

SPARTAANSE SPEKTAKELS



**OFFICIEEL CLUBORGAAN VAN DE
ATLETIEKVERENIGING "DE SPARTAAN" LISSE**



SAMEN STERK

**SPORT
2000**

L.J. Sport is de trotse hoofdsponsor van AV de Spartaan

Bij ons schoenadvies maken wij gebruik van een loopanalyse. Graag zien wij ook uw oude schoenen!

Alle leden van AV de Spartaan ontvangen **10% KORTING**
op het gehele running assortiment in de winkel!
(Niet in combinatie met andere acties.)

Volg ons op:  

LET OP: Ons filiaal Lisse is verhuisd naar
de Kanaalstraat nr. 53, tegenover C&A!



L.J. SPORT
your professional sportshop



Brooks

asics

Falke



Polar

saucony

LISSE
Kanaalstraat 53
0252 - 420 300

SASSENHEIM
Hoofdstraat 191
0252 - 240 777

WASSENAR
Langstraat 57
070 - 51 56 170

Nu ook een extra groot assortiment in onze webshop: www.ljsport.nl

Het resultaat telt,
maar wie telt het resultaat?



ABIN is een toonaangevend accountantskantoor met als speelvelden accountancy en belastingadvies. Wij hebben specialisten in huis op het gebied van onder meer pensioenen, financiële planning, salarisadministratie, perso-

neelsadvies en Financial interim management. Net als u zijn we prestatiegericht en zorgen we met veel plezier voor klinkende cijfers. Meer weten? Kijk op www.abin.nl of bel (071) 361 93 18.

accountants • adviseurs • financial interimmanagers

DE SPARTAAN



Noordwijk • Voorburg • Telefoon (071) 361 93 18 • www.abin.nl



Bestuur:

Voorzitter: Jennifer Lem
 voorzitter@avdespartaan.nl
 Vice Voorzitter: Laurens van Schie, 0252-220719
 vicevoorzitter@avdespartaan.nl
 Secretaris: Jaqueline Winnen
 secretaris@avdespartaan.nl
 Penningmeester: Vacant
 penningmeester@avdespartaan.nl

Commissies:

PR & Sponsoring:

Contactpersoon: Jan Sjoerd de Vries, 06-22917981
 prsponsoring@avdespartaan.nl

W.O.C. Wedstrijd Organisatie Commissie

Vz+Coörd. Hans van Noort, 0252-211724
 wocvoorzitter@avdespartaan.nl
 Secretaris: Sandra Bouma
 wocsecretaris@avdespartaan.nl
 Jury-coörd. Herman v.Abeelen, Paul v. Hal
 jucospartaan@avdespartaan.nl
 Wedstrijd-
 secretaris: Sandra Bouma
 wedstrijdsecretaris@avdespartaan.nl

C.W.A. Commissie Wedstrijd Atleten

Voorzitter: Levi van der Geest 0252-225336
 Tom Hoekema
 cwavoorzitter@avdespartaan.nl

C.R.A. Commissie Recreatie Atletiek

Voorzitter: Wim Schouten, 06-57997514
 cravoorzitter@avdespartaan.nl
 Secretaris: Donna v.d. Niet
 crasecretaris@avdespartaan.nl

C.J.A. Commissie Jeugd Atletiek

Voorzitter: Wim Bouma, 06-51518177/
 cjavoorzitter@avdespartaan.nl
 Secretaris: José Elfering, 0252-417296
 cjasecretaris@avdespartaan.nl

T.R. Technische Raad

Voorzitter: John vd Zwet, 0252-413259/06-49744134
 trvoorzitter@avdespartaan.nl

Secretaris: trsecretaris@avdespartaan.nl

Trainingscoördinator Senioren, Junioren AB:

Anthony Ott, 06-55137028
 trcoördinator@avdespartaan.nl

Contactpers. **C-junioren** (geb. 2003-2002):
 John vd Zwet, 0252-413259/06-49744134

D-junioren (geb. 2005-2004):

Joost Valk, 06-52155050

Pupillen (geb. in 2006 of later):
 Jan Beijik, 06-41643950

Ledenadministratie

Piet van Rijnberk, 0252-410777
 ledenadministratie@avdespartaan.nl

Medische zaken:

- Medische commissie, medischezaken@avdespartaan.nl
 Leo Kruij sportmasseur
 Rob Boot hersteltrainer/sportmasseur
- Massage: Nicolette Zeestraten, 06-10480098
 n.zeestraten@gmail.com
 op afspraak: maandag- en donderdagavond
 Leo Kruij, 0252-217098 / 06-43894923
 lgkruij@gmail.com
 op afspraak: dinsdag- en woensdagavond
- Keuringen: S.M.A., 071-5828620
 Simon Smitweg 1, 2353 GA Leiderdorp
 Afspraken ma t/m vrijdag 08.30-17.00u
 Paul Grimbergen, 0252-418127
 tsbvoorzitter@avdespartaan.nl

TSB:

tsbvoorzitter@avdespartaan.nl

Vrijwilligerscommissie

Voorzitter: Lenie van der Poel, 071-5616462
 wvcvoorzitter@avdespartaan.nl
 Secretaris: José Elfering, 0252-417296/
 wvcsecretaris@avdespartaan.nl
 Comm.lid: Jeannette v.der Toorn, 0252-416597

Internet-commissie

Algemeen: Marco van Stijn, internet@avdespartaan.nl
 Organisatie: Piet van Rijnberk,
 ledenadministratie@avdespartaan.nl

Vertrouwens Contactpersonen

Vincent Schniedewind, 06-24716402/
 vincent@schniedewind.nl
 Karin Zonneveld, 06-13651582
 km.zonneveld@kpnmail.nl

Inschrijvingen wedstrijden:

Pupillen: Inschrijven via de website
 C/D Jeugd: Tessy Lenting, 0252-413259
 inschrijvingcdjeugd@avdespartaan.nl
 Overigen: Ton Meskers,
 inschrijvingoverigen@avdespartaan.nl

Secretariaat:

Postbus 196, 2160 AD Lisse
 Postgironummer 677224
 Rabobanknummer te Lisse NL57RABO0336577680
 t.n.v. de Penningmeester van "De Spartaan" te Lisse

website: www.avdespartaan.nl

Redactie: Marga Kortekaas en Trudy Olij

Inhoudsopgave	1
Berichten van de bestuurstafel:	
• Van de voorzitter	3
• De bouwcommissie aan het werk	4
Redactienieuws	5
Ter Specke Bokaal: "Groots maar laagdrempelig"	6
Berichten van de Ledenadministratie:	
• Jarigen van 16 december 2016 t/m 29 februari 2017	8
• Nieuwe-, afgemelde- en verhuisde leden	9
Kantinenieuws	10
Nieuws van de Vrijwilligerscommissie:	
• Collage / succesvolle belronde en wat nog meer....	11
• Interview vrijwilliger met Dennis Verhaar	12
Nieuws van de man van de statistieken:	
• 21 edities van de "Bedrijvenestafette"	14
Klaverjascompetitie 2016-2017	15
Nieuws vanuit de Wedstrijd Organisatie Commissie:	
• Activiteitenkalender 2016 / 2017	16
• Onderlinge Kerstcross 26 december 2016	17
Nieuws vanuit de Commissie Recreatie Atletiek:	
• De Power Run Project en het Z&Z circuit	18
• Medisch wonder geniet bij Ter Speckeloop van "reünie"	21
• Lopen in Egmond voor Jonatan	21
Nieuws van de Commissie Jeugd Atletiek:	
• Van de voorzitter	23
Crossen door de bossen 30 oktober 2016	24
Pupillennieuws:	
• Het "sowieso" leuke weekend	25
• MIR pupillenkamp 15 en 16 oktober 2016	26
• Verslagen MIR kamp van de kinderen	26
• Luuk Pieterse ontvangt de Dick de Vroomen bokaal 2016	28
• Verslagen Indoor Onderwater zaterdag 19 november 2016	29
• Uitslagen Indoor Onderwater	31
.....De Spartaan 50 jaar op zomerkamp	31
• Eindstand pupillenpuntenklassement 2015-2016	33
• Reglement pupillenklassement	35
• Verslagen Pietentraining woensdag 30 november 2016	36
• Grote Clubactie / 2e Hands kleding	37
• Trainingstijden winterseizoen 2016-2017 / Activiteitenkalender	37
• Onderlinge Kerstcross 26 december 2016	38
Contributietabel en voorwaarden per 1 januari 2017	38
Kleurplaat	40

REDACTIENIEUWS

Kopij insturen uiterlijk woensdag 1 februari 2017 vóór 16.00 uur.
 Het clubblad ligt klaar in de kantine voor bezorging op
 dinsdag 14 februari 2017.

Redactie: Trudy Olij-Stembert, 0252-417903 / trudy.olij@hotmail.com
 Marga Kortekaas, 0252-411574 / margakortekaas@hotmail.com

Commissie kantinezaken

Voorzitter: Rob vd Klauw, ckzvoorzitter@avdespartaan.nl
 Secretaris: Loek v.Saase, ckzsecretaris@avdespartaan.nl
 Beheer: Ad van Ruiten, kantinebeheer@avdespartaan.nl
 Contactpers: Corrie v.den Berg, 0252-860268
 kantinecontact@avdespartaan.nl
 Kantine: 0252-415350

Gevonden voorwerpen:

Ank Hartman, gevondenvoorwerpen@avdespartaan.nl

Ranglijsten:

Sonja Fransen-v.Noort, ranglijsten@avdespartaan.nl

Clubrecords:

Wim Cozijn, clubrecords@avdespartaan.nl





*Wij wensen
U
Prettige
Kerstdagen
en een
Gezond en
Sportief
2017*

VAN DE BESTUURSTAFEL

Van de voorzitter

Als het jaar bijna ten einde is, ligt het voor de hand terug te kijken. Dat ga ik hier maar beperkt doen. Enerzijds komt iedereen natuurlijk naar de nieuwjaarsreceptie op 7 januari om 16:30 uur en dan zullen we zeker ook terugblikken, dus dat gras ga ik niet voor de voeten wegmaaien. Anderzijds gebeuren er zoveel spannende dingen dat de actualiteit het verleden inhaalt. Nog even over de nieuwjaarsreceptie. Wij nodigen heel graag alle leden, dus ook de wedstrijdjeugd uit aanwezig te zijn. We zullen de voorlopige plannen voor vernieuwbouw presenteren. Bovendien worden de Nederlands Kampioenen gehuldigd door een wel heel bijzondere gast (wie dat is, houd ik nog even geheim) en worden de bekende bokaal uitgereikt. Dus komt allen!



De bouwcommissie is op volle sterkte aan het werk om heel goed in beeld te krijgen wat alle plannen exact gaan kosten. Als er zaken zijn die je wilt vragen of opmerken aan de bouwcommissie maak dan aub gebruik van het e-mailadres: bouwcommissie@avdespartaan.nl

Op **2 maart 2017** om 20:30 zullen we een **extra Algemene Leden Vergadering** houden waarbij wij toestemming zullen vragen aan alle leden voor definitieve bouwplannen. Nogmaals, op voorhand kan iedereen zijn of haar ideeën, opmerkingen en vragen mailen naar de bouwcommissie. Als alles loopt volgens plan kunnen we starten met de verbouwing in maart 2017.

Dan toch een terugblik, want de organisatie van de LJ Sport Ter Specke Bokaal zaterdag 27 november jl. heeft weer een mooie wedstrijd neergezet. Het was een prachtige dag en vele lopers hebben prachtige tijden neergezet. Meer over de loop is te lezen op onze website. Speciale dank aan alle vrijwilligers die hebben gezorgd dat alles feilloos en zeker ook heel gezellig is verlopen. Felicitaties voor Jeroen Habers en Carmen Oosterkamp op de 5 km.

Dan nog even dit: we hebben als Spartaan aan een aantal acties meegedaan die de vereniging aardig wat extra middelen hebben opgeleverd. We hebben ruim 1800 Euro met de Rabobank Clubkascampagne opgehaald en de Jumbo actie loopt nog terwijl ik dit schrijf. Mede via een bijdrage van de Club van 100 en deze extra's zijn we in staat geweest een investering te doen die al lang op de wensenlijst stond van de vereniging. De aanschaf van een Elektronische Tijdswaarneming. Hierdoor blijven we als vereniging in staat wedstrijden te organiseren voor jeugd en masters en de ontwikkeling van deze doelgroep te borgen en te ontwikkelen in de toekomst.

Ik wil iedereen van harte bedanken die een bijdrage heeft geleverd aan een of meerdere van deze acties. Mochten er in de toekomst dergelijke acties zijn, schroom niet me er van op de hoogte te brengen!

UITNODIGING AAN ALLE LEDEN

- NIEUWJAARSRECEPTIE -

ZATERDAG 7 JANUARI 2017

16:30 – 18:30 UUR

AV De Spartaan

Programma:

*** Uitreiking jaarlijkse bokaal**

*** Huldiging NK Kampioenen door speciale gast (!)**

*** Presentatie verbouwingsplannen**

Iedereen is zeer welkom!

We zien elkaar binnenkort op de nieuwjaarsreceptie of op de baan.

Sportieve groet,

Jennifer Lem

AANKONDIGING

De Algemene Ledenvergadering

wordt gehouden op

donderdag 23 maart 2017

aanvang 20.30 uur

(Agenda volgt in het eerstvolgende clubblad)

DE BOUWCOMMISSIE VAN DE SPARTAAN AAN HET WERK!

Na het mooie nieuws deze zomer, dat De Spartaan een subsidie van €300.000,- krijgt van de gemeente Lisse voor de vernieuwbouw van onze sportaccommodatie, is een bouwcommissie gevormd om het bouwproces te organiseren en te zorgen voor een goede uitvoering van de bouw.

De bouwcommissie bestaat uit bestuursleden en leden met veel kennis en ervaring van bouwen: Laurens van Schie (voorzitter), Wim Schouten (financiën), Fred Duinkerken, George Dofferhoff, Nico Schriek, Kees van Ruiten en Ad van Ruiten (Kantinecommissie).

Uitgangspunt voor de bouwcommissie is, dat we bouwen voor 40 jaar. We nemen daarom de tijd, die nodig is om een aantal zaken goed uit te zoeken en voor te bereiden. We kunnen nu eenmaal niet over een paar jaar terugkomen bij de gemeente met het verhaal, dat het eigenlijk anders had moeten, als we er wat beter naar hadden gekeken. We kunnen het maar 1 keer goed doen. Hierbij zijn naast functionaliteit en uitstraling, duurzaamheid en energiegebruik belangrijke onderwerpen.

Zelf heb ik voor beeldmateriaal gezorgd, dat past bij een moderne

sportaccommodatie en het materiaalgebruik hiervoor. Aandachtspunten bij de bouw zijn verder: lage kosten voor schoonmaak door aanbreng naadloze gietvloeren, hangende toiletten, makkelijk te reinigen wanden met tegels of afwasbaar stucwerk, veiligheid o.a. alarminstallatie, luchtbehandeling en de aanpassingen aan de kantine om te kunnen voldoen aan de energie-eisen van A+.

In de afgelopen tijd hebben we gesproken met ambtenaren van de gemeente om duidelijkheid te krijgen over de precieze voorwaarden bij de bouw. Zaken als sloopvergunning, het maken van een inrichtingsplan, rioolplan, asbestonderzoek moeten worden geregeld, voordat we mogen starten.

Gelukkig hebben we geen bouwvergunning nodig en dat scheelt weer veel tijd!

Ook zijn er aanvullende eisen, waar we rekening mee moeten houden: foto's van de kwaliteit van de weg naast het gebouw bij de start van de bouw, het overleggen van een bouwrekening, regelmatige verantwoording, inhuur van een externe partij, die eindverantwoordelijk is voor de bouw, energiegebruik van het gebouw volgens label A+ en natuurlijk de betaling.

Op dit moment zijn we bezig om op basis van het voorlopig ontwerp, dat door de architect is gemaakt (te vinden in het jaarverslag 2014), een definitiefplan op te stellen voor het vernieuwDe Spartaanclubhuis.

Uitgangspunt is, dat ons pand zo functioneel mogelijk moet worden ingericht en ook qua uitstraling weer klaar moet zijn voor de toekomst. We kijken daarom kritisch naar de inrichting van de kantine (samen met de kantinecommissie), kleedkamers en de nieuwe functionele ruimtes (waar bijvoorbeeld het krachthonk, de massage- en dopingsruimte een plaats in krijgen). Duidelijk is, dat we geen containers krijgen uit Leiden voor de uitbreiding, daarom kiezen we voor permanente bouw. We gaan er echt iets moois van maken!

We zijn in gesprek met bouwbedrijf Van der Hulst en hebben met Yvonne van der Hulst het gebouw bekeken. Fred is druk aan het rekenen samen met de calculator, waarbij nog regelmatig geschoven wordt met wandjes en de handigste plaats voor toiletten, douches e.d. We zijn benieuwd hoeveel van onze wensen uiteindelijk gerealiseerd kunnen worden binnen het beschikbare budget. Met Eveline hebben we gesproken met een bureau om ons te helpen subsidie aan te vragen voor energiebesparende maatregelen. Dit heeft nog niet het gewenste resultaat gehad.

Er is uitgebreid gesproken over de keuze van een aannemer. Besloten is om in gesprek te gaan met 1 lokale aannemer. Het alternatief om 2 of 3 aannemers uit te nodigen, brengt forse kosten met zich mee, omdat dan een uitgebreid bestek moet worden geschreven. Hierbij hebben we afgesproken, dat er ruimte is voor inbreng van vrijwilligerswerk tijdens de bouw om de kosten te drukken. Nico bespreekt wat realistisch is voor de klusploeg, mogelijk aangevuld met extra handjes van de leden. Betrokkenheid van Fred als uitvoerder bij Van der Hulst helpt daarbij. George brengt vanuit zijn deskundigheid expertise in om te kunnen beoordelen, of de offerte van de bouwer voldoet aan de normen 'outlook verenigingsgebouwen' en voor bouwkosten/bouwvolume. Een externe bouwcostendeskundige wordt ingeschakeld om de uiteindelijke begroting nog eens kritisch door te rekenen.

We werken er hard aan om op de nieuwjaarsreceptie aan de leden onze plannen te laten zien. Iedereen heeft dan de tijd om het eens rustig te bekijken. In februari willen we dan in een extra algemene ledenvergadering goedkeuring vragen voor de definitieve plannen inclusief een realistische bouwbegroting.

Via de website, zie kopje ver/nieuwbouw achter de inlog, houden we jullie regelmatig op de hoogte, als er nieuwe ontwikkelingen zijn. Hier kun je ook je vragen stellen via **bouwcommissie@avdespartaan.nl**.



Laurens van Schie



REDACTIENIEUWS

Uiterste inleverdatum kopij

vóór 16.00 uur op:

1 februari, 29 maart, 31 mei, 23 augustus,

4 oktober en 29 november 2017



**We wensen iedereen hele
fijne feestdagen en een
gelukkig en sportief 2017!**



Ben jij al vriend van de TSB of wil je aankomend jaar ook vriend worden?
De vrienden van de TSB ondersteunen gezamenlijk de openingswedstrijd
van het baanseizoen. Het bedrag mag je zelf kiezen en je maakt
het bedrag zelf over. Je naam wordt vermeld in het programma boekje en
vanaf 50 euro verwelkomen we je graag in de VIP tent tijdens de wedstrijd.

Om aan te melden of voor vragen kan je contact opnemen met

terspeckebokaal@gmail.com



Ter Specke Bokaal 13 mei 2017 in Lisse



Ter Specke Bokaal: 'Groots maar laagdrempelig'

De Ter Specke Bokaal van 2017 zal de **35^{ste} editie** zijn van deze topwedstrijd. Gezien dit lustrum is het mooi om terug te kijken op het ontstaan van dit evenement en de vele geweldige atletiekprestaties die bij deze wedstrijd zijn neergezet.

Er zal terug worden gekeken naar drie verschillende periodes. Deze keer de periode van 1983 tot en met 1995. Met andere woorden: het ontstaan en de ontwikkeling van de TSB.

Het begon allemaal met de aanleg van de kunststofbaan in Lisse. Als een van de weinige atletiekverenigingen met zo'n mooie kunststofbaan werd er vanuit de atletiekwereld nogal denigrerend gereageerd. De Spartaan zou het niet waard zijn om zo'n baan te krijgen. De promotiecommissie onder leiding van Wim van der Krogt, die 19 jaar voorzitter was van de TSB commissie, was vastbesloten om te laten zien dat De Spartaan het wel degelijk waard was om een kunststofbaan te verkrijgen. Om dat te bewijzen zou er een topwedstrijd worden gehouden op onze baan. Een topwedstrijd met Nederlandse records wel te verstaan.

In die tijd was Wim van der Krogt tevens kracht- en sprinttrainer en via zijn contacten in Papendal kreeg hij het voor elkaar dat een aantal topatleten naar Lisse zouden komen. Peter van Beusekom (toenmalig sprintcoach in Papendal) kwam met het idee om als afstanden de 150 en 300 meter te houden. Nooit wetende dat dit later de incurante afstanden zouden worden waar de Ter Specke Bokaal om bekend zou komen te staan.

Op 7 mei 1983 was het eindelijk zover. De wedstrijd die De Spartaan op de kaart zou gaan zetten. Het werd een groot succes. Nadat de wedstrijd langzaam op gang was gekomen werden er plots 3 Nederlandse (jeugd) records gevestigd, met als klap op de vuurpijl de 18.26 meter van Erik de Bruin op het kogelstoten. Hij zou uiteindelijk samen met Deborah Dunant voor het eerst de 'Ter Specke Bokaal' winnen. Volgens mr. Ter Specke Bokaal, Wim v.d. Krogt was de missie geslaagd: 'Niemand heeft meer geklaagd over een kunststofbaan in Lisse'.

Het enthousiasme bij de atleten en de leden was direct groot en besloten werd om de wedstrijd voor de Ter Specke Bokaal ieder jaar te organiseren. Het tweede jaar was het direct weer raak:

"Iedereen heeft de schreeuw gehoord waarmee diezelfde atleet (red. Eric de Bruin) de diskus van zich afwierp. Na 63.14 meter sloeg het projectiel in de grond. Ook al een nieuw rekord. En dat om kwart voor drie! De wedstrijden waren net begonnen!!" Aldus het verslag van André Geljon uit het clubblad van juni 1984.

Wim van der Krogt was destijds ook speaker en weet van dat moment te vertellen: 'De NK 10 km werden toen ook in Lisse gehouden. Klaas Lok werd daar voor de 24^{ste} keer Nederlands kampioen, maar op hetzelfde moment dat hij finishte, wierp Eric de Bruin de discus naar deze afstand.' Het toont aan hoezeer de Ter Specke Bokaal een topwedstrijd was.

Verder waren het bij De Spartaan ook de jaren van Peter van Noort bij het kogelslingeren. Onder luide aanmoedigingen van het Spartaan publiek veroverde hij met 60.90 meter de Ter Specke Bokaal om zijn kunsten te herhalen in 1988 met een worp van 66.72 meter.

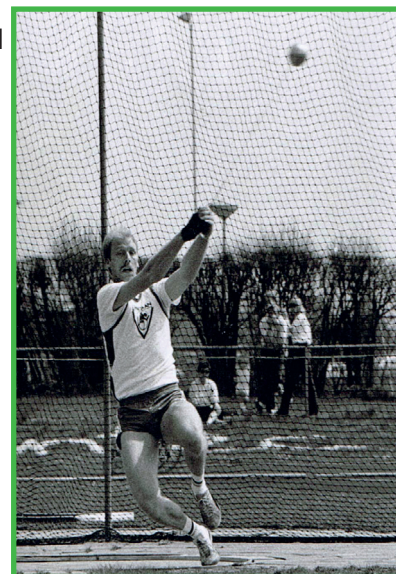
Ook de aankleding had gelijk al een eigen en vernieuwende stijl, met de thans overbekende tulpen langs de baan, vlaggen en een vol terras. De Ter Specke Bokaal begon zich te ontwikkelen als de opening van het baanseizoen met een eigen identiteit. Het werd een grootse wedstrijd, maar was tegelijkertijd laagdrempelig naar de atleten toe. Tot op heden is dit nog steeds de sfeer die de wedstrijd uitstraalt. Verder werd er geen startgeld toegekend, wel waren er goede prijsstaffels voor de prestaties. De Ter Specke Bokaal stond bekend om het waarderen van prestaties, geen reputaties.

De atleten konden deze laagdrempeligheid erg waarderen. Zo herinnert Wim van der Krogt zich nog een moment met Jeroen van der Meer (speerwerper): 'Er was afgesproken dat als hij 80 meter zou werpen, hij dan 75 gulden aan prijzengeld zou krijgen. De speer kwam toen iets voorbij 79 meter terecht. Jeroen van der Meer had echter zoveel betekend voor de Ter Specke Bokaal bij de atleten dat wij toch besloten om hem die 75 gulden te geven. Hij weigerde het echter aan te nemen. Hij zei dat hij het niet verdiend had'.

Wat dus begon als een wedstrijd om waar te maken dat een kunststofbaan De Spartaan waardig was, was al snel uitgegroeid tot een jaarlijks evenement. Het doel van de commissie werd om eens in een verslag op NOS Studio Sport te verschijnen. Na negen succesvolle atletiekjaren werd dit doel bereikt. Nog steeds met de incurante afstanden werd de TSB een topwedstrijd in Nederland. En dit is nog steeds een feit.

Nadat het doel om NOS Studio Sport te bereiken gehaald was, werden in 1992 de volgende drie doelen geformuleerd:

1. Het organiseren van een door topatleten gewenst wedstrijdprogramma
2. Het laten zien, dat in bij De Spartaan in Lisse een goed georganiseerde topwedstrijd mogelijk is.
3. Het 'trainen' op hoog niveau van ons eigen kader, waarmee niet alleen de veldjury wordt bedoeld.



De huidige commissie probeert nog steeds om deze drie doelen te realiseren.

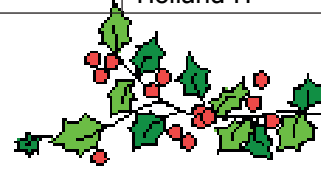
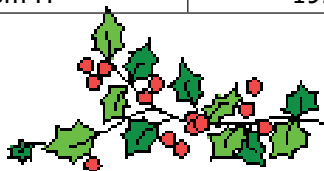
Kortom, de eerste jaren van de Ter Specke Bokaal waren veelbewogen. Echter, de Ter Specke Bokaal heeft AV De Spartaan volledig op de kaart gezet. Een unieke topwedstrijd in Nederland is in deze jaren geboren.

De volgende keer zal dit stuk verder gaan met de jaren 1995-2005, een periode waarin onder andere het wedstrijdsecretariaat grote veranderingen heeft meegemaakt.

De TSB records (beste prestatie met geldige wind) uit de jaren 1983-1995 zijn hieronder samengevat:

Dames				
Discuswerpen	1992	59,4	Jacqueline Goormachtigh	PAC
Speerwerpen	1989	58,46	Ingrid Lammertsma	Lycurgus
Kogelslingeren	1995	46,32	Renate Beunder	Lycurgus
Kogelstoten	1992	17,83	Deborah Dunant	Lycurgus
Hoogspringen	1984/1985	1,80	Jolanda Bleeker	DEM
Verpringen	1986	5,48	Maria Pia Aquabona	Lycurgus
100m	1985	12,02	Marjan Olijslager	Sprint
150m	1989	17,69	Yvonne van Dorp	Holland L
200m	1985	24,76	Tanja Tjenkema	Startbaan
300m	1989	38,18	Yvonne van Dorp	Holland L
800m	1995	02:08:54	Silvia Kruyer	Nova
5000m	1984	15:50:11	Elly van Hulst	Olympia '48
100m H	1984	13,43	Marjan Olyslager	Sprint
200m H	1987	28,88	Esra Pieterella	AVR
400m H	1985	62,3	Astra Klont	Sparta

Heren				
Discuswerpen	1984	63,14	Eric de Bruin	Sparta
Speerwerpen	1991	78,62	Jeroen v.d. Meer	VenL/TC
Kogelslingeren	1988	66,72	Peter van Noort	Spartaan
Kogelstoten	1984	19,72	Eric de Bruin	Sparta
Polstokspringen	1994	5,3	Laurens Looye	ARV Ilion
Hinkstapspringen	1984	15,55	Anne-Jan v.d. Veen	Haarlem
Hoogspringen	1985/1987	2,15	Ruud Wielaert	Haarlem
Verpringen	1988	7,11	Jacob Kwekel	Spark
100m	1990	10,99	Patrick Snoek	Lycurgus
150m	1989	15,8	Regillio v.d. Vloot	DEM
200m	1985	22,1	Achmed de Kom	AAC
300m	1994	33,44	Regilio v.d. Vloot	AV DEM
800m	1985	01:54:50	Oscar Terol	AAC
1000m	1990	02:23:18	Leon Haan	AV'34
1500m	1984	03:47:32	Han Kulker	Bataven
3000m	1985	08:14:00	Aart Bakker	Tartelos
10000m	1984	29:20:31	Klaas Lok	Phoenix
110m H	1993	14,13	Robin Korving	AV Hera
200m H	1988	23,86	Pel v.d. Kerkhof	Hellas
400m H	1992	51,04	Marcel Roosen	Holland H



VAN DE LEDENADMINISTRATIE



JARIGEN



December			
16	Marlijn	Stokhof	13 Jun B
16	Thomas van	Delft	14 Jun B
16	Lars	Knaap	12 Jun C
17	Marga v.d.	Kret	31 Recr.
17	Bianca van	Dam	31 Recr.
19	Angela v.d.	Lans	31 Recr.
19	Tessa de	Visser	09 Jun D
19	Yvon van	Tol	31 Recr.
19	Agnes	Baartman	31 Recr.
19	Rens van	Haaster	08 Pup A
20	Daniëlle	Vink	31 Recr.
21	Roy	Mulder	32 Recr.
21	Hans	Geerling	32 Recr.
21	Jarique	Hazel	10 Jun D
22	Suus	Meijer	03 Pup C
22	Wim van	Gerven	42 Ov.
22	Cocky van	Leeuwen	37 Wand
23	Jètro v.d.	Geest	18 Sr.
23	Iris	Jansen	31 Recr.
24	Davey	Kaak	18 Sr.
24	Nettie	Elfering	31 Recr.
25	Julia	Zuiderduin	11 Jun C
26	Heino	Stroet	42 Ov.
26	Raemon	Baak	08 Pup A
27	Marten v.d.	Nagel	32 Recr.
28	Anita van	Lingen	31 Recr.
28	Piet	Lenting	42 Ov.
28	Toon	van Tol	22 Mstrs
29	Henk v.d.	Spek	32 Recr.
29	Jarno van	Lierop	14 Jun B
29	Bram	Hofland	32 Recr.
30	Wieke	Aartsma	31 Recr.
30	Ivon van	Lierop	31 Recr.
31	Gert Jan	Booij	32 Recr.
Januari			
1	Rebecca	Hulshof	15 Jun A
1	Alje	Stip	10 Jun D
2	Gijs	Jansen	12 Jun C
2	Jari	Langelaan	10 Jun D
3	Jochem van	Stijn	12 Jun C
3	Rob	Hilkman	32 Recr.

Januari			
4	Jan	v.d. Vlucht	32 Recr.
4	Ben	v.d. Meer	32 Recr.
5	Roelf	Sienot	04 Pup C
5	Meike	Zenden	01 Mini
5	Michalis	Analytis	10 Jun D
6	Anita	Kok	31 Recr.
6	Carola	Verhoeven	31 Recr.
9	Karin	Bakker	31 Recr.
9	Piet	v.d. Hulst	38 Wand
11	Joël	Langelaan	13 Jun B
11	Mike	Boom	32 Recr.
12	Evert	vh Schip	32 Recr.
12	Sem	Treur	10 Jun D
12	Nico	Schriek	32 Recr.
13	Tiny	van Dooren	37 Wand
13	Nicolette	Zeestraten	31 Recr.
13	Yvo	v.d. Poel	08 Pup A
15	Ingrid	van Dijk	31 Recr.
15	Thijs	van Rijn	12 Jun C
15	Kiki	v.d. Berg	07 Pup A
15	Jessica	Jonker	31 Recr.
16	Irene	Duys	31 Recr.
17	Jacqueline	Overeijnder	31 Recr.
18	Steven	Oosterkamp	14 Jun B
18	Carmen	Oosterkamp	13 Jun B
19	Ryan	Bootsma	08 Pup A
20	Rachel	v.d. Veek	13 Jun B
20	Ingrid	Ram	31 Recr.
21	Harry	van Lierop	32 Recr.
21	Mike	Bruggeman	10 Jun D
23	Marion	Chen Bogers	37 Wand
23	Nico	van Noort	42 Ov.
23	Peter	van Noort	22 Mstrs
23	Mariska	Hoogkamer	15 Jun A
23	Annette	Dekker	31 Recr.
24	Sanne	Bet	15 Jun A
24	Donna v.d.	Niet	21 Mstrs
24	Giel de	Star	06 Pup B
25	Anna	Consten	13 Jun B
25	Remco	Willems	02 Mini
26	Bianca v.d.	Hulst	31 Recr.

Februari			
1	Daan	Arens	06 Pup B
1	Jan-Willem van	Leeuwen	32 Recr.
1	Jesse	Verdoes	18 Sr.
1	Stijn	van Wolfswinkel	04 Pup C
2	Sasha	Spaans	09 Jun D
2	Koos de	Bruin	32 Recr.
2	Allert	Everts	42 Ov.
2	Jaco van	Daalen	32 Recr.
3	Jurre	Dijkstra	08 Pup A
3	Isa	Philipse	03 Pup C
3	Tessy	Lenting	31 Recr.
4	Eline	Stigter	07 Pup A
5	Ank	Hartman	37 Wand
5	Edwin v.d.	Nieuwendijk	32 Recr.
5	Kaylee	Heuseveldt	09 Jun D
5	Carla van	Vliet	31 Recr.
6	Arnoud	Koot	22 Mstrs
7	Noa	Huvers	07 Pup A
7	Wim	Bouma	42 Ov.
7	Anthon	Schalkers	42 Ov.
7	Willem van	Werkhoven	32 Recr.
8	Rene van	Amsterdam	32 Recr.
8	Greet	Waasdorp	31 Recr.
8	Maaïke	Boon	17 Sr.
9	Moreno	Seijsener	08 Pup A
10	Thijmen	Rosenbrand	06 Pup B
10	Remco	Stokhof	32 Recr.



Februari

10	Eefje		Wensveen	31	Recr.	16	Trudie	van	Dongen	31	Recr.	23	Gerard		Kortekaas	32	Recr.
11	Max	de	Kooker	08	Pup A	16	Glenn		Verhoek	32	Recr.	23	Elly	de	Regt	37	Wand
11	Agaath		Dolieslager	37	Wand	17	Renee		Hogervorst	31	Recr.	23	Corbert	van	Rijn	32	Recr.
11	Esther		Nieraad	31	Recr.	18	Jasmin		Brinkerhof	35	Recr.jun	24	Teije	van	Schaik	08	Pup A
11	Florian		Bloemheuvel	08	Pup A	18	Cobie		Streppel	31	Recr.	24	Jan	van	Heek	42	Ov.
11	Storm		Lingbeek	02	Mini	19	Petra	v.d.	Berg	31	Recr.	24	Kim		Gaus	13	Jun B
11	Sven		Hazenoot	12	Jun C	19	Sjoerd		Smits	06	Pup B	26	Esther		Ruigrok	31	Recr.
12	Jolanda		Stembert	31	Recr.	19	Peter		Letschert	32	Recr.	26	Conny		Kroon	31	Recr.
13	Carla	van	Noort	31	Recr.	19	Yoni		Bakker	14	Jun B	26	Hanneke	v.d.	Meer	31	Recr.
14	Kees	van	Beelen	32	Recr.	19	Monique		Hoogkamer	31	Recr.	27	Puk		Wensveen	32	Recr.
15	René	v.d.	Eeze	32	Recr.	19	Noor		Mulders	31	Recr.	27	Kiki Christina		Banning	11	Jun C
15	Eva	van	Dam	11	Jun C	20	Matthijs		Valten	12	Jun C	27	Steffanie		Gilissen	07	Pup A
15	Watze		Hoogland	32	Recr.	21	Alyssa		Riksen	09	Jun D	27	Youp		Dekker	10	Jun D
16	Aad	v.d.	Lans	32	Recr.	21	Ed		Warmerdam	22	Mstrs	28	Bertine		Schniedewind	31	Recr.
16	Mascha		Nieuwenhuijsen	31	Recr.	22	Thea		Hoogkamer	31	Recr.	28	Siebe	van	Leeuwen	08	Pup A
16	Jurgen	v.d.	Zwet	16	Jun A	22	Guus		Tulen	14	Jun B	28	Thijs		Oudshoorn	08	Pup A
16	Hylke		Kroon	18	Sr.	22	John	v.d.	Zwet	22	Mstrs	29	Marianne		Grimbergen	37	Wand

Het aantal leden per 1 december bedraagt 822

Nieuwe leden

Vnaam	Naam	KnauCat	Vnaam	Naam	KnauCat	Vnaam	Naam	KnauCat
Nasia	Chaidas	01 Mini	Robin	de Graaf	06 Pup B	Teije	van Schaik	08 Pup A
Emma	Doornbos	01 Mini	Bob	Roest	06 Pup B	Fenna	v.d. Kwaak	09 Jun D
Meike	Zenden	01 Mini	Dynand	v.d. Vlucht	06 Pup B	Sem	Treur	10 Jun D
Ben	Otte	02 Mini	Dianne	Steenwijk	07 Pup A	Yannick	van Cleef	12 Jun C
Siem	den Elzen	02 Mini	Sarah	Kerkvliet	07 Pup A	Nathan	Diependaal	12 Jun C
Ruben	Noordermeer	02 Mini	Roos	Scherphof	07 Pup A	Storm	de Kan	12 Jun C
Suus	Meijer	03 Pup C	Guusje	Scheffer	07 Pup A	Lynn	v.d. Sar	13 Jun B
Lauren	Broekhuizen	03 Pup C	Lilian	v.d. Ent	07 Pup A	Lorena	Damen	13 Jun B
Tiemo	Jetten	04 Pup C	Noa	Huvers	07 Pup A	Daniëlle	Vos	17 Sr.
Maya	Turhan	05 Pup B	Mersin	Rashidov	08 Pup A	Erik Jan	in 't Veld	32 Recr.
Jody	Willemse	05 Pup B	Yvo	v.d. Poel	08 Pup A	Jochem	Roest	32 Recr.
Daan	Arens	06 Pup B	Nathan	Noordermeer	08 Pup A	Frank	van Delft	32 Recr.

Afgemelde leden

V.naam	Naam	KnauCat	V.naam	Naam	KnauCat	V.naam	Naam	KnauCat
Sarah	Kerkvliet	07 Pup A	Silvia	Boon	31 Recr.	Guido	Schoo	32 Recr.
Jenny	Schutt	11 Jun C	Wilma	Haring	31 Recr.	Frank	Hilberts	32 Recr.
Marianne	Albers	31 Recr.	Anouk	Boon	31 Recr.	Greet	Schipaanboord	37 Wands
Laura	Pavias	31 Recr.	Judith	Aardenburg	31 Recr.	Bep	v.d. Zwet	37 Wands
Inge	Magnin	31 Recr.	Frank	Paff	32 Recr.	Ingrid	Baak	37 Wands
Sanne	Schoo	31 Recr.	Pierre	Kaagman	32 Recr.			

Verhuisde leden

Vnaam	Naam	KnauCat	Vnaam	Naam	KnauCat	Vnaam	Naam	KnauCat
Sonja	Fransen	31 Recr.	Sjoerd	Smits	06 Pup B	Nicoline	v.d. Steijn	31 Recr.
Kees	vd Dussen	32 Recr.	Irene	Duys	31 Recr.	Hans	v.d. Berg	32 Recr.



Kerstmenu De Vier Seizoenen

Amuse trio
pompoeën | eend | gamba

Terrine eendenlever | salade van krab | crème van aardpeer-vadouvan |
bitterbal van prei-garnaal | gemarineerde pompoeën

Gebakken zeeduivel in spek | gekonfijte zuurkool |
mousseline bataat en paprika | Turks bladerdeeg |
beurre blancsaus met citroen en verbena

Wilde eendenborst | gekonfijt boutje | crème van maïs van de Big Gr. Egg |
geroosterde peterselie wortel-rode ui-radijs | truffelrisotto | jus van gevogelte-rode biet

Gebraden kalfslende | gestoofde kalfswang | flower sprouts | paddenstoelen |
marbré van aardappel-Chorizo | jus van kalf-Madeira-morilles

muffin | lauwwarm
zachte blauwe kaas | amandel | vijgenjam

Gianduja taartje | hazelnoot | chocolade | peren sorbetijs |
pure chocolade lolly | tarte Tatin kweeper | gel van stoofpeer

Menuprijs € 72 | Vijf glazen wijnarrangement € 30

Aankomst en aperitief 18.30-19.00 uur | Aanvang diner 19.15 uur

Jubileum WildMenu serveren wij t/m 23 december.

Restaurant De Vier Seizoenen
Heereweg 224 Lisse 0252 - 41 80 23
www.rdvs.nl



KANTINENIEUWS

Koffiekaarten zijn alléén geldig met
trainingen, dus niet bij wedstrijden

WINNAARS KOFFIEKAARTEN

OKTOBER

Elly Bennis
Peter Jonkheer
Wim Schouten



NOVEMBER

Helma Citroen
Kobi van Braak
Frank van Dongen



Ben jij gelukkig met je sport, je werk en je leven?

AAN-ZET.com geeft je een zetje in de goede richting met:

- Sportmassage / ontspanningsmassage
- Loopbaanbegeleiding / beroepskeuze
- Individuele leefstijl coaching / Voedingsadvies

Voor meer informatie:

0252-211560
06-10480098

www.aan-zet.com

n.zeestraten@gmail.com

aan-zet.com



AAN-ZET.COM

make your life bloom

NATURALS

Groenewegen Lisse

**Elke dag maken wij mensen
blij met mooi bloemwerk**

Naturals Groenewegen Lisse

Heereweg 241

2161 BH Lisse

0252 – 413 461

lisse@naturals.nl

Schildersbedrijf Watze Hoogland

**Vakkundig &
Betrouwbaar !**

06 370 11 656

info@watzehoogland.nl

www.watzehoogland.nl

Het beste hout is onderhoud !

NIEUWS VAN DE VRIJWILLIGERSCOMMISSIE



Zoals beloofd de collage van de vrijwilligersdag 2016

Succesvolle belronde en wat nog meer....

Aan het einde van dit jaar willen we natuurlijk onze bijna 250 vrijwilligers bedanken voor alle inzet in 2016. Dit keer vinden jullie in het clubblad alsnog de collage van de vrijwilligersdag in september, die hadden jullie nog te goed! Voor degenen die het niet weten: elk jaar worden alle vrijwilligers van De Spartaan bedankt via een gezellige middag met steeds weer een nieuwe gezamenlijke activiteit.

Daarnaast vinden jullie een interview met Dennis Verhaar, die na 25 jaar jeugdtraining geven zijn prioriteiten elders gaat leggen. T is niet niks zou ik zeggen. Bedankt Dennis!

In het vorige clubblad gaven we een opsomming van een aantal vacante vrijwilligersfuncties: Inmiddels kunnen we melden dat in de afgelopen maand op een aantal plekken verlichting is gevonden.

- De Ter Specke Bokaal- (TSB)commissie heeft in eigen gelederen de taken herverdeeld, waardoor de coördinatie van de vrijwilligers in het komende jaar weer gegarandeerd is.



- Bij Paul van Hal (jury-coördinator) hebben zich 7 mensen gemeld, die de elektronische tijdmeting willen gaan bedienen als De Spartaan zelf dit instrument gaat aanschaffen.
- Elly Bennis gaat haar administratieve kennis en ervaring inzetten als administrateur.
- Leo Onderwater en een groep recreanttrainers hebben in een koffietafel-sessie de taken (die Leo 10 jaar als trainerscoördinator deed) onderverdeeld: bij- en nascholing stimuleren, pers-propaganda, nieuwe (assistent-)trainers zoeken, begeleiding van nieuwe trainers. Waar nog naar gezocht wordt is een persoon met organisatorische ervaring of affiniteit, die zonder zelf uitvoerend te zijn de **linking-pin wil zijn tussen alle acties van de recreanttrainers**. Dit vraagt niet om trainerservaring, maar eerder een betrokken recreant lid, die het leuk vindt om af en toe de diverse ontwikkelingen bij elkaar te brengen en met anderen uitwisselt, en daarin coördinerende rol op zich neemt om de grote lijn te bewaken. Kijk eens om je heen, en laat ons of een van de trainers iets horen.....

Ook hebben we als vrijwilligerscommissie in de afgelopen maand een **belronde gedaan bij nieuwe leden, en ouders van nieuwe leden van het afgelopen jaar**. Dat leverde ten eerste al leuke telefoongesprekken op en daarnaast veel bereidheid met verrassende opties. Naast kantinevrijwilligers en interieurverzorgers, juryleden, en helpen bij wedstrijden van pupillen kwamen ook andere belangstellingen aan de orde, nl. pers en publiciteit, hulp bij de TSB, meedenken over jeugdbeleid.



Voor de **interieurgroep** wordt nog dringend gezocht naar uitbreiding met mensen die letterlijk eenmaal in de 6 a 8 weken hun handen uit de mouwen willen steken. In koppels van 2 personen krijgen de kantine en het wedstrijdsecretariaat (de Hoed) in max. 2 uur een verdiende schoonmaakbeurt. Op dit moment is er behoefte aan een maatje voor Eveline Botter op de **woensdagavond**, omdat haar schoonmaakpartner door omstandigheden niet meer kan deelnemen. Extra nieuwe koppels zijn ook zeer wenselijk, meld je dan met z'n twee-en aan voor een ochtend-middag of avond bij Jacqueline Hoogland of de vrijwilligerscommissie.

Nog steeds worden **jeugdtrainers voor pupillen en CD-junioren** gezocht. Uit eigen ervaring kan ik zeggen dat dit echt een leuke activiteit is. Leden/ouders die zelf aan atletiek hebben gedaan, hebben hierbij natuurlijk een voorsprong, maar sinds deze zomer hebben we bij de pupillen ook Theo v.d. Berg als nieuwe trainer, die door zijn enthousiasme naar de kinderen, en zijn inzet via een cursus al snel een goeie plek heeft ingenomen. Informeer bij Marga Kortekaas, Jan Beijik, Joost v.d. Valk of de vrijwilligerscommissie.

Ten slotte wensen wij jou en je naaste omgeving rond de komende feestdagen prettige dagen, een mooie afsluiting van 2016 en een flitsende start in 2017!!!!

De vrijwilligerscommissie: Jeannette v.d. Toorn, José Elfering en Lenie van der Poel.

Dennis Verhaar - Vrijwilliger van de maand

Wie ben je en wat is je achtergrond?

Mijn naam is Dennis Verhaar en ben 44 jaar oud. Ik ben getrouwd met Eveline en heb 2 kinderen, Sven en Esmée. Ik woon in Lisse. In het dagelijkse leven werk ik als projectvoorbereider bij Hemubo Almere BV. Dit is grote aannemer zich richt op renovatiewerk. Hier ben ik sinds 2007 werkzaam.

Heb je een sportieve familie?

Ja, mijn vader is Gerrit Verhaar (wel bekend) die al lid is sinds de oprichting van De Spartaan. Mijn moeder Ans Verhaar heeft jarenlang het clubblad getypt en is actief geweest als jurylid. Verder heb ik nog een oudere broer Richard die momenteel in Oostenrijk woont en een zusje Debbie die in Lisse woont. Allebei zijn zij in hun jeugd lid geweest van De Spartaan.

Wanneer ben je bij De Spartaan gekomen?

Mijn vader gaf training aan de pupillen waardoor ik al op heel vroege leeftijd (ik was 4 jaar, 1976) meeging naar de trainingen. Voor mijn gevoel ben ik ook jarenlang pupil geweest. Toen ik 7 was mocht ik officieel lid worden en ben dat tot op heden nog steeds.

Wat betekent De Spartaan voor jou?

De Spartaan is voor mij een grote familie. Ik heb er heel wat tijd doorgebracht. In mijn jeugd 3-4 avonden in de week met zelf trainen en training geven en in de weekenden vaak met wedstrijden mee. Ook ging ik vaak mee als leiding op kampen en was ik actief bij diverse nevenactiviteiten. Vroeger kon ik bijna alle mensen wel bij De Spartaan, omdat de recreatietak nog niet zo groot was.



Wat is je favoriete vakantie?

Mijn favoriete vakantie is de skivakantie. Dit heb ik jarenlang met vrienden gedaan en de laatste jaren met het gezin. Gelukkig vindt zowel mijn vrouw als de kinderen dit ook heel leuk. In de zomer gaan we vaak naar een camping in Frankrijk of Italië.

Wat zijn je hobby's?

Mijn hobby's zijn volleyballen, wat ik in de winter 1x in de maand recreatief doe en varen bij mooi weer. Verder hou ik van lekker eten en drinken.

Hoe ben je vrijwilliger geworden en wat is precies je taak?

Ik ben toen ik 18 jaar was gevraagd om aan de D-junioren training te geven samen met Arnoud Koot. Dit hebben wij samen jaren gedaan. Eerst alleen de jongens en later, ook met Nico van Noort de meisjes erbij. Vervolgens ben ik de B-junioren training gaan geven en toen die groep enkele jaren later werd toegevoegd aan de Senioren/AB-groep ben ik de C-junioren samen met John en Paul training gaan geven. Hier ben ik sinds 1 november mee gestopt.

Wie zijn je sportieve helden?

Mijn sportieve held is altijd de polsstokhoogspringer Sergey Bubka geweest. Ik zelf heb ook jaren dit onderdeel beoefend. Momenteel kan ik genieten van Usain Bolt, Dafne Schippers en buiten de atletiek van Max Verstappen.

Heb je nog advies voor de sporters die nog geen vrijwilliger zijn?

Nu ik met mijn kinderen ook bij andere verenigingen van andere sporten kom kan ik zeggen dat De Spartaan gezegend is met z'n groot aantal vrijwilligers. Er is niets verplicht, en dat is bij andere sporten wel anders. Als iedereen een steentje bijdraagt dan hoeft het allemaal niet veel tijd te kosten.

Wil je zelf nog iets kwijt? Nee



		7	2		9		1	
6		3				4	8	
	9		6					
								3
		5						
8					5	2	7	
			9	8				
					1	6	2	5
1								4

S
U
D
O
K
U

		3	5				9	4
2	7			9				3
						8		
8			7				3	
							4	
4			2	3	1		5	
				8		2		
					9			
9	1	7						

Namens de vereniging bedanken wij alle sponsors en adverteerders voor hun bijdragen in het afgelopen jaar. Tevens wensen wij iedereen prettige feestdagen en een goed begin van het nieuwe jaar 2017



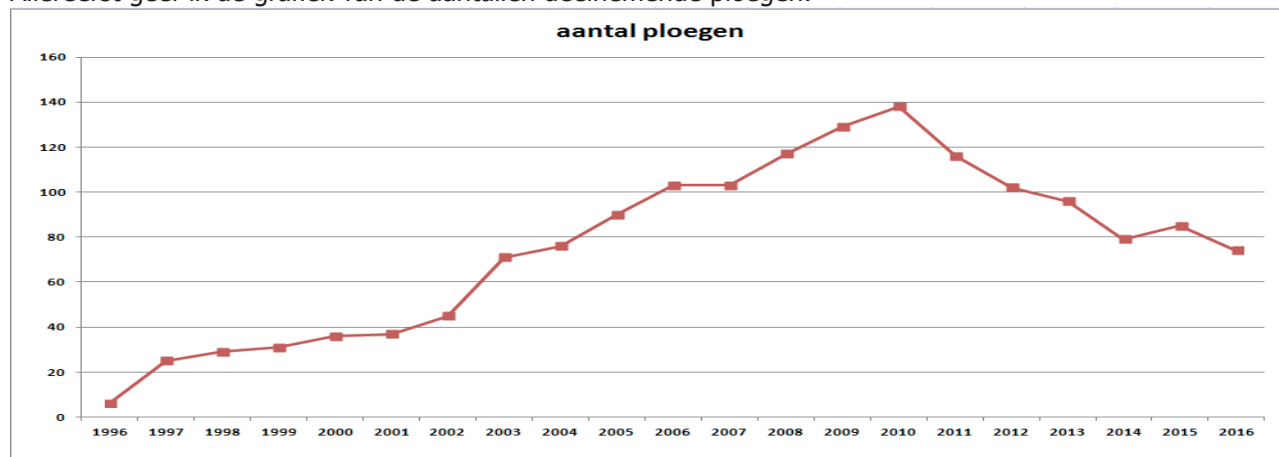
NIEUWS VAN DE MAN VAN DE STATISTIEKEN



21 Edities van de 'Bedrijvenestafette'

Excel kan je soms verrassen: dit artikel wilde ik opstellen voor het vorige clubblad. Voor één van de grafieken had ik een tijdenlijst nodig, maar er viel mij een vreemde 'fout' op. Het hele bestand van de genoemde 21 edities is opgebouwd uit 'knippen en plakken'. Hier bleek, dat het programma de(zelfde) tijden in maar liefst 5 formaten had opgeslagen: van ruim 6300 tijden moest ik zeker de helft aanpassen...

Allereerst geef ik de grafiek van de aantallen deelnemende ploegen:

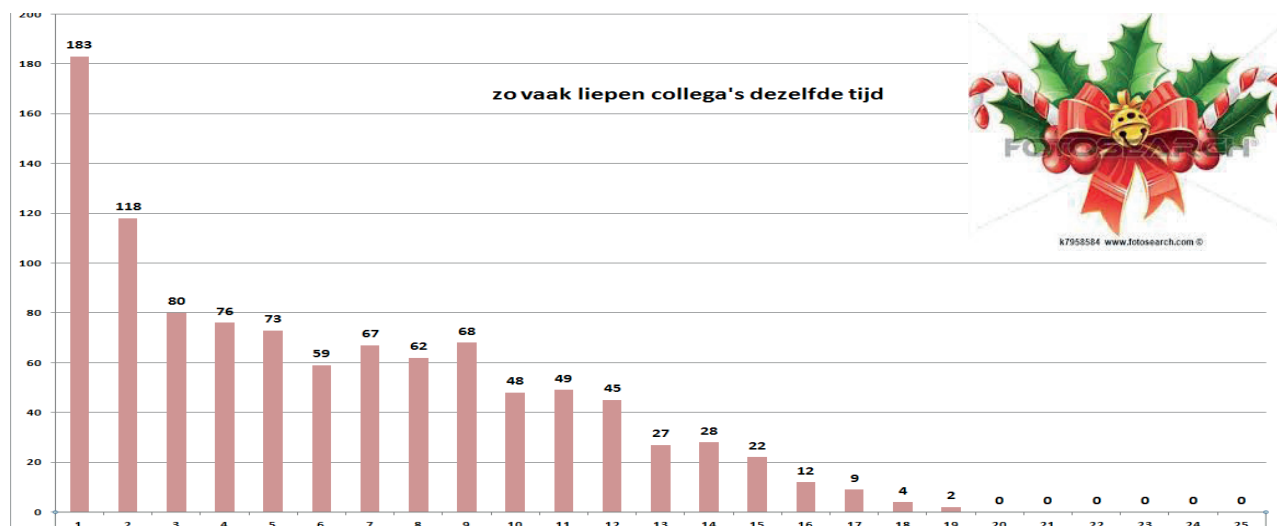


In totaal 1588 teams à vier lopers met als resultaat 6352 individuele resultaten. Slechts 6 personen hebben geen looptijd achter hun naam gekregen!

De teams kunnen opgedeeld worden in 221 vrouwenteams (dus alleen vrouwen), 486 atletenteams en 881 bedrijventeams. In alle groepen heeft maar 1 team de finish niet gehaald.

4639 Mannen zijn geteld, zodat er nog 1713 vrouwen resteren, hetgeen neerkomt op 27,0% van het totaal.

Zoals boven aangegeven moet er nog een overzicht komen betreffende de gelopen persoonlijke tijden. Het verschil tussen de snelste tijd en de minst snelle bedraagt 1710 seconden. Van dit aantal komen er 1032 voor in de lijst (de grootste gaten zitten in de 'onderkant' van de lijst).



Hoe de grafiek te lezen: kolom 1 geeft aan, dat deze loper de enige was met de getelde eindtijd. In kolom 2 zien we dan, dat er twee lopers waren met de genoteerde tijd. Twee tijden (21:43 en 23:39) werden genoteerd op naam van 19 lopers.

Wie deden het vaakst mee? Helaas is dat niet te tellen, doordat namen dikwijls verschillend geschreven werden. En moet je A. tellen bij Arie of bij Anton?

Wim Cozijn.



Klaverjascompetitie 2016 - 2017

Op 14 oktober 2016 wederom gestart met de traditionele klaverjascompetitie bij AV De Spartaan. Al bladerend in een jubileumboek van de vereniging kwam ik er achter dat het klaverjassen bij de vereniging is begonnen in 1969. Dat betekent dat het dit seizoen voor de 48e keer georganiseerd wordt. Over traditie gesproken. In het seizoen 2018/2019 wordt het dus 50 jaar georganiseerd. In de wandelgangen heb ik wel wat oude verhalen gehoord over aantallen deelnemers, maar die zal ik hier maar niet noemen. Die halen we tegenwoordig bij lange na niet. Over de start van de competitie ben ik overigens niet ontevreden. De eerste avond telde 26 deelnemers en dat was meer dan de vorige jaren. De tweede avond verschenen er tot mijn verbazing 33 deelnemers, dat was een aantal dat we niet meer gewend waren. Wat mij het meest deugd deed was de deelname van 2 jonge leden van de vereniging, namelijk Davey Kaak en Tom Hoekema, waarbij ik hoop dat het geen incident is. Ze gaven mij de indruk dat het wat hen betreft voor herhaling vatbaar was.

De uitslag van de 2e avond (11 november 2016) zag er als volgt uit:

Namen:	1e ronde	2e ronde	3e ronde	4e ronde	Totaal na	Stand
	punten	punten	punten	punten	4 ronden	
Kesteren Henk van	1514	1716	2219	1474	6923	1
Jonkheer Peter	2061	1701	1605	1501	6868	2
Ruiten Kees van	1400	2073	1647	1748	6868	3
Berg Tinus	2061	1500	1375	1888	6824	4
Gerven Sr. Kees van	1977	1419	1375	2013	6784	5
Hoekema Tom	1625	1231	1981	1888	6725	6
Noort Hans van	1538	1716	1981	1474	6709	7
Verhaar Gerrit	1400	1867	1605	1807	6679	8
Thomas Ben	1205	1867	1986	1481	6539	9
Blom Esther	1500	1263	2219	1481	6463	10
Hartman Wim	1538	1497	1672	1631	6338	11
Blom Henk	801	2073	1986	1474	6334	12
Rooyakkers Fred	1977	1282	1297	1777	6333	13
Walraven Bert	1776	1225	1672	1418	6091	14
Edens Theo	1205	1497	1802	1474	5978	15
Rotteveel Greet	1318	1549	1091	2013	5971	16
Jonkheer Desideria	1625	1560	1310	1451	5946	17
Schie Anneke van	1237	1225	1700	1748	5910	18
Ruiten Rick van	1514	1019	1700	1631	5864	19
Kraan Frans van der	1792	1419	1146	1501	5858	20
Gerven Jr. Kees van	1622	1475	1297	1418	5812	21
Noort Carla van	1606	1543	1392	1234	5775	22
Rijnberk Marty van	1304	1549	1392	1451	5696	23
Rotteveel Corine	1776	1019	1091	1807	5693	24
Mooijekind Tom	1304	1701	823	1777	5605	25
Kaak Davey	1792	1263	1280	1185	5520	26
Verhaar Ans	1622	1276	1647	839	5384	27
Plomp Lenie	1318	1543	1310	1185	5356	28
Hartman Ank	1190	1231	1802	839	5062	29
Grimbergen Paul	1190	1282	1146	1234	4852	30
Broekhof Corrie	1237	1475	823	1145	4680	31
Graven Mark van	801	1276	1280	1145	4502	32

De derde avond is ondertussen ook al geweest op 9 december 2016.

De vierde avond is op vrijdag 13 januari 2017.

Mvg Frans Dames

Gezelligheid is troef



NIEUWS VANUIT DE WOC

Activiteitenkalender 2016

dag	datum	OMSCHRIJVING ACTIVITEIT	LOKATIE
za	26 Dec 16	Kerstcross	bos

Activiteitenkalender 2017

dag	datum	editie	OMSCHRIJVING ACTIVITEIT	LOKATIE
zo	8 Jan 17		Z&Z-circuit / Runnersworld Leiden Nieuwjaarsloop	Leiden
zo	15 Jan 17		CRA Wintercircuit Duin- en strandloop, CD-competitie	Nederzandt
za	21 Jan 17		2e Quatrocross Pupillen	Leiden
zo	29 Jan 17		Z&Z-circuit / Uithoorns Mooiste - De Loop	Uithoorn
zo	12 Feb 17		Z&Z-circuit / De Hardloopwinkel Valentijnsloop	Leiden
za	18 Feb 17		3e Quatrocross Pupillen	Bos
zo	19 Feb 17		CRA wintercircuit + CD junioren, halve marathon / 9 km	Baan, weg, bos
za			Indoor CD junioren	Zoetermeer
za			Indoor Pupillen	Zoetermeer
zo	5 Mar 17		CRA Wintercircuit Coopertesten (Reserve)	baan
za	11 Mar 17		4e Quatrocross Pupillen	Katwijk
zo	12 Mar 17		Z&Z-circuit / VoorschotenLoop	Voorschoten
za	18 Mar 17		Lisse Loop voor Kasteelhoeve	bos
zo	26 Mar 17		CRA Wintercircuit Coopertesten + CD junioren	baan
za	1 Apr 17		Onderlinge testwedstrijden voor Pupillen, Junioren ABCD, senioren/masters	baan
zo	2 Apr 17		Z&Z-circuit / Roelofarendsveen Braasemloop	RAVeën
zo	9 Apr 17	37e	Rotterdam Marathon	Rotterdam
zo	9 Apr 17	4e	Hollen door de Bollen	baan/weg/bos
vr	14 Apr 17	10e	KogelDiscusCircuit, Lisse/Leiden 1e wedstrijd	Lisse/Leiden
za			ZHM competitie Pupillen 1e wedstrijd	
di	25 Apr 17		CRA Estafette	baan/weg
zo	30 Apr 17		Z&Z-circuit / Omloop van Noordwijkerhout	NwHout
zo	30 Apr 17		Competitiewedstrijd Senioren, 1e ronde	
za	6 May 17		Competitiewedstrijd CD junioren, 1e ronde	
zo	7 May 17		Competitiewedstrijd junioren A, 1e ronde	
zo	7 May 17		Competitiewedstrijd Masters, 1e ronde	
za			Amerikaanse School - internationale wedstrijden	baan
wo	10 May 17		briefing TSB	
za	13 May 17	35e	Ter Specke Bokaal	baan
vr	19 May 17	10e	KogelDiscusCircuit, Lisse/Leiden, 2e wedstrijd	Lisse/Leiden
zo	21 May 17		Competitiewedstrijd junioren B, 1e ronde	
za	27 May 17		Competitiewedstrijd CD junioren, 2e ronde	
za			ZHM competitie Pupillen 2e wedstrijd	
zo	28 May 17		Competitiewedstrijd Senioren, 2e ronde	
vr	2 Jun 17	22e	Schoonderbeek Installatie Bedrijvenestafette 4 x 5,1 km	weg/baan
za	3 Jun 17		Ouder-Kind-Wedstrijd pupillen	baan
za	10 Jun 17		Competitiewedstrijd CD junioren, 3e ronde, aanvragen	
zo	11 Jun 17		Competitiewedstrijd junioren B, 2e ronde	Baan
zo	18 Jun 17		Competitiewedstrijd Senioren, 3e ronde	
vr	23 Jun 17	10e	KogelDiscusCircuit, Lisse/Leiden, 3e wedstrijd	Lisse/Leiden
zo	25 Jun 17		Competitiewedstrijd junioren A, 2e ronde, aanvragen	Baan
zo	25 Jun 17		Competitiewedstrijd Masters, 2e ronde	
za			ZHM competitie Pupillen 3e wedstrijd	Gouda

za	8 Jul 17		Meerkamp junioren A/B/C/D	baan
zo	9 Jul 17		Meerkamp junioren A/B/C/D	baan
vr	18 Aug 17	10e	KogelDiscusCircuit, Lisse/Leiden, 4e wedstrijd	Lisse/Leiden
zo	27 Aug 17		Instuifwedstrijd Senioren, Junioren A/B/C	baan
za	9 Sep 17		ZHM competitie Pupillen 4e wedstrijd	baan
zo	10 Sep 17		Landelijke finale Masters	
za	16 Sep 17		Landelijke finale junioren CD	
za	16 Sep 17	10e	KogelDiscusCircuit, Lisse/Leiden, finale	Lisse/Leiden
zo	17 Sep 17		Promotie-/degradatiewedstrijden Senioren	
zo	24 Sep 17		Landelijke finale junioren B	
di	26 Sep 17		Najaarsfeestloop	dorp Lisse
za	7 Oct 17		Onderlinge Pupillenwedstrijden meerkampen + junioren C/D	baan
zo	8 Oct 17		Onderlinge meerkampen Senioren / junioren A/B / Masters + junioren C/D	baan
zo	29 Oct 17	30e	Scholierenbosloop VO- en BO-groepen 3 t/m 8 / CRA Bosloop	bos
zo	5 Nov 17		Z&Z-circuit / De Zilveren Turfloop	Mijdrecht
za	18 Nov 17		Indoorwedstrijd Pupillen + CD Junioren	Onderwater
zo	26 Nov 17	30e	LJ Sport Ter Specke Loop (Zorg & Zekerheid circuit) 5-10-15 km	weg/baan
di	26 Dec 17		Kerstcross	bos



Onderlinge Kerstcross

Kerstmis, een tijd van tradities, herinneringen en versterking van goede familiebanden. Zo ook bij De Spartaan, want op **Tweede Kerstdag** wordt een Spartaantraditie voortgezet, te weten de Kerstcross voor alle leden van de vereniging met familie, vrienden en/of bekenden.

Tussen de kerstkransen, kalkoenen en heerlijke appelmoes door is er even tijd voor De Spartaanfamilie, een sportief moment om de onderlinge band te versterken en ter compensatie van het opgeslagen voedsel. Kom daarom allemaal op Tweede Kerstdag naar de baan om je daar aan te melden en doe mee aan een gezellige bosloop.



De start en de finish zijn dichtbij de ingang van het Keukenhofbos, naast de parkeerplaats van de Duinhof aan de Van Lyndenweg. Deelname is kosteloos. Na afloop is er gratis warme chocolademelk in de kantine. Tot vijftien minuten voor de start kan een startnummer worden opgehaald in de kantine op de baan aan de Spekkelaan.

Risico is dat de bospaden wegens teveel ijs onbegaanbaar zijn, zodat de loop afgelast moet worden. Houdt daarom de website in de gaten.

Tot ziens op Tweede Kerstdag.

Starttijden en afstanden

11:00 uur	Wandelaars vanaf de kantine		7500 meter
11:00 uur	Minipupillen jongens en meisjes	(geboren - 2011/2010)	1000 meter
	C-pupillen jongens en meisjes	(geboren - 2009)	1000 meter
11:10 uur	B-pupillen jongens en meisjes	(geboren - 2008)	1000 meter
	A-pupillen jongens en meisjes	(geboren - 2007/2006)	1000 meter
11:20 uur	C/D-jongens en -meisjes		1500 meter
11:30 uur	JA+JB; MA+MB; Senioren-Veteranen-Recreanten		3000 meter
11:50 uur	JA; Senioren-Veteranen-Recreanten		7500 meter

Prettige kerstdagen namens de WOC

NIEUWS VANUIT HET CRA

The Power Run Project en het Z&Z circuit

Op zondag 27 november hebben wij met "The PowerRun Project" deelgenomen aan de Z&Z loop bij De Spartaan. The Power Run Project biedt vluchtelingen de mogelijkheid om deel te nemen aan een trainingsprogramma, gericht op het behalen van een sportief doel.

De filosofie van The Power Run Project is:

1. Regelmatig hardlopen maakt je fysiek en mentaal sterker.
 2. Sporten is een ideaal middel om te verbinden en zo integratie te bevorderen.
 3. Het nastreven van een zelfgekozen sportief doel biedt houvast en tegenwicht in een onzekere situatie.
- Zie verder ook <http://www.powerrunproject.com/the-power-run-project/>

Wij begeleiden deze vluchtelingen die zijn opgevangen in het AZC in Katwijk en/of Wassenaar bij het hardlopen, bieden ze bootcamp trainingen en we zetten ons in om ze ook op andere manieren te betrekken bij de Nederlandse samenleving.

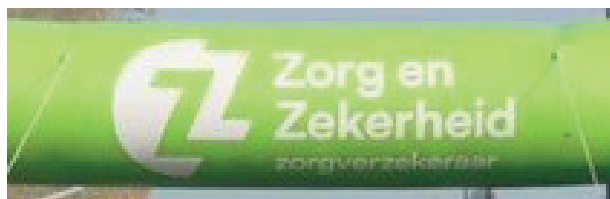
Zondag deden wij met 15 vluchtelingen mee. Zij hebben bijna allemaal een status en mogen dus in Nederland blijven. De 15 deelnemers van afgelopen zondag komen ook nu nog van ver om deel te nemen aan de loopjes van het Z&Z circuit. Zo hadden we zondag deelnemers uit Almere, Hellendoorn, Hoorn en ook minder veraf gelegen plaatsen als Leiden en Den Haag/Rijswijk. Zonder uitzondering waren zij allen enthousiast over de wedstrijd van zondag. Goed georganiseerd, warm welkom en ook na afloop gezellig om met elkaar na te praten over de dag.



Wij willen De Spartaan bij deze graag bedanken voor de korting die zij de 15 deelnemers hebben gegeven op het inschrijfgeld en voor de weer zeer professionele organisatie van de Z&Z wedstrijd.

Met vriendelijke groet, Danny van der Ploeg

**Voor bovengenoemde mensen zijn we op zoek naar kleding, sportkleding en hardloopschoenen zowel voor dames als voor heren.
Deze kleding/schoenen kunnen ingeleverd worden bij Aad v.d. Lans**



De eerste indruk was zondag 27-11 dat het wintercircuit opeens wel erg brede bekendheid had gekregen gezien de uitgebreide maatregelen: extra kleedkamers ingehuurd bij FC-Lisse voor de heren, de heren zelf verdreven uit hun eigen kleedkamer bij De Spartaan (ja ik stond aanvankelijk in de verkeerde kleedkamer) en speciale tentjes voor extra faciliteiten zoals bewaring kostbaarheden en buitenverkoop van chocolademelk, thee et cetera.

Dat alles kwam natuurlijk door het slim combineren van een CRA-wintercircuitwedstrijd met de 29e Ter Speckeloop die georganiseerd werd vanaf onze ter Specke locatie tijdens het 22e Z&Z circuit. Op deze manier konden fanatieke ter Specke-lopers toch ook deel blijven nemen in de wintercompetitie van de CRA en organisatorisch was met een paar kleine aanpassingen de tijdsregistratie goed te regelen.

Rond 09.30hr was het dus al lekker druk met allemaal fitgetrainde lopers die hun weg zochten en de inschrijvingsposten langsgingen. Voor de CRA wintercircuitlopers betekende dit het inleveren van het vooraf gedownloade formulier waarna een tijdelijke wedstrijdchip werd overhandigd inclusief een mooi groot startnummer zodat je daarachter lekker uit de wind kon lopen.

Drie afstanden waren opgenomen en het maakte voor de CRA niet uit welke je ging doen: 5-10-15km, je kon lang of kort lopen volgens je wintercircuitopgave en ook de 10km-lopers konden mee blijven dingen, het was allemaal goed. Aan het einde worden de 10km-resultaten namelijk omgerekend naar de reeds eerder vastgelegde keuze lang of kort voor het wintercircuit.

Zo strikte iedereen zijn chip met bijgeleverde tie-wrap aan zijn schoen vast en een enkeling had de tie-wrap per ongeluk alleen door zijn chip getrokken maar dat werkte natuurlijk niet zo goed.

Ook dat werd weer opgelost en na vertrek van de jeugd werd vervolgens vanaf 11.00hr gestart voor de 5 km. De start vond precies op tijd plaats en de opkomst was erg groot bij deze afstand want het startvak pilde uit. Om een redelijk wedstrijdbeeld te krijgen is het als verslaggever wel zo handig (lees: meest gemakkelijk) om voorin te starten en je dan af te laten zakken naar achteren maar de beste plekken voor in het startvak waren absoluut niet meer beschikbaar. Dat betekende dus flink buffelen want dan moet je van achteruit naar

voren zien te komen om nog wat verschillende mensen te zien en om een of andere reden loopt iedereen juist keihard voor je uit te rennen.

Toch is het gelukt en er waren gelukkig nog wel wat opvallende zaken te melden: allereerst waren de meeste deelnemers volwassenen maar op de Achterweg zag ik opeens een jongetje van een jaar of 12 die samen met zijn moeder de 5km liep en het ging prima. Complimentje gegeven uiteraard en hij ging gelijk nog sneller lopen. Zo verder verplaatsend in het deelnemersveld viel mij op de Essenlaan op dat niet iedereen het even breed heeft in de Nederlandse samenleving want een hardloper liep eind november nog op blote voeten (met flinke eeltlagen kon je zien) zijn ronde. Het tempo was er om onduidelijke reden wel even uitgeraakt want hij liep te wandelen. Hopelijk heeft ook hij de streep gehaald want maandagnacht gaat het flink vriezen... Verkeersregelaars leidden ons netjes en veilig de hoeken om terwijl ander verkeer werd gestopt zodat geen botsingen konden plaatsvinden en richting de Puntenburg werd het tijd om toch even wat extra gas te geven voor de laatste 2km, zeker toen anderen dat ook dachten en zo werd er in het laatste traject nog even flink doorgelopen langs de begraafplaats, vervolgens linksaf en achterom bij de tennis het sportpark in naar de baan om dan na 3/4ronde tegen de keer in te finishen op het rechte stuk.

Tijd om bij te komen was er niet want voor je het wist doken met scherpe tangen gewapende mannetjes naar je voet maar gelukkig knipten ze alleen de tie-wrap los om de Z&Z-chip terug te vorderen zonder je veters te raken. Vervolgens kreeg je een flesje water mee en een fraai zakje Iris-bolletjes voor in de tuin en het loopje was alweer gepiept: Weer 5 snelle gezondheidsondersteunende kilometers in goed gezelschap volbracht. Intussen waren de 10km en 15km ook al gestart, respectievelijk om 11.10 en 11.20hr en de 15km lopers passeerden even later de startlijn onder aanmoediging van publiek om hun tweede en derde ronde te volbrengen. Een loper viel nogal op en liep wat verdwaasd rond en vroeg mij waar hij heen moest waarop ik vroeg wat hij liep. Hij zij 10km waaruit duidelijk werd dat hij in het zweet des aanschijs vergeten was om linksaf de van Lyndenweg op te gaan om zo richting de finish te lopen. Nu stond hij dus weer onder de startbanier waar geen finishmeting werd gedaan. Uiteraard de goede kant opgestuurd maar hij zal voor zichzelf een minuutje van zijn tijd moeten trekken om zijn PR te berekenen.

Terug in de kantine was het gezellig druk en viel direct op dat veel gezonde-etende hardlopers ineens allemaal met bolle wangen dikke taartpunten zaten weg te werken en desgevraagd bleek dat elke 20e Z&Z finish'er een taartje kreeg dus dat was een feestelijk gebeuren. Intussen bleek ook de pers geïnteresseerd in dit sportieve evenement want een verslaggever van het Leidsch Dagblad kwam informierend langs voor anekdotes en vroeg of we nog bijzondere dingen konden noemen. Naast wat algemene dingen schoot Kees van Beelen een goede tip te binnen, terwijl hij net Martien v.d. Hoorn zag zitten, dat we een bijzonder herstelverhaal hadden op sportief vlak van Martien die immers na zeer een zeer ernstige ziekperiode toch weer met ons meeloopt en enorm herstel heeft laten zien. Fantastisch sportief en impactvol verhaal en de verslaggever schoof direct aan en we kunnen later hopelijk zijn verslag lezen in de krant!

We kunnen stellen dat de zondagochtend goed was gestart en hopelijk heeft iedereen weer kunnen genieten op deze perfecte loopdag en we zien elkaar weer graag bij de volgende loop!

Loek van Saase





Beelen
VERPAKKINGEN

Kantoor en magazijn
Heereweg 5b, Lisse

T +31 (0)252 41 51 45
F +31 (0)252 41 92 85
beelen@beelenpackaging.nl

SINDS 1966



De Heere van Thijssen
KAPPERS & BARBIERS

HEEMSKERK

■ **assurantiën**

ASSURANTIEBEDRIJF

HOOGERVORST C.V.

Wildlaan 3 • 2211 JZ • Noordwijkerhout • Tel 0252-377310 • www.heemskerkassurantien.nl

VERZEKERINGEN ■ HYPOTHEKEN ■ PENSIOENEN

BIJ DE BRUIN MOET JE ZIJN
TABAK, SIGAREN, LEKTUUR, WENSKAARTEN, LOTTO,
STAATSLOTEN, DAYZERS, WEDDEN OP PAARDEN

BIJ DE BRUIN MOET JE ZIJN!!
HENGELSPORT, KRASLOTEN, KRANTEN, PAKKETSHOP

BIJ DE BRUIN MOET JE ZIJN!!
ook voor... TELEFOONKAARTEN EN POSTZEGELS

JOHN DE BRUIN
HEEREWEG 240A, LISSE, TEL. (0252) 413 833
info@johndebruin.nl



SCHOLTEN
uw keurslager

Waarom zou u 't met minder doen

Hoofdstraat 261
2171 BD Sassenheim
0252-211440



TER GOUW

- Steunzolen / sport inlay op maat
- Gediplomeerd podoloog
- Medisch pedicure
- Dames, heren en kinderschoenen

in verschillende wijdt maten

uw voeten zijn bij ons in goede handen!

Heereweg 240 Lisse
Tel: 0252-413672
E-mail: info@tergouwschoenen.nl
www.tergouwschoenen.nl

Medisch wonder geniet bij Ter Speckeloop van 'reünie'

LISSE - Je kunt Martien van der Hoorn (63) gerust een medisch wonder noemen. Door een herseninfarct was hij bijna drie jaar uit de roulatie, maar de meervoudig wereldkampioen atletiek bij de masters 55+ doet weer wat hij het liefste doet: hardlopen. Zo voltooide hij zondag zijn tien kilometer bij de Ter Speckeloop in iets meer dan drie kwartier.

Door **Haniff Harharah** (gelezen in het Leidsch Dagblad van 27-11-2016)

Pure pech noemt van der Hoorn het, de plotselinge beroerte waardoor hij 's nachts in zijn slaap overvallen werd. Maar hoe ver het hem ook terug heeft geworpen, van opgeven wilde de Voorhouter niet weten.

„Gelukkig had ik de wilskracht om terug te komen”, aldus de oom van profvoetballer en oud-Ajacied Mike van der Hoorn, tegenwoordig spelend bij Swansea City.

Het herseninfarct heeft echter wel z'n tol geëist. „Ik heb een oogaandoening, waardoor ik nog maar de helft zie.

En daarnaast heb ik last van evenwichtsproblemen. Als ik een douwtje krijg, kan ik zomaar vallen. Dus moet ik enorm uitkijken. Er zijn altijd wel bijna-ongelukjes.”

Geen ongelukken in Lisse, gelukkig. Als lid van De Spartaan heeft de Ter Speckeloop voor hem veel weg van een thuiswedstrijd.

„Je ziet iedereen weer, het is een soort reünie. We zijn hier als het ware één groot gezin. En het is een ideaal parcours, met op de 10 kilometer twee mooie rondjes om de bossen heen. Eén van de mooiste in het Zorg en Zekerheid Circuit.”



Lopen in Egmond voor Jonatan, steun Marianne en Jeff!

door Leo Onderwater

Op zondag 8 januari 2017 lopen Marianne en Jeff de **kwart marathon van Egmond**, om daarmee het onderzoek naar de spierziekte Myotone Dystrofie te steunen. Vorig jaar is Jonatan, de zoon van Jeff, plotseling en geheel onverwacht aan deze ziekte overleden. Zie voor meer informatie de facebook pagina van Jeff, <https://www.facebook.com/jeff.corbet/posts/1338082089556432>

Het zou natuurlijk heel mooi zijn als wij met een grote groep lopers, met Marianne en Jeff, meedoen aan deze sponsorloop. In Egmond aan Zee is een mooi, uitdagend parcours uitgezet van 10,5 km
<http://www.sauconyegmondhalvemarathon.nl/kwartmarathon/parcours/>

Om aan de start te kunnen staan, rond 10.35 uur, aan de Boulevard Noord in Egmond aan Zee, kan je inschrijven tot 19 december. <http://www.sauconyegmondhalvemarathon.nl/kwartmarathon/>

Met de auto is het een uur rijden naar Heiloo, vanwaar pendelbussen rijden naar Egmond aan Zee. Deze pendelbussen rijden elke 5 minuten en brengen ons naar Sporthal De Watertoren. Het is vanaf de sporthal ongeveer 1 km lopen naar de startvakken. Alles bij elkaar geteld en een beetje ruim gerekend, kunnen we om 8.30 uur vertrekken vanaf de Spekkelaan. Wil je meedoen aan deze leuke prestatie- en Marianne en Jeff steunen, schrijf je dan zo snel mogelijk in (en bestel een kaartje voor de pendelbus).

Stuur een e-mail naar mij, Leo Onderwater, leo@onderwater.org als je hebt ingeschreven. Het plan is om zoveel mogelijk met elkaar mee te rijden. Heb je de beschikking over een auto en je wilt rijden met een aantal passagiers, laat dit dan aan mij weten. Ik stel een lijst op van deelnemers en maak een indeling voor de passagiers. Informatie over parkeerplaatsen in Heiloo en het gebruik van de pendelbussen kan je vinden onder: <http://www.sauconyegmondhalvemarathon.nl/auto/> en <http://www.sauconyegmondhalvemarathon.nl/pendelbussen/>

Ik heb al ingeschreven voor de kwart marathon, met als streeftijd 1 uur. Ik hoop dat wij met een grote groep naar Egmond aan Zee zullen afreizen!

VAN DONGEN

UW POELIER



Blokhuis 14a, Lisse, tel. 0252-413437
 Veel keus in: wildspecialiteiten, fijne vleeswaren,
 kant en klare maaltijden, kipspecialiteiten.
www.vandongenuwpoelier.nl

VOOR AL UW FEESTEN EN PARTIJEN



Uw gastvrouw en gastheer
Lia en Hans

Heereweg 461
 2161 DC Lisse
 Tel (0252) 23 20 17
 Mobiel 06 53 72 97 57
www.dekleineengel.nl
info@dekleineengel.nl

PARTYCENTRUM – MINITHEATER – UIT EN TOCH THUIS



wol

stoffen

kralen

borduren

fournituren

Heereweg 177
 2161 BC LISSE
 0252-411134



Kennis van cijfers,
 gevoel voor mensen.

W www.kromhoutlisse.nl
 E accountants@kromhoutlisse.nl
 T 0252 - 417 450



*fijn dat het
 er is ...*

Vishandel

ALEX RUIZENDAAL

033-8883911/0653951466 SPAKENBURG

GEZOND, GEZELLIG en VOOR IEDEREEN!

In onze accommodaties is
 altijd wel iets te beleven.



ZWEMBAD & SPORHAL WASBEEK Van Alkemadeaan 12, Sassenheim tel. 0252 - 21 55 94	SPORHAL DE GEEST Geestlaan 27, Warmond tel. 071 - 301 27 28	SPORHAL DE KORF Sportdreef 8a, Sassenheim tel. 0252 - 22 40 87	SPORHAL DE TULP Jacoba van Beijerweg 118a, Voorhout tel. 2525 - 22 28 89
---	---	--	--

www.stiwa.nl

Bel voor info, zaalhuur of reserveringen 0252 - 21 55 94



Vuursteeglaan 9 - 2161 GD Lisse - tel. 0252 419 518

OPENDAG

zaterdag 7 januari 2017

van 13.00 tot 16.00 uur

Openingsdagen:
 van september t/m april
 maandag t/m dondag
 10.00-12.00 en 13.00-22.00
 vrijdag 10.00-12.00

*Docenten zijn
 aanwezig om vragen
 te beantwoorden*

*Informatie over
 NIEUWE
 cursussen*

*Inschroom op veel
 lopende cursussen*

**Kijk voor alle actuele
 informatie op:**

WWW.VOLKSUNIVERSITEIT-LISSE.NL

NIEUWS VAN DE COMMISSIE JEUGD ATLETIEK

Het winterseizoen is begonnen, iedereen is doorgeschoven naar de volgende groep. Voor de A2 pupillen was het een bijzonder wisseling, want zij namen afscheid van de pupillen en zijn vanaf nu junioren. Zoals altijd



werd dit speciale moment gevierd met de uitreiking van de Dick de Vroomen bokaal, een sportclinic. De enigszins overrompelde Luuk Pieterse (hè, het zou toch een meisje zijn..) kreeg uit handen van mevrouw de Vroomen de wisselbokaal, waarna de winnaar van vorig jaar Jarique Hazel de 'kleine' Dick de Vroomenbokaal aan Luuk mocht geven. Daarna ging Luuk op de schouders bij zijn leeftijdsgenoten. Na alle plechtigheden was het tijd voor de clinic van de winnaar. Luuk had als keuze een discus-clinic. Anthony Ott had hiervoor Pamela Kiel gevraagd. Zij is veelvoudig Nederlands Jeugd Kampioen kogelstoten. Daarnaast heeft ze ook veel aan discuswerpen gedaan. Pamela heeft samen met Anthony Ott een leuke en leerzame discus-clinic gegeven. De clinic werd in de kantine afgesloten met soep, broodjes knakworst en pannenkoeken.



's Avonds hebben de CD jeugd met alle trainers ook een gezellige avond gehad, waarbij de winnaars van de onderlinge nogmaals gehuldigd werden en afscheid werd genomen van de C2 atleten en Dennis Verhaar. Dennis heeft de afgelopen 25 jaar training gegeven aan de C atleten en wij zijn hem heel dankbaar voor al zijn inzet. De Spartaan mag trots zijn op zulke vrijwilligers. Tessa van Kesteren (oud Dick de Vroomen Bokaal winnares!) gaat de activiteiten van Dennis overnemen.

Tijdens de herfstvakantie werd het MIR weekend gehouden voor zowel pupillen en CD junioren. Het werd een dolle boel in Austerlitz. Bij de pupillen was de nacht kort, bij de CD werd deze zelfs overgeslagen. Dit had als gevolg dat één junior de maandag op school in slaap was gevallen.



Eindelijk was er weer een wedstrijd in de hallen van Onderwater. Vorig jaar konden we geen gebruik maken en het jaar daarvoor was de wedstrijd verschoven naar februari. Gelukkig kon Kees van Ruiten dit jaar weer een plekje in andere hallen dan voorgaande jaren regelen. Natuurlijk waren onze eigen leden massaal aanwezig, aangevuld met pupillen en CD junioren uit onze en aansluitende regio's. Het was een geslaagde wedstrijd, en het ziet ernaar uit dat het volgend jaar ook weer doorgaat.

Verder was op de laatste woensdag voor pakjesavond een spannende Pietentraining. Uiteraard verschenen enkele Pieten tijdens de training. Marga verzorgde de uitreiking van het puntenklassement en ook werden de beste verkopers van de Grote Club actie in het zonnetje gezet. Er zijn in totaal 1451 loten verkocht, een record! We kunnen dit geld goed gebruiken voor de activiteiten van volgend jaar (onder andere de Ouder-Kind wedstrijd, Paastraining en Zomerkamp).

Tenslotte heb ik een aantal vrijwilligers bedankt voor hun inspanningen voor de verschillende jeugdactiviteiten. Ouder, als u wilt helpen, ik kan nog altijd mensen gebruiken.

Veel plezier bij de komende activiteiten.



26 december 2016	CD/Pup	Kerstcross	Lisse
15 januari 2017	CD	CD Wintercircuit (Strandloop)	Langevelderslag
21 januari 2017	Pup	2 ^{de} Quatrocross	Leiden
18 februari 2017	Pup	3 ^{de} Quatrocross	Lisse
19 februari 2017	CD	CD Wintercircuit (Rangwegloop)	Lisse
11 maart 2017	Pup	4 ^{de} Quatrocross	Katwijk
26 maart 2017	CD	CD Wintercircuit (Coopertest)	Lisse
1 april 2017	CD/pup	Testwedstrijd	Lisse

Wim Bouma

Crossen door de bossen 30 oktober 2016



Een week eerder dan vorig jaar vond dit jaar de scholierenbosloop, omgedoopt tot 'Crossen door de bossen' in het Keukenhofbos plaats. De eerdere datum is gekozen vanwege het feit dat het nu op dezelfde dag kon als de bosloop van het wintercircuit. Dit alles in afstemming met andere lopen op de wedstrijdkalender.

Voor de organisatie betekende dit iets minder tijd om de scholen te benaderen en bekendheid te geven aan de loop. Dit leek in de eerste weken van oktober te resulteren in minder deelname, maar vooral de laatste week stroomden de aanmeldingen binnen. Uiteindelijk stonden er ruim 200 deelnemers op de lijst van voorinschrijvingen.

De organisatie en deelnemers van de bosloop (wintercircuit) moesten dit keer vroeg hun bed uit, want alles moest om 11.00 klaar zijn voor de eerste start van 'Crossen door de bossen'. Door de vele handen, die licht werk maken, lukte dit prima en waren deze beide lopen prima te combineren.

Anders dan voorgaande jaren startte de wedstrijd dit jaar met de middelbare scholieren. Daarna volgden ouders en docenten en als laatsten waren de basisscholieren aan de beurt. Het resultaat was dat het drukker bleef in het bos dan andere jaren. In dat opzicht dus zeker een verbetering. De loop voor ouders en docenten was weer 3 kilometer, ook dat bleek een betere keus dan de 5 van vorig jaar.

Uiteindelijk hadden we met na inschrijvingen zo'n 230 deelnemers, iets minder dan de 250 dan vorig jaar, maar als organisatie waren we dik tevreden. De reacties van deelnemers en toeschouwers waren vooral enthousiast, de prestaties waren mooi en het weer was prima! De grootste deelname kwam wederom vanuit de scholen uit Bennebroek (75 deelnemers). Dit is onder andere te danken aan de enthousiaste gymdocent Harry vd Meer, die uiteraard zelf ook weer meedeed. Hij kwam met de vraag of de loop volgend jaar niet beter in Bennebroek gehouden kan worden....Dat laten we natuurlijk niet gebeuren! Docenten en scholieren uit Lisse, ik daag jullie uit om volgend jaar met minimaal hetzelfde aantal inschrijvingen te komen!

Voor uitslagen en foto's staat een prachtig verslag op de site van De Spartaan. Dank aan iedereen die deze loop tot een succes heeft gemaakt. Speciale dank aan onze jeugdliden Bas, Twan, Michael, Jeremy, Jarique en Tijn voor de hulp bij het hazen, bezemen, uitdelen van de bidons, opletten bij de obstakels (strobalen) en allerlei hand- en spandiensten.

Verder groot respect en dank voor Peter Jonkheer (geen jeugdlid meer te noemen..), die nadat hij aan de bosloop had meegedaan nog bij bijna alle klassen met de laatsten heeft meegelopen. Klasse Peter, we weten je volgend jaar ook weer te vinden!

Mieke Aanen



PUPILLENNIEUWS

Het "sowieso" leuke weekend



Op 15 oktober was het weer zover: De Spartaan vertrok richting de Utrechtse bossen voor het pupillen kamp. Dit was het pupillen kamp voor de 6-11 jaar oude atleten.

Na aankomst in Austerlitz bij een grote barak in het bos, konden kinderen en leiding eerst hun slaappleats claimen. Dat was niet moeilijk, want er was ruimte voor meer dan 100 mensen en we waren met 35 pupillen en iets meer dan een dozijn staf en leiding.

Het begon allemaal met een kennismaking met de kinderen, leiding en staf natuurlijk. Alle kinderen werden over 5 groepen verdeeld. Aan ieder groepje was voor het hele weekend iemand van de leiding toegevoegd. Het kamp was verdeeld in meerdere spellen waarmee je punten kon verdienen. Natuurlijk met de bedoeling zoveel mogelijk punten voor je team bij elkaar te krijgen, zodat je ze op het eind in zou kunnen zetten bij de End Game. De kennismaking met het groepje was vooral snel de namen leren, want hierna begonnen we al snel met het eerste spel. Dit was een verkenningsspel, waarbij er blaadjes op bomen geplakt waren en verstoppt in ons eigen bosje achter het kamphuis.



Op deze blaadjes waren nummers, opdrachten en vragen geschreven, die de kinderen samen met de leiding moesten proberen te antwoorden. Dit ging prima en was een leuke start van het weekend. Hiernaast is de opdracht te zien van de groep "De panterwinnaars" met Andrea en Lianne.



Na een lunch die was klaargemaakt door ... weer een activiteit. Deze activiteit heette "rare sporten". Hieronder verstaan we: zwerkbal, chaosbal, mutsenvoetbal en een hindernisbaan; met z'n allen veel gelachen. Dit werd gevolgd door lekker wat tijd die de kinderen zelf in konden vullen en daarna het diner. Na het eten waren er nog een aantal spellen, waar je punten met je team kon scoren om hoger in het klassement te komen te staan. Dit waren levend bingo en casino. Hiernaast is een van de casino spellen te zien en Thijmen, die mutsenvoetbal aan het uitleggen is. Het was een zeer gezellige middag en avond. Als laatste activiteit voor het slapen gaan was er een kampvuur, waarbij alle kinderen lekker warm konden worden bij het vuur en gezellig konden kletsen. Dat was toen alweer het einde van dag één. Natuurlijk werd



er 's nachts 'overgelopen' en heeft niet iedereen 10 uur geslapen...

De tweede dag begonnen we met een ochtend gym. Dat viel een aantal kinderen toch best zwaar. Ze waren daarin niet de enigen want de leiding had het ook erg zwaar, die waren nog niet helemaal wakker om 8:00. Het programma ging verder en we kwamen bij het smokkelspel. Dit was een spel waar de kinderen naar allemaal posten moesten rennen zonder getikt te worden door de plops. Het was een leuk maar zeer vermoeiend spel.



Dit spel werd gevolgd door een aantal kaartspellen en daarna weer lunch.

Toen waren we alweer aangekomen bij het laatste spel: de End Game. Dit spel was een spel waarin de leiding en de staf tegen elkaar opdrachten moesten uitvoeren. De taak van de kinderen was om te raden wie er zou winnen en de punten in te zetten die ze eerder dit weekend hadden verdiend.

De uiteindelijke weekend winnaars, dus het team met de meeste punten na de End Game, waren "de Kaassouffles" met in hun team: Alex, Siphon, Bruno, Kaja, Nick, Wieke, Hilde en Ties. Het zal niet verbazen dat het een topweekend was en iedereen ging moe maar enthousiast naar huis.

Anneloes Pluimert

MIR pupillenkamp 15 en 16 oktober 2016



In het weekend van 15 en 16 oktober stond voor de pupillen een kamp op het programma in de Utrechtse bossen. Na een uur rijden vanuit Lisse stonden om 10 uur al de eerste auto's met kinderen op de stoep. Nadat de bedden waren geclaimd en de pupillen de laatste aanwijzingen kregen van hun ouders over vroeg slapen (wat natuurlijk niet gebeurde), kon het lang verwachte kamp eindelijk beginnen!

Om de onderlinge strijd tussen de kinderen te verhogen werden er 5

groepjes gemaakt, waar je alle spellen samen mee moest spelen. Bij elk spel kon je punten behalen die je weer kon inzetten bij de alles bepalende End-Game. Na een snelle kennismaking tussen leiding en kinderen was het tijd voor het eerste spel: het verkenningsspel. Bij dit spel hingen er door het bos blaadjes met vragen die de groepjes samen moesten beantwoorden. Dit spel was alleen nog maar om even in te komen, want er zouden nog vele leuke spellen volgen.

Na de lunch stond het tweede spel op het programma: rare sporten. Hierbij waren er verschillende 'sporten' die tegen andere teams gedaan moesten worden: mutsenvoetbal, zwerkbal, chaosbal en een hindernisbaan die afgelegd moest worden. Dit beviel de kinderen zeer goed. Volmaakt en napratend over de spellen keerden we terug naar ons blokhuis. Na snel nog een potje voetbal werd de tafel alweer gedekt voor het avondeten: overheerlijke macaroni met als toetje vanille vla.

Uitbundig begonnen de groepjes aan het avondprogramma. Eerst werd er gezellig met zijn allen een potje 'levend bingo' gespeeld, waarbij natuurlijk weer punten verdiend konden worden. Na een aantal keren een valse bingo, kon er uiteindelijk maar een winnaar zijn: de kaassoufflés. Met de volle 100 punten van het vorige spel konden zij, maar ook de andere groepjes, hun spaarpotten leegschudden voor een avondje casino waarbij er natuurlijk gegokt werd met grote bedragen van honderden euro's. Na een tweestrijd van teleurstelling en overwinning konden de kinderen samen buiten aan het kampvuur zitten, om vervolgens een uurtje later warm in hun bedjes te kruipen.



De volgende ochtend werden de kinderen vol vreugde wakker en stond er al meteen een ochtendgymnastiek op het programma waarna de kinderen een heerlijk ontbijtje kregen. Na het ontbijt was het alweer tijd voor het volgende spel: het smokkelspel. Dit is een spel waarbij de kinderen verschillende posten af moesten gaan om daar een kruisje te krijgen. Dit ging natuurlijk niet zomaar, onderweg moesten ze oppassen voor de familie kabouter ploep die in dat mooie bos woont. Zij konden de kinderen tikken en de kinderen moesten, bij twee keer getikt, weer helemaal opnieuw beginnen.

Het aller aller laatste spel was alweer aangebroken, the End-Game. Dit is een spel waarbij twee mensen van leiding en/of staf een duel tegen elkaar moesten doen. De groepjes konden hier de punten inzetten die ze bij eerdere spellen hadden gewonnen. Natuurlijk kan er maar één groepje de beste zijn en dat was het groepje 'de kaassoufflés'. Helaas komt er aan een geweldig kamp ook altijd een eind, want om vier uur in de middag was het alweer tijd om naar huis te gaan.

Alex van Noort

Verslagen van de kinderen:

Nadat eindelijk al de papa's en mama's weg waren, hebben we eerst onze bedden opgemaakt.

Hierna gingen we een verkenningsspel doen. Er waren door de leiding teams gemaakt en ons team heette de superkuikens.

Bij het verkenningsspel waren er in het bos en op ons clubhuis allemaal briefjes geplakt met vragen. Je moest met een dobbelsteen gooien en het aantal ogen dat je gooide was een vraag met soms een opdracht erbij.

Er was bijvoorbeeld een vraag: Hoeveel broertjes en zusjes zijn er mee op kamp? Je moest eerst de vraag zoeken, dus het nummer dat je had gegooid, daarna beantwoorden en als je dacht dat het goed was dan ging je terug naar het clubhuis voor een nieuwe vraag. Je kon punten verdienen met de goede antwoorden.

Hierna gingen we lunchen.

Na de lunch gingen we rare sporten doen. Dat waren bijvoorbeeld pettenvoetbal, een soort rugby spel met een pet op je hoofd en daarmee moest je naar de andere kant rennen en hem op de grond gooien. En het chaospel daarbij stonden er aan beide kanten 3 speren met een Vortex, een frisbee en een M&M bal en met die 3 dingen moest je tegen de speren aan gooien. Wie de meeste punten heeft wint.

Na de rare sporten was er vrije tijd en ging ik voetballen totdat we gingen eten.

Groetjes, Duncan en Kayleigh



Hoi, wij zijn Luuk en Julia, en wij zijn op MIR kamp geweest in Austerlitsch.

op zaterdagavond zijn we eerst levend bingo gaan doen. je had een **mega** bingo kaart en daarop moest je met je team allemaal voorwerpen die werden opgenoemd op de nummers leggen, daarmee kon je punten voor je team verdienen.

Na het levend bingo zijn we casinospel gaan doen.

Je kreeg een bakje met munten en daarmee kon je allemaal gokspelletjes doen zoals: roulette, de paardenrace, darten, een kaartspel waarvan we de naam niet weten, gokken met tafels (rekenen) en het lepelspel je had er puur geluk voor nodig, en de punten gingen ook naar je team.

en tot slot het kampvuur.

Jan heeft het kampvuur aangestoken en ging met zijn blote handen in de vonken die eraf kwamen, daarna heeft Jan een brandende stok gepakt en lampolie in zijn mond gedaan. hij hield de brandende stok voor zijn mond en spuwde de lampolie op de stok er kwam een enorme steekvlam daarna heeft hij een bal aan een touwtje gepakt en in brand gestoken en is hij ermee gaan zwaaien. Het kampvuur was best groot. en toen moesten we naar bed.

maar we zijn nog niet gaan slapen de meisjes zijn rustig spelletjes gaan doen en de jongens hebben een hele afterparty er van gemaakt en de meisjes ook.

uiteindelijk heeft om kwart voor vier iedereen eventjes geslapen.

Groetjes Luuk, Julia

Toen we zondagmorgen wakker werden, begonnen we met de ochtendgym. En toen gingen we ontbijten. We hadden heel even een pauze en we gingen onze hutten in het bos verder afmaken. Daarna begonnen we met het smokkelspel. je moest door het bos rennen en posten zoeken zonder dat je werd getikt door de Kabouter Ploppen. Later die dag gingen we kaartspelletjes doen en we hebben er veel van geleerd J. Het was erg gezellig op kamp en we willen zeker nog een keer.

Groetjes van Raemon (a1) en Hilde (a2)



ENDGAME!

Bij het MIR kamp hadden we heel veel spelletjes gedaan. Je had een team waar je spelletjes tegen andere teams speelde. Voor elk spel kreeg je punten. Met het laatste spelletje kon je je punten verhogen. De Endgame! Er waren telkens 2 mensen die tegen elkaar strijden met telkens andere opdrachten. Een paar opdrachten zijn: zo snel mogelijk een ringetje rond om de appel bijten ieder had 3 appels wie het snelste was had gewonnen (Jan en Richard), zo snel mogelijk 3 keer 6 dobbelen (Marga en Andrea), een fles op de tafel gooien en proberen hem rechtop te krijgen (Lianne en Anneloes), zoveel mogelijk spekjes in je mond stoppen als het niet meer paste in je mond dan had je verloren (Alex en Andrea). Je kon telkens punten inzetten op wie je dacht dat won. Als je het dan goed had kreeg je er punten bij. Als je het fout had dan was je je punten kwijt. Zo kon je meer punten verdienen of juist verliezen.



Mijlan en Wieke

Luuk Pieterse ontvangt de Dick de Vroomen bokaal 2016



Vrijdag 28 oktober werd voor de 14e keer de Dick de Vroomenbokaal uitgereikt. Een grote groep A2 pupillen stond vol spanning te wachten op de bekendmaking van de 'winnaar' van deze bokaal. De Dick de Vroomen Bokaal kun je niet winnen, zoals je een normale beker of medaille kunt winnen tijdens een wedstrijd, waarbij het gemeten resultaat bepalend is. Deze prijs wordt uitgereikt aan die pupil, die bij de trainers is opgevallen, niet door prestaties, maar hoe iemand op de trainingen is en in de groep staat. De prijs is niet alleen een waardering voor de pupil, maar vooral een stimulans om als D-junior op dezelfde enthousiaste wijze met de atletiek door te gaan. Dit jaar was de keus makkelijk. Niet dat er zo weinig kandidaten waren, maar omdat deze atleet zich wel heel veel had ingezet. Zo liep hij rond met waterkannen bij diverse wedstrijden en wilde zelfs al jurylid worden. We zijn als Spartaan bijzonder trots dat we zo'n geweldige enthousiasteling als Luuk Pieterse bij de jeugd hebben.

De enigszins overrompelde Luuk kreeg uit handen van mevrouw De Vroomen de wisselbokaal, waarna de winnaar van vorig jaar Jarique Hazel de 'kleine' Dick de Vroomenbokaal aan Luuk mocht geven. Daarna ging Luuk op de schouders bij zijn leeftijdsgenoten.

Na alle plechtigheden was het tijd voor de clinic van de winnaar. Luuk had als keuze een discus-clinic. Anthony Ott had hiervoor Pamela Kiel gevraagd. Zij is veelvoudig Nederlands Jeugd Kampioen kogelstoten. Daarnaast heeft ze ook veel aan discuswerpen gedaan. Pamela heeft samen met Anthony Ott een leuke en leerzame discus-clinic gegeven. De clinic werd in de kantine afgesloten met soep, broodjes knakworst en pannenkoeken. Na afloop kwam Joost Valk en Levi van der Geest langs om zich even voor te stellen. Iedereen heeft zin om volgende week bij de D's te trainen. Veel succes bij de junioren!

Wim Bouma voorzitter CJA



Hoi, ik ben Luuk en ik heb de Dick de Vroomen bokaal gewonnen.

Aan het begin van de training was het heel spannend wie het zou gaan worden iedereen zat te stuiteren van opwindning.

Maar toen ging het net van de discuskooi omhoog ik had al rondgevraagd wat voor clinic iedereen ging kiezen maar niemand had discuswerpen toen had ik een flauw vermoeden dat ik het kon zijn. Toen Wim zijn praatje hield en allemaal dingen over die persoon die het was geworden vertelde begon ik te glunderen ik had er geen woorden voor. Daarna moest ik ook op de foto. Toen dat was geweest kwamen al mijn vrienden naar voren en tilden zij me in de lucht, maar dat vond ik eng dus zetten ze mij weer neer.

Daarna kwam de clinic. De clinic werd gegeven door Pamela Kiel we gingen discuswerpen. Maar eerst de warming-up, die bestond uit 20 of 30 seconden een oefening doen en dan een paar seconden rust daarna gingen we echt aan de slag werpen, werpen en nog eens werpen. Op het eind kreeg ik de oude discus van Pamela daar ben ik heel blij mee.

Toen gingen we eten. Pannenkoeken en broodjes knakworst heerlijk en Levi probeerde natuurlijk 2 pannenkoeken tegelijk in zijn mond te proppen.

Ik kreeg ook nog een mok met Spartaantopper erop en snoep erin. (de helft heb ik aan Jan gegeven)

Ik kijk nog graag terug op een hele leuke avond._



Indoor Onderwater zaterdag 19 november 2016

Hallo ik ben Ferre en ik ben zes jaar.
Op 19 november heb ik mijn eerste wedstrijd gedaan. Het was heel dicht bij mijn huis dat was handig. Mijn opa kwam ook kijken.
Ik heb op de wedstrijd drie onderdelen gedaan, sprinten, hoogspringen en balstoten. Het leukste vond ik sprinten, want ik hou van rennen. Mijn mama zei dat ik heel geconcentreerd keek maar wel met een grote lach op mijn gezicht.
Op naar de volgende wedstrijd!

dag Ferre Warmerdam (Mini)

Hoi Spartaan, ik ben blij met mijn prijzen die ik dit jaar heb gekregen. de onderdelen tijdens de indoor bij onderwater vond ik erg leuk. ik heb hoogspringen gedaan, sprinten, balstoten en 600m hardlopen. Ik heb de derde prijs gewonnen daarom vind ik atletiek heel erg leuk en ben ik blij dat ik erop zit.

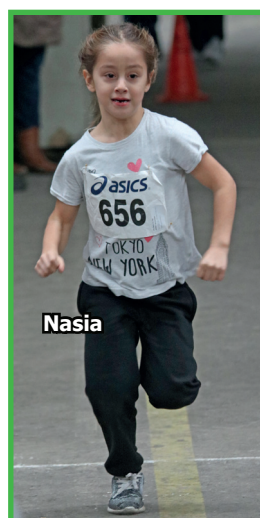
Liefs, Isa Philipse (MPC)

Zaterdag 19 November heb ik meegedaan met de wedstrijd.
Het was de eerste keer dat ik meedeed. Ik moest 3 keer rondjes rennen. En ook hoogspringen.
Ik heb een zilveren medaille gewonnen!
Het was heel leuk!
Ik wil voor altijd meedoen.

Nasia Chaidas (Mini)

Ben van Dorsselaer (JPC) zegt:

Het toernooi was super de puper. Bij de sprint was ik 2 x derde geworden. Het hoogspringen was best leuk.
Bij het bal stoten moest je de bal nat maken, dan zag je een afdruk op de vloer. Ik deed de bal kopje onder.
Na de 600 meter was ik kapot, ik voelde mijn benen niet meer. Ik vond dit het leukste onderdeel.
In totaal was ik zevende.



Ik heb een hele gezellige dag gehad met mijn vriendin Tessa. We waren in onze groep maar met zijn tweeën, het voordeel hiervan was dat we allebei een prijs hebben gekregen.
De 600mtr vond ik een beetje te lang, twee rondjes was voor mij wel genoeg geweest. De 600mtr hebben we samen de jongens gelopen, was wel leuk om sneller dan een paar jongens te rennen. Hoogspringen ging een beetje te snel achter elkaar ik was namelijk later omdat ik eerst geschaatst had. Toch zal het leuker zijn als er meer kinderen van onze groep meedoen.
Dus pupillen graag alvast inschrijven voor volgend jaar, ik ben er zeker weer bij.

Groeten, Jill Munsterman (MPB)

Ik zit nu een maand op atletiek en was nieuwsgierig of ik een wedstrijd leuk zou vinden, daarom deed ik met een mee. Sprinten vond ik het leukste om te doen, het was heel spannend wie er zou winnen, we kwamen met zijn vieren gelijk over de finish. De 600 meter vond ik heel vermoeiend. Het hoogspringen ging veel beter dan ik van tevoren dacht. Volgende keer doe ik weer mee!

Daan Arens (JPB)



Jury tijd en aankomst

Om 9 uur gingen mama en ik richting de Onderwater hallen. Daar moest ik om 9.30 uur zijn voor de warming up. Gelukkig was het niet zo koud als de vorige keer. Het was nu lekker om te sporten.

We moesten kogelstoten, 50 m sprinten, hoogspringen en 600m. Het sprinten en de 600m gingen best goed en lekker. Lange afstand is niet mijn favoriet, maar het ging nu voor mij best goed. Helaas ging het hoogspringen niet zo goed, ik haalde mijn PR niet (en daar had ik wel op gehoopt).

Aan het einde van de ochtend was ik 6^e geworden. Het was een sportieve, gezellige ochtend. Nu wachten op de QuatroCrossen!

Groetjes Colin Groenendijk (JPA1)

Hallo ik ben Imke en zit in de A2 van de meisjes.

Ik was bij wedstrijd Onderwater, dat was mijn eerste wedstrijd maar alsnog heel leuk. Ik zit in de A2 van de meisjes en ben uiteindelijk 6e geworden, waar ik trots op ben. Dat komt vooral omdat ik nieuwe records heb neergelegd bijvoorbeeld bij 50 meter sprint, waar ik de tijd 8,7 heb gelopen. We hadden ook nog andere onderdelen, 600 meter, hoogspringen en kogelstoten horen daar bij. Kogelstoten vind ik het lastigste die kogel ver krijgen, dat lukt me echt niet. daar oefen ik nog het meeste mee. Daarna vind ik hoogspringen het moeilijkste onderdeel, de 600 meter vind ik ook nog wel een beetje moeilijk maar niet zo erg. Al is mijn uithoudingsvermogen niet zo goed. Het leukste vind ik de sprint. Ik vond het heel spannend aan het begin, maar als je eenmaal bezig bent denk je daar helemaal niet meer aan, dan vind je het alleen nog maar leuk. Sommige kinderen zijn fanatiek, maar ik niet. Als ik niet win, dan denk ik gewoon volgende keer beter, het is niet erg als je niets wint, als je er maar lol in hebt (maar je moet wel je best doen). Dat had ik dus bij wedstrijd Onderwater. Kortom het was super leuk en gaaf. Ik raad het iedereen aan.

Vriendelijke groet, Imke van Kaam (MPA2)

Ik wou heel graag mee doen met de wedstrijd. Het was lang geleden dat ik mee deed met een wedstrijd. Het begon om 11:00 uur het was klaar om 14:00 uur. Het was op zaterdag negentien november. Er waren in mijn groep 6 kinderen. En we hebben 4 onderdelen gedaan.

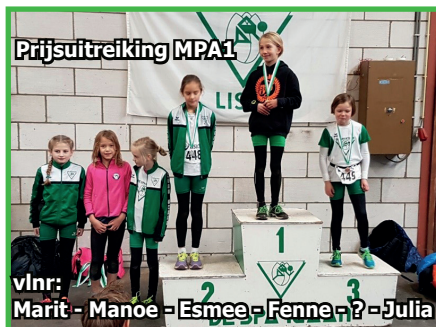
We begonnen met kogelstoten de kogel was 2 kilogram. Daarna gingen we 50 meter lopen ik was derde bij het 50 meter lopen.

Toen gingen we hoogspringen 95 centimeter was mijn record. En tenslotte gingen we 600 meter lopen ik was tweede geworden en het was heel zwaar. Bij de uitreiking was ik vijfde geworden. Mijn aantal punten waren 1275. Ik vond het heel leuk, ik wil de volgende keer weer mee doen.

Groetjes van Manoe Heemskerk (MPA1)

Om 09:30 moesten wij bij de Bollenschuren waar de wedstrijd heeft plaatsgevonden zijn. Om 10:00 begonnen we echt met de wedstrijd. Jongens A2 begonnen met 600 meter lange afstand, daarbij moesten wij door drie zalen een heel rondje rennen ongeveer. Daarna hadden wij kogelstoten met **NATTE** kleine ballen want je kan dan op de betonnen vloer de afdruk zien, dat voelde niet lekker in je nek. Later op de dag hadden wij 50 meter sprint uit de startblokken en het was zo voorbij. Als laatste onderdeel hadden wij hoogspringen, sommigen kwamen wel tot de **1,30** dat is echt niet te doen!! Als laats hadden we de prijs uitreiking, jammer genoeg was ik daar niets bij. Het was een leuke wedstrijd!!

Nick Koets (JPA2)



Uitslagen Indoor Onderwater

#	JPA1	50m	600m	Kogel	Hoog
1	Boele Böhm	8,5	02:15.7	6,17	1,1
2	Luuk van den Berg	8,5	02:15.4	6,02	1,1
4	Duncan Arrachart	9	02:37.2	5,73	1
5	Robin Trap	9,1	02:37.0	4,94	0,95
6	Colin Groenendijk	8,6	02:49.5	5,14	0,9
#	JPA2	50m	600m	Kogel	Hoog
1	Ryan Bootsma	8,4	02:26.9	6,25	1,3
2	Tim Philipse	8,7	02:25.1	6,28	1,3
3	Finn Leukel	8,4	02:29.9	6,53	1,2
4	Youri Feijt	8,6	02:20.0	6,41	1,15
5	Raemon Baak	9	02:29.0	4,65	1,1
6	Yvo van der Poel	9,3	02:36.0	4,93	1,05
7	Teije van Schaik	9	02:35.5	4,75	0,95
8	Rens van Haaster	9,4	02:39.4	4,8	0,95
9	Nick Koets	9,2	02:37.6	5,25	0,85
10	Thijs Oudshoorn	9,8	03:10.3	4,53	1,05
11	Ennio Giltay Veth	9,4	02:48.6	4,01	0,8
12	Wout Vermeij	10,6	02:47.3	4,59	0,9
#	JPB	50m	600m	Kogel	Hoog
1	Thijs Berger	9	02:25.5	5,41	0,95
2	Ties Zijderduijn	8,9	02:37.7	4,22	1
3	Valentino Clemens	8,8	02:36.6	4,48	0,9
4	Ties Den Elzen	9	02:30.0	4,6	0,8
5	Daan Arens	9,4	02:52.3	4,32	0,95
6	Wess Waasdorp	9,2	02:42.0	4,23	0,8
8	Bob Roest	9,2	DNF	3,55	0,85
#	JPC	50m	600m	M-bal	Hoog
4	Siebe Holleman	9,5	02:36.8	3	0,9
5	Sebastiaan Pluimert	9,4	02:34.4	2,79	0,8
6	David Kaptein	9,3	02:36.1	3,08	0,65
7	Ben van Dorsselaer	11,1	02:43.5	2,69	0,65

#	MPA1	50m	600m	Kogel	Hoog
2	Fenne Kauffman	8,5	02:27.5	5,36	1
3	Julia Pieterse	8,4	02:27.2	5,42	0,95
4	Esmee Lommerse	9	02:30.6	4,14	1,05
5	Manoe Heemskerk	9	02:27.0	4,61	0,95
6	Marit Hoozeveen	8,9	02:38.2	4,07	1
#	MPA2	50m	600m	Kogel	Hoog
1	Gioia Remkes	9	02:18.7	6,84	1,1
2	Jarit van der Ven	8,6	02:29.8	6,88	1,1
5	Maud van Noort	9,1	02:23.8	4,77	1,15
6	Sofie Heidinga	8,9	02:29.5	5,71	1,05
7	Imke van Kaam	8,7	02:24.0	4,27	1
8	Isa Kovács	8,6	02:42.7	4,71	1,1
9	Guusje Scheffer	9,4	02:28.3	3,66	0,85
#	MPB	50m	600m	Kogel	Hoog
1	Tessa Verhoeven	9,5	02:46.2	3,58	0,85
2	Jill Munsterman	9,6	02:47.4	2,71	0,65
#	MPC	50m	600m	M-bal	Hoog
2	Milou Heidinga	10,1	02:39.7	2,62	0,85
3	Isa Philipse	9,6	02:46.2	3,04	0,75
5	Rosanne Bruggeman	10,5	03:01.7	3	0,8
#	Mini	50m	600m	M-bal	Hoog
1	Lindsey Clemens	9,4	02:35.0	2,65	0,85
2	Nasia Chaidas	9,6	02:36.6	2,44	0,8
3	Reina Böhm	9,7	02:53.0	2,73	0,75
#	Mini	50m	600m	M-bal	Hoog
2	Ruben Noordermeer	10,8	03:20.4	2,89	0,7
3	Ferre Warmerdam	10,3	DNS	2,17	0,65
4	Ben Otte	10,8	03:25.4	2,13	0,7
5	Siem Den Elzen	11,1	03:09.4	2,31	0,6

Voor meer foto's zie: <https://www.flickr.com/photos/147120479@N03/albums/72157676869513105>

De Spartaan 50 jaar op zomerkamp

In 2017 is het 50 geleden dat de Spartaanjeugd voor het eerst op zomerkamp ging.



Ter gelegenheid van deze mijlpaal gaan wij in 2017 op onze eigen baan een kamp organiseren. Dit kamp zal gehouden worden van **zaterdagmiddag 12 augustus 2017 t/m donderdagmorgen 17 augustus 2017**. Het kamp staat open voor kinderen geboren in de jaren **2005 t/m 2011**.

Noteer deze data alvast in uw agenda zodat u er rekening mee kunt houden met het plannen van uw vakantie in 2017.

Wordt vervolgd....

Marga Kortekaas





DE ENGEL

restaurant • café • hotel • zalencentrum

*Een familiebedrijf waar gastvrijheid en goede service
nog vanzelfsprekend zijn.*

Heereweg 386 • 2161 DG Lisse • T (0252) 21 18 80 • www.restaurant-de-engel.nl

SCHILDERSBEDRIJF

van Noort & Verkerk



Botterstraat 16
2162 LA Lisse

Tel. 0252 416 866
E-mail: vannoortenverkerk@hetnet.nl

Gusti de Schipper grafische vormgeving



- > grafische vormgeving
- > e-mail marketing & webredactie
- > dtp & freelance vormgever



06 - 53 94 36 67



www.gustideschipper.nl



firma zandvliet en zn.

Timmer-, aannemingsbedrijf
en Houthandel



Werkplaats en winkel
Haven 18, 2161 HK Lisse
Telefoon: (0252) 4135 59

Email: mail@zandvlietlisse.nl
www.zandvlietlisse.nl



DREIJER OPTIEK

Alles voor ogen!

Kanaalstraat 25-27 Lisse Tel. 41 59 92

BOEKESTEIN

Fysiotherapiepraktijk

Acupunctuur

Revalidatie en sporthervatting

Hans Boekestein

Wendy den Elzen

Lisette Wesselman en Steven Kalkman

Kapelstraat 5a, 2161 HD Lisse

Tel. 0252 - 41 29 34

www.boekesteinfysio.nl

www.facebook.com/boekensteinfysiotherapie

BRIL

Jant

www.bril-jant.nl

info@bril-jant.nl

www.avdespartaan.nl

Eindstand Spartaan pupillenpuntenklassement 2015/2016

Tijdens de pietentraining zijn de bekens uitgereikt van het puntenklassement van het afgelopen wedstrijdseizoen 2015/2016. Sinterklaas had zelfs 2 van zijn pieten gestuurd om de bekens persoonlijk aan de kinderen te overhandigen. Helaas waren niet alle prijswinnaars aanwezig. Deze jongens hebben hun gewonnen beker inmiddels uitgereikt gekregen op de eerstvolgende woensdagmiddagtraining. Elke keer blijkt maar weer dat iedereen, of je nu talent hebt of niet, zo'n beker kan winnen. Hoe je punten voor dit Spartaanklassement kunt verzamelen staat op blz. 35. Dus: het nieuwe wedstrijdseizoen meedoen aan wedstrijden en wie weet ben jij volgend jaar wel winnaar van zo'n mooie beker.

Mini pupillen Jongens		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Siebe Holleman	20	18	1	28	67
2	David Kaptein	12	18	2	26	58
3	Ben van Dorsselaer	12	18	2	24	56
4	Storm Lingbeek	6	14	1	4	25
5	Max Loefts	4	13	0	0	17
6	Jakub Jurczyszyn	4	6	0	0	10
7	Roelf Sienot	2	7	0	0	9
	Julian van Eijndt	2	7	0	0	9
	David Dwyer	2	7	0	0	9
	Sebastiaan Pluimert	2	7	0	0	9
	Wesley Warmerdam	2	7	0	0	9
	Amine Et-tadmouti	2	7	0	0	9
	Valentijn Wiering	2	7	0	0	9
	Ben Otte	2	7	0	0	9
	Stijn van Wolfswinkel	2	5	0	0	7
C pupillen Jongens		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Ties Zijderduijn	20	19	3	18	60
2	Thijs Berger	18	19	0	16	53
3	Valentino Clemens	16	15	1	14	46
4	Wess Waasdorp	12	15	0	8	35
5	Thijs van Wetten	6	7	0	0	13
6	Ties den Elzen	2	7	0	0	9
	Jesse Torrisi	2	7	0	0	9
	Thijmen Rosenbrand	2	6	0	0	8
B pupillen Jongens		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Boele Böhm	24	20	4	18	66
2	Robin Trap	22	19	0	20	61
3	Thijs Paddenburg	18	19	3	12	52
4	Duncan Arrachart	18	19	1	10	48
5	Luuk van den Berg	16	16	2	12	46
6	Colin Groenendijk	12	16	2	12	42
7	Florian Bloemheuvel	10	17	2	4	33
8	Kuno vd Loo	2	7	0	0	9
A1 pupillen Jongens		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Youri Feijt	26	19	0	28	73
2	Raemon Baak	24	19	5	22	70
3	Wout Vermeij	22	18	2	26	68
4	Tim Philipse	24	19	3	20	66
5	Finn Leukel	24	19	4	16	63
6	Ryan Bootsma	20	19	0	12	51
7	Sipho Diderik	16	18	2	12	48
8	Dani Dijkstra	10	19	2	14	45
9	Jasper Stokman	16	17	1	8	42
	Moreno Seijssener	12	19	1	10	42
10	Thijs Oudshoorn	16	10	3	6	35
11	Rens van Haaster	6	15	0	8	29
12	Ennio Giltay Veth	6	15	0	6	27
13	Siebe van Leeuwen	6	12	0	4	22
14	Mersin Rashidov	2	6	0	0	8



A2 pupillen Jongens		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Symen Grimbergen	24	19	3	20	66
1	Michalis Analytis	24	19	1	22	66
2	Vincent Franken	24	19	1	14	58
2	Menno Willems	14	19	1	24	58
3	Alje Stip	18	18	2	18	56
4	Luuk Pieterse	22	19	1	12	54
5	Nick Duinkerken	20	15	2	6	43
6	Cas Werter	16	14	2	6	38
7	Morris Jager	10	16	1	6	33
8	Bruno Bangu	4	13	0	0	17
9	Jari Langelaan	6	6	0	0	12
10	Kasper Nelis	2	7	0	0	9
11	Mike Bruggeman	2	6	0	0	8
Mini pupillen Meisjes		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Milou Heidinga	20	18	5	28	71
2	Isa Philipse	14	19	6	26	65
3	Michelle Gilissen	10	16	1	14	41
4	Lindsey Clemens	10	15	0	8	33
5	Valerie Willemsen	12	7	0	2	21
6	Reina Böhm	2	7	0	0	9
	Kayleigh Arrachart	2	7	0	0	9
	Robine Rosenbrand	2	7	0	0	9
	Rosanne Bruggeman	2	6	0	0	8
C pupillen Meisjes		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Tessa Verhoeven	22	19	3	28	72
2	Emma Ouwehand	16	16	3	6	41
3	Amber Nuis	4	13	0	0	17
4	Zoë Llewellyn	4	7	0	0	11
5	Evi Bakker	2	7	0	0	9
	Jill Munsterman	2	7	0	0	9
	Kiki Lugtenberg	2	7	0	0	9
B pupillen Meisjes		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Julia Pieterse	22	20	2	14	58
1	Marit Hoozeveen	22	19	1	16	58
2	Esmee Lommerse	20	19	2	14	55
3	Eva de Jong	12	19	5	16	52
4	Fenne Kauffman	12	18	1	8	39
5	Senna Opdam	4	9	1	6	20
6	Phileine Godefrooi	2	7	0	0	9
7	Manoe Heemskerk	2	4	0	0	6
A1 pupillen Meisjes		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Sofie Heidinga	26	19	6	24	75
2	Jarit van der Ven	24	17	1	20	62
3	Isa Kovács	18	19	0	14	51
4	Maud van Noort	12	18	2	18	50
5	Gioia Remkes	14	13	0	6	33
6	Steffanie Gilisen	14	15	0	2	31
7	Linde van Mieghem	6	7	1	0	14
A2 pupillen Meisjes		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Hilde Baak	24	19	1	22	66
2	Mijlan Nieuwenhuisen	20	16	4	10	50
2	Cassandra Koopman	20	18	0	12	50
3	Kaja van den Berg	20	16	1	10	47
4	Anouk van der Meer	10	19	0	12	41
5	Paris Duivenvoorden	16	8	0	12	36
6	Rosa Meurs	14	15	0	2	31
7	Elke Faas	6	15	0	8	29
8	Tessa de Visser	6	16	0	2	24
9	Lois Sturkenboom	2	7	0	0	9



Van de inmiddels D-junior geworden Michalis het volgende verslag:

Het was dit jaar een spannende strijd tussen 5 jongens. Vooral bij de Marga Kortekaas spelen maakte we allemaal nieuwe records en dus veel punten. Uiteindelijk was het heel spannend tussen 2 jongens. Volgens het clubblad zaten we dicht op elkaar daarom is het heel leuk dat we allemaal een beker hebben gehaald. Symen en ik zijn eerste, Menno en Vincent tweede en Alje derde. Ik ben echt heel blij met mijn eerste prijs.

Michalis Analytis (JPA2)

TOP-5 PUNTENVERZAMELAARS

JONGENS:

1. Youri Feijt A-1	73
2. Raemon Baak A-1	70
3. Wout Vermeij A-1	68
4. Siebe Holleman Mini	67
5. Boele Böhm B	66
Symen Grimbergen A-2	66
Michalis Analytis A-2	66



MEISJES:

1. Sofie Heidinga A-1	75
2. Tessa Verhoeven C	72
3. Milou Heidinga Mini	71
4. Hilde Baak A-2	66
5. Isa Philipse Mini	65

REGLEMENT PUPILLENKLASSEMENT

De Spartaan houdt voor haar pupillen al jaren een eigen puntenklassement bij. Vooral voor de ouders van nieuwe leden zetten we alle regels nog een keertje op een rij:

Doel:

- De kinderen meer bewust te maken van hun eigen prestaties (en van anderen).
- Stimuleren van kinderen om eigen prestaties te verbeteren.
- Minder getalenteerde atleetjes de mogelijkheid geven om ergens te scoren.
- Stimuleren van de pupillen om aan wedstrijden deel te nemen.

Binnen het puntenwaarderingssysteem kunnen de kinderen op verschillende manieren punten verdienen, die allemaal meetellen in het eindklassement.

- Deelname aan een wedstrijd: 2 punten
(ouder / kindwedstrijd telt niet mee).
- Evenaren van een persoonlijk record: 1 punt
- Verbeteren van een persoonlijk record: 2 punten
Daar de bij boslopen (quatrocross) gelopen afstanden nooit helemaal gelijk zijn, kan er bij deze wedstrijden alleen door deelname punten worden verdiend!
- Onderdeel voor de eerste keer gedaan: 1 punt



Van ieder kind wordt per wedstrijd het aantal behaalde punten bijgehouden. Aan het eind van het jaar zal een totaalklassement worden gemaakt. Aan de hand hiervan wordt er binnen iedere categorie een beker voor de nummers 1, 2 en 3 uitgereikt.

Het leuke van dit systeem is dat alle kinderen, ongeacht de hoogte van hun prestaties, mee kunnen dingen naar de eerste plaats. "Deelname aan" en het "Verbeteren van de eigen prestatie" staat namelijk centraal.

De tussenstanden zullen op twee manieren aan jullie bekend worden gemaakt.

- In het clubblad zal regelmatig een overzichtje verschijnen.
 - Op De Spartaansite op internet onder het kopje jeugd zal een overzicht te zien zijn van alle pupillen.
- Het adres is: www.avdespartaan.nl

Wij hopen op deze manier het wedstrijdgebeuren voor alle kinderen uitdagend en spannend te houden.

NB: naast ons eigen puntenklassement is er ook nog een ZHM puntenklassement. Dit klassement wordt niet door onze vereniging bijgehouden maar dit doet de organisatie van de ZHM competitie zelf.



Overzicht indeling groepen:

Mini's	kinderen geb. 2010/2011
C-pupillen	kinderen geb. 2009
B-pupillen	kinderen geb. 2008
A1-pupillen	kinderen geb. 2007
A2-pupillen	kinderen geb. 2006

Pietentraining woensdag 30 november 2016

Ik zit nog maar net op atletiek. Dus ik had extra veel geluk dat het nu al Pieten atletiek was.

We moesten allemaal gekke dingen doen. Bijvoorbeeld pittenzakjes in de schoorsteen gooien. En ook nog ringen in het wandrek gooien en om een paal heen.

Er waren ook 2 Pieten op bezoek. Ik weet niet of het atletiek pieten waren, maar ze waren er wel heel goed in.

We kregen lekkere pepernoten, dus het was een leuke dag..

groetjes, Meike Zenden (Mini)



Bijdrage van Lilian van der Ent, 9 jaar (MPA1)

We hebben woensdag met de pietentraining 4 spellen gedaan:
Spel 1: We gingen op de banken lopen en een pittenzakje uit de bak pakken en proberen in die andere bak te gooien en wie de meeste punten heeft, wint.

Spel 2: Er zijn 3 matten. Dan moet je de achterste mat pakken en die als de voorste neerzetten en dan steeds door totdat je bij de overkant bent. Wie als eerste bij de overkant is, heeft gewonnen.

Spel 3: We hebben een grote bal in het spel en dan heb je twee teams en dan gaan ze met z'n allen op die bal proberen te gooien met mini ballen en als ze bij het vak van de andere zijn dan hebben die kinderen verloren.

Spel 4: Omhoog klimmen en dan proberen een ring om de paal te gooien. Wie de meeste ringen om de paal heeft gedaan, heeft gewonnen.

Dit is geschreven, dit is gedaan Lilian is en blijft voor altijd mijn naam!

De pietentraining in de gymzaal was heel leuk.

De onderdelen waren : je moest met je team twee matten naar de overkant krijgen zonder dat een iemand van je team van af viel. Een parcours: je klom eerst omhoog daarna moest je over de balk dan sprong je van de kast en gooide je een pittenzak in de korf. Ring werpen en balstoten.

Er waren ook 2 zwarte pieten. Die deden gezellig mee. En aan het einde werd er ook het puntenklassement uitgereikt. Bij de jongens was het Youri, Raemon en Wout. Bij de meiden was het Sofie, Jarit en Isa . Die 6 kinderen kregen een mooie beker gevuld met pepernoten. De rest kreeg natuurlijk ook pepernoten.

Leon van der Geer (JPA2)



Pietentraining was erg leuk omdat je veel mocht klimmen. De pieten waren grappig want ze bleven maar pepernoten en snoepjes geven.

Dan nu wat ik heb gedaan, we deden alles met een groepje. We moesten over kasten lopen, balanceren en de matten naar de overkant brengen zonder de grond te raken. Ook moesten we klimmen en van boven een ring over een paal heen gooien. Aan het eind gaven de pieten nog meer pepernoten.

Tot de volgende keer Jurre Dijkstra (JPA2)

Dit was mijn eerste Pieten training bij De Spartaan en het was hartstikke leuk omdat je de indruk kreeg als een echte piet over de daken te lopen en op daken te klimmen en je kreeg pepernoten.



We moesten proberen om pittezakjes in de schoorsteen te doen.

Er waren twee echte Pieten en die strooiden pepernoten die we de hele tijd mochten opeten. Ik heb alweer heel veel zin in de Pietentraining van volgend jaar.

Teije van Schaik (JPA2)



Vanaf 1 oktober werden de clubloten weer verkocht. En dat heeft dit jaar geresulteerd in een record aantal verkochte loten: 1451 stuks. Daar zijn wij heel blij mee!! Heel veel dank voor jullie inzet!

De loten zijn verkocht met afrekening per automatische incasso, zodat de kinderen niet met contant geld over straat hoeven. De loten kosten 3,00 euro per stuk, waarvan 2,40 euro terugvloeit in de clubkas.

Ieder jaar wordt van de opbrengst een besteding gezocht ten behoeve van de kinderen van De Spartaan. Volgend jaar wordt er een meerdaags Zomerkamp in Lisse gehouden in augustus. Een deel van de opbrengst van de Grote Clubactie 2016 komt ten goede aan dit kamp. Maar ook de huur van het opblaaskasteel bij de Ouder-Kind wedstrijd en andere evenementen voor de kinderen krijgen een bijdrage uit de opbrengst van de Grote Clubactie.

De trekking van de winnende lotnummers is op 8 december en de lotnummers staan op de rekeningafschriften van de kopers. De vijf kinderen die de meeste loten hebben verkocht hebben inmiddels een prijs op de Pietentraining ontvangen. Dit zijn:

Phileine Godefrooi 43, Fabienne van Duijn 40, Loïs Sturkenboom 33, Guusje Scheffer 32 en Amber Nuis 30. Daar is ook Jessica Jonker in het zonnetje gezet. Jessica heeft alle verkochte loten via internet verwerkt en dat is een hele klus. Klasse Jessica!

Zijn er nog vragen, dan beantwoord ik die graag.

Vriendelijke groet, José Elfering, Secretaris Commissie Jeugd Atletiek

2e Hands Kleding

Bent u op zoek naar of heeft u 2e hands Spartaankleding, neem dan contact op met Sandra Bouma: sanb@xs4all.nl

NIEUWE TRAININGSTIJDEN WINTERSEIZOEN 2016-2017

BINNENTRAINING WOENSDAG

14.30 - 15.30 uur - jongens en meisjes geboren 2011/2010/2009 o.l.v. Marga, Theo, Tanja, Anneke
15.45 - 16.45 uur - jongens en meisjes geboren 2008/2007 o.l.v. Marga, Theo, Tanja, Anneke, Lenie
17.00 - 18.00 uur - jongens en meisjes geboren 2006 o.l.v. Marga, Theo, Lenie, Nancy

Trainingen worden gegeven in de Gymzaal van het IKC de Bollenstreek aan de Ruishorlnlaan 27 te Lisse.

Laatste binnentraining woensdag 22 februari 2017

BUITENTRAINING BAAN VRIJDAG

17.00 - 18.15 uur - jongens en meisjes geboren 2008/2007/2006 o.l.v. Jan, Lianne, Inge, Annemijn, Rachel, Joël, Lara

Overzicht indeling groepen per 1 november 2016:

Mini-pupillen jongens en meisjes geboren 2011/2010
C-pupillen jongens en meisjes geboren 2009
B-pupillen jongens en meisjes geboren 2008
A1-pupillen jongens en meisjes geboren 2007
A2-pupillen jongens en meisjes geboren 2006

Activiteitenkalender

Datum	Evenement	WAAR
26 december 2016	Kerstcross	Lisse
21 januari 2017	2e Quatrocross	Leiden
4 februari 2017	3e Quatrocross	Lisse
22 februari 2017	Laatste woensdagmiddag binnentraining	Lisse
1 maart 2017	Eerste woensdagmiddag buitentraining	Lisse
4 maart 2017	Reservedatum Quatrocross	
11 maart 2017	4e Quatrocross	Katwijk
1 april 2017	Testwedstrijden	Lisse

Onderlinge Kerstcross

Kerstmis, een tijd van tradities, herinneringen en versterking van goede familiebanden. Zo ook bij De Spartaan, want op **Tweede Kerstdag** wordt een Spartaantraditie voortgezet, te weten de Kerstcross voor alle leden van de vereniging met familie, vrienden en/of bekenden.

Tussen de kerstkransen, kalkoenen en heerlijke appelmoes door is er even tijd voor De Spartaanfamilie, een sportief moment om de onderlinge band te versterken en ter compensatie van het opgeslagen voedsel. Kom daarom allemaal op Tweede Kerstdag naar de baan om je daar aan te melden en doe mee aan een gezellige bosloop. De start en de finish zijn dichtbij de ingang van het Keukenhofbos, naast de parkeerplaats van de Duinhof aan de Van Lyndenweg. Deelname is kosteloos. Na afloop is er gratis warme chocolademelk in de kantine.

Risico is dat de bospaden wegens teveel ijs onbegaanbaar zijn, zodat de loop afgelast moet worden. Houdt daarom de website in de gaten.

Tot ziens op Tweede Kerstdag.



(LET OP: voor de pupillen geldt tot een half uur voor de start kan een startnummer worden opgehaald in het wedstrijdsecretariaat op de baan aan de Spekkelaan)

11:00 uur	Minipupillen J+M	(geb. 2011/2010)	1000 meter
	C-pupillen J+M	(geb. 2009)	1000 meter
11:10 uur	B-pupillen J+M	(geb. 2008)	1000 meter
	A-pupillen J+M	(geb. 2007/2006)	1000 meter

ATLETIEK VERENIGING "DE SPARTAAN" LISSE

CONTRIBUTIETABEL EN VOORWAARDEN PER 1 januari 2017 (prijspeil 2017)

KLASSE		CONTRIBUTIE ATLETIEKUNIE	WEDSTRIJD- LICENTIE	SPARTAAN- CONTRIBUTIE
		per jaar	per jaar	per half jaar
Dames / Heren wedstrijd atleten		€ 16,80	€ 22,70	€ 98,85
Meisjes / Jongens A	1999/1998	€ 15,55	€ 14,20	€ 89,50
Meisjes / Jongens B	2001/2000	€ 15,55	€ 14,20	€ 79,20
Meisjes / Jongens C	2003/2002	€ 15,55	€ 14,20	€ 66,10
Meisjes / Jongens D	2005/2004	€ 15,55	€ 14,20	€ 66,10
Meisjes / Jongens pup. A	2007/2006	€ 14,75	€ 8,00	€ 51,35
Meisjes / Jongens pup. B	2008	€ 14,75	€ 8,00	€ 51,35
Meisjes / Jongens pup. C	2009	€ 14,75	€ 8,00	€ 45,30
Meisjes / Jongens minipup.	2011/2010	€ 14,75	€ 0,00	€ 45,30
Dames / Heren niet wedstrijd atleten		€ 16,80	€ 0,00	€ 72,20
Recreanten wandelaars		€ 16,80		€ 55,65
Recreanten 'Nordic walking'		€ 16,80		€ 55,65
Donateur (per jaar)			€ 50,00	

Gezinskorting

Van een gezin, waarvan meer dan 3 personen betalend lid zijn, zijn de minst betalende leden vrij van Spartaancontributie. Per inschrijving zal € 7,50 administratiekosten door de Atletiekunie worden berekend (Dit geldt niet voor de opstapgroep).

Lidmaatschap

Na inschrijving als lid, zal er een automatische afschrijving plaatsvinden met de verschuldigde contributie voor de eerste periode. De kosten zijn afhankelijk van de categorie waaronder U valt.

Lidmaatschap opzeggen

Indien u het lidmaatschap wilt opzeggen, dient u dat uiterlijk op de hieronder aangegeven data te doen. U betaalt per 1 januari van elk jaar KNAU- lidmaatschap en Wedstrijdlicentie voor een heel jaar. De Spartaancontributie betaalt u per half jaar, dus per 1 januari en per 1 juli.

Opzeggen dient voor **25 december** en voor **25 juni** te geschieden! Voorkom problemen en zeg op tijd op, zodat u niet onnodig nog contributie moet betalen. Opzeggen dient ten allen tijden schriftelijk of via e-mail te geschieden bij de ledenadministratie.

Terugbetaling van contributie is niet mogelijk!!

Contributie 2017

De totale kosten bestaan uit Spartaancontributie, bondscontributie K.N.A.U. en eventueel wedstrijdlicentie.

Wedstrijdlicentie en contributie KNAU worden bij de eerste contributiebetalings van een jaar geïnd.

Bankrekeningnummer van de penningmeester van AV De Spartaan te Lisse, bankrekening NL57 RABO 0336 5776 80.

In de ALV van maart 2016 is besloten De Spartaan contributie voor 2017 te verhogen met de consumenten prijs index ultimo oktober 2016, in plaats van met de gebruikelijke 3%. De CPI is uitgekomen op 0,4%, waarmee de contributie dus is verhoogd.

Wij hebben het voornemen om in 2017 het clubgebouw te vernieuwbouwen, waarbij de kleedruimten worden uitgebreid en een krachthok wordt toegevoegd. Ook zal de kantine een grote opknapbeurt ondergaan, waardoor we de beschikking krijgen over een nieuw functioneel clubgebouw. In de ALV, die wij in maart 2017 zullen houden, zal een nieuw contributievoorstel behandeld worden. De contributie voor het 2^e halfjaar 2017 zal daardoor kunnen toenemen.

Atletiekunie (bondscontributie K.N.A.U.) zijn verhoogd

- het gaat hierom de Atletiekunie contributie en wedstrijdlicentie



KLEURPLAAT KERST



Noot redactie: Hoveniersbedrijf G. Rutgrink is verhuisd naar Narcissenlaan 10, 2172 TC Sassenheim. Het e-mail adres is info@rutgrinkhoveniers.nl geworden.



Ondernemen zonder zorgen

Automatisering met Duvak,
dat loopt wel lekker...



Satellietbaan 37 / Postbus 380 / 2180 AJ Hillegom / T 0252 24 50 00 / F 0252 24 50 99 / www.duvak.nl

homma
ELEKTROTECHNISCHE OPLOSSINGEN



Als u kiest voor: Duurzaamheid, Innovatie, Kwaliteit en Betrouwbaarheid

Vennestraat 21
2161 LE Lisse
0252-416054 tel
0252-418921 fax
www.hommabv.nl
info@hommabv.nl

- Elektrotechniek
- Beveiliging
- Industriële automatisering
- Onderhoud en beheer
- Datanetwerk
- Zonnepanelen

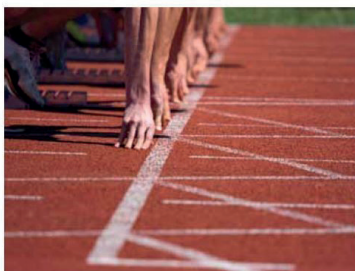
Homma Elektrotechniek BV heeft een uitgebreide certificering. Details hierover vindt u op www.hommabv.nl

Maak het verschil met Deloitte Klaar voor de start!

Meer dan ooit is het zaak om de juiste beslissingen te nemen. Over de toekomst van uw onderneming, uw mensen uzelf. Juist nu bent u dus gebaat bij een goed advies. Denk dan eens aan Deloitte.

Niet voor niets hebben wij een ijzersterke reputatie bij het bedrijfsleven als het gaat om accountancy, belastingadvies, consultancy en financiële advisering.

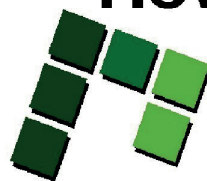
Meer weten? Bel dan voor een oriënterend gesprek met een van onze kantoren. Kijk op www.deloitte.nl voor meer informatie



Deloitte

© 2011 Deloitte The Netherlands

Hoveniersbedrijf G. Rutgrink



tuinontwerp

aanleg en
onderhoud

grond- en
straatwerk

groenvoorziening

boomverzorging

Constantijnlaan 9
2171 ZC Sassenheim

tel.: 0252-217386
rutgrink.hoveniers@planet.nl
www.rutgrinkhoveniers.nl

lid van  **vhg**
branchvereniging



multicopy the
communication
company

*Uw communicatie
in goede handen*

MultiCopy Katwijk/Noordwijk

De Scheysloot 3, 2201 GN Noordwijk

t 071 408 10 03

e katwijk@multicopy.nl

www.multicopy.nl/katwijk

MultiCopy Teylingen

Wattstraat 64, 2171 TR Sassenheim

t 0252 21 50 99

e teylingen@multicopy.nl

www.multicopy.nl/teylingen

MultiCopy Den Haag Forepark

Oder 18, 2491 DC Den Haag

t 070 301 30 10

e forepark@multicopy.nl

www.multicopy.nl/forepark