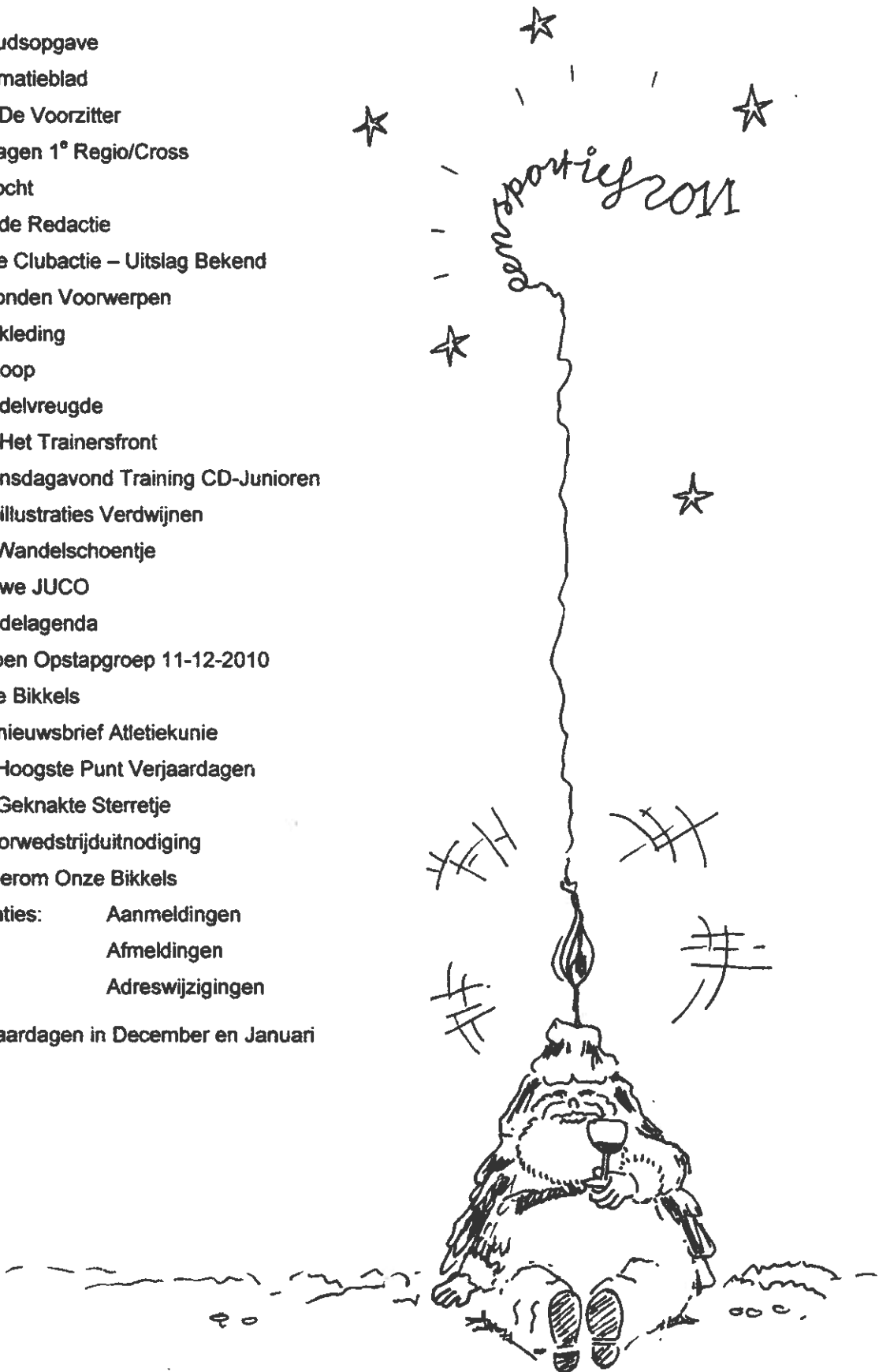


INHOUDSOPGAVE DECEMBER 2010

- 01 Inhoudsopgave
- 02 Informatieblad
- 03-04 Van De Voorzitter
- 04 Uitslagen 1° Regio/Cross
Gezocht
- 05 Van de Redactie
Grote Clubactie – Uitslag Bekend
Gevonden Voorwerpen
- 06 Clubkleding
Te Koop
Wandelvreugde
- 07 Van Het Trainersfront
Woensdagavond Training CD-Junioren
- 08 Mijn illustraties Verdwijnen
- 09 Het Wandelschoentje
Nieuwe JUCO
- 10 Wandelagenda
- 11 Aflopen Opstapgroep 11-12-2010
- 12 Onze Bikkels
- 13-14 Jurynieuwsbrief Atletiekunie
- 14-15 Het Hoogste Punt Verjaardagen
- 15 Het Geknakte Sterretje
Indoorwedstrijduitnodiging
- 16 Wederom Onze Bikkels
- 17 Mutaties: Aanmeldingen
 Afmeldingen
 Adreswijzigingen
- 18 Verjaardagen in December en Januari



VAN DE VOORZITTER

Normaal gesproken bewaar ik de info over de nieuwe contributies per 1 januari van het nieuwe jaar tot aan het einde van mijn stukje, maar daar wil ik deze keer van afwijken.

Binnen de laatste bestuursvergadering is dit punt uiteraard aan de orde geweest. Omdat we vinden dat de vereniging de leden het afgelopen jaar wel heel weinig te bieden had, willen we de verhoging van de contributies dit jaar beperken tot de verhoging die de bonden ons doorberekenen.

Als we die bedragen 100% overnemen van de Atletiek Unie, dan krijgen we wel heel vreemde maandbedragen. Daarom verhogen we de contributie voor **alle** categorieën met **5 eurocent per maand**, met uitzondering van de contributie voor de wandelaars, omdat de nieuwe contributie van de KNBLO nog niet bekend is.

Die 5 eurocent per maand komt misschien een beetje vreemd over, maar met ruim 400 leden hebben we het toch over een post van € 240,- en dat is voor een vereniging best veel geld.

Voor de wandelaars is het dus nog even afwachten wat de KNBLO gaat doen met haar contributie.

Een eventuele verhoging zal voor hen met terugwerkende kracht vanaf 1-1-2011 doorgevoerd worden.

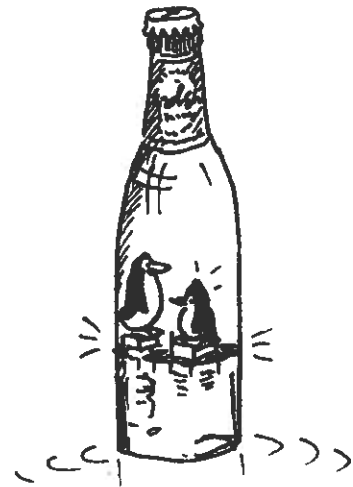
In november en begin december hebben we heel wat activiteiten gehad. De HIK was weer een groot succes. De enthousiaste reacties van veel deelnemers, ouders en begeleiders waren heel leuk. De HIK was niet alleen op sportief gebied een grandioos succes, want zoals in het vorige clubblad al als hot-nieuws was gemeld, heeft Ria Buinsters zich tijdens de HIK aangemeld als onze nieuwe juco en daar zijn we heel blij mee. Noteer maar weer in je agenda voor volgend jaar, want dan gaan we de HIK voor de 6^e keer organiseren. Ik ben even de exacte datum kwijt, maar het is in ieder geval op een zaterdag vóór het weekend waarin Sinterklaas in Nederland aankomt.

Ook de Oude Stort Loop werd weer in november gehouden. De paden op de oude stort waren al volledig overwoekerd en zijn een week voor de loop door Ruud Jacobs vakkundig toegankelijk gemaakt. Door de ijzige kou van de dagen voorafgaande aan de loop, was het parcours nog redelijk begaanbaar. Geen modderbaden deze keer, maar de rondjes waren er niet minder zwaar door. Zelfs in de verkooptent was de temperatuur onder het vriespunt. Dat de gratis koffie en thee gretig aftrek vonden, was niet zo vreemd.

Op 3 december was het dan zo ver.

De vlag kon in top bij de nieuwbouw. Onder het motto "de jeugd heeft de toekomst" werd de vlag door het witte zwarte pietje Jelle François in de top gehesen. Gelukkig was papa Dennis paraat om af en toe een handje te helpen, want zo'n grote vlag is best zwaar. Het was zo verschrikkelijk koud op deze dag, dat er ijsklontjes in de flesjes bier zaten, maar dat mocht de pret niet drukken. De rondleiding moest zich beperken tot de begane grond, want de steigers waren onder deze barre winterse omstandigheden verboden terrein.

Normaal gesproken vind ik een beetje winter best wel lekker, maar nu komt het niet zo gelegen. Vrolijk probeert de bouw voor de kerst wind en waterdicht te hebben, maar dan moet het wel wat vriendelijker weer zijn natuurlijk. Nog een paar dagen temperaturen boven nul, dan komen we een heel eind.



Zaterdag 11 december was het aan de opstapgroep om te laten zien dat de trainingen van de afgelopen 3 maanden niet voor niks waren geweest. Het 5-km examen werd afgelegd.

Onder begeleiding van de trainers en natuurlijk ook een behoorlijk aantal andere lopers hebben de opstappers hun 5-km afgelegd. Op de site staan de foto's en daar is duidelijk te zien dat iedereen er heel veel zin in had.



Onze webmaster Edwin mailde vanavond, 13 december, dat hij weer wat tijd had en dat hij de loperssite ook zou gaan omzetten naar de nieuwe lay-out.
Over nieuwe lay-out gesproken. Het clubblad zal een behoorlijke gedaantewisseling ondergaan, maar daarover zal de redactie vast wel het een en ander naar voren brengen.

Traditioneel wordt het jaar sportief afgesloten met de oliebollenloop op vrijdag 31 december om 11 uur op de Knip. Als je in de gelegenheid bent, kom dan ook op jouw eigen wijze het jaar uitlopen.
Een rondje wandelen, dribbelen of een uur lang hardlopen, alles is toegestaan ☺

Ik wil hier namens de secretaris ook nog even alle commissies oproepen om hun jaarverslag op tijd te maken. We willen over ons jubileumjaar 2010 een zo volledig mogelijk beeld hebben en daar hoort nou eenmaal een verslag van elke commissie bij. Dus doe je best en begin op tijd aan je verslag.

Zo het jaar zit er, wat de stukjes van de voorzitter betreft, op. Namens het bestuur wil ik iedereen bedanken die zich, op welke wijze dan ook, heeft ingezet voor de vereniging. Ik wil ook iedereen bedanken voor het geduld dat iedereen heeft getoond in de aanloop naar onze schitterende accommodatie en het nieuwe clubgebouw. Ik wens iedereen fijne feestdagen en een gezond en sportief 2011 toe.

Ryan Smits

UITSLAGEN 1^E REGIO-CROSS

Klassement ARWB-jeugdcross 2010/2011, klassement na eerste cross

Meisjes C-pupillen
9 Bente van Geel

Jongens C-pupillen
5 Daniël Tolenaars

Meisjes B-pupillen
3 Ymke Timmermans
13 Mirre van Wensen

Jongens B-pupillen
2 Stefan Thiele
9 Jelle Derks

Meisjes A-pupillen
10 Veerle Maris

Jongens A-pupillen
15 Rik Derks
17 Davey van der List
20 Sven van Geel

Meisjes D-junioren
21 Karlijn Derks

Jongens D-junioren
23 Wislet de Hair
29 Siem Jansen

Meisjes C-junioren
7 Laura van Haften

Jongens C-junioren
Geen deelnemers van Groene Ster



Totaal 14 deelnemers van Groene Ster aan deze 1^o ARWB cross

GEZOCHT

2^o-hands spikes maat 39.

Fam. Jansen 0168-850560

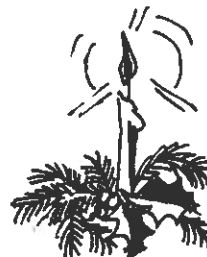


VAN DE REDACTIE

Dit is het laatste clubblad van 2010 en tevens het laatste clubblad in deze vorm. Hoe het er volgend jaar uit komt te zien is nog een verrassing, maar dat het mooi wordt is een ding dat zeker is! Met ingang van januari is het in ieder geval mogelijk om foto's te plaatsen bij een artikel. Dus heb je een leuke foto van een wedstrijd, van het clubgebouw in aanbouw, van de oliebolloop of een andere leuke gebeurtenis, stuur hem dan zeker naar knipsels@avgroenester.nl en schrijf er meteen een leuk stukje bij!

Kopij voor de volgende Knipsels graag aanleveren voor/op **17 januari 2011**.

Namens de redactie,
Hester Alofsen



GROTE CLUBACTIE – UITSLAG BEKEND

Op 25 november j.l. heeft de jaarlijkse trekking van de Nationale Grote Clubactie plaatsgevonden. Onder toezien oog van notaris J.A.H.G. van Tuijl zijn alle winnende lotnummers bekend gemaakt. Pak snel uw loten erbij en kijk op www.clubactie.nl of u in de prijzen bent gevallen!

Sandra Leenheer en Hester Alofsen.



GEVONDEN VOORWERPEN

Hallo Allemaal,

Echt voor de laatste keer!!

Hierbij echt voor de allerlaatste keer een vermelding van gevonden voorwerpen.

Onderstaande zaken zijn allemaal met het jeugdkamp of met de Nationale Jeugd Atletiekdag blijven liggen, dus ze moeten echt van iemand van Groene Ster zijn.

Mis je toch iets, neem dan contact op met Anet van Hooydonk, anders verdwijnt alles in de vuilnisbak.

- Grote eetlepel (spits model)
- Meisje spijkerbroek maat 134 met grote zakken voor en achter
- Wit/grijs hoelaken
- Donkerblauwe trainingsbroek maat 134/140, met lichtblauwe strepen aan de zijkant.
- Zwarte Joggingbroek maat 122/128
- Rode Pyjamabroek (merk Disney maat 116/122) met opdruk "Wish you were here"
- Donkerblauwe trainingsbroek maat 128 met elastiek aan de onderkant
- Trainingsjack in de kleuren grijs/wit en zwart, maat 128, merk Masita
- Witte sokken met "Dragonday" er op.



CLUBKLEDING

Speel je competitie of neem je deel aan wedstrijden, dan is het verplicht het clubtenue te dragen. Het zit niet alleen comfortabel, maar het is tevens een goede uitstraling van de club en dat is ook erg belangrijk. Zeker nu de temperaturen dalen is het trainingspak, gesponsord door Able2 heerlijk om de kou te trotseren! Voor de clubkleding en al uw vragen hierover kunt u terecht bij Jeanny van Kaam. Zij is te bereiken via telefoonnummer 0168-326427. Hieronder een overzicht van de prijzen;

Artikel	Prijs
Top	€ 23,00
Singlet	€ 23,00
Shirt	€ 34,00
Trainingspak	€ 45,00

Artikel	Prijs
Tight kort	€ 15,00
Tight middel	€ 17,50
Tight lang	€ 20,00
Vlinderbroekje	€ 23,00
Short (los vallend)	€ 15,00

TE KOOP

In zeer goede staat en weinig gebruikt: Trainingspak en shirt (met mouwtjes)
 Maat trainingspak: 140 € 30,00
 Maat shirt: XS € 20,00

Interesse? 0168-337914 Nathalie Witkamp



WANDELVREUGDE

Er is een tijd van komen en gaan en de tijd van gaan is nu gekomen. Na zeventien jaar inclusief 8 jaar in de wandelcommissie en een leeftijd van 75 jaar bereikt te hebben, ga ik er een punt achter zetten wat betreft de wandelsport.

Het is een geweldige tijd geweest met diverse hoogtepunten. Op de eerste plaats natuurlijk de 4-daagse van Nijmegen, 11 keer gelopen. Dan de Nachtmars in de Zuid Westhoek, 3 keer gelopen. De Airborne wandeltocht in Oosterbeek, de grootste 1-daagse ter wereld. En als laatste de weekends in Zwitserland en Duitsland.

Dit is slechts een kleine greep van de bijzondere wandeltochten.

Maar er zijn ook minder leuke tijden geweest. Laten we even stil staan bij drie leden van onze club, die op veel te jonge leeftijd zijn overleden. Namelijk Tonny Hagenaars, jarenlang mijn wandelmaatje, Riet Kanters en Jos Otten. Met alle drie ooit de 4-daagse van Nijmegen gelopen.

Ten slotte wil ik iedereen bedanken die in al die jaren van het bestaan van de wandelclub hun steentje hebben bijgedragen.

Bij deze wens ik iedereen nog veel wandelplezier en een gezond en gelukkig 2011!

Jan Kremers

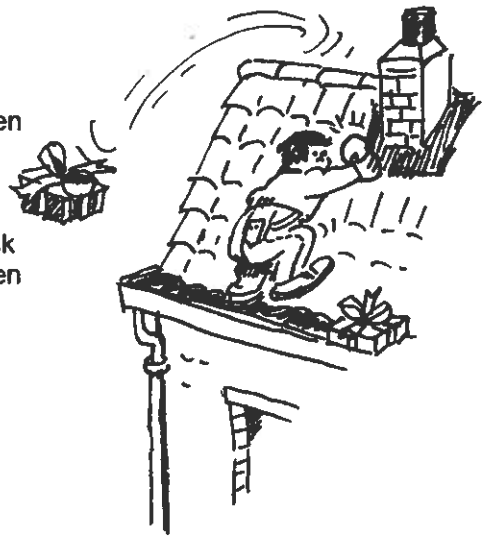


VAN HET TRAINERSFRONT

Zondag 28 november was onze eigen Oude Stort Loop. Om 10.00 uur was het startschot van de prestatieloop. Vier van onze trainers deden daaraan mee en wat was het toch koud en de ondergrond hard. Om 11:25 stond er maar liefst 1 van onze D-junioren klaar; Karlijn Derks. Wat is dat toch jammer dat er maar 1 D-junior meedoet van een groep van 25 kinderen met de cross van je eigen vereniging. Het is toch veel leuker en gezelliger om met een groepje en de trainers in te lopen en daarna met zijn allen blij te zijn dat je toch hebt mee gedaan en de rest van de dag weer lekker op de bank mag gaan liggen? Daarna was het startschot voor de A-pupillen, die ik samen met Daphne en Koen training geef t/m het eind van het jaar. Gelukkig een wat grotere opkomst, we hadden 4 meiden en 4 jongens aan de start staan. Maar ook dit zouden er veel meer moeten zijn. Jullie hebben het allemaal super goed gedaan!!

De bostrainingen hebben we helaas stop moeten zetten wegens te weinig animo of zelfs geen animo. De trainers; Ruud, Koen, Alex, Ferdi, Marjolein en ik zullen daarom vanaf 1 januari 2011 op woensdagavond ook een training geven van half 7 tot half 8. Deze trainingen zijn voor de C- en D-Junioren. Wij denken allemaal dat dit een goede gelegenheid is om een extra training te geven en met zijn allen beter te worden.

Vrijdag 3 december hadden we bij de A-pupillen een "pietentraining". Bij Koen moesten ze met een tennisbal op een "dak" klimmen en daarna in de "schoorsteen" leggen. Bij Daphne moesten ze met een pittenzakje het "dak" oplopen en vanaf het dak het pittenzakje in de "schoorsteen" gooien. Bij mij hadden ze een cadeautje wat zo vaak mogelijk rond moest gaan. Ze moesten op het "dak" klimmen, het cadeautje naar beneden gooien, zelf over het "dak" klimmen en het cadeautje doorgeven aan de volgende. Aan het einde van de training kwamen er zelfs nog 2 pieten langs om nog wat lekkers te geven. Dit kregen ze natuurlijk pas nadat ze een aantal oefeningen hadden laten zien (opdrukken & buikspieren).



Bij de D-Junioren hadden ze tijdens de training in alle schoenen een chocoladeletter gelegd.
Bedankt pieten!!

Jenny Pope

De volgende keer is Anne-Marije Rek aan de beurt om een stukje te schrijven!

WOENSDAGAVOND TRAINING CD-JUNIOREN

Met ingang van 5 januari 2011 elke woensdagavond training voor de CD-Junioren van 18.30 uur tot 19.30 uur op de Knip.

Dit zullen in het begin voornamelijk looptrainingen zijn, maar zodra het weer het toelaat zullen ook de andere onderdelen weer getraind worden!

Gegroet Bert Tielen.

MIJN ILLUSTRATIES VERDWIJNEN

Het moest er ééns van komen en dat is deze maand. Deze Knipsels wordt voor de laatste keer met mijn tekeningen aangekleed. Ik heb 23 jaar geprobeerd om bij de kopij wat passende afbeeldingen te verzinnen en die zo aardig mogelijk op papier te krijgen en nu is er dan het laatste exemplaar!! Ik stap tevens uit de redactie, maar blijf wel een wijk clubbladen bezorgen.

Nu zal iedereen gemerkt hebben dat er een frisse wind door onze Knipsels is gegaan met nieuwe "koppen" boven de rubrieken en als alles goed gaat, zelfs in januari een nieuwe voorkant. Dus een complete metamorfose die een half jaar eerder plaatsvindt dan dat eigenlijk de bedoeling zou zijn. Omdat het ook in de pen zit dat een drukkerij alles gaat verzorgen is het handiger dat alles niet over teveel schijven gaat lopen. Hester heeft me gezegd dat er voortaan heel goed foto's bij de kopij kunnen worden gevoegd en ze plaatjes van internet kan halen. Dus hoef ik niet meer te piekeren hoe een illustratie te maken, want het was niet altijd even gemakkelijk om voor de zoveelste keer een crossloper te bedenken of een winnaar af te beelden. Gelukkig kwam de beeldspraak me vaak te hulp en zo kon ik dan van bijvoorbeeld een "punthoofd" in de tekst dankbaar gebruik maken.

De laatste 10 jaar leverde Betty Happel mij de kopij aan, meestal waren de bladzijden dan al op een goede volgorde maar het gebeurde ook dat er nog wat geschoven moest worden. Dan zorgde ik ervoor dat alles op het juiste aantal bladzijden paste met een tekening meer of minder en maakte daarna de inhoudsopgave. Ook kon ik gerust met vakantie gaan omdat ik een soort back-up map heb aangelegd met ooit verschenen tekeningen, die dan doorgespit werd door Betty of Liesbeth om de benodigde plaatjes te zoeken.



Vandaar dat er nu een eind aan mijn "kunstuitingen" is gekomen. (Ik heb horen fluisteren dat er mensen zijn, die daar zelfs erg blij om zijn, hoewel ik daar en tegen vorige maand een e-mail las van M.H. die de tekeningen gemist had).

Ik wens jullie heel veel dikke clubbladen toe waar veel ervaringen, verslagen, opmerkingen en bovenal mooie illustraties in te ontdekken zijn.

Pak ook eens de pen en deel je sportieve belevenissen eens met je clubgenoten!

Iedereen krijgt dan weer de clubspirit te pakken, want zo'n lange tijd zonder wedstrijden en die chaos op ons veld ondermijnt ons clubsaamhorigheidsgevoel wel! De redactie zal er blij mee zijn!

Allemaal fijne dagen en alle goeds voor 2011!

Carla François



HET WANDELSCHOENTJE

Beste wandelaars,

Jullie zullen vast wel gemerkt hebben dat het wandelschoentje niet meer zo hard loopt. Al twee keer heeft het niet in het clubblad gestaan. En nu het clubblad zo een mooie facelift heeft gekregen kan onze bijdrage van de afdeling wandelen daarin natuurlijk niet ontbreken.

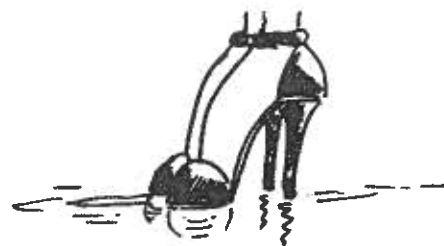
We hebben een aantal nieuwe leden mogen verwelkomen de laatste maanden, dus wellicht is het verstandig dat ik eerst eens uitleg wat de bedoeling van het wandelschoentje is. Dat kan wel zo prettig zijn. Het wandelschoentje is een stukje wat geplaatst wordt in het clubblad wat geschreven wordt door een wandelaar. In dit stukje mag die wandelaar van alles vertellen, dat hoeft echt niet alleen over het wandelen te gaan, maar mag ook gaan over dat je bijna gaat verhuizen, een nieuw hondje uit het asiel hebt gehaald, of wat voor ongelooflijk gave surpriseparty je hebt gekregen omdat je 40 bent geworden. Aan het eind van je verhaal geef je het wandelschoentje door aan een andere wandelaar. Deze wandelaar maakt voor het volgende clubblad weer een leuk stukje en wijst de volgende auteur aan en zo gaan we door.

Nu weet ik wel dat niet iedereen er op zit te wachten om de uitverkorene te zijn voor zijn bijdrage aan het wandelschoentje. Je stukje hoeft geen literair hoogstandje te wezen, en ook aan het aantal woorden zit geen minimum of maximum. En zie je het dan echt niet zitten om iets op papier of het beeldscherm te zetten laat het dan even aan mij weten, dan kan ik een andere wandelaar vragen om een bijdrage te leveren. Maar dan stopt die wandelschoen in ieder geval niet met lopen, want dat is jammer. We zien elkaar lang niet altijd allemaal tijdens de wandeltochten en uittochten, maar dan blijven we in ieder geval via het clubblad een beetje van elkaar op de hoogte.

We horen als commissie regelmatig dat leden die buiten Zevenbergen wonen het clubblad slecht (= te laat) of zelfs helemaal niet ontvangen. We snappen dat dit vervelend is. Het is ook mogelijk om het clubblad via de website van AV Groene Ster te lezen, dus dan kan je in ieder geval daar de informatie vandaan halen die je nodig hebt.

Voor de volgende Knipsels wil ik het wandelschoentje graag doorgeven aan **Marianne Gielis van de Donk**. Veel plezier en succes met het schrijven van je bijdrage.

Groeten, Martine Maat.



NIEUWE JUCO

Eindelijk is het dan zover. Na 2 jaar is er weer een nieuwe juko en wel in de persoon van Ria Buinsters uit Fijnaart. Ria zal vanaf heden al onze juryleden en helpers gaan benaderen via telefoon en e-mail. Als iedereen benaderd is stuurt zij de lijst door naar de desbetreffende wedstrijdleader. De wedstrijdleader maakt het overzicht voor de wedstrijd en stuurt het schema weer terug naar Ria die daarna de juryleden benadert met de definitieve indeling. Graag een verzoek aan alle juryleden om zo snel mogelijk te reageren op de vraag van de nieuwe Juko. Vanuit het bestuur blijft Ruud van Leeuwen verantwoordelijk voor het juko-gebeuren.

Ruud van Leeuwen



WANDELAGENDA

ZONDAGMORGEN TOCHTEN

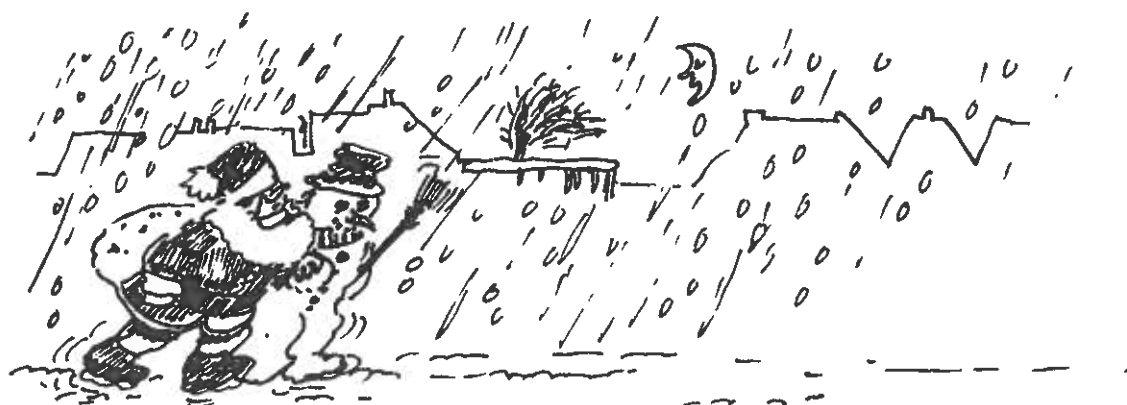
Datum	nr.	Route	Afstand	Begeleider
05 december		autotocht		Fred
12 december	50	Langeweg	14	Jan
19 december	61	Niervaart	15	Martine
26 december		Kerstmis, geen tocht.		
02 januari	13	De Kok	8	Fred
09 januari	21	Klundertseweg	10	Arie
16 januari	50	Langeweg	14	Martine
23 januari	32	Bloemendaal	12	Anneke
30 januari	36	Rust-Roest	12	Linda

DINSDAGAVOND TOCHTEN

Geen tochten op dinsdag in verband met de winter.

UITTOCHTEN

Zondag 9 januari	Winterserietocht, wvs de wandelende Krabben
	camping Op de Tuin, Vredeburg 3, Bergen op Zoom
	25 km: start 8.00-10.30
	15 km: start 8.00-12.00
	10 km: start 8.00-13.00
	5 km: start 8.00-14.00
Zaterdag 29 januari	8e Winterwandeltocht, Thor Roosendaal
	Thorhonk, sportpark Vierhoeven, Nispenseweg 5, Roosendaal
	25 km: start 9.00-10.00
	17 km: start 9.15-11.00
	10 en 6 km: start 9.30-14.00



AFLOPEN OPSTAPGROEP 11-12-2010

Drie maanden geleden zijn we met een groep van ongeveer 25 man gestart met als einddoel de 5 kilometer te kunnen lopen. Het is deze keer geen makkelijke cursus geweest, want de weergoden waren ons niet altijd goed gezind. Menige keren op maandag en zaterdagmorgen is het tijdens de training niet droog gebleven en ook hebben we enkele keren in de sneeuw moeten lopen.

De eerste weken zijn we gestart met het lopen van stukjes van 100 en 200 meter. Dit gaf voor veel lopers al problemen en er werd dan ook na afloop van de eerste trainingen gezegd dat ze de 5 kilometer nooit gingen halen. Naar mate de afstanden langer werden en de conditie beter zag je steeds meer mensen plezier krijgen in het lopen. Een week voor het examen hebben we een generale repetitie gehouden en toen bleek dat het lopen van 5 kilometer geen probleem op moest leveren.

Met het aflopen deden ook enkele lopers mee van de opstapcursus van woensdagmorgen. Zaterdagmorgen om 09.00 uur stonden ook een flink aantal mensen van onze lopersgroep klaar om samen met de opstapgroep de 5 kilometer te lopen. De lopers van de opstapgroep werd een startnummer opgespeld en na een laatste peptalk van de trainer was iedereen er klaar voor. Bij de finish was de klok weggezet en was onze hoffotograaf Mariette aanwezig om alle lopers met hun eindtijd op de foto te zetten.

Iedereen van de opstapgroep heeft deze 5 kilometer zonder problemen uitgelopen en iedereen inclusief de laatste loper die over de finish kwam werd onder begeleiding en luid applaus door de rest van de groep ontvangen. Na afloop werd er op de baan nog een bak koffie gedronken en werd iedereen van de opstapgroep gefeliciteerd door de trainer en geëerd met een medaille.

Rest mij alleen nog iedereen te feliciteren met deze prestatie en ik hoop dat iedereen het plezier in het hardlopen heeft ontdekt en wellicht lid wil worden van onze vereniging.

De foto's zijn al doorgestuurd en staan al op onze site avgroenester.nl onder info; links; lopers en dan fotofolder.

De volgende opstapgroep zal waarschijnlijk starten in Maart.

De trainers van de opstapgroepen,
Jaap en Ton



ONZE BIKKELS

Het is weer winter, de binnentrainingen zijn weer begonnen, en dus is het ook weer tijd dat de crossjes gaan beginnen.

De pupillen en CD junioren waren als 1° aan de beurt en wel op zondag 21 november bij AVS'90 in Standdaarbuiten.

Helaas zien wij als trainers dat de animo voor de crossjes nooit zo groot is, maar jammer genoeg loopt de laatste jaren de deelname behoorlijk terug. Toch wel jammer hoor, want het is best wel lekker om op zondagochtend een rondje te lopen en zo aan je conditie te werken.

Natuurlijk is het crossen niet voor iedereen weggelegd, maar ik denk dat er vast wel meer kinderen mee zouden kunnen doen, wat ook weer leuker is voor de trainers/sters, want die staan ten slotte ook op zondagochtend voor de kinderen klaar, en dan is het leuker om voor een grote groep aanwezig te zijn dan maar voor een paar kinderen.

Maar goed, dit stukje heet niet voor niets onze bikkels, want we hebben ze wel hoor bij Groene Ster. Van de B-C en A pupillen waren er de 1° cross toch 10 kinderen aanwezig en daar zijn we als trainers heel trots op.

De 1° groep die mocht gaan lopen waren de C pupillen meisjes en daarbij mocht onze Bente als 1° van start. Het was de 1° cross van Bente, en dus vond ze het bij de start nog wel heel spannend, hoe moet dat toch ook allemaal, he! Maar eenmaal van start, liep ze als een speer en ging het heel erg goed, wat haar een mooie 9° plaats opleverde. Knap hoor!

Bij de volgende groep, de C pupillen jongens, kwam ons echte sportmanneke in actie, namelijk Daniel. Daniel liet zien dat hij tegen dit soort crossjes wel opgewassen is, en werd heel mooi 5°.

Geweldig hoor Daniel!!

Toen de iets oudere pupillen, namelijk de B pupillen meisjes en hierbij stonden van ons Mirre en Ymke aan de start. Ymke is onze doorgewinterde crossloopster, die vorig jaar nog een mooie podiumplaats wist te bemachtigen in het algemeen klassement.

Ymke ging ook nu weer goed van start, want met een 3° plaats, zette ze gelijk weer wat punten voor het algemeen klassement weg.

Mirre daarentegen deed vandaag voor de 1° keer mee, maar dat was niet te merken. Mirre liep geweldig haar eigen race, liet zich niet opjagen door de anderen, en hield het geweldig vol.

Mirre wist dan ook de 13° plaats te bemachtigen. Hartstikke goed Mirre!!

Toen de jongens, het echte geweld, want Stefan en Jelle weten wel wat crossen is. Stefan had er super veel zin in, en bleef dus mooi in de voorhoede lopen. Daar bleef hij ook, want als 2° deelnemer kwam hij uiteindelijk over de finish. Jelle kwam niet ver daarachter, want als 9° binnenkomen was supergoed in deze groep, dus hier mag Jelle heel trots op zijn.

Na de B pupillen was het de beurt aan Veerle, die als enige A pupil meisje van de partij was.

Veerle werd uiteindelijk 10°, dus dat was supergoed.

Bij de A pupillen jongens stonden 3 bikkels aan de start, namelijk Swen, Davey en Rik, enne spannend was het tussen deze 3 jongens, joh. Heel lang bleven ze heel dicht bij elkaar lopen, Rik liep zelfs heel moeilijk, want die had behoorlijk last van zijn voet, dat was hem wel aan te zien, maar toch ging hij door, hoezo dus een bikkel?

Pas in het laatste stuk, lukte het Rik om bij de andere 2 jongens weg te lopen en zijn eer als 2° jaars hoog te houden. Davey en Swen gingen stug door, heel goed zelfs, en terwijl Rik als 15° over de streep kwam, kwamen Davey en Swen als 17° en 20° over de streep.

Moe maar voldaan ging iedereen weer naar huis, maar we trainen weer verder voor de volgende cross.

Groetjes,
Anet



JURYBRIEF ATLETIEKUNIE

Atletiekunie

Jurnieuwsbrief 46

- 11 november 2010 -

Promoties

Gepromoveerd zijn:

Naar niveau 3

David van der Welle (AV Nova) – wedstrijdleader
weg/cross country

automatisch in de finale en alleen de beste 8 krijgen
de extra pogingen.

Ken jij ook een regel of term die toegepast wordt,
maar eigenlijk niet of niet meer bestaat? Stuur deze
dan naar linda.schoemaker@atletiekunie.nl

Land der fabelen

Er zijn in Nederland veel "regels" in omloop die niet in
het wedstrijdreglement worden genoemd. Deze
fabelen zullen in de komende nieuwsbrieven aan bod
komen, uiteraard met ondersteuning van de echte
wedstrijdregels.

Fabel: Deze keer geen regel, maar termen. Veel
termen zijn in de loop van de jaren aangepast,
vervallen of nieuw erbij gekomen. Hierbij enkele veel
voorkomende (onjuiste) woorden:

Hoofdscheidsrechter, baan 2, loopnummers en
technische nummers en finale bij technische
onderdelen.

Wedstrijdregel:

Hoofdscheidsrechter: Tegenwoordig zijn er
scheidsrechters en wedstrijdleaders. Met deze term
worden de huidige wedstrijdleaders bedoeld. De term
hoofdscheidsrechter is te beperkt geworden voor de
verantwoordelijkheden die de hedendaagse
wedstrijdleader heeft. Ter herinnering: de
wedstrijdleader is verantwoordelijk voor het wedstrijd-
organisatorische deel van de wedstrijd (rode band)
en de scheidsrechter voor de wedstrijd-technische
zaken (groene band)

Baan 2: De juiste benaming moet zijn baan 2. Een
atletiekbaan is opgedeeld in verschillende lanen.

Loop- en technische nummers: In de atletiek heb je
startnummers, laannummers en soms ook
broeknummers, maar geen loopnummers of
technische nummers. Het woord 'nummers' dient
vervangen te worden door onderdelen. Speerwerpen
is dan ook een onderdeel binnen de atletiek, evenals
de 100m.

Finale: Als iemand bij een wedstrijd bij de beste 8
zit, dan gaat deze persoon naar de 'finale'. Deze
opvatting is niet juist. Deze persoon heeft recht op
nog drie pogingen. Echter, deze pogingen zijn niet de
finale. Het wordt duidelijker als je kijkt naar
bijvoorbeeld een WK. Daar worden in twee groepen
kwalificaties gesprongen / geworpen. De beste 12
overall gaan naar de finale en in de finale krijgen de
beste 8 nog drie extra pogingen.

In Nederland zijn de inschrijvingsaantallen niet zo
groot om eerst een kwalificatie te houden. Dus als je
deelneemt aan bijvoorbeeld een NK zit je

Wapenvergunning starters

Uit het land horen we steeds vaker geluiden over de
strengere eisen vanuit de politiekorpsen bij het
verstrekken of verlengen van wapenvergunningen.

Als je actief starter bent (met aantekening 30, 31 of
32) kun je bij de Atletiekunie een verklaring
aanvragen dat je een startrevolver nodig hebt voor
het uitoefenen van jouw functie als starter. Als je wilt
weten wat de voorwaarden voor een vergunning zijn
bij jou in de buurt neem dan contact op met de
afdeling bijzondere wetten in jouw regio.

De verklaring is aan te vragen bij Linda Schoemaker.

Nieuwe juryleden

Normaal worden in de jurynieuwsbrief geen uitslagen
van cursussen vermeld, maar recent heeft er een
bijzondere cursus plaats gevonden die het vermelden
waard is.

Begin oktober hebben 12 medewerkers van de
Atletiekunie de volledige cursus 'jurylid algemeen'
gevolgd onder de bezielende leiding van Hugo
Tijsmans. Ook deze cursisten moesten de cursus
afsluiten met een toets en vanaf heden zitten er dan
ook 12 nieuwe volwaardige juryleden op het
bonds bureau.

Lidmaatschapspassen

Zoals eerder gemeld komen er per 1 januari 2011
nieuwe ledenpassen. Op deze passen zullen geen
juryaantekeningen worden vermeld. Dit betekent
natuurlijk niet dat de functies komen te vervallen.

Binnenkort zal er per vereniging een link komen op
de Atletiekunie-site naar 'Mijn Atletiek'. Daar kan de
nieuwste jurylijst per vereniging worden opgevraagd.
Op termijn is het de bedoeling dat 'Mijn Atletiek' per
lid benaderbaar is.

Momenteel zijn we nog aan het kijken hoe we de
juryleden bij wedstrijden kunnen laten aantonen dat
ze daadwerkelijk een juryfunctie hebben.

Vervolg cursussen

De blaadjes vallen van de bomen en de winter staat
voor de deur, een mooie gelegenheid om eens na te



denken over vervolgcursussen. Heb je interesse om naast basis jurylid ook ET-er, wedstrijdleder, scheidsrechter, microfonist of starter te zijn? Dan is de winter de perfecte gelegenheid om deze cursussen te volgen. Op de site (<http://www.atletiekunie.nl/index.php?page=119>) staan de reeds bekende cursussen. Staat de cursus die je graag wilt volgen er niet bij of alleen aan de andere kant van Nederland, neem dan contact op met de taakcoördinator opleidingen bij jou in de buurt of met Linda Schoemaker.

Reglementenkennis

Het antwoord op de vraag in jurynieuwsbrief 46:

Een deelnemer is het niet eens met de beslissing van de jury kogelstoten. Dit wordt op een onbehoorlijke manier kenbaar gemaakt (vloeken, schelden). Deze deelnemer kan van verdere deelname aan het kogelstoten worden uitgesloten door:

- A. het jurylid tegen wie dat was gericht.
- B. de chef van de jury op dit onderdeel.
- C. de scheidsrechter.
- D. de JUCO van de organiserende vereniging.

Antwoord: C. De scheidsrechter is conform artikel 125.5 bevoegd om een atleet bij onbehoorlijk of onsportief gedrag te waarschuwen of diskwalificeren. Dit kan door middel van een gele of rode kaart. Deze kaart blijft de gehele wedstrijd staan. Twee gele kaarten is rood en betekent een diskwalificatie voor de hele wedstrijd (alle onderdelen).

Vraag:

De Olympische estafette bestaat uit?

- A 800 - 400 - 200 - 200 m
- B 800 - 400 - 200 - 100 m
- C 400 - 400 - 200 - 200 m
- D 800 - 400 - 100 - 100 m

Antwoord tref je in de volgende jurynieuwsbrief aan

Belangrijke data

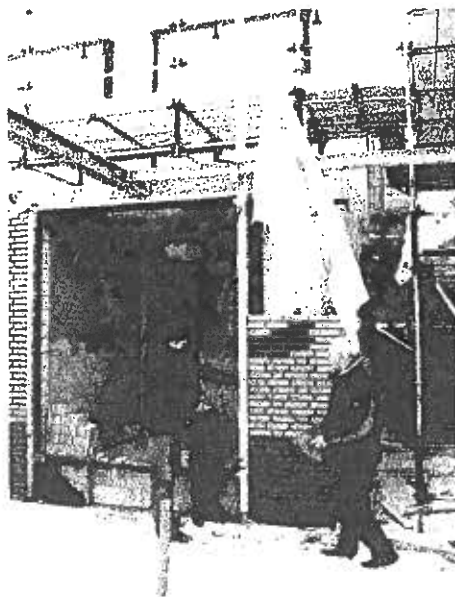
29 oktober 2011 – Kaderdag (niveau 3 t/m 5)

De volgende jurynieuwsbrief verschijnt op 23 december 2010

*Mocht je geen interesse hebben in deze nieuwsbrief, dan kun je je afmelden via e-mail:
Linda.Schoemaker@atletiekunie.nl*

HET HOOGSTE PUNT

Klatje-Pietje Jelle François hijst de GroeneSter vlag in top bij snijdende kou op vrijdag 3 december j.l.



HET HOOGSTE PUNT

Veel belangstellende clubleden trotseerden de kou om de vlag in top te zien omdat het hoogste punt van ons nieuwe gebouw bereikt was. Vooral als je er dichtbij staat is het indrukwekkend!!



HET GEKNAKTE STERRETJE

Een van onze clubbladmedewerksters Tonny Kanters, is vlak na een operatie opnieuw in het ziekenhuis opgenomen om nog een keer geopereerd te worden. Gelukkig is ze nu thuis en werkt aan haar herstel. Van harte beterschap gewenst!



INDOORWEDSTRIJDUITNODIGING

Onderstaande uitnodiging is verstuurd naar de verenigingen. Als je mee wil doen moet je je snel opgeven bij je trainer of Dorien!

Beste sportvrienden,
Hierbij nodigen wij de C/D-junioren van uw vereniging uit om deel te nemen aan onze open indoorwedstrijd.

Datum: **zondag 16 januari 2011**
 Aanvang: **11.00 uur**
 Locatie: **Sportcentrum "De Borgh" aan de IJshof 1 te Zevenbergen**
 Programma: **40m – 40mH – hoog – kogel- 600m**
 Prijzen: **Medailles voor de eerste 3 per categorie per onderdeel**
 Inschrijfgeld: **Loopnummer : € 2,25**
 Technische nummers : € 1,75
 Alle 5 onderdelen: € 9,00
 Gelijktijdig overmaken op giro 3274680 t.n.v. AV Groene Ster te Zevenbergen
 Inschrijven: **Op A-formulier in tweevoud uiterlijk 9-1-2011 naar:**
 Dorien van Someren
 Kristallaan 7A
 4761 ZC Zevenbergen
 e-mail : inschrijven@avgroenester.nl
 Tel. : (0168) 404934



Na-inschrijven is niet mogelijk !!
 We kunnen maar een beperkt aantal deelnemers inschrijven, het inschrijven geschiedt daarom op volgorde van binnenkomst (datum poststempel of datum e-mail).

Met vriendelijke groeten,
 Dorien van Someren



WEDEROM ONZE BIKKELS

Zoals jullie eerder al hebben kunnen lezen, deden er op 21 november een aantal echte bikkels mee aan de 1° cross van het circuit. Maar ook vandaag op 28 november waren een groot aantal van hen weer aanwezig op de Oude Stort loop in Zevenbergen.

Zo was Bente weer van de partij en konden we meteen zien dat ze van de 1° cross veel geleerd had, ze wist nu hoe ze moest lopen, hoe ver het was, en dat leverde haar meteen een 2° plaats en dus een medaille op.

Natuurlijk was Daniel er ook weer, en ook bij hem ging het weer beter dan de 1° keer en nu werd hij zelfs 3°, geweldig hoor. Daniel ging dus ook met een prachtige medaille naar huis.

Onze crossloopster Ymke was er ook weer, en liet zich goed zien, zo goed zelfs dat ze gewoon als allereerste over de Finish kwam, en dat leverde toch een gouden medaille op, en trouwens voor alle kinderen die mee deden nog een chocolade letter of pietje, want inmiddels waren er ook 2 zwarte Pieten op de Oude Stort gearriveerd, die meteen aan het werk konden om prijzen uit te reiken.

Dit deden ze overigens beter als meelopen met de kinderen, want die pieten wisten heel goed wat 'afsnijden' was. Misschien in Spanje toch eens wat meer oefenen piet!!!!

Na Ymke stonden onze mannelijke bikkels aan de start, en dat waren natuurlijk Stefan en Jelle weer. Ze maakten er weer een spannende wedstrijd van, waarbij Stefan als 1° over de finish ging en Jelle zelfs al als 3°. Jelle nam zijn medaille meteen mee naar huis, terwijl Stefan jammer genoeg al naar huis was, maar die kreeg zijn medaille wel op de training.

Bij de A pupillen was het zelfs druk vandaag, want bij de meisjes was Veerle deze keer niet alleen, maar deden Lotte, Nerena en Isa ook nog mee. Hoe het precies ging bij deze dames weet ik niet, omdat ik natuurlijk niet meer hun trainster ben, maar ik weet wel dat Veerle 2° werd, Lotte 3°, Nerena 4° en Isa 5°. Nou mooier kun je het bijna niet hebben 4 Groene Ster dames op een rijtje.

Bij de jongens deed Cas vandaag extra mee, en waren de echte bikkels Swen, Davey en Rik er natuurlijk ook weer. De mannen liepen weer voor wat ze waard waren en daarbij werd Swen 7°, Davey 6°, Cas werd zelfs 3° en onze enige 2° jaars A pupil werd terecht 1°, goed gedaan Rik.

Inmiddels is op zondag 12 december de 2° cross van het circuit in Bergen op Zoom ook al geweest, maar hier ben ik zelf niet bij aanwezig geweest. Ja, soms valt het moederschap en trainerschap toch iets moeilijker te combineren en moet je keuzes maken.

Hoe de wedstrijden dus precies gegaan zijn, weet ik niet, maar ik weet wel dat Daniel deze wedstrijd weer 5° is geworden en dus in het algemeen klassement ook 5° staat.

Voor diegene die het nog niet weten hoe het werkt, diegene die als 1° over de finish komt krijgt 1 punt, de 2° 2 enz enz. Deze punten worden bij elkaar opgeteld, aan het einde vallen de 2 slechtste crossen af, en diegene die dan de minste punten heeft is de winnaar. In tegenstelling tot andere wedstrijden zijn er aan het eind van het seizoen niet voor de eerste 3 een medaille, maar zelfs voor de 1° 10.

Hopelijk houdt Daniel dus zijn 5° plaats!!

Mirre was er ook weer, werd 15° en staat nu op een 15° algemene plaats. Keurig hoor!

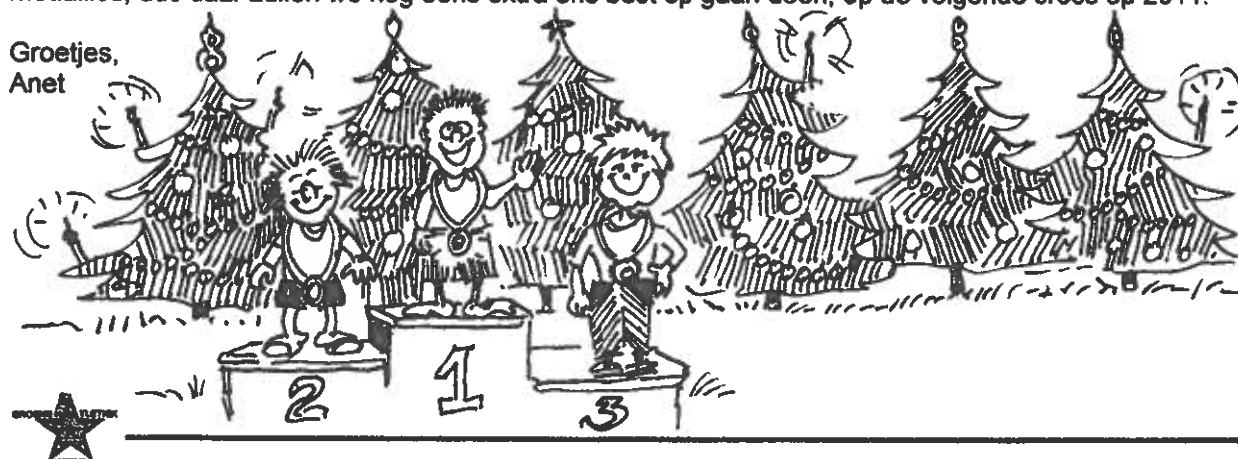
Ymke werd vandaag 3° en staat nu ook 3° in het algemene klassement.

Jelle werd 12° en dat levert hem een 14° plaats in totaal op. Stefan haalde de 7° plaats binnen, en staat nu 5°. Veerle werd 13° en staat daarmee ook 13°. Lotte, staat met deze ene cross waarbij ze 19° werd op een 2ste plaats.

Rik werd vandaag 14° en klom naar een 19° plaats in het algemeen.

In totaal zijn er dus best wel wat pupillen van ons die kans kunnen maken op 1 van die eerste 10 medailles, dus daar zullen we nog eens extra ons best op gaan doen, op de volgende cross op 2011.

Groetjes,
Anet



MUTATIES

AANMELDINGEN

Rein Becht	Annendal 54	Zevenbergen	Klatje
Kevser Satir	Arkelhof 7	Zevenbergen	Klatje
Niels Cabaret	Zomerland 79	Zevenbergen	C-pupil
Bart Cabaret	Zomerland 79	Zevenbergen	C-pupil
Milan Teuns	Ansekerke 21	Zevenbergen	C-pupil
Yara Fioole	Zevenbergseweg 27	Klundert	A-pupil
Lode Verboom	Wilhelminastraat 50	Fijnaart	A-pupil
Johan van Putten	Ansekerke 18	Zevenbergen	Recreanten
Mary de Wit	Nassauplein 4	Zevenbergen	Lopers
Mirjam Peeters	Korenbloem 32	Zevenbergen	Lopers

AFMELDINGEN

Chanel Zwirs	A-pupil
Lily de Lange	A-pupil
Ben Pope	A-junior
Wendy van de Broek	Senior
Cees Machielsen	Recreanten
Monique Martens	Recreanten
Margareth Bol	Lopers
Sietse Maat	Lopers
Wim Boere	Lopers
Eva Simonse	Lopers
Erwin van Broekhoven	Lopers
Carin Bardarski	Lopers
Marja Spronk	Lopers

Elly Brouwer	Lopers
Jutta Winkler	Lopers
Jos Zegers	Lopers
Marjet van Dongen	Lopers
Kees van de Noord	Lopers
Cees Spek	Lopers
Daphne de Boer	Lopers
Nicki Pope	Lopers
Grazyna Baczkowska	Lopers
Geert Leijs	Wandel
Jan van Grimhuijzen	Overigen
Henk Bogerd	Overigen

ADRESWIJZIGING

Kees van Emden	Van Strijenstraat 62	4791 CG Klundert
Youri Valentijn	Reesloot 38	4761 LD Zevenbergen

OVERIG

Frits Verhoeven	Geen Wedstrijdlicentie
Kees Otten	Recreanten
Ricardo Buinsters	Donateur
Ron Becht	Donateur
Kees van Heeren	Recreanten



VERJAARDAGEN DECEMBER EN JANUARI

DECEMBER

1	Thomas Pistorius
3	Guy van Wonderen
3	Leo van Dijk
3	Keltoum Azoum
3	Monique Otten
5	Erik Slobben
6	Swen van Geel
7	Amber Alofsen
8	Carla Francois
9	Wouter van Verseveld
11	Esther Cramer
12	Leo Stok
12	Bart Maris
12	Sjak van Oers
13	Joani Kannekens
14	Frank Braams
15	Raymond Schoonen
16	Esther Pannekoek
16	Arianne van Dorst
17	Jan Franken
17	Regina van Beijnen
19	Kim Holling
22	Marian Roest
22	Fleur Braaksma
23	Joshua van Gog
24	Leonard Wennekers
24	Bert Mathijssen
25	Dide Schoones
26	Thomas Hooyer
26	Ryan Smits
28	Kees de Geus
29	Mariette Kapitein
30	Jan Kremers
30	Walfred Bol

JANUARI

2	Rob Langeweg
3	Bert Tielen
3	Cas van Sprundel
3	Davey van der List
4	Elske Lobensteijn
7	Laurena Laros
8	Jos Verdaasdonk
9	Rick van Ginneken
9	Shem van Oers
10	Henry van Bente
10	Wim Francois
10	Rein Becht
12	Henk van Alphen
13	Tiny Vos
14	Niels Ooijen
14	Colette van der Burgt
18	Niels Lousberg
19	Savannah Bakker
22	Joke Kalis
22	Mary de Wit
23	Marjolein de Vos
28	Simone Timmers
28	Andre van Sprundel
29	Edwin Otten
30	Lois de Vries

