

3

13 APR. 1977

de wissel



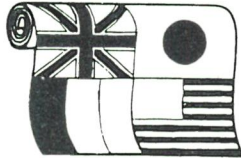
Clubblad atletiekvereniging „haarlem“



HART'S BEHANG

**Behang uit:
Engeland,
Duitsland,
Amerika...**

- 1000 soorten behang
- 100 soorten snelbehang
- Grote sortering kurk
- Plaktafels



Kleine Houtstraat 49 -
Telefoon 023-323005
Gen. Cronjéstraat 60 -
Telefoon 023-250582 - Haarlem
Kennemerlaan 54 - Telefoon 02550-14858 - IJmuiden



TH. HOOGVELD VERZEKERINGEN - FINANCIERINGEN

Billijke premie voor autoverzekering.
(eventueel op maand-basis).

Akendamstraat 4 bij Duinoordstraat
Haarlem - Telefoon 254837

Autobedrijf Joh. Jansen



De Clercqstraat 79
Werkplaats: Beeksteeg 21
Telefoon 023-324410 - Haarlem

Citroën-specialist
Verkoop en reparatie - Sloop onderdelen

SPORTHUIS PIM JANSSEN

Het atletiekhuis van Haarlem. Alles op atletiek-
gebied: Spikes van Adidas, Puma etc.
Trainingspakken. Div. soorten loopschoenen.
Leden van A.V. Haarlem 10% korting!

Gedempte Oude Gracht 62 - Haarlem
Telefoon 023-310135

Een kind kan de was doen!
Geloof u het?
Wij doen al vele, vele jaren de was.
Wij staan dus niet meer in de kinderschoenen.
Goed en goedkoop
Informeers eens vrijblijvend bij:

Wasserette ABMA

Koninginneweg 46 - Haarlem - Telefoon 023-314634

voor uw

**aardappelen
groenten
en fruit**

d. van eck

raadhuisstraat 8 - heemstede - telefoon 023-281254



VOOR INKOOP OUD PAPIER
EN METALEN

BORST

TEL. 316838

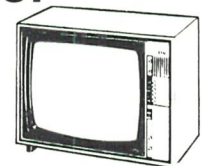
Waldeck Pyrmontstraat 65 - Leidse Buurt - Haarlem
Verenigingen en scholen speciale prijzen.

De televisiedokter repareert

Reparatiebedrijf voor alle
gangbare merken.
Altijd eerst prijsopgaaf.

Voor Haarlem en omgeving.

*Ook mogelijkheid tot brengen en halen aan de
balie op de Bakkerstraat 32-34 - Tel. 023-317313*



De plaats waar sportvrienden elkaar ontmoeten is in

Café-Bar

„De Gouden Vlinder“

Eigenaar: BADDEL YUKSEL

Kleine Houtstraat 118 - Haarlem - Tel. 023-311411

Conrad Capellen B.V.

INDUSTRIE- EN HANDELSONDERNEMING
IN GRAFISCHE MACHINES EN MATERIALEN.

Ambachtstraat 30 - Beverwijk - Tel. 02510-26895

" D E W I S S E L "

Officieel orgaan Atletiekvereniging " H A A R L E M "

verschijnt 10 maal per jaar.

Jaargang 32. nummer 3. april 1977

VAN DE VOORZITTER.....

Het zal niemand ontgaan zijn, dat het vorige nummer van De Wissel enkele merkwaardigheden vertoonde. Een daarvan was de mededeling, dat de copy ingeleverd diende te worden bij het bestuur en niet langer meer bij een lid van de clubbladcommissie.

Reden voor deze verandering was een bestuurlijk ingrijpen.

Naar de mening van het bestuur was de inhoud en de wijze van tot stand komen van het officiële orgaan van De Wissel niet langer in overeenstemming met de functie van het orgaan, alsmede een ernstige belemmering voor het bestuur, de opgedragen taken op behoorlijke en verantwoorde wijze te volvoeren.

Reeds geruime tijd waren diverse tekortkomingen van het orgaan een doorn in het oog van het bestuur. En bij verschillende gelegenheden heeft het de clubbladcommissie hierop gewezen en gezegd, dat ingrijpende wijzigingen noodzakelijk waren.

Toen echter geen veranderingen plaatsvonden, heeft het bestuur op 25 maart 1977 besloten in het belang van de vereniging, overwegende dat het bestuur bepaalde verantwoordelijkheden zijn gedelegeerd, en dat het continueren van de situatie schadelijk voor de vereniging was, de clubbladcommissie van haar taak te ontheffen.

Enkele concrete zaken, die aanleiding vormden voor dit besluit waren:

1. het gebrek aan bereidwilligheid van de commissie om mededelingen van het bestuur of de T.C. op te nemen; en
2. de tijdsperiode, die er lag tussen de datum van copy inleveren en het moment van verschijning van De Wissel.

In het eerste geval werd het bestuur en de T.C. beroofd van het meest voor de hand liggende en noodzakelijke communicatiemiddel met de leden.

Dit bemoeilijkte het werken en leidde tot onnodige fouten in de organisatie.

De vraag betreffende de rechtmatigheid van de weigering van de commissie om mededelingen van het bestuur en de T.C. te plaatsen laat ik gemakshalve dan maar buiten beschouwing.

Een ernstig gevolg van het tweede punt was het sterk verouderde karakter van de berichtgeving in De Wissel. Als mosterd na de maaltijd. Wedstrijden, die reeds plaats hadden gevonden, werden nog aangekondigd.

Op geen enkele wijze kan dit de band tussen de atleet en vereniging stimuleren.

En dat is toch een van de voornaamste functies van De Wissel!

Dit ingrijpen legt het bestuur natuurlijk wel de plicht op zorg te dragen voor een nieuwe clubbladcommissie en voor het corri-

geren van de tekortkomingen van De Wissel.
De eerste plicht is uitgevoerd. DE VOLGENDE WISSEL zal geheel door de nieuwe commissie worden verzorgd.
Op grond van besprekingen met de nieuwe commissie heeft het bestuur reeds het volste vertrouwen, dat De Wissel binnenkort weer een belangrijke plaats zal innemen binnen de vereniging en dat de leden zich er meer bij betrokken zullen voelen.

15 mei en 5 juni zijn de competitie-dagen voor de senioren. Op dit moment is het nog onbekend op welke banen de strijd zal ontbranden. Zoveel is echter zeker, dat op 15 mei de reis naar Arnhem gaat.

Voor velen zal het de eerste kennismaking worden dit jaar met een echte baan. Dat maakt het er niet gemakkelijker op om de nieuw verworven plaats in de eerste klasse waar te maken. Het is een uiterst ongelukkige situatie, dat de vereniging zich moet behelpen met twee grasvelden. Vooral voor de T.C. is dit een grote kater, nu de wintertraining zo geweldig verlopen is. Medio juni wordt hopelijk de nieuwe atletiekbaan geopend. Onder het motto "moed verloren, al verloren", zullen wij optimistisch moeten blijven over het atletiekseizoen 1977. En misschien komen er nog wel geweldige uitschieters op het einde van de zomer!

J. de Bock, voorzitter.

Copy voor het volgende clubblad
vòòr 18 mei inleveren bij:

J. de Bock,
Rio Grandelaan 41,
Overveen.

Bestuursmededelingen:

- Met ingang van het zomerseizoen heeft Peter Guiking zijn functie van trainer neergelegd. Enkele jaren geleden was hij verzocht om in tijdelijk verband de trainingen voor de junioren te verzorgen. In verband met zijn drukke werkzaamheden en zijn grote belangstelling voor de schaatssport heeft hij nu besloten zijn functie neer te leggen. Het bestuur kan voor deze beslissing alle begrip opbrengen.
De trainingen zullen nu worden verzorgd door Martin Bolwijn.
- Verloofd: Martin Bolwijn en Ingrid de Jager.
- Bas Fennis, ons oudste actieve lid, is opgenomen in de Deo voor behandeling van de rug.
- 15 MEI 1977 - 15 MEI 1977 - 15 MEI 1977

A.V. Haarlem verleent op zondagochtend 15 mei a.s. haar medewerking aan een prestatie- en wedstrijdloop over 5 en 12 kilometer, te houden bij de Nieuwe Brug aan de Ringvaart. Zeker van "Haarlem"-zijde wordt op grote belangstelling gerekend: pupillen, junioren, senioren en veteranen. Iedere deelnemer ontvangt een herinneringsvaantje. Voor de wedstrijdlopers zijn enkele aantrekkelijke prijzen in nature beschikbaar gesteld. Het parcours is bijna geheel over geasfalteerde wegen; kruispunten zijn beveiligd en verkeer over het parcours zelf is er nauwelijks.

vervolg prestatie- wedstrijdloop op 15 mei a.s.....

prestatie-loop 5 km. start 11.15 uur inschrijfgeld f 2,50
prestatie-loop 12 km. start 11.00 uur inschrijfgeld f 2,50
wedstrijdloop 12 km. start 11.00 uur inschrijfgeld f 5,00
Inschrijvingen bij de start: speeltuin de "Nieuwe Brug".
Er is geen kleedruimte aanwezig!

- 1 mei 1e AB junioren competitiedag in Krommenie.
- 7/8 mei distriktskampioenschappen junioren A/B en Senioren in Amsterdam.
- Ieder heeft reeds bericht ontvangen, dat er in de maanden april en mei niet getraind kan worden op het Pim Mulier sportpark. Ten overvloede delen wij nogmaals mede, waar dan wel getraind kan worden:
Op Maandagavond zal er getraind worden op het sportcomplex van de Haarlemse Hockeyclub aan de Vergierdeweg.
Op Donderdagavond op de sportvelden van het Spaarne Scholen Gemeenschap aan de Zwemmerslaan in Schalkwijk.
Voor beide trainingen geldt: Aanvang 19,00 uur.
Einde voor C/D junioren 20,30 uur. Overigen ca. 21,30 uur.

.....

Van de penningmeester.....

Mag ik iedereen nog eens de contributie in herinnering brengen:

Contributie 1977.

	<u>per jaar</u>	<u>KNAU</u>
1. Pupillen geboren in 1966 of later	f 66,00	f 6,50
2. Junioren geboren in 1962 t/m 1965	f 87,00	f 13,50
3. Junioren geboren in 1958 t/m 1961	f 105,00	f 13,50
4. Senioren geboren in 1957 of eerder	f 126,00	f 20,00
5. Veteranen geboren in 1942 of eerder	f 66,00	f 20,00
6. Studenten (volledige dagstudie)	f 105,00	f 20,00
7. Buitenleden	f 48,00	f 20,00
8. Trimleden (seizoen 1976/1977)	f 30,00	

Voor hen, die zelfs het eerste kwartaal nog niet betaald hebben volgt hier nogmaals, wat u over het 1e kwartaal, inclusief de KNAU-contributie verschuldigd bent en verder per volgend kwartaal:

	<u>1e kwartaal + KNAU</u>	<u>2e en volgend kwartaal</u>
1. Pupillen	f 23,00	f 16,50
2. Junioren CD	f 35,25	f 21,75
3. Junioren AB	f 39,75	f 26,25
4. Senioren	f 51,50	f 31,50
5. Veteranen	f 36,50	f 16,50
6. Studenten	f 46,25	f 26,25
7. Buitenleden	f 32,00	f 12,00

Mag ik op uw aller medewerking rekenen?

H. Hartman-van Kleef, Corn. v.d. Lijnlaan 12,
Haarlem. tel. 256036. Girorekening 643883, t.n.v. penningmr.
A.V. Haarlem. Bankrek. nr.44.72.77.219 Amro-Bank - Bloemendaal.

Uitslagen Lange-Afstandlopers. door Ton van der Linden

15 e Zilveren Molenloop 20 km. Leiden 2 april 1977.

<u>Senioren tot 40 jaar:</u>		<u>Veteranen II 40 - 50 jaar</u>	
Tony Boerlage	1.12,52	Ton v.d. Linden	1.20,19
Bert Bols	1.19,40	Zegert Kruiswijk	1.40,20
Richard v.d. Pol	1.22,33	<u>Veteranen III boven de 60 jaar:</u>	
Ton Gevaert	1.26,17	Jan Oldenburg	1.40,13

12 maart Alphen a/d Rijn. 15 km. wedstrijd voor Veteranen:

Ton v.d. Linden	58,48) Veteranen II
Zegert Kruiswijk	72,38	
Jan Oldenburg	71,54) Veteranen III

City - Pier - City loop. Halve marathon. Den Haag 26 maart.

Tony Boerlage	1.12,46
Ton v.d. Aar	1.18,16

"Energieke Loper"

Dat ons nieuwe lid Richard v.d. Pol zijn hand niet omdraait voor een paar kilometertjes blijkt wel uit de volgende wedstrijden, waaraan hij heeft deelgenomen:

20 maart Den Haag. 30 km.	2.24,08
26 maart Bodensee. Marathon	3.41,24 (16e plaats, 1e Nederlander)
27 maart N.S.L. Noordwijk 21 km.	1.50,00
3 april Ockmeer	11 km. 54,00
9 april Paderborn	25 km. 1.40,36
11 april Lochem	21 km. 1.24,20

Verder vernam ik van Richard, dat hij in juni a.s. de marathon van Helsinki gaat lopen.

Welnu, gooi er in de komende weken nog wat kilometers tegen aan en veel succes.

16 april de Westlandmarathon Maassluis.

Een schitterende blauwe hemel, een lekker fris temperatuurtje en een niet al te harde wind. Dat waren de vrij gunstige omstandigheden, waarmee vier "A.V.Haarlemmers" en een "Holland"-man de strijd weer eens aan gingen binden tegen de 42 km. lange nonsterafstand.

De problemen, die zich voor een ieder op deze afstand voordoen zijn genoegzaam bekend zou ik zo zeggen, dus hier meteen maar de tijden:

André Handgraaf (Sen.) (Holland)	2.37,02	21e plaats
Wim Kluykens (Sen.)	2.43,42	29e "
Ton van der Aar (Sen.)	2.54,40	69e "
Richard v.d. Pol (Sen.)	3.08,27	117e "

Knappe tijden zou ik zo zeggen, waarbij de gelukwensen voor Richard v.d. Pol in het bijzonder. Hij verbeterde n.l. zijn persoonlijk record met zo'n 6 minuten. Bravo!!

Verder was er nog een deelnemer, die vrij kort na de start, op ca. 8 km. de pijp aan Maarten moest geven vanwege een snel opkomende spierblessure. Ter plaatse masseren mocht niet meer baten, dus de bezemwagen in om vandaar uit met een mateloos ellendig geroep de makers te zien strijden. Maar goed we kijken al weer

vooruit naar Amsterdam. Wie durft?
Laten we weer eens met een flinke ploeg op stap gaan!!

Ton van der Linden.

10 april G.A.C. Hilversum.

Geem omvangrijk, maar wel een sterk deelnemersveld trad aan voor de Spanderswoudloop. Vier ronden van 5 km. over een vlak, maar bochtig parcours. Zigzaggend langs de auto's van de stadsmensen, die voor recreatieve doeleinden naar hetzelfde woud waren getrokken, zo legden de atleten de afstand af. Een bleek zonnetje en een bijtende koude begeleidden hen. De twee Haarlemse deelnemers, Joost de Bock en Tony Boerlage, lieten respectievelijk 1.08,18 en 1.10,24 noteren. Voor Rony geldt dan nog, dat hij daagstevoren ruim dertig km. getraind had en die avond even lang aan de bar gehangen had in de binnenstad.

J. de Bock.

Losse uitslagen, verzameld door Evert van Ravensberg.

5 maart Oude Rai - Indoor C. Junioren

		<u>series</u>	-	<u>1/2 finale</u>
Junioren (geboren in 1963) <u>50 m.</u>				
Wouter Bekkers	3e	7,6	4e	7,4
Ron Mathot	2e	7,6	6e	7,9
Diederik van Riemsdijk	1e	7,4	3e	7,7
		<u>hoog</u>		
Diederik van Riemsdijk	3e	1m60		
Junioren (1962) <u>50m.</u>				
Richard Kruithof	1e	6,6		

12 maart Alphen aan de Rijn 20 km.

		130. Ben Neve	1.19,49
45. Tony Boerlage	1.10,29	150. Dick Bottinga	1.21,27
78. Ton v.d. Aar	1.14,16	172. Cees v.d. Aar	1.24,20

13 maart San Sebastian - Spanje E.K. Indoor. Hoog

Ruud Wielart 3e. 2m22 N.R. - C.R. (2.10-2.13-2.16-2.19(3)-2.22(1))

Hoorn 1/2 marathon. 25 Dick Bottinga 1.28,22

Den Haag 8 km. Veteranen. 9 Zegert Kruijswijk 39,31

20 maart Rotterdam. 1/2 uur snelwandelen J.B.

1. Frank van Ravensberg	56.
2. Nico Treep	48.

27 maart Velsen Pin. Mulierloop

Junioren C. 2e Nico Engel 8.04

Veteranen (5400m)

Senioren 9.000 m.	1. Evert v. Ravensberg	29.01
	2. Theo v. Kouteren (DEM)	29.44,4
	3. Kees Eigenhuis (TAV)	29.46,2
	4. Arno Körmeling (Sisu)	30.24,4
	6. Kees Fluitman	31.11
	7. Michel Hulsman	31,27

vervolg Losse uitslagen.....

27 maart Amsterdam-Ookmeer. Werp driekamp

Lex van Vugt (JA)	kogel	11.14	discus	27,50	speer	44,24	pnt.	1510(2)
Richard Wullems (JA)	"	12.48	"	31,06	"	35,40	"	1549(1)

17 april Amsterdam-Ookmeer

Lex van Vugt (JA) kogel 1e 11,89 discus 2e 33,16

D. Junioren in de Oude RAI 26 maart 1977.

Ter afsluiting van het winterseizoen 1976/77 was er op 26 maart nog een wedstrijd voor D Junioren in de oude Rai. Net als de vorige maal was Haarlem weer present, maar door de vele grieppatiënten met een kleiner aantal deelnemers. Dit echter mocht de pret niet drukken.

Aangezien we de vorige keer erg goed voor de dag kwamen, waren de verwachtingen nu ook hoog gespannen.

Bij de series 50 meter liepen Marcus en Michiel zich allebei in de halve finale. Van deze series gingen de eerste drie naar de finale. Maar helaas.... Marcus en Michiel werden met een neuslengte uit de finale gewipt.

Anders ging het bij het kogelstoten.

Bij het instoten liet Dennis al zien, dat hij heel wat van plan was door de kogel maar gelijk over de matten te stoten.

Tijdens de wedstrijd ging het iets minder, maar de stoot van 9m46 was toch goed voor een eerste plaats.

Bij het hoogspringen ging het Arjen, Dennis en Peter Noom nu wat minder dan andere malen, maar Peter Groen kwam stukken beter uit de verf. Hij sprong nu 1m15, een ontzettende verbetering van zijn Persoonlijk Record. Peter was ook erg in zijn nopjes.

<u>De uitslagen:</u>	<u>hoog</u>	<u>kogel</u>	<u>50m.</u> <u>serie</u>	<u>1/2fin.</u>
Peter Noom	1m20	6m85	8,0	
Peter Groen	1m15	4m94	7,9	7,9
Marcus Treep		7m38	7,8	8,2
Michiel Verkerk		5m46	8,4	
Arno van Vught		9m46		
Dennis Kruihof	1m35	6m96		
Arjen Kroes	1m25			

Albert.

T E R O V E R N A M E :

1 paar Spikes - maat 37

in goede staat.

te bevragen bij: J. Rosenhart, Wouwermanstraat 95, Haarlem.

Aan JOU, ploeggenoot!

De hele winter liep je te zwoegen; in regen en wind; bij sneeuw en vorst.

Een enkele keer kon je misschien niet komen, maar als het enigszins mogelijk was, dan was jij toch aanwezig. De ene keer met iets meer zin als de andere keer, maar jij was er! En jij probeerde je ook zoveel mogelijk te geven tijdens die soms zware trainingen.

Door familie en vrienden werd je soms voor gek verklaard om onder die soms barre omstandigheden toch te gaan trainen. Maar jij ging toch, met dat éne doel: om sterker als ooit tevoren uit het winterseizoen tevoorschijn te komen. Om dan, in het wedstrijdseizoen te vlammen.

Maar nu het seizoen nadert, is er opeens angst of twijfel.

Je voelt je sterk, maar toch.....

Hoe staat het met de concurrentie?

Komt het seizoen niet iets te vroeg?

WAAROM die angst?

Je hebt gedaan wat je kon. Misschien zelfs meer dan vorige jaren. Zet die twijfel van je af. ('t Beïnvloedt onnodig je prestaties.)

Wees zeker van je zelf. Niet alleen in je eigen belang, maar nog meer in het belang van je ploeg.

Stel hun niet teleur en geef je volledig, vooral tijdens die eerste wedstrijden. Doe het voor je trainers en ploeggenoten, die óók maandenlang hebben gezwoegd in weer en wind.

Alleen als óók jij je volledig geeft, kan je je trainer dit jaar als blijk van waardering een prachtcadeau geven:

Promotie óf op zijn minst handhaving in jouw klasse.

Neem van mij aan: jij bent sterker als vorige jaren en samen met je trainers en ploeggenoten ga JIJ het maken dit seizoen. Stel mij dus niet teleur.

Je clubgenoot.

SNELWANDELEN.

Alweer zijn er vele wedstrijden geweest.

Hier komen ze: 5 maart. Een wedstrijd op de Laan van Poot in Den Haag. Er werd besloten om een koppelrace te houden.

Van A.V. Haarlem waren Nico Treep en Frank van Ravensberg aanwezig, die samen het koppel Kennemerland vormden.

Van de overige 3 koppels was het Westland het sterkst.

Op papier was het Westland koppels zelfs sterker dan Kennemerland. De afstand was 10 km. en er werd iedere ronde, of om de 2 ronden afgelost. Kennemerland loste iedere ronde af. Frank liep 13, Nico 12 ronden. Het was erg zwaar, doordat men op het laatste rechte stuk de harde wind tegen had.

Doordat Frank zeer hard van stapel liep en ook Nico goed begon, nam Kennemerland een voorsprong van 200 meter. In de ronden na dit snelle begin, groeide de voorsprong langzaam.

Toen begonnen de twee wandelaars uit het Westland terug te zakken in hun rondetijden, terwijl de wandelaars uit Kennemerland steeds dezelfde rondetijden bleven wandelen (Frank 1.45 tot 1.50

Nico 2.10 tot 2.15).

Zo groeide de voorsprong toen weer wat sneller en enkele ronden voor het einde werd Westland gelapt.

De eindtijd van Kennemerland was 49.06,0 (Frank 5200 m. in 22,36, Nico 4800 m. in 26,30).

De tijd van Westland, 2e ploeg, was 51.35,2.

6 maart. De dag na de koppelrace ging Frank van Ravensberg samen met drie andere wandelaars naar het Belgische plaatsje Ghoy (vlakbij Lessines even ten zuiden van de taalgrens) om daar aan een snelwandelwedstrijd deel te nemen.

Al om zes uur vertrokken zij vanuit Poeldijk en ondanks de mist (die pas om 8 uur verdween) verliep de reis voorspoedig en kwamen zij om 9 uur in Ghoy aan.

De afstand was 15,2 km. en er deden 30 senioren en 6 junioren mee. Het parcours was erg zwaar. Het waren 8 ronden, het parcours was grotendeels op kasseien, werd bemoeilijkt door pittige hellingen en er was bovendien nog een koude wind.

Hoewel er een officiële wandelscheidsrechter was, zou men niemand disqualificeren, als deze onzuiver wandelde, maar slechts waarschuwingen uitdelen.

Hoe slecht het met de begeleiding door goede trainers in België wel is gesteld, bleek wel tijdens de wedstrijd. Meer dan de helft van de deelnemers wandelden niet correct, maar dribbelden, sprongen, huppelden, etc.

Frank ging direct met de kop mee, maar kreeg daarna een terugslag en zakte van de 3e plaats naar ongeveer de 10e.

In de laatste 3 ronden ging hij met een Belg mee en zij haalden er toen nog 3 in. Drie hardlopers voor hen konden zij niet meer inhalen. In de eindsprint liet Frank (bang om op de kasseien weer zijn enkel te verzwikken) de Belg, die volgens anderen toen hardliep, gaan en hij werd in totaal 8e en 3e bij de junioren in 1:23.24.0.

Na nog even gebleven te zijn en de uitslagen en een Brevet (diploma) gekregen te hebben, vertrokken wij en was Frank om ongeveer 17.00 uur weer thuis.

Een fijne en leerzame dag.

20 maart. Op deze dag werd het winterseizoen afgesloten en het zomerseizoen geopend.

Nico Treep en Frank van Ravensberg namen deel aan een $\frac{1}{2}$ -uurswedstrijd voor B-jongens.

Hoewel het weer niet zo slecht leek vielen de prestaties erg tegen. Er was één A-junior en er waren twee B-junioren (Frank en Nico). Frank ging aanvankelijk achter de A-junior aan, maar moest na 1200 meter lossen, daar zijn conditie niet optimaal was.

Nico raakte ook al gauw achter en werd twee ronden gelapt.

Dat komt echter, omdat hij vrijwel nooit op snelwandelen traint, maar slechts op hardlopen.

Toen het eindschot klonk had Frank 5669 m., Nico 4822m. Het schot klonk echter 10 seconden te vroeg en men telde er bij ieder toen 25 m. bij (wat veel te weinig is, want normaal moet het zo'n 35 m. zijn.) Daardoor miste Frank de 5700 m., Nico de 4850 m. Frank had nu 5694,78 m. automatisch een districtrecord, en Nico 4847,20 m.

Na de wedstrijd kregen beiden nog een diploma en een mooie prijs.

Frank van Ravensberg.

vervolg Uitslagen Pupillenwedstrijd 23 april

<u>Pupillen A.</u>	<u>60 m.</u>	<u>ver</u>	<u>kogel</u>
Gijs	10,3	3.04	5.05
Johan	11,7	2.69	3.92
Toby	10,2	3.55	6.31
Fred	10,7	2.86	6.47
Arjen	9,4	3.78	6.84

1000 meter (A + B)

Tobi	3.54,4
Arjen	3.38,2 (1e in zijn serie)
Tom	4.20,4
Maurice	4.27,6
Roy	gevallen
Gijs	onbekend
Maarten	3,44,1 (2e in zijn serie)



HET WISSELTJE

EIERLOOP - 20 maart 1977.

Met eerst een woord van dank aan de dames Van der Eem, Prikkel, Vermunt en Hartman en de heren Bax, Moes, Van der Linden, De Bock en Hartman en ook aan Margot en Erik Jan Rijnierse voor hun spontane hulp bij deze Eierloop. Zonder hun fijne medewerking was deze loop nooit zo vlot verlopen.

Nadat jullie in groepen van 4 jongens waren ingedeeld, begon de speurtocht over het Militaire Schieterrein. We hadden het lekker moeilijk gemaakt, bruine draden voor de route en rode, als er een opdracht kwam.

Onze Marathonman Ton van der Linden was zo wild enthousiast, hij ging zelfs met de groep mee de duinen in om de opdrachten uit te voeren. Gelukkig is hij nog heel snel ter been en kon op tijd zijn onderdeel weer bereiken om de volgende groep op te vangen. Want zoals met deze loop de bedoeling is, de juryleden blijven ter plaatse en de kinderen lopen over het terrein en werken de opdrachten af. (Misschien kan Ton zoiets eens voor de Veteranen verzinnen!!!!)

Ook dit jaar waren er weer een paar addertjes onder het gras. Een paar opdrachten vind je terug en andere rouleren weer eens. De puzzle op te lossen bij Mevrouw Vermunt in de kantine bestond uit twee delen: bij 5 karikaturen moest de naam geplaatst worden. De meeste waren goed, alleen Rinus Michels werd uitgemaakt voor Cruyff en Kissinger werd verwisseld voor Premier den Uyl. Ook George Baker werd erg moeilijk gevonden. Gelukkig haalden jullie allemaal Kojak eruit. Het tweede deel waren sportvragen en die werden goed beantwoord. De groep van Toby scoorde hier de meeste punten: 9!!!

Bij het kogelstoten werd de groep van Tom eerste met een totaal van 20.69!!!

Maar op zo'n loop maak je nog eens iets mee. Vooral als de juryleden zo nodig met de kogel moeten stoeien. Grote mensen met een kleine kogel en er gebeuren rare dingen. Zo'n kogel wordt eens even lekker gestoten en is dan verdwenen. Wat nu? Je graaft gewoon de hele omgeving af en na een kwartier komt dat ding helemaal onder de bladeren ergens diep in de grond, gelukkig voor groep 1, toch weer te voorschijn.

In het zaklopen werd weer de groep van Toby eerste. Op de hielen gevolg door de mannen van Eric Noom.

Doelschieten bij Meneer Bax en Erik Jan. Ontzettend moeilijk. Probeer maar eens een plastic voetbal door een fietsband te schieten, als deze ongeveer 10 cm. boven de grond hangt. Zelfs de beste voetballers onder jullie brachten er niets van terecht. Alleen Paul Alders schoot 3x raak!!

Balwerpen. Door twee fietsbanden van verschillend formaat 2 x 5 ballen werpen. De één gooit ze er achter elkaar door, zoals Rogier Wigchert en een ander heeft er erg veel moeite mee.

Stenen sjouwen. Bij Mevrouw Prikkel en mij. Het ging erg goed. Jullie liepen je r.o.t. Bravo! Met weer de groep van Tom als eerste.

Tot slot de hindernisbaan, bij jullie eigen voorzitter met assistentie van Margot. Over en onder de hordes en springen en hollen, dat het een lust was en weer met een neuslengte werd de groep van Tom eerste.

We waren prachtig op tijd klaar, vooral door Mevrouw Vermunt, die in een record tempo even de uitslagen uitrekende.

Nu konden we overgaan tot de prijsuitreiking. Voor de 5e en 4e plaats een groen Ei, de derde een bronzen Ei, de tweede plaats een zilveren Ei en de eerste het gouden Ei.

Hieronder nog de uitslagen. Bekijk ze maar eens goed.

Albert.

Groep.	Puzzle	pnt.	zak- lopen	pnt.	doel- sch.	pnt.	kogel	pnt.	balw.	pnt.
1	7 goed 4,05	<u>3</u>	2.17	<u>2</u>	7	<u>5</u>	20.69	<u>5</u>	32	<u>2</u>
2	7 goed 4,15	<u>2</u>	2,09	<u>4</u>	6	<u>4</u>	19.16	<u>4</u>	44	<u>5</u>
3	9 goed 2,09	<u>5</u>	2,05	<u>5</u>	3	<u>1</u>	16.80	<u>1</u>	32	<u>2</u>
4	8 goed 3,20	<u>4</u>	2.15	<u>3</u>	5	<u>2</u>	19.09	<u>3</u>	38	<u>4</u>
5	5 goed 3,05	<u>1</u>	2,32	<u>1</u>	6	<u>4</u>	17.03	<u>2</u>	34	<u>3</u>

Groep. Stenen. pnt. hindernis. punten. totaalpunten.

1	33,9	<u>5</u>	1.29,2	<u>5</u>	<u>27</u> (1e)
2	36,9	<u>1</u>	1.35,8	<u>3</u>	<u>23</u> (2e)
3.	36,2	<u>4</u>	1.34,0	<u>4</u>	<u>22</u> (3e)
4.	36,5	<u>3</u>	1.38,4	<u>2</u>	<u>21</u> (4e)
5.	36,5	<u>3</u>	1.46.8	<u>1</u>	<u>15</u> (5e)

In april hebben de volgende pupillen hun verjaardag gevierd:

op 5 april Maarten Hartman

18 april Jaap van Deursen en Paul Alders

28 april Kees Willemsen

In de maand mei zijn jarig:

op 10 mei Tom Defourney

30 mei Paul Kroes en Marco Prikkel.

Voor degenen, die reeds jarig waren, alsnog gefeliciteerd,
voor de anderen alvast gefeliciteerd.

Kienmiddag 2 april.

Op 2 april hielden we onze jaarlijkse kienmiddag in dit geval in het Kruisverenigingsgebouw in Bloemendaal.

Of de opkomst groot was, durf ik niet te zeggen, aangezien ik niet op de hoogte ben van het leden-bestand.

Het was in ieder geval wel gezellig en huiselijk op onze kousevoeten en pantoffels.

De vele medegebrachte kienprijzen waren overzichtelijk opgesteld, zodat de winnaars het makkelijk hadden bij het uitzoeken.

Ook de consumptievoorziening verdiende een woord van lof.

En de prijzen waren alleszins redelijk, temeer daar de lege limonadeflesjes prima plasflesjes bleken te zijn. Ik weet niet wie op dit idee kwam, maar het was zeer goed gevonden.

Wat het kienen zelf betrof, dit was over 2 rondes verdeeld en verliep zeer geanimeerd.

De baten van deze middag zijn mij niet bekend, maar misschien wordt u daar elders in dit blad over ingelicht.

Ook vond er nog een verloting plaats. De prijs, een mooie taart, kwam terecht, waar hij hoorde, bij mevrouw Hartman, die hem echter terstond weer beschikbaar stelde en zodoende werd hij wederom verloot. Persoonlijk vond ik dat helemaal niet nodig, aangezien de meesten van ons al in de prijzen waren gevallen en daarnaast verdiende Mevrouw Hartman voor al haar werk deze taart beslist.

Voor een volgende kienavond- of middag wil ik nog even een kleine hint geven n.l. het volgende: Enkele kinderen hadden met het kienen niets gewonnen. Door voor dit soort gevallen enkele prijsjes achter te houden, bereik je, dat uiteindelijk ieder kind met een prijsje naar huis gaat.

Tot slot wil ik de organisatoren van deze middag hartelijk dank zeggen voor al hun werk en opoffering en laten wij als ouders niet vergeten: zij doen dit toch iedere keer weer geheel belangeloos voor onze kinderen.

A.J. de M.

Op de kienmiddag heb ik jullie verteld, dat we nog steeds oude kranten sparen. Daar zijn we een paar jaar geleden mee gestart en hebben er al aardig wat materiaal voor gekocht. Materiaal is héél erg duur. In het begin van het seizoen bestelde ik 2 medicinballen (dat zijn die grote zware) en 3 rubberkogels voor jullie en dat kostte (schrik niet) f 243,08. Dit geld moet toch ergens vandaan komen.

Daar jullie thuis waarschijnlijk allemaal wel een krant lezen en misschien nog wel een weekblad, zijn we dus gestart om die oude kranten te verzamelen. Nu hebben we jammer genoeg geen clubhuis, waar we ze op kunnen slaan. Maar.... je kunt het ook anders doen. Neem nu eens elke week de oude kranten mee naar de training. Een touwtje er om, of in een plastic tasje achter op je fiets gaat best. Je zult eens zien, hoeveel jullie dan elke week bij elkaar slepen.

Ook is het mogelijk kranten in te leveren bij de Firma Borst, Waldeck Pymontstraat in de Leidse Buurt. Je zegt: "Ik kom voor de A.V. "Haarlem". De mevrouw geeft je een briefje en schrijft het bij op onze rekening.

Maar nu terug naar het geld.

Vorig jaar sleepten wij f 103,00 bij elkaar. Dit danken wij vooral aan de families Stolwijk, Vermunt, Groen, Schonewille, Delfigaauw, Molenaars, onze lange-afstander Bas Fennis en Maarten, die hier de buurt onveilig maakt.

Nu was het batig saldo van de kienmiddag f 44,20 en zitten we dus al op f 147,20.

Er moet nog f 95,88 binnenkomen.

Intussen hebben we niet stil gezeten en staan er alweer heel wat kilo's oud papier op onze rekening.

Laten we nu eens allemaal gaan sparen. Misschien is er voor jullie dan nog iets anders in het verschiet.

Gekocht materiaal f 243,08

Kranten	f 103,00
Kienen	" 44,20
Totaal	<u>f 147,20</u>

Zo gauw mogelijk bij elkaar te sparen f 95,88

De Pupillencompetitie.

Dit jaar wordt er door de afdeling Kennemerland weer een Pupillencompetitie georganiseerd. Dit houdt in, dat alle A en B pupillen daar aan mee kunnen doen.

De nummers zijn 40 of 60 meter, hoog, ver, kogel, bal, 1000m. en de estafettes.

Er wordt steeds in een driekamp gewerkt en een estafette. Elke ploeg zal uit 5 jongens bestaan. Uit deze 5 wordt dan de estafetteploeg gevormd en 1 reserve.

Wij zullen jullie indelen. Het maakt helemaal niets uit in welke ploeg je zit. Het voornaamste is, dat je meedoet.

Kijk alleen naar je eigen prestatieverbeteringen!!!!

De wedstrijden zullen gehouden worden op:

7 mei Beverwijk A.pup. 60m.-kogel-hoog-estafette
B.pup. 40m.-ver-bal-estafette

4 juni Haarlem A.pup. 60m.-ver-bal-estafette
B.pup. 40m.-kogel-hoog-estafette

13 aug. Beverwijk A pup. 60m.-kogel-hoog-estafette
B pup. 40m.-ver-bal-estafette

Voor alle jongens 1.000 meter per wedstrijd.

Voorts zijn er dit seizoen nog wat wedstrijden in de buurt. We weten nog niet, of we deze bezoeken, maar we geven wel de data:

19 mei. Pupillenwedstrijd op Ookmeer te Amsterdam-
Pup.A. 60m-hoog-kogel-1000m. en 4x60 meter-
Pup.B. 40m-ver-bal-1000m. en 4x40 meter.

11 juni Ookmeer - Amsterdam. A Pup. 60-ver-kogel } 1000 meter
B Pup. 40-hoog-bal }

20 aug. Heiloo A Pup. 60m-hoog-kogel-1000m.-4x60m
B Pup. 40m-hoog-kogel-1000m.

17sep- Ookmeer - Amsterdam A pup. 60m-ver-kogel
B pup. 40m-ver-kogel

Hou met de wedstrijden de volgende spelregels in de gaten:

1. Kom altijd in je gewone kleren.
2. Kom op tijd (dit spreekt vanzelf) en hol niet weg als je klaar bent, maar wacht rustig tot alle jongens klaar zijn en de uitslag bekend is. Je trainer hoeft dan niet je kaarten te bewaren!!!
3. Verschijn in het officiële Haarlem-tenue.
Eventueel eronder een T-shirt of trui, liefst wit.
4. Denk om je 4 (vier) 1,2,3,4 veiligheidsspelden!!!!!!!
5. Zorg eventueel voor wat eten en drinken.
6. Drink geen koolzuurhoudende dranken tijdens de wedstrijd.
7. Neem wat geld mee om op te bellen (misschien is dit nodig).
8. Laat waardevolle voorwerpen thuis!!!!
9. Laat nooit geld achter in de kleedkamer.
Geef dit aan de leiding.
10. Neem een handdoek mee. Na afloop kan je douchen.
Ga FRIS naar huis!!!
11. Dit was alles.

ALBERT.

Beste Ouders,

Wij zijn nog in het bezit van een stel atletiekspullen.
Mist u iets, belt u ons dan, want de voorraad wordt steeds groter.

Bij ons liggen :

- 2 handdoeken
- 1 paar slippers
- 1 paar leren handschoenen
- 1 shawl
- 1 Haarlem broek, kleine maat.

Mevrouw Hartman.
Corn.v.d.Lijnlaan 12,
Haarlem.
telefoon: 256036.

Job Rosenhart, Wouwermanstraat 95, Haarlem
heeft nog een paar Spikes, maat 37, in goede staat,
ter overname.

Pupillenwedstrijd Olympiaplein - Amsterdam zaterdag 23 april.

De eerste wedstrijd buiten was dit jaar eens niet onze onderlinge wedstrijd, maar eentje in Amsterdam op het winderige Olympiaplein.

Het zag er 's morgens dan ook niet zo fraai uit. Het begon zelfs eventjes te regenen, maar 's middags brak het zonnetje gelukkig door. Aangezien de reis, vooral met de tram, nog al lang duurde, waren we maar net op tijd omgekleed en we moesten dan ook direkt beginnen.

Voor de B-Pupillen was dit 40 m., het eerste nummer.

Eric had geen tijd meer om zijn spikes aan te trekken. Da vond hij erg jammer, want hij paste er nu eindelijk in en wilde ze ook graag gebruiken. Toch liep hij samen met Maurice (!) de snelste tijd 7,4, maar de andere Haarlemmers volgden op de voet.

Verspringen ging ook erg goed. Jaap b.v. kwam tot 2.85.

Tom maar liefst tot 3.08 en Eric het verst met 3.21.

Kogelstoten had ook niemand moeite mee.

Jammerlijk kreeg Maurice een kogel op zijn vingers, toen hij moest stoten, zodat hij dat ding niet goed vast kon houden.

Voor de 1.000 m. was het weer niet zo best, want die wind heb je mee, maar je krijgt hem ook weer tegen.

Maurice ging er direkt erg snel van door, maar het was toch iets te veel voor hem en hij eindigde op 4.27,6.

Tom liep wat regelmatiger, 4.20,4 en Roy kwam bij de start door het geduw ten val, waar hij liefdevol verzorgd werd en zijn knie werd versierd met een verband.

De jongens A konden kiezen uit twee 3-kampen: 60 - ver - kogel, of 60 - hoog - bal.

Bij de sprint was Arjen de rapste, n.l. 9,4.

Hiermee was hij stukken sneller, dan de rest.

De volgende waren: Tobi 10,2, Gijs 10,3 en Marco 10,3.

Hoogspringen leverde geen verrassende prestaties. Allemaal zaten jullie op je normale niveau.

Het verspringen ging ook lekker. Arjen 3,78 - Tobi 3,55 en Gijs 3,04.

Bij het kogelen nestelde Fred zich tussen de "goeien" met 6.47.

Balwerpen gaf ook voor de meeste geen problemen, hoewel Kees de 1e keer wel een beetje te ver doorliep, maar de 2e keer toonde hij zijn kunnen met 25 m.

De 1.000 m. gaf hier ook acceptabele tijden. Tobi scoorde 3.54,4. Arjen won een plak door 1e in zijn serie te worden met 3.38,2 en Maarten greep ook een medaille (2e) met 3.44.1.

Albert.

(De volledige uitslagen kunnen jullie vinden op blz. 9 van deze Wissel)

OPGELET: ZATERDAG 25 JUNI A.S. DUAL MEET,

AAC IN AMSTERDAM.

DE GROOT

RECLAME-DRUKWERK

VERSPREIDINGEN

MONSTER-VERSPREIDING

Verspreiding per equipe.

L. Pasteurstraat 143 - Haarlem



023-330095



AANNEMINGSBEDRIJF

A.J. van der Putten B.V.

Nieuwbouw - Renovatie en
Onderhoudswerken.

*Specialisten in het ontstoppen van rioleringen
met hogedruk-installatie.*

Transvaalstraat 13 - Haarlem - Telefoon 023-254943

FA. J.B. PEL & ZONEN MARKTKRAMEN- VERHUUR

Korte Lakenstraat 11 rood - Haarlem
Telefoon 023-311630-265102-314221



Keurslagerij HEEMSKERK

1e kwaliteit vlees
en vleeswaren.

Groot assortiment
Goede bediening

Gen. Cronjéstraat 36 - Haarlem - Tel. 023-253828

*Stuur gerust de kleine meid ... ook zij krijgt
bij ons de beste kwaliteit!*

Onderstaand architectenburo maakt samen met u een plan, dat is afgestemd op uw wensen.
Maak nu een afspraak voor een oriënterend gesprek.

mart van dorssen

buro voor architectuur



kempen 61 haarlem telefoon 023-333937

ALDEMI

ONTSMETTINGSDIENST DUIVENVERDRIJVING

Verdelging van: ● ratten ● muizen ● kakkerlakken
● motten ● mieren ● houtworm e.d.
● spec. pharaomieren.

H. Rooze - Waddenstraat 19 - Haarlem
Telefoon 023-330274



BLOEMENMAGAZIJN

J.H. GÖDECKE

Schouwttjeslaan nr. 29

- Haarlem -

Tel. 023-315445

di-jo print

v/h PEL & CO

BOEK- EN OFFSETDRUKKERIJ

Specialisten in:

- **HANDELS-**
- **FAMILIE-**, en
- **VERENIGINGSDRUKWERK**

Ook een begrip in de **SPORTWERELD.**

KORTE ZIJLSTRAAT 10 — HAARLEM — TEL.023-312650

Lid: Baby Welcome Felicitatie Service — Deelnemer: Verlovingspakket „Huwelijk & gezin“

Fonduebar Little Lady

Ierlandstraat 95-97 - Haarlem - Telefoon 023-340824
Nieuw in Haarlem

- Gezellige romantische bar
- Breng uw vrienden in extase
- Intieme sfeer

Ook voor recepties en zakenrelaties.

* Uit in Zandvoort *
dan natuurlijk naar:

Bar Little Lord

Boulevard Barnaart 12 - Zandvoort - Tel. 02507-3098

* Uit in Beverwijk *
Gezellig naar:

Bistro Little Lord

Alkmaarseweg 139 - Beverwijk - Tel. 02510-24181



Het goedkoopste adres voor porselein,
aardewerk en emaille.

Porseleinen kop en schotels reeds vanaf 98 ct.

Het Kleine Winkelkje

Groot Heiligland 20 - Haarlem - Telefoon 023-311978

Gratis contantzegels.

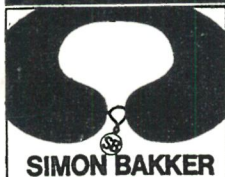
Firma P. Rosenhart en Zn.

NIEUWBOUW
VERBOUW
ONDERHOUD



Brouwersvaart 100 ZW - Haarlem
Telefoon 023-316590

SLAGERIJ



Voor beter vlees

Italiëlaan 161 - Schalkwijk Haarlem
Telefoon 023-340689



Voor alle schoonmaakwerkzaamheden is
specialisatie een eerste vereiste.

Schoonmaakbedrijf „FOKJE”

Kantoor: Korte Herenstraat 5rd - HAARLEM
Telefoon 023 - 323644

Schoonmaken „in eigen beheer” kost meer!

Wij zijn gespecialiseerd in totale schoonmaak- en
onderhoudswerkzaamheden.

BEL 023 - 323644

en vraag inlichtingen, dan is er geen vuiltje meer aan de lucht.

Heel Haarlem weet, dat men bij **GER VELTMAN** de beste hamburgers eet!

Automatiek GER VELTMAN

Amsterdamstraat 5 - Telefoon 322662

MAKELAARSKANTOOR Postbus 10 -Aerdenhout.
UW HUIS VERKOPEN DOEN WIJ GRAAG!

Wij hebben veel cliënten die zoeken in de prijsklasse
van f 175.000 tot f 250.000.

Wij zijn actief en deskundig.

Belt u voor vrijblijvende verkooptaxatie.
(zonder kosten!)



MAKELAARSKANTOOR „SLEUTELHOF”

Lid NBM-Computercentrum -
Fotobeurs. Westerduinweg 13
Aerdenhout Tel. 249091

DE SPAARNESTAD B.V.

VERWARMINGSSERVICE.

Ombouw olie - gas. Gas- en oliestookinstallaties.

Reparatie - Onderhoud

Friese Varkenmarkt 4 - Haarlem - Tel. 023-310440*



SEVEN ©
SISTERS

Voor goed verzorgd bloemwerk
„AALSMEER'S BLOEMENHUIS”

A. VAN RIEMSDIJK

Zijweg 58 - Tel. 023-326448 - Haarlem

Wij verzorgen uw bloemen over de gehele wereld.

