

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

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. 2002-2001):

John vd Zwet, 0252-413259/06-49744134

D-junioren (geb. 2004-2003):

Joost Valk, 06-52155050

Pupillen (geb. in 2005 of later):

Jan Beijik, 06-41643950

Ledenadministratie

Piet van Rijnberk, 0252-410777

ledenadministratie@avdespartaan.nl

Medische zaken:

• Medische commissie, medischzaken@avdespartaan.nl

Leo Kruijk sportmasseur

Rob Boot hersteltrainer/sportmasseur

• Massage: Nicolette Zeestraten, 06-10480098

n.zeestraten@gmail.com

op afspraak: maandag- en donderdagavond

Leo Kruijk, 0252-217098 / 06-43894923

lgkruijk@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

Vrijwilligerscommissie

Voorzitter: Lenie van der Poel, 071-5616462

vvvoorzitter@avdespartaan.nl

Secretaris: José Elfering, 0252-417296/

vvsecretaris@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	2
Jeroen met 1.74 mtr 7e in Rio	3
Berichten van de Ledenadministratie:	
• Jarigen van 16 oktober t/m 14 december 2016	4
• Nieuwe-, afgemelde- en verhuisde leden	5
1e Vriendendag Ter Specke Bokaal een mooie dag!	5
Klaverjascompetitie 2016-2017	7
Nieuws van de Vrijwilligerscommissie:	
• Kansen voor volgend jaar - denk mee over vacatures	8
• Interview vrijwilliger met Corry van den Berg	8
Nieuws van de Commissie Wedstrijd Atletiek:	
• Uitslagen onderlinge meerkamp/clubkampioenschappen	10
Redactie- en Kantinenieuws	12
Nieuws van de man van de statistieken:	
• Clubrecords	13
Nieuws vanuit de Wedstrijd Organisatie Commissie:	
• Activiteitenkalender 2016	15
Nieuws vanuit de Commissie Recreatie Atletiek:	
• Wandelaars in Kaag en Braassem	15
• Flitsende start Wintercircuit	16
• Wintercircuitkalender 2016-2017	17
Nieuws van de Commissie Jeugd Atletiek:	
• Van de voorzitter	19
Vanuit de C/D Hoek:	
• Nimah Lommerse en Gijs Jansen, clubkampioenen D-junioren	20
• Uitslagen C-junioren Onderlinge Meerkampen	21
• Laatste Nieuws	21
Pupillennieuws:	
• Tussenstand puntentelling pupillen	23
• Jongens pupillen B Ned. Kampioen 4x40 mtr	24
• Verslagen kinderen en ouders NEK	24
• 2e Marga Kortekaas Spelen 01-10-2016	27
• Verslagen kinderen MK-Spelen	27
• Uitslagen MK-Spelen	30
• Nieuwe trainingstijden winterseizoen 2016-2017	30
• Uitslagen Hoorn / 2e Hands kleding	31
• Grote Clubactie / Activiteitenkalender	31
Kleurplaat	32

REDACTIENIEUWS

Kopij insturen uiterlijk woensdag 30 november 2016 vóór 16.00 uur.
 Het clubblad ligt klaar in de kantine voor bezorging op
 dinsdag 13 december 2016.

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



VAN DE BESTUURSTAFEL

Jawel, het is gelukt. We hebben de gemeenteraad weten te overtuigen van de noodzaak van onze plannen om de accommodatie te vernieuwbouwen en hebben een subsidie van maximaal € 300.000,- toegekend gekregen! Hieraan zijn wel de nodige voorwaarden verbonden door de gemeente o.a. op het gebied van zuinig gebruik van energie. Hierover hebben Laurens en Fred namens de bouwcommissie nog overleg met de gemeente.



Het was een behoorlijk lang proces met de nodige hobbels, maar als alle voorwaarden duidelijk zijn geregeld in onze plannen mogen we dan echt aan de slag. Iedereen is nieuwsgierig naar wat er komt en is natuurlijk heel betrokken.

De eerste vergadering van de bouwcommissie onder leiding van Laurens als voorzitter en Wim Schouten voor de financiën en George Dofferhoff, Kees van Ruiten, Nico Schriek en Fred Duinkerken met hun kennis en ervaring van bouwprojecten heeft inmiddels plaats gehad.

We gaan nu eerst de plannen en dus ook tekeningen die er zijn verder uitwerken en ook in detail begroten. Het gaat om goede en duurzame huisvesting voor de komende 40 jaar. Het plan is om daarna een Algemene Leden Vergadering te houden om iedereen zo goed mogelijk te informeren en vragen te kunnen beantwoorden. Pas dan gaan we aan de slag.

Ik hoor nu al hier en daar verhalen over wat allemaal wel en niet gaat gebeuren van verschillende mensen. Dat is op zich begrijpelijk. Maar laten we enthousiast en ook geduldig blijven. Regelmatig zal de bouwcommissie bijeen komen. Dan bespreken we voortgang, planning, ingebrachte goede ideeën of halen ideeën op bij leden. De bouwcommissie is tevreden als het lukt om volgend jaar om deze tijd de bouw te hebben gerealiseerd. We willen het natuurlijk wel professioneel aanpakken met een resultaat dat er mag zijn.

Even terug naar de sport. De Marga Kortekaas Spelen en de onderlinge meerkamp voor de junioren/masters zitten er weer op. Dit leverde, in de lijn van het succesvolle afgelopen jaar, veel PR's en mooie resultaten op. Ook heb ik de winnaars van het NK nog even in het zonnetje mogen zetten (tussen de regenbuien door). De oktobermaand is begonnen en we mogen het weer even iets rustiger aan doen. De kou is wel weer even wennen, maar velen zullen het heerlijk vinden dat de warmte voorbij is.

Het wintercircuit is ook al weer van start gegaan, maar je kan (net als ik) nog instappen bij de volgende loop. Het gaat om het meedoen, niet om het winnen! En er zitten mooie loopjes bij, dus doe mee!

Voor deze keer hou ik het hierbij. We zien elkaar op de baan, bij een mooie loop of gezellig in de kantine.

Sportieve groet,

Jennifer Lem, voorzitter AV De Spartaan



Jeroen met 1.74 mtr (nieuw nederlands record) 7e in Rio



Mijn road to Rio..

Het begon allemaal op het werk, ik zou die dag het telefoontje krijgen of ik een van de slots voor de spelen had bemachtigd. Om 11 uur in de morgen werd ik gebeld door bondscoach Arno Mul en hij vertelde me direct dat ik mee mocht naar Rio. Ik was super blij en wou het tegen iedereen vertellen maar dat mocht niet tot het hele team bekend was. Echter was dat op het werk helaas niet gelukt want ik kwam na het telefoontje weer op mijn werkplek met zo'n grote lach naar binnen lopen dat het wel duidelijk was!

De dag dat we gingen vliegen..

We vlogen eerst naar Portugal voor een trainingskamp van 2 weken hier deden we 1 of 2 trainingen per dag en voornamelijk veel rusten. Ook nog enkele aanpassingen aan mijn prothese gedaan met prothesemaker/collega Frank Jol. Na 2 weken vlogen we door naar Rio, eenmaal aangekomen in Rio was het erg wennen aan het tijdsverschil en was het goed dat we er al een week van te voren waren. De eerste dag hadden we geen training en gingen we voornamelijk het olympisch dorp verkennen. De dagen er na nog enkele trainingen gedaan en voornamelijk veel rust genomen.

De dag van mijn wedstrijd..

Vrijdag 9 september de dag van de wedstrijd was ik al vroeg wakker en ben ik naar de grote eetzaal geweest om wat te eten. Later in de middag met z'n alle in het appartement gezeten. Hier hadden we het erover van waar ben je nou tevreden mee, ik zei als ik 1.74 spring kan ik niet anders dan tevreden zijn. De dag ervoor was ik al in het stadion geweest en wist wat me te wachten stond, een behoorlijk vol stadion met gillende Brazilianen. Wat weten die Brazilianen toch overal een feestje van te maken.

Om half 3 ging ik met mijn coach Arno Mul al naar de baan, wat een klein uurtje reizen is door het drukke verkeer in Brazilië. Eenmaal aangekomen een korte warming up gedaan en om 5 uur de calroom in gegaan. Mijn wedstrijd was pas om 18:20 uur maar ik had omdat het een veldonderdeel is een calroom tijd van 80 minuten. (Controle van materiaal schoenen kleding en andere spullen en eventueel dopingcontrole). Om 17:00 uur ging ik de calroom in het viel me meteen op dat er sommige jongens die vorig jaar bij het WK in Doha waren er niet bij zaten, waarschijnlijk omdat ze niet het limiet hadden gehaald. Er was een lichte spanning en je zag aan mensen dat ze zenuwachtig waren, ik gelukkige niet en had er vooral heel veel zin in. Ik had de dag ervoor al gezien dat het anders als een gewone wedstrijd zou zijn. Eindelijk waren de 80 minuten afgelopen en gingen we beginnen. Iedereen had zijn aanloop uitgezet en toen de eerste hadden gesprongen gingen de mensen in het stadion uit hun dak en juichte voor iedereen, niet alleen voor de Braziliaanse concurrent maar ook voor mij. Eindstand 1.74 gesprongen en een 7de plek wat een ervaring en een prima eindresultaat precies zoals gehoopt...!!

Jeroen Teeuwen

VAN DE LEDENADMINISTRATIE

JARIGEN

Oktober			
16	Michael	Bouma	12 Jun C
17	Rosa	Meurs	07 Pup A
17	Ennio	Giltay Veth	08 Pup A
17	Mirsad	Hulic	32 Recr.
20	Ria	Schriek	31 Recr.
21	Jasper	Stokman	08 Pup A
21	Marga	van Ravels	31 Recr.
22	Rita	v.d. Krogt	31 Recr.
22	Emma	van Werkhoven	11 Jun C
23	Paul	Hoezen	32 Recr.
24	Margriet	de Kruijff	31 Recr.
24	Anneke	Cederhout-Folkertsma	37 Wand.
24	Jennifer	Lem	31 Recr.
25	Frank	van Dongen	38 Wand.
25	Dave	Clemens	18 Sr.
27	Joop	van Stijn	42 Ov.
27	Johan	Bergman	22 Mst
27	Youri	Feijt	08 Pup A
28	Buddy	v.d. Burg	10 Jun D
29	Zeb	Beelen	14 Jun B
29	Ben	ter Hoeve	42 Ov.
30	Niels	Louwens	32 Recr.
30	Marjan	Boom	31 Recr.
31	Nicoline	van Steijn	31 Recr.
31	Desi	van Rijswijk	09 Jun D
31	Corrie	v.d. Berg	41 Ov.
31	Frans	v.d. Broek	32 Recr.
November			
1	Wim	Steenvoorden	32 Recr.
1	Gerda	v.d. Meer	31 Recr.
1	Anneke	Parlevliet	37 Wand.
2	Lianne	Daan	13 Jun B
2	Isa	Kovács	07 Pup A
2	Elly	Bennis	37 Wand.
3	Herman	de Joode	32 Recr.
3	Kobi	van Braak	31 Recr.
4	Aad	Grimbergen	38 Wand.
4	Monique	Versluis	31 Recr.
4	Tijn	Roozen	14 Jun B
5	Diana	Starmans	31 Recr.
5	Emma	Ouwehand	03 Pup C

November			
6	Kirsten	Smits	07 Pup A
6	Dick	van Elk	42 Ov.
6	Carolien	Wierenga	31 Recr.
6	Paul	Stelder	32 Recr.
6	Andrea	Bouma	13 Jun B
6	Wess	Waasdorp	04 Pup C
7	Willem	van Klink	32 Recr.
7	Cas	Werter	08 Pup A
7	Silke	Boon	41 Ov.
7	Rick	Urban	18 Sr.
7	Edwin	Teeuwen	22 Mst
10	Jan	Dofferhoff	22 Mst
10	Sandy	Otte	09 Jun D
10	Bruno	Bangu	08 Pup A
10	Bart	Loerakker	32 Recr.
11	George	Hoogkamer	32 Recr.
12	Joost	Valk	32 Recr.
12	Julia	Pieterse	05 Pup B
14	Wil	v.d. Krogt	41 Ov.
15	Henk	Paardekooper	42 Ov.
15	Henk	Westra	42 Ov.
15	Hester	de Ruijter	31 Recr.
15	Gerda	Wassenaar	31 Recr.
16	Carla	Wildenburg	31 Recr.
16	Irene	van Gent	31 Recr.
16	Stan	de Haas	08 Pup A
17	Leonie	Treffers	31 Recr.
18	Ria	v.d. Post	37 Wand.
18	Bram	van Duijvenbode	32 Recr.
18	Senna	Opdam	05 Pup B
18	Eva	v.d. Poel	31 Recr.
19	Marit	Hoogeveen	05 Pup B
19	Korry	Diemel	31 Recr.
20	Lotte	v.d. Strate	11 Jun C
20	Hannah	Olsthoorn	11 Jun C
21	Anneke	Hoogkamer	41 Ov.
22	Sophie	Koot	11 Jun C
22	Jasmijn	Kamphues	11 Jun C
23	Sandra	Bouma	31 Recr.
23	Marco	van Stijn	32 Recr.
24	Eveline	Botter	21 Mst

November			
24	Gijs	Fransen	14 Jun B
24	Mark	ten Brinke	14 Jun B
25	Remona	Fransen	17 Sr.
25	Theo	Zandbergen	32 Recr.
25	Imke	van Kaam	07 Pup A
25	Thea	Baak	31 Recr.
26	Loek	van Saase	32 Recr.
27	Marianne	Otte	31 Recr.
28	Albert	Molenkamp	42 Ov.
28	Kimberley	Booij	13 Jun B
29	Jarit	v.d. Ven	07 Pup A
30	Niels	v.d. Weerdt	32 Recr.
December			
2	Anika	Moelker	03 Pup C
3	Jeremy	de Waal	14 Jun B
3	Sebastiaan	Pluimert	02 Mini
3	Jaap	van Amsterdam	42 Ov.
4	Lena	Landman	37 Wand.
6	Sterre	Star	09 Jun D
6	Henrik	Lang	38 Wand.
6	Kees	v.d. Dussen	32 Recr.
6	Anneke	van Rijn	37 Wand.
6	Els	Klop	31 Recr.
6	Jos	Teeuwen	42 Ov.
9	Eveline	de Jong	11 Jun C
9	Marty	van Rijnberk	41 Ov.
9	Bonny	Bostelaar	31 Recr.
9	Renske	v.d. Heuvel	09 Jun D
10	Wim	Schouten	32 Recr.
10	Conny	van Schie	31 Recr.
11	Gren	van Breda	31 Recr.
11	Lea	v.d. Aart	37 Wand.
13	Henk	Buurman	32 Recr.
13	Carry	Hoek	31 Recr.
13	Kuno	v.d. Loo	06 Pup B
13	Ron	de Kooker	32 Recr.
13	Sako	Kroon	32 Recr.
14	Karin	Zonneveld	31 Recr.
14	Babeth	van Egmond	15 Jun A
14	Janny	Derriks	31 Recr.
14	Rob	Boot	32 Recr.

Nieuwe leden					
Vnaam	Naam	KnauCat	Vnaam	Naam	KnauCat
Reina	Böhm	01 Mini	Ties	den Elzen	04 Pup C
Kayleigh	Arrachart	01 Mini	Giel	de Star	04 Pup C
Robine	Rosenbrand	01 Mini	Jesse	Torrisi	04 Pup C
Sebastiaan	Pluimert	02 Mini	Kiki	v.d. Berg	07 Pup A
Ferre	Warmerdam	02 Mini	Imke	van Kaam	07 Pup A
David	Dwyer	02 Mini	Lois	Sturkenboom	07 Pup A
Wesley	Warmerdam	02 Mini	Jurre	Dijkstra	08 Pup A
Amine	Et-tadmouti	02 Mini	Nick	Koets	08 Pup A
Jill	Munsterman	03 Pup C	Rens	Altorf	10 Jun D
Kiki	Lugtenberg	03 Pup C	Yoni	Bakker	14 Jun B
Anika	Moelker	03 Pup C	Sharon	Broekhof	31 Recr.
Thijmen	Rosenbrand	04 Pup C			

Verhuisde leden		
Vnaam	Naam	KnauCat
Julia	Talakua	17 Sr.
Jarno	Lierop	14 Jun B
Lonneke	Derriks	17 Sr.

Afgemelde leden		
Vnaam	Naam	KnauCat
Ilse	Pollet	09 Jun D
Angelilique	Eckhardt	31 Recr.
Monique	van Lierop	31 Recr.
Anneke	Bet	31 Recr.
Brigitte	Hilt-Vos	31 Recr.

Het aantal leden per 4 oktober bedraagt 806

1ste Vriendendag Ter Specke Bokaal een mooie dag!

(door Jolanda v.d. Weerd)

De **35ste editie** van de Ter Specke Bokaal zal in 2017 plaatsvinden.

Voorzitter Paul Grimbergen maakte op zaterdag 8 oktober in de kantine, tijdens de 1ste Vriendendag van de TSB, de datum bekend. Op zaterdag 13 mei 2017 zal de officiële openingswedstrijd van het outdoor atletiekseizoen traditiegetrouw weer plaatsvinden in Lisse. Zet deze datum dus alvast in je agenda van 2017 want ook deze editie belooft een mooi atletiek spektakel te worden.

Met de EK in Amsterdam en de Olympische Spelen van Rio nog op ons netvlies gaan we als TSB commissie hard aan de bak om een mooie 35ste editie te organiseren. Dit kunnen we echter niet alleen. We zijn altijd op zoek naar vrijwilligers, toeschouwers, atleten en sponsors.



In 2016 hebben we, naast een nieuw logo, de Vrienden van de Ter Specke Bokaal geïntroduceerd.

Ons initiatief is binnen en buiten de vereniging positief ontvangen. Iedereen die de Ter Specke Bokaal een warm hart toedraagt kan de wedstrijd ondersteunen door Vriend van de TSB te worden. Maar natuurlijk hebben we (vaak) al jaren ook trouwe (nummers) sponsors die onze wedstrijd mogelijk maken.

Om al onze Vrienden te bedanken voor hun steun hebben we dit jaar een Vriendendag georganiseerd.

Op zaterdag 8 oktober was het zover. Onder het genot van koffie en een Petit four werd de dag geopend. Na een inspirerende lezing van Pelle Rietveld waarbij hij ons uitdaagde om jezelf altijd te blijven verbeteren was het tijd voor zelfgemaakte soep met broodjes.

Pelle Rietveld (31 jaar) heeft vaak meegedaan aan de TSB en heeft altijd het gevoel dat hij op vakantie gaat als hij naar de Bollenstreek gaat. Pelle is een Nederlandse atleet uit Zoetermeer, die is gespecialiseerd in de meerkamp. Hij werd zowel outdoor als indoor Nederlands kampioen in zijn specialiteit. Recent is hij de trainer van Nadine Broersen geworden.



Na de lunch was het tijd voor een potje disc golf op en rond de atletiekbaan.

Disc golf lijkt op het traditionele golf, maar dan zonder balletje, maar met een disc/frisbee. De 'hole' bestaat normaal gesproken uit een basket: een stalen mand met kettingen. Pelle had voor onze Vriendendag "atletiek baskets" gemaakt, dus bv horden waar je doorheen moest gooien of de basket was de oogspringmat.

Bij disc golf is het de bedoeling dat je de disc/frisbee met zo min mogelijk worpen in de basket werpt. Als dat gelukt is, mag je naar de volgende hole. Je kunt disc golf dus ook prima beschouwen als frisbee golf. **Marco van Stijn** bleek uiteindelijk na een spannende finale de disc golf kampioen van De Spartaan te zijn. In het zonnetje en onder het genot van een hapje en een drankje werd de 1^{ste} Vriendendag van de Ter Specke Bokaal afgesloten.

We hopen dat we in 2017 weer op veel sponsors en Vrienden kunnen rekenen. Wil je de TSB sponsors neem dan contact op met een van onze commissieleden.

Vriend worden kan door een mail te sturen naar terspeckebookaal@gmail.com Het bedrag mag je zelf kiezen en je maakt het bedrag zelf over naar onderstaand bankrekeningnummer (dus geen automatische incasso). Je naam wordt vermeld in het programma boekje en vanaf 50 euro verwelkomen we je graag in de VIP tent tijdens de wedstrijd. NL57 RABO 0336 5776 80 tnv: AV De Spartaan o/v: 'Vrienden van de TSB'

Verder zijn we natuurlijk altijd op zoek naar vrijwilligers want zonder helpende handen is de Ter Specke Bokaal niet te organiseren. Ben je onbekend met de Ter Specke Bokaal dan nodigen we je van harte uit om op zaterdag 13 mei te komen kijken op onze gratis toegankelijke wedstrijd.

De TSB Commissie,

Paul Grimbergen, Jelle v.d. Zon, Remona Fransen, Davey Kaak, Tessy Lenting, Jolanda v.d. Weerd, Maarten ter Hoeve, Dave Clemens, Iris Dofferhoff en Paul van Hal.



KLAVERJASCOMPETITIE 2016 - 2017

Het najaar heeft zich al laten zien met onweer en stevige regenbuien. Hopelijk houdt dit onze vaste klaverjassers niet tegen om toch naar deze avonden te komen. Ook nieuwe Spartaners en niet-Spartaners zijn van harte welkom.

Het systeem wat wordt gespeeld is Rotterdams en verplicht gaan.

In totaal 6 vrijdagavonden, in de maanden oktober t/m maart, aanvangstijd 20.00 uur.

Nog 5 avonden te gaan:

2^e avond:	vrijdag,	11 november 2016
3^e avond:	vrijdag,	09 december 2016
4^e avond:	vrijdag	13 januari 2017
5^e avond:	vrijdag	10 februari 2017
6^e avond:	vrijdag	10 maart 2017



Om in de eindstand opgenomen te kunnen worden moet op minimaal 5 avonden deelgenomen worden.

Uiteraard is iemand die niet aan de gehele competitie kan deelnemen welkom op de avonden die men wel kan of kom gewoon eens een avondje sfeer proeven.

Het inschrijfgeld (€ 3,-) blijft voorlopig op hetzelfde niveau als het voorgaande seizoen.

Alle avonden zijn er een aantal kleine prijzen te winnen, dat varieert van vleesprijzen tot delicatessen of een flesje wijn. Ook de poedelprijs ontbreekt niet, deze mag echter niet mee naar huis genomen worden.

Gezelligheid is troef

Mochten er nog vragen of opmerkingen zijn, dan weet u mij denk ik wel te vinden.

Met vriendelijke groeten,

Frans Dames, 0252-413146, email: dames.meekel@ziggo.nl

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

S
U
D
O
K
U

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

NIEUWS VAN DE VRIJWILLIGERSCOMMISSIE

Kansen voor volgend jaar – denk mee over de vacatures!!!!!!!



Op 11 september was de **vrijwilligersdag van De Spartaan**. Bijna 100 mensen hebben genoten van het solexen door de Bollenstreek. Van sommige gezichten was het enthousiasme de hele dag nog af te lezen. Daarnaast werd er verwoed samengewerkt aan de hoogste piramide van bamboestokken. Met als start een gebakje met embleem van 10 jaar Vrijwilligerscommissie, en als slot een heerlijk Italiaans buffet met vooral veel verse ingrediënten. Zie de collage van José Elfering met veel mooie momenten, en het interview met Corrie van den Berg, die de "Wandelstok" vrijwilligersprijs van 2016 in ontvangst mocht nemen.

De baanwedstrijden van 2016 zijn weer achter de rug. In deze herfst maken we ons op voor de winter en volgend jaar..... Dit keer hebben we **een keur aan vacatures** te melden. Tijdens de vrijwilligersdag hebben we twee aanmeldingen gekregen van partners van vrijwilligers. Ook dat zien we graag, je hoeft niet persé te sporten bij De Spartaan. Wanneer je een

functie op of rond de baan hebt, wordt een verzekering geregeld. Wij weten dat niet iedereen zich spontaan meldt voor een uitdagende klus, wij zijn ook geholpen met leden, die anderen bevragen of ons een tip geven. Met z'n drieën kennen José, Jeannette en ik echt niet alle leden, en zeker niet de interesses.

Trainers voor pupillen en junioren CD - Op dit moment trainen pupillen op woensdagmiddag, hetgeen voor jongere leden van De Spartaan vaak een moeilijke tijd is i.v.m. school of werk. Er wordt gekeken of er op langere termijn beter geschoven kan worden in trainingstijd.

Trainerscoördinator recreanten - Leo Onderwater heeft dit 10 jaar gedaan, en is inmiddels sinds deze zomer administrateur/boekhouder. Dit vraagt een nieuwe man/vrouw naast Nathalie Verzendaal, want ons aantal recreanten (450-500) vraagt om nieuw bloed in de aansturing.

Voorzitter Commissie Recreanten - De vorige voorzitter Wim Schouten is inmiddels penningmeester geworden... fijn dat die functie nu (tijdelijk) bezet is. Wie wil meedenken?

Penningmeester (langere termijn)... Wim Schouten heeft aangegeven deze functie tijdelijk te doen... het lijkt lang...maar we zijn zo anderhalf jaar verder, en wie weet is er iemand die nu niet wil, maar wel over anderhalf jaar.

Sponsorcommissie-leden - niet voor iedereen gemakkelijk, voor sommigen juist een uitdaging.

Medewerkers in de kantine (m.n. op wedstrijddagen)- Echt een leuke functie kan ik uit ervaring melden, je leert vanzelf meer mensen in de club kennen.

Schoonmaak van kantine en wedstrijdsecretariaat: in koppels van twee ben je eenmaal per 6 of 8 weken aan de beurt. Nu zijn het vaak mensen op de dinsdagochtend, maar een combi op een andere dag/tijd is ook mogelijk.

Coördinator van de vrijwilligers bij de Ter Specke Bokaal. Tessy Lenting heeft deze taak 6 jaar gedaan, en wil m graag overdragen. Het gaat om aansturing van 160 vrijwilligers rond deze feestelijke dag in mei. Iemand met organiserend vermogen en affiniteit met wedstrijdathletiek is gewenst.

Vragen, opmerkingen: Vrijwilligerscommissie Lenie van der Poel / Jeannette v.d. Toorn / José Elfering (Zie 1^e pagina clubblad, of op site voor onze foto's en adressen).

INTERVIEW MET CORRIE VAN DEN BERG- VRIJWILLIGER VAN 2016.

Tijdens de vrijwilligersdag op 11 september jl. is de jaarlijkse vrijwilligersprijs "De Wandelstok" uitgereikt aan Corrie van den Berg.

- Zij doet veel van het vrijwilligerswerk achter de schermen
- Is al sinds 1998 actief voor deze taak
- Is nooit te beroerd om de handen uit de mouwen te steken, naast actie met de handen valt de mond ook niet snel stil
- De professionele achtergrond heeft geleid tot waardevolle bijdrage in de commissie
- Naast het werk achter de schermen is deze persoon bij (grote) wedstrijden vaak ook zelf aanwezig
- Door de jaren heen is er veel geld door de handen én de brievenbus gegaan
- En voor wie het nu nog niet weet.... Ze neemt altijd even karakteristiek pauze met een sigaretje.



Gefeliciteerd, Corrie!

Dit was dan ook reden genoeg om Corrie eens voor het voetlicht te brengen middels een interview.

Corrie meldt dat zij de prijs nooit verwacht had, zoals ze het zelf zegt is ze geen "echt"-lid, alleen maar vrijwilliger. En om dat laatste gaat het ons als vrijwilligerscommissie juist.

Achtergrond?:

Corrie is geboren en getogen in Groningen. Op haar 16^e ging ze aan het werk. Eén week was ze kapster, en daarna had zij allerlei baantjes met een link naar de horeca (zoals in een bar in een sportschool, waarbij ze door gebrek aan zwemleerkrachten ook nog met een haak naast het zwembad heeft gelopen, terwijl Corrie zelf alleen maar een A-diploma had). Haar ideaal was in Zwitserland werken, in de praktijk kwam zij op haar 19^e in Noordwijk terecht in conferentiecentrum de Baak, daarna heeft ze nog gewerkt bij Restaurant van Schie en Restaurant De Ruyter. Noordwijk had ze leren kennen door met haar vriendin op de brommer van Groningen naar Noordwijk te rijden om daar vakantie te houden. Corrie hield van uitgaan, en na haar diensten ging zij vaak nog een drankje drinken bv. in Club 68. Hier leerde zij Jan kennen.

In 1976 trouwden ze, en kwam Corrie in Lisse te wonen. Zo leerde zij De Spartaan van binnenuit kennen, want Jan liep in de Fitters-groep bij Henk Elfering. Een handje helpen bij de wedstrijden door rondjes tellen, gebeurde al snel. En omdat Corrie in de horeca werkte, werd zij ook gevraagd om mee te denken over de jaarlijkse etentjes van de Fittersgroep.

Werk?: Toen de kinderen Esther en Roy groter werden, pakte zij haar werkervaring weer op: eerst bij slager Lucky Meat, en daarnaast in het seizoen souvenirs bij Keukenhof verkopen. Nu werkt ze bij de Hobaho, waar ze inmiddels al weer bijna 25 jaar in dienst is!

Eigen sportervaring?

Zelf ben ik niet zo actief, hoor. Vroeger deed ik wel aan zwemmen, in Groningen ben ik nog in training geweest met mijn jongste zusje want men ging een damesvoetbal club oprichten, maar ik ging in een motel werken en van het voetbal is toen niets terecht gekomen. Ook heb ik nog een jaar gevolleyd, ik houd van spelletjes. Alleen waren de wedstrijden vaak vrijdagavond zó laat, dat de bar nog nauwelijks open was voor een drankje achteraf. De spelsfeer is gebleven, nu doe ik wekelijks aan bridgen.

Vrijwilligerswerk bij De Spartaan?

In 1998 werd ik gevraagd om samen met Henk Plantfeber toe te treden tot de kantine-commissie. Mijn taak was vooral het beheren van het kantinegeld. Dit betekent meer dan wekelijks het wisselgeld verdelen, tellen, natellen. In combinatie met de wedstrijden incl. de schoolspordagen loopt dat op tot 100 keer per jaar. Bij de wedstrijden bestel ik ook altijd de broodjes en het beleg. Daarnaast maak ik de consumptiebonnen voor de jury en de snoepzakjes voor de kinderen klaar.

Wat vind je van het vrijwilligerswerk bij De Spartaan?

Vrijwilligerswerk is erg leuk om te doen, en je ontmoet er veel mensen!

Sommige zaken zijn door de jaren heen veranderd, andere dingen nauwelijks. De clubsfeer blijft hetzelfde. Nu is veel gedigitaliseerd: internetbestellingen, en per mail navragen hoe iets zit.

Het vraagt wel extra aandacht m.n. wanneer organisatiecommissies veranderen, en wanneer de aanvangstijdstippen van wedstrijden plotseling wijzigen. De kantinecommissie wordt vaak pas laat geïnformeerd bij wijzigingen, ik heb mezelf eraan gewend om er achter aan te bellen.

Daarnaast heb ik gemerkt dat 't belangrijk is om mijn taak af te grenzen. Dat voel ik ook als een knelpunt rond mijn vakantie, want ik voel me wel verantwoordelijk. Dit voorjaar had ik ettelijke mapjes met geld voor diverse weken (kantine na de training, en een aantal wedstrijden) klaarliggen. Eigenlijk zouden we wel een extra persoon er bij kunnen hebben en dan graag wonend in Lisse.

Werven van vrijwilligers zie ik als iets dat je via de informele weg moet aanpakken "geen strookjes invullen, maar op een dinsdagavond gewoon aanspreken".

Mooiste herinneringen bij De Spartaan?

Jan en ik zijn een aantal keer mee geweest met de marathonreizen van De Spartaan (naar New York, Chicago, Berlijn en Praag). Altijd heel gezellig, en Jan en ik zijn daardoor meer aan het reizen geslagen.

In Chicago had Jack de Vroomen een heel nevenprogramma in elkaar gezet, zo bezochten we ook een donut-fabriek, die ons dozen vol met donuts meegaven. Deze hebben we op straat aangeboden aan het publiek "free donuts!!". In Chicago liep Jan alleen de tweede helft van de wedstrijd mee met Bert Beltgens, bij de finish kreeg hij toch een medaille om zijn nek gehangen. Jack de Vroomen behaalde toen net de finish niet, en moest in de laatste kilometer naar het ziekenhuis gebracht worden. Jan heeft daarna zijn medaille aan Jack gegeven, dat blijft toch een heel bijzondere herinnering.

Nog even wat losse items:

Favoriet eten: Hutspot met lekker sudderlapje (niet omdat het nu bijna 3 oktober is), en zelfgemaakte nasi
Favoriete drank: Rode wijn

Lezen: Daar komt 't nauwelijks van, heb er even geen rust voor

TV: op BBC-first zijn veel detective series en drama's – met Nederlandse ondertiteling

Vakantie: Met Jan was mijn eerste grote reis naar New York, waarbij we er een Florida vakantie achteraan gemaakt hebben. Vanaf dat moment zijn we zonder de kinderen rondreizen gaan maken: o.a.: Portugal, Spanje, Turkije, Californië, Marokko. Ik bewaar goede herinneringen aan onze laatste reis naar Afrika, waarbij we in wildparken zijn geweest.

Met mijn zus ga ik nu vaak met een busreis naar steeds een andere bestemming.

Corrie, bedankt voor dit inkijsje, Lenie van der Poel



NIEUWS VAN DE COMMISSIE WEDSTRIJD ATLETIEK

Uitslagen Onderlinge Meerkamp/Clubkampioenschappen

(door Lotte van Stijn)

Twee oktober was het weer zo ver, de onderlinge meerkampen. De pupillen, C's en D's waren al op zaterdag in actie gekomen, maar wij mochten beginnen op zondag. Elk jaar doen de wedstrijdathleten een meerkamp op één dag, terwijl dit normaal over twee dagen verspreid is. Voor alle meiden betekent dit dat ze een meerkamp die gelijk is aan de C-meisjes doen en de jongens gelijk aan een vrouwen meerkamp.

De dag begonnen we allemaal met horden. Het weer zag er nog goed uit, want de zon scheen gewoon! Helaas zouden we die de rest van de dag bijna niet meer zien... Als eerste waren de jongens aan de beurt met het hordelopen. Toen de horden waren verzet en stonden de meiden aan de start. Lianne en Jurgen hadden vast al bij het ontbijt hun hordetactiek besproken, want ze wonnen allebei dit onderdeel. Verder zijn er ook nog mooie PR's gescoord op dit onderdeel, onder andere door Carmen en Anneloes.



Helaas sloeg het weer tijdens het hoogspringen, zoals voorspeld was, helemaal om. Het begon een paar keer super hard te regenen, wat niet echt fijn is bij het hoogspringen. Er werden vergelijkingen gemaakt met het springen op een natte spons of in een zwembad... Het was dus ook niet heel gek dat de meeste kleding na hoogspringen wel doorweekt was. Gelukkig waren er wel tenten bij de verschillende onderdelen opgezet, zodat niet alles is natgerend. Maar het weer kon de pret niet drukken, want er zijn uiteindelijk goede resultaten neergezet. Zo hebben Juliëtte en ik een PR gesprongen en heeft Laurien haar PR geëvenaard. Ook Alex en Twan hebben hier mooie resultaten neergezet. Het hoogspringen werd verder gewonnen door Kimberley bij de meisjes en Levi bij de jongens, maar helaas niet met de hoogtes die zij wilden bereiken.

Nadat iedereen weer wat opgedroogd was, konden we beginnen met het kogelstoten. De kogelbak leek ondertussen een beetje op een modderboel, maar de jury deed erg zijn best om dit tegen te gaan. Het regenen was weer wat minder geworden, waardoor er PR's werden gehaald. Bij de jongens haalde Alex en Gijs een PR, waar ze erg blij mee waren. Ook haalde Juliëtte en Andrea een dik PR en Lianne kwam dicht bij haar PR in de buurt. Loes deed het ook erg goed en haalde met kogel de meeste punten van haar meerkamp. Het kogelstoten werd uiteindelijk gewonnen door Levi en Andrea.

Na kogel mochten we door naar de sprint. Eerst gingen de jongens de 200 meter lopen. Hier liep ook Emiel mee die voor het eerst aan een wedstrijd mee deed. Helaas viel hij op de laatste 5 meter en zoals Anthony het omschreef deed hij over de laatste 5 meter langer dan over de 195 meter ervoor. Ondanks het vallen, vond hij het wel erg leuk om mee te doen. De serie werd gewonnen door Joost en Levi, omdat zij dezelfde handtijd hadden. Dit was ook het geval bij de laatste serie. Jurgen en Richard hebben beiden de serie gewonnen, doordat ze dezelfde tijd hadden. Na de jongens waren de meiden aan de beurt voor hun 150. In de eerste serie gingen Anneloes en Lianne erg snel. Ze wonnen allebei de serie in dezelfde tijd, wat voor Lianne een dik PR is! Bij de tweede serie duurde de start even wat langer, want er was een valse start gemaakt. Toen we terugliepen naar de blokken had iedereen het idee dat ze vals hadden gestart, maar uiteindelijk kreeg Kimberly de valse start. Na een tweede goede start kwam Andrea als eerste over de finish in 18,2, wat een goede tijd was voor de Nederlands kampioen op de 100m en 200m. Anneloes, Juliëtte, Kimberley en ik liepen nog een mooi PR.

Waar het bij de sprint nog wel meeviel met de regen, begon het weer veel te regenen bij ver. Iedereen had nu niet meer veel zin om te verspringen in de zandbak, omdat deze onderhand ook net zoals de kogelbak op een modderpoel begon te lijken. Bij jongens won Jelle het verspringen met een sprong van 6,25 en Kimberley bij de meiden met 4,98, een nieuw PR! De springers, Jelle, Jarik en Roel vonden het na ver wel weer genoeg en gingen naar huis.

Maar de meerkamp was nog niet afgelopen, want we hadden nog twee onderdelen op het programma staan: speerwerpen en de 600/800. We begonnen weer gezamenlijk aan het speerwerpen. Het weer was wat beter geworden, maar het waaide nu wel wat meer. Tijdens het wachten moesten we de tenten erg goed vast houden.

Ondertussen werden de Nederlands kampioenen nog even gehuldigd. Zo werden Andrea, Jurgen, Kimberley, Juliëtte, Lara en ik naar voren gehaald. Ook werd Anthony nog bedankt voor al zijn werk de afgelopen jaren bij De Spartaan. Hierna gingen we weer snel door met speerwerpen en uiteindelijk wonnen Richard en Kimberley. Maaïke kon niet alle onderdelen meedoen vanwege een blessure, maar zette wel een mooi prestatie van 26,42 neer bij het speerwerpen.



Daarna was het tijd voor de afsluitende afstand. Tijdens het lopen werden er al berekeningen gemaakt hoeveel er gelopen moest worden om een plekje te stijgen. Als eerste begonnen de meiden aan de 600 meter. Carmen liet zien dat ze een echte Mila is en wist de 600 te winnen in een nieuw PR van 1:42,5. Daarachter kwamen Andrea en ik binnen, die ervoor gingen om nog een plekje op te schuiven. Dit was bij allebei gelukt! Juliette probeerde ook extra hard te lopen, zodat ze Lianne kon inhalen en derde kon worden, maar helaas kwam ze hier net wat punten tekort voor. Anneloes, Lianne, Kimberley, Laurien en Loes kwamen ook binnen op de 600 meter, hierdoor haalden zij veel punten voor hun meerkamp puntentotaal!

Bij de jongens deed ook Thijmen zijn naam eer aan als Mila en werd overduidelijk eerste op de 800 meter. Na Thijmen finishten ook Jurgen, Alex, Gijs, Joost, Levi, Twan en Cas. Dit betekent dat zij allemaal hun meerkamp succesvol hebben afgerond!

Bij de jongens is Jurgen uiteindelijk eerste geworden, Levi tweede en Thijmen derde. Bij de meiden werd Andrea eerste, Kimberley tweede en Lianne derde. Toen de prijsuitreiking was, kon Lianne niet helemaal meer soepel naar het podium lopen, wat betekent dat ze er echt alles uit heeft gedaan om derde te worden!

We hebben de wedstrijd afgesloten door met elkaar te gaan eten in de kantine. Dit was erg gezellig en een leuke afsluiting van het wedstrijdseizoen! Iedereen heel erg bedankt voor het leuke seizoen, jury bedankt voor de wedstrijd in goede banen leiden, zelfs toen het heel hard regende en Anthony bedankt voor de trainingen. Nu op naar de spelletjesmaand!

Plek	Naam	200m	800m	100mH	Speer	Kogel	Hoog	Ver	Punten
1	Jurgen van der Zwet	24,2	2:12,1	13,9	43,11	13,05	1,71	5,83	5955
2	Levi van der Geest	25,7	2:36,7	15,1	42,69	14,17	1,76	5,77	5442
3	Thijmen Dofferhoff	24,5	2:06,2	15,3	36,40	12,74	1,51	5,51	5347
4	Alex van Noort	25,3	2:27,2	16,0	33,15	11,50	1,66	4,90	4753
5	Gijs Fransen	25,8	2:27,6	16,1	31,05	10,15	1,46	5,27	4437
6	Joost Dofferhoff	25,7	2:33,1	15,5	28,34	9,89	1,46	5,25	4375
7	Twan van Tol	28,1	2:48,4	17,5	35,58	10,86	1,51	4,77	3899
8	Richard Assendelft	24,2	DNS	DNS	45,53	12,80	1,66	DNS	3233
9	Roel Teeling	DNS	DNS	14,6	DNS	11,76	1,66	6,12	3201
10	Cas Grannetia	33,2	2:57,4	20,8	26,24	8,54	1,31	3,53	2346
11	Jelle van der Zon	DNS	DNS	DNS	DNS	DNS	DNS	6,25	927
12	Jarik Beukers	DNS	DNS	DNS	DNS	DNS	DNS	6,04	862
13	Emiel Stoop	33,2	DNS	DNS	DNS	DNS	DNS	5,03	836

Plek	Naam	150m	600m	80mH	Speer	Kogel	Hoog	Ver	Punten
1	Andrea Bouma	18,2	1:45,3	12,7	27,36	11,69	1,52	4,65	4220
2	Kimberley Booi	19,0	1:59,9	12,8	31,56	11,19	1,57	4,98	4093
3	Lianne van der Zwet	20,5	2:07,7	12,6	25,95	10,67	1,47	4,75	3657
4	Juliëtte Pluimert	19,6	1:55,9	12,9	23,03	10,35	1,42	4,04	3580
5	Lotte van Stijn	19,8	1:47,3	16,3	23,75	8,63	1,42	4,49	3408
6	Anneloes Pluimert	21,0	1:54,1	13,9	26,41	10,11	1,22	4,43	3356
7	Lianne Daan	21,0	1:56,3	15,7	30,71	9,23	1,32	4,21	3239
8	Carmen Oosterkamp	20,5	1:42,5	15,3	15,26	7,00	1,17	4,18	2983
9	Laurien van de Coevering	22,4	2:07,9	15,3	20,47	8,20	1,32	3,87	2743
10	Loes Vonk	23,5	2:14,0	18,2	15,35	7,78	1,22	3,59	2174
11	Maaïke Boon	DNS	DNS	14,1	26,42	8,97	1,42	DNS	1924

REDACTIENIEUWS

Uiterste inleverdatum kopij
vóór 16.00 uur op:
30 november 2016

Eén of meer nachtjes in Lisse, het hart van de Bollenstreek, in een knusse, gastvrije en romantische omgeving!



Vier kamers romantisch doch modern en eigentijds



Bed & Breakfast De Vier Seizoenen
Heereweg 224 • 2161 BR Lisse
0252-418023 • www.rdvs.nl

KANTINENIEUWS

Koffiekaarten zijn alléén geldig met trainingen, dus niet bij wedstrijden

WINNAARS KOFFIEKAARTEN

AUGUSTUS

Marly v.d. Riet
Elly Rietveld
Laurens v. Schie



SEPTEMBER

A-groep
Marian Buys
Jacqueline Hoogland



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 MAN VAN DE STATISTIEKEN



	baan/weg/indoor	maat	Meisjes Junioren A	geb	prespl	land	d.d.	
	Zweedse estafette		zie bij MC					
B	kogelstoten	4 kg	Zyna van de Poel	230797	12,10	Lisse	29 05 2016	
B	kogelstoten	4 kg	Zyna van de Poel	230797	12,42	Naaldwijk	25 09 2016	
	baan/weg/indoor	maat	Meisjes Junioren B	geb	prespl	land	d.d.	
B	speerwerpen	500 gr	Zyna van de Poel	230797	37,29	Haarlem	15 06 2014	
B	speerwerpen	500 gr	Lara Owobowale	230401	38,75	Alphen a/d Rijn	10 09 2016	
B	kogelslingeren	4 kg	Mariska Hoogkamer	230198	20,15	Bergen op Zoom	13 09 2015	
B	kogelslingeren	4 kg	Inge de Willigen	170699	24,75	Rotterdam	11 09 2016	
B	Zweedse estafette	1	Anne-Wil van Werkhoven	200401	2.24,00	Amstelveen	27 09 2015	
B	Zweedse estafette	2	Kimberley Booi	281100	2.24,00	Amstelveen	27 09 2015	
B	Zweedse estafette	3	Lara Owobowale	230401	2.24,00	Amstelveen	27 09 2015	
B	Zweedse estafette	4	Juliette Pluimert	050600	2.24,00	Amstelveen	27 09 2015	
B	Zweedse estafette	1	Rebecca Hulshof	010199	2.22,60	Hengelo	18 09 2016	
B	Zweedse estafette	2	Kimberley Booi	281100	2.22,60	Hengelo	18 09 2016	
B	Zweedse estafette	3	Lotte van Stijn	080299	2.22,60	Hengelo	18 09 2016	
B	Zweedse estafette	4	Juliette Pluimert	050600	2.22,60	Hengelo	18 09 2016	
	Zweedse estafette		zie bij MC					
	baan/weg/indoor	maat	Meisjes Junioren C	geb	prespl	land	d.d.	
B	speerwerpen	500 gr	Lara Owobowale	230401	35,30	Amsterdam	05 05 2016	
B	speerwerpen	500 gr	Lara Owobowale	230401	38,75	Alphen a/d Rijn	10 09 2016	
B	Zweedse estafette	1	Anne-Wil van Werkhoven	200401	2.22,51	Amstelveen	25 09 2016	
B	Zweedse estafette	2	Eveline de Jong	091201	2.22,51	Amstelveen	25 09 2016	
B	Zweedse estafette	3	Lara Owobowale	230401	2.22,51	Amstelveen	25 09 2016	
B	Zweedse estafette	4	Hieke Böhm	180901	2.22,51	Amstelveen	25 09 2016	
	baan/weg/indoor	maat	Meisjes Junioren D	geb	prespl	land	d.d.	
B	150 meter		Nimah Lommerse	070303	21,32	Leiden	29 04 2015	
B	150 meter		Nimah Lommerse	070303	20,37	Lisse	21 08 2016	
B	150 meter		Nimah Lommerse	070303	20,36	Amsterdam	04 09 2016	
	baan/weg/indoor	maat	Vrouwen Masters 70+	geb	prespl	land	d.d.	
B	kogelstoten	3 kg	Marga Kortekaas	NR 051045	8,44	Lisse	21 08 2016	
	baan/weg/indoor	maat	Aangepast Sporten M	geb	prespl	land	d.d.	
B	hoogspringen	T42	Jeroen Teeuwen	180692	1,71	Roosendaal	17 07 2016	
B	hoogspringen	T42	Jeroen Teeuwen	180692	1,74	Rio de Janeiro	BRA 09 09 2016	
	baan/weg/indoor	maat	Mannen Senioren	geb	prespl	land	d.d.	
B	1.500 meter		Arie Meeuwissen	020445	3.52,0	Amsterdam	07 08 1966	
B	1.500 meter		Simon Grannetia	280894	3.50,69	Huizingen	BEL 06 08 2016	
	baan/weg/indoor	maat	Jongens Junioren B	geb	prespl	land	d.d.	
B	1 Engelse mijl		Jeroen Habers	240491	4.54,7	Lisse	28 05 2007	
B	1 Engelse mijl		Zeb Beelen	291000	4.49,90	Lisse	21 08 2016	
	baan/weg/indoor	maat	Jongens Junioren C	geb	prespl	land	d.d.	
B	150 meter		Tom Vonk	130595	18,5	Oud-Beijerland	12 06 2010	
B	150 meter		Bas Meeuwenoord	030901	18,01	Lisse	21 08 2016	
	baan/weg/indoor	maat	Jongens Pupillen B	geb	pres	pl	land	d.d.
B	4 x 40 meter	1	David van Elk	040996	25,6	Amstelveen		17 09 2005
B	4 x 40 meter	2	Jelle van der Zon	030496	25,6	Amstelveen		17 09 2005
B	4 x 40 meter	3	Roel Teeling	110896	25,6	Amstelveen		17 09 2005
B	4 x 40 meter	4	Karel Peterse	270196	25,6	Amstelveen		17 09 2005
B	4 x 40 meter	1	Colin Groenendijk	150307	25,50	Amstelveen		24 09 2016
B	4 x 40 meter	2	Luuk van der Berg	160507	25,50	Amstelveen		24 09 2016
B	4 x 40 meter	3	Thijs Paddenburg	070507	25,50	Amstelveen		24 09 2016
B	4 x 40 meter	4	Boele Böhm	260107	25,50	Amstelveen		24 09 2016





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

NIEUWS VANUIT DE WOC

Activiteitenkalender 2016

dag	datum		OMSCHRIJVING ACTIVITEIT	LOKATIE
zo	30 Oct 16	29e	Scholierenbosloop VO- en BO-groepen 3 t/m 8 tevens CRA-bosloop	bos
zo	6 Nov 16		Z&Z-circuit / De Zilveren Turfloop	Mijdrecht
za	19 Nov 16		Indoorwedstrijd Pupillen + CD Junioren	Onderwater
zo	27 Nov 16	29e	LJ Sport Ter Specke Loop (Zorg & Zekerheid circuit) 5-10-15 km	weg/baan
za	26 Dec 16		Kerstcross	bos

NIEUWS VANUIT HET CRA

WANDELAARS IN KAAG EN BRAASSEM

Op zondag 4 september heeft een aantal wandelaars weer meegedaan aan de poldertocht in de gemeente Kaag en Braassem. De opbrengst van de loop is altijd voor het Liliane-fonds. Dit jaar was de start op boerderij 'Buitenverwachting' in Hoogmade. We werden verwelkomd op rijm door een heuse polderkoningin.

En daar gingen we, 10 km over dijken en door weilanden. Het weer was prima en we genoten van de polders en de mooie Hollandse wolkenluchten. Ook dit jaar waren er weer heel wat hekken om over te klimmen en te klauteren. Tiny ging er weer soepeltjes overheen, anderen hadden wat meer moeite. Onderweg in de weilanden was het ook wel oppassen voor alle koeienvlaaien. Marion stapte in een greppel en viel net naast zo'n verse vlaai.

Bij de molens bij de Does namen de molenaars alle tijd om te vertellen over hun werk, heel interessant. Onderweg waren er diverse stempelposten met koffie en muziek. Alles was prima verzorgd door de plaatselijke ijsclubs. Op naar de finish, weer terug naar Hoogmade. En natuurlijk gingen we dan weer op de foto met een vers geslagen medaille. Monique Velzenboer (ex- shorttrackster) nu fotografe, was er weer als ambassadrice voor het Liliane fonds.

Volgend jaar weer, zondag 3 september 2017, dan vanuit Roelofarendsveen.

Anneke van der Veeke



Foto's gemaakt door: Monique Velzeboer en Erna Rotteveel

Flitsende start Wintercircuit met SPOC-CRA Kermisloop



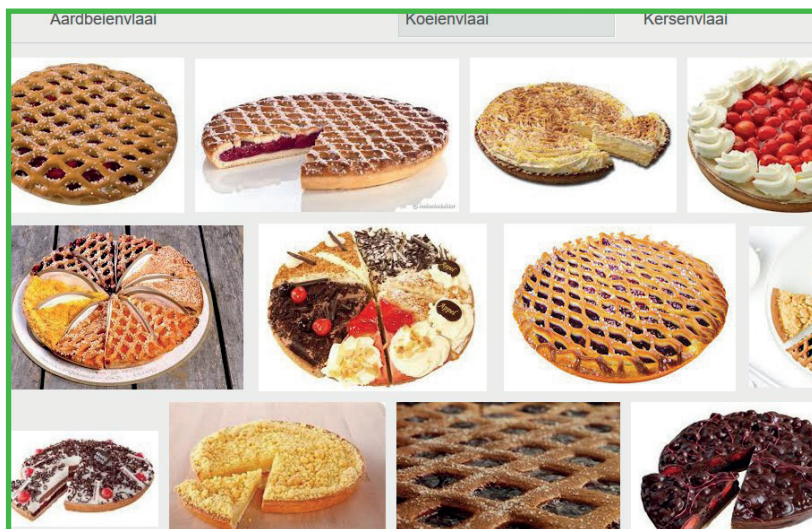
Eindelijk was het dan zover na een lange warme zomer: Het wintercircuit ging **dinsdag 27 september** van start. Niet dat het koud was, want menig een stond in zomers tenue in de voortuin te kijken hoe wij voorbij zoefden tijdens onze 6km-sprint, maar toch: je moet een keer beginnen en dat is gelukt!

Een aantal weken eerder waren de voorbereidingen al in gang gezet: inschrijven na de trainingen en via email leverden vele deelnemers op (130) en daarmee was de loop en hopelijk ook het hele wintercircuit goed geland bij De Spartaan. Op de avond zelf haastten diverse mensen zich nog om een startnummer te bemachtigen en rond 19:00 vertrokken deelnemers naar de Achterweg waardoor zijn gelijk een korte warming-up achter de rug hadden. Voor de Joseph-school stonden nog vele andere Spartanen en Lissenaren om aan het evenement deel te nemen en een gezellige drukte onder prettige weersomstandigheden bepaalde het sfeerbeeld voorafgaand aan het startschot.

Duidelijk was dat er diverse broodlopers tussen de atleten verscholen zaten, herkenbaar aan serieus inlopen/ kijken en vervolgens een goede startpositie trachten te bemachtigen. Daarnaast ook vele sportieve deelnemers die een goede tijd voor zichzelf als prestatie loop gingen neerzetten waarbij met naaste buurman of -vrouw de juiste tactiek nog even werd doorgenomen in het collectieve startvak.

Veel tijd was er niet, het startschot viel redelijk op het geplande moment en weg was de ontembare meute. Snel de hoek om rechtsaf waarbij we direct een uitdaging hadden langs parcoursgevaarlijke obstakels en werden hierbij geleid door Jos en Theo die met gevaar voor eigen leven een soort niets ontziende Pamplona-horde moesten zien te sturen en dat 6 ronden lang. Na ronde een stonden zij echter nog fier overeind en rotsvast hun fort te verdedigen dus dank namens alle lopers voor deze helden!

Het deelnemersveld rekte al snel uit en allemaal vonden we ons stabiele tempo waarbij menig een na 2 of 3 ronden al weer werd ingehaald door de echte SPOC-racers. Het blijft een fantastisch gezicht als je zelf al denkt dat je goed bezig bent en er komen ineens een paar van die straaljagers langs gesuisd. Publiek



was er volop: het parcours was niet heel lang en vanaf diverse opritten werden de lopers enthousiast aangemoedigd en goed bewaakt door de verkeersregelaars konden we elke straathoek veilig de bocht om. Zo streed ieder zijn persoonlijke strijd of perste er nog even een sprintje uit de laatste meters alvorens over de finish te komen. Daarna even een rondje uitlopen en op naar het volgende festijn in onze eigen Spartaan-Kantine: Immers Leo Onderwater vierde zijn 65e verjaardag en nu we toch maximaal aanwezig waren vond hij (en wij) dit een uitstekend moment om na de loop te trakteren op koffie met taart: Geweldig plan Leo! We hebben er graag

aan meegewerkt om dit ten uitvoer te brengen! Al met al een hele gezellige en goed verlopen sportavond waarbij we kunnen stellen dat het Wintercircuit is gestart, Leo nog lang niet echt oud is en De Spartaan weer optimaal heeft gepresteerd en de sportieve eer tijdens de Kermisloop heeft hoog gehouden.

Wij hopen iedereen de volgende Wintercircuit-loop weer te mogen ontvangen in Warmond bij de **6e loop tegen Kanker**. Check de CRA-flyer voor meer details en houdt de omroepen in de gaten op de trainingsavonden.

Loek van Saase

Wintercircuitkalender 2016-2017

Hardlopers – Sportief wandelaars – Nordic walkers



De Commissie Recreatie Atletiek (CRA) organiseert het wintercircuit. Regelmatig is er een loopevenement met een competitie-element voor de hardlopers. Meedoen is belangrijker dan winnen. Dit seizoen wordt ook de 6e loop tegen kanker meegeteld in de competitie bij deelname hieraan.

(SW/NW) = Sportief Wandelen/Nordic Walking

(H) = Hardlopen

Maand	Datum	Tijd	Omschrijving
September	Di 27-09-16	19:20 u	Wintercircuit: Kermisloop, voor Kort EN Lang: 6 km (H) Start en finish bij de St. Joseph-School, Achterweg 3-5, Lisse Deelname voor Spartaanleden gratis!
Oktober	Zo 09-10-16	10:00 u	Wintercircuit: 6e Loop tegen kanker, 10 km (SW/NW)
		11:00 u	Wintercircuit: 6e Loop tegen kanker, 5 km of 10 km (H) Start en finish bij Sporthal de Geest, De Geestlaan 27, Warmond Deelname (SW/NW) kost € 5,00. Dit bedrag gaat naar het goede doel. Het totale inschrijfgeld (SW/NW) is € 10,00 maar de Spartaan betaalt € 5,00. Deelname (H) kost € 7,50. Dit bedrag gaat naar het goede doel. Het totale inschrijfgeld (H) is € 12,50 maar de Spartaan betaalt € 5,00. (zie ook: www.lopentegenkanker.nl)
Oktober	Zo 30-10-16	10.00 u	Wintercircuit: Leidsevaart route, 7.5 km of 13 km (SW/NW)
		?	Wintercircuit: Bosloop, 5 km of 10 km (H) Start en finish (H) in het keukenhofbos Starttijd voor (H) moet in overleg met de organisatie van de scholierenbosloop nog vastgesteld worden.
November	Zo 27-11-16	10.00 u	Wintercircuit: Rondje Lisse, 6.5 of 11 km (SW/NW)
		11.00 u	De Ter Speckeloop (Z&Z-circuit), 5 km of 15 km (H) Start en finish bij AV de Spartaan
Januari	Zo 15-01-17	10.00 u	Wintercircuit: Rondje Duin en strand, 8 km of 10 km (SW/NW)
		11.00 u	Wintercircuit: Duin en strandloop, 3,5 km of 10,7 km (H) Start en finish restaurant Nederzandt bij Langevelderslag
Februari	Zo 12-02-17	10.00 u	Wintercircuit: Verrassingstocht (SW/NW)
		11.00 u	Wintercircuit: Halve Marathon of 9 km (H) Start en finish atletiekbaan
Maart	Zo 05-03-17	11:00 u	Wintercircuit: Reserve Coopertest, 12 minutenloop (H) (voor wie op 12 maart niet kan) Start en finish atletiekbaan
Maart	Zo 12-03-17	10:00 u	Wintercircuit: Wandeling vanaf de baan (SW/NW)
		11:00 u	Wintercircuit: Coopertest, 12 minutenloop (H) Start en finish atletiekbaan Einde competitie met prijsuitreiking en feestelijke afsluiting
April	25-4-2017	19:00 u	Voorjaarsstafette (gezellige afsluiting Winterseizoen met fantastische prijzen....)

Voor meer informatie zie onze website: www.avdespartaan.nl

Theo Edens

Willem van Klink

Rob van der Linden

Donna van der Niet

Loek van Saase

Wim Schouten (vz)

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 zaken
oog voor de mens

- accountancy & administratie
- belastingadvies & financiële planning
- salarisverwerking & HRM advies
- accountantscontrole

www.kromhoutlisse.nl

Kanaalstraat 270e 2161 JZ Lisse T. 0252 417 450 E. accountants@kromhoutlisse.nl



Wij bieden pasklare oplossingen voor elk financieel dilemma, zowel op het werk als in de privésfeer.

Bij elke financiële situatie voor nu, straks of later kunt u vrijblijvend contact met ons opnemen voor een onafhankelijk advies.



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

VOLKSUNIVERSITEIT LISSE

Zin in een leuke cursus, workshop of lezing?
Inschrijven? Ja natuurlijk!!!

Alleen nog even kiezen Hoe doet u dat? Gewoon online!

Op onze website ziet u aan de linkerkant het cursusaanbod, kiezen en steeds doorklikken,
dan komt u vanzelf bij meer informatie en het aanmeldingsformulier.

Kijk voor meer informatie over data, tijden, prijzen en het aantal lessen op onze website:

WWW.VOLKSUNIVERSITEIT-LISSE.NL

Openingstijden:

van september 2016 t/m april 2017
maandag t/m donderdag van
10.00-12.00 en 19.00-22.00 uur
vrijdag 10.00-12.00 uur

NIEUWS VAN DE COMMISSIE JEUGD ATLETIEK

Het laatste stukje zomerseizoen.

Wat een prachtige afsluiting hebben we gehad. Veel mooie wedstrijden in het laatste deel van het zomerseizoen 2016.

Het begon met de afsluitende ZHM wedstrijd voor de pupillen in Reeuwijk. Traditioneel werd deze wedstrijd afgesloten met heel veel medailles en bekens. Na afloop ging iedereen met een herinneringsmedaille naar huis, de MPB zelfs met een medaille voor het beste team van de dag. Daarnaast kregen vele Spartanen een beker in het prestatie- en het aanmoedigingsklassement. Podiumplekken waren er bij de JA2 (Vincent Franken 2^{de}) en bij de MPB (Julia Pietersen 3^{de}).



Vervolgens was het de beurt voor een grote delegatie CD jeugd, die met maar liefst 3 teams waren geplaatst voor de landelijke finale van de CD competitie. En de C meiden hebben kennelijk een abonnement op de 3^{de} plaats want alweer stonden zij op plek 3 van het ereschavot. Goed gedaan meiden!

Het laatste weekend van september is traditiegetrouw gereserveerd voor de Nationale Estafette kampioenschappen in Amstelveen. De pupillen kwamen op zaterdag in actie, zondag was de dag voor de C en D junioren. Zaterdag lieten de jongen Pup B (Colin, Luuk, Thijs en Boele) de concurrentie achter

zich op de 4 x 40m en zetten meteen even het clubrecord scherper. Goed om te weten dat het nieuwe talent zich alvast heeft gemeld.

De gevestigde talenten (Anne-Wil, Eveline, Lara en Hieke) van de MC leverden zondagochtend een fantastische prestatie door op de Zweedse estafette het net opgedroogde record van de MB te verbeteren. De 2.22.51 is nu goed voor een clubrecord bij de Jun C, B en A.

Tenslotte hadden we de tweede Marga Kortekaas Spelen, onze eigen afsluitende onderlinge wedstrijd. Met meer dan 80 aanmeldingen was het een drukte van belang. Iedereen kreeg van Marga na de afsluitende 600m/1000m een medaille, wat een feest.

De CD moesten het hele weekend aan de slag. In alle groepen was het spannend, maar uiteindelijk werden Willem Olsthoorn (JC), Lara Owobowala (MC), Gijs Jansen (JD) en Nimah Lommerse de winnaars.

Het winterseizoen

Wat gaat het komende winterseizoen brengen? Allereerst gaan we in November weer doorschuiven naar de volgende groep. Dat betekent met name voor de A2 pupillen grote veranderingen. Zij verlaten de middag en gaan in het vervolg 's avonds trainen. Deze overgang wordt zoals gebruikelijk gevierd met de uitreiking van de Dick de Vroomen Bokaal, met aansluitend een clinic en afsluitende maaltijd. De C2 jeugd verlaat ook onze groep en gaan trainen bij de wedstrijdathleten.

Eind oktober hebben we een ouderavond voor alle pupillen en CD jeugd.

Eind november hebben we onze eigen indoorwedstrijd in de hallen van Onderwater. Daarnaast starten voor de pupillen in December de Quatrocross (4 crossen bij verenigingen in de regio) en de loopjes voor CD jeugd. Aanmelden voor deze crossen kan via de website. Veel plezier en succes bij alle (sport)activiteiten.

CJA Voorzitter Wim Bouma

22-23 oktober	CD	MIR-kamp	
19 november	Pup CD	Indoor Onderwater	Lisse
10 december	Pup	1 ^{ste} Quatrocross	Voorschoten
21 januari	Pup	2 ^{de} Quatrocross	Leiden
4 februari	Pup	3 ^{de} Quatrocross	Lisse
(4 maart)	Pup	(reserve Quatrocross)	
11 maart	Pup	4 ^{de} Quatrocross	Katwijk

VANUIT DE C/D HOEK

NIMAH LOMMERSE EN GIJS JANSEN, CLUBKAMPIOENEN D-JUNIOREN

(door Joost Valk)

In het weekend van 1 en 2 okt, met die mooie zaterdag en die vreselijke natte zondag, werd het wedstrijdseizoen afgesloten met een meerkamp voor de junioren. 14 JD en 11 MD stonden aan de start voor de diverse onderdelen.

Bij de MD wist iedereen dat het een tweestrijd zou worden tussen Nimah en Roxy. Net als vorig jaar ging Nimah na 5 onderdelen aan de leiding en leek Roxy met een sterke afsluitende 600m. er met de winst er vandoor te gaan. Nimah liet zich nu echter niet meer verrassen en gaf alles op die laatste afstand. Het puntentotaal was met een foto-finish-achtig verschil van 3 pnt. in het voordeel van Nimah. De MD hebben er met de hele groep een leuk en vooral sportief weekend van gemaakt. Veel flinke verbeteringen van de pr's en ook De Spartaanranglijsten bij de MD zijn na dit seizoen weer eens opgeschud door deze groep.

De wedstrijd bij de JD werd bepaald door de 2^e jaars Gijs en Matthijs, gevolgd door Stijn, Melle en Bas. Gijs bleek uiteindelijk de sterkste, met een voorsprong van 448 punten. mag hij een jaar lang de grote wisselbeker in huis hebben. De prestaties van alle deelnemende jongens waren opvallend, want op de 112 onderdelen, incl. het puntentotaal, werden maar liefst 82 pr's verbeterd. Voor een aantal was dit hun eerste meerkamp; het was goed om te zien dat veel jongens, ondanks dat ze niet mee konden doen voor de prijzen, serieus met hun meerkamp bezig waren.

Allemaal veel succes in het volgende atletiekseizoen!

	Naam	80m	1000m	80H	speer	kogel	hoog	ver	punten
1	Gijs Jansen	10,9	03:39.3	14,1	25,37	8,06	1,41	4,6	3410
2	Matthijs Valten	11,9	03:40.8	16,5	29,25	8,94	1,26	4,09	2962
3	Stijn Hooijman	11,6	03:37.0	16,9	19,95	6,44	1,31	4,18	2758
4	Melle de Fuijk	11,4	04:29.2	16,6	19,47	6,27	1,31	4,11	2526
5	Bas Fransen	12	04:07.4	16,6	19,82	7,48	1,26	3,78	2506
6	Giovanni Cozijn	12,4	04:11.1	17,6	17,92	7,63	1,36	3,99	2464
7	Rens Altorf	12,2	03:28.0	17,4	11,86	4,28	1,26	3,67	2246
8	Job van Leeuwen	12,6	04:09.6	17,5	18,75	5,61	1,16	3,7	2143
9	Marnix Hettema	11,9	DNS	DNS	25,82	7,3	1,31	3,82	2111
10	Tibbe Nijgh	13	04:17.4	18	12,65	5,91	1,21	3,55	1928
11	Jarique Hazel	13,2	03:42.3	18,9	15,65	4,17	1,01	3,08	1740
12	Stef den Elzen	12,7	04:30.8	22	14,88	5,01	1,06	3,38	1581
13	Justin de Groot	13,3	03:58.7	21,9	12,58	4,93	1,06	3,16	1551
14	Bryan Kaak	13,4	03:41.8	19,8	12,46	4,78	NM	2,98	1378

	Naam	600m	60H	speer	kogel	hoog	ver	punten
1	Nimah Lommerse	02:02.1	9,8	20,74	10,77	1,41	4,58	2986
2	Roxy Ramars	01:52.3	10,4	22,09	10,43	1,36	4,55	2983
3	Mandy Duinkerken	01:52.1	11,2	20,79	7,97	1,26	4,01	2563
4	Phebe Goedhart	01:52.7	11,9	17,29	7,83	1,31	3,91	2426
5	Jasmijn Bloemheuvel	01:53.2	12,6	17,03	6,53	1,31	3,7	2235
6	Jelka Böhm	02:23.0	12,1	14,78	7,29	1,41	3,97	2113
7	Alyssa Riksen	01:57.1	13,2	13,6	7,46	1,21	3,8	2064
8	Tessa de Wit	02:08.3	13,3	16,23	8,37	1,16	3,78	2004
9	Fleur Smeets	02:20.7	13,6	22,67	6,55	1,11	3,59	1819
10	Iris Hulsbosch	02:21.7	14,1	14,88	7,49	1,21	3,39	1709
11	Desi van Rijswijk	02:30.2	DNS	11,92	5,63	1,01	2,89	1036



C/D winnaars en winnaressen



Uitslagen C-junioren

	Naam	150m	600m	80mH	speer	kogel	hoog	ver	punten
1	Lara Owobowale	19,3	01:48.5	12	33,37	10,72	1,47	5,25	4273
2	Anne-Wil v.Werkhoven	20	01:43.7	12,4	21,09	7,63	1,52	5,35	3933
3	Hieke Böhm	20,6	01:52.4	12,3	27,79	8,26	1,42	4,64	3699
4	Rachel van der Veek	21,1	01:56.8	12,8	27,8	8,38	1,37	4,62	3510
5	Kiki Banning	21,9	02:01.6	14,7	21,55	8,34	1,37	4,27	3038
6	Shana van Vuuren	23,4	01:57.7	15,9	28,32	9,38	1,32	3,56	2874
7	Femke Daan	23,3	01:59.6	16,5	19,12	6,7	1,32	3,79	2559
8	Doortje Roodenburg	22,4	DNS	DNS	18,96	7,17	1,37	3,83	1985
9	Sophie Koot	23,2	02:17.5	16,6	15,75	7,06	1,12	2,7	1972
10	Eveline de Jong	DNS	DNS	12,4	DNS	NM	1,47	DNS	1226
11	Eva van Dam	23,5	DNS	18,4	DNS	6,01	1,17	DNS	1172

		100m	1000m	100mH	speer	diskus	kogel	hoog	ver	punten
1	Willem Olsthoorn	12,7	03:07.8	15,5	37,62	27,85	11,67	1,62	5,09	4975
2	Bas Meeuwenoord	11,9	02:55.8	15,7	26,26	20,19	8,1	1,42	5,21	4568
3	Guus Tulen	12,4	03:18.9	16,8	28,64	26,72	9,05	1,52	5,52	4560
4	Michael Bouma	12,3	03:17.9	16,9	31,29	27,76	8,19	1,47	4,83	4413
5	Sven Hazenoot	12,9	03:28.4	17,2	27,83	25,84	10,44	1,47	4,91	4276
6	Jochem van Stijn	13	02:57.5	17,4	21,7	19,63	8,82	1,47	4,98	4199
7	Merlijn van der Lans	13,2	03:40.3	20	30,77	20,78	9,29	1,42	4,79	3826
8	Stijn Lammers	13,3	03:31.7	22,7	19,48	24,21	7,23	1,27	4,27	3272
9	Wessel Steenvoorden	14,5	03:35.4	21,3	17,73	15,92	5,89	1,42	3,92	2941
10	Niels van Beek	14,6	03:54.3	22,8	15,93	17,88	6,54	1,27	4,09	2720

Laatste nieuws:

Gijs Jansen en Stijn Hooijman 1&2 tijdens meerkamp JD in Voorschoten op 09-10-2016.
Melle de Fuik 4e. Job van Leeuwen 6e. Veel PR's!



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



www.bril-jant.nl
info@bril-jant.nl

www.avdespartaan.nl

PUPILLENIEUWS

Beste pupillen,

Dit is voorlopig de laatste tussenstand van het puntenklassement die wordt afgedrukt.

De laatste ZHM wedstrijd van 27 augustus is hierin verwerkt.

De eindstand wordt, met de punten van de 2^e Marga Kortekaas Spelen erbij geteld, tijdens de Pietentraining bekend gemaakt.

Eventuele vragen omtrent het puntenklassement kunnen jullie richten aan roonenbriepieterse@casema.nl

Groetjes Brigitte



Tussenstand puntentelling pupillen

	Mini pupillen Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Siebe Holleman	18	15	1	20	54
2	David Kaptein	10	15	2	18	45
3	Ben van Dorsselaer	10	15	2	16	43
4	Storm Lingbeek	4	11	0	0	15
5	Jakub Jurczyszyn	4	6	0	0	10
6	Max Loefs	2	6	0	0	8
7	Stijn van Wolfswinkel	2	5	0	0	7
	C pupillen Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Ties Zuiderduijn	18	17	3	10	48
2	Thijs Berger	16	15	0	8	39
3	Valentino Clemens	14	11	1	6	32
4	Wess Waasdorp	10	11	0	0	21
5	Thijs van Wetten	4	0	0	0	4
	B pupillen Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Boele Böhm	22	17	4	12	55
2	Robin Trap	20	15	0	12	47
3	Luuk van den Berg	16	15	2	12	45
4	Thijs Paddenburg	16	15	2	8	41
5	Duncan Arrachart	16	15	1	6	38
6	Colin Groenendijk	10	10	2	12	34
7	Florian Bloemheuvell	8	10	2	4	24
	A1 pupillen Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Youri Feijt	24	16	0	20	60
2	Raemon Baak	22	16	4	14	56
	Wout Vermeij	20	16	2	18	56
3	Tim Philipse	22	16	2	14	54
4	Finn Leukel	22	16	4	8	50
5	Ryan Bootsma	18	16	0	10	44
6	Sipho Diderik	14	15	1	8	38
7	Thijs Oudshoorn	16	10	3	6	35
8	Jasper Stokman	14	10	1	8	33
	Dani Dijkstra	8	15	2	8	33
9	Moreno Seijsener	10	15	0	6	31
10	Siebe van Leeuwen	6	11	0	4	21
11	Ennio Giltay Veth	4	11	0	0	15
12	Rens van Haaster	4	10	0	0	14
	A2 pupillen Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Symen Grimbergen	22	17	2	14	55
2	Michalis Analytis	22	16	1	14	53
3	Vincent Franken	22	17	1	6	46
	Menno Willems	12	17	1	16	46
4	Luuk Pieterse	20	17	1	6	44
5	Alje Stip	16	16	1	10	43
6	Cas Werter	16	14	2	6	38

	A2 pupillen Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot
7	Morris Jager	10	16	1	6	33
8	Nick Duinkerken	18	13	1	0	32
9	Jari Langelaan	6	6	0	0	12
10	Bruno Bangu	2	6	0	0	8
	Mike Bruggeman	2	6	0	0	8
	Mini pupillen Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Milou Heidinga	18	17	4	20	59
2	Isa Philipse	12	17	6	14	49
3	Michelle Gillissen	10	15	1	14	40
4	Valerie Willemsen	12	7	0	2	21
5	Lindsey Clemens	8	11	0	0	19
6	Rosanne Bruggeman	2	6	0	0	8
	C pupillen Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Tessa Verhoeven	20	17	3	20	60
2	Emma Ouwehand	16	15	3	6	40
3	Amber Nuis	2	6	0	0	8
4	Zoë Llewellyn	2	0	0	0	2
	B pupillen Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Julia Pieterse	20	17	1	8	46
2	Marit Hoogeveen	20	16	1	8	45
3	Esmee Lommerse	18	15	2	8	43
4	Eva de Jong	10	15	4	10	39
5	Fenne Kauffman	12	17	1	8	38
6	Senna Opdam	2	5	0	0	7
7	Manoe Heemskerk	2	4	0	0	6
	A1 pupillen Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Sofie Heidinga	24	16	5	16	61
2	Jarit van der Ven	22	15	1	10	48
3	Isa Kovács	16	15	0	6	37
4	Maud van Noort	10	15	2	8	35
5	Steffanie Gillisen	14	15	0	2	31
6	Gioia Remkes	12	11	0	0	23
7	Linde van Mieghem	6	6	1	0	13
	A2 pupillen Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Hilde Baak	22	16	1	16	55
2	Mijlan Nieuwenhuisen	20	15	4	10	49
3	Kaja van den Berg	18	10	1	8	37
4	Cassandra Koopman	18	15	0	2	35
5	Anouk van der Meer	8	15	0	4	27
6	Paris Duivenvoorden	14	6	0	4	24
7	Rosa Meurs	12	9	0	2	23
8	Tessa de Visser	4	10	0	2	16
9	Elke Faas	4	11	0	0	15

JONGENS PUPILLEN-B NEDERLANDS KAMPIOEN 4 X 40 METER



Zaterdagmorgen 24 september vroeg uit de veren. Rolgordijn omhoog om te zien hoe het weer was. Zag er allemaal goed uit. Het zonnetje scheen in ieder geval. Alleen was mijn vraag op dat moment: blijft het zo? Vandaag gaan we namelijk naar de NEK (Nederlandse Estafette Kampioenschappen) in Amstelveen. Aan regen dus géén gebrek. Maar ja, we hebben het niet voor het zeggen!

Samen met Jan Beijck en de familie Duinkerken op naar AV. Startbaan. Bij het betreden van de atletiekbaan kwamen nog vroeger uit de veren gekropen Spartaanvogels ons al tegemoet. Tentje opgezet, een bakkie doen en nu maar afwachten of iedereen er op tijd is. Nadat alle A- En B-pupillen zich gemeld hadden konden we de startnummers op gaan halen. Het opspelden kon beginnen. Daarna met Jan een plekje buiten de baan zoeken voor de warming-up. Nog even de wissels doornemen en dan op naar de start en de wisselpunten.

Heel wat gezichtjes stonden strak van de spanning vooral van de kinderen die voor het eerst aan zo'n kampioenschap deel namen. Gelukkig stonden er bij alle punten Spartaan mensen, die de kinderen op hun gemak konden te stellen.

Als toeschouwer moet je wel bij de les blijven want in luttele secondes is de race voorbij. Slechts 7 á 9 tellen is je kind aan de bak. Maar met alle voorbereidingen (4x een extra estafette training), de sfeer rondom de baan en de goede organisatie is het een evenement dat ik voor géén goud zou willen missen.

En als dan nog één van onze teams op de hoogste trede van het podium komt te staan, dan kan mijn dag helemaal niet meer kapot.

Dank aan iedereen die dit gebeuren tot een groots gebeuren heeft gemaakt.

OP NAAR HET NEK VAN 2017.

Marga

Verslagen van kinderen en ouders

Het was een mooie dag voor het NEK estafette. De zon scheen hoog aan de hemel, dus de dag kon eigenlijk al niet meer stuk. Voor het 2de jaar mocht Luuk meedoen aan het NEK estafette, de voetbal werd er voor afgezegd (die overigens wel meeleeft, en trots waren op hun teamgenootje) en wij togen om kwart voor 10 richting Amstelveen. Er waren geen verwachtingen, want we wisten niet hoe goed de rest had geoefend. De kids vermaakten zich prima met meegebrachte spelletjes en de laatste training (inloop). Toen de B pupillen begonnen zaten de mannen in de 2de serie. De eerste serie zette een tijd neer van 26 en een beetje, dat moest dus ingehaald worden. De mannen begonnen goed, Colin was snel weg en het overgeven van de stok aan Luuk verliep prima, ook de de wissels bij Thijs en Boele liepen gesmeerd (dit natuurlijk dankzij de inspanningen van de trainers, waarvoor onze dank!) en de mannen stevende af naar de overwinning. Het werd een fotofinish waarbij het voordeel werd uitgesproken voor De

Spartaan met een tijd van 25,50 sneller dus dan de eerste serie. Spannend, nog 1 serie te gaan. Die liepen ook een tijd van 26 en dus was de overwinning een feit! Trots waren wij als ouders en ook de andere toeschouwers. Bij Luuk moest het even inklinken, die geloofde het niet meteen, maar was wel heel blij. Een ervaring en medaille rijker gingen we rond kwart voor 2 weer naar huis. Trainers dank voor jullie inspanningen!

Mieke van den Berg (mama van Luuk)

.....Ik was heel zenuwachtig. Ik moest als tweede starten we gingen heel goed, maar het zat heel dicht bij elkaar. Ik was er heel blij mee dat we wonnen, het was daarna ook nog leuk. **Luuk van den Berg (JPB)**



.....Na lang wachten en hopen, kwam op 20 augustus dan eindelijk het bericht van Marga. Ik mocht meedoen met het NEK in Amstelveen. Ik was er super, super, super blij mee!

We kregen 4 extra trainingen om te kijken in welke volgorde het beste was en hoe we goed konden wisselen. Dit betekende soms 3x per week trainen, maar dat gaf helemaal niks. Ik mocht als startloper beginnen, daarna kwam Luuk, daarna Thijs en Boele liep als laatste.

Toen was het eindelijk 24 september...

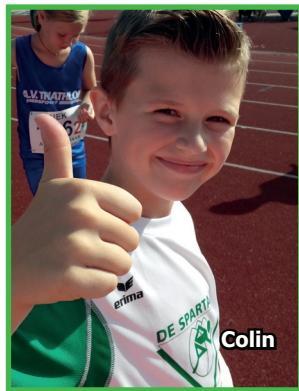
Samen met Esmee zijn we naar Amstelveen gegaan waar we ons om 10.15 uur moesten melden. Na even wat gespeeld te hebben, gingen we rond 11.00 uur de warming up doen met Jan. Daarna was het wachten tot onze serie. Wij moesten starten in de 2^e serie van de JPB.

Rond 11.45 uur gingen we allemaal naar ons eigen 'start plekje'. Marga ging met mij, Marit, Menno en Mijlan naar de startblokken. We hebben nog even geoeftend met het startschot van de series voor ons en toen was het echt tijd...

Ik moest de startblokken goed zetten en deed een oefenstart met Marga. Daarna moest ik achter mijn nummer gaan staan en begon de start. Ik was een beetje zenuwachtig, maar mijn moeder vond me heel rustig en geconcentreerd. Ik had een goede start en de wissel op Luuk ging goed. De wissels van Luuk op Thijs en van Thijs op Boele waren slecht te zien, omdat het wat verder op de baan was. Ook de finish van Boele kon ik niet goed zien, ik wist dus echt niet hoe we gefinisht waren. Wel was het heel dichtbij elkaar, dus moesten we wachten op de uitslagen.

Natuurlijk hebben we daarna de andere ploegen aangemoedigd. Zij deden het ook super!

Nog steeds was onze uitslag niet binnen, de andere wisten al wel hoe ze het gedaan hadden, maar wij nog steeds niet. Iedereen hield ook via internet de uitslagen in de gaten, maar ook daar stond nog niks.



En toen kwam eindelijk de uitslag: **WE HADDEN GEWONNEN!!!!!!!**

Het was een heel spannende finish. Wij waren 1^e met 25.50, de 2^e hadden 25.54 en de 3^e 25.98. Het zat dus echt heel dicht bij elkaar. Maar dat maakte allemaal niks uit, we waren 1^e!!

We kregen een echte officiële medaille ceremonie. Met muziek en medailledraagsters. We kregen ook nog een bosje bloemen.

Daarna weer terug naar huis en iedereen bellen en berichtjes sturen. Iedereen was super blij voor ons!

Ik vond het een hele leuke dag, met een super resultaat. Ik hoop dat ik volgend jaar weer mee mag doen.

Groetjes **Colin Groenendijk (JPB)**

O ja, we hebben ook nog het clubrecord gelopen. Dit stond al sinds 2005!

Hallo allemaal

Wij hebben mee gedaan aan de *Nederlands estafette kampioenschap*. Dat ging best goed. Wij waren best snel en goed. We zijn niet op het podium gekomen. Maar wel 8^{ste} geworden. Dat was heel knap. We hebben het stokje aan de overkant gekregen en niet laten vallen. Daarna gingen: Julia, Fenne, Nick, Anouk en Luuk samen eten. Toen hadden we een kindertafel samen. Toen gingen wij tikkertje doen. Dat was grappig. Wij gingen allemaal door de bosjes heen lopen. Toen vielen wij er in. Dat deed best zeer. Maar was ook grappig. Toen gingen we eten en toen hadden we een wesp. Toen waren we wespenvangers. Fenne, Julia Luuk en Nick vonden het eng en gingen vluchten. Uiteindelijk had Anouk de wesp gevangen. Daarna gingen wij een dansles nemen. Dat was een groot scherm met reclame. Dat deden wij na. Dat was een groot succes. Toen we daar heen liepen zagen wij Gerard Joling. Dat was heel vet. We zijn ook op de foto geweest met hem.



Groetjes Julia Pieterse en Fenne Kauffman (MPB)

.....Wat leuk, Marit mag mee doen met het NEK estafette op 24 september, las ik in de mail een aantal weken geleden. 2 weken extra trainen, vond ze geen probleem. Samen met Esmee, Julia en Fenne zat Marit in het team. Tijdens de extra trainingen hebben ze goed geoefend. Leuk om tijdens de trainingen te kijken hoe een estafette nou precies gelopen moet worden. Er waren toch echt een paar dingen die ik er nog niet van wist. Marit vond de trainingen erg leuk maar was wel blij toen het eindelijk 24 september was. Samen gingen we met een klein beetje gezonde spanning de auto in richting Amstelveen. Gelukkig hadden we snel een parkeerplekje gevonden zodat we snel de andere kinderen van De Spartaan konden gaan opzoeken.

Op het terrein van AV Startbaan was het al gezellig druk en werd de tent van De Spartaan al neergezet. Daar hebben we gezellig met alle andere ouders en kinderen gezeten. Eindelijk was het tijd om te gaan inlopen, de energie een beetje kwijt raken. Daarna gingen de B pupillen naar hun eigen plek om te starten. Het werd toch wel een beetje spannend, hoe zou het gaan?

Marit mocht gaan starten, helaas had een ander meisje een valse start. Daarna ging het goed, ze startte goed en gaf het stokje mooi over aan Esmee. Die rende zo hard ze kon naar Fenne en Fenne weer naar Julia. Met een tijd van 26,79 hadden de meiden een mooie 8e plek.

Super leuk was dat de jongens pupillen B de snelste waren en kampioen zijn geworden.

Het was een erg leuke dag en leuk om mee te maken. Marit heeft er van genoten en ik ook.

Groetjes **Janine Hoogeveen**, moeder van Marit (MPB)



vlnr: Fenne - Julia - Esmee - Marit



vlnr: Mijlan - Cassandra - Hilde - Anouk

.....Ik vond het super leuk om mee te doen aan de NEK het was wel jammer dat we niet gewonnen hadden maar dat maakt toch niet uit vind ik want het gaat om de lol en niet om het winnen nou ja een beetje ook voor het winnen. Ook vond ik het leuk om te zien hoe de andere deelnemers het deden.

Het was ook super leuk om met z'n allen te genieten van de ervaring en het was ook heel leuk om te zien hoe de jongens pupillen B op de 1e plek staan.

Groetjes **Anouk van der Meer** (MPA2)

.....Wij waren te vroeg gekomen, wij zagen niemand van De Spartaan, geen vlag te zien (oeps!!). Maar het was normaal wij waren de eerste! Daarna heb ik de hele ochtend de broer en zus van Cassandra gezocht, waar zij gebleven waren, maar zij hebben het leuk gehad met de verzamelen van eikels!

Ik heb een tijdje naar andere kinderen gekeken, Wow ! Ik heb veel gezien; hoe snel zij waren maar ook een val, en diskwalificatie door een stap naast de baan, etc. Het laat me denken dat het ook met ons team kan gebeuren.

Daarna, eindelijk De Spartaan aan de beurt. Even kijken waar kan ik de beste foto's/film maken. Maar op de wisselplek, was altijd iemand van de organisatie die voor me stond en kon ik dus niets zien!!

Het was Cassandra's beurt, eindelijk !! Het duurde zoou lang voor dat de start begon. Op het moment van het startschot, had ik een steen in de maag en mijn lichaam was gespannen, daarna ging het zo snel, ik was zo bang om op het verkeerde knopje te drukken en om het fotoapparaat uit te zetten. Maar uit eindelijk, is er niets gebeurd. Zij hebben hun best gedaan, mooi om te zien. Ik het mijn dochter aangemoedigde en zei "gaat sneller", maar zij rent al als een jaguar !!!

Het was een mooie wedstrijd en ik ben zo trots op mijn dochter en op alle Spartaan teams die nog op het podium zijn gekomen op de EERSTE plaats !!!

Bedankt voor de mooie dag. (**mama** van Cassandra Koopman (MPA2)

.....Toen we aankwamen in Amstelveen waren er al veel mensen. Ook van De Spartaan waren er al veel aanwezig. We gingen met Jan nog even kort trainen en warmlopen. Voordat we echt moesten starten kregen Mijlan, Colin, Marit en ik nog tips van Marga.

En toen was het zo ver. Wij stonden in baan 6. Mijn start was heel goed, ik lag al snel op kop. Maar in het begin van het wisselvak gleed het stokje uit mijn hand nog voordat Nick hem kon overnemen.

Ik heb het stokje nog wel opgepakt en ben als een gek naar Nick gesprint. Helaas lagen we al zo ver achter dat we niets meer konden uithalen. Nick, Symen en Vincent hebben nog heel hard hun best gedaan, maar we werden toch laatste in onze serie. Ik was heel erg verdrietig en boos en moest ook huilen. Gelukkig waren de jongens niet boos op mij, maar wel waren we allemaal heel erg teleurgesteld. Toen ben ik met mijn ouders meteen naar huis gegaan. Thuis zagen we op de uitslagen dat we niet eens allerlaatste waren geworden. Dat is dus nog een beetje een troost. Hopelijk gaat het volgend jaar beter!

Menno Willems (JPA2)

.....Ik ben **Vincent Franken** (JPA2) en ik heb meegedaan met de NEK in Amstelveen, dat zijn de Nationale Estafette Kampioenschappen. Ik deed mee in de categorie jongens pupillen A. Ik was om 10:15 aanwezig.

Ik ging met de andere kinderen van De Spartaan in de bosjes spelen. Even later kregen we ons startnummer en gingen we inlopen. Daarna ging ik mijn spikes aantrekken en ging ik naar de plek waar ik moest starten. Het was een tijdje wachten tot ik aan de beurt was, maar eindelijk mocht ik gaan klaarstaan bij de laatste wissel in baan 6. Toen klonk het startsignaal, de eerste van ons was snel weg, maar toen liet hij helaas het stokje vallen, toen moest ik (als laatste) gaan sprinten, het lukte me niet meer om het goed te maken. We waren laatste in onze serie, maar niet laatste in de wedstrijd. We zijn 19e van de 24 geworden, ik ben wel blij voor de jongens pupillen B, die Nederlands kampioen zijn geworden.



2e MARGA KORTEKAAS SPELEN 1 OKTOBER 2016

Net zoals een week eerder bij de NEK ook weer vroeg opstaan. Om half 8 al op de fiets naar de baan om de puntjes op de i te zetten voor wat betreft het in orde maken van de baan. Tegen 09.00 uur komen de eerste pupillen binnen druppelen. De startnummers worden opgehaald en om 09.15 uur begint Jan onder een stralend zonnetje met het los maken van de spieren.

De 4 x 40 en de 4 x 60 meter staan als eerste onderdeel op het chrono. Uit elke leeftijdsgroep is een team gevormd. Het is helaas niet mogelijk om iedereen estafette te laten lopen. Zou misschien wel kunnen, maar dan moeten de kinderen al om 08.00 uur i.p.v. 09.00 uur op de baan zijn. Dat wil tevens ook zeggen dat de mensen van de kantine en de jury er vroeg moeten zijn. Zo vroeg beginnen is niet onze gewoonte.

Wat later dan gepland vliegt de jeugd uit naar de volgende onderdelen: 40 of 60 meter, kogelstoten, verspringen, balwerpen, hoogspringen en balstoten. 18 Minuten lang mogen ze hun kunnen tonen op deze disciplines. Daarna 3 minuten de tijd om van het ene naar het andere nummer te gaan. In de pauze krijgen de kinderen een bekertje limonade aangeboden.

Al rond lopend over de baan hoor ik hier en daar "ik heb een PR!" "Ik ook" zegt een ander. Hoeveel zullen het er die morgen geweest zijn? Heb geen idee, maar ik weet zeker dat het er een heleboel zijn.

Het laatste onderdeel gaat beginnen t.w. de 600 en de 1000 meter. Er zijn jongens en meisjes bij die voor het eerst in hun leven zo'n afstand moeten zien te overbruggen. Voor een enkeling was dit dan ook een zeer zware beproeving. Je kan het ook van de positieve kant bekijken: ze zijn weer een ervaring rijker.

De vermoeidheid verdween als sneeuw voor de zon want aan het einde van hun loop kregen alle kinderen een "gouden" Marga-Kortekaas-Spelen-medaille omgehangen. Alle Spartaan pupillen zijn voor mij namelijk gelijk. Maakt mij niet uit of je nou het hardst loopt, het verst springt, werpt of stoot of je wordt ergens laatste in. Iedereen doet tenslotte zijn/haar best om zo goed mogelijk voor de dag te komen.

Rest mij nog een woord van dank te brengen aan een ieder die geholpen heeft om deze 2e Marga Kortekaas Spelen tot een wedstrijd te maken waarop ik met heel veel genoegen terugkijk.

Marga

P.S.

Met dank ook aan de C/D-jeugd. Vanwege het uitlopen van het programma bij de pupillen konden zij pas een klein half uurtje later aan hun wedstrijd beginnen.

Verslagen van de kinderen



.....Ik vond de wedstrijden heel leuk, het was mijn eerste wedstrijd. Het leukste was hoogspringen en ook sprinten met mijn vriendinnen Kiki en Lindsey. Middelmatig vond ik balstoten. De limonade was heerlijk, bedankt voor de topdag tot volgend jaar Groetjes **Jill Munsterman** (MPC)

.....Zaterdag 1 oktober was mijn allereerste wedstrijd bij atletiek. Ik vond het spannend maar erg leuk.

Ik vond hoog springen een beetje moeilijk en ik vond bal gooien heel gaaf. Sprinten vind ik heel leuk en het ging heel goed. Kogelstoten vond ik het makkelijkst maar de kogels waren wel een beetje zwaar.

Bij de start van de 600 meter gingen we een beetje rustig aan en in het midden gingen we snel. Bij de finish was ik heel moe. Ik vond het heel leuk om ver te springen en ik ben heel blij met mijn nieuwe medaille. Volgende jaar wil ik graag weer mee doen aan de MK spelen.

Groetjes **Phileine Godefrooi** (MPB)





Robine

Thijmen Rosenbrand (JPC)

.....Dit was de eerste keer dat ik mee heb gedaan met een atletiek wedstrijd. Ik vond het leuk! De sprint, hoogspringen en kogelstoten vond ik het leukste om te doen. Deze onderdelen gingen ook het beste. In de lessen ga ik veel oefenen. Volgend jaar hoop ik weer mee te doen.

Robine Rosenbrand (Mini)

.....Het was een hele leuke ochtend. Ik vond het leuk dat we alle onderdelen konden doen. Mijn favoriet is het hoogspringen met de blauwe mat. Dat was echt heel erg leuk! Het meidengroepje vond ik heel gezellig. We konden lekker spelen tussen de wedstrijden. Het was wel heel vermoeiend om 1 1/2 rondje te rennen op het laatst. Ik ben heel trots op de medaille!



Thijmen

Interview met Sebastiaan Pluimert (mini- over Marga Kortekaas Spelen op 1 oktober)



Sebastiaan

[int] Hallo Sebastiaan, hoe oud ben jij?

[Sebastiaan] 6 jaar.

[int] En hoelang zit je al op atletiek?

[Sebastiaan] Weet ik niet.

[int] Al lang of nog niet zo lang?

[Sebastiaan] Ik ben al 5 keer wezen trainen.

[int] Heb jij zaterdag 1 oktober meegedaan aan je eerste atletiekwedstrijd?

[Sebastiaan] Ja!

[int] Vond je het leuk?

[Sebastiaan] Ja! Heel leuk!

[int] Welk onderdeel is je favoriet?

[Sebastiaan] De laatste (600meter)

[int] Waarom?

[Sebastiaan] Omdat ik het heel goed vond dat ik het deed en ik vond het heel leuk! Rennen vind ik heel leuk.

[int] Werd je niet erg moe?

[Sebastiaan] Jawel, maar ik kon nog wel ademen. Maar ik ging wel op mijn allerhardst!

[int] Welk onderdeel vond je nog meer leuk?

[Sebastiaan] Ik vond ze allemaal wel leuk!



Sebastiaan

.....Op 1 oktober waren de Marga Kortekaas Spelen. Gelukkig was het heel mooi weer. Het was leuk dat het een wedstrijd was met alleen Spartaan kinderen, dat is extra gezellig omdat we dan allemaal bij elkaar in hetzelfde team zitten. We moesten balstoten, kogelstoten, verspringen, hoogspringen, sprinten, balwerpen en 600 m hardlopen. Jammer genoeg mochten we niet slingeren. Het leukste was de sprint, daar haalde ik Duncan in, waar ik normal nooit van kan winnen. Ik had een goede dag en heb volgens mij weer een paar pr's gehaald. Aan het eind kregen we allemaal een hele grote medaille omdat we meegedaan hadden. Ik ben heel benieuwd naar het puntenklassement, hopelijk sta ik nog steeds 2e.

Robin Trap (JPB)

.....Ik vond de wedstrijd leuk omdat we iets meer verschillende dingen deden dan in de ZHM competitie en ik had leuke jongens in mijn groep. De onderdelen deed ik ook goed. Mijn vader houdt mijn persoonlijke records bij op zijn telefoon, daardoor wist ik wat ik bij alle onderdelen ongeveer moest behalen. Ik was ook heel blij met het weer want het was zonnig en droog. Het was ook wel fijn dat alleen De Spartaan er bij was en niet de kinderen van een andere vereniging. Ik vond alle onderdelen leuk behalve de duizend meter want ik hou niet van lange afstand lopen. Het was super leuk en ik heb zin in de volgende spelen.

Jasper Stokman (JPA1)



Jasper



Isa

.....Beste atletiekers,

Op zaterdag vroeg eruit om naar Lisse te gaan voor de wedstrijd. Het was de 2^e keer dat ik meedeed aan de Marga Kortekaasspelen en ik vond het weer heel erg leuk om mee te doen. Ik heb op verschillende onderdelen een pr gehaald, dus daar ben ik heel erg blij mee. Ik vond vooral het hoogspringen en verspringen leuk om te doen. De medaille die ik na afloop kreeg van Marga vond ik ook erg mooi.

Groetjes **Isa Kovács (MPA1)**

.....Het was een mooie wedstrijd, de Marga Kortekaasspelen. Een leuke start met de estafette en daarna het vervolg van de verschillende onderdelen. Het is leuk om te zien hoe iedereen elkaar aanmoedigt en blij is als iemand een pr haalt. Ik heb genoten van deze sportieve Spartaanochtend!

Groetjes **Suzanne** (moeder van Isa)

.....Mijn naam is Lois (11 jaar) en ik zit een paar weken op atletiek.

Ik vond het heel leuk dat ik door Marga werd uitgenodigd om mee te doen aan de MKS (mijn eerste wedstrijd). Het was gelukkig droog en er was zelfs een beetje zon.

We deden allemaal leuke dingen zoals: sprinten, 1000m hardlopen, balwerpen, hoogspringen, verspringen en andere dingen. Helaas was er geen hordelopen. Dat had ik wel heel leuk gevonden!

Het leukste vond ik het sprinten maar hoogspringen en verspringen waren ook heel leuk. Bij de 1000 meter hardlopen deden mijn benen zoveel pijn dat ik heel graag gewoon wilde lopen, maar ik ben toch doorgegaan.

We kregen op het einde ook een hele mooie gouden medaille. Het waren de 2 dagen spierpijn daarna wel waard!

Ik hoop dat ik mijn persoonlijke records steeds verder kan verbeteren.

Lois Sturkenboom (MPA2)

(Bevindingen vader)

.....Het was een zeer geslaagde ochtend voor Lois. Ik was onder de indruk van de strakke organisatie van de spelen en de fijne sfeer zowel onder de kinderen als onder de vrijwilligers. Allen dank voor deze mooie ervaring! Ik help de volgende keer weer graag een handje mee. **William**



....."De Marga Kortekaas Spelen werden voor de tweede keer gehouden. De spelen zijn vernoemd naar mijn trainer die 50 jaar training geeft bij de A en B pupillen (ik ben nu A2). Ik ging in mijn eentje naar de wedstrijd en ik was er bijna als eerste. Ik ging mijn nummer ophalen en de zeskamp begon. Dit was mijn eerste zeskamp dus ik kon alleen maar PR's halen. Ik begon met kogelstoten, dat was leuk! Toen gingen we naar verspringen. Dat vond ik ook leuk. Ik had een poging die ongeldig was, want ik stond op de balk en dan is de sprong ongeldig. Maar gelukkig hadden we drie kansen. Daarna gingen we balwerpen. Dat ging met een soort softbal en dat was leuk, want je kon echt heel ver gooien. Zo'n twintig tot dertig meter. Toen hadden we pauze.

Ik kreeg van papa wat geld en mocht lekkers halen. We kregen nog limonade van de bar en toen gingen we naar hoogspringen. Hoogspringen ging bij mij niet zo goed, dus daar ga ik nog wat meer op oefenen. Toen gingen we balstoten. Dit deden we met een grote bal, zo groot als een voetbal met een beetje water erin. En toen gingen we sprinten. Dat vond ik het leukste van de zeskamp. We startten in startblokken met een startschot (normaal was het een fluitje, want het was mijn

eerste wedstrijd met een startschot). Naast het zeskamp had je ook nog de duizend meter. Ik stond op de startlijn en toen werd er geschoten. Eerst rende ik nog een beetje te hard om een goede plaats op te zoeken. Daarna rende ik de hele tijd net voor Menno. Niemand haalde mij in en ik heb ook niemand ingehaald. De uitslag van het zeskamp krijg ik morgen binnen."

Kasper Nelis (JPA2)

Uitslagen Estafettes 01-10-2016

Jongens:

4x 40 MINI	Julian-Roelf-Siebe-David	32.8
4x 40 JPC	Jesse-Thijs B-Valentino-Ties	35.9
4x 40 JPB	Colin-Duncan-Thijs P-Boele	26.7
4x 60 JPA1	Finn-Tim-Youri-Ryan	39.2
4x 60 JPA2	Menno-Nick-Symen-Vincent	36.7

Meisjes:

4x 40 MINI	Reina-Milou-Isa-Lindsey	34.2
4x 40 MPC	Kiki L-Zoë -Amber-Tessa	34.2
4x 40 MPB	Marit-Esmee-Eva-Julia	28.0
4x 60 MPA1	Jarit-Maud-Sophie-Isa	41.0
4x 60 MPA2	Anouk-Cassandra-Hilde-Elke	40.1



Fiene (MMini)



Wesley (JMini)



Ben (JMini)

Zie voor meer foto's: <https://www.flickr.com/photos/147120479@N03/albums/72157674588214326>

Uitslagen Marga Kortekaas Spelen 01-10-2016

cat		40m	Ver	Hoog	Kogel	Balw.	Balst.	600m
JPB	Florian Bloemheuvel	7	3,37	1,05	7,19	21,10	6,40	2:10,1
JPB	Boele Böhm	6,9	3,20	1,10	5,75	24,22	5,80	2:08,9
JPB	Thijs Paddenbrug	6,8	3,68	1,00	5,54	21,05	5,90	2:20,7
JPB	Colin Groenendijk	7,1	3,07	0,95	4,74	22,15	5,20	2:35,9
JPB	Duncan Arrachart	7,8	3,03	0,95	5,50	25,20	6,00	2:37,8
JPB	Robin Trap	7,8	2,70	0,95	5,28	15,35	5,80	2:28,3
JPB	Kuno v.d. Loo	9	2,43	0,60	4,83	13,90	4,30	2:36,3
cat		40m	Ver	Hoog	Kogel	Balw.	Balst.	600m
JPC	Thijs Berger	7,4	3,15	1,00	6,13	22,05	5,80	2:22,9
JPC	Ties den Elzen	7,6	3,40	0,90	4,76	23,71	5,10	2:36,8
JPC	Ties Zuiderduijn	7,9	2,80	0,90	5,26	15,82	4,70	2:23,8
JPC	Valentino Clemens	7,4	3,15	0,90	5,04	15,90	4,80	2:49,1
JPC	Jesse Torrisi	8,1	2,60	0,85	5,63	26,29	4,90	2:44,6
JPC	Hadi Alaoui Mdaghari	7,7	2,65	0,80	5,27	20,87	4,80	2:47,9
JPC	Thijmen Rosenbrand	7,6	2,70	0,95	6,37	12,00	5,10	DNF
JPC	Wess Waasdorp	7,9	2,50	0,80	5,23	13,58	4,70	2:53,8
JPC	Bob Roest	8,1	2,50	0,75	5,03	10,79	4,50	3:20,9
JPC	Thijs van Wetten	8,9	2,10	0,80	5,04	11,67	3,10	3:02,2
cat		40m	Ver	Hoog	Kogel	Balw.	Balst.	600m
JMini	Siebe Holleman	8,1	2,60	0,85	4,96	14,82	3,30	2:26,9
JMini	Julian van Eijndt	8,4	2,62	0,90	4,05	11,60	4,00	2:25,8
JMini	David Kaptein	7,9	2,59	0,85	4,38	10,08	2,80	2:34,1
JMini	Roelf Sienot	8	2,32	0,80	4,64	13,02	2,80	2:38,2
JMini	David Dwyer	8,6	2,26	0,80	3,75	9,64	2,80	2:41,3
JMini	Max Loeffs	9	1,86	0,80	3,84	10,55	3,30	2:58,4
JMini	Wesley Warmerdam	8,9	2,34	0,75	2,97	8,27	2,70	2:43,7
JMini	Storm Lingbeek	8,9	2,09	0,70	3,13	14,88	2,60	2:52,8
JMini	Sebastiaan Pluimert	8,2	1,86	0,70	3,07	6,32	2,70	2:40,4
JMini	Ben van Dorsselaer	9	2,08	0,70	3,12	9,73	2,60	2:52,3
JMini	Amine Et-tadmouti	9,4	1,95	0,85	3,34	8,55	2,30	2:59,5
JMini	Valentijn Wiering	10	2,11	0,80	3,34	8,70	3,20	3:02,9
JMini	Ben Otte	9,1	1,70	0,75	2,55	6,51	2,60	3:28,4
cat		40m	Ver	Hoog	Kogel	Balw.	Balst.	600m
MMini	Isa Philipse	8,0	2,45	0,80	4,27	10,32	3,60	2:35,8
MMini	Lindsey Clemens	7,9	2,66	0,70	3,29	7,38	2,40	2:33,3
MMini	Milou Heidinga	8,6	2,30	0,75	3,18	10,01	2,80	2:42,5
MMini	Robine Rosenbrand	8,3	2,16	0,75	3,74	6,98	3,30	3:11,4
MMini	Reina Böhm	8,5	2,12	0,70	3,42	6,75	2,20	2:52,9
MMini	Kayleigh Arrachart	9,9	2,74	0,65	2,96	7,87	3,00	3:13,3
MMini	Fiene Opdam	8,9	2,00	0,60	2,63	6,45	2,20	2:56,4
cat		40m	Ver	Hoog	Kogel	Balw.	Balst.	600m
MPB	Julia Pieterse	7	3,06	0,90	4,95	22,20	6,00	2:29,1
MPB	Eva de Jong	7,8	3,14	1,00	4,85	17,37	5,00	2:31,1
MPB	Esmee Lommerse	7,5	2,84	1,00	3,07	13,78	4,90	2:26,5
MPB	Marit Hoozevee	7,5	2,87	1,00	3,66	10,28	4,50	2:40,2
MPB	Senna Opdam	8	2,49	0,95	4,18	13,86	4,00	2:43,3
MPB	Phileine Godefrui	8,6	2,53	0,80	3,05	12,55	3,70	2:38,8

cat		40m	Ver	Hoog	Kogel	Balw.	Balst.	600m
MPC	Tessa Verhoeven	8,1	2,60	0,85	4,66	12,54	3,80	2:51,1
MPC	Amber Nuis	7,8	2,40	0,80	4,48	9,15	3,20	2:59,9
MPC	Zoë Llewellyn	8,4	2,40	0,70	3,39	9,61	3,40	3:10,3
MPC	Jill Munsterman	8,6	2,02	0,70	3,44	8,49	3,40	2:52,1
MPC	Evi Bakker	9,1	2,17	0,75	3,69	11,06	3,30	3:12,1
MPC	Kiki Lugtenberg	10	1,69	0,65	2,28	6,33	2,40	3:02,6
cat		60m	Ver	Hoog	Kogel	Balw.	Balst.	1000m
JPA1	Finn Leukel	10	3,32	1,20	6,42	24,23	8,50	4:26,6
JPA1	Youri Feijt	10,2	3,04	1,05	7,00	28,21	7,30	4:06,1
JPA1	Tim Philipse	10,6	3,31	1,15	6,73	25,60	7,00	4:17,8
JPA1	Ryan Bootsma	10,4	3,43	1,25	5,18	21,96	6,20	4:33,7
JPA1	Jasper Stokman	10,3	3,08	1,00	6,28	23,43	6,90	4:46,5
JPA1	Raemon Baak	10,6	3,06	1,00	4,99	15,88	5,50	4:11,3
JPA1	Rens van Haaster	11,1	2,77	1,00	4,73	21,03	5,40	4:52,6
JPA1	Moreno Seijssener	10,6	2,74	0,95	5,09	20,80	5,60	5:39,1
JPA1	Dani Dijkstra	11,3	2,58	0,80	5,41	18,17	6,30	5:19,9
JPA1	Wout Vermeij	13,1	2,32	0,85	4,65	14,33	4,00	4:57,5
JPA1	Ennio Giltay Veth	12	2,37	0,75	4,27	12,99	3,80	5:01,7
JPA1	Sipho Diderik	13,2	2,11	0,75	2,47	4,51	3,10	5:02,6
JPA1	Mersin Rashidov	13,3	1,61	0,70	3,02	11,36	3,80	DNF
cat		60m	Ver	Hoog	Kogel	Balw.	Balst.	1000m
JPA2	Nick Duinkerken	10	3,57	1,20	9,31	31,35	8,90	3:27,7
JPA2	Vincent Franken	9,1	3,70	1,20	7,73	25,38	8,30	3:32,2
JPA2	Bruno Bangu	9,4	3,89	1,10	7,44	25,92	7,70	3:43,8
JPA2	Symen Grimbergen	9,1	3,66	1,15	7,23	25,72	7,60	4:23,1
JPA2	Michalis Analytis	10,3	3,64	1,20	7,34	26,14	8,30	3:59,1
JPA2	Menno Willems	9,1	3,49	1,05	6,60	20,40	6,50	4:17,7
JPA2	Alje Stip	10,2	3,25	1,05	7,89	22,88	8,20	4:20,1
JPA2	Luuk Pieterse	11,7	2,77	1,05	5,75	29,33	6,70	4:36,9
JPA2	Kasper Nelis	11,2	2,95	0,90	6,25	19,16	5,50	4:12,7
cat		60m	Ver	Hoog	Kogel	Balw.	Balst.	1000m
MPA1	Jarit v.d. Ven	10,5	3,18	1,05	6,73	18,10	6,40	4:24,6
MPA1	Isa Kovács	10,3	3,18	1,15	4,78	14,34	4,80	4:43,6
MPA1	Gioia Remkes	10,8	3,22	1,10	6,14	17,74	6,30	DNS
MPA1	Sophie Heidinga	10,5	3,03	0,95	4,64	17,58	4,90	4:35,2
MPA1	Maud van Noort	10,7	2,95	1,05	5,12	11,73	5,10	4:42,2
cat		60m	Ver	Hoog	Kogel	Balw.	Balst.	1000m
MPA2	Anouk v.d. Meer	9,6	3,42	1,20	8,13	22,67	7,60	4:27,7
MPA2	Cassandra Koopman	10,4	3,30	1,10	5,65	22,93	6,80	3:59,6
MPA2	Hilde Baak	10,2	3,28	1,15	5,44	15,86	5,90	4:15,7
MPA2	Elke Faas	10,7	2,98	0,95	5,50	21,00	5,70	4:12,8
MPA2	Lois Sturkenboom	10,4	3,08	1,00	5,36	17,91	5,80	4:34,1
MPA2	Kaja v.d. Berg	10,9	2,67	0,90	5,67	16,75	5,90	4:44,7
MPA2	Rosa Meurs	11,6	2,73	1,05	4,79	14,22	5,50	4:52,1
MPA2	Tessa de Visser	11	2,90	1,05	4,28	14,37	4,90	
MPA2	Paris Duivenvoorden	12,3	2,43	0,90	4,06	12,06	4,30	4:37,9

NIEUWE TRAININGSTIJDEN WINTERSEIZOEN 2016-2017

BINNENTRAINING WOENSDAG M.I.V. 02-11-2016

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
 17.00 - 18.00 uur - jongens en meisjes geboren 2006 o.l.v. Marga, Theo
 Trainingen worden gegeven in de Gymzaal van het IKC aan de Ruishornlaan 27 te Lisse.

Laatste binnentraining woensdag 22 februari 2017

BUITENTRAINING BAAN VRIJDAG M.I.V. 04.11.2016

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

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

Uitslagen Hoorn 03-09-2016

	JPA2 - Meerkamp	60m	Kogel	Hoog
7	Symen Grimbergen	9,45	6,82	1,20
9	Menno Willems	9,14	6,42	1,10
22	Alje Stip	10,51	7,60	1,10
	JPA2	1000 m		
23	Symen Grimbergen	4,26,31		

	JPB - Meerkamp	40m	Kogel	Ver
3	Boele Böhm	7,03	4,61	3,29
	JPB	1000 m		
3	Boele Böhm	3,57,04		
	MPB - Meerkamp	40m	Kogel	Ver
9	Julia Pieterse	7,28	4,90	3,04
	MPB	1000 m		
11	Julia Pieterse	4,31,70		

2e Hands Kleding

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



Vanaf 1 oktober worden de clubloten weer verkocht. De eerste **281** loten kunnen al verwerkt worden. Dit jaar is Jessica Jonker zo bereidwillig om te willen helpen met het verwerken van de verkochte loten. Dit moet nl in oktober en november gebeuren en hoe meer loten jullie verkopen, hoe meer intikwerk er voor ons is. Dus hou ons maar flink aan de slag :-)

De loten worden weer 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 terugvloeit in de

clubkas. Ieder jaar wordt van de opbrengst een besteding gezocht ten behoeve van de kinderen van De Spartaan.

Half november moeten alle intekenlijsten binnen zijn. De trekking van de winnende lotnummers is 8 december en de lotnummers verschijnen op de rekeningafschriften van de kopers. Vorig jaar zijn er door de pupillen en CD-junioren ruim 1000 loten verkocht. Het zou geweldig zijn als we dit mooie aantal dit jaar gaan overtreffen, dus doe je best!! De vijf kinderen die de meeste loten verkopen, ontvangen hiervoor een prijs.

Zijn er nog vragen of onduidelijkheden, dan beantwoord ik die graag.

Vriendelijke groet,
José Elfering, secretaris Commissie Jeugd Atletiek

Activiteitenkalender

Datum	Evenement	WAAR
26 oktober 2016	Laatste woensdag buitentraining	Lisse
28 oktober 2016	Dick de Vroomen Bokaal	Lisse
30 oktober 2016	Crossen door de bossen voor BO/VO	Lisse
02 november 2016	1e Woensdag binnentraining zaal IKC Ruishornlaan	Lisse
19 november 2016	Indoorwedstrijd (in de hallen bij Onderwater)	Lisse
27 november 2016	Ter Specke Loop	Lisse
30 november 2016	Pietentraining	Lisse
10 december 2016	1e Quatrocross	Voorschoten
26 december 2016	Kerstcross	Lisse
21 januari 2017	2e Quatrocross	Leiden
4 februari 2017	3e Quatrocross	Lisse
4 maart 2017	Reservedatum Quatrocross	
11 maart 2017	4e Quatrocross	Katwijk

KLEURPLAAT - HERFST



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

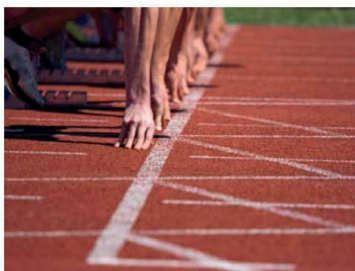
Homma Elektrotechniek BV heeft een uitgebreide certificering. Details hierover vindt u op www.hommabv.nl

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.

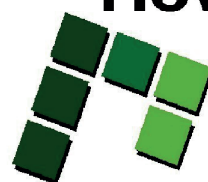
Meer weten? Bel dan voor een oriënterend gesprek met een van onze kantoren. Kijk op www.deloitte.nl voor meer informatie



Deloitte

© 2011 Deloitte The Netherlands

Hoveniersbedrijf G. Rutgrink



tuinontwerp

aanleg en
onderhoud

grond- en
straatwerk

groenvoorziening

boomverzorging

Narcissenlaan 10
2172 TC Sassenheim

tel: 0252-217386
info@rutgrinkhoveniers.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