9 NOV. 1988

de wissel

Clubblad atletiekvereniging „haarlem"

Ik houd van snelle acties, sterk tegenspel en af en toe 'n gave voorzet.

Ik ben bij de ABN.

ABN Bank

lotto x toto

Toto
Inleverings
Combinatie

U speelt toch ook Lotto-Toto?

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

Inlichtingen: mevr. H. Hartman,
Corn. v.d. Leijlaan 12, Haarlem
Telefoon 023-256036

S C H E M A W I N T E R T R A I N I N G E N.

Zondag, Militair terrein, Zeeweg Overveen, t.o. Amasing Asia

9.45 - 11.15: meisjes en jongens pupillen ABC
meisjes en jongens junioren D 1e jaars ('77)
9.45 - 11.30: meisjes en jongens junioren D 2e jaars ('76)
meisjes en jongens junioren C
9.45 - 11.45: meisjes en jongens junioren A/B
dames en heren senioren
dames en heren lange afstanders

Dinsdag, krachtcentrum Haarlem, Pim Mulier Sportpark

18.30 - 19.45: jongens junioren A/B

Woensdag, Lieven de Keyschool, Korte Verspronckweg 7, Haarlem

16.30 - 17.30: meisjes pupillen ABC
17.30 - 18.30: meisjes junioren D
18.30 - 19.30: meisjes junioren C

Woensdag, Paulusschool, Junoplantsoen, Haarlem-Noord

16.00 - 17.00: jongens pupillen ABC

Woensdag, krachtcentrum Haarlem, Pim Mulier Sportpark

20.15 - 21.30: meisjes junioren A/B en dames senioren

Donderdag, Paulusschool, Junoplantsoen, Haarlem-Noord

17.00 - 18.00: jongens junioren D
18.00 - 19.00: jongens junioren C

Donderdag, krachtcentrum Haarlem, Pim Mulier Sportpark

18.45 - 20.00: heren senioren
20.15 - 21.45: dames en heren lange afstanders

Gespecialiseerde extra trainingen

Hiervoor krijgen de betreffende atleten persoonlijk een uitnodiging.

LEEFTIJDSKLASSE INDELING VOOR HET SEIZOEN 1-10-'88 tot 1-10-'89

C pupil geboren in 1981 (8 jaar)
B pupil geboren in 1980 (9 jaar)
A pupil geboren in 1978 of 1979 (10 en 11 jaar)
D junior geboren in 1976 of 1977 (12 en 13 jaar)
C junior geboren in 1974 of 1975 (14 en 15 jaar)
B junior geboren in 1972 of 1973 (16 en 17 jaar)
A junior geboren in 1970 of 1971 (18 en 19 jaar)
Senior geboren in 1969 of eerder (dames 20 t/m 34 jaar)
(heren 20 t/m 39 jaar)

Veteranen	Dames	Heren
Vet. 1	35-39 jaar	40-44 jaar
	40-44 jaar	45-49 jaar
Vet. 2	45-49 jaar	50-54 jaar
	50-54 jaar	55-59 jaar
Vet. 3	55-59 jaar	60-64 jaar
	60 +	65 +

Voor veteranen geldt dat de indeling plaatsvindt naar geboortedag. Voor wedstrijden over twee of meer dagen geldt de eerste dag.

de wissel

officieel orgaan van de atletiekvereniging "haarlem"
opgericht 8 oktober 1920
koninklijk goedgekeurd
ingeschreven bij de kamer van koophandel haarlem
registratienummer: v 594199.

Jaargang 43
Nummer 9
november 1988

"verschijnt 10 maal per jaar"

redaktieadres:
nico treep
vooruitgangstraat 79, 2032 rh haarlem
tel. 023-355285

voorzitter:

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

vice-voorzitter:

bert steen
duinoordstraat 37
2023 wb haarlem

secretaresse:

mevr. i. b. de wit-v.d. ree
velserstraat 18 rd.
2023 ec haarlem
tel. 023-263123

penningmeester:

wim hartman
corn. van de lijnlaan 12
2024 bb haarlem
tel. 023-256036

wedstrijdsecretaris:
(A/B jun. + senioren)

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

wedstrijdsecretaris:
lange afstand:

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

jeugdcommissie/
ledenadministratie
(C/D jun. + pupillen)

jos van belle
sparrenstraat 26
2023 wx haarlem
tel. 023-272338

arts:

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

Redactieadres: José Capellen, Rijksstraatweg 377, 2025 DB HAARLEM
Tel.: 023-374869 tel. overdag: 02510-26895

VAN DE REDAKTIE

Dit resultaat, het clubblad dat jullie nu lezen, had ik niet verwacht toen ik in het vorige clubblad de kopij datum tikte. Het zomerseizoen was tenslotte afgelopen en de wintertraining moest nog beginnen. Wat zou er dan in het clubblad kunnen verschijnen? Een restantje uitslagen had ik nog liggen dus dat was tenminste iets. Maar de rest was afwachten.

Gelukkig zitten atleten nooit stil en beleefd er altijd wel iemand iets waar hij of zij ons van mee wil laten genieten. Zo ook deze keer.
Een groep LOng DIstance atleten reisde weer af naar Angers. Bij het tikken van dat verslag moest ik weer denken aan september '83 (zolang geleden alweer?!) toen wij met 2 bouwes busjes vol atleten (van Haarlem en Atmodes) afreisden naar Sevran bij Parijs, om daar een weekend te "atletieken". Een zeer geslaagd weekend. Ik heb er nog een super 8 film van liggen, vol met zwaaiende atleten. Wanneer doen we zoiets weer?

Verder in dit clubblad passeert de TROS-loop, neemt een atlete ons mee naar de Canarische eilanden en loopt Jan Soldaat meteen maar even mee met de Landmachtkampioenschappen 4 x 6 km cross. En we kunnen er niet omheen, voor alle categorieën is de wintertraining weer begonnen. Zie voor informatie het gekleurde vel.

Wat ontbreekt in deze Wissel is "Het Wisseltje". Alles wordt opgespaard voor het Kerstnummer.

En nu ik het daar toch over heb, een ieder die een bijdrage wil leveren aan het slotnummer van 1988 dient zijn/haar kopij op zondag 4 december in te leveren!!!

Vol verwachting klopt mijn hart.....

officieel nieuws

IN MEMORIAM

Vlak na het verschijnen van het vorige clubblad bereikte ons het bericht van het overlijden van

JACQUES VAN DIJKMAN

Jacques heeft in de tijd dat hij lid was van onze vereniging zijn plaats gevonden bij de Lange Afstanders.

Ondanks al zijn wilskracht en levenslust, heeft hij deze laatste oneerlijke strijd niet kunnen winnen.

Wij wensen de familie en vrienden van Jacques veel sterkte toe om dit zware verlies te dragen.

ADRESWIJZIGING

Ingrid en Marieke Jonker verhuisd naar L. de Colignylaan 16, 2082 BN SANTPOORT-ZUID

GEREDUCEERD STUDENTENTARIEF

Mededeling voor alle atleten, geboren in 1970 of eerder, die een volledige dagstudie volgen.
Atleten, die menen aanspraak te maken op het gereduceerde studententarief dienen vóór 1 december 1988 een kopie van hun college- of inschrijfkaart in te leveren bij de penningmeester. Aanvragen in deze gedaan na 1 december 1988 worden niet meer in behandeling genomen, en men is dan het normale contributiebedrag verschuldigd.

LIDMAATSCHAP

Opzegging van het lidmaatschap dient schriftelijk te gebeuren vóór 1 december 1988 bij de secretaris: Mevrouw I.B. de Wit - v.d. Ree, Velserstr. 18 rd, 2023 EC HAARLEM

JAARVERGADERING

Noteer in je agenda van '89, de jaarvergadering vindt plaats op 23 februari '89.

INDOOR IN DORTMUND

De programma's en data van de indoorwedstrijd(en) in Dortmund zijn bekend. Informatie is te verkrijgen bij Joop van Drunen of de trainers.

EUROPESE INDOORKAMPIOENSCHAPPEN TE DEN HAAG

Voor deze kampioenschappen die op 18 en 19 februari in de Houtrusthallen worden gehouden, kunnen nu reeds toegangskaarten besteld worden.
- dagkaart voor zaterdag of zondag ƒ 40,= per dag per persoon
- een passe-partout voor beide dagen ƒ 75,= per persoon

Stuur een briefje naar de KNAU met daarop je naam, adres, postcode en woonplaats en geef duidelijk aan hoeveel en welke kaarten je wilt hebben. Vermeld op het briefje ook welke totaal bedrag je hebt overgemaakt op girorekening Nr. 41.32.627 t.n.v. KNAU, Nieuwegein o.v.m. EK indoor 1989. Bestellingen zullen op volgorde van ontvangen betalingen worden behandeld. Bestelde kaarten zullen eind januari '89 aan u verzonden worden. Door groot aantal persmensen, publieksplaatsen beperkt.

TRAINEN MET DE KERST

De training op 1e kerstdag komt te vervallen en wordt verplaatst naar 2e kerstdag.

---

om aan te schaffen:

a.v. "haarlem" wedstrijdshirt met klubembleem div. prijzen
a.v. "haarlem" atletiekbroekjes div. prijzen

verkrijgbaar bij joop van drunen.

speel mee in de toto/lotto

inlichtingen bij mevr. hartman tel. 256036

Nationale wedstrijd KAV Hellas Utrecht 21 augustus

800 m heren series		Hoogspringen heren	
Jeroen Scheffer	2.01.5	Remco Steen	2.07

Open Haagse Kampioenschappen 27 augustus

400 m heren series		400 m horden heren series	
Guus Groskamp	50.39	Oscar Soethout	59.05
Discuswerpen heren		**110 m horden heren**	
2. Les Brown	45.22	Frank Versteeg	14.87
		Oscar Soethout	16.79
110 m horden heren finale			
6. Frank Versteeg	14.88		

Instuif GAC te Hilversum 2 september

3000 m heren series		1500 m heren series	
2. Rienk Postuma	8.51.7	4. Marcel Verzijlberg	4.16.4

Instuif Vitesse Overvecht Utrecht 2 september

Hoogspringen heren/J.A/B		Verspringen heren/J. A/B	
Erik Rollenberg	2.16	Remco Steen	5.87
Remco Steen	1.95	Misja Steen J.A.	5.66
Misja Steen J.A.	1.80		

Instuif Amsterdam Ookmeer 9 september

100 m heren series		Kogelslingeren	
Ruud Wielart	11.3	Les Brown	30.34
800 m dames		**3000 m dames**	
Nicolet Zwaan	2.30.0	Marianne v.d. Linde	9.43.9
800 m Jongens A/B		**800 m heren**	
Ger Wessel	2.03.7 PR	Willem van Wouw	2.03.8
Dennis Heyink	2.07.6 PR	Jeroen Scheffer	1.59.5
Jeffrey Sullivan	2.05.7	Lex Wolff	1.59.7
		Lex Verbeek	2.01.6
Hoogspringen heren/J. A/B		Peter Niessen	2.02.1
Remco Steen	2.05		
Erik Rollenberg	2.00	**Discuswerpen heren**	
		Les Brown	47.06 +
3000 m heren		Ruud Wielart	43.86 PR
Huib Akersloot	8.51.0	Maarten Hartman	34.70
Bert Hulsman	8.58.8 PR		
Marcel Verzijlberg	9.12.5	+ = beste seizoen prestatie	
Ronald van Bochove	9.11.4		
Paul van Diepen	9.15.8		
Huub Ollarbe	10.00.2		
Mac Hirs	10.32.6		
Lex v.d. Pol	10.41.6		

Verenigde Spaarbank Promotiewedstrijd De Blauwe Berg te Hoorn 18 september

Kogelslingeren		Hoogspringen heren	
Gosse v.d. Velde	39.02	Erik Rollenberg	1.95
		Remco Steen	2.00

1500 m heren series		Polsstokhoogspringen	
Rienk Postuma	3.59.34 PR	Pim Göbel	4.30 +
Jeroen Scheffer	4.01.27		

60 + 1 wedstrijd GAC Hilversum 18 september

110 m horden heren	
Oscar Soethout	16.4

Avondwedstrijd Leiden 22 september

5000 m heren	
Jeroen Scheffer	14.55.3 PR

Instuifwedstrijd De Vork Heerhugowaard 23 september

100 m heren	
Ruud Wielart	10.7 aangedreven door een klein orkaantje.

Discuswerpen heren		Kogelstoten heren	
Maarten Hartman	30.84	Gosse v.d. Velde	9.74
Ruud Wielart	39.92		

Tot slot nog de uitslagen van de junioren A/B competitie finale 2e klasse die op 11 september op onze eigen baan werd afgewerkt.

100 meter		400 meter	
Jerry Brouwer	11.6	Paul Drommel	51.7
800 meter		3000 meter	
Ger Wessel	2.02.5 PR	Dennis Heyink	9.13.9 PR
Verspringen		Hoogspringen	
Marvin Isselt	6.10	Misja Steen	1.80
Discuswerpen		Speerwerpen	
Misja Steen	34.90 PR	Ivo Spanjersberg	48.38 PR
Kogelstoten		Estafette 4 x 100 m overgelopen	
Etienne de Groot	11.99	Haarlem	45.7

Totaal
2e plaats met 7.217 pnt.

0-0-0-0-0-0

GROOTS ONTHAAL IN ANGERS

Nog niet de oudste van het Haarlemse gezelschap, maar wel de snelste. Zijn Franse woordenschat blijft beperkt tot bonjour en adieu, maar op het afscheidsfeest heeft hij het hoogste woord en vindt het eigenlijk maar vreemd dat de Fransen zijn koeterwaals niet goed begrijpen. Een gangmaker op de weg en in de zaal: Victor Zonneveld. Aan de start zo geladen als een pistool, 's avonds zingt hij ontspannen "Hup Holland Hup".
Haarlemse beste veteraan stak zijn lof over de gastvrijheid van de Fransen niet onder stoelen of banken. Inderdaad, we zijn weer grandioos onthaald in Angers. De zware autotocht van ruim achthonderd kilometer waren we snel vergeten toen we vrijdagavond om twaalf uur aanschoven aan het koud buffet. De cadeaus vlogen weer over de tafel en in de Waterleidingduinen en op het Kopje wemelt het onderhand van de rode windjacks.

Het programma, dat de Fransen ons voorschotelden was dit jaar minder zwaar dan in 1987, toen we in de kou op sleeptouw werden genomen naar wijnkelders en champignon-grotten. De folklore bleef beperkt tot een leisteenmuseum compleet met een demonstratie dakpannen maken. De dialezing gaf ons uitstekend de gelegenheid even de ogen te sluiten.
Daarvoor, in de ochtend, werden we na het traditionele trim-halfuurtje in de stad losgelaten, waar Lex van de Poll het klaarspeelde in een mum van tijd zoek te raken. Aanlijnen dan maar.
Het hoogtepunt van die dag vormde de receptie op de Franse streekkrant Le courrier de l'ouest, waar de buitenlandse atleten aan elkaar werden voorgesteld en even van de champagne mochten nippen. Na het legen der glazen mochten we plaatsnemen voor twee videoschermen, waar de finale honderd meter in Seoul voor ons nog even werd afgedraaid. Na deze oppepper kregen we in de stad een diner aangeboden en daarna mochten we ons in de prinsheerlijke bedden van onze gastheren voorbereiden op de wedstrijd.
Winnaar van de 20 kilometer van Angers werd de Fransman Didier Bernard in 1.01.13., Victor werd derde veteraan in 1.08.34. Bij de vrouwen zegevierde de Engelse Nebbie Noye in 1.11.11 en tweede Marianne van de Linde in 1.15.38.
In Frankrijk, tenminste in Angers, heeft een dergelijke wedstrijd veel allure en daarbij valt onze thuiswedstrijd, de Nieuwe Brug-loop, geheel in het niet. De prijs-uitreiking heeft plaats in het stadhuis en zo'n beetje iedere magistraat die in de nabije omgeving te vinden is, geeft op deze receptie acte de presence. Ook wordt geen onderscheid gemaakt tussen een elite-kliekje en het gewone voetvolk, zoals bij de TROS-loop. Iedere deelnemer mag zijn dorst lessen met de gemeentelijke wijn of jus d'orange.
Of het dan nog niet genoeg is, het klapstuk van het weekeinde moet dan eigenlijk nog beginnen. Een diner met zeven gangen, een overvloed aan drank, liedjes, Franse grappen en grollen, muziek en dans. Het zal voor ons nuchtere Haarlemmers nog een hele toer worden om in het voorjaar uit de schaduw van de Fransen te treden.

Ton van Doorn

Uitslag

21.	Victor Zonneveld	1.08.34	121.	Johan Sneek	1.17.26
36.	Ton van Doorn	1.10.30	165.	Bas Suurmond	1.19.27
68.	Ron Bons	1.13.44	225.	Bob Geertsema	1.23.23
73.	Hans Hageman	1.14.26	227.	Paul van de Pol	1.23.24
76.	Gerko Vos	1.14.42	239.	Huub Ollarbe	1.23.56
92.	Marianne v.d. Linde	1.15.38	306.	Lex van de Poll	1.26.04
107.	John Veenendaal	1.16.32	341.	Arno Molenaar	1.27.29

NA EEN EIND EEN NIEUW BEGIN

Elk jaar eind september zijn de gladiatoren van het atletiekgebeuren moe en free-weelen de maand oktober rustig door, of gaan helemaal plat. Er zijn ook atleten die nemen de kans waar eens een totaal andere discipline in die tijd uit te oefenen. Als sprinter of horden loper de tros-loop meemaken.
Hoe kom je er eigenlijk bij om als sprinter lange-afstand te gaan lopen? Een algemeen beeld bij de meeste atleten is een sprinter wil niet moe worden. Misschien hebben ze wel gelijk, maar niet alle sprinters zijn sprinters en zo is het ook met mij. Een lange duurloop vind ik bijna net zo lekker als uit je startblok weg schieten, ik krijg er gewoon een kik van. Dat is een hele openbaring hè! En ik deed met de Tros-loop mee omdat ik met andere sportieve vrienden gezellig moe wilde worden.
Aan de start van de 8,5 km kwam ik nog twee A.V. Haarlemmers tegen, Frank Versteeg en Jaap van Deursen. Zij vertelde me dat Marcel Verzijlberg en Frank v.d. Aardweg ook meededen.
De organisatie en wij hadden geluk want het was stralend weer.
Het was met recht een prestatieloop want de eerste 200 m was het wandelen. De oorzaak daarvan was de grote opkomst en het geval dat ik achteraan stond.

Frank Versteeg had me bij de start nog laten weten dat hij omstreeks 30 min. wilde lopen. Ik dacht dat kan hij wel schudden, en dat vermoeden werd versterkt toen we het Houtmanpad op moesten; dringen en duwen. Het viel me nog mee dat er geen één in het water belandde.
Na het Houtmanpad kreeg de menigte lucht, en vielen de eerste zwaarademende lopers al stil. Langs Elswout richting Kraantje Lek. M'n vrienden was ik in het gedrang al kwijt geraakt. Tussen deze trimmers voelde ik me als sprinter een hele kanjer. Ik haalde alleen maar mensen in, (ik was natuurlijk achteraan begonnen). Op een gegeven moment zag ik zowaar een blonde hordenloper opdoemen. Bij het CIOS groeten wij elkaar en liepen nog een tijdje samen.
Toch was deze prestatieloop zo voorbij. Een spandoek van nog 1000 meter finish, we zien u graag terug bij het stadscafé gaf de laatste impuls om er een schepje bovenop te doen! Helaas had ik een verkeerde veronderstelling gemaakt, bij het stadscafé kreeg ik een mentale klap, hier was de finish nog niet. Gelukkig was deze niet zo hevig, want ik kon er nog een prima eindsprint uitpersen, en nog wel tegen een oud gediende van A.V. Haarlem, Bart van Rijsbergen. Moe en voldaan over de finisch, en een opmerking: "Nico 8,5 km, dat is toch niet goed voor jou!" Hoe de andere het tijdens deze prestatieloop er vanaf gebracht hebben weet ik maar gedeeltelijk. En of ze de ijskoude coca-cola na de race in hun samenschrompelden maag konden verdragen weet ik ook niet helemaal.
Ik weet wel, dat Frank v.d. Aardweg en Marcel Verzijlberg voorin zijn geeindigd en Jaap v. Deuren omstreeks 34.30, Nico Treep 35.10 en Frank Versteeg ± 35.40 min. hebben gelopen.
Na het schrijven van dit stukje hoorde ik dat er nog twee A.V. Haarlemmers mee hadden gedaan. Ook die zullen wel voor een sprinter als ik geëindigd zijn. Dennis Heyink en John Meuren hebben ook de 8,5 km volbracht. Proficiat!

Nico Treep

Uitslag

Jaap van Deursen	34.30	Frank Versteeg	35.40
Nico Treep	35.10	Baltien de Wit	43.00

De tijden van Marcel, Frank v.d. A., Dennis en John heb ik niet kunnen achterhalen.

DE EERSTE TRAINING

Toen ik vanuit het krachtcentrum mijn eerste wintertrainingsrondje ging maken, op 25 oktober jl., leek alles nog normaal. In het fietsenrek stonden ± 3 exemplaren, een aantal waar wij aan gewend waren. Toen ik bij het krachtcentrum terugkeerde, dacht ik even dat er een jaarvergadering was. Een zee van fietsen met zadelhoogtes tussen de 1 en 3 meter N.A.P. Vol belangstelling ging ik naar binnen en trof daar een groep aan die zelfs de strengste leraar zou afschrikken (30 man). Ziehier het verband met de trainer; Les Brown, sportinstructeur in de Bijlmerbajes!
Ik vroeg mij al af waarom deze groep, al is dit al een te mooi woord, Les als trainer kregen. Maar nee, ik ben natuurlijk weer aan het overdrijven. De groep viel mij hardstikke mee. Over het algemeen lijken ze me wel fanatiek. Trouwens, als ze dat niet zijn pakt Les ze even in hun nekvel, kijkt de betrokkene aan met zijn mooie blauwe ogen en zegt dan de mooiste zin die ik ken. DOENNNNNN! Anders krijg je geen neger zoentje!!"
De maximaal test verliep een beetje rommelig, maar dat kan gebeuren met zo'n grote groep, waarvan de meesten nog nooit krachttraining hebben gehad. Na de training een korte bespreking. Een vruchtbare bespreking, kon ik wel stellen. Dit is de eerste keer dat ik meemaak, dat de zaken op deze manier op orde gesteld worden. Het begint waarachtig professioneel te lijken, of kan ik beter zeggen, minder amateuristisch?

De belangrijkste zaken die aan de orde kwamen wil ik nog even herhalen.
Het belangrijkste is dat iedereen zoveel mogelijk op de "normale" trainingen komt.
Als iemand verhindert is, moet hij ongeacht de reden, afbellen (in eerste instantie) bij Joop van Drunen. Degene die niet regelmatig op de "gewone" trainingen komen, maken geen aanspraak op de gespecialiseerde trainingen.
Speciale trainingen worden georganiseerd voor de sprinters, hordenlopers, hoogspringers, middenafstanders/lange afstanders, werpers enz.
Les Brown behoudt echter de coördinatie, alles gebeurt in overleg met hem.
Ook belangrijk is dat alles zoveel mogelijk als groep gedaan wordt. Dit vooral met het oog op de wedstrijden. (De meesten moeten toch echt eens meemaken wat voor sfeer er heerst als je met een groep naar indoorwedstrijden in Dortmund gaat, waar de aanwezige Oost-Duitsers je dan wel aan alle kanten voorbijlopen, maar dat geeft verder niets).
Verder werden er nog afspraken gemaakt betreffende de muziek in het krachtcentrum enz. Het enige wat er nog ontbrak was de voorlichting over sex voor of na de wedstrijd, maar dat wordt waarschijnlijk aan de natuurlijk ruim ervaren atleten zelf overgelaten.
Ook werd er nog verzocht het fenomeen "feest" enigzins beperkt te houden. De telefoonkosten van het annuleren zijn helaas niet aftrekbaar. Als iedereen zich aan de afspraken houdt, denk ik dat we (een paar) zeer goede competitieploeg(en) krijgen.
Dus DOENNNNN!!!!

Jerry

LANZAROTE

Als je op vakantie wil en je kan een atletiekbaan niet missen dan is behalve de Algarve in Portugal ook Lanzarote (een Canarisch eiland) zeker aan te bevelen.
De temperatuur komt er het gehele jaar zelden onder de 20° en regenen doet het er over 't algemeen weinig. Dit is ook wel aan de natuur te zien. Er groeit weinig behalve een enkele palmboom en grote cactussen. Verder is de grond zwart omdat 't grootste deel van het eiland bedolven ligt onder een laag lava. Het noorden is wel groener, hier bevindt zich ook de stad met de 1000 palmen.
Verder is er in 't noorden de Vuurberg. Vijftig centimeter onder de grond is het al 200° C. Deze berg kun je per kameel bezichtigen. In het noorden heb je ook nog de grotten en een onderaards meer wat heel mooi is om te zien.
Zo'n beetje in 't midden van het eiland maar wel dicht bij de kust ligt het appartementen complex La Santa Sport. Hier bevinden zich behalve de atletiekbaan ook 10 tennis - 6 squash en 6 badmintonbanen. Er is een olympisch zwembad en een mooi gewoon zwembad met zonnestoelen. Je kunt er ook voetballen, basketballen, tafeltenissen en racefietsen. Voor de krachtpatsers is er een grote fitnessruimte waar het krachtcentrum van Haarlem wel 2x in kan (en dat is al zo groot). Alles is gratis te doen. Je moet alleen 's morgens boeken voor dezelfde of de volgende dag. De rackets kan je ook allemaal gratis lenen. Dit zit allemaal bij de prijs inbegrepen (speelballen niet).
De appartementen hebben 2 electrische pitjes waar je kunt koken maar er zijn ook 3 restaurants met alle verschillende menu's (pizzeria-, vis- en vleesrestaurant).
Voor de swingers is er een discotheek en voor de shoppers zijn er verschillende gezellige winkeltjes en een supermarkt.

Kortom, een heerlijke sportieve zonnige vakantie is daar wel van te maken.

Nicolet

DIENSTTIJD

Na de aanmelding de eerste dag bij legerplaats Crailo bij Hilversum, wordt enthousiast meegedeeld dat de volgende dag de Landmachtkampioenschappen 4 x 6 km cross gehouden worden. Alras wordt er iets geregeld, zodat er meegedaan kan worden en er met militair vervoer wordt afgereisd naar een bouwvallige kazerne te Ede. Een oude gymzaal volgestouwd met stoelen waarop men zijn kleding kwijt kan, dient als kleedkamer.
De - me uit mijn voetbaltijd niet onbekende - lucht van Midalgan vermengd met een scherpe transpiratielucht pijnigt luchtwegen en reukorgaan. Veel oude fanatieke mannetjes met baardjes. Ze kleden zich om in donkerblauwe trainingspakken uit de tijd deze nog voor 25 gulden bij de S.R.V. konden worden aangeschaft (wat ze ook gedaan hebben). Over de trainingsbroek veelal een katoenen sportbroekje. De weinige vrouwelijke militairen in de gymzaal (voor zover ze als dusdanig herkenbaar zijn) vangen ondanks hun uiterlijk de begerige blikken van het manvolk. Sommigen concentreren zich op de wedstrijd die komen gaat.
Het parcours mag er wezen: 3 lussen van 2 km over de Ederheide, elk met een lange zandheuvel. Nadat 3 lopers het parcours hebben afgelegd kan door de laatste loper een 12e plaats worden omgezet in een 6e plaats, minder dan een minuut van de winnaar verwijderd.
Nadat er in een tent gedouched is, zijn bij het lopend buffet 's avonds de fanatieke mannetjes met ringbaardjes ook weer aanwezig. Nu echter in vol uniform, met hierop al hun sportinsignes en sterretjes en koorden aan de schouder, die ze met hun sport verdiend hebben. Sommigen lopen enigszins gebogen, omdat de last van de tientallen insignes hen bijna teveel wordt. Ze voelen zich nu beduidend beter op hun gemak. Ik niet, want ik heb nog geen uniform en zeker nog geen koperwerk op mijn borst. Na een berisping van het opperhoofd; - het oude, fanatieke mannetje met ringbaardje, die het meeste koperwerk op zijn borst en schouder heeft - (uit wraak omdat ik hem zo hard voorbij liep denk ik) én vanwege het feit dat ik als enige in burger ben en dat niet zo hoort en zo, mag ik verder smullen van mijn Hollandsche kost (friet en appelmoes)....

Een groter contrast met het veldlopen in de Verenigde Staten is haast niet denkbaar.

Paul Jaspers

HET IS WEER BEGONNEN

Datum van schrijven: 7 november.
Lichamelijke toestand: pijnlijk onwillige spieren.
Reden: opgelopen tijdens de eerste zondag wintertraining op 6 november.
Remedie: zeer regelmatig de trainingen gaan bezoeken.

Zoals iedereen (hoort te) we(e)t(en) is de wintertraining van start gegaan. De verschijnselen zijn duidelijk. Zaterdagavond enigzins rekening houden dat er zondagochtend getraind moet worden. En je zondagmorgen rot schrikken van een wekker, die je dan maar een lel verkoopt omdat hij volgens jouw op een idioot vroeg tijdstip afloopt, totdat het tot je doordringt dat je je warme bed uit moet om in de kou je wekelijkse duintraining af te werken. Ik ken het verschijnsel al jaren en probeer dan ook al jaren om het moment van opstaan uit te stellen. Het is maar goed dat ik iemand op moet halen zodat ik er wel uit moet. Een stok achter de deur dus. Maar elke keer als ik moe thuis kom van de training ben ik ook voldaan omdat ik mijn zondag voor een deel weer zeer actief heb doorgebracht terwijl de rest van de stad nog wakker moet worden. Tenminste die indruk heb ik altijd.

Zes november was dus de eerste wintertraining. Ik zag er wel een beetje tegen op. Door vakantie, een griepje en een trainingsloze oktober maand had ik toch wel weer een achterstand opgelopen. Van mijn goede voornemens om zelf wat te gaan lopen kwam ook niets, en zoiets moet je altijd met spierpijn bekopen. Gelukkig waren er zondag meerdere die al een tijdje verstek hadden moeten laten gaan en konden we

elkaar oppeppen. Na wat loopscholing werd er een fijn heuveltje opgezocht en mochten we van onze trainer lekker in het rulle zand omhoog lopen, springen en wat al niet meer. Nadat we daar uitgespeeld waren gingen we ons bekwamen in rondjes lopen. Ook hier natuurlijk een stiekem heuveltje. Het duurde wel enige tijd voordat het bij de dames en heren doorgedrongen was wat nu precies de bedoeling was. Zou u het - enigzins vermoeid - snappen? 1 rondje, 1 rondje, 1 rondje, 1 rondje, 1 rondje, 2 rondjes, 1 rondje, 1 rondje, 3 rondjes. Afijn het IQ peil was laag, maar we kwamen eruit. Niet iedereen kon het door vermoeidheid helemaal afmaken maar door deze gemengde dames/meisjes en heren ploeg werd toch goed getraind.

Zowel bij de dames als heren ontbraken toch nog een heel stel atletes(n). Maar eerlijkheidshalve moet gezegd worden dat de dames en meisjes wel in de minderheid waren. Waar waren die ± 25 andere dames en meiden? Nou ja, het was natuurlijk nog maar de eerste training, even wennen nog aan de omschakeling. We weten dat er bij de dames nogal wat werkende meiden zijn, die een beroep hebben met onregelmatige werktijden; verpleegsters, agentes, stewardessen, of junioren die op zondag een baantje hebben. Maar ik hoop niet allemaal! Komen de meiden die van de zomer zo enthousiast mee trainden ook weer, of zien jullie net als ik deed, op tegen de spierpijn? Even doorbijten dan want ook dat gaat wel weer over als je maar regelmatig komt trainen. De zondagochtend training gaat altijd door. Als we van elkaar weten dat iedereen steeds komt moet dat toch een stimulans zijn? Iedereen heeft wel eens een reden dat hij/zij niet kan komen, bel dit dan even door (naar Joop van Drunen). Als jullie dit lezen zijn er al meerdere trainingen geweest. Ik hoop dat er ondertussen meer atletes(n) de weg naar het militair terrein hebben gevonden.
Voor de dames en meisjes A/B is er dit jaar i.p.v. een zaaltraining een training in het krachtcentrum. Ook hier is het de bedoeling dat we iedereen regelmatig zien en o.l.v Frank Dirkx (en goede muziek, neem zelf bandjes mee) heel wat zweetdruppeltjes zullen produceren. En na afloop weer even bijkomen bij een kopje koffie, thee of iets anders (?) (tegen een kleine vergoeding). Als iedereen komt is het krachtcentrum volgens mij te klein. Het is aan ons om te laten zien dat Haarlem een gemengde vereniging is, we hebben dezelfde rechten als de heren. Maak er dan ook gebruik van!!

José

BEDANKJE

Ik wil alle A.V. Haarlemmers bedanken die een bezoekje hebben gebracht aan de tentoonstelling "Haarlem belicht".
De tentoonstelling is voor de Hennemangroep een succes geweest.
Er zijn ongeveer 2200 bezoekers geweest!

Nico

GROETEN

Aan alle A.V. Haarlemmers,
Groeten van Guus Groskamp en Oscar Soethout.
PIZZA controleurs in New York City.

L O D I ' S H O T L I N E

- Bij het overlijden van Jacques van Dijkman.

Wat blijft zijn de fijne herinneringen.

Het blijft niet te vatten. In zo'n korte periode krijgt iemand, in de kracht van zijn leven, te horen dat hij ongeneeslijk ziek is en slechts luttele weken daarna komt er een einde aan zijn leven. Niet alleen onbegrip, maar ook woede. Waarom?
Je blijft steken in schijnbare clichés. Het is meer het onvermogen om je gevoelens onder woorden te brengen.
Maar aan zijn veel te vroege dood zijn tweeënveertig jaren vooraf gegaan. Jaren waarin ook wij ontzettend veel lol met elkaar hebben gehad.
Van Jacques hebben wij afscheid moeten nemen; de warmte van de herinneringen blijven wij voelen.
Wij wensen zijn vrouw en zijn twee kinderen heel veel kracht toe.

-Voor degenen die zijn graf willen bezoeken, Jacques ligt begraven op de St. Barbara begraafplaats aan het Soendaplein in Haarlem-Noord.

-Zondag 09 oktober, Amsterdam - Dam tot Damloop - 10 E.M.
Stromende regen, enorme plassen. Niets kon Kees van Dommele van (weer) een zeer scherpe tijd. Slechts een aantal tijden zijn doorgesijpeld.

Kees v.Dommele	51.48	Marianne v.d.Linde	59.06
Victor Zonneveld (2e vet.IB)	54.01	(7e vrouw)	
Evert v.Ravensberg	54.36	Willem v.Etten	66.

-All over the World - deel I - West-Berlijn, 09 oktober. Voor zijn debuut op de marathon trok John Jongboom de grens over. Een blessure maakte een gedegen voorbereiding niet mogelijk. In dat licht bezien is zijn 3.44 zonder meer verdienstelijk.
All over the World - deel II - Almere, 16 oktober. Voor Henk van Bakel was deze marathon min of meer zijn rentree en om te kijken of, misschien dan toch, De Haarlemmermeer??Test geslaagd : 3.00.10.
All over the World - deel III - New York, 06 november. Daar waar Bettiol ruim een uur daarvoor op de grond lag, daar ging Willem van Etten door. Misschien had hij zich een wat scherpere tijd dan zijn 3.21 toegedacht, maar Manilla dat wordt het!! On the road?

-Zaterdag 15 oktober, Lisse - 25 km.
Er wordt wat afgetest. Nu voor Etten-Leur.

Gerko Vos	1.32.55
Kick Sabelis	2.02

-Zondag 16 oktober, Santpoort - Pim Mulierloop - 15 km.
Wat Evert allemaal niet is overkomen (alleen geen aanrandingen) en dan toch nog zo'n tijd. Terug na blessures en ander (loop-) ongemak: Ruud, Arie en Marjan.

5e	Evert v.Ravensberg	50.49	Marianne v.d.Linde (1e vrouw)		57.06
7e	Huib Akersloot	51.16	Johan Sneek		58.19
9e	Conno du Fossé	52.30	Bob Geertzema		60.27
10e	Ruud Porck	53.11	Arie de Goede		70.40
19e	Huub Ollarbe	56.01	Marjan Akersloot		75.08

-Zondag 16 oktober, Eindhoven - marathon
Hij is wel degelijk lid! De man die, samen met Theo&Theo , aan de start verscheen om zijn geluk te beproeven op de 42 kilometer. Dit is 'm : DICK VAN TOL.
Het was tevens Dick z'n eerste marathon. Met zijn 3.22.24 finishte hij 3 minuten achter de ene Theo en 3 minuten vóór de andere Theo. Een knap debuut.

-Vrijdag 21 oktober, Schiphol - 21 km.
Nou Ruud ga je nog? Nee, ik wil zondag lekker knallen. Dus ..... aan de start Ruud. Trainingsloopje; toch? Tijd 1.15.35 't Ging lekker, dus ..... In ieder geval bleef hij wèl achter iemand die een wedstrijd normaal plant. Ruud, Ruud, Ruud.

3e Victor Zonneveld	1.12.12	Dik Nol	1.29.59
6e Ruud Porck	1.15.35	René v.d.Zwaag	1.36.50
		Kick Sabelis	1.41

-Zondag 23 oktober, Haarlem - TROS-loop - 21km.
Fantastisch. Perfecte kadans. Uiterst gesoigneerd. Soepele stijl. We zagen hem wel! De man die door geen tegenstander was bij te benen. De man met de ranke beentjes. Inderdaad, die man op de fiets in de begeleiding en soms in de achtervolging was onze Ton v.d. Linden. Voor het overige was het een vrij vlakke wedstrijd. Voor Kees was het gegokt (=onder de 1.10), maar verloren. Voor Kick Sabelis was het een treurige dag. Als laatste test (alweer een test) voor Etten-Leur, moest hij de strijd halverwege staken. Weg Etten-Leur. Niet echter Willem van Etten. Hij kàn wel lopen. Ik kan het maar niet onthouden. Is die met die dikke buik nou Bassie of is 't Adriaan?

11e	Kees v.Dommele	1.13.06	Theo v.Gijtenbeek	1.21.47	Bob Geertzema	1.29.43
13e	Evert v.Ravensberg	1.13.33	Dick de Waal M.	1.22.45	Martin Molenaar	1.31.40
15e	Ton v.Doorn	1.15.07	Gé Broertjes	1.23.09	Dick Aarts	1.32.54
	Bert Hulsman	1.16.02	Ron Liefrink	1.24	Dick v.Tol	1.35.27
	Conno du Fossé	1.16.44	Marianne v.d.Linde	1.24.56	Sjoerd du Pon	1.36
	Ruud Porck	1.17.30	Hil de Lange	1.25.08	Conny Witteman	1.45
	Gerko Vos	1.18.40	Willem v.Etten	1.25.30	Henri Meure	1.47
	Ron Bons	1.19.33	Ronald Driessen	1.25.30	Joke du Pon	1.50
	Johan Sneek	1.21.25	Mack Hirs	1.27.08		
	Huub Ollarbe	1.21.46	Lex v.d.Pol	1.29.38		

-test - test - test - test - test - test - test - test - test - tets -tststssssest
-Zaterdag 29 oktober, Etten-Leur - hele en halve marathon.
Hoe sterk het lopen van Gerko, Ruud en Ron ook was, de sensatie was de tijd van Marianne. Eenzestien !! (Ook sneu voor Ron, hij moest zich werkelijk het apelazerus lopen om , zoals de laatste tijd gebruikelijk, Marianne voor te blijven. Doe jij de afwas? Nou, laten we er om lopen.) Helaas, wat blijkt achteraf: zie D.Z.J.D.

De hele:			De halve:	
Gerko Vos	2.40.50		Ron Bons	1.15
Ruud Porck	2.41.51		Marianne v.d.Linde	1.16.05
Lex v.d.Pol	3.19.39		Huub Ollarbe	1.21.19
Dik Nol	3.21		Mack Hirs	1.24
René v.d.Zwaag	3.27.52		Theo v.Gijtenbeek	1.28
Sylvia Goes	3.54		Bob Geertzema	1.29

-Zondag 30 oktober, Hoorn - 10 km.
Ondanks zijn verwoestende laatste kilometer, was de laatste 400 m. van oud-clubgenoot Erik Kalhs nog verwoestender. 4e Erik Kalhs (DEM) 32.43
5e Evert v.Ravensberg 32.44
-Zaterdag 05 november, Aalsmeer - 10 km. (indoor!)
Ze is nu echt niet meer te houden. Ze denderde door de veilinghallen.
2e Marianne v.d.Linde 34.49
-Zondag 06 november, Den Haag - 10 E.M.
Met de wedstrijd gaat Evert harder. Hoewel Victor de laatste weken uitstekend draait, ook nu weer, moest hij toch 50 sec. op Evert toegeven. En Conno? Nog even geduld. Oliebollenloop ?

Evert v. Ravensberg	52.38	(35e)
Victor Zonneveld	53.28	
Conno du Fossé	56.10	

-Zondag 13 november, Haarlemmermeer - 61 km.
Zo'n twee maanden geleden hadden ze er niet of nauwelijks over gedacht. Een maand geleden: idem dito. Een week geleden : 2 zeker, 2 twijfelaars. Kortom of je nu zondagochtend bij Bert en Evert gaat trainen of de ringvaart rond loopt; je moet toch vroeg je bed uit en kapot ga je bij beide. De keus was snel gemaakt. Al was het maar om even een frisse neus te halen. Gerko, Henk, Dick en Mack : klasse.

Gerko Vos	4.31.02	(marathontussentijd : 2.59)
Henk v.Bakel	4.34.57	(,, 3.03)
Dick v.d.Vlugt	4.37.03	(,, 3.07)
Mack Hirs	5.27	(,, 3.37)

De Holland-atleten Willem Westerholt en Kees Hermans weerden zich voortreffelijk. Met respectievelijk 3.52.31(2.36) en 4.03.58(2.47) eindigden zij bij de eerste vijf.
Wie volgend jaar in ieder geval niet meedoet : Gerko Vos
Wie ook volgend jaar weer meedoet : Marius Jaspers
-Niet vergeten : zondag 04 december - onderlinge cross

Tot de volgende.

- D(aar) Z(it) J(e) D(an) : weg tekst, weg journalistieke carrière.Ron blijkt in Etten-Leur achter Marianne te zijn geëindigd (1.16.18).

Een gebroken Lodi.

West-Brabant Marathon - 29.10.1988

Ruud Porck Story

Santpoort, dinsdag 24 oktober.Aan de Bickerlaan gaan verscheidene wekkers af.Een daarvan is die van Ruud Porck.Het idee om a.s. zaterdag de marathon van Etten-Leur te lopen zal in de ochtend geboren zijn; want als je zo vroeg wakker wordt dan krijg je wel vaker heldere ideeën!
Ruud was nog niet ingeschreven en vroeg aan Evert wie er zoal de marathon zouden gaan lopen.Veel Haarlemmers èn Mac Hirs die zijn eerste daar zou gaan lopen, maar hij was aan zijn knie geblesseerd geraakt.Dus zijn startnummer was al in de kast verdwenen om daar niet meer uit te komen.Maar Evert als wedstrijd-makelaar had Ruud getipt voor dat startnummer.

Marathonlopers opgelet!
Nu ik net terug ben uit Etten-Leur waar de halve en de hele marathon werd gelopen, ben ik als lange-afstandloper zeer onder de indruk geraakt van de marathon en zijn lopers.Aangezien ik zelf ingeschreven was voor mijn eerste marathon, maar door een blessure het moest laten afweten, was Ruud Porck de eer gegund om op mijn startnummer te lopen.Ik heb tegen de verwachting in een halve gelopen en dat ging redelijk goed.Toen ik gefinishd was heb ik Marianne gefeliciteerd met haar succes : 1.16.05 (2e dame) ! Daarmee was ze Ron (1.16.18) te snel af.
Vervolgens ging ik samen met Theo van Gijtenbeek het dorp in om te proberen of we een fiets konden huren, zodat we de marathonlopers(sters) tegemoet konden fietsen. Leuk idee, maar geen fiets te huur.Jammer.hè Mac, zegt Theo.Mac heeft echter een idee; hij loopt de tuin in bij familie Bordin, trekt aan de bel met de mededeling: Goedenmiddag, ik ben Mac Hirs, coach lange-afstand van A.V. Haarlem.Ik wilde even vragen of het misschien mogelijk is om een fiets te huren, want er zitten nog een paar atleten in de marathon, die we tegemoet willen fietsen."Coach geen probleem, neem de fiets maar mee." Theo toch nog wel verbaasd dat ik met fiets aan de hand terugkom, liep gelijk bij de buren het pad op en belt aan.Buurvrouw doet open, het zelfde verhaal en binnen vijf minuten Theo en Mac op de fiets onderweg.

Het 35-km.punt en nog niemand in zicht.Voor mij is het een hele ervaring als ik de eerste lopers voorbij zie komen.Onbegrijpelijk dat ze er al 35 km. op hebben zitten en (gewoon) nog doorlopen.Ik krijg bij die gedachte al een draaierig gevoel.Ik ga maar even in het gras zitten.
Inmiddels ben ik alleen, Theo fietst met Willem Westerholt mee.Ongelooflijk al die lopers, wat gaan ze hard.Op dat moment nadert Ruud Porck.Er gaat van alles door me heen.Wat is ie mager.Nee dat is zijn normale lichaamsbouw.Wat is hij wit.Hij zweet volgens mij erg veel.Misschien moet hij wat eten.Het gebeurt allemaal in enkele seconden en dan is hij al voorbij.Maar ik sta te versuft en weet niet wat ik moet doen. Ik dacht dat ik het supporten gewoon leuk zou vinden, maar nu is het iets speciaals.Ik spring zonder verder na te denken op de fiets en rij verdwaasd en met traner in mijn ogen naar Ruud toe.Ik zeg niks, ik klap dicht.Ik heb nog nooit zoiets gezien of meegemaakt.Ruud loopt schitterend.
Hij kijkt echt alleen voor zich uit; ik zie zelf ook niks ik kijk hem niet aan of wel? het doet er niet meer toe ik rij naast hem.Ik wil wel schreeuwen en helpen, maar het is niet nodig Ruud loopt prachtig, de momenten daarna spreken voor zich.

We naderen het 40 km.punt en Ruud wil dan ineens niet meer verder.Hij wil wel,maar zijn lichaam wil niet meer.Op dat moment let ik niet op, want ik lees u nadert het 40 km.punt.En kreeg het dus weer even te kwaad op mijn fiets.Seconden daarna mis ik Ruud aan mijn zijde en schrik nog meer.Ik kijk op de klok 2u. 31min. en nog 2 km. Hij kan een p.r. lopen maar ik zeg niets.Ruud brult opeens : Mac het gaat niet meer en begint meteen te wandelen.Op dat moment vergat ik alles en gedroeg mij alsof er niks aan de hand was.Je gaat weer lopen verdomme, riep ik, dat wandelen bewaar je maar voor zondag.En binnen 2 seconden liep Ruud weer.Ik zei niets meer, ik voelde me rot, wat had ik nou gedaan?

Ruud wilde niet meer lopen en ik had hem binnen 2 seconden weer aan het lopen gezet. En hij liep ongelooflijk. Nog 1 km., ik word ontzettend nerveus, de klok tikt verder en Ruud loopt naar de laatste 500 m. Ik fiets niet meer verder en ga rechts door de menigte op zoek naar een parkeerplaats en ben zo gelukkig dat Ruud het heeft gehaald in een prachtige tijd : 2.41. Gelukkig. Met een gespannen koppie toch maar weer een paar andere andere marathonlopers opzoeken. Onder andere Lex v.d. Pol ging erg goed (3.19), René v.d. Zwaag ontzettend goed en ook mooi gelopen, Sylvia Goes. En al de Holland-atleten, ook zeer sterk gelopen.
(Gerko Vos pakte nog op het laatste moment Ruud - 2.40)

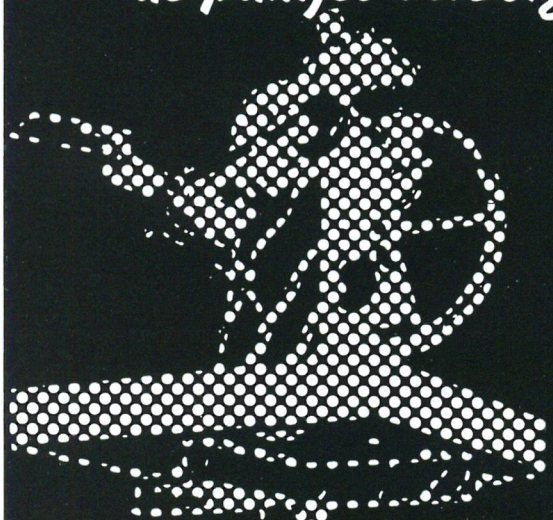
Echt alle marathonlopers, ik ben een stuk levenservaring rijker. Ik dacht over de marathon eerst toch anders dan nu. Ik heb er veel meer liefde voor gekregen en hoop ook zelf eens een mooie marathon te lopen. Ik hoop dat het gemakkelijker zal zijn als dat supporten op het fietsje.

Met 42.195 sportgroeten,

Mac Hirs

Naschrift : De fietsen kwamen weer bij de rechtmatige eigenaren terug en na slechts 14 slapeloze nachten ontvlamde Mac niet op de marathon, maar gelijk op de 1½ marathon! Tijdens de 11e Schipholloop stormde Mac in 5.27 over de finish.

uw drukwerk tot in de puntjes verzorgd...



fotozetterij/drukkerij
jos mathôt bv
rijksstraatweg 95
2024 db haarlem
☎ 023 - 27 44 44

Vakant

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

Trainingstechnische begeleiding
b.v. opzetten van eigen programma.

•

Bekers - medailles - vanen en linten
Eigen graveerinrichting

Amsterdamsevaart 62, 2032 ED Haarlem
Tel. 023-359710

Sports Cup
SPORTPRIJZEN

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

GÖBEL
SPORT

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

10 / 1988

68-88 Jaasiwa Gijitoojig

Ik houd van snelle acties, sterk tegenspel en af en toe 'n gave voorzet.

Ik ben bij de ABN.

ABN Bank

lotto x toto

Toto
Inleverings
Combinatie

U speelt toch ook Lotto-Toto?

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

Inlichtingen: mevr. H. Hartman,
Corn. v.d. Leijlaan 12, Haarlem
Telefoon 023-256036

J A A R V E R G A D E R I N G

Hierbij nodigen wij u uit de jaarlijkse algemene ledenvergadering bij te wonen op:

D O N D E R D A G 2 3 F E B R U A R I 1 9 8 9

in ons krachtcentrum op het Pim Muliersportpark te Haarlem.

Aanvang van de vergadering: 20.00 uur precies.

A G E N D A:

1. Opening door de voorzitter
2. Ingekomen stukken
3. Jaarverslag secretaris
4. Rapport van de kascommissie
5. Jaarverslag van de penningmeester
6. Wijziging van de verenigingsstatuten
7. Verkiezing van het bestuur

   Aftredend en herkiesbaar zijn:
   Joop van Drunen - voorzitter
   Baltien de Wit - secretaris
   Bert Steen - vice-voorzitter

   Voordrachten van andere kandidaten voor een bestuursfunctie dienen ondertekend door tien leden en vergezeld van een bereidverklaring van de kandidaat voor aanvang van de vergadering te worden ingediend.

   Ingevolge het nieuwe verenigingsrecht worden nieuwe bestuursleden voor een periode van 3 jaar gekozen, gevolg hiervan is dat er in 1990 geen verplichte bestuurswijziging zal zijn.

8. Vaststelling begroting 1989
9. Ingekomen voorstellen
10. Verkiezing kascommissie
11. Uitreiking prestatie-bekers etc.
12. Rondvraag en sluiting

Namens het bestuur,

Baltien de Wit
secretaris

JAARVERSLAG OVER 1988

Degene, die het financieel verslag over 1988 vóór de jaarvergadering wenst te ontvangen, dient onderstaande strook uiterlijk 15 januari 1989 af te geven aan, of op te sturen naar de penningmeester.
Het verslag zal dan omstreeks 10 februari 1989 aan u worden toegezonden.

Ik wil graag het jaarverslag over 1988 ontvangen.

Naam .....

Adres .....

Postcode en woonplaats .....