7/2004

de wissel

Clubblad atletiekvereniging „haarlem"

vinkesteyn

verwarmingstechniek

Totaalinstallateur van:

* centrale verwarming
* vloerverwarming
* warmtevoorziening zwembaden
* luchtbehandeling
* sanitair-badkamers
* zonne-energie

Specialist in zonne-energie

Lange Herenstraat 10
2011 LH Haarlem

UNETO-VNI

tel. 023 - 5320433 / fax 5324257

E-mail: vinkesteyn@planet.nl

Al 55 jaar het vertrouwde adres

HENRI BLOEM'S

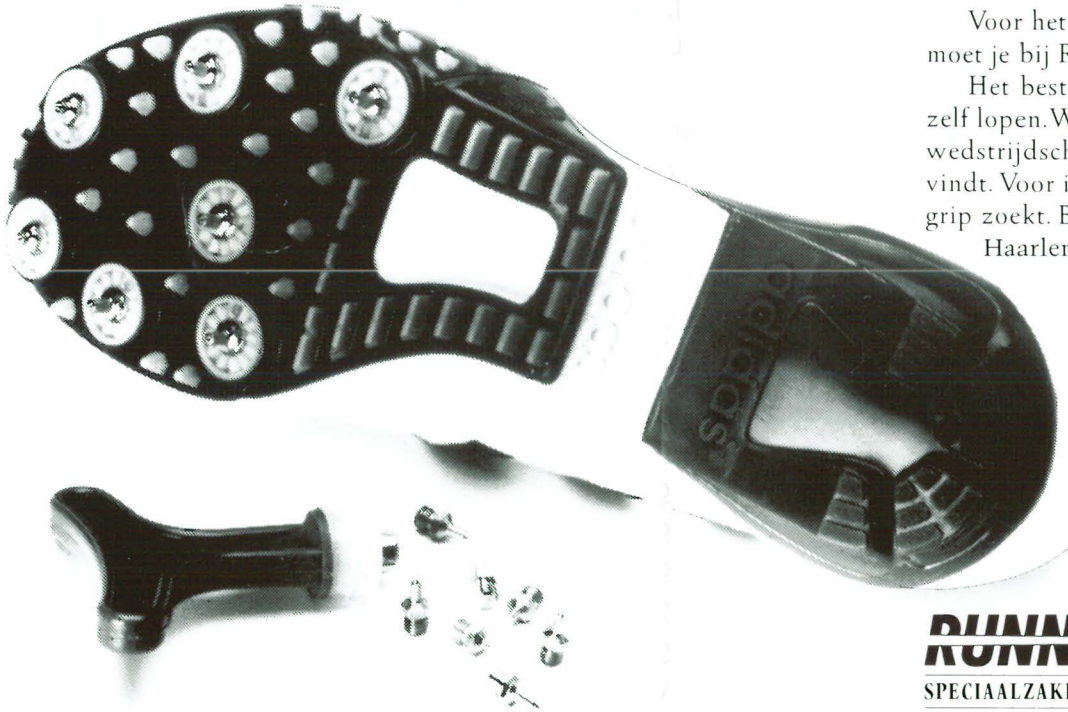
WIJNKOPERIJ

IMPORTEUR
VAN
KWALITEITSWIJNEN

Gert Jan Reinders
Kleverlaan 11-13 - 2061 TB Bloemendaal
Telefoon 023-527 44 77
Fax 023-525 56 40
E-mail: bloemendaal@henribloem.nl
Web-site: www.henribloem.nl

VINOLOOG-EIGENAAR DE WIJNACADEMIE

DE SPIKESSPECIALIST VAN HAARLEM. RUNNERSWORLD.



Voor het allerbeste op loopgebied moet je bij Runnersworld zijn.
Het beste advies van mensen die zelf lopen. Waar je een brede kollektie wedstrijdschoenen en speciaalspikes vindt. Voor iedereen die in de atletiek grip zoekt. Bij dé spikesspecialist van Haarlem dus.

RUNNERSWORLD

SPECIAALZAKEN, GERUND DOOR RUNNERS.

Anegang 29, 2011 HR Haarlem
tel. (023) 532 87 56

Running · Indoor · Tennis · Triathlon · Fitness · Walking

SCHEMA ALGEMENE WINTERTRAININGEN 2004 - 2005

ZONDAG: Atletiekbaan Pim Muliersportpark, Haarlem
Ingaande zondag **14 november** (7 nov is de Haarlemmerhoutcross!!)

10.00 - 11.15 uur	meisjes en jongens pupillen A/B/C en mini
10.00 - 11.30 uur	meisjes en jongens junioren C/D
10.00 - 12.00 uur	meisjes en jongens junioren A/B
10.00 - 12.00 uur	vrouwen en mannen senioren
10.00 - 12.00 uur	vrouwen en mannen lange afstand
10.00 - 11.15 uur	vrouwen en mannen recreanten

DINSDAG: Basisschool 'De Ark', Velserstraat 17 (naast ingang ziekenhuis Deo)
Ingaande dinsdag **9 november**

17.30 - 18.30 uur	meisjes en jongens pupillen B/C en mini
18.30 - 19.30 uur	meisjes en jongens pupillen A

WOENSDAG: Atletiekbaan Pim Muliersportpark, Haarlem
Ingaande woensdag **3 november**

19.00 - 20.30 uur	senioren en junioren A

DONDERDAG: Kennemersportcenter, IJsbaanlaan 4a, Haarlem
Ingaande donderdag **4 november**

17.30 - 18.30 uur	meisjes en jongens B/C/D

10 minuten voor aanvang aanwezig zijn !!

INDELING LEEFTIJDSKLASSEN:
voor de periode 1 november 2004 t/m 31 oktober 2005

Minipupil	geboren in 1998
C-pupil	geboren in 1997
B-pupil	geboren in 1996
A-pupil	geboren in 1995 of 1994
D-junior	geboren in 1993 of 1992
C-junior	geboren in 1991 of 1990
B-junior	geboren in 1989 of 1988
A-junior	geboren in 1987 of 1986
Senior	geboren in 1985 of eerder
Veteraan (vrouw)	vanaf de dag dat ze 35 jaar is geworden
Veteraan (man)	vanaf de dag dat hij 40 jaar is geworden

FINANCIEEL
JAARVERSLAG 2003

AV Haarlem

KRACHTCENTRUM HAARLEM

Toelichting bij het jaarverslag 2003 A.V. Haarlem

Als gevolg van de zeer onfortuinlijke val van mijn vader Joop enkele uren voor kerstmis deze keer het jaarverslag op een ongebruikelijk tijdstip en in een ongebruikelijke vorm.

De contributie-inkomsten in 2003 zijn hoger uitgevallen dan begroot en fors hoger dan de ontvangsten ten opzichte van 2002. Met name een contributie-opbrengst van circa € 3.500 van nieuwe leden mag een verrassing heten.

Helaas treffen jullie bij de opbrengst van de Lange Afstandgroep een 0 aan. Ondanks herhaalde verzoeken van diverse leden van het bestuur zijn de afrekeningen tot op de dag dat ik dit schrijf nog niet bij de penningmeester ingeleverd.

Gezien het tijdstip waarop het financieel verslag wordt uitgebracht treffen jullie geen begroting voor het jaar 2004 aan. Inmiddels bestaat er uiteraard wel zicht op de cijfers van het lopende jaar. Als gevolg van de niet beschikbaarheid van de atletiekbaan zullen de kosten voor dit jaar voor deze post relatief beperkt blijven.
Over de contributiebedragen voor het aankomende atletiekjaar zal ik jullie binnenkort informeren.

Inkomsten

	Begroting 2003	Uitkomst 2003	Uitkomst 2002
Contributies	22.500	23.249	20.442
Donaties	200	808	569
Toto/lotto	600	760	718
Advertenties De Wissel	900	333	601
Rente-inkomsten	100	80	138
Wedstrijden Lange Afstandsgroep	1.000	0	1.906
Opbrengst kantine Pim Mulier	1.500	2.154	1.548
Diversen	0	200	79
Positief resultaat krachtcentrum	0	0	0
Totale inkomsten	26.800	27.584	26.001

Uitgaven

	Begroting 2003	Uitkomst 2003	Uitkomst 2002
Trainers/begeleidingskosten	7.000	5.878	6.286
Accommodaties	6.500	4.002	5.345
Afdrachten KNAU	4.100	4.504	4.040
Materialen	1.500	163	839
Kampioenschappen	1.500	0	0
Kosten De Wissel	1.250	2.137	906
Onderlinge wedstrijden	1.000	1.608	836
Evenementen	750	0	650
Promotiekosten	750	574	507
Deelname competitie	600	747	352
Drukwerk	600	712	136
Diversen/onvoorzien	500	364	227
Vergaderingen	350	550	295
Portikosten	200	181	152
Attenties	200	463	126
Clubkleding (per saldo)	0	0	0
Positief resultaat	0	5.701	5.304
Totalen	26.800	27.584	26.001

Balans per 31 december 2003 A.V. Haarlem

Vorderingen	2.346	Reserve ultimo 2002	19.746
R/c Krachtcentrum Haarlem	5.063	Exploitatie 2003	5.701
Kas	205		
ABN/Amro lopende rekening	11.354		
ABN/Amro spaarrekening	4.198		
Postbank	6.033	Nog te betalen kosten	3.752
	29.199		29.199

Tot besluit van dit gedeelte dient nog vermeld te worden dat het saldo van het Jeugdfonds ultimo 2003 € 7.357 bedroeg.

Toelichting bij het jaarverslag 2003 Krachtcentrum Haarlem

In 2003 zijn er diverse forse uitgaven gedaan. Er heeft nogal wat onderhoud plaatsgevonden en de c.v. ketel was hoognodig aan vervanging toe. Dankzij één van onze zeer trouwe adverteerders, Vinkesteijn, bleven de kosten voor de vervanging etc. zeer beperkt; een woord van dank is hier op zijn plaats.

Krachtcentrum Haarlem jaarverslag 2003

Inkomsten

	Inkomsten 2001	Inkomsten 2002	Inkomsten 2003
Huur A.V. Haarlem	678	495	430
Huur K.A.V. Holland	945	1.317	1.296
Huur Suomi	1.239	1.152	1.176
Huur overigen	167	449	604
Exploitatie kantine	1.029	995	1.222
Rente-inkomsten	1.763	1.180	1.024
Totale inkomsten	5.821	5.588	5.752

Uitgaven

Energiekosten	1.140	2.174	1.747
Onderhoud	140	486	3.102
Verzekeringen	327	327	327
Inventarissen/schoonmaak/diversen	1.990	279	319
Positief resultaat	2.224	2.322	257
Totalen	5.821	5.588	5.752

Balans per 31 december 2003 Krachtcentrum Haarlem

Opstallen	1	Reserve ultimo 2002	43.181
Overige vorderingen	1.029	Exploitatie 2003	257
ABN/Amro lopende rekening	8.300		
ABN/Amro spaarrekening	38.951	r/c A.V. Haarlem	5.063
ABN/Amro spaarrekening	1.848	Nog te betalen kosten	1.628
	50.129		50.129

De opmerkelijkste prestaties in 2003

Hieronder de opvallendste prestaties van 2003. Het samenstellen van zo'n overzicht is altijd voor discussie vatbaar. De redactie kan prestaties over het hoofd hebben gezien, of onvoldoende op hun waarde te hebben geschat. Ieder presteert op zijn eigen niveau zo goed mogelijk. En elk PR is een felicitatie waard. Dus ga vooral niet in een hoekje zitten kniezen als je niet genoemd bent.
Laten we verder niet vergeten dat al die prima prestaties van 2003 voor een niet onbelangrijk deel te danken zijn aan onze fantastische trainers, die daarvoor weer en wind trotseren en zich soms in bochten moeten wringen om ondanks hun drukke bestaan op tijd aanwezig te zijn. Sanne van Bughem, Bas Gevaert, Anouk Muis, Rob de Nieuwe, Fred Roosen, Rick Roozenburg, Rob Schlüter, Mark Schutte, Ruud Wielart, Baltine de Wit en Rob de Wit, allemaal bedankt.

- Tijdens het NK indoor voor senioren, gehouden op 15 februari 2003 in Gent, werd Darcy de Windt tweede bij het onderdeel hink-stapspringen met een sprong van 14.38 meter. Het leverde naast de eer zoals te doen gebruikelijk een mooie zilveren medaille op.

- Lange-afstandloper Dick de Waal Malefijt werd op 23 maart eerste in de categorie 50 jaar en ouder op de Spaarnwoudeloop (20 kilometer) met een tijd van 1 uur 20,15 minuten. Twee weken later, op 6 april, werkte hij de 21,1 kilometer van de Kennemer Gasthuisloop af in 1 uur 24,50 minuten. Dat was goed voor een derde plaats in zijn leeftijdsgroep.

- De eerste seizoenswedstrijd op eigen baan vond plaats op 19 april. Hier haalde onder meer Tim Rombout (toen nog JC) uit met een speerworp van 35,19 meter. Met dit PR werd hij eerste.

- Hoewel geen podiumplek is ook beslist memorabel de zesde plaats van ultraloper Chris Pfrommer bij de 60 kilometer van Texel (21 april). Zijn tijd was 4 uur 54,57 minuten. Dat betekent dat hij gemiddeld 12,2 km/u liep!

- Op 9 mei, bij een wedstrijd in Utrecht, raffelde Sjoerd Lether (JB) de 100 meter af in een PR van 12,0 sec.(h.t.).

- De Lions Heuvelloop van 15 mei leverde drie eerste plaatsen op voor AV-Haarlemmers: Kareljan Schoutens op de 10 km in de categorie M40 (38,12 min), Dick de Waal Malefijt op de 15 km M50 (58,23 min) en John Jongboom op de 15 km M60 (1:06,31)

- Darcy de Windt was tijdens de competitiewedstrijden van de senioren van vaste waarde op het onderdeel verspringen. Ging het op 4 mei al ver met 6,78 meter, twee weken later, op 18 mei, werd het in Woerden maar liefst 6,95 meter. Een PR!

- Op 17 en 18 mei vond er een jubileummeerkamp plaats bij Hera in Heerhugowaard. Het was een gouden weekend voor Stein Metten (junior C). Hij verbeterde met 5333 punten het clubrecord dat sinds 1991 op naam stond van Eldridge Isselt, evenaarde het clubrecord op de 100 meter horden (14,9 sec.), dat al sinds 1972 in handen was van Ron Smits, won de wedstrijd en kwalificeerde zich en passant voor het NK Meerkamp in Gorinchem.

- Lange-afstandsloper John Muijrers deed op 24 mei mee aan de Eemmeerloop, een tocht van 50 kilometer. Zijn tijd was 3 uur en 50,33 min. Zijn plaats: 10e; zijn gemiddelde: ruim 13 km/u.

- Ook op 24 mei vond de tweede competitiewedstrijd plaats voor junioren D, en wel in Heiloo. De meisjes van AV Haarlem (Tara, Debora, Faith en Pien), deden het uitstekend door eerste te worden van de vier deelnemende ploegen. Op zes van de acht onderdelen werd een overwinning geboekt. Pien Roozen liep een nieuw clubrecord op de 1000 meter (3.20,6 min).

- Tijdens de tweede competitiewedstrijd voor B-junioren, op 25 mei in Sweet Lake City, ook wel Zoetermeer genoemd, dook Mitchell Claassen voor het eerst onder de 5 minuten op de 1500 meter. hij liep 4.51,9 min. En Duvan Metten (C1) liep een PR op de 800 meter: 2:18,4 min.

- Tijdens de meerkamp van Suomi en AV Haarlem op 31 mei en 1 juni scherpte Jirina van Kesteren het clubrecord punten voor B-junioren (tot dan toe in handen van Baltine de Wit) aan tot 3485

punten. Ze werd er tweede mee.

- Op 15 juni werd op onze baan de derde competitiewedstrijd voor senioren gehouden. Mooie prestaties waren er voor Darcy de Windt met hinkstap (14,61 meter) en René Moesman op de 100 en de 200 meter (11,2 sec. respectievelijk 23,2 seconden). Darcy werd een maand later (13 juli) bij het NK in het Olympisch Stadion zevende met een sprong van 14.53 meter.

- Chris Pfrommer was een dag later op een ander continent bezig aan een van de bekendste ultralopen ter wereld: de Comrades. Dit is een wedstrijd over 86 kilometer van Pietermaritzburg naar Durban in Zuid-Afrika. Van de 13.000 lopers werd hij 618e in de tijd van 7 uur 26,18 min. (11,5 km/u). Wat een prestatie.

- Op 12 juni oefende Sanne Immer (junior B) in Den Bosch het hink-stapspringen met het oog op het NK van Lisse op 27 tot 29 juni. Was de 10.71 meter van Den Bosch al goed voor een clubrecord, dit werd in Lisse aangescherpt tot 10.84 meter (wind + 1,9 m/s). Ze was daarmee vijfde van Nederland.

- In hetzelfde weekend, op 28 juni, liet John Muijrers weer van zich horen door derde te worden tijdens de zes uur van de Haarlemmermeer. In die tijd legde de veteraan maar liefst 70 kilometer en 529 meter af. Goed voor een derde plaats bij de M40.

- Over ultralopers gesproken. Deze groep was weer internationaal actief. Er deed een lid van AV Haarlem mee aan de marathon van Wenen op 25 mei, vier clubgenoten voltooiden de helse Swiss Alpine op 26 juli (42 of 78 km), twee bestegen de Jungfrau bij de gelijknamige marathon en een tiental deed mee aan de 100 van Winschoten (ook bijna buitenland) op 13 september, een estafettewedstrijd van 10x10.

- Op 2 en 3 augustus was er de traditionele Dutch Challenge in Santpoort. Mooie prestaties waren er van Sjoerd Lether (400 meter in 56,2 sec), Tara van Schie (4.86 m. ver en 10.52 m. met de kogel) en voor Debora van der Heijden (4.49 m. ver).

- Jirina van Kesteren (junior B) stortte zich in 2003 op het verder verbeteren van het clubrecord op de 800 meter, dat met 2.36.74 al op haar naam stond. Eind mei ging het al in 2.32 min., begin juni in 2.28 min. en ten slotte op 20 augustus bij een instuif in Leiden in 2.26,67 min.

- Op 7 september vonden de D-spelen plaats. Zoals te doen gebruikelijk in het Olympisch Stadion. Tara van Schie werd er derde met verspringen en Pien Roozen tweede op de 1000 meter in een nieuwe clubrecordtijd van 3.15,85 (NB op 14 juni had ze het onder punt 10 genoemde clubrecord al verbeterd naar 3.18,68).

- En opeens was daar Kan Dinkla (C-junior). Tijdens de onderlinge meerkamp van 20 en 21 september, zijn tweede wedstrijd en nog wat onwennig in de startblokken, deed hij van zich spreken met de mooie reeks: 12.0 sec (100 m), 4.84 m. (ver), 7.98 (kogel), 1.50 m (hoog), 16.2 (100 mH), 24,96 m. (discus), 32.09 (speer) en 3.08,5 (1000 m). Totaal 4567 punten. Het vermoeden dat dit het begin zou zijn van meer goede prestaties is inmiddels al bevestigd.

- Drie AV Haarlemmers waren op 27 en 28 september actief tijdens het NK Meerkamp in Gorinchem. Tara van Schie (D-junior) werd er tiende met een nieuw clubrecord puntenaantal van 3083. Ook Jirina van Kesteren (B) verbeterde het clubrecord tot 3535 punten. Ze werd veertiende. Stein Metten ten slotte (C) bereikte in zijn wedstrijd de negende plaats. Uniek dat drie clubgenoten mee konden doen aan deze wedstrijd.

- Ook in de categorie opvallende prestaties is de come back van Bas Gevaert. In 1998 liep hij geregeld rond de 2 minuten op de 800 meter. Tot de studie hem in beslag nam en de atletiek even aan de wilgen hing. In de tweede helft van 2003 begon hij looptraining te geven aan junioren en vond de inspiratie er ook zelf weer flink tegenaan te gaan. De kilo's vlogen eraf en de afstanden tussen 800 meter (inmiddels weer 2.03,1) en 5 kilometer (16.58,24) op de baan werden weer vertrouwde onderdelen.

Gerard van Kesteren

de wissel

jaargang 58

nummer 7

Oktober 2004

"verschijnt 8 maal per jaar"

redactieadres
Rob Schlüter
Reitzstraat 23, 2021 TM HAARLEM
tel. 023-5250752
e-mail avhaarlem@xs4all.nl

MEDEDELINGEN

Kopij voor nr. 8: 6 december 2004

Nieuwe leden

Gopinath Kavitha, Senior	Schagchelstraat 12 A	2011 HX	Haarlem
Ramesh Kavitha, Senior	Schagchelstraat 12 A	2011 HX	Haarlem
Vincent van de Seijs, Recreant	Essenlaan 3	2061 CA	Bloemendaal
Olav Scholten, B-junior	Dever 31	2036 HJ	Haarlem
Esther Rogmans, C-junior	Schotersingel 105	2033 AA	Haarlem
Wisseim Jemâa, D-junior	Radboudstraat 10	2025 BK	Haarlem
Annabelle Koeleman, C-pupil	van 't Hoffstraat 125	2014 RE	Haarlem
Claudia van der Oord, C-pupil	Gibraltarstraat 29	2014 RS	Haarlem

Van het bestuur

Opzeggen lidmaatschap

Indien u voornemens bent het lidmaatschap van de A.V. Haarlem per 1 januari 2004 te beëindigen, dan dient u dit schriftelijk te melden aan onze ledenadministratie:

Jos van Belle
Sparrenstraat 26
2023 WX Haarlem

Uw brief moet uiterlijk 10 november a.s. bij bovengenoemd adres binnen zijn. Personen waarvan de afmelding ons na 10 november a.s. Bereikt, moeten wij de volledige K.N.A.U. contributie over het jaar 2005 in rekening brengen.

De winterkantine is weer open

Elke zondagochtend, ingaande 14 november a.s. is de winterkantine geopend van 10:15 tot 12:45 uur. Van koffie, thee, hotchemel en frisdanken tot zakjes snoep en koeken: alles tegen redelijke prijzen. Kortom, het is weer gezellig in ons winterhome. Kom je ook??

Hallo Allemaal,

Ik ben verhuisd naar Nieuw Vennep. De afstand om van Nieuw Vennep naar Haarlem te rijden is wel erg ver. Vandaar dat ik nu naar een andere atletiek vereniging ga, nl naar de atletiek vereniging Haarlemmermeer in Hoofddorp. Ik kom jullie vast nog wel tegen bij wedstrijden. Graag wil ik iedereen bedanken voor de leuke tijd die ik in Haarlem heb gehad.

Groetjes Jeroen Teeuwen,
Griseldalaan 38, 2152 JA Nieuw Vennep. tel: 023-8920437

Namen & Adressen

Bestuur A.V. Haarlem

Voorzitter:
Vacant

Secretaris:
Renée Schmidt 023 – 525 2188
Julianalaan 117, 2051 JP Overveen

Penningmeester:
Edwin van Drunen 0255 – 515 205
Duin en Kruidbergerweg 16, 1985 HG Driehuis
E-mail: evd@niehelancee.nl
Betalingen kunnen op de volgende rekeningen gedaan worden: Bankrekening 56.80.10.477
Girorekening 643883
Onder vermelding van:
penningmeester a.v. "Haarlem" te Driehuis

Commisaris:
Joop van Drunen 023 – 524 4340
Ramplaan 98, 2015 GZ Haarlem
E-mail: j.m.van.drunen@planet.nl

Commisaris:
Gerard Metten 023 – 540 4310

Commisaris:
René Moesman 023 – 525 9879
Willem Klooslaan 27-2, 2024 JP Haarlem

Ledenadministratie:
Jos van Belle 023 – 5272338
Sparrenstraat 26, 2023 WX Haarlem
E-mail: jmg.van.belle@hetnet.nl

Opzegging lidmaatschap
Het lidmaatschap geldt uitsluitend voor het gehele kalenderjaar. Opzeggen dient schriftelijk bij de ledenadministratie te gebeuren.

Praktijk Clubarts:
F.S.G.M. Knuvelder 023 – 534 0480
Van Oosten de Bruijnstraat 5, 2014 VM Haarlem

Trainers A.V. Haarlem

Sanne van Buchem	023 – 5246346
Rob de Nieuwe	023 – 5350283
Fred Roozen	023 – 5254659
Rob Schlüter	023 – 5250752
Mark Schutte	023 – 5263067
Baltine de Wit	023 – 5263123
Rob de Wit	023 – 5263123
Ruud Wielart	023 – 5279080

Bij geen gehoor:
Joop van Drunen 023 – 5244340

Commissies

Clubblad Commissie
Rob Schlüter 023 – 525 0752
Reitzstraat 23, 2021 TM Haarlem
E-mail: avhaarlem@xs4all.nl

Technische Commissie:
René Ruis 023 – 531 7258
E-mail: prruis@novacollege.nl

Lange Afstand Commissie:
Bert Boesten 023 – 538 5623
E-mail: hl.boesten@td.klm.nl

Jeugd Commissie:
Rolf Bruijn 023 – 549 2129

Wedstrijd Organisatie Commissie Haarlem/Holland:
Joop van Drunen 023 – 524 4340

Kascontrole Commissie:
Frank van Ravensberg 020 – 420 8172

Wedstrijdsecretariaten

Senioren & Junioren A/B
Joop van Drunen 023 – 524 4340

Junioren C/D
Peter Pijnaker 023 – 5258709
E-mail: peter.pijnaker@tip.nl

Pupillen
Mark Schutte 023 – 5263067

Diversen

Stichting Exploitatie Kantine Atletiekbaan
namens A.V. Haarlem
Joop van Drunen 023 – 524 4340

A.V. Haarlem op internet
http://run.to/avhaarlem

Clubkleding:
De clubkleding is te koop tijdens de trainingen.
Informatie bij Joop van Drunen

NK Meerkamp, 25 en 26 september 2004, AV NOP, Emmeloord

Vijf clubrecords

Tijdens de NK meerkamp voor B-junioren en de Nationale meerkampen voor C- en D-junioren die op 25 en 26 september gehouden werden in Emmeloord, hebben Jirina van Kesteren en Kan Dinkla samen maar liefst vijf clubrecords verbeterd. Jirina (B-junior) liep de 100 meter horden in 16.86 s. (+ 2,0 m/s), dat was 0,18 sec. sneller dan het oude record van Meraud de Rooy uit 1993. De 800 meter ging in 2.26,18, een halve seconde sneller dan haar record van vorig jaar. Ook verbeterde ze het totaal puntenrecord: 3769 pnt. (haar oude record was 3729 ptn).
Kan (C-junior) excelleerde op zijn specialiteit: zowel de 100 meter als de 100 meter horden gingen sneller dan ooit. Na 28 jaar !!! is het clubrecord op de 100 meter eindelijk verbeterd. Kan volbracht de sprint in 11,76 sec. (+ 1,4 m/s). Dat was 0,08 sec. sneller dan het viertal dat er ooit 11,6 handtijd (= 11,84 sec.) over deed: Mario Westbroek (1976), Aernout Leezenberg (1982), Patrick Been (1987) en Michael Parkinson (1990).
Een dag later was het weer raak: 14,43 sec. (+ 0,3 m/s) op de 100 meter horden. Ook dit was 0,08 sec. sneller dat het vorige record, dat al op zijn naam stond.
Ook Sjoerd en Stein waren van de partij. Sjoerd grossierde met PR's, namelijk vier in totaal, terwijl Stein zijn meerkamp letterlijk vergooide door een 'nul' op discus. En wie ook van de partij was: Niels Weller, onze razende reporter en flitsende fotograaf. Hij maakte het onderstaande verslag.

Weekendje Emmeloord

Het is leuk hoor, 2 dagen top atletiek. Maar het is altijd een rot end weg. Na het officiële NK B-junioren in Sittard gehad te hebben, gingen we deze keer naar Emmeloord, Noordoostpolder. We waren er goed vertegenwoordigd: Jirina (B), Stein(B), Sjoerd (B) en Kan (C) hadden zich alle vier geplaatst voor deze meerkamp. Dus bepakt met een camera, gingen we om half negen naar Emmeloord.

Dag I:

De dag begon voor Stein niet goed, hij had last van een blessure aan zijn lies en kon nauwelijks normaal lopen. Maar toch stond hij, samen met Sjoerd, aan de start van de 100 meter. Sjoerd liep 12.08 sec, Stein liep 12.40 sec. Toen moesten we wachten op Kan, en dit moest de race van Kan worden, want het was zijn laatste kans op een clubrecord op de 100 meter vlak. En het werd de race van Kan. Hij liep 11.76 sec en dat was (eindelijk) het clubrecord dat hij zo graag had willen hebben. En hoewel hij het in het begin niet begreep, was het echt waar. Hij heeft het record. Na dit record nog niet echt verwerkt te hebben, kregen we de volgende al om onze oren. Jirina liep op de 100 meter horden 16.86 sec en ook dit was, met 2 m/s rugwind, ook een clubrecord. we hadden er nu dus al 2. Verder ging het deze dag best wel goed. Sjoerd heeft de meerkamp van z'n leven tot nu toe: een pr met kogel (11.04 meter) en met polshoog (2.60 meter), Stein heeft met polshoog een mooie hoogte van 3.40 meter gehaald, en Kan, ja Kan die vergooide zijn hele meerkamp met het hoogspringen (1.45 meter). Zonde.....
Op naar dag 2

Dag II:

Je moet er echt wat voor over hebben, maar het was ook echt leuk. Opstaan om 6.45 uur, 4 bakken koffie naar achteren gewerkt en halfslaperig weer naar Emmeloord. We moesten er vroeg zijn, want Stein en Sjoerd moesten vroeg beginnen met de 100 meter horden. En nu kon je pas echt goed zien dat Stein last had van zijn lies. Hij liep een teleurstellende 16.91 sec, maar nog wel 0.02 sec sneller dan Sjoerd, die 16.93 sec liep. Kan die was blijkbaar de teleurstelling van het hoogspringen snel te boven gekomen. want hij gooide er nog maar een clubrecord tegen aan, op de 100 meter horden. Het clubrecord was al van hem (14.51 sec) maar hij verbeterde het weer met 0.08 sec naar 14.43, Kan, je blijft ons verbazen! Voor de jongens B was het volgende onderdeel het discuswerpen, maar voor Stein ging het niet goed, niet zo zeer dat hij weer last kreeg van zijn blessure, maar hij gooide 3 keer ongeldig! Zonde, want zo slecht ging het nou ook weer niet met zijn meerkamp. Sjoerd lukt het wel om geldig te werpen. We doen even een sprong naar de laatste onderdelen: Stein wierp de speer naar 44.95 meter, een nieuw pr. En toen kwamen de laatste onderdelen, de lange afstanden. Kan was als eerste aan de beurt en liep op de 1000 meter een tijd van 3.13.63 sec. Voor hem was de meerkamp voorbij. Jirina deed het zo goed dat ze haar eigen clubrecord van het aantal punten nog scherper kon zetten. En dat deed ze ook, met een tijd van 2.26.18 sec. – ook een clubrecord – was ze snel genoeg om haar punten totaal op 3769 pnt te zetten. Weer een clubrecord. En toen de 1500 meter voor de Jongens B. Altijd leuk om naar te kijken, maar voor de meeste atleten niet het meest geliefde onderdeel! Stein sloot de meerkamp af met een 5.04.04 sec, Sjoerd met 5.24.67.

5 clubrecords, veel pr's en 2 leuke dagen. Dat is kort samengevat een weekendje Emmeloord. Volgend jaar weer, maar hopen dat het dan iets meer in de buurt is!

Niels Weller (C-2)

Junioren B jongens

12. Sjoerd Lether

100 meter	12,08	(635)
verspringen	5,45	(471)
kogelstoten	11,04	(548) PR
polsstokhoogspringen	2,60	(264) PR
110 meter horden	16,93	(632)
discuswerpen	25,87	(384)
hoogspringen	1,62	(480)
speerwerpen	33,55	(349) PR
1500 m	5.24,67	(426)
	totaal	4189 punten PR

13. Stein Metten

100 meter	12,40	(574)
verspringen	5,45	(471)
kogelstoten	11,51	(577)
polsstokhoogspringen	3,40	(457)
110 meter horden	16,91	(634)
discuswerpen	xxx	(0)
hoogspringen	1,50	(389)
speerwerpen	44,95	(514) PR
1500 m	5.04,04	(537)
	totaal	4153 punten

Junioren B meisjes

10. Jirina van Kesteren

100 meter horden	16,86	(612) CR
hoogspringen	1,42	(534)
kogelstoten	7,67	(378) PR
200 meter	28,21	(614)
verspringen	4,80	(506)
speerwerpen	25,03	(383)
800 meter	2.26,18	(742) CR
	totaal	3769 punten CR

Junioren C jongens

12. Kan Dinkla

100 meter	11,76	(867) CR
verspringen	5,61	(738)
kogelstoten	9,87	(516)
hoogspringen	1,45	(582)
100 meter horden	14,43	(783) CR
discuswerpen	27,07	(429)
speerwerpen	37,70	(608)
1000 m	3.13,63	(591)
	totaal	5114 punten

Boeketterie Francien

Schoterweg 34, 2021 HM Haarlem
telefoon 023 - 527 43 44

Ron's Bloemenkiosk

Frans Halsplein Haarlem

Ea

ORNAMENTEN- & BEELDENGIETERIJ
HANDELSONDERNEMING

Geweerstraat 50/52 - 2014 JE Haarlem
Telefoon 023-524 07 24 - Fax 023-524 11 56

door Jolt Bosma

AV Haarlem Runners

Op herhaling?

Ja en nee!

September is een leuke maand. De zomer loopt op zijn einde, maar is toch nog vaak mooi, de melancholicus laaft zich aan de korter wordende dagen, de loper aan de vele wedstrijden, de excuusloper aan de vakantiesmoes: "Nee, ik ben nog niet echt in vorm, want nog maar net terug..." etc.

Op naar Herberg Bellingwolde

Over smoezen gesproken,we hadden er enkele toen we vrijdag 10 september voor het tweede opeenvolgende jaar afreisden naar Bellingwolde, om weer mee te doen aan de 10 X 10 km estafette, het onderdeel dat de 100km Run van Winschoten zo'n massaal en gezellig spektakel maakt.
Zo moesten we het doen zonder de strenge stimulans van Evert van Ravensberg, die ons vorig jaar op de fiets tot grote hoogten had opgezweept. Nog zorgelijker: er waren maar zes lopers beschikbaar: Rob, Sabine, de gebroeders Peeters, Bert en ondergetekende. Dat betekende dus dat vier mensen twee keer moesten lopen.

Maar voor je aan lopen toe bent... Om te beginnen stonden we op de heenreis bij Avenhorn een uur in de file wegens een ongeluk. Dit betekende weer dat Bert zijn transactie, de verkoop van modelbouw-vliegtuigjes, verzameld in een historische hutkoffer, om 17.00 uur gepland bij afslag Leek, moest uitstellen tot 18.00 uur. De koper een montere onderwijzer in korte broek, deerde het niet. Ons (Sabine, Rob, Bert en Jolt) wel, we kregen honger, bovendien wilden we voor de Peetersjes in Bellingwolde aankomen, die circa 17.00 waren vertrokken (wij om 14.30). Het leven blijft een wedstrijd.

Om 19.00 arriveerden we dan dit keer zonder omrijden in onze inmiddels vertrouwde pleisterplaats Herberg Bellingwolde, om 19.30 schoven we aan voor een gevarieerd pasta-buffet, wat opgevrolijkt met rosé, die estafette moet je ook weer niet te serieus nemen. Ook de gebroeders Peeters en hun vrouwen melden zich even later, we zijn compleet, als het ware.
Hoewel iedereen wel opgewekt doet blijkt uit het te maken pooltje voor de eindtijd dat daaronder toch wat pessimisme schuilt: Frank zet in op 8 uur en 5 minuten, de rest hoger (NB: vorig jaar liepen we met zijn 10en 7.35, goed voor een 37^{e} plek (van de circa 300 ploegen).

Een soort wedstrijdbespreking

Trainen is oefenen en herhalen, dat weet iedere loper. Maar op zo'n weekend worden meer dingen herhaald, ook zaken waarvan je denkt: is dat nou nodig? Zo hebben wij startnummers 1330 t/m 1339. De mededeling, ook op papier, dat nr. 1330 als laatste van de estafette-groep van start gaat, stuit net als vorig jaar op ongeloof, we noemen geen namen. Erger: vorig jaar raakte iemand een chip kwijt, vlak na de wedstrijdbespreking en het ontbijt. En nu, op hetzelfde moment was er wéér iemand die... we noemen geen namen.
Laten we het er, wat betreft de zaterdagochtend, maar op houden dat onze gedachten wel eens afdwaalden bij de Jungfrau-marathon die die morgen van start was gegaan, met Ad (12e keer) en Adrie. Maar het belangrijkste die ochtend: er moest een strijdplan komen. Vorig jaar konden we ons de luxe permitteren van een slimme tactiek,nl. starten met de naar verwachting langzaamste loper en eindigen met de verwachte snelste, dit jaar was het vooral een kwestie van krachten verdelen. Na wat gediscussieer werd deze startvolgorde bedacht: Bert-Jolt-Jeroen-Frank-Sabine-Rob-Bert-Jolt-Jeroen-Frank. Idee hierachter was dat de dubbellopers dan elk een rustperiode van ongeveer 2,5 uur hebben.

Andere herhalingen:
1. Het weer is goed, dwz licht bewolkt en droog, aanvankelijk iets minder zon, tijdens het lopen iets frisser dan vorig jaar;
2. In Winschoten passeren we, op weg naar ons kampementje, weer de blinde bakstenen muur met de historische tekst "Franco fascisme" Opdat wij niet vergeten, zeker niet op 11 september.

Gaan in stukken

En dan het lopen zelf, dat was wederom erg feestelijk. Vorig jaar kwam dit hoofdzakelijk door de deelnemers aan de estafette, de echte 100 km-lopers liepen er toen naar mijn idee relatief verloren bij. Dit jaar was er echter ook het WK op de 100 km, voor individuen en landenploegen. Dit houdt in dat, net als bij de olympische marathon in Athene, elke landenploeg zijn eigen verversingstafel en begeleiders heeft. Landen als Canada, Japan, Mexico en Nieuw-Zeeland zijn ook vertegenwoordigd, dit maakt het spektakel net wat indrukwekkender, en de kwaliteit van de 100 km-loop was uiteraard een stuk hoger (zie hiervoor ook www.run.nl).

Het idee om twee keer te moeten lopen is wel maf. Ik wilde een totaaltijd van 90 minuten lopen, maar ook graag de tweede loop sneller doen dan de eerste, in elk geval de eerste keer niet zo voluit lopen dat de tweede erg moeizaam zou gaan. Daarom bij de eerste keer ingetogen gestart, en na 6 km wat versneld in de hoop dat dit voldoende over zou laten voor het vervolg. Het pakte redelijk uit: de eerste 10 km ging in 46.09, de tweede in 44.55.
Bert liep gezien zijn (niet) trainen sterk: 47.06 en 45.53, Frank bleek weer de constante diesel van de laatste jaren: 41.26 en 41.55. Jeroen hield het op 44.47 en 46.32. In het middengedeelte liep Sabine 59.13 en Rob 49.52. Genoemde tijden heb ik afgeleid van tijden die op de website staan. Van mijn eigen tijden weet ik dat ze aardig kloppen maar ik meen me ook te herinneren dat Rob sneller had gelopen.
Onze totaaltijd: 7 uur en 47 min. en 8 sec. Maar een dikke 10 minuten langzamer dan vorig jaar. Hiermee werden we 45e van de ruim 300 ploegen. En de optimist, Frank, won de pool/

De pauze tussen het lopen was aangenaam: zonnetje, beetje dribbelen, beetje ouwehoeren, wat bordjes lekkere koude pasta van Herberg Bellingwolde, hoogstpersoonlijk door Arie Buur gebracht, nadat hij zelf had gelopen. Ik voelde me even een echte sportman.

Spoeling down

Net als vorig jaar waren hadden we de loop-concurrentie van Herberg Bellingwolde (twee ploegen dit keer) weer achter ons gelaten, daar smaakten de biertjes na afloop in het thuishonk niet minder om. Met hulp van het digitale toestel van Jana hebben we op TV foto's van de wedstrijd gekeken, en we eindigden dit onderdeel in stijl, namelijk met vakantiefoto's van Jana en Jeroen, nu uit Slowakije.
Bert versloeg Rob nog met biljarten (nieuw?), en Jolt ging de avond na de wedstrijd niet als allerlaatste naar bed (nieuw in Bellingwolde).
En ondertussen op dezelfde dag: hadden Adrie en Ad dus de Jungfraumarathon gelopen, en Chris, John en René de Velserpierloop. Op 11/9 trokken de AV Haarlem-runners op 3 fronten ten strijde. Niemand won wat maar iedereen leeft nog.
Zondag de 12e gingen we licht vermoeid maar prettig onthaast weer terug naar het drukke westen. Met dank aan Arie en Marianne (www.herbergbellingwolde.nl) en aan aanzwengelaars Rob en Sabine.
Zie hieronder voor overige uitslagen.
Voor correcties en aanvullingen: jolt.bosma@planet.nl of tel.0235360376.

Uitslagen

Jungfraumarathon, Interlaken 11 september

2007.	Adrie Tol	5.28.57	(M40 446)
2761.	Ad Appel	6.11.17	(M50 341)

Velser Pierloop, 11 september, Velsen

15 km

10.	Chris Pfrommer	57.59	(M40 4)
16.	Dick de Waal Malefijt	1.01.43	(M50 2)
108.	John Jongboom	1.07.40	(xxx)
346.	Hans Peters	1.16.45	(M50 21)
471.	René Ruis	1.20.53	(businessl. 91)

Niehe Lancée

Een succesvol partnership op financieel gebied vraagt om twee grondbeginselen: een persoonlijke benadering en grote betrokkenheid. Dat klinkt logisch.
Maar: steeds meer organisaties beschouwen de wereld als hun speelveld en richten de focus op het groter geheel. Kennis van de klant, écht kennis en persoonlijke betrokkenheid raken daarmee nog wel eens op de achtergrond. Dat overkomt u niet bij Niehe Lancée.

Niehe Lancée geniet een sterke reputatie als resultaatgericht en betrouwbare partner op het gebied van accountancy en belastingadvies. Ónze focus is gericht op onze opdrachtgevers, onze kennis op alle aan hun vragen gerelateerde onderwerpen. Ook als het om vraagstukken op internationaal terrein gaat. En zo hoort het. Vinden wij.

Niehe Lancée heeft vestigingen in Alkmaar, Amsterdam en Haarlem, werkt waar nodig samen met Brouwer & Oudhof, The NL Trust en Pesman Advocaten en is aangesloten bij RSM International.

Voor meer informatie kunt u bellen met Drs. Rudolf Winkenius, (023) 530 04 00.

Niehe Lancée	Postbus 366	1800AJ Alkmaar
	Postbus 36310	1020 MH Amsterdam
	Postbus 5037	2000 CA Haarlem

Website: www.niehelancee.nl

Bij de foto: Klimmuur te Spaarnwoude.

Dam tot Dam-loop, 16,1 km, Amsterdam 19 september

99.	Chris Pfrommer	1.00.37	(M40 15)

Trosloop, Haarlem 26 september

8 km

49.	Rolf Bruijn	33.45	
	Bert Boesten	36.10	
130.	René Ruis	37.18	
141.	Rob de Nieuwe	37.30	
236.	Yashin van Kesteren	39.21	
250.	Gerard van Kesteren	39.39	
420.	Sanne van Buchem	42.55	
468.	Jan Willem Kooij	43.45	
	Sabine Baron	45.21	(PR!)

21,1 km

37.	Chris Pfrommer	1.23.58	(M40 9)
76.	Frank Peeters	1.29.32	(M40 22)
108.	Adrie Tol	1.31.59	(M40 26)
149.	Niek Hulsbosch (?)	1.34.31	(prest. 54)
219.	Jolt Bosma	1.37.59	(businessl. 21)
246.	John Jongboom	1.38.56	(M60 3)
	Jeroen Peeters	1.39.22	
363.	Reinout Laanstra	1.43.10	(Msen. 43)
376.	Menno de Vries	1.43.10	(pres. 195)

Amsterdam marathon, 17 oktober

42,2 km

246.	Chris Pfrommer	2.57.47	(M40 50; nieuw PR als M40'er!)
929.	Niek Hulsbosch	3.21.57	(M50 65)

21,1 km

750.	Reinout Laanstra	1.37.06	(Mrecr. 714; PR!)

10 km

243.	Jolt Bosma	43.41	(Mrecr. 190)

Agenda

Zondag 7 november:	Haarlemmerhout-cross, Haarlem
Zondag 21 november:	Zevenheuvelenloop, Nijmegen
Zondag 28 november:	STET-cross, Wijk aan Zee
Zondag 12 december:	AVH-cross, Haarlemmermeerse Bos
Zondag 9 januari 2005:	Egmond Halve Marathon, Egmond aan Zee

Clubrecords meerkampen, stand 1 oktober 2004

Hieronder zijn de clubrecords voor de meerkampen bijeengebracht. In het overzicht van het geheel aan clubrecords die geregeld in De Wissel wordt gepubliceerd, wordt bij de meerkampprestaties meestal uit ruimtegebrek volstaan met het totaal puntenaantal. Maar het is natuurlijk ook leuk om te weten wat de prestaties en de bijbehorende punten per onderdeel waren. Zeker nu we binnen de club aan het begin lijken te staan van een meerkamptraditie. Sinds een jaar of vier, vijf doen namelijk steeds meer junioren van onze club mee aan de meerkampen in onze regio: in Heerhugowaard, in Zaandam, in Amstelveen en in Santpoort/Haarlem. Deze nieuwe impuls in de meerkamp heeft bovendien gezorgd voor leuke prestaties. Zo zijn er de afgelopen twee jaar drie 'belegen' clubrecords op het totaal puntenaantal verbroken. En bovendien: na jarenlang geen deelnemers te hebben gehad bij het Nederlands Kampioenschap meerkamp voor B-junioren en aan de Nationale meerkampen voor C- en D-junioren kon onze club vorig jaar drie atleten afvaardigen. Dit jaar waren het er zelfs vier. In principe gaat het daarbij om atleten die in de jaarranglijst de beste 18 prestaties hebben neergezet. Bij de C- en D-junioren nodigt de KNAU deze atleten uit. Bij de B-junioren kan in principe elke atleet zich opgeven, maar geschiedt de selectie van 18 op geleverde jaarprestatie

In het onderstaande overzicht zijn behalve de clubrecords uit 2003 en 2004 van Stein, Tara en Jirina nog twee wijzigingen aangebracht ten opzichte van eerdere publicaties:

- het clubrecord jongens D is gecorrigeerd van 3818 naar 3754 punten. Ten onrechte bleek in 1985 de puntentelling van de 80 meter en de 80 meter horden niet gebaseerd te zijn op handtijden. Bij beide onderdelen moest het verschil tussen handtijd en elektronische tijd (0,24 s.) worden opgeteld.
- het clubrecord jongens B is gecorrigeerd van 5783 tot 5784.

Reacties kunnen gericht worden aan de technische commissie t.a.v. Gerard van Kesteren.

Junioren D jongens

Patrick Been,
Haarlem, 5 en 6 oktober 1985

Totaal	3754 punten	
80 meter	10,6	(645)
verspringen	4,97	(615)
speerwerpen	30,62	(505)
80 meter horden	14,4	(431)
hoogspringen	1,50	(623)
kogelstoten	7,81	(411)
1000 m	3.23,1	(524)

Junioren D meisjes

Tara van Schie,
Gorinchem, 27 en 28 september 2003

Totaal	3083 punten	
60 meter horden	10,27	(572)
hoogspringen	1,35	(499)
speerwerpen	23,30	(384)
verspringen	4,78	(576)
kogelstoten	10,52	(547)
600 meter	1.53,22	(505)

Junioren C jongens

Stein Metten,
Heerhugowaard, 17 en 18 mei 2003

Totaal	5333 punten	
100 meter	12,5	(707)
verspringen	5,35	(689)
kogelstoten	12,51	(636)
hoogspringen	1,60	(702)
100 meter horden	14,9	(712)
discuswerpen	34,59	(542)
speerwerpen	40,87	(651)
1000 m	3.00,6	(694)

Junioren C meisjes

Joanna Andrews,
Haarlem, 1 en 2 oktober 1994

Totaal	3686 punten	
80 meter horden	12,9	(572)
hoogspringen	1,35	(499)
kogelstoten	9,31	(489)
200 meter	20,6	(545)
verspringen	4,60	(540)
speerwerpen	27,88	(462)
600 meter	1.47,7	(579)

Junioren B jongens

Walter Kruk,
Vught, 27 en 28 juni 1987
Totaal 5784 punten

100 meter	11,54	(744)
verspringen	6,49	(695)
kogelstoten	11,64	(585)
hoogspringen	2,01	(813)
110 meter horden	14,78	(876)
discuswerpen	29,49	(454)
polsstokhoogspringen	3,40	(457)
speerwerpen	47,06	(545)
1500 m	4.50,63	(615)

Junioren B meisjes

Jirina van Kesteren,
Emmeloord, 25 en 26 september 2004
Totaal 3769 punten

100 meter horden	16,86	(612)
hoogspringen	1,42	(534)
kogelstoten	7,67	(378)
200 meter	28,21	(614)
verspringen	4,80	(506)
speerwerpen	25,03	(383)
800 meter	2.26,18	(742)

Junioren A jongens

Niels Terol,
Haarlem, 1 en 2 oktober 1994
Totaal 5987 punten

100 meter	11,4	(723)
verspringen	6,34	(661)
kogelstoten	11,66	(586)
hoogspringen	1,72	(560)
400 m	57,6	(493)
110 meter horden	16,8	(620)
discuswerpen	37,64	(617)
polsstokhoogspringen	3,80	(562)
speerwerpen	56,12	(680)
1500 m	5.13,4	(485)

Junioren A meisjes

Brenda Stoete,
Vlissingen, 1 en 2 september 1990
Totaal 4047 punten

100 meter horden	17,2	(548)
hoogspringen	1,42	(534)
kogelstoten	9,06	(468)
200 meter	25,8	(794)
verspringen	5,30	(643)
speerwerpen	29,44	(466)
800 meter	2.38,2	(594)

Senioren mannen

Jeltjo Doornbosch,
Vlissingen 15 en 16 september 1962
Totaal 6566 punten

100 meter	11,2	(786)
verspringen	6,68	(739)
kogelstoten	13,64	(706)
hoogspringen	1,65	(504)
400 m	52,6	(693)
110 meter horden	15,7	(740)
discuswerpen	39,30	(650)
polsstokhoogspringen	3,25	(418)
speerwerpen	54,90	(661)
1500 m	4.41,8	(669)

Senioren vrouwen

Brenda Stoete (A),
Vlissingen, 1 en 2 september 1990
Totaal 4047 punten

100 meter horden	17,2	(548)
hoogspringen	1,42	(534)
kogelstoten	9,06	(468)
200 meter	25,8	(794)
verspringen	5,30	(643)
speerwerpen	29,44	(466)
800 meter	2.38,2	(594)

Het puntenaantal is gecorrigeerd naar de nieuwe IAAF telling van 1985.

Atmodes (5): Annemieke Bouma, top of the flops

1. De aanloop

Het is zomer 1967. Op elfjarige leeftijd wordt Annemieke Bouma lid van Atmodes. Met haar turn-achtergrond valt ze al snel op bij de D-junioren. Al in haar vijfde wedstrijd heeft ze een clubrecord te pakken, namelijk 1,35 m. met hoogspringen. Dat is op 20 oktober 1968. Wat een toeval! Precies op die dag laat ene Dick Fosbury de wereld kennis maken met een nieuwe manier van hoogspringen, waarbij de atleet ruglings over de lat zweeft: de Fosbury flop. Hij wint die dag met 2.24 m. de gouden medaille tijdens de Olympische Spelen van Mexico.
Op dat moment springt de jonge Annemieke nog gewoon de schaarsprong. En niet zoals nu op kussens aan de andere kant van de lat, maar gewoon in een zandbak. Zo bedwingt ze in de volgende wedstrijd, begin mei 1969, de 1.40 m. en weer een wedstrijd later 1.45 m. In deze periode ontpopt ze zich als een echte all rounder. Daarom doet ze – inmiddels C-junior – in 1969 ook mee met het NK Meerkamp. Ze behaalt er de tweede plaats. En op de in 1970 voor het eerst gehouden C-spelen wint ze de gouden medaille. Niet met hoogspringen maar met kogelstoten. Met hoogspringen werd het 'slechts' een zilveren medaille, met 1,50 m. Toch wordt hoogspringen haar specialiteit.

2. De doorbraak

In 1970 leert Annemieke de flop van haar trainer Hans Vlottes. Dat gaat haar goed af. Binnen een paar jaar behoort ze 'op hoog' tot de top van Nederland. In 1970 gaat Annemieke over 1,55 m., over 1,57 m. en over 1,61 m. Maar het jaar erop wordt pas echt een topjaar. Ze breekt in mei 1971 landelijk door met het bedwingen van 1,65 m., van 1,69 m. en van 1,71 m. Ze wordt gevraagd mee te doen in de jeugdinterland tegen West-Duitsland. En tussendoor wordt ze op het NK junioren A en B eerste met hoogspringen en met discus (1,70 m. en 33,40 m.). Diverse kranten beginnen nu aandacht te besteden aan dit vijftienjarig talent. En helemaal als het in juni in drie opeenvolgende wedstrijden over 1,72 m., 1,76 m. en zelfs 1,77 m. gaat. Die laatste twee prestaties zijn zelfs nieuwe Nederlandse records. Bij de senioren wel te verstaan! Er wordt gesproken over deelname aan het EK in Helsinki, later dat jaar. Maar Annemieke is nog maar B1-junior. In overleg met haar nieuwe trainer Gerard Kamp en de club wordt toestemming gevraagd te promoveren tot A-junior. Die krijgt ze, ook al heeft de voorzitster bedenkingen. Als opwarmertje mag Annemieke meedoen aan het NK senioren in Drachten (derde plaats), aan een interland tegen Roemenië en Frankrijk (vierde plaats) en aan het Open Engelse kampioenschap in Londen (vijfde plaats). En op het EK zelf gaat het naar behoren. Met 1,73 m. plaatst ze zich met 27 anderen voor de finale. Deze wordt gewonnen door Ilona Gusenbauer met 1,87 m.; de echte Europese top is nog een maatje te groot.

3. Basketbal

Aan het eind van het enerverende jaar 1971 worden de senioren van Atmodes met Annemieke in de ploeg tweede in de damescompetitie. In totaal heeft Annemieke dat jaar aan maar liefst dertig wedstrijden meegedaan.
Het jaar 1972 biedt geen progressie meer op hoog. Wel op het onderdeel discus. Daar werpt ze veel constanter dan vroeger, steeds tussen 31 en 35 meter. In 1973 zijn het vooral de zes interlandwedstrijden die opvallen. Plus, in augustus, een nieuw clubrecord met hoogspringen: 1,80 m. Dat gebeurt tijdens het EK voor junioren, waar ze samen met de bekende West-Duitse atlete Ulrike Meyfarth een gedeelde tweede plaats haalt. Verder wordt ze met Atmodes derde in het clubkampioenschap AB-junioren en eerste bij het clubkampioenschap van de seniorendames.
In de tussentijd (1970-1975) speelt Annemieke ook op hoog niveau basketbal. Namelijk bij White Stars Haarlem in de hoofdklasse. Ze speelde zelfs een aantal wedstrijden voor het Nederlands jeugdteam.

4. Op de hoogste trede

Na 1971 wordt ook 1974 een topjaar voor Annemieke. Eerst wint ze de gouden plak bij het NK Meerkamp A-junioren. Vervolgens wordt ze bij het NK junioren in Vught eerste met hoogspringen, eerste met de discus en derde met kogelstoten. Bij het hoogspringen ging de lat naar 1,83 m. Wederom een nieuw Nederlands record voor Annemieke. En een maand later is het tijdens een interland tegen België al weer raak: 1,84 m (NR). Maar de hoogtepunten gaan door. Bij het NK senioren in Arnhem wint ze de eerste prijs met een hoogte van 1,80 m. En tijdens haar tweede Europees Kampioenschap, ditmaal in Rome, springt ze een knappe 1,83 m. Ten slotte wordt Atmodes met Annemieke in de ploeg dat jaar landskampioen bij de AB-junioren.

5. De afloop
Het jaar 1975 wordt voorlopig het laatste jaar van Annemieke bij Atmodes. We vinden in de boeken één hoogtepunt: ze behaalt met 1,80 m. brons bij het EK indoor in het Poolse Katowice.
Ze verhuist met haar trainer Jan van Heek naar De Spartaan in Lisse. Ze gaat in 1976 nog wel naar het EK indoor in München, maar mist de Olympische Spelen in Montreal door een blessure – ze was wel geselecteerd. Na een kortstondig lidmaatschap van Sagitta Amsterdam (augustus 1979 tot juni 1980) sluit Annemieke haar atletiekcarrière af bij de club waar ze begon, Atmodes (juni 1980-1982).

6. De loopbaan
Zoals veel atleten heeft Annemieke het CIOS gevolgd. In Arnhem. Tot haar 28e gaf ze les, vooral in het zwemonderwijs. Hierna doorliep ze de sociale academie en werkte vervolgens in de gezondheidszorg en in de welzijnssector. De laatste vijf jaar is ze werkzaam als bedrijfsmaatschappelijk werker, onder meer bij een ministerie. Daarnaast bemiddeld ze bij arbeidsconflicten. Ook in haar werkzame leven legt ze de lat hoog voor zichzelf, maar dan alleen figuurlijk. Sporten doet ze niet veel meer. Wel is ze nog geregeld trimmend in de duinen te signaleren om het gewicht op peil te houden.

De statistieken

Deelname aan 150 baan- en indoorwedstrijden in het Atmodestenue, waarvan 30 internationale wedstrijden
Hiervan waren er 12 interlands en 7 Europese Kampioenschappen (2 outdoor, en 5 indoor)
40 verbeteringen van clubrecords, waarvan 12 indoor
6 Nederlandse records (4 outdoor en 2 indoor)
19 keer 1,80 m. of hoger gesprongen
10 keer Nederlands kampioen, waarvan tweemaal in competitieverband.

Beste prestaties

Hoog	1.84	1974	NR
kogel	11,96	1975	
discus	35,38	1973	
speer	35,88	1974	
ver	5.31	1973	
100 m	13,2	1974	
200 m	27,7	1974	
100 m horden	15.4	1974	
vijfkamp	3956	1971	CR meisjes A

Gerard van Kesteren
(met dank aan Annette voor het prestatieoverzicht en Annemieke Bouma voor de reacties)

ATMODES HAARLEM

UIT DE OUDE DOOS

Weerzien met een veelzijdige 'excentriekeling'

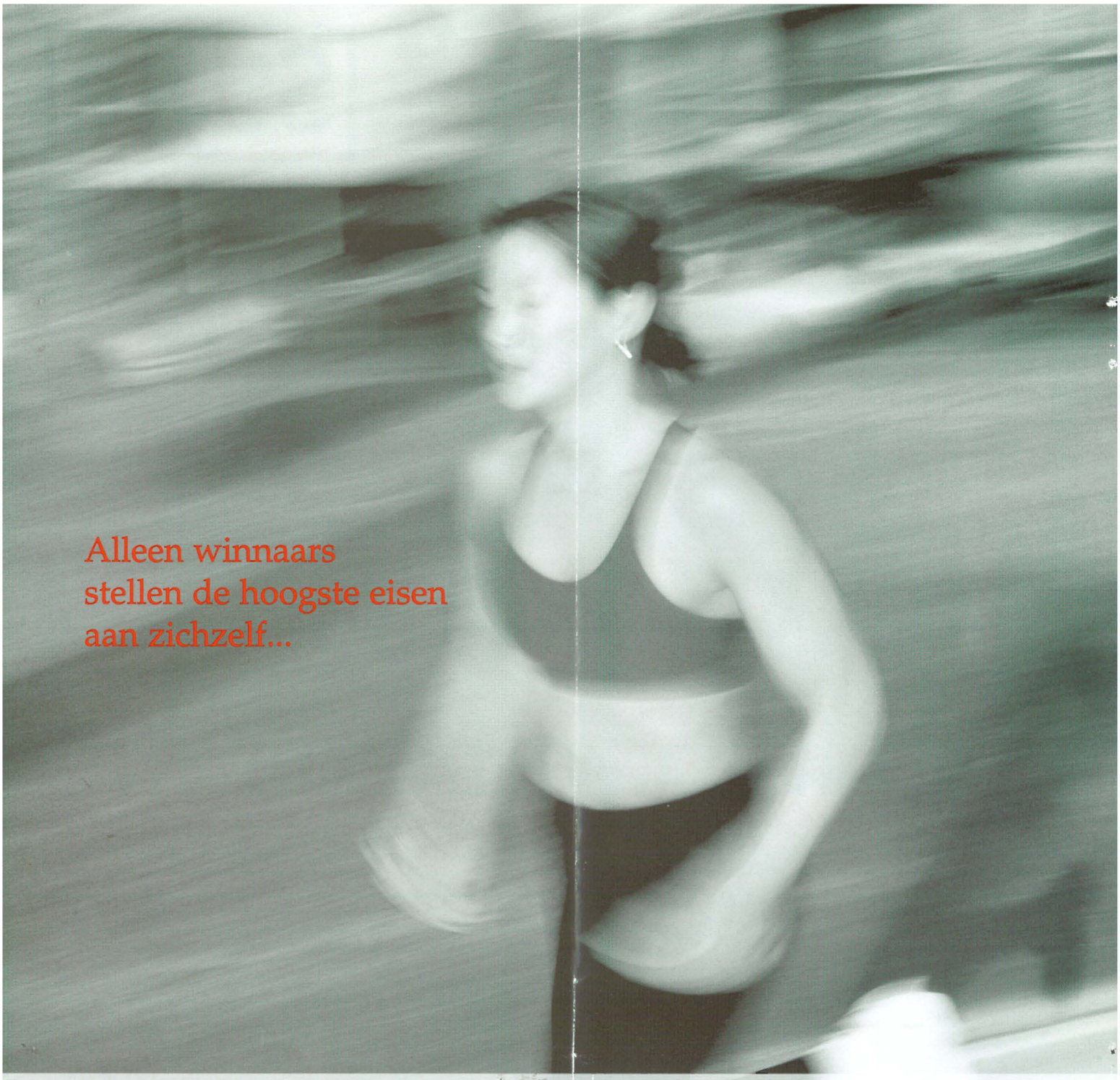
Op de goed bezochte bijeenkomst van de Reünistenclub, die dit jaar voor het laatst gehouden werd in *de Rusthoek* te Bloemendaal omdat dit café-restaurant gaat sluiten, ontmoette ik voor het eerst in lange tijd weer eens mijn vroegere clubmakker Jeltjo Doornbosch (68).
Jeltjo heeft het geloof ik niet zo op reünies en verblijft bovendien vaak in Portugal, waar hij een tweede huis bezit en zich bezighoudt met het bouwen van *follies* (een begrip, ontleend aan het Franse *folie*, waarmee volgens de Encyclopaedia Britannica kostbare, doorgaans doelloze en dus dwaze bouwsels worden aangeduid, die gedurende de 18e en 19e eeuw door welgestelde excentriekelingen op hun landgoed werden opgericht.) De locatie, zo vertelde Jeltjo ons, heeft hij overigens behalve om het natuurschoon mede gekozen omdat er een atletiekbaan in de buurt is. En zo kenden wij hem weer, want dat deze rasatleet gelukkig zou kunnen zijn zonder af en toe te sporten, is voor zijn vrienden van vroeger ondenkbaar. Zo had ik bij de Vrienden van de KNAU, waar Jeltjo ook lid van is, gehoord dat hij deelneemt aan veteranenkampioenschappen, en beoefent hij daarnaast ook de bergsport.

Wij leerden elkaar kennen in het voorjaar van 1952, toen we allebei als eerstejaars B-junior aantraden bij de HAV "Haarlem". En op de training demonstreerde hij al gauw een veelzijdige aanleg voor atletiek. Spoedig tekende zich dan ook een taakverdeling tussen ons af. Want hoewel hij slechts weinig voor mij onderdeed op de loopnummers, toonde hij zich verre superieur op de spring- en werpnummers. Daardoor grossierde Jeltjo als B- en A-junior al in ereplaatsen en ontpopte zich vaak als topscorer in wedstrijden waar de prestaties in punten werden vertaald, zoals die om het clubkampioenschap van Nederland.
Maar ook op individuele kampioenschappen blonk hij uit. Als eerstejaars A-junior werd hij al Nederlands jeugdkampioen speerwerpen (1954) en werd hij derde op kogel. Een jaar later werd hij op speer net afgetroefd, doch voegde bij die tweede prijs nu twee derde prijzen (op kogel en op de 110m horden). Vanaf 1957 betaalt Jeltjo's veelzijdigheid zich bij de senioren, behalve op de individuele werpnummers, ook uit in een reeks successen op de tienkamp (derde plaatsen op het NK in 1957, '60, '61 en '62), waarmee hij tevens een plaats in de landenploeg verwerft.

Zoals gezegd had Jeltjo bij clubontmoetingen door zijn veelzijdigheid een enorme inbreng. In een vorige aflevering van deze rubriek (mei 2004) memoreerde ik al eens hoe hij in Groningen met een ontstoken duim de speer over de 55 meter wierp, maar ook de eervolle klasseringen van Haarlems juniorenploeg in de eerste helft van de jaren '50 waren voor een belangrijk deel aan Doornbosch te danken. Dermate wijd verbreid was zijn faam, dat toen hij bij een uitwedstrijd tegen het Duitse Minden (Westfalen) in 1955 verstek moest laten gaan, de plaatselijke pers door het ontbreken van "*den grossartigen Doornbosch in den technischen Disziplinen* " ineens aan de eigen jeugdatleten weer kansen toedichtte. Daardoor was het extra spijtig dat Jeltjo Doornbosch het zoet van een Haarlem-overwinning in een WG-bekerfinale (juniorenclubkampioenschap van Nederland) niet heeft mogen smaken. Wel had hij ook daar een passend antwoord op. Want toen in 1954 een teleurgestelde juniorenploeg van Haarlem na een dikke nederlaag tegen AAC de thuisreis aanvaardde, teleurgesteld mede omdat het hun bij een overwinning in het vooruitzicht gestelde feest nu geen doorgang dreigde te vinden, bood Jeltjo aan dit dan maar bij hem thuis te komen vieren. Nu waren Jeltjo's ouders, die in de Van 't Hoffstraat een hondenkennel dreven, niet echt ruim behuisd, terwijl bovendien elk vrij plekje door een viervoeter werd ingenomen, maar Co Lagendijk die de catering verzorgde, herinnert zich dat feest als een van de meest geslaagde die hij bij Haarlem heeft meegemaakt.
Ook dit was kenmerkend voor de Haarlem-atleet Doornbosch. Bescheiden van aard, trad hij zowel op de baan als daarbuiten alleen naar voren wanneer de club hem nodig had. En zoals Harry en Ellen Joacim - gelukkig óók present op de reünie! - kunnen getuigen, doet hij dat nog steeds.
Kijk, zo iemand gun je z'n dwaze hobby graag!

Hans Douwes

Style
MATHÔT
Style+Mathôt
neemt elke horde ...
Waarderweg 56
Postbus 2096
2002 CB Haarlem
Tel. 023 - 55 333 55
Fax 023 - 55 333 50
info@stylemathot.nl
www.stylemathot.nl
PREPRESS PRINTING LOGISTICS DESIGN MULTIMEDIA PUBLISHING



....en wij beschouwen ons ook als een winnaar. Al ruim 150 jaar houden wij een gezonde traditie in stand. Voor mensen die het hoogste van zichzelf vragen en hun lichaam willen ondersteunen waar dat nodig is, hebben wij uitstekende producten. Zoals Magnesium Extra, Trias Omega, Glucosamine complex en een uitgebreid assortiment vitaminen en mineralen. Omdat een gezonde aanvulling soms nodig is.
Voor persoonlijk advies kunt u ook terecht op onze website: www.vanderpigge.nl.

Het goede van toen met het beste van nu.

A.J. VAN DER PIGGE
ANNO 1849

Drogisterij A.J. van der Pigge
Gierstraat 3 2011 GA Haarlem
Telefoon 023-5312454
www.vanderpigge.nl