

SPARTAANSE SPEKTAKELS



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



SAMEN STERK



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

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

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

Volg ons op:  

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



L.J. SPORT
your professional sportshop



Brooks

asics

Falke



Polar

saucony

LISSE
Kanaalstraat 53
0252 - 420 300

SASSENHEIM
Hoofdstraat 191
0252 - 240 777

WASSENAR
Langstraat 57
070 - 51 56 170

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

BOEKESTEIN

Fysiotherapiepraktijk
Acupunctuur

Boekestein Fysiotherapie en acupunctuur

Kapelstraat 5A, 2161 HD Lisse

T 0252-412 934 W www.boekesteinfysio.nl

F www.facebook.com/boekesteinfysiotherapie

U kunt bij ons terecht voor o.a.:
fysiotherapie | acupunctuur | bioresonantie
manuele therapie | oedeemtherapie
haptokinesie | BigMove | claudicationet
medisch fitness | sportrevalidatie
corestability | kettlebell

Nu ook **oedeemtherapie** bij
Boekestein Fysiotherapie



DREIJER OPTIEK

Alles voor ogen!

Kanaalstraat 25-27 Lisse Tel. 41 59 92

Bestuur:

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

Commissies:

PR & Sponsoring:

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

W.O.C. Wedstrijd Organisatie Commissie

Vz+Coörd. wocvoorzitter@avdespartaan.nl
 Secretaris Sandra Bouma
 wocsecretaris@avdespartaan.nl
 Jury-coörd. Herman v.Abeelen, Paul v. Hal
 jucospartaan@avdespartaan.nl
 Wedstrijd-secraris Sandra Bouma
 wedstrijdsecretaris@avdespartaan.nl
C.W.A. Commissie Wedstrijd Atleten
 Voorzitter Levi van der Geest 0252-225336

cwavoorzitter@avdespartaan.nl

C.R.A. Commissie Recreatie Atletiek

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

C.J.A. Commissie Jeugd Atletiek

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

T.R. Technische Raad

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

Secretaris

trsecretaris@avdespartaan.nl

Trainingscoördinator Senioren, Junioren AB:

Anthony Ott, 06-55137028
 trcoördinator@avdespartaan.nl
 Contactpers. **C-junioren** (geb. 2003-2002):
 John vd Zwet, 0252-413259/06-49744134
D-junioren (geb. 2005-2004):
 Joost Valk, 06-52155050
Pupillen (geb. in 2006 of later):
 Jan Beijik, 06-41643950

Ledenadministratie

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

Medische zaken:

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

TSB:

Vrijwilligerscommissie

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

Internet-commissie

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

Vertrouwens Contactpersonen

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

Inschrijvingen wedstrijden:

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

Secretariaat:

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

website: www.avdespartaan.nl

Redactie: Marga Kortekaas en Trudy Olij

Inhoudsopgave	1
Berichten van de bestuurstafel:	
• Van de voorzitter	2
• Koninklijke onderscheiding Joop van Stijn.....	3
• Goedkeuring voor Vernieuwbouw op de bijzonder ALV	4
• Financiering van de Vernieuwbouw	5
• Reglement Obligatielening AV De Spartaan 2017-2030	5
Ter Specke Bokaal: "Groots, maar laagdrempelig"	7
Redactienieuws /Kantinenieuws	9
Berichten van de Ledenadministratie:	
• Jarigen van 16 juni t/m 31 augustus 2017	10
• Nieuwe-, afgemelde- en verhuisde leden	11
Geboren / Nieuws vanuit de WOC (activiteitenkalender 2017)	13
Nieuws van de Club van 100: Soosavond 19 mei 2017	14
Nieuws van de Vrijwilligerscommissie:	
• Van de voorzitter	16
• Interview met vrijwilligers Lianne Daan en Inge de Willigen.....	17
Nieuws vanuit de Commissie Wedstrijd Atletiek:	
• 12 sec. barrière bij vrouwen beslecht (Andrea Bouma).....	18
Nieuws van de man van de statistieken:	19
Nieuws van de Commissie Jeugd Atletiek:	
• Van de voorzitter	21
Pupillennieuws:	
• Tussenstand puntentelling pupillenklassement	22
• Reglement pupillenklassement / Trainingstijden pupillen.....	23
• Verslagen 1e ZHM-Leiden 8 april 2017 + uitslagen.....	24
• Verslagen Paastraining 12 april 2017	26
• Activiteitenkalender / 2e Hands kleding	27
• Verslagen Voorschoten 15 april 2017 + uitslagen	28
• Clubrecord 40 m Mmini / Verslagen 1000 m Kidsrun + uitslagen ..	30
• Verslagen 2e ZHM-Reeuwijk 20 mei 2017 + uitslagen	32
..... De Spartaan 50 jaar op zomerkamp	35
Kleurplaat	36

REDACTIENIEUWS

Kopij insturen uiterlijk woensdag 23 augustus 2017 vóór 16.00 uur.
 Het clubblad ligt klaar in de kantine voor bezorging op
 dinsdag 5 september 2017.

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

Commissie kantinezaken

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

Gevonden voorwerpen:

Ank Hartman, gevondenvoorwerpen@avdespartaan.nl

Ranglijsten:

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

Clubrecords:

Wim Cozijn, clubrecords@avdespartaan.nl



VAN DE BESTUURSTAFEL

Het bestuur is na de bijzondere ALV van 24 mei jl. enorm onder de indruk van het grote vertrouwen dat de leden hebben getoond in de voorstellen rondom de vernieuwbouw van onze accommodatie. Met 95 stemmen voor (1 tegen, 1 blanco stem) is er met overweldigende meerderheid goedkeuring gegeven aan de aangepaste plannen voor de vernieuwbouw en de bijbehorende kredietverlening aan De Spartaan. Wij zullen 200.000 Euro moeten lenen om de nieuwe plannen te realiseren en in de vergadering is toegelicht waarom dit nodig is. Deze stukken zijn nog steeds beschikbaar op onze website (mits ingelogd als lid) bij de Bouwcommissie.



Veel leden hebben tijdens de vergadering al aangegeven dat zij graag een bijdrage willen leveren als het gaat om het verstrekken van de benodigde kredieten. In principe heeft het bestuur de mogelijkheid de 200.000 Euro te lenen van de bank, maar het is ook mogelijk (een deel van) dit bedrag te lenen van particulieren. Inmiddels heeft een aantal gegadigden zich gemeld en zullen wij ook binnenkort mededelingen doen over de mogelijkheid van participeren in obligaties die De Spartaan kan uitgeven om het bedrag tegen een gunstiger percentage dan dat de bank ons kan bieden, te lenen.

Door dit grote vertrouwen, waarvoor we via deze weg onze dankbaarheid willen uitspreken, kunnen we als alles goed gaat voor de zomer al de eerste bouwwerkzaamheden verwachten. Leden die een bijdrage willen doen in de vorm van vrijwillig een dag klussen, slopen, schuren, schilderen en wat er verder ter bouwplaats komt, mogen zich melden bij **bouwcommissie@avdespartaan.nl** of Nico Schriek, Lenie van der Poel of Laurens van Schie aanspreken. Een woord van speciale dank voor de voltallige bouwcommissie is hier ook op zijn plaats. Zonder het vele werk, onderzoek, tijd en energie van deze heren zouden we dit mooie resultaat niet hebben kunnen halen: Laurens van Schie, Nico Schriek, Fred Duinkerken, Wim Schouten, Ad van Ruiten, Kees van Ruiten, George Dofferhoff en Arthur Zuijderdijn.

Volgend jaar zullen we dan in een volledig vernieuwd clubhuis de ALV kunnen houden en ook de Ter Specke Bokaal, zal een nog professionelere uitstraling krijgen door onze moderne accommodatie. De Ter Specke Bokaal ligt bij het verschijnen van dit clubblad alweer even achter ons (13 mei jl), maar de organisatie van de TSB heeft er weer een prachtig spektakel van gemaakt. Prachtige resultaten, mooi winnaars, super weer (op die 30 min hoosbui na) en een geweldige sportieve sfeer. Alle vrijwilligers ook namens ons zeer bedankt en met bijzondere vermelding van de huldiging van Joop van Stijn als lid in de orde van Oranje Nassau door de burgemeester van Lisse.

Ten slotte wil ik graag Petra Dijcks en Jiska Maas bedanken voor hun enthousiaste reactie op de oproep voor een nieuwe secretaris. Jiska Maas zal deze functie gaan overnemen van Jacqueline Winnen, die haar secretariële taken niet meer kan combineren met werk. Petra Dijcks zal toetreden tot de PR commissie en op termijn de functie van secretaris van de Vrijwilligers Commissie over gaan nemen.

Zo bouwen we voort aan onze mooie vereniging, zowel in stenen, als in menselijk potentieel aan een sportieve toekomst.

Ik wil iedereen alvast een prachtige zomer wensen en kom vooral even kijken op de baan op 25 juni a.s. bij de (A-competitie) en op 8 en 9 juli a.s. bij de ABCD Meerkamp.

Sportieve groeten,
Jennifer Lem, voorzitter AV De Spartaan



(Onderstaand de toespraak van mevrouw Lies Spruit, burgemeester van Lisse, tijdens de uitreiking van een Koninklijke Onderscheiding aan Joop van Stijn).



Dames en heren,

Wat een bijzondere dag hier met zoveel sportief talent vanuit het hele land! Voor alweer de 35e keer vindt de landelijke wedstrijd om de Ter Specke Bokaal plaats. Een mooi lustrum met minstens zo mooie resultaten!

Zo zijn we hier in Lisse natuurlijk trots dat in 2013 door Nadine Broersen het nationaal record hoogspringen is verbroken. En natuurlijk op het meedoen van Nederlandse sprinttoppers als Churandy Martina en Dafne Schippers. Kijk waar het hen heeft gebracht!

Daarnaast zijn we ook heel trots op wat inwoners van onze eigen gemeente hebben bereikt. Zo zijn hier bij De Spartaan vrijwilligers die al

vele jaren hun schouders onder het vrijwilligerswerk zetten. Vandaag wil ik graag één van hen extra in de schijnwerpers zetten. Het gaat hier om iemand die zich al 45 jaar inzet voor De Spartaan. En van wie de eerste vrijwilligersklus startte met het leeghalen van de bestelbus van zijn werkgever. Niet om materialen te vervoeren, maar om de sportende jeugd naar wedstrijden te brengen. Ja, beste mensen, toen kon dat nog. En de jeugd zat er heerlijk bij, want deze bijzondere vrijwilliger legde eerst een kleed op de vloer van datzelfde busje. Weet u inmiddels al over wie ik het heb?

Jawel, ik heb het over **Joop van Stijn**.

Meneer van Stijn, mag ik u naar voren roepen om even bij mij te komen staan.

- Alweer 45 jaar kan De Spartaan op uw inzet rekenen. Uw werkzaamheden als chauffeur van de jeugd, breidden zich al gauw uit. Zo werd u ook begeleider van de jeugdatleten en later van de volwassenen. Ook bij wedstrijden heeft De Spartaan steeds op u kunnen rekenen. Zo bent u onder meer jurylid, starter, scheidsrechter, wedstrijdleider en jury-coördinator geweest.
- Sinds 2004 bent u coördinator van de klusploeg. Niet alleen voert u elke dinsdag vrijwilligersactiviteiten voor De Spartaan uit, ook een aantal grotere projecten kwam mede dankzij u tot stand. Zoals de nieuwe kogelslingerkoel en de nieuwe materiaalberging. Uw bouwkundige kennis kwam De Spartaan altijd goed van pas, het zogenoemde Joop van Stijnplein bij de finish getuigt daarvan.
- Ook landelijk bleef uw inzet niet onopgemerkt. Van 1989 tot 2002 was u nationaal starter voor de Atletiekunie. U hebt in die tijd in de weekenden heel wat sportparken bezocht. Toen de Atletiekunie besloot dat u op uw 65e moest stoppen met uw werk, hebt u deze beslissing aangevochten. Na de winst in deze zaak, hebt u vervolgens bedankt voor de eer. U wilde uw punt maken tegen leeftijdsdiscriminatie. En dat is gelukt!

Uit betrouwbare bron hebben wij begrepen dat u een harde werker bent en een gezond arbeidsethos ook van anderen verwacht. Daarbij vindt u het belangrijk dat de dingen goed gebeuren. De mensen om u heen roemen niet alleen uw inzet, maar ook de vanzelfsprekendheid waarmee u het vrijwilligerswerk doet. U bent niet degene die uzelf vanwege uw prestaties op de borst slaat. Daarom is het extra leuk dat wij dat vanuit de gemeenschap van Lisse wel graag doen.

De afgelopen twee-en-een-halve week heb ik al vijf Koninklijke Onderscheidingen mogen uitreiken. Met veel plezier kan ik u mededelen dat ik hier vandaag graag de zesde aan toe ga voegen.

In Lisse zijn sinds 1994 ruim 200 Koninklijke onderscheidingen uitgereikt. Aan mannen en aan vrouwen, die zich vaak onopvallend, op de achtergrond en geheel belangeloos inzetten voor de samenleving. Ieder naar eigen mogelijkheden en omstandigheden, ieder weer anders; op zijn of haar eigen manier.

Meneer van Stijn, op basis van de aard, duur, uitstraling en betekenis van al uw activiteiten mag ik u namens Zijne Majesteit de Koning mededelen dat u bij Koninklijk besluit bent benoemd tot

Lid in de orde van Oranje-Nassau

Goedkeuring voor de Vernieuwbouw op de bijzonder ALV

Laurens van Schie,
voorzitter Bouwcommissie

Op woensdag 24 mei is het zover. Tijd voor een bijzondere ALV om ons als vereniging eens goed over een belangrijk agendapunt voor de toekomst te buigen. Het verenigingsgebouw compleet renoveren, uitbreiden en klaarmaken voor komende generaties sporters. Op de Nieuwjaarsreceptie en in de ALV van maart zijn de plannen reeds toegelicht en nu wordt er aan de leden gevraagd om toestemming te geven om het plan te gaan uitvoeren voor €650.000.

In een vol clubgebouw zijn, ondanks de finale van Ajax, veel betrokken leden komen opdagen om zich te laten informeren en hun stem uit te brengen voor de bouwplannen en de financiering. Duidelijk is dat we een lening af moeten sluiten van €200.000. Op verzoek van de ALV zoeken we voor de lening naar een financieringsmix waarbij er een obligatieplan komt waar leden op kunnen intekenen. Daarnaast is het mogelijk voor een bedrag van minimaal € 10.000 een lening te verstrekken, door leden en/of andere geïnteresseerden, aan De Spartaan. Tot slot hebben we de toezegging het resterende bedrag bij de bank te kunnen lenen tegen 3,1%. De uitwerking van de financieringsopties volgt hieronder bij "Financiering van de Vernieuwbouw".

Uiteindelijk stemmen na het beantwoorden van de nodige informatieve en soms kritische vragen, met een overweldigende meerderheid 95 leden voor, 1 onthouding en 1 stem tegen. De bouw kan deze maand beginnen. Aannemer Van der Hulst wil al eind juni starten met de werkzaamheden. Het is de bedoeling dat voor de bouwvakvakantie de vloer voor de nieuwe multifunctionele ruimte is gestort zodat die kan uitharden in de vakantie. De planning is dat eerst volledig de nieuwe ruimte wordt gebouwd, die hopelijk klaar is voor de Ter Speckeloop op 26 november. Dan kan het oude gebouw leeggehaald worden en kunnen we tijdelijk verhuizen naar de nieuwbouw. Voor de belangrijke Ter Speckebokaal in het voorjaar is ook de bestaande bouw gerenoveerd en kunnen we er weer voor vele tientallen jaren tegen. We vragen onze burens van de Flex of we gebruik mogen maken van hun faciliteiten tijdens de renovatie.

In mijn presentatie heb ik als voorzitter van de bouwcommissie, aangegeven dat de bouwplannen een unieke mogelijkheid zijn voor de verdere ontwikkeling van De Spartaan en een grote kans om de atletieksport in de volle breedte, van recreanten tot wedstrijdatleten, naar een hoger plan te kunnen brengen. Bijzonder is dat het gebouw in eigen beheer is ontworpen waarbij aandacht is besteed aan een uitnodigende uitstraling van het nieuwe gebouw. Door de doorlopende belijning is een eenheid van de drie bouwdelen, kantine, de Hoed en de functionele ruimte gecreëerd. Het vernieuwde gebouw wordt aangepast aan de eisen van deze tijd met gebruik van kwalitatief goede materialen en tegelijk wordt waar mogelijk de hoogste graad van energiebezuiniging toegepast.

Met inzet van veel vrijwilligers, subsidie van de gemeente, inzet van het door de vereniging gespaarde geld en een scherpe prijs van drie aannemers Van der Hulst voor de bouw, Burg installatietechniek voor sanitair en Schoonderbeek installatietechniek voor de elektrotechniek moet het lukken om een mooi, functioneel en duurzaam clubgebouw te realiseren. En niet in de laatste plaats betaalbaar voor de leden zonder verdere contributieverhoging, los van de jaarlijkse indexering.

In het Nieuwe plan is opgenomen:

- volledige renovatie van het clubgebouw: dak, keuken, kleedkamers, toiletten en douches
- uitbreiding met een multifunctionele ruimte van 150m²
- nieuwe entree, dopingruimte en massage
- kleedruimte dames even groot als heren: extra m²
- isolatie gebouw naar A+ label met een nieuwe gevel, dakbedekking, zonnecollectoren en energiezuinige ledverlichting
- lagere energielasten
- vaste prijs afgegeven door onze leveranciers: geen tegenvallers voor rekening Spartaan
- gebruiksgemak bij het onderhoud en het schoonmaken van het gebouw voor onze huidige en toekomstige vrijwilligers

De leden van de bouwcommissie hebben nog een weekend nagenoten van de grote steun die we hebben gekregen van de leden en bedanken iedereen voor de hulp bij de voorbereiding van de bouw.

En nu kunnen we eindelijk echt aan de slag.

De financiering van de Vernieuwbouw

Arthur Zuiderduijn, Penningmeester

Zoals gemeld door de Voorzitter van de bouwcommissie zijn er verschillende financieringsopties, waarbij een combinatie van verschillende opties voor de hand liggend is.

1. Onderhandse lening door leden en/of andere geïnteresseerden, met een minimale deelname vanaf EUR 10.000 tegen 2% rente. Aflossing en rente jaarlijks gedurende 15 jaar, te beginnen op 1 juli 2018.
2. Een obligatielening met EUR 250,- per certificaat tegen 2% rente met een maximale looptijd tot 1 oktober 2030.
3. Financiering bij de bank voor maximaal EUR 200.000 tegen indicatief 3,1% rente (bij 5 jaar rentevast) en aflossing in 20 jaarlijkse termijnen.

Afhankelijk van de interesse van leden in de financieringsopties genoemd onder punt 1 en punt 2, zal met een bank contact worden opgenomen over de hoogte van het resterende te financieren bedrag, de renteopties bij verschillende looptijden en een aflossingstermijn van 20 jaar. Op basis hiervan zal het bestuur een beslissing nemen over de definitieve voorwaarden van de bancaire financiering. De lening (punt 1) door leden zal door middel van een onderhandse akte, notarieel worden vastgelegd.

Bij voldoende interesse zal de samenstelling van de financiering als volgt zijn:

- 1e. Onderhandse lening tot maximaal EUR 150.000
- 2e. Obligatielening tot maximaal EUR 100.000 (zie bijlage voor het reglement)
- 3e. Bancaire financiering tot maximaal EUR 200.000 minus de bedragen verkregen uit de onderhandse lening en de obligatielening.

Vriendelijk verzoek ik u, uw interesse in de financieringsopties 1 en/of 2, voor 1 juli 2017 aan mij kenbaar te maken via, penningmeester@avdespartaan.nl

REGLEMENT OBLIGATIELENING AV DE SPARTAAN 2017-2030

Artikel 1

- a) Voor de financiering van de Vernieuwbouw van AV DE SPARTAAN (hierna: de vereniging) verwerft de vereniging gelden door middel van het uitgeven van een obligatielening.
- b) De omvang van de lening bedraagt maximaal € 100.000,-. De nominale waarde van de obligatiebewijzen bedraagt € 250,- per stuk. Per deelnemer kan op meerdere stukken worden ingeschreven.
- c) De obligatielening draagt een enkelvoudige rente van 2% per jaar, die bij aflossing wordt uitbetaald.
- d) De obligatielening komt definitief tot stand indien het bestuur van de vereniging (hierna: het bestuur) definitief besluit tot het investeren in de Vernieuwbouw en de keuze van financiering aan de hand van de verschillende opties definitief heeft vastgesteld.
- e) Inschrijving op de obligatielening kan vanaf 15 juli 2017 middels het daarvoor beschikbare intekenformulier. Indien een deelnemer op meerdere stukken inschrijft besluit het bestuur bij over-intekening over toewijzing.
- f) De deelnemers ontvangen bericht over toewijzing van de obligaties. De uitgifte van de obligatielening vindt plaats tegen nominale waarde tussen 1 augustus en 1 oktober 2017. De obligaties dienen volgestort te zijn binnen één maand na toewijzing, doch uiterlijk op 1 november 2017. De nominale waarde van de obligatie(s) zal door middel van een eenmalige automatische incasso worden geïncasseerd.

Artikel 2

- a) De obligatiebewijzen luiden op naam, zijn voorzien van een doorlopende nummering en zijn ondertekend door de voorzitter en de penningmeester namens het bestuur. Na toewijzing en betaling zullen de obligatiebewijzen aan de deelnemers worden toegezonden.
- b) Door de vereniging wordt een register bijgehouden (hierna: het register) waarin op nummer de laatst bekende namen en adressen van de obligatiehouders worden vastgelegd.
- c) De obligaties zijn overdraagbaar. Het is de verantwoordelijkheid van de obligatiehouder eventuele mutaties tijdig aan de vereniging kenbaar te maken.

- d) Indien een obligatie verloren is gegaan of beschadigd raakt, wordt uitsluitend aan de bij de vereniging geregistreeerde obligatiehouder daarvoor door de vereniging tegen vergoeding van de kosten een duplicaat afgegeven. Door uitgifte van een duplicaat wordt het oorspronkelijke obligatiebewijs waardeloos.

Artikel 3

- a) De vordering die een deelnemer heeft uit hoofde van een obligatie is niet tussentijds opeisbaar.
- b) Aflossing op de obligatielening aan de obligatiehouders vindt plaats voor het eerst op of omstreeks 1 oktober 2021 en voor het laatst op of omstreeks 1 oktober 2030, telkens door uitloting van 10% van de uitgegeven obligatiebewijzen.
- c) Uitloting vindt vanaf 2021 jaarlijks plaats omstreeks 1 juli onder toezicht van een notaris.
- d) De uitgelote obligatiehouders volgens het bepaalde in artikel 2 bijgehouden register krijgen hieromtrent schriftelijk of elektronisch bericht.
- e) Aflossing van de uitgelote obligaties vindt plaats telkens binnen 1 maand na inlevering van het originele obligatiebewijs of het daarvoor in de plaats getreden duplicaat op het door de obligatiehouder aangegeven bankrekeningnummer. Van de aflossing zal door het bestuur aantekening gemaakt worden in het in artikel 2 genoemde register.
- f) De vereniging heeft het recht om, uitsluitend tijdens een jaarlijkse uitlotingsprocedure, een hoger percentage dan 10% van de uitgegeven obligaties voor vervroegde aflossing uit te loten. Een vervroegde uitloting en aflossing wordt door de vereniging voorafgaande aan een jaarlijkse uitloting bekend gemaakt op de website van de vereniging.

Artikel 4

- a) In afwijking van het bepaalde in artikel 3a kan een obligatiehouder dan wel diens nabestaanden bij het bestuur met reden omkleed een verzoek indienen tot vroegtijdige aflossing in geval van een bijzondere reden.
- b) Het bestuur van de vereniging beslist hierover bij gewone meerderheid van stemmen in een bestuursvergadering, waarbij een meerderheid van het bestuur aanwezig is.

Artikel 5

Indien een obligatiebewijs niet binnen 2 jaar na uitloting ter aflossing aan de vereniging is aangeboden, vervalt het recht op aflossing, tenzij het bestuur van de vereniging op verzoek anders beslist.

Artikel 6

Daar waarin dit reglement niet voorziet beslist het bestuur van de vereniging.



Ter Specke Bokaal: 'Groots, maar laagdrempelig'.



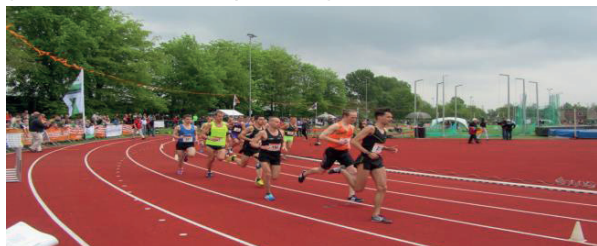
Aan alle (Spartaan) medewerkers van de Ter Specke Bokaal.



De Ter Specke Bokaal van 2017 was al weer onze 35ste editie tussen de bloeiende bollenvelden.

Gezien dit lustrum is het mooi om terug te kijken op het ontstaan van de TSB en de vele geweldige atletiekprestaties die bij onze wedstrijd zijn neergezet. In het clubblad, op onze site en op sociale media hebben de commissie leden Davey en Jelle teruggeblikt op drie verschillende periodes van de Ter Specke Bokaal.

Het begon allemaal met de plannen voor de aanleg van de kunststofbaan in Lisse in 1983. Een promotiecommissie was vastbesloten om te laten zien dat De Spartaan het waard was om een kunststofbaan te verkrijgen. Om dat te bewijzen zou er een topwedstrijd worden gehouden op onze baan. Een topwedstrijd met Nederlandse records wel te verstaan. De Ter Specke Bokaal heeft De Spartaan volledig op de kaart gezet. Een unieke topwedstrijd in Nederland was vanaf 1983 geboren.



De periode van 1995 tot en met 2005 stond de verdere professionalisering van de wedstrijd centraal. Onder andere het wedstrijd secretariaat heeft grote veranderingen in deze periode meegemaakt. Al 35 jaar rots in de branding op het wedstrijdsecretariaat is Ton Meskens. Hij heeft als vrijwilliger geen editie van de TSB gemist.

We zijn trots dat we al 35 jaar als vereniging samen met ruim 150 vrijwilligers elk jaar de TSB kunnen organiseren. Jullie creëren de perfecte entourage bij de wedstrijd. Als organisatie zijn we hier heel erg trots op.



Als organisatie waren we dan ook bijzonder verheugd dat het onze koning heeft behaagd om Joop van Stijn aan het einde van de wedstrijd te onderscheiden als lid in de orde van Oranje Nassau voor zijn jarenlange inzet als vrijwilliger bij De Spartaan.



De jaren 2005 tot en met 2016 zullen bij de meeste lezers van ons drieluik nog vers in het geheugen zitten. Een paar hoogtepunten uit de recente jaren waren natuurlijk het bezoek van de sprinttoppers van Nederland waaronder Churandy Martina en Dafne Schippers. Beiden behoren inmiddels tot de wereldtop, maar hebben in de afgelopen jaren meegedaan aan de Ter Specke Bokaal. In 2017 hebben we een nieuw logo geïntroduceerd en Tulpie onze nieuwste fan. Verder hebben we de Vrienden van de Ter Specke Bokaal opgericht. Ook de vrienden van de TSB tonen de warmhartigheid van de vereniging aan.





Woensdag 10 mei was de start van de Ter Specke Bokaal week met de (jury) briefing om jullie zo goed mogelijk te informeren over de gang van zaken op zaterdag 13 mei.



Vrijdag 12 mei was de dag van de opbouw van het wedstrijdterrein. We hebben, onder toezicht van de klusploeg, flink de handen uit de mouwen gestoken om onze baan zo mooi mogelijk te presenteren op de wedstrijddag.



De organisatie is erg verheugd met het feit dat er veel Nederlandse en buitenlandse toppers hadden toegezegd, waardoor er een sterk deelnemersveld was. Er stonden veel toeschouwers langs de baan om de ruim 400 atleten in actie te zien.



Het was een prachtige, zonnige en gezellige atletiek dag met gelukkig maar 1 hoosbui tijdens een 150 meter serie! Uiteindelijk ging de Ter Specke Bokaal van de dames naar Nadine Visser (110mH 13.09s). De bokaal bij de heren ging naar Mart ten Berge (speerwerpen 78,46 m)



We kunnen dus terugkijken op een atletiek dag met mooie prestaties! Wat een verenigingsgevoel en wat bijzonder om met z'n allen een super atletiek dag neer te zetten. Bij deze willen we iedereen dan ook hartelijk bedanken voor de inzet voor, tijdens en na de Ter Specke Bokaal 2017. Door middel van ons buffet hebben we een groot aantal van de medewerkers al kunnen bedanken.

Voor iedereen die heeft geholpen nogmaals onze hartelijke dank!!!!

De wedstrijduitslagen, radio uitzendingen, video's, foto's en schrijvende pers over de wedstrijd kan je zien en lezen via onze site www.ter-specke-bokaal.nl

Verder kan je via ons **twitteraccount @terspeckebokaal** of onze facebookpagina reacties lezen en/of zelf achterlaten. Wil iedereen zijn zwarte "crew" T-shirt goed bewaren? Volgend jaar zullen we deze zeker weer nodig hebben.

Heb je misschien nog een leuk idee of aanbeveling voor onze 36^{ste} editie in 2018? We horen het graag. Op- en aanmerkingen, tips of verbeterpunten naar aanleiding van 13 mei? We horen ze graag. Je kan deze sturen naar het emailadres: **john.tessy@online.nl**

We hopen volgend jaar weer op jullie hulp te kunnen rekenen.

Nogmaals hartelijk dank, het organisatiecomité Ter Specke Bokaal,



Paul Grimbergen, Maarten ter Hoeve, Remona Fransen, Iris Dofferhoff, Dave Clemens, Tessy Lenting, Kees van der Dussen, Davey Kaak, Jelle van der Zon, Paul van Hal, Linda Lommerse en Jolanda van de Weerd.

OPROEP TSB SHIRTS!!!

Zou iedereen die een TSB shirt heeft en het waarschijnlijk niet meer gaat gebruiken, of al een aantal jaar niet meer heeft gebruikt, dit in willen leveren in de kantine. Dat kan bij de bar t.a.v. Tessy. Deze shirts zijn namelijk niet meer na te bestellen en we hebben alleen nog maar grote maten. Graag iedereen even in zijn kast kijken of er nog wat ligt.

Alvast hartelijk dank!!

Tessy Lenting, TSB commissie



VaderdagMenu

Vrijdag 16 t/m maandag 19 juni 2017
Menuprijs 4-gangen € 41,- p.p.

Kalfspastrami | sweet & sour coleslaw |
mosterd crème fraîche | krokant spek | abrikoos

Bisque van schaaldier | vongole | mossel |
garnaal | rouille | pecorino | crostini

Runder lende | langzaam gebraden | buikspek in 5 spices |
taartje van noedels | gewokte groente | saus van rode wijn en osuta soso

Proeverij van chocolade en sinaasappel |
mousse | brownie | ijs | makroon | saus

Nieuwe à la carte kaart vrijdag 23 juni 2017
Fruit de mer en kreeften maand woensdag 5 t/m 31 juli 2017

Terrasseizoen 2017

Alle dagen geopend voor lunch vanaf 11 uur.
Alle zondagen live muziek van 14.30-17.30 uur.

Lazy Sunday Afternoon

Een gezellige "luie" zondagmiddag op ons **PatioTerras**
Met live muziek, oesters, sushi, kazen, meerdere open wijnen,
brood met tappenade, salades en verschillende kleine gerechtjes
en desserts van de Big Green Egg BBQ.
Zondag 11 juni 2017 van 14:00-17:30 uur
€ 52.50 p.p. all-in.

Volgende datum 5 november 2017

Restaurant De Vier Seizoenen
Heereweg 224 2161 BR
Lisse 0252-418023
restaurant@rdvs.nl
www/rdvs/m;

REDACTIENIEUWS

Uiterste inleverdatum kopij
vóór 16.00 uur op:
23 augustus, 4 oktober
en 29 november 2017

KANTINENIEUWS

Koffiekaarten zijn alléén
geldig met trainingen,
dus niet bij wedstrijden

WINNAARS KOFFIEKAARTEN

APRIL

Kees Luijk
Elly Rietveld
Marjan Waaning



MEI

Henk Buurman
Sandra van Noort
Ton Otte

VAN DE LEDENADMINISTRATIE

JARIGEN

Juni			
16	Tijn	Kauffman	10 Jun D
16	Fleur	Smeets	09 Jun D
17	Michel	Dashorst	32 Recr.
17	Inge de	Willigen	15 Jun A
18	Justin de	Groot	10 Jun D
18	Jeroen	Teeuwen	18 Sr.
18	Ramona v.d.	Veldt	31 Recr.
19	Max	Loefs	04 Pup C
19	John v.d.	Geest	32 Recr.
19	Jorine de	Vries	31 Recr.
19	Marian	Buijs	31 Recr.
20	Mathilde v.d.	Bosch	41 Ov.
20	Denny	Verhagen	06 Pup B
21	Rob v.d.	Klauw	32 Recr.
21	Theo	Meijvogel	32 Recr.
21	Sofie	Heidinga	07 Pup A
21	Piet van	Rijnberk	42 Ov.
21	Marije	Hoogkamer	31 Recr.
22	Ruben	Noort	06 Pup B
24	Paris	Duivenvoorden	09 Jun D
25	Thijs v.t	Schip	12 Jun C
25	Jan	Beijk	32 Recr.
26	Jody	Willemse	05 Pup B
26	Rob v.d.	Linden	32 Recr.
26	Luuk de	Ruyter	08 Pup A
27	Fred v.d.	Hoorn	32 Recr.
27	Nicole van	Lierop	31 Recr.
28	Iris	Bakker	31 Recr.
29	Ingrid	Driessen	31 Recr.
Juli			
1	Joost	Dofferhoff	14 Jun B
1	Jan	Beelen	22 Mast
1	Dynand v.d.	Vlugt	06 Pup B
3	Ingrid	Duinhoven	31 Recr.
3	Gusti de	Schipper	31 Recr.
4	Mart	Kroon	18 Sr.
5	Ferre	Warmerdam	02 Mini
5	Harry v.d.	Aardweg	32 Recr.
5	Quinn	Venema	02 Mini
6	Lien	Zonneveld	31 Recr.
7	Harriët	Juffermans	31 Recr.
7	Storm de	Kan	12 Jun C

Juli			
7	Nick	Koets	08 Pup A
7	Sandra	Borg	31 Recr.
7	Jill	Munsterman	05 Pup B
7	Corine	Rotteveel	21 Mast
8	Piet van	Tol	42 Ov.
9	Tess v.d.	Lans	05 Pup B
10	Gijs	Geerlof	02 Mini
10	Tamara	Middelburg	17 Sr.
10	Hilda	Wassenaar	37 Wand
10	Tessa	Voskuil	11 Jun C
12	Paul	Witteman	32 Recr.
12	Reina	Böhm	01 Mini
13	Geertje van	Veen	31 Recr.
14	Ruben	Boot	32 Recr.
14	Toos van	Leeuwen	37 Wand
14	Ron de	Kwaasteniet	32 Recr.
15	Ruud	Kortekaas	32 Recr.
15	Irene	Faas	15 Jun A
15	Cees	Hoogenboom	42 Ov.
16	Henk de	Jong	32 Recr.
16	Freek	Henneken	14 Jun B
19	Wout	Vermeij	08 Pup A
19	Doortje	Roodenburg	13 Jun B
20	Lia	Onderwater	31 Recr.
21	Ben de	Vries	32 Recr.
21	Marieke	Kardol	31 Recr.
22	Jack van	Tol	06 Pup B
22	Fleur	Grimbergen	01 Mini
22	Ton	Korfage	32 Recr.
22	Jasper van	Leeuwen	06 Pup B
23	Zyna v.d.	Poel	17 Sr.
23	Nyke v.d.	Poel	17 Sr.
23	Jolanda	Dekker	31 Recr.
23	Marjon	Randsdorp	31 Recr.
25	Marcel	Kortekaas	32 Recr.
25	Wessel	Gerbrands	04 Pup C
26	Saskia van	Gerven	31 Recr.
26	Aisha	Osman	11 Jun C
26	Rachael de	Vreede	31 Recr.
26	Henk	Elfering	42 Ov.
28	Wim	Cozijn	32 Recr.
28	Kay	Seijsener	02 Mini

Juli			
28	Wesley	Warmerdam	02 Mini
28	Janny	Dofferhoff	31 Recr.
30	Helma	Citroen	31 Recr.
31	Danny	Slootbeek	32 Recr.
31	Marijn	Hiep	10 Jun D
Augustus			
1	Marjolein	Brussee	31 Recr.
1	Iris	Hulsbosch	09 Jun D
1	Ruud	Bakker	32 Recr.
1	Kitty	Beltgens	37 Wand
1	Erica	Stroombergen	31 Recr.
1	Richard	Fransen	42 Ov.
2	Julian van	Meggelen	14 Jun B
2	Femke	Tims	17 Sr.
2	Lotte van	Stijn	15 Jun A
4	Trudy	Olij	41 Ov.
5	Edwin	Kortekaas	22 Mast
6	Mijlan	Nieuwenhuisen	09 Jun D
6	Adrie van	Dam	37 Wand
7	Zoë	Llewellyn	05 Pup B
7	Morris	Jager	10 Jun D
7	Monique	Elstgeest	31 Recr.
8	Jos	Nederpelt	42 Ov.
10	Karin	Wassenaar	31 Recr.
10	Sonja v.d.	Marel	31 Recr.
10	Wim	Hartman	42 Ov.
11	Roel	Teeling	18 Sr.
13	Amber	Nuis	05 Pup B
13	Ingrid	Boot	31 Recr.
13	Herman van	Abeelen	32 Recr.
13	Menno	Willems	10 Jun D
14	Marnix	Hettema	10 Jun D
15	Nathan	Diependaal	12 Jun C
15	Stefan	Turenhout	32 Recr.
16	Bas	Langeveld	32 Recr.
16	Gerrit	Verhaar	32 Recr.
16	Paul van	Hal	32 Recr.
17	Esmee	Lommerse	07 Pup A
18	Nick	Duinkerken	10 Jun D
18	Louis	Westgeest	32 Recr.
19	Paul van	Lingen	32 Recr.
19	Linda	Warmerdam	21 Mast

vervolg jarigen

Augustus				
21	Lida	v.d.	Zande	37 Wand
21	Walter		Maas	32 Recr.
21	Ton		Jakobs	32 Recr.
21	Robin		Trap	08 Pup A
21	Tom		Roosjakkens	32 Recr.
22	Mary	van	Veen	31 Recr.
23	Fred		Duinkerken	32 Recr.
23	Bep	van	Duin	31 Recr.
23	Manon	van	Hal	15 Jun A
24	Martin		Jansen	42 Ov.
25	Gioia		Remkes	07 Pup A
25	Levy		Duivenvoorden	14 Jun B
25	Peter		Nuis	32 Recr.
26	Annemijn		Warmerdam	13 Jun B
26	Mieke	van	Beelen	31 Recr.
26	Jaimy	v.d.	Loo	13 Jun B
27	Edwin		Warmerdam	22 Mast
27	Jack		Mens	32 Recr.
27	Twan	van	Tol	14 Jun B
27	Pim		Hessels	32 Recr.
27	Petra		Warmerdam	31 Recr.
28	Jos		Duineveld	32 Recr.
28	Simon		Grannetia	18 Sr.
29	Stijn		Lammers	14 Jun B
30	Jill		IJsselmuiden	31 Recr.
30	Marjolein		Steenks	31 Recr.
30	Pauline	v.d.	Voorn	31 Recr.
30	Annika	v.d.	Zon	35 Recr.jun
30	Peter		Nederpelt	32 Recr.
31	Lauren		Broekhuizen	03 Pup C

Verhuisde leden			
		Naam	KnauCat
Imke		Kaam	07 Pup A
Maud		Noort	07 Pup A
Paul		Hoezen	32 Recr.
Tessa		Verhoeven	05 Pup B
Danielle		Duinexeld	11 Jun C

Nieuwe leden

		Naam	KnauCat
Esra		Kulcer	01 Mini
Fleur		Grimbergen	01 Mini
Femke		Kortekaas	01 Mini
Sanne	van	Stijn	01 Mini
Quinn		Venema	02 Mini
Luuk		Arens	04 Pup C
Wessel		Gerbrands	04 Pup C
Tess	v.der	Lans	05 Pup B
Elin		Pieroele	05 Pup B
Ruben		Noort	06 Pup B
Jasper	van	Leeuwen	06 Pup B
Wes		Wernecke	06 Pup B
Luuk	de	Ruyter	08 Pup A
Mees		Gerbrands	08 Pup A
Mark		Filippo	08 Pup A
Marieke		Moonen	09 Jun D
Sophie		Geul	09 Jun D
Yente		Bouwmeester	09 Jun D
Mats		Verbeek	10 Jun D

Afgemelde leden

		Naam	KnauCat
Ruben		Noordermeer	02 Mini
Giel	de	Star	06 Pup B
Max	de	Kooker	08 Pup A
Kuno	v.d.	Loo	08 Pup A
Nathan		Noordermeer	08 Pup A
Noah	v.der	Walle	08 Pup A
Sterre		Star	09 Jun D
Julia		Zuiderduin	11 Jun C
Jorwin		Brandt	12 Jun C

		Naam	KnauCat
Rick	v.den	Abeele	14 Jun B
Sanne		Bet	15 Jun A
Nanda		Pot	31 Recr.
Marieke		Uyldert	31 Recr.
Antoinette		Zonneveld	31 Recr.
Conny		Kroon-v Dorp	31 Recr.
Jarno	van	Lierop	36 Recr.jun
Anneke		Parlevliet	37 Wand.
Coby	van	Maris	37 Wand.

Het aantal leden per 30 mei
bedraagt **842**

Op zoek naar oude lakens

Voor het 50 jarig jubileumkamp zijn we op zoek naar effen lakens (geen hoelakens).
Heeft u nog wat oude exemplaren op de linnenkastplank liggen? Zo ja, dan willen wij die
heel erg graag hebben! U kunt ze in ons clubgebouw achterlaten.
Doet u er a.u.b. even een briefje op dat ze voor **Marga Kortekaas** bestemd zijn.
Alvast bedankt voor uw medewerking.

De kampstaf jubileumkamp 50 jaar De Spartaan



Beelen
VERPAKKINGEN

HANDELS-
ONDER-
NEMING

Kantoor en magazijn
Heereweg 5b, Lisse

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



STAP VOOR
STAP NAAR
KIM
Pedicure

AMBULANTE
(SPORT)PEDICURE
IN & OM LISSE

Bel voor een afspraak: 06-27355607
www.stapvoorstapnaarkim.nl

HEEMSKERK

■ ASSURANTIEBEDRIJF

HOOGERVORST C.V.

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

VERZEKERINGEN ■ HYPOTHEKEN ■ PENSIOENEN

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

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

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

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



SCHOLTEN

uw keurslager

Waarom zou u 't met minder doen

Hoofdstraat 261
2171 BD Sassenheim
0252-211440



TER GOUW

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

in verschillende wijdt maten

uw voeten zijn bij ons in goede handen!

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

G
E
B
O
R
E
N



Benjamin

"Wat is mooi?" Heel blij zijn wij met de geboorte van onze zoon!

vroeg de mier. Hij droeg een geel jasje. **Benjamin Bastiaan**

"Als je iets ziet of hoort" **Schniedewind**

zei de vlinder

8 mei 2017

1146 uur - 3755 gram - 50 cm

Vincent & Iris

Norremeerstraat 31, 2361 KN Warmond

V:06-24716402 / T:06-29152710

"en het is net of iemand je hart a"

Toon Tellegen

NIEUWS VANUIT DE WOC

Activiteitenkalender 2017

dag	datum	editie	OMSCHRIJVING ACTIVITEIT	LOKATIE
zo	25 Jun 17		Competitiewedstrijd junioren A, 2e ronde	baan
zo	25 Jun 17		Competitiewedstrijd Masters, 2e ronde	
vr	30 Jun 17	10e	KogelDiscusCircuit, Lisse/Leiden, 3e wedstrijd	Lisse
za	1 Jul 17		Ouder-Kind-Wedstrijd pupillen	baan
za	8 Jul 17		Meerkamp junioren A/B/C/D	baan
zo	9 Jul 17		Meerkamp junioren A/B/C/D	baan
vr	18 Aug 17	10e	KogelDiscusCircuit, Lisse/Leiden, 4e wedstrijd	Lisse
za	26 Aug 17		ZHM competitie Pupillen 3e wedstrijd	Zoetermeer
zo	27 Aug 17		Instuifwedstrijd Senioren, Junioren A/B/C	baan
za	9 Sep 17		ZHM competitie Pupillen 4e wedstrijd	Alphen a/d Rijn
zo	10 Sep 17		Landelijke finale Masters	
za	16 Sep 17		Landelijke finale junioren CD	
zo	17 Sep 17		Promotie-/degradatiewedstrijden Senioren	
zo	24 Sep 17		Landelijke finale junioren B	
di	26 Sep 17		Najaarsfeestloop	dorp Lisse
za	7 Oct 17		MK Games pupillen meerkampen + junioren C/D	baan
zo	8 Oct 17		Onderlinge meerkampen Senioren / junioren A/B / Masters + junioren C/D	baan
zo	29 Oct 17	30e	Scholierenbosloop VO- en BO-groepen 3 t/m 8 / CRA Bosloop	bos
zo	5 Nov 17		Z&Z-circuit / De Zilveren Turfloop	Mijdrecht
za	18 Nov 17		Indoorwedstrijd Pupillen + CD Junioren	Onderwater
zo	26 Nov 17	30e	LJ Sport Ter Specke Loop (Zorg & Zekerheid circuit) 5-10-15 km	weg/baan
di	26 Dec 17		Kerstcross	bos

NIEUWS VAN DE CLUB VAN 100



Soosavond vrijdag 19 mei 2017.. Zo gezellig....

19.00 uur paniek in de kantine!!! Geen beamer, wat nu!!! Kan Willem van der Krogt geen presentatie geven over de uitslag TSB-quiz. Bellen naar Wim Bouma, die was al onderweg, dan maar naar Gert Jan Booij ook onderweg. Gelukkig kwamen ze rond kwart voor acht binnenlopen en schoten ons direct te hulp. In de kortste tijd hadden de heren een beamer aangesloten. Laptop erbij, USB stick erin en Willem kon zijn presentatie klaarzetten.

Zo rond acht uur waren er al aardig wat leden die genoten van een lekker kop koffie met een koekje. Om half negen sprak Jaap van Amsterdam een woord van welkom aan de 40 aanwezige leden, waarin hij het onderwerp ALV vernieuwbouwvergadering ter sprake bracht. Hij hoopte dat vele leden van onze vereniging hun ja-stem zouden uitbrengen want het werd toch wel tijd voor de grote opknapbeurt waar allen zo lang naar hebben uitgekeken. Verder vroeg hij aan de aanwezige om de Club van 100 te promoten bij vrienden, familie en kennissen want er kunnen nog leden bij. Op dit moment staan we op 98 leden maar het mogen ook meer dan 100 leden worden iedereen is van harte welkom.

Hij sloot af met de wens "we maken er weer een gezellige avond" waarna hij het woord gaf aan Willem voor de presentatie.

Deze presentatie was weer super goed in elkaar gezet. Willem wist de aanwezige weer aan het lachen te krijgen, waarbij commentaar van de leden niet uitbleef.

De afwezige Mark Beelen werd aardig in de maling genomen vanwege de vele missers die op zijn formulier stonden. Ook de winnaars van vorig jaar zaten er goed naast. Er werd veel gelachen maar uiteindelijk kwam Willem met de einduitslag, waarbij hij aangaf dat hij dit jaar op de 3^e plaats twee winnaars had te weten: Paul van Hal en Wil van der Krogt die 41 punten hadden, zij kregen een doos met heerlijke chocolade.

De 2^e prijs, een lekkere fles wijn, werd door Ton Meskers gewonnen met 34 punten. Wij mogen Ton zo langzamerhand de Poulidor van de TSB Quiz noemen, de eeuwige tweede.

De 1^e prijs ging dit jaar overtuigend naar Janny Dofferhoff die met 23 punten de concurrentie ver achter haar liet. Zij werd verwend met een sporthanddoek.

Hierna werd de avond voortgezet met een lekker drankje, een koud hapje en rond half 10 kwam ook nog de warme hap.

De dames die ons weer fijn hebben geholpen achter de bar kregen ook een doosje chocolade voor hun vrijwillige bijdrage.

Om 23.00 uur werd er opgeruimd, de lichten uit en huiswaarts.

Trudy Olij, secretaris Club van 100

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

S
U
D
O
K
U

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

NIEUWS VAN DE VRIJWILLIGERSCOMMISSIE

• Koninklijke onderscheiding voor Joop van Stijn

Bij de Ter Specke Bokaal is Joop van Stijn gehuldigd. Hij is voor zijn 45 jaar vrijwilligerswerk bij De Spartaan en de Atletiekunie door de burgemeester van Lisse benoemd tot Lid in de Orde van Oranje Nassau. Wij van De Spartaan zijn trots op deze waardering voor Joop! Als het aan Joop had gelegen was hij die middag al eerder naar huis vertrokken. Het was een goed bewaard geheim, en het is gelukt om Joop nog even te laten blijven. Gelukkig konden ook zijn dochters en burens meegenieten van deze feestelijke gebeurtenis.

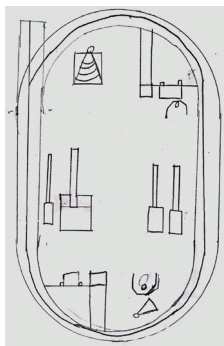
• Rondleiding bij de Ter Speckebokaal

Lees de reactie van de onderstaande deelnemers.

Door Mark Dijkstra, vader van Jurre (pupil A):

Jurre deed mee aan de kidsrun aan de alweer 35e editie van de "Ter Specke Bokaal 2017". En dat was voor zowel vader als zoon een vuurdoop. Dus toen er een oproep kwam voor een rondleiding hebben we ons meteen ingeschreven, zodat we wat meer inzicht krijgen hoe alles werkt binnen de atletiek en met name ook op zo een groot evenement.

Deze rondleiding was heel erg leuk en leerzaam, doordat we over alle onderdelen enthousiast wat kregen verteld. Uiteindelijk begon het heel erg te regenen, maar door te schuilen bij het pannenkoeken tentje, had Jurre ook meteen weer een mooie afsluiter.



Door Leon van der Geer (pupil A) :

We kregen een rondleiding van Richard. We begonnen bij het kijken van het hoogspringen daar had hij veel verteld. Daarna wilden we naar het verspringen gaan kijken maar het begon te regenen. Omdat Richard geen paraplu mee had besloot hij te schuilen. Daarom moesten we even wachten. Ondertussen kregen we uitleg in de pannenkoeken tent over het verspringen. Daarna liepen we door naar het discuswerpen. Ondertussen had ik de paraplu waar ik onder liep aan Richard gegeven. Daarna liepen we door naar de plek waar er dopingcontrole werd gehouden. Toen daar veel verteld was, liepen we door naar polsstokhoogspringen. Daar eindigde de rondleiding. Ik heb er veel van geleerd.

Het was een hele leuke dag op naar volgend jaar!

• Geslaagde zoekacties voor secretaris en PR-commissaris

Soms is het moeilijk nieuwe vrijwilligers te vinden... en soms gaat het ineens snel!!

Voor de **secretaris-functie in het bestuur heeft Jiska Maas** (moeder van C-pupil David Kaptein) zich gemeld. En ook is er een **kartrekker voor de PR-commissie gevonden, nl. Petra Dijcks** (moeder van B-pupil Ties Zuiderduijn, en partner van de nieuwe penningmeester).

Zowel bestuur als de Vrijwilligerscommissie zijn heel blij met deze enthousiaste aanmeldingen.

Wie volgt ???



• Denk mee en doe mee aan deeltaken binnen de Wedstrijd Organisatie.

Door het vertrek van Hans van Noort als voorzitter WOC en bestuurslid zijn wij dringend op zoek naar diverse mensen, zodat zijn taken gesplitst kunnen worden. Inmiddels is er op dinsdag 30 mei een brainstormbijeenkomst met een tiental mensen geweest. Daar werd uitgesproken hoe belangrijk het is dat de organisatie van wedstrijden bij De Spartaan op een goed peil blijft, en daarom gezocht wordt op korte termijn. Laat ideeën weten aan WOC (sandra Bouma) of VWC (Lenie van der Poel) en zeg niet zomaar nee, als je benaderd wordt.

- Coördinator van de baanploeg bij baanwedstrijden, en coördinator van weg/boswedstrijden (zeker niet zelf altijd aanwezig zijn),
- Baanploegvrijwilligers die een aantal wedstrijden van het jaar op zich nemen of meehelpen. Je hoeft dus niet vooraf al van alles te weten, en je kunt net als bij de jury vooraf aangeven wanneer je wel of niet kunt.
- Contactpersonen naar een aantal loopevenementen zoals Hollen door de Bollen, Kasteelhoeveloop.
- Voorzitter WOC / bestuurslid (of taakverdeling)
-

• Speciale aandacht voor kermislopen SPOC-circuit

Marcel Konijn, drijvende kracht achter het SPOC-circuit zoekt dringend ondersteuning. In de commissie is ook Nicolette Zeestraten actief en gelukkig is kort geleden Edwin Warmerdam bereid gevonden de website op zich te nemen! Marcel heeft mooie plannen, bv voor de Jeugdlopen. Versterking van het team is nodig. Leuk om dit soort plannen samen uit te denken en te verwezenlijken. Iets voor ouders van jeugdlopers??? Daarnaast is tijdens de wedstrijden hulp nodig bij de inschrijving, invoeren van startnummers, en finish-video-bediening. Het gaat om 4-6 lopen in september (of een deel daarvan). Melden bij Marcel mhkonijn@gmail.com voor vragen of aanmeldingen.

- Ook deze maand is er weer een **interview**, aangeleverd door José Elfering.

Lianne Daan en Inge de Willigen zijn 2 vrijdag-trainers van de pupillen, die alweer een jaar of 3 aan de slag zijn. Lees hun ervaringen elders in dit clubblad.

- **Ten slotte voor alle vrijwilligers: Noteer alvast zondag 1 oktober voor de Vrijwilligersdag van 2017.** We gaan o.a. frisbeegolf doen... en er wordt nog nagedacht over een andere actieve activiteit.



Namens de VWC: Lenie van der Poel

Vrijwilligers van de maand: Lianne Daan en Inge de Willigen



Als secretaris van de CJA maak ik beide dames mee in onze Commissie en in projecten met de jeugd. Met trots stel ik u voor aan twee enthousiaste pupillentrainers, met wie ik bijgaand digitaal interview mocht hebben.

Wie zijn Lianne en Inge?

Ik ben Lianne Daan, ik ben 17 jaar en ik zit in het 5^{de} jaar van het VWO. Ik woon samen met mijn ouders en zusje in Nieuw-Vennep.

En ik ben Inge de Willigen, 17 jaar en dit is het elfde jaar dat ik lid ben van De Spartaan. Ik zit nu in 6VWO op het Fioretti in Lisse en woon in Sassenheim met mijn ouders, broer en zusje.

Hebben jullie een sportieve achtergrond?

Lianne: Ik ben sinds 2007 lid van De Spartaan en doe al jaren met plezier mee aan trainingen en wedstrijden. Ik train nu ongeveer 4 keer per week. Door een super leuke groep atleten is iedere training, naast dat het zorgt voor verbetering van je prestaties op een wedstrijd, ook erg gezellig!

Inge: Mijn vader heeft vroeger ook atletiek gedaan.

Hoe is jullie vrijwilligerswerk tot stand gekomen?

Lianne: In 2015 vroeg de CJA naar mensen die training wilde geven aan de pupillen. Sindsdien geef ik samen met een aantal andere enthousiaste trainers training aan de A- en B-pupillen op de vrijdagmiddag. Ik vind het erg leuk om de pupillen verder te helpen in de atletiek, maar ook om ze samen met de andere trainers vooral veel plezier te laten hebben tijdens de trainingen!

Inge: Er waren trainers nodig en het leek mij gewoon heel leuk om te doen. Dit is het derde jaar dat ik de pupillen op vrijdagmiddag training geef.

Zijn er zaken die voor het vrijwilligerswerk bij De Spartaan veranderd moeten worden?

Lianne: Ik denk dat we als vereniging trots kunnen zijn op het feit dat de vereniging op heel veel vrijwilligers draait! Het lijkt me een goed idee om de jeugd van De Spartaan nog meer bij het vrijwilligerswerk te betrekken, omdat vooral pupillen ook vaak interesse tonen in het helpen bij wedstrijden en andere klusjes. (Het WhoZnext team vind ik dan ook een erg goed initiatief!)

Inge: Ik denk niet dat er daadwerkelijk iets veranderd moet worden qua vrijwilligerswerk bij De Spartaan. Het is allemaal best goed geregeld en mensen zijn enthousiast. Wel kunnen we natuurlijk altijd meer vrijwilligers gebruiken!

Hebben jullie naast jullie Spartaanwerk nog andere hobby's?

Lianne: Naast atletiek vind ik het erg leuk om samen met vrienden van atletiek of school af te spreken en leuke dingen te doen. Verder ga ik elk jaar skiën en houd ik van reizen.

Inge: De Spartaan is natuurlijk mijn grootste hobby, verder houd ik erg van wintersport skiën en snowboarden) en kite ik soms op het strand.

Hebben jullie een sportieve held?

Lianne: Ik heb niet echt een sportieve held, wel heb ik veel respect voor sporters die hun sport met veel positiviteit beoefenen.

Inge: Ik heb geen sportieve helden, maar wel bewondering voor bepaalde atleten.

Wat zou je een Spartaner die nog geen vrijwilligers is, willen zeggen?

Lianne: Ik hoop dat ook in de toekomst er nog veel vrijwilligers bij De Spartaan te vinden zullen zijn, want hierdoor zal De Spartaan op verschillende vlakken nog steeds kunnen blijven verbeteren.

Inge: Wordt vrijwilliger! Het is leuk om betrokken te zijn bij je club, je kunt er iets voor betekenen en je komt er meer over te weten. Je weet zo ook wat er een beetje speelt. Verder zijn vrijwilligers heel hard nodig: de club draait op vrijwilligers! En het hoeft ook niet veel tijd te kosten, alle beetjes zijn welkom.

NIEUWS VANUIT DE CWA

12 Seconden barrière bij vrouwen beslecht

Andrea Bouma is de eerste vrouw in de geschiedenis van De Spartaan met een 100 meter tijd onder de 12 seconden.

Na haar verrassende overwinning op de 150 meter tijdens de Ter Specke Bokaal, liep ze op Hemelvaartsdag 11.87 in de finale van de Harry Schulting Games in Vugt.

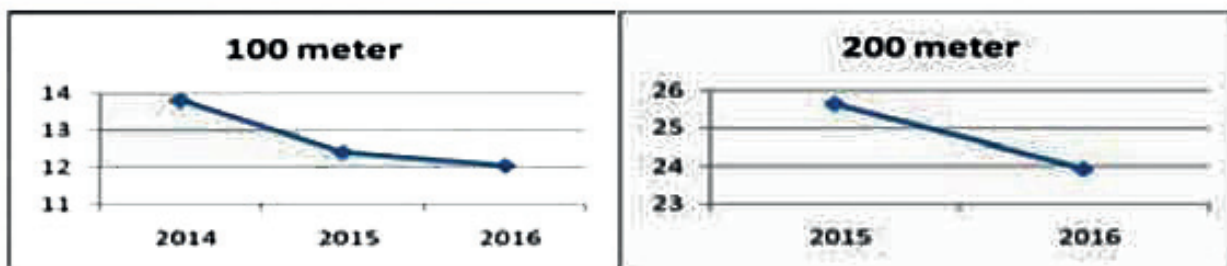
Hiermee verbeterd zij als eerstejaars meisje A junior het clubrecord bij de vrouwen van Yvonne Wisse in 2009 van 12,03.

(Gelezen in de Vriendenband nr. 2 april 2017)

Vrienden Jeugdfonds op de voet gevolgd - Onderweg naar beter

In deze periode van het jaar, als de indoorwedstrijden achter de rug zijn en het baanseizoen in de startblokken staat, willen wij graag weten hoe "onze" Jeugdfondsathleten er voor staan. Natuurlijk weten wij dat zij talenten zijn. Zij zijn geselecteerd en genomineerd op basis van hun prestaties en potenties en beschikken over enorme wilskracht. Hoe verliep de winter en wat zijn hun doelstellingen voor 2017 en de jaren erna? De stand van zaken op een rijtje:

Andrea Bouma is de jongste in ons team, wordt dit jaar 18, maar kan al terugkijken op de mooie ervaringen die zij heeft opgedaan bij de Wereld Juniorenkampioenschappen vorig jaar in het Poolse Bydgoszcz, waar zij de halve finale op de 200 m haalde. Voor Grosseto is de limiet 24,25 sec, een tijd die zeker haalbaar moet zijn, gezien haar PR van 23,93 uit 2016. De limiet op de 100 m is vastgesteld op 11,80 en ligt wat verder bij haar PR van 12,03 vandaan, maar moet toch haalbaar zijn, waardoor de mogelijkheid zich voor kan doen dat Andrea in Grosseto start op de 100, 200 en estafette. Waar kan je meer ervaring opdoen? De stijgende lijn bij Andrea zal ook zeker de mogelijkheden en kansen bieden om vaker op het internationale toneel te verschijnen dan alleen bij een WJK of EJK.



Over Andrea valt meer te lezen op <https://www.atletiek.nl/atleet/andrea-bouma>

NIEUWS VAN DE MAN VAN DE STATISTIEKEN



	<u>baan/weg/indoor</u>	<u>maat</u>	Vrouwen Senioren	geb	pres	pl	d.d.
B	polstokhoog		Romy Smith	250197	2,60	Bergen op Zoom	13 09 2015
B	polstokhoog		Lianne Daan	021199	2,60	Haarlem	07 05 2017
B	150 meter		Romara van Noort	110986	18,21	Lisse	06 05 2006
B	150 meter		Andrea Bouma	061199	17,59	Lisse	13 05 2017
			<u>Meisjes Junioren A</u>				
B	polstokhoog		Romy Smith	250197	2,60	Bergen op Zoom	13 09 2015
B	polstokhoog		Lianne Daan	021199	2,60	Haarlem	07 05 2017
B	150 meter		Andrea Bouma	061199	18,37	Lisse	07 05 2016
B	150 meter		Andrea Bouma	061199	17,59	Lisse	13 05 2017
B	300 meter		Romara van Noort	110986	40,6		2002
B	300 meter		Andrea Bouma	061199	39,80	Lisse	13 05 2017
			<u>Meisjes Junioren D</u>				
B	300 m horden		Jasmijn Bloemheuvel	020404	55,79	Lisse	20 05 2017
			<u>Meisjes Pupillen D</u>				
B	40 meter		Jelka Böhm	090604	7,29	Alphen a/d Rijn	03 09 2011
B	40 meter		Nasia Chaidas	0803	7,0	Voorschoten	15 04 2017
			<u>Vrouwen Masters 70+</u>				
B	discuswerpen	1 kg	Marga Kortekaas	051045	20,67	Lisse	21 04 2017
			<u>Aangep Sporten Mannen</u>				
B	100 meter	T42	Jeroen Teeuwen	180692	14,65	Breda	21 05 2016
B	100 meter	T42	Jeroen Teeuwen	180692	14,61	Terneuzen	20 05 2017
			<u>Aangep Sporten Vrouwen</u>				
B	verspringen	T42	Fleur Schouten	290501	2,82	Lisse	13 05 2017
B	verspringen	T42	Fleur Schouten	290501	2,93	Terneuzen	20 05 2017
B	100 meter	T42	Fleur Schouten	290501	20,42	Terneuzen	20 05 2017
			<u>Jongens Junioren A</u>				
B	400 m horden	91 cm	Jurgen van der Zwet	160299	55,40	Lisse	07 05 2016
B	400 m horden	91 cm	Jurgen van der Zwet	160299	54,91	Lisse	13 05 2017
			<u>Jongens Junioren C</u>				
B	400 meter		Vincent Franken	030405	1.09,26	Spijkenisse	22 04 2017
			<u>Jongens Junioren D</u>				
B	400 meter		Vincent Franken	030405	1.09,26	Spijkenisse	22 04 2017
B	300 m horden		Marnix Hettema	140804	53,79	Lisse	20 05 2017
			<u>Mannen Masters 70+</u>				
W	10 km		Do Hageman	070643	55.43	Noordwijkerhout	30 04 2017

VAN DONGEN UW POELIER



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

VOOR AL UW FEESTEN EN PARTIJEN



Uw gastvrouw en gastheer
Lia en Hans

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

PARTYCENTRUM – MINITHEATER – UIT EN TOCH THUIS



Wol
Stoffen
Kralen
Borduren
Fournituren



Heereweg 177
2161 BC Lisse
0252-411134
www.wolenzolisse.nl
lidiwienvaneijk@hotmail.com



Kennis van zaken
oog voor de mens

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

www.kromhoutlisse.nl

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



Kromhout biedt
financieel inzicht
in werk én privé.

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

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



*fijn dat het
er is ...*

Vishandel

ALEX RUIZENDAAL

033-8883911/0653951466 SPAKENBURG

**GEZOND, GEZELLIG en
VOOR IEDEREEN!**

In onze accommodaties is
altijd wel iets te beleven.



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

www.stiwa.nl

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



Vuursteeglaan 9 - 2161 GD Lisse - tel. 0252 419
VOLKSUNIVERSITEIT LISSE
WWW.VOLKSUNIVERSITEIT-LISSE.NL

Ons nieuw cursusaanbod voor het najaar 2017 is weer te vinden op onze website:

TAAL: Arabisch; Chinees; Duits; Engels; Frans; Italiaans; Japans; Latijn; Nederlands; Nederlands met gebaren; Nederlands voor anderstaligen; Portugees.

CREATIEF: Beeldhouwen; Creatief boekbinden en kartonnage; Creatief schrijven; Creatief met textiel; Diverse schilder- en tekentechnieken; Groen workshops; Mamiga; Sieraden maken; Schilderen; Teken; Volks- en fijnschilderen; Vrije kalligrafie.

HOBBY: Bridge; Fotografie; Photoshop; Wijnproeverij.

KUNST, KENNIS, LITERIATUUR EN MUZIEK: humor, religie en muziek cursussen.

LEZINGEN: Digikids, kinderen en social media; Mensen met dementie horen erbij!; Rondje Lisse met de familie Six; Nineveh.

BEWEGEN EN ONTSPANNEN: Ontspanning; Pilates; Tai Chi; Workshop lachyoga; Yoga; Zhineng Qigong.

PERSOONLIJKE ONTWIKKELING: Effectief communiceren; Filosofie; Kleuranalyse en Stijl; Mindfulness; NLP; Reiki.

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

Let op: wanneer u wilt weten of er nog plaats is bel dan tijdens onze openingstijden naar bovenstaand telefoonnummer.

Openingstijden:

maandag t/m donderdag van
10.00-12.00 en 19.00-22.00 uur
vrijdag 10.00-12.00 uur.

Kijk voor meer info op onze website.

NIEUWS VAN DE COMMISSIE JEUGD ATLETIEK

Start zomerseizoen

Voor de pupillen zitten de eerste twee ZHM wedstrijden erop. Ik ben trots op het aantal deelnemers, gemiddeld 60 pupillen per wedstrijd. Wij zijn na Leiden de grootste groep van de competitie. We komen ook regelmatig voor in de top 10. Ook heb ik bij deze wedstrijden verschillende pupillen gezien met een medaille voor het beste team van de dag.

Verder valt het op dat onze atleten weten wat ze moeten doen bij de verschillende onderdelen en dat is niet bij alle verenigingen zo. Chapeau voor onze jeugdtrainers!



Ook de CD junioren hebben al twee competitie ronden gehad. De competitie is zwaar dit jaar, met name van teams uit de grote steden. Toch staat de MC groep op het randje van een finale plaats. De laatste competitieronde is op 10 juni op onze eigen baan, dus laten we hopen dat ze met het thuisvoordeel de finale halen.



Ter Specke Bokaal

Wat een feestje was dat! Maar liefst 35 pupillen deden mee met de Kids loop. Noah van der Walle was de snelste jongen en Lilian van der Ent het snelste meisje van De Spartaan. Daarna bleven vele helpen met het mandjes dragen. Naast vele toppers zoals Nadine Visser, Anouk Vetter, Pieter Braun en Ignisous Gaisah (wat een aanloop neemt deze man), waren er ook veel eigen atleten, die luidkeels aangemoedigd werden. Ik heb diverse pupillen gezien die met de grote toppers op de foto gingen of een handtekening op het T-Shirt kregen. Mooie herinneringen voor later.

Vooruitblik

Tot de vakantie hebben we er nog verschillende wedstrijden en activiteiten. Voor de meeste kun je je nog opgeven, dus vooral doen. Wat dacht je de Spartaanse Olympische Spelen, georganiseerd door onze eigen Next Generation groep van de junioren of de Ouder Kind wedstrijd met de beruchte hindernisbaan. Verder hebben we nog een extra wedstrijd (loopmeerkamp) voor de pupillen tijdens de ABCD Meerkamp. Tenslotte het speciale zomerkamp op onze eigen baan.

Veel plezier bij de komende activiteiten.

17 juni	Pup	Onderlinge wedstrijd	Lisse
17 juni	Junioren	Spartaanse Olympische Spelen	Lisse
1 en 2 juli	Pup	Ouder Kind wedstrijd	Lisse
8 juli	Pup/CD	ABDC Meerkamp / Loopmeerkamp pupillen	Lisse
12-17 augustus	Pup/D	Zomerkamp	Lisse
26 augustus	Pup	3 ^{de} ZHM	Zoetermeer
27 augustus	C	C spelen	Amsterdam
3 september	D	D spelen	Amsterdam
9 september	Pup	4 ^{de} ZHM	Alphen a/d Rijn
16 september	CD	Landelijke finale competitie	nmb
23 september	Pup	NEK (Nationale Estafette Kampioenschappen)	Amstelveen

Wim Bouma





PUPILLEN NIEUWS

Beste pupillen,

Jullie hebben me flink aan het werk gezet. De eerste wedstrijd op 1 april was voor mij best een grap want er waren zoveel deelnemers dat ik het er druk mee had.

Er zijn 2 ZHM wedstrijden geweest en een pupillenwedstrijd in Voorschoten.

De A en B pupillen die mee hebben gedaan met de kidsrun tijdens de Ter Specke Bokaal hebben ook twee punten gekregen voor hun deelname. Dus alle wedstrijden tot en met 20 mei zijn opgenomen in onderstaande tussenstand. Eventuele vragen omtrent het puntenklassement kunnen jullie richten aan roonenbriepieterse@casema.nl

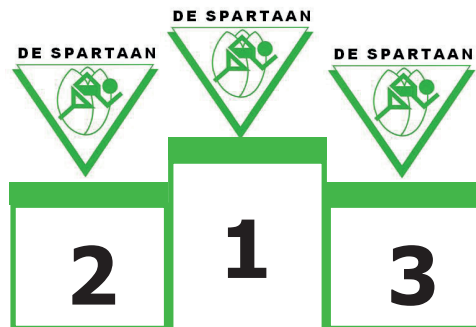
Groetjes Brigitte

Tussenstand puntentelling pupillenklassement

	Mini pup Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Wesley Warmerdam	12	9	0	14	35
2	Kay Seijsener	12	9	0	10	31
3	Ferre Warmerdam	6	6	0	2	14
4	Ben Otte	6	0	0	0	6
5	Siem den Elzen	2	0	0	0	2
	C pup Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Raúl Flores	16	10	0	14	40
	Cas van Slooten	14	10	0	16	40
2	Siebe Holleman	18	9	0	10	37
3	David Kaptein	16	10	0	10	36
4	Ben van Dorsselaer	16	9	1	8	34
5	Sebastiaan Pluimert	14	9	1	8	32
6	David Dwyer	14	9	0	8	31
	Amine Et-tadmouti	16	9	0	6	31
7	Roelf Sienot	10	9	2	8	29
8	Max Loefs	12	10	0	4	26
9	Tiemo Jetten	10	8	0	4	22
10	Julian van Eijndt	10	5	0	0	15
11	Valentijn Wiering	4	5	0	0	9
	Abel Ayale	4	5	0	0	9
12	Luuk Arens	2	5	0	0	7
13	Stijn van Wolfswinkel	6	0	0	0	6
14	Daan vd Geer	2	0	0	0	2
	B pup Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Ties Zuiderduijn	20	10	1	14	45
2	Thijs Berger	18	9	1	6	34
3	Daan Arens	10	10	0	12	32
4	Valentino Clemens	14	9	2	6	31
5	Bob Roest	16	6	0	8	30
6	Denny Verhagen	8	10	1	10	29
7	Wess Waasdorp	12	8	0	2	22
8	Jack van Tol	4	7	0	4	15
9	Wes Wernecke	2	5	0	0	7
10	Ties den Elzen	2	0	0	0	2
	Robin de Graaf	2	0	0	0	2
	Jasper van Leeuwen	2	0	0	0	2
	Ruben Noort	2	0	0	0	2

	Mini pup Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Reina Böhm	12	9	1	10	32
2	Lindsey Clemens	14	9	0	8	31
3	Nasia Chaidas	8	3	0	0	11
4	Meike Zenden	4	5	0	0	9
5	Fiene Obdam	2	0	0	0	2
	C pup Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Milou Heidinga	18	10	1	16	45
2	Isa Philipse	20	10	0	14	44
3	Michelle Gilissen	14	9	0	10	33
	Rosanne Bruggeman	10	10	1	12	33
4	Kayleigh Arrachart	4	0	0	0	4
	B pup Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Tessa Verhoeven	22	10	2	6	40
2	Evi Bakker	18	10	2	6	36
3	Amber Nuis	16	9	0	6	31
4	Emma Ouwehand	14	8	0	8	30
5	Jill Munsterman	4	0	0	0	4
6	Zoë Llewellyn	2	0	0	0	2
	Anika Moelker	2	0	0	0	2
	A1 pup Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Julia Pieterse	22	10	2	8	42
2	Fenne Kauffman	18	9	0	10	37
3	Esmee Lommerse	22	8	0	6	36
4	Marit Hoozevee	18	8	1	6	33
5	Phileine Godefrooi	8	10	0	10	28
	Lilian van der Ent	10	9	1	8	28
6	Eva de Jong	8	7	0	6	21
7	Manoe Heemskerk	8	0	0	0	8
8	Wieke Nieuwenhuisen	2	5	0	0	7
9	Senna Opdam	2	0	0	0	2
	Romy Dekker	2	0	0	0	2
	A2 pup Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Jarit van der Ven	22	10	1	14	47
2	Sofie Heidinga	22	9	2	12	45
3	Isa Kovács	16	10	0	12	38
4	Gioia Remkes	16	9	0	8	33
	Steffanie Gillisen	14	9	0	10	33
5	Maud van Noort	14	7	0	4	25
6	Imke van Kaam	4	0	0	0	4
	Guusje Scheffer	4	0	0	0	4

	A1 pup Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Florian Bloemheuvel	18	10	1	12	41
2	Colin Groenendijk	20	9	0	10	39
3	Ollie Meurs	16	10	0	12	38
4	Duncan Arrachart	20	8	1	6	35
5	Thijs Paddenburg	14	9	0	10	33
6	Luuk van den Berg	12	9	0	2	23
7	Robin Trap	8	7	0	6	21
8	Boele Böhm	10	5	0	0	15
	A2 pup Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Finn Leukel	20	10	0	18	48
2	Youri Feijt	18	10	1	14	43
	Wout Vermeij	22	10	1	10	43
4	Teije van Schaik	18	10	0	12	40
4	Raemon Baak	20	8	1	10	39
5	Tim Philipse	22	10	2	4	38
6	Jasper Stokman	8	10	0	18	36
7	Ryan Bootsma	16	10	0	8	34
8	Ennio Giltay Veth	12	9	0	12	33
9	Yvo van der Poel	14	8	0	8	30
10	Moreno Seijsener	8	9	0	8	25
11	Rens van Haaster	14	7	0	2	23
12	Sipho Diderik	8	7	2	2	19
13	Thijs Oudshoorn	10	0	0	0	10
14	Siebe van Leeuwen	4	5	0	0	9
	Jurre Dijkstra	4	5	0	0	9
15	Nick Koets	4	0	0	0	4
	Leon van der Geer	4	0	0	0	4
16	Dani Dijkstra	2	0	0	0	2



Speciaal voor de ouders van nieuwe pupillenleden onderstaand reglement:

REGLEMENT PUPILLENKLASSEMENT

Doel:

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

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

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

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

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

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

- In het clubblad zal regelmatig een overzichtje verschijnen.
- Op de Spartaansite op internet onder het kopje jeugd zal een overzicht te zien zijn van alle pupillen.

Het adres is: **www.spartaan.net**

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

Naast dit eigen Spartaanpuntensysteem bestaan er voor de pupillen ook nog de 2 onderstaande puntenklassementen:

- * die van de 4 Quatrocrossen
- * die van de ZHM-competitie oftewel Athletics Champs

Deze genoemde puntenklassementen worden niet door De Spartaan bijgehouden maar dit wordt gedaan door de overkoepelende organisatie van de ZHM-competities en de Quatrocrossen.

TRAININGSTIJDEN

WOENSDAG:

14.30-15.30 uur	jongens/meisjes geboren 2011/2010(Mini), 2009 (C)	Theo, Lenie, Anneke, Tanja, Marga,
15.45-16.45 uur	jongens/meisjes geboren 2008 (B) jongens geboren 2007(A-1)	Theo, Lenie, Anneke Tessa, Marga,
17.00-18.00 uur	jongens/meisjes geboren 2006 (A-2) meisjes geboren 2007 (A-1)	Theo, Bas, Nancy, Tessa, Marga

De jongens en meisjes geboren in 2008, 2007 en 2006 trainen 2x in de week. Naast de woensdagtraining is er voor hen ook de vrijdagtraining.

VRIJDAG:

17.00-18.15 uur	jongens/meisjes geboren 2008(B), 2007(A1), 2006(A2)	Jan, Lianne, Inge, Rachel Lara, Joël, Annemijn
-----------------	---	---

Coördinator woensdagtraining:

Marga Kortekaas
Tel. 0252-411574
margakortekaas@hotmail.com

Coördinator vrijdagtraining:

Jan Beijik
Tel. 06-41643950
jongetjejan@gmail.com

Overige info nodig??? Raadpleeg de website van De Spartaan.

1e ZHM Leiden 8 april 2017

Ik vond het erg leuk, omdat er zoveel verschillende onderdelen waren. We hadden eerst een estafette met ons hele team en daarna deden we de verschillende onderdelen zoals sprint, hurkhoogspringen, vortex werpen, bandenslingeren en op het eind weer een estafeteloop. We waren 2e geworden als team en dat vond ik erg leuk.

Wesley Warmerdam (Jongens Mini)



Wesley

Ik heb meegedaan aan de Athletic Champ wedstrijd in Leiden. Ik vond het leuk. We hebben estafette gedaan. Het grasveld was een beetje glad en toen gleed ik uit. Hurkhoog vond ik moeilijk. Vortex gooien ging goed en slingeren met de band ook. Met de 4-minutenloop kwam ik wel 75 meter verder dan de week er voor (tijdens de testwedstrijd in Lisse). Het was eerst een beetje koud, daarna zonnig en toen weer koud. Volgende keer ga ik weer meedoen.

Reina Böhm (Meisjes Mini)



Reina

Hallo,

Afgelopen zaterdag hadden wij onze eerste zhm-competitie wedstrijd in Leiden. We begonnen weer met een warming-up, en daarna hadden wij een estafette. We waren eerste geworden hierbij. Toen moest ik voor het eerst horden lopen tijdens een wedstrijd. Dit ging goed er is niks omgevalen. Daarna balstoten en toen even pauze. Konden wij even wat eten en drinken voor de rest van de wedstrijden. Opgeladen gingen wij verspringen, hoogspringen en vortex gooien. Als laatste moesten wij weer 4 minuten lang lopen. Ik heb op alle onderdelen mijn persoonlijk record verbroken. Hier was ik heel blij mee. Op naar de volgende wedstrijd. Het was heel gezellig met elkaar.

Groetjes Denny Verhagen (JPB)

Het was een leuke dag omdat er leuke onderdelen waren. En voor de eerste keer heb ik hurkhoog gedaan. We hadden een team met kinderen van een andere club. We zijn vierde geworden.

Groetjes Amine Et-tadmouti (JPC)



Denny

Zaterdag 8 april was de eerste ZHM wedstrijd in Leiden. Het was een hele leuke wedstrijd, voor het eerst in de middag. Dat was even wennen, ik was hele tijd aan het vragen of we nu eindelijk weg gingen. Het was gelukkig lekker weer. Ik deed twee nieuwe onderdelen: poolstok verspringen en 60 meter horden. Het leukste vond ik wel het poolstok verspringen. Het ging ook heel goed. Van De Spartaan zaten twee kinderen bij mij in de groep: Lilian en Phileine. Dat was gezellig. Ik heb al weer zin in de volgende wedstrijd.

Groetjes Marit Hoogeveen (MPA1)

We waren 's middags in Leiden aangekomen bij de atletiekvereniging Leiden Atletiek. Het was mooi weer en ik had er zin in. We begonnen met estafette. Ik zat in het groepje bij Phileine en Marit van De Spartaan en nog een aantal kinderen van andere atletiekverenigingen. We gingen eerst om de pilon voor ons rennen en toen gingen we naar achter, gingen we naar de andere pilon en toen weer terug. Het was leuk en het ging goed. Daarna gingen we hordelopen in hetzelfde groepje uiteraard. Ik was tweede bij het hordelopen. Toen kwam het onderdeel kogelstoten. Ik had 5 mtr. ver geworpen. Voor mij een goede verbetering. Toen gingen we poolstok verspringen dat vond ik heel leuk, maar ik had het nog nooit eerder gedaan dus het was best wel moeilijk. Ik had 3,50 mtr. Gesprongen. Daarna ging ik hoogspringen en ik ging hoger dan de week ervoor! Helaas ben ik bij het neerkomen op de mat wel vervelend neergekomen, want ik heb door de ruwe mat een flinke schaafwond opgelopen en daar heb ik nu nog last van. Toen kwam mijn lievelingsonderdeel de 6 minutenloop. Ik liep eerst de hele tijd als tweede en bij anderhalf rondje haalde ik haar in. Ik heb 1400 mtr. gelopen. Ook dat was beter dan de week ervoor. Ik vind het heel leuk om aan wedstrijden mee te doen! Groetjes Lilian van der Ent (MPA2)



Amine



Lilian



Marit



Duncan-Luuk-Colin

Thijs-Florian

Start 6 minutenloop (meters maken)

De ZHM wedstrijd op zaterdag 8 april was weer erg leuk. Ik vind het altijd erg leuk om mee te doen met deze wedstrijden. Ik vind alleen de 6 minuten-loop aan het einde niet leuk. Ik heb 3 pr's gehaald, voor verspringen, sprinten en vortex werpen.

groetjes Moreno Seijsener (JPA2)



Finn

ZHM Leiden

Zaterdag 8 april was de eerste ZHM van dit seizoen. We moesten naar Leiden. Ik had er heel veel zin in. Het was mooi weer om een wedstrijd te hebben. We begonnen net als altijd met estafette. Ik was met mijn team vierde geworden.

Daarna deden we hindernispendel, vortex, slingeren met een discus, 60m sprint, verspringen en meters maken (6 min. loop). Met verspringen sprong ik 3.65 m, maar helaas werd de sprong afgekeurd omdat ik met mijn voet de balk raakte. Dat was echt heel jammer! Meters maken ging heel goed. Ik had 1325 m gelopen. En dat was ook een nieuw record voor mij. Met alles bij elkaar ben ik met mijn team vijfde geworden. Het was een super leuke dag. En ik heb zin in de volgende ZHM op 20 mei in Reeuwijk.

Finn Leukel (JPA2)



Moreno

Meisjes Mini	40m	hindern	hoog	vortex	sling	Mmaken
Lindsey Clemens	7.60	1.34	0.85	10.00	9.00	875
Reina Böhm	8.17	1.34	0.70	9.00	8.50	850
Jongens Mini						
Kay Seijsener	9.75	1.34	0.65	8.50	7.00	625
Wesley Warmerdam	8.35	1.34	0.80	7.50	8.00	850
JPC						
Siebe Holleman	7.80	1.25	0.80	18.50	9.50	925
Tiemo Jetten	9.40	1.25	0.55	9.50	7.00	675
Raúl Flores	8.43	1.25	0.70	11.50	8.00	775
Roelf Sienot	7.82	1.25	0.65	13.00	11.50	875
Sebastiaan Pluimert	8.02	1.25	0.75	9.00	9.50	900
Max Loefs	9.40	1.25	0.55	9.50	9.50	650
Amine Et-tadmouti	7.98	1.20	0.70	14.00	11.00	950
Ben van Dorsselaer	8.54	1.20	0.70	10.50	8.00	825
Cas van Slooten	7.74	1.20	0.80	16.00	8.00	925
David Dwyer	7.61	1.20	0.80	14.50	9.50	925
David Kaptein	7.28	1.20	0.80	12.00	10.00	975
MPC						
Isa Philipse	7.93	1.25	0.85	14.00	10.00	925
Michelle Gilissen	8.57	1.25	0.60	9.50	6.50	725
Milou Heidinga	8.14	1.20	0.60	9.50	7.50	875
Rosanne Bruggeman	7.99	1.20	0.75	11.00	8.50	800
MPB						
Evi Bakker	8.65	2.10	0.85	8.50	4.50	800
Tessa Verhoeven	8.98	2.45	0.90	15.00	5.20	825
Amber Nuis	7.87	2.90	1.05	12.50	4.70	825
Emma Ouwehand	9.42	2.75	0.90	11.00	4.00	875
JPB						
Daan Arens	8.65	2.85	0.95	12.50	5.40	825
Denny Verhagen	7.98	2.55	1.00	18.00	6.00	975
Jack van Tol	8.74	2.15	0.90	11.00	4.40	775
Thijs Berger	7.82	2.90	1.10	23.00	6.80	1025
Ties Zijderduijn	8.11	2.70	1.15	15.50	6.20	900
Valentino Clemens	8.21	2.85	1.05	21.00	5.50	900
Bob Roest	9.47	2.10	0.90	14.50	6.30	800

MPA1	60mH	pols	hoog	vortex	kogel	Mmaken
Eva de Jong	12.11	3.40	1.10	20.00	4.50	1300
Fenne Kauffman	12.48	3.70	1.10	22.00	5.80	1375
Julia Pieterse	11.49	3.80	1.05	28.50	5.20	400
Lilian van der Ent	12.13	3.60	1.00	17.50	5.00	1400
Marit Hoogeveen	12.03	3.05	1.00	11.00	4.00	1200
Phileine Godefrooi	13.94	2.75	0.85	10.50	2.50	1200
JPA1						
Colin Groenendijk	13.07	3.35	0.95	24.50	5.30	1200
Duncan Arrachart	15.35	3.70	1.00	33.00	6.50	1325
Florian Bloemheuvel	11.39	4.05	1.10	28.50	7.50	1525
Luuk van den Berg	11.22	3.50	1.10	26.00	6.60	1475
Ollie Meurs	13.29	3.25	1.05	17.00	4.40	1100
Thijs Paddenburg	11.17	3.85	1.15	24.00	6.00	600
JPA2						
Ennio Giltay Veth	10.10	1.14	2.45	17.00	11.00	1200
Finn Leukel	10.02	1.14	3.45	27.00	14.50	1325
Jasper Stokman	10.12	1.14	3.35	32.00	20.50	1225
Tim Philipse	10.46	1.14	3.35	28.50	20.00	1200
Wout Vermeij	12.15	1.14	2.15	18.00	13.50	1125
Youri Feijt	9.92	1.14	3.35	36.50	18.50	1475
Yvo van der Poel	11.35	1.14	2.95	18.00	16.00	1375
Moreno Seijsener	9.96	1.14	3.55	27.50	16.00	1100
Rens van Haaster	10.58	1.14	2.75	17.00	15.50	1325
Ryan Bootsma	9.72	1.14	3.70	23.00	16.00	1250
Teije van Schaik	10.62	1.14	2.70	19.50	13.00	1475
MPA2						
Gioia Remkes	10.27	1.14	3.30	21.50	20.50	1425
Isa Kovács	10.25	1.14	3.45	19.00	14.50	1150
Jarit van der Ven	10.26	1.14	3.35	23.00	20.00	1375
Sofie Heidinga	9.95	1.19	3.10	24.50	13.50	1275
Steffanie Gilissen	10.38	1.19	2.70	21.00	13.50	1300



Paastraining 12 april 2017

het was in het bos een groot bos we moesten daar eieren zoeken er waren 3 of 4 groepjes ik zat in de blauwe groep ik vond wel 21 eieren toen kregen we allemaal 4 chocolade eieren mee naar huis en ik kreeg een mok van De Spartaan we deden ook leuke spelletjes David Dwyer (JPC)

"De paastraining in het bos was leuk.

Eerst gingen we nog een spel doen. Het ging zo, we hadden een lintje in onze kleding behalve 3 kinderen. Die waren de tikkers. Als je werd getikt moest je een tennisbal pakken en dan moest je een rondje rennen en dan de tennisbal weer in een emmer doen. En dan een nieuw lintje pakken voor in je kleding. Daarna moesten we optellen wie de meeste tennisballen hadden, die hadden gewonnen.

Daarna gingen we de paaseieren zoeken. Je moest zoveel mogelijk paaseieren zoeken. Daarmee heb ik 13 paaseieren gevonden. Wie de meeste eieren had gevonden kreeg een beker van De Spartaan. Ik heb de meeste eieren van de meisjes gevonden.



David Paashaas
Lenie Michelle

Met de paas training hebben we eerst het kat en muis spel gedaan, hierbij moesten 3 tikkers de staarten van de kinderen pakken, als dit lukte moesten die kinderen een tennisbal uit een emmer pakken en een rondje rennen. Daarna gingen we eieren zoeken in het bos. Toen de tijd voorbij was werden de eieren geteld en was er een winnaar bij de jongens en een winnaar bij de meisjes. De winnaars kregen een beker van De Spartaan, iedereen kreeg chocolade paaseieren Mmmm, lekker. Het was een hele leuke training.

Groeten Valentino Clemens (JPB)

Hoi allemaal,

Woensdag hadden wij Paastraining. Een week van te voren keek ik hier al naar uit. We moesten verzamelen bij het gebouw van de Scoutinggroep. Marga ging alles uitleggen. De meisjes moesten de donkergroene eieren zoeken. Ik vond het een moeilijke kleur. Er was ook een speciaal roze ei verstopt die was 5 punten waard. Marga floot op haar fluitje en we renden allemaal weg. Ik begon gelijk te zoeken en vond er een paar. Daarna vond ik er een heleboel. Op het fluitsignaal moesten we stoppen en al onze eieren tellen. Ik had er totaal 15 gevonden. Ik had de meeste eieren gevonden van de meisjes. Ik was heel blij. Ik kreeg een Spartaanbeker met vier chocolade eieren. Er werden ook foto's gemaakt. De Paashaas was erg grappig.

Groetjes van Zoë Llewellyn (MPB)



Van Siebe - Theo - Gioia - Esmee

Woensdagmiddag 12 april was er een speciale training, want we mochten paaseieren zoeken. Daarom moesten we verzamelen bij manage Puntenburg. Wij waren de laatste groep maar gelukkig lagen er nog genoeg eieren. Het glinsterende ei was 5 punten waard de andere eieren waren 1 punt waard. Iedereen ging gelijk het bos in ik ging gelijk naar de Scouting. Daar lagen de meeste eieren. De meisjes moesten de rode eieren en anderen kleuren zoeken, maar geen zwart want die moesten de jongens zoeken. De jongens mochten geen rode eieren pakken. Het was nog best spannend, want ik had even veel eieren als Gioia. Toen de paashaas ging tellen, was het precies gelijk. Daarna kregen de winnaars een beker van De Spartaan en je mocht 4 paaseieren en 2 tennisballen. Ik vond erg leuk!

Esmee Lommerse (MPA1)

Woensdag 12 april was er Paastraining. Ik vond dat erg leuk want ik heb een prijs gewonnen. De jongens moesten de zwarte eieren zoeken en de meisjes de rode, de andere overgebleven eieren mochten wij ook zoeken. Deze keer waren er ook twee speciale eieren, voor de jongens een blauwe met glitters en voor de meisjes een roze met glitters. Deze eieren waren vijf punten waard. Jammer genoeg heb ik die niet gevonden. Toch had ik 26 eieren gevonden waarmee ik een Spartaan mok kreeg, hiermee was ik heel blij!!! Ik vond het een hele leuke training.

Van Siebe van Leeuwen (JPA2)

Hoi, ik heb meegedaan met de paaseieren zoeken training. de warming up kon ik helaas niet meedoen, omdat ik een blessure heb aan mijn knie. Toen de warming up klaar was kregen we een korte uitleg, daarna mochten we de eieren gaan zoeken. Ik dacht: 'dit ga ik nooit winnen', want ik had alleen maar gelopen. Ik liep als eerste naar de scouting daar heb ik 20 eieren gevonden. Ik was ook het enige meisje die daar als eerste naar toe liep. Er was ook een glimmend roze ei voor de meisjes en een blauwe voor de jongens, deze heb ik helaas niet gevonden. Daarna ging ik het bos in om nog meer eieren te zoeken, daar heb ik er nog 2 gevonden. Toen was de tijd voorbij en ik ben samen met Esmee eerste geworden. Het was superleuk!

groetjes Gioia Remkes (MPA2)



Activiteitenkalender

Datum	Evenement	WAAR
1/2 juli 2017	Ouder-kindwedstrijd + tentennacht	Lisse
5 juli 2017	Laatste woensdagtraining voor zomervakantie	Lisse
7 juli 2017	Laatste vrijdagtraining voor zomervakantie	Lisse
8 juli 2017	Loopmeerkamp	Lisse
8 juli t/m 20 augustus 2017	Zomervakantie regio Midden	
12 t/m 17 augustus 2017	Kamp Lisse	Lisse
23 augustus 2017	1e woensdagtraining na zomervakantie	Lisse
25 augustus 2017	1e vrijdagtraining na zomervakantie	Lisse
26 augustus 2017	3e ZHM competitie	Zoetermeer
9 september 2017	4e ZHM competitie	Alphen a/d Rijn
7 oktober 2017	3e Marga Kortekaas Spelen	Lisse
29 oktober 2017	Crossen door de bossen BO groep 3 t/m 8	Lisse
1 november 2017	1e binnentraining	Lisse
18 november 2017	Indoor Onderwater	Lisse
26 november 2017	Ter Specke Loop	Lisse
26 december 2017	Kerstcross	Lisse

Overzicht indeling groepen:

Mini-pupillen	j/m geboren 2011/2010
C-pupillen	j/m geboren 2009
B-pupillen	j/m geboren 2008
A1-pupillen	j/m geboren 2007
A2-pupillen	j/m geboren 2006

2e Hands Kleding

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

Voorschoten 15 april 2017 (klassieke meerkamp)

Op 15 april heb ik meegedaan met de wedstrijd in Voorschoten. Er waren vier onderdelen. Eerst mochten wij vortex werpen, eerst een keer oefenen en daarna drie keer werpen. Vervolgens gingen we verspringen en ze keken heel goed of je niet met je voet over de lijn ging. Voordat we mochten sprinten moesten we best lang wachten, maar dat gaf niet want ik kreeg van mama een lekker cakeje die ze verkochten om te sparen voor een kunststof atletiekbaan. Nu hebben ze nog een tennis-atletiekbaan (gravel). Na de sprint gingen we nog 600 meter lopen. Er vielen nog twee jongens maar gelukkig hadden ze zich niet bezeerd. Ik vond het erg leuk dat ik mijn prestaties op de website van de atletiekunie kon zien.

Dag Ferre Warmerdam (mini)

Zaterdag 15 april heb ik meegedaan met de wedstrijd in Voorschoten. Ik ging vortex werpen, verspringen, sprint en 600 m doen. Vortex werpen vond ik het leukst. Met verspringen had ik heel ver gesprongen. De sprint ging ik samen doen met Isa en Milou dat vond ik erg leuk. We kwamen bijna tegelijk over de streep. Toen we klaar waren gingen we nog een spel doen met paaseieren. Daarna was de prijsuitreiking en gingen we naar huis.

Groetjes Rosanne Bruggeman (MPC)

Raúl Flores (JPC)

Hij zegt dat zijn favoriete onderdelen verspringen en vergooien is. Je ziet hem ook op de foto vergooien, hij kan dat best wel goed! Ook het hoogspringen vindt hij erg leuk, maar dat hadden ze deze keer niet. Wel was het erg leuk om te zien hoe professioneel ze alles deden, zelfs een meetlint bij het vergooien, ook werd er met verf een wit vlak geverfd zodat ze konden zien waar de kinderen precies hun voeten hadden afgezet bij het verspringen. Het was tevens de laatste keer op dit veld om te atletieken want deze zal vernieuwd worden. Dus ipv een soort voetbalveld, wordt het straks een echte atletiekbaan. Groetjes

Ik ging met mijn moeder rijden in de auto maar toen raakten we de weg kwijt. Gelukkig waren we nog wel op tijd voor de wedstrijd. Toen gingen we als eerste verspringen. Daar heb ik mijn eigen record verbeterd. En toen gingen we naar het vortex werpen. Dat ging ook goed maar daar heb ik niet mijn record verbeterd. Toen gingen we naar de sprint van 40 meter.

Ik was daar 2e! We hadden een hele lange pauze. Ik heb toen met Tessa het baanspel gedaan met cijfers. Daarna was het tijd voor de 1000 meter loop. Wij moesten samen met de jongens. Dat ging goed want ik heb heel veel jongens ingehaald. Bij de prijsuitreiking werd ik 3e en kreeg ik een medaille. Daar was ik super blij mee!!

Groetjes, Evi Bakker (MPB)



Hallo allemaal

Ik heb een wedstrijd in Voorschoten gedaan. Ik vond het een leuke wedstrijd. Ik heb sprinten, kogelstoten, hoogspringen en 1000m gedaan. Ik heb de eerste prijs gewonnen. De prijs was een medaille met een groep hardlopers erop en met nummer een erop. Als ik een soort van pauze had ging ik bij andere kijken. Mijn vader vond het ook leuk, want hij was ook mee. En heb je nog vragen vraag het dan op De Spartaan.

Groetjes Julia Pieterse (MPA1)

De wedstrijd was in voorschoten bij de voetbalclub. Daar hebben we vier onderdelen gedaan. Dit was kogelstoten, 1000 meter sprint, 60 meter sprint en hoogspringen. Ik vond hoogspringen het leukst en kogelstoten het minst leuk. Ik heb 0,95 meter gesprongen met hoogspringen. En mama had het koud op het veld.

Einde Ollie Meurs (JPA1)



Zaterdag 15 april hadden wij een wedstrijd in Voorschoten. Het was koud en waaierig maar dat hield ons niet tegen. De meisjes pupillen A2 moesten 60 meter sprint, kogelstoten, hoog springen en 1000 meterlopen. Het was heel gezellig. De 60 meter sprint ging best goed maar ik vond het wel stom dat ik maar tegen 1 iemand moest.

In kogelstoten ben ik heel goed ik ben daar mee de beste van iedereen. Ik baalde van hoogspringen dat het me niet lukte om 1,10m te halen. Maar het was wel grappig dat de stok er telkens afwaaide door de wind. En als laatste 1000 meterlopen dat ging in het begin heel goed op het laatste stuk stond ik tweede maar ik had niet door dat een ander meisje me probeerde in te halen dus op het laatste haalde ze mij in dat was wel jammer.

En op het laatste bij de prijs uitreiking had ik niet gedacht dat ik op het podium terecht kwam maar uiteindelijk werd ik 1^{ste}.

Groetjes Jarit van der Ven (MPA2)



Op zaterdag 15 april heb ik meegedaan aan de pupillenwedstrijd in Voorschoten.

Er waren veel vriendjes van De Spartaan en het was heel leuk en gezellig. We moesten 60 meter sprinten, hoogspringen, kogelstoten en 1.000 meter lopen.

Op de 1.000 meter was ik 4^e en in het algemeen klassement 6^e. Jammer genoeg had ik net geen medaille voor de 1.000 meter.

Ondanks dat het best wel koud was heb ik het prima naar mijn zijn gehad.

Sportieve groetjes van Raemon Baak (JPA2)



Uitslagen Meerkamp Voorschoten 15 april 2017

	JPA1	60m	1000m	kogel	hoog
4	Duncan Arrachart	10,40	04:17.7	6,11	0,95
6	Florian Bloemheuvel	10,10	03:54.8	7,27	DQ
10	Ollie Meurs	12,60	04:49.7	4,58	0,95
	MPA1	60m	1000m	kogel	hoog
1	Julia Pieterse	9,90	04:21.4	6,03	1,00
3	Esmee Lommerse	10,20	04:17.9	4,80	0,95
6	Marit Hoogveen	10,80	04:52.3	4,43	0,95
10	Phileine Godefrooi	12,00	04:58.1	2,30	0,75
	JPA2	60m	1000m	kogel	hoog
2	Ryan Bootsma	9,40	04:33.6	6,55	1,30
3	Youri Feijt	9,80	04:01.0	6,91	1,10
4	Finn Leukel	9,60	04:26.2	7,10	1,15
5	Tim Philipse	9,90	04:17.9	6,37	1,05
6	Raemon Baak	10,20	04:07.0	4,95	1,00
7	Jasper Stokman	10,00	04:55.5	6,85	1,00
8	Yvo van der Poel	11,40	04:08.0	5,68	0,95
9	Teije van Schaik	10,60	04:01.4	4,61	0,85
12	Wout Vermeij	12,40	05:06.0	4,87	0,95
	MPA2	60m	1000m	kogel	hoog
1	Jarit van der Ven	10,30	04:10.2	7,65	1,05
3	Sofie Heidinga	10,40	04:35.3	5,28	1,10
6	Isa Kovács	10,50	05:06.9	4,88	1,05

	JPB	40m	1000m	vortex	ver
2	Denny Verhagen	7,3	04:13.3	15,38	3,06
3	Ties Zuiderduijn	7,6	04:12.7	17,03	3,02
6	Daan Arens	7,5	05:23.0	10,77	2,63
7	Jack van Tol	8,0	05:14.7	11,48	2,28
	MPB	40m	1000m	vortex	ver
1	Tessa Verhoeven	8,0	04:48.6	16,26	2,70
3	Evi Bakker	8,3	05:10.3	7,70	2,28
	JPC	40m	600m	vortex	ver
1	David Kaptein	7,2	02:26.9	14,98	2,87
3	Cas van Slooten	7,6	02:29.7	16,57	2,60
4	David Dwyer	7,5	02:34.1	9,75	2,89
5	Amine Et-tadmouti	8,6	02:38.7	13,12	2,63
6	Raúl Flores	9,2	03:15.6	12,66	1,87
8	Max Loefs	10,9	03:24.9	9,40	2,00
	MPC	40m	600m	vortex	ver
2	Isa Philipse	7,8	02:44.2	13,18	2,55
4	Rosanne Bruggeman	8,0	03:07.9	11,20	2,71
5	Milou Heidinga	8,1	02:48.1	9,86	2,22
	Mini Jongens	40m	600m	vortex	ver
1	Ferre Warmerdam	8,5	02:51.3	7,43	2,07
2	Wesley Warmerdam	8,5	DNS	6,38	2,62
	Mini Meisjes	40m	600m	vortex	ver
1	Nasia Chaidas	7,0	DNS	6,52	2,75

NIEUW CLUBRECORD 40 METER MEISJES-MINI

Op zaterdag 5 april jl. liep **Nasia Chaidas** in Voorschoten op de 40 meter een tijd van **7.0 sec.** Aangezien dit een handgeklokte tijd is wordt er om er een elektronische tijd van te maken 0.24 sec. bij opgeteld. (dit is volgens de officiële richtlijnen van de Atletiekunie).

Het nieuwe record is dus nu: **7.24 sec.**

Het oude record (**7.29 sec.**) stond op naam van **Jelka Böhm** gelopen op 03.09.2011 in Alphen aan de Rijn.

MARGA.



1000 meter TSB Kidsrun 13 mei 2017

Hoi ik heb de ter specke bokaal gelopen, in lisse bij De Spartaan. ik vond het super leuk. Ik ga volgend jaar weer meedoen en ik daag jou voor volgend jaar uit. En nog wat, als je veel te vroeg komt, kan je de oudere ook nog zien.

doei tot volgend jaar van Jasper van Leeuwen (JPB)

De moeder van Anika Moelker (MPB) gaf ons, de beknopte, onderstaande reactie van haar dochter... 🤖
"Ze was erg onder de indruk van de afstand maar nadien was ze trots dat ze het had gedaan".

Ik vond het leuk dat het een wedstrijd was bij mijn eigen club. En het was ook een hele grote wedstrijd met heel veel mensen. Er waren ook andere wedstrijden. Op de baan veert het wat beter dan gewoon op de weg rennen. Ik vind een wedstrijd rennen leuker dan trainen. Soms kan je wat winnen en het is leuk om je record te verbeteren. Ik had ook mijn record verbeterd. Ik liep 4.33. Ik zit pas een paar maanden op atletiek dus ik vind dat best wel goed.

Groetjes Ruben Noort (JPB)



Mijn eerste 1000 meter Kidsrun

Een paar weken voor de wedstrijd ben ik gaan trainen met mijn moeder. We liepen bijvoorbeeld 2 lantaarnpalen hard en 1 zacht of 100 meter hard en 50 meter zacht. Ook tijdens de vakantie in Oostenrijk hebben we getraind.

Op de dag van de Ter Specke Bokaal heb ik eerst een hockey wedstrijd gespeeld. Gelukkig kon ik daarna 2 uren uitrusten. Aangekomen bij de atletiekbaan werd ik al een beetje nerveus. De baan was heel mooi versierd en er waren al veel mensen. Ik heb mijn hockeykleding uitgedaan en mijn nieuwe Spartaan clubkleding aangedaan. De broek zat heerlijk. Om 12 uur moest ik mij melden bij Jan. Ik zag al heel veel kinderen waarmee ik op vrijdag train. Om half 1 kreeg ik de envelop met 2 startnummers. Sommige kinderen deden een startnummer voor en achter. Ik heb 1 startnummer op mijn buik gedaan.

De 1000 meter Kidsrun lopers werden in 2 groepen verdeeld. Ik zat in de 1^e groep. De namen van de kinderen werden omgeroepen door een meneer. We moesten in een rijtje achter elkaar gaan staan en toen ging het hek open en mochten ik de baan op lopen. Ik stond in de groep die helemaal aan de buitenkant van de baan stond. Er werd verteld dat wij eerst de gehele bocht in de buitenste banen moesten lopen en dat we naar binnen mochten als er geen pionnen meer zouden staan. We moesten een tijdje wachten voor het startschot. Toen werd er een soort harts slag muziek gespeeld. We moesten naar de startlijn gaan lopen en toen ging het startschot.

Mama had gezegd dat ik niet te hard moest beginnen, maar dat was heel lastig. Tijdens onze loop werd er een liedje van Kinderen voor Kinderen gedraaid. Na het 1^e rondje was ik al een beetje moe, ik was toch iets te hard van start gegaan. Maar het ging nog wel goed. Toen we weer langs de finish lijn kwamen werd ik aangemoedigd door Marga. Dat vond ik heel leuk. In het laatste rondje heb ik nog geprobeerd om iets te versnellen. Helaas werd ik net voor de finish nog ingehaald, dat vond ik wel jammer. Bij de finish stond mijn moeder. Ze vroeg hoe ik het vond en ik zei dat ik het heel leuk vond en volgend jaar weer mee wil doen.

Tijdens de trainingen had ik het soms moeilijk. Mama en ik hadden toen afgesproken om tijdens de training en ook tijdens de loop in gedachten pannenkoeken te gaan bakken. Bij elke 100 meter kwam dan iets erbij, dus eerst een schaal, dan het bakmeel, eieren, melk er in, met een mixer mixen, een pan, boter, meel in de pan, de pannenkoek omdraaien en daarna nogmaals omdraaien. En dan zouden we in de avond ook echt pannenkoeken gaan bakken.

Nu heb ik tijdens de loop helemaal niet gedacht aan het maken van pannenkoeken. Ik was te veel bezig met de wedstrijd. Ik had als tijd 4.35 minuten en dat vond ik best wel goed. Ik ben rustig gaan uitlopen en heb mijn jasje aangedaan, want het was wel een beetje kouder geworden.

Romy Dekker (MPA1)

Het was mijn eerste wedstrijd op de baan en ik was heel erg zenuwachtig. De atletiekbaan was mooi versierd en er waren heel veel mensen. Mijn moeder en broertjes kwamen om aan te moedigen. Ook waren er heel veel hele goede atleten en heel bijzonder vond ik de paralympische atleten. We moesten twee en half rondje hardlopen. Na een half rondje was ik als eerste maar daarna werd ik ingehaald en was best moe. Uiteindelijk werd ik vijfde en was ik wel trots op mezelf.

Groetjes Noah van der Walle (JPA2)

Uitslagen

	Naam	Categorie	1000m
5	Noah van der Walle	Jongens Pupil A	3:43,57
6	Florian Bloemheuvel	Jongens Pupil A	3:49,43
9	Teije van Schaik	Jongens Pupil A	3:56,24
10	Youri Feijt	Jongens Pupil A	3:59,99
13	Leon van der Geer	Jongens Pupil A	4:02,33
14	Thijs Paddenburg	Jongens Pupil A	4:03,58
16	Raemon Baak	Jongens Pupil A	4:05,61
17	Jurre Dijkstra	Jongens Pupil A	4:05,98
18	Jasper van Leeuwen	Jongens Pupil B	4:08,83
19	Ties Zuijderduijn	Jongens Pupil B	4:08,86
20	Thijs Berger	Jongens Pupil B	4:10,14
21	Tim Philipse	Jongens Pupil A	4:10,15
22	Siebe van Leeuwen	Jongens Pupil A	4:10,20
23	Lilian van der Ent	Meisjes Pupil A	4:11,18
24	Esmee Lommerse	Meisjes Pupil A	4:13,02
25	Jarit van der Ven	Meisjes Pupil A	4:14,86
26	Rens van Haaster	Jongens Pupil A	4:18,47
27	Duncan Arrachart	Jongens Pupil A	4:18,56
28	Finn Leukel	Jongens Pupil A	4:18,89
29	Valentino Clemens	Jongens Pupil B	4:21,69
30	Julia Pieterse	Meisjes Pupil A	4:22,25
31	Nick Koets	Jongens Pupil A	4:24,33
32	Sipho Diderik	Jongens Pupil A	4:28,69
33	Sofie Heidinga	Meisjes Pupil A	4:31,19
34	Ruben Noort	Jongens Pupil B	4:33,67
35	Marit Hoogeveen	Meisjes Pupil A	4:34,66
36	Romy Dekker	Meisjes Pupil A	4:35,37
37	Wout Vermeij	Jongens Pupil A	4:35,89
38	Ollie Meurs	Jongens Pupil A	4:36,00
39	Colin Groenendijk	Jongens Pupil A	4:40,56
40	Tessa Verhoeven	Meisjes Pupil B	4:46,89
41	Bob Roest	Jongens Pupil B	4:59,89
42	Evi Bakker	Meisjes Pupil B	5:02,38
43	Amber Nuis	Meisjes Pupil B	5:06,96
44	Anika Moelker	Meisjes Pupil B	5:20,39



Wat een fantastische 27e Leiden Marathon was het zondag 21 mei jl.

Met Ruben Noort in de hoofdrol. Op CORPUS KidsRun presteerde Ruben sterk door een eindtijd neer te zetten van 0:11:30. En dat terwijl het toch iets warmer was geworden dan gedacht. Gelukkig hielp het talrijke en enthousiaste publiek Ruben naar de eindstreep, waar het onthaal weer groots was.

2e ZHM-competitie Reeuwijk 20 mei 2017

Ik vond de estafette niet zo makkelijk omdat we hele goede tegenstanders hadden. Met hoogspringen was ik heel verbaasd dat ik de 95 cm gehaald had. Hordelopen ging heel goed totdat ik viel, grrr maar ik was heel trots op het verbreken van mijn eigen record bij verspringen (3,25m).

Het was een gezellige ochtend en ik was heel blij dat ik een medaille kreeg omdat ik in het beste team zat.

Groetjes, Cas van Slooten (JPC)

Hoi lezers, Ik vond de wedstrijd heel leuk. Mijn teamleider was best streng (het was m'n vader). Het was best warm maar het was leuk! Ik heb hoog gesprongen, 4 minutenloop, estafette, en nog meer onderdelen gedaan. Ik zat samen met Siebe, David, Sebastiaan en Roelf in het team; dat was heel gezellig. Ik heb bij de 4 minutenloop 800 meter gelopen, geloof ik. Volgende keer ga ik winnen!

Groetjes, Ben van Dorselaer (JPC)

(Afgelopen wedstrijd was ik teamleider bij het team van Ben. Dat ben je met zijn tweeën; er was ook nog een vader van AV Rijnsoever. Je bent dan samen de kinderen aan het begeleiden (volgorde, veiligheid, regels) en punten aan het noteren. Bij de ZHM-competitie noemen ze dat "assistent-jurylid". Dat klinkt een stuk complexer dan het is. Toen er een aantal maanden geleden een oproep was voor "instructie assistent-juryleden" wist ik ook niet wat het was, maar heb me toen toch opgegeven. Er waren maar een paar gegadigden. Later bij een training hoorde ik van sommige ouders dat ze zich niet hadden opgegeven omdat ze liever bij het team van hun kind bleven. Maar dat is het nou juist: als assistent-jurylid bij de ZHM-competitie blijf je dus bij het team van je eigen kind. Wist ik eerst ook niet. Maar die begeleiding is wel nodig en het prettig als je de organisatievorm en spelregels van tevoren al kent. Volgens mij kon Wim nog wel wat vrijwilligers gebruiken.



Ben

Groet, Frans (vader van Ben)

Het was een lekker zonnige dag om een wedstrijd te spelen. Er waren veel kinderen die meededen. Voor mij was het onderdeel estafette lopen met hordes. En er was voor mij een nieuw onderdeel en dat was hurk hoog. Dit hat ik noch nooit gedaan.

groetjes Emma Ouwehand (MPB)



Emma

Zaterdag heb ik meegedaan aan de Athletic Champs in Reeuwijk. Er was een nieuw onderdeel voor mij: hurkhoog. Het ging wel goed maar ik trok mijn knie zo ver op dat hij tegen mijn kin aankwam. Ook de hindernis pendel was nieuw voor mij: een soort estafette over hordes. Dat vond ik ook leuk. Ik weet nog niet zeker of ik me op de andere onderdelen verbeterd heb, maar het was een leuke ochtend op een leuke baan. Daan Arens (JPB)



Daan

Ik vond het leuk in Reeuwijk om hoog te springen. Bij sprinten had ik erge last van mijn voet en toen kon ik niet mee doen met horde lopen. Ik heb wel aan de 6 minuten loop mee gedaan toen ging het weer beter. We hebben met onze team eerste prijs van de dag gekregen.

Groetjes Phileine Godefrooi (MPA1)



Phileine

Het was een leuke wedstrijd en we hadden mooi weer. Ik zat in een team met AV Spartaan en Leiden Atletiek en dit was een heel goed team. Bij de estafette waren we eerste. Daarna gingen we slingeren. Dit ging supergoed, ik slingerde wel 18,50 m. Bij het verspringen leek het ook heel goed te gaan, iedereen sprong een record, jammer genoeg hadden ze een meetfout gemaakt en hadden we allemaal 1 meter minder ver gesprongen dan we eerst dachten. Helaas was het toen geen record meer. Bij het vortexen ging het ook heel goed en heb ik mijn record verbeterd met 5.5 m en gooide 23.5 m. Bij het sprinten

moest ik voor het eerst 60 m lopen ipv 40m, maar ik merkte het verschil niet zo goed. Na de sprint verstpapte ik me helaas op het randje van de baan waardoor ik de rest van de wedstrijd niet meer mee kon doen omdat mijn knie veel zeer deed. Dat was jammer want het ging juist zo goed. Helaas bleken we net 2e geworden te zijn met het team, maar het was toch een hele leuke wedstrijd.

Robin Trap (JPA1)



Robin



Jurre

Dit was de allereerste keer dat ik mee deed met een wedstrijd, dus ik vond het best wel spannend. De weg ernaar toe was er een met hobbels, want er was een wegomleiding en we kwamen net op tijd. Ik had een leuk team met mijn vrienden van atletiek. Ik was blij dat we eerste waren geworden met ons team. De leukste onderdelen vond ik de 6 minutenloop, hoogspringen en polsstok verspringen.

Jurre Dijkstra (JPA2)

Het was voor mij de alweer de tweede keer dat ik naar Reeuwijk ging voor een ZHM-competitie. Net als vorig jaar was het weer mooi weer. Alleen een paar spatjes voor de 6-minutenloop. We hadden weer een leuk team en het was erg gezellig. Leuk



Teije

was dat er ook veel van onze trainers waren. Bijzonder was weer het polsstok verspringen. Dat doe ik niet zo vaak. De 6-minuten loop ging erg goed. Voor het eerst liep ik drie ronden in de tijd. Verder is bij Reeuwijk altijd leuk omdat je ondertussen naar voetbal kan kijken als je pauze hebt en dat waren net de laatste 10 minuten van de wedstrijd. Het was een stevige wedstrijd (iets te stevig met 3 rode kaarten en twee gele in een moment) maar wel spannend. (Gelukkig zit ik op atletiek aldus me vader). Groetjes Siphon Diderik (JPA2)



Siphon

Het was zeer leuk om mee te doen. Er waren veel clubs dus veel concurrentie en veel onderdelen dus van alles wat. Ook was er een kraampje met eten en drinken Een lange pauze zorgde er voor dat het er prima uit gehouden was en de dag was zo voorbij. De 6 minuten ging het best. Ik heb weer zin in de volgende ZHM!

Groetjes Teije van Schaik (JPA2)

Meisjes Mini	40mH	ver	hoog	vortex	balst	Mma-ken
Lindsey Clemens	9,17	2,75	0,90	9,00	4,00	925
Reina Böhm	9,44	2,50	0,80	9,00	3,70	850
Jongens mini						
Kay Seijsener	11,58	1,65	0,70	8,00	2,90	675
Wesley Warmerdam	9,91	2,70	0,85	9,50	3,70	925
MPC						
Isa Philipse	9,06	2,80	0,95	16,00	3,80	875
Michelle Gilissen	10,01	2,40	0,75	13,50	3,60	750
Milou Heidinga	9,71	2,60	0,80	11,50	3,60	850
Rosanne Bruggeman	9,09	2,65	0,90	10,50	3,80	800
JPC						
Roelf Sienot	8,79	2,75	0,80	13,00	4,60	900
Sebastiaan Pluimert	9,17	2,65	0,80	9,50	4,40	
Siebe Holleman	8,95	2,60	0,95	17,50	5,10	925
Ben van Dorsselaer	10,10	2,30	0,75	14,50	4,00	800
David Kaptein	9,17	2,85	0,85	13,00	4,50	950
Cas van Slooten	8,44	3,15	0,95	14,00	4,40	925
Julian van Eijndt	9,14	2,65	0,95	15,00	4,10	925
Luuk Arens	8,69	2,95	0,95	9,00	5,00	875
Max Loefs	10,36	2,05	0,75	10,50	3,70	775
Raúl Flores	10,31	2,45	0,80	14,50	4,30	725
MPB	40m	hin- dern	hhoog	vortex	sling	M maken
Evi Bakker	8,38	1,19	0,75	7,50	10,50	800
Tessa Verhoeven	8,04	1,19	0,85	17,50	13,00	850
Amber Nuis	7,42	1,25	0,70	10,50	9,50	750
Emma Ouwehand	8,37	1,25		10,50	9,00	750
JPB						
Daan Arens	7,45	1,19	0,85	13,00	13,00	825
Denny Verhagen	7,37	1,19	0,80	17,50	15,00	950
Thijs Berger	7,79	1,16	0,90	23,00	17,00	950
Ties Zuiderduijn	7,48	1,16	0,80	16,50	12,00	925
Valentino Clemens	7,43	1,16	0,85	22,50	14,50	900
Wess Waasdorp	7,94	1,16	0,75	17,00	12,50	800

MPA1	60m	hin- dern	ver	vortex	sling	Mma- ken
Esmee Lommerse	10,27	1,23	2,95	18,50	12,50	1200
Fenne Kauffman	10,38	1,23	3,25	20,00	17,00	1375
Julia Pieterse	10,14	1,23	3,45	26,00	14,50	1250
Lilian van der Ent	10,28	1,23	3,25	16,50	16,50	1425
Phileine Godefrooi	12,43	1,23	2,45	12,00	9,50	800
JPA1						
Ollie Meurs	11,96	1,18	2,65	19,00	11,50	1275
Robin Trap	11,36	1,18	2,75	23,50	18,50	
Thijs Paddenburg	9,77	1,18	3,75	27,50	18,00	1425
Colin Groenendijk	10,39	1,19	3,10	29,50	15,00	1225
Florian Bloemheuvel	10,07	1,19	3,60	32,00	21,50	1475
Luuk van den Berg	10,49	1,19	3,25	27,00	15,50	1425
MPA2	60mH	pols	hoog	vortex	kogel	Mma- ken
Sofie Heidinga	12,38	3,70	1,10	20,50	5,30	1275
Steffanie Gilissen	12,30	3,30	1,10	27,50	5,50	1275
Gioia Remkes	11,78	3,65	1,20	20,00	6,80	1425
Isa Kovács	12,70	3,40	1,15	19,50	5,20	1125
Jarit van der Ven	11,00	4,00	1,20	22,50	7,70	1350
Maud van Noort	12,71	3,55	1,15	18,00	5,40	1250
JPA2						
Ennio Giltay Veth	13,79	3,90	0,95	17,50	5,00	1150
Wout Vermeij	13,82	3,35	1,00	22,00	5,80	1275
Jasper Stokman	11,98	4,00	1,10	35,00	7,70	875
Jurre Dijkstra	13,34	3,60	1,10	20,00	4,80	1350
Moreno Seijsener	11,74	3,85	1,05	26,00	6,00	1150
Raemon Baak	11,78	3,65	1,05	25,50	5,40	1375
Ryan Bootsma	11,02	3,65	1,35	22,00	6,50	1300
Youri Feijt	11,53	4,15	1,20	38,00	7,10	1450
Siphon Diderik	16,84	2,90	0,75	7,50	3,20	1200
Teije van Schaik	12,48	3,55	0,90	21,00	5,30	1400
Tim Philipse	10,63	4,30	1,20	29,50	8,30	1300,00
Finn Leukel	11,33	3,75	1,25	29,00	7,80	1300,00



DE ENGEL

restaurant • café • hotel • zalencentrum

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

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

SCHILDERSBEDRIJF

van Noort & Verkerk



Botterstraat 16
2162 LA Lisse

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



www.bril-jant.nl

info@bril-jant.nl



firma zandvliet en zn.

Timmer-, aannemingsbedrijf
en Houthandel



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

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



**Vakkundig &
Betrouwbaar !**

06 370 11 656

info@watzehoogland.nl
www.watzehoogland.nl

Het beste hout is onderhoud !

make your life bloom

NATURALS

Groenewegen Lisse

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

Naturals Groenewegen Lisse
Heereweg 241
2161 BH Lisse
0252 - 413 461
lisse@naturals.nl



GEZOND BEWEGEN!

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

- Sport- en Ontspanningsmassage
- (Sport) Voedingsadvies
- Leefstijlcoaching

Meer weten? Neem vrijblijvend contact op!

0252-211560
 06-10480098

www.aan-zet.com

n.zeestraten@gmail.com

aan-zet.com



AAN-ZET.COM

**Bereid je voor op de Olympische Spelen en ga
in training bij Strandrestaurant Nederzandt!**

Wij trainen je op de volgende onderdelen:

- 100 meter terras-sprint
- Bitterballen werpen
- Cocktails stoten
- Hamburgers slingeren
- Marathon koffie runnen
- Afwas-estafette
- Iedereen-wil-tegelijk-bestellen-hindernissen



Meld je nu aan via personeel@nederzandt.nl
en wordt snel topfit!

www.nederzandt.nl

De Spartaan 50 jaar op zomerkamp

Het thema voor dit jubileumkamp is inmiddels bekend. We gaan met z'n allen **"TERUG IN DE TIJD"**

Er kan nog steeds ingeschreven worden voor een 5-daagskamp van **12 t/m 17 augustus** of voor een 3-daagskamp van **12 t/m 14 augustus 2017**.

Dit kamp staat open voor kinderen geboren in de jaren **2005 t/m 2011**.

Wie schreven er tot nu toe in?

David Dwyer	Remon Baak	Hilde Baak	Tessa Verhoeven	Michalis Analytis
Isa Philipse	Tim Philipse	Wout Vermeij	Milou Heidinga	Sofie Heidinga
Finn Leukel	Kayleigh Arrachart	Duncan Arrachart	Julia Pieterse	Luuk Pieterse
Michelle Gilissen	Steffanie Gilissen	Teije van Schaik	Jarit v.d. Ven	Maud van Noort
Bob Roest	Daan v.d. Geer	Leon v.d. Geer	Lois Sturkenboom	Isa Kovács
Ollie Meurs	Jasper Stokman	David Kaptein	Siebe Holleman	Meike Zenden
Jonna Hiep	Rosanne Bruggeman	Kay Seijssener	Lindsey Clemens	Valentino Clemens
Mike Bruggeman	Senna Opdam	Fiene Opdam	Thijs Paddenburg	Alje Stip
Wess Waasdorp	Esmee Lommerse	Ties Zuijderduijn	Nick Duinkerken	Romy Schrama
Marit Hoogetveen	Kasper Nelis	Ferre Warmerdam	Gioia Remkes	Vincent Franken
Amber Nuis	Quinn Venema			

Als leiding gaven zich tot nu toe op:

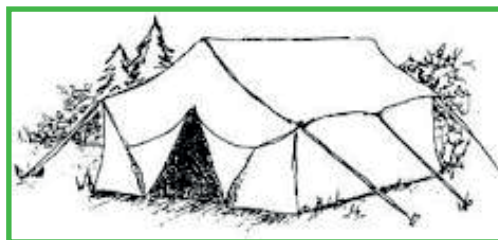
Bas Meeuwenoord - Alex van Noort - Rachel van der Veek - Annemijn Warmerdam - Joël Langelaan - Inge de Willigen - Andrea Bouma - Lara Owobowale - Anne Wil van Werkhoven - Emiel Stoop - Doortje Roodenburg

De kampstaf bestaat uit de volgende personen:

Jolanda van de Weerd - Heino Stroet - Jan Beijck - Levi van der Geest - Thijmen Dofferhoff.

Voor verdere info kun je terecht bij Marga Kortekaas

tel.nr. 0252-411574 of mailen
naar **margakortekaas@hotmail.com**



Op zoek naar oude lakens

Voor het 50 jarig jubileumkamp zijn we op zoek naar effen lakens (geen hoelakens).

Heeft u nog wat oude exemplaren op de linnenkastplank liggen? Zo ja, dan willen wij die heel erg graag hebben! U kunt ze in ons clubgebouw achterlaten.

*Doet u er a.u.b. even een briefje op dat ze voor **Marga Kortekaas** bestemd zijn.*

Alvast bedankt voor uw medewerking.

De kampstaf jubileumkamp 50 jaar De Spartaan



KLEURPLAAT





Ondernemen zonder zorgen

Automatisering met Duvak,
dat loopt wel lekker...



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

homma
ELEKTROTECHNISCHE OPLOSSINGEN



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

Vennestraat 21	■ Elektrotechniek
2161 LE Lisse	■ Beveiliging
0252-416054 tel	■ Industriële automatisering
0252-418921 fax	■ Onderhoud en beheer
www.hommabv.nl	■ Datanetwerk
info@hommabv.nl	■ Zonnepanelen

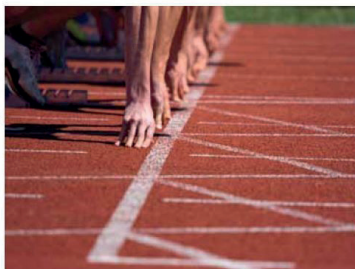
Homma Elektrotechniek BV heeft een uitgebreide certificering. Details hierover vindt u op www.hommabv.nl

Maak het verschil met Deloitte Klaar voor de start!

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

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

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



Deloitte

© 2011 Deloitte The Netherlands



Hoveniersbedrijf G. Rutgrink

Tuinontwerp

Aanleg en onderhoud

Grond- en straatwerk

Groenvoorziening

Boomverzorging

Narcissenlaan 10
2172 TC Sassenheim

tel: 0252-217386
info@rutgrinkhoveniers.nl
www.rutgrinkhoveniers.nl

lid van 
Vereniging hoveniers



**multicopy the
communication
company**

*Uw communicatie
in goede handen*

MultiCopy Katwijk/Noordwijk

De Scheylsloot 3, 2201 GN Noordwijk

t 071 408 10 03

e katwijk@multicopy.nl

www.multicopy.nl/katwijk

MultiCopy Teylingen

Wattsstraat 64, 2171 TR Sassenheim

t 0252 21 50 99

e teylingen@multicopy.nl

www.multicopy.nl/teylingen

MultiCopy Den Haag Forepark

Oder 18, 2491 DC Den Haag

t 070 301 30 10

e forepark@multicopy.nl

www.multicopy.nl/forepark