

SPARTAANSE SPEKTAKELS



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



SAMEN STERK



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

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

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

Volg ons op:  

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



L.J. SPORT
your professional sportshop



Brooks

asics

Falke



Polar

saucy

LISSE
Kanaalstraat 53
0252 - 420 300

SASSENHEIM
Hoofdstraat 191
0252 - 240 777

WASSENAR
Langstraat 57
070 - 51 56 170

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

BOEKESTEIN

Fysiotherapiepraktijk
Acupunctuur

Boekestein Fysiotherapie en acupunctuur

Kapelstraat 5A, 2161 HD Lisse

T 0252-412 934 W www.boekesteinfysio.nl

F www.facebook.com/boekesteinfysiotherapie

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

Nu ook **oedeemtherapie** bij
Boekestein Fysiotherapie



DREIJER OPTIEK

Alles voor ogen!

Kanaalstraat 25-27 Lisse Tel. 41 59 92

Bestuur:

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

Commissies:

PR & Sponsoring:

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

W.O.C. Wedstrijd Organisatie Commissie

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

cwavorzitter@avdespartaan.nl

C.R.A. Commissie Recreatie Atletiek

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

C.J.A. Commissie Jeugd Atletiek

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

T.R. Technische Raad

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

Secretaris trsecretaris@avdespartaan.nl

Trainingscoördinator Senioren, Junioren AB:

Anthony Ott, 06-55137028

trcoördinator@avdespartaan.nl

C-junioren (geb. 2003-2002):

John vd Zwet, 0252-413259/06-49744134

D-junioren (geb. 2005-2004):

Joost Valk, 06-52155050

Pupillen (geb. in 2006 of later):

Jan Beijik, 06-41643950

Ledenadministratie

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

Medische zaken:

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

TSB:

Vrijwilligerscommissie

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

Internetcommissie

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

Vertrouwens Contactpersonen

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

Inschrijvingen wedstrijden:

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

Secretariaat:

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

website: www.avdespartaan.nl

Redactie: Marga Kortekaas en Trudy Olij

Inhoudsopgave	1
Berichten van de bestuurstafel:	
• Van de voorzitter	2
• De bouw loopt voorspoedig met veel vrijwilligers	3
Berichten van de Ledenadministratie:	
• Jarigen van 16-10 t/m 30-11-2017	4
• Nieuwe-, afgemelde- en verhuisde leden	4
Redactie en Kantinenieuws	5
Reunie AV De Spartaan in 2018	6
Electronische tijdwaarneming (ET): nu al niet meer weg te denken!	6
Nieuws van de Club van 100: van de voorzitter	7
Nieuws van de Vrijwilligerscommissie:	
• van de voorzitter	8
• Interview met Kees Luijk	9
• Vrijwilligersprijs 2017 voor Wim en Sandra Bouma	9
Fietstocht, vertrouwen	10
Nieuws vanuit de Commissie Recreatie Atletiek:	
• Poldertocht	11
• Kermisloop 26-09, een echt dorpsfeestje	13
Nieuws van de man van de statistieken / bedankje	14
Nieuws vanuit de WOC (activiteitenkalender 2017)	15
Klaverjascompetitie 2017-2018	15
Nieuws van de Commissie Jeugd Atletiek:	
• Van de voorzitter	17
Pupillennieuws:	
• Tussenstand puntentelling pupillenklassement	18
• Verslagen 4e ZHM competitie Alphen aan de Rijn + uitslagen	19
• Verslagen Nederlandse Estafette Kampioenschappen	23
• Verslagen 3e Marga Kortekaas Spelen + uitslagen	26
• Activiteitenkalender / Grote Clubactie /	
Trainingstijden per 01-11-2017 / 2e Hands kleding	31
Kleurplaat	32

REDACTIENIEUWS

Kopij insturen uiterlijk woensdag 29 november 2017 vóór 16.00 uur.
Het clubblad ligt klaar in de kantine voor bezorging op
dinsdag 12 december 2017.

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

Commissie kantinezaken

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

Gevonden voorwerpen:

Ank Hartman, gevondenvoorwerpen@avdespartaan.nl

Ranglijsten:

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

Clubrecords:

Wim Cozijn, clubrecords@avdespartaan.nl



VAN DE BESTUURSTAFEL



Oktober. Rustmaand. Persoonlijk merk ik er zelf weinig van en velen die zich bezighouden met het besturen van de vereniging, het meehelpen bij de verbouwingswerkzaamheden (dak!) en als je lekker aan het trainen bent eigenlijk ook niet. Het blijft gewoon aanpakken, doorgaan en natuurlijk af en toe om je heen kijken en genieten. In oktober kijk je altijd even terug, want: einde seizoen. Weer mooie prestaties van onze wedstrijdathleten. Maar liefst 3 meidenteams haalden de landelijke finale, waarbij meisjes A de 4^e plaats, meisjes B de 6e plaats en de meisjes C de 11^e plaats van Nederland wisten te behalen! De jongens waren dit jaar niet bij de finales, maar zij haalden het podium bij het NK Estafette. Het seniorenteam met Steven Oosterkamp, Jurgen van der Zwet, Richard Assendelft en Emiel Stoop liepen de 4 x 100 meter zo sterk dat zij de eerste plaats bemachtigden. Nog nooit vertoond in de geschiedenis van De Spartaan (!). De B-jongens liepen tijdens de Zweedse Estafette naar brons en de A-pupillen jongens naar zilver op de 4 x 60 meter. Prachtige prestaties en felicitaties voor alle atleten.

Tijdens de alweer 11^e vrijwilligersdag op 1 oktober waren de wedstrijdathleten ook goed vertegenwoordigd en liepen ook al snel met de prijzen weg die tijdens de frisbee-golf gewonnen konden worden. Het werd een ontzettend gezellige middag. Weer heel goed georganiseerd door de Vrijwilligerscommissie en fijn ook dat Yvonne van der Hulst mocht langskomen om kennis te maken met een groep betrokken leden van de vereniging die haar bedrijf: G.J. van der Hulst, de komende 5 jaar gaat sponsoren. Je zal dan ook regelmatig hun beeldmerk en projecten langs zien komen. Wij zijn heel blij met de prettige samenwerking met Yvonne tot nu toe.

De nieuwbouw staat al bijna volledig. Er wordt druk gewerkt om voor de LJ Sport Ter Specke Loop op 26 november a.s. het nieuwbouwgedeelte af te hebben. Meer hierover verderop in het clubblad. Als je de bouw wilt volgen, kijk dan op onze Facebookpagina, daar verschijnen regelmatig foto's en filmpjes van de bouw.

Als voorzitter zal ik me, in maart, niet meer verkiesbaar stellen. Mijn eigen werkzaamheden als organisatieadviseur en teamcoach vragen steeds meer volledige aandacht. Daarnaast weten mensen die mij enigszins kennen dat ik wel van een beetje reuring houd (jaja, ik ben nog steeds een Amsterdamse) en dat ik op mijn best ben als er veel nieuws gebeurt om me heen. De afgelopen 2,5 jaar zijn best roerig geweest, dus ik heb mijn hart op kunnen halen en ben enorm blij en dankbaar dat ik dit heb mogen doen. In maart mag iemand van mij de hamer overnemen, dus kijk snel op de site naar de vacature en bel of mail me voor een gesprek. Het is erg leuk, afwisselend en dankbaar werk en kan het iedereen aanraden!

Wie wil?

Een mooi najaar, geniet van de verandering van de seizoenen en loop lekker mee met de wedstrijden die de komende tijd op de agenda staan.

Oproep leden voor Feestcommissie:

Wie wil aansluiten en helpen bij de Feestcommissie die het **grote openingsfeest** gaat organiseren? Graag melden bij mij of bij de vrijwilligerscommissie.

Sportieve groeten, Jennifer Lem voorzitter AV De Spartaan



DUURZAAM ÉN ENERGIEZUINIG BOUWEN

In het plan Sonate 2.0, gelegen in project Hoogkamer in Voorhout, bouwen wij 28 unieke Van der Hulst woningen. Bijzonder aan deze woningen is dat ze Nul-op-de-Meter zijn. De woningen zijn volledig gasloos en wekken evenveel energie op als voor normaal gebruik van de woning nodig is. Dit is onder meer mogelijk door het toepassen van slimme energiemaatregelen.

Bouwbedrijf GJ van der Hulst is trotse sponsor van AV De Spartaan. Samen bouwen aan een duurzame toekomst!



www.hoogkamer-voorhout.nl

0252 210 031
www.gjvanderhulst.nl



De bouw loopt voorspoedig met veel vrijwilligers

De bouw is nu echt van de tekentafel af. Het nieuwe gebouw staat en we zijn druk bezig met de afwerking. De binnenmuren zijn geplaatst en de wc's worden betegeld met een goede witte kwaliteitstegel waar speels een "Spartaan groene" strooitegel in wordt verwerkt. Een kleur die ook in de binnendeuren terugkomt. Hierdoor krijg je bij het binnenlopen van het nieuwe gebouw direct een "Spartaan gevoel". Op de drukbezochte vrijwilligersdag in oktober hebben zeker 100 leden uitgebreid de tijd genomen om eens rustig rond te kijken in het nieuwe gebouw. Veel oh's en ah's, zeker als je door de glasgevel van vloer tot het dak, recht op de kop van de baan kijkt. Een geweldig uitzicht waar onze leden echt van onder de indruk waren.

Er wordt hard gewerkt en nog steeds volgens planning. Met de bouwers hebben we op woensdagmiddag in de Lisser feestweek een pannenkoekje gedronken om volgens traditie het hoogste punt in de bouw te vieren. En dat direct maar in de nieuwe ruimte. Het was een leuke bijeenkomst met de bouwers, die mij spontaan vertelden het een geslaagd ontworpen gebouw te vinden dat ze niet eerder zo hadden mogen neerzetten en bewondering te hebben voor wat onze club hiermee laat zien.

Fantastisch was het om te zien dat er dagenlang zoveel vrijwilligers op het dak bezig zijn geweest om al het isolatiemateriaal aan te brengen. Waarna de nieuwe dakbedekking geplakt kon worden. En dat was hard nodig, de oude dakbedekking was volledig op, de gaten vielen er letterlijk in. Fred heeft een paar keer in moeten grijpen om de ergste lekkage onmiddellijk te dichten. Met de nieuwe dakbedekking hopen we voor minstens 40 jaar weer waterdicht te zijn. De foto's met de klussende vrijwilligers staan inmiddels op facebook.

Goed nieuws is er ook van het subsidiefront. Nico heeft ervoor gezorgd dat we een toezegging hebben gekregen van het "Coöpfungds" van € 10.000 voor de inrichting van de nieuwe bewegingsruimte met toestellen en sportmaterialen. Voor de inrichting worden op dit moment plannen gemaakt. We zijn in overleg met de gemeente over teruglevering van de zonne-energie die we met onze 60 panelen gaan opwekken. Nico en Kees hebben eind van de maand overleg op het gemeentehuis om te komen tot goede afspraken.

We zijn er nog niet. Als straks na de Ter Speckeloop op 26 november de kantine en de kleedruimtes leeg gemaakt moeten worden zijn er handjes nodig. De klussenploeg moet niet overvraagd worden. In de eerste twee weken van december hebben we veel vrijwilligers nodig om te helpen met het sloopwerk in de kantine, het krachthonk en de kleedkamers.

Dus als je dat nog niet hebt gedaan laat even weten aan Nico of Fred wanneer je beschikbaar bent!

Tot slot wil ik als trotse voorzitter van de bouwcommissie graag alle vrijwilligers bedanken die de bouw op welke wijze ook, mogelijk maken. Ik maak een diepe buiging voor zoveel inzet en enthousiasme!

Laurens van Schie



VAN DE LEDENADMINISTRATIE

JARIGEN

Oktober					November					November				
16	Michael		Bouma	14 Jun B	2	Lianne		Daan	15 Jun A	15	Hester	de	Ruijter	31 Recr
17	Ennio		Giltay Veth	08 Pup A	2	Isa		Kovács	07 Pup A	16	Stan	de	Haas	10 Jun D
17	Mirsad		Hulic	32 Recr	2	Elly		Bennis	37 Wand	16	Irene	v.	Gent	31 Recr
17	Rosa		Meurs	09 Jun D	3	Herman	de	Joode	32 Recr	16	Carla		Wildenburg	31 Recr
20	Ria		Schriek	31 Recr	3	Kobi	v.	Braak	31 Recr	17	Leonie		Treffers	31 Recr
21	Jasper		Stokman	08 Pup A	4	Aad		Grimbergen	38 Wand	18	Eva	vd.	Poel	31 Recr
21	Marga	v.	Ravels	31 Recr	4	Monique		Versluis	31 Recr	18	Ria	vd.	Post	37 Wand
22	Marieke		Moonen	09 Jun D	5	Diana		Starmans	31 Recr	18	Bram	v.	Duijvenbode	32 Recr
22	Emma	v.	Werkhoven	11 Jun C	5	Emma		Ouwehand	05 Pup B	19	Marit		Hoogeveen	07 Pup A
22	Rita	vd.	Krogt	31 Recr	6	Paul		Stelder	32 Recr	19	Korry		Diemel	31 Recr
23	Paul		Hoezen	32 Recr	6	Carolien		Wierenga	31 Recr	20	Hannah		Olsthoorn	11 Jun C
24	Anneke		Folkertsma	37 Wand	6	Andrea		Bouma	15 Jun A	20	Lotte	vd.	Strate	13 Jun B
24	Jennifer		Lem	31 Recr	6	Wess		Waasdorp	06 Pup B	21	Anneke		Hoogkamer	41 Ov
25	Frank	v.	Dongen	38 Wand	6	Dick	v.	Elk	42 Ov	22	Sophie		Koot	13 Jun B
25	Dave		Clemens	18 Sr	6	Kirsten		Smits	09 Jun D	23	Marco	v.	Stijn	32 Recr
27	Youri		Feijt	08 Pup A	7	Rick		Urban	18 Sr	23	Sandra		Bouma	31 Recr
27	Joop	v.	Stijn	42 Ov	7	Willem	v.	Klink	32 Recr	24	Gijs		Fransen	14 Jun B
27	Eline	v.	Duijn	12 Jun C	7	Cas		Werter	10 Jun D	24	Mark	ten	Brinke	14 Jun B
28	Buddy	vd.	Burg	10 Jun D	7	Silke		Boon	41 Ov	24	Eveline		Botter	21 Mstrs
29	Ben	ter	Hoeve	42 Ov	7	Edwin		Teeuwen	32 Recr	25	Imke	v.	Kaam	07 Pup A
29	Zeb		Beelen	14 Jun B	8	Fiene		Opdam	01 Mini	25	Remona		Fransen	17 Sr
29	Bob		Roest	06 Pup B	10	Ingrid		Nieuwenhuis	41 Ov	25	Thea		Baak-Kamp	31 Recr
30	Marjan		Boom	31 Recr	10	Jan		Dofferhoff	22 Mstrs	25	Theo		Zandbergen	32 Recr
30	Niels		Louwers	32 Recr	10	Bruno		Bangu	10 Jun D	26	Loek	v.	Saase	32 Recr
31	Frans	vd.	Broek	32 Recr	12	Julia		Pieterse	07 Pup A	27	Marianne		Otte	31 Recr
31	Nicoline	v.	Steijn	31 Recr	12	Joost		Valk	32 Recr	28	Kimberley		Booij	13 Jun B
31	Corrie	vd.	Berg	41 Ov	12	Mees		Gerbrands	08 Pup A	28	Albert		Molenkamp	42 Ov
31	Desi	v.	Rijswijk	09 Jun D	14	Guusje		Scheffer	07 Pup A	29	Jarit	vd.	Ven	07 Pup A
November					15	Gerda		Wassenaar	31 Recr	30	Tiemo		Jetten	04 Pup C
1	Wim		Steenvoorden	32 Recr	15	Evie		Ouwehand	07 Pup A	30	Niels	vd.	Weerdt	32 Recr
1	Gerda	vd.	Meer	31 Recr	15	Henk		Paardekooper	42 Ov	30	Rene		Bakker	32 Recr
1	Angelique		Rutgrink	31 Recr	15	Henk		Westra	42 Ov					

Nieuwe leden				Nieuwe leden				Afgemelde leden			
Vnaam	TV	Naam	KnauCat	Vnaam	TV	Naam	KnauCat	Vnaam	TV	Naam	KnauCat
Megan	de	Vries	01 Mini	Desa		Verdegaal	05 Pup B	Remco		Willems	02 Mini
Iris		Bloem	01 Mini	Ruby		Zijerveld	05 Pup B	Kiki	v.d.	Berg	07 Pup A
Linda	v.	Wetten	01 Mini	Warmer		Kalimo	06 Pup B	Iris		Hulsbosch	09 Jun D
Norah		Herman	01 Mini	Suus		Altorf	09 Jun D	Sasha		Spaans	09 Jun D
Vincent		Trin	02 Mini	Rogier		Schults	10 Jun D	Eva		Horlings	11 Jun C
Victor	de	Ruijter	02 Mini	Eline	v	Duijn	12 Jun C	Jaimy	vd.	Loo	13 Jun B
Redmar		Kalimo	02 Mini	Angelique		Rutgrink	31 Recr	Mariska		Hoogkamer	15 Jun A
Emma		Stevens	03 Pup C	Arie		Posthumus	32 Recr	Wolf		Nederpel	16 Jun A
Sophie		Rens	03 Pup C	Marcel		Konijn	42 Overig	Thea		Smittenberg	31 Recr
Anna		Rens	03 Pup C	Verhuisde leden				Angela		Herberghs	31 Recr
Esmée	de	Ruijter	03 Pup C	Vnaam		Naam	KnauCat	George		Hoogkamer	32 Recr
Jasper		Verhorst	04 Pup C	Thijs		Paddenburg	05 Pup B	Agaath		Dolieslager	37 Wand
Luc		Pollet	04 Pup C	Cas		Slooten	04 Pup C				



Het aantal leden per 10 oktober bedraagt **830**





Jubileum 5-gangen wildMenu

Vanwege ons achttien jarig bestaan
serveren wij in dit menu een gratis tussen gerecht.

Pastrami van hert | coleslaw | gemarineerde pruim |
mayonaise van gerookte paprika | gedroogde coppa di Parma

gratis tussengerecht

Velouté | romige wild soep | wild saucijs | lavas salsa

Duivenborst | gebraden | rode ui marmelade
risotto | pompoen | salie | wildsaus | specerijen

Fazant | op karkas gebraden | zuurkool | lardo colonnata
krokante rösti | hutspot | saus | wildjus | Jägermeister

Parfait van zoethout | lauwwarm gestoofd appeltje |
amandelspijs | siroop van kaneel

t/m 23 december 5 gangen menu
inclusief 5 glazen Wijnarrangement € 72,00 p.p.

Sinterklaasmenu

vrijdag 1 t/m maandag 4 december
4-gangenMenu € 41,00 p.p.

Kerst bij De Vier Seizoenen

1e en 2e Kerstdag open voor diner | 6-gangenMenu € 72,00 p.p.
aankomst 18.30-18.45 uur, start diner 19.15 uur

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

SUDOKU

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

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

REDACTIENIEUWS

**Uiterste inleverdatum kopij
vóór 16.00 uur op:
29 november 2017**

RaRa??

Schrijf je huisnummer op - verdubbel dit getal -
doe daar 5 bij - vermenigvuldig met 50 -
tel er je leeftijd bij op - doe er nog eens 365 bij -
trek er 615 vanaf.

Uitkomst:

links je huisnummer - rechts je leeftijd

KANTINENIEUWS

**Koffiekaarten zijn alléén geldig met trainingen,
dus niet bij wedstrijden**

WINNAARS KOFFIEKAARTEN

AUGUSTUS

Familie Griffioen
Ans Keijzer
Sonja v.d. Marel

SEPTEMBER

Monique Möhlmann
Frans Rusman
Cobie Streppel



Reünie AV De Spartaan in 2018

De opening van de nieuw- c.q. verbouw van de kleedruimte en kantine van De Spartaan staat volgens de planning voor de start van het nieuwe atletiekseizoen volgend jaar gepland. Het leek mij een mooie aanleiding om ter gelegenheid van dit heuglijke feit een reünie te houden voor ieder die op een of andere wijze betrokken is bij de vereniging. Daarbij denk ik aan zowel atleten, als bestuurders, oud-leden en vrijwilligers. Voor de organisatie wil ik een beroep doen op een aantal vrijwilligers, om dat een dergelijk evenement de nodige voorbereiding vraagt. Tijdens de reünie is het misschien ook mogelijk om een bescheiden fototentoonstelling te houden. Hoe de reünie er uit gaat zien, wordt later gezamenlijk ingevuld. Het een en ander zal in nauw overleg plaatsvinden met de feestcie die de officiële opening voor z'n rekening neemt.

Harry v.d. Aardweg. Graag je reactie zo spoedig mogelijk naar: harryaardweg@gmail.com

ELEKTRONISCHE TIJDWAARNEMING (ET): NU AL NIET MEER WEG TE DENKEN!



Een eigen systeem voor de elektronische tijdwaarneming voor de vereniging: een idee dat al langere tijd bestond. Niet iets wat je zomaar doet. Het betekent een flinke investering en je moet er ook voor zorgen dat de bezetting in orde is.

In het verleden werden tijden bij atletiek-wedstrijden gemeten met een stopwatch.

Op een trap zaten juryleden die reageerden op het startpistool. Bij zo'n systeem ben je afhankelijk van de accuratesse van alle juryleden. Dit leidt natuurlijk niet altijd tot juiste resultaten. Daarom is er al jaren geleden voor gekozen vanuit de Atletiekunie om bij

een aantal wedstrijden een systeem met elektronische tijdwaarneming verplicht te stellen. Bij zo'n systeem wordt de tijdwaarneming gestart, wanneer het startschot wordt gegeven. Met behulp van een foto worden de individuele resultaten gemeten.

Bij de verplichte ET-wedstrijden, werd door onze vereniging de "ET" gehuurd bij andere verenigingen of partijen die ET verhuurden, inclusief de noodzakelijke bediening. Bij onze testwedstrijden, indoor en onderlinge wedstrijden werd nog met hand geklokt.

Waarom dan toch kijken naar een eigen systeem?

De huur van ET werd bijzonder lastig. Veel wedstrijden (bijvoorbeeld competitie) vinden plaats op dezelfde dag, waar het aantal te huren systemen beperkt was en bleef. Regelmatig was dit een langdurige zoektocht waarbij de ET steeds verder van huis moest komen. Dit betekende ook dat vooraf niet duidelijk was welke kosten de vereniging ging maken. Daarnaast kwam steeds vaker naar voren dat de kwaliteit van de metingen van de wedstrijden waar we nog met de hand klokten ter discussie werd gesteld.

We hebben de ideeën op papier gezet. Meerdere keren brainstormen, informatie inwinnen bij mogelijke leveranciers, demonstraties bijwonen en vooral ook informatie vergaren bij andere verenigingen die al een eigen ET hadden, ging hieraan vooraf. Het financiële plaatje was goed rond te maken: doordat er geen ET meer gehuurd hoeft te worden, zijn er jaarlijks minder kosten. Alle verenigingen met een eigen ET gebruiken de systemen zo lang dat het terugverdienmodel positief uitpakt.

En dan de bezetting. In mijn inventarisatie bij andere verenigingen merkte ik dat de ET soms draaide op een (erg) klein clubje vrijwilligers. Dat moest bij ons anders worden opgezet. Hier en daar wat rondvragen leverde heel veel op, zoals zo vaak bij De Spartaan. Op dit moment staan negen personen op de lijst, waarvan er acht al meerdere keren daadwerkelijk met het systeem hebben gewerkt. We hadden overigens het geluk dat we konden starten met enkele personen die al de nodige (of zelfs heel veel) ervaring met ET elders hadden opgedaan. Het ET-team van De Spartaan is een mooie mix van jongeren en iets oudere jongeren.

Hierna kwam er een positief besluit om tot aanschaf over te gaan. Bij de aanschaf is ook nog de nodige aandacht besteed aan de partij aan de "andere kant van de kabel": de starter. Fred had veel nuttige adviezen met zijn ervaring als starter en daar hebben we dankbaar gebruik van gemaakt.

Eind 2016 zijn de spullen door ons in België opgehaald en ging het plan van start om bij de testwedstrijden in april 2017 het systeem in gebruik te nemen.

We wisten dat we veel moesten oefenen. Het opzetten van het systeem, maar ook het oefenen van gelopen series. Hulp van de trainers en atleten gaven ons deze mogelijkheden.

Het plannen van de cursussen was een tegenvaller. De Atletiekunie was net gestopt met de cursussen in oude stijl en de nieuwe stijl was nog niet gereed. Gelukkig kon ik onze vereniging meenemen in de pilot voor de nieuwe cursus. Het volgen van een cursus voor de vereiste registratie bij de Atletiekunie was noodzakelijk, want bijvoorbeeld om records te kunnen erkennen dient er formeel een functionaris met de aantekening "chef ET" in het team te zijn. Omdat we in wisselende samenstelling draaien zijn meerdere chefs nodig. Ook hier hebben we uiteindelijk de zaak goed kunnen regelen. Bij de verschillende wedstrijden dit seizoen zijn Roy van Hal, Davey Kaak, Tessy Lenting en Karin Zonneveld beoordeeld. Henk van der Poel volgt komend jaar. Paul Firet was al chef. Wanneer de pilots zijn geëvalueerd en een nieuw cursusprogramma wordt uitgerold zullen Anita Ruigrok, Ronald Pieterse en Albert Molenkamp volgen.

De noodzaak heeft zich al bewezen, want bij de laatste instuifwedstrijd in augustus heeft Roy de eer gehad om een recordformulier te mogen tekenen!

We hebben nu een heel buitenseizoen achter de rug. De eigen wedstrijden, competitiewedstrijden, we gebruiken voor alles onze ET. En het gaat goed, heel goed. De wedstrijden draaien prima. Het lijkt of alles vanzelf gaat.

Maar juist door veel informatie van buiten weten we dat het draaien van een wedstrijd met ET zeker niet vanzelf gaat. En elke wedstrijd leren we weer nieuwe dingen.

Met de kennis die we bij anderen opdoen kun je ook proberen zaken te voorkomen. Dat houdt ook in dat de ET er in de regel als eerste is (en als laatste gaat). Dus vroeg uit de veren!

Ook het gebruik van een extra tijdprinter bij langere loopnummers is zo'n dingetje. Degenen die bij meerdere wedstrijden (ook buiten De Spartaan) aanwezig zijn geweest begrijpen de noodzaak....

Een groot verschil met een jaar geleden: waar voorheen de ingehuurd ET in alle rust haar werk deed, is nu goed te zien dat het "eigen" is. Het is soms druk bij de ET-tent en je hebt het idee dat we al jaren zo werken. Een aanwinst voor de vereniging en nu al niet meer weg te denken!

Paul van Hal



NIEUWS VAN DE CLUB VAN 100

Heerlijke zittend in het zonnetje aan de keukentafel met uitzicht over ons mooie dorp, zit ik te mijmeren over onze club van 100.

Dit jaar weer een geweldig gezellige middag in Noordwijk gehad en nu op **vrijdag 17 november** de Algemene Ledenvergadering. En dit al weer voor de 24^e keer. Ja en dus gaan we ons op maken voor het jubileum in 2018.

24 jaar Cv100 en nog steeds met heel veel betrokkenheid en enthousiasme van 100 leden. Op 1 oktober mochten we het **100^{ste}** lid verwelkomen. Maar dat wil niet zeggen dat het er geen 101 of 102 kunnen zijn.

Het zou gewoon fantastisch zijn als we het jubileum jaar kunnen starten met een aantal 20-30 en 40 ers die ook hun betrokkenheid willen delen voor De Spartaan door lid te worden van de Cv100. Want ook bij ons komt de "vergrijzing" eraan. En vooral het feit dat de helft van je deelname geld in een cadeau aan de vereniging wordt geschonken, moet toch mensen over de streep halen.

Ook dit keer zal op de **ALV op 17 november** uit 3 (of meerderen) voorstellen een cadeau door de vergadering worden gekozen en aangeboden aan de vereniging. Een vereniging die met de nieuwe kantine in het vooruitzicht die heel goed kan gebruiken.

Ik zit eens te denken hoe uniek de Cv100 maar ook de leden van De Spartaan zijn als het om steun en samenwerking gaat. € 200.000,- in lening door de leden aangeboden, waar kom je dat nog tegen.

24 jaar cadeaus door de Cv100 geschonken, waar houden ze dit zo lang vol.

Ik ben trots om voorzitter van deze cv100 te zijn en ga ervan uit dat ik zoveel mogelijk van de 100 leden op **vrijdag 17 november** zie op de ALV in onze kantine om 20.00 uur.

Jaap van Amsterdam, voorzitter

Noot: in de week van 1 november zal de agenda met notulen via de websitemail aan de leden van de Club van 100 worden toegestuurd.



NIEUWS VAN DE VRIJWILLIGERSCOMMISSIE

Op 1 oktober werd de jaarlijkse **vrijwilligersdag georganiseerd**. Meer dan 100 mensen waren bij aankomst heel nieuwsgierig om de nieuwe in aanbouw zijnde hal van binnen te bekijken. Voorzitter Jennifer Lem legde dit jaar in haar praatje nadruk op de verbondenheid binnen de club, die zij ervaarde bij de inzameling van geld (leningen en obligaties), en zij vroeg de aanwezigen bij elkaar eens te checken wat nu ieders eigen motivatie is om vrijwilligersactiviteiten te doen binnen de club. Dit leverde leuke gesprekken op. Daarna werd genoten van frisbee-golf op het veld en de baan, waarbij met hulp van de commissie Wedstrijd Atletiek een mooi parcours met 10 "holes" was gebouwd. De jongeren onder ons hadden duidelijk meer ervaring, maar dat mocht de pret bij anderen niet drukken. Daarnaast werd er verwoed samengewerkt aan het bouwen en afschieten van ballen vanuit een bamboestok-katapult. Onvermoede kwaliteiten in bouwen en samenwerken kwamen naar boven!



Deze middag werd ook gelegenheid gegeven aan de nieuwe meerjaren-hoofdsponsor v.d. Hulst voor een kennismaking met de vereniging. Opvallend was dat ook Yvonne v.d. Hulst de familiale sfeer prees als een warm bad, en aan alle aanwezigen een klein aandenken uitreikte.

Na de uitreiking van de Wandelstok-vrijwilligersprijs aan Wim en Sandra Bouma was er ter afsluiting nog een heerlijk Grieks buffet, waarbij veel geduld werd geconstateerd in de wachtrij voor de broodjes giros.

Ook in dit clubblad weer een **interview met een vrijwilliger**: Kees Luijk, trainer bij de B-groep recreanten, die dit jaar het diploma trainer loopgroepen heeft behaald. Voorwaar een prestatie waarin vele uren zijn besteed aan stage en een uitgebreid portfolio. Veel leesplezier bij deze kennismaking.

Afgelopen weken is de groep **klussers bij de bouw** gestart o.l.v. Fred Duinkerken en Nico Schriek. De komende wintermaanden is er veel werk te verzetten, en **voor de eerste 2 weken van december worden**

nog vrijwilligers gevraagd om te helpen met sloopwerkzaamheden. Melden bij Fred of Nico.

José Elfering gaat de vrijwilligerscommissie na 6 jaar verlaten, vanwege allerlei andere activiteiten buiten De Spartaan. Gelukkig is/blijft zij nog wel betrokken als secretaris van de Commissie Jeugd Atletiek, hetgeen zij al 17 jaren doet. José bedankt voor al jouw werk en organisatorisch talent dat je hebt ingezet in de Vrijwilligerscommissie. Binnenkort gaan we kennismaken met Petra Zuiderduijn, die het secretariaat gaat overnemen.

Vacatures: afgelopen half jaar zijn gelukkig de functies secretaris en penningmeester in het bestuur ingevuld, dat neemt echter niet weg dat we steeds blijven mensen zoeken voor andere functies in en buiten het bestuur. Volgend jaar maart zullen Jennifer, Wim en Wim terugtreden als respectievelijk voorzitter, lid Jeugdcommissie, en lid Recreantencommissie. Aan mij werd gevraagd of er sprake is van een bestuurscrisis, hetgeen ik gelukkig kon ontkennen. Deze personen hebben tussen 3 en 7 jaar deel uitgemaakt van het bestuur.

De komende periode gaan we vacatures ook op de site omschrijven naast de persoonlijke benadering:

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

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

Schoonmaak van kantine en wedstrijdsecretariaat na de nieuwbouw (voorjaar 2018): in koppels van twee ben je eenmaal per 6 of 8 weken aan de beurt. Nu doen vrijwilligers dit vaak op de dinsdagochtend, maar een combi op een andere dag/tijd is ook mogelijk.

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



Interview met Kees Luijk, recreantentrainer B/C groep



Hallo medespartaners,
Mijn naam is Kees Luijk, één van de trainers in de B-groep van 19:00 uur en geef 1x per 4 weken training in de C-groep van 19:00 uur.
Getrouwd met Marlene (C-groep), we hebben een dochter en zoon en 2 kleindochtertjes.
Beroep bedrijfsautomonteur. Hobby's: wandelen, fietsen.
Mag graag ons huis netjes houden dus er is altijd we een klus(je) waar veel vrije tijd in gaat zitten.

Ben wat sport betreft een laatbloeiër. In mijn jeugd een paar jaar op judo gezeten maar dat was het wel. Rond mijn 30^e werd ik overgehaald door een familielid om mee te gaan schaatsen in Haarlem. Paar winters gedaan maar het lag mij niet. Het is (ook) een technische sport en kreeg het niet goed onder de knie.

Een schaatser fiets in de zomer en dat lag me beter. Veel mooie tochten gemaakt, ook in het buitenland. Maar wat doet een fietser als het te koud is op de fiets voor de handen en tenen? Van armoe maar een beetje hardlopen dan. Wel leuk maar ach...

Marlene was al een jaar of 5 lid van De Spartaan toen ze zei: Waarom ga je in de winter niet een keer met mij mee? Kan je s 'zomers altijd nog fietsen! Je kan rustig zeggen dat het daarna behoorlijk uit de hand is "gelopen". Paar keer mee geweest en sinds januari 2012 ben ik lid van De Spartaan. Was verrast door de goede sfeer, de leuke mensen en het fijne aan hardlopen in een groep, iets samen doen! Later met z'n allen naar Leiden, Amsterdam, Apeldoorn en Nijmegen om te lopen.

Mede door deze ervaringen leek het mij leuk om andere lopers te motiveren en stimuleren binnen de vereniging. Na wat gesprekjes met Leo onderwater en andere trainers ben ik in december 2015 assistent looptrainer geworden. Daarna wilde ik wat meer weten over het hoe en waarom achter het lopen. Daarom in de winter van 2016/2017 de opleiding Basis Looptrainer 3 gedaan. Trainingen waarbij iedereen enthousiast meedoet zijn voor mij het leukst.

Nee, ik heb geen sportheld. Vind iedereen een held die zich er toe kan zetten op zijn of haar niveau te bewegen en daarbij soms tot het uiterste te gaan.

Aan alle Spartaners die (nog) geen vrijwilligerswerk doen: in zo'n grote vereniging met zoveel activiteiten is er altijd behoefte aan helpende handen. Assistent trainer bijvoorbeeld. De interne opleiding start in het najaar. (Vraag Leo onderwater !)

Wat ik nog kwijt wil? Ik hoop dat De Spartaan nog lang blijft zoals die is.

Sportieve groet, Kees

Vrijwilligersprijs 2017 voor Wim en Sandra Bouma

Op 1 oktober is tijdens de vrijwilligersdag "De Wandelstok" uitgereikt aan Wim en Sandra Bouma

"De Wandelstok" is de jaarlijkse vrijwilligers-waarderingsprijs, die wordt uitgereikt op de vrijwilligersdag. De Wandelstok bestaat al sinds 1981, en werd eerst binnen de fit-trainingsgroep uitgereikt. Later heeft de vrijwilligerscommissie de Wandelstok geadopteerd.



Dit jaar heeft de vrijwilligerscommissie gekozen voor een tweetal personen, die zich allebei zeer actief inzetten voor de jeugd. Ze hebben in de afgelopen jaren heel veel werk verzet. Zij bruisen van energie en actie, en denken graag mee om evenementen meer kwaliteit en sfeer te geven. Ze zijn beiden zijn ook actief in het stimuleren van andere mensen.

Het leuke was dat Wim vooraf een beetje om de tuin was geleid, en ook Sandra flink verrast was, terwijl bij andere aanwezigen velen al in de richting van Wim en Sandra dachten na de aankondiging "Niets is hen teveel!"

Nadat ook de volgende zaken genoemd werden: 1. Ze doen allebei activiteiten in WOC, 2. Ze werden actief na lidmaatschap van dochter en zoon, 3. Ze zijn bekend van de pizzaparty's!! konden Wim en Sandra naar voren komen om van Jeannette en José de Wandelstok en bloemen in ontvangst te nemen.

Voor degenen, die de verdiensten van Wim en Sandra nog niet zo kennen, onderstaand nog een extra opsomming:

Wim is tot maart nog bestuurslid Commissie Jeugd Atletiek, zijn initiatieven hebben ook geleid tot aan aantal nieuwe activiteiten bij De Spartaan: de invoering Athletics Champs en instructie van nieuwe AC-assistentjuryleden, Who is Next (commissie van en door jongeren voor activiteiten voor de jeugd), en de pizafeesten. Wim denkt buiten de grenzen, en hij is al enthousiast op het moment dat ergens een nieuw idee geboren wordt. Hij heeft nu een lijst gemaakt van taken, die hij nu langzamerhand aan het verdelen is, en ondertussen heeft hij zelf al weer nieuwe ideeën om iets bij De Spartaan te blijven doen, als zijn voorzitterschap van de Commissie Jeugd Atletiek is overgedragen. Zijn activiteitenlijst is door de jaren aardig toegenomen: Hij is jurylid, en levert hand- en spandiensten aan allerlei wedstrijden en jeugdfeesten. Daarnaast is Wim een soort hofphotograaf bij de jeugdwedstrijden en weet raad met allerlei ICT-vraagstukken.

Sandra is misschien voor een aantal wat minder bekend, maar is inmiddels al weer heel wat jaren lid van wedstrijdsecretariaat. De laatste periode ook secretaris van de WOC, en zij is nu bezig om draaiboeken van wedstrijden duidelijk te krijgen en/of te updaten. Zij is de praktische organisator bij de pizafeesten, doen van inkopen en mensen stimuleren een handje te helpen met het snijwerk van alle ingrediënten op de pizza's. We hebben ons laten vertellen dat popcornbakken haar specialiteit is. Daarnaast is zij ook het adres voor de 2e handskleding voor jeugdleden, en komt zij een paar keer per jaar op verzoek naar trainingen / wedstrijden, zodat ouders gemakkelijk een nieuw Spartaantenu kunnen bemachtigen voor hun snel uit de kleding groeiende kind.

Ze hebben een groot netwerk opgebouwd in de atletiekwereld, mede omdat ze ook regelmatig als ouders gaan kijken bij allerlei nationale en internationale wedstrijden van hun dochter Andrea, zoals Ned. Kampioenschappen en Europese toernooien.

Wim en Sandra, bedankt voor jullie tomeloze inzet, en wij hopen dat jullie nog lang met veel plezier aan De Spartaan verbonden blijven.

Namens de Vrijwilligerscommissie: José, Jeannette, Lenie.

Fietstocht, vertrouwen



Ook deze zomer heb ik weer een heerlijke fietstocht gemaakt. Maar wat ik voor al met jullie wil delen is de mooie dingen die ik dan onderweg tegenkom, waarbij er 1 uitschiet over een sportvereniging met veel vertrouwen. (en het werkt al jaren).

Dit keer fietste ik (met als hoofd leidraad met diverse uitstapjes) de Limes route, de noordgrens van het enorme Romeinse rijk. Een week in het voorjaar vanaf Katwijk oostwaarts en nu een volgend deel vanuit Regensburg (D) . (De hele route is meer dan 3000 km en eindigt aan de Zwarte zee bij Constanza) Er zijn handige route boekjes, zo wordt je gewezen op de bijzondere dingen onderweg, maar ook erg handig als je weinig tijd hebt om voor te bereiden. Onderweg kamperen zodat je elke dag kan kijken of je meer of minder wilt fietsen. In het boekje staan aanwijzingen waar je campings / B&B's en hotels e.d. kan vinden. Zo kwamen we terecht bij een roeivereniging in Oostenrijk aan

de Donau. Op het clubgebouw hing een briefje met telefoonnummer. Het gebouw was leeg op het moment dat wij rond 5 uur in de middag op zoek waren naar een slaapplek. Gebeld en binnen enkele minuten kwam de voorzitter langs met de sleutel. Uitleg wat we waar konden vinden en dat we de volgende ochtend de sleutel in de brievenbus achter moesten laten bij vertrek. Voor 8 euro per persoon mochten we ook binnen slapen ipv de tent opzetten op het veld naast het gebouw. De douche was heerlijk, de keuken mocht gebruikt om eten te koken, incl. gebruik van pannen, bestek borden etc. Als je een consumptie wilde kon je zelf pakken en afrekenen. Wijn bier fris, sportdrank van alles beschikbaar.

Om 18 uur kwamen er nog enkelen trainen op de roei ergometers. Later op de avond konden wij onze slaapzak daar neerleggen en de volgende morgen weer op pad naar de volgende belevens. Het vertrouwen was gegeven werd was zo mooi. Allen die langs kwamen benoemde dat ook wel in het gastenboek. Het is iets waar we een voorbeeld aan zouden moeten nemen. Vertrouwen geven is vertrouwen krijgen, mooi dat een sportvereniging dit zo uitdraagt.

Dit keer was het eind van de tocht ver in Hongarije, tegen de grens met Roemenie, met op het platteland openingstijden van heel kleine supermarkts van 5 -17 uur. In Tsjechie werd heel veel sportief gefietst , in Hongarije ook veel als boodschappenvervoer.

Eveline Botter

NIEUWS VANUIT HET CRA

Poldertocht 2017



Op 3 september was het weer zover. De jaarlijkse Poldertocht in het Groene Hart ging weer van start. Met ca. 20 deelnemers van AV De Spartaan, zowel Sportieve Wandelaars als Nordic Walkers en enkele partners, gingen wij in stralend weer rond 9 uur van start in Roelofarendsveen.

De Nordic Walkers hadden hun stokken thuis gelaten, omdat deze in de weg zouden zitten bij het klimmen over de polderheksen in de weilanden.

Wij kwamen op weilanden, boerenerven en dijken die normaal gesproken niet toegankelijk zijn voor publiek. Bij een van de tuinders werd gedemonstreerd hoe men biologisch ongedierte kan bestrijden door het inzetten van insecten. Er waren wandelinguitzet van 5,10,5, 15,5 en 22 kilometer. Wij hebben gekozen voor de wandeling van 10,5 km.

Door elk jaar vanuit een ander dorp in de gemeente Kaag en Braassem te starten, krijgt elke editie zijn eigen, unieke wandelroutes. Niet te missen voor wandel- en polderliefhebber dus! Iedereen die wil, kan meedoen.

De organisatie is goed verzorgd en mede door een groot aantal vrijwilligers liep alles vlot. Hier en daar waren rustplaatsen ingericht waar je koffie, thee of versnaperingen kon kopen. Je kon jezelf vooraf inschrijven voor een picknick onderweg als je belangstelling had. Na drie uur wandelen waren wij terug bij de startplaats waar wij werden verwelkomd door een muziekbond, wij kregen elk een oranje Gerbera en een medaille. Daarna gingen wij met onze groep op de foto. Voordat wij huiswaarts gingen, nuttigden wij nog een kop koffie resp. thee en gingen naar huis om te genieten van een ontspannen zondag.

De tocht werd voor het achtste jaar op rij georganiseerd door de gezamenlijke ijsclubs uit de gemeente Kaag en Braassem en Rotary Roelofarendsveen. Een deel van de opbrengst uit de inschrijfgelden is bestemd voor de Monique Velzeboer Foundation / het Liliane Fonds. Er is op 3 september € 12.500 bij elkaar gelopen. Dat bedrag is door een anonieme donateur van het Liliane Fonds verdubbeld naar € 25.000 voor het goede doel!

De editie van 2018 wordt gehouden op zondag 2 september. De startplaats wordt later bekend gemaakt. Zet deze datum dus in je agenda.

Henrik Lang



Foto: Erma Rotteveel

VAN DONGEN UW POELIER



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

VOOR AL UW FEESTEN EN PARTIJEN



Uw gastvrouw en gastheer
Lia en Hans

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

PARTYCENTRUM – MINITHEATER – UIT EN TOCH THUIS

WOL EN ZO

Wol
Stoffen
Kralen
Borduren
Fournituren



Heereweg 177
2161 BC Lisse
0252-411134

www.wolenzolisse.nl
lidiwienvaneijk@hotmail.com



Kennis van zaken
oog voor de mens

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

www.kromhoutlisse.nl

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



Kromhout biedt
financieel inzicht
in werk én privé.

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

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



*fijn dat het
er is...*

Vishandel

ALEX RUIZENDAAL

033-8883911/0653951466 SPAKENBURG

GEZOND, GEZELLIG en VOOR IEDEREEN!

In onze accommodaties is
altijd wel iets te beleven.



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

www.stiwa.nl

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



VOLKSUNIVERSITEIT LISSE

Vuursteeglaan 9 - 2161 GD Lisse
0252 41 95 18

Openingstijden:

maandag t/m donderdag 10.00 - 12.00 uur
19.00 - 22.00 uur

vrijdag 10.00 - 12.00 uur

Kijk voor meer informatie op onze website:

WWW.VOLKSUNIVERSITEIT-LISSE.NL

Kermisloop 26-09, een echt dorpsfeestje!



De terrassen zaten al gevuld nog voordat het start-finishvaandel opgespannen was, het mooie weer met de Kermisloop deed eenieder duidelijk goed. Dit jaar vertrok en eindigde het parcours op het Vierkant en dat was een prima keus! Midden in het dorp, 6 rondjes van 1,1km via Heereweg, Westerdreef en Lindenlaan dus met de start mee was iedereen 7x in beeld geweest na passeren van de finish. Voor de Lissenaren als loper en als publiek een echte thuiswedstrijd!

Al vroeger in de avond vanaf 17.00hr was het parcours met vereende krachten en aanwijzingen door Hans van Noort uitgezet met vele meters dranghekken, de inschrijftafels, erepodium en ondersteuning door geluidsapparatuur. Ruim op tijd stond alles

op zijn plek en was het wachten op het eerste startschot.

We begonnen met de jeugd, werkelijk als raketjes vlogen ze weg bij de start en maakten hun rondje. Altijd leuk om het enthousiasme en strijdlust hiervan te aanschouwen.

Later op de avond was het tijd voor de "grote mensen" en het startvak liep vanaf 19.00hr dan ook lekker vol. Het was een herkenningsfeestje op zichzelf met alle Lissenaren en sportvrienden van diverse pluimage onder elkaar. Spartanen, SPOC-ers, alles met twee snelle benen deed mee. Ook het goede doel was bij de SPOC loopjes in beeld geweest en bij deze afsluitende loop was een cheque van € 1100,- beschikbaar voor de Edwin van der Sar foundation en de vrouw van Edwin kwam de prijs in ontvangst nemen van onze voorzitter Jennifer Lem! Top. Vervolgens heeft ze ook de wedstrijd nog meegelopen!

6 rondjes dus, dat was het plan.

Na het startschot kwam het startvak langzaam in beweging (op de voorsten na, die waren zo weg). Uiteindelijk kwam toch iedereen op stoom en vervolgens bijbehorende snelheid waarbij de Heereweg net breed genoeg was om de stroom goed te verwerken. Volop publiek langs de lijn, de meesten langs de Heereweg maar ook verder langs het parcours via Westerdreef en Lindenlaan stonden nog veel toeschouwers aan te moedigen. En hoewel het natuurlijk maar een goede 6km is loop je toch altijd weer net iets te enthousiast in het begin waardoor het echt nog wel zwaar wordt.



Onderlinge inhaalacties over en weer maakten het voor ieders niveau spannend en voor je het wist hoefde je nog maar 1 rondje. Fraai om te zien hoeveel soorten lopers er mee deden van jong tot oud, man of vrouw, status bleek totaal niet belangrijk. Je hoort er tegenwoordig niet vaak meer over maar zo sprak ik afgelopen week nog een gevallen vrouw, die zich gelukkig toch volledig welkom voelde in ons midden, dat is toch fantastisch!?. Drepelloos verzeilden we in een stukje levensloop en ik vroeg hoe het bij haar allemaal zo gekomen was en ze zei dat is een heel verhaal maar samengevat was het toch even heel erg naar geweest en bleek het ook nog gewoon in Lisse gebeurd te zijn in het smalle stukje tussen de containers en donkere gevels op het hoekje van de Heereweg bij de oude ABN..., ze had deze wending ook nooit verwacht, tja, gelukkig nu alleen nog wat herstellen van blauwe plekken, maar wees dus op uw hoede.



Afijn we dwalen af, we moesten nog een rondje van 1,1km doen en met een plastic smile van oor tot oor persten we ons in hoog tempo over de finishlijn voor die persoonlijke toptijd en daarmee was het de laatste SPOC-loop van het kermisseizoen en tegelijkertijd een prima openingswedstrijd voor het Spartaan CRA Wintercircuit 2017-2018 !!

De CRA hoopt alle lopers en nog vele anderen in de volgende wedstrijden te mogen verwelkomen. Eerstvolgende loop is op 8 Oktober in Warmond (7e loop tegen Kanker) waarbij je zelf het goede doel sponsort, Spartaan het inschrijfgeld betaalt en tegelijkertijd je conditie op peil houdt. Inschrijven bij het

wintercircuit kan altijd, ook voor 1 wedstrijdje. Deelname aan de competitie kan nog tot en met de derde loop. Komt allen en geniet sportief door en met elkaar!

Loek van Saase

NIEUWS VAN DE MAN VAN DE STATISTIEKEN



Clubrecords

loc	baan/weg/indoor	maat	Meisjes Junioren A	geb	pres	pl	land	d.d.
B	kogelslingeren	4 kg	Irma van Dijk	230490	26,54	Den Haag		17 05 2009
B	kogelslingeren	4 kg	Inge de Willigen	170699	26,89	Amersfoort		10 09 2017
loc	baan/weg/indoor	maat	Meisjes Junioren B	geb	pres	pl	land	d.d.
B	speerwerpen	500 gr	Lara Owobowale	230401	38,75	Alphen a/d Rijn		10 09 2016
B	speerwerpen	500 gr	Lara Owobowale	230401	40,68	Den Haag		24 09 2017
loc	baan/weg/indoor	maat	Meisjes Junioren C	geb	pres	pl	land	d.d.
B	400 meter		Anne-Wil van Werkhoven	200401	1.02,82	Spijkenisse		16 04 2016
B	400 meter		Eveline de Jong	091201	1.02,41	Heiloo		15 07 2016
loc	baan/weg/indoor	maat	Meisjes Junioren D	geb	pres	pl	land	d.d.
B	150 meter		Nimah Lommerse	070303	20,36	Amsterdam		04 09 2016
B	150 meter		Marieke Moonen	04	20,30	Lisse		27 08 2017
loc	baan/weg/indoor	maat	Aangep Sporten Vrouwen	geb	pres	pl	land	d.d.
B	verspringen	T42	Fleur Schouten	290501	3,08	Nottwil	SUI	05 06 2017
B	verspringen	T42	Fleur Schouten	290501	3,13	Hoorn		22 09 2017
B	verspringen	T42	Fleur Schouten	290501	3,20	Lisse		08 10 2017
loc	baan/weg/indoor	maat	Jongens Junioren A	geb	pres	pl	land	d.d.
B	1 Engelse mijl		Jeroen Habers	240491	4.45,8		2009	
B	1 Engelse mijl		Zeb Beelen	291000	4.43,52	Lisse		27 08 2017
loc	baan/weg/indoor	maat	Jongens Junioren B	geb	pres	pl	land	d.d.
B	1 Engelse mijl		Zeb Beelen	291000	4.49,90	Lisse		21 08 2016
B	1 Engelse mijl		Zeb Beelen	291000	4.43,52	Lisse		27 08 2017
loc	baan/weg/indoor	maat	Jongens Junioren C	geb	pres	pl	land	d.d.
B	300 meter		Jurgen van der Zwet	160299	39,83	Amsterdam		30 08 2014
B	300 meter		Jochem van Stijn	030102	39,79	Amsterdam		27 08 2017
loc	baan/weg/indoor	maat	Jongens Junioren D	geb	pres	pl	land	d.d.
B	150 meter		Bas Meeuwenoord	030901	20,64	Lisse		31 08 2014
B	150 meter		Marnix Hetteema	140804	20,57	Lisse		27 08 2017
B	80 m horden	76 cm	Pieter van Langen	250782	12,62	Lisse		25 05 1995
B	80 m horden	76 cm	Marnix Hetteema	140804	12,62	Zoetermeer		24 09 2017
loc	baan/weg/indoor	maat	Jongens Pupillen A	geb	pres	pl	land	d.d.
B	4 x 60 meter	1	Stijn Lammers	290801	34,32	Amstelveen		29 09 2012
B	4 x 60 meter	2	Tyrone Nijman	290401	34,32	Amstelveen		29 09 2012
B	4 x 60 meter	3	Willem Olsthoorn	070301	34,32	Amstelveen		29 09 2012
B	4 x 60 meter	4	Julian van Meggelen	020801	34,32	Amstelveen		29 09 2012
B	4 x 60 meter	1	Siebe van Leeuwen	280206	34,15	Amstelveen		23 09 2017
B	4 x 60 meter	2	Youri Feijt	271006	34,15	Amstelveen		23 09 2017
B	4 x 60 meter	3	Thijs Paddenberg	070507	34,15	Amstelveen		23 09 2017
B	4 x 60 meter	4	Ryan Bootsma	190106	34,15	Amstelveen		23 09 2017

Beste medewerkers van De Spartaan,

Onze zoon Wolf gaat er mee stoppen.

Vanaf groep 4 basisschool heeft hij heerlijk bij jullie kunnen sporten.

Nu gaat hij naar Delft voor zijn wiskunde studie en kan helaas niet doorgaan met zijn trainingen.

Wij willen jullie hartelijk danken voor alle jaren sportiviteit.

De namen Marga, John en Nico zullen wij niet gauw vergeten.

En ook veel dank aan alle andere trainers. Wolf genoot en zal zijn vrienden missen.

Wij wensen jullie succes met de vereniging, hij is TOP!

Met vriendelijke groet, Anke en Rene Nederpel



NIEUWS VANUIT DE WOC

Activiteitenkalender 2017

dag	datum	ed	OMSCHRIJVING ACTIVITEIT	LOKATIE
zo	29 Oct 17	30e	Scholierenbosloop VO- en BO-groepen 3 t/m 8 en CRA Bosloop	bos
zo	5 Nov 17		Z&Z-circuit / De Zilveren Turfloop	Mijdrecht
zo	26 Nov 17	30e	LJ Sport Ter Specke Loop (Zorg & Zekerheid circuit) 5-10-15 km	weg/baan
za	16 Dec 17		Indoorwedstrijd Pupillen + CD Junioren	Onderwater
di	26 Dec 17		Kerstcross	bos

KLAVERJASCOMPETITIE 2017 - 2018



De zomer vordert gestaag en op enig moment komt dan ook het najaar weer in beeld.

AV De Spartaan kent al 48 jaar lang een klaverjascompetitie en daar gaan we mee door.

Ook het komende winterseizoen wordt deze weer georganiseerd door Frans Dames.

Er verandert weinig. De vaste kaartavond blijft de tweede vrijdag van de maand.

Het systeem blijft hetzelfde, Rotterdams en verplicht gaan.

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



2e avond:

3e avond:

4e avond:

5e avond:

6e avond:

Vrijdag, 10 november 2017

Vrijdag, 8 december 2017

Vrijdag, 12 januari 2018

Vrijdag, 9 februari 2018

Vrijdag, 9 maart 2018

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

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

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

Alle avonden zijn er een aantal kleine prijzen te winnen, dat varieert van vleesprijzen tot delicatessen of een flesje wijn.

Ook de poedelprijs ontbreekt niet, deze mag echter niet mee naar huis genomen worden.

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

Gezelligheid is troef



Met vriendelijke groeten, Frans Dames.

Tel: 0252-413146

Mob: 06-24531983

E-mail: dames.meekel@ziggo.nl



Beelen
VERPAKKINGEN

HANDELS-
ONDER-
NEMING

Kantoor en magazijn
Heereweg 5b, Lisse

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



STAP VOOR
STAP NAAR
KIM
Pedicure

AMBULANTE
(SPORT)PEDICURE
IN & OM LISSE

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

HEEMSKERK

assurantiën

ASSURANTIEBEDRIJF

HOOGERVORST C.V.

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

VERZEKERINGEN ■ HYPOTHEKEN ■ PENSIOENEN

BIJ **DE BRUIN** MOET JE ZIJN

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

BIJ DE BRUIN MOET JE ZIJN!!

HENGELSPORT, KRASLOTEN, KRANTEN, PAKKETSHOP

BIJ DE BRUIN MOET JE ZIJN!!

ook voor... TELEFOONKAARTEN EN POSTZEGELS

JOHN DE BRUIN

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



SCHOLTEN

uw keurslager

Waarom zou u 't met minder doen

Hoofdstraat 261
2171 BD Sassenheim
0252-211440



TER GOUW

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

in verschillende wijdt maten

uw voeten zijn bij ons in goede handen!

Heereweg 240 Lisse

Tel: 0252-413672

E-mail: info@tergouwschoenen.nl

www.tergouwschoenen.nl

NIEUWS VAN DE COMMISSIE JEUGD ATLETIEK

Het laatste stukje zomerseizoen

Wat een prachtige afsluiting hebben we gehad. Veel mooie wedstrijden in het laatste deel van het zomerseizoen 2017.

Het begon direct met een ZHM wedstrijd in Zoetermeer, gevolgd door de afsluitende wedstrijd in Alphen a/d Rijn. Traditioneel wordt de laatste wedstrijd afgesloten met heel veel medailles en bekens. Na afloop ging iedereen met een herinneringsmedaille naar huis. Daarnaast kregen vele Spartanen een beker in het prestatie- en het aanmoedigingsklassement. Lindsey Clemens (Mp Mini) eindigde zelfs als 1^{ste} van haar groep.



Vervolgens was het de beurt aan de MC, die waren geplaatst waren voor de landelijke finale van de CD competitie. Deze wedstrijd was helemaal in Groningen en eindigde in een goed verdiende 11 plaats.

Het laatste weekend van september is traditiegetrouw gereserveerd voor de Nationale Estafette kampioenschappen in Amstelveen. De pupillen kwamen op zaterdag in actie. Zaterdag liepen de jongens Pupillen A (Siebe, Youri, Thijs en Ryan) strak naar een 2^{de} plaats op de 4x60m.

Tenslotte hadden we de derde Marga Kortekaas Spelen, onze eigen afsluitende onderlinge wedstrijd.

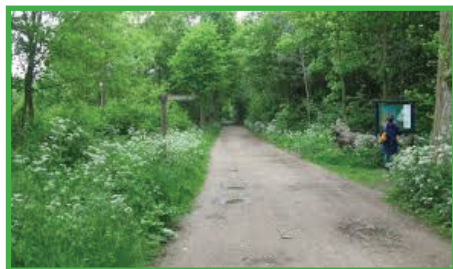
Met 91 aanmeldingen was het een drukte van belang. Ondanks het slechte weer, heeft bijna iedereen de meerkamp afgerond. De beloning was een prachtige medaille van Marga na de afsluitende 600m/1000m. Ik vind jullie allemaal een held.

De CD moesten het hele weekend aan de slag. In een aantal groepen was het spannend, maar uiteindelijk werden Jochem van Stijn (JC), Nimah Lommerse (MC), Marnix Hetteema (JD) en Jasmijn Bloemheuvel (MD) de winnaars.

Het winterseizoen

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

8 november hebben we een ouderavond voor alle pupillen en CD jeugd.



In november starten de pupillen met de Quatrocross (4 crossen bij verenigingen in de regio) en de loopjes voor CD jeugd. Aanmelden voor deze crossen kan via de website. Daarnaast hebben we in december onze eigen indoorwedstrijd in de hallen van Onderwater

Dan nog een laatste mededeling, ik stop dit bestuursjaar met mijn voorzitterschap van de Jeugd. Zelf ben ik nog op zoek naar een opvolger, wie wil zich inzetten voor het belang van de jeugd binnen onze vereniging. Verder probeer ik zoveel mogelijk van mijn

activiteiten te verdelen over verschillende groepjes.

Op 8 november na de Ouderavond, wil ik met ouders deze vrijwilligerstaken gaan verdelen. Wilt u als ouder ook helpen bij een activiteit voor de jeugd, dan zie ik u die avond graag.

Veel plezier en succes bij alle (sport)activiteiten.

CJA Voorzitter Wim Bouma

29 oktober	Pup CD	Crossen door de Bossen (via scholen)	Lisse
11 november	Pup D	1 ^{ste} Quatrocross	Lisse
8 november	Pup CD	Ouderavond + Verdeling taken CJA	Lisse
16 december	Pup CD	Indoor Onderwater	Lisse
26 december	Pup CD	Kerstcross	Lisse
27 januari	Pup	2 ^{de} Quatrocross	Leiden
17 februari	Pup	3 ^{de} Quatrocross	Voorschoten
24 maart	Pup	4 ^{de} Quatrocross	Katwijk

PUPILLENIEUWS



Beste pupillen,

Hier weer een tussenstand voor het puntenklassement. Alle ZHM wedstrijden zijn hierin verwerkt. De uitslagen van de Marga Kortekaas Spelen zijn nog niet in het overzicht opgenomen. Eventuele vragen omtrent het puntenklassement kunnen jullie richten aan roonenbriepieterse@casema.nl
Groetjes Brigitte

Tussenstand puntenklassement

	Mini pupillen Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot			Mini pupillen Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
1	Wesley Warmerdam	18	12	2	30	62		1	Reina Böhm	18	12	1	28	59
2	Kay Seijsener	18	12	1	28	59		2	Lindsey Clemens	20	12	0	24	56
3	Ferre Warmerdam	10	9	1	16	36		3	Nasia Chaidas	12	10	0	2	24
4	Ben Otte	8	6	0	0	14		4	Meike Zenden	6	8	0	6	20
5	Quinn Venema	2	6	0	0	8		5	Fleur Grimbergen	2	6	0	0	8
	Thomas Kipping	2	6	0	0	8			Esra Kulcer	2	6	0	0	8
6	Joris Niewold	2	5	0	0	7			Femke Kortekaas	2	6	0	0	8
7	Siem den Elzen	2	0	0	0	2			Sanne van Stijn	2	6	0	0	8
	C pupillen Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot		6	Fiene Obdam	2	0	0	0	2
1	Cas van Slooten	20	12	2	32	66			C pupillen Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
2	Siebe Holleman	24	12	2	26	64		1	Milou Heidinga	24	11	2	32	69
3	David Kaptein	24	13	2	22	61		2	Isa Philipse	26	12	2	28	68
4	Ben van Dorsseleer	22	12	3	18	55		3	Rosanne Bruggeman	16	12	3	28	59
5	Raül Flores	20	12	0	22	54		4	Michelle Gilissen	20	12	0	18	50
6	Amine Et-tadmouti	22	11	0	20	53		5	Valerie Willemsen	2	6	0	0	8
7	Sebastiaan Pluimert	18	12	2	20	52		6	Anna Rens	2	5	0	0	7
8	Roelf Sienot	14	9	2	24	49			Sophie Rens	2	5	0	0	7
9	Max Loefs	16	12	1	16	45			B pupillen Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
10	David Dwyer	16	11	0	14	41		1	Tessa Verhoeven	30	14	3	20	67
11	Julian van Eijndt	14	9	1	10	34		2	Amber Nuis	22	11	1	16	50
12	Tiemo Jetten	12	10	0	4	26		3	Evi Bakker	20	12	2	10	44
13	Luuk Arens	6	7	1	8	22		4	Emma Ouwehand	14	8	0	8	30
14	Valentijn Wiering	6	6	0	6	18		5	Tess van der Lans	2	5	0	0	7
15	Abel Ayale	6	7	0	0	13			Ruby Zijerveld	2	5	0	0	7
16	Wessel Gerbrands	2	6	0	0	8		6	Jill Munsterman	4	0	0	0	4
17	Daan van der Geer	2	0	0	0	2		7	Zoë Llewellyn	2	0	0	0	2
	B pupillen Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot			Anika Moelker	2	0	0	0	2
1	Thijs Berger	26	13	1	22	62			A1 pupillen Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot
2	Ties Zijderduijn	22	10	1	16	49		1	Florian Bloemheuvel	26	12	3	28	69
3	Valentino Clemens	20	11	3	14	48		2	Colin Groenendijk	28	13	0	26	67
4	Daan Arens	14	12	0	18	44		3	Duncan Arrachart	24	10	2	14	50
5	Denny Verhagen	12	10	2	18	42			Thijs Paddenburg	18	9	1	22	50
6	Bob Roest	16	6	0	8	30		4	Ollie Meurs	18	11	0	18	47
7	Wess Waasdorp	12	8	0	2	22		5	Luuk van den Berg	18	11	0	16	45
8	Ruben Noort	4	5	0	2	11		6	Boele Böhm	18	12	1	10	41
9	Niels van Galen	2	6	0	0	8		7	Robin Trap	10	8	0	10	28
10	Wes Wernecke	2	5	0	0	7		8	Mees Gerbrands	2	5	0	0	7
11	Ties den Elzen	2	0	0	0	2			A1 pupillen Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
	Jasper van Leeuwen	2	0	0	0	2		1	Esmee Lommerse	28	12	0	24	64
	A2 pupillen Jongens	Dn	NN	EV	PR	Tot		2	Julia Pieterse	30	12	3	18	63
1	Wout Vermeij	30	12	2	24	68		3	Fenne Kauffman	24	10	0	24	58
2	Finn Leukel	24	10	1	30	65		4	Marit Hoogeveen	24	11	2	16	53
3	Raemon Baak	28	12	2	20	62		5	Lilian van der Ent	16	11	3	20	50
4	Tim Philipse	28	11	2	20	61		6	Phileine Godefrooi	14	11	1	22	48

	vervolg JPA2	Dn	NN	EV	PR	Tot			vervolg MPA1	Dn	NN	EV	PR	Tot
5	Youri Feijt	24	11	3	22	60		7	Manoe Heemskerk	8	0	0	0	8
6	Ryan Bootsma	24	12	1	16	53			Lieke van Rijswijk	2	6	0	0	8
7	Teije van Schaik	20	11	0	20	51		8	Wieke Nieuwenhuisen	2	5	0	0	7
8	Ennio Giltay Veth	18	11	2	18	49		9	Romy Dekker	2	0	0	0	2
9	Jasper Stokman	10	10	1	26	47			A2 pupillen Meisjes	Dn	NN	EV	PR	Tot
10	Rens van Haaster	20	11	1	12	44		1	Sofie Heidinga	30	11	2	32	75
11	Sipho Diderik	14	11	2	14	41		2	Gioia Remkes	22	11	0	30	63
	Yvo van der Poel	18	9	0	14	41		3	Jarit van der Ven	26	11	1	24	62
12	Moreno Seijsener	12	11	0	14	37		4	Isa Kovács	20	11	1	26	58
13	Jurre Dijkstra	10	10	0	8	28		5	Maud van Noort	20	11	1	18	50
14	Siebe van Leeuwen	8	10	1	6	25		6	Steffanie Gillisen	20	11	0	18	49
15	Thijs Oudshoorn	12	5	0	0	17		7	Guusje Scheffer	8	9	0	2	19
16	Nick Koets	4	0	0	0	4		8	Imke van Kaam	6	5	0	0	11
	Leon van der Geer	4	0	0	0	4								
17	Dani Dijkstra	2	0	0	0	2								

4e ZHM-competitie Alphen aan den Rijn 09-09-2017



Het regende heel hard toen wij begonnen met de estafette. Wij konden onder een grote paraplu schuilen bij de vader van Reina. Wij hebben vergesprongen en dat was erg leuk. Naast verspringen hebben we ook hooggesprongen en ik sprong wel 90 cm hoog. Daarnaast hebben we nog diverse onderdelen gehad zoals bal stoten, vortex werpen en meters maken. Na het meters maken was de prijsuitreiking en heb ik een vaantje en een beker gewonnen voor de 5e plaats in verband met het klassement van de zhm-wedstrijden.

Groeten Wesley Warmerdam (Mini pupil)

Op 9 september heb ik voor het eerst meegedaan aan een wedstrijd, de 4e ZHM in Alphen aan de Rijn.

We begonnen met de estafette in de regen, dit was superleuk! Daarna werd het gelukkig droog en begonnen we met de vortex. Dit was nog best lastig want dit had ik nog nooit eerder gedaan. Later gingen we ook hoogspringen, dit vond ik het allerleukst! Het was allemaal heel erg leuk en ook heel gezellig!

Anna Rens (MPC)



Het was niet de koudste septemberdag ooit gemeten; die was de week erna... Toch was het verre van aangenaam om 9:00 uur 's-ochtends in Alphen a/d Rijn op 9 september. Grote delen van de baan staan blank en het stroomt nog steeds van de regen. Neemt niet weg dat vrijwel iedereen aanwezig is en de sfeer er prima in zit. Het is ook een spannende dag, want vandaag is de prijsuitreiking van het seizoen. Om dat te benadrukken staan er rijen bekers in de kantine en staan veel jonge atleten lekkerbekkend te kijken naar zoveel glimmends.

Het weer knapt langzaam op en zo wordt volgens een strak schema naar het eind toegewerkt; traditioneel de 4-minutenloop. Iedereen krijgt aan het einde daarvan een medaille. Dan: nog even wachten op de prijsuitreiking. Het weer verslechtert, de spanning stijgt, er komt dreiging van onweer, de eerste groepen kunnen nog

hun prijzen in ontvangst nemen; voor de beste groep, de beste individuele atleten en degenen die de meeste progressie hebben laten zien. En dan zijn de jongens pupillen C aan de beurt. 13 teams (geloof ik) en allemaal worden opgenoemd. Spanning stijgt verder want team 22 is nog niet genoemd... zou het ??? Team 22 wordt tweede. Heel goed gedaan, maar net geen eerste. Om dit verder te onderstrepen wordt de prijsuitreiking onderbroken en verplaatst naar de kantine vanwege onweer. Daar blijkt dat er ook voor de Spartaanse pupillen C heel wat bekers zijn. Goed gedaan allemaal; mooie afsluiting van een leuk seizoen ZHM! Vooral veel dank aan alle organisatoren! Sebastiaan Pluimert (JPC)

Het begon in de regen maar na de estafette was het droog. De wedstrijd was moeilijk omdat er water op de baan lag en het gras was sompig. Maar je kon gewoon sporten en de wedstrijd ging gewoon door.

En het was een leuke wedstrijd!

Roelf Sienot (JPC)



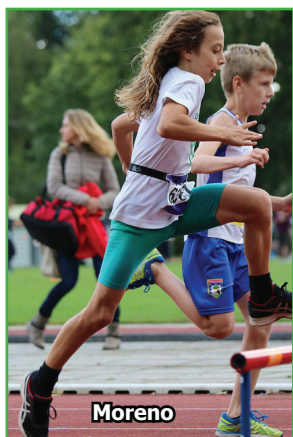


Zaterdag 9 september was de laatste zhm wedstrijd van dit jaar, het was in Alphen aan den Rijn. Toen we net begonnen waren met de estafette ging het regenen en onweren. We moesten stoppen en allemaal naar de kantine, wachten tot de onweer over was. Toen konden we gelukkig weer verder met de wedstrijd. Toen het meters maken klaar was kregen we een medaille. Daarna was nog de prijsuitreiking. Best veel kinderen van De Spartaan hadden een prijs gewonnen. Het was een leuke wedstrijd.

Groetjes van Marit Hoogeveen (MPA1)

Op de dag van de ZHM regende het in de ochtend heel hard. Gelukkig was het 's middags droog en ging de wedstrijd door. Ik zat met Luuk samen in een groep met Iliön en Leiden atletiek. Met de estafette waren we tweede, we waren dus snel. Met ver springen lukte het mij eerst niet goed, maar uiteindelijk wel. We gingen discus werpen wat ik nog maar 1x op de ZHM gedaan heb. Met de pendelestafette waren we heel snel, want we versloegen iedereen. Het vortex gooien ging wel lekker, alleen heb ik niet mijn record verbroken. Na het sprinten hebben we de 6 minuten loop gedaan, gelukkig konden we hiervoor eerst uitrusten omdat we in de tweede groep zaten. Hierna waren de prijsuitreikingen van deze wedstrijd zelf. Ik weet niet meer hoeveelste we met de groep waren geworden. En daarna van de totale ZHM wedstrijden. Ik was 9e geworden. Super blij!

Groetjes, Thijs Paddenburg (JPA1)



Ik had zin in de wedstrijd. Ik zat in een leuk team. Het ging in het begin onweren. Dat was erg jammer, want toen moesten we allemaal naar de kantine. De kinderen van 's morgens waren er ook nog, dus het was héél druk. Gelukkig was het onweer snel over en gingen we weer naar buiten. De onderdelen waren erg leuk en het vortex-werpen ging heel goed. Ik gooide 30,5 meter. Er vloog een roofvogel boven ons, dat vond ik heel mooi.

Groetjes Moreno Seijsener (JPA2)

"Het spannendste in Alphen a/d Rijn was eigenlijk het weerbericht. Eerst leek het er op alsof het noodweer zou worden maar dat viel gelukkig redelijk mee. De A2 was 's middags aan de beurt en toen regende het gelukkig minder. 's Ochtends waren er nog wel flinke buien.

De wedstrijd vond ik leuk. We begonnen uiteraard met de estafette (wel even oppassen dat we niet uitgleden). Daarna de 60 meter horden, dat ging lekker. Het volgende nummer was de polsstok ver. Dat vind ik zelf één van de leukste onderdelen!

Het hoogspringen vind ik best moeilijk, ik kwam tot 0.95 meter, 1 meter lukte nog net niet. Daarna hadden we nog de vortex en kogel. Tot slot het minutenlopen. Na een uurtje moesten we met z'n allen nog even naar de kantine vanwege het onweer, maar gelukkig ging het onweer langs het atletiekveld.

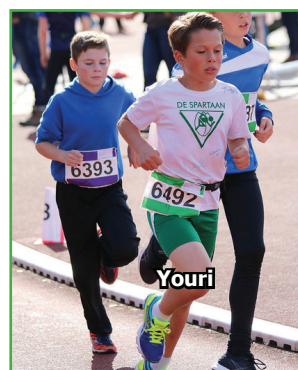
Het was een mooie dag, nu op naar de Marga Kortekaas spelen op 7 oktober!

Ennio Giltay Veth (JPA2)"



Het was mijn eerste ZHM competitie. Ik vond het best wel spannend om mee te doen. Maar dat viel uiteindelijk best wel mee. We moesten kogelstoten, vortex-werpen, 6 minuten lopen, estafette lopen, polsstok-ver, hordenlopen en hoogspringen. We hadden ook nog een potje onweer. Toen moesten we allemaal naar binnen, maar 5 minuten later konden we weer verder. Je doet het natuurlijk zelf, maar het is ook leuk dat je alle onderdelen uiteindelijk met je hele team doet. Dit was mijn eerste buitenwedstrijd en ik ga zeker vaker meedoen.

Imke van Kaam (MPA2)



Ik heb meegedaan aan de 4e ZHM wedstrijd in Alphen a/d Rijn. Het begon met een fikse onweersbui. We moesten toen naar binnen. Toen het overgewaaid was gingen we de estafette doen. Daar werden we eerste mee! Ik zat in een groepje met allemaal bekenden. Ik ken ze van Leiden inmiddels ook na al die wedstrijden. Voor mij ging het die dag niet echt super goed, maar voor Tim wel. Hij sprong 1.40. Finn had een evenaring. Finn had een pr met vortex. Na deze wedstrijd kwam de uiteindelijke uitslag van de 4 wedstrijden samen. De Spartaan jpa2 hebben het goed gedaan. Tim werd 7e in het algemeen klassement, ik 13e en Finn eerste in het aanmoedigingsklassement. We kregen mooie bekens.

Youri Feijt (JPA2)

Uitslagen 4e ZHM Alphen aan den Rijn

Mini's	40H	Ver	Hoog	Vortex	Balst	MM	Pupillen A1	60	Hind	Ver	Vortex	Sling	MM
Lindsey Clemens	9,19	2,80	0,90	11,50	4,30	850	Esmee Lommerse	10,31	1,373	2,80	16,50	13,00	1375
Reina Böhm	9,31	2,45	0,85	9,00	4,60	850	Fenne Kauffman	10,57	1,373	2,80	19,00	20,50	1375
Ferre Warmerdam	9,93	2,50	0,80	7,50	4,50	875	Julia Pieterse	10,05	1,373	3,20	30,50	17,00	1325
Kay Seijsener	11,39	1,95	0,75	7,00	3,70	700	Lilian v.d. Ent	10,05	12,65	2,85	19,50	19,00	925
Wesley Warmerdam	9,51	2,65	0,90	12,00	4,30	875	Marit Hoozeveen	10,89	12,65	2,45	11,50	11,50	1050
Pupillen C	40H	Ver	Hoog	Vortex	Balst	MM	Phileine Godefrooi	12,27	12,65	2,10	11,00	10,00	1250
Anna Rens	10,11	2,15	0,85	8,50	3,40	800	Boele Böhm	9,65	12,06	3,15	31,00	17,50	1500
Isa Philipse	8,75	2,85	0,95	15,00	5,00	900	Colin Groenedijk	10,22	12,06	3,15	26,00	14,00	1200
Sebastiaan Pluimert	8,59	2,55	0,95	15,50	4,50	900	Florian Bloemheuvel	10,08	12,06	3,15	25,00	17,50	1475
Siebe Holleman	8,52	2,55	1,00	20,00	4,20	950	Luuk v.d. Berg	9,94	1,202	2,95	26,00	16,00	1400
Valentijn Wiering	11,03	2,15	0,85	12,00	3,60	850	Thijs Paddenburg	9,71	1,202	3,50	29,50	18,00	1425
Rosanne Bruggeman	9,11	2,65	0,90	14,50	4,30	825	Pupillen A2	60H	Pols	Hoog	Vortex	Kogel	MM
Sophie Rens	10,28	2,20	0,90	6,50	3,00	850	Jarit v.d. Ven	11,01	3,80	1,10	24,00	7,70	1325
Julian van Eijndt	8,45	2,80	1,05	17,50	5,30	975	Maud v. Noort	12,10	3,50	1,10	23,00	5,60	1225
Luuk Arens	8,37	2,95	1,00	12,00	5,30	950	Sofie Heidinga	11,88	3,75	1,10	25,00	5,10	1275
Michelle Gilissen	10,45	2,20	0,70	12,50	3,90	775	Steffanie Gilissen	12,23	3,00	1,00	24,50	4,90	1300
Milou Heidinga	9,67	2,70	0,85	10,50	3,60	875	Gioia Remkes	11,75	3,70	1,30	22,50	7,70	1350
Amine Et-tadmouti	8,98	2,55	0,95	14,00	4,60	950	Guusje Scheffer	13,31	3,25	0,90	16,00	4,20	1225
Ben van Dorsselaer	10,17	2,15	0,85	14,00	4,50	875	Imke van Kaam	12,18	3,40	1,05	14,50	4,90	1225
Cas van Slooten	8,43	3,00	0,90	19,50	4,80	925	Isa Kovács	12,38	3,60	1,20	23,00	6,60	1200
David Kaptein	8,43	2,90	0,95	13,50	4,70	950	Ennio Giltay Veth	14,86	3,65	0,95	16,50	4,40	
Roelf Sienot	8,69	2,65	0,90	16,50	4,50	900	Jasper Stokman	11,44	4,25	1,20	36,00	7,70	1200
Pupillen B	40	Hind	HH	Vortex	Sling	MM	Jurre Dijkstra	12,25	3,30	1,15	20,00	4,10	1300
Amber Nuis	7,57	1,199	0,65	13,50	11,00	750	Pupillen A2	60H	Pols	Hoog	Vortex	Kogel	MM
Ruby Zijerveld	8,15	1,199	0,70	10,50	8,50	850	Moreno Seijsener	11,49	3,65	1,05	30,50	6,90	1150
Tessa Verhoeven	8,07	1,199	0,75	18,00	13,50	875	Raemon Baak	12,10	4,00	1,05	23,00	5,50	1400
Thijs Berger	7,52	1,199	0,95	24,00	14,50	975	Rens van Haaster	12,73	3,60	1,00	16,50	5,40	1200
Valentino Clemens	7,70	1,199	0,90	22,00	11,50	900	Ryan Bootsma	10,88	4,30	1,25	20,50	7,00	1300
Daan Arens	7,39	1,199	0,90	14,00	10,00	825	Sipho Diderik	17,93	2,25		8,50	3,20	1175
Denny Verhagen	7,25	1,199	0,80	17,00	13,50	950	Finn Leukel	11,19	4,10	1,25	33,00	7,80	1200
							Tim Philipse	10,76	4,35	1,40	32,50	8,00	1350
HH = Hurkhoog MM = Meters Maken							Wout Vermeij	12,75		1,10	20,50	5,60	
							Youri Feijt	11,54	4,00	1,15	33,50	7,20	1350



Aangezien Ben van Dorsselaer en Siebe Holleman niet bij de officiële prijsuitreiking van de afsluitende ZHM-competitie konden zijn, hebben wij hun gewonnen prijzen alsnog aan het einde van een woensdagmiddag training overhandigd.
Marga



DE ENGEL

restaurant • café • hotel • zalencentrum

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

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

SCHILDERSBEDRIJF

van Noort & Verkerk



Botterstraat 16
2162 LA Lisse

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



www.bril-jant.nl

info@bril-jant.nl



firma zandvliet en zn.

Timmer-, aannemingsbedrijf
en Houthandel



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

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



**Vakkundig &
Betrouwbaar !**

06 370 11 656

info@watzehoogland.nl
www.watzehoogland.nl

Het beste hout is onderhoud !

make your life bloom

NATURALS

Groenewegen Lisse

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

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



GEZOND BEWEGEN!

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

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

Meer weten? Neem vrijblijvend contact op!

0252-211560
 06-10480098

www.aan-zet.com

n.zeestraten@gmail.com

aan-zet.com



AAN-ZET.COM

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

Wij trainen je op de volgende onderdelen:

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



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

www.nederzandt.nl

Nederlandse Estafette Kampioenschappen Amstelveen 23-09-2017

ZILVEREN MEDAILLE JONGENS PUPILLEN-A

Tijdens de Nederlandse Estafette Kampioenschappen (kortweg NEK genoemd) in Amstelveen op zaterdag 23 september jl. wist onze JPA-ploeg bestaande uit: **Siebe van Leeuwen, Youri Feijt, Thijs Paddenburg en Ryan Bootsma** beslag te leggen op de 2^e plek hetgeen goed was voor een zilveren plak.



Een kort verslag van deze race:

Nummer één uit de 1^e serie AV. Energie uit Barendrecht loopt een tijd van 34.54 sec. Onze jongens zitten in serie 2. Wat voor tijd zouden ze op de klok kunnen brengen? De spanning na hun race loopt hoog op. Eindelijk het verlossende woord: de Spartaan jongens als eerste over de finish in een tijd van 34.15 sec. Blijheid alom.

Serie 3 aan de beurt. Opnieuw gieren de zenuwen door Spartaanse lijven. "Kom nou op speaker, laat de snelste tijd van deze serie nu eens horen!". "Leiden Atletiek 34.47" klinkt het over de baan. Yes we staan nog op nummer 1!

Dan de laatste serie. We houden het bijna niet meer. We zien het 4-tal van AV. Sparta uit Den Haag wel heel snel gaan. Zij worden met een tijd van 33.68 sec. uiteindelijk 1^e. Onze jongens prachtig 2^e met 34.15 sec. en Leiden Atletiek 3^e met 34.47 sec.

Wat gebeurde er verder?

De grootste pechvogel van dit kampioenschap is **Denny Verhagen (JPB)**. Een kleine 10 meter voor de finish ging hij onderuit en verloor hierdoor zijn stokje. Hij keek niet eerst hoe gehavend hij was maar pakte het stokje en maakte de race af. De ergste schrik kwam echter ná de finish. Gelukkig was zijn moeder daar om hem op te vangen. Even een bezoekje aan de EHBO-post en daarna gewoon weer doen alsof er niets gebeurd was. Wat een dihard Petje voor je af Denny.

Helaas hebben de Mini Meisjes en de MPC geen tijd achter hun naam staan. Sommige wissels waren buiten het 20 meter vak. Ja en dan krijg je **DQ** achter je ploeg staan. We zullen maar zeggen volgend jaar beter. En ach ook de groten der aarde laten bij de estafette wel eens een steekje(stokje) vallen toch.

Al met al weer een hele leuke wedstrijd met héél véél publiek, een stralend zonnetje en een aantal kinderen die weer een ervaring rijker zijn.

AV. Startbaan bedankt maar weer en tot 2018.

Marga Kortekaas

Verslagen kinderen en ouders



ik mocht mee doen aan nk estafette. ik moest eerst elke maandagavond en vrijdagavond trainen. ik vond het heel erg leuk. en ik vond het spannend. we hebben helaas geen prijs gewonnen. maar wel ons best gedaan. hopelijk mag ik volgend jaar weer meedoen. Fiene Opdam (Mini)

Op zaterdag 23 september mocht onze dochter Fiene mee doen aan de NEK estafette en kwam zij uit voor de mini's. Twee weken voorafgaand aan de wedstrijd, moest zij op maandag en vrijdagavond extra trainen. Helaas waren de weergoden niet altijd met de kinderen en zijn er tijdens de trainingen behoorlijk wat regenbuien gevallen. Voor de kids geen enkel probleem, want ze trainde gewoon vrolijk door. Fiene had er heel veel zin in en zaterdag was het dan eindelijk zover. 'S morgens vroeg richting Amstelveen richting de atletiekbaan. De zon scheen en de lucht was helder blauw. Prachtig weer voor de wedstrijden! Eenmaal binnen gekomen waren er enorm veel deelnemers en fans aanwezig. Dit voelde toch wel behoorlijk serieus aan en Fiene werd er een klein beetje zenuwachtig van. Met de woorden: 'het gaat niet om het winnen, maar om het mee doen en plezier hebben' werd de druk van presteren minder en had ze er plezier in. Om 11.30u was het dan zover. Fiene stond samen met haar estafette maatjes klaar om te strijden. Ik als ouder zijnde werd toch ook een tikkie zenuwachtig en behoorlijk fanatiek. Want laten we eerlijk zijn, het zou toch wel erg leuk zijn als die meiden winnen!

Helaas werd het stokje door de meiden over de streep pas doorgegeven en werden ze gediskwalificeerd. Wat jammer, maar wat was ik ongelofelijk trots op Fiene voor haar deelname en het feit dat ze daar als 6 jarige toch maar even staat met haar sportmaatjes.

Het besef dat ze het stokje niet goed door hadden gegeven en dus voor deze wedstrijd niet meer meetelde, was een grote teleurstelling voor de meiden. Fiene was erg verdrietig en het duurde even voordat ze erover heen was. Gelukkig was dat gevoel na een tijdje goed inpraten op haar over en kon ze weer van de andere deelnemers genieten. Ik wist niet goed wat ik van deze dag kon verwachten, maar heb het enorm naar mijn zin gehad. Hopelijk volgend jaar weer net zo snel en een paar kleine tips voor het overgeven van het stokje en De Spartaan kan een medaille mee naar huis nemen 😊

Yvon Olde Damink



vlrnr: Cas - David - Luuk - Sebastiaan

Ik vond het heel gaaf dat ik meteen al was gekozen voor de estafette wedstrijd. De extra trainingen waren erg leuk en ik heb er veel van geleerd. Dat ik het stokje met mijn linkerhand aan moet geven en dat je je eerste stap niet midden in de baan moet zetten. Dat vond ik best nog moeilijk... Voor de wedstrijd was ik heel erg zenuwachtig. Maar ik vond het gaaf om mee te doen en ik vond dat we het goed gedaan hebben! Het was leuk om ook naar de andere ploegen van De Spartaan te kijken en ze aan te moedigen. Ik hoop dat ik volgend jaar weer mee mag doen.

Cas van Slooten (JPC)

Zaterdag 23 september was het zover het Nederlands estafette kampioenschap. We begonnen met het inlopen dat vond ik wel leuk en toen werden de nummers uitgedeeld. En na een tijdje wachten begon het eindelijk. Ik liep eerste ik vond het best spannend. En toen moest ik weer wachten maar ik vond het niet erg en toen begon de prijsuitreiking. We hadden geen prijs maar dat vond ik niet erg het was heel leuk.

Michelle Gilissen (MPC)



vlrnr: Michelle - Rosanne - Milou - Isa

Na een aantal extra trainingen was het de 23e september dan eindelijk zover, de NEK in Amstelveen. Op het veld aangekomen was de Spartaantent inclusief vlag al duidelijk zichtbaar. Na het melden bij Marga, inlopen en de nummers opspelden begon het wachten. Het volkslied werd gespeeld waarna de wedstrijd kon beginnen. Alle kinderen werden in groepjes naar hun beginpunt gebracht. Her en der zag je gespannen gezichtjes. Wat gaat er komen? Iedereen ging geconcentreerd in de houding staan wachtend op het startschot. Allemaal deden ze hun uiterste best om te winnen. Na de uitreiking van de medailles was het programma voor de pupillen voorbij. Het was een leuke ervaring zo'n officiële wedstrijd van dichtbij mee te mogen maken.

Carla Gilissen (moeder van Michelle)



vlrnr: Daan - Ties - Jasper - Denny

Zaterdag 23 september gingen we naar Amstelveen voor de Nederlandse estafette kampioenschappen. Ik zat in een team met Daan, Jasper en Denny. We hadden 4 keer extra getraind voor de estafettewedstrijd. We oefenden hoe we het stokje moesten doorgeven en op welke volgorde we gingen lopen. Tijdens de wedstrijd was het mooi weer. We moesten lang wachten, er waren veel estafettes. We hebben goed gelopen met ons team. Ties den Elzen (JPB)

Het was leuk om een keer een landelijke wedstrijd mee te maken. Het was groots opgezet en de sfeer en het weer

waren goed. Het was mooi om te zien hoe iedereen zich inzetten. Er werden mooie resultaten geboekt. Al met al een mooie sportieve dag in het zonovergoten Amstelveen.

Arno den Elzen

Al een aantal weken geleden waren we begonnen met drie keer in de week trainen. In mijn team zaten Evi, Amber, Tessa en ik. Samen waren we meisjes pupillen B. Het trainen was soms heel vermoeiend maar soms ook makkelijk. Op de laatste training hoorde ik dat ik als eerste mocht beginnen van mijn team. Ik vond dat super leuk om op het startblok te beginnen. De volgende dag moesten we om 10.15 uur zijn. Theo stond al op ons te wachten. Ik moest even zoeken waar Marga stond maar ik vond haar snel. Toen iedereen er was gingen we beginnen met de warming up. We waren klaar met de warming up en we gingen beginnen. Eerst waren de jongens en meisjes C en daarna de jongens B. Toen waren wij aan de beurt. Eerst gingen we het startblok goed zetten en toen wachten. De start ging goed en het doorgeven ook. Ik vond het heel spannend en ook super leuk! We zijn vierde van onze groep geworden. Ik vond het heel erg leuk om mee te doen!

Jonna Hiep (MPB)



vlrnr: Amber - Tessa - Evi - Jonna

Voor ons als ouders was het ook de eerste keer dat wij bij het NEK aanwezig waren. Jonna had natuurlijk al hard getraind de weken ervoor en had er erg veel zin in. Nadat ook de kleding geregeld was, was ze er helemaal klaar voor. De sfeer om de baan was gezellig en het weer was natuurlijk fantastisch. Lekker op een klapstoel in de zon en wachten en kijken naar alle fanatieke kinderen. We hebben een erg leuke dag gehad. Bedankt voor de goede organisatie en de gezellige sfeer.

In de zomer vakantie kreeg ik te horen dat ik mee mocht doen met het NK estafette voor mpa2 samen met: Julia, Esmee en Sofie. We moesten maandag en vrijdag 4 keer trainen voor het NK. Tijdens de training moesten we kijken in welke volgorde we moesten lopen. Dat was heel moeilijk want de ene loopt wel goed op de ene af en de andere niet goed op de andere. Dus dat was heel lastig, maar we zijn er wel uitgekomen. Ik moest als laatste lopen Sofie als eerste Julia als tweede en Esmee als derde. De wissels in de wedstrijd ging heel goed, maar we hebben niet gewonnen omdat we tegen andere meiden moesten die 2 koppen groter waren dan wij.

Maar dat maakt niet uit want het gaat om lol hebben en niet om winnen. Jarit van der Ven (MPA2)



Onze dochter Jarit werd, net als 2 jaar geleden uitgenodigd voor het Nederlands kampioenschap Estafette in Amstelveen. Helemaal blij natuurlijk maar dat betekende ook dat er extra getraind moest worden want je wilt daar natuurlijk wel beslagen ten ijs komen. De extra training op maandag was nog wel even een dingetje omdat ik laat thuis kom van werk en onze andere kinderen ook sportactiviteiten hebben op dat tijdstip. Maar dankzij een lieve oma van Jarit werd dat probleem opgelost en kon ze naar de training. Er werd flink geoefend op het overgeven van het stokje en er werd gekeken wat de beste volgorde was met lopen. Uiteindelijk is de beste combinatie ontstaan en konden ze naar Amstelveen. Opnieuw een probleem voor ons i.v.m. werk en andere sportactiviteiten maar oma wilde Jarit wegbrengen zodat ze toch op tijd aanwezig was. Toen ik om 11 uur aankwam moest de wedstrijd nog beginnen en heb ik niets gemist. Na een groot aantal series van de mini's en andere Pupillen waren ze eindelijk aan de beurt. Het werd een spannende race en het overgeven van het stokje ging perfect maar helaas konden ze niet winnen van de "grote" meiden die uiteindelijk kampioen werden (deze hadden heel goed geoefend waarschijnlijk want ze waren nog sneller dan de jongens). Maar met een 11^e plaats waren ze toch wel tevreden en konden ze terugkijken op een geslaagde wedstrijd. Een bedankje naar de trainers mag ook wel gegeven worden want die offeren ook hun vrije tijd op om onze kinderen te begeleiden. Bedankt.

Marco (vader van Jarit)



Samen met mijn teamgenoten Siebe, Youri en Thijs heb ik meegedaan aan de Nederlandse Estafette Kampioenschappen in het jongensteam pupillen A. Het is een belangrijke wedstrijd waaraan niet iedereen mee mag doen. Ik vind sprinten met de stokjes leuk. Wij hadden de afgelopen weken extra getraind, vooral op de wissels, stapjes voor het juiste vertrekmoment en de indeling van de lopers uit het team. Tijdens de wedstrijd verliepen de wissels goed en wonnen wij onze serie. Onze eindtijd bleek genoeg voor de 2^e plaats in het eindklassement en ook nog eens een nieuw clubrecord. Ik liep deze wedstrijd voor het eerst op spikes, hierdoor kon ik nog sneller. Ik hoop dat ik met ons team nog vaker aan estafette wedstrijden kan meedoen, want ik vind zo 'n wedstrijd erg leuk. Ryan Bootsma (JPA2)

Zaterdag 23 september waren wij afgereisd naar Amstelveen voor het bijwonen van de Nederlandse Estafette Kampioenschappen 2017. Wat deze wedstrijd in onze ogen zo bijzonder en interessant maakt, is dat in tegenstelling tot de meeste pupillen-wedstrijden, zoals de ZHM-competitie, het hierbij gaat om een echte teamwedstrijd, waarbij nu eens gestreden wordt voor een gezamenlijk resultaat voor je club. Het Spartaan-clubgevoel wordt nog eens extra aangewakkerd door het gezamenlijk opzetten van de tent en zodra de Spartaanvlag was gehesen, kon de wedstrijd losbranden.

Het gaat er tijdens deze wedstrijd allemaal erg officieel aan toe en samen met het vele publiek ontstaat op de baan een entourage die sommige jonge atleten enigszins van hun stuk brengt. Niet alle wissels van de verschillende teams verlopen hierdoor vlekkeloos, maar het enthousiasme straalt van de gezichten af, erg mooi om te zien. Voor ons was het daarom genieten, temeer het een stralende dag was. De extra trainingsuren in de afgelopen weken betalen zich uit met prima resultaten. Uiteraard zijn wij bijzonder verguld met de 2^e plaats van het jongens A-team. Ze worden extra in het zonnetje gezet tijdens de huldiging.

Een mooi slot van een erg leuke atletiekwedstrijd.

Ouders van Ryan Bootsma.

NIEUW CLUBRECORD 4 X 60 METER JPA

Zaterdag 23 september jl. zorgden **Siebe van Leeuwen(A2), Youri Feijt(A2), Thijs Paddenburg(A1) en Ryan Bootsma(A2)** in Amstelveen er voor dat het clubrecord op de **4 x 60 meter JPA** op die bewuste datum op **34.15 sec.** kwam te staan.

Het oude record van 34.32 sec. werd ook in Amstelveen gelopen. Het volgende kwartet jongens: Stijn Lammers, Tyrone Nijman, Willem Olsthoorn en Julian van Meggelen zorgden hier toentertijd voor.

Siebe, Youri, Thijs en Ryan nogmaals proficiat met dit mooie resultaat.

Marga

3^e MARGA KORTEKAAS SPELEN ZATERDAG 7 OKTOBER 2017

Na 2 jaren tijdens deze Spelen onwijs mooi weer te hebben gehad waren de weersgoden ons dit keer helaas niet gunstig gezind. Het was deze zaterdagmorgen erg herfstachtig. Vél wind: wel lekker voor de sprint- en springnummers maar daar is dan alles mee gezegd. De druilerige regen ving aan toen de kinderen binnen begonnen te "druppelen" en hield op toen ze weer naar huis toe gingen. De meegebrachte paraplu's zijn niet dicht geklappt geweest. Ze boden de sportende pupillen de hele wedstrijd door de broodnodige bescherming tegen de gestaag neervallende regen. Maar regen of niet de wedstrijd gaat gewoon door. Eerst met z'n allen even de spieren goed los maken. Mandy (Duinkerken) kreeg de Mini's en C's onder haar hoede en Anneke (v.d.Veek) de B's en de A1/A2's.

09.30 uur - tijd voor de 4 x 40 en de 4 x 60 meter estafette. Snel iedereen naar de start en de 3 wisselpunten gestuurd. Starter Fred (Duinkerken) lost het eerste schot van de dag (er zouden er nog heel wat volgen) en weg is de 1^e serie. Er staan er nog 2 in de wacht.

10.00 uur – de 10 groepen begeven zich naar hun startonderdeel. Aan het eind van de ochtend hebben ze dan allemaal de volgende nummers verwerkt: verspringen – balstoten – hoogspringen – balwerpen – kogelstoten – 40 of 60 meter en 600 of 1000 meter. Tussendoor is er ook nog een pauze. Deze pauzes zijn dit keer een zéér welkome aangelegenheid, want iedereen kan zich in de kantine even lekker opwarmen.

Om het allemaal niet te lang te laten duren worden de "speeltijd rondes" ingekort van 18 naar 15 minuten. De laatste twee zelfs naar 12 minuten. Persoonlijke records? Ja, ze waren er wel, hetzij mondjesmaat. Het weer was er gewoon niet naar.

12.35 uur – De lange afstandnummers beginnen. Mini's C's en B's lopen een 600 meter en A1/A2 pupillen een 1000 meter. Er wordt op 2 plaatsen tegelijk gestart. Op deze manier kunnen meerder kinderen in één serie lopen. Dat scheelt een hoop tijd. Dit houden we er in.

Tot slot:

Dank aan.....alle pupillen, die ondanks de slechte weersomstandigheden tot aan het einde van de wedstrijd zijn gebleven.

Dank aan.....jullie papa's, mama's, opa's, oma's, die ook de moed niet verloren.

Dank aan.....alle juryleden en hun assistenten, die het beslist niet makkelijk hebben gehad om alle uitslagen op de doorweekte lijsten te zetten.

Dank aan.....de baanploeg, de kantinemedewerkers/sters, de EHBE, de mensen van het wedstrijdsecretariaat en al degene die op welke manier dan ook hebben meegeholpen om dit evenement te doen slagen.

De **MARGA-KORTEKAAS-SPELEN 2017** zijn verleden tijd. Volgend jaar nieuwe kansen.

Marga



Prijsuitreiking pupillen C

Vorige week heb ik voor de eerste keer mee gedaan aan de Marga Kortekaas Spelen en dat vond ik heel leuk. Het allerleukste was de 600 meter in de regen. Ik ben helemaal nat geregend. Aan het einde kregen we een mooie goudkleurige medaille. Daar werd ik heel blij van. Volgend jaar ga ik weer mee doen.

Joris Niewold (Mini jongen)

Ik vond het een leuke, natte dag. Mijn sprint ging goed ☺. Ik zat in een leuk team en ben trots op mezelf en op de mooie medaille. En leuk dat alle mini's op de foto gingen.

Groetjes Esra Kulcer (Mini meisje) ☺☺

Zaterdagochtend mocht ik mee doen met de Marga Kortekaas spelen. Het waaide hard en het was regenachtig maar gelukkig ging het wel door. Ik mocht verspringen, hoogspringen, kogelstoten, bal werpen, medicinbal gooien, sprinten en 600 meter lopen. Na de 600 meter kregen we een medaille. Thuis dacht iedereen dat ik de verkeerde medaille had gekregen omdat er Marga Kortekaas op de achterkant stond in plaats van Femke Kortekaas. Maandag heb ik mijn medaille op school laten zien.

Femke Kortekaas (Mini meisje)

Ik vind het heel erg leuk. Ook dat iedereen mee mag doen en dat je een medaille krijgt. Het is een hele leuke sport. En ik vind het leuk voor Marga omdat de wedstrijd naar haar is vernoemd. Valentijn Wiering (C-pupil)



Wachten in de regen op de dingen die komen gaan

" DE NATSTE MARGA KORTEKAAS SPELEN"

Op zaterdag 7 oktober waren er de Marga Kortekaas spelen. Er deden heel veel kinderen mee. Het regende erg hard. Als eerste was er het onderdeel estafette. Niet iedereen deed mee aan de estafette. Alle kinderen waren verdeeld over groepen. Met je eigen groep deed je elke keer mee aan verschillende onderdelen die ongeveer 15 minuten duurden. Met mijn groep hebben we de volgende onderdelen gedaan: bal stoten, bal werpen, kogelstoten, verspringen, hoogspringen, sprint en tussendoor hadden we ook nog pauze. Als allerlaatste in de stromende regen deden we de 600 meter. Iedereen kreeg na afloop een mooie medaille. Het was allemaal erg leuk.

Julian van Eijndt (C-pupil)



Sebastian 600 meterloop



Prijsuitreiking pupillen B

Zaterdag 7 oktober hadden we de laatste baanwedstrijd van het seizoen, de 3^e Marga Kortekaas Spelen. De hele week hebben we de weersvoorspellingen in de gaten gehouden, maar helaas ze voorspelden regen. En geregend heeft het heeeeeeel veel. Het was erg nat en koud.

Wij zaten in een team met jongens A1 en A2 met Lenie als jury. Bij het 1^e onderdeel, balwerpen, zat de sfeer er al goed in. Lenie zei dat we onze ballen goed moesten vasthouden. Iedereen lag in een deuk.

Daarna hadden we pauze en konden we dus weer even opwarmen.

We begonnen weer met hoogspringen. Dit ging redelijk goed, ik de hele week een beetje last van mijn schouder, maar nu gelukkig niet. Ik had helaas geen PR. Toen naar M-bal. Gelukkig was het toen even droog. Daarna regende het weer bij het sprinten en kogelstoten. Bij het verspringen had ik een PR!!! Het was weer een sportieve, gezellige ochtend!

Groetjes, Colin Groenendijk (A1-pupil)

Het was een hele leuke wedstrijd. Het was jammer dat het aan het regenen was waardoor de wedstrijd afgekort werd van 18 minuten per onderdeel tot 15 minuten per onderdeel. Door de regen werd het veel minder fijn om hoog te springen dit kwam omdat de mat nat was. Het balstoten werd ook minder fijn vanwege dat er veel grind op de ballen zat. Ik zat wel in een leuk team je kon er goed mee lachen. Het was mijn laatste wedstrijd bij de pupillen!

Groetjes van Wout Vermeij (A2-Pupil)



UITSLAGEN ESTAFETTES MARGA-KORTEKAAS-SPELEN

4 X 40 METER:

JPC (1)	Sebastiaan – Luuk – David K. – Cas	29.06 sec.
MPC	Michelle – Rosanne – Milou – Isa	31.07 sec.
MMINI	Nasia – Lindsey – Reina – Meike	36.41 sec.
JPC (2)	Ben v. D. – Siebe – David D. – Max	40.43 sec.
JPB (1)	Daan – Ties den E. – Valentino – Denny	28.41 sec.
MPB	Ruby – Evi – Tessa – Amber	30.60 sec.
JPB (2)	Julian – Amine – Thijs B. – Ties Z.	31.25 sec.

4 X 60 METER

JPA ploeg 1	Tim – Youri – Thijs P. – Ryan	37.22 sec.
MPA ploeg 1	Sofie – Julia – Esmee – Jarit	38.81 sec.
JPA ploeg 2	Colin – Finn – Florian – Jasper S.	38.91 sec.
MPA ploeg 2	Lilian – Maud – Isa – Marit	41.61 sec.



Uitslagen Marga Kortekaas Spelen

	Mini Jongens	40m	600m	Bal	Kogel	M-bal	Hoog	Ver
1	Thomas Kipping	8,32	02:51,6	15,33	4,08	3,30	0,75	2,49
2	Wesley Warmerdam	8,55	02:53,6	11,29	4,55	3,20	0,75	2,49
3	Ferre Warmerdam	8,03	02:46,2	9,48	3,55	2,70	0,70	2,39
4	Maarten van der Vlugt	8,48	03:52,7	14,22	4,25	2,40	0,75	2,26
5	Olivier Verdegaal	8,70	03:10,8	9,28	3,58	3,10	0,75	2,14
6	Redmar Kalimo	9,09	02:49,7	9,37	3,18	2,90	0,65	1,92
7	Quinn Venema	9,79	03:42,4	10,00	3,78	3,50	0,70	1,95
8	Ben Otte	9,35	03:44,1	9,81	3,62	2,80	0,75	1,26
9	Kay Seijser	9,84	03:39,3	10,28	3,23	2,50	0,75	1,92
10	Joris Niewold	9,87	03:14,1	7,91	3,61	2,50	0,65	2,02
11	Vincent Trin	10,08	03:06,7	6,56	2,76	1,70	0,65	1,54

Vervolg uitslagen MKS

	Mini meisjes	40m	600m	Bal	Kogel	M-bal	Hoog	Ver
1	Lindsey Clemens	7,76	02:36,2	9,28	4,80	3,50	0,90	2,85
2	Nasia Chaidas	7,41	02:35,0	10,12	4,69	3,40	0,65	3,13
3	Reina Böhm	7,99	02:40,8	10,32	4,64	4,00	0,65	2,63
4	Meike Zenden	9,12	03:20,8	8,60	4,18	2,70	0,80	2,15
5	Noor Slagboom	8,54	02:52,7	7,05	3,25	2,30	0,70	1,76
6	Esra Kulcer	9,25	03:11,1	6,79	3,23	2,80	0,65	1,83
7	Norah Herman	9,10	DNS	8,70	2,14	2,00	0,65	1,92
8	Catharina Loefs	10,46	03:44,3	9,10	3,41	2,30	0,65	1,85
9	Femke Kortekaas	9,33	03:13,1	6,10	2,66	1,80	0,70	1,82

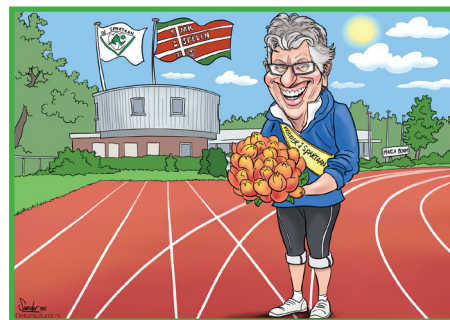


	JPC	40m	600m	Bal	Kogel	M-bal	Hoog	Ver
1	Julian van Eijndt	8,04	02:23,0	20,69	6,12	4,50	1,05	2,85
2	Cas van Slooten	7,55	02:28,3	21,03	5,83	4,20	0,85	3,13
3	Sebastiaan Pluimert	7,41	02:24,8	11,95	5,57	4,60	0,95	2,81
4	David Dwyer	7,98	02:27,2	15,34	6,20	4,40	0,90	3,07
5	David Kaptein	7,58	02:34,5	14,51	5,27	4,50	0,90	2,62
6	Luuk Arens	7,48	03:32,7	12,17	5,90	4,90	1,00	2,82
7	Siebe Holleman	7,97	02:44,4	17,70	5,18	4,10	0,90	2,75
8	Amine Et-tadmouti	8,29	02:31,4	12,00	4,83	4,30	1,00	2,64
9	Ben van Dorsselaer	8,66	02:59,4	12,35	5,30	3,80	0,80	2,05
10	Abel Ayale	9,24	03:05,7	11,46	4,86	2,70	0,80	2,17
11	Max Loefs	9,12	03:00,8	10,92	4,53	3,50	0,70	1,96
12	Valentijn Wiering	9,29	03:00,4	10,12	4,00	3,40	0,80	1,74
13	Conrad Blijleven	9,48	03:04,9	15,76	4,07	2,40	0,70	1,83
14	Tiemo Jetten	10,51	03:36,8	13,21	3,84	3,30	0,65	1,70

	MPC	40m	600m	Bal	Kogel	M-bal	Hoog	Ver
1	Isa Philipse	7,81	02:35,1	15,18	5,03	4,80	0,90	2,67
2	Rosanne Bruggeman	8,70	02:45,5	13,63	5,50	4,80	0,85	2,60
3	Milou Heidinga	8,47	02:44,4	10,23	4,68	4,10	0,85	2,75
4	Michelle Gilissen	8,98	03:10,7	12,83	5,20	4,30	0,70	1,88
5	Eva van Bakel	8,90	04:21,4	8,58	3,59	4,00	0,75	2,48
6	Isa Klein	9,42	03:03,9	9,72	3,95	3,10	0,70	1,95
7	Sophie Rens	9,31	03:46,5	5,82	3,50	2,80	0,80	2,32
8	Anna Rens	9,68	03:10,6	7,17	3,03	3,40	0,75	2,03

	JPB	40m	600m	Bal	Kogel	M-bal	Hoog	Ver
1	Thijs Berger	8,32	02:24,6	26,95	5,67	6,60	1,05	2,98
2	Ties Zuiderduijn	7,70	02:25,2	18,47	4,96	6,30	1,05	2,76
3	Daan Arens	7,63	02:43,9	16,31	4,79	5,90	0,95	3,03
4	Denny Verhagen	7,53	02:29,4	15,03	4,00	5,60	0,90	2,92
5	Ties den Elzen	7,58	02:25,8	17,23	4,42	5,70	0,75	3,01
6	Valentino Clemens	7,63	02:49,7	18,66	4,23	4,80	0,80	2,90
7	Warmer Kakimo	8,29	02:56,6	10,20	3,58	3,80	0,85	2,47

	MPB	40m	600m	Bal	Kogel	M-bal	Hoog	Ver
1	Tessa Verhoeven	8,25	02:47,2	16,43	4,75	5,40	0,75	2,50
2	Amber Nuis	8,66	03:05,8	10,46	4,49	4,60	0,85	2,94
3	Evi Bakker	8,68	03:07,3	8,20	3,41	3,30	0,85	2,59
4	Ruby Zijerveld	8,46	02:57,6	9,12	2,54	3,30	0,65	2,26
5	Jill Munsterman	8,52	03:06,7	14,5	3,23	3,70	DNS	1,94
6	Jody Willemse	10,07	03:09,4	9,68	3,75	3,80	0,70	1,95
7	Desa Verdegaal	9,95	02:53,6	12,47	0,62	3,40	0,75	2,13



	JPA1	60m	1000m	Bal	Kogel	M-bal	Hoog	Ver
1	Boele Böhm	9,92	03:50,1	23,01	6,02	6,80	1,15	3,50
2	Florian Bloemheuvel	10,45	03:57,1	27,76	7,72	7,10	1,05	3,40
3	Thijs Paddenburg	9,87	04:27,8	21,53	6,57	7,00	1,05	3,48
4	Duncan Arrachart	10,65	05:06,5	27,99	6,97	8,50	1,05	3,40
5	Colin Groenendijk	10,32	05:05,7	21,95	5,31	5,00	1,00	3,26

	MPA1	60m	1000m	Bal	Kogel	M-bal	Hoog	Ver
1	Lilian van der Ent	10,21	04:09,7	21,97	5,42	7,60	1,05	3,05
2	Julia Pieterse	10,30	04:44,7	24,18	6,24	7,10	1,00	3,15
3	Esmee Lommerse	10,73	04:38,4	16,65	4,98	5,20	1,10	2,66
4	Wieke Nieuwenhuisen	11,50	05:13,1	15,18	4,54	4,80	1,05	2,82
5	Lieke van Rijswijk	11,21	05:00,6	14,93	3,82	4,60	0,90	2,80
6	Marit Hoogeveen	11,48	06:26,0	9,90	4,46	4,50	1,00	2,30
7	Sarah Kerkvliet	14,88	DNS	10,95	3,94	3,80	0,80	1,92

	JPA2	60m	1000m	Bal	Kogel	M-bal	Hoog	Ver
1	Finn Leukel	9,85	04:29,6	31,92	7,52	8,80	1,20	3,87
2	Tim Philipse	10,20	04:08,3	29,54	6,97	6,90	1,20	3,90
3	Youri Feijt	10,13	04:14,0	28,69	6,85	8,00	1,05	3,63
4	Jasper Stokman	10,69	05:13,6	31,73	6,81	8,30	1,10	3,50
5	Ryan Bootsma	9,32	04:21,6	27,38	6,65	7,50	DNS	4,12
6	Raemon Baak	10,35	04:06,4	17,22	4,91	6,40	1,05	3,65
7	Teije van Schaik	10,10	03:57,2	17,45	5,40	6,40	0,95	3,38
8	Yvo van der Poel	11,36	04:11,6	18,49	6,37	7,60	1,00	3,27
9	Rens van Haaster	11,28	04:31,5	18,33	5,80	7,00	1,00	3,15
10	Wout Vermeij	12,33	04:53,4	16,63	5,68	6,30	1,00	2,87
11	Thijs Oudshoorn	11,50	05:27,1	13,55	4,96	5,50	1,00	2,84
12	Ennio Giltay Veth	11,89	05:19,7	13,14	4,61	5,00	0,90	2,77
13	Sipho Diderik	13,28	04:55,1	7,99	2,86	3,70	0,65	2,14

	MPA2	60m	1000m	Bal	Kogel	M-bal	Hoog	Ver
1	Gioia Remkes	10,88	04:10,8	20,46	6,94	7,70	1,15	3,42
2	Sofie Heidinga	10,53	04:42,5	21,53	5,64	6,70	1,00	3,46
3	Maud van Noort	11,21	04:57,0	19,30	5,57	6,70	1,10	3,21
4	Isa Kovács	10,61	05:04,3	20,35	4,12	5,00	1,15	3,24
5	Imke van Kaam	10,61	04:39,2	17,13	4,60	5,80	1,00	3,01
6	Steffanie Gilissen	10,65	DNS	22,24	5,46	6,20	1,00	3,16
7	Jarit van der Ven	DNS	DNS	16,44	6,28	7,60	0,95	3,33
8	Guusje Scheffer	11,94	04:48,9	13,17	4,27	4,30	0,75	2,87

Activiteitenkalender

Datum	Evenement	WAAR
29 oktober 2017	Crossen door de bossen BO groep 3 t/m 8	Lisse
1 november 2017	1e binnentraining Sporthal Waterkanten	Lisse
8 november 2017	Ouderavond	Lisse
11 november 2017	1e Quatrocross	Lisse
26 november 2017	Ter Specke Loop	Lisse
29 november 2017	Pietentraining	Lisse
16 december 2017	Indoor Onderwater	Lisse
26 december 2017	Kerstcross	Lisse
27 december 2017	Geen training in sporthal	Lisse
27 januari 2018	2e Quatrocross	Leiden
17 februari 2018	3e Quatrocross	Voorschoten
24 maart 2018	4e Quatrocross	Katwijk



Grote Club Actie is dit jaar heel goed van start gegaan.

Er zijn al **623** verkochte loten verwerkt door Jessica en Linda, waarvoor hulde. Zowel voor de kinderen die de loten verkopen als voor de dames die de verwerking op internet verzorgen.

De lotnummers worden vermeld op uw bank- of giro afschrift.

De opbrengst van de Grote Club Actie komt als altijd ten goede aan activiteiten voor de jeugd.

Lotenboekjes kunnen nog tot **begin november** worden ingeleverd via Marga. Half december is de trekking van de prijzen.

Vriendelijke groet, José Elfering
Secretaris Commissie Jeugd Atletiek

NIEUWE TRAININGSTIJDEN WINTERSEIZOEN 2017-2018

BINNENTRAINING WOENSDAG M.I.V. 01-11-2017

14.30 - 15.30 uur - kinderen geboren 2012/2011/2010 + Meisjes geboren 2009

15.45 - 16.45 uur - jongens geboren 2009 + meisjes geboren 2008

17.00 - 18.00 uur - kinderen geboren 2007 + jongens geboren 2008

Trainingen worden gegeven in Sporthal de Waterkanten Sportlaan te LISSE (naast het zwembad)

Laatste binnentraining woensdag 28 februari 2018

BUITENTRAINING BAAN VRIJDAG M.I.V. 03.11.2017

17.00 - 18.15 uur - kinderen geboren 2009/2008/2007

Overzicht indeling groepen per 1 november 2017:

- Mini-pupillen - kinderen geboren 2012/2011
- C-pupillen - kinderen geboren 2010
- B-pupillen - kinderen geboren 2009
- A1-pupillen - kinderen geboren 2008
- A2-pupillen - kinderen geboren 2007

2e Hands Kleding

Bent u op zoek naar of heeft u

2e hands Spartaankleding,

neem dan contact op met

Sandra Bouma: sanb@xs4all.nl

KLEURPLAAT



© LOOK@T BV

HERFST



Ondernemen zonder zorgen

Automatisering met Duvak,
dat loopt wel lekker...



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

homma
ELEKTROTECHNISCHE OPLOSSINGEN



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

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

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

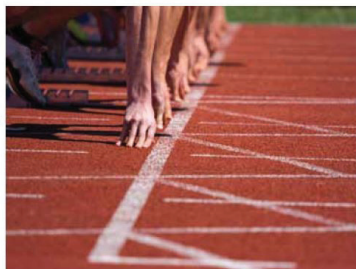
Homma Elektrotechniek BV heeft een uitgebreide certificering. Details hierover vindt u op www.hommabv.nl

Maak het verschil met Deloitte Klaar voor de start!

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

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

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



Deloitte

© 2011 Deloitte The Netherlands

Hoveniersbedrijf G. Rutgrink



Tuinontwerp

Aanleg en onderhoud

Grond- en straatwerk

Groenvoorziening

Boomverzorging

Narcissenlaan 10
2172 TC Sassenheim

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

lid van  **vhg**
Nederlandse Vereniging van Hoveniers



**multicopy the
communication
company**

***Uw communicatie
in goede handen***

MultiCopy Katwijk/Noordwijk

De Scheybloot 3, 2201 GN Noordwijk

t 071 408 10 03

e katwijk@multicopy.nl

www.multicopy.nl/katwijk

MultiCopy Teylingen

Wattstraat 64, 2171 TR Sassenheim

t 0252 21 50 99

e teylingen@multicopy.nl

www.multicopy.nl/teylingen

MultiCopy Den Haag Forepark

Oder 18, 2491 DC Den Haag

t 070 301 30 10

e forepark@multicopy.nl

www.multicopy.nl/forepark