

Secretariaat:

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

Bestuur:

website: www.spartaan.net

Voorzitter:

Gert Jan Booi
van Ostadestraat 70, 2162 BR Lisse
0252-429045 / gert-jan.booi@zonnet.nl

Vice voorzitter:

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

Secretaris:

Hans van den Berg
Muntstraat 159, 2165 VH Lissebroek
06-21867513 / hvandenber@quicknet.nl

Penningmeester:

Joop Warmerdam
Prof. Aalberselaan 11C,
2211 BG Noordwijkerhout
0252-375531 / penningmeesterspartaan@live.nl

PR en Sponsoring:

Vacature

Commissies:

W.O.C. Wedstrijd Organisatie Commissie

Voorzitter + Hans van Noort,
Coördinator Plattanderlaan 32,
2171 LV Sassenheim
0252-211724
j.t.v.noort@duravermeer.nl
Secretaris Ronald van Loon
Westerdreef 62, 2161 GN Lisse
0252-415029
ro.loon@wxs.nl
Jury- Kees van Ruiten
coördinator Heereweg 471a, 2161 DC Lisse
0252-215840
keesenellyvanruiten@ziggo.nl

C.W.A. Commissie Wedstrijd Atleten

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

C.R.A. Commissie Recreatie Atletiek

Voorzitter Hans Adriaanse,
Burg. de Graafplein 32,
2162 AZ Lisse / 0252-411552
hans.adriaanse@wanadoo.nl
Secretaris Conny van Schie
Boerenburgerweg 31
2201 PM Noordwijk
connyvansch@planet.nl

C.J.A. Commissie Jeugd Atletiek

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

T.R. Technische Raad

Voorzitter Paul Grimbergen,
Jan Steenstr.65, 2162 BM Lisse
0252-418127
grimbergen@planet.nl
Secretaris Ingrid Weijers,
P.Breughelln 22, 2182 MG H'gom
0252-523836 / info2007@mvkiw.nl

Redactie: Marga Kortekaas en Trudy Olij

Inhoudsopgave.....	1
Kerst- en Nieuwjaarswens.....	2
Berichten van de bestuurstafel:	
• Van de vice-voorzitter.....	3
• Uitnodiging buitengewone ledenvergadering 06-01-2010.....	4
• Aankondiging Nieuwjaarsreceptie / Algemene Leden Vergadering	4
Wandeltochten in de omgeving	4
Ledenadministratie:	
• Jarigen december 2009/januari 2010 / Opgezegde leden	5
• Nieuwe- en Verhuisde leden	5
Kantine- en Redactienieuws / Geboren	6
Het beste voornemen voor 2010	9
Klaverjassen stand na 2 avonden	9
Club van Honderd nieuws	10
50 Jaar AV de Spartaan deel 3.....	11
Van de Vrijwilligerscommissie:	
• Berichten van de commissie	12
• Vrijwilligers van de maand december 2009	13
Nieuws vanuit het CWA:	
• Top 3-2009 Dames/Heren.....	14
Nieuws vanuit het WOC:	
• Sporten en laten sporten.....	15
• Bos, duin, strand en weg / Activiteitenkalender	16
• Onderlinge Kerstcross.....	19
CRA-Nieuws:	
• Het wintercircuit / De Keukenhofloop 10-01-2010.....	19
• De Polderloop 07-02-2010 / Trimlopen	20
• Wandelingen in de regio / Nieuwjaarsreceptie 02-01-2010	21
• Sport Medisch Advies.....	21
• Spartaan goes USA / New York Marathon 2010	22
Nieuws van de CJA:	
• Berichten van de voorzitter	22
De Scholierenbosloop / Nieuws vanuit de CD-Hoek	23
Pupillennieuws:	
• Eindstand puntenklassement 2008/2009.....	24
• Uitslag 1e Quatrocross Voorschoten 07-11-2009	26
• Grote Clubactie / Chrono Kerstcross 26-12-2009	29
• Activiteitenkalender / Zoekt U een oppas?	29
• Uitslagen Indoor Onderwater 28-11-2009	30
• Clubrecords B/C-pupillen per 01-11-2009.....	31
Kerstkleurplaat	32

Kopij insturen uiterlijk:

woensdagavond 27 januari vóór 16.00 uur.

**Het clubblad ligt klaar in de kantine voor bezorging:
op dinsdag 9 februari.**

Clubblad:

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

DE SPARTAAN



Trainingscoördinator Senioren, Junioren AB
en 'extra trainingen' C/D junioren :
Arnoud Koot,
06-48421769 / a.koot@orange.nl
Trainingscoördinator Junioren C/D en pupillen :
Wouter Hoogkamer,
wouterhoogkamer@gmail.com

Ledenadministratie

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

Sport:

• Massage Caroline van der Dussen
0252-227333 / 06-33943434
op afspraak dinsdag 19.00-22.00 uur
op afspraak donderdag 18.00-21.00 uur
Nicolette Zeestraten
0252-211560 / 06-10480098
op afspraak maandag 19.00 - 22.00 uur
Keuringen S.M.A. 071-5828620
Simon Smitweg 1,
2353 GA Leiderdorp

Afspraken ma t/m vrijdag 08.30-17.00 u
TSB: Vincent van Blitterswijk
Clusiusstraat 150,
2163 JK Lisse
0252-521327
v.blitterswijk@ziggo.nl

Vrijwilligerscommissie

Voorzitter Jaap van Amsterdam
Irenestraat 74, 2161 PZ Lisse
0252-418414
jaapenmario@wanadoo.nl
Contact- Marnie Grimbergen
persoon: 06-22666547
marniegrimbergen@hotmail.com
Paul van Sijl,
Rosa Spierstr. 1, 2162 JT Lisse
0252-414844

Internet-commissie

Hans Adriaanse, 0252 411552

Vertrouwens Contactpersonen

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

Inschrijvingen wedstrijden:

Pupillen: Monique Hoogkamer
v.Heemskerkplein 2A,
2161 TH Lisse,
0252-423057
spartaan@ruysterstaete.nl
C/D Annette van Wieringen
Jeugd: Tasmanstraat 16
2161 VX Lisse
0252-417772
amcvanwieringen@zonnet.nl

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

Kantine:

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

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

Gevonden voorwerpen:

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



**Wij wensen u
prettige
kerstdagen
en een
gezond en
sportief
2010**



DE SPARTAAN



VAN DE BESTUURSTAFEL



Van de voorzitter

De afgelopen weken heeft het bestuur erg veel tijd besteed aan het onderwerp 'professionalisering'. Dit onderwerp is in de voorgaande jaren al een aantal keren aan de orde geweest. Zo maakt het deel uit van het meerjaren beleidsplan van het bestuur en ook op de ledenvergaderingen is het een aantal keren aan de orde geweest. Het is echter wel vaak lastig om inhoudelijk te omschrijven hoe professionalisering er dan uit ziet, maar vaak wordt het gedefinieerd als 'het tot stand brengen van kwaliteitsverbetering bij atletiekverenigingen door het aanstellen van professionele krachten in de vorm van 'verenigingsmanagers'.

Grotere clubs kunnen zo'n medewerker in dienst hebben, maar er zijn ook varianten waarbij een aantal sportverenigingen in een plaats gezamenlijk een verenigingsmanager aangesteld hebben.

Zo'n professional kan verschillende rollen vervullen, afhankelijk van de behoefte van de vereniging. Bij De Spartaan zijn we niet op zoek naar een persoon die het vrijwilligersbeleid op poten gaat zetten of die de dagelijkse werkzaamheden gaat uitvoeren. Wel zouden we als bestuur graag gesterkt worden door iemand die de volgende twee hoofdtaken in kan vullen:

- De expert op het gebied van (wedstrijd)-atletiek, die vakgericht en overtuigend de atletiekbeoefening binnen De Spartaan op een hoger plan kan brengen.
- De maatschappelijk ondernemer, die door zijn contacten en netwerk nieuwe kansen in de markt signaleert, daarop inspeelt en daarmee voor de vereniging naast sportief ook financieel voordeel weet te behalen.

Zoals al eerder gesteld is het de vaste overtuiging van het bestuur dat De Spartaan een bloeiende vereniging is die steunt op drie pijlers: jeugdathletiek, wedstrijdathletiek en recreatieathletiek. Door aansprekende wedstrijdathletiek kunnen we recreanten die anders misschien geen lid zouden worden voor de vereniging interesseren en aan ons binden. Zonder de recreatieathletiek zijn we niet in staat om de wedstrijdathletiek op het gewenste peil te krijgen. Deze twee takken kunnen in onze visie niet zonder elkaar bestaan. Door te investeren in de wedstrijdathletiek kunnen we zaken voor elkaar krijgen, die ook voor de rest van de vereniging van belang zijn.

Op het gebied van maatschappelijk ondernemen worden we met grote regelmaat gevraagd om onder meer clinics te verzorgen voor scholen of bedrijven of buitenschoolse opvang. Eigenlijk ontbreekt de tijd bij de huidige bestuursleden om dit soort zaken goed in te vullen en daar laten we kansen liggen om geld te verdienen voor de vereniging. Daar vandaan is nog maar een kleine stap richting het werven van sponsors voor onze activiteiten.

Het bestuur heeft daarom een plan ontwikkeld om deze taken bij een nieuw te benoemen functionaris onder te brengen. Dit betekent echter een investering in de toekomst en investeringen kosten geld. Aangezien het onverstandig is om dit te bekostigen uit mogelijk te realiseren sponsoropbrengsten gaat dit gepaard met een voorstel tot contributieverhoging. Wij zijn er van overtuigd dat dit een verantwoorde stap is in het verder ontwikkelen van De Spartaan, zonder concessies te doen aan de sociale verenigingsstructuur die wij nu kennen.

Wij zullen daarom op 6 januari 2010 in een speciale Algemene Ledenvergadering ons plan aan de vereniging voorleggen en toestemming vragen om dit, met de noodzakelijke contributieverhoging, door te mogen voeren.

Wij rekenen op uw komst!

Met sportieve groet,
Gert Jan Booij



DE SPARTAAN



Uitnodiging voor buitengewone ledenvergadering van
Atletiekvereniging "De Spartaan"

Te houden op 6 januari 2010 in ons clubgebouw
Aan de Spekkelaan te Lisse
Aanvang 20.00 uur

Agenda

1. Opening
2. Professionalisering, aanstelling trainingscoördinator met verenigingsondersteunende taken.
3. Financiële onderbouwing
4. Goedkeuring algemene ledenvergadering
5. Rondvraag
6. Sluiting



Hans van den Berg , secretaris hvandenbergh@quicknet.nl

NB: Heeft u vragen die u tijdens de vergadering beantwoord of behandeld wilt zien, mail deze dan uiterlijk 10 dagen voor de vergadering aan de secretaris. (zie ook "van de bestuurstafel" in deze uitgave)

• • • • •
• **AANKONDIGING** •
• **NIEUWJAARSRECEPTIE** •
• **wordt gehouden op** •
• **zaterdag 2 januari 2010** •
• **van 16.00** •
• **tot 18.30 uur** •
• • • • •



AANKONDIGING
De Algemene Leden Vergadering
wordt gehouden op
donderdag 25 maart 2010
aanvang 20.30 uur

Wandeltocht in de omgeving
De wandelsportvereniging LEO (Leiden en Omstreken) organiseert op **zaterdag 16 januari 2010** tocht 2 van een serie van 5 tochten. Na 3 van de 5 tochten te hebben gelopen ontvangt men gratis een herinnering.
Startlocatie: De Ruigenhoek
Herenweg 444
2211 CD Noordwijkerhout
Starttijden: 20 km 9:00 tot 10:00 uur
Info: 0252-412982 of wsvleo.nl



VAN DE LEDENADMINISTRATIE

JARIGEN

December			
16	Lisanne		Slotboom
16	Bart	van	Gent
16	Thomás	van	Delft
17	Marga	vd	Kret - v Leeuwen
17	Jari		Klaverstijn
18	Roel		Kik
18	Wil	vd	Voort - Smit
18	Lida		Koot-Verbeij
18	Wies	vd	Post
19	Usha		Dhalganjansing
19	Riëtte		Eggink
19	Anna	de	Keijzer
19	Yvon	van	Tol
19	Aad	van	Kampen
19	Angela	vd	Lans
20	Martine		Braam
20	Karin		Abeling
20	Ruben		Opstal
20	Samantha	de	Man
20	Jaap	van	Rijn
20	Erwin	van	Dijk
21	Mathijs	van	Elk
21	Anouk	van	Loenen
22	Max		Nieuwenhout
22	Wim	van	Gerven
22	Tessa	van	Hateren
22	Frank	van	Wagensveld

23	Piet		Ruigrok
23	Steffanie		Wijnhout
23	Ton		Singels
23	Marjo		Fijma
23	Jétro	vd	Geest
23	Steven		Huijskes
24	Joop		Oudshoorn
24	Bas	vd	Helm
24	Koen	de	Hartog
24	Rob	van	Velzen
24	Nikki		Vreeken
24	Sabine		Horsten
24	Nettie		Elfering
24	Andre	de	Groot
24	Davey		Kaak
24	Sandra	van	Iperen
24	Bart		Weijers
25	Danny	vd	Ploeg
25	Jelle		Schaap
26	Jasper		Blauwhoff
26	Hannah	vd	Plaats
26	Leo		Rijneker
26	Heino		Stroet
26	Peter		Schouten

27	Eem	van	Oosten
27	Ivo		Lobbezoo
27	Nettie		Veth-Eekhout
28	Lia		Wagterveld
28	Piet		Lenling
28	Danielle		Vloon
28	Romy	van	Hameren
28	Marjolijn	van	Ommeren
29	Bram		Hofland
29	Ronald	van	Loon
29	Maartje		Kragtwijk
29	Henk	vd	Spek
29	Jarno	van	Lierop
30	Jurrian		Nannes
30	Sebastiaan		Kerkvliet
30	Joep		Jansen
30	Leo		Randsdorp
30	Sanne		Noort
30	Iris		Noort
31	Gert Jan		Booij



Januari			
1	Irene		Koster-Schouten
1	Esther	van	Iterson
1	Nicky	van	Roode
1	Rebecca		Hulshof
2	Stefan	de	Rooij
2	Olette		Kokkelkoren-vd Poel
3	Mariska		Hoogkamer
3	Joep		Ligtoet
3	Joey		Timan
3	Joost		Teeling
3	Jochem	van	Stijn
3	Gertjan	de	Waard
4	Jacques		Berbée
4	Roanne	de	Boer
4	Ben	vd	Meer
5	Gé		Paardekooper
5	Chris		Zuiderduin
5	Lida	vd	Voort
5	Ger	van	Riek
5	Mark		Jansen
5	Brenda		Segers

6	Mariëtte		Beijk
6	Lisanne		Persoon
6	Esther		Groen
6	Ingrid		Turenhout
6	Maarten		Fransé
7	Werner		Dekker
7	Corrie		Eikelenboom
7	Hans		Burgemeester
7	Bob		Hogervorst
7	Martine		Mundt
8	Christian		Feeleüs
8	Daan		Mesman
9	Piet	vd	Hulst
9	Alex	van	Kesteren
9	Paul		Zwetsloot
9	Jonatan	vd	Geest
11	Dieuwertje	vd	Vlugt
11	Kevin	vd	Lans
11	Dirk		Meurs
11	Joël		Langelaan
12	Michael	de	Vroomen
12	Ellie		Bouwhuis

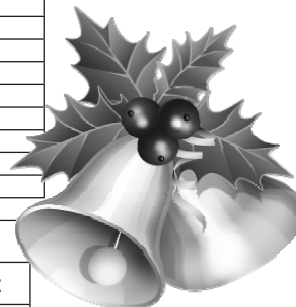
12	Evert	vh	Schip
12	Nico		Schriek
12	Mirjam	de	Wit
12	Margriet	van	Duijn
13	Lisa	vd	Geest
13	Caroline		Splinter-Baudet
13	Tiny	van	Dooren-van Eeten
13	Nicolette		Zeestraten
13	Laura		Mens
13	Chantal		Noordermeer
14	Luuk	vd	Ben
14	Sjaak	vd	Weijden
14	Harold		Slingerland
14	Wies		Vreede-v.d. Plas
14	Irene		Winters
15	Nadine	van	Veen
15	Yvonne		Groen in 't Woud
15	Judith	de	Graaf
15	Emma	van	Hateren
15	John		Wassenaar
15	Tiny		Jansen-van Saase
15	Liesbeth		Samwel

Opgezegde leden						
Voornaam	Naam	Straatnaam	Nr.	Postcode	Woonplaats	KnauCat
Eelco		Jacob Marislaan	21	2182 MA	Hillegom	32 Recreant
Finn		Betje Wolffstraat	11	2162 KA	Lisse	02 Mini-pupil
Stijn		Jozef Israelslaan	43	2182 LH	Hillegom	08 A-pupil
Max	van	A. Loosjesstraat	28	2032 MC	Haarlem	16 A-junior
Hilda		Romijnstraat	31	2161 CN	Lisse	31 Recreant
Romy	van	Van der Veldstraat	27	2161 ZC	Lisse	05 B-pupil
Debby	v.d.	Zijlstraat	16	3201 BP	Spijkenisse	17 Senior
Nikki		Tuinkersstraat	24	2215 WL	Voorhout	15 A-junior
Pascal		Julianastraat	76	2161 RE	Lisse	12 C-junior
Nana		Hillegommerdijk	387	2144 KT	Beinsdorp	05 B-pupil
Maroeska		Pelikaan	214	2171 PM	Sassenheim	31 Recreant
Simone		Lindenlaan	40	2161 MH	Lisse	37 Wandelbaar
Marianne		Linnaeuspark	3	2163 KS	Lisse	31 Recreant
Caroline		Gerard Doustraat	38	2161 CP	Lisse	05 B-pupil
Astrid	vd	Zuiderkruis	85	2163 AC	Lisse	31 Recreant
Marvin		Derk Bolhuisstraat	17	2202 VE	Noordwijk	10 D-junior
Ernst		Derk Bolhuisstraat	17	2202 VE	Noordwijk	22 Master M35
Jeffrey		Derk Bolhuisstraat	17	2202 VE	Noordwijk	06 B-pupil
Denise		Derk Bolhuisstraat	17	2202 VE	Noordwijk	09 D-junior
Ingrid		Pieter Breughellaan	22	2182 MG	Hillegom	31 Recreant



Vervolg ledenadministratie:

Nieuwe leden						
Voornaam		Naam	Straatnaam	Nr.	Postcode	Woonplaats
Bas		Britstra	Wielestein	35	2151 KP	Nieuw Vennep
Florian	van	Delft	Anna Bijnstra	13	2162 KG	Lisse
Isa	den	Elzen	Jan Steenstraat	53	2162 BM	Lisse
Wouter		Koedooder	Stepelerveld	25	2151 JM	Nieuw Vennep
Luka	vd	Meij	Rooversbroekdijk	30	2162 JX	Lisse
Juliette		Pluimert	Heereweg	429	2161 DB	Lisse
Dirk		Straathof	Groenewege	55	2211 DD	Noordwijkerhout
Parto		Tayoob	Kuyperlaan	43	2181 VJ	Hillegom
Jeremy	de	Waal	Chopinstraat	83	2162 VS	Lisse
Saartje	van	Waard	Leembruggenstraat	62	2182 KP	Hillegom
Bart		Weijers	Morgenster	52	2201 SZ	Noordwijk
Lisa	vd	Zwart	Eikenlaan	22	2161 EA	Lisse
Ruben		Schild	Flierveld	95	2151 LE	Nieuw Vennep



Verhuisd lid						
Voornaam		Naam	Straatnaam	Nr.	Postcode	Woonplaats
Judith	de	Krijger	Bloembinderspark	63	2161 XR	Lisse

Het aantal leden per 1 november bedraagt 893

KANTINENIEUWS



WINNAARS
KOFFIEKAARTEN
NOVEMBER
 Kitty Beltgens
 Kees van der Dussen
 Ellen Schipper

REDACTIENIEUWS

Uiterste inleverdata voor
kopij op woensdag vóór 16.00 u:

woensdag 27 januari
 woensdag 17 maart
 woensdag 2 juni
 woensdag 25 augustus
 woensdag 13 oktober
 woensdag 1 december

GEBOREN



Hoera, geboren!

Gijs Hartman

2 november 2009
 3850 gram

Paul Hartman & Annemarie Breet-Hartman
 Rooversbroekdijk 34, 2162 JX Lisse
 06-12720738 of 06-24135856





VOOR KLEIN- EN GROOTSCHALIGE PROJECTEN

* Serrebouw * Tuinmuren * Garages
aanbouw op moeilijk bereikbare plaatsen
geluids- en trillingsarm
renovatie van verzakte funderingen

GEBR. SLOBBE

Mozartstraat 12, 2162 AJ Lisse

Tel. 0252 - 417 729 / 418 668

Autotel. 06 - 53 382 012, Fax 0252 - 421 106



Net 'n haar beter!

Autobedrijf Bram Polderman v.o.f.



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



www.mitsubishi-polderman.nl

BIJ DE BRUIN MOET JE ZIJN

TABAK, SIGAREN, LEKTUUR, WENSKAARTEN, LOTTO,
STAATSLOTEN, DAYZERS, WEDDEN OP PAARDEN

BIJ DE BRUIN MOET JE ZIJN!!

HENGELSPORT, KRASLOTEN, STRIPPENKAARTEN, KRANTEN,
INKTCARTRIDGES VOOR PRINTERS

BIJ DE BRUIN MOET JE ZIJN!!

ook voor... TELEFOONKAARTEN EN POSTZEGELS

JOHN DE BRUIN

HEEREWEG 240A, LISSE, TEL. (0252) 413 833

jg.debruin@wolmail.nl



ORIENTAL RESTAURANT

Vivaldistraat 33 - Lisse

Tel. 0252-429638

Openingstijden: dinsdag t/m zondag van 16.00 - 22.00 uur
maandag gesloten (behalve feestdagen)



Kanaalstraat 39, 2161 JB Lisse
Telefoon 0252 - 412 950

KOSMETIKA

koopt u bij

D.I.O Drogisterij -Parfumerie-Schoonheidssalon

v.d. Voort

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

Kanaalstraat 70, Lisse, Telefoon 0252-414576

KEUKENCENTRUM LAKEMAN

Voor een betaalbare keuken

ook voor U!



Heereweg 241

2161 BH Lisse

Tel. 0252-413304

BASSO CONTINUO

CATERING & EVENT PLANNING

Bastiaan C. Ronkes

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

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

Elektro-Technisch Bureau
Jan van der Reyden

voor Service,
Vakmanschap
en Kwaliteit!

Leverancier
van topmerken in
elektrische
huishoudelijke
apparaten
alsmede
televisie, video en
geluidsapparatuur.



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

Landelijk erkend installateur - lid Uneto



**Skicentrum
Hillegom**

De wintersportspecialist

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

**De ideale voorbereiding
voor uw wintersport!**

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

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

www.skicentrumhillegom.nl



KROMHOUT

ACCOUNTANTS EN BELASTINGADVISEURS

Gevleugelde kwaliteit

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



NUIT HET WOC

Keurslagerij

Clemens

Winkelcentrum Poelmarkt • Lisse

Tel. 0252-410410

www.clemens.keurslager.nl

Verstand Van Lekker Vlees

BRIL
Jan't

**Exclusieve Brilmode
Contactlenzen**

Kapelstraat 2, 2161 HD Lisse
Telefoon (0252) 412570

Hoogkamer assurantiën

Een stap vooruit!

Vakantie Vrije tijd Leven Pensioen Bezit
Hypotheek Zorgen Sparen Ondernemen Inkomsten
Besturen

**HOOGKAMER
assurantiën**

Heereweg 278, Lisse T 0252 - 43 60 70 F 0252 - 43 60 80 E info@hoogkamer-assurantiën.nl www.hoogkamer-assurantiën.nl

Het beste voornemen voor 2010:

Sponsor de **Ter Specke Bokaal** met je loopgroep, als persoon of bedrijf
...waardoor je de start van het atletiekseizoen weer succesvol inluidt
en een VIP-behandeling krijgt!

Bedrijven, personen, maar ook (trainings)groepen roepen we op om de Ter Specke Bokaal 2010 te sponsoren: het paradepaardje van onze vereniging.

Vorig jaar sponsorde zowel de A-groep als de groep Fan-Aat een nummer á 150 euro. Een nummersponsor ontvangt zoals voorheen 2 VIP-kaarten maar wordt speciaal als groep nu ook geheel uitgenodigd voor het buffet na afloop van de TSB op 15 mei 2010.

Meer informatie over sponsoring door groepen, individuen of bedrijven? Informeer bij een van de organisatieleden of kijk op www.spartaan.net/TSB

Vincent van Blitterswijk, Ed Warmerdam, Kees van der Dussen, Maarten Ter Hoeve,
Marit Suttorp, Lonneke Derriks, Lenie van der Poel



KLAVERJASSEN

Stand na 2 avonden

deelne(e)m(st)ers	9-okt-09 punten	13-nov-09 punten	Totaal na 2 ronden	Stand na 2 ronden
Verhaar Gerrit	6.788	6.812	13.600	1
Gerven Kees van	7.163	6.230	13.393	2
Stijn Joop van	6.811	6.078	12.889	3
Blom Henk	5.423	7.153	12.576	4
Aanhane Lenie	6.615	5.917	12.532	5
Zonneveld Elly	5.935	6.576	12.511	6
Ruiten Patrick van	6.319	5.854	12.173	7
Berg Jan van den	5.927	5.902	11.829	8
Duineveld Aad	6.211	5.616	11.827	9
Hartman Ank	5.903	5.895	11.798	10
Plomp Lenie	6.453	5.139	11.592	11
Blom Esther	5.407	6.176	11.583	12
Warmerdam Harry	5.795	5.628	11.423	13
Hartman Wim	5.625	5.714	11.339	14
Zonneveld John	5.257	5.790	11.047	15
Aanhane Mart	4.819	5.701	10.520	16
Jonkheer Peter	7.115	0	7.115	17
Dames Frans	0	6.925	6.925	18
Kaptein Jan	6.838	0	6.838	19
Amsterdam Wim van	0	6.753	6.753	20
Grimbergen Paul	6.569	0	6.569	21
Ruiten Kees van	0	6.477	6.477	22
Kraan Frans van der	0	6.435	6.435	23
Ruigrok Piet	6.114	0	6.114	24
Thomas Ben	0	5.913	5.913	25
Edens Theo	0	5.561	5.561	26
Ruigrok Jannie	5.553	0	5.553	27
Amsterdam Martha van	0	5.475	5.475	28
Verhaar Ans	0	5.276	5.276	29
totaal	128.640	144.996	273.636	
aantal deelnemers	21	24	45	
gemiddeld	6.126	6.042	6.081	
	10-okt-08	14-nov-08		
totaal	158.396	181.472	339.868	
aantal deelnemers	26	30	56	
gemiddeld	6.092	6.049	6.069	

Beste kaarters,

Als dit clubblad bij jullie in de bus valt is de 3e avond al weer gespeeld.

Er komen nog 3 avonden te weten:
8 januari - 12 februari en 12 maart 2010.

Voor vragen kun je bellen naar:
Elly Zonneveld 0252-685101



DE CLUB VAN HONDERD NIEUWS

Jaarvergadering 2009

Op vrijdag 6 november werd de jaarvergadering van de Club van Honderd gehouden in ons clubgebouw. De opkomst was zonder meer goed te noemen: bijna 50 leden waren aanwezig om mee te denken met de toekomst van de Club van Honderd en de leuke dingen die hiermee verband houden zoals het plannen en organiseren van de jaarlijkse feestdag en het bepalen welke geschenken wij aan De Spartaan mogen geven. Helaas moest ik onverwacht verstek laten gaan omdat bij mij geheel onverwacht en ongevraagd een speedcursus afvallen was gestart, geheel gratis, maar slecht verzorgd. Bij deze mijn dank aan Marty en Jan voor het overnemen van mijn taak.

2009 was voor de Club van Honderd een goed jaar. De bijeenkomsten werden goed bezocht en de jaarlijkse feestdag met het gebruikelijke concept cultuur / culinair werd als zeer positief ervaren. Het enige nadeel is dat het aantal leden van de Club van Honderd op dit moment "slechts" 95 is. We zullen opnieuw acties gaan starten om het aantal weer op 100 te krijgen en – indien mogelijk – weer een wachtlijst te creëren. Het meest effectieve is altijd mond tot mond reclame, dus sporen wij de huidige leden aan de Club te promoten. Het beste gaat hier nog steeds de spreuk op die ik jaren geleden bij een buurtwinkel zag staan:

"Bent u tevreden zegt het voort, ben u ontevreden, vertel het ons"

Cadeaus voor De Spartaan:

Bijzonder blij waren wij als bestuur van de Club van Honderd dat er dit jaar een aantal serieuze voorstellen binnenkwamen. Of dat komt door de beloofde waardebon van € 50,- of doordat het kiezen van de cadeaus van de Club van Honderd sowieso meer gaat leven onder de leden zal wel een onbeantwoorde vraag blijven. Belangrijk is dat het resultaat beter is dan de jaren ervoor. Uit de ingediende voorstellen is na enige discussie en een schriftelijke stemming besloten om de bijdrage van de Club van Honderd voor 2009 te besteden aan:

1. Bijdrage voor het 50-jarig jubileum van De Spartaan in 2011.
2. Het aanschaffen van portofoons voor verbetering van communicatie tijdens wedstrijden en evenementen.
3. Winterkleding (Jacks) voor juryleden.

Na een pauze, waarin de stemmen geteld werden, werd door het bestuur van De Spartaan voorgesteld om de portofoons uit een ander potje te bekostigen, waardoor meer geld naar het 50-jarig jubileum gaat. Met deze manier van het inbrengen van wensen, het kiezen van ideeën en het samen zoeken naar de beste oplossingen zijn we een nieuwe - en naar mijn mening - betere weg ingeslagen. Gezamenlijk hebben de besturen van De Spartaan en de Club van Honderd besloten om de waardebon naar keuze toe te kennen aan de indiener van het beste idee en dat was de aanschaf van portofoons. En de persoon die achter dit idee zat is Cees Hoogeboom. Laten de anderen proberen hem in 2010 te overtreffen.

Club van Honderd bijeenkomsten in 2010

Traditioneel worden tijdens de jaarvergadering de datums bepaald voor het komende jaar. Laten we ook in 2010 streven naar een hoge opkomst en blokkeer de hier onderstaande data alvast in de nieuwe agenda:

- | | |
|------------------------|--------------------|
| 1. Soosavond | 28 mei |
| 2. Jaarlijkse feestdag | 10 of 11 september |
| 3. Jaarvergadering | 19 november |

Voor de jaarlijkse feestdag zijn al een aantal ideeën ingediend, maar meer is altijd welkom.

Wij zullen er wel naar streven om de combinatie cultuur / culinair op deze dag te blijven handhaven.



Het nieuwe jaar

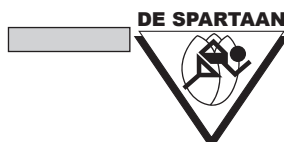
Rondom de jaarwisseling wordt weer volop teruggekeken. De jaaroverzichten gaan weer bol staan met informatie over de financiële crisis, de acties in Afghanistan, de Mexicaanse griep en natuurrampen. Wat mij dan opvalt is dat vaak het negatieve overheerst. Natuurlijk is er heel veel positief nieuws, denk aan geslaagde hulp in rampgebieden, het economisch herstel dat verwacht wordt en – om een beetje op ons eigen gebied te blijven – de vele Nederlandse successen op sportgebied.

De doelstellingen van de Club van Honderd voor 2010: opnieuw 100 leden, het organiseren van geslaagde bijeenkomsten en het geven van een mooi cadeau lijken dan van ondergeschikt belang. En toch hoopt de Club van Honderd in 2010 een positieve bijdrage te kunnen leveren aan haar leden en de vereniging De Spartaan. Wij gaan daarvoor ons best doen.

Daarom wens ik iedereen hele fijne feestdagen en een heel goed, gezond en plezierig 2010 toe.

Als de Club van Honderd op welke manier dan ook daaraan kan en mag bijdragen zal 2010 een geslaagd jaar worden!

Willem van der Krogt



50 Jaar AV De Spartaan Deel 3

Nog 73 dagen tot Vancouver en nog 674 dagen tot de 50^e verjaardag van De Spartaan. Wat is belangrijker? Waar werken wij aan? Natuurlijk is globaal gezien Vancouver veel belangrijker, maar dichterbij huis – in ons Spartaanse wereldje – begint ons 50-jarig jubileum steeds meer in de belangstelling te komen en dat komt op de eerste plaats door het enthousiasme dat er in het jubileumcomité van afdruipt. Dit comité, waarin alle geledingen binnen onze vereniging zijn vertegenwoordigd hebben de laatste maanden hard gewerkt aan een plan voor het jubileumjaar 2010. Dit plan is in november gepresenteerd aan het bestuur en met een paar kleine wijzigingen en aanpassingen goedgekeurd. Alle lichten staan dus op groen om de ingebrachte ideeën te gaan realiseren. Welke ideeën liggen op dit moment op tafel? Hoogtepunten in 2011 in het kader van het 5-jarig jubileum worden:

Grote Jubileumontmoetingsdag begin juni 2011

Deze dag zal één van de hoogtepunten worden in het jubileumjaar. Veel activiteiten op atletiekgebied zullen gaan plaats vinden die omlijst gaan worden door culinaire aanbiedingen en presentaties in het kader van 50 jaar De Spartaan. Op dit moment wordt bekeken of het haalbaar is om een aanval te doen op het wereldrecord 100 m estafette – niet de 4 x 100 maar het grootse aantal atleten dat aan deze estafette deelneemt – en daarmee een plaatsje te veroveren in het Guinness Book of Records. Daarnaast zullen wat clinics gaan plaatsvinden en dat alles in een feestelijk kader met als doel zo veel mogelijk mensen naar Ter Specke te lokken. De bedoeling is dat jong en oud (leden, oud-leden, ouders, sponsors, lokale politiek, inwoners van Lisse en omstreken, etc) elkaar ontmoeten op het sportpark.

Juli 2011 Jubileum Jeugdkamp

In juli zullen er 2 jeugdkampen worden georganiseerd. Eén voor pupillen en één voor junioren. Deze kampen zullen worden gehouden op het sportpark. De organisatie in handen van De Jeugdraad.

1 oktober 2011 Groot Eindfeest

In het sportcomplex van de FC Lisse zullen op deze dag aparte feesten worden georganiseerd voor pupillen, C en D junioren en leden, oud-leden, donateurs en sponsors. Voorafgaande aan dit grote jubileumfeest zal een officiële receptie worden gehouden. Er wordt gekeken naar het meest geschikte tijdstip; vrijdagavond 30 september of op 1 oktober in de namiddag.

Speciale aandacht voor bestaande evenementen.

Activiteiten met betrekking tot het 50-jarig jubileum zullen zeker ook worden ingepast bij bestaande en erg succesvolle evenementen zoals de Ter Specke Bokaal en de bedrijvenestafette. Met de organisaties zijn reeds de discussies gestart.

Goede doelen

De Spartaan staat er om bekend een sociale vereniging te zijn. Bij eerdere festiviteiten werd telkens kans gezien om extra geld binnen te halen om daarmee een of meerdere goede doelen te steunen. Het is zeker de bedoeling – en de prioriteit hiervan is erg hoog – om ook in het jubileumjaar iets te schenken aan goede doelen.

Jubileumboek en logo.

Het gezegde: hier wordt geschiedenis geschreven horen we vaak. De Spartaan kan na 50 jaar op heel wat hoogtepunten terugkijken. Er is al gestart met het verzamelen van hoogtepunten en deze zullen verzameld worden in een jubileumboek. Aan het fraaie jubileumlogo wordt op dit moment de laatste hand gelegd. Wij hopen dat in januari te kunnen presenteren.

Inkomsten en uitgaven.

Ook deze zeer belangrijke verantwoordelijkheid valt binnen de jubileumcommissie. Als er meer uitgegeven wordt dan dat er binnenkomt hebben we zo maar kans op een mini financiële crisis. Daarom wordt er volop gebrainstormd en bekeken hoe dit 50-jarig jubileum bekostigd kan worden. In 2010 komen er acties waarbij gedacht moet worden aan sponsorlopen, loterijen, bingo, veiling en andere evenementen om de nodige financiën binnen te halen. Nieuwe ideeën daarbij zijn van harte welkom!

Iedereen meedoen, iedereen meedenken, iedereen meeleven.

De Spartaan is een mooie vereniging met intern hele sterke banden. Daarom wordt er ook hard aan gewerkt om van 2011 een onvergetelijk jaar te maken in de geschiedenis van onze club uit Lisse. Naarmate het jubileum dichterbij komt zal het zeker meer gaan leven en zult u er meer van horen. Heeft u vragen of ideeën, wilt u aan een bepaald evenement uw bijdrage leveren schroom dan niet om een van de leden uit de jubileumcommissie te benaderen. Ik geef u nog even de namen met daarbij de gebieden waarop zij actief zijn:

Aad Grimbergen (voorzitter); Wim van der Krogt (vice-voorzitter, Club van 100 en coördinator van de jubileumactiviteiten); Jaap van Amsterdam (Financiën, vrijwilligerscommissie); Louis van de Reep (Kantinecommissie); Anouk Kragtwijk (Commissie Wedstrijd Atleten); Iris van der Meer (Jeugdraad C/D Jeugd); Jan Beijl (Jeugdraad Pupillen); Hans van Noort (Wedstrijd Organisatie Commissie); Hans Adriaanse (Commissie Recreatie Atleten); Paul Grimbergen (Technische Raad).

Het is geen enkel probleem, en wordt zelfs gewaardeerd als u dit team benadert om uw mening, uw goede raad en uw medewerking te geven.

Namens de jubileumcommissie wens ik iedereen hele fijne feestdagen en een super pre-jubileumjaar 2010

Wim van der Krogt



DE VRIJWILLIGERSCOMMISSIE

2009 - 2010

December, typisch een maand om terug te kijken naar datgene wat er zoal gebeurd is in het bijna afgelopen jaar. Maar ook om toch vooral uit te kijken naar wat er voor ons ligt.

Wij van de vrijwilligerscommissie denken dat we als vereniging De Spartaan met een tevreden en vooral trots gevoel op 2009 kunnen terugzien. Er is op sportief gebied het nodige gepresteerd. Niet iedereen zal helemaal gelukkig zijn met zijn of haar prestaties maar dat houdt dan tegelijk in dat er nog ruimte zal zijn voor verbetering. Er fris en vrolijk en hopelijk blessurevrij er tegen aan.

Ook organisatorisch mogen we niet klagen. Denk maar eens aan de opzet van een bijna geheel nieuwe ploeg schoonmakers/sters. Maar ook aan de nog altijd groeiende groep vrijwilligers. Zeer regelmatig krijgen wij namen door van nieuwe leden of ouders van nieuwe leden die bereid zijn de handen uit de mouwen te steken. Dit is ook nodig omdat de groeiende vereniging steeds meer vrijwilligers nodig heeft.

In de cursus die twee van ons thans volgen is dat ook een duidelijk onderwerp. Hoe zet je een vrijwilligerscommissie op binnen de structuur van een vereniging en vooral ook hoe bouw je die uit tot een solide bolwerk waar we met zijn allen iets aan hebben. De



Spartaan mag zich echter gelukkig prijzen dat er een grote groep mensen is die de kar willen blijven trekken. Wat wij van onze medecursisten horen dat het nu juist dat bij een aantal verenigingen, het grote knelpunt is.

Met die constatering moeten we echter niet denken dat er niets meer te wensen over blijft. Er zijn nog altijd plekken op te vullen, waar we als Spartaan aan moeten blijven werken. De volgende stap in de cursus is dan ook gericht op het verder verfijnen van de doelstellingen van het beleid en de activiteiten die daar uit voortvloeit af te stemmen op datgene wat in het algemene beleidsplan is vastgelegd.

Belangrijke vacatures die om invulling vragen zijn nog steeds aanwezig. We noemen er een paar: Jurycoördinator – bestuurslid PR en Sponsoring – Aanvulling voor de Vrijwilligerscommissie. Wij zijn ons er van bewust dat het niet altijd de gemakkelijkste banen

zijn, maar, en ook dat wordt in de cursus behandeld, het kan ook door 2 personen gedaan worden. Dit om de taak wat luchtiger te houden. Voelt iemand zich dan ook geroepen om er samen voor te gaan en elkaar zo te steunen en aan te vullen, aarzel dan niet en ga eens praten met de mensen van de verschillende commissies. Of kom eens langs bij een van ons. Wij willen jullie graag verder helpen.



Vooruitblikkend op 2010 staan ons nog de nodige uitdagingen te wachten. Wij hebben vernomen dat de jubileumcommissie inmiddels haar plannen aan het bestuur heeft voorgelegd en wij zijn dan ook reuze benieuwd, waar ze mee naar buiten komen. 4 oktober 2011 lijkt nog ver weg maar de tijd gaat snel en zal goed benut moeten worden. Ongetwijfeld zal er op veel vrijwilligers een beroep gedaan worden. Wij hebben daar het volste vertrouwen in. Temeer omdat in verleden gebleken is dat en nooit tevergeefs een beroep gedaan werd op de leden.

Jubileum 2011 ?????

Ook gaan we eerdaags van start met de voorbereidingen voor de vrijwilligersmiddag 2010. Zoals eerdere gemeld zoeken wij naar een buitenactiviteit. Bovendien willen wij graag weer een zeer grote opkomst en daarom wordt in het bijzonder de 'jongere garde' opgeroepen met ideeën te komen. Ook deze mensen verdienen het om in het zonnetje gezet te worden. Zij waren de grote afwezigen tijdens onze fietstocht.

Tot slot nog iets over de rubriek "De vrijwilliger van de maand." Aan iedere kandidaat wordt gevraagd, wat zou je willen zeggen tegen iemand die nog geen vrijwilliger is?



Antwoord in het vorige clubblad: "Ik vind eigenlijk niet dat iemand dat gevraagd moet worden. Het moet van je zelf uitgaan. Anders is het niet meer echt vrijwillig. Een stelling om eens over na te denken. Een reactie hebben we daar al op gehad. Iemand zei laatst op de vraag waarom hij zich niet bij een andere club aansloot: "Als ik lid word, vind ik ook dat ik de plicht heb om vrijwilligerswerk te verrichten". Ook op deze stelling kunt u gerust reageren, wie weet wat er nog gaat gebeuren het komende jaar.

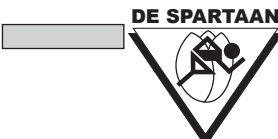
De vrijwilligerscommissie wenst alle Spartaners een fijne feestmaand toe en voor 2010 veel gezondheid en sportieve vreugde bij de Spartaan.



Namens de vrijwilligerscommissie, Jaap van Amsterdam



Prettige feestdagen en een sportieve en goede jaarwisseling



Vrijwilligers van de maand december 2009

Dit keer hebben we eens gevraagd aan een echtpaar om zich voor te stellen. Veelal zul je ze samen op het veld vinden om te jureren bij wedstrijden en dat al vele jaren lang. En hij is daarnaast ook nog aan het klussen en heeft jaren training gegeven van pupil tot recreant. Het hele gezin was een echt "Spartaangezin" er is nog 1 zoon als trainer actief. Graag wil ik jullie voorstellen aan Ans en Gerrit Verhaar.



Stel jullie eens voor (naam, gezinssituatie, beroep, wel of geen sportieve binding met de vereniging):

Wij, Gerrit en Ans, zijn 41 jaar getrouwd. Hebben 3 kinderen: Richard getrouwd met Maria heeft 1 zoon Magnus en woont in Mattsee in Oostenrijk. Dennis getrouwd met Eveline heeft 1 zoon Sven en 1 dochter Esmée. Dochter Debbie woont samen met Bernard in Lisse. Wij zijn allebei 65 jaar. Na vele jaren in de bollen en schoonmaakwerk gedaan te hebben hoeven we gelukkig niet meer te werken. Trouwens daar is nauwelijks tijd voor met de kleinkinderen en de zoon in Oostenrijk die we regelmatig bezoeken.



Waarom zijn jullie aan vrijwilligerswerk begonnen?

Gerrit: Ben in 1976 gevraagd om de pupillen te trainen. Vele jaren heb ik dat met heel veel plezier gedaan. Daarna ben ik overgegaan naar de B-jeugd en de junioren zodat ik mijn ervaring op m.n. op polshoog en horden aan de oudere jeugd kon overbrengen.

In 1986 vroeg Henk Elfering of ik de recreanten wilde overnemen en tot voor enkele jaren heb ik dat mogen doen. Ik was daarbij altijd zelf ook meetrainend. De laatste jaren help ik in de klusgroep op dinsdag en ook ben ik al vele jurylid en starter.

Ik Ans ben net als denk ik iedereen begonnen. Gerrit was al lid vanaf het begin van de vereniging. Ik was vaak op de baan want ook de kinderen gingen erop allemaal zijn ze bij De Spartaan begonnen en toen dacht ik nou dan kan ik net zo goed de handen uit de mouwen steken. En zo lopen we al vele jaren bij De Spartaan rond.

Hoe is jullie dit bevalen?

Gerrit: Het is fijn om je kennis over te brengen op anderen. Vooral als je ziet dat ze iets ervoor willen doen en het ook oppakken. Maar plezier staat voorop.

Ans: Ik vind het heel gezellig en je bent buiten (mooi weer of slecht weer). We hebben in de loop van jaren veel kennissen binnen de vereniging gekregen en vonden en vinden het nog steeds erg gezellig.

Hoe lang doen jullie dit al?

Gerrit: Al vanaf 1976 het training geven en sinds ik in de fut ben gegaan, ben ik bij de klusploeg. Dit is maar een paar activiteiten die ik gedaan heb.

Ans: Al jaren. Vanaf mijn trouwen heb ik 25 jaar het clubblad getypt (nog op stencils). Dat was wel heel intensief en koste veel tijd maar was toch erg gezellig. Daarna kwam de computer en toen ben ik ermee gestopt. Ook heb ik de kantine jaren schoongemaakt en ik ben jurylid.

Wat zouden jullie willen verbeteren in je vrijwilligerswerk?

Gerrit: Ik vind dat ik al genoeg doe en dat gaat allemaal goed.

Ans: Voor mij eigenlijk niets.

Wat vinden jullie van De Spartaan en wat wil je de vereniging meegeven?

Gerrit: Het gaat wat mij betreft goed. Gewoon zo doorgaan, maar wel dan graag met wedstrijd ploegen op het "hoogste" niveau. We moeten wel ambitieus blijven en niet berusten in een lager niveau.

Ans: Ik vind het nog steeds gezellig en kom dan ook graag bij allerlei evenementen binnen de vereniging.

Zouden jullie ook weleens ander werk willen doen? Wat moeten wij doen om dit gemakkelijker te maken?

Gerrit: Ik vind dat het genoeg is wat ik doe. Jurylid en klusploeg. Dat doe ik nog met heel veel plezier dus ander werk hoeft voor mij niet.

Ans: Ik ben al aan het afbouwen. Geen kantine meer schoonmaken, alleen nog jurylid. Mijn tijd is nu ook anders ingedeeld en daarnaast vind ik dat de jongeren het maar moeten doen.

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

Gerrit: Ik doe vaak klussen bij de kinderen (ook in Oostenrijk) en werk bij de tuinploeg van de Agathakerk. Daarmee ontmoet ik weer anderen mensen.

Ans: Ik ben vrijwilligster in de Beukenhof en schenk daar koffie. Het contact met de ouders geeft je enorm veel voldoening en voor hen ben je ook weer een ander aanspreekpunt. Ook pas ik 1 dag in de week op de kinderen van Dennis en Eveline. Dat geeft me veel plezier en daarmee kan ik mijn kinderen ook helpen.

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

Gerrit: Een echte held heb ik niet. Maar ik zie graag de meerkampers aan het werk. Zij dienen altijd veel nummers goed te moeten kunnen (heb ikzelf "enige" ervaring mee).

Ans: Ard Schenk. Een sympathieke man en goed sportmens. Hij heeft juist een boek uitgegeven wat is zeker ga lezen.

Wat zou je een lid die nog geen vrijwilliger is willen zeggen? Waarom zou men vrijwilliger moeten worden?

Gerrit: Word vrijwilliger. Je ziet weer eens andere mensen dan in de groep waarmee je traint en je doet iets terug voor de vereniging.

Ans: Een vrijwilliger wordt gauw in de groep opgenomen en er is altijd wat te doen.

Heb je zelf een motto en wat is die?

Gerrit: Het oude gezegde: "niets moet, alles mag". (Dit was een gezegde die ik van Henk Elfering heb overgenomen)

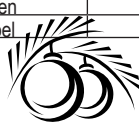
Ans: Eigenlijk heb ik geen motto.

NIEUWS VANUIT HET CWA

Top 3-2009 DAMES



Nummer	Dames		Meisjes A		Meisjes B	
100m	1 Yvonne Wisse	12.03	Stephanie van der Meer	14.41	Miranda de Regt	12.58
	2 Remona Fransen	12.78			Myrthe Duivenvoorden	13.45
	3 Nienke Kragtwijk	13.12			Elise Valk	14.18
200m	1 Yvonne Wisse	23.76	Dieuwke van Buren	30.1	Miranda de Regt	25.49
	2 Remona Fransen	25.16	Stephanie van der Meer	30.51	Myrthe Duivenvoorden	27.46
	3 Eva van der Poel	26.41	Mathilde Plantenberg	31.15	Giselle Slotboom	28.6
400m	1 Romara van Noort	54.94			Miranda de Regt	60.12
	2 Remona Fransen	57.57			Giselle Slotboom	63.3
	3 Lonneke Derriks	57.76			Lisa Edelaar	67.09
800m	1 Yvonne Wisse	2.11.05	Stephanie van der Meer	2.55.5	Giselle Slotboom	2.23.55
	2 Lonneke Derriks	2.15.01	Dieuwke van Buren	3.17.3	Miranda de Regt	2.24.91
	3 Remona Fransen	2.17.65			Lisa Edelaar	2.27.72
1500m	1 Eveline Botter	5.12.45			Giselle Slotboom	5.03.39
3000m	1 Eveline Botter	11.22.01			Emma Alkemade	12.32.30
	2 Esther Habers	12.26.77				
100mH	1 Yvonne Wisse	13.66	Stephanie van der Meer	19.7	Miranda de Regt	14.62
	2 Remona Fransen	14.02	Dieuwke van Buren	20.0	Giselle Slotboom	17.3
	3 Eva van der Poel	15.71			Lisa Edelaar	20.7
400mH	1 Lonneke Derriks	62.45			Miranda de Regt	69.51
	2 Sonja van Noort	71.43				
2000mST	1				Giselle Slotboom	7.44.83
3000mST	1		Giselle Slotboom	12.09.11		
Ver	1 Remona Fransen	6.24	Dieuwke van Buren	4.67	Miranda de Regt	5.61
	2 Yvonne Wisse	6.07	Stephanie van der Meer	4.47	Myrthe Duivenvoorden	4.67
	3 Nienke Kragtwijk	5.56			Silke Boon	4.67
Hoog	1 Remona Fransen	1.85	Dieuwke van Buren	1.40	Maxime Nieuwenhuizen	1.62
	2 Yvonne Wisse	1.76	Stephanie van der Meer	1.25	Myrthe Duivenvoorden	1.55
	3 Anouk Kragtwijk	1.69			Miranda de Regt	1.49
Polshoog	1 Marit Suttorp	2.50			Silke Boon	2.00
Hinkstap	1 Eva van der Poel	11.21			Silke Boon	9.83
	2 Marit Suttorp	9.92			Maaïke Boon	9.58
Kogel	1 Yvonne Wisse	13.96	Dieuwke van Buren	10.69	Myrthe Duivenvoorden	11.29
	2 Remona Fransen	13.15	Irma van Dijk	8.68	Miranda de Regt	10.50
	3 Roxanne van Noort	12.41	Stephanie van der Meer	7.20	Marleen Westra	10.39
Discus	1 Roxanne van Noort	41.16	Irma van Dijk	28.14	Marleen Westra	30.47
	2 Eva van der Poel	26.31			Karin Abeling	26.05
	3 Marga Kortekaas	22.91				
Speer	1 Yvonne Wisse	35.35	Stephanie van der Meer	29.81	Karin Abeling	29.01
	2 Remona Fransen	32.54	Dieuwke van Buren	28.84	Miranda de Regt	27.13
	3 Eva van der Poel	32.09			Lisa Edelaar	25.46
Slingeren	1 Heidi van der Veek	30.59	Irma van Dijk	26.54		
Meerkamp	1 Yvonne Wisse	6100	Dieuwke van Buren	2977	Miranda de Regt	4500
	2 Remona Fransen	5798	Stephanie van der Meer	2698	Giselle Slotboom	3215
	3 Eva van der Poel	4389			Lisa Edelaar	2912



Top 3-2009 HEREN



Nummer	Heren		Jongens A		Jongens B	
100m	1 Arne van der Meer	11.4	Jonathan Deloo	11.69	Wietse Buskermolen	12.27
	2 Vincent Schniedewind	11.87	Jeroen Habers	13.02	Menno van Beelen	12.4
	3 Ed Warmerdam	12.18	Jonathan van der Geest	12.8	Reinier Koops	12.72
			Frans Beijik	12.8		
200m	1 Arne van der Meer	23.18	Jonathan Deloo	23.85	Menno van Beelen	25.23
	2 Vincent Schniedewind	23.81	Jeroen Habers	26.05		
	3 Wouter Hoogkamer	23.87				
400m	1 Wouter Hoogkamer	50.06	Jeroen Habers	57.3	Menno van Beelen	55.44
	2 Arne van der Meer	53.3	Jonathan van der Geest	62.8	Patrick Rusman	60.98
	3 Dave Clemens	56.36	Frans Beijik	63.5		
800m	1 Wouter Hoogkamer	1.53.60	Jeroen Habers	2.09.29	Reinier Koops	2.09.93
	2 Arie Barnhoorn	2.09.78			Patrick Rusman	2.22.76
	3 Martien van der Hooft	2.12.84				
1500m	1 Wouter Arrachart	4.11.86	Jeroen Habers	4.25.63	Hans van Hateren	4.27.57
	2 Martien van der Hooft	4.28.23	Jonathan van der Geest	5.08.6	Reinier Koops	4.30.65
	3 Sander Jansen	4.41.96	Frans Beijik	5.55.4	Bart van Gent	4.48.01
5000m	1 Wouter Arrachart	15.36.55	Jeroen Habers	17.43.75	Hans van Hateren	16.31.95
	2 Erik Bakker	16.25.03				
	3 Martien van der Hooft	16.36.29				
110mH	1 Arne van der Meer	15.73	Jonathan van der Geest	21.4	Reinier Koops	17.0
	2 Ed Warmerdam	16.66	Jeroen Habers	21.93	Menno van Beelen	17.4
	3 Hein Heemskerk	21.2	Frans Beijik	22.6	Hans van Hateren	19.4
400mH	1 Joost van der Meer	59.56	Jonathan Deloo	62.82	Menno van Beelen	64.48
	2		Jeroen Habers	68.83		
3000mSt	1 Martien van der Hooft	10.43.07	Jeroen Habers	10.14.29		
Ver	1 Vincent van Blitterswijk	6.20	Jeroen Habers	5.16	Menno van Beelen	5.56
	2 Arne van der Meer	6.11	Frans Beijik	5.08	Reinier Koops	5.13
	3 Ruud van Noort	5.75	Jonathan van der Geest	4.40	Wietse Buskermolen	5.12
Hoog	1 Rory van Noort	1.85	Jonathan van der Geest	1.60	Reinier Koops	1.70
	2 Ruud van Noort	1.71	Jeroen Habers	1.54	Menno van Beelen	1.63
	3 Arne van der Meer	1.70	Frans Beijik	1.50	Hans van Hateren	1.60

DE SPARTAAN



Vervolg CWA Top 3 -2009 Heren:



Polshoog	1	Ruud van Noort	3,50	Frans Beijik	2,40	Hans van Hateren	2,40
	2	Rick van Ruiten	2,40	Jeroen Habers	2,20	Menno van Beelen	2,20
	3	Arne van der Meer	2,40			Reinier Koops	1,60
Hinkstap	1	Ed Warmerdam	11,71	Jeroen Habers	9,46		
	2	Hein Heemskerk	10,88				
Kogel	1	Arnoud Koot	12,42	Frans Beijik	10,96	Menno van Beelen	12,88
	2	Rick van Ruiten	12,41	Jonathan Deloo	10,86	Hans van Hateren	9,86
	3	Vincent v Blitterswijk	12,10	Jeroen Habers	9,18	Christian Feeleus	8,54
Discus	1	Arnoud Koot	41,37	Jonathan Deloo	35,44	Menno van Beelen	34,29
	2	Rick van Ruiten	39,35	Frans Beijik	33,79	Hans van Hateren	25,02
	3	Ruud van Noort	37,06	Jonathan van der Geest	26,41	Tom Hoekema	19,19
Speer	1	Rory van Noort	58,92	Jeroen Habers	41,12	Menno van Beelen	43,22
	2	Rick van Ruiten	56,15	Frans Beijik	39,08	Hans van Hateren	36,82
	3	Ruud van Noort	47,39	Jonathan Deloo	37,56	Reinier Koops	27,51
Slingeren	1	Peter van Noort	50,98	Jeroen Habers	20,07		
	2	Arnoud Koot	40,25				
Meerkamp	1	Arne van der Meer	5559	Frans Beijik	3654	Menno van Beelen	4254
	2	Ruud van Noort	4808	Jonathan van der Geest	3456	Reinier Koops	3628
	3	Dave Clemens	3950			Hans van Hateren	3556

NIEUWS VANUIT HET WOC

Sporten en laten Sporten

Beste ouders en/of verzorgers, leden en geïnteresseerden.

Sporten en laten sporten. Dit zijn 2 zaken die nauw met elkaar verweven zijn, zeker bij onze vereniging. Ik doel er op dat er geen wedstrijden mogelijk zijn als we geen mensen hebben die ons hierbij een handje helpen. Het jaar dat voor ons ligt moet wederom een goed en sportief jaar kunnen worden bij en met onze vereniging. Met de inzet van veel vrijwilligers moet dit gaan lukken. Nu hebben we niet echt te klagen, maar het jurykorps vergrijsd wel. Het is dan ook de bedoeling dat we gaan proberen hiervoor aanvulling te zoeken en te werven en wel onder de ouders en verzorgers van onze jeugdleden. Het gebeurt regelmatig dat ouders meegaan en aanwezig zijn bij wedstrijden en dan blijven kijken.

Die mensen zoeken we nu juist en willen we enthousiast maken om bij ons te komen helpen met jureren, wij willen deze mensen een jurycursus aanbieden en opleiden zodat zij volwaardig en verantwoord kunnen assisteren bij wedstrijden van hun kinderen of bij een andere atletiekwedstrijd.

Meestal kan je in de groep helpen waar je eigen kinderen sporten, dus kan je ook dat goed volgen. Anderen zeggen weer dat dit juist niet hoeft, ook dat is natuurlijk inpasbaar.

Ons streven is om nieuwe juryleden te krijgen dan is er ook makkelijker een volwaardige groep jury te formeren die een wedstrijd kan bemannen/vrouwen. Er is dan een grotere groep waaruit geput kan worden. We kunnen nu eenmaal geen wedstrijden organiseren als we niet voldoende jury en hulp krijgen.

Ik wil u dan ook vragen eens na te denken over onze vraag, wij van onze kant bieden u een afwisselende functie aan met leuke en mooie wedstrijden. Hierbij hoort b.v. ook de grote wedstrijd van om de Ter Specke Bokaal, dit is een grote internationale baanwedstrijd waar o.a. de Nederlandse atletiek top bij aanwezig is en stevast op de TV is te zien.

Al met al een uitdaging als je er iets voor over hebt en dan bedoel ik het sporten van anderen zoals je eigen kinderen en die van anderen. Ook jureren kan leuk zijn.

Er staan 2 jurycursussen gepland bij onze vereniging in 2010 en wel op zaterdag 27 februari en zaterdag 20 maart en de tweede staat op zaterdag 6 maart en zaterdag 27 maart gepland, dit is de basis jury opleiding 60. Het zijn 2 dag opleidingen met tevens het examen dus schrik er niet van, het is meer de uitleg van alle onderdelen op zich waar best wel even wat aandacht naar uitgaat. Piet van Rijnberk is de docent en is voor velen een goede bekende, Piet is lid van onze vereniging en al jaren actief bij vele wedstrijden van onze vereniging.

Als u interesse heeft of een vraag hierover heeft, bel me gerust even dan kan ik u informeren en u vragen beantwoorden. U kunt u telefonisch aanmelden, of via de e-mail << keesenellyvanruiten@ziggo.nl >> of via onderstaand strookje via de trainer. Dan neem ik contact met u op over het hoe en wat.

Als u ons helpt zijn we hopelijk weer jaren uit de brand, bedankt alvast

Jurycoördinator van AV De Spartaan

Kees van Ruiten, Heerweg 471a, 2161 DC Lisse, Tel 0252-215840

Invulstrookje opgave jury

Naam;

Adres;

Woonplaats;

Telefoon;

e-mail adres;

BOS, DUIN, STRAND EN WEG

De herfst en de winter dienen zich aan, dus concentreert de atletiek zich op de gebieden buiten de atletiekbaan, dat wil zeggen op het bos, het duin, het strand en de weg. Om met de laatste te beginnen is, als u dit leest, de Ter Specke Loop, onderdeel van het Zorg en Zekerheid Circuit alweer achter de rug. Daarna volgt op 13 december de Strand- en Duinloop in het kader van de onderlinge CRA- en C/D-wintercompetitie, op Tweede Kerstdag bij Kasteel de Keukenhof de onderlinge Kerstcross, op 10 januari 2010 de Keukenhofbosloop en ten slotte op 23 januari 2010 de Quatrocross voor de Pupillen. Daarna treedt een periode van (relatieve) rust in tot het begin van het baanseizoen, met alleen nog de Polderloop (CRA- en C/D-) en de Coopertesten. Al met al een enorme inspanning voor alle gewaardeerde vrijwilligers, die bij die evenementen een onmisbaar gegeven zijn. Vanaf deze plaats al dank voor de inzet en een oproep aan hen die nog twijfelen toch eens een keer te helpen om de naam van De Spartaan op organisatorisch vlak hoog te houden. Daarbij is het verheugend te horen dat zich een fiks aantal nieuwe deelnemers voor de komende jurcursussen hebben aangemeld. De Keukenhofbosloop kent een nieuwe opzet, door de andere afstanden die gelopen zullen worden, te weten 1, 3 en 6 Engelse mijlen. Verder zal voornamelijk in het Keukenhofbos worden gelopen en niet op de alom bekende Puntenburggronde, tenzij de omstandigheden gebruik van het bos niet toelaten. Daarmee hopen we de Keukenhofbosloop nieuw leven in te blazen en kunnen we desgewenst volgend winterseizoen zo aansluiten bij het crosscircuit, waartoe samen met Leiden Atletiek, NSL en AV Rijnsoever het initiatief is genomen. Veel loopplezier gewenst namens de WOC.

Hans van Noort.

Activiteitenkalender

dag	datum	editie	OMSCHRIJVING ACTIVITEIT	LOKATIE
za	26 dec 09		Kerstcross	bos
zo	10 jan 10	31e	Keukenhofbosloop 1-3-6 Engelse mijl	baan/weg/bos
za	23 jan 10		Quatrocross pupillen	bos / Lisse
zo	24 jan 10		Z&Z-circuit / AKU Uithoorn	Uithoorn
zo	31 jan 10		Midwintermarathon	Apeldoorn
zo	7 feb 10		NSL op de baan (onderlinge 1500 m)	baan
zo	7 feb 10		Wintercircuit + CD-competitie Polderloop	weg
zo	7 mrt 10		Wintercircuit + CD-competitie Coopertesten / reservedag	baan
zo	14 mrt 10		Wintercircuit + CD-competitie Coopertesten	baan
			Z&Z-circuit / Voorschoten '97	Voorschoten
			Z&Z-circuit / Roelofarendsveen	RAVeen
za	10 apr 10		Onderlinge testwedstrijden voor Pupillen en Junioren CD	baan
zo	11 apr 10	30e	Rotterdam Marathon	Rotterdam
zo	18 apr 10		Competitie masters/junioren A 1e ronde	
za	24 apr 10		Competitie junioren C/D 1e ronde	
zo	25 apr 10		Competitie senioren 1e/2e/3e divisie 1e ronde	
vr	30 apr 10		Schoolatletiekwedstrijden	baan
za			Amerikaanse School - internationale wedstrijden	baan
ma	3 mei 10		Briefing Ter Specke Bokaal	
za	8 mei 10	28e	Ter Specke Bokaal	baan
zo	9 mei 10		Competitie senioren 1e/2e/3e divisie 2e ronde	
zo	16 mei 10		Competitie junioren B 1e ronde	
za	22 mei 10		ZHM competitie. Pupillen	baan
di	25 mei 10		CRA-estafette	baan/weg
za	29 mei 10		Competitie junioren C/D 2e ronde	
zo	6 jun 10		Competitie senioren 1e/2e/3e divisie 2e ronde	
za	12 jun 10		KLM Roadrunners kampioenschappen	baan
zo	13 jun 10		Competitie junioren B 2e ronde	
za	19 jun 10		Gebiedsfinales junioren C/D	
zo	20 jun 10		Competitie masters/junioren A 2e ronde	
vr	25 jun 10	15e	Spartaan Estafette 4 x 5.1 km	weg/baan
za	26 jun 10		Ouder/pupillenwedstrijd	baan
zo			CD-meerkampen - Onderling	baan
za			Ouder/pupillenwedstrijd	
zo	5 sep 10		Instuifwedstrijden senioren + junioren AB	baan
za	11 sep 10		Landelijke finales Competitie junioren C/D	
zo	12 sep 10		Landelijke finales Competitie junioren B	
zo	19 sep 10		Promotie-/degradatiewedstrijden senioren	
zo	7 nov 10	24e	Scholierenbosloop VO- en BO-groepen 3 t/m 8	bos
zo	5 dec 10	24e	Ter Specke Loop (Zorg & Zekerheid circuit) 5-10-15 km	weg/baan
zo	6 nov 11	25e	Scholierenbosloop VO- en BO-groepen 3 t/m 8	bos
zo	4 dec 11	25e	Ter Specke Loop (Zorg & Zekerheid circuit) 5-10-15 km	weg/baan
			prijzen - LK = contact met Lisette Kaptijn omtrent aantallen en soorten.	
di			voorinschrijving Z&Z-circuit	clubhuis
di			voorinschrijving Z&Z-circuit	clubhuis





Atletiekvereniging De Spartaan Sportpark Ter Specke - Lisse



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

Wilt u gezond sporten?
Haal dan de vitamientjes bij



Bob de Haas & Zn.
kwaliteitsgroentenzaak in Lisse

Wij zijn gespecialiseerd in:
salades, stampotten, maaltijden, desserts.
Alles uit eigen keuken.
Ook kunt u bij ons terecht voor fruitmanden.
Kanaalstraat 6, Lisse, telefoon (0252) 41 34 34



Industriële automatisering
Elektrotechnische installaties
Beveiligings installaties
Brandmeld installaties



Vennestraat 21 2161 LE Lisse

Telefoon 0252-416054

www.hommabv.nl



*fijn dat het
er is ...*

Uishandel

ALEX RUIZENDAAL

033-8883911/0653951466 SPAKENBURG

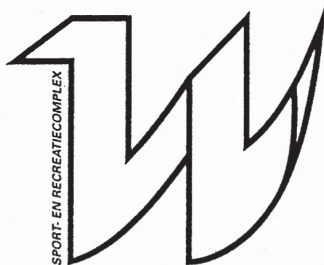
Beelen
VERPAKKINGEN



Kantoor en magazijn
Heereweg 5b, Lisse

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

WASBEEK



Ook op internet: www.wasbeek.nl

VAN ALKEMADELAAN 12
SASSENHEIM
TELEFOON 0252-215594

SPORT-, SPEL EN WATERPLEZIER IN SASSENHEIM

- SPORHAL • SPORTZAAL
- SUB-TROPISCH ZWEMBAD
- WHIRLPOOL • WILDWATERBAAN
- TURKS STOOBAD • WEDSTRIJD-
BAD • BABY-PEUTERBAD • ZONNE-
WEIDE • GEZELLIGE HORECA



Wie zich plezierig en gezond
wil bewegen voelt zich thuis
in de Wasbeek

Honden uitlaat service



LissDogs

Angela Herberghs
Grundelstraat 6
2162 LP Lisse

06-24 26 37 87
0252-42 14 17

www.lissdogs.nl
info@lissdogs.nl

GEBROEDERS DE HAAS AFBOUW

- * Wand- en plafondafwerking
- * Stukadoorswerk

- * Spuitwerk
- * Sierpleisterwerk



Voor
— particulier —
en bedrijf



Rembrandtplein 152
2162 EH Lisse

0252 41 36 51

Fax 0252 42 04 97
Mob. 06 5396 73 65

VAN DONGEN UW POELIER



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



www.vangervendejong.nl

INTERSPORT®
van gerven de jong

Running Speciaalzaak

10% korting voor Spartaanleden op het gehele assortiment

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

**U wordt geholpen
door ervaren lopers!**

Hoofddorp

Marktlaan 5-11
023 5543140

Lisse

Berkhoutlaan 9
0252 412069

Noordwijkerhout

Havenstraat 41
0252 376557

Hillegom

Meerstraat 4
0252 519692



firma zandvliet en zn.

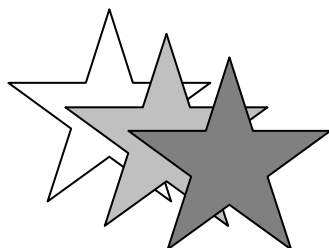
Timmer- en aannemingsbedrijf
Doe het zelf artikelen

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



Atletiekvereniging De Spartaan
Sportpark Ter Specke - Lisse

Onderlinge Kerstcross



Kerstmis, een tijd van tradities, herinneringen en versterking van goede familiebanden. Zo ook bij De Spartaan, want op Tweede Kerstdag wordt voor de vijfde keer een oude Spartaantraditie voortgezet. Immers, dat is de Kerstcross voor alle leden van de vereniging.

Tussen Flappies, kalkoenen en heerlijke appelmoes door is er even tijd voor de Spartaanfamilie, een sportief moment om de onderlinge band te versterken en ter compensatie van het opgeslagen voedsel.

Kom daarom allemaal op Tweede Kerstdag naar het Keukenhofbos en doe mee aan een gezellige bosloop. De start en de finish zijn als vanouds op de bussenparkeerplaats bij het kasteel.

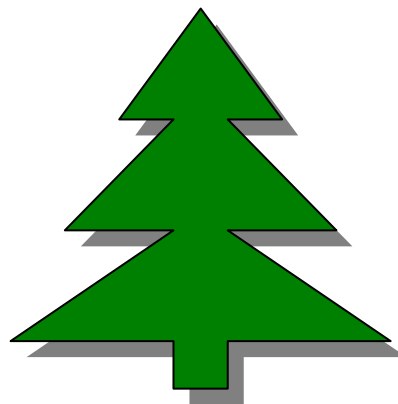
Kleedruimte is beperkt beschikbaar. Een kopje koffie of thee kan gedronken worden in het Washuis bij het kasteel. Deelname is kosteloos en de jeugd (t/m C) krijgt een herinnering aan deze vijfde Kerstcross in de nieuwe serie, het eerste lustrum dus. Tot vijftien minuten voor de start kan een startnummer worden opgehaald in het Washuis.

Hieronder staan de starttijden en de te lopen afstanden.

Tot ziens op Tweede Kerstdag.

Starttijden en afstanden

11.00	uur	Minipupillen jongens en meisjes (geboren - 2003 en 2004)	"600" m'
		C-pupillen jongens en meisjes (geboren - 2002)	
11.15	uur	B-pupillen jongens en meisjes (geboren - 2001)	"1000" m'
		A-pupillen jongens en meisjes (geboren - 2000 en 1999)	
11.30	uur	C/D jongens en meisjes	"1.500" m'
11.45	uur	Wandelaars	"7.500" m'
12.00	uur	JA + JB; MA + MB;	
		Senioren - Veteranen - Recreanten	"2.500" m'
12.20	uur	JA; Senioren - Veteranen - Recreanten	"8.500" m'



De afstanden zijn globaal en afhankelijk van het uiteindelijke parcours.

Prettige Kerstdagen namens de WOC.

CRA-NIEUWS

HET WINTERCIRCUIT

Dat de wintercompetitie leeft, blijkt uit de vele reacties. Bovenop de verheugende extra deelname aan de Randwegloop, hadden we bij de bosloop ook nog een flink aantal nieuwe deelnemers.

Ook als je maar aan een paar loopjes mee kunt doen, ben je van harte welkom (deelnemen is belangrijker dan winnen). Ook dan wordt je opgenomen in de uitslagenlijst.

Als je pas vanaf de derde loop mee gaat doen, wordt alleen de gelopen tijd genoteerd (en deze komt ook in de einduitslag terug). Je krijgt dan echter geen punten meer.

Nogmaals: De Duin/strandloop op 13 december: Langevelderslag

Onze volgende loop uit het circuit wordt gehouden bij Nederzandt (voormalige OASE) aan de Langevelderslag. Op deze locatie heeft een aardige verbouwing plaatsgevonden en het geheel is zeer de moeite waard (zie <http://www.etenbijnederzandt.nl/index.php>). De horecagelegenheid heeft een ware metamorfose ondergaan en alles heeft geleid tot een klein kerstdorpje in winterse sferen. De gebruikelijke pannenkoek ontbreekt dit jaar maar na het inleveren van je startnummer heb je de keuze tussen een kopje soep, een broodje Hot Dog of een broodje kroket. E.e.a. is mede mogelijk gemaakt door Nederzandt. Zij zorgen tevens voor kleedruimten. Aan de Langevelderslag is voldoende parkeerterruimte, parkeer wel op het grote parkeerterrein (tarief € 1,50) anders riskeer je een boete.

Voor de 'normale' informatie, zie het vorige clubblad.

DE KEUKENHOFLOOP op ZONDAG 10 JANUARI 2010:

Starttijden: Wandelaars/Nordic walkers 10.00 uur; Lopers: 3 EM (4,83 km) en 6 EM (9,65 km) 11.15 uur

De Keukenhofloop is niet alleen de vierde loop in het **wintercircuit**.

Het is ook de derde loop in het dit seizoen opgestarte cross-circuit (na de boscross van NSL en de Sinterklaasloop van AV Rijnsoever. Op 14 februari volgt nog de duinrellcross van Leiden atletiek). Start en finish op onze eigen atletiekbaan.

Er is ook een jeugdcross over 2 EM bij, die om 11 uur start. Dit ter informatie; als CRA hebben wij hiermee geen bemoeienis.

De **Nordic Walkers en Sportief Wandelaars** vertrekken om 10:00 uur voor een Rondje langs het water; 'kort' 8 en 'lang' 12 km.

DE SPARTAAN



Vervolg CRA-nieuws

Op deze dag zelf is het een drukke bedoening rond onze mooie atletiekbaan, o.a. met inschrijven, start en finish, kleedkamers, kantine, enz. Daarom vragen we je om je startnummer (ingeleverd na de duin-strandloop) op te halen bij de C.R.A. Het liefst zien we je dit al van te voren doen; op de dinsdagavonden vanaf 15 december na de training. Als je op de zondag 's morgens komt, wij zitten dan ook in de kantine. Voor diegenen, voor wie dit de eerste loop is, geldt ook: melden en nummer halen bij de C.R.A.

Diegenen die kans maken op een prijs in zijn /haar leeftijdscategorie, vragen we nadrukkelijk om in te schrijven bij de WOC (als je niet hebt ingeschreven, dus alleen voor het wintercircuit mee doet, krijg je wel bloemen, maar gaat de bijbehorende geldprijs terug naar de penningmeester). Dan moet natuurlijk het geldende inschrijfgeld (zie elders in dit blad) worden voldaan.

Er zijn prijzen voor diverse leeftijdsklassen.

Als je ook inschrijft voor de prijzen is de procedure als volgt:

Je haalt zo nodig bij de C.R.A. eerst je startnummer. Daarna meldt je je bij het algemene wedstrijdsecretariaat, daar zeg je dat je deelnemer bent van het wintercircuit, voorts laat je je daar inschrijven voor de wedstrijd en betaalt het inschrijfgeld.

Voor opname van je tijd in onze competitie krijgen wij een deelnemerslijst en vissen daar de circuit-lopers uit. Je vindt je tijd dan op onze gewone uitslagenlijst. Na afloop is er voor elke deelnemer een herinnering (vorig jaar een mooie pot narcissen) bij de finish.

Tot slot iets dat zeker voor deze loop geldt, maar ook voor de andere.

Als je - bijv. door een blessure - vroegtijdig moet stoppen, meld je dan af bij de finish.

Omdat we mee doen in deze wedstrijd- en recreatieloop, worden de startnummers ingevoerd in een computersysteem. Als je je niet afmeldt, wordt het heel lastig om een goede uitslagenlijst te maken.

Let er dus op je wel af te melden, als je onverhoopt uit moet stappen. Je krijgt dan voor de competitie in ieder geval de helft van het laagste aantal punten in je categorie. Heb je tijdens één van de reeds voorbijlopen nul punten gekregen, maar je bent wel gestart maar niet gefinisht, geef dat dan nog even door aan Piet Lenting (bijv. door het op de lijst in de kantine te schrijven).

Namens de C.R.A. alvast hartelijk dank voor jullie medewerking.



DE POLDERLOOP OP ZONDAG 7 FEBRUARI 2010: 11.00 UUR Plaats: clubhuis scouting Shawano's (bij de ijsbaan), Randmeerstraat

Voor de vijfde loop in onze Wintercircuit kunnen we net als afgelopen jaren weer terecht bij scoutinggroep De Shawano's. Je komt er via de Randmeerstraat. Voor wie deze niet weet; het is in Poelpolder Zuid, dicht bij de ringvaart Haarlemmermeer en onder de hoogspanningsleiding die langs De Engel naar Lissersbroek loopt. **Kom zoveel mogelijk op de fiets. Er is weinig parkeerruimte. Kom je wel met de auto: parkeren bij de ijsbaan.**

We hebben ook dit jaar weer het in vorige jaren gebruikelijke 'randgebeuren' (wat dit precies wordt, staat nu nog niet vast). Dit in samenwerking met de scoutinggroep.

Al met al redenen genoeg om na de loop nog even te blijven. In het clubhuis zijn kleedruimtes; maar er kan niet gedoucht worden. Ik raad ieder dan ook aan er rekening mee te houden, dat je wellicht later naar huis gaat dan je gedacht had. Neem dus droge kleding mee en familie is als supporter van harte welkom.

De nieuwe route voor de polderloop van de afgelopen jaren is goed bevallen. Waarschijnlijk kan dit jaar hetzelfde parcours. Zorg dus in ieder geval dat je niet je allernieuwste schoenen aan hebt.

Kijk elders in dit nummer of op de site nog eens na, hoe het met de concurrentie staat; de laatste kans om je puntentotaal vóór de Coopertest op te vijzelen. Alvast een goede en sportieve strijd toegewenst.

De Nordic Walkers en Sportief Wandelaars vertrekken om 10:00 uur vanaf het clubhuis van De Shawano's voor een dijk rondje. 'Kort' 6,5 km; 'lang' ca. 10 km. Ook voor hen natuurlijk het bovengenoemde 'randgebeuren'.

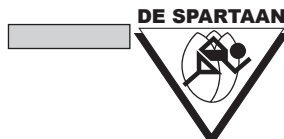
TRIMLOPEN

Hier weer een overzicht van trimlopen in de omgeving. Verder is er, zoals bekend, dit jaar natuurlijk ook op 2^e Kerstdag; 11 uur weer de door de WOC georganiseerde kerstcross in het Keukenhofbos (zie bijv. de informatie op het publicatiebord in de kantine).

De hieronder vermelde lopen op 3 en 31 januari maken deel uit van het Zorg- en Zekerheidscircuit; zie de folder (en wellicht ook elders in dit nummer).

Meer informatie over afstanden, starttijden, organiserende vereniging en tel.nr. voor inlichtingen kun je vinden op de site van de Atletiekunie (www.dutchrunners.nl/evenementen). De Dutch Runners Guide (voorheen het [trimloopboekje](#)) wordt niet meer uitgegeven.

za.	2 jan.	Oliebollenloop; 5-10-20,8 km	12.00 u. Vogelenzang
zo.	3 jan.	ZenZ-runnersworldbosloop; 5-10-15 km	v.a. 11.00 u. Leiden
za.	9 jan.	Duinlopen; 5-10 km	10.30 u. Katwijk
zo.	10 jan.	Keukenhofbosloop; 2-4,83-9,65 km (ook wintercircuit)	11.00 u. Lisse
zo.	31 jan.	ZenZ-Vakantiemakelaarloop; 5-10-16,1 km	v.a. 11.00 u. Uithoorn
za.	6 febr.	Duinlopen; 5-10 km	10.30 u. Katwijk
zo.	21 febr.	Midwintermarathon; 8-18,5-27,5-42,2 km	v.a. 11.30 u. Apeldoorn



Vervolg CRA-nieuws

WANDELINGEN IN DE REGIO

za..	19	dec.	Den Haag/Kijkduin, 25 km	www.rs80.nl
za.	26	dec.	Spartaan Kerstwandeling door Keukenhofbos	
za.	9	jan.	Scheveningen, 25 km	www.rs80.nl
za.	16	jan.	tocht 2 winterserie LEO start bij CR De Ruigenhoek, N'hout 20 km	www.wsvleo.nl
za/zo.	23/24	jan.	PWN Egmond Wandelmarathon, 10 of 21 km	www.egmondwandelmarathon.nl
			Tijdig inschrijven; op beide dagen limiet aantallen	
za.	23	jan.	Nootdorp, 24 km	www.rs80.nl
za.	6	febr.	tocht 3 winterserie LEO start bij voetbalver. ROAC79, Rijpwetering 20 km	www.wsvleo.nl
za.	20	febr.	Woerden	www.rs80.nl
za.	27	febr.	tocht 4 winterserie LEO start bij voetbalver. Voorschoten97, 25 km	www.wsvleo.nl



NIEUWJAARSRECEPTIE OP 2 JANUARI

Op zaterdagmiddag 2 januari is om 16.00 uur bij de Spartaan de traditionele nieuwjaarsreceptie. Tijdens deze receptie wordt o.a. kort teruggekeken op het afgelopen jaar. Wij hopen op 2 januari veel 'recreatie-atleten' te begroeten. Rest mij ieder een goede en fijne Kerst en jaarwisseling toe te wensen, zo mogelijk gevolgd door een sportief en blessurevrij 2010. Ten aanzien van het laatste realiseer ik mij dat dit voor enkele leden niet aan de orde is. Hen wens ik een zo goed mogelijk Nieuwjaar toe.

SPORTMEDISCH ADVIES

Het is – zeker voor de wat oudere sportbeoefenaar – een goede zaak, als je regelmatig een sportmedische keuring ondergaat. In en Sportmedisch Adviescentrum (SMA) c.q. Sport Medische Instelling is sportspecifieke kennis gebundeld; dus van de sportarts, de sportfysiotherapeut, de sportdiëtist en zelfs van de gespecialiseerde orthopedisch schoenmaker. Voor ons is zo'n adviescentrum in Leiderdorp (zie voor adres enz. de binnenkant van het omslag van de Spektakels) of in Haarlem (sporthal bij de ijsbaan. Tel. 023 5258080) en sinds kort ook in het Diaconessenhuis in Leiden (tel. 071 5155543). Het ondergaan van zo'n keuring is een eigen individuele verantwoordelijkheid.

Bij een SMA kun je o.a. een antwoord krijgen op vragen als:

- Hoe komt het dat ik zo vaak klachten heb bij het sporten en hoe kan ik die voorkomen?
- Hoe kan mijn blessure het best behandeld worden

Naast consulten bij klachten of blessures kun je er ook terecht voor advisering over geschiktheid en prestatiebevordering.

Er zijn verschillende soorten preventie-keuringen/-onderzoeken mogelijk. Voor personen die ouder zijn dan 40 jaar wordt de meest uitgebreide vorm aanbevolen. Dit is daarmee natuurlijk ook direct de duurste, maar verschillende ziektekostenverzekeraars vergoeden verrichtingen van het SMA. Welk deel ze vergoeden, hangt af van je verzekeringsvorm en -maatschappij. Even (van te voren) informeren dus. Op de websites (zie ook hieronder; algemeen: www.sportkeuring.nl) staan links naar vergoedingen bij verschillende verzekeraars.

Bij zo'n uitgebreid sportmedisch onderzoek wordt onderzocht/gemeten: lengte, gewicht, vetpercentage, ogentest, kleurentest, longfunctie, elektrocardiogram (ECG), bloeddruk. Ook wordt de conditie gemeten en de belastbaarheid van het hart beoordeeld door een maximale inspannings(fiets)test met ECG-controle en op indicatie bloeddrukcontrole.

Verder: bloedonderzoek met Hb en cholesterol en op verzoek of op indicatie extra bloedonderzoek tegen kostprijs en administratiekosten en uiteraard een algemeen intern en algemeen en op de sport en eventuele klachten toegespitst orthopedisch onderzoek. Naast een advies krijg je in tweevoud (voor je huisarts) een rapportage van de bevindingen.

Zo'n onderzoek kost nu ca. € 195. Jonge sporters kunnen de inspanningstest laten vervallen. De kosten zijn dan ca. € 133.

Als je minder dan 7 uur per week sport en daarbij geen problemen hebt, kun je ook volstaan met een basisonderzoek. Dan wordt alleen gekeken naar: lengte, gewicht, vetpercentage, ogentest, kleurentest, bloeddruk; een algemeen intern en algemeen en op de sport en eventuele klachten toegespitst orthopedisch onderzoek. Dit kost ca. € 103.

Wil je nauwkeuriger weten wat een sportmedisch advies inhoudt en wat de precieze kosten zijn, dan kun je meer informatie vinden in Adviestarieven van de Federatie van Sport Medische Instellingen (misschien in de kantine) of anders op de website van de federatie (www.sportkeuring.nl). Deze adviestarieven worden niet door ieder van de aangesloten centra gehanteerd, maar voor zover ik weet wel in Leiderdorp (www.sgarijnl.nl) en Haarlem (www.smahaarlem.nl).

Namens de Commissie Recreatie Atletiek (C.R.A.), Theo Edens



DE SPARTAAN



"Spartaan goes USA" New York Marathon 2010

Nog maar één jaartje!

Zondag 1 november hebben bijna alle deelnemers en supporters van de New York Maratahon 2010 alvast een beetje sfeer geproefd. Op het grote scherm van onze eigen clubkantine is de wedstrijd van dit jaar op de (hardloop)voet gevolgd. Niet alleen sfeer werd geproefd maar ook de diverse kookkunstsensaties van Dragon Town deden de smaakpapillen meer dan goed. Door de dorstig makende kruiden van Mok konden de mensen achter de bar met veel plezier vol aan de bak.



Voorafgaand werden de deelnemers geïnformeerd over de status van de organisatie tot dusver. Ook de foto's voor het "smoelenboek" werden op professionele wijze gemaakt. Ondanks dat dit buiten in druilerige weersomstandigheden werd gedaan wist iedereen zijn beste glimlach op het gelaat te toveren. Een geslaagde maar vooral gezellige middag getuige enige enthousiaste reacties van de aanwezige;

"Nu ik gezien heb wat we allemaal in New York gaan doen heb ik als supporter nog meer zin gekregen. Gelukkig draait niet alles alleen maar om het lopen van de marathon."

"De verhalen werken zo aanstekelijk dat ik bijna niet kan wachten op 2010."

"Dit was een topmiddag, helemaal ongedwongen, als niet Spartaner voelde ik me meer dan welkom en nu al helemaal bij de groep horen. Geweldige sfeer"

"Leuke info, heerlijk gegeten en veel gelachen, helemaal super. Van de marathon heb ik eerlijk gezegd niet veel gezien...(!)"

De organisatie van de reis loopt voorspoedig. Wat betreft de keuze van touroperator is bijna alles afgerond. Offertes voor de kleding en ook het sponsorgeld daarvoor komen binnen.

Bovendien zijn er volop plannen voor diverse activiteiten voorafgaand aan New York 2010.

De deelnemersteller staat op 41. Zolang nog niet definitief is geboekt is het mogelijk je nog aan te melden.

Kijk op www.ghostware.nl/spartaangoesusa2010/ voor meer info.

Namens het bestuur, Rob Boot

Manhattan, we komen eraan!

NIEUWS VAN DE CJA



Begint de winter nu dan echt? De temperatuur begint te dalen, de eerste crossen zijn gelopen. Indoorwedstrijden staan weer op het programma en de Sint is in het land dus bij de pupillen mag een Pietentraining niet ontbreken. Stilletjes wordt er misschien al gedroomd van een witte Kerst en een Elfstedentocht.



ZHM-competitie

Met deze winterse mijmeringen in het achterhoofd wordt er al weer hard gewerkt aan de invulling van het zomerseizoen. In Gouda is overleg geweest met de organisatie van de ZHM-competitie (Zuid Holland Midden) voor de pupillen. Afgelopen zomerseizoen hebben we al een paar wedstrijden bezocht van de ZHM-competitie om er mee kennis te maken. De reacties van de pupillen en ouders waren zeer positief. In 2010 zullen wij aan de volledige ZHM-competitie meedoen. Ook zijn wij ook gevraagd om een wedstrijd hiervoor te organiseren. Het WOC van de Spartaan heeft hier positief op gereageerd en met elkaar zullen wij ons best gaan doen om een mooie wedstrijd te gaan neerzetten. Het zal allemaal iets anders gaan als we gewend zijn, maar het is een nieuwe uitdaging en het zal voor de pupillen een leuke competitie opleveren. Ook is er voor ieder wat wils. Compact chronoloog, een medaille voor alle deelnemers, diploma's een puntenklassement, een aanmoedigingsklassement. Hoe het allemaal precies gaat worden, zal later nog een keer duidelijk uitgelegd worden.



NJAD

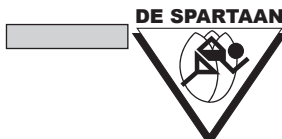
Ook dit heeft niets met de winter te maken, maar na de leuke NJAD-dag in Veenendaal waren wij erg benieuwd naar de volgende. Afgelopen juni was nog niets bekend, nu wel. Op 20 juni 2010 vindt de Nationale Jeugd Atletiek Dag plaats bij AV Flevo Delta in Dronten. Reserveer deze datum vast in de nieuwe agenda. Wij zullen jullie weer ruim op tijd informeren over deze dag.



Hoewel ik zelf nog helemaal in de sfeer van surprises, gedichten en Sinterklaasliedjes ben, realiseer ik me dat het jaar 2009 al bijna weer voorbij is. Dus wens ik iedereen verder nog fijne, en misschien wel witte feestdagen toe en een goed en gezond begin van het nieuwe jaar met hopelijk vele sportieve hoogtepunten.



Karin Zonneveld, Voorzitter CJA



Scholieren Bosloop 01-11-2009

De dag begon vroeg. Om 09.00 hadden we al afgesproken bij het washuisje in het Keukenhofbos. We moesten nog een paar dingen neerzetten en regelen voordat de scholierenbosloop echt van start kon gaan. Rond 10.15 verschenen de eerste deelnemers. Ik zelf had op zaterdag al het weer voorspelling gezien voor zondag en dacht bij me zelf dat misschien wel weinig deelnemers zouden komen opdagen. Gelukkig had ik het mis! Rond 10.30 werd het steeds drukker en drukker en natuurlijk ook steeds gezelliger. Voordat ik het wist was het al 11.00 en kon de eerste groep van start gaan. De deelnemers waren erg enthousiast en hadden er zin in! Dat was natuurlijk een mooi gezicht om te zien. De dag was voor de rest erg goed verlopen. Er waren natuurlijk een paar deelnemers die het zwaar vonden en moesten opgeven maar toch hadden ze alles gegeven wat ze hadden en daar ben ik trots op! Het weer zat ons gelukkig mee, weinig regen en gelukkig ook niet echt koud. Voor dat ik het wist ging de laatste groep al weer van start en was het einde in zicht. Toen de laatste groep eenmaal was gefinisht was de scholieren bosloop 2009 afgelopen en konden we opruimen. Voor mij was het een geslaagde dag! En nu maar wachten op de scholierenbosloop 2010.

Sander In 't Veld 1^e Jaars CIOS Student, Haarlem.



Jagermeesters: Gied en Sander

VANUIT DE CD-HOEK

UITSLAGEN INDOOR ONDERWATER 28-11-2009

Jongens D

Plts	Naam	geb	50m	600m	Hoog	Kogel
2	Jesse Verdoes	1997	7.7	2.08.7	1.40	7.30
3	Mart Kroon	1997	7.8	2.05.5	1.40	7.04
4	Joey Smit	1997	7.7	2.03.2	1.30	7.01
6	Richard Assendelft	1997	7.8	2.06.2	1.30	7.28
7	Ruben van Weerdenburg	1997	7.8	2.09.7	1.40	6.46
8	Thijmen Dofferhoff	1997	8.0	1.54.2	1.10	7.86
9	Philip Kuegah	1997	7.8	2.03.8	1.25	6.32
10	Jetro van der Geest	1997	8.2	2.13.2	1.20	6.85
13	Sijmen Schoonderwoerd	1998	8.2	2.18.6	1.10	5.75
14	Rick van Leeuwen	1998	9.3		1.00	4.33
15	Tim Versteeg	1998	9.1	2.38.3	0.00	4.18



Meisjes D

Plts	Naam	geb	50m	600m	Hoog	Kogel
1	Zyna van de Poel	1997	7.7	2.16.9	1.35	8.64
2	Jaimy Loos	1997	7.5	2.16.5	1.30	7.90
3	Sanne Vermeij	1997	7.5	2.17.3	1.30	7.90
9	Annemarie ten Kate	1997	8.3	2.14.0	0.00	6.74
10	Marielle Langeveld	1998	8.5	2.33.6	1.05	4.74
11	Irene Faas	1998	8.6	2.36.8	1.00	5.22

Jongens C

Plts	Naam	geb	50m	600m	Hoog	Kogel
1	Max van der Voet	1995	7.0	1.51.7	1.50	9.65
2	Levi van der Geest	1995	7.5	2.00.8	1.45	8.37
3	Roel Teeling	1996	7.6	1.59.4	1.40	6.16
4	Joost Teeling	1995	7.5	2.08.1	1.40	7.13
5	Tom Hoekema	1995	7.5	2.42.0	1.40	9.07
6	Karel Peterse	1996	8.0	2.11.3	1.20	7.83
7	Wesley van der Aart	1995	8.4	2.15.8	1.35	5.74
8	Dimitri Imanse	1996	7.7		1.30	7.77

Meisjes C

Plts	Naam	geb	50m	600m	Hoog	Kogel
1	Maaïke Boon	1995	7.1	1.52.0	1.40	8.93
2	Tünde Brinkerhof	1996	7.2	1.59.0	1.40	7.56
3	Myrna Keizer	1995	7.6	2.05.6	1.40	8.34
4	Rémi van Dijk	1996	7.4	2.04.1	1.30	8.24
5	Lieke Brouwer	1996	7.3	2.11.6	1.35	7.67
6	Lisanne van der Zwet	1995	7.3	2.23.4	1.30	8.93

PUPILLENIEUWS

Hoi pupillen,



De prijzen voor de winnaars van het puntenklassement zijn inmiddels uitgereikt tijdens de Pietentraining. Afgelopen seizoenen waren er veel wedstrijden waar aan meegedaan kon worden. Er werden dan ook veel punten door jullie verdiend.

Het was in een aantal categorieën een spannende strijd tot en met de laatste baanwedstrijd. Hieronder staat de eindstand van het puntenklassement van het afgelopen seizoen.

Wil je ook zo'n prachtige beker winnen? Dat kan. Doe dan mee met de wedstrijden die door de trainers zijn uitgekozen. Door mee te doen verdien je al punten voor het puntenklassement. 1 november is het nieuwe puntenklassement van dit seizoen van start gegaan en hiervoor zijn punten te verdienen tot en met oktober 2010.

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

Groetjes, Marijke en Warner ten Kate

Eindstand puntentelling pupillenseizoen 2008-2009

	Mini pupillen Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Jochem van Stijn	34	6	3	18	61
2	Freek Straathof	8	5	0	8	21
3	Mathieu van Beek	4	4	0	4	12
4	Niels van Beek	2	4	0	0	6
4	Ivar Schoone	2	4	0	0	6

	C pupillen Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Michael Bouma	26	7	2	30	65
2	Martijn Sabel	30	7	1	24	62
3	Rens ten Kate	32	7	1	18	58
4	Julian van Meggelen	32	7	2	14	55
5	Willem Olsthoorn	8	4	0	18	30
6	Hessel Schaap	10	5	0	8	23
7	Bas Meeuwenoord	6	5	0	10	21
8	Olaf van Egmond	6	4	0	6	16
8	Merlijn van der Lans	4	4	0	8	16
10	Jesse van de Wetering	4	5	0	6	15
11	Marc Noordermeer	4	4	0	0	8
12	Bas Tijssen	4	0	0	0	4
13	Jeffrey Versloot	2	0	0	0	2

	B pupillen Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Alex van Noort	34	7	3	18	62
2	Twan van Tol	34	7	1	18	60
3	Nick Reijnders	26	7	0	24	57
4	Freek Henneken	22	7	0	20	49
5	Thomas van Delft	28	7	1	12	48
6	Jelle Schaap	18	7	0	18	43
7	Joost Dofferhoff	18	7	1	14	40
8	Steven Oosterkamp	12	6	3	16	37
9	Jasper van den Bogaard	12	6	1	8	27
10	Guus Heemskerk	16	6	1	2	25
11	Tijn Nozeman	8	4	0	8	20
12	Stefan van der Kort	6	7	0	6	19
13	Lucas Keler	4	5	0	6	15
13	Daniël Willemsen	4	5	0	6	15
15	Steven Huijskes	4	5	0	4	13
16	Justin Schaddelee	4	4	0	0	8
17	Max van den Berg	4	3	0	0	7



	A1 pupillen Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Jurgen van der Zwet	34	7	0	14	55
2	Morris Boers	18	7	3	18	46
3	Sam Lem	24	7	1	10	42
4	Juliën van Beek	18	6	0	8	32
5	Wolf Nederpel	10	5	0	12	27
6	Guus Wormgoor	6	5	1	4	16

	A2 pupillen Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Tom in't Veld	28	7	2	22	59
2	Peter Schouten	30	7	0	16	53
3	Sijmen Schoonderwoerd	16	7	0	20	43
4	Remon Koster	18	6	0	14	38
5	Rick van Leeuwen	6	7	0	8	21
6	Ruben vd Aardweg	6	4	2	4	16
7	Tim Versteeg	2	4	0	0	6
8	Thomas van den Berg	4	1	0	0	5



Freek-Jochem-Mathieu
Mini-pupillen



Rens-Martijn-Michael JPC



Vervolg eindstand puntentelling pupillenseizoen 2008-2009

	Mini pupillen Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Nicole in 't Veld	26	5	2	32	65
2	Lianne Pijpers	10	4	1	14	29
3	Hannah Olsthoorn	8	4	0	12	24
4	Britt Timan	6	4	0	10	20
5	Odessa Kalkhuis	4	4	0	0	8
6	Shana van Vuuren	2	4	0	0	6
7	Emma van Werkhoven	2	0	0	0	2



Anne-Wil / Eveline / Hieke / Megan

	C pupillen Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Megan van Beelen	34	7	1	24	66
2	Hieke Böhm	32	7	1	24	64
2	Eveline de Jong	32	6	0	26	64
4	Anne-Wil van Werkhoven	32	6	5	10	53
5	Joël Langelaa	26	5	2	16	49
6	Annemijn Warmerdam	26	6	0	14	46
7	Nana Meeuwissen	14	4	1	10	29
8	Zoë Deerenberg	8	4	0	8	20
9	Demi Brinkhof	8	5	0	6	19
10	Lonneke Ligthart	4	4	0	0	8
11	Esmee van der Heiden	2	4	0	0	6
11	Caroline Tegel	2	4	0	0	6
11	Irene Winters	2	4	0	0	6

	B pupillen Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Jaimy van der Loo	28	7	4	20	59
2	Laurien van de Coevering	26	6	2	20	54
3	Kimberley Booi	24	7	3	18	52
4	Carmen Oosterkamp	12	7	1	12	32
5	Jasmin Abouzied	8	6	0	16	30
6	Loes Vonk	10	6	1	8	25
7	Anneloes Pluimert	6	6	0	4	16



v.l.n.r.:
- Zwarte Piet
- Jaimy
- Laurien
- Kimberley
- Zwarte Piet



Jasmin / Lianne / Femke

	A1 pupillen Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Jasmin Brinkerhof	38	7	3	30	78
2	Lianne Daan	32	7	0	34	73
3	Femke Pijpers	36	7	1	26	70
4	Andrea Bouma	28	7	4	30	69
5	Lotte van Stijn	38	7	0	22	67
6	Manon van Hal	28	6	1	22	57
7	Sanne Verdoes	26	7	2	14	49
8	Inge de Willigen	18	6	1	18	43
9	Rebecca Hulshof	18	6	0	8	32
9	Nikki Veenenbos	14	6	0	12	32
11	Julia van Steijn	6	5	0	4	15
12	Lotte de Vroomen	6	4	0	0	10

	A2 pupillen Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Irene Faas	28	7	2	16	53
2	Anouk van Loenen	24	7	2	16	49
3	Mariëlle Langeveld	16	7	4	12	39
4	Lotte Nozeman	14	6	0	10	30
5	Iris v.d. Wetering	2	4	0	0	6
6	Debby van der Steenhoven	2	0	0	0	2
6	Denise Versloot	2	0	0	0	2



DE SPARTAAN



Uitslag 1e Quatrocross Voorschoten 07-11-2009

Regen, regen, bagger en bagger dit waren de elementen tijdens de 1e loop van de Quatrocrosscompetitie 2009/2010. De gemaakte foto's van Wim Bouma, op deze bladzijde, spreken voor zich.



Mathieu



Nina



Hessel en Bas



Kimberley en Loes



Rebecca en Andrea



Steven



Thomás



Sam

MPC 600mtr		
3	Hannah Olsthoorn	2:25:03
7	Nicole in 't Veld	2:30:48
9	Lianne Pijpers	2:38:28

MPB 1000mtr		
1	Megan van Beelen	3:42:43
2	Eveline de Jong	3:43:55
3	Anne-Wil van Werkhoven	3:47:75
4	Hieke Böhm	4:13:17
7	Joël Langelaan	4:27:06
14	Annemijn Warmerdam	4:51:70
15	Nina Broekhuizen	5:05:28

MPA1 1250mtr		
2	Jaimy v.d. Loo	4:34:16
9	Carmen Oosterkamp	5:27:16
12	Laurien v.d. Coevering	5:35:12
14	Loes Vonk	5:57:25
15	Kimberley Booij	6:03:16

MPA2 1250mtr		
1	Jasmin Brinkerhof	4:35:53
2	Lotte van Stijn	4:51:42
3	Rebecca Hulshof	4:54:20
4	Andrea Bouma	4:56:23
7	Femke Pijpers	5:21:40
11	Inge de Willigen	5:30:78
13	Sanne Verdoes	5:32:20

JPC 1000mtr		
1	Jochem van Stijn	3:59:63
2	Mathieu van Beek	4:13:35

JPB 1000mtr		
2	Michael Bouma	3:41:06
4	Willem Olsthoorn	3:54:51
7	Martijn Sabel	4:04:34
8	Julian van Meggelen	4:05:81
14	Bas Meeuwenoord	4:23:42
16	Hessel Schaap	4:32:34

JPA1 1250mtr		
4	Alex van Noort	4:51:61
6	Thomas Van Delft	4:56:07
8	Twan van Tol	5:08:26
10	Steven Oosterkamp	5:14:50
17	Nick Reijnders	6:07:89

JPA2 1250mtr		
2	Sam Lem	4:43:81
7	Morris Boers	5:04:96
10	Juliën van Beek	5:35:06





Verkoop van:

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

PROFIL
DE FIETSSPECIALIST
Rijkerkerk

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

BOEKESTEIN

Fysiotherapiepraktijk

Acupunctuur

Revalidatie Sportmassage +
trainingsbegeleiding
Conditietesten

Hans Boekestein

Hans Siemons

Miranda van Kempen, Carlijn Veltman,

Wendy den Elzen, Lisette Wesselman

Kapelstraat 5a, 2161 HD Lisse

Tel. 0252 - 41 29 34 / 06 - 25 56 69 38

Gratis advies over blessures via de trainers



DREIJER OPTIEK

Alles voor ogen!

Kanaalstraat 25-27 Lisse Tel. 41 59 92

VOOR DEGELIJK EN HELDER ADVIES

VAN DER SPRUIT &
makelaar in
assurantiën
DOBBELMANNDUIN

- VERZEKERINGEN
- PENSIOENEN
- HYPOTHEKEN
- FINANCIËLE PLANNING

Ga op zeker!

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

www.spartaannet.nl

Plaza
food for all

**...VAN LEKKERE FRITES EN
SNACKS TOT HEERLIJK SOFTIJS**

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

**VAN GEZELLIGE
LUNCH TOT
UITGEBREID
DINER...**

De Buren

Entrée
brasserie



L.J. SPORT

your professional sportshop

www.ljsport.nl
info@ljsport.nl

**L.J. Sport
Lisse**
Koninginneweg 101
T (0252) 420 300

**L.J. Sport
Sassenheim**
Hoofdstraat 191
T (0252) 240 777

**L.J. Sport
Wassenaar**
Langstraat 57A
T (070) 51 56 170

ASSURANTIEBEDRIJF

Dopheidestraat 120 – 2165 VT Lissebroek
Telefoon 0252 - 412 737
www.hoogervorstverzekeringen.nl

Persoonlijke leningen - Hypotheken
Verzekeringen - Financieringen

HOOGERVORST C.V.



restaurant

De Vier Seizoenen

Heereweg 224 - 2161 BR Lisse
Telefoon: 0252 - 41 80 23
Fax : 0252 - 53 15 14
info@restaurantdevierseizoenen.nl
www.restaurantdevierseizoenen.nl

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

Tot ziens, Ton Freriks, patron cuisinier
Ellen Freriks

www.spartaannet.nl



presented by:

HERENMODE
DE WOLF

Kanaalstraat 43 Lisse



Grote Clubactie 2009

81 Pupillen hebben er voor gezorgd dat er in totaal 1028 loten verkocht zijn. Voorwaar een hele prestatie.

Het verdiende geld (van elk lot ging er 2,40 euro naar onze club) zal gebruikt worden om in 2010 een bus te huren om naar Dronten te gaan waar dan de Nationale Jeugd Atletiek Dag (NJAD) georganiseerd wordt. Verder zal er een gedeelte gebruikt worden om in 2011, als de Spartaan 50 jaar bestaat, een groots evenement voor de jeugd te organiseren.

De 3 hoogste lotenverkopers hebben inmiddels hun prijs ontvangen. Wie waren dat?

- | | | |
|----------------------|----------|----------|
| 1) Max Uphoff | 62 loten | C-pupil |
| 2) Jasmin Brinkerhof | 50 loten | A1-pupil |
| 3) Megan v. Beelen | 39 loten | C-pupil |

Iedereen nogmaals bedankt voor haar/zijn inzet.



1e prijswinnaar Max

Chronologisch overzicht Kerstcross 26 december 2009

Starttijden en afstanden

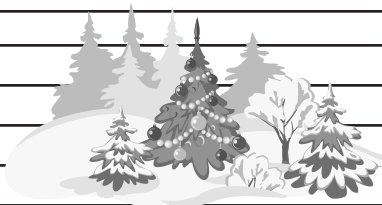
11.00	uur	Minipupillen jongens en meisjes (geboren - 2003 en 2004)	"600" m'
		C-pupillen jongens en meisjes (geboren - 2002)	
11.15	uur	B-pupillen jongens en meisjes (geboren - 2001)	"1000" m'
		A-pupillen jongens en meisjes (geboren - 2000 en 1999)	



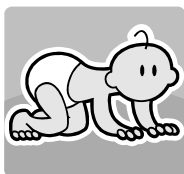
Voor verdere informatie, omtrent deze loop, zie bladzijde 19.

Aktiviteitenkalender

Datum	Evenement	WAAR
26 december 2009	Kerstcross	Lisse
23 januari 2010	2e Quatrocross	Lisse
14 februari 2010 (zondag)	3e Quatrocross	Leiden (Duinrel)
7 maart 2010 (zondag)	Indoorwedstrijd	Utrecht
13 maart 2010	4e Quatrocross	Katwijk
20 juni 2010	Nationale Jeugd, Atletiek Dag (NJAD)	Dronten



Zoekt U een oppas? Wij zoeken een oppasbaantje!!

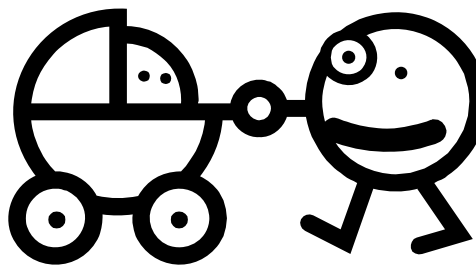


Wij zijn de ideale oppassers omdat.....,

- we een goed team zijn;
- we heel gezellig zijn;
- we kinderen super vinden;
- zij ons (meestal) ook super vinden;
- we ervaring hebben;
- we ons makkelijk aanpassen;
- we vaak kunnen;
- we (al) 14 zijn en in Lisse wonen.

Heeft U interesse? Mail dan naar:
simone.lotus@hotmail.com of bel naar: 06-38236803 (Floor).

Groetjes van Simone en Floor uit de D-groep



DE SPARTAAN



INDOOR LISSE BIJ ONDERWATER OP 28 NOVEMBER 2009

C-Pup. Jongens	Hoog	Kogel	50 mtr	600 mtr
6 Luka vd Meij	0.80	3.56	9.8	3.03.3
7 Niels van Beek	0.75	4.03	9.8	DNS
8 Freek Straathof	0.60	4.40	10.7	2.44.0
10 Ivar Schoone	0.65	4.59	10.0	DNS
C-Pup. Meisjes	Hoog	Kogel	50 mtr	600 mtr
1 Shana van Vuuren	0.85	5.53	9.4	2.54.0
4 Nicole in 't Veld	0.80	3.45	9.2	2.37.3
6 Hannah Olsthoorn	0.80	3.70	10.3	2.37.9
7 Lianne Pijpers	0.75	3.97	10.0	2.51.4



Rens JPB in afwachting bij hoog

B-Pup. Jongens	Hoog	Kogel	50 mtr	600 mtr
2 Willem Olsthoorn	1.05	4.65	8.7	2.19.3
5 Julian van Meggelen	0.95	5.09	8.4	2.26.4
10 Ezra Hulsman	0.90	4.02	9.5	2.21.2
11 Martijn Sabel	0.95	4.12	9.6	2.27.8
17 Merlijn van der Lans	0.90	3.79	9.8	2.44.5
18 Bas Meeuwenoord	0.80	2.73	9.8	2.33.0
19 Rens ten Kate	0.80	3.12	9.9	DNS
B-Pup. Meisjes	Hoog	Kogel	50 mtr	600 mtr
3 Megan van Beelen	1.05	4.95	8.8	2.21.9
4 Eveline de Jong	1.05	4.36	8.6	2.22.4
6 Demi Brinkhof	1.05	4.77	8.5	2.39.7
7 Hieke Bohm	1.00	4.05	8.5	2.29.0
8 Anne-Wil v Werkhoven	1.00	4.19	8.9	2.24.4
12 Annemijn Warmerdam	0.80	3.71	9.8	DNS

A-Pup. Jongens 1e jrs	Hoog	Kogel	50 mtr	600 mtr
4 Alex van Noort	1.10	5.96	8.5	2.19.8
6 Twan van Tol	1.05	5.82	8.6	2.28.6
7 Thomás van Delft	1.00	3.98	9.4	2.20.5
8 Joost Dofferhof	0.95	4.61	8.9	2.34.9
11 Daniel Willemsen	0.95	5.18	9.0	2.47.8
14 Nick Reijnders	0.85	5.25	9.6	2.47.3
15 Max van den Berg	0.90	3.77	9.6	2.37.1
A-Pup. Jongens 2e jrs	Hoog	Kogel	50 mtr	600 mtr
4 Sam Lem	1.05	6.41	8.6	2.15.1
5 Wolf Nederpel	1.05	5.91	8.9	2.23.8
9 Jurgen van der Zwet	1.15	7.29	8.1	2.09.8



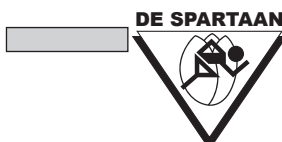
Gerrit instrueert meisjes pupillen A2



Jasmin op kogel

A-pup Meisjes 1e jrs	Hoog	Kogel	50 mtr	600 mtr
4 Anneloes Pluimert	0.90	4.89	8.9	2.25.7
6 Juliette Pluimert	0.90	3.75	8.5	2.28.7
7 Laurien vd Coevering	0.95	4.38	9.0	2.37.7

A-Pup. Meisjes 2e jrs	Hoog	Kogel	50 mtr	600 mtr
4 Jasmin Brinkerhof	1.15	6.64	8.2	2.05.8
7 Andrea Bouma	1.05	5.50	8.0	2.21.3
11 Sanne Verdoes	1.00	5.81	9.3	2.35.3
11 Lianne Daan	0.95	5.15	8.9	2.32.5
13 Lotte van Stijn	0.85	4.84	8.8	2.25.0
14 Inge de Willigen	1.05	5.94	9.2	DNS
16 Bo van Vaneveld	0.90	5.11	9.5	3.08.0
17 Lotte de Vroomen	0.80	3.68	9.6	2.40.6



Clubrecords (per 1-11-2009 pupillen B en C)

Jongens Pupillen B

Onderdeel	Naam/Geb.jaar	Prestatie	Plaats	Datum
40 meter	Maarten Ruigrok '83	6,5	Lisse	5-9-1992
40 meter	Michel Hageman '76	6,5	Beverwijk	25-5-1985
1.000 meter	Jelle van der Zon '96	3.38,1	Lisse	18-6-2005
4 x 40 meter	David van Elk '96	25,6	Amstelveen	17-9-2005
	Jelle van der Zon '96			
	Roel Teeling '96			
	Karel Peterse '96			
verspringen	Sjoerd van der Meer '92	3,96	Voorschoten	15-9-2001
hoogspringen	Edwin Kortekaas '75	1,2	Lisse	30-6-1984
hoogspringen	Frank Niewold '85	1,2	Leiden	27-8-1994
hoogspringen	Rick van Ruiten '85	1,2	Leiden	27-8-1994
hoogspringen	Bart Plantenberg '92	1,2	Lisse	6-10-2001
kogelstoten 2kg	Edward Bervoets '65	7,24	Lisse	21-9-1974
balwerpen 160 gr	Stefan de Rooy '94	38,84	Den Haag	18-5-2003

Meisjes Pupillen B

Onderdeel	Naam/geb.jaar	Prestatie	Plaats	Datum
40 meter	Annette Verdegaaal '76	6,4	Lisse	20-4-1985
40 meter	Debby van der Kraan '79	6,4	Lisse	18-6-1988
40 meter	Jaimy Loos '97	6,4	Lisse	17-4-2006
40 meter	Jaimy Loos '97	6,4	Lisse	7-10-2006
1.000 meter	Annette Verdegaaal '76	3.38,6	Lisse	29-6-1985
4 x 40 m.	Demi Hoekstra '96	25,85	Amstelveen	17-9-2005
	Kaylee van Beelen '96			
	Denise Henzen '96			
	Tünde Brinkerhof '96			
verspringen	Debby van der Kraan '79	3,83	Lisse	10-9-1988
hoogspringen	Maike Boon '95	1,15	Lisse	2-10-2004
hoogspringen	Myrna Keizer '95	1,15	Lisse	2-10-2004
kogelstoten 2kg	Fiona van Gerven '77	6,57	Lisse	13-9-1986
balwerpen 160gr	Marleen Westra '94	27,03	Voorschoten	6-9-2003

Jongens Pupillen C

Onderdeel	Naam/Geb.jaar	Prestatie	Plaats	Datum
40 meter	Tom Niewold '89	6,8	Lisse	4-10-1997
40 meter	Jelle van der Zon '96	6,8	Katwijk	17-4-2004
600 meter	Jurgen van der Zwet '99	2.11,4	Lisse	6-10-2007
4 x 40 m.	Jeffrey Möhlen '99	27,52	Amstelveen	29-9-2007
	Julien van Beek '99			
	Morris Boers '99			
	Jurgen van der Zwet '99			
verspringen	Thijs Kwakkenbos '95	3,57	Leiden	10-5-2003
hoogspringen	Roel Teeling '96	1,1	Lisse	2-10-2004
balwerpen 100 gr	Stefan de Rooy '94	34,28	Voorschoten	14-9-2002

Meisjes Pupillen C

Onderdeel	Naam/Geb. jaar	Prestatie	Plaats	Datum
40 meter	Annette Verdegaaal '76	6,8	Delft	22-9-1984
40 meter	Lieke Brouwer '96	6,8	Lisse	5-6-2004
40 meter	Jaimy Loos '97	6,8	Lisse	18-6-2005
40 meter	Jaimy Loos '97	6,8	Lisse	8-10-2005
600 meter	Maike Boon '95	2.11,1	Lisse	4-10-2003
4 x 40 m.	Lieke Brouwer '96	27,38	Amstelveen	18-9-2004
	Kaylee van Beelen '96			
	Nicky van der Steenhoven '96			
	Jaimy Loos '97			
verspringen	Myrna Keizer '95	3,56	Leiden	10-5-2003
hoogspringen	Sanne Verdoes '99	1,05	Lisse	6-10-2007
balwerpen 100 gr	Mariska Hoogkamer '98	25,14	Lisse	7-10-2006



KLEURPLAAT



Iedereen prettige Kerstdagen en een goed begin van het Nieuwe Jaar 2010