gehad, maar die vond het niet leuk. Nou, dan zoeken we wel wat anders. Die studeert nu in Delft – ze is een stukje jonger dan die andere twee – maar die is nu lekker aan het dansen en doet andere dingen. Ook goed! Zij moeten er zelf de energie uit halen, moeten zich opofferen. Want als je op een gegeven moment topsporter bent, moet je er veel voor laten. Bij heel veel jongeren, zodra die achttien zijn en gaan studeren, is het klaar. Zij wilden gewoon duidelijk verder, niet omdat ik dat wilde, maar omdat zij dat zelf wilden. Dan is het best wel moeilijk met opleidingen zoeken, want ze wilden toch wel kijken, of dat te combineren was. Ze bleven wel thuis wonen, want ze gingen allebei in Amsterdam studeren, dus dat was prima te doen vanuit hier. Dus ja, ik heb het gewoon aan hen overgelaten.”

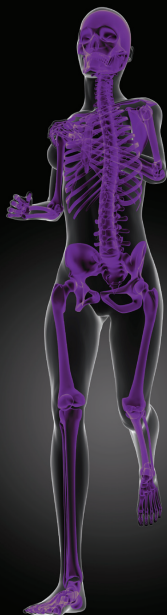


Lianne en Laura de Witte kijken na hun optreden in Rio gespannen naar het score-bord. (foto: Agencia Brasil Fotografias; bron: Wikipedia)

Sportliefhebber

Irene McGarry heeft dus in alle uithoeken van de wereld op de tribune gezeten bij de grote toernooien waar haar kinderen aan deelnamen. Hoe beleefde zij dat? “Nou, met stress. Ik kan niet eten, drinken, of wat dan ook. Ik moet tien keer naar de wc en eigenlijk durf ik haast niet te kijken. Het is belachelijk, ja. Dat heb ik ook voor de tv hoor, hahaha. Maar zeker op de tribune. Het liefst heb ik ook niet te veel mensen om me heen die tegen me praten. Anders zoek ik een stil plekje op waar ik kan kijken.” Heeft ze ooit kunnen bedenken dat zij moeder zou zijn van twee topsporters? Irene: “Nee, nooit! Absoluut niet. Ik moet zeggen, je groeit erin mee. Maar dit had ik van tevoren nooit gedacht. Ik vind het heel bijzonder; het is echt heel top gedaan van de dames. Absoluut. Je probeert als moeder altijd wel te helpen in allerlei dingen. Ik bedoel, reizen naar de fysio. Is er een blessure, dan is dat voor hen heel zuur, natuurlijk. Dan probeer je daarin bij te staan. Bij een wedstrijd in België of Duitsland maakte ik er een leuk uitje van. Dan pakten we gewoon een overnachting en gingen we gezellig met elkaar, reed moeders die kant wel op. Ik kon het met mijn werk combineren, want ik werk 50 procent, dus dat ging prima.” Haar kijk op sport is onveranderd gebleven. “Vroeger keken we thuis altijd naar Studio Sport, schaatsen, dan ging je al die rondjes opschrijven, weet ik het. Ik kijk gewoon veel sport, vind het leuk om het ook zelf te doen. Dus ja, ik ben een sportliefhebber. Maar als ze dan op tv komen, zit je opeens naar hun interview te luisteren. Zelf heb ik het nooit zo ver geschopt. Dat vind ik toch eigenlijk wel heel bijzonder.”

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



NATUURGENEESKUNDEPRAKTIJK
ENERGIEK

**De beste prestatie
onder alle
omstandigheden.**

bkingenieurs.nl



Vrienden Jeugdfonds op de voet gevolgd

Vrienden Jeugdfonds op stoom

In de laatste Vriendenband van 2025 is uitgebreid beschreven wat er in 2025 wel en niet is gebeurd. Er waren behoorlijke tegenvallers, zoals het niet kunnen laten doorgaan van een U18 indoor meeting en de inspiratie dag voor U16, maar ook werden er pluspunten genoteerd. De drie grote baanwedstrijden leverden mooie winnaars op van de Talent Awards, de C-Spelen worden een steeds grotere trekpleister voor de jeugd en op het EK U20 eindigde Nederland hoog in het medailleklassement. Net als in 2023 en 2024 werden er wijze lessen geleerd, waarbij een aantal ook zeker ondergebracht kunnen worden onder de noemer “weten wat je niet moet doen is ook kennis”. Alles is uitgebreid weergegeven in de zesde editie van De Vriendenband van 2025. Maar nu 2026 en verder.

Vrienden in beweging

Voor de Vrienden van de Atletiek (VvdA) zal 2026 een roerig jaar worden, omdat dit het laatste jaar is dat deze club als vereniging zal opereren voordat het overgaat naar een Stichtingsvorm. De leden hebben hun goedkeuring gegeven om deze transitie verder uit te werken en zijn het afgelopen jaar hierover uitgebreid geïnformeerd via nieuwsbrieven, De Vriendenband en tijdens de Ledenvergaderingen. Maar wat gaat dit betekenen voor het Jeugdfonds? Eigenlijk helemaal niets als er voldoende leden van de huidige Vrienden overstappen als begunstiger naar de nieuwe Stichting. Net als in de huidige vereniging zal een percentage van de begunstigersbijdrage gestort worden in het Jeugdfonds. Eigenlijk mag er gesproken worden over een doorstart, mits voldoende huidige leden meegaan. Eind 2025 is er een tweede enquête gestart en de eerste resultaten zijn zeer hoopvol, de meeste leden blijven achter de doelstellingen van de Vrienden staan, ook in Stichtingsvorm. Samen met de jaarlijkse donaties en de onmisbare sponsoring kan er ook na 2026 ondersteuning gegeven worden aan jeugdinitiatieven. In 2026 gaan wij onze uiterste best doen om te bewijzen, dat het Jeugdfonds nog steeds toegevoegde waarde heeft.

Plannen 2026

De “missers” van 2024 en 2025 zijn scherp geëvalueerd en de oorzaken zijn bekend. Een aantal zaken blijkt niet te realiseren, zoals een competitie voor U20 tijdens de drie grote voorjaarswedstrijden en een U18 - semi-interland in het zomerseizoen. Maar het programma is dit jaar beter gevuld dan ooit. Hoe ziet de agenda eruit met het oog op de jeugd, de belangrijkste wedstrijden:

21 en 22 februari:	NK Indoor met selectie voor het U18-event
14 maart:	Internationaal U18 indoor-event in Dortmund
9 mei:	Ter Specke Bokaal in Lisse (Talent Award)

14 mei:	Harry Schulting Games in Vught (Talent Award)
13 juni:	Gouden Spike in Leiden (Talent Award)
16-19 juli:	EK U18 in Rieti (Italië)
5-9 augustus:	WK U20 in Oregon (USA)
29 en 30 augustus:	C-Spelen in Amsterdam en selectie inspiratie dag
oktober:	Inspiratie dag voor U16 op Papendal

De Talent Awards:

Ieder jaar weer prachtige winnaars met mooie resultaten en limieten voor de grote toernooien.

Ook dit jaar gaan wij hier mee door, de organisaties van deze wedstrijden staan erachter en wij gaan vooral ons best doen om hier vooraf meer publiciteit aan te geven bij de jonge atleten die aan de vaderlandse top meedraaien en de atletiek liefhebbers.

De C-Spelen en inspiratie dag

Het Jeugdfonds zal dit mooie evenement blijven ondersteunen en het belangrijkste daarbij zijn niet de goede prestaties of het ontdekken van nieuwe talenten, maar vooral het plezier in atletiek op de eerste plaats te stellen bij atleten, coaches en ouders. Mede door een bijdrage vanuit het Jeugdfonds groeide dit evenement in 2025 verder uit, zowel in kwantiteit (het aantal inschrijvingen) als in kwaliteit (de professionele organisatie). In 2026 hopen wij deze wedstrijd weer te kunnen koppelen aan een inspiratie dag op Papendal met een topatlete, zoals deze ook in 2023 en 2024 succesvol zijn georganiseerd.

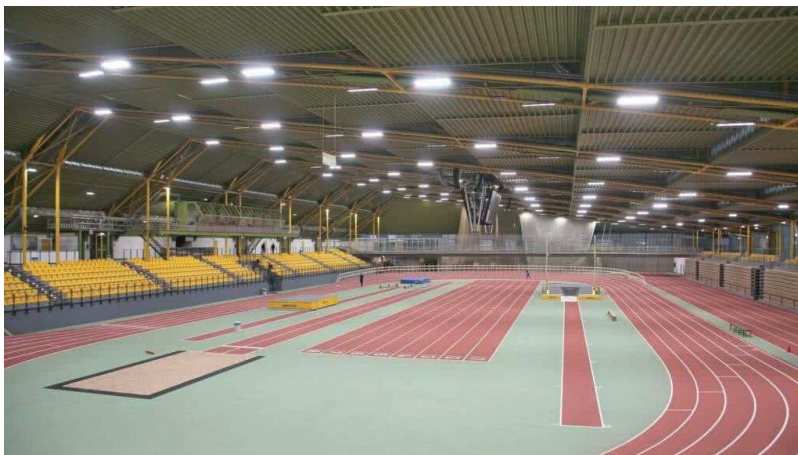
Maar eerst: Het U18 Event 2026 in Dortmund:

Het is zeker niet makkelijk om een internationale teamwedstrijd te organiseren waarbij zes verschillende regio's, met allemaal hun eigen agenda en prioriteiten, elkaar kunnen treffen.

Dit U18-event, zoals nu de officiële benaming is, werd al een aantal malen georganiseerd als Semi-Interland, met als laatste editie die van 2024 in Wallonië. Het begon in de gezellige kleine indoorhal in Zoetermeer, waarna er in de jaren daarna succesvol opgeschaald werd naar grote indoorhallen in Vlaanderen, Duitsland en Wallonië. Omdat Apeldoorn voor ons niet haalbaar is als organisatielocatie, zijn wij volledig afhankelijk van de bereidwilligheid van de andere regio's om de organisatie op zich te nemen. Er is gezocht naar een mogelijkheid om deze wedstrijd te combineren met een ander – al bestaand – indoevenement in Apeldoorn, maar ook dat bleek niet haalbaar, zeker omdat het aantal deelnemende teams al snel groeide van 2 naar 6.

Met Fußball- und Leichtathletik-Verband Westfalen (FLVW) heeft Nederland al tientallen jaren een zeer goede relatie vanuit de bekende C-Interland die ruim 40 jaar jaarlijks in een van de twee regio's werd georganiseerd. Zij organiseren dit jaar op 14 maart het U18 Event in de:

Helmut Körnig Halle Strobelallee 40 44139 Dortmund



(foto: <https://www.lgo-dortmund.de/training/sportstaetten>)

Met als deelnemende regio's: Vlaanderen; Wallonië; Luxemburg; Nedersaksen; Westfalen en Nederland.

De onderdelen waarop gestreden wordt zijn: 60 m, 200 m, 400m, 800m, 60 m Horden, 4 x 200 m Estafette, Hoog, Polshoog, Ver, Hink-Stap-Sprong en Kogel.

Tijd	Meisjes	Jongens
12.30	Polshoog	60m horden
12.30	Hink-Stap-Sprong	
12.40		Kogel
12.50	60m horden	
13.00		60m
13.10	60m	
13.30	400m	
13.40		Hink-Stap-Sprong
13.50	Hoog	400m
14.10	200m	
14.30		200m
14.40	Kogel	
14.50		Ver

15.00	800m	Polshoog
15.20		Hoog
15.30		800m
15.50	Ver	
17.00		4 x 200m
17.10	4 x 200 m	
17.30	Prijsuitreiking	

De Nederlandse ploeg zal samengesteld worden tijdens de indoorkampioenschappen voor U20 en U18 op 21 en 22 februari 2026 in Apeldoorn. Bij de prijsuitreiking zullen alle gouden- en zilverenmedaillewinnaars in de categorie U18 een uitnodiging ontvangen. Voor de atleten zijn hier geen kosten aan verbonden. De ploeg en hun coaches zullen op 14 maart om 09.00 vertrekken vanuit Papendal met een dubbeldekker bus.

Historie U18 Event

Het begon dus in 2018 in Zoetermeer waar Ilion een leuke wedstrijd in elkaar zette voor atleten van U17. Waarom U17 als de gangbare leeftijdsgroepen U16 of U18 zijn? De gedachte hierachter was om de overgang van C-atleet (U16) naar B-atleet (U18) wat soepeler te laten verlopen. In deze leeftijdsgroep is dit al jaren een grote stap. Deelnemers aan dit evenement waren de teams van Vlaanderen, Westfalen en Nederland, met o.a. de aanstormende talenten Alida van Daalen, Ruben Rolvink, Sofie Dokter en N'ketia Seedo.

De uitslag:

1. Nederland 120 punten (Jongens 61+ Meisjes 59)
2. België 94 punten (Jongens 52 + Meisjes 42)
3. Westfalen 66 punten (Jongens 23 + Meisjes 43)

De U18-ploeg van Munster 2019 met hun coaches. Diverse van hen zijn inmiddels doorgegroeid naar de nationale top. Zoals bijv. in de voorste staande rij Myrthe van der Schoot en Britt Weerman, resp. 3^e en 7^e van links en in de achterste rij Isayah Klein Ikkink en Jeff Tesselaar, resp. 7^e van links en uiterst rechts. (foto: fam. Bonte).

In 2019 waren wij te gast in de mooie indoorhal in Munster, waar Westfalen het programma verzorgde. Naast Vlaanderen was ook Wallonië met een team aanwezig en het werd een



spannende wedstrijd, waar veel jonge atleten hun eerste internationale ervaringen konden opdoen. Vanaf deze wedstrijd werd het een wedstrijd voor U18. Ook hier een aantal pure talenten in het Oranjeteam: Jeff Tesselaar, Myrthe van der Schoot, Isaya Klein Ikkink, Britt Weerman, Britt de Blaauw en Fenna Achterberg, om er maar een paar te noemen die nu nog steeds hoge ogen gooien. Oranje oogstte daar veel bewondering, van de 20 onderdelen werden er 14 door Nederland gewonnen en dus klonk bij de prijsuitreiking het Wilhelmus in Munster.

2020 was een bijzonder jaar. Het U18 Event stond gepland in Gent in een hal die bij veel Nederlandse atleten erg bekend is. De datum was 7 maart 2020 en in de hele wereld was Corona het gesprek van de dag. Gaat het wel of niet door? Welke voorzorgsmaatregelen moeten er genomen worden? Twijfel je, blijf dan thuis. 15 maart 2020 ging de wereld in quarantaine. Het was dus op het nippertje dat deze wedstrijd georganiseerd kon worden en dezelfde teams als in Munster waren daar aanwezig. Wel veel afzeggingen.

Het werd een mooie wedstrijd en ook hier weer wat talenten in ons team: Marleen Baas, Jamie Sesay, Maurice Afognon, Isabel van den Berg, Jermaine Kleine en Joas van Hellemond.

De uitslag:

1. Westfalen 219.5 punten (Jongens 101 + Meisjes 118.5)
2. Vlaanderen 192 punten (Jongens 96 + Meisjes 96)
3. Nederland 187 punten (Jongens 85 + Meisjes 102)
4. Wallonië 156.5 punten (Jongens 94 + Meisjes 62.5)

In 2021 en 2022 lag alles plat door Corona. In 2023 werd volop gewerkt aan het herstarten van een U18 event, hetgeen resulteerde in een top-meeting in 2024 in Louvain-la-Neuve, waar een prachtige nieuwe indoorhal was gebouwd. De fraaie prestaties van o.a. Julia Crins, Levi Steenvoorden, Yannick de Jong, Gift Achigwe, Andrea Stojanovic, Julia Dokter, Fenne Bijlhouwer en Jim Putter spraken iedereen, ook de tegenstanders, aan.

Deze wedstrijd werd door ons team nipt verloren, omdat de gekozen datum botste met wat andere gebeurtenissen. Daar hebben wij lessen uit getrokken en dit jaar hebben wij het rijk alleen en hopen in Dortmund op 14 maart ons sterkste team te kunnen opstellen om de strijd met vijf andere regio's aan te gaan.

Resultaat 2024

- | | |
|---------------|------------|
| 1. Vlaanderen | 345 punten |
| 2. Nederland | 327 punten |
| 3. Wallonië | 271 punten |
| 4. Westfalen | 201 punten |
| 5. Luxemburg | 93 punten |

Ondanks alle inspanningen kon er voor 2025 geen organisator gevonden worden en daarom nogmaals onze dank aan het team van Westfalen.

Actuele informatie (o.a. de teamopstellingen) kunnen gevolgd worden op de website van de Vrienden van de Atletiek. Op naar een mooi jaar vol atletiek genot.

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.

Marijn Kieft flikt het

In de vorige Vriendenband vroegen wij onszelf in de Jeugdrubriek nog af: wie van onze twee polsstokhoog talenten zou als eerste het nationale record van Femke Pluim gaan verbeteren, Elise de Jong of Marijn Kieft? Welnu, die vraag is wel heel rap beantwoord. Op 17 januari, bij een indoorgala in Zoetermeer, sprong Marijn Kieft niet 1, niet 2, niet 3 of 4, maar met 4,60 m liefst 8 cm hoger dan de 4,52 m van Femke Pluim uit 2021. Daarmee heeft zij zich in één klap voor de EK in Birmingham geplaatst. Benieuwd wat Elise de Jong hier tegenover gaat stellen.



Marijn Kieft in actie (foto: ETF/Ed Turk)

Heerlijk toch, zo'n tweestrijd! We hebben er weer een paar meer om aan te moedigen.

Piet Wijker

Op zoek naar...

De foto in de vorige Vriendenband met de vraag wie de atleten waren die aan weerskanten van Eef Kamerbeek stonden en die genomen was tijdens de NK van 1962, was een eenvoudige, zo bleek.

Foto 7

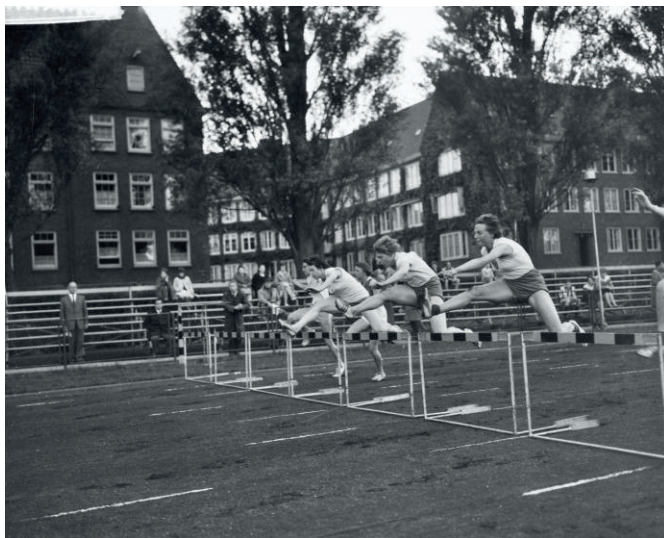
Jannet van Noord, inderdaad, alweer zij, was er gauw uit. De betreffende Vriendenband lag nog niet in de bus, of zij mailde mij het antwoord op de gestelde vraag alweer. Het waren immers de winnaars van de medailles op de 110 meter horden met, links van winnaar Eef Kamerbeek, de als tweede geëindigde Peter Nederhand, herkenbaar aan het ALO-logo op zijn shirt, en aan de rechterzijde van Kamerbeek AAC-er Peter Dellensen, die derde werd. Ten bewijze van deze laatste deed ze er van hem nog een andere foto bij. Ik raak steeds meer onder de indruk van het archief dat Jannet kennelijk zelf thuis heeft aangelegd.

Chris van der Meulen bevestigde nadien de bevindingen van Van Noord, dus er is geen twijfel meer mogelijk over de identiteit van de gevraagde atleten.

Foto 8: (foto van Joop van Bilsen):

Goed, we gaan de moeilijkheidsgraad weer wat opvoeren. De enige informatie die bij deze foto op Wikimedia Commons wordt gegeven is, dat het gaat om 'Atletiekwedstrijden op de Sintelbaan, op 14 juni 1961'.

Geen plaatsnaam, geen naam van welke hordeloopster dan ook, helemaal niks. Nu meen ik er zelf vrij zeker van te zijn, dat het hier om de



baan op het Olympiaplein in Amsterdam gaat, maar dat zie ik graag bevestigd worden. Verder weet ik haast zeker dat de atlete in het midden Lia Hinten is (die met het donkere haar), maar daar houdt het wat mij betreft wel mee op. Wie weet de twee atletes op de voorgrond te definiëren? Het zou al heel wat zijn als we die ook te weten komen. De

atletes op de achtergrond zijn nauwelijks in beeld, dus die herkennen zal wel een onmogelijke opgave worden. Wie daar desondanks een serieuze poging voor wil wagen, moet onderstaand webadres in de adresbalk van zijn internetbrowser zetten:

<https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/7/7f/Atletiekwedstrijden op de Sintelbaan%2C Bestanddeelnr 912-5984.jpg>

Je krijgt de foto dan in één klap groot in beeld. Succes!

Foto 9: (foto van Eric Koch):

Vervolgens weer een foto van Eric Koch. Deze is genomen op 6 augustus 1967 op Ookmeer tijdens atletiekwedstrijden. Meer informatie geeft Wikimedia Commons niet.

De enige atleet waarvan ik zeker ben, is de aan de leiding van de tweede groep lopende



AAC-er; dat is onmiskenbaar Harry Janssen. Verder denk ik, dat Herman de Jong hier aan de kop van het veld loopt, maar dat is niet meer dan een eerste opwelling. Voor het overige zou ik het niet weten.

Wie ook deze foto wat groter wil bekijken, kan dat doen op dezelfde manier

als bij de vorige foto, ditmaal met het volgende webadres:

<https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Atletiekwedstrijden op sportpark Ookmeer. hardlopen. Bestanddeelnr 920-5731.jpg>

Hoe meer atleten jullie een naam weten te geven, des te mooier ik dat vind.

Piet Wijker

Onze jarige Vrienden

(tussen haakjes de nieuwe leeftijd)

Maart 2025

- | | |
|------------------------------------|-------------------------------------|
| 1 Theo Bonsen (84) | 19 Piet Waaning (79) |
| 2 Ellen van de Bunt-Heemskerk (81) | 20 Feico Jansma (84) |
| 3 Mariet Thomas-Valkenberg (75) | 20 Wim van der Krogt (78) |
| 3 Piet Wijker (82) | 20 Mitra Smit (38) |
| 5 Henk Mentink (74) | 21 Marja Bak-Wokke (69) |
| 7 Mirjam van den Bremen (60) | 21 Riet Visschers-van den Berg (73) |
| 8 Marcel van Lith (62) | 22 Harry Dost 82) |
| 8 Marian Olyslager (64) | 22 Rudolf Roeleven (58) |
| 9 Hans de Vries (74) | 23 Armand Ellsworth (65) |
| 10 Anneloes Beenackers-Bosman (79) | 27 Roy Sedoc (72) |
| 10 Kees de Kort (83) | 29 Daan Oppenhuis (32) |
| 11 Elke Molenaar (28) | 30 Janneke Hulshof (49) |
| 16 Wouter Schelvis (68) | 30 Carla van der Kallen (58) |
| 19 Ben Hilgers (66) | 30 Bram Wassenaar (82) |

April 2025

- | | |
|---------------------------------------|----------------------------------|
| 2 Yvonne Groot (63) | 13 Jaap Noorderbos (87) |
| 2 Wies Lemmens-Thomas (94) | 14 Gerfred Greveling (70) |
| 2 Chiel Warners (48) | 14 Ben Korver (75) |
| 3 Henk Werk (80) | 15 Mieke van der Kolk (58) |
| 5 Marian Thomas (84) | 17 Elly van Mechelen-Ernest (79) |
| 9 Hans Slager (68) | 17 Camiel Verweij (60) |
| 9 Ingrid Vel (61) | 18 Jankees Cappon (73) |
| 10 Andrea Smith (59) | 19 Rien Amels (73) |
| 10 Marieke Berkhof (44) | 22 Cor Lambregts (68) |
| 10 Stans Brehm (81) | 23 Ton de Graaff (77) |
| 10 Nelleke Broekmeulen-Koppelaar (57) | 23 Arjen Wijker (49) |
| 12 Guus Mater (75) | 28 Paul Grimbergen (69) |



DE VRIENDENBAND

opgericht 26 mei 1951



Bij verkeerde adressering:
Van Humboldtstraat 63
3514 GM Utrecht