

1/48

februari 90

DE HAV ER

MAANDBLAD VAN DE H.A.V. „HAARLEM”



ES

Officieel orgaan der H.A.V. „Haarlem” .

Verschijnt in de 2e helft van iedere maand

Adres redactie en administratie: Perseusstraat 31, Haarlem-N., Telefoon 23191

Een Sportieve
bediening

in een zaak van
vertrouwen en
Service.

Drogisterij

HAGTINGIUS

Perseusstr. 31, Haarlem-N
Telefoon 23191

NIET ZOO HAASTIG!



Uw oude kleding
kan vernieuwd worden

KEIJSER LORENTZPL. 25
TEL. 12478

Fa C. J. Krug

Julianapark 54, Haarlem Tel. 15148



Glashandel

Glasbewerking

Verfhandel

Verfmalerij

Electrotechnisch- en Radiobureau

P. A. TAMMER

Kleverlaan 176-178, Haarlem, Tel. 14753

(Tegenover Sportveld)

Verhuur van Geluidsinstallaties

en reparatie van Radio's

DIVENDAL'S KUIPERIJ

ANTHONIESTRAAT 3, TEL. 16269

Het van ouds bekende adres voor

* **Reparatie aan wasmachines**

Uit voorraad leverbaar

* **1e klas electr. wasmachines**

Ook reparatie aan regentonnen en ander kuipwerk

SPORTHUIS „HAARLEM”

heeft de alleenverkoop van de

„Jadi” spikes

De enigste spike die geschikt is voor cracks!!

Grote Houtstraat 123

Telefoon 12215

Uw prestaties worden steeds beter
door het gebruik van

Bakkers' melkproducten

Binnenweg 60 — Heemstede — Telefoon 29956

Beheerder: Arie Paap

Garage

P. C. Hartog & Zoon



Speciaal adres
voor reparaties aan
D.K.W.-automobielen



Turfmarkt 18 en 26
Haarlem, Tel. 16066

Voor luxe- en
huishoudelijke artikelen

LAMP

Barteljorisstr. 18, Haarlem

J. VIETS & Co.

RIJWIELHANDEL

Zijlweg 39-41 - Telefoon 14308

Eerste klas
Reparatie-inrichting

Agent:
Raleigh-, Fongers-
en
Burgers-rijwielen

DE HAVER

Officieel orgaan der H.A.V. „HAARLEM“.
Verschijnt in de 2e helft van iedere maand.

Redactie-Commissie:
D.Hagtingius - G.v.Berkel
J.Drees - H.Schreuder.

Redactie-adres:
Perseusstraat 31,
Tel.23191. Haarlem-N.

ZOALS U REEDS BEMERKT ZULT HEBBEN, HEEFT ONS CLUBBLAD MET INGANG VAN DIT NUMMER EEN BELANGRIJKE WIJZIGING ONDERGAAN. HET ZAL ONGETWIFELD AAN ZEER VELEN BEKEND ZIJN, DAT HET IN VERBAND MET DE FINANCIËLE POSITIE VAN ONZE VERENIGING NIET LANGER VERANTWOORD WAS ONS CLUBBLAD OP DE ZELFDE WIJZE TE LATEN VOORTBESTAAN. HET BESTUUR IS ER ECHTER ABSOLUUT VAN OVERTUIGD, DAT HET STAKEN VAN DE UITGAVE VAN ONS ORGAAN UIT PROPAGANDISTISCH OOGPUNT VOOR DE ATHLETIEK IN HET ALGEMEEN EN VOOR ONZE H.A.V. IN HET BIJZONDER EEN GROTE STAP ACHTERUIT ZOU ZIJN. WIJ HEBBEN DAAROM GEMBEND EEN ADVERTENTIERUBRIEK AAN ONS BLAD TE MOETEN TOEVOEGEN. WIJ ZIJN ER INDERDAAD IN GESLAAGD EEN DERGELIJKE RUBRIEK OP TE BOUWEN, DIE HET VOORTBESTAAN VAN „DE H.A.V.er“, ZIJ HET OOK IN GEWIJZIGDE VORM, VOOR HET GEHELE JAAR 1948 WAARBORGT.

HET WOORD WAS AAN ONS; THANS IS DE DAAD AAN U.

LEEST DE ADVERTENTIES AANDACHTIG. BEDIENKT, DAT DE ZAKENMENSEN, DIE HUN MEDEWERKING VERLENEN, ONS BEVOORDELEN. BEVOORDEELT GIJ DERHALVE HEN.

WIJ DANKEN U BIJ VOORBAAT HEEL HARTELIJK VOOR UW MEDEWERKING.

NAMENS HET BESTUUR,

D.HAGTINGIUS, Secr.

Redactioneel

Aan het einde van het jaar is het goed een ogenblik achterom te zien. Wanneer je aan het begin van een nieuw jaar staat, is het niet alleen goed, maar ook noodzakelijk de blik vooruit te werpen. Wij zijn enkele weken geleden een zeer belangrijk sportjaar ingegaan, een Olympisch jaar. Echter ook een jaar, dat onze vereniging grote, zeer grote moeilijkheden zal brengen, denken wij slechts aan een behoorlijke oefengelegenheid. De gemeente Haarlem kan ons op dit gebied nog steeds weinig

bieden en het staat op dit moment nog geenszins vast of wij het veld in Bloemendaal, dat ons in principe door de gemeente Bloemendaal weliswaar is toegezegd, wel op voor ons geschikte avonden kunnen krijgen. En met deze terreinenkwestie hangen de eventueel door ons te organiseren wedstrijden ten nauwste samen. Wij zullen hopelijk in staat zijn de revanche-wedstrijd tegen onze Arnhemse „Kometen“ vrienden op 2e Pinksterdag te organiseren, maar definitief is ons het betreffende veld nog niet toegezegd. Of het internationaal contact, dat vorig jaar gelegd werd, voortgezet zal worden, is nog niet helemaal zeker. Voor de returnwedstrijd in Brussel tegen Schaerbeek konden de Belgen ons nog geen geschikte datum opgeven, terwijl de pogingen om het contact met Luxemburg uit te breiden tot heden nog geen resultaat hebben opgeleverd, doch helemaal afgebroken is de band met Luxemburg nog niet. Van harte hopen wij, dat we ons in het komende seizoen op onze Engelse sportvrienden uit Derby zullen kunnen revancheren, zowel sportief als wat de ontvangst betreft, doch alweer, het staat nog niet vast, of de Engelsen wel zullen komen. U zult bemerken, dat wij U niet veel positiefs in deze toekomstblik kunnen geven en bij al die onzekerheden komt dan nog de meest dringende vraag, hoe onze wedstrijd ploeg zich in het komende jaar zal houden en wel speciaal op Zondag 29 Augustus tijdens de P.H.-Beker. Door al deze onzekerheden staat het wel vast, dat 1948 een jaar gaat worden, waarin meer dan gewone werkkraft van bestuur en leden geëist zal worden. In dit jaar zal beslist worden over de vraag of „HAARLEM“ haar plaats onder de meest vooraanstaande verenigingen van Nederland zal kunnen blijven innemen. Als we deze vraag gunstig willen beantwoorden, dan zullen wij juist in dit jaar geen slappelingen kunnen gebruiken. Er zal harder dan ooit gevochten moeten worden, maar als we ie-

der van ons, en op onze eigen plaats, inderdaad vechten, dus de tanden op elkaar zetten, dan moet die derde plaats bij de P.H. beker 1948 tot de mogelijkheden behoren. Wij hopen vurig, dat we aan het einde van dit jaar zullen kunnen schrijven: „Op weg naar de top, is de derde plaats bij de P.H. beker heroverd.“

Officieel

Voorgesteld als lid:

W.Groen, Goudsbloemplein 10, Heemstede.
(2-11-'29)

Nieuwe donateurs:

De Heer Lindeman, v.Haemstedeweg 25rd.,
Zandvoort.

W.Tackema, 3e Emmadwardsstraat 1,
Den Helder.

Bedankt:

A.Spoor, W.Tackema, H.Wacha, A.Wehnes.

Bedankt als donateur:

J. de Wilde, J.Bijleveld, H.Snel.

Adreswijzigingen:

G.Eysker, Acad.Instituut v.Lich.Opvoeding,
Deventerweg 10, Bandoeng.

J.G.v.Beckhoven, Barteljorisstraat 34rd.

Jaarvergadering:

Het ligt in de bedoeling van het bestuur de Jaarlijkse Algemene Vergadering op Zondagmorgen 29 Februari te houden. Nadere berichten en de agenda volgen in het Februari-nummer. Houdt echter thans reeds deze ochtend vrij.

Veteranenveldloop. In Februari 1946 werd een veteranenveldloop gehouden aan „de Kolk“. Het bestuur wil ook thans deze veldloop organiseren, welke dan omlijst zal worden met onderlinge veldlopen voor alle leden. Als datum is vastgesteld Zondag 22 Februari. De veteranen ontvingen hierover nog persoonlijk nadet bericht. De overige leden kunnen verdere bijzonderheden op de training, zowel aan „de Kolk“ als in de zaal vernemen.

HOEDEN AF VOOR HANS BUSÉ !

Is het niet volkomen verklaarbaar, dat een 16-jarige junior-athleet, wanneer hij na zijn eerste wedstrijd, welke opvallend goed verliep, wegens een blessure op medisch advies een startverbod van een vol jaar krijgt, volkomen ontmoedigt de atletiek de rug toekeert en zich verder gaat wijden aan dammen of schaken of i.d. (Waarmede geenszins gezegd wil zijn, dat deze sporten minderwaardig zouden zijn. (Red.)) Ja, nietwaar. En toch deed Hans Busé, aan wie het bovenstaande overkwam, dit niet. Integendeel, trouwer dan de meeste van onze wedstrijdathleten is hij de

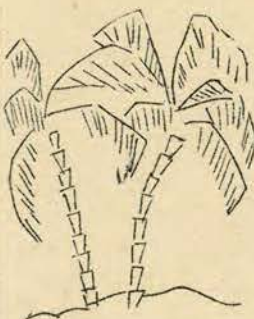
training blijven bezoeken. En hij weet zich op die training zo nuttig te maken - hoe zouden discussen en kogels iedere Zondagmorgen in de duinen komen als Hans er niet was - dat het werkelijk opviel, dat Hans deze winter één keertje ontbrak.

Naast de 60 sec. die Hans deze zomer in Velsen draaide in de eerste ronde van die befaamde 800 m., heeft hij hiermede wederom bewezen die prachtige mentaliteit te bezitten, waaruit een groot athleet kan groeien. Als inderdaad zijn voetblessure geheel geneest, en daar is gelukkig alle kans op, dan zeg ik U: Let op Hans Busé, want die komt er.

Ik zeg geen woord te veel, als ik eraan toevoeg: Hans, mijn bewondering en hulde!

H.

BRIEVEN UIT INDONESIË.



Alvorens met deze rubriek, die zich wel een vast plaatsje in ons blad heeft veroverd, te beginnen, delen wij U mede, dat wij ter gelegenheid van de jaarwisseling de beste wensenvoor alle leden en donateurs hebben ontvangen van

Jan Booy, Gerrit Cassee, Wil Lenselink, Cock Stolwijk en Jan Soomer, alle leden, die momenteel als militair in de Oost verblijf houden. Een ingewijde lezer zal opmerken, dat de naam van Jaap Kanis ontbreekt. Reeds meer dan een half jaar hebben wij geen contact meer met Jaap kunnen krijgen. Ook zijn huisadres in Haarlem is blijkbaar gewijzigd en niet meer bekend. Wij zouden het uit de aard der zaak heel prettig vinden ook met hem het contact weer op te nemen. Wanneer men dus inlichtingen kan verschaffen omtrent zijn adres, hetzij hier of in Indonesië, dan stellen wij dat ten zeerste op prijs.

En hier komt dan weer de maandelijkse brief, ditmaal van Jan Soomer: Heel hartelijk dank voor de twee laatste brieven. Ik was erg blij weer iets van de vereniging te horen, hoewel het voor mij niet zo leuk is te weten, dat jullie weer heerlijk in de duinen en bossen aan het trainen zijn, terwijl ik hier nog steeds in de tropen moet „rondpersen“. Eerlijk gezegd benijd ik jullie erg, want ik heb een flauwe hoop gehad, om tenminste nog een deel van de wintertraining mee te maken, maar daar is geen kans meer op, omdat het „thuisvaren“ thans officieel twee maanden uitgesteld is. Niettemin hoop ik, dat jullie een goede trainingstijd zullen hebben en goede resultaten in het komende jaar. Good luck!

Zelf train ik op het ogenblik ook weer, al ben ik een beetje huiverig om veel te doen, want je verliest hier al zoveel aan gewicht door normaal werk, dat je bij een wat te veel trainen spoedig in het ziekenhuis ligt. Ik heb een knaap meege- maakt, die dacht, dat zijn body niet stuk kon, maar nu als een gebroken man naar Holland is teruggestuurd. Ik houd me aan een rustig schema, loop wat rondjes, doe wat gymnastiek en oefen me wat in het discus- en speerwerpen. Een paar maanden geleden was ik weer behoorlijk op dreef voor een driekamp tegen burgers en land- macht, maar op de wedstrijddag begon de politionele actie zodat alles voor niets was geweest. Ik draaide toen in training de 800 m. in 2.10, dat is dus voor de tropen zo gek nog niet, het is alleen jammer, dat ik niet ergens in Bandoeng of Malang zit, lekker in de bergen, want daar heb je een normale temperatuur en kan je je veel meer geven.

Nu nog eens iets anders. Denk er om jongens, niet erom lachen, want ik meen het serieus. Op een middag droomde ik over atletiek en speciaal over discus- werpen en toen kreeg ik plotseling een idee. Bij het discuswerpen maak je een draai om aan je lichaam, vooral aan je werparm een middelpuntvliedende kracht mee te geven en nu dacht ik het volgende: Als je nu twee of zelfs drie van die draaien kunt maken, dan verhoog je die middelpuntvliedende kracht en moet je be- slist verder gooien. Misschien is het wel een idee-fixe, maar ik zou toch graag daarover wel eens iets van de technici van "HAARLEM" horen. Mogelijk staat wel ergens in de annalen van de atletiek, dat er vroeger al zo'n fantast is ge- weest, maar ik heb er nog nooit van ge- hoord.

Jongens, ik stop er mee. Nogmaals dank voor de brieven, speciaal voor de hand- tekeningen. Hartelijke groeten aan alle- maal.

Jan Soomer vraagt in deze brief om een antwoord. Laat deze vraag niet te- vergeefs zijn. De brieven kunnen gericht worden aan de redactie, die onmiddellijk voor doorzending zal zorgdragen. (Red.)

Emile Bleyswijk organiseerde

EEN GOED GESLAAGDE FILMAVOND.

Inderdaad, goed geslaagd, dat kan van de propaganda- en instructiefilmavond gezegd worden, die de propaganda-commis- sie - in dit geval eigenlijk alleen ver- tegenwoordigd door Emile Bleyswijk - ons bood. Er waren ruim 200 belangstellenden, waaronder onze ere-leden Petrie en v. Balen Blanken en een verheugend groot

aantal jeugdige scholieren. Een extra verrassing vormde ongetwijfeld de aanwe- zigheid van onze oud-secretaris Bote Schimmelpenning die momenteel zijn Zuid- Afrikaans verblijf voor een kort verlof in Holland onderbroken heeft. Was zijn komst vooruit bekend geweest, hij zou zeer zeker als ere-gast zijn verwelkomd.

Vice-voorzitter v. Duin opende de a- vond, waarna het woord was aan de voor- zitter van de propaganda-commissie der K.N.A.U., de Heer Haitzma, die zeide ver- heugd te zijn, dat thans ook de propagan- da- en instructiefilms gedraaid zouden worden voor "HAARLEM", de club van zijn grote vriend wijlen Hil v.d. Mey, de club, die al jaren bekend staat om zijn bekende wintertraining. En toen kwamen de heren Lanting en Hut in actie, de eerste als filmoperateur, de tweede als explicator van de films. De combinatie van genoemde heren vlotte uitstekend en in een snel tempo werden de verschillende films ge- draaid. Van deze films was de Deense in- structiefilm de meest belangwekkende. De opname van de wintertraining bracht ons weliswaar niets nieuws, maar de daarop volgende opnamen van de gespecialiseerde baantraining waren heel interessant, vooral wat de technische nummers betreft. Na de pauze werd de z.g. Oslofilm ge- draaid, die velen van onze atleten reeds het vorig jaar hadden gezien, toen de Heer Hut, ook al weer in samenwerking met de Heer Lanting, deze film op een indoortrainingsavond draaide. De Engelse instructiefilm, stak erg af bij de Deense en maakte wel een heel povere indruk. Wij zagen hier diverse opnamen hoe het niet gedaan moet worden en dat kan tenslotte ook zijn voordeel hebben. Na het officiële gedeelte werd voor de "Haarlem"-leden nog de film van de Twentse Marathonloop gedraaid, waarbij vooral Bas Fennis en Frits Hoogland zaten te genieten en onze ex-stadgenoot en nationale marathonkam- pioen Joop Overdijk onder onze jongens nog altijd zeer populair bleek te zijn. Na af- loop dankte de Heer v. Duin de P.P.C. der K.N.A.U. voor het beschikbaar stellen van de films en de Heer Hut voor zijn uitste- kende toelichting, waarna de laatste een driewerf hoera uitbracht op de Heer Lan- ting, waarmede de hele zaal grif instem- de. En hiermede behoorde deze filmavond, die in de prachtige aula van het Kenne- mer Lyceum werd gehouden, weer tot het verleden. "Bleys", hartelijk dank voor je initiatief in deze betoond en hulde voor je organisatietalent, waarmede je alle moeilijkheden, die er voor deze avond be- stonden - en dat waren er velen, naar ik van de secretaris hoorde - in enkele da- gen wist op te lossen.

So long.

GOEDE OPKOMST EN RESULTATEN BIJ ONZE ONDERLINGE PRESTATIE-LOPEN.

Onze onderlinge „winterwedstrijden" op Zondag 14 December, ditmaal in de vorm van prestatie-lopen en gehouden op het bekende „circuit" tussen Brouwerskolk, Zanderijvaart en „Kraantje Lek", mogen bijzonder goed geslaagd genoemd worden. Er was een verheugend goede opkomst van deelnemers, die, verdeeld over A, B en C klasse, voor het merendeel binnen de vastgestelde tijd-maxima bleven. De voor deze gelegenheid beschikbaar gesteld diploma's, smaakvol en artistiek uitgevoerd door Theo Wernik, werden dan ook totaal uitverkocht. Wij kunnen dan ook zeggen, dat deze lopen volkomen aan het gestelde doel hebben beantwoord, n.l. een indruk te krijgen van het uithoudingsvermogen van onze wedstrijd-athleten in dit stadium van onze wintertraining. Voor onze lange-afstand-mensen betekende de af te leggen 4 km. natuurlijk niet meer dan een proefstartje, de 2 km. die onze sprinters, springers en werpers daarentegen te „consumeren" kregen zal de meesten wel wat zwaarder op de maag gevallen zijn. Bij de eerste groep liep alleen Jan Koopman zich iets warmer, zodat hij dan ook alle en binnen A-tijd (14 min.) kwam. Van de overigen maakte Henk Geuzebroek de beste indruk, met geringe achterstand op Jan kwam hij als no.2 binnen. Hierna was de volgorde van aankomst: Wim v.Deursen, Bas Fennis, Jan Hermans, Wim van Gog, Dick Jordens en Beckhoven, die allen B-tijd noteerden (binnen 15 min.). Binnen C-tijd (tot 16 min.) bleven nog Henk Willems en Arie Paap, terwijl Han Cramer, Lindhout, Baay, Henk Handgraaf, Harry Wernik en Frits Hoogland weliswaar boven deze tijdgrens bleven doch niettemin fit en wel het parcours beëindigden. Bij de „kleine ronde" (plm. 2 Km.) voor sprinters, springers en werpers trad het wedstrijd-element meer op de voorgrond dan bij de lange-afstand-lopers, ondanks de tip van vice-voorzitter van Duin bij de start. Maar ja, je zou nog eerder een vis het zwemmen kunnen verbieden..... Vooral op het zwaarste stuk van het traject, de oplopende Brouwerskolkweg, werd „geknoekt" dat het een lieve lust was. Hier zagen wij Hans v.d.Berg en Cor Dekker een winnig eindsprint-duel uitvechten, dat verrassend door eerstgenoemde werd gewonnen. Ook Jan ten Wolde toonde een uitstekende vorm door lange tijd de 3e plaats te bezetten. In de laatste 100 m. echter werd hij door de spurtende ten Hove, een van onze „eerste jaars", resoluut gepasseerd. Er waren trouwens in deze loop nog meerdere nieuwelingen die onze aandacht trokken. Zo liep de jeugdige Piet Visser een heel goed bekeken parcours en zagen wij

F.Geuzebroek het goede voorbeeld van broer Henk volgen. Aan de andere kant was het een onzer veteranen, Lanting, die door zijn moedig volhouden onze bewondering afdwong. Een bewijs temeer voor het geen regelmatige training, ook op gevarieerde leeftijd, nog vermag.

Wat verder de gemaakte tijden betreft was het opmerkelijk, dat ondanks de geleverde strijd, geen enkele deelnemer aan deze 2 km. binnen de gestelde A-prestatie (8 min.) bleef. Was deze eis misschien iets te scherp gesteld? De volgende lopers voldeden echter ruimschoots aan de voor de B-prestatie in aanmerking komende 9 min. grens; H.v.d.Berg, C.Dekker, ten Hove, J. ten Wolde, A. de Vries, F.Geuzebroek, Visser, Koper. Voor C-prestatie, tot 10 min., kwamen in aanmerking F.Pieters, M.Swart, Blok, C.Lamoree, L. Brijs, H.Schreuder, Th.Wernik, C.Wullems, P.Haringhuizen, J.van Viersen, H.Scholten en G. van Ee. Tot slot smaakten nog het genoegen het traject te hebben uitgelopen al voldeden zij niet aan een bijzondere eis: Lanting, H.Kluft, F.Deys, F.Belle, H.Overduyn en H.Valkman.

Al met al waren de individuele prestaties zodanig, dat menigeen met voldoening op deze „test-dag" kan terug zien. De verworven diploma's zullen in ieder geval de herinnering levendig houden.

G. van Berkel.

EEN OPMERKING.

In het artikel van Gerard Rinkel in ons clubblad van December werd vermeld, dat een van onze beste 800 m. mensen ongeregeld en weinig trainde. De betreffende persoon kan zich echter met deze beschuldiging niet verenigen. Volgens zijn mening was hij wel degelijk geregeld op de training aanwezig. Hij gaf zich echter op dat moment meer voor de technische nummers. Door geregelde zinspeling van het bestuur is hij er uiteindelijk nog toe overgegaan zich weer op de 800 m. toe te leggen, omdat volgens het bestuur de betreffende persoon na v.Gog op dat moment nog tot de beste prestatie op de 800 m. in staat was. Hij handelde hiermee dus volkomen in het belang van de vereniging. In het oog van de Heer Rinkel was deze handeling egoïstisch.

H.Wernik.

Op deze „Opmerking" zou ik het volgende commentaar willen leveren.

Ik zie in Harry Wernik een 800 en een 1500 m. loper en niet iemand, die aanleg heeft voor technische nummers. Combinatie is hier niet mogelijk. Wil men rekening houdende met zijn aanleg het hoogste

bereiken, dan moet men zich specialiseren. Iemand's aanleg bepaalt twee dingen: welk nummer hij kiezen moet en hoe ver hij het eventueel kan brengen op dit nummer.

De voorbereiding voor het lopen van een goede 800 m. eist de gehele mens. Harry's taak was dus: steeds aanwezig zijn op de training en intensief arbeiden aan de opdracht: Hoe kom ik onder de twee minuten. Is hij dus wel op de training aanwezig, maar gaat hij een technisch nummer beoefenen, dan is dit fout. Natuurlijk, wanneer hij dit wenst, kan niemand hem dit beletten, maar athletisch bekeken blijft dit onjuist en vormt het een slecht voorbeeld. Ten opzichte van de H.A.V. blijft voor mij deze houding egoïstisch. Wanneer Harry Wernik al zijn tijd en aandacht aan de 800 m. (en 1500m.) had besteed, waren zijn resultaten beter geweest. Dit heeft hij niet gedaan. Hij wenste dit niet, hij deed datgene, waar hij meer zin in had. Eerst hij en dan de H.A.V. Ik zie het liever andersom, anders komen wij er nooit.

Rinkel.

Het zij mij vergund dit commentaar van Gerard Rinkel nog iets te mogen aanvullen. Ik heb in het seizoen 1947 geen enkele avondtraining gemist en ik matig mij dus aan een oordeel te vellen over het feit of Harry regelmatig getraind heeft of niet. Welnu, ik meen positief van niet. Wat de zinspeling van het bestuur betreft, dat Harry zich meer op de loopnummers zou moeten toelagen, inderdaad heeft de vice-voorzitter zich in het begin van het seizoen met voorkennis van het bestuur in die geest tegenover Harry uitgelaten. Daar Harry echter onregelmatig bleef trainen en zijn prestaties geen voldoening konden schenken, werd niet hij, maar Henk Geuzebroek in de voorlopige P.H. ploeg op de 800 m. opgenomen en werd Harry als reserve opgesteld. Een week voor de P.H. beker maakte Harry tijdens de Noordhollandse kampioenschappen op de 800 m. echter een tijd, die Henk Geuzebroek nog niet gemaakt had. Toen maakten degenen, die verantwoordelijk waren voor de samenstelling van de P.H. ploeg, waaronder ook ondergetekende, de fout, Henk, die ongetwijfeld seriëuzer had getraind, alsnog te passeren voor Harry. Dit was een zeer ernstige fout, die dan ook in de toekomst ongetwijfeld vermeden zal worden.

D.Hagtingius.

Hoe kunt U weten tot hoeveel U in staat bent, als U het niet uit alle macht hebt geprobeerd?

Ons lid Kees Visser, oud-Nederlands recordhouder speerwerpen, vertelt in onderstaand artikel:

EEN EN ANDER OVER DE TRAINING BIJ SPEERWERPEN. I.

HET ZIJN GOEDE PRETTIGE HERINNERINGEN, WELKE IN MIJ OPKOMEN, NU IK DE PEN TER HAND GENOMEN HEB OM IETS TE SCHRIJVEN OVER HET ONDERDEEL VAN DE ATHLETIEK, DAT WEL MIJN BIJZONDERE AANDACHT HAD - EN NOG HEEFT. WANT IN ONZE SPORT ROEST OUDE LIEFDE NIET. HOOGSTENS SLUIMERT ZIJ, WANNEER DE OMSTANDIGHEDEN HAAR NIET GUNSTIG ZIJN.

Omstreeks 1930 maakte ik deel uit van een clubje vrienden, dat vrijwel elke vrije avond of vakantie-dag - weer of geen weer, dat maakte geen verschil - op het onvolprezen „HAARLEM“-veld te vinden was. Wij deden daar van alles. We liepen wat, sprongen zo nu en dan ver of hoog, grepen eens naar een kogel, speer of discus, al naar ons zinde. Spelenderwijs leerden wij iets van atletiek, wij amuseerden ons, ademden liters buitenlucht in en namen en passant een portie gezondheid mee, genoeg voor een heel leven.

Tot zover verliep eigenlijk alles vanzelf. Toen merkten wij opeens zekere dag, dat onze prestaties op sommige onderdelen van die aard waren, dat we weleens aan een wedstrijd zouden kunnen meedoen, zonder een al te gek figuur te slaan. En daarmee zaten wij dan ook dadelijk in de problemen van training en techniek, die opdoemden bij de vraag: Hoe kan ik mijn prestatie verbeteren?"

VOLHARDENDE TRAINING EEN EIS!

Met deze vraag heb ik mij een paar jaar bezig gehouden; dit is helaas veel te kort, maar het ging nu eenmaal niet anders. Want er gaan wel een slordige tien jaar mee heen, vóór iemand op een nummer als speerwerpen uitgestudeerd raakt. Maar laten jullie je door deze uitspraak vooral niet afschrikken, integendeel. Naar mijn mening moet iedere jongen met veel aanleg en enthousiasme na enkele jaren van doelmatige training een prestatie kunnen leveren, waarmee hij op een Nederlands sportveld goed voor de dag kan komen. En wie meer wil bereiken, welnu hij bedenke, dat op de duur zijn ijver en doorzettingsvermogen niet onbeloond zullen blijven!

Verwacht nu niet, dat ik mij inbeeld een handleiding te kunnen schrijven, hoe iemand in de kortst mogelijke tijd een goed speerwerper kan worden. Dat is uiteraard onmogelijk. Wel geloof ik, dat het nut kan hebben, iets te vertellen over de wijze, waarop de zaak aangepakt kan worden, en over de moeilijkheden, welke zich daar-

bij voordoen. Temeer, omdat bepaalde richtlijnen, die ik meende te moeten volgen om mijn verrichtingen tot een hoger peil op te voeren, ook voor anderen gelden. Evenzo zullen bepaalde problemen, die zich bij dit nummer voordeden, ook bij andere beoefenaren een oplossing vragen. Ik zal hierbij zoveel mogelijk vermijden op technische bijzonderheden in te gaan, alleen trachten duidelijk te maken, dat er algemene richtlijnen voor de training bestaan en dat het nodig is bepaalde problemen te zoeken, ze aan te voelen en daarna op te lossen.

CONDITIETRAINING.

Bij de training dient men goed onderscheid te maken tussen wat men algemene of conditietraining zou kunnen noemen en de technische oefeningen. De conditietraining heeft tot doel het lichaam steeds beter aan te passen aan grote inspanning. Er ontstaat een toestand, waarbij alle functies beter verlopen. De grondslagen hiervoor worden reeds gelegd in de wintertraining, zowel buiten als in de zaal. Warme douche en sportmassage dragen daartoe bij en eveneens de onontbeerlijke lenigheidsoefeningen. Soepele spieren en lenige gewrichten zijn onmisbare voorwaarden voor een snelle werpactie en scheppen de mogelijkheid de worp uit te voeren zoals de juiste techniek het eist.

DE WERPTECHNIEK.

Wat de werptechniek betreft, hieraan ligt een natuurlijke beweging ten grondslag; iedere jongen voelt bij intuïtie aan, hoe hij een steen, bal of ander niet te zwaar voorwerp moet behandelen om het zover mogelijk van zich af te werpen. De een doet dit van nature vaardiger dan de ander. Doch de wijze, waarop een Londense straatjongen de „hoge zijde" van een lid van het Hogerhuis met een sneeuwbal be slaagt, is dezelfde, als die van een Afrikaanse inboorling, wanneer hij een tegenstander met zijn werpspies tracht te doorboren. Het is de natuurlijke worp van de mens.

Bij het speerwerpen speelt de lengte van het voorwerp vanzelf een rol, hiermede moet bij de werptechniek rekening worden gehouden. Maar het principe blijft gelijk.

In de loop der jaren hebben velen, sportleraren, trainers en atleten er zich mee bezig gehouden, hoe zo'n worp het doelmatigst kan worden uitgevoerd, welke bewegingen nodig zijn en in welke volgorde. Het resultaat van hun nasporingen is wel ergens na te slaan in een der vele leerboeken over atletiek. Het is alleen erg jammer, dat techniek niet uit een boekje te leren is. Een mens is

nu eenmaal geen automaat, waar men een lesje instampt, dat er dan in de vorm van een speerworp van, laten we zeggen, 60 m. weer uitkomt. Er is meer voor nodig, dan te weten, hoe het moet. Zo gemakkelijk gaat het dus niet, maar hoe dan wel? Men moet trachten een voorstelling te krijgen van de worp, zoals deze behoort te zijn. Dus weliswaar de grondslagen van de techniek kennen, maar bovendien goede werpers gadeslaan, hun actie leren aanvoelen, dus als het ware zelf meebelevén. Vervolgens moet dit gevoel in de spieren komen. D.w.z. zelf proberen, oefenen en de actie controleren, waarbij vanzelfsprekend de aanwijzingen van een deskundig toeschouwer in dit geval de trainer, van grote waarde zijn.

ALLE BESCHIKBARE SPIEREN GEBRUIKEN.

Ik zal dit met een voorbeeld verduidelijken. Men moet weten en gezien hebben, dat het nuttig is, niet alleen met de arm te gooien, maar alle beschikbare spieren te gebruiken, dus ook met schouder-, romp- en beenspieren. En vraag dan eens aan de oefenmeester of hij de achteruitgebrachte speer eens aan zijn staart wil tegenhouden. Probeer nu langzaam de worp enige malen op de juiste wijze uit te voeren, totdat je goed gevoeld hebt, hoe het moet. Vervolgens oefenen en nog eens oefenen, waarbij de verschillende onderdelen van de worp, elk op hun beurt in het middelpunt van de aandacht komen. Nooit geforceerd, altijd losjes en soepel. Tenslotte ontstaat een constante worp, d.w.z. de bewegingen worden steeds op dezelfde wijze uitgevoerd en vormen een harmonisch geheel. Als dit stadium van geoefendheid is bereikt, is iedere worp vrijwel gelijk aan de vorige en alle belanden op het veld in een cirkel met ongeveer een meter middellijn. Het spiergevoel is aanwezig, men kan een worp nu, zonder erbij te denken, uitvoeren op dezelfde wijze, waarop men een knoop legt of zijn jas aantrekt. Er is dan een vaste basis verkregen; uiteraard zal deze vorm nog niet aan het ideaal beantwoorden. Daarom: fouten en onvolkomenheden zoeken en verbeteren, steeds met behoud van souplesse. Nimmer trachten te forceren en ook niet te veel ineens willen veranderen, want dan gaat het juiste spiergevoel weer verloren. Dikwijls dreigen ook ergens foutjes in te sluipen; voortdurende waakzaamheid en zelf-controle blijven dan ook geboden!

Slot volgt.

Goede voornemens, die niet worden uitgevoerd, betekenen een onderminning van Uw zelfvertrouwen.

BAS FENNIS.

Van wielrenner tot atleet.

Ik had met Bas afgesproken, dat ik hem Zondag 30 November na de training in het gezellige tentje aan "de Kolk" zou ontmoeten. Het duurde wel wat lang, voordat hij kwam opdagen, maar "lange-afstanders" komen nooit vroeg binnen en dat had Uw interviewer tenslotte moeten weten. Maar eindelijk kwam het eerste slachtoffer in deze rubriek dan binnen en onder het drinken van een heerlijk glas appelsap, kreeg ik de gelegenheid onze langste lange-afstandloper (of is Wim v. Deursen dat?) enkele vragen te stellen.

"Wanneer ben je nu eigenlijk precies bij ons gekomen Bas?". "Eens kijken, ja, dat was nog in de oorlog. Het zal in de na-zomer van 1944 geweest zijn. Maar de wintertraining kon toen in verband met de oorlogsomstandigheden geen doorgang vinden en in de zomer van 1945 ben ik op het sportveld aan de Zeeweg pas goed met atletiek begonnen!"

"Maar heb je daarvoor nooit aan sport gedaan, want zo heel erg jong ben je nu toch ook niet meer?" "Als je het nu precies wil weten, ik ben 33 jaar. Voordat ik met atletiek begon heb ik gehandbald, maar vooral veel aan wielrennen gedaan."

"Heb je wel eens prijzen gewonnen in de wielrennerij?"

"Ja, ik heb daar wel wat prijzen mee gewonnen. Mijn beste prestatie is wel geweest de 4e plaats tijdens het lange-afstandkampioenschap van de H.S.V. "De Kampioen".

"En ondanks die goede prestaties ben je toch overgegaan tot de atletiek. Waarom deed je dat?" "Och, ik weet niet, hoe dat gekomen is. Ik ben een paar maal met Ko Hessels mee wezen trainen en van lieverlede kon ik er toen niet meer buiten."

"Dus jij bent ook één van degenen, die, nadat ze eenmaal de "HAARLEM"-sfeer hebben meegemaakt, daar niet meer buiten kunnen. Vertel nu eens wat over de atletiek wedstrijden, die je gelopen hebt." "Nou mijn eerste wedstrijd was een grote sof. Een 1500 m. op een aardappelveldje in Santpoort tijdens de bevrijdingsfeesten. Ik kwam in het stuk niet voor. Maar in de wielersport had ik wel een klein beetje doorzetten geleerd en na een goede wintertraining kwam in 1946 in Castricum het eerste succes, als je dat zo noemen wilt. Een eerste plaats in een 3000 m. D-klasse. Dat ik dat zelfde jaar nog gekozen werd in de P.H.-beker-ploeg, je begrijpt, dat was voor mij wel een hele sensatie. Ik zal je eerlijk zeggen, ik wist

niet goed, hoe ik het had, toen ze me een paar dagen voor de wedstrijd kwamen zeggen, dat ik moest invallen voor Hagingius, die zich niet fit voelde. Op de wedstriiddag was ik knap zenuwachtig, maar het was toch wel een grote voldoening voor me, dat ik er in slaagde de 6e plaats te bemachtigen en dus nog een puntje voor de club in de wacht wist te slepen. Tot nu toe is deze P.H. beker wedstrijd dan ook wel de fijnste wedstrijd die ik gelopen heb."

"Tot nu toe zeg je. Dus je hebt nog plannen voor de toekomst?"

"Natuurlijk heb ik die. In 1946 kwam ik als invaller in de P.H.ploeg, maar ik zal mijn uiterste best doen om ook nog eens de eer waardig gekeurd te worden rechtstreeks in de ploeg gekozen te worden. En dan zou ik zo heel graag in training gaan voor de 25 km. of de marathon. Maar je weet, dat daar heel veel voor getraind moet worden en mijn onregelmatige werkzaamheden laten me daar momenteel niet goed de tijd voor. Maar ik moet opstappen, want als Haarlem-Hermes door gaat vanmiddag, dan wou ik er toch wel erg graag bij zijn. Doe me een lol en maak het niet al te bont in het clubblad."

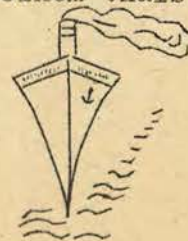
En terwijl ik afscheid neem van Bas, flitst het door me heen: Zouden wij net als A.A.C. in Bas een atleet krijgen, die van wielrennen overgaat tot de superlange-afstand? Als hij inderdaad voldoende trainingsgelegenheid krijgt, dan zeg ik niet, dat Bas evenals Overdijk kampioen gaat worden, maar wel weet ik, dat hij dan heel veel kan bereiken. Zijn doorzettingsvermogen staat me daar borg voor.

Interviewer.

JAN SOOMER VAART THUIS.

Vlak voor het uitkomen van dit nummer ontvingen wij de verheugende mededeling, van Jan Soomer, dat hij met het "Zuiderkruis" op Vrijdag 23 Januari de thuisvaart heeft aanvaard. Hij eindigt zijn briefje, waarin hij ons dit schrijft als volgt: "Groet alle jongens van me en tot een spoedig weerzien in Haarlem en de Kolk."

We kunnen Jan dus ongeveer 20 Februari in Holland verwachten en we zijn er van overtuigd, dat hem namens "HAARLEM" een hartelijk "welkom thuis" te wachten staat.



DE VETERANEN - EN ONDERLINGE VELDLOOP.

Door het wat later uitkomen van het clubblad zijn we nog in staat in dit nummer nadere bijzonderheden te geven over de veteranen - en onderlinge veldloop op Zondag 22 Februari. Allereerst iets over het parcours, dat ditmaal uitgezet zal worden in het bos- en duingebied, waar anders getraind wordt. Er zal een parcours worden uitgezet van ongeveer 800 m. Deze afstand zal door de junioren en de sprinters, springers en werpers 1 x moeten worden afgelegd. De middenafstanders lopen de afstand 3 x en de lange afstanders 5 x. De veteranen zullen het parcours 2 x lopen. Het voorlopig chronologisch overzicht luidt als volgt: 10.10 uur: 800 m. junioren; 10.20 uur: 800 m. sprinters, springers en werpers; 10.30 uur: 1600 m. veteranen; 10.45 uur: 2400 m. middenafstanders; 11 uur: 4000 m. lange afstanders.

Het is de bedoeling, dat de veteranen na afloop van de wedstrijden met genodigden samenkomen in „Roosendaal“ te Overveen om gezamenlijk de koffiemaaltijd te gebruiken.

Zij ontvangen (of ontvingen) hierover nader bericht.

Zondagochtend 22 Februari wordt dus weer een hoogtij-ochtend voor onze vereniging, waar geen enkele H.A.V.-er, die zich zelf respecteert, mag ontbreken.

OUWERKERK NAAR INDONESIË.

Eigenlijk nog onverwachts kwam het bericht af, dat Ouwerkerk op 2 Februari voor 2 jaar naar Indonesië gaat vertrekken en hiermede raken wij dan voorlopig de man kwijt, die ruim veertien jaar ontzaglijk veel voor onze vereniging als masseur betekent heeft. Ouwerkerk was bij ons een begrip geworden. Voor een geblesseerde „HAARLEM“-athleet was in de afgelopen jaren steeds het parool: „Spreek met Ouwerkerk en het komt in orde.“ Inderdaad, doorgaans kwam het altijd heel gauw weer in orde, waarbij vooral ook de prachtige mentale kwaliteiten van Ouwerkerk dikwijls een grote rol speelden. Na het vertrek van Eysker wederom een groot verlies. En ook dit verlies zal heel moeilijk genivelleerd kunnen worden.

Ouwerkerk, namens alle H.A.V.-ers, wensen wij je een behouden vaart, en een goed verblijf in de Oost. We hopen van harte, dat we je over 2 jaar weer gezond en wel in Holland zullen mogen begroeten.

Door technische moeilijkheden, welke voortvloeiden uit de wijzigingen in de vorm van ons clubblad, is dit nummer iets te laat uitgekomen.

Het volgend nummer zult U echter in verband met het opnemen van de agenda van de algemene vergadering op Zondag 29 Februari, iets vroeger dan gewoonlijk kunnen verwachten.

SPORTWILSHEDEN.

Ook in de sport is een goed humeur de bodem, waarin succes snel ontkiemt. Mislukking gedijt bij voorkeur daar, waar mensen hun opgewektheid hebben verloren.

Wie in de sport beweert, dat iets niet kan, voor hij het geprobeerd heeft, heeft zijn sportloopbaan al beëindigd, voordat hij er goed mee begonnen is.

Niet zijn successen typeren de sportman, maar de wijze, waarop hij zijn nederlagen weet te dragen.

Er werd nog nooit lering getrokken uit een verloren wedstrijd, door er lang over te treuren. Elke minuut, dat je daar mee voortgaat, belet je jezelf om in een volgende wedstrijd te winnen.

Elke nieuweling in de sport kan met enthousiasme aan de training beginnen. Maar er is een man voor nodig om met enthousiasme de training voort te zetten.

Voor
gouden en
zilveren
voorwerpen

VAN

Ellinckhuizen

JUWELIER

Anegang 32

Haarlem

Automobiëlbedrijf Service station

Amsterdamsevaart 320 - 322
Haarlem, Tel. K 2500-21237

en

Eemnes bij Baarn
Tel. K 2954-2856

Reparaties aan alle
merken automobielen

Radio-
en Electro-
Technisch Bureau

H. W. Stiphout

Onderdelen
Reparatie
Versterkers

Hoogstraat 3 - Telefoon 19361



Athleten, die het weten
zullen mij niet vergeten

Lou
Braakman

Jacobijnestraat 8
Leidsevaart 26

Amsterdamstraat 43
Kl. Houtstraat 22

GÈ VAN DEN BOSCH

Dagelijkse Autodiensten

AMSTERDAM
H A A R L E M
ZANDVOORT

OVERVEEN
BLOEMENDAAL
SANTPOORT
HEEMSTEDE
AERDENHOUT

Amsterdam, N.Z. Voorburgwal 16 Tel. 42726
Haarlem, Smedestraat 37-39 Tel. 11143
Zandvoort, Kleine Krocht 7 Tel. 2852

MAGAZIJN NEDERLAND

Gr. Houtstraat 36
Haarlem

Heren- en kinderkleding
Kleding naar maat



Levering uitsluitend
via de handel

Autorijschool
K. Offenbergh

★ In 1 maand Uw
★ rijbewijs A.

Van de 200 leerlingen slaagden
er 190 met de eerste keer.
Gedipl. A. N. W. B. instructeur
Gedipl. vakgroep personenvervoer

Romolenstraat - 72 Tel. 18718

Versteeghe's
Manufacturenhandel

voor

TRICOTAGE
KOUSSEN

Zijlweg 117 Telefoon 10240

Over stijl
gesproken

Randoe
IS STIJL

Woninginrichting

Gierstraat 16-22-24
Telefoon 10342

N.V. DRUKKERIJ „AMICITIA“
Mr. Cornelisstraat 2 — Haarlem
Telefoon 13404