



Dankbaar voor het leven

Bij het overlijden van Piet Ruigrok:

Ik spreek tot u namens atletiek vereniging De Spartaan, maar mij is uitdrukkelijk verzocht dit ook te doen namens de Koninklijke Nederlandse Atletiek Unie, vandaag hier vertegenwoordigd door oud bestuursleden Wim Sloodbeek en Aad Grimbergen.

De eerste keer dat ik Piet tegenkwam was op de nieuwjaarsreceptie bij De Spartaan, januari 2004. Tot dan toe was ik alleen consumptief lid geweest, een recreant die alleen voor z'n loopje bij De Spartaan kwam. Tijdens die receptie was er een vertegenwoordiging van het Bestuur van de Atletiekunie aanwezig. Piet kreeg uit handen van bestuurslid Aad Grimbergen de versierselen behorende bij het lidmaatschap van verdienste van de Unie overhandigd. Hem viel deze eer te beurt (ik citeer uit het nieuwsarchief van de Atletiekunie:) 'voor zijn verdiensten gedurende vele jaren voor de Atletiekunie. Zes jaar was hij een betrokken lid van de unieraad. In de eerste vijf jaar van het nationaal baancircuit heeft hij een actieve en stimulerende rol gespeeld. Binnen het organisatie team van het EK onder 23 in 2001 in Amsterdam was hij verantwoordelijk voor de wedstrijdtechnische organisatie, waarbij hij een tomeloze energie heeft uitgestraald'. Ook werd gerefereerd aan zijn inspanningen als coördinator met enthousiasme en flair van het prachtige en zeer gewaardeerde NK voor junioren in 2003

bij De Spartaan en zijn jarenlange rol van coördinator en stimulator binnen de organisatie van de Ter Specke Bokaal. Op deze manier sprak de Atletiekunie haar waardering en erkentelijkheid uit jegens Piet. Nadat Piet was gestopt met de organisatie van de Ter Specke Bokaal, bleef hij zeer betrokken of eigenlijk "meer dan zeer betrokken". Als het enigszins mogelijk was, was hij aanwezig bij de voorbereidingsbijeenkomst voorafgaand aan de wedstrijd voor alle vrijwilligers. Zijn interesse ging dan altijd direct uit naar het deelnemersveld, naar de sponsors en naar de aanwezigheid van de NOS. Hij kon zich daarnaast erg opwinden als er te weinig aandacht voor dit mooie evenement was vanuit de bestuurlijke hoek van de Gemeente Lisse. Bij diezelfde Ter Specke Bokaal kwam ik Piet weer tegen, in 2006. Ik was net 2 maanden voorzitter, als recreant in een wereld van topatletiek. Piet was mede gastheer in de VIP-ruimte. Eigenlijk was hij de personificatie van de gasten ontvangst. Altijd enthousiast en altijd bereid een toelichting te geven aan personen die voor het eerst bij een atletiek wedstrijd aanwezig waren. Met hetzelfde enthousiasme en met dezelfde flair hielp hij mij op weg. Hij liep met mij een rondje om de baan en bleek ongeveer iedereen die op en rond de baan aanwezig was te kennen. Hij stelde me voor aan iedereen die belangrijk was om te kennen en aan de mensen die alleen maar belangrijk deden, maar toch wel handig waren om te kennen. Hij kende iedereen en had voor iedereen een praatje, of een anekdote, of een opmerking dat het allemaal wel aardig was wat er gepresteerd werd op het veld, maar dat het in zijn tijd toch wel wat harder ging. In zijn tijd, dat was midden zeventiger, begin tachtiger jaren.

Piet was een verdienstelijk atleet. Dankzij zijn lengte en kracht kon hij goed kogelstoten en discuswerpen, maar in de ranglijsten kom je hem desondanks op die nummers niet tegen. Wel vinden we hem nog steeds terug op de clubranglijsten op de 400mH en de steeple: hij wilde gewoon alles proberen. Verder had hij plezier bij elk onderdeel, ook als het niet soepel liep. Voor clubrecords was hij niet in de wieg gelegd. Bij competities kon Piet voor elk onderdeel ingezet worden, behalve polshoog. Het plezier dat hij toen had in het zelf beoefenen, dat had hij nu nog steeds bij het kijken naar topatletiek. Altijd bij de TSB, altijd bij de NK in Amsterdam en altijd weer die enorme hoeveelheid mensen die hij kende, compleet met hun prestaties, recent of in zijn eigen tijd. Ook buiten wedstrijden om bleef Piet een Spartaan man in hart en nieren, een ambassadeur van De Spartaan voor wie het maar wilde horen. Een kritisch lid, want als hij het er niet mee eens was kreeg je dat wel te horen. Nooit te beroerd om zijn mening te geven, nooit te groot om kleine zaken te regelen, zoals Gerard Lenting terecht op zijn weblog vermeldt. Lid van de Club van Honderd, voor iedereen een praatje op de jaarlijkse soosavond, want ook daar voelde hij zich thuis. Gewoon een aardige vent. Betrokken bij het wel en wee, ook toen bij hem al niet goed meer ging. Zelfs vorig jaar, toen hij al ziek was, kon hij het toch niet nalaten om betrokken te zijn bij weer een top evenement in Lisse. Het NK Meerkamp werd bij De Spartaan georganiseerd en wie kwam er de gehele vrijdagmiddag helpen om "de baan aan de kleden". Precies, Piet. Hij was toch thuis, dus hij kon zich best op deze manier nuttig maken. Als zijn toestand het nog toeliet kwam hij ook op dinsdagochtend naar De Spartaan. Even een bakkie doen, even praten met de mannen van de klusploeg want als geen ander wist hij dat de vrijwilligers een club draaiende houden. Dat zijn de mensen die echt belangrijk zijn, zei hij dan. De laatste keer dat ik Piet zag, was op de Algemene Leden Vergadering, op 25 maart. Ik heette alle leden welkom, maar Piet in het bijzonder. Hij zat vooraan. Hier ben ik. Mij krijgen ze voorlopig nog niet weg, leek hij te willen zeggen. Drie weken geleden nog maar en nu al moeten we afscheid van Piet nemen. Deze wedstrijd heeft hij niet kunnen winnen. De atletiek in Nederland, de Koninklijke Nederlandse Atletiek Unie en De Spartaan nemen afscheid van een markant figuur. We zijn er trots op met hem te hebben mogen werken en dankbaar voor de jaren dat we hem in ons midden mochten hebben.

Gert Jan Booij, voorzitter AV De Spartaan

Secretariaat:

Postbus 196, 2160 AD Lisse
Postgironummer 677224
Rabobanknummer te Lisse 33.65.77.680
t.n.v. de Penningmeester van
"De Spartaan" te Lisse

Bestuur:

website: www.spartaan.net

Voorzitter:

Gert Jan Booij
van Ostadestraat 70, 2162 BR Lisse
0252-429045 / voorzitter@spartaan.net

Vice voorzitter:

Lenie van der Poel
Narcisstraat 4, 2252 XE Voorschoten
071-5616462 / jblvdp@planet.nl

Secretaris:

Hans van den Berg
Muntstraat 159, 2165 VH Lissebroek
06-21867513 / secretaris@spartaan.net

Penningmeester:

Joop Warmerdam
Watermolen 27,
2211 PX Noordwijkerhout
0252-375531 / penningmeesterspartaan@live.nl

PR en Sponsoring:

Vacature

Commissies:

W.O.C. Wedstrijd Organisatie Commissie

Voorzitter + Hans van Noort,
Coördinator Plattanderlaan 32,
2171 LV Sassenheim
0252-211724
j.t.v.noort@duravermeer.nl
Secretaris Ronald van Loon
Westerdreef 62, 2161 GN Lisse
0252-415029
ro.loon@wxs.nl

Jury- Kees van Ruiten
coördinator Heereweg 471a, 2161 DC Lisse
0252-215840
keesenellyvanruiten@ziggo.nl

C.W.A. Commissie Wedstrijd Atleten

Voorzitter Dave Clemens,
Lisserdijk 496, 2165 AJ Lissebroek
0252-413802

C.R.A. Commissie Recreatie Atletiek

Voorzitter Hans Adriaanse,
Burg. de Graafplein 32,
2162 AZ Lisse / 0252-411552
hans.adriaanse@gmail.com
Secretaris Alfred Langendijk
Breugelhof 18
2215 AB Voorhout 0252-231388
alcolangendijk@casema.nl

C.J.A. Commissie Jeugd Atletiek

Voorzitter Karin Zonneveld,
Ringvaartzijde 22,
2161 WT Lisse / 0252-421249
Stijn122@planet.nl
Secretaris José Elfering,
Voerman 88, 2163 BL Lisse
0252-417296
joseelfering@wanadoo.nl

T.R. Technische Raad

Voorzitter Paul Grimbergen,
Jan Steenstr.65, 2162 BM Lisse
0252-418127
grimbergen@casema.nl
Secretaris Elly de Regt,
Schoutenlaan 8, 2215 ME Voorhout
0252-218007/fam.deregt@zonnet.nl

Redactie: Marga Kortekaas en Trudy Olij

Bij het overlijden van Piet Ruigrok.....	1
Inhoudsopgave.....	2
Berichten van de bestuurstafel:	
• Van de voorzitter / Van het bestuur.....	3
Willem van der Krogt koninklijk onderscheiden.....	4
Start 50 jarig jubileum met sponsorloop op 3 oktober 2010.....	4
Grote jubileumveiling 50 jaar Spartaan.....	5
Kantinenieuws / Koffiekaarten / Oppas gezocht / Klaverjasnieuws /	
Redactienieuws.....	6
Club van 100 nieuws.....	7
Ledenadministratie:	
• Jarigen juni, juli, augustus en september.....	8
• Opgezegde-, Nieuwe leden.....	9
• verhuisde leden / Aanmelddata van leden die al geruime tijd lid zijn!!..	10
Gezocht: WEBMASTER Super Prestige Oranje Circuit (SPOC) en	
Wedstrijdskalender SPOC 2010.....	13
Nieuws vanuit het WOC:	
• Activiteitenkalender.....	14
Van de Vrijwilligerscommissie:	
• Berichten van de commissie.....	14
• Vrijwilliger van de maand mei 2010.....	15
• Vrijwilliger van de maand juni 2010.....	16
• Vrijwilligers van de maand juli 2010.....	17
Nieuws vanuit het CWA:	
• Start wedstrijdseizoen.....	18
• 1e Masterscompetitie Leiden.....	19
Nieuws vanuit de TR:	
• Competitie.....	20
• Wie zijn onze clubrecordhouders? Indoor!.....	21
Gooi geen oude schoenen weg!!!!.....	22
CRA-Nieuws:	
• 5 Mei bevrijdings-estafetteloop Wageningen-Lisse.....	22
• Voorjaarsestafette / Trimlopen / Wandelingen in de regio.....	25
• Uitslag Voorjaarsestafette 25 mei 2010.....	26
• Marathon New York.....	27
• 15e Grant Thornton estafette 25 juni 2010.....	28
Van schoen tot sok!!!.....	28
Nieuws van de CJA:	
• Ouderavond / ZHM competitie / competitie CD / NJAD /	
Ouder-kind-wedstrijd/tentennacht.....	29
Vanuit de C/D-Hoek:	
• Jeugdloop / 1K-Runaway / Annemarie in Veenendaal.....	30
Deelnemende teams 10e NJAD Dronten.....	31
Pupillennieuws:	
• Hoi pupillen / Tussenstand puntentelling.....	32
• Paastrainingen / Bostraining / Zomerkamp 2010.....	33
• Uitslag 1e ZHM competitie Reeuwijk 17 april 2010.....	34
• Uitslag 2e ZHM competitie Lisse 22 mei 2010.....	35
• Running for Europe in Boedapest / Activiteitenkalender /	
Onderlinge Meerkampen 10 april 2010.....	36

Kopij insturen uiterlijk:

woensdag 25 augustus vóór 16.00 uur.

**Het clubblad ligt klaar in de kantine voor bezorging:
op dinsdag 7 september.**

Clubblad:

Redactie	Trudy Olij-Stembert	0252-417903
	Pr. Hendrikstraat 30, 2161 SE Lisse	
	trudy.olij@hotmail.com	
Redactie +	Marga Kortekaas	0252-411574
Bezorging	1e Poellaan 18, 2161 LB Lisse	

DE SPARTAAN



Trainingscoördinator Senioren, Junioren AB
en 'extra trainingen' C/D junioren :

Arnoud Koot,
06-48421769 / a.koot@orange.nl

Trainingscoördinator Junioren C/D en pupillen :
Wouter Hoogkamer,
wouterhoogkamer@gmail.com

Ledenadministratie

Piet van Rijnberk
Westerdreef 125, 2161 GR Lisse
0252-410777
rijnberk.p.g.j.van@planet.nl

Sport:

• Massage Caroline van der Dussen
0252-227333 / 06-33943434
op afspraak dinsdag 19.00-22.00 uur
op afspraak donderdag 18.00-21.00 uur

Nicolette Zeestraten
0252-211560 / 06-10480098

op afspraak maandag 19.00 - 22.00 uur
Keuringen S.M.A. 071-5828620

Simon Smitweg 1,
2353 GA Leiderdorp

Afspraken ma t/m vrijdag 08.30-17.00 u

TSB: Vincent van Blitterswijk
Clusiusstraat 150,
2163 JK Lisse
0252-521327
v.vblitterswijk@ziggo.nl

Vrijwilligerscommissie

Voorzitter Jaap van Amsterdam
Irenestraat 74, 2161 PZ Lisse
0252-418414

jaapenmario@wanadoo.nl
Contact- Marnie Grimbergen
persoon: 06-22666547
marnienegrimbergen@hotmail.com
Paul van Sijl,
Rosa Spierstr. 1, 2162 JT Lisse
0252-414844

Internet-commissie

Hans Adriaanse, 0252 411552
hans.adriaanse@gmail.com

Vertrouwens Contactpersonen

Janny Derriks
0252-518693 / derriks@casema.nl
Kees v.d. Dussen 06-55332169
ccdussen@gmail.com

Inschrijvingen wedstrijden:

Pupillen: Monique Hoogkamer
v.Heemskerkplein 2A,
2161 TH Lisse,
0252-423057
spartaan@ruysterstaete.nl

C/D Annette van Wieringen
Jeugd: Tasmanstraat 16
2161 VX Lisse
0252-417772
amcvanwieringen@zonnet.nl

Overigen: Ton Meskers
P.v.Eyckheem 55,
2182 ZV Hillegom
0252-522288
ton.meskers@snelnet.net

Kantine:

Beheer: Henk Plantfeber
Mendeldreef 61, 2163 KB Lisse
0252-412982
hjplantfeber@casema.nl

Contactpers: Corrie v.d. Berg
Krelagestraat 52, 2163 JC, Lisse
0252-860268
jpc.vandenbergh@casema.nl

Gevonden voorwerpen:

Ank Hartman, 0252-220270
Berkelaan 17,
2172 AE, Sassenheim

VAN DE BESTUURSTAFEL



Van de voorzitter,

Hoewel het weer nog niet echt lekker wil blijven, hebben we alweer een paar hele mooie atletiekdagen achter de rug dit seizoen. De competitieteam hebben al twee ronden achter de rug. Daar waar de mannen het nog moeilijk vinden het juiste ritme te pakken te krijgen, zijn de vrouwen zeer goed op dreef. Door zeer goede prestaties in de eerste twee ronden liggen ze op koers om rechtstreekse promotie naar de eredivisie af te dwingen. Bij het verschijnen van dit clubblad is dit mogelijk al een feit. Verheugend is daarnaast, dat veel atleten en atletes zich individueel sterk verbeteren, gezien de regen aan persoonlijke records die tijdens de diverse wedstrijden gevestigd worden. Van Senior tot D junior, over de hele linie wordt goed gepresteerd.

De Ter Specke Bokaal vond plaats tussen de eerste twee competitieronden in. Vincent van Blitterswijk en zijn team hadden weer voor een prima organisatie en voor een sterk deelnemersveld gezorgd. Het weer was goed, maar de harde rugwind zorgde ervoor dat de penningmeester overuren moest maken bij het uitbetalen van de bonussen. Met dank aan sponsors en vrijwilligers was dit weer een geslaagde dag. Terecht overigens, dat op die dag ook nog stilgestaan werd bij het overlijden van ons lid Piet Ruigrok. Hij werd zeer gemist in de VIP-tent.

De recreantlopers hebben inmiddels de voorjaarsmarathons bijna achter de rug. In meerdere lopen waren Spartaan deelnemers te bewonderen. De eerste editie van de Cross Keukenhofloop was een groot succes. De loop begon op de baan, ging dwars door het Keukenhofbos naar het terrein van de tentoonstelling en maakte een lus tussen de toeristen in het park door. Inmiddels zijn de eerste gesprekken geweest om deze loop ook volgend jaar weer te organiseren. Deze loop kan uitgroeien tot een klassieker, maar indien de loop groter wordt zullen we wel wat extra handen in de organisatie kunnen gebruiken. Ook de bevrijdingstafette, eens in de vijf jaar van Wageningen naar Lisse om het bevrijdingsvuur op te halen, was een zeer geslaagd en goed georganiseerd evenement.

De donderdagavondtraining van de recreanten in het duin bij de jeugdhoeve is ook zeer druk bezocht. Vanaf de parkeerplaats vertrekt een grote groep lopers het bos in. Te groot soms, want er blijft weinig ruimte over voor tegemoetkomend 'verkeer' van andere loopgroepen. Nogmaals het verzoek om een beetje rekening met elkaar te houden en voldoende ruimte te laten door wat smaller te blijven lopen.

Met de overige sportverenigingen die het sportpark Ter Specke gebruiken is een reeks gesprekken opgestart om te kijken of een multifunctionele sporthal inpasbaar is. Bij meerder verenigingen leeft de behoefte hieraan en ook bij De Spartaan is deze wens reeds langer uitgesproken. Aangezien de hal bij de Sportlaan gaat verdwijnen en mogelijk vervangen gaat worden is dit een mooi moment om met een gezamenlijk standpunt richting gemeente te komen. Uiteraard heeft dit proces ook invloed op de activiteiten van de bouwcommissie van De Spartaan. Zodra een conclusie van deze gesprekken duidelijk is, wordt gekeken of en hoe dit in onze plannen te verwerken is.

Met sportieve groeten, Gert Jan Booi

Van het bestuur.

In de Bijzondere Leden Vergadering in januari hebben de leden ingestemd met een contributieverhoging. Tijdens deze vergadering is het bestuur verzocht in overweging te nemen om voor gezinnen met meerdere leden de mogelijkheid te scheppen de contributie per kwartaal te kunnen voldoen.

Tijdens de Algemene Leden Vergadering in maart had het bestuur hier nog geen duidelijk antwoord op geformuleerd.

Inmiddels heeft het bestuur de argumenten voor en tegen afgewogen en besloten deze mogelijkheid niet in te voeren. De extra administratie en bijbehorende kosten zijn in onze ogen niet te rechtvaardigen voor het beperkte aantal mensen dat van deze gelegenheid gebruik zou kunnen maken.

Mocht u vinden door dit besluit persoonlijk benadeeld te zijn kunt u hierover in contact treden met één van de bestuursleden.

DE SPARTAAN



Willem van der Krogt koninklijk onderscheiden



Op donderdag 29 april is Spartaanlid Willem van der Krogt in zijn woonplaats Leiderdorp bij de jaarlijkse lintjesregen onderscheiden als Lid in de orde van Oranje Nassau.

Willem werd (tot zijn verrassing) geëerd voor zijn jarenlange inzet en verdiensten voor de sport in de regio en op nationaal niveau. Naast zijn activiteiten bij De Spartaan werden ook genoemd het Zorg- en Zekerheidscircuit, Leiden Marathon, voetbalvereniging Teylingen. Voor de Atletiekunie zat Willem in diverse commissies, heeft hij een grote rol gespeeld bij de opzet van het nationaal Baancircuit (en de Ter Specke Bokaal) en was hij een drager van de integratie van gehandicaptensport.

Voor De Spartaan is zijn lijst van verdiensten te groot om allemaal te memoreren in dit stukje. Willem is vanaf 1969 lid. Hij was actief wedstrijdatleet met een tomeloze inzet en meer dan 20 jaar trainer. Hij organiseerde tal van evenementen (o.a. Nederlandse kampioenschappen, 18 x Ter Speckebokaal). Willem is altijd bereid om taken op zich te nemen, van jurylid tot microfonist. Daarnaast was Willem aanstichter van diverse sociale activiteiten zoals seniorenweekends en de Bedrijvenzeskamp.

Van 1988 t/m 1997 zat hij in het bestuur, waarvan 6 jaar als voorzitter. Daarna werd hij voorzitter van de Club van 100 (100 leden die De Spartaan jaarlijks ondersteunen).

Zijn inspiratiekracht naar anderen, initiatief, aandacht voor het gezamenlijke resultaat werden met name naar voren gehaald.

De oproep van de Burgemeester aan alle gedecoreerden was om vooral door te gaan met hun activiteiten. Als Spartaan kunnen we dit bij Willem van der Krogt van harte ondersteunen.

Willem was naar de plechtigheid gelokt met de smoes dat een oud-collega een onderscheiding zou krijgen. Zijn vrouw Wil moest echter behoorlijke druk uitoefenen om te gaan, want Willem was net zo lief naar de camping vertrokken. Bij het zien van familie en bekenden, onder andere van De Spartaan, had hij toch wel door dat er iets 'helemaal mis was'. Sprak hij eerst nog over 'oplichters', naderhand was hij toch wel in zijn nopjes.



Start 50 jarig jubileum met sponsorloop op 3 oktober 2010



Op zondag 3 oktober 2010 starten wij het jaar waarin AV De Spartaan haar 50-jarig jubileum gaat vieren. De grote afsluiting van dit jubileum zal op zaterdag 1 oktober 2011 plaatsvinden. In de 12 maanden daartussen zullen diverse gebeurtenissen plaatsvinden. Dat varieert van speciale jubileumevenementen tot aandacht voor het jubileum tijdens bekende en bestaande Spartaan evenementen. Alle informatie m.b.t. het jubileum kunt u vinden op de Spartaan site.



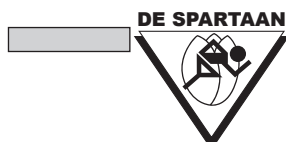
De start.

Een ambitieus team is al maanden bezig met de organisatie van het 50-jarig jubileum. Het vieren hiervan kost geld, zeker als er grote plannen liggen. Er lopen al verschillende activiteiten om de benodigde financiën binnen te halen en één daarvan is het organiseren van een grote sponsorloop op 3 oktober 2010 van 13.00 – 16.00 uur.

Begrijpelijk is dat er nu direct gedacht wordt aan het alleen maar binnenhalen van geld. Dat is uiteraard het hoofddoel. Toch gaan we ook iets terugdoen en –geven aan iedereen die mee gaat doen aan deze sponsorloop. Wat gaat er gebeuren:

Alle leden, donateurs en sympathisanten van AV De Spartaan kunnen deelnemen aan de sponsorloop. De bedoeling is dat de deelnemers zich per rondje dat zij lopen voor een zo hoog mogelijk bedrag laten sponsoren door familie, vrienden, bedrijven en organisaties.

Wat gaan wij daarvoor teruggeven?



Opzet sponsorloop

Iedereen die deelneemt aan deze sponsorloop krijgt of maakt kans op het volgende:

- Bij een sponsorbedrag van minimaal € 25,- (en dat is zelfs in een crisistijd niet erg hoog) ontvangt men een functioneel T-shirt met het unieke jubileumlogo van AV De Spartaan in 2 kleuren op de voorzijde. Dus geen gewoon T-shirt, maar een echt hardloophshirt.
- Er zijn speciale prijzen voor:
 - Junior en senior, die het meeste geld binnenhaalt.
 - Leukst verklede persoon.
 - Persoon die een bepaalde sponsor het leukst uitbeeldt.
 - Persoon, die de meeste rondjes loopt
- Het wordt een gezellige middag. Natuurlijk wordt er voor een feestelijke omlijsting gezorgd zoals:
 - Rad van avontuur.
 - Verkoop speciale drankjes/gerechten.
 - Muziek (disc jockey).
 - Spartaan quiz met foto's.

Hier zullen zeker nog nieuwe ideeën aan toegevoegd worden. Volg het allemaal op de Spartaan site of in de Spartaanse Spektakels.

Verdeling gelden

Er zal bij het opstellen van de begrotingen voor de verschillende evenementen zo veel mogelijk rekening worden gehouden met de bijdragen uit de verschillende categorieën.

Reserveer dus alvast die 3^e oktober 2010 en laat zien dat u AV De Spartaan een warm hart toedraagt. Dat kan op de dag zelf door zoveel mogelijk sponsorgeld binnen te halen en het jaar – of jaren – daarna trots rond te lopen in het jubileumshirt van AV De Spartaan.

Willem van der Krogt

GROTE JUBILEUM VEILING – 50 jaar Spartaan

Zoals al eerder vermeld in het clubblad zijn we als jubileumcommissie bezig met het organiseren van een veiling.

We hebben de opbrengst van de veiling nodig voor het totale jubileumprogramma, naast uiteraard andere acties zoals de sponsorloop. Het succes van deze actie is sterk afhankelijk van de inzet van de leden. We doen dan ook een dringend beroep op **alle** (oud)leden.

Waar denken we aan als het gaat om te veilen goederen en diensten?

We gaan in beginsel uit van nieuwe spullen, die we proberen te verkrijgen bij sponsors en bedrijven, maar evenzeer van goede bruikbare, luxe of waardevolle spullen die wij zo allen wel beschikbaar hebben.

Dikwijls zijn dat spullen die we niet meer gebruiken en veelal op zolder zijn beland, ofwel mooie kunstvoorwerpen en antiek. Maar wij denken ook aan sportspecifieke artikelen, zoals foto's van een atleet, posters of exclusieve zaken die aan een sporter hebben toebehoord.

Maar behalve concrete spullen zijn ook andere bijdragen zeer welkom.

Zo beschikken vele leden over specifieke kennis en kunde. D.w.z., een lid biedt gratis een dienst aan (b.v. schilderwerk, computerservice, belastingadvies, etentje bij je thuis, rondvlucht e.d.), die op de veiling geld oplevert voor het jubileum.

Wat we zeker niet beogen is het organiseren van een z.g. rommelmarkt. Dat laten we over aan de diverse kerkelijke organisaties.

Wij vragen ieder lid, ouder, familie, of kennissen echt eens goed na te gaan wat voor de veiling kan worden aangeboden.

De veiling is op **vrijdag 5 november 2010** op een nader bekend te maken plaats.

Dus moeten we deze maanden goed benutten om een mooie veiling op te bouwen. Het belooft zonder meer een hele gezellige avond te worden waar natuurlijk iedereen bij wil zijn.

Aanmelden van veilingstukken graag per e-mail aan: veiling@spartaan.net

Mensen uit de veilingcommissie komen na aanmelding de goederen bij u ophalen en beoordelen dan tevens of het geschikt is voor de veiling. Denk niet te snel "het is niet geschikt" voor de veiling, maar informeer ons.

Wij hopen op veel reacties.

Aad Grimbergen.

KANTINENIEUWS

WINNAARS

KOFFIEKAARTEN

APRIL

Herman van Abeelen

Mariane Grimbergen

A-groep



WINNAARS

KOFFIEKAARTEN

MEI

Sandra van Saase

Monique Möhlman

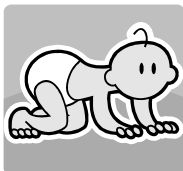
Petra Warmerdam

Zoekt U een oppas?

Wij zoeken een oppasbaantje!!

Wij zijn de ideale oppassers omdat.....,

- we een goed team zijn;
- we heel gezellig zijn;
- we kinderen super vinden;
- zij ons (meestal) ook super vinden;
- we ervaring hebben;
- we ons makkelijk aanpassen;
- we vaak kunnen;
- we (al) 15 zijn en in Lisse wonen.



Heeft U interesse? Mail dan naar:

simone.lotus@hotmail.com of bel naar: 06-38236803 (Floor).

Groetjes van Simone en Floor uit de D-groep



- Beste klaverjasvrienden en vriendinnen
- Elly en John Zonneveld hebben te kennen gegeven dat zij stoppen met het organiseren van de klaverjasavonden.
- Gelukkig zijn Frans Dames en Jan v.d. Berg bereid gevonden om deze activiteit voort te zetten.
- Elly en John bedankt voor de tijd en inzet.

REDACTIENIEUWS

**Uiterste inleverdata voor
kopij op woensdag vóór 16.00 u:**

woensdag 25 augustus
woensdag 13 oktober
woensdag 1 december

DE SPARTAAN



BOSS
HUGO BOSS

presented by:

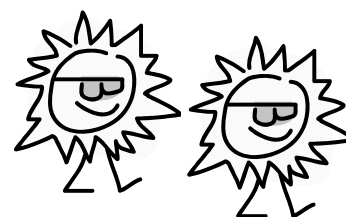


Kanaalstraat 43 Lisse



**Alle geslaagden van
harte gefeliciteerd.**

**Iedereen een
hele fijne
vakantie
toegewenst**



Club van Honderd nieuws

Piet Ruigrok

Bij iedere vereniging is er een verloop dus ook bij de Club van Honderd. Maar als men leden verliest op een manier die voor iedereen onbegrijpelijk, onacceptabel en onwaarschijnlijk is komen er andere gedachten. Op de soosavond werd daarom op gepaste wijze stilgestaan bij het overlijden van **Piet Ruigrok**. Piet, een Spartaner in hart en nieren en een trouw lid van de Club van Honderd was tijdens de bijeenkomsten van de Club van Honderd zowel lichamelijk als geestelijk een prominente aanwezige. We zullen Piet erg gaan missen bij De Spartaan en namens de Club van Honderd willen wij Jannie, Piet, Maarten en Lieke, Gitty en Hanne heel veel sterkte toewensen met de hoop dat de vele fijne herinneringen aan Piet daaraan kunnen bijdragen.

Soosavond druk bezocht.

Op vrijdag 28 mei werd in ons clubgebouw de jaarlijkse traditionele soosavond gehouden. In de vorige Spartaanse Spektakels heeft u kunnen lezen dat de Club van Honderd een beetje in een dip zat en geen honderd leden meer had terwijl we een aantal jaren geleden zelfs nog een wachtlijst hadden. Misschien was er zelfs een beetje vrees dat de Club van Honderd niet meer van deze tijd was en op zijn retour was. Tijdens de soosavond bleek echter het tegendeel: 48 leden waren naar de Spekkelaan gekomen waaronder zeven (!) nieuwe leden. Deze nieuwe leden: Robert van Dam, Paul Firet, Elly de Wit, Piet van der Hulst, Irene van Gent, Nico van Noort en Emmy van Dijk willen wij van harte welkom heten bij onze Club en hopen dat jullie veel plezier beleven tijdens de jaarlijkse bijeenkomsten.

De sfeer zat er prima in tijdens deze soosavond. Men daagde elkaar uit bij de diverse kaartspelen en het dartbord bleef geen moment onbezet. En de vele discussies, verhalen, ervaringen en herinneringen liepen als een rode draad door deze avond, die begon met de bekendmaking van...

De atletiekker van 2010

Voor de leden van de Club van Honderd is er tijdens de Ter Specke Bokaal de laatste jaren een quiz. De winnaar mag zich voor één jaar atletiekker van het jaar noemen. Tijdens de 28^e – en in ogen van velen een van de mooiste – Ter Specke Bokaal konden de deelnemers een antwoord geven op de volgende zes vragen:

1. Hoeveel ongeldige worpen zijn er in de finale bij het kogelstoten vrouwen?
2. Wat is de gemiddelde tijd van de 1^e drie lopers in de A-finale op de 400 meter horden mannen?
3. Wie wint de 150 mtr bij de vrouwen?
4. Wat is de winnende tijd bij de 150 mtr voor wheelers?
5. Wie wint het speerwerpen bij de mannen?
6. Wie wint de 28^e Ter Specke Bokaal bij de vrouwen?

De vragen waren best wel moeilijk en sommige deelnemers gingen zelfs in teamverband werken om op deze wijze hun kansen te vergroten. Een aantal opmerkelijke resultaten willen we niet onvermeld laten voor de geschiedenis van De Spartaan:

De Gokker: Dapper en moedig was de tactiek van Wim Cozijn. Bij alle vragen gokte hij op outsiders en speelde een alles of niets spelletje. Het werd uiteindelijk niets. Wim werd laatste.

De Gehoorzame: Als een pupil die zijn coach voor de volle 100% vertrouwd geloofde hij ook in de antwoorden, die de coach voor hem invulde. Het vertrouwen van Danny Slootbeek werd beloond hij werd 2^e en zijn coach Paul Grimbergen belandde op een teleurstellende 7^e plaats, een daling van 4 plaatsen t.o.v. 2009.

Aanstormend talent: Na een teleurstellend resultaat in 2009, waarin hij laatste werd, heeft Henk Elfering dit jaar duidelijk beter gepiekt en eindigde dik verdiend met een 3^e plaats op het podium.

De Winnaar: Vooral door zijn geweldige voorspelling op vraag 2 eindigde John van der Zwet op de eerste plaats en mag zich tot mei 2011 atletiekker van het jaar noemen. Tessy Lenting heeft hiermee een waardige opvolger gekregen. De titel blijft dus in het zelfde huis.

Het Podium:

- | | | |
|----|-------------------|--------|
| 1. | John van der Zwet | 18 pnt |
| 2. | Danny Slootbeek | 24 pnt |
| 3. | Henk Elfering | 30 pnt |
| 4. | Ton Meskers | 30 pnt |

Weer op naar de 100!

De actie, die gestart werd in de vorige Spartaanse Spektakels mag een succes genoemd worden. Met de zeven eerder genoemde nieuwe leden staat de teller weer op 98. Om toch die honderd weer vol te maken gaan we met deze actie door tot de jaarlijkse uitgaansdag op 11 september. Dus nog even kort de regels van deze actie:

- Ieder lid van de Club van Honderd, die een nieuwe lid aanbrengt krijgt 50% korting op de eerstvolgende jaarcontributie.
- Ieder nieuw lid van de Club van Honderd betaalt in het eerste jaar slechts 50% van de contributie.

Bijeenkomsten 2010

Nog even als herinnering de geplande bijeenkomsten voor dit jaar:

Jaarlijkse feestdag	11 september
Jaarvergadering	19 november

Namens de Club van Honderd wil ik iedereen een hele goede en mooie zomer toewensen en een prettige vakantie!

Willem van der Krogt



VAN DE LEDENADMINISTRATIE

JARIGEN

Juni

17	Inge	de	Willigen	21	Ina	vder	Sar	16	Gerrit		Verhaar
17	Jan	vder	Voet	21	Jeannette	van	Klink-Hoogenboom	16	Paul	van	Hal
17	Floor		Kardol	21	Marieke		Kardol-Wieringa	17	Ivar		Schoone
18	Ramona	v.d.	Veldt	22	Marja	van	Uffelen	17	Wim		Keizer
19	Marian		Buys-Geerlings	22	Ton		Korfage	18	Coby	van	Maris - Warmerdam
19	Gerda	van	Tol	23	Zyna	vd	Poel	19	Anouk		Kragtwijk
20	Frank		Paff	23	Nyke	vd	Poel	19	Linda		Warmerdam
21	Marije		Verkade	24	Jo		Arrachart	19	Els	van	Kesteren
21	Rob	vder	Klauw	24	Sjaak	v.d.	Berg	19	Greet		Schipaanboord
21	Theo		Meijvogel	25	Mendi	van	Setten	20	Ben	vder	Kolk
21	Piet	van	Rijnberk	25	Marcel		Kortekaas	20	Gerard	van	Saase
23	Wouter		Arrachart	26	Eline		Valk	20	Bert		Bakker
24	Marga		Horstman-Geerlings	26	Rachael	de	Vreede	21	Viola		Elsgeest
25	Jan		Beijk	26	Coby		Zijlstra	21	Ton		Jakobs
26	Rob	vder	Linden	26	Henk		Elfering	21	Tom		Rooijackers
27	Willemijn	vder	Wal	28	Wim		Cozijn	21	Walter		Maas
27	Wardie	van	Wouw	28	Janny		Dofferhoff	21	Marcel		Vermeulen
27	Fred	vder	Hoorn	29	Jim	de	Goeij	22	Emilia		Bemelman
28	Dorien	vden	Berg	30	Nina		Broekhuizen	22	Jimmy	vder	Aart
28	Carla		Bastiaansen-Martens	30	Helma		Dijkmeijer	22	Therese		Hoejenbos
29	Anne Els	vder	Wal	31	Danny		Slootbeek	22	Noor		Bruisten

Juli

1	Joost		Dofferhoff	Augustus				22	Annemieke		Went
1	Lianne	van	Denzen	1	Iris	van	Luinen	22	Dirk	van	Grieken
1	Jan		Beelen	1	Frans		Sloos	23	Manon	van	Hal
3	Leo		Warmerdam	1	Erica		Stroombergen	23	Patrick		Rusman
3	Gusti	de	Schipper	1	Ruud		Bakker	23	Corry		Lamboos
3	Carola	de	Rek	1	Kitty		Beltgens-Spruijt	23	Jacqueline		Wamelink vd Steen
4	Mart		Kroon	2	Julian	van	Meggelen	23	Bep	van	Duin
5	Hans	vder	Veek	2	Lotte	van	Stijn	23	Fred		Duinkerken
5	Marijke		Grimbergen-Langeveld	2	Jacqueline		Wannée	24	Nancy	vd	Weerd
6	Lien		Zonneveld	3	Hennie		Möllers Grimbergen	25	Marja		Nederpelt
7	Sandra		Borg	4	Trudy		Olij-Stembert	26	Annemijn		Warmerdam
9	Han		Ligtvoet	5	Edwin		Kortekaas	26	Jaimy	vder	Loo
9	Chiel		Renique	5	Maria		Balkenende	26	Mieke	van	Beelen-vder Veek
10	Hilda		Wassenaar	6	Mika		Duineveld	27	Twan	van	Tol
10	Els		Meijles	6	Adrie	van	Dam-Hogervorst	27	Joost		Verdel
12	Marc	de	Bruijn	7	Bep	vd	Zwet	27	Edwin		Warmerdam
14	Ron	de	Kwaastniet	7	Gerard		Knip	27	Jack		Mens
14	Jaco	de	Willigen	8	Jaimy		Loos	28	Simon		Grannetia
14	Anja		Vonk	8	Sjoerd		Dofferhoff	28	Jos		Duineveld
15	Parto		Tayoob	8	Helga		John	28	Martin		Plagmeijer
15	Irene		Faas	8	Jos		Nederpelt	28	Els	vden	Berg
15	Greetje		Heemskerk	9	Gijs		Smittenaar	29	Stijn		Lammers
15	Ruud		Kortekaas	9	Leonie	vder	Plas	29	Tijn		Gaarmann
15	Dave		Lippens	9	Valentijn		Rippens	29	Edwin	vder	Zwet
15	Jeffrey		Rodewijk	10	Wim		Hartman	29	Bonnie		Hageman
15	Cees		Hoogenboom	11	Morris		Boers	30	Frank	de	Regt
16	Freek		Henneken	11	Roel		Teeling	30	Pauline	vd	Voorn
16	Els		Huisman	11	Bo		Molenaar	30	Peter		Nederpelt
16	Henk	de	Jong	12	Hannie		Page	31	Odessa		Kalkhuis
17	Inke	van	Braak	13	Ingrid		Boot	31	Juliën	van	Beek
18	Maria		Berbée-de Groot	13	Herman	van	Abeelen	31	Rick	van	Leeuwen
19	Doortje		Roodenburg	14	Nienke		Donner				
19	Dolly		Nulkes	14	Marcel		Waaning				
19	Jeannette		Kiers	14	Elvera		Bleijenberg - Arends				
20	Ellen		Oostdam	15	Benjamin	van	Kessel				
20	Lia		Onderwater	15	Vincent		Brouwer				



DE SPARTAAN



September			
1	Nick		Reijnders
1	Joey		Smit
2	Nina	ver	Klugt
2	Hans		Driessen
2	Frans		Dames
3	Bas		Meeuwenoord
3	Erwin		Borrias
3	Mark		Broekhuizen
4	Lars	van	Steijn
4	David	van	Elk
4	Wietse		Buskermolen
4	Fieke	van	Noort
4	Ton		Meskers
4	Henk	vder	Poel

5	Carla		Duivenvoorden-Penaat
6	Daan		Randsdorp
6	Huub		Voesten
7	Silvia		Topper
7	Ina		Knip-Hos
8	Dimitri		Imanse
8	Cor		Griffioen
9	Jaimy	van	Starkenburger
10	Jasper	ven	Bogaard
11	Fons		Oomen
11	Jelle		Slobbe
11	Romara	van	Noort

12	Ellen	vder	Mark
12	Jeanette		Griffioen
12	Paula		Oudshoorn
12	Rita		Bakker-Blomsma
13	Sabine		Warmerdam-Appelt
14	Stefan		Bemelman
15	Greet		Eichhorn-Poelgeest
15	Greet	van	Grieken-v.d. Lans
15	Janneke		Weiffenbach
15	Rob		Wijffes



Opgezegde leden							
Voornaam		Naam	Straatnaam	Nr.	Postcode	Woonplaats	Knaucat
Daphne		Mesman	Frans Halsstraat	36	2162 CM	Lisse	09 D-junior
Christian		Feeleüs	Bachstraat	56	2162 VC	Lisse	14 B-junior
Anouk	van	Loenen	Lijsterlaan	9	2172 JW	Sassenheim	09 D-junior
Kevin		Möhlen	Punterhof	1	2162 LB	Lisse	10 D-junior
Tijn		Nozeman	Miles	9	2211 ZW	Noordwijkerhout	08 A-pupil
Lotte		Nozeman	Miles	9	2211 ZW	Noordwijkerhout	09 D-junior
Stacy		Dubos	Nassastraat	212	2161 RX	Lisse	31 Recreant
Saartje	van	Waard	Leembruggenstraat	62	2182 KP	Hillegom	07 A-pupil
Jeffrey		Möhlen	Punterhof	1	2162 LB	Lisse	08 A-pupil
Daan	van	Niekerk	Saffraanhof	41	2215 WB	Voorhout	32 Recreant
John		Zonneveld	Toscalaan	6	2152 GK	Nieuw Vennep	32 Recreant
Elly		Zonneveld-Visser	Toscalaan	6	2152 GK	Nieuw Vennep	31 Recreant
John		Pijpers	Westerdreef	73 a	2161 GP	Lisse	32 Recreant
Lucas	van	Dijk	Snoeklaan	26	2215 XG	Voorhout	12 C-junior
Henk		Cozijn	Veldhuyzen van Zantenpark	4	2163 GD	Lisse	42 Overige Sr
Nancy	vder	Zon - de Laaf	Akervoorderlaan	16	2161 DS	Lisse	31 Recreant
Dyon	de	Wit	Mariastraat	7	2181 CS	Hillegom	10 D-junior
Julia	van	Steijn	3e Poellaan	8a	2161 DM	Lisse	07 A-pupil
Ageeth		Versteegen	3e Poellaan	8a	2161 DM	Lisse	31 Recreant
Bert		Kragtwijk	Heereweg	312	2161 BV	Lisse	42 Overige Sr
Bart	vder	Lans	Kagertuinen	67	2172 XK	Sassenheim	10 D-junior
Max		Uphoff	Leidsevaart	25ws	2211 WB	Noordwijkerhout	06 B-pupil
Esmee	vder	Heiden	Randmeerstraat	134	2162 LN	Lisse	05 B-pupil
Britt		Timan	Julianastraat	36	2161 RD	Lisse	03 C-pupil
Dylan	van	Amsterdam	Dotterbloem	26	2377 DL	Oude Wetering	10 D-junior
Kevin	van	Amsterdam	Dotterbloem	26	2377 DL	Oude Wetering	14 B-junior
George		Hogenboom	Achterweg	8b	2161 GB	Lisse	02 Mini-pupil
Kimberley		Philipse	Lindenlaan	7	2161 ME	Lisse	09 D-junior
Tracy		Philipse	Lindenlaan	7	2161 ME	Lisse	07 A-pupil
Chantal		Pieterse-v Beelen	Lisdoddestraat	174	1433 WH	Kudelstaart	31 Recreant
Tye	vder	Zwet	Prinsessestraat	111	2161 RN	Lisse	06 B-pupil

Nieuwe leden							
Voornaam		Naam	Straatnaam	Nr.	Postcode	Woonplaats	Knaucat
Ruby		Persoon	Ravelstraat	32	2162 AR	Lisse	01 Mini-pupil
Jasper		Mens	Clusiusstraat	96	2163 JJ	Lisse	06 B-pupil
Jennifer		Dekkers	Rooversbroekdijk	53	2161 LN	Lisse	01 Mini-pupil
Dylan		Mul	Brouwersdam	46	2134 WZ	Hoofddorp	04 C-pupil
Vivian		Rooza	Karel Doormanplein	8	2182 XC	Hillegom	05 B-pupil
Jill		Lem	Fazantstraat	48	2162 GM	Lisse	01 Mini-pupil
Jelle		Slobbe	Anna Blamandreef	54	2162 JR	Lisse	06 B-pupil
Dirk-Jan	vden	Berg	Hyacintenlaan	49	2121 TC	Bennebroek	32 Recreant
Ellie		Versteeg-vder Veek	Rembrandtlaan	16	2172 DE	Sassenheim	41 Overige Sr

DE SPARTAN



Vervolg ledenadministratie:

vervolg Nieuwe leden							
Doortje		Roodenburg	Heereweg	74	2161 AJ	Lisse	05 B-pupil
Lennart		Smit	Koninginneweg	45	2211 TC	Noordwijkerhout	08 A-pupil
Mika		Duineveld	Rooversbroekdijk	90a	2161 LL	Lisse	04 C-pupil
Chris		Bosman	Huis ter Duinstraat	42b	2202 CV	Noordwijk	32 Recreant
Overleden Lid							
Voornaam		Naam	Straatnaam	Nr.	Postcode	Woonplaats	KnauCat
Piet		Ruigrok	Zuiderkruis	137	2163 AE	Lisse	32 Recreant
Verhuisde leden							
Voornaam		Naam	Straatnaam	Nr.	Postcode	Woonplaats	KnauCat
Edwin		Warmerdam	Anke Servaesstraat	11	2162 KR	Lisse	22 Master M35
Annemijn		Warmerdam	Anke Servaesstraat	11	2162 KR	Lisse	05 B-pupil
Rik		Cederhout	Hof van Delftlaan	92	2613 BR	Delft	18 Senior

Het aantal leden per 1 juni bedraagt 859

Graag uw aandacht voor het volgende:

Regelmatig krijg ik vragen n.a.v. de aanmelddata van met name leden die al geruime tijd lid zijn. Tijdens de ledenvergadering van afgelopen maart hebben zich diverse leden gemeld dat volgens hen de aanmelddatum niet klopt. Dit kan heel goed mogelijk zijn. De eerste leden werden in een boekje opgeschreven. Later is het bestand in een Excelbestand terecht gekomen en daarna in het huidige ledenadministratieprogramma. Bij het handmatig overnemen van het ene naar het andere systeem zal iets bewust of onbewust niet goed geregistreerd zijn. Na overleg met de voorzitter is besloten om dit zoveel als mogelijk te herstellen.

Welke datum is nu de aanmelddatum? dit is de datum dat je voor de laatste keer lid bent geworden. Het is namelijk regelmatig vorgekomen dat men een tijdje van de vereniging af is geweest.

Hieronder heb ik een lijst met leden die mogelijk niet goed geregistreerd zijn. Sta je op deze lijst en je hebt het idee dat de datum niet klopt laat mij dit dan even, liefst per e-mail, rijnberk.p.g.j.van@planet.nl weten. Ik zal dit dan alsnog proberen na te checken middels de aanmeldingen in de oude clubbladen.

Vnaam		Naam	Aanmeld-datum
Wim	van	Gerven	4-10-1961
Marga		Kortekaas	4-10-1961
Henk		Paardekooper	4-10-1961
Gerrit		Verhaar	4-10-1961
Wim		Cozijn	6-6-1962
Henk		Elfering	1-5-1964
Nico		Warmerdam	1-5-1964
Paul		Grimbergen	1-10-1964
Nico	van	Noort	1-6-1965
Jan	van	Heek	1-10-1965
Aad		Grimbergen	1-12-1966
John	vd	Zwet	1-6-1967
Piet		Waaning	1-6-1968
Aad		Kortekaas	1-7-1968
Wim	vder	Krogt	1-7-1969
Lenie	vder	Poel	1-5-1971
Piet		Walraven	1-8-1971
Jaap	van	Amsterdam	1-10-1972
Pauline	v.d.	Voorn	1-5-1973
Leo		Randsdorp	1-7-1973
Jan		Beelen	1-10-1973
Martin	van	Rijssel	1-1-1974
Mark		Beelen	1-9-1974
Ton		Meskers	1-1-1975
Joop	van	Stijn	1-7-1975
Do		Elfering	1-9-1975
Gerard		Kortekaas	1-1-1976
Vincent	van	Stijn	1-6-1976
Marcel		Baudet	1-9-1976
Heino		Stroet	1-10-1976
Greet		Schipaanboord	1-12-1976

Vnaam		Naam	Aanmeld-datum
Lien		Zonneveld	1-1-1977
Karin		Zonneveld	15-4-1977
Frans		Dames	15-2-1978
Aad	vder	Lans	15-4-1978
Evert	vhet	Schip	1-5-1978
Peter	van	Noort	15-7-1978
Klaas		Molenaar	15-10-1978
Edwin		Warmerdam	7-1-1979
Dennis		Verhaar	15-2-1979
Greet		Eichhorn-Poelgeest	1-10-1979
Marco	van	Stijn	15-10-1979
Ans		Verhaar-Hoogkamer	15-11-1979
Greet	van	Grieken-vd Lans	1-2-1980
Ton		Jakobs sr.	1-9-1981
Edwin		Kortekaas	15-12-1981
Leo		Warmerdam	15-8-1982
William		Augustinus	1-9-1982
Kees	van	Ruiten	1-11-1982
Ed		Warmerdam	1-1-1984
Wim		Brouwer	15-2-1984
Wil	vder	Krogt-Slobbe	15-2-1984
Ton		Jakobs	1-8-1984
Paul		Stelder	1-8-1984
Tessy		Lenting	11-10-1984
Piet		Lenting	11-10-1984
Arnoud		Koot	15-3-1985
Wim		Hartman	1-4-1985
Lea	v.d.	Aart-Kortekaas	1-11-1985

Vnaam		Naam	Aanmeld-datum
Heidi	vder	Veek	15-2-1986
Erik		Bakker	15-6-1986
Lisette		Kaptijn	1-8-1986
Joke	vder	Lans-Mooijekind	1-9-1986
Louis	vd	Reep	1-12-1986
Henk	vder	Poel	15-4-1987
Allert		Everts	1-5-1987
Margo		Kvits-Mooijekind	20-9-1987
Piet	van	Rijnberk	1-11-1987
Vincent	van	Blitterswijk	1-1-1988
Jan Pieter		Tensen	1-4-1988
Joost	vder	Meer	15-7-1988
Frans	v.d.	Kraan	1-12-1988
Toon		Martin	1-3-1989
Carla		Kortekaas-Weijers	1-5-1989
Nico		Schriek	1-11-1989
Ria		Schriek-Rodenrijs	1-11-1989
Wim		Schouten	1-8-1990
Sonja	van	Noort	1-11-1990
Jan	vder	Voet	1-11-1990

Piet van Rijnberk, ledenadministrateur





HEIWERKENLISSE^{B.V.}

Voor kleine- en grootschalige projecten:

• Serrebouw • Tuinmuren • Erkers enz. • Aanbouwen
Op moeilijk bereikbare plaatsen en trillingsarm.

Heiwerken Lisse B.V.
Mozartstraat 12 2162 AJ Lisse
Telefoon:
0252-41 77 29 / 41 86 68
Mobiel:
06-53 38 20 12 / 06-53 38 20 57

Telefax:
0252-42 11 06
E-mail:
heiwerken@hotmail.com
Internet:
www.heiwerkenlisse.nl

Voor kleine- en grootschalige projecten:

www.heiwerkenlisse.nl



Net 'n haar beter!

Autobedrijf Bram Polderman v.o.f.



Heereweg 50, 2161 AH Lisse
Postbus 147, 2160 AC Lisse
Telefoon: 0252 - 418850
Telefax: 0252 - 414655
info@mitsubishi-polderman.nl



www.mitsubishi-polderman.nl

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, INKTCARTRIDGES
VOOR PRINTERS

BIJ DE BRUIN MOET JE ZIJN!!

ook voor... TELEFOONKAARTEN EN POSTZEGELS

JOHN DE BRUIN

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

KOSMETIKA

koopt u bij

D.I.O Drogisterij -Parfumerie-Schoonheidssalon

Lisse

Tegen inlevering van deze advertentie ontvangt u
10% korting op onze dames- of herengeuren

Kanaalstraat 70, Lisse, Telefoon 0252-414576

BRIL Jan't

**Exclusieve Brilmode
Contactlenzen**

Kapelstraat 2, 2161 HD Lisse
Telefoon (0252) 412570



*fijn dat het
er is ...*

Vishandel

ALEX RUIZENDAAL

033-8883911/0653951466 SPAKENBURG

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

BASSO CONTINUO

CATERING & EVENT PLANNING

Bastiaan C. Ronkes

Kruisbaak 13a
2165 AJ Lissebroek
Tel. 0252 428 103
Fax 0252 428 436

E-mail:
info@bassocontinuo.nl
www.bassocontinuo.nl
mob. 06 54240102

Elektro-Technisch Bureau
Jan van der Reyden

Leverancier
van topmerken
in elektrische
huishoudelijke
apparaten.

voor Service, Vakmanschap,
Kwaliteit en Eigen service diensten!



KANAALSTRAAT 155
2161 JE LISSE
TEL. 0252 - 41 41 00

Landelijk erkend installateur - lid Uneto



**Skicentrum
Hillegom**

De wintersportspecialist

Het Indoor Ski- en Snowboardcentrum van de Duin- en Bollenstreek!

**De ideale voorbereiding
voor uw wintersport!**

**Lessen – SkiShop
Verhuur – Onderhoud
Après Ski**

Vosselaan 156, 2181 CD Hillegom • Telefoon: 0252-527120
Email: info@skicentrumhillegom.nl

www.skicentrumhillegom.nl



KROMHOUT

ACCOUNTANTS EN BELASTINGADVISEURS

Gevleugelde kwaliteit

Postbus 353, 2160 AJ Lisse,
Kanaalstraat 270^E, 2161 JZ Lisse
Telefoon 0252-417450, Fax 0252-413407,
www.kromhoutlisse.nl



KEURSLAGER

Keurslagerij
Clemens

Winkelcentrum Poelmarkt • Lisse

Tel. 0252-410410

www.clemens.keurslager.nl

Verstand Van Lekker Vlees



restaurant

**De Vier
Seizoenen**



De Vier
Seizoenen

10 jaar

Kijk op
onze website

voor alle acties
in 2010

Heereweg 224 - 2161 BR Lisse
Telefoon: 0252 - 41 80 23
info@restaurantdevierseizoenen.nl
www.restaurantdevierseizoenen.nl

Keuken geopend
voor lunch van 12.00 - 14.00 uur en
voor diner van 17.30 - 21.30 uur
Dinsdag gesloten
Zaterdag en zondag lunch op aanvraag
Reserveren gewenst

Tot ziens, Ton Freriks, patron cuisinier
Ellen Freriks

www.spartaan.net

Herhaalde oproep!!!!!!

Herhaalde oproep!!!!!!

Herhaalde oproep!!!!!!



De huidige webmaster heeft aangegeven zijn functie te willen beëindigen.
Daarom is de organisatie van het
Super Prestige Oranje Circuit
op zoek naar een

WEBMASTER

Kennis vereist van html, css, JavaScript, PHP en MySQL
Voor een site met een **CMS** zou kennis van Joomla en MySQL nodig zijn.



Het Super Prestige Oranje Circuit is een gezamenlijke organisatie van a.v. De Spartaan en a.v. N.S.L. Jaarlijks organiseren zij in samenwerking met de plaatselijke Oranje en Harddraverijverenigingen in Noordwijk Binnen, Noordwijkerhout, Hillegom, Voorhout, Sassenheim en Lisse het SPOC waar circa 300 hardlopers en loopsters aan meedoen.

De werkzaamheden bestaan o.a. uit het aanpassen en wijzigen van de website volgens organisatie. Het mogelijk maken van o.a. online inschrijving, publicatie deelnemerslijst, uitslagenlijst en foto's etc.

Hebt u interesse?

Neemt u dan a.u.b. contact op met Alun Jones Tel. 0252-217970

of Piet Waaning Tel. 071-3610477

of Aad Anthonissen Tel. 0252-376154

Kijk ook even op onze site: www.oranjecircuit.nl

SUPER PRESTIGE ORANJE CIRCUIT



Wedstrijdkalender SPOC 2010

Noordwijk	31 Augustus	Start 19.45 uur
Noordwijkerhout	7 September	Start 19.45 uur
Hillegom	10 September	Start 19.45 uur
Voorhout	17 September	Start 19.45 uur
Sassenheim	21 September	Start 19.30 uur
Lisse	28 September	Start 19.20 uur

Sponsors

Melman Business & Casuals Sassenheim
Van der Meer Makelaars & Taxateurs Noordwijkerhout
Hoogkamer Assurantiën Lisse
Spider Graphics Voorhout

On-line inschrijving vanaf 1 juni a.s.
www.oranjecircuit.nl

NOORDWIJK - NOORDWIJKERHOUT - HILLEGOM - VOORHOUT - SASSENHEIM - LISSE



NIEUWS VANUIT HET WOC

Aktiviteitenkalender

dag	datum	editie	OMSCHRIJVING AKTIVITEIT	LOKATIE
za	19 juni 10		Gebiedsfinales junioren C/D	
zo	20 juni 10		Competitie masters/junioren A 2e ronde	
vr	25 juni 10	3e	KogelDiscusCircuit, Lisse/Leiden 3e wedstrijd	Leiden
vr	25 juni 10	15e	Spartaan Estafette 4 x 5,1 km	weg/baan
za	26 juni 10		Ouder/pupillenwedstrijd	baan
za	26 juni 10		CD-meerkampen - Onderling	baan
vr	27 aug 10	3e	KogelDiscusCircuit, Lisse/Leiden 4e wedstrijd	baan
zo	5 sept 10		Instuifwedstrijden senioren + junioren AB	baan
za	11 sept 10		Landelijke finales Competitie junioren C/D	
zo	12 sept 10		Landelijke finales Competitie junioren B	
zo	19 sept 10		Promotie-/degradatiwedstrijden senioren	
vr	24 sept 10	3e	KogelDiscusCircuit, Lisse/Leiden 5e wedstrijd	Leiden
wo	29 sept 10		Schoolatletiekwedstrijden Harddraverij	baan
za	9 okt 10		Onderlinge pupillenwedstrijd + Meerkampen Sen/ABCD	baan
zo	10 okt 10		Onderlinge meerkampen Senioren + Jun ABCD + Krukkenbokaal	baan
zo	7 nov 10	24e	Scholierenbosloop VO- en BO-groepen 3 t/m 8	bos
zo	5 dec 10	24e	Ter Specke Loop (Zorg & Zekerheid circuit) 5-10-15 km	weg/baan
zo	6 nov 11	25e	Scholierenbosloop VO- en BO-groepen 3 t/m 8	bos
zo	4 dec 11	25e	Ter Specke Loop (Zorg & Zekerheid circuit) 5-10-15 km	weg/baan
			prijzen - LK = contact met Lisette Kaptijn omtrent aantallen en soorten.	
di			voorinschrijving Z&Z-circuit	clubhuis
di			voorinschrijving Z&Z-circuit	clubhuis

VAN DE VRIJWILLIGERSCOMMISSIE

Hallo weer even een berichtje van jullie vrijwilligerscommissie. De zomer komt er aan en het wedstrijdseizoen is al volop aan de gang. Dus.... Weer veel werk aan de winkel voor de vrijwilligers. Natuurlijk met een fantastische opening van het baanseizoen met de Ter Specke Bokaalwedstrijd. Pluim voor al die vrijwilligers die zich deze dag hebben ingezet. Maar ook de kleinere wedstrijden hebben jullie hulp hard nodig. Dus mogen wij ook daar op jullie rekenen??

Het klinkt misschien afgezaagd maar het is helaas wel waar. Wij hebben altijd vrijwilligers nodig. Denk aan nieuwe juryleden, baanmedewerkers, wedstrijdsecretariaat medewerkers, parkoersmedewerkers, kantine medewerkers etc Er is altijd iets voor jou te doen. Dus als je nog niets doet? En je heb wat tijd over en wilt de vereniging gezond houden. Laat het ons dan weten.



Dan nu een leuk bericht. **Op zondag 29 augustus** wil het bestuur alle vrijwilligers weer bedanken voor hun inzet. Daarom gaan we dit jaar Boerengolfen met na afloop een heerlijk buffet verzorgd door Dragon Town en drankje.



Binnenkort zullen alle vrijwilligers weer een uitnodiging ontvangen of deze ligt in de kantine. Stuur deze direct in. Naar ons of in de bus in de kantine. Wij moeten namelijk een inschatting maken van het aantal. Natuurlijk gaat

iedereen mee. Wij hebben de vertegenwoordigers van alle commissies weer gevraagd om de database te updaten met jullie gegevens. Maar mocht je onverhoopt geen uitnodiging ontvangen en ben je wel vrijwilliger schroom niet het ons dan toch te laten weten. Een foutje maken is menselijk.

Op deze middag zal ook de jaarlijkse Vrijwilliger van het Jaar bekend worden gemaakt. Wie???? Dat houden we tot dan lekker geheim maar als je komt kun je haar/hem feliciteren.

Waar zijn we de afgelopen periode mee bezig geweest?

- Het maken van een flyer. Jullie hebben hem allemaal ontvangen in je clubblad en wij zullen hem binnenkort ook op meerdere evenementen uitreiken.
- De voorbereidingen van de Vrijwilligersmiddag
- Het schrijven van "De Vrijwilliger van de maand". Heb je maandelijks op de site van de vrijwilligers het interview gelezen. Natuurlijk komt hij ook in het clubblad.



- Een gesprek gehad met alle commissies en Anthony Ott. Wij hebben zo ons oor te luisteren gelegd wat er leeft en wat men van ons verwacht. Dit was weer heel verhelderend.
- Twee leden hebben de hele winter een cursus Vrijwilligersbeleid gevolgd gegeven door de Atletiek Unie. We hebben daarbij getracht een eigen Vrijwilligers Beleidsplan te schrijven. Binnenkort zullen we dat aanbieden aan het bestuur die hun mening erover mag geven en mogelijk kan het meegenomen worden in de volgende beleidsperiode. Verder gaan we met het bestuur kijken wat we al kunnen oppakken. Je hoort hier binnenkort meer over.
- Gesprek met bestuurslid portefeuille houder vrijwilligers (halfjaarlijks)

Wat gaan we de komende periode doen?

- Werken aan een enquête onder de vrijwilligers (wie wil mee helpen dit op te zetten?).
- Ondersteuning geven aan het jubileum. Hiervoor zal volgend jaar veel inzet gevraagd worden van vrijwilligers. Hopelijk doet iedereen mee en krijgen we daardoor ook een goede aanwas. Want met elkaar kunnen en moeten we dit feest maken. Saamhorigheid is bij De Spartaan altijd goed aanwezig geweest.
- Doorgaan met al onze lopende activiteiten. Laat ons eens weten wat je ervan vindt. Ons mailadres vind je vooraan in het clubblad en op de site.

Namens de Vrijwilligerscommissie, Jaap van Amsterdam



Vrijwilliger van de maand Mei

Deze maand hebben we een persoon uitgenodigd die al een lange reeks van jaren als een ware vrijwilliger De Spartaan een warm hart toedraagt. Vaak op de achtergrond met ontzettend gedrevenheid en erg loyaal. Al jaren op het wedstrijdsecretariaat, sinds begin jaren 80 als wedstrijdsecretaris voor uitwedstrijden, microfonist en natuurlijk jaren wedstrijdathleet geweest in de senioren ploegen.

Ik wil jullie met veel genoegen laten kennismaken met **Ton Meskers**.

Stel je eens voor:

Ik ben **Ton Meskers**, 61 jaar, woon in Hillegom, ongehuwd, niet samenwonend, ook nooit gedaan. Gewoon lekker in m'n uppie. Anderen kunnen zich dat niet voorstellen, maar voor mij werkt dit het best. Mijn werk is administrateur op een klein accountantskantoor in Haarlem.

Begonnen als assistent-accountant, maar later ben ik de administratie van het kantoor zelf gaan doen. Dat moet tenslotte ook gebeuren. Inmiddels doe ik dat al weer bijna 44 jaar bij hetzelfde bedrijf! Een echte plakker dus. In 1974 ben ik op aanraden van mijn zus Jeannette bij De Spartaan gekomen en door Jan van Heek bijna meteen in de competitieploeg op polsstokhoogspringen gezet. Ik was en ben niet echt een langeafstandsløper, maar ik ben er toch trots op dat ik in 2003 de marathon in Praag tot een goed einde heb gebracht. Nu doe ik het, vanwege een knieblessure, die zijn oorsprong vindt in dat polsstokhoogspringen, rustig aan.

Waarom ben je aan vrijwilligerswerk begonnen?

Ik was nog niet zo lang lid, of ik werd door Henk Paardekooper gevraagd op het "wedstrijdsecretariaat thuis": de wedstrijden op onze baan administratief mee helpen verzorgen. In het begin was dat nog veel schrijven, lijsten maken op de typemachine, uitslagen stencilen en per post verzenden. En bij meerkampen of competities punten opzoeken en tellen. Dan gaat het tegenwoordig met de computers en internet een stuk makkelijker. Vooral in de jaren tachtig, toen we pas een kunststofbaan hadden, waren het drukke tijden. Toen Nico van Steijn, de wedstrijdsecretaris-uit, overleed werd mij gevraagd om even in te springen en het zolang over te nemen. Dat is inmiddels ook bijna 30 jaar geleden. Over plakken gesproken... Maar ook dit is met internet, waar de atleten zich makkelijk zelf in kunnen schrijven, een stuk eenvoudiger geworden.

Hoe is je dit befallen? Als ik het niet leuk vond en vind, had ik het niet zo lang volgehouden.

Wat zou je willen verbeteren in je (het) vrijwilligerswerk?

Wanneer er voldoende mensen zijn, loopt alles eigenlijk vanzelf en hoeft er niets veranderd te worden.

Wat vind jij van De Spartaan en wat wil je de vereniging meegeven?

Het is natuurlijk een geweldige vereniging. Vooral als je erbij betrokken bent, merk je dat. We hebben wat voor elkaar over. Dat moet vooral zo blijven.

Zou je ook weleens ander werk willen doen? Wat moeten wij doen om dit gemakkelijker te maken?

Wat ik nu doe bevalt me prima. Ik ambieer geen andere functie.

Vertel eens over je andere hobby's?

Zingen doe ik erg graag. Ik zing al bijna 25 jaar (plak-plak) bij een close-harmonykoor in Noordwijk. Afgelopen maart hebben we een grote uitvoering gehad in De Muze. Wanneer er in de omgeving amateurmusicals worden opgevoerd ben ik ook graag van de partij. Zo zijn we nu aan het repeteren voor de musical "De doortocht" over de tocht van Mozes door de Rode Zee. Op 16 en 17 april is de uitvoering in de kerk in De Engel, die voor die gelegenheid in een echt theater wordt omgetoverd. Dan ben ik ook nog aan het repeteren voor het muziek-theaterstuk "Vrijheid.geenPunt". Een indrukwekkend stuk over de vrijheid na de Tweede Wereldoorlog, maar ook de vrijheid nu. Vrijheid is geen gegeven dat we bereikt hebben: we moeten er aan blijven werken. (Zie de site www.vrijheidpunteenpunt.nl) Echt een aanrader. De opvoeringen zijn op 5,6,7 en 8 mei in De Hoeksteen in Hillegom.

Vervolg vrijwilliger vd maand april, Ton Meskers

Wie is je sportieve held? En voor wie heb je veel respect en waarom?

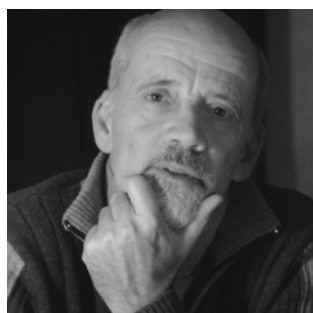
Vooral mensen die niet opgeven en door blijven gaan spreken me aan. Erben Wennemars is zo'n figuur. Laatst nog ging hij tijdens een natuurijswedstrijd op z'n plaat. Geschaafd gezicht en bloedend, maar toch zeggen dat het lekker gaat.

Wat zou je een lid, dat nog geen vrijwilliger is willen zeggen?

We moeten het met z'n allen doen, dus we kunnen geen "meelopers" zijn.

Heb je een motto en wat is dat?

Een motto is zo beperkt. Af en toe kom je interessante wijsheden tegen zoals: Gisteren is voorbij. Maak iets van vandaag. Dan zal morgen alles vanzelf gaan. Vrijheid, dat is: alles kunnen doen wat een ander niet schaaft. De enige manier om tijd te hebben, is tijd te nemen. Behandel de fouten van anderen even voorzichtig als de uwe. Wat wij in het leven soms nodig hebben, is iemand die ons er toe brengt te doen waartoe we in staat zijn.



Vrijwilliger van de maand Juni

Als vele jaren lid van De Spartaan, bij deze vrijwilliger ruim 45 jaar, dan kun je je voorstellen dat hij vele taken heeft gehad, veel ervaring op allerlei gebied en bij vele leden een goede bekende. Hij is typisch een exponent van een ouder die zijn kinderen met het "virus" besmet zoals we gelukkig nog steeds vaak zien in onze vereniging. Nooit te beroerd om de handen uit de mouwen te steken maar aan de andere kant ook een bescheiden mens.

Ik stel jullie met genoeg voor aan **Nico Warmerdam**.

Stel je eens voor:..

Mijn naam is Nico Warmerdam en ik woon samen met Gerda Wassenaar. Ik heb 2 kinderen Edwin en Bas, beide zijn vele jaren actief geweest bij de Spartaan (Edwin is nog steeds actief). Verder heb ik 4 kleinkinderen, waarvan Annemijn actief is bij de pupillen. Zelf ben ik vanaf 1964 of 1965 lid van de Spartaan. Ik ben 67 jaar en ben gepensioneerd.

Waarom ben je aan vrijwilligerswerk begonnen?

Na m'n actieve periode als atleet ben ik gestart met het geven van training aan de D-meisjes. Ik had naast m'n gezin en werk nog wel wat vrije tijd, werd gevraagd en vond het wel leuk me daarin te verdiepen. Ik heb het jaren gedaan en met veel plezier.

Hoe is je dit befallen?

Het geven van training is me prima befallen, omgaan met jonge mensen, de begeleiding naar wedstrijden, het ervaren van het plezier dat de jeugd heeft in het sporten en het zien van prestatieverbetering zijn elementen die me erg aangesproken hebben. Zo zelfs dat ik later het training geven weer heb opgepakt bij de recreanten.

Hoe lang doe je dit al? Ik weet niet helemaal meer in welk jaar ik begonnen ben maar ik schat vanaf 1976.

Wat zou je willen verbeteren in je (het) vrijwilligerswerk?

Niets, ik vind dat de vrijwilligers regelmatig in het zonnetje gezet moeten worden en dat gebeurd bij de Spartaan met enige regelmaat.

Wat vind jij van De Spartaan en wat wil je de vereniging meegeven?

Ik vind de Spartaan een prima vereniging. Ik kom er regelmatig en met plezier. Ik beweeg me de laatste jaren voornamelijk in de recreantengroepen en zie met veel genoegen dat veel mensen zich inspannen om alles zijn gang te laten gaan. De recreantentrainers en de mensen van de CRA presteren het wekelijks om ca. 250 mensen hun sport te laten bedrijven. Blijf deze mensen waarderen!!!

Zou je ook weleens ander werk willen doen?

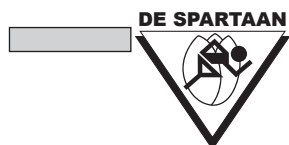
Ik heb al veel verschillende dingen gedaan binnen de Spartaan en heb niet de behoefte om daar nog veel aan toe te voegen. Naast trainer was ik contributie-ophaler, bestuurslid (Vz Jeugdraad), voorzitter van de vereniging en zat ik in diverse commissies.

Vertel eens over je andere hobby's (indien je deze hebt).

Naast het geven van training bij de Spartaan train ik ook wekelijks een groepje bij Ski-vereniging Kennemerrand. Daarnaast heb ik een ruime belangstelling voor kunstgeschiedenis, waarvoor we regelmatig musea bezoeken.

Wat zou je een lid die nog geen vrijwilliger is willen zeggen?

Waarom zou men vrijwilliger moeten worden? In een vereniging als De Spartaan is altijd wat te doen, of je handig bent, of goed kan organiseren. Of administratief werk doet of iets goed kan promoten als je besluit je aan te sluiten bij de grote groep vrijwilligers dan krijg je daar heel veel voor terug. Het geeft veel voldoening als je ziet dat de jeugd, de recreanten en de wedstrijdathleten, mede door jouw inzet, heel veel plezier aan hun sport kunnen beleven.





Vrijwilligers van de maand juli

Deze maand stellen zich voor 2 juryleden die als paar al vele jaren veel inzet tonen. Nooit te beroerd om te komen op te draven door weer en wind. Op bijna alle wedstrijden kun je niet om haar heen. Als je haar niet zo zien dan hem toch zeker. En als je de hond ziet (bijna onze huishond). Ja is zeker Pauline en/of Albert in de buurt.

Ik stel jullie voor aan **Pauline van de Voorn en Albert Molenkamp**.

Voorstellen.

Mijn naam is **Albert Molenkamp** ben bijna vijftig jaar, ben 11 jaar getrouwd met Pauline van der Voorn. Ben vader van twee jongens één van 24 en één van 22 jaar. Ben werkzaam in de gezondheidszorg op dit moment in Mariënhaven in Warmond, alwaar ik leidinggevende ben op een verpleegafdeling. Ben met de Spartaan in aanraking gekomen, door Pauline en ben zo'n dertien

jaar geleden gestart in de opstapgroep. Deze heb ik af gemaakt en liep voor het eerst van mijn leven zomaar tien kilometer hard. Dit heb ik een aantal jaren volgehouden, maar het bleek toch niet een goede activiteit voor mijn te zijn. Ben daarna gaan wandelen en hoop dit jaar voor de vijfde keer de vierdaagse uit te gaan lopen. Aangezien ik de Spartaan een gezellige vereniging vind, ben ik op zoek gegaan naar ander "werk" binnen de Spartaan, ik kwam uit op jury algemeen, deze cursus was voor mijn best pittig daar ik op dat moment totaal geen binding had met de atletiek. Ik ben het jurylid zijn erg leuk gaan vinden en heb twee jaar geleden de cursus starter gedaan, ook erg leuk om te doen, jammer dat het er zo weinig van komt. Het is een erge gezellige club om als vrijwilliger te je "werk" te doen.

Waarom vrijwilligerswerk? Ik ben al zeker 10 jaar jurylid en zoals ik al gezegd heb doe ik dat met heel veel plezier.

Verbetering? Ik vind de organisatie rond de vrijwilligers bij de Spartaan prima, je kan wel van alles willen, maar als het gaat zoals het gaat en het gaat goed dan moet je volgens mijn zo doorgaan, verbeteringen zijn altijd wel wenselijk, maar op dit moment kan ik er geen benoemen.

Wat vind je van De Spartaan? De Spartaan in een vereniging waarin je snel het gevoel heb erbij te horen, ook al ben je geen topatleet, het is een grote vereniging, waarin je de kans loopt elkaar sneller uit het oog te verliezen, maar de grote geeft wel aan dat het een vereniging is waar het goed toeven is.

Zou je weleens ander werk willen doen? Ik heb al eens eerder aangegeven dat ik een EHBO diploma op zak heb, deze taak zou ik best wel binnen de vereniging willen uitoefenen. Het jurylid zijn, blijf ik een grote uitdaging vinden, dus dat wil ik graag ook blijven doen, zeker het starten zou ik graag meer willen doen.

Andere hobby's? Als ik over mijn andere hobby's moet gaan praten dan zijn dat er vele, namelijk, al meer dan 35 jaar actief lid in een fanfare te Noordwijk, ik heb een Duitse dog waar ik iedere dag samen met Pauline erg van geniet, verder heb ik tropische vogels, kippen, 2 katten en ben sinds vijf jaar druk doende met postduiven, een hobby die veel tijd vraagt. Ook ben ik graag op de motor onderweg naar leuke plaatsen. En zoals al gezegd vind ik wandelen erg leuk om te doen, hoewel het ook een activiteit is die erg veel inzet en doorzettingsvermogen van mijn vraagt.

Sportieve held / voor wie heb je enorm respect? Mijn sportieve held was toen ik nog niets met atletiek had Wil Den Hartog een motorrijder. Sinds ik in de wereld van de atletiek wat meer kennis heb gekregen, vind ik eigenlijk elke atleet, of die nu professionele bezig is of als recreant, een sportieve held. De kogelstoters /discuswerpers spreken me het meeste aan, omdat deze met hun postuur, toch instaat zijn topprestaties neer te zetten.

Wat zou je leden willen zeggen die nog geen vrijwilligerswerk doen?

Als je lid ben van de Spartaan, dan mag en kan je gebruik maken van alle mogelijkheden die de Spartaan bied, maar realiseer je één ding dat er eerst heel veel werk verzet moet worden door de vrijwilligers om een ieder het naar haar of zijn zin te maken, elke hulp is daarbij welkom dus geef je op als vrijwilliger van de Spartaan, ook al heb je nog maar een klein beetje vrije tijd om dit te doen.

Motto? "VELE HANDEN MAKEN HET WERK BINNEN EEN VERENIGING GOED TE DOEN"

Voorstellen?

Mijn naam is **Pauline van der Voorn**, ik woon in Lisse en alweer 11 jaar getrouwd met Albert Molenkamp. Thuis hebben we een halve dierentuin met onze hond Frodo (regelmatige bezoeker van De Spartaan) onze 2 katten Famke en Puck, de kippen, duiven en vele vogels in de volière. Ik werk als ziekenverzorgende in Mariënhaven te Warmond waar ik regelmatig nachtdiensten draai. Vanaf mijn 9e jaar ben ik lid van De Spartaan en loop 2x in de week bij de recreanten.

Waarom vrijwilligerswerk?

Lang geleden ben ik begonnen bij De Spartaan als trainster bij de pupillen op woensdagmiddag, daarna ben allerlei hand en spandiensten gaan verlenen. Alweer jaren geleden heb ik de jurycursus gedaan en ben ik officieel jurylid. Twee jaar geleden hebben Albert en ik de startercursus gedaan en sta ik regelmatig met het startwapen op de atletiekbanen. Jaren lang heb ik de opstapgroep getraind en heb ik training gegeven in de C groep. Verder doe ik de was voor de kantine. Ik ben van mening dat iedereen iets aan vrijwilligerswerk "moet" doen. Van zingen in een kerkkoor tot vrijwilliger in een zorgcentrum, van clubbladen rondbrengen tot ziekenbezoeken. Er zijn zoveel leuke en goede dingen te vinden. Het vrijwilligerswerk bevalt me bijzonder goed, iets voor iemand anders kunnen betekenen zonder daar een financiële beloning daarvoor te ontvangen.



Vervolg vrijwilligers vd maand juni, Pauline vd Voorn en Albert Molenkamp

Verbetering? Ik weet niet of er veel te verbeteren valt maar als iedereen zijn steentje bijdraagt dan maken vele handen licht werk. Ik denk b.v. aan de ouders bij de wedstrijden die een handje helpen. Zo kunnen ze hun aanwezigheid direct combineren met het verrichten van wat taken rond de baan.

Wat vind je van De Spartaan? Ik ken de vereniging al jaren, voor mij in goede en in minder goede periode. In vooral de periode waarin het wat minder gaat zie je wat een vereniging voor je kan betekenen. Waar echte vriendschap zit die je dan aan de lijve kunt ervaren. Naast het sporten doe je vrienden en kennissen op en dat vind ik een leuke bijkomstigheid.

Zou je weleens ander werk willen doen? Nee hoor, ik ben heel tevreden met het werk wat ik nu doe. Leuk om direct contact te hebben met de atleten en lekker buiten te zijn.

Andere hobby's? Naast het verzorgen van de beestenboel thuis en het wandelen met de Frodo doe ik graag aan lange afstand wandelen. Dit jaar ga ik voor de 7^e keer de Nijmeegse vierdaagse lopen. Verder doe ik nog vrijwilligerswerk bij de duivenclub.

Sportieve held / voor wie heb je enorm respect? Voor mij is de sportieve Spartaan held Jeroen Habers. Door zijn doorzettingsvermogen en trainingsarbeid heeft hij bereikt waar hij nu staat, het doet me plezier hem op de baan te zien trainen en presteren. Kees van Ruiten is degene waar ik enorm veel respect voor heb. Naast zijn sportieve prestaties in zijn vroegere loopcarrière zie ik hem veel op en rond de baan. De manier waarop hij zijn functie van jurycoördinator uitvoert ervaar ik als zeer prettig. Het is fijn om te horen als men blij is als je beschikbaar bent voor een wedstrijd en dat bedankje na afloop doet een mens goed. Ik denk dat Kees op een juiste manier de mensen weet te benaderen.

Wat zou je leden willen zeggen die nog geen vrijwilligerswerk doen? Gewoon doen, het is leuk om met atleten en werken, buiten te zijn en iets voor iemand anders te betekenen.

Motto? Zoals ik al heb gezegd, ik vind dat iedereen iets moet doen aan vrijwilligerswerk, wat en waar dan ook.

NIEUWS VANUIT HET CWA

Start wedstrijdseizoen

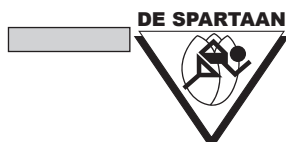
Voor meerdere atleten is het wedstrijdseizoen dit jaar succesvol begonnen, meerdere pr's en clubrecords werden al vroeg in het seizoen verbroken. Hieronder staat een overzicht van enkele wedstrijden die gedaan zijn door de Spartaanse atleten. Voor meer uitslagen of verslagen, kun je de website van de Spartaan ook bekijken.

De werpers begonnen hun seizoen bij AV Hera in Heerhugowaard waar **Ruud van Noort** zijn pr op kogel met ruim een meter verbeterde tot 12.96m. Ook **Roxanne van Noort** deed het goed tijdens deze trainingspakkenwedstrijd met een persoonlijke record op discuswerpen (41.50m). Ruud had na deze wedstrijd de smaak te pakken en verbeterde zijn pr op discus tijdens wedstrijden in Amersfoort en Leiden (38.28m en 40.74m respectievelijk). Als klap op de vuurpeil wist Ruud tijdens het Nederlands kampioenschap voor studenten een bronzen medaille binnen te slepen op het discuswerpen. "Het discuswerpen zat qua deelnemersveld erg dicht op elkaar. Na 5 pogingen stond ik 5e met 38.26 meter, en na mijn 6e poging stond ik ineens 2e met 39.55. Hier kwam nog één iemand overheen, waardoor ik 3e werd!". Ook het kogelstoten stond op het programma van Ruud tijdens het NSK. Hierbij benaderde hij zijn persoonlijke record en eindigde net naast het podium (4^e plaats).

Ook **Dave Clemens** was van de partij op de NSK. Helaas had hij niet zijn dag. Hij slingerde de kogel naar 34.99 meter terwijl hij eerder dit jaar al over de 40 meter was gekomen. "Ik vond niet de rust in mijn hoofd die ik moet hebben om het slingeren lekker te laten lopen en om het op de juiste manier aan te drijven. Dat kwam ook naar voren in deze wedstrijd." Op de 400 meter liep hij 54.11 seconden. Jeroen Habers besloot niet te starten op de studentenkampioenschappen na een val op de steeple.

Tijdens de openingswedstrijd van het baancircuit (Ter Specke Bokaal) kwamen acht Spartaanleden in actie op onze eigen baan. Bij Roxanne liep het discuswerpen nog niet heel lekker, maar het resultaat was desondanks niet slecht (41.25m). Bij het kogelstoten overtrof ze zichzelf en scherpte haar persoonlijk record aan tot 13.42 meter. Ook Ruud kwam tijdens deze wedstrijd in actie en nam dezelfde onderdelen voor zijn rekening. "Dit was zeker leuk om zo mee te maken!" Hij kwam tot 12.48 meter met de kogel en 38.70 meter met de discus. **Remona Fransen** was, doordat haar terugvlucht werd uitgesteld, pas om 3 uur 's nachts aangekomen vanaf haar trainingstage op Tenerife. Toch nam ze deel bij het kogelstoten (12.39m). Rick van Ruiten werkt hard aan zijn comeback en wierp de speer naar 52.90 meter. **Lonneke Derriks** combineerde de 400 meter horden met de 300 meter sprint. Op de horden verliep haar race niet soepel. "Ik heb altijd een paar races nodig om in te komen en de laatste hordes liepen niet lekker." Haar tijd van 63.14 seconden viel haar in dat opzicht niet tegen. Op de 300 meter wist ze overtuigend haar serie te winnen in een persoonlijk record van 40.69 seconden.

Bij het verspringen namen **Nienke Kragtwijk** en **Miranda de Regt** het tegen elkaar op. Helaas wilde het op deze wedstrijd voor Nienke nog niet lukken. Miranda werd vierde met 5.58 meter en liep vervolgens ook nog een knappe tijd op de 150 meter van 18.71 seconden (Clubrecord!). Op de 3000 meter maakte Jeroen Habers zijn debuut. Hij ging in het sterke veld hard van start, maar kon dat niet helemaal volhouden. Toch finishte hij in een nieuw persoonlijk record van 9.02.60 minuten.



Tijdens de tweede baancircuit wedstrijd in Hoorn wist Roxanne ook haar persoonlijk record op het discuswerpen te verbeteren met maar liefst 3 meter. Het tweede onderdeel waarop Roxanne in actie kwam was het kogelstoten. Dit onderdeel ging naar eigen zeggen "niet slecht, maar de serie was niet goed". Hoewel ze met het instoten over de 13 meter stootte, kwam de kogel in de wedstrijd niet verder dan 12.57 m. Ook Remona liet zien al goed in vorm te zijn, met haar prestatie op de 100 m (14.28 s) was ze uiterst tevreden. Ook het verspringen verliep zeer positief. Hoewel ze een paar sprongen nodig had om het goede ritme te krijgen aan het einde van de aanloop, is dit haar uiteindelijk wel gelukt en sprong ze haar laatste sprong 6.07 m.

Een week later nam **Remona Fransen** zeer succesvol deel aan de internationale meerkamp in Götzis. In Götzis heeft Remona haar persoonlijke record op de meerkamp verbeterd van 5798 punten naar 5831 punten. Tevens verbeterde ze haar beste prestatie op alle drie de looponderdelen en het speerwerpen. Op de 100mH liep ze met tegenwind (-1,3m/s) naar een persoonlijk record van 14.14s. Ook met de 200 m wist Remona een persoonlijk record te behalen (24.98s). Met het speerwerpen heeft ze haar persoonlijk record verbroken met 66 cm door 33.78 m te werpen. Op de 800 m kwam ze in een tijd van 2.16.38 min over de finish en liep daarmee ruim een seconde sneller dan ooit.

Een andere atleet die dit jaar al vele goede prestaties heeft behaald is **Miranda de Regt**. Naast haar clubrecord op de 150 meter op de TSB verbrak ze bij "the Battle of the B's" in Amsterdam het clubrecord op de 100 meter horden. Ze liep tijdens de series een tijd van 14.55s. In de finale liep ze net iets langzamer en eindigde als vierde. Tijdens deze wedstrijd nam zij ook nog deel aan het hoogspringen (1.50m) en kogelstoten (9.50m). Ook **Simon Grannetia** kwam in actie in Amsterdam. Simon liep in zijn debuut op een baanwedstrijd knap naar een bronzen plak op de 3000 meter. Zijn tijd 9:38:97s was een PR en goed voor de 14e plaats aller tijden. Ook **Giselle Slotboom** deed het goed. De atlete liep op de 400m naar de snelle tijd van 61.34s. Vooral de laatste 200m van de Mila-atlete waren indrukwekkend en zorgde ervoor dat ze naar een PR en vierde plaats in Amsterdam liep. Op de ranglijsten van de Spartaan doet de atlete het ook goed. Ze neemt daar een 10^e plaats in.

1^e Masterscompetitie Leiden

Wie bij de 2^e competitiewedstrijd een gokkie wil wagen moet maar eens aan de dames Mieke van Beelen, Karin Zonneveld of Marga Kortekaas vragen welk aantal punten er ingevuld moet gaan worden. Waarom speciaal aan deze drie? Wel nu: alle drie wonnen die dag de poule! Ontzettend leuk! Maar.... dit houdt wel in dat er een verslag geschreven dient te worden. Vandaar hier mijn bijdrage.

Zondagmorgen ongeveer 10 uur. Op weg naar de kantine. De zon staat al stralend aan de hemel. De koffie is klaar (nog bedankt Aad). Ineens spotten we een vliegtuig in de lucht. Dat is lang geleden. Zal die ijslandse lavawolk dan eindelijk uit het heelal verdwenen zijn? De teveel gezette koffie gaat mee in thermoskannen. Op naar Leiden. We nestelen ons op een luw plekkie langs de baan. De klapstoelen komen tevoorschijn. Nog even de Spartaanvlaggen vastknopen en laat dan de wedstrijd maar beginnen.

Wij (Tessy Lenting, Eveline Botter en ikke) zijn er klaar voor. Tessy haalt als eerste punten binnen door 15.72 sec. op de 100 meter te lopen. Hierna heeft ze weinig tijd om even te relaxen, want het verspringen staat alweer op het programma. Met de 3.84 meter die ze scoort is ze niet erg tevreden. Niet getreurd Tessy. Alles is meegenomen. Trouwens je traint toch niet speciaal voor dit onderdeel. Bovendien is deze afstand altijd voor verbetering vatbaar. Dus bij de tweede wedstrijd op naar de 4 meter.

I myself heb er inmiddels het onderdeel discus opzitten. Had gepland, uit stand, 23 meter te werpen. Komt slechts 1 cm tekort om dit te verwezenlijken. Intussen heeft Eveline haar 800 meter afgelegd in een tijd van 2.42.91 sec.

De zon doet nog steeds haar stinkende best. Smeren wordt er geroepen. Zonnebrandcrèmes worden opnieuw uit de tassen gehaald. De supportersgroep groeit en groeit. Bijna iedereen komt op de fiets. Berengezellig zo met elkaar. De geschiedenis herhaalt zich. Na bijna 50 jaar Spartaan gaat het er nog net zo aan toe als toen ik nog maar een paar jaar senior was. Hele families rondom de Spartaantent.

De 3-kilo-kogel ligt inmiddels op mij te wachten. Hier was mijn planning om 8.50 te stoten. Kwam ik bij discus tekort, bij kogel stootte ik 3 cm verder. Ik was een tevreden mens. Had voldaan aan mijn verwachtingen.

Nu moest alleen Eveline, met dat warme weer, nog de 3000 meter lopen. M'n petje (voor zover ik die draag) af voor de prestatie die Eveline neerzette (11.55.18 sec.). Je zal 3 km moeten lopen in die hitte. Nee, laat mij dan maar m'n technische onderdelen doen. Ieder zijn/haar meug toch!

Het damestrio heeft inmiddels de 6 onderdelen (100H-Ver-Kogel-Discus-800-3000) afgewerkt. Hoeveel punten zouden zij veroverd hebben? Dat is de grote vraag voor alle gokkers. Na lang wachten en de baan nog alleen maar bevolkt wordt door een handjevol Spartanen, komt Tessy terug met de einduitslag: Dames Spartaan 4^e met 2563 punten. Mieke van Beelen zit er met 2650 pnt het dichtste bij. Zij wint daarom de pot.

Bij de heren 2^e divisie gaat Karin Zonneveld met haar gok van 3555 punten met de eer strijken. Einduitslag: 13^e met 3617 pnt.

Bij de heren 1^e divisie ben ikzelf de gelukkige. De prognose van ploegleider Martin van Rijssel is 6650 punten. Dit team scoort echter 6659 punten (zij worden hiermee ook 4^e). Daar ik op de poulelijst 6666 punten heb ingevuld, zit ik er slechts 7 pnt vanaf en Martin 9. Jippie, I'm the winner.

Helaas moet ik de 2^e wedstrijd aan mij voorbij laten gaan, maar er is een goede vervangster voor mij geregeld. Mieke succes en bedankt alvast.

Marga (wat de herenploeg betreft, hoop ik dat iemand anders de pen ter hand heeft genomen).



NIEUWS VANUIT DE TR

Competitie

Dames kampioen eerste divisie en gepromoveerd naar eredivisie!



Foto: Marco van Stijn

De competitie is inmiddels alweer in volle gang. Op moment van schrijven van dit stukje is de derde competitiewedstrijd op de eigen baan van de dames net afgelopen zijn zij kampioen van de eerste divisie geworden! Dames: van harte proficiat met deze prachtige prestatie! Ook hulde aan de trainers, ploegleider, masseuse, en alle supporters die de ploeg alle wedstrijden zo goed hebben gesteund. Op de website en in het volgende clubblad kunt u een uitgebreid verslag van deze wedstrijd terugvinden!

Dames

De damesploeg heeft vorig jaar even mogen ruiken aan de eredivisie maar helaas konden zij zich daar (net) niet handhaven, zodat dit jaar weer wordt gestreden in de 1^e divisie. Dit zijn drie wedstrijden, en de ploeg die na deze drie wedstrijden de meeste punten heeft is kampioen en promoveert rechtstreeks naar de eredivisie. De nummers twee, drie en vier strijden in september dan nog met de nummers vijf, zes en zeven van de eredivisie om drie plaatsen in de eredivisie.

Helaas maakt dit seizoen Yvonne van Langen-Wisse geen deel meer uit van de damesploeg; zij komt nu uit voor AAC. Anouk is helaas ernstig geblesseerd aan haar knie en kan daarom het hele seizoen niet meedoen. Verder waren Remona en Romara in verband met trainingsstage niet op allebei de eerste twee wedstrijden beschikbaar. Janneke kon na een lange periode van blessures gelukkig wel weer voor de ploeg in actie komen.

De dames wonnen zowel de eerste als de tweede wedstrijd met vijf punten voorsprong op Rotterdam Atletiek, waarbij opgemerkt moet worden dat dit de tweede ploeg van Rotterdam Atletiek is. Dit betekent dat, als Rotterdam Atletiek zou winnen, en kampioen wordt, zij niet mogen promoveren, omdat er al een ploeg in de eredivisie meedoet. Reden temeer voor onze dames om extra te strijden voor het kampioenschap!

Onze damesploeg is een mooie mengeling van jong (een paar B-meisjes hebben een sterke inbreng) en meer ervaren, en veel atletes zijn op meerdere nummers inzetbaar. Dit zorgt voor een in de breedte sterke ploeg met weinig zwakke nummers.

In Amsterdam werden op de volgende nummers overwinningen geboekt: 800: Lonneke, 2.17.34, 200: Miranda, 25.54, discus: Roxanne met 39.33 en de 4 x 100 (Miranda, Lonneke, Nienke, Eva) met 48.78.

In Enschede waren er overwinningen voor opnieuw Lonneke op de 800: 2.14.31 (PR!) en Roxanne op kogel en discus: 12.86 en 38.98.

Vermeldenswaard zijn hier zeker ook de prachtige 3000 steeple van B-juniore Giselle die finishte op een keurige vierde plek in een PR en CR van 11.59.10, het PR van Sonja op polshoog met 2.40, en de 1500 van Iris, eveneens met een mooi PR van 5.11.30.

Heren

De heren zijn vorig helaas gedegradeerd uit de 1^e divisie en kwamen dus voor het eerst sinds jaren weer uit in de 2e divisie. Gelijk moesten zij ver van huis: de eerste wedstrijd was in Emmen, de tweede in Amstelveen, en de voor de derde wedstrijd op 6 juni moeten zij Drachten! Hoewel aanvankelijk nog enige hoop bestond op terugkeer naar de 1^e divisie is inmiddels wel duidelijk dat dit erg moeilijk gaat worden. De heren staan na twee wedstrijden landelijk op een 14^e plaats, waardoor plaatsing voor de promotie-degradatiewedstrijd al bijna onmogelijk is geworden. De heren missen dit jaar vaste puntenverzamelaar Wouter Hoogkamer door een blessure, maar zijn blij met de come-back van Rick van Ruiten, die veel punten heeft gehaald op hoog en speer.

De eerste wedstrijd op 25 april in Emmen eindigden de mannen als vierde in hun poule en op 9 mei in Amstelveen op de 7^e plaats.



B-junioren

De meisjes hebben evenals vorig jaar een sterke ploeg. Vorig jaar kwamen zij met een ploeg die voornamelijk uit 1^e jaars B-meisjes en C-meisjes bestond al in de landelijke finale, dit jaar gaan zij dezelfde weg op. Ook nu werd de ploeg aangevuld met een aantal sterke C-junioren. De eerste wedstrijd werden zij tweede in hun poule en staan landelijk op een mooie 8^e plaats. De eerste 12 gaan naar de landelijke finale. Veel punten werden verzameld door Giselle, 1^e plaats op de 800 in 2.26.73, Miranda, twee tweede plaatsen, 100 horden in 15.07 en 400 in 59.04, en de estafetteploeg, 2^e in 51.57.

De jongens hebben het wat lastiger. Deze ploeg bestond uit twee B-junioren aangevuld met C-junioren. Zij eindigden 10^e in de poule en staan landelijk 41^e. Maar ook hier enkele opvallende prestaties: Reinier Koops liep een sterk PR op de 800 in 2.08.44, Max liep voor het eerst 110 horden; met straffe tegenwind kwam hij tot een keurige 17.87 en sprong daarnaast ook een mooi PR op ver:5.61. Remco werd tweede bij kogel met 12.38.

De B-junioren hebben op 13 juni hun tweede wedstrijd bij Ilion in Zoetermeer.

Masters

De masters begonnen hun competitie al op 18 april in Leiden.

De mannen in de 1e divisie werden in een groep van 8 ploegen netjes 4e. In principe mag het halen van de finale geen probleem opleveren.

De heren in de 2e divisie streden tegen maar liefst 22 andere ploegen, wat soms zeer grote groepen tot gevolg had. Aan het einde van de dag vonden deze mannen zich terug op een 13e plaats. Ook de dames stonden hun mannetje: uitkomend in de 2e divisie, samen met 11 andere ploegen, werden zij knap 4e.

De heren 1e divisieploeg staat landelijk op de 5e plek.

De heren 2e divisieploeg staat landelijk op de 22e plek.

De dames 2e divisieploeg staat landelijk op de 7e plek.

De masters hebben hun tweede wedstrijd op 20 juni bij Atledo in Dongen.

Elly de Regt, secretaris TR

Wie zijn onze clubrecordhouders? Indoor!

Weer een indoorseizoen ten einde! Mede dankzij de nieuwe baan in Apeldoorn hebben enkele clubgenoten verbeteringen aan laten brengen op de recordlijsten. Slechts één masterresultaat!

Van de jongere junioren zijn nog geen records opgenomen, voornamelijk omdat er door hen gestreden werd op niet officiële locaties.

Nu er meer banen komen, zullen we vanaf komend seizoen ook prestaties voor de junioren CD en de Pupillen gaan bijhouden.

naam	gebdatum	jun b	jun a	sen	mas45	totaal
Romara van Noort	110986	3	3	1		7
Yvonne Wisse	060682			7		7
Rick Wassenaar	170176			5		5
Miranda de Regt	290993	2	2			4
Stefan Molenaar	250173	2	1	1		4
Eva van der Poel	181185	2	1			3
Mieke van Doorn	241254	1	1	1		3
Pieter van Langen	250782		1	2		3
Remona Fransen	251185	1	1	1		3
Rick van Ruiten	240185	1	1	1		3
Rory van Noort	011284		2	1		3
Vincent Schniedewind	140583		1	2		3
Debby van der Kraan	040479	1	1			2
Erik Bakker	150470		1	1		2
Hans van Tol		1	1			2
Lonneke Derriks	220487	1	1			2
Marijn van der Ploeg	'73	1	1			2
Nicole van Grieken	'73			2		2
Roel Boon			2			2
Bas Warmerdam		1				1
Carla Grimbergen	180453		1			1
Casper van Sijl	'81	1				1
Ed Warmerdam	210278		1			1
Edwin Kortekaas	050875		1			1
Gerben Vermeer	240876	1				1
Ilja Keizer-Laman	260244			1		1
Janneke Hulshof	300377			1		1
Jeroen Habers	240491	1				1
John van Loon	011161			1		1
Jonathan Deloo	130591		1			1
Kees Toussain	210264		1			1
Martin van Rijssel	030461			1		1
Melvin Slingerland	140274	1				1
Michel Faas		1				1
Perry Vrisekoop	040866			1		1
Peter Blokker	211064	1				1
Remco Brandhorst	020475	1				1
Willem Boon	151061				1	1

Op- en/of aanmerkingen en toevoegingen: wgcozijn@ziggo.nl



GOOI GEEN OUDE SCHOENEN WEG!

In het kader van het komend 50 Jarig Jubileum van de Spartaan zal er een prijsvraag zijn met oude **hardloopschoenen**.

Daarvoor moeten zo veel mogelijk oude schoenen verzameld worden. De schoenen kunnen in de daarvoor in de kantine geplaatste container gedaan worden. Hoe méér schoenen, hoe beter!

Na de prijsvraag zorgt Aad van der Lans ervoor dat de schoenen beschikbaar gesteld worden aan verslaafden en daklozen die werkzaam zijn op een zorgboerderij. De actie dient dus twee doelen.

Help ons de actie tot een succes te maken!

CRA-NIEUWS

Marlies heeft besloten haar lidmaatschap van de Spartaan op te zeggen, vanwege andere activiteiten en helaas betekent dat ook een einde aan haar bijdrage aan de CRA.

Als er leden zijn die een actieve bijdrage willen leveren aan de activiteiten van de vereniging en haar plaats in willen nemen kunnen die zich aanmelden bij een van de leden van de CRA.

5 MEI BEVRIJDINGS-ESTAFETTELOOP WAGENINGEN - LISSE

We hebben van de deelnemers veel positieve reacties gekregen. Dit kwam mede door de welwillende medewerking van autobedrijf Polderman en Engel diervoeders (sponsoring van bestelwagens), de gastvrije ontvangst in De Meerkoet en natuurlijk ook door het goede weer. Schitterend als je bijvoorbeeld 's morgens in een natuurgebied de zon op ziet komen.



meer foto's op de website www.spartaan.net



Honden uitlaat service



LissDogs

Angela Herberghs
Grundelstraat 6
2162 LP Lisse

06-24 26 37 87
0252-42 14 17

www.lissdogs.nl
info@lissdogs.nl

GEBROEDERS DE HAAS AFBOUW

* Wand- en plafondafwerking
* Stukadoorswerk

* Spuitswerk
* Sierpleisterwerk



Voor
— particulier —
en bedrijf



Rembrandtplein 152
2162 EH Lisse

0252 41 36 51

Fax 0252 42 04 97
Mob. 06 5396 73 65



Industriële automatisering
Elektrotechnische installaties
Beveiligings installaties
Brandmeld installaties

ELEKTROTECHNIEK b.v.



Vennestraat 21 2161 LE Lisse

Telefoon 0252-416054

www.hommabv.nl



www.vangervendejong.nl

INTERSPORT®
van gerven de jong

Running Speciaalzaak

10% korting voor Spartaanleden op het gehele assortiment

Analyse van het
looppatroon met
behulp van video
opname en oude
loopschoenen.

**U wordt geholpen
door ervaren lopers!**

Hoofddorp

Marktlaan 5-11
023 5543140

Lisse

Berkhoutlaan 9
0252 412069

Noordwijkerhout

Havenstraat 41
0252 376557

Hillegom

Meerstraat 4
0252 519692



Atletiekvereniging De Spartaan
Sportpark Ter Specke - Lisse



firma zandvliet en zn.

Timmer- en aannemingsbedrijf
Doe het zelf artikelen

Werkplaats en winkel
Haven 18, 2161 HK Lisse
Tel. (0252) 4135 59



Verkoop van:

- rijwielen
- snorfietsen
- elektrische fietsen
- steppen
- bromscooters
- helmen
- tassen
- regenkleding

PROFIL
DE FIETSSPECIALIST
Rijkerkerk

Verkoop:
Koninginneweg 83 • 2161 ZB Lisse
Reparatie:
Julianastraat 7-9-11 • 2161 RA Lisse
Tel/Fax: (0252) - 41 36 71
Internet: www.profilrijkerkerk.nl
E-mail: rijkerkerk@hotmail.nl

BOEKESTEIN

Fysiotherapiepraktijk
Acupunctuur

Revalidatie Sportmassage +
trainingsbegeleiding
Conditietesten

Hans Boekestein
Hans Siemons
Miranda van Kempen, Carlijn Veltman,
Wendy den Elzen, Lisette Wesselman

Kapelstraat 5a, 2161 HD Lisse
Tel. 0252 - 41 29 34 / 06 - 25 56 69 38

Gratis advies over blessures via de trainers



DREIJER OPTIEK

Alles voor ogen!

Kanaalstraat 25-27 Lisse Tel. 41 59 92

VOOR DEGELIJK HYPOTHEEK ADVIES



- VERZEKERINGEN
- PENSIOENEN
- HYPOTHEKEN
- FINANCIËLE PLANNING

VAN DER SPRUIT &
makelaar in
assurantiën
DOBBELMANNDUIN

Gia op zeker!

Grachtweg 24 ■ Postbus 94, 2160 AB Lisse
T (0252) 41 68 50 ■ F (0252) 42 04 57
E info@vdsd.nl ■ I www.vdsd.nl



food for all

VAN LEKKERE FRITES EN
SNACKS TOT HEERLIJK SOFTIJS

Kanaalstraat 106 - 108 2161 JR Lisse
Tel. (0252) 41 44 89 (Plaza food for all)
Tel. (0252) 41 44 89 (Plaza Brasserie)

VAN GEZELLIGE
LUNCH TOT
UITGEBREID
DINER...



www.spartaan.net

Vervolg CRA-nieuws

DE VOORJAARS-ESTAFETTE

De deelname was dit jaar met 27 teams groter dan vorig jaar en bij het mooie weer was het goed toeven langs de baan. Vooraf waren de teams ingedeeld voor de estafette waarbij iedere deelnemer 3,8 km moest lopen. Voor iedere deelnemer waren de tijden geschat aan de hand van Coopertest en/of 3 km testloop. De teams waren weer zo samengesteld dat ze allemaal even sterk waren (volgens de prognose 13 seconden verschil tussen het snelste en het langzaamste team).

Dankzij de medewerking van de trainers beschikten we over veel tijden van 3000 m testlopen en intussen van eerdere lopen. Dit geeft ons de mogelijkheid tot een kritische beoordeling van de ontvangen tijden. Ondanks de kritische beoordeling en soms bijstelling van te verwachten tijden, zijn dan deelnemers in het vuur van de strijd tot grotere prestaties in staat dan vooraf ingeschat was, waardoor tussen het snelste en het langzaamste team dit jaar ruim 10 minuten zat.

Doordat we van één van de deelnemers die zich op het laatste moment had aangemeld, geen goede tijd hadden en een veel te grote 3000m-tijd was opgenomen, en ook een ander in dit team duidelijk sneller liep, dan geschat, moesten we overeenkomstig onze spelregels dit team helaas diskwalificeren. Erg sneu, omdat duidelijk is, dat er geen opzet in het spel was.

We beraden ons er op, hoe we dit kunnen voorkomen. Het 2^e team was ook duidelijk sneller dan geschat, maar hier waren de verschillen meer over de 4 lopers verdeeld.

Verheugend was dat alle deelnemers, die zich op hadden gegeven, ook aanwezig waren (vorig jaar moesten we hierdoor 3 teams buiten mededinging zetten).

Zie verder de uitslag op blz. 26 of anders op de website.

Verheugend was verder diverse nieuwe deelnemers te zien en om ook nu weer van verschillenden te horen dat ze het leuk vonden mee te doen. "Je ontmoet mensen die je niet eerder hebt gezien".



meer foto's op de website www.spartaan.net

TRIMLOPEN

Hier weer een overzicht van trimlopen in de omgeving.

Sinds het baanseizoen - al een tijdje geleden - is begonnen, is de keuzemogelijkheid duidelijk kleiner.

Meer informatie over afstanden, starttijden, organiserende vereniging en tel.nr. voor inlichtingen, enz. Zie dit overzicht op onze Spartaanwebsite; www.spartaan.net. Daar staan veelal ook website adressen bij de verschillende lopen.

Verder begint natuurlijk op 31 augustus al weer het SPOC-circuit (voor de 16^e keer).

Meer info op www.oranjecircuit.nl of via de website van De Spartaan. Ook waarschijnlijk elders in dit nummer meer info.

Dus: blijf tijdens je vakantie regelmatig trainen. Het kan natuurlijk best iets minder dan normaal, maar lopen als bewegingsvorm is toch wel nodig om je loopconditie op peil te houden. Zoals de meesten wel weten, gaan onze recreatieve trainingsgroepen de komende maanden gewoon door. Verschillende mensen hebben al ervaren dat het hardlopen na de vakantie toch erg tegenvalt, ondanks al het fietsen, wandelen, of andere lichamelijke activiteiten en na de vakantie is het snel eind augustus.

vr. 25 juni Spartaan-estafette voor bedrijfs- en verenigingsteams

19.00 u. Lisse

za. 11 sept. OranjeZonnigeZuijse Meer Marathon; alleen of in estafette

12.00 u. Roelofarendsveen

WANDELINGEN IN DE REGIO

za/zo. 19/20 juni Den Haag, zomertocht, div. afstanden, ook NordicWalking

www.sdsdenhaag.nl

za. 19 juni Montfoort, Montfoortwandeltocht, 10-20-30 km, ook NordicWalking

www.msv19.nl

za/zo 19/20 juni Hoek van Holland-Scheveningen, 23-0.30 uur, ca. 17 km

www.nachtstrandwandeling.nl

zo. 20 juni Noordwijkerhout, 4 uur, midzomernachtwandeltocht, 20 - 25 km

www.av-ns.nl

za/zo. 3/4 juli Gouda, Goudse 2-daagse (1 dag mag ook) div. afstanden

www.wsvdes.nl

za. 11 sept. Den Haag, paleizentocht, div. afstanden

www.sdsdenhaag.nl

za. 18 sept. Amsterdam, Dam-dam, div. afstanden, ook NordicWalking, Inschrijven via internet

www.damtotdamwandeltocht.nl

We wensen alle deelnemers aan de 4daagse veel succes.

Namens de Commissie Recreatieatletiek (CRA), Theo EdensVanuit de TR



Uitslag Voorjaarsestafette 25 mei 2010

Voornaam	Achternaam	Tijd	Voornaam	Achternaam	Tijd	Voornaam	Achternaam	Tijd	Voornaam	Achternaam	Tijd	Groeptijd	Plaats
Janneke	Weiffenbach	0:24:16	Winfried	Dijker	0:16:24	Laurens van	Schie	0:18:42	Marcel	Konijn	0:15:30	1:14:52	1
Viola	Elstegeest	0:21:39	Koos de	Bruin	0:20:36	Rob van der	Linden	0:17:35	Alfred	Langendijk	0:15:20	1:15:10	2
Sarry de	Vries	0:26:59	Betsy van der	Hulst	0:18:35	Danny	Slootbeek	0:15:17	Rik	Cederhout	0:15:12	1:16:03	3
Margriet de	Kruijff	0:26:57	Angela	Herberghs	0:17:01	Kees van der	Dussen	0:17:07	Edwin	Warmerdam	0:15:14	1:16:19	4
Eveline	Verhaar	0:20:11	Janny	Dofferhoff	0:19:29	Klaas	Molenaar	0:19:14	Theo	Meijvogel	0:17:38	1:16:32	5
Anneke van der	Veek	0:26:37	Herman van	Abeelen	0:19:55	Eveline	Botter	0:15:42	Peter	Nederpelt	0:14:40	1:16:54	6
Astrid van den	Berg	0:22:08	Elly de	Wit	0:22:35	Jos	Duineveld	0:18:04	Marcel	Waaning	0:14:19	1:17:06	7
Karin	Beijk	0:21:22	Frank van	Wagensveld	0:20:06	Gerda	Wassenaar	0:19:50	Aad van der	Lans	0:15:50	1:17:08	8
Paulien	Roest	0:23:45	Thea	Baak	0:23:00	Rene van	Amsterdam	0:16:45	Willem van	Klink	0:14:14	1:17:44	9
Leonie	Treffers	0:22:35	Jeannette van der	Toom	0:22:57	Danny van der	Ploeg	0:17:13	Kees van	Beelen	0:15:04	1:17:49	10
Marlene	Luijk	0:25:16	Hans van den	Berg	0:17:09	Paula	Nederpelt	0:18:15	Leo	Onderwater	0:17:17	1:17:57	11
Lenv van	Ruiten	0:23:52	Sylvia de	Boer	0:23:28	Ruud	Kortekaas	0:16:22	Peter van de	Weerd	0:14:40	1:18:22	12
Daan van	Iterson	0:24:52	Jeffrey	Rodewijk	0:17:14	Ingrid	Boot	0:19:16	Fred van der	Hoorn	0:17:06	1:18:28	13
Yvonne van	Tol	0:21:17	Hannie	Page	0:20:59	Nico	Schriek	0:18:16	Paul van	Hal	0:18:38	1:19:10	14
Karin van	Sonsbeek	0:24:47	Ton	Mooyekind	0:19:47	Sako	Kroon	0:17:58	Walter	Maas	0:16:42	1:19:14	15
Eefje	Wensveen	0:21:58	Gerrit	Verhaar	0:19:52	Tom	Roijakkers	0:19:26	Rien van der	Lans	0:18:01	1:19:17	16
Greet	Wassdorp	0:24:07	Til	Duineveld	0:18:34	Marjolein	Vergouwen	0:18:27	Conny	Roijakkers	0:18:25	1:19:33	17
Ima den	Hartog	0:23:44	Daan van	Kan	0:19:09	Jan van	Saase	0:18:54	Renate van der	Zwet	0:17:50	1:19:37	18
Nicolette	Zeestraten	0:22:58	Bep van	Duin	0:21:48	Jack	Mens	0:17:43	Guido	Herberghs	0:17:12	1:19:41	19
Esther van	Iterson	0:24:16	Elly	Bennis	0:21:03	Puk	Wensveen	0:18:19	Willem van	Werkhoven	0:16:17	1:19:55	20
Irene	Kortekaas	0:26:22	Aleid	Eigenraam	0:20:44	George	Dofferhoff	0:16:38	Rob	Boot	0:16:12	1:19:56	21
Maria	Berbee	0:24:04	Elvera	Bleijenberg	0:18:50	Gert Jan	Booij	0:18:10	Piet van der	Hulst	0:18:58	1:20:02	22
Joke van der	Lans	0:22:41	Tina van	Amsterdam	0:22:27	Ria	Schriek	0:18:16	Mark	Kroon	0:17:39	1:21:03	23
Pauline van der	Voom	0:22:33	Ad van	Ruiten	0:21:27	Luda van de	Reep	0:19:17	René van	Geest	0:17:58	1:21:15	24
Jolanda	Stembert	0:22:32	Joke van	Hensbergen	0:22:56	Mieke van	Beelen	0:19:17	Helma	Citroen	0:18:14	1:22:59	25
Febe van der	Geest	0:21:42	Loek van	Saase	0:21:51	Thessa	Molenaar	0:21:30	Annette	Koop	0:18:55	1:23:58	26
Wilma	Haagsman	0:19:07	Annette	Visser	0:19:35	Erik van	Sandbey	0:17:22	Marcel van der	Veldt	0:17:46	1:13:50	Dis.



Grote groep Spartanen naar Marathon New-York

Streek kleurt rood - wit - zwart

Lisse – Op 7 november 2010 zal aan de andere kant van de oceaan het startschot klinken van de New York City Marathon. Ruim 40.000 lopers zullen zich een weg banen tussen de wolkenkrabbers om na ruim 42 kilometer in Central Park te finishen. Onder hen zijn 35 streekgenoten.

Volgens kenners is het de marathon der marathons. New York, the city that never sleeps en waar alles groter is dan elders, is ook op dit gebied onovertrefbaar. Het aantal deelnemers wordt ook in andere steden gehaald. Maar het massale en enthousiaste publiek is, in deze mate, alleen in New York te vinden. Dat maakt de beleving werkelijk uniek.

"Al vanaf begin 2009 wordt er gewerkt aan de voorbereiding van deze reis. Met het in ontvangst nemen van een speciaal voor ons ontworpen kledingpakket, is de marathon weer een stapje dichterbij gekomen" volgens organisatie voorzitter Rob Boot. Een langgerekt rood lint bewoog zich afgelopen zaterdag vanaf de Spartaan naar hoveniersbedrijf G. Rutgrink te Sassenheim. "Ondanks de stromende regen liepen ze met zonnige gezichten. En dat is prachtig om te zien. Alles ervoor over hebben om je doel te bereiken. Hierin zie ik een duidelijke overeenkomst met mijn eigen onderneming. Dat heeft mij doen besluiten om deze groep financieel te ondersteunen." Aldus Gerard Rutgrink. Na de fotosessie liep de groep door het winkelcentrum van Sassenheim en Lisse terug naar hun eigen clubgebouw aan de Speckelaan. Daar werden de verbrande calorieën in voldoende mate aangevuld.



Trotse Spartanen in hun nieuwe outfit. Nu nog trainen trainen en trainen....

Rob Boot: "Er is al heel veel gezamenlijk gedaan het afgelopen jaar. Er zijn infosessies geweest, de NY marathon van 2009 is op een groot scherm gekeken en eind april zijn we per touringcar naar Rotterdam gereisd. Daar hebben we een infoavond van de touroperator bijgewoond. Vanaf nu komt natuurlijk het echte werk. Hoewel iedereen al een behoorlijk niveau heeft, moet er hard getraind gaan worden. Nadat de bollen zijn uitgebloeid en de jongens van oranje alweer thuis zijn, zal het nog regelmatig rood - wit - zwart in de streek kleuren".

"Spartaan goes USA" New York Marathon 2010

Op zondag 21 maart zijn de deelnemers aan de marathonreis naar New York weer bij elkaar gekomen in onze eigen kantine. Naast heel veel informatie over de juiste voorbereiding werden ook de specifieke kenmerken van de New York marathon toegelicht, maar het was vooral weer heel, heel erg gezellig!

Tijdens het formele deel werden de sponsors in het zonnetje gezet.



Het is het bestuur, met gepaste trots, gelukt om voor alle deelnemers een jack en voor de lopers een complete kledingset, geheel kosteloos ter beschikking te stellen. Daar komen van poelier van Dongen nog eens eigen shirts bij! Met dank aan al onze sponsors, maar vooral aan onze hoofdsponsor Hoveniersbedrijf **G. Rutgrink te Sassenheim**, zullen vanaf 1 mei de deelnemers regelmatig in hun speciaal ontworpen outfit te bewonderen zijn.

Kijk op <http://www.ghostware.nl/spartaangoesusa2010/> als je alles wilt weten over onze trip naar de marathon der marathons.



AlexStudio
ALEXSTUDIO SERVICE



L.J. SPORT



Van Daalen & Partners | SUBSIDIE ADVIES



AV De Spartaan 15^e editie Grant Thornton estafette Vrijdag 25 Juni 2010 - Aanvang : 19:00 uur

Traditiegetrouw vindt op de laatste Vrijdag van Juni de Spartaan Estafette plaats. De voorbereidingen zijn reeds in volle gang. Evenals vorige jaren staat deelname open voor teams van bedrijven en verenigingen. Elk team bestaat uit vier deelnemers die ieder het parcours, het bekende Puntenburgondje, 1 maal afleggen. De start, het wisselvak en de finish bevinden zich op de atletiekbaan van AV De Spartaan. Er worden klassementen opgemaakt voor het snelste bedrijventeam, het snelste verenigingsteam en het snelste vrouwenteam. Winnaars van deze klassementen ontvangen een wisselbeker. Tevens worden de man en vrouw die als snelste hun rondje Puntenburg hebben afgelegd, gehuldigd.

Verder worden de teams met de hoogste en laagste gemiddelde leeftijd in het zonnetje gezet. Tot slot dingt ieder team gratis mee naar flessen wijn die na afloop van de prijsuitreiking worden verloot.

De inschrijving is in Mei 2010 gestart en kan geschieden door het downloaden van een inschrijfformulier op de site van de Spartaan Estafette : **www.spartaan.net/estafette** Hier is ook verdere informatie te vinden.

Zoals jullie aan de kop van dit stukje kunnen zien hebben wij met ingang van de 15^e editie een nieuwe hoofdsponsor voor de estafette gevonden. De ING heeft na een aantal jaren als hoofdsponsor te hebben opgetreden besloten een stapje terug te doen en als subsponsor de samenwerking met de organisatie van de Estafette voort te zetten. Wij zijn de ING veel dank verschuldigd en blij dat zij met ons verbonden willen blijven.

Met gepaste trots kunnen wij met ingang van de 15^e editie een nieuwe hoofdsponsor voor de estafette aan jullie voorstellen : Grant Thornton. Grant Thornton is een toonaangevende accountancy- en adviesorganisatie geworteld in de Randstad en verankerd in een gerenommeerd internationaal netwerk. Meer informatie kunt jullie vinden op hun website **www.gt.nl** Wij heten Grant Thornton van harte welkom en zien uit naar een vruchtbare en sportieve samenwerking.

Gied Leuven

Ik wil jullie graag het volgende berichten als weetje..... Van schoen tot sok.....

Weetjes over de schoen.....

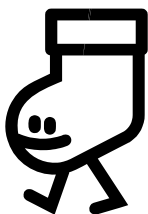
1. Intensief trainen met dezelfde schoenen maakt dat de demper van de schoen steeds minder goed terugkomt in de oude vorm. Ook als schoenen een tijdje niet gebruikt worden, zelfs als ze gloednieuw zijn en een tijd in de kast staan, maakt dit de demping harder. Wissel van tijd tot tijd schoenen zodat de schokdempende tussenzool terug in de vorm kan komen: bij een hardloopschoen kost dat 24 uur na gebruik!
2. Regen, sneeuw, pekkel en modder hebben een negatief effect op schoenen. Hoe vaker je wekelijks loopt, hoe beter het is geregeld van schoenen te wisselen. Altijd op dezelfde schoenen trainen kan trouwens het risico op blessures verhogen. Afwisseling van schoen stimuleert de spieren in de voet. Dat is dus blessurepreventie.
3. Vervang schoenen elke 1000-1500 km.
4. Schoenen vuil? Gooi ze niet in de wasmachine! De inlegzooltjes mogen wél in een sopje.
TIP: schoenen nat? Zet ze niet bij de CV of de kachel want dat kan leiden tot krimpen. Prop ze liever vol krantenpapier: dat neemt het vocht op.



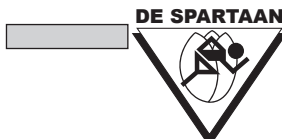
Weetjes over de sok.....

Sokken moeten lekker zitten, vochtdoorlatend zijn en hun pasvorm behouden:

1. Voor het doorlaten van vocht wordt katoen ontraden: dat neemt vocht op maar voert het niet voldoende af. Neem ook geen nylon: dat veroorzaakt door wrijving veel warmte waardoor de voet gaat zweten. Nylon neemt geen vocht op, dus de voet wordt nat.
2. Katoen behoudt zijn pasvorm niet: zoek naar sokken met moderne vezels.
3. Koop sokken zonder oneffenheden; dus zonder naden.

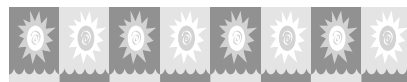


Artikel uit Dutch runners, lieskina Brouwer, trainer B groep





NIEUWS VAN DE CJA



We hebben even van zomerse omstandigheden mogen genieten, maar vervolgens leek het wel weer alsof het tijd was voor de herfst. Gelukkig is niets minder waar. De zon belooft weer terug te komen en dat is wel zo aangenaam nu we volop in het atletiekseizoen zitten en iedereen druk bezig is met het verbeteren van zijn persoonlijke records bij verschillende wedstrijden. Het einde van het schooljaar is al weer in zicht dus is ook weer tijd aangebroken voor de schoolreisje, de schoolkampen en hopelijk kan voor de examenkandidaten de vlag uit voor het behalen van hun diploma. Zoals gezegd, de zomervakantie nadert, maar bij De Spartaan is er nog volop te doen.

Hieronder een overzicht van de activiteiten. Een paar hebben al plaatsgevonden, maar zijn zeker het vermelden waard.



Ouderavond. Na een valse start op 7 april kon uiteindelijk op woensdag 14 april de ouderavond voor de pupillen gehouden worden. Beide avonden werden als nuttig ervaren en er waren positieve reacties op de informatie die de Vertrouwens Contact Personen meedeelden. De totale opkomst van 18 ouders geeft aan, dat het goed is om ook volgend jaar weer een informatieavond te organiseren.



ZHM competitie in Lisse. Op 22 april werd in Lisse de 2^e ZHM competitie voor de pupillen gehouden. Het was de eerste keer dat De Spartaan deze wedstrijd mocht organiseren. Het was een gezellige drukte met bijna 400 atleten op de baan, die vlot hun programma konden afwerken. Door de enorme hulp en inzet van het WOC (zoals jury, wedstrijd-secretariaat, baanploeg) en de ouders van onze pupillen kunnen we spreken van een zeer geslaagd evenement. Ik wil namens de pupillen en de trainers iedereen hartelijk bedanken voor hun hulp.



Competitieperikelen van de C/D

Afgelopen zaterdag hadden de C/D junioren kans om tijdens de 2^e competitie in Leiden hun vorm te tonen. De trainers waren dik tevreden met de prestaties, zoals jullie kunnen lezen in het verslag op de website (www.spartaan.net). Zij hopen dat op 19 juni in de gebiedsfinale in Lisse hun C/D-ploegen weer goed zullen presteren, zodat zij een plaatsje zouden kunnen bemachtigen in de landelijke finale op 11 september a.s. Ben je benieuwd hoe dit allemaal gaat verlopen? Kom dan 19 juni naar onze baan in Lisse en moedig de Spartaanjunioren aan. Om in de WK-sfeer te blijven: ga als een groenwit legioen achter onze jeugdathleten staan.



NJAD In Dronten zal er op 20 juni a.s. ook een invasie van groenwit zijn. Tijdens de 10^e Nationale Jeugd Atletiek Dag zal De Spartaan met 17 teams (oftewel 68 kinderen en 19 begeleiders) aan het programma met veel sport- en funonderdelen meedoen. Ook is er nog feestmutsenwedstrijd, waarbij de teamleden voor hun begeleider een leuke/ gekke/mooie feestmuts mogen maken. Het team kan hiermee een prijs winnen, maar dan dient de begeleider de hele dag deze feestmuts te dragen. Dat belooft dus een gezellige boel te worden!



Ouder-kindwedstrijd/tentennacht Op 26 juni a.s. kunnen de Spartaanpupillen op de atletiekbaan weer de strijd aan gaan tegen hun vader, moeder, zusjes en broertjes of ander familielid. Natuurlijk wordt vooraf aan de ouder-kindwedstrijd gezamenlijk een pannenkoekenmaaltijd genuttigd bij de baan. Na het laatste onderdeel van de wedstrijd zit het er voor de familieleden weer op. Voor de pupillen is begint het net. Zij mogen een nachtje slapen in hun meegebrachte tent. Maar voordat het bedtijd is, zullen ze eerst nog het nachtspel gaan spelen.

Zoals u kunt lezen nog genoeg nieuwe activiteiten in het verschiet, waaraan de jeugd hopelijk veel plezier zal beleven. Iedereen heel veel succes met de komende atletiekwedstrijd en hoewel het nog heel ver lijkt, wens ik iedereen alvast een hele fijne zomervakantie. En ga je op zomerkamp: heel veel plezier!

Karin Zonneveld, Voorzitter Commissie Jeugd Atletiek



DE SPARTAAN



Vanuit de CD-Hoek

Jeugdloop tijdens de 21^e Spaarnwoudeloop op zondag 21 maart 2010

Annemarie (D2-juniore) en Rens (B-pupil) hebben afgelopen zondag meegedaan aan de jeugdloop van de 21^e Spaarnwoudeloop in Velsen-Zuid.

Het was prima hardloopweer. De jeugdloop zou een loop van ± 1500 m zijn. Vlak voor de start van de loop werd bekend, dat het parcours aangepast was, omdat een deel van het oorspronkelijke parcours te modderig was geworden door de grote hoeveelheid regen van zaterdag.

Toen het de starttijd was van de jeugdloop, werden de kinderen meegenomen en liepen uiteindelijk een deel van het grote parcours, helemaal over een geasfalteerd fietspad. Op weg naar het startpunt moest er wel door de modder gelopen worden, dus de meeste kinderen zaten alsnog onder de modderspetters. De groep voor de jeugdloop bestond uit 44 lopers, waarvan 17 meisjes, 26 jongens en 1 volwassene.

Tijdens de loop scheen de zon en er waaide een fris windje. De ouders en toeschouwers wisten niet wanneer de kinderen gestart waren. Wel werd op een gegeven moment tijdens het finishen van de lopers van de 5,4 km-loop even genoemd, dat de kinderen al 1,5 minuut onderweg waren.

Als eerste finishte een meisje van 13 ½ jaar, vlak voor de eerste jongen.

Na 31 seconden kwam Annemarie als 4^e meisje over de finish. Rens volgde een minuut later als 14^e jongen. Ze hebben beiden lekker gelopen en een mooie medaille als herinnering gekregen.



Naam	Categorie	Tijd	Plaats
Annemarie	meisjes	4:15	4
Rens	jongens	5:21	14

1 K-Runaway tijdens Utrecht Marathon in Utrecht op 5 april 2010

Uitslagen 1000 m run

Naam	Categorie	Tijd(netto)	Plaats
Rens ten Kate	Jongens 8 jaar	04:54,0	20
Annemarie ten Kate	Meisjes 12+13 jaar	03:57,4	6

Annemarie op het podium in Veenendaal

Op 15 mei 2010 heeft Annemarie ten Kate aan de 1 Km Jeugdloop van de 11e Heuvelrugloop in Veenendaal meegedaan.



"Het parcours was in een woonwijk langs de spoorlijn. Doordat er 3 fiets/voetgangerstunnels in het parcours zaten moest er 3 keer afgedaald en geklommen worden. Dat maakte het leuk en afwisselend. Het was lekker loopweer en ik heb een (voor mijn doen) hele goede tijd gelopen. Voor mij een dik PR. Mijn tijd was 3:42. Er werd met een chip op de schoen gelopen.

Iedereen kreeg een mooie herinnerings-medaille en ik kreeg een mooie beker voor de 2e plaats categorie Meisjes 11-13 jaar."

Deelnemende teams aan de 10e NJAD in Dronten

Team 1 : De Stuitballen (MD2)

Jaimy Loos
 Annemarie ten Kate
 Zyna van der Poel
 Sanne Vermeij
 Marian Vermeij

Team 2: De flitsende Grassprietjes 2e jaars (JPB)

Rens ten Kate
 Micheal Bouma
 Julian van Meggelen
 Bas Meeuwenoord
 Nathalie Bravenboer

Team 3: The Nightrunners (JPA2)

Jurgen van der Zwet
 Sam Lem
 Morris Boers
 Wolf Nederpel
 Jennifer Lem

Team 4: De Groene Gekke Gekko's (MPA2)

Femke Pijpers
 Lotte van Stijn
 Jasmin Brinkerhof
 Andrea Bouma
 Sanne Vermeulen

Team 5: De Spartaanse Meiden (MPC)

Emma van Werkhoven
 Shanna van Vuuren
 Hannah Olsthoorn
 Odessa Kalkhuis
 Jeanette Bemelman

Team 6: De Snelle Slakken (MPA2)

Inge de Willigen
 Lotte de Vroomen
 Rebecca Hulshof
 Bo van Vaneveld
 Annet of Jaco de Willigen

Team 7: De Springende Spruitjes (JPB)

Megan van Beelen
 Hieke Bohm
 Anne-Wil van Werkhoven
 Eveline de Jong
 Gert de Jong

Team 8: De Spetterende Spartaners (MixPC)

Nicole in 't Veld
 Lianne Pijpers
 Jochem van Stijn
 Luka van der Meij
 Karin Zonneveld

Team 9: De groene slimy's (MPA2)

Lianne Daan
 Sanne Verdoes
 Isa den Elzen
 Manon van Hal
 Paul van Hal

Team 10: De Spartaanse B-ers (JPB)

Martijn Sabel
 Merlijn van der Lans
 Stijn Lammers
 Willem Olsthoorn
 Rob Olsthoorn

**Team 11: De Razende Raketten (JPA1)**

Daniel Willemssen
 Nick Reijnders
 Freek Henneken
 Jasper v.d. Bogaard
 Sjors Reijnders en Yvonne Harkes

Team 12: De Vrolijke Smileys (MPA1)

Kimberley Booi
 Anneloes Pluimert
 Carmen Oosterkamp
 Vivian Rooza
 Rosalie Booi

Team 13: De Lollige Leeuwinnen (MPA1)

Elise Hoogkamer
 Juliette Pluimert
 Laurien van de Coevering
 Loes Vonk
 Monique Hoogkamer

Team 14: De Zonnebloempjes (MPB)

Irene Winters
 Lonneke Ligthart

Annemijn Warmerdam

Joël Langelaan

Wilfred Langelaan

Team 15: De Ferrari's (JPC)

Niels van Beek
 Ivar Schoone
 ???
 Mika Duineveld
 Andre van Beek

Team 16: De Bollenboys (JPC)

Thijmen Masereeuw
 Matthijs Valtin
 Anouk Bemelman
 Dylan Mul
 Ina Elema en Anne Marie Steenvoorden

Team 17: De huppelende tosti's (JPA2)

Steven Oosterkamp
 Alex van Noort
 Joost Dofferhoff
 Lennert Smit
 Mieke Aanen

De begeleiders van de teams

Alle deelnemers en begeleiders wensen wij een leuke, gezellige en sportieve dag toe. Voor het volgende clubblad horen wij graag van jullie hoe het geweest is, denk ook aan foto's.

De redactie



PUPILLENNIEUWS



Hoi pupillen,

Hier is de derde tussenstand van het puntenklassement seizoen 2009-2010 in het clubblad. Hierin zijn de wedstrijden tot en met de 2° ZHM Pupillencompetitie-wedstrijd in Lisse van 22 mei 2010 verwerkt. Tijdens deze laatste wedstrijd zijn er veel persoonlijke records gehaald.

Als je vragen of opmerkingen hebt, kun je ons altijd mailen. Ons mailadres is puntenklassement.spartaan@gmail.com.

Groetjes, Marijke en Warner ten Kate

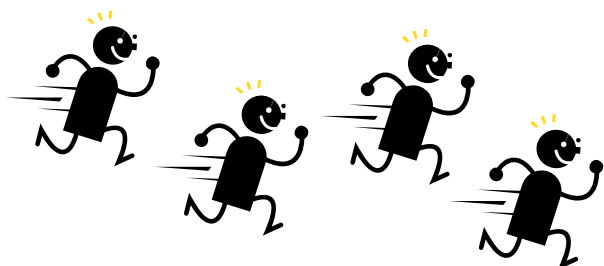
Tussenstand puntentelling Pupillen

Mini pupillen Jongens		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	George Hogenboom	10	5	0	2	17
2	Matthijs Valten	8	4	0	2	14
3	Florian van Delft	8	4	0	0	12
3	Thijmen Masereeuw	4	4	0	4	12
5	Gijs Smittenaar	2	4	0	0	6
C pupillen Jongens		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Jochem van Stijn	20	7	0	2	29
2	Dylan Mul	6	7	0	10	23
3	Max Massaar	6	4	0	0	10
3	Luka van der Meij	6	4	0	0	10
3	Ivar Schoone	6	4	0	0	10
6	Niels van Beek	4	4	0	0	8
6	Mathieu van Beek	4	4	0	0	8
6	Job den Elzen	4	4	0	0	8
9	Daniel Page	2	4	0	0	6
9	Koen Smittenaar	2	4	0	0	6
11	Freek Straathof	2	0	0	0	2
B pupillen Jongens		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Julian van Meggelen	24	7	1	10	42
2	Bas Meeuwenoord	20	7	1	8	36
2	Martijn Sabel	20	7	1	8	36
4	Michael Bouma	18	7	0	4	29
4	Willem Olsthoorn	18	7	0	4	29
6	Merlijn van der Lans	14	7	1	6	28
7	Rens ten Kate	14	7	0	6	27
8	Jasper Mens	6	7	1	6	20
9	Stijn Lammers	6	7	0	2	15
10	Olaf van Egmond	6	4	0	0	10
10	Tye van der Zwet	4	6	0	0	10
12	Benjamin van Kessel	6	0	0	0	6
12	Daan Langeveld	2	4	0	0	6
14	Hessel Schaap	4	0	0	0	4
15	Ezra Hulsman	2	0	0	0	2
A1 pupillen Jongens		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Alex van Noort	24	7	0	8	39
2	Steven Oosterkamp	16	7	0	8	31
2	Twan van Tol	20	5	0	6	31
4	Thomás van Delft	16	5	0	4	25
5	Daniël Willemsen	10	7	0	6	23
6	Jelle Schaap	8	7	0	6	21
7	Joost Dofferhoff	10	5	0	0	15
8	Freek Henneken	10	4	0	0	14
9	Nick Reijnders	8	4	0	0	12
10	Jasper van den Bogaard	2	4	0	0	6
11	Max van den Berg	4	0	0	0	4
11	Guus Heemskerk	4	0	0	0	4
11	Tijn Nozeman	4	0	0	0	4
14	Justin Schaddelee	2	0	0	0	2

Mini pupillen Meisjes		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Nienke Donner	2	4	0	0	6
C pupillen Meisjes		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Nicole in 't Veld	22	7	0	6	35
2	Hannah Olsthoorn	18	7	1	6	32
3	Lianne Pijpers	16	7	0	2	25
4	Emma van Werkhoven	12	6	1	2	21
5	Shana van Vuuren	8	7	0	2	17
6	Odessa Kalkhuis	6	6	0	0	12
7	Roos den Elzen	2	0	0	0	2
7	Britt Timan	2	0	0	0	2
B pupillen Meisjes		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Megan van Beelen	22	7	0	8	37
2	Hieke Böhm	20	7	1	8	36
2	Anne-Wil van Werkhoven	24	6	0	6	36
4	Eveline de Jong	22	7	0	6	35
5	Joël Langelaan	22	7	0	4	33
5	Annemijn Warmerdam	20	7	0	6	33
7	Nina Broekhuizen	16	7	0	8	31
8	Vivian Rooza	6	7	1	6	20
9	Lonneke Ligthart	8	7	0	4	19
10	Zoë Deerenberg	2	4	0	0	6
10	Iris van Luinen	2	4	0	0	6
A1 pupillen Meisjes		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Kimberley Booij	18	7	2	8	35
2	Jaimy van der Loo	16	7	0	6	29
3	Laurien van de Coevering	14	7	0	6	27
3	Carmen Oosterkamp	14	7	2	4	27
5	Elise Hoogkamer	8	7	1	6	22
6	Loes Vonk	8	6	1	2	17
7	Anneloes Pluimert	8	4	0	0	12
7	Juliette Pluimert	8	4	0	0	12
9	Jasmin Abouzied	2	4	0	0	6
A2 pupillen Meisjes		Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Jasmin Brinkerhof	24	7	1	6	38
2	Lotte van Stijn	24	7	0	6	37
3	Andrea Bouma	20	7	0	6	33
3	Lianne Daan	20	7	0	6	33
5	Femke Pijpers	16	7	1	8	32
6	Manon van Hal	16	7	0	6	29
7	Sanne Verdoes	16	6	0	6	28
8	Inge de Willigen	14	7	0	4	25
9	Bo van Vaneveld	8	7	0	8	23
10	Rebecca Hulshof	12	6	0	2	20
11	Lotte de Vroomen	4	4	0	0	8
12	Julia van Steijn	2	1	0	0	3

DE SPARTAAN





	A2 pupillen Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Sam Lem	18	5	0	6	29
2	Morris Boers	14	7	0	4	25
2	Wolf Nederpel	12	7	0	6	25
4	Jurgen van der Zwet	12	5	0	6	23
5	Bart Weijers	6	6	0	6	18
6	Juliën van Beek	10	4	0	0	14
7	Lennart Smit	2	3	0	0	5

De paastraining in het keukenhofbos

Het was erg druk met parkeren, ik en mijn zusje Hannah waren bijna te laat maar gelukkig konden we nog net achter aansluiten bij de warming up in het keukenhofbos. Het was regenachtig en winderig maar we waren snel opgewarmd. Toen ging Marga ons in groepen verdelen. Het eerste spel was een tikspel, waarbij twee teams tegenover elkaar stonden met tikkers in het midden. De teams moesten van elkaar de paaseieren pikken.

In het tweede spel werd met lintjes aan de takken een soort stoeldans spel gespeeld. Na elke fluit verdween er een lintje en zo bleven op het laatst Hieke en ik over. Na het fluitje kon ik het laatste lintje net voor haar neus wegpakken. Het derde spel was een estafette met tennisballen, waarbij elke volgende loper een extra bal kreeg. De laatste loper liep met 16 tennisballen.

Daarna deden we nog wedstrijdronddjes met twee teams. We moesten in tegenovergestelde richting een rondje over de bosheuvel rennen. Het eindspel was het leukst. Nu mochten we de door paashaas Fieke verstopte eieren zoeken in het bos. Elke groep (4) moest een eigen kleur zoeken. Ik had er tien gevonden van de blauwe en was daarmee winnaar geworden. Als beloning mocht ik dit stukje schrijven.

Groetjes van Willem Olsthoorn, B-pupil

Van Tim Versteegge kregen we het volgende verslag:

Woensdag 31 maart was er Paastraining. We gingen niet naar de baan maar naar het bos. Eerst werd je ingedeeld in een team en toen ging je met je team een spel doen. Als eerste gingen wij een balspel doen. Daarna gingen we estafette doen en vervolgens gingen we het spel appeltjes stelen doen; maar dan met Paaseieren. Toen gingen we de grote Paasdans doen en dat was erg lachen. Daarna, toen alle spelletjes klaar waren gingen eieren zoeken. Dat ging als volgt: Iedereen werd bij een kleur ingedeeld; zwart - groen - bruin of rood. Je moest alleen eieren van je eigen kleur zoeken. De wedstrijd was wie de meeste eieren had gevonden en als beloning kreeg je nog een handje echte Paaseieren. En toen was de leuke Paastraining alweer voorbij!



Hoi allemaal,

Ik ging met 5 andere kinderen woensdag 12 mei naar het bos.
We gingen met 2 dopjes op ons hoofd naar het bos.
Toen we bij het bos waren gingen we allemaal spelletjes doen.
Zoals: tikkertje, estafette, rennen en springen met dopjes op ons hoofd. Alles was heel leuk!

Emma van Werkhoven MPC



Zomerkamp 2010



Van 4 t/m 10 juli gaan de volgende kinderen mee op kamp:

Irene Faas - Sam Lem - Morris Boers- Megan van Beelen - Jelle Schaap
Marc Noordermeer - Twan van Tol - Lotte van Stijn - Joost Dofferhoff
Freek Henneken - Alex van Noort - Anne-Wil van Werkhoven
Andrea Bouma - Mariëlle Langeveld - Bart Weijers - Julia van Steijn
Anouk van Loenen - Steven Huijskens - Wolf Nederpel

Leiding: Jan Beijik en Irma van Dijk

Iedereen een heel fijn kamp toegewenst.



Uitslag 1e ZHM Competitie Reeuwijk 17 april 2010

Jongens Mini	40m*	ver			balw.	600m*
Matthijs Valten	8,96	2,37			15,62	3,04,86
Thijmen Masereeuw	9,29	2,22			10,12	2,52,62
Jongens PupC	40m*	ver		balst.		600m*
Mathieu van Beek	7,79	2,78		3,53		2,40,31
Jochem van Stijn	8,15	2,54		3,33		2,27,32
Dylan Mul	8,57	2,52		3,28		2,37,63
Meisjes Pup C	40m*	ver		balst.		600m*
Nicole in 't Veld	7,69	2,79		3,30		2,30,90
Lianne Pijpers	8,46	2,47		3,40		2,43,81
Hannah Olsthoorn	8,64	2,23		2,94		2,32,14
Jongens Pup B	40m*		hoog		balw.	1000m*
Willem Olsthoorn	7,18		1,07		28,61	4,07,57
Martijn Sabel	7,85		1,02		20,44	4,10,40
Michael Bouma	7,41		0,92		16,22	4,09,41
Merlijn van der Lans	7,76		0,97		25,29	4,34,85
Julian van Meggelen	7,09		0,77		21,37	4,21,14
Stijn Lammers	7,66		0,92		10,68	4,26,67
Bas Meeuwenoord	7,84		0,82		11,03	4,12,82
Jasper Mens	8,36		0,82		11,22	4,00,00
Rens ten Kate	7,96		0,77		11,10	4,22,31
Tye van der Zwet	8,83		0,82		12,23	5,13,23
Meisjes Pup B	40m*		hoog		balw.	1000m*
Megan van Beelen	7,23		1,12		18,40	3,49,34
Hieke Böhm	7,29		0,92		22,95	4,05,23
Eveline de Jong	7,30		0,97		13,39	3,48,37
Anne-Wil v Werkhoven	7,54		1,02		13,67	4,03,43
Lonneke Ligthart	7,68		0,97		10,14	4,24,78
Vivian Rooza	8,17		0,87		13,54	4,41,90
Annemijn Warmerdam	8,26		0,72		10,81	5,10,52
Joël Langelan	7,99		0,82		12,06	
Nina Broekhuizen	9,47		0,82		9,30	5,40,41



<----600 meter
Matthijs Mini



1000 meter
Tye JPB



<---- 1000 meter
Vivian MPB



<---- 60 meter
Daniël JPA1



1000 meter
Bo MPA2



<---- 60 meter
Jelle JPA1

Jongens Pup A-1	60m*	ver		kogel		1000m*
Alex van Noort	10,47	3,38		6,37		4,03,38
Twan van Tol	10,25	3,30		5,89		4,06,68
Steven Oosterkamp	10,20	3,26		5,15		4,07,06
Jelle Schaap	10,48	3,22		5,35		4,46,83
Daniël Willemsen	9,95	2,69		5,06		4,35,66
Thomás van Delft	11,10	2,98		3,73		4,04,83
Meisjes Pup A-1	60m*	ver		kogel		1000m*
Elise Hoogkamer	10,34	3,10		5,65		4,00,20
Jaimy van der Loo	10,61	3,15		4,41		3,48,35
Kimberley Booij	10,03	3,28		5,33		4,30,35
Laurien vd Coevering	11,18	2,85		4,32		4,39,99
Carmen Oosterkamp	11,35	2,53		3,67		4,17,70
Jongens Pup A-2	60m*		hoog		balw.	1000m*
Jurgen van der Zwet	10,03		1,12		29,46	3,41,97
Sam Lem	10,34		1,07		22,88	3,52,74
Julien van Beek	10,15		1,22		19,38	5,06,23
Wolf Nederpel	11,00		0,87		23,39	4,16,45
Morris Boers	9,81		0		19,49	4,12,79
Meisjes Pup A-2	60m*		hoog		balw.	1000m*
Jasmin Brinkerhof	9,61		1,22		19,03	3,38,54
Andrea Bouma	9,74		0,92		15,65	3,58,44
Femke Pijpers	10,43		1,02		17,72	4,03,36
Lotte van Stijn	10,29		0,92		15,71	3,57,37
Inge de Willigen	11,01		1,02		22,32	4,46,82
Lianne Daan	11,26		0,92		19,15	4,28,93
Manon van Hal	11,42		0,92		15,10	4,38,27
Bo van Vaneveld	11,29		0,92		13,12	5,06,55



Uitslag 2e ZHM Competitie Lisse 22 mei 2010

Jongens mini	40m*	ver		balstoten		6min.Loop
George Hogenboom	8,80	2,18		2,43		-
Jongens Pupillen C	40m*		hoog		balw.	6min.Loop
Dylan Mul	8,09		0,87		17,89	1.230
Jochem van Stijn	7,90		0,82		11,87	1.300
Meisjes Pupillen C	40m*		hoog		balw.	6min.Loop
Shana van Vuuren	8,04		0,87		16,97	1.210
Nicole in 't Veld	7,50		0,82		11,42	1.270
Lianne Pijpers	8,26		0,87		13,05	1.210
Hannah Olsthoorn	8,29		0,77		10,46	1.260
Odessa Kalkhuis	8,13		0,72		7,52	1.210
Emma van Werkhoven	9,22		0,67		7,47	1.060
Jongens Pupillen B	40m*	ver		kogel		6min.Loop
Willem Olsthoorn	7,16	3,65		5,74		1.440
Julian van Meggelen	6,84	3,20		5,91		1.400
Michael Bouma	7,52	3,07		5,46		1.380
Martijn Sabel	7,74	3,14		5,86		1.390
Stijn Lammers	7,31	3,09		3,76		1.240
Merlijn van der Lans	7,57	2,95		4,63		1.230
Bas Meeuwenoord	7,66	2,83		3,61		1.310
Rens ten Kate	7,81	2,79		2,62		1.250
Jasper Mens	8,34	2,33		3,85		1.200
Meisjes Pupillen B	40m*	ver		kogel		6min.Loop
Megan van Beelen	6,86	3,71		5,79		1.500
Hieke Böhm	7,06	3,45		5,66		1.450
Eveline de Jong	7,11	3,66		4,60		1.480
Anne-Wil v Werkhoven	7,16	3,28		5,16		1.420
Lonneke Ligthart	7,25	3,15		4,59		1.280
Joël Langelaan...	7,51	2,79		4,57		1.210
Annemijn Warmerdam	8,20	2,76		3,54		1.160
Vivian Rooza	8,10	2,42		4,18		1.220
Nina Broekhuizen	9,56	2,11		3,33		1.080
Jongens Pupillen A-1	60m*		hoog		balw.	6min.Loop
Alex van Noort	10,07		1,17		25,23	1.480
Steven Oosterkamp	9,67		1,07		19,35	1.400
Daniël Willemsen	10,57		1,07		25,06	1.300
Jelle Schaap	10,36		1,07		22,10	1.150
Joost Dofferhoff	10,15		0,97		16,24	1.300
Meisjes Pupillen A-1	60m*		hoog		balw.	6min.Loop
Kimberley Booij	9,95		1,12		16,53	1.280
Jaimy van der Loo	10,14		1,02		19,29	1.540
Loes Vonk	10,99		0,97		17,56	1.210
Laurien vd Coevering	10,77		0,97		13,97	1.330
Elise Hoogkamer	10,48		0,87		13,76	1.410
Carmen Oosterkamp	11,38		0,87		10,35	1.370
Jongens Pupillen A-2	60m*	ver		kogel		6min.Loop
Morris Boers	9,63	3,47		6,04		1.350
Wolf Nederpel	10,28	3,18		6,92		1.330
Bart Weijers	11,20	2,81		5,87		1.410
Meisjes Pupillen A-2	60m*	ver		kogel		6min.Loop
Jasmin Brinkerhof	9,45	3,93		5,72		1.590
Andrea Bouma	9,43	3,24		5,40		1.450
Femke Pijpers	9,97	3,38		5,75		1.330
Rebecca Hulshof	10,18	3,45		6,02		1.450
Lotte van Stijn	10,10	3,44		5,79		1.450
Inge de Willigen	10,88	3,24		6,33		1.250
Lianne Daan	10,45	3,10		5,29		1.280
Sanne Verdoes	11,20	3,05		6,15		1.260
Manon van Hal	11,09	2,93		5,23		1.210
Bo van Vaneveld	11,15	2,80		4,73		1.185

Running for Europe in Boedapest



In het teken van het trio voorzitterschap in 2011 van de EU werd er op 7 mei 2010 in Hongarije, België en Spanje een hardloophwedstrijd gehouden die precies op hetzelfde tijdstip plaatsvond.

Jasmin Brinkerhof stond in Hongarije, het geboorteland van haar moeder, aan de start.

De wedstrijd van precies 2010m was verdeeld in 4 categorieën:
meisjes en jongens 13-15 jaar
meisjes en jongens 10-12 jaar
In het totaal deden er 3710 kinderen mee aan deze wedstrijd.

Jasmin werd in de categorie 10-12 jaar met een tijd van 6:57 min. eerste bij de meisjes en haar tijd was ook genoeg om het snelste meisje te zijn in de categorie 13-15 jaar.

Zij was erg blij met de tijd en bijzonder trots op de medaille die op een heel groot podium werd uitgereikt.

Als afsluiting werd het Hongaarse en het EU volkslied gespeeld.



Foto's Martin Brinkerhof

Aktiviteitenkalender

Datum	Evenement	WAAR
20 juni 2010	Nationale Jeugd Atletiek Dag (NJAD)	Dronen
26 /27 juni 2010	Ouder/kindwedstrijd + Tentennacht	Lisse
30 juni 2010	Laatste woensdagtraining voor de grote vakantie	
2 juli 2010	Laatste vrijdagtraining voor de grote vakantie	
4 t/m 10 juli 2010	Kamp 8 t/m 12 jarigen	Wanssum
18 augustus 2010	1e Woensdagmiddagtraining na de grote vakantie	
20 augustus 2010	1e vrijdagtraining na de grote vakantie	
4 september 2010	4e ZHM-wedstrijd	Zoetermeer
25 september 2010	NK-estafette	Amstelveen
29 september 2010	Schoolatletiek BO groep 3 t/m 8	Lisse
9 oktober 2010	Onderlinge Meerkampen	Lisse

Onderlinge meerkampen 10 april 2010

Helaas konden we de uitslagen niet verwerken voor het clubblad. Hierbij dan wel een collage van deze wedstrijd. De foto's zijn gemaakt door Wim Bouma.

