

Nieuwsbrief AV Holten

Om alle leden op de hoogte te houden van wat er zoal in onze club gebeurt, is er deze digitale nieuwsbrief van de AV Holten. Bestuur en pr coördinator streven ernaar om de nieuwsbrief met regelmaat te laten verschijnen. Om tussentijds goed op de hoogte te blijven, kun je altijd op www.avholten.nl terecht!

Hulp!

Een mooi woord: hulp. Lijkt op help, maar betekent net wat anders. Help roep je in nood of paniek, er moet spoedig hulp geboden worden. Hulp daarentegen heeft vele kanten. Je biedt hulp of je krijgt hulp. Over het algemeen heeft het een positieve klank.

Heeft de voorzitter en het bestuur dan hulp nodig? Nou en of! Aan het eind van dit jaar eindigt de zittingstermijn van mijn voorzitterschap. Je voelt de oproep al komen. Toen ik aantrad in mijn nieuwe voorzittersrol had ik mijzelf voorgenomen om mij drie jaar in te zetten voor ons bestuur. Drie jaar is voor mij een mooie tijd. Niet te lang, dat past bij mijn karakter.

En zoals dat gaat vliegen de jaren. Dat vindt zijn oorsprong in de aard van dit bestuur. Een goed bestuur. Een heel leuk bestuur met goede mensen zou ik ook kunnen zeggen. Een geoliede machine waar de bestuursleden zich inzetten voor hun taak, beleid maken en dat ook proberen vorm te geven binnen de mogelijkheden die er zijn. En dat in onderlinge samenspraak, met steun en aandacht voor elkaar.

Tja zal je zeggen: mooie woorden. Zo'n voorzitterstaak is toch de zwaarste functie binnen het bestuur? Dat is in ons bestuur nou net niet het geval. De taken zijn goed gespreid. Coördineren en verbinden moet je wel liggen.

Dan nu de oproep. Wie wil de voorzittershamer per januari 2012 gaan hanteren? Vrijwilligerswerk voor onze club is leuk en ook dankbaar werk. Heb je zelf al eens overwogen je een paar jaar voor de club in te zetten? Grijp je kans en vraag informatie bij Gerdien Ophof of mijzelf. Het bestuur verwelkomt graag een nieuw bestuurslid en we helpen je uiteraard op weg.

Zoals je in de vorige nieuwsbrief al kon lezen heeft onze vereniging hulp gekregen van Johan Brinkman. Hij is de combinatiefunctionaris en werkt voor een deel bij AV Holten en het andere deel voor de Waerdenborch. Een combifunctionaris is in dienst bij één werkgever maar werkzaam in twee sectoren. In ons geval in de sport en het onderwijs. Een belangrijke taak van hem is om jongeren binnen Holten aan het sporten te krijgen. Atletiek in al zijn vormen is daar heel geschikt voor. De samenwerking met de Waerdenborch is een mooie kans om meer jeugd met onze atletiekvereniging en zijn hardloopwedstrijden bekend te maken. In november zal Johan een interessante voorlichtingsavond organiseren om jongeren met een probleem vroegtijdig op te sporen. Lees verderop in de nieuwsbrief meer daarover.

Hulp! De Diepe Hel Holterbergloop komt er weer aan. Ons prachtige loopfestijn in een magnifieke omgeving. De herfstkleuren spatten er al weer vanaf. De DHHL commissie komt op stoom en deze commissie kan het niet alleen. Vele jaren konden we rekenen op vele leden en ook dit jaar zijn er weer veel vrijwilligers nodig om zaterdag 29 oktober tot een geslaagde wedstrijd te maken. Jouw hulp is meer dan van harte welkom.

Tot slot, op 8 november vindt de algemene ledenvergadering plaats. We helpen elkaar samen de koers van de vereniging te bepalen. Het beleidsplan van ons bestuur kon alleen tot stand komen door inbreng van de leden en het kader. Het bestuur heeft keuzes voor de toekomst gemaakt. Daar zullen we op de ALV aandacht aan besteden. Tot dan!

Hans Uijen

Informatieavond

"VERONTRUSTENDE SIGNALLEN BIJ KINDEREN"

Dinsdagavond 15 november 2011
kantine VV Holten, 19:30-22:00 uur

Als tegenprestatie voor het subsidiebedrag voor renovatie van onze accommodatie, organiseert AV Holten, in samenwerking met onze combi-functionaris Johan Brinkman en de Sportservice Overijssel, een informatieavond over signaleren en handelen bij "verontrustende signalen bij kinderen". De informatieavond is bedoeld voor trainers, jeugdcommissie, bestuur en geïnteresseerde ouders/verzorgers van AV Holten jeugdleden.

Komt allen, het is een onderwerp dat ons allen aangaat en eerlijk is eerlijk:
Voor Wat, Hoort Wat!

Enrico



Wadlopen

Zaterdagmorgen heel vroeg, het was druk in het centrum van Holten, jongelui spoedde zich huiswaarts uit diverse keten, atleten waren op weg naar sportpark Meermanskamp, een opengebroke Drogenstraat zorgde voor de eerste hindernis, met de bus van Spitax. Het was half vier, ging het richting Holwerd, wie zijn ogen al open had keek tegen een muur van mist aan, en om 6 uur aangekomen in Holwerd was het nog steeds te mistig om de oversteek naar Ameland te maken.

Goed zeven uur kwam er toch een schuchter zonnetje door en kon de tocht van ruim 11 kilometer beginnen. Daarvoor had iedereen zijn kop koffie, een geduldige sanitaire stop gemaakt en zijn lunchpakket al aangesproken. Met 200 deelnemers onder begeleiding van 5 gidsen, eerst kilometers door slikvelden, maagdelijke gypies van de Action kregen een prima vuurdoop. Ik als ervaren wadloper had een gaatje in mijn schoen. Binnen de kortste keren zoude ik stukje wad mee. Ondanks de grote groep, iedereen kon goed

meekomen, maar het was flink afzien door de slikvelden. Eenmaal aangekomen op de mosselbanken en zandbanken, het zonnetje was echt doorgebroken en zou ons de rest van de dag niet meer in de steek laten, moesten er een paar flinke geulen worden overgestoken, de rugzakken moesten boven het hoofd.



Ab Koetsier, met zijn 65 jaar de oudste Holtense deelnemer, begeleid door vrouwelijk schoon, hield zelfs zijn hoofd boven water. Het heuveltje Oerd op Ameland is eindpunt van het 3 uurtjes wadlopen, dan de oversteek over het eiland, afspoelen in de Noordzee, hardlopen, wandelen of met de trekker met platte wagen, allemaal naar strandpaviljoen Nes. Zonaanbidders op het strand, andere liefhebbers op het terras, iedereen genoot van deze schitterende dag. Van het strand naar de veerboot, die van half vijf moesten we hebben, is het nog een klein uurtje lopen, gelukkig kom je dan door het pittoreske plaatsje Nes, geweldige cafeetjes en terrasjes om de inwendige mens te versterken.



Alleen voor de grote organisator Rudi Rodijk verliep de trip minder voorspoedig, misselijk tijdens de wandeling over het strand, met de taxi afgevoerd naar de veerboot, in rolstoel toch met de bus mee naar Holten, het was even schrikken.

Gelukkig bleek het achteraf met Rudi nog mee te vallen, maar in ieder geval je had het prima geregeld, bedankt namens alle wadlopers!!!!



Even na klokslag 8 uur waren we weer terug in Holten, een lange dag maar mede door het unieke weer, wie zit nog te zeuren over die slechte zomer, op naar volgend jaar.

Marinus Baltus



Medaillewedstrijden

Zaterdag 24 september had de jeugd van AV Holten de vierde en daarmee laatste medaillewedstrijd. De wedstrijden beginnen in april en eindigen in september. Na Hengelo (MPM), Almelo (SISU) en Enschede (ACTION) was ASV Eibergen dit keer gastheer. Op een medaillewedstrijd verbetert een atleet zichzelf. Het is dus niet een wedstrijd tegen andere atleten. Er zijn zes verschillende onderdelen en voor elk onderdeel is een limiet vastgesteld. De eerste wedstrijd heeft dezelfde onderdelen als de derde (beiden vóór de zomervakantie) en ook de tweede en vierde wedstrijd zijn gelijk (beiden na de zomervakantie).

Categorieën en limieten

Voor elke leeftijdscategorie zijn limieten vastgesteld om brons, goud of zilver te behalen. Natuurlijk krijgt iedere atleet een vaantje, maar wie de verbeterpunten voor zichzelf zoekt, houdt goed in de gaten welke meters en centimeters, minuten en seconden er gehaald zijn op de eerste wedstrijd. Goed trainen in de tussentijd en dan de derde wedstrijd je scores aanscherpen!

Pupillen en D-junioren krijgen goud als er minimaal vier maal goud is behaald en op de overige prestaties zilver; zilver als minimaal 4 maal goud of zilver is behaald en op de overige prestaties brons; brons in alle andere gevallen, als er bij zes onderdelen aan de limiet is voldaan.

Voor C-junioren geldt voor goud: minimaal vijf maal goud en de overige prestaties zilver; zilver als er minimaal vijf maal goud of zilver is behaald en op de overige prestaties brons en brons: in alle andere gevallen, als er bij zes onderdelen aan de limiet is voldaan.

30° in Enschede...

De derde wedstrijd viel in het laatste vakantieweekend. Naar verwachting waren de jeugdleden hierdoor niet optimaal voorbereid. Toen het die dag ook nog héél warm werd in Enschede, viel er niet veel eer te behalen aan de resultaten...

Eibergen: PR's!

Op zaterdag 24 september daarentegen sneuvelden er diverse persoonlijke records in Eibergen! Het was prachtig atletiekweer, ook fijn voor meegereisde aanmoedigers. Veel ouders met notitieblokken liepen er rond, de deelnemers weten de scores wel uit hun hoofd. Bij AV Holten staat het spel en de sportieve samenwerking voorop, meedoen is belangrijker dan winnen is het credo. Bij andere verenigingen staat de competitie iets meer voorop: tabellen, stopwatches, meerennende en schreeuwende ouders... Om iedereen te laten weten dat onze jeugd van AV Holten ook heus competitie voert, namelijk vooral tegen zichzelf, hier voor één keer een verslag, met cijfers!

C-pupillen

C-pupil Henri Kappert haalde als eerste de bronzen limiet op de 600 meter met 2.45,6 min. Storm Lammertink gooide een uitstekende zilveren bal: 18,19m. Een week eerder, op het pupillenmeerkamp van AV Holten, gooide hij maar liefst 20,61m (goud)! Leonie Soer, Mette Klein Baltink en Janna Burgstede zijn vertegenwoordigsters van het credo van AV Holten: resp. 75, 70 en 70cm hoog was wel voldoende.



Janna – Mette - Leonie

B-pupil

Ysbrand Burgstede, die zaterdag de enige B-pupil bij AV Holten, liep een mooie, gestage 1000 meter: 4.45,1 min.

A-pupillen

Thijs Onderwater sprong, net als de week ervoor in Holten, 1,05m, precies de limiet voor zilver. Bij de meisjes liep Joelle Klein de 1000 meter in 4.09 min. (limiet voor goud is 4.10 min.) en Margo Schippers deed het in 4.21 min. (brons). Even later nam Margo een enorme sprong: 3,78m (limiet voor goud is 3,75m en haar PR was 3,70m); Joelle sprong 3,45m (zilveren limiet). Erin Klein Baltink sprong 3,10m, de bronzen limiet. Joelle en Margo gooiden de kogel ook in de zilveren roos: resp. 5,37 en 5,27m.

Bij de meisjes pupillen A 1^e jaars liep Celia Cornelis de 1000 meter in 4.31,6 min (brons) en stootte Mara Burgstede haar kogel naar 4,66m (brons).

Junioren D

Guus Uijen sprong een gat in de lucht met 1,10m hoog (brons) en Koen Onderwater wierp zijn speer naar 22,32m (zilveren limiet is 20m). Koen was zo blij dat hij vervolgens 1,30m hoog sprong. Naomi Schuppert (1^e jaars) liep de 600 meter in 2.05,7 min. (zilver) en Iva Klein Baltink (2^e jaars) in 2.02,5 min. (eveneens zilver). Met verspringen haalde Iva maar liefst 4,61m waar 3,80m voldoende was voor de gouden limiet! Toen verbeterde ze haar PR speerwerpen van 18,29m naar 18,63m.



Junioren D

Madelief Uijen liep de 80 meter in 12,2s (zilver) en Eva Houbiers wierp haar discus naar 18,77m (zilver; limiet voor goud is 21m) en de kogel naar 8,21m (zilver; limiet voor goud is 8,50m). Bij hoog sprongen zowel Eva als Madelief 1,20m, de limiet voor zilver.

Medaille-uitreiking

Op 14 januari 2012 krijgen alle winnaars van welverdiende vaantjes en medailles tijdens de gezellige familiedag hun prijs uit handen van de jeugdcommissie van AV Holten.

*Namens jeugdcommissie
Katja*

Limieten Medaillewedstrijden

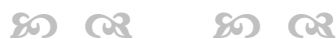
JUNIOREN ONDERDEEL	MEISJES – C			JONGENS - C		
	A BRONS	B ZILVER	C GOUD	A BRONS	B ZILVER	C GOUD
80 m / 100 m	13.3	12.4	11.4	15.5	14.0	13.0
verspringen	3.50	3.90	4.25	3.55	4.20	4.85
hoogspringen	1.10	1.20	1.35	1.20	1.35	1.50
kogelstoten	6.50	7.50	8.50	7.00	8.75	10.50
discuswerpen	13.00	17.00	21.00	16.00	22.00	28.00
speerwerpen	14.00	18.00	23.00	20.00	26.00	32.00
600m / 800m	2.10	2.00	1.50	2.50	2.40	2.30

JUNIOREN ONDERDEEL	MEISJES – D			JONGENS - D		
	A BRONS	B ZILVER	C GOUD	A BRONS	B ZILVER	C GOUD
60m / 80m	10.7	10.1	9.5	13.4	12.4	11.4
verspringen	3.10	3.50	3.80	3.25	3.75	4.25
hoogspringen	1.00	1.10	1.20	1.10	1.20	1.35
kogelstoten	5.50	6.75	8.00	5.75	7.00	8.25
speerwerpen	10.00	14.00	20.00	14.00	20.00	26.00
600m / 1000m	2.20	2.10	2.00	4.10	3.45	3.24

PUPILLEN ONDERDEEL	MEISJES – A			JONGENS - A		
	A BRONS	B ZILVER	C GOUD	A BRONS	B ZILVER	C GOUD
60m	11.1	10.4	9.7	10.9	10.2	9.5
verspringen	3.00	3.30	3.75	3.10	3.50	3.85
hoogspringen	0.85	0.95	1.10	0.90	1.00	1.15
kogelstoten	4.00	5.00	6.00	4.50	6.00	7.25
balwerpen	14.00	19.00	24.00	19.00	25.00	31.00
1000m	5.00	4.35	4.10	4.40	4.10	3.40

PUPILLEN ONDERDEEL	MEISJES – B			JONGENS – B		
	A BRONS	B ZILVER	C GOUD	A BRONS	B ZILVER	C GOUD
40m	8.3	7.8	7.3	8.1	7.6	7.1
verspringen	2.60	2.90	3.20	2.85	3.15	3.35
hoogspringen	0.75	0.85	0.95	0.80	0.90	1.00
kogelstoten	3.50	4.25	5.00	4.00	4.75	5.50
balwerpen	10.00	15.00	20.00	14.00	21.00	27.00
1000m	5.00	4.40	4.15	4.50	4.30	3.55

PUPILLEN ONDERDEEL	MEISJES – C			JONGENS – C		
	A BRONS	B ZILVER	C GOUD	A BRONS	B ZILVER	C GOUD
40m	8.4	7.9	7.4	8.3	7.8	7.3
verspringen	2.40	2.70	3.00	2.60	2.85	3.10
hoogspringen	0.70	0.80	0.90	0.70	0.80	0.90
balwerpen	8.00	12.00	16.00	12.00	16.00	20.00
600m	2.50	2.40	2.30	2.45	2.35	2.25



Column Meedoen is belangrijker dan winnen. Toch...?

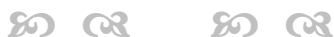
Bij AV Holten staat 'meedoen is belangrijker dan winnen' hoog in het vaandel. De AV - Holten-ouders die meereizen naar wedstrijden van de jeugd stellen zich dan ook bescheiden op. We staan langs de lijn, sporen aan, vangen verhitte kinderen op, delen stápels broodjes uit, halen koffie voor elkaar, troosten een kind dat hoger had willen springen en geven een high five bij een pr.

Met verbazing kan ik kijken naar ouders van andere verenigingen. Eén van clubs, niet bij naam genoemd, stuurt een cordon moeders mee. Zij stellen zich in een rij-alleen-van-deze-vereniging op en dan begint het: bij elk meisje dat onder de lat doorspringt wordt het toegeroepen dat het een Toppertje is en dat het de volgende keer heus lukt. Toppertje springt, erover, en dan is het Toppie-Toppie! Gaat het mis, dan gilt de linie dat het Heus Niets Uitmaakt en wordt het huilende schaap afgevoerd door de betreffende moeder, inmiddels met schaamrode wangen...

Misschien moet ik wel harder schreeuwen en met een stopwatch voor rondetijden meerennen. Ik neem mij voor alles te gaan noteren en ondervraag mijn dochter, laptop met Excelsheet in de aanslag, over haar scores. Mijn voornemens blijken niet nodig. Ze sprong laatst 1.10 m hoog. Dacht ze. Met een touwtje. Op school. Toch...? En officieel 1.00 m? Dacht ze...? Ze wordt kriegel van het gesprek en snauwt: "Ach, sinds wanneer ben jij zo'n pietje precies geworden dan?"

Opgelucht schaar ik me weer onder de bescheiden AV Holten-ouders.

Katja



Nieuwtjes jeugdathleten

Binnentraining

Vanaf 27 oktober gaat de groep van Els binnen trainen, in de gymzaal aan de

Lageweg. Voor de andere groepen is dit weersafhankelijk. Veranderingen zullen zo snel mogelijk per email worden doorgegeven.

Diepe Hel Holterbergloop

Zaterdag 29 oktober is de Diepe Hel-loop. De kidsrun (1000m) begint om 13.00 uur en vindt plaats in het dorpscentrum! Meer info: www.diepehelholterbergloop.nl.

Indoor Enschede

Op zondag 30 oktober is er nog een leuke indoorwedstrijd in Enschede. Dit is de laatste mogelijkheid om je PR aan te scherpen, per 1 november verschuiven immers de categorieën. Meer info: www.action48.nl, opgeven via Jetta Jansen: jansen-tuiter@wanadoo.nl

Veranderingen trainingstijden en categorieën

Binnenkort worden eventuele veranderingen in trainingstijden per email doorgegeven. Ook verschuivingen in categorieën worden per email onder de aandacht gebracht.



Voortgang renovatie

Zoals eerder gemeld in de nieuwsbrief hebben we als A.V. subsidie gekregen van de provincie Overijssel voor de renovatie van onze technische nummers. De gemeente gaat de renovatie uitwerken en heeft inmiddels een bestek bij enkele aannemers liggen, binnenkort is de aanbesteding.

Wat gaat er allemaal gebeuren ??

De renovatie houdt in dat het kunststof geheel vervangen wordt en aan beide zijden van de hoogspringmat verbreed zal worden. Ook de verspringbak wordt vervangen en om het kunststof komt een nieuwe bestrating. De kogelsector wordt voorzien van nieuw gravel. En de discuskooi wordt gerenoveerd. Dit houdt in dat de palen verankerd worden, het net vernieuwd en het gedeelte binnen de netten wordt voorzien van kunstgras.

Ook zal gelijk met de renovatie van de accommodatie een vernieuwd pad vanaf de

voetbalkantine naar ATHOC worden aangelegd, dit pad zal worden voorzien van verlichting zodat ook in het donker onze accommodatie goed bereikbaar is. Als de werkzaamheden starten zal er wel enige tijd overlast ontstaan tijdens de trainingen, hier zal t.z.t. een oplossing voor worden gezocht.

Wim Klein Baltink



Help het secretariaat

Aan creativiteit binnen onze vereniging geen gebrek. Er is inmiddels een fraaie lijst van originele e-mailadressen ontstaan. Om een voorbeeld te noemen koetje53@hotmail.com. Rara... van wie is dit adres? En zo kan ik er nog wel een paar noemen.

Graag zou ik van iedereen het **juiste e-mailadres, naam en adres** ontvangen, zodat we de wirwar in het e-mailadresbestand weer kunnen ontrafelen. Dan kunnen we eventueel ook individueel een berichtje per email versturen en niet alleen als groep. Alvast dank voor jullie medewerking!

Gerdien

koopman.ophof@xs4all.nl



Sportmedisch onderzoek voor atleten AV Holten

Dit najaar organiseert AV Holten in samenwerking met het SMA Oost de mogelijkheid om deel te nemen aan een sportmedisch onderzoek ofwel de sportkeuring.

Als je intensief hardloopt is het aan te bevelen deze eenmaal per twee jaar te ondergaan. Het SMA Oost adviseert atleten die intensief sporten om het groot sportmedisch onderzoek (incl. inspannings-fietstest) te ondergaan. Kijk voor meer informatie over de sportmedische

onderzoeken eventueel op de [site](#) van SMA Oost.

De zorgverzekeraar vergoedt afhankelijk van je aanvullende verzekering en het soort onderzoek tussen de € 50 tot € 135 per onderzoek.

Het onderzoek vindt plaats in Deventer. In overleg is het ook mogelijk het onderzoek in Apeldoorn of Enschede plaats te laten vinden. Afhankelijk van het aantal deelnemers zal de AV Holten voor haar leden een korting proberen te regelen.

Meld je - als je deel wilt nemen - voor 24 oktober aan bij Joanne Kloosterboer op e-mail: joanne.kloosterboer@planet.nl. In november maken we met SMA Oost de definitieve afspraken en starten we met het plannen van de onderzoeken.



Aanbieding clubkleding AV Holten OP=OP!

AV Holten heeft nog enkele exemplaren clubkleding waar je met forse korting over kunt beschikken. Het gaat om rode Craft singlets en T-shirts met lange en korte mouw bedrukt met AV Holten logo. Dus heerlijk om in te trainen en tegelijkertijd in clubtenu te lopen. Wees er snel bij en schaf een mooi exemplaar aan voor de helft van de oorspronkelijke prijs!

Craft Singlet, maat, 42, 40, M, L, XL en XXL, van 19,95 voor € 10,-

Craft Shirt, korte mouw, 152, 40, 42 en L, van 24,95 voor € 12,50

Shirt, lange mouw, 128, 40, 42, M en L, van 35,- voor € 17,50

Interesse? Neem even contact op met Joanne Kloosterboer, joanne.kloosterboer@planet.nl of bel 0548 657140.



Het interview

Naam: Ria Heuvelmans
Commissie: G-atletiek
Functie: Coördinator

V: In welke commissie of werkgroep van de AV Holten ben je actief?

A: G-atletiek, dit is een groep van 22 mensen met een verstandelijke beperking in de leeftijd van 13 tot 50 jaar.

V: Sinds wanneer doe je dit?

A: 16 jaar geleden heb ik samen met Hanneke van der Spek de G atletiek opgestart. Hanneke heeft de eerste jaren de training verzorgd en ik ben altijd het eerste aanspreekpunt geweest voor de vrijwilligers, ouders en groepsleiding.

V: Hoe ben je bij deze commissie gekomen?

A: Zelf heb ik jaren met veel plezier de atletiek training gevolgd. Doordat we zelf een zoon hebben met een verstandelijke beperking ben ik erg betrokken bij deze groep. Daarom was ik erg gemotiveerd om voor deze groep iets te gaan organiseren met atletiek.

V: Wat vind je het leukste/meest uitdagende aan deze activiteit?

A: Ik vind het erg leuk om met mensen te werken. En het is erg fijn om te zien als ze met veel plezier actief bezig zijn.

V: ...en wat het meest vervelende?

A: Dit is niet van toepassing.

V: Hoe zou je de activiteiten in een paar korte zinnen omschrijven?

A: Plezier in atletiek en bewegen hebben we hoog in het vaandel. De trainers organiseren het zo, dat iedere deelnemer op zijn eigen nivo kan deelnemen.

V: Wat gebeurt er in de regio zoal op het gebied van G-atletiek?

A: Af en toe zijn er in de regio wedstrijden voor mensen met een beperking. Vanuit onze deelnemers is hier voor weinig belangstelling

V: Welke kansen zijn er voor AV Holten?

A: De atletieksport zo breed mogelijk aanbieden, voor jong, oud en voor mensen met een beperking. Samen actief zijn.

V: Heb je nog wat toe te voegen?

A: We hebben een hele actieve groep vrijwilligers, die elke maandag een uur de G atleten begeleiden en stimuleren. Zonder deze groep vrijwilligers zou de G-atletiek niet kunnen bestaan.



De huidige vrijwilligers groep bestaat uit: Herman Vriezekolk, JanJaap Hamdorf, Albert Vriezenkolk, Herman Koetsier, Ab Koetsier, Dinie Teeselink, Saskia van de Brink en ik.

Betsie Goorman, Linze Bos, Ans en John Meijerink hebben net afscheid genomen, bedankt voor jullie jaren lange inzet. En natuurlijk niet te vergeten de trainers Joke Stevens en Karel Burgstede.

Tot slot hoop ik dat de groep vrijwilligers en G-atleten nog lang samen veel plezier mogen beleven aan het sporten.



Activiteitenkalender

Op de website is een uitgebreide activiteitenkalender te vinden. Wil je een activiteit laten vermelden in de kalender mail dan de redactie.

29-10-2011	Diepe Hel Holterbergloop
08-11-2011	Algemene Ledenvergadering Meermanskamp 20.00 uur
19-11-2011	Rijssensebergcross/TIB Crosscircuit
03-12-2011	Nijverdalsebergcross/TIB crosscircuit



Eindredactie

Ingrid van Thiel & Gerdien Ophof
Voor suggesties en bijdragen mail:
koopman.ophof@xs4all.nl