

3 APR. 1985

de wissel



Clubblad atletiekvereniging „haarlem“



DE TELEVISIEDOKTER

reparatie !

„De Televisiedokter”
repareert alle gangbare merken.
Tevens radio reparatie.

- Altijd eerst prijsopgave.
- Ook mogelijkheid tot brengen aan de balie.
- Ook verkoop.

Voor Haarlem en omgeving.
Zaak:
Bakkerstraat 32-34, HAARLEM
Telefoon (023) 31 73 13



Huyg Sport

Gen. Cronjéstraat 129
Telefoon (023) 276628

De Atletiekspecialzaak in
Haarlem e.o.

Grote kollektie schoenen:
Adidas - Nike - Puma -
Karhu - Brooks

Haarlem-leden op atletiek
benodigdheden 10% korting op
vertoon lidmaatschapskaart.

Open bij ons je ABN Junior-rekening.

Doe je bankzaken voortaan zelf en neem
ook zo'n ABN Junior-rekening. Die is er speciaal
voor jongens en meisjes van 10 tot 18 jaar.

't Is een prima spaarrekening met een
hoge rente. Maar je kunt ook geld opnemen en
overmaken naar een andere spaarrekening op
je naam. En je stuurt de ABN opdrachten
om lesgeld, contributies en abonnementen op
jeugdbladen te betalen.

Alles wat je nodig hebt zit in die gratis
map. Goed idee? Kom dan even bij ons langs.

ABN Bank



10% KORTING OP VRIJWEL ALLE INKOPEN

Dit is mogelijk als U lid wordt
van de U.I.C. (Unie Inkoop Combinatie)

Vraagt vrijblijvend inlichtingen.
Telefoon (023) 246236



Piet Heinstraat 1 - 2014 AR Haarlem
(ingeschr. Handelsreg. K.v.K. nr. 38067)

PIET SCHIPPER

Pijnboomstraat 85 - 2023 VP Haarlem
Telefoon (023) 250938

Massage - Pedicure

Tevens het adres voor:
Steunzolen (speciale voor sportschoenen)
Schoenen met voetbed - Ganter - Birkenstock
Verkoop sportverzorgingsartikelen

de wissel

officieel orgaan atletiekvereniging "haarlem"

Jaargang 40

nummer 3

april 1985

6 pagina's

"verschijnt 10 maal per jaar"

redactieadres:
lex v. vugt
anthonie fokkerlaan 15
2024 ja haarlem
tel. 023-263912

voorzitter:

j. v. drunen
ramplaan 94,
2015 gz haarlem
tel. 023-244340

sekretaris:

c. h. lagendijk
meer en boslaan 36,
2103 vp heemstede
tel. 023-280240

penningmeester:

r. v.d. zwaag
marnixstraat 87 rd
2023 rc haarlem
tel. 023-272777
girorek. 643883
i.n.v. penningm.
a.v. "haarlem"

wedstrijdsekretaris:

e. van ravensberg
z. buiten spaarne 8 zw.
2012 aa haarlem
tel. 023-325140

jeugdcommissie:

pupillen - c/d jeugd
b. steen
duinoordstraat 37
2023 wb haarlem
tel. 023-263772

arts:

f.s.g.m. knuvelder
praktijk:
van oosten de bruijnstraat 5,
2014 vm haarlem
tel. 023-316044

V A N D E R E D A K T I E

Op de baan wordt weer volop getraind,
nu de zomertraining begonnen is.

Er is echter nog weinig aan het weer te merken,
te merken, dat de naam 'zomer' training
rechtvaardigt.

Donderdagavond 25 april werd er getraind
bij +5°C, terwijl de atleten op een gegeven
moment onthaald werden op een sneeuw- en
hagelbui.

Per 1 mei stijgt volgens de weerkundigen
de temperatuur tot +15°C. Dit zal het
trainen beslist aangenamer maken, wat
nodig is, gezien de belangrijke wedstrijd
die op 19 mei plaatsvindt: de 1e senioren
kompetitiedag.

In dit nummer laten de lange afstanders
van zich horen (deze dagen werken zij een
druk programma af)

Verder treffen jullie de uitslagen aan
van de Kennemerkampioenschappen en van
diverse andere wedstrijden.

KOPY VOOR HET VOLGENDE NUMMER

UITERLIJK DONDERDAG 23 MEI

officieel nieuws

EEN HARTELIJK WELKOM AAN DE N I E U W E = L E D E N

J.P.A.M.	Hans Adelaar	Stuyvesantstraat 95rd,	2023 KM Haarlem.	sen.
J.S.	Jaap van Dijk	Stuyvesantstraat 59,	2023 KL Haarlem.	sen.
M.	Merlijn Snitker	Lanckhorstlaan 34,	2101 BE Heemstede.	c-jun.
M.N.	Michiel Geradts	Veen en Duin 107,	2061 XD Bloemendaal.	c-jun.
C.M.	Cees van Wijk	Iepenlaan 25,	2061 GH Bloemendaal.	a-pup.
N.A.	Nico Damen	Vliegersplein 65,	2141 VE Vijfhuizen.	c-pup.
M.S.	Michiel Nieman	Jac.Perklaan 12	2106 EP Heemstede.	c-jun.
T.F.	Tobias Leeftang	Lanckhorstlaan 85,	2101 BB Heemstede.	c-jun.
A.J.J.	Dennis Schoen	Anemonenstraat 30,	2071 NR Santpoort.	pup.
M.	Marinus Rotteveel	Kleverlaan 146,	2023 JL Haarlem.	c-jun.
R.M.	Ricardo Wielingen	Theemsstraat 4	2014 RX Haarlem.	d-jun.
I.	Ivo Spanjersberg	Pr.Hendriklaan 2,	2051 JD Overveen.	c-jun.

Z O M E R T R A I N I N G

Op de kunststofatletiekbaan van het Pim Muliersportpark in Haarlem-noord.

Iedere MAANDAG- en DONDERDAGAVOND (met uitzondering van alg. erkendefeestdagen)

AANVANG: senioren en A/B junioren (geboren in 1969 of eerder):

19.00 uur

junioren C/D (geboren in 1970 t/m 1973): 18.15 uur
(tot ca. 19.45 uur)

pupillen (geboren in 1974 of later) : 18.15 uur
(tot ca. 19.30 uur)

INSCHRIJVEN VOOR WEDSTRIJDEN

- Uitsluitend op maandag- en donderdagavond, na afloop van de training
- In de kantine.
- Bij Joop van Drunen na en in overleg met je trainer.
- Er zal niet worden naingeschreven.
- Inschrijvingen uitsluitend onder kontante betaling.
- De programma's van wedstrijden waarvoor kan worden ingeschreven hangen elke baantraining op een prikbord en zijn ook na afloop van de training in te zien in de kantine.

Inschrijven C/D junioren en pupillen: zie 'Het Wisseltje'

om aan te schaffen:

a.v. "haarlem" wedstrijdshirt met klubembleem: vanaf f 20,00
atletiebroekjes vanaf f 27,50
klubembleem voor trainingspak etc. f 3,50
stickers f 1,00

verkrijgbaar bij joop van drunen.

speel mee in de toto/lotto

inlichtingen bij mevr. hartman tel. 256036

WEDSTRIJDKALENDER

zaterdag 4 mei Amsterdam (Olympiaplein) C/D junioren 1e competitie
Haarlem Pupillenwedstrijd

zaterdag 11 mei)
zondag 12 mei) Beverwijk Distriktskampioenschappen

zondag 12 mei Amsterdam Marathon

donderdag 16 mei Krommenie c- junioren Distriktskampioenschappen
Amsterdam d- junioren Distriktskampioenschappen
(Olympiaplein)

zaterdag 18 mei Beverwijk B-junioren 1e competitie

zondag 19 mei Vught Senioren 1e competitie hoofdklasse
Krommenie ,, ,, ,, 4e klasse

zaterdag 25 mei Nijmegen Coupe Nationale Nederlanden

woensdag 29 mei Haarlem Sen en A/B jun Avondwedstrijden

vrijdag 31 mei Haarlem Schoolwedstrijden

zaterdag 1 juni Beverwijk C/D junioren 2e competitie

zondag 2 juni Haarlem A/B junioren 1e competitie

zaterdag 8 juni)
zondag 9 juni) Groningen Ned. kampioenschappen B-jun. en Meerk. A-jun.

zondag 16 juni Amsterdam A/B junioren 2e competitie

zaterdag 22 juni Haarlem B-junioren 2e competitie
Furmerend C/D junioren 3e competitie

zondag 23 juni Amsterdam Senioren 2e competitie hoofdklasse
?? ,, ,, ,, 4e klasse

zaterdag 29 juni)
zondag 30 juni) Haarlem Ned. kampioenschappen A-jun. en meerk. B-jun.

zaterdag 6 juli Heerhugowaard B-junioren Distr.finale competitie

zaterdag 6 juli)
zondag 7 juli) Zwolle Nederlandse kampioenschappen

woensdag 17 juli Haarlem Sen.en A/B jun Avondwedstrijden

zaterdag 24 augustus Haarlem Pupillen wedstrijd

zondag 25 augustus Amsterdam C-spelen

zaterdag 31 augustus Amsterdam C/D competitie distriktsfinale

zondag 1 september Haarlem Sen. en A/B junioren wedstrijden

zondag 8 september ?? A/B junioren competitiefinale

zondag 15 september Haarlem ?? Senioren competitiefinales

zaterdag 21 september Haarlem C/D junioren wedstrijd

zaterdag 21 september)
zondag 22 september) Vught Estafette kampioenschappen

zondag 22 september ?? D-spelen

zaterdag 28 september ?? B-junioren Interregionale finale competitie

zaterdag 5 oktober)
zondag 6 oktober) Haarlem 'Onderlinge' wedstrijden i.s.m.'Atmodes'.

MARATHONLOPERS OPENEN SEIZOEN IN ALPHEN.

De elfstedentocht lag nog vers in het geheugen toen op 9 maart het wegseizoen in Alphen a/d Rijn geopend werd. Een aantal langeafstandlopers had er de voorkeur aan gegeven om op zondag door het IJmuider zand te ploeteren, de echte asfaltvreters waren echter de dag daarvoor in Alphen in actie.

Het doel stond van te voren vast; het testen van de vorm en het verbeteren van de nodige persoonlijke records.

Dat dit parcours voor dit laatste uitermate geschikt is bewijzen de hier gelopen tijden. Acht mensen onder het uur op de 20 km is lang niet iedere wedstrijd gegeven, terwijl 100 lopers onder de 1.07.00 ook op een vergelijkbaar nederlands kampioenschap niet voorkomt. De parcoursrecords van 57.40 op de 20 km door Cor Lambrechts in 1983 en de 49.05 op de 15 km door Carla Beurskens in de jongste uitgave van deze wedstrijd bewijzen nogmaals dat het hier een snel parcours betreft. Rest nog de vraag: "Wat is er zo snel aan dit parcours?"

Wanneer er snelle tijden worden gelopen is de eerste reactie meestal dat de afstand wel te kort zal zijn. Aangezien de organisatie dit tijdens vorige uitgaven al breeduitgemeten te horen heeft gekregen en

toch blijft volharden dat er geen meter te weinig wordt gelopen zal de lengte wel in orde zijn. Tegenover de deelnemers, de pers, het publiek en de sponsors kan men zich dergelijke slordigheden niet permitteren. Wie niettemin toch blijft twijfelen kan het beste zelf met een loopwiel aan de wandel gaan. Het aantal af te snijden meters over stoepranden en door plantsoenen was minimaal. Het parcours was goed afgezet en eenmaal in de polder restten er slechts lange rechte wegen waarbij aan de ruim 7 km langs het kanaal geen einde scheen te komen. Aan het enthousiasme van het publiek kan het ook niet gelegen hebben, waar in Egmond in een sneeuwstorm tienduizenden langs de kant staan opgesteld leken hier de meesten slechts verstoord op te kijken naar alweer een groep voortsnellende lopers. De start van de prestatie-loop over 21 km had immers s'morgens reeds plaatsgevonden, om half drie gingen de dames en veteranen van start terwijl om drie uur een groep wedstrijdlopers het verkeer ontregelde.

Het weer echter was optimaal, er werd gelopen bij een goede temperatuur en nagenoeg windstilte.

De organisatie was ook in orde, het parcours was volkomen verkeersvrij terwijl om de kilometer de afgelegde afstand werd aangegeven. Hierdoor kon ieder voor zich de tussentijden in de gaten houden, althans wanneer je tijdig in de gaten had dat de paarse bordjes voor de 15 km waren en dat de witte bordjes de afgelegde afstand van de 20 km aangeven.

De snelle tijden vinden waarschijnlijk echter vooral hun oorzaak in het uiterst gunstige tijdstip voor zowel marathonlopers als 5 en 10 km lopers op de baan. Iedereen wil graag een snelle tijd lopen waarbij men elkaar meesleept naar snelle tijden. De gelopen tijd moet aantonen dat men goed overwinterd heeft.

Ex-Haarlemmer Pieter Fris doet het onder Haagse leiding uitstekend, met zijn tijd van 1.01.46 bezette hij een 21e plaats en bleef daarmee kanonnen als Rudie Verriet, Jacques Valentin, Bob Maus, Gerrit van Essen, Gerard Smit, Henk Mentink en Paul Vos voor.

Hans Verweij toonde aan na een jaar vol blessures weer terug van weg te zijn geweest. Gemakkelijk finishend haalde hij 1 minuut van zijn PR af en scoorde een prima 1.10.37. In de periode dat Koos Kiers zo'n tijd liep viel hiermee nog zo'n 30e plaats te behalen, tegenwoordig eindig je hiermee "slechts" op een 221e plek.

Marius Jaspers was niet helemaal tevreden met zijn 1.11.15, de man echter wiens naam hij gebruikte om te mogen starten scheen hierover helemaal niet te spreken te zijn.

Met de vorm van René van den Berg bleek het voorlopig droevig gesteld.

Na een hoopvolle 5 km in 18.00 ging het met hem snel bergafwaarts en finishte hij in 1.14.51.

Lex van de Pol die net als Hans en René in Rotterdam aan de start verschijnt voor de hele marathon, passeerde hier na 1.19.24 het finishdoek en liep hiermee voor het eerst onder de lu20'.

Bij de veteranen verschenen Gerko Vos en Tjerk van Seijst aan de start voor de 15 km. Gerko Vos behaalde een sterke 22e plaats met zijn 50.47, Tjerk had zich waarschijnlijk meer voorgesteld van zijn eerste optreden bij de veteranen. Zijn start was als vanouds: "ik ga gewoon met de kopgroep mee en dan zie ik wel waar het schip strand". Deze keer leek het ijzeren schip echter volkomen lekgeslagen en ging hij pas na 1.40.58 (geen lu58!) over de streep. "griep in de benen" was de verklaring na afloop.

Aan de finish kregen de deelnemers nu eens geen vaantje, medaille, beker, staander of anderzins maar een geheel andere attentie. In vorige uitgaven bestond die uit een kaars of een doos bonbons, deze keer kreeg iedereen een Amaryllis bol uitgereikt. Tegen de tijd dat de lezer dit in het clubblad onder ogen krijgt zal de Amaryllis al bijna in bloei staan!

René van den Berg.

NEDERLANDSE MARATHONRANGLIJST 1984.

83	Kees Hordijk	2.31.36	14.04	Rotterdam
201	Hillebrand de Lange	2.38.31	12.05	Amsterdam
266	Wim Kluyskens	2.41.09	18.03	Schoorl
743	Henk Hoeckx	2.52.55	13.10	Zwolle
771	Henk van Bakel	2.53.25	13.10	Zwolle
1032	Tjerk van Seijst	2.57.55	23.09	Eindhoven

(totaal 1186 lopers onder de drie uur).

Zaterdag 20 april Rotterdam Marathon

Zeer sterk kwam Hans Verwey voor de dag en wist zijn beste tijd flink te verbeteren tot 2u36.12 (!). René v.d.Berg, die hoopte zijn tijd van Apeldoorn te verbeteren, kwam daar 9 minuten op tekort nu: 2u56,-. Lex v.d.Pol liep 3u16.- Volgende keer hopelijk een uitgebreid oggetuige verslag.

Zaterdag 20 april Overveen $\frac{1}{2}$ marathon

I.s.m. de Lions club Bloemendaal werd gelijk met 'Rotterdam' in Overveen een $\frac{1}{2}$ marathon georganiseerd alsmede 2 trimlopen over 7700m en 2400m. In totaal kwamen zo'n 225 mensen aan de start. Over een bijzonder mooi parkoers, langs Kraantje Lek, Aerdenhoutse kopje en Elswout werden de benodigde meters afgelegd. Beste Haarlemmers: 4. Evert v. Ravensberg 1u13.57 en 6. Huib Akersloot 1u15.11. Volgende keer volledige uitslag.

Zondag 21 april Haarlem

Ondanks de frisse wind (het was slechts een graad of 10) was het toch redelijk uit te houden op de baan en werden er ook een aantal goede prestaties geleverd. De sprinttijden werden nogal eens gunstig door de wind beïnvloed. Beste tijd was van René Moesman 10.9 in de series. In de finale moest hij het rustig aan doen om een blessure te vermijden (11.8) Daardoor kwam voor Kenneth Portanger de weg vrij om als eerste over de finish te gaan in 11.1 (serie 11.1) Beste 400m tijd was van Mario Westbroek in de serie: 49.6. Ook Raymond Hoefman was met 50.6 goed op dreuf. Beiden startten niet in de finale. Een sterke indruk liet Ricardo Dijkstra achter. Hij won zowel de 100m als de 400m bij de A-junioren in resp. 11.1 (serie 11.3) en 51.2. Veel indruk liet Cees Hordijk achter, die al vroeg in het seizoen onder zeker niet ideale omstandigheden zijn beste tijd op de 3000m verbeterde tot 8.32.6! Twee overwinningen en een 2e plaats waren er voor Arjan Warmerdam: ver jongens B 6m47 zeer goed en speer-

werpen 44m38 (B). De 2e plaats behaalde hij op de 110m horden jongens B in 16.3 vóór Harry Horn met 16.9. Trouwens Luke Prins liet zien het hordenlopen niet te zijn verleerd, hij won in 15.4!!

Verdere prestaties het vermelden waard: speerwerpen heren 1e Fred v.d.Wal 55m02, ver heren 1e Arno v.Vugt 6m82, hoog jongens B Jeltjo Doornbosch en Harry Horn beiden 1m80, hoog jongens A Remco Steen 1m95, ver jongens A Maarten Hartman 6m17.

Verdere uitslagen:

400m heren Kenneth Fortanger 53.1 en 53.6, Sylvester Hoefman 53.1 en 53.7 Ron Antheunisse 55.4. jongens A Willem Gebe 58.5

100m heren Marcus Treep 11.6, Jos v.Belle 12.6, Arno v.Vugt 11.3, Luke Prins 11.7, Arno v.Vugt 11.8. jongens B Martin Steynen 12.4 en 12.0 (finale 2e)

800m heren 1. Han Baauw 1.58.5. 3000m Cees v.Dommele 9.04.5, Marcel Verzijlberg 9:27.1 en Richard Cabri 9.45.1 800m heren Peter Niessen 2.03.3

kogel heren Fred v.d.Wal 12m88, Nico Hellendoorn 12m39, Erik Rollenberg 11m46, Obe v.d.Klei 11m41, Oscar Soethout 11m15, Arno v.Vugt 9m62. jongens B Jeltjo Doornbosch 10m63 speer jongens B Alex de Graaff 37m30

ver heren Marcus Treep 6m41, Obe v.d.Klei 6m28

hoog jongens A Maarten Hartman 1m80. jongens B Alex de Graaff 1m65

```

x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x
-
x          = W A R ( E ) T A A L =
-
x          Soepel loopt hij langs de wegen,
-          In weer en wind, hij kan er tegen
x          Daar loopt een top - atleet onder de mannen!
-          Hij gaat daar onvermoeid en zeer ontspannen
x          Klasse kreeg hij van nature al,
-          Een natuurlijke loop, zonder verval.
x          Ja, U raadt het al, ik ben het zelf !
-          Twee meter groot en mooi gebouwd,
x          En toch al veertig jaren oud !
-          Wedstrijden wint hij op zijn sloffen,
x          Zó lopen, dat is toch maar boffen !
-          U denkt wat is dat voor een snoever ?
x          Wel, ik ben ook maar een gewone zweger
-          Maar je laat je fantasie ook wel eens gaan
x          En zie je zelf op een voetstuk staan
-          Daarom is dromen een mooie remedie
x          Maar als je wakker wordt komt de tragedie
-          Want met je beide benen op de grond,
x          is alles anders dan met een grote mond.
-          Dan is dat soepele er gauw vanaf
x          En is dat snelle slechts een sukkeldraf!
-          Kreunen en steunen, keer op keer,
x          Wie was die top - atleet ook weer ?
-          Maar niets en niemand houdt mij tegen!
x          Want ook al ben ik wat belegen,
-          Sporten geeft mij toch mentaal de kick
x          Om je te meten met je eigen ik !
-          Ploeteren, zweten, afzien en knokken,
x          Train je zelf dus de pokken,
-          Om ook mee te kunnen in de trend,
x          Maar dan als een doodgewone vent !
-          Tjerk 40+
x
-
x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x - x

```




HET WISSELTJE

Z O M E R T R A I N I N G

Iedere. MAANDAG-- en DONDERDAGAVOND

AANVANG: 18.15 uur

Op de atletiekbaan van het Pim Muliersportpark in Haarlem-noord

Voor C/D junioren (geboren in 1970 t/m 1973) tot ongeveer 19.45 uur

Voor pupillen (geboren in 1974 t/m 1977) tot ongeveer 19.30 uur

W E D S T R I J D K A L E N D E R

zaterdag 4 mei Haarlem Pupillenwedstrijd
zaterdag 4 mei Amsterdam C/D junioren 1e competitie (Olympiaplein)
donderdag 16 mei Krommenie C-junioren distriktskampioenschappen
(Hemelvaartsdag) Amsterdam D-junioren distriktskampioenschappen (Ol.plein)
zaterdag 25 mei Beverwijk Pupillenwedstrijd
vrijdag 31 mei Haarlem Schoolwedstrijden
zaterdag 1 juni Beverwijk C/D junioren 2e competitie
zaterdag 22 juni Beverwijk C/D junioren 3e competitie
zaterdag 24 aug. Haarlem Pupillenwedstrijd
zondag 25 aug. Amsterdam C-spelen
zaterdag 31 aug. Amsterdam C/D junioren distriktsfinale competitie
zaterdag 21 sept. Haarlem C/D juniorenwedstrijd
zondag 22 sept. ?? D-spelen
zaterdag 5 okt.) Haarlem Onderlinge wedstrijden
zondag 6 okt.)

INSCHRIJVEN VOOR EEN WEDSTRIJD ???

Over het programma, waar en wanneer er wedstrijden zijn, kun je alles aan je trainer vragen.

Het inschrijven voor een wedstrijd zelf, doe je na de training bij Jos van Belle (of bij Bert Steen). Wel meteen genoeg geld meenemen!!

Zaterdag 27 april Haarlem C/D junioren wedstrijd

Opvallendste aan deze wedstrijd was het slechte weer. Harde wind, lage temperaturen (7^o en lager), regen-, hagel- en af en toe zelfs sneeuw- buien, bepaalden de opening van het zomer(?)seizoen. Zelfs mensen, die al heel lang lid van onze club zijn hadden dit nog nooit eerder meegemaakt.

De prestaties: Bij de D-junioren is het duidelijk dat we nog een grote achterstand hebben op andere clubs. Weinig ereplaatsen voor 'Haarlem' Maar op de eerste competitiedag 4 mei in Amsterdam zullen we even wat laten zien.

Uitslagen:

80m series		80hrd series	kogelstoten		
Alpay Tecimen	12.2	Ton Damen	17.6	Steven Spanjersberg	6m19
Joost Aertssen	13.1	Jeroen Peterse	20.2	Jeroen Peterse	5m21
Joris Husken	12.0	Martin Zieljtens	19.5		
Mark v.Dijk	13.7	Leon Roos	18.2	verspringen	
Jeroen Peterse	12.3			Joris Husken	3m97
Leon Roos	13.0	1000m		Alpay Tecimen	3m77
Steven Spanjersberg	13.7	Dagmar Heymans	3.45.7	Mark v.Dijk	3m54
		Steven Spanjersberg	3.33.8	Ton Damen	3m45
$\frac{1}{2}$ finale				Joost Aertssen	3m09
Joris Husken (4)	11.9	kogelstoten			

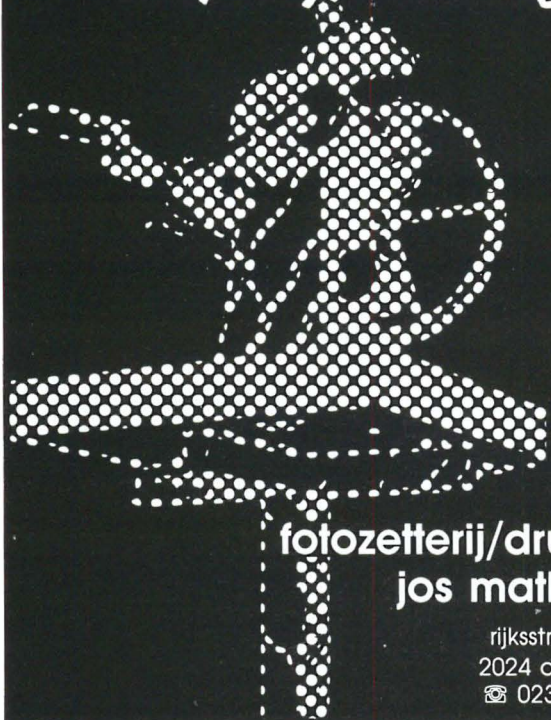
De jongens C hadden wat meer sukses, Chris v.d.Werf en Jerry Brouwer wisten zich voor de finale 100m te plaatsen (resp. 2e en 4e) Misja Steen behaalde met 1m60 een goede gedeelde 2e plaats. Chris v.d.Werff en Thomas v.d.Berg zaten voorin bij het verspringen (3e en 5e) en op de 1500m waren na 2 series onze jongens Mark de Jong, Ivo Spanjersberg en Merlijn Snitker 2e, 3e en 4e.

Uitslagen

100m series/ $\frac{1}{2}$ fin/ fin	100m horden finale		
Jerry Brouwer	12.6 - 12.5 - 12.5	Arno Grooteman (4e)	19.6
Jan Vermeulen	14.9	Jan Vermeulen (5e)	21.2
Tony v.d.Prijt	13.6 - 13.3	Merlijn Snitker (6e)	27.1
Albert Dam	14.6		
Stefan Aertssen	14.9	1500m 1e serie	
Max Schreuder	14.2	Merlijn Snitker	5.12.0
Arno Grooteman	14.3	Arno Grooteman	5.21.9
Thomas v.d.Berg	14.7	Ger Wessel	5.22.2
Erwin Kraan	13.4 - 13.4	Tobias Leeflang	5.51.9
Mathé v.Stalen	13.4		
Yves v.d.Berg	14.8	2e serie	
Chris v.d.Werff	12.5 - 12.5 - 12.3	Mark de Jong	5.01.3
Aschwin Beukert	14.3 - 14.6	Ivo Spanjersberg	5.09.8
Tobias Leeflang	15.3	Misja Steen	5.46.5
		Albert Dam	5.54.7
kogelstoten		Eric Pael	5.55.4
Mathé v.Stralen	8m96		
verspringen		hoogspringen	
Chris v.d.Werff	5m24	Misja Steen	1m60
Thomas v.d.Berg	4m76	Eric Pael	1m40
Erwin Kraan	4m60	diskuswerpen	
Jerry Brouwer	4m57	Erwin Kraan	25m84
Tony v.d.Prijt	4m43	Aschwin Beukert	19m08
Misja Steen	4m35		
Stefan Aertssen	4m24		
Jan v.d.Meulen	4m17		
Yves v.d.Berg	4m13		
Max Schreuder	3m93		
Merlijn Snitker	2m86		

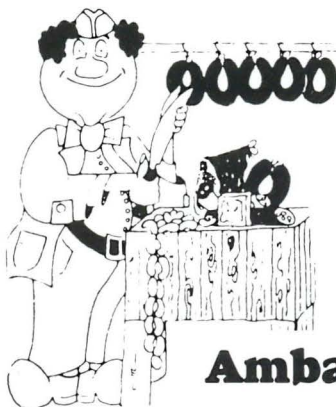
X-X
 X
 X WIJ FELICITEREN IN DE MAAND MEI X
 X 1 mei Joost Aertssen X
 X 6 mei Ramon Hoogendoorn X
 X 7 mei Arno Grooteman X
 X 16 mei Nico Damen X
 X 17 mei Albert Dam X
 X 22 mei Roel Blank X
 X 28 mei Joost Lonterman X
 X
 X
 X
 X-X

*uw drukwerk tot in
de puntjes verzorgd...*



**fotozetterij/drukkerij
jos mathôt bv**

rijksstraatweg 95
2024 db haarlem
☎ 023 - 27 44 44



Ambachtslager

C. DE GROOT

*Voor kwaliteit
en service!*

Eksterlaan 94
Haarlem



**Bij werken en studeren
hoort 'n ABN Privé-rekening.**

Op eigen benen? Dan ook 'n eigen Privé-rekening. Je kunt er je salaris of studiebijlage op laten storten. Je kunt er al je rekeningen mee betalen, ook automatisch (kamerhuur, abonnementen). Je kunt betalen en geld opnemen met de groene Betaalcheques. Je kunt op veel aantrekkelijke manieren sparen en je verzekeringen betaal je in één vast bedrag per maand.

Wij helpen je graag met 'n ABN Privé-rekening. Om 't je makkelijk te maken.



ABN Bank



**Toto
Inleverings
Combinatie**

*U speelt toch ook
Lotto - Toto?*

**Inleveren bij die winkeliers
met lichtbak van T.I.C.**

**Raadpleeg ook
uw clubblad.**

De enige **RUNNERSPECIAALZAAK** in Nederland voor atletiek.

Met o.a.: spikes voor ver- hoog, hinkstap, sprint, midden-lange afstand en werpschoenen.

Wij geven een sportieve korting.



**RUUD WIELART SPORTS,
DA'S EEN ZAAK VAN VERTROUWEN!**

Zijlweg 16 / 2013 DH Haarlem
tel. 023 - 322020

**RUUD^{sports}
WIELART**

DRUSÉ

Boekbinderij -
Grafische afwerking

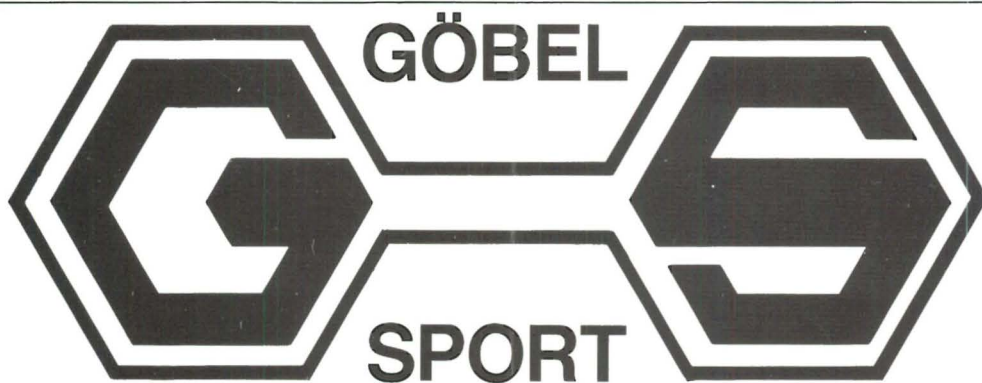
Korte Margarethastraat 16,
2011 PK Haarlem
Telefoon (023) 32 24 47

Het adres voor het
inbinden van
uw jaargangen -
rapporten - scripties etc.

**DICK
STOKER**
Haarmode

Geopend van 09.00 tot 17.30 uur
Donderdagavond van 18.45 tot 21.00 uur
Zaterdag van 09.00 tot 14.00 uur
Maandag's gesloten

Raadhuisstraat 68, Heemstede Tel. 023 - 288507



Zuideinde 30, 1521 DA Wormerveer, tel. 075-21 48 68