

1 8^{SE} SEP. 1978

de wissel



Clubblad atletiekvereniging „haarlem“

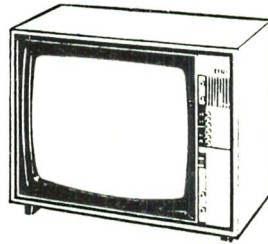
TH. HOOGVELD

VERZEKERINGEN - FINANCIERINGEN

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

Akendamstraat 4 bij
Duinoordstraat
Haarlem - Telefoon 254837

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
Telefoon 023-317313

Als je je vrienden (weer) eens niet
thuis treft:

Kom dan eens kijken in:

**CAFÉ - BILJARD
DIANA**



Krocht 2 - Haarlem

023-310116

Wedden dat ze daar zitten!!

Kleine attenties veraangenamen
het leven. Bij deze helpen wij
U daaraan herinneren.

**BLOESIERKUNST
HOPPENBROUWER**



Rijksstraatweg 431 - Haarlem-N.



023-374485

PIANOHANDEL OTTO



Wij hebben voor U een enorme
collectie gebruikte piano's.
Kom eens vrijblijvend bij ons kijken.
Tevens stemmen en reparaties.

Wij zijn gevestigd:
Leidsevaart 128 - Haarlem
Telefoon 023-323999



BENZINESTATION

**JOHN
VOORHAM
HEEMSTEDE**



Cruquiusweg - Telefoon 023-283663
Garage: Camplaan 4 - Telefoon 023-281908
ook i.p.g. inbouwstation



BLOESIERKUNST

Haarlem,
Heemstede, Julianalaan 6, Barrevoetstraat 12,
Tel. 023-282868 Tel. 023 - 317844

Voor alle voorkomende bloemwerken, o.a.
zaalversiering, bruidswerk, kantoorinterieur.
Groot assortiment bloemen, planten en potterie.

GARAGEBEDRIJF

MEINEMA

Sparrenstraat 30 - Haarlem - Tel. 023-255957



Altijd keus uit vele occasions.
Service en reparaties aan
alle merken in eigen werkplaats

**IJzer-
handel BV**

Nassaulaan 21
Haarlem
Tel. 023-319000

**Giebels
Schalkwijk
BV**

Riviëradreef 30
Tel. 023-330665
AFDELING GIKO:
Witte Herenstraat 25
Tel. 023-319000

A&O

Supermarkt de Goeij
Floris van Adrichemlaan 82 - Haarlem
Telefoon 023-334982

A&O

A&O

Voor uw gemak alles onder één dak.
Want een huisvrouw die rekent,
weet wat A & O betekent.

Voor goed verzorgd bloemwerk
„AALSMEER'S BLOEMENHUIS”

A. van Riemdijk

Zijweg 58 - Tel. 023-326448
Haarlem

Wij verzorgen uw bloemen over
de gehele wereld.



KOOPT BIJ DE ADVERTEERDERS

Winter-training 1978-1979

ZONDAG
ingående
5 november

Duintraining op het militaire schietterrein aan de Zeeweg
ingang tegenover het "Witte Huis"
Voor alle geledingen van onze vereniging vanaf D-junioren
(geb. 1967). (geb. 1968) ←
Aanvang 9.45 uur.

WOENSDAG
ingående
8 november

Zaaltraining in de Klaas de Vriesschool aan het Santpoort-
plein (ingang Hedastraat) ³
Voor senioren en junioren A/B (geb. 1962 en eerder)
Aanvang 19.00 uur; einde ca. 21.00 uur.

DONDERDAG
ingående
9 november

Zaaltraining in de Klaas de Vriesschool aan het Santpoort-
plein (ingang Hedastraat) ^{67 63}
Voor D-junioren geboren in 1966 of 1967 van 18.00 tot 19.00 uur;
Voor C-junioren geboren in 1963-64 of 65 van 19.00 tot 20.00 uur.
^{61. 65. 66}

Pupillentraining is nog niet bekend.
Zo spoedig mogelijk ontvangt iedereen bericht thuis.

Naast deze trainingen organiseert de T.C. nog een aantal ekstra trainingen
Iedereen wordt erop opmerkzaam gemaakt, dat deze extra trainingen uitsluitend
zijn bedoeld voor atleten, die daar persoonlijk voor worden uitgenodigd.

Vergeet de Onderlinge wedstrijden niet!!!!!!

Zaterdag en zondag 14 en 15 oktober !!!!!!!!!!!

Doe zoveel mogelijk mee of kom kijken of jureren!!!!!!!!!!

Trimmers opgelet:

Vanaf 5 november a.s. gaan wij ook weer beginnen.

Om 10 uur verwachten wij U in een goede gezondheid en met een
uitstekend humeur.

Tot dan.

Jaargang - 33 -

Nummer - 8 A -

september 1978.

„verschijnt 10 maal per jaar”

redactieadres:
pieter kiesstraat 6
haarlem

voorzitter:

j. de bock
rio grandelaan 41
overveen
tel. 25 75 62

sekretaris:

d. bais
flemingstraat 152
zandvoort
tel. 02507-38 73

penningmeester:

h. hartman-van kleef
corn. v.d. lijnlaan 12
haarlem
tel. 25 60 36
girorek. 643883
t.n.v. penningm.
a.v. "haarlem"
bankrek. nr. 44.72.77.219
amrobank haarlem

wedstrijdsekretaris:

e. van ravensberg
z. buiten spaarne 8 zw.
haarlem
tel. 32 51 40

technische commissie:

j. van drünen
ramplaan 94
haarlem
tel. 24 43 40

arts:

f. s. g. m. knuvelder
van oosten de bruijnstraat 5
haarlem
tel. 31 60 44

van de redactie

Zoals U wellicht gemerkt heeft, kwam de laatste Wissel erg laat in de bus. Onze trouwe bindsters deden zoals altijd erg hun best. Wat hun betrof kon het blad op tijd weg, maar het adresseersysteem is aan vernieuwing toe i.v.m. de invoering van de postcode. Deze moeten stuk voor stuk opgezocht worden en dat kost nu eenmaal tijd.

Maar wij doen ons best, en hier is alweer het volgende nummer!

Op de laatste redactievergadering namen wij node afscheid van ons redaktielid Michel Hulsman.

Allerlei andere zaken (studie, vriendinnetje) houden hem bezig en hij heeft weinig of geen tijd meer voor atletiek, laat staan voor redaktiewerkzaamheden.

Wij danken Michel voor de tijd die hij actief was als redactie lid en wensen hem veel succes in zijn nieuwe levensfase.

Een logische gevolg hiervan is:

ENTHOUSIASTE REDAKTIE--LEDEN GEVRAAGD

aanmelden op het redactieadres.

- In deze Wissel speciale aandacht voor:
- Verslag van de 100 km. in Winschoten, gelopen door
- Ton v.d. Linden.

Copy voor het volgende clubblad inleveren voor:

23 oktober a.s. op het bekende adres.

om aan te schaffen:

a.v. "haarlem" wedstrijdshirt met klubembleem:
maat 2 f 14,00
maat 3 f 14,50
maat 4 f 15,00
maat 5 f 15,50
maat 6 f 16,00
maat 7 f 16,50

atletiebroekjes f 6,00
atletiebroekjes f 12,00
atletiebroekjes f 19,00
klubembleem voor trainingspak etc. f 3,00
stickers f 1,00
verkrijgbaar voor pupillen bij mevrouw hartman.
overige leden bij jooop van drunen.

officieel nieuws

\$ Van de penningmeester\$
Nu we voor het laatste kwartaal staan, moet de hele contributie over 1978 voldaan worden.

Pupillen:	72,--	KNAU:	6,75
Junioren C/D:	96,--		13,75
Junioren A/B:	103,--		13,75
Senioren:	138,--		20,75
Veteranen:	72,--		20,75
Studenten (vol):	103,--		20,75
Buitenleden:	54,--		20,75
Trimleden:	seizoen 1977/1978 35,--		

Een hartelijk welkom aan de volgende nieuwe leden:

Maurice de Graaf	Narcissenlaan 39, Bennebroek	Jun. B
Frans Harmsen	Dr. Schaepmanlaan 73, Heemstede	Pupil
Menno Huyboom	Scharreveld 65, Haarlem	pupil
Jan Kees Kense	Joh. Verhulstlaan 26, Heemstede	Jun. C
Richard Kookman	Linge 50, Heemstede	pupil
Ted Kraak	Delftlaan 253, Haarlem	Jun. B
Niek Kuylboer	Kloppersingel 121, Haarlem	pupil
Richard Lasschuit	Burretstraat 8 rd, Haarlem	pupil
Frank Neumann	Delftlaan 569, Haarlem	Jun. D
Randalf Rovers	Rijksstraatweg 81, Haarlem	pupil

Bij de redactie kwam het bericht binnen dat er 2 geblesseerde juryleden zijn en wel:
De Heer Blickman, die nadat hij met Pinksteren door geelzucht werd getroffen, nu geplaagd wordt door een longontsteking.
Marian Zwier ligt met een hersenschudding op bed, zij kreeg op de Sportacademie een "softbal" tegen haar oor.
Wij wensen deze beide zieken een spoedig herstel toe.

----- Geboren-----
Robert, zoon van Gosse en Greet van der Velde.
-----broertje van Dimitri en Inge.-----

Namens "Haarlem" van harte proficiat!

Van de voorzitter.....

De KNAU heeft nooit uitgeblonken door een harmonieus optreden. Het is dan ook niet vreemd dat de KNAU al vele jaren lang een dankbaar object voor de dagblad pers is. Talloze conflicten achter de groene tafel, de steeds terugkerende ruzies tussen trainers en technische leiding en, niet te vergeten de uitvoering van het nieuwe structuurplan van de KNAU geven nogal wat stof tot schrijven.

Na de Europese Kampioenschappen in Praag kan een nieuw dieptepunt geregistreerd worden op de "prestatie lijst" van de KNAU. De grootste afvaardiging die de KNAU ooit naar een Europees Kampioenschap gezonden heeft kon in het grauwe Praag voor nauwelijks één lichtpuntje zorgen.

Natuurlijk moet zoiets tegenover de buitenwereld verklaard worden. Hoe kon deze veel geld kostende afvaardiging van de KNAU zulke slechte prestaties leveren? En dit leverde dan een vertrouwd en onwaardig schouwspel op. Om het de daalder schoon te praten meenden de aanwezige trainers o.m. flink wat vuil te moeten spuien over hun ex-collega's. Hunzelf trof geen enkele blaam.

De voorzitter van de KNAU, de Heer de Beer, deed hieraan gelukkig niet mee. Was hij het met de trainers eens dat het wel eens aan mentaliteit kon ontbreken bij de Nederlandse atleten, als reden voor het fiasco zag hij ook het ontbreken van een greep van de vakgroeptrainers op de atleten.

Dat laatste is uiterst plausibel, indien je nogal eens lezen moet over de ruzies onder de trainers. In feite vormt het een compliment aan het adres van de atleten en atletes die het meest met de ruziende trainers te maken hebben, en die niet direct met alle winden meewaaien. Maar de Heer de Beer heeft dat laatste zeer waarschijnlijk niet zo bedoeld. Want wat voor oplossing stelt hij voor om herhaling van de complete afgang van de atletiekploeg tegen te gaan?

Hij denkt erover een soort contract te laten ontwerpen waarin is vastgesteld dat een atleet of atlete topsport wil bedrijven en zich daarom dient te zullen houden aan vooraf vastgestelde bepalingen. Dit idee is niet nieuw in de atletiek wereld. Een aantal jaren geleden is al een poging ondernomen de superlangeafstand lopers middels contracten aan een bepaald regiem te onderwerpen.

De Heer de Beer vraagt zich echter af of zo'n contract een juridisch haalbare kaart is. Indedaad, dit lijkt mij een gerechtvaardigde twijfel. Maar dat niet alleen. M.i. is het bovendien een eenzijdig en ireeel idee.

Eenzijdig, omdat de "zwarte Piet" van het falen in Praag geheel in de schoenen van de Nederlandse atleten wordt geschoven. Het optreden van de vakgroeptrainers en de technische leiding kunnen en mogen niet buiten de discussie gehouden worden. Ook hierin vermag enige verandering. De exclusieve schuld van het falen ligt noch bij de atleten noch bij de KNAU functionarissen.

Een veel bredere oplossing dan het laten tekenen van een contract door de atleten is nodig. Het getuigt van onvoldoende visie om hen te onderwerpen aan een regiem van ruziende trainers, en het doet de atleten veel te kort.

Het is al even ireeel te veronderstellen dat een contract veranderingen teweeg brengt in de mentaliteit van de atleten.

En met welk recht kan op deze manier een mentaliteitsverandering van de atleten gecreëerd worden terwijl sommige KNAU functionarissen zelf ook wel eens blijk geven van een discutabele mentaliteit.

Indien de mentaliteit een van de oorzaken is voor het falen in Praag, is het goed te bedenken dat dit mentaliteitsprobleem zich niet laat oplossen door een stukje papier.

De meest voor de hand liggende vraag is natuurlijk, wat voor bepalingen zo'n contract moet behelzen. In de eerste plaats moet duidelijk gemaakt worden naar welke criteria het bedrijven van topsport beoordeeld wordt.

In de eerste plaats moet duidelijk gemaakt worden naar welke criteria het bedrijven van topsport beoordeeld wordt. Wordt dit afgewogen tegen het nationale prestatieniveau, dan is zo'n contract overbodig. De atleten- de toppers naar je mag aannemen- die het contract ter ondertekening voorgelegd krijgen, bedrijven op dat moment al topsport, en voelen derhalve geen enkele noodzaak om tot het zetten van hun handtekening over te gaan.

Worden de internationale topprestaties als criterium genomen dan zijn de Nederlandse amateurs gedwongen op te boksen tegen de profs van de V.S., S.U, Oost - Duitsland en Cuba, wier prestatieniveau steeds verder weg komt te liggen van het Nederlandse. Dat is een zeer onrechtvaardig criterium, omdat amateurs en profs hierdoor op een lijn worden gesteld. En eigenlijk druist dit ook in tegen de filosofie van de KNAU zelf, want hoe vaak hoor je niet uit de mond van KNAU functionarissen dat zij zelf ook maar "Welwillende amateur" zijn, vooral in tumultueuze tijden. Tot slot, wat denkt de KNAU de ondertekenaars van het contract als tegenprestatie te bieden? Voor iets hoort iets.

Noodzakelijk en min imaal lijkt mij toe dat de KNAU zorgt voor rust in eigen gelederen, een maximale technische en medische begeleiding, enige zekerheid omtrent een toekomstige maatschappelijke positie en voor de duur van het contract een basissalaris, eventueel gekoppeld aan huisvesting.

Tot geen van deze zaken lijkt de KNAU in de huidige constellatie in staat. Zij garanderen geen internationale prestaties, maar zijn wel noodzakelijk om deze mogelijk te maken. Het zal duidelijk zijn dat van het idee van een contract alleen al op grond van praktische overwegingen snel afgestapt moet worden. In geen enkel opzicht biedt het een mogelijkheid tot voorkomen van een toekomstige afgang van een Nederlandse atletiekafvaardiging. Daartoe dient een geheel andere weg ingeslagen te worden, een weg die niet uitsluitend over de hoofden van de atleten loopt.

J. de Boek.

In aansluiting op het artikel van de voorzitter leek het ons aardig het volgende stukje te plaatsen.:

ZIJN ER NOG BESTUURSLEDEN DIE DEUGEN.

Als ze vriendelijk en aardig zijn, noemen we ze saai.

Als ze keihard en zakelijk zijn, heten ze dictators.

Als ze ernstig zijn, zijn ze zuurpruimen.

Als ze hard werken, zijn ze uitslovers.

Als ze weinig uitvoeren, zijn ze waardeloos.

Als ze jong zijn, hebben ze geen ervaring en weten ze niets.

Als ze oud zijn, weten ze het altijd beter.

Als ze met iedereen een praatje maken, zijn ze kletsmeiers.

Als ze niet praten, zijn ze verwaanden lopen ze naast hun schoenen.

Als ze met iedereen trachten op te schieten, zijn ze allemansvriendjes.

Als ze zich met een bepaalde groep gaan bemoeien, doen ze aan vriendjespolitiek.

Als ze aan iedereen zijn inbreng gunnen, zijn ze bang en laf.

Als ze van iedereen belangstelling eisen, zijn het doordrijvers.

Als ze het niet doen zijn ze ongeschikte bestuursleden.

Als ze hun ogen de kost geven, lopen ze te spioneren.

Als ze wat door de vingers zien, zijn ze stekeblind.

Als ze ons in het werk trachten te betrekken, zijn ze te lui om het zelf te doen.

Als ze het niet doen zijn het baantjesjagers en bang voor concurrentie.

Kortom;

Een bestuurslid moet zo wijs zijn als Salomo, zo geduldig als Job, zo sluw als een vos, zo moedig als een leeuw, zo dikhuidig als een olifant, zo buigzaam als riet, krachtig als een eik, gevoelig als een kruidje roer me niet.

Bovendien moet hij nog eens kunnen praten als Brugman, zwijgen als een graf en werken als een paard.

Van Roel van Kordelaar ontvingen wij het volgende:

Deze reactie is niet bedoeld om de waarde van het artikel aan te vechten, in tegendeel!

REAKTIE OP HET MEDISCH BULLETIN UIT DE WISSEL VAN JANUARI 1978.

Deze reactie is niet bedoeld om de waarde van het artikel aan te vechten, in tegendeel!

Het bedoelde artikel handelt over de warming up. Voorop in het verhaal staat de temperatuur van de spieren. Met een hogere temperatuur zou de spier in staat zijn een hogere snelheid te leveren. Volgens het artikel bleef de statische kracht, dit is de kracht die een spier over een gewricht ontwikkelt zonder dat er beweging in dat gewricht zichtbaar is.

Het feit dat de snelheid verhoogd is betekend dus wel dat de dynamische kracht toegenomen is (wel beweging zichtbaar)

Uit het artikel nu, blijkt niet de volgorde van de proefjes.

Wordt er namelijk begonnen met de laagste temperatuur en blijkt er bij de hogere temp. een toename van de snelheid(dynamische kracht) dan zou dit best het gevolg kunnen zijn van de eerdere oefeningen.

Deze oefeningen kun je dan beschouwen als training of spierversterkende oefeningen. Vast staat in ieder geval wel dat inlopen noodzakelijk is, zowel om blessures te voorkomen als om een betere prestatie te leveren.

Over dit laatste zit nog een stukje in de pen, tot dan.

WIJZIGINGEN A.V. HAARLEM RANGLIJSTEN ALLER TIJDEN II SENIOREN.

<u>100 m.</u>		
1. Bert de Jager	10.4	1971
2. Chris Berger	10.5	1930
3. Rinus v. Berge	10.6	1926
4/6. o.a. Gerard Kamp	10.7	1966
7/10. o.a. Ferry Lamie	10.8	1969
Mike Bienfait	10.8	1978

beste junioren		
Mario Westbroek	10.5	1978
Henk Macnack	10.6	1978

<u>200 m.</u>		
1. Chris Berger	21.1	1930
3. Bert de Jager	21.4	1972
8/9. Ferry Lamie	22.3	1968
Ronald Sim	22.3	1978

<u>400 m.</u>		
1. Bert de Jager	48.6	1973
2. Mark Beekes	48.7	1973
3. Ad Paulen	49.2	1926
8/9. Ronald Sim	50.9	1978
Michel Hulsman	50.9	1978

<u>800 m.</u>		
1. Adri Schaper	1.50.9	1968
2. Michel Hulsman	1.53.1	1978
3. Evert v. Ravensberg	1.55.0	1978
4. Hans Stoop	1.55.7	1975
Arnoud Bosch	1.56.1	1966
Rene Ruis	1.56.2	1971
7/8 o.a. Han's v.d. Eem	1.56.6	1975
11. Dan Portegijs	1.56.8	1977

<u>1500 m.</u>		
1. Evert v. Ravensberg	3.49.4	1978
2. Adri Schaper	3.52.8	1968
3. Arnoud Bosch	3.58.3	1967
4. Michel Hulsman	3.59.8	1978

<u>3000 m.</u>		
1. Evert v. Ravensberg	8.13.6	1978
2. Pieter Fris	8.33.6	1978
3. Paul Verra	8.34.6	1956
4. Arnoud Bosch	8.43.0	1966
7. Michel Hulsman	8.55.6	1977

<u>5000 m.</u>		
1. Evert v. Ravensberg	14.23.3	1978
2. Rob ter Poorten	14.57.2	1975
3. Paul Verra	14.59.8	1957
4. Pieter Fris	15.06.3	1978

<u>110 m. horden.</u>		
1. Wim Kaan	14.8	1935
5/8 o.a. Jan v. Dijk	15.5	1978

<u>400 m. horden.</u>		
1. Pim van Beek	53.8	1966
9. Jan van Dijk	58.0	1978
11. Ron Antheunisse	58.6	1978

5. Arnoud Bosch	1.56.1	1966
6. Rene Ruis	1.56.2	1971
7/8 o.a. Han's v.d. Eem	1.56.6	1975
11. Dan Portegijs	1.56.8	1977

<u>hoogspringen</u>		
1. Ruud Wielart	2m27	1978
2/3 Jos Fielmish	1m95	1973
Martin Bolwijn	1m95	1977
5. Jan van Dijk	1m90	1976
6/7 o.a. Evert v. Ravensberg	1m85	1976

<u>polshoog.</u>		
1. Charles Mathot	4m41	1977
2. Cor Lamoree	3m97	1946

<u>verspringen</u>		
1. Toon v. Welsenens	7m27	1929
2. Jaap Boot	7m08	1924
3. Jeltjo Doornbosch	7m07	1959
4. Jan van Dijk	7m01	1976

<u>hinkstapspringen</u>		
1. Jan van Dijk	14m15	1977/78
2. Steph v. Musscher	14m13	1930
11. Ruud Wielart	13m15	1978

<u>kogelslingren</u>		
1. Ben Rebel	40m00	1971
2. Gosse v.d. Velde	38m22	1978

<u>discuswerpen</u>		
1. Rein Knol	46m44	1970
2. Ben Rebel	45m66	1971
3. Les Brown	45m44	1977

verzameld door Evert v. Ravensberg.

"ATLETIEK"- WERELDRECORDHOUDERS.

Hieronder enkele bijzondere wereldrecordhouders op atletieknummers zoals vermeld in de 1978 uitgave van het GUINNESS Book of World Records.

De oudste: Dana Zatopkova, Tsjechoslowakije. Zij bracht het toenmalig speerwerp-wereldrecord op 55m73, op de leeftijd van 35 jaar en 255 dagen (Praag, 1958)

de jongste: Ulrike Meyfarth, West Duitsland. Ulrike evenaarde op de leeftijd van 16 jaar en 4 maanden, het toenmalige W.R. hoogspringen (1m92) op de O.S. te München, 1972.

Meeste aantal records op één dag: J.C. "Jesse" Owens, U.S.A. 25 mei 1935.

3u15: 100 yards in 9.4 sec.

3u25: verspringen met 8m13

3u45: 220 yards (recht) in 20.3 sec.

4u00: 220 yards horden in 22.6 sec.

de beide laatste records werden ook erkend als 200 meter records.

Achteruitlopen: Paul Wilson, Nieuw Zeeland: 100 yards in 13.3 sec. (1977)

3-beniglopen: Haary L. Hillman en Lawson Robertson, U.S.A.: 100 yards in 11.0 (1909)

Verspringen uit stand: Johan Christian Evandt, Noorwegen 3m65 (1962)

Hoogspringen uit stand: Rune Almen, Zweden: 1m80, met vastgebonden enkels (1974)

Langste loopbaan: Duncan Mclean (geb: 3-12-1884), Schotland.

-Zuidafrikaans kampioen 100 yards: 9.9 (1904)

-Op de leeftijd van 91 jaar: wereld-leeftijdsgroeprecord, 100 m. in 21 sec. (1976), meer dan 72 jaar later.

Dimitrios Yordanidis: marathon in 7.33.00 op 98-jarige leeftijd

Blindlopen: Kozuck, Polen: 11.5 sec (1976) den man was écht blind.

Hoogspringen met één been: Arnie Boldt, Canada: 1m93 (indoor, 1977)

deze man was gehandicapt en had maar één been.

Luke Prins.

9 augustus AMSTERDAM

speerwerpen H.B: 3. Lex van Vugt 50m52

23 augustus HEILOO:

100 m. HD: 1. Martin Bolwijn, 12.2
12.4 (finale , 3e)

100 m. JB: Daan v.Rijsbergen, 12.2 1e
11.9 4e (p.r.)
Richard Kruithof, 12.7 3e
12.7 6e

verspringen HC: Martin Bolwijn, 5m97, 2e

kogelstoten JB: 4, Gerard de Boer, 9m64
5, Mario Westbroek, 8m95

400 m. JB, 1. Mario Westbroek, 50.9

3. Gerard de Boer, 57.9

hoog JB, 9. Gerard de Boer, 1m65

27 augustus OOKMEER.

400 m. HD: 2. Roel van Kordelaar 59.5

polshoog HA: 2. Charles Mathot, 4m40 (slechts 1 cm. onder clubrecord)

27 augustus HILVERSUM.

sen: 12. Bert Bols, 16.380.50m(prima Bert)

Vet: 19. Zegert Kruiswijk, 12.656 m.

1 september 1978, AMSTERDAM- SNELWANDELEN. (o.a.)

Op vrijdag 1 september gingen Roel van Kordelaar en Frank van Ravensberg naar de Chris Bergerbaan aan de Kruislaan in Amsterdam, alwaar een instuifwedstrijd werd gehouden. Roel nam deel aan de 800 m. HD. Hij probeerde zijn p.r. (dat staat op 2.13.6) aan te vallen. Noodgedwongen moest hij de kop nemen, want men begon nogal langzaam. Tot 600 m. bleef hij op kop en zat goed op zijn schema. Het kopwerk tegen de harde wind in had hem echter zo gesloopt dat hij in de laatste 200 m. stilviel en 4e werd in 2.16.0. Deze tijd was wel zijn beste seizoenprestatie.

Frank nam deel aan drie nummers. Op de 100 m. werd hij zoals verwacht 5e en laatste in 13.9. Bij de 3000 m snelwandelen nam hij in een hoog tempo de kop en zat op een schema van 13.30. De wind en een losse schoenveter zorgden er echter voor dat hij terugzakte. Toch slaagde hij er nog in om ruim als 1e te finishen in 14.06.6

(p.r. 13.51.0) Tenslotte deed Frank nog mee aan het speerwerpen(800 gr), waarbij hij 6e en uiteraard laatste werd met 17,18, automatisch een p.r.

Over de organisatie kan ik zeggen dat deze nogal rommelig was. Vooral met de tijden werd nogal gerommeld. Zo schreef men i.p.v. 42.0 op de 100 m.: 12.6 op.

Bij het snelwandelen was geen wandelscheidsrechter aanwezig, alleen iemand die wel eens had gezien hoe men het deed(hij wist alleen dat hij op de grond moest gaan liggen) Het was jammer dat men voor deze wedstrijd geen reclame had gemaakt, want anders was er zeker een grotere deelname geweest.

Frank.

2 september DELFT, 5000 m. snelwandelen.

Op 2 september toog ik naar Delft om daar deel te nemen aan een 5000 m. snelwandelen. Aan deze 5000 m. deed een Pool mee, die net niet naar Praag kon, omdat hij niet goed genoeg was. Dat hij toch Tjabel Ras een ronde dubbelde, spreekt voor zich.

Maar een vergelijking met de Oostbloklanden gaat natuurlijk niet op. Ik was uiteraard de enige die zich niets van de reputatie van de Pool aan trok en bood aan hem 800 m. te trekken. Een andere Frank(v.d.Berg) ofwel Boko, was zo slim om eerst 1000 meter te wandelen en kon zich meteen aan melden aan de start van de 5000 m.

Frank was de enige die in de laatste 1000 m. de Pool te passeerde. Hij was de enige die in de laatste 1000 m. de Pool te passeerde. Hij was de enige die in de laatste 1000 m. de Pool te passeerde.

Direct na de start nam ik in een hoog tempo de kop met de Pool, Jaroslav Kazmiezki, achter mij. In de eerste ronde moesten wij ontwijken voor een paal die dwars over de baan lag. De wind sloopte mij zo erg, dat ik (nadat ik na 800 m. opzij was gegaan voor de Pool) helemaal in elkaar klapte. Ik had de Pool echter zo snel getrokken, dat deze op een p.r. uitkwam, n.l. 20.52.2. Tweede werd Hans v.d.Knaap, die Tjabel Ras versloeg. Ik werd 4e in 24.57.1.

De organisatie was zeer slecht. Allereerst de paal, die dwars over de baan lag. Ook hier was geen wandscheidsrechter. De pool zag steeds een bord dat een ronde te weinig aangaf en zei elke keer dat het niet klopte. Toen ik nog 6 ronden moest zag ik eerst het bordje 5, vervolgens 6, toen 3, toen 5 en toen 4.

Verder klopte er weinig van de tijdwaarneming.

Zo verklaarde men nadat men de stopwatches zeker 2 minuten te vroeg had ingedrukt, dat men die tijd er wel af zou trekken. Toen er een Belg die nog 2 ronden moest de streep passeerde riep men: "Stop maar" Men drukte drie klokken voor hem in en verwonderde zich over het feit waarom hij doorliep. Toen ik even later de streep als 4e passeerde vergat men in te drukken. Mijn zus protesteerde en zei dat niet de Belg, maar ik 4e was. Dat geloofde men wel, maar men had mijn tijd niet. "Gelukkig" had mijn zus (die nog nooit een klok in haar handen had gehad) mijn tijd wel n.l.: 24.57.1.

Nu vroeg een man naar de tijd die zijn had opgenomen, keek en schreef 25.57.1 op.

Frank.

2 september ROOSENDAAL, Internationale wedstrijd om de Red Band Bokaal.

Op zaterdag 2 september namen vier A.V.Haarlemmers deel in Roosendaal op een frisse avond, aan de Internationale wedstrijd om de Red Band Bokaal. Deze vier werden vergezeld door drie supporters, Mary (vriendin van Henk), Daan van Rijsbergen en de geblesseerde Mario Westbroek, die oorspronkelijk op de 400 m. zou uitkomen. Michel Hulsman zou oorspronkelijk ook nog deelnemen aan de 800 m. Michel vond het waarschijnlijk te gezellig in Den Haag, waar hij elk weekend steeds vertoefd, omdat hij niet in Roosendaal aan de start kwam.

Henk Macnäck en Ronald Sim zouden deelnemen aan de sprintweekamp. Henk, die er best zijn in had, werd bij het inlopen afgeleid, waardoor hij een lichtmast niet opmerkte. Het gevolg was een flinke hoofdwond en barstende hoofdpijn. Na de 100 m. in 10.9 gelopen te hebben, zag Henk van de 200 m. af.

Ronald evenaarde zijn tijd op de 100 m. van 11.2, goed voor een vierde plaats. Op de 200 m. kwam Sirmetje nog duidelijk conditie te kort. Ronald finishte hier met een flinke rugwind in 22.7 als derde. In het totaal werd het voor Sim een 8/9 plaats met 15.26 punten.

Hierna was het de beurt aan Pieter Fris en Evert van Ravensberg die op de 3000 m. zouden uitkomen. Pieter, die in de eerste serie uitkwam, gaf voor de wedstrijd al te kennen "vast" te zitten in de benen. Doordat de eerste ronde al veel te hard ging, werd het voor Pieter erg moeilijk. Met zijn twaalfde plaats in 8.47.0 was hij dan ook niet tevreden.

Evert trof het dit keer met zijn serie wat het veld betrof, alleen was het met 17 man wel wat druk. Na een eerste zwakke ronde van 68 seconden volgden er twee snelle van 65.0. Na 2000 meter zat hij nog maar één seconde boven zijn clubrecordschema. Via een ijzersterke laatste 1000 m. van 2.40.8 werd de eindtijd 8.13.6, ofwel drie seconden onder het clubrecord.

Junior Armando Houtveen, die Evert op de laatste meters pakte en een Ned. record vestigde, won de Red Band Bokaal.

Op de terugweg leverde Sim dan toch nog een topprestatie met zijn SIM-ca die niet sneller kon dan 135 km, legde Ronald de afstand Roosendaal-Haarlem af in 66 min. Voor mij moeten zij die jongen opsluiten!!

3 september, HAARLEM, Kennemer Kampioenschappen.

<u>100 m. JB--</u>	Daan v.Rijsbergen	11.9, 3e
	Richard Kruithof,	12.6, 6e
<u>100 m. Heren,</u>	Martin Bolwijn,	11.8(serie), 11.9, 5e
	Ron Antheunnisse,	12.6, 5e
<u>400 m. JAB,</u>	Arthur Hartman,	58.9, 3e
<u>400 m. Heren,</u>	Ron Antheunnisse,	56.0, 4e
<u>1500 m., Heren,</u>	Evert v.Ravensberg	4.01.6, 1e
<u>Polshoog,</u>	Heren Charles Mathot	4m20, 2e
<u>Hoog JB,</u>	Gerard de Boer,	1m50, 4e
<u>Ver, Heren,</u>	Martin Bolwijn,	6m38, 3e (p.r.)
<u>Ver, JA,</u>	Arthur Hartman	5m41, 1e (p.r.)
<u>Ver JB,</u>	Richard Kruithof,	5m25, 5e
	Daan v.Rijsbergen	5m11, 6e
<u>Speer, Heren,</u>	Paul Duyff,	41m84, 6e (p.r.)
<u>Speer, JA,</u>	Frank Duyff,	42m48, 1 (p.r.)
<u>Speer JB,</u>	Gerard de Boer	44m36, 2e (p.r.)
	Daan v.Rijsbergen	26m86, 5e
	Richard Kruithof	23m72, 6e

Op 9 september 1978 ondernam Evert van Ravensberg in Sittard een poging het clubrecord op de Engelse Mijl (1609,34 m) eens flink bij te schaven. Wat het deelnemersveld betrof had hij het niet beter kunnen treffen. Praag-gangers als Lok, Polleunis (Belg), Koeleman, Tebroke en een sterke Engelsman waren van de partij. Na een razendsnelle opening van 59 op de 400 m. en 1.59.5 op de 800 m, werd de kopgroep na 900 m. uit elkaar gerukt.

Evert kwam los te lopen en moest alleen met achterstand en tegen een hinderlijke wind in lopen. Op het laatste rechte eind wist hij nog een heel stuk in te lopen op Richard Litjens (Sprint) en finishte in 4.11.1, hetgeen op de 1500 m. 3.54.0 betekent. De opzet was gelukt: het record was met 6,9 sec. omlaag gebracht.

Charles Mathot sprong gemakkelijk over de aanvangshoogte van 4m20. Daarna ging hij gelijk naar 4m50, welke hoogte hij niet haalde. Met 4m20 werd Charles vijfde.

-----Evert.-----

10 september, AB kompetitie, HAARLEM.

4 x 100 m., Cees, Daan, Kenneth en Henk, 44.2

<u>3000 m.,</u>	1. Richard Cabri, 9.37.9	<u>ver,</u>	9. Cor Uiterwijk	5m91
			13. Luke Prins	5m62
<u>800 m.</u>	2. Kenneth Macnack, 2.05.7			
	4. Hans Willems, 2.12.6	<u>kogel</u>	3. Kees Beerepoot	12m76
<u>speer</u>	3. Albert Wigchert 45m70		5. Gerard de Boer	11m72
	6. Frank Duyff 41m16	<u>h.s.s.1.</u>	1. Gerard de Boer	13m18
<u>110 m.h.</u>	4. Luke Prins 19.9	<u>400 m.1.</u>	1. Kenneth Macnack	52.6
<u>Polshoog</u>	6. Cor Uiterwijk 3m40(pr)		1. Raymond Hoefman	53.8

WEDSTRIJDVERSLAGEN EN UITSLAGEN--WEDSTRIJDVERSLAGEN EN UITSLAGEN--WEDSTRIJDVERSL

<u>hoog</u>	1. Henk Macnack	2m00	<u>Totaal:</u> 1. AAC- 15.063
	7. Raymond Hoefman	1m75	2. HAARLEM- 13.787
<u>100 m.</u>	1. Henk Macnack	11.3	3. LYCURGUS- 12.337
	2. Daan v.Rijsbergen	12.3	
<u>diskus</u>	5. Albert Wigchert	34m64	
	11. Kees Beerepoot	31m12	

SPIJKENISSE, 10 september.

Snelwandelwedstrijden worden vaak op de vreemdste plaatsen en in de kleinste gehuchten gehouden. Zo ook op 10 september in Spijkenisse, waar ter gelegenheid van de opening van een nieuwe sintelbaan een 5000 m. werd gehouden. Deze baan moest ik bereiken via fiets, trein, metro, bus en voet, (in deze volgorde), toch nog in minder dan 2 uur.

Hans van der Knaap had een recordverbetering op het half uur aangevraagd, dus zou ik mijn best moeten doen om mijn enige record te verdedigen. Het was een van de laatste kansen dat Hans dit record kon terugpakken (hij is volgend jaar senior) Hans had hele schema's gemaakt, zijn tactiek met zijn trainer besproken en in Tjabel Ras een trekker gevonden. Er stond echter een dermate harde wind (bij vlagen windkracht 5 tot 8) dat een recordverbetering zeer moeilijk zou zijn. Tjabel Ras nam direct na de start de kop, ik ging er achter aan en Hans loste direct. Ik dacht dat zij een spelletje speelden. Toch bleef ik bij Tjabel. Daar ik niet ingelicht werd hoe ik zat, meende ik op een slechte tijd te zitten. Na 3600 meter moest ik lossen. Het gevolg was dat ik alleen kwam te lopen en snel terugviel door de harde wind. Hans lag op bijna 200 meter. Tjabel won de race in 23.35. Ik was 2e in 23.57.4, een nieuw districtsrecord. Hans was 3e in 24.45. Ondanks dat ik niet in een record geloofde, schreeuwde ik na 5000 meter dat ik doorging. De speaker had het alsmaar over Hans van de Knaap. Na 28 minuten bleek hij mijn naam ook ineens te kennen en tot mijn verbazing hoorde ik dat ik het Nederlands record kon pakken! Toen ik mijn tussentijd hoorde probeerde ik nog van alles, maar het was net te laat, ik kwam 12 meter (dwz. 2 seconden) te kort: 6271 meter. Was de informatie tijdens de wedstrijd beter geweest (de man die mijn tussentijden zou doorgeven had dit niet goed begrepen en hield zijn mond) dan was het natuurlijk wel gelukt. Maar ik heb nog een jaar.

Frank

HAARLEM? 13 september 1978

<u>400 m HB</u> Michel Hulsman,	51.4, 2e (serie)
	50.9, 3e (finale)(p.r.)
<u>1500 m. JA</u> , Arthur Hartman	4.55.4, 9e
<u>speer HC</u> , Roel v.Kordelaar	38m10, 6e (p.r.)
<u>hoog JA</u> , Henk Macnack	1m90, 1e (2m02 net mis)
Frank v.Ravensberg	1m30, 7e
<u>ver HB</u> , Jan v.Dijk	6m58, 2e
<u>kogel JB</u> , Gerard de Boer	9m91, 7e
Raymond Hoefman	8m90, 8e
<u>800 m.HB</u> , Richard Gabri	2.02.4, 10e
Dick Bais	2.04.8, 13e

WEDSTRIJDVERSLAGEN EN UITSLAGEN--WEDSTRIJDVERSLAGEN EN UITSLAGEN--WEDSTRIJDVERSL

<u>800 m. HC</u> ,	Ron Antheunisse	2.04.5, 4e (p.r.)
	Rudi Leter	2.11.5, 8e (p.r.)
	Roel v.Kordelaar	2.15.1, 9e
<u>100 m. JA</u>	Henk Macnack	11.7, (serie), 11.3; 1e (finale)
	Cor Uiterwijk	12.7, 4e
	Kenneth Macnack	12.1, 2e (serie); 12.0, 5e (finale)
	Arthur Hartman	13.0, 5e
<u>100 m. JB</u>	Gerard de Boer	12.1, 1e (serie); 12.4, 5e ($\frac{1}{2}$ finale)
	Richard Kruithof	12.6, 3e (serie); 12.6, 5e ($\frac{1}{2}$ finale)
	Bart v.Rijsbergen	12.4, 3e (serie); 12.4, 4e ($\frac{1}{2}$ finale, p.r.)
	Daan v.Rijsbergen	12.3, 2e (serie); 12.0, 3e ($\frac{1}{2}$ finale) 12.4 (finale)
	Raymond Hoefman	12.4, 3e (serie); 12.6, 6e ($\frac{1}{2}$ finale)
<u>100 m. HC</u>	Jan van Dijk	12.3, 2e (serie)
<u>3000 m. HA</u>	Evert v.Ravensberg	8.31.2, 5e (serie) na 1600 m. teruggezakt, 1600 m. in 4.22)
	Pieter Fris	8.55.9, 10e (serie)

AMSTERDAM, 15 september.

Op 15 september werd op de Chris Bergerbaan in Amsterdam weer een instuifwedstrijd gehouden. Ik nam deel aan de 3000 m. snelwandelen en het kogelstoten. (6 kg) Opnieuw begon ik erg snel. Dit keer stond er weer veel wind, maar toch kon ik in een hoog tempo door blijven draaien. Ik voltooide de 3000 meter in 13.13.7, een verbetering van mijn pers. record met 37.3 seconden. Verder was dit ruim de beste jeugdprestatie aller tijden, het was de 3e senioren prestatie aller tijden en de beste seniorentijd in de laatste 40 jaar. de 2 snelste seniorentijden zijn gelopen in de tijd dat men nog geen snelwandelscheidsrechters in Nederland kende. Hans van der Knaap werd 2e in zijn beste tijd: 14.05.6.

Bij het kogelstoten werd ik 3e en laatste met 7m20, een p.r.

----- Frank-----

16 september COOPERTEST.

Op 16 september organiseerde "Holland" op de kunststofbaan van Het Pim Mulier Sportpark een coopertest. Enkele leden van de A.V. Haarlem testten ook hun conditie. De uitslagen hiervan waren voor zover bekend als volgt:

Evert v. Ravensberg kwam tot het hoogste aantal meters van de dag, nl: 4035 m. Ron Antheunisse liep 3470 m., met vlak achter hem Hans ? die 3400 m. liep, (de opvolger van Michel Hulsman??)

Maarten Hartman (cowboy) liep een uitstekende race. Via een zeer sterke eindsprint haalde hij 3000 meter en liep alle anderen eruit!!

Frank van Ravensberg snelwandelde in de 12 minuten 2800 meter. Was hij nog 200 meter doorgegaan, dan had hij een officieus Nederlands seniorenrecord afgelegd. Hoe zwak de eisen voor atleten liggen blijkt wel uit het feit dat Frank wandelend al een kwalifikatie zeer goed voor hardlopen haalde.

Hij werd wel 3e (v.d.15) in zijn groep en dit pleit niet voor de conditie van de deelnemers.

Frank.

16 september 1978, RUN 1978, 100 km hardlopen WINSCHOTEN.

Totaal aantal deelnemers: 97
 Enige Haarlem deelnemer: Ton v.d.Linden
 plaats: 1e, Vet II
 Tijd: 9 uur, 47 min
 Tijd vorig jaar: 10 uur 17 min
 Totaalplaats v.d.97 deelnemers: 33e.
 Zijn steun en toeverlaat: Cees v.d.Aar.

Hier volgt het verslag:

't zag er niet best uit toen Cees v.d.Aar en ondergetekende vrijdag in de namiddag over de afsluitdijk reden. Een harde wind joeg de golven op van het IJsselmeer en de lucht was inktzwart. Toen de om kwart voor acht bij het gebouw "de Klinker" in Winschoten arriveerden en ons startnummer hadden opgehaald, brachten wij daar nog een uurtje door om bij een kop koffie met verschillende deelnemers nog wat te praten.

Toen gingen we naar het hotel waar voor ons een kamer was gereserveerd, maar onderweg kochten we eerst nog een wekker, want die waren we vergeten en je kunt voor zo'n grote klus geen risico's nemen, want dan zou alles voor niets geweest zijn. Omdat het vrijdagavond in Winschoten koopavond is kochten we gelijk maar een doos gebak en voor Cees een paar wollen handschoenen, want het kan 's nachts op de fiets al kanp koud zijn. Bij het hotel aangekomen sjouwden we de spullen naar boven en begonnen meteen de twee grote zijtassen die Cees achter op de fiets mee moest nemen zeer precies in te pakken onderwijl van het gebak happend en maar lachen, wij moeten n.l. op hotelkamers altijd brullen van het lachen, dat is bekend. Toen alles klaar was, brachten wij het weer naar beneden in de auto om 's nachts zo snel mogelijk weg te zijn. Daarna doken wij in bed om te gaan slapen, tenminste dat dachten wij. Beneden begon een orkest te spelen, want er was een dansavond en zo stampten we heerlijk mee tot 's nachts 2 uur. Doe daar maar eens iets aan, dus de wekker hadden we niet nodig. Om kwart voor drie gingen we ons wassen en scheren, hesen ons in de juiste kleding, aten nog wat en daarna: wegwezen.

Op naar "de Klinker", waar om precies 4 uur 97 deelnemers werden weggeschoten. Wat we niet verwacht hadden, het weer was prima, de maan stond aan de hemel er was weinig wind, dus dat was in ieder geval meegenomen. Wat mij opviel was, dat er ondanks het vroege uur heel wat mensen stonden te kijken, maar ja, die waren toch op voor Cassius Clay.

Ik had met Cees afgesproken dat ik tot 40 km. zou blijven lopen en dan een schoon shirt aan zou trekken. Na 15 km. begonnen om de 5 km. de verzorgingsposten en nam ik steeds een beker warme thee, want drinken moet je op zo'n afstand. Op 40 km. had Cees het schone shirt keurig netjes klaar hangen en terwijl ik thee dronk verwisselde hij borst- en rugnummer en twee minuten later liep ik weer. 't Gekke was, dat waar ik verleden jaar op een bepaald punt met zo'n 20 man liep nu maar met z'n tweeën was. De marathonaftand werd gedaan in 3 uur 37 minuten, nog 8 km. en de eerste helft zat erop.

Inmiddels was Cor Koster uit Soest en dit jaar Vet III geworden bij mij gekomen en gingen wij samen in de slag. Echter tot mijn verwondering niet lang want op 60 km. was hij alweer verdwenen. Toen ik hem een paar dagen later opbelde bleek hij geblesseerd te zijn geraakt en had 30 km. gewandeld om toch nog in 11½ uur binnen te komen. Maar zei Cor lakoniek, volgend jaar doe ik het weer binnen 10 uur, en dat is 60 jaar! Goed op weg naar de 80 km, kom ook ik in moeilijkheden, maar inmiddels heb ik de vriend van Joop Keijzer, de Boer ingehaald en dit gaf de burger moed. We liepen nu weer met z'n drieën maar wat blijft dat 85 km. punt lang weg.

En ik meen tegen Cees gezegd te hebben, dat hij het zelf maar moest doen, terwijl ik wel zie dat hij steeds meer op zijn nauwkeurig bijgehouden papier zit te kijken. Met nog 15 km. te lopen moet ik af en toe een klein stukje wandelen, maar de stukken die ik dan moest lopen zijn dan weer veel langer. Bij 90 km. komt het er in te zitten dat ik binnen de 10 uur zou kunnen komen en staat Dick Bottinga mij aan te moedigen. Nog 10 km, normaal een stukje van niets maar nu een gebed zonder einde. 95 km, Cees zit te springen op zijn zadel, deels van pijn, deels van spanning. Dan komt daar de brug en dan nog $1\frac{1}{2}$ km. De spanning is geweken, ik haal het, na een kilometer gaan we rechts de hoek om en zien we de vlaggen en mensen. Na 100 km. is daar het gebouw "de Klinker" weer. Ik finish in 9.47.32 en plof op een stoel waar ik niet meer uit kan komen als ik naar de massagetafel moet, maar er zijn veel behulpzame handen. Cees tovert zomaar een beker ijs tevoorschijn en voert mij dat met een lepeltje op, terwijl mijn behen gemasseerd worden, heb ik het even voor elkaar!

Terwijl ik met Jan Knippenberg nog wat napraat heeft Cees de spullen verzameld en de fiets weer op de auto gebonden en gezorgd voor een voorraadje flesjes vocht voor onderweg. De prijsuitreiking is pas om 8 uur, maar wij hebben geen zin om daar op te wachten, want we moeten ook nog een eind rijden. Dik tevreden rijden we naar Haarlem, we hebben het samen gemaakt en als we thuis komen heeft Cees zijn vrouw een lekkere pan soep voor ons gemaakt en dat gaat er best in.

-----Ton v.d.Linden-----

HAARLEM, 17 september 1978 Jeugdwedstrijd NEDERLAND-NORDRHEIN.

Bij deze door Nederland zowel bij de jongens als meisjes verloren interland-ontmoeting zorgden de twee Haarlemse deelnemers tenminste nog voor een overwinning. Mireille Stadwijk won bij de meisjes het kogelstoten en Gerard de Boer bij de jongens het hinkstapspringen met een ondanks hinderlijke draaiwinden een sterke sprong van 13m61, bij deze sprong had hij een tegenwind van 1 meter.

ROVARETO(ITALIE) 17 september 1978

Ruud Wielart, de Nederlandse recordhouder hoogspringen(2m28) die bij de Europese Atletiekkampioenschappen teleurstelde door de kwalificatiehoogte van 2m18 niet te halen heeft in Rovareto een internationale wedstrijd gewonnen. De Hoofddorper, die in Italië altijd goed springt, zegevierde met 2m21. De Italiaan Bruni en de West Duitser Carlo Thraenhardt haalden dezelfde hoogte maar zij hadden daarvoor meer pogingen nodig. In Praag kwam Wielart in de kwalificatie niet over de 2m10.

-----uit:Haarlems Dagblad-----

DE BOOGSCHUTTER VERTELT:

Allereerst bedankt de Boogschutter het bestuur voor het versterkende- voor geest en lichaam- vocht, wat hij mocht ontvangen.

Het is midden september, zo ongeveer 100 dagen na de bloei der wijnstruiken en dat is het sein voor de oogst. 100 dagen lang heeft de druif zich mogen ontwikkelen, gekoesterd en gegeseld door de natuur. Het zijn spannende dagen voor een ieder die in de wijn leeft. De oude vrouwtjes in de kleine Franse dorpjes die 's morgens ter misse gaan bidden een extra rozenhoedje en ook de pastoor gaat brevieren in de wijngaarden, want ook hij heeft belang bij een goede oogst. In deze tijd van "Verleng uw vakantie", wat de touroperators propageren, kunnen we gemakkelijk de 450 km. overbruggen en eens rond gaan kijken in de Champagne streek.

Reims is letterlijk en figuurlijk de hoofdplaats van de Marne streek en in het portaal van een geweldige kathedraal staat in grijze zandsteen gebeiteld een Gothische engel met heerlijke krulletjes en een eindeloos behaagziek glimlachje, alsof ze spottend wil zeggen "waarom hier al dat steen, als buiten zoveel goudblonde engelen zorgen voor een stukje levensvreugde"

Het is een heerlijk land met lage heuvels en tal van kleine dorpjes waarvan één Hautvillers, een bedevaartsoord moet zijn van iedere overwinnaar die ééns in zijn leven is of wordt besprenkeld met Champagne. De meesten komen echter niet verder dan de "huizen" der champagne met hun kilometers lange gangen in de krijtrotsen waar de champagne ligt te rijpen. Maar hier in Hautvillers waar iedere ambachtsman konde doet van zijn professie door middels een "beeldend" uithangbord, gaat men door de smalle straatjes naar het kerkje van Saint Pierre, gebouwd in het jaar 650 als onderdeel van een Benedictijner Klooster.. De Benedictijnrn waren de bezitters van de eeuwenoude wijngaarden en bezaten in het gehele Marnedal wijnkelders die uitgehouwen waren in de kalkrotsen. Daar in de "hoofdzetel" resideerde als broederkeldermeester Dom Perignon, die wanneer hij in deze tijd geleefd zou hebben, zeker niet naar het seminarie gegaan was, maar biochemie gestudeerd zou hebben, zo nauwgezet zijn zijn aantekeningen over het gedrag van de wijn. Hij bemerkte dat na de eerste gisting direct na de pluk er nog een tweede gisting plaats vond in het voorjaar daaropvolgend, daarbij experimenteerde hij ook met de menging van de verschillende druivenrassen. Hij begreep dat hij moest proberen om die tweede gisting vast te houden. Maar hoe? Hij bezat nog geen kurken. Proppen hout, pek uitgeplozen touw waren zijn attributen. De nonnen van een nabijgelegen klooster liefhebsters van een goed glas zijn, liepen veel in en uit bij de vrolijke Dom Perignon. Zij tippelden daarbij op hooggehakte muiltjes. Nu heeft Dom Perignon niet in zijn aantekeningen vermeld hoe of het allemaal gebeurd is. De abdes echter heeft als een soort Assepoester haar muiltje verloren en Dom Perignon ontdekt dat de puntige hak uit kurk bestond. Hij drukte hem op de hals van een fles en de champagne was geboren.

Verlaten wij het kerkje en staande op de heuveltop bekijken wij de plek, dan merken wij niet de uitbundige vreugde die zich gewoonlijk rond de druivenpluk uit. Het gaat er veel nauwkeuriger toe. Dat moet ook, de champagne is aan strenge regels gebonden, die wettelijk zijn voorgeschreven. Allereerst is dat het gebied waar de druiven verbouwd worden, dat is scherp afgebakend. Dan de druiven welke er groeien en gekoesterd worden. De Pinot noir, een druif (blauw) welke de wijn kracht en duurzaamheid geeft. De Pinot meunier is eveneens een blauwe druif, maar het sap hiervan doet de wijn vlug rijpen. Als derde is er de chardonnay, een witte druif die de wijn het vrouwelijk karakter geeft nl. de elegance en frisheid. Er wordt maar een maximum opbrengst per ha. toegelaten voor de persing, en dit verkrijgt men door iedere tros als het ware uit te pluizen, iedere "onvolmaakte" druif wordt verwijderd.

Het persen, waarbij schil en pitten zo spoedig mogelijk worden gescheiden, want het druivensap is blank en schil, pitten en stelen geven tijdens de gisting de "kleur" aan de most. Van iedere 4000 kg. druiven wordt 2666 liter sap getrokken, meer sap wordt geen champagne.

Gedurende de winter, in feite daags na de persing begint het gisten, wordt de wijn gefilterf en iedere soort wordt "cru" genaamd, wordt apart behandeld om de kenmerkende eigenschappen vast te stellen.

Bij het begin van de volgende lente worden tal van cru's bijeengevoegd om een wijntype te verkrijgen dat van jaar tot jaar eenzelve blijft en het type van het huis vertegenwoordigd. De wijn wordt dan gebotteld en de tweede gisting in de fles vind plaats. De flessen bevinden zich nu in de kilometerslange gangen in de kalkrotsen onder Reims., Ayer Epernay, waar zich de grootste huizen bevinden. Iedere dag gaan "les remuers", dat zijn de mensen die de flessen een achtste draai geven en steeds iets vertikaler plaatsen de rekken langs. Het bezinksel zakt naar de hals. Is het zover dat de fles geheel vertikaal staat dan worden zij uit de rekken gehaald en in verticale toestand opgeslagen. Dit kan 2 tot 6 jaar lang duren, al naar gelang de kwaliteit. Dan komt de grote dag. De hals wordt in een ijswaterachtige oplossing gedompeld er ontstaat een ijsklompje waarin het "depot" gevangen zit. Met een handige beweging ontkurkt "le dégorgeur" de fles, het ijsklompje vliegt eruit, de fles wordt weer aangevuld met hetzelfde "cuvee" en de definitieve bekenden kurk met ijzerdraad en al word geplaatst en afgesloten.

Tussen al deze hoofdbewerkingen door zijn er nog kleinere ingrepen die van belang zijn voor de soort champagne. Wij wilden alleen maar weten waarom champagne zo beroemd en duur is. Welnu, de uitgelezen wijnsoorten, zijn bewerking en tijd om rijp te maken een fles zo prijzig.

Vandaar dat de A.V. Haarlem haar kampioenen nooit champagne aanbiedt.

DEC 13-ER

4e C/D competitie te Amstelveen en Krommenie, 2 september.

Zoals jullie al uit het stencil vernomen hadden waren onze D jongens er in geslaagd zich bij de eerste 5 te nestelen. Zodoende mochten ze meedoen aan de districtsfinale te Krommenie. Martin en ik gingen met de C en de D-2 ploeg naar Amstelveen om de laatste wedstrijd ook tot een goed einde te brengen en te proberen om zo hoog mogelijk te eindigen. Nu dat konden we wel uit ons hoofd zetten wat betreft de D-2 jongens. Met een volledig gemilimeterde ploeg er bleven er nog 5 over, moesten we onder zeer slechte weersomstandigheden aan het werk. Daar alle jongens nu 2 nummers te verwerken kregen probeerden we er het beste van te maken. Van de estafetteploeg was alleen Maarten nog over. Rogier was verhuisd naar de D-1. Patrick kreeg van zijn zuster een blok hout op zijn voet, en Mark kwam vrijdag tot de ontdekking dat zijn grootouders zoveel jaar getrouwd waren. Martin Kamstra verscheen helemaal niet ten tonele Dus liepen Fred, Peter G., Peter K en Maarten de estafette, ze werden prompt laatste met 53.2, maar niet getreurd er waren nog meer nummers te doen. Het weer werd steeds slechter en allemaal zaten we in hetzelfde schuitje, de prestaties waren over de hele linie van alle verenigingen minder. Bij de C-jongens werd Stefan op de 800 m. vervangen door Arjan Kroes, hij had een blessure opgelopen. Wij haalden wel een 2e plaats op de estafette in 52.0. Arno, die discus deed, liet deze op 26m00 neerpleffen(4e) en Stefan ruikt de 10 meter grens op kogel, het werd 9m90.(3e) Peter Heemskerk ver: 4m96(2e) en Edwin werd 1e met speer 31m52. Wouter tenslotte liep de snelste tijd op de 800 m. en wel 2.23.7 sec.

Uitslagen jongens C

100 m., Wouter: 13.3; Kenneth: 14.2; Arjen 15.4

800 m., Wouter: 2.23.7; Edwin: 2.27.8; Arjen: 2.48.6

Ver: Peter H.: 4m96; Job: 4m55

Hoog: Dideric: 1m60; Tim: 1m55

Kogel: Stefan: 9m90; Ron 8m14

Discus: Arno: 26m00; Dideric: 23m44

Speer: Edwin: 31m52; Ron: 25m78

Estafette: Dideric, Wouter, Stefan en Tim: 52.0 sec.

Jongens D

80 m.: Peter G.: 12.8;

1000 m.: Maarten : 3.41.0; Peter K. 3.50.3

Ver: Peter K.: 3m42; Michel: 2m61

Hoog: Maarten : 1m20; Peter G.: 1m10

Kogel: Fred: 6m85; Michel: 5m18

Discus: Fred: 17m78

4 x 80 m: Peter G., Peter K., Fred en Maarten: 53.2 sec.

-----Albert-----

Jongens D- competitie wedstrijd op zaterdag 9 september

Anderhalf uur voor het begin van de wedstrijd kwamen we aan. We waren slechts met 6 man sterk, want Arno v. Vugt had de avond ervoor afgebeld. Toen de wedstrijd was begonnen moest ik nog eens anderhalf uur wachten op het eerste onderdeel(hoogspringen).

Eindelijk toen het zover was, gingen we springen, op de hoogte van 1m30. Toen moesten er 5 jongens sprinten, Maurice, en Peter van onze groep, de anderen waren verder gegaan, terwijl wij liepen, maar de jury was wel zo aardig dat ze de lat weer terugzetten op 1m30 zodat we weer gewoon meededen.

Maurice dacht toen hij liep dat hij werd opgedreven door boze geesten en liep 10.8 op de 80 m. Even daarna was de 1000 m waarbij Arjen uitviel door kramp in zijn kuit, terwijl Marcus maar doordraafde en 2e werd.

Op de 4 x 80 m. hadden Marcus, Arjen, Maurice en Dennis de tijd van 43.3 gelopen. En Dennis had natuurlijk weer de discus op zijn programma en gooide het dubbele van Rogier (in de 32 meter)

We stonden eerst 4e maar zijn een plaats achteruit gegaan zonder de 1m40 van Peter er bij geteld, maar helass was dat niet goed voor een plaats in de districtsfinale.

-----Peter Noom-----

Juniores C/D wedstrijd 9 september 1978

Op 9 september werd er een Jun.C/D wedstrijd gehouden er waren veel clubs en het was erg gezellig. Aan het begin van de wedstrijd deed de bandrecorder het niet maar later schelde er een gezellig muziekje, onderbroken door de startschoten, over de baan. Hier volgen de uitslagen:

80 m. series: Maurice, goede tijd+clubrecord: 10.7
Rogier, redelijk goede tijd: 12.8
Fred liep een hele goeie tijd n.l. 13.2
Marcus: 11.6
Peter Noom: 12.3
Arno: 12.3
Arjen: 12.3
Maarten: 13.1
Ik(Dennis): 11.0

De halve finales: de spanning steeg ten top.

Dennis, Maurice, Marcus liepen de halve finales, er waren er 2, nrs 1 en 2 gingen naar de finale.

1e halve finale: 1e Dennis: 11.2

2e halve finale: 1e Marcus: 10.7 ; 4e Marcus 11.9

De finale..... veel snelle jongens, zoals Maurice, Art-Peter van Startbaan en ik en nog een paar.

Maurice 1e : 10.7
Art-Peter(Startbaan: 2e: 10.7
3e; een Lycurgees: 11.2
4e: Dennis: 11.5
5e: Arthur van Rooyen(AAC) 11.7
6e: w et ik niet.

de nummers 1,2,3, en 4 een medaille.

Verspringen: 43 deelnemers. nr.1 sprong 4m70 of zo.

Marcus 4e: Marcus met een prachtige sprong van 4m52
6e: Dennis, 4m46
23e Arjan v.d.Haak, 3m84
31e: Arno v.Vugt, 3m66
34e: Maarten: 3m60
42e: Rogier: 3m22

Ook op dit nummer liet Haarlem zien dat ze echt goed zijn.

Kogel:25 deelnemers(nr1: 11m24, finale 11m50, deze is van Trias.

Dennis: 11m24, finale : 11m40 (2e)

Fred Stol: 1e jaars D 13e met een prachtstoot van 7m22!

Arno: 14e met een goede 7m14

Rogier: 17e met 6m96

Jongens C

Ook de jongens C waren present en lieten dat ook goed merken.

100 m. horden jongensC:

serie: 1e Dideric: 15.2! goed hoor
5e Kenneth: 18.1
3e Tim: 16.8

In de finale was Dideric 2e achter Guido v.d.Sluis in een iets minder goeie tijd van 15.4. Dideric gaat steeds vooruit, als hij 15.2 op de C-Spelen had gelopen had hij 3e geweest.

Kogel: 20 deelnemers

10e : Dideric met een goede stoot van 10m20
12e : Stephan: 9m98
16e : Robert v.Cassel: 8m48! Goed hoor!

100 m. JC

serie: 5e : Rob Slüter : 13.6
5e : Jan Kees Stense: 13.6
5e : Robert v.Kassel: 14.1
6e : Robert Schaper: 14.4
2e : Stephan: 13.1, halve finale 5e : 13.2(uitgeschakeld)

Hoog JC

3e , Dideric: weer een goede prestatie 1m65
5e , Tim, ietsminder: 1m55
6e , Rob Slüter: 1m50, goed hoor!
9e , Job, met een come-back: 1m50
13e, Peter Heemskerk: 1m50! eveneens goed.

Ver JC, 38 deelnemers

8e, heel goed Jan Kees Stense: 5m01! Heel goed hoor!
19e, Edwin Cabri, ook een goeie 4m77
21e, Peter Heemskerk met 4m73
24e, Job met een goede 4m60
31e, Rob Schaper 4m15
33e, Wouter, die met zijn spikes in zijn hand sprong 4m12
36e, Robert v.Kassel 4m01

Diekus: 28 deelnemers.

14e, Arno v.Vugt met de kracht van zijn speerwerpbroer:29m14
20e, onze 800 m.loper Edwin Cabri: 22m50
21e, Ron Mathot: 21m84
22e, Kenneth(kleine Kenneth) een goede worp van 20m64
26e, Robert Schaper: 16m78

800 m.

Edwin Cabri in een goede tijd van 2.28.4

Iedereen vond het een geslaagde wedstrijd en we hadden heel wat medailles gepakt.

-----Einde-----Dennis Kruihof-----

EINDUITSLAG C/D KOMPETITIE

D/ 37 ploegen

Haarlem I, 5e - 18.214 punten
Haarlem II, 33e - 10.552 punten

C/ 30 ploegen

Haarlem, 9e - 17.615 punten



HET WISSELTJE

Beste jongens,

Zaterdag 16 september hebben we onze laatste competitie-wedstrijd afgewerkt. Deze wedstrijd kon beslissend zijn voor wie er in de finale zouden komen, maar doordat we nog steeds geen tussenstanden hebben gekregen, weten we dat nu nog niet. Voor deze wedstrijd togen we naar Castricum.

Bij aankomst stonden sommigen stomverbaasd te kijken, toen ze zagen, dat er een grasbaan lag. Eentje vroeg zelfs, of je er wel op kon lopen. Nou dat lukte best.

Eerst gingen we aan de gang met de estafettes. De B-tjes liepen 33,9. Haarlem 1 38,0 en Haarlem 2 41,6.

De A-tjes deden hierna de sprint en zo bleek, dat je ook op gras best hard kan lopen. Michel liep 9,2 en Patric 9,6.

Doordat de groep van de A-tjes zo groot was, werd die in tweeën gesplitst voor het kogelstoten. Ook hier waren enkele puike prestaties, zoals Michel: 7,56, Arjen 7,54 en Erik 7,60.

Voor het hoogspringen kon de groep niet verdeeld worden, omdat er slechts een hoogspringbak was. In het begin was het wat rommelig, toen jullie met zijn allen daar stonden, maar dat lost zich van zelf op. De uitschieters waren hier Patric 1.20, ondanks zijn rare sprongen en Tom 1.25.

De jongens B hadden minder last van zo'n grote groep en konden lekker vlot doorgaan.

Eerst begonnen we met balwerpen, waar Dennis weer een verbazingwekkend eind gooide (42 m), waar zelfs de jury geen rekening mee had gehouden, want het lint was zover nog niet uitgerold. De anderen deden het ook netjes, Randolph 16 m, Arjen 23 en Jakko 24,5 m.

Vervolgens liepen jullie de 40 m. Jakko liep een "bere"-tijd met 6,5 (hartstikke goed hoor!); de rest liet zich ook niet onbetuigd, Dennis 7,5 - Randolph 8,6 en Arjen 8,0.

Hierna bleef alleen het verspringen nog over. Randolph sprong 2m65, Arjen 2m97 en Jakko 2m94 en Dennis 3m14.

Doordat het hoogspringen van de jongens A erg uitgelopen was, het liep inmiddels tegen zessen, werd het aardig laat, voor we thuis waren.

Hoe we precies geëindigd zijn en of we de 30e in de finale zitten, horen jullie nog op de training.

ALBERT.

Beste Jongens,

Ik ben jullie nog de uitslagen schuldig van de laatste drie trainingswedstrijdjes op 23 en 30 augustus en 6 september.

Op 23 augustus deden wij verspringen zonder aanloop.

Arjen won voor Patrick en Patrice.

Het balwerpen werd door Dennis en door Patrick gewonnen.

Op 30 augustus won Jaap de 40 meter voor Patrice; Nick de 50 meter, de 100 meter en het kogelstoten met 2 kilo, terwijl Arjen het kogelstoten met 3 kilo won.

Op 6 september won Patrick de 400 meter in 1.17,0 en dat was 0,2 seconde beter dan Arjen de vorige keer.

Arjen won wel de 60 meter horden. Marco deed het hier rustig aan. Richard won het verspringen en het hink-step-springen.

Jongens, dit was allemaal pret, maar nu gaan jullie weer wat gewonere nummers doen en wel op echte wedstrijden.

6 September was de laatste keer dat ik jullie trainde.

Het is een leuke tijd geweest, maar ik kan beslist niet meer komen op woensdagmiddag, want dan moet ik op de universiteit studeren en natuurkunde-instrumenten slopen. Maar ik kan wel in het weekend nog eens komen kijken naar jullie op wedstrijden en misschien kom ik volgend jaar nog wel eens jullie trainen.

Tot ziens en veel succes!

Frank Van Ravensberg

BURD.

====

Namens de pupillen ontving ik van Albert een heerlijke doos met chocolade voor mijn verjaardag. ik was er heel erg blij mee en hoop nog een hele tijd het Wisseltje voor jullie te kunnen tikken met goede uitslagen en leuke verslagen.

Hevrouw Vermunt.

====

DE STAATSLOTTERIJ



STAATSLOTTERIJ: MEVR. E. C. SCHUITEMAKER-SCHAVEMAKER Zijlstraat 43 Haarlem Telefoon 023-310960	STAATSLOTTERIJ Mevr. de RIOP-v. ZONNEVELD Oudaenstraat 10 Haarlem-Noord Telefoon 023-374930 Gironummer 624158	STAATSLOTTERIJ Mevr. H.G.M. Zwart-Schouten Ten Katestraat 32 - Haarlem Oost Telefoon 023-322585 - Giro 1836155
STAATSLOTTERIJ Mevr. P. Dalhuijsen Polanenstraat 16 - HALFWEG Tel. 02907-4588 - Postgiro nr. 1671847	STAATSLOTTERIJ Mevr. J.A. Koebrugge De Genestetweg 30 - Bloemendaal Telefoon 023-267165 - Giro 4270	STAATSLOTTERIJ MEVR. S. E. A. BOLTE Kleine Houtstraat 45 HAARLEM Tel. 023-323674, Giro 788255

WAAROM LIEFDE VAN ÉÉN KANT?

Er is een - gelukkig steeds groter wordend-aantal mensen in ons lieve Vaderland (en ook in de wereld), dat zich met recht zorgen maakt over de onrustbarende toename van hart- en vaatziekten. Zij hebben de handen ineen geslagen en de Nederlandse Hartstichting gevormd. Deze stelt zich ten doel alles in het werk te stellen om aandoeningen van hart- en bloedvaten te voorkomen en zo mogelijk te genezen. Haar opdracht begint bij de kleine baby met het aangeboren hartgebrek en eindigt bij de ouden van dagen, waarvan het hart niet meer meekan; met andere woorden: van de wieg tot het (vaak te vroege) graf is zij met het lot van de hartpatiënt bewogen. Vandaar deze voorlichting aan jou: wellicht toekomstig hartpatiënt?

HOE OOK LIEFDE VAN JOUW KANT?

Velen, die de gevolgen van het hart- en vaatlijden van nabij hebben leren kennen, zullen het werk van de Nederlandse Hartstichting willen steunen. Dit kan op velerlei manieren:

- door lid of donateur te worden van de Vrienden van de Hartstichting
- door direkte giften - die aftrekbaar zijn van het inkomen - of door schenkingen (ook van roerend en onroerend goed);
- door vennootschapsgiften, waarbij een maximum aftrekbaar bedrag (in 1973: 6%) van de netto winst geldt;
- door legaten, waarvoor de eenvoudige testamentele formule kan worden gebruikt: „Ik vermaak - vrij van rechten en lasten - aan de Nederlandse Hartstichting te 's-Gravenhage: f”

Nadere informatie over doelstellingen en activiteiten worden gaarne verstrekt.

NEDERLANDSE HARTSTICHTING

Sophialaan 10 - DEN HAAG - Telefoon 070-924292
Postgirorekening nr. 300 - Bank Pierson, Heldring & Pierson.



Betrouwbare
huis-aan-huis
verspreiding door
geheel Nederland

De verspreidingen worden uitgevoerd door eigen mensen, onder een strenge na-contrôle. Helmasons garandeert een volledig dekkende uitzet in zowel het kleinste, als het grootste gebied.

HELMASONS BV

Middenweg 464-466 Heerhugowaard
Tel. 02207-15511

Iedere dag spreekuur voor 1001 problemen naar:

Drogisterij-Parfumerie

„Goezinnen”

Maar, daarnaast ook nog uw Post-agentschap en het adres voor uw Staatsloten

de Ruyterweg 22, Tel. 240945
Haarlem

Dansakademie Hoppen GAAT DOOR!!



ZAAL JANSWEG 31
Privé Brouwerskade 19,
Telefoon 023-311043

Voor inlichtingen en inschrijvingen kunt U dagelijks bellen vanaf 11 uur. Marjolijn of Paul zal u graag te woord staan. Dankesklubs voor jongeren, ouderen, echtparen. Speciale scholierenklubs.

Het Gezondheidshuis

„MATHOT” B.V.

Leverancier van medisch verantwoorde
Bandages voor uw sport
Zijlstraat 69 - Telefoon 310750

Taxicentrale O-TAX B.V.

Vakantie vervoer.
Garage: Parklaan 20
Postadres: Nieuwegracht 78
Telefoon 023-323130, Haarlem

UW WARME BAKKER bakt zijn brood niet alleen met de beste ingrediënten, hij doet er ook nog een dosis beroepstrots bij:
En juist dát proeft U!

A. P. DE GEUS

De bakker met de grootste sortering.



Zijlweg 98 - HAARLEM
Telefoon 023-325324

REIZEN NAAR ISRAËL



Alle informatie over reis en verblijf op aanvraag
NET NEAR EAST TOURS
Rokin 9-15
Amsterdam

Telefoon 020-243350*

SLAGERIJ



SIMON BAKKER

Voor
beter

VLEES

Italiëlaan 161
SCHALKWIJK
HAARLEM
Telefoon 023-340689

SPORTHUIS PIM JANSSEN
Voortzetting van de collectie
van Wijnands en v. Rensen
sportartikelen
Ged. Oude Gracht 62
Haarlem-Tel.023-310135

PEDICURE-SALON YVETTE
19 jaar ervaring
Slachthuisstraat 15 zw.
Haarlem
Tel. 023 - 321439
(Per 12 sept. 344169)

PLEXIGLAS
P.V.C. POLYSTIREEN
onbreekbare ruiten voor
kantines en clubgebouwen
en inbraakbeveiliging
ELMA PLAST B.V.
Spaarnwouderstraat 36
Haarlem-Tel.023-322220
Reclame Letters en - Borden
Onbreekbare spiegels

SPORTHUIS HAARLEM B.V.
Sportspecialzaak voor al
uw sporten en
vrijtijdsleding
Grote Houtstraat 123
Haarlem
Tel. 023-312950



israëlich restaurant JERUSALEM

Spaarnwouderstraat 97 - Haarlem
Telefoon 023 - 321675

Geopend: van 16.00 uur tot 24.00 uur
woensdag de gehele dag gesloten



VOOR MANAU STOELN

Het voordeligste adres:

De Rotanspecialist

Zijlstraat 8 - Telefoon 023 - 311079

Aannemingsbedrijf W.J. DIELEMANS

Haarlem - Telefoon 023-265636

Gespecialiseerd in renovatie van alle voorkomende daken
Prijsofgave geheel vrijblijvend
Tevens levering van alle soorten dakpannen