

# Sprinter

aug/sep 2011

Adres baan: Raadhuislaan 8, 1613 KR Grootebroek

Corr. adres: Postbus 178 1610 AD Bovenkarspel

Internet: [www.savatletiek.nl](http://www.savatletiek.nl)

**Redactie:**  
Jeugdhoek: Marica Onos, [webmaster@savatletiek.nl](mailto:webmaster@savatletiek.nl) (0229) 270142  
Lief & Leed: Els van der Jagt, [liefenleed@quicknet.nl](mailto:liefenleed@quicknet.nl) (0228) 512612  
Uitsmijter: Peter Olofsen (0228) 517124  
De Baanhoek: Marica Onos, [webmaster@savatletiek.nl](mailto:webmaster@savatletiek.nl) (0229) 270142  
Advertentie beheer: Ger Heinsius, [gpbneinsius@hotmail.com](mailto:gpbneinsius@hotmail.com) (0228) 516696  
Afwerking / verspreiding: Ria Faber (0228) 317288  
Vormgeving: Marjon de Haas (0228) 513916

## Dagelijks Bestuur:

Voorzitter: Piet Blokker Sluisdeur 37, 1613 BH Grootebroek (0228) 514990  
Secretaris: Lilian Langendijk-Blokker Gieser Wildemanlaan 5  
1687 RJ Wognum (0229) 755267

e-mail: [lilianendirk@quicknet.nl](mailto:lilianendirk@quicknet.nl)

Penningmeester: Abdel el Amrani Middenweg 72, 1611 KP Bovenkarspel

e-mail: [AelAmrani@wanadoo.nl](mailto:AelAmrani@wanadoo.nl)

## Bestuursleden:

Jeugdcommissie-wedstrijdorganisatie Tom Beertsen (0228) 516885  
Onderhoud baan Peke de Vries (0228) 515057  
Technische commissie Cees Meijer (0228) 562612  
BAS-commissie Margreet Broersen (0228) 516758

## Administratie:

Ledenadministratie: Tom Beertsen (0228) 516885  
Dam 34, 1630 AL Grootebroek  
Opzegging lidmaatschap: schriftelijk bij de ledenadministratie, e-mail:  
[ledenadministratie@savatletiek.nl](mailto:ledenadministratie@savatletiek.nl)

Postbank 2966548 / Rabobank 117698520

## Bankrelatie:

## Commissies:

medische commissie: Koos Jong (0228) 513310  
Kantinecommissie: Ria Struijs (0228) 514183  
Wedstrijdorgani : Yvon Haakman (0228) 317149  
Loopevenementen: Jos Schaper (06) 22804046 (0229) 262520  
Technische commissie: Cees Meijer (0228) 562612  
BAS-commissie Joan Olofsen (0228) 517124  
Accommodatie / Materiaal: Tames van Zwol (0228) 514759  
Jury commissie: Paulien de Wit (0228) 522976

## Kantine alleen tijdens training of wedstrijden: (0228) 518333

Wedstrijden: Thuis: Yvon Haakman Venuslaan 74 / 1601 RM Enkhuizen (0228) 317149

Wedstrijden: Uit: Margreet Broersen Broekerhavenweg 245 / 1611 CE B'karspel (0228) 516758

[broer715@planet.nl](mailto:broer715@planet.nl)

Wedstrijden : Pupillen: Paulien de Wit, [pdmdwit@ziggo.nl](mailto:pdmdwit@ziggo.nl)

**Jeugd: (0228) 516758 Senioren: (0228) 516758**

## Trainers:

Carla Beertsen (0229) 758425 Peter, Paul en Kay Olofsen (0228) 517124  
Margreet Broersen (0228) 516758 Hans Schouten (0228) 517176  
Erick Sinnige (0229) 573508 Paulien de Wit (0228) 522976  
Lillian Hauwert (0228) 519665 Dirk Rood (06) 22094246  
Rene de Ruiter (0228) 313920 Jan Kunst (0228) 511717  
Dirk Vet (0228) 514894 Cees Meijer (0228) 562612  
Robin van Kalsbeek (0228) 561879  
Ron van Zwol (0228) 542652 Jetze Douwe Sandstra (06) 44954698  
Riny Bakker (0228) 511850 Gerwin Struijs (0228) 564388



# Tarieven

categorie	leeftijd voor 1 november	halfjaarlijks bedrag
	geboren in:	
Mini pupil	2004 of later	43,50
Pupil C	2003	50,25
Pupil B	2002	50,25
Pupil A1-A2	2001/2000	50,25
Junioren D1-D2	1999/1998	60,00
Junioren C1-C2	1997/1996	60,00
Junioren B1-B2	1995/1994	66,50
Junioren A1-A2	1993/1992	66,50
Senioren (dames en heren)	1991 of eerder	73,75
Masters (dames en heren)	1976 en eerder	73,75
Recreanten	(n.v.t.)	63,25
65+korting	€ 11,50 per half jaar	

Wanneer geen machtiging tot automatische incasso van de contributie is afgegeven wordt het halfjaarlijks bedrag per acceptgiro verhoogd met € 2.50

De contributie perioden lopen van 1 januari t/m 30 juni en van 1 juli t/m 31 december. Het lidmaatschap kan op elk gewenst tijdstip ingaan, de contributie wordt dan over de resterende contributie periode geheven. Bij elke nieuwe aanmelding dient eenmalig € 12.00 extra aan inschrijfgeld te worden betaald.

Let op:

Voor afmelding (altijd schriftelijk) per 1 januari is het noodzakelijk dat de afmelding uiterlijk 15 november binnen is. De afmelding per 1 juli dient 15 mei binnen te zijn. Let op: wanneer de afmelding niet schriftelijk bij de ledenadministratie wordt afgegeven vóór de hierboven genoemde data, is er geen sprake van afmelding en blijft de contributie verschuldigd.



**22 oktober 2011:  
Feest SAV 60 jaar!**

# Trainingsmomenten SAV

Trainingstijden per 4 april 2011

<b>Maandag</b>	<b>Soort training</b>	<b>Trainer</b>	<b>Accomodatie</b>
18.00-19.00u	Selectietraining horden junioren-BC (op uitnodiging)	Gerwin	Baan
18.15-19.15u	MPA+JPA2	Lillian + Robin + Chrissie	Baan
18.30-19.30u	MPC+MPB	Carla + Martijn	Baan
18.30-19.30u	JPC+JPB+JPA1	Margreet + Linda	Baan
19.00-20.00u	Selectietraining horden junioren-D (op uitnodiging)	Gerwin	Baan
19.15*-20.15u	Nordic Walking	Jetze Douwe	Vertrek baan
19.15-20.15u	MJD+MJC+JJD+JJC	Lillian + Robin	Baan
19.15-20.30u	Selectietraining werpen (op uitnodiging)	Peter	Baan
<b>Dinsdag</b>			
9.00-10.00u	Algemene training recreanten	Ron	Baan
19.00-20.30u	Meerkamp training junioren-AB	Ruud	Baan
19.30-20.30u	Algemene training recreanten	Dirk V.	Baan
19.30-20.45u	Looptraining recreanten	René	Baan/Streekbos
19.30-21.00u	MILA jun-AB/senioren/masters	Paul	Baan
<b>Woensdag</b>			
18.15-19.15u	MPB +JPB+MPA1+JPA	Paulien + John + Heleen	Baan
19.00-20.30u	Wandelgroep	Jetze Douwe	Baan
19.15-20.15u	MPA2+MJD1	Paulien + John	Baan
19.15-20.15u	JJD+JJC	Paul	Baan
19.15-20.15u	Algemene training recreanten	Dirk R.	Baan
19.15-20.45u	Sprintgroep junioren + senioren	Erick	Baan
19.30-21.00u	MILA/Lang wedstrijdathleten	Cees	Baan
<b>Donderdag</b>			
18.15-19.15u	MJC+MJD2	Margreet B.	Baan
19.15-20.45u	werpen junioren-ABC/senioren/ masters	Peter	Baan
19.15-20.45u	Allround jun-AB, senioren, masters	Paul	Baan
19.30-20.45u	MILA training alle junioren	Paul/Cees	Baan
19.30-20.45u	Loopgroep	Hans	Baan
<b>Vrijdag</b>			
13.30-15.00u	Wandelgroep	Riny	Baan
19.15-20.15u	Werptraining junioren-CD (op uitnodiging)	Peter	Baan
19.15-20.45u	Lange afstand recreanten	Robin + Margreet	Baan
19.15-20.45u	Sprintgroep junioren + senioren	Erick	Baan
<b>Zaterdag</b>			
11.00-13.00u	Loopgroep	René	Streekbos
<b>Zondag</b>			
09.00-10.00u	Algemene training recreanten	Hans/Dirk R./René /Riny	Streekbos
11.00-12.00u	Allround jun-AB, senioren, masters	Paul	Baan
12.00-13.00u	Kracht jun-AB, senioren, masters	Paul	Baan
13.00-15.00u	Werptraining	Peter	Baan

\* Meestal is de aanvang 19.15u, maar soms ook 18.30u.

Geïnteresseerde mensen moeten hier dus even naar informeren (0644954698).

De selectietrainingen zijn op uitnodiging!

Kijk voor de laatste informatie op [www.savatletiek.nl](http://www.savatletiek.nl)



# Bestuurlijkheden



## EEN GOED STEL

Een prachtige dag, 4 september. Goede organisatie, mooie baan en puike prestaties met natuurlijk de hele mooie derde plaats van onze meisjes. Nadat de meisjes zich geplaatst hadden voor de finale, heeft Rien gelijk de finale aangevraagd, ook met het oog op ons 60-jarig bestaan. 27 Juni kregen wij het bericht dat de finale in Grootebroek zou plaatsvinden. Op 4 juli zijn de coryfeeën bij elkaar gekomen om het een en ander door te spreken. En 7 juli kwamen we weer bij elkaar om de baan in orde te brengen. Tijdens de vakantieperiode kwam deze groep elke week een keer bij elkaar. De week voorafgaand kwam ook de gemeente voor het gras, kantjes, baan schoonmaken. Kortom iedereen was in rep en roer. Zelfs ik werd al een beetje zenuwachtig. Tafeltjes, stoelen, banken en zelfs hele tribunes werden er neergezet. Wat doet het weer????? Langzaam begon het aftellen. 4 September 08.00 uur, goed weer, de hekken gaan open en heel veel vrijwilligers van jong tot oud (wat is oud!) gaan aan de slag. Tegen half 11 komen de eerste atleten binnendruppelen en die worden rond 10.45 uur welkom geheten door Toon, de speaker van de dag. Honderden meters kabel rondom het veld voor scoreborden en geluid. Perfect, mede ook dankzij Aad Berghouwer. Dan om 12 uur de wedstrijden, spanning, alles klopt, alles gaat goed, het loopt. Maar dat dit allemaal zo goed ging is te danken aan Rien, hoofdcoryfee, Martin, supercoryfee en Tames, wie kent hem nog? En natuurlijk heel veel andere vrijwilligers. KORTOM AL MET AL EEN GOED STEL. De meisje presteerden naar behoren en behaalden de derde plaats en mochten plaatsnemen op ons zelf ontworpen ereschavot. Onder deze omstandigheden een mooi resultaat. Voor al die andere mooie resultaten, zou ik

zeggen, kijk eens op de website. Up to date. Nadine, twee prachtige gouden plakken in Turkije op de EJOF. Goud voor Oscar van Crimpen, brons voor Mathijs Jong, een eerste plaats voor Michelle Oud en een tweede voor Oscar van Crimpen bij een interland, goud voor Lieke Klaver, 60 meter en een zilveren bij het verspringen bij de C spelen. Was het toch nog een mooie zomer!

60 Jaar. 22 Oktober nadert heel snel, het feestcomité heeft alles onder controle, behalve dat er nog weinig deelnemers zijn voor het jeu de boule en de estafette. U kunt zich hier nog voor opgeven. Er zijn geen kosten aan verbonden.

2 Oktober zijn weer de clubkampioenschappen en worden al onze medaillewinnaars in de middag gehuldigd door de wethouder Lydia Groot. Kom gezellig naar de baan om onze talenten te bewonderen.

Groet, Piet

## Afscheid van Irene

Na een paar jaar de ledenadministratie gedaan te hebben, is deze nu in andere handen gekomen. Tom Beertsen gaat het verder overnemen van me. De laatste tijd werd het al moeilijker voor me om tijd vrij te maken voor de administratie. Vandaar dat ik Abdel gevraagd heb om uit te gaan kijken naar iemand anders. Ik heb het heel leuk gevonden om de administratie een paar jaar te doen, maar Roald was op een gegeven moment weg van SAV en ik had eigenlijk geen banden meer met de vereniging. Het wordt dan ook moeilijker om zaken bij te houden en je bent dat echt afhankelijk van mensen die je van informatie voorzien. Ik wil iedereen die mij geholpen heeft hierin bedanken voor hun medewerking. Ik wil Tom veel succes wensen met de ledenadministratie en verder iedereen nog veel plezier toewensen op de club. Wellicht zien we elkaar nog een keer.

Gr. Irene Hetteling

## Van de redactie:

**Teksten inleveren voor het oktobernummer 2011:  
t/m vrijdag 30 september, komt uit in de week van 10 oktober  
Géén foto's in Word plakken,  
maar los bijleveren in minstens 300 Kb**

# *Van de Wandeltak: AED = verplaatst!*

De activiteiten wandelafdeling van de Maandagavond (Nordic Walking) en de woensdagavond (Sportief Wandelen) zijn weer in stelling gebracht voor de winter.

Op de maandagavond is het Nordic Walking weer om 19.15 of om 18.30 uur op de Baan. Toch van tevoren even informeren naar de juiste tijd, aangezien er wijzigingen kunnen voorkomen. Voor iedereen die eens iets anders wil dan rennen op de Baan zou dit wel eens een welkome afwisseling kunnen zijn.

Op de woensdagavond is het Sportief Wandelen ook weer op de Baan en wel om 19.00 uur.

Voor veel mensen die niet altijd de boog gespannen willen hebben, of van een blessure hersteltend zijn, is deze vorm van bewegen een aanrader.

Probeer het eens, want onbekend maakt vaak onbemind.

Jetze Douwe.

Voorlopig schema van de dagen dat de trainingen op maandag om 18.30 plaatsvinden:

maandag 05-09-2011  
maandag 19-09-2011  
maandag 07-11-2011  
maandag 19-12-2011  
maandag 06-02-2011  
maandag 23-04-2012  
maandag 14-05-2012

## *Irene bedankt!*

Irene Hetteling hartelijk dank voor het runnen van de ledenadministratie de afgelopen jaren. We wensen je veel plezier in de paardensport. Vanaf deze plek verwelkomen we je opvolger, Tom Beertsen. Tom, veel plezier met de leden toegewenst!

Enige tijd geleden is de AED verplaatst naar een betere plek.

In de oude situatie moest je de sleutel uit EHBO ruimte halen om zo het kassagebouwje van de Zouaven te openen om de AED te kunnen bereiken.

De AED is nu verplaatst naar de zijgevel van de kleedkamers van de Zouaven (eigenlijk loop je er langs als je naar oude plek zou lopen) en hangt dus buiten in een kastje met een duidelijk opschrift en is afgesloten met een code.

Hoe te handelen als je de AED nodig hebt?

Je kunt de code van het AED kastje vinden in de EHBO-ruimte of in de machinekamer, op de plek waar eerder de sleutel van het Zouaven gebouwje hing.

Met deze code én onze eigen poortsleutel (iedere trainer heeft die) ga je door het kleine poortje bij het Zouaven terrein. Op de linker hoek waar je dan tegenaan kijkt, hangt de AED.

Ik hoop dat het nooit nodig is. Mochten er nog Mededelingen Jubileum SAV 22 oktober. vragen zijn kunt u die stellen aan :

Koos Jong, voorzitter Medische Commissie. Oproep aan alle (oud) leden, (oud)vrijwilligers van SAV.

Zoals inmiddels bekend, bestaat de Streker Atletiek Vereniging (SAV) 60 jaar.

We gaan dit vieren op 22 oktober met verschillende festiviteiten.

\*\*Voor alle jeugdleden tot en met 16 jaar zal op het eigen terrein een kleurrijke '**spectaculaire zeskamp**' worden georganiseerd.

Opgeven kan via onderstaand e-mail adres; sav60jaar@gmail.com

Mededelingen Jubileum SAV 22 oktober.

Oproep aan alle (oud) leden, (oud)vrijwilligers van SAV.

Zoals inmiddels bekend, bestaat de Streker Atletiek Vereniging (SAV) 60 jaar.

We gaan dit vieren op 22 oktober met verschillende festiviteiten.

\*\*Voor overige leden en vrijwilligers zal een '**jeu de boules**' wedstrijd plaats vinden.

Hiervoor kan per 2-tal worden opgegeven, of individueel, waarna de organisatie koppels vormt.

Opgeven kan via het e-mail adres; sav60jaar@gmail.com





## De raapsterren



mensen nodig en bezig zijn om alles zo een draai te geven. De lijst met raapsters en bezorgers is op dit moment compleet maar zoals met alles zijn er wel eens mutaties.

Als u er zin in heeft om op een reservelijst te komen kunt u zich altijd opgeven bij Ria, email: [mk.faber@quicknet.nl](mailto:mk.faber@quicknet.nl)

Ria



8 Maal per jaar valt de Sprinter/Bikkel bij u op de deurmat, maar voordat het zo ver is zijn heel wat mensen in touw geweest.

Te beginnen met de kopij die her en der vandaan komt, dan het samenstellen van die kopij tot een leesbaar blad, het stencilen van al die bladen en de advertenties en daarna "waar ik het over wil hebben" het rapen en nieten zodat het een handzaam boekje wordt.

Een paar dagen dagen van te voren worden de raapsterren telefonisch gevraagd of ze de komende maandagavond kunnen komen rapen. Ongeveer 8 of 9 raapsterren zijn nodig om de 550 a 575 boekjes samen te stellen. Dat betekent dat iedere raapster +/- 70 keer om de tafels loopt om de bladen die er liggen op volgorde te rapen en aan het eind 2 nietjes er in te drukken. Tijdens het rapen wordt er van alles besproken, van de prestaties op sportief gebied, tot problemen van jezelf en van anderen. Geloof me er is wel eens een man bij geweest maar die kan het tempo van vrouwenhanden niet bijbenen en zijn oren beginnen te tuiten bij al dat gepraat (zij zijn weer goed in het bezorgen).

Wat ik hiermee zeggen wil, is dat het een heel gezellig anderhalf uurtje is dat rapen. Maar als het rapen klaar is wil iedereen ook graag weer naar huis, geen koffie dus want alle nieuwtjes zijn uitgewisseld.

Na het rapen worden er 21 stapeltjes gemaakt waarvan een deel door de raapsterren wordt rondgebracht, een deel wordt dezelfde avond naar bezorgers in de wijk gebracht en een deel wordt na een telefonisch berichtje "meestal op de dinsdagavond" opgehaald want dan zijn de meeste overige bezorgers op de baan om hun trainingsrondje te lopen.

Dat ik dit stukje schrijf, komt eigenlijk door Bob die op een maandagavond op de baan was met zijn fototoestel, waarvan hier het resultaat. Het is ook om u een indruk te geven dat er altijd



## Lief en Leed



Geboren:

**Jari  
Chris**

Linda Bakker en Bart Reus zijn 15 juli jl. verblijd met de geboorte van hun zoon, Jar Chris. Linda en Bart van harte gefeliciteerd met jullie zoon, we wensen jullie drieën heel veel geluk gezondheid en natuurlijk nog vele sportieve jaren toe.



# DE JEUGDHOEK

## DE JEUGDHOEK

### *Belangrijke telefoonnummers jeugdcommissie:*

Informatie pupillen + aan- en  
afmelden wedstrijden pupillen  
Informatie CD-junioren + aan-  
en afmelden wedstrijden  
Informatie trainingen

Paulien de Wit  
e-mail: paulien.sav@ziggo.nl

(0228) 522976

Margreet Broersen  
e-mail: broer715@planet.nl

(0228) 516758

Lillian Hauwert  
of Paulien de Wit

(0228) 519665

(0228) 522976

Vervoer pupillen  
Vervoer CD junioren

**Vacant**

**Vacant**



Kijk voor meer informatie over trainingstijden en wedstrijden op  
[www.savatletiek.nl](http://www.savatletiek.nl)

#### Wedstrijdkalender:

**2 oktober clubkampioenschappen.** Kijk  
voor meer informatie en meer wedstrijden op de  
website: [www.savatletiek.nl](http://www.savatletiek.nl)

#### Verjaardagen oktober:

- 02. Jan Kager
- 11. Lotte Buijsman
- 12. Jetske Dudink
- 12. Kevin Pronk
- 17. Babeth Vriend
- 17. Kamal el Amrani
- 18. Babs Braakman
- 18. Laura Appelman



#### Wedstrijdverslagen + uitslagen

##### **CD Evening games**

Op **17 juni** vond in Heiloo alweer de derde wedstrijd uit het CD Evening circuit plaats. Ondanks het niet al te fraaie weer, wel heel veel deelnemers aan de start met voor SAV Caitlin Ketting. De m-D2 kregen deze keer 60m horden, kogelstoten en discuswerpen voor de kiezen. Met 14.4 had Caitlin een pr op het eerste nummer terwijl ze zowel met haar 9.13m kogel als 18.78m discus op de zesde plaats wist te eindigen.

##### **Herfstachtige pupillencompetitie**

De tweede wedstrijd van de pupillencompetitie op **18 juni** in Warmenhuizen begon slecht met flinke regenbuien. Ook waaide het erg hard. Gelukkig sloten de hemelsluizen zich in de loop van de middag en verscheen er zelfs af en toe een waterig zonnetje. Op de sprint en springnummers

werd er door de meeste pupillen flink geprofiteerd van een lekkere meewind. Pechvogels waren echter de pupillen-A1. Vanwege de wind werd het hoogspringen omgeruild voor het verspringen en zij moesten dat helaas tegen die flinke wind indoen net zoals het balwerpen. Ook op de lange loopnummers werden de pupillen bijna weggeblazen. Op de meerkamp zien we dat Stan Tool een prachtige overwinning behaalde bij de mini's en dat Lotte Runia eervol derde werd bij de meisjes pupillen-A2. Pechvogel van de dag was echter Maartje van der Thiel die in kansrijke positie voor een hoge klassering uitviel met een liesblessure. Ella Mosselman was de enige die een top drie klassering scoorde op de lange loopnummers, zij werd op de 600m voor meisjes



# *-vervolg Jeugdboek*



pupillen-C tweede, al zagen Aniska Sinnige, Fee Mok, Loek Timmer, Pieter Karel en Yannick Jong ondanks die harde wind wel kans om hun pr op te vijzelen. De uitslag:

Jongens mini pupillen	40m	Ver	Bal	Totaal	600m
01. Stan Tool	7.8	2.83	27.15	1046	2.52.4
13. Twan Steur	10.5	2.18	11.08	339	3.07.1
Jongens pupillen-C	40m	Ver	Bal	Totaal	600m
09. Yannick Jong	8.1	2.63	18.67	845	2.23.7
12. Kay Ruiter	7.8	2.45	9.02	691	2.28.6
15. Kamal el Amrani	8.8	2.02	15.01	566	2.51.5
Meisjes pupillen-C	40m	Ver	Bal	Totaal	600m
05. Ella Mosselman	7.5	2.76	14.37	905	2.20.7
11. Fee Mok	8.1	2.48	12.84	722	2.27.0
Jongens pupillen-B	40m	Ver	Bal	Totaal	1000m
24. Justin Hoek	8.5	1.66	9.15	428	5.03.0
Meisjes pupillen-B	40m	Ver	Bal	Totaal	1000m
14. Demi Kunne	7.8	2.89	11.63	831	5.03.6
15. Annika Boogaard	7.8	2.76	11.52	803	4.35.5
21. Kara Zwagemaker	9.2	2.38	12.98	553	-
Jongens pupillen-A1	60m	Ver	Bal	Totaal	1000m
21. Loek Timmer	11.2	2.52	10.82	675	4.26.1
22. Pieter Karel	11.3	2.47	11.21	661	4.22.7
Meisjes pupillen-A1	60m	Ver	Bal	Totaal	1000m
05. Aniska Sinnige	10.3	3.13	23.25	1105	4.25.7
08. Amy Bakker	9.9	3.10	16.30	1058	4.44.5
16. Bente Heilig	10.3	2.83	13.82	905	-
17. Madelon van 't Hoff	10.3	2.82	13.59	895	4.11.2
22. Wiesje Groot	10.9	2.76	11.10	765	4.07.4
31. Leonie Braakman	11.2	2.14	9.48	573	4.43.0
33. Lotte Buijsman	11.6	2.01	10.78	527	-
Meisjes pupillen-A2	60m	Ver	Kogel	Totaal	1000m
03. Lotte Runia	9.4	3.76	7.02	1472	4.10.4
13. Lotte van Diepen	9.8	3.60	5.55	1288	4.02.6
14. Femke Sikkink	9.9	3.66	5.44	1277	4.04.6
19. Leonie Wierenga	10.5	3.28	4.70	1066	4.49.0
21. Amber Kunne	11.0	2.96	5.96	1021	4.46.6
22. Maartje van der Thiel	9.5	-	6.55	958	-
24. Laura Appelman	11.0	2.84	4.86	926	5.15.1
25. Anouk Bakker	11.8	2.72	4.39	778	5.29.2

## **Meisjes-C en meisjes-D derde in gebiedsfinale**

Bepaald geen zomers weer tijdens de gebiedsfinale van de CD-juniorencompetitie op **25 juni** in Heerhugowaard. De deelnemers werden geplaagd door veel regen, maar gelukkig liet de stormachtige wind van de afgelopen dagen het wel afweten.

Van SAV hadden de meisjes-C en D eerste divisie en de jongens-C tweede divisie zich geplaatst voor deze finale die succesvol zou verlopen. Zowel de meisjes C als D werden derde terwijl de

jongens zich ten opzichte van de voorrondes flink verbeterden en stegen naar plek zes. Landelijk eindigden de meisjes-D op plaats 6 en de meisjes-C op plaats 8. Door de aparte regelgeving waarbij alleen de poulewinnaars aangevuld met de drie beste puntentotalen doorgaan naar de finale, loopt SAV die landelijke finale door hun zeer sterke poule echter mis terwijl er teams met zo'n 700 punten minder wel doorgaan!

De meest opvallende prestatie kwam op naam van Lieke Klaver die bij de meisjes-D zowel de



## -vervolg: Jeugdhoek

60m als het verspringen won. Met haar 8.32 van de 60m voert ze inmiddels de nationale ranglijst van 2011 aan. Aukje Bakker stormde die landelijke ranglijst binnen met haar winnende 10.45 van de 60m horden, een verpulvering van haar pr met precies viertiende van een seconde. Ook al tellen de pr's niet mee voor het pr-klassement, zowel Ilse Bakker als Dana de Wit gingen er met twee naar huis. Knap was ook de verbetering op de 1000m van Demi Wagemaker. Maar liefst 10 secondes gingen er van haar pr af.



Lieke Klaver	60m: 8.32 sec	Ver: 4.69m
Ilse Bakker	60m: 8.94 sec	60m horden: 11.01 sec
Demi Wagemaker	60m: 10.43 sec	1000m: 3.51.22
Elise Schneider	Kogel: 8.83m	1000m: 3.30.11
Jeanine Oud	1000m: 3.38.27	
Aukje Bakker	60m horden: 10.45 sec	Hoog: 1.35m
Dana de Wit	60m horden: 12.52 sec	Speer: 15.74m
Merel Sinnige	Kogel: 9.32m	Ver: 4.14m
Nienke Tool	Hoog: 1.25m	Discus: 16.89m
Caitlin Ketting:	Speer: 23.04m	Discus: 19.57m
4x60m: 35.49 sec	Totaal: 7769 punten	Plaats: 3

Zelfs een zeilkamp heeft eerstejaars C-juniore Britt Noah Mosselman niet uit de vorm gehaald waarin ze momenteel verkeert. Sterker nog, ze ging onverdroten door met zichzelf spectaculair verbeteren. Deze keer werden er weer vijf secondes van haar 1000m pr afgehaald en het lijkt een kwestie van tijd voordat de 3.10 barrière geslecht wordt. Het ging trouwens toch wel lekker op dit nummer met de jongedames want ook Sarah Laan en Thea Noordeloos kwamen na een pr over de streep. Britt werd met haar 3.11.99 trouwens tweede. Michelle Oud was de enige die in deze categorie met een overwinning naar huis ging want zij was met 36.92m de beste speerwerpster.

Esmeralda Kager	80m: 11.36 sec
Lieke Sikkink	80m: 11.71 sec
	Hoog: 1.40m
Iris van Veen	80m: 12.04 sec
Britt Noah Mosselman	1000m: 3.11.99
Sarah Laan	1000m: 3.24.27
Thea Noordeloos	1000m: 3.30.58
	Speer: 21.17m
Mariska van Kalsbeek	80m horden: 14.06 sec
	Hoog: 1.40m
Michelle Oud	80m horden: 12.86 sec
	Speer: 36.92m
Jasmijn de Jong	Ver: 4.39m
Anne Homan	Ver: 4.25m



Bo Huisman	Kogel: 8.06m
	Discus: 21.48m
Sylvia Hoogland	Kogel: 7.83m
	Discus: 18.68m
4x80m: 43.30 sec	
Totaal: 8332 punten	
Plaats: 3	

Bij de jongens-C was het ook een werpprestatie die het meeste opviel. Matthijs Jong won niet alleen het kogelstoten met 13.27m maar verbeterde zich met de discus maar liefst met 5m naar 41.19m waarmee hij ook het tweede werpnummer won. Ties Klaver liet in zijn eerste hordenwedstrijd een mooie tijd noteren terwijl Edwin Sjerps zich bij het verspringen fors wist te verbeteren. De uitslag:



# -vervolg: Jeugdhoek



Ties Klaver	100m: 13.18 sec	100m horden: 17.77 sec
Edwin Sjerps	800m: 2.25.08	Ver: 4.32m
Joost Kok	800m: 2.27.45	100m horden: 21.23 sec
Oscar van Crimpen	Hoog: 1.45m	Speer: 37.17m
Matthijs Jong	Kogel: 13.27m	Discus: 41.19m
4x100m: 52.44 sec	Totaal: 5338 punten	Plaats: 6

## Laatste sintelwedstrijd in Edam

Slechts een kleine groep atleetjes had na alle waterballetten van de laatste tijd op **26 juni** zin in een wedstrijd bij AV Edam. De allerlaatste wedstrijd op de 300m sintelbaan. Binnenkort begint men daar met de aanleg van een prachtige kunststofbaan van 400m.

Wel grappig dat er op die sintels toch zo hard gelopen wordt. D-juniore Nienke Tool sprintte zelfs naar een nieuw pr op de 60m terwijl ook haar kogel verder in het gravel plofte dan ooit. Broer(tje) Stan blijft overwinningen aaneenrijgen. Ook nu was hij weer de beste bij de mini-pupillen. De meisjes pupillen-A2 Lotte Runia, Femke Sikkink en Lotte van Diepen verbeterden alle drie hun hoog pr terwijl Lotte R en Femke ook de kogel voorbij hun pr stootten. Tot slot was er nog een pr van Mats Visser op de 80m voor jongens-D. De uitslag:

Meisjes pupillen-A2	60m	Hoog	Kogel	Totaal	1000m
06. Lotte Runia	9.74	1.10	7.71	1440	4.22.51
14. Femke Sikkink	10.26	1.15	5.47	1263	4.05.77
16. Lotte van Diepen	10.33	1.15	4.94	1218	4.13.00
Meisjes junioren-D	60m	Hoog	Kogel	Totaal	
04. Nienke Tool	9.28	1.30	9.18	1441	
Jongens mini-pupillen	40m	Ver	Bal	Totaal	600m
01. Stan Tool	8.15	2.86	24.64	1002	2.41.36 (2)
Jongens junioren-D	80m	Hoog	Kogel	Totaal	1000m
06. Sam Volten	12.84	1.20	6.30	1072	3.46.28
09. Mats Visser	13.02	1.10	4.92	889	4.21.58

## Eindelijk heeft Stan zijn clubrecord!

De derde wedstrijd van de pupillencompetitie werd op **2 juli** onder nogal frisse en winderige omstandigheden op de baan van AV Hollandia in Hoorn afgewerkt. Deze wedstrijd begon met een herdenking en een minuut stilte voor Rien Stout, de onlangs overleden oprichter van de club. Daarna de estafettes waarvan SAV er twee won. Wedstrijdlang was hij al op jacht, maar hier lukte het Stan Tool dan eindelijk. Het al 23 jaar oude clubrecord balwerpen bij de jongens pupillen-C ging eraan. Stan wierp zijn bal namelijk naar 28.67m terwijl Peter Neuvel destijds 28.16m liet opmeten. Een hele knappe prestatie van Stan aangezien hij nog maar mini-pupil is! Uiteraard

## Verre speerworp Michelle Oud

Op **2 juli** heeft C-juniore Michelle Oud in Amersfoort deelgenomen aan een zogenaamde ZAP instuif. Bij deze wedstrijd, waarvoor je je alleen ter plekke in kon schrijven, kon je een onderdeel meerdere keren doen, al moest je het onderdeel wel eerst afgewerkt hebben voordat je je opnieuw in kon schrijven. Met het oog op het komende NKJ mocht Michelle met de 600 grams speer gooien in plaats van de 500 grams die bij haar leeftijdscategorie hoort. Het ging haar meer dan goed af want zij kwam tot een afstand van maar liefst 38.15m. Niet eerder gooide een C-meisje van SAV die nieuwe speer zover. Ook liep zij nog een 150m in 20.24 sec. Hier was ze zelf niet echt blij mee, toch was het maar een fractie boven haar pr!

was hij mede door deze worp ook met voorsprong de beste op de driekamp. Bij de mini meisjes zorgde Jolijn van 't Hoff voor de meest opvallende prestatie. Zo verbeterde ze niet alleen vier pr's, maar was ze met 2.16.10 ook overtuigend de beste op de 600m. Tara Koomen eindigde misschien wat minder hoog, maar had wel op alle nummers een nieuw pr. Kay Ruiter, Fee Mok en Amy Bakker deden haar dat na waarbij Amy ook nog eens een hele felle strijd uitvocht met haar clubgenote Aniska Sinnige om de winst bij de meisjes pupillen-A1. Uiteindelijk trok Amy door haar betere sprint aan het langste eind. Erepreizen waren er ook voor Ella Mosselman die bij de meisjes pupillen-C de

## -vervolg: Jeugdboek

tweede tijd had op de 600m, voor Yannick Jong die bij de jongens pupillen-C derde werd op de meerkamp en voor Joelle Wagemaker die derde werd op de 1000m voor meisjes pupillen-B. Op deze afstand trouwens veel opvallende verbeteringen bij de meisjes pupillen-A2 waar Bente Reus, Femke Sikkink en Lotte van Diepen dik beneden de 4 minutengrens bleven maar ook Anouk Koppies en Amber Kunne mooie pr's op lieten tekenen. Tot slot nog een debutant die over snelle benen lijkt te beschikken. Thijmen van Leeuwen is zijn naam! De uitslag:



Jongens mini-pupillen	40m	Ver	Bal	Totaal	600m
01. Stan Tool	8.00	2.79	28.67	1063	2.44.85
10. Twan Steur	9.69	2.01	9.64	387	3.06.01
Meisjes mini-pupillen	40m	Ver	Bal	Totaal	600m
04. Jolijn van 't Hoff	8.16	2.44	8.08	649	2.16.10 (1)
09. Tara Koomen	9.16	2.08	7.01	408	2.49.84
Jongens pupillen-C	40m	Ver	Bal	Totaal	600m
03. Yannick Jong	7.92	2.79	22.84	1003	2.22.38
05. Kay Ruiter	7.78	2.80	16.08	933	2.21.90
09. Kamal el Amrani	8.70	2.26	17.05	693	2.44.83
Meisjes pupillen-C	40m	Ver	Bal	Totaal	600m
04. Ella Mosselman	7.77	3.10	16.77	1006	2.17.56 (2)
13. Fee Mok	8.16	2.64	12.97	785	2.21.19
Jongens pupillen-B	40m	Hoog	Kogel	Totaal	1000m
13. Thijmen van Leeuwen	7.39	0.95	3.52	1008	4.00.68
21. Dennis Ravenstijn	8.04	0.75	3.68	755	4.28.01
24. Justin Hoek	8.98	0.70	3.37	552	5.01.47
Meisjes pupillen-B	40m	Hoog	Kogel	Totaal	1000m
06. Joelle Wagemaker	7.58	0.85	4.52	973	4.13.63 (3)
14. Demi Kunne	8.29	0.85	3.72	790	5.35.23
16. Kara Zwagemaker	8.41	0.80	4.17	770	5.16.93
18. Annika Boogaard	8.09	0.80	2.84	713	4.54.67

**4x40m:** 1. SAV in 29.51

**Totaal:** 3. SAV met 3684 pnt

Jongens pupillen-A1	60m	Ver	Kogel	Totaal	1000m
13. Erwin Sijm	11.31	2.87	5.59	972	4.39.35
16. Loek Timmer	11.11	2.79	3.98	8.68	4.33.25
18. Pieter Karel	11.67	2.50	4.36	772	4.30.27
20. Will Mok	11.87	2.38	4.35	725	4.28.69
Meisjes pupillen-A1	60m	Ver	Kogel	Totaal	1000m
01. Amy Bakker	10.00	3.49	6.10	1306	4.32.53
02. Aniska Sinnige	10.49	3.58	6.81	1295	4.18.25
11. Bente Heilig	10.51	3.14	4.66	1067	4.27.67
15. Madelon van 't Hoff	11.01	2.91	4.90	971	4.08.25
18. Alet Juckers	11.44	2.77	4.92	893	4.38.17
21. Ilse Bleeker	10.69	2.66	3.52	861	4.33.30
27. Lotte Buijsman	11.35	2.40	4.27	783	-
29. Leonie Braakman	11.52	2.57	3.72	755	4.35.53

**4x60m:** 1. SAV1 in 39.03

**4x60m:** 5. SAV2 in 43.09

**Totaal:** 1. SAV met 5126 pnt



## *-vervolg: Jeugdboek*

Jongens pupillen-A2	60m	Ver	Bal	Totaal	1000m
16. Kevin Pronk	10.71	3.36	-	766	-
Meisjes pupillen-A2	60m	Ver	Bal	Totaal	1000m
05. Lotte Runia	9.51	3.62	24.70	1379	4.10.39
06. Maartje van der Thiel	9.85	3.76	19.11	1276	-
07. Bente Reus	10.20	3.57	23.00	1238	3.43.27
11. Femke Sikkink	10.10	3.68	16.39	1181	3.52.82
17. Anouk Koppies	10.31	3.23	20.61	1122	4.20.81
20. Lotte van Diepen	10.41	3.51	15.19	1082	3.56.53
26. Laura Appelman	11.00	3.25	15.15	950	5.07.49
27. Amber Kunne	11.09	3.01	15.94	922	4.22.32

**4x60m:** 2. SAV1 in 37.51

**4x60m:** 5. SAV2 in 40.81

**Totaal:** 2. SAV met 5622 pnt

### **Twee pr's voor Caitlin tijdens laatste wedstrijd CD evening games**

Op vrijdagavond **8 juli** werd in Santpoort bij AV Suomi de vierde en laatste wedstrijd uit het CD evening gamescircuit gehouden. Na 4 avonden, waarbij op elke avond 3 verschillende nummers afgewerkt werden, werd de eindbalans opgemaakt van de 12 onderdelen. De slechtste drie werden geschrapt en dat bracht de enige deelneemster van SAV, Caitlin Ketting, met 3539 punten uiteindelijk op de 14de plaats bij de meisjes-D2. De laatste avond was een sterke van Caitlin die de 150m in 24.90 (pr) liep, 1.20m hoog sprong (een pr met 10cm) en de kogel naar 9.91m stootte (maar 9cm beneden haar pr).

### **Stan, Ella, en 2 ploegen door naar pupillenfinale**

De eindstanden zijn definitief en dat betekent dat Stan Tool en Ella Mosselman zich individueel geplaatst hebben voor de finale van de pupillencompetitie die op 17 september in Den Helder gehouden zal worden. Als ploeg hebben de meisjes pupillen-A1 en de jongens mini pupillen zich weten te plaatsen. Vooral dat laatste is opvallend omdat Stan en Twan Steur steeds met z'n tweetjes de ploeg vormden!

### **Goud en brons bij C-spelen**

De nationale C-spelen, oftewel de officieuze Nederlandse kampioenschappen voor junioren-C, die op **27 en 28 augustus** plaatsvonden in Amsterdam werden dit jaar gesteerd door overvloedige regenval afgewisseld met onweer en af en toe een droog moment. Het derde de deelnemers van SAV echter niet in het minst, al moet gezegd worden dat het kogelslingeren vroeg op de eerste dag nog net droog afgewerkt kon worden. Grote sensatie was daar het optreden van Oscar van Crimpen die vriend en vijand verraste met prachtige slingerworpen. Het was Oscar zijn eerste wedstrijd met een 4kg

kogel en hoewel zijn trainer ervan overtuigd was dat Oscar hoge ogen kon gooien, kwam het voor de buitenwacht onverwacht. Vol verbazing moesten de twee huizenhoge favorieten dan ook constateren dat Oscar met een uithaal van 46.35m het goud voor hun neuzen wegkaapte. De vijfde gouden medaille voor SAV (Vincent Onos in 2000 en 2001, Marius Onos in 2003 en Paul Olofsen in 2004) ) op dit nummer vanaf 2000. Matthijs Jong deed het trouwens ook prima. Met een pr van 30.48m werd hij 7de in de finale. Later zou hij ook nog de finale van het speerwerpen halen waarin hij met een worp van 42.65m uiteindelijk tiende werd. De 40.35m van Oscar was helaas net te kort voor een plekje in de finale.

Britt Noah Mosselman liep ondanks het noodweer een super 1000m. Lang hing ze in haar serie rond de zevende plaats, maar met een geweldig eindschot ging ze vier meisjes voorbij om in de nieuwe pr tijd van 3.10.99 als derde over de streep te komen. Voor Joost Kok gold hetzelfde. Het was zijn eerste 1500m en hij wist duidelijk (nog) niet hoe hij dat in moest delen. Hij had in ieder geval erg veel over op het einde en liet een keurige 4.56.53 noteren. Een veelbelovend tweetal dat volgend jaar ook nog mee mag doen omdat ze nog maar eerstejaars zijn!

De tweede dag was zo mogelijk een nog groter waterballet wat wel wat improvisatietalent vergde van de organisatie. Oscar en Matthijs gingen echter onverdroten door met goed presteren. Met stoten van 12.94m (Matthijs) en 12.92m (Oscar) plaatsten zij zich als derde en vierde voor de finale van het kogelstoten. In die finale stond Oscar tot de laatste ronde op de derde plaats met een nieuw pr van 13.85m tot Matthijs daar met een uithaal van 13.93m, maar liefst een halve meter verder dan zijn pr, daar overheen ging. Omdat Oscar daar geen antwoord meer op had, kreeg Matthijs het brons

## *-vervolg: Jeugdhoek*

omgehangen en moest Oscar genoeg nemen met die ondankbare vierde plek. Ondanks de moeilijke omstandigheden wist Matthijs zich ook nog eens te plaatsen voor de finale van het discuswerpen waarin hij met 36.29m achtste werd. Oscar kwam tot 30.21m wat niet voldoende was voor een finaleplek. Met goud en brons + louter finaleplaatsen voor Matthijs konden de werpers terugkijken op een super toernooi. Jammer dat Michelle Oud, grote favoriete voor de winst bij het speerwerpen en kanshebster bij het kogelstoten, ontbrak wegens vakantie.

Naast al dat werpgeweld deze dag ook nog een mooie loopprestatie en wel van Edwin Sjerps. De eerstejaars C-junior wist zijn pr op de 800m namelijk dik te verbeteren en te brengen op 2.22.71 waarmee hij derde werd in zijn serie.

### **Merel en Dana in Krommenie**

De D-junioren Merel Sinnige en Dana de Wit hebben op 27 en 28 augustus in Krommenie deelgenomen aan de jaarlijkse meerkampwedstrijd. Ook daar veel en vaak regen, wat de prestaties niet bepaald ten goede kwam, al begon Merel de eerste dag veelbelovend met een dik pr op de 60m horden die in 12.26 werd afgelegd. Dana deed het ietsje minder met een tijd van 13.05, maar zij revancheerde zich met een evenaring van haar hoog pr door over de 1.20m te wippen en een nieuw speer pr van 16.82m. Merel haalde 1.30m bij het hoogspringen en prikte haar speer na 16.25m in de grond.

De tweede dag begon met het verspringen waar Merel met 3.96m niet helemaal uit de verf kwam en Dana met 3.56m net geen pr had. Bij het kogelstoten had Dana met 8.05m een nieuw pr en kwam Merel tot een mooie 9.41m. Aan de afsluitende 600m hebben beide meiden een hekel, maar ja het hoort erbij, dus moest er gelopen worden. Met 2.10.89 wist Merel haar tweede plaats in de eindrangschikking bij de m-D1 met 2279 punten precies vast te houden. Dana liet 2.12.01 noteren en belandde met een pr puntentotaal van 1991 op de tiende plaats bij de m-D2.

### **Super Michelle!**

Wat een tegenstelling met de Nationale C-spelen dien onder een zee van regen werden afgewerkt. Tijdens de jeugdinterland tegen de Duitse deelstaat Westfalen op **3 september** in het fraaie FBK-stadion te Hengelo was het tropisch warm. Met drie deelnemers, namelijk Michelle Oud, Oscar van Crimpen en Matthijs Jong, was



SAV goed vertegenwoordigd. Van deze jongelui beet Oscar de spits af met het kogelslingeren voor jongens. Na een wat stroef begin wist hij in de vierde ronde zijn kogel naar 45.29m te slingeren waarmee hij een eervolle tweede plaats behaalde. Matthijs had een strakke serie bij het kogelstoten en bleef met 13.64m, waarmee hij vijfde werd, maar een fractie verwijderd van zijn pr.

Bij de meisjes stal Michelle Oud de show door met een mooie worp van 39.66m het speerwerpen voor meisjes te winnen. Ook het kogelstoten verliep super. Diverse 12m stoten en een verste van 12.27m, een dik pr en goed voor de tweede plaats waarmee Michelle dus heel veel puntjes scoorde voor de Nederlandse ploeg die zowel bij de meisjes als bij de jongens oppermachtig was en overtuigend won.

### **“Gouden Tools” met clubrecord voor Stan**

Broer en zus Stan en Nienke Tool hebben de vakantie duidelijk goed overbrugd want tijdens een instuifwedstrijd op **4 september** in Alkmaar hebben ze flink uitgehaald. Zo won Nienke bij de meisjes-D1 alle vier de nummers waaraan ze deelnam en had ze met 9.53m kogel zelfs een vet pr. Bij de jongens verpletterde Stan, die nog mini pupil is, zijn kersverse clubrecord bij het balwerpen voor jongens pupillen-C. Zijn bal landde namelijk pas na 30.90m. Uiteraard was hij oppermachtig op de meerkamp waar hij ook zijn ver pr aan diggelen sprong. Joelle Wagemaker was goed voor drie pr's, zilver op de meerkamp en goud op de 1000m voor meisjes pupillen-B. Zus Demi sprong bij de meisjes-D bijna een halve meter verder dan ooit en stootte de kogel voor het eerst over de 8m. A-pupil Lotte van Diepen haalde 1.20m bij het hoogspringen wat voor haar een nieuw pr was. Tot slot liep Britt Noah Mosselman in 3.19.32 eenvoudig naar de winst op de 1000m voor meisjes-C. De uitslagen:





## -vervolg: Jeugdhoek

Jongens mini pupillen	40m	Ver	Bal	Totaal	600m
1. Stan Tool	8.04	2.93	30.90	1109	2.47.36
Meisjes pupillen-B	40m	Ver	Bal	Totaal	1000m
2. Joelle Wagemaker	7.73	3.22	17.80	1053	4.20.20
Meisjes pupillen-A2	60m	Hoog	Kogel	Totaal	1000m
6. Lotte van Diepen	10.21	1.20	5.03	1278	3.57.92
Meisjes-D	60m	150m	Ver	Hoog	Kogel
Nienke Tool	9.31	23.20	3.87	-	9.53
Demi Wagemaker	-	-	3.51	1.10	8.29
Meisjes-C	1000m				
Britt Noah Mosselman	3.19.32				



### Lieke Klaver flikt het weer!

Het Olympisch stadion in Amsterdam was op **4 september** het decor van de nationale D-sporten, het officiële Nederlandse kampioenschap voor junioren-D. Een klein, maar select groepje jongedames van SAV nam hieraan deel waarvan Lieke Klaver buitengewoon verrassend van start ging met een prachtige vertesprong van 4.80m. Hiermee kwam ze uiteindelijk maar 1cm tekort voor het goud, al was ze ook superblij met het zilver.

Ze moest er weliswaar keihard voor knokken maar na 8.54 in de series en 8.63 in de halve finale kwam Lieke in de finale van de 60m na 8.50 voor de vierde keer op rij (na de indoor en outdoor in 2010 en de indoor in 2011) als winnares over de streep zodat er ook nog een gouden gang naar het podium volgde. Super gedaan Lieke!

Verrassend was ook het optreden van Aukje Bakker die zich steeds meer als een echte hordenloopster aan het ontwikkelen is. Met een dik pr van 10.28 plaatste ze zich schijnbaar moeiteloos voor de halve finale van de 60m horden die in 10.39 werd afgelegd. Tussendoor liep ze met 8.70 ook nog een nieuw pr op de 60m waarmee ze eveneens de halve finale bereikte waarin opnieuw 8.70 op de klokken werd gezet. Hiermee wist ze zich net als op de horden te plaatsen voor de finale die na een lange dag vrij kort achter elkaar verwerkt werden. Met 10.59 werd Aukje uiteindelijk vijfde op de 60m horden en in 8.83 achtste op de 60m zonder obstakels. Ilse Bakker kwam met 9.12 op de 60m en 11.53 op de 60m horden dicht bij haar pr's terwijl Merel Sinnige zich bij de eerstejaars D-junioren wist te kwalificeren voor de finale van het verspringen waarin ze met 4.37m op de zesde plaats uitkwam. Bij het kogelstoten reikte ze tot 9.76m en dat was de negende afstand, dus net één plekje tekort voor de finale.

### Clubrecords tot 9 september 2011

3000m meisjes-C (inc) 11.03.19  
Britt Noah Mosselman Hoorn, 17 juni  
1500m meisjes-C 5.09.33  
Britt Noah Mosselman Warmenhuizen, 1 juli  
Speer meisjes-C (600g nieuw) 38.15m  
Michelle Oud Amersfoort, 2 juli  
Balwerpen jongens pup-C 28.67m  
Stan Tool (mini) Hoorn, 2 juli  
Speer meisjes-C (600g nieuw) 38.48m  
Michelle Oud Alphen ad Rijn, 8 juli  
Balwerpen jongens pup-C 30.90m  
Stan Tool (mini) Alkmaar, 4 september



22 oktober 2011:  
Feest SAV 60 jaar!

# Ranglijsten:

Werptussenstanden nationaal gezien:

MJCKogel:2. Michelle Oud  
Speer:1. Michelle Oud

JJCKogel:8. Oscar van Crimpen  
10. Matthijs Jong

Speer:  
12. Matthijs Jong  
19. Oscar van Crimpen

MJBKogel:  
12. Nadine Visser  
13. Michelle Oud Discus:  
14. Alissa Olofsen

Speer:  
4. Nadine Visser  
18. Els Noordeloos

Kogelslingeren  
17. Els Noordeloos

JJBKogelslingeren  
8. Oscar van Crimpen

MJAKogel:  
6. Vivian Brandhoff  
20. Nadine Visser

Discus:  
3. Vivian Brandhoff  
20. Alissa OlofsenSpeer:  
13. Nadine Visser

Kogelslingeren:  
6. Vivian Brandhoff

Vsen:Kogel:  
20. Vivian Brandhoff  
Discus:  
13. Vivian Brandhoff

Speer:  
34. Nadine Visser

Kogelslingeren:  
9. Yvette Bot-Vleerlaag  
23. Vivian Brandhoff

Gewichtwerpen:  
7. Yvette Bot-Vleerlaag

Msen:Kogel:  
7. Paul Olofsen  
39. Kjell Heinsius  
60. Kay Olofsen

Discus:  
22. Paul Olofsen  
32. Vincent Onos  
46. Kjell Heinsius

Speer:  
38. Kay Olofsen  
87. Kjell Heinsius

Kogelslingeren:  
1. Vincent Onos  
11. Richard Bot  
14. Paul Olofsen

Gewichtwerpen:  
6. Richard Bot

Bron: [www.ranglijsten.tk](http://www.ranglijsten.tk) (16-6-2011)



Leden van SAV mogen  
gratis advertenties plaatsen  
voor zaken die met de  
atletiek te maken hebben.  
Hier had uw advertentie  
kunnen staan! :o)





# De Baanboek

## wedstrijdnieuws



### Inschrijven wedstrijden AB-junioren, senioren en masters:

Margreet Broersen,

0228-516758

broer715@planet.nl

### Wedstrijdkalender:

Kijk op [www.savatletiek.nl](http://www.savatletiek.nl)

### Wedstrijdkalender:

**2 oktober clubkampioenschappen.** Kijk voor meer informatie en andere wedstrijden op de website: [www.savatletiek.nl](http://www.savatletiek.nl)



### Wedstrijdverslagen + uitslagen

Snelle jongedames met clubrecord op de 3000m. Het heeft even geduurd, maar eindelijk komen er weer een paar 'echte' lange afstandloopsters aan. Tijdens een wedstrijd uit het Heer & Meester baancircuit op **17 juni** in Hoorn viel eerstejaars C-juniore Britt Noah Mosselman op met een voortreffelijk gelopen 3000m. Ze liep deze afstand voor het eerst en het scheelde weinig of ze bleef ook nog beneden de 11 minuten. Nu kwam er een supersnelle 11.03.19 uitrollen, niet alleen een forse verbetering van het clubrecord bij de meisjes-C maar ook een verbetering van het clubrecord van de meisjes-B dat met 11.06.2 op naam stond van Sylvia Berghouwer. Thea Noordeloos, eveneens nog maar C-juniore, bleef met 12.41.49 op haar eerste 3000m ook beneden het oude C-meisjesclubrecord dat met 12.56.8 op naam stond van Nicole Berghouwer. Zo raakten de Berghouwersisters in korte tijd 2 records kwijt.

Een andere super prestatie was die van Nadine Visser, die de 100m bij de meisjes-B in een nieuw persoonlijk en circuitrecord van 12.26 aflegde. Later op de avond zou ze voor deze prestatie ook nog eens de dagprijs ontvangen. Anna Sjoukje Runia werd in 12.67 tweede, maar zij won de 200m in de nieuwe circuitrecordtijd van 25.44 sec. Nadine was met een nieuw pr van 25.71 de beste in een andere serie, wat de tweede tijd van de avond was. C-juniore Michelle Oud liep de 100m in een keurige 13.51 en was met 11.54m de

beste kogelstootster bij de m-B. Voor Heleen Wildöer weten die 60 seconden op de 400m nog steeds van geen wijken. Het scheelde met 60.21 weer weinig en ook al won ze hiermee bij de m-B, ze had zo graag eens aan de andere kant van dat getal gezeten.

Dave Brandhoff liet zien dat de 1.80m bij het hoogspringen zo ondertussen een vaste hoogte voor hem aan het worden is. Hij won hier in ieder geval mee bij de j-B. A-juniore Florens Kreuk zag met 2.20.14 een nieuw 800m pr op de klokken verschijnen terwijl Vivian Brandhoff bij de m-A de winst opeiste met 12.07m kogel en 37.26m discus.

Bij de mannen snelde Willem Dudink niet alleen naar de winst op de 400m maar had hij met 51.58 ook een nieuw pr. Cees Meijer (M55) testte zijn snelheid voor het komende master NK en deed dat met een 400 tijd van 63.06 sec. Paul Olofsen won met 14.85m het kogelstoten voor broer Kay die tot 12.30m kwam. Bij het discuswerpen werden ze met 41.72m en 32.34m tweede en derde.

Tot slot liep Marieke Kok bij de dames de 100m in 13.28 en de 200m in 27.32 sec. Carla Beertsen kwam bij het kogelstoten tot 8.42m en bij het discuswerpen tot 27.27m.

### Vincent haalt zijn puntjes

Het werd voor Vincent Onos op **18 juni** in het Turkse Izmir tijdens de Europacup voor landenteams niet helemaal wat hij ervan had verwacht, maar op basis van de persoonlijke records haalde hij toch een puntje meer dan verwacht. Tussen een imponerende hoeveelheid toppers, waaronder de Olympische kampioen Kosmuz, ging het inwerpen slecht. Alles was ongeldig, dus zenuwen troef voor de wedstrijd met maar drie pogingen. Hoewel de eerste poging via het net ging was hij met 63.42m gelukkig wel geldig. Daarna volgde een poging die richting de 66m, maar helaas kon hij die net niet geldig houden in de ring. De laatste poging was er een van alles of niets en dat werd dus niets. Wel scoorde hij met zijn prestatie 4 punten voor de Nederlandse ploeg.



# -vervolg de Baanboek

## Louter goud!

Tijdens de kanton kampioenschappen op **18 juni** in het Zwitserse Martigny hebben Richard en Yvette Bot-Vleerlaag tezamen vijf gouden medailles veroverd. Het kogelslingeren werd met een worp van 45.68m bij de mannen overall door Richard gewonnen. Bij het discuswerpen rolde er met 31.58m zelfs een nieuw pr uit, goed voor goud bij de M40. Yvette bleef bij het kogelstoten met 8.72m slechts een paar centimeter beneden haar pr, maar het was wel goed voor goud bij de V35. Hetzelfde gold voor haar discusworp van 19.46m en de slingerworp van 39.91m.

## Zilver voor Cees Meijer

Onder (zeer) winderige en natte omstandigheden werd in Den Haag, waar Haag Atletiek tekende voor een prima organisatie, het NK voor masters afgewerkt. Cees Meijer nam deze keer alleen deel aan de 800m en met succes want met een tijd van 2.30.26 veroverde hij de zilveren medaille bij de M55.



## Ton Bosgoed tweede in Stoomtramloop en Tessa Beertsen (met Noa) eerste

Met de stoomtram naar Medemblik en dan terughollen naar Hoorn. Gertjan Klumpenhouter en Ton Bosgoed deden dat op **19 juni** tijdens de alweer achtste stoomtramloop.

Ton deed dat trouwens zo voortvarend dat hij met een tijd van 1.22.30 over de halve marathon als nummer twee bij de M45 over de streep kwam. Gertjan liet een tijd van 1.32.55 noteren en werd daarmee negende bij de M40.

De familie Beertsen, bestaande uit moeder Marion, vader Tom, dochter Tessa en kleindochter Noa was ook van de partij, alleen stapten zij uit in Wognum waar de start van de 9,5km en de 4,7km was. Marion nam de 9,5km voor haar rekening en bereikte na 1.01.11 de finish in Hoorn. Tessa liep achter de kinderwagen met dochtertje Noa naar de overwinning op de 4,7km waarvoor zij precies 24 minuten nodig had. Hiermee scoorde Noa in haar jonge leventje al haar eerste prijs! Tom ging na een lange periode van fysiek malheur eveneens van start op de 4,7km die hij na 35.00 tot een goed einde wist te brengen.

## Clubrecord voor Nadine Visser tijdens stormachtige A-competitie

Een stormachtige wind en de nodige buien waren

de spelbrekers tijdens de tweede wedstrijd van de A-juniorencompetitie op **19 juni** in Heerhugowaard. Vette wind mee op de sprint betekende voor de langere loopnummers echter ook vet wind tegen. En het uitkomen bij de springnummers werd er ook niet makkelijker op. Toch hebben de meiden van SAV, waar Marloes Duijn vanwege een blessure ontbrak en Anna Sjoukje Runia vanwege haar overstap naar Nea Volharding niet meedeed, weer optimaal gepresteerd.

Op de 100m snelde Britte Duijn gedragen door de wind naar een tijd van 12.57 terwijl Hilda Laan er 13.70 over deed. Na haar derde plek op de 100m was Britte met 58.94 de sterkste op de 400m waarop Judith Kok met 64.42 eveneens mooi presteerde. Heleen Wildöer liep in een lange solo naar 2.24.52 en de winst op de 800m. Els Noordeloos 'offerde' zich weer op voor de 1500m die nu in 6.13.14 werd afgelegd. Nadine Visser blijft maar knallen op de hordes. Met een voorsprong van zo'n 2 secondes kwam ze in de nieuwe pr tijd van 13.76 over de streep, maar helaas was de steun van de wind wel een beetje te groot. Hilda liep met iets mindere windsteun naar 18.82 sec. Bij het verspringen stond de wind voor Nadine gelukkig wel gunstig want met een steun van 1.4m/sec reikten haar ranke benen naar een afstand van maar liefst 5.77m, goed voor een nieuw pr, clubrecords bij de m-B, m-A en dames en nog maar 3cm beneden de EJOF-limiet. Anja Dudink kwam met teveel rugwind tot een afstand van 4.48m. Het hoogspringen werd met een hoogte van 1.65m een prooi voor Chrissie Broersen die Judith met 1.55m op de tweede plaats zag eindigen. Kim Essen passeerde voor het eerst de 10m grens bij het hinkstapspringen. Het werd 10.01m met maar een fractie teveel rugwind. Vivian Brandhoff verkeert ook in goeden doen en was oppermachtig met 12.83m bij het kogelstoten en 41.61m bij het discuswerpen. De speer werd deze keer ter hand genomen door Chrissie die tot 30.52m kwam terwijl de afsluitende 4x100m door Nadine, Britte, Chrissie en Hilda in 50.59 gewonnen werd. De totaalscore lag met 8772 punten iets hoger dan de vorige keer en was ook deze keer de beste score van het land zodat de meiden zich op kunnen gaan maken voor het NK voor clubteams dat op 4 september (op onze thuisbaan?) gehouden zal worden.

Bje

Op de pas opgeleverde mooie, maar nog wel erg winderige mondobaan van AV Attila in Tilburg heeft Marloes Duijn na een vervelende









## -vervolg de Baanboek

Maar na het tellen van de punten bleek SAV deze dag als vierde te zijn geëindigd en ook na drie wedstrijden op de vierde plaats te zijn aangeland en dat betekende niet alleen lijfsbehoud, maar ook een plek in de promotiefinale die op 18 september gehouden zal worden.



### Mannenploeg plaatst zich voor promotiefinale

Na twee goede wedstrijden volgde er helaas een veel minder goede wedstrijd. Er werd op **26 juni** in Beverwijk door de mannenploeg in de derde divisie een flinke veer gelaten hoewel de aanwezige atleten niets te verwijten viel. Het waren de afzeggers die een op voorhand vrijwel zekere plaats in de promotiefinale toch nog onzeker maakten.

Met Joris Stromer beschikt de club weer over iemand met rappe benen getuige zijn 11.71 op de 100m terwijl Sven Olofsen met 12.03 naar een nieuw pr liep. Op de 200m kwam Roy Botman tot 24.30 en Sven tot 24.99 sec. Willem Dudink zette met 51.74 weer een rappe 400m tijd op de klokken. Joris liep zijn eerste volle baanronde in 57.60 sec. Niels Slagter gaat met grote stappen vooruit getuige zijn 2.11.75 op de 800m waarop Koen Selie met 2.00.50 de punten voor de club scoorde. Op de 5000m een junior en een master die allebei uitstekend voor de dag kwamen. Geen alledaagse afstand voor Ton Bosgoed (M45) en Florens Kreuk (A-junior) die respectievelijk 18.05.74 en 18.45.01 lieten noteren. Roy was sneller dan ooit met zijn 16.76 op de 110m horden terwijl Dave Brandhoff weer knap over de 1.85m ging bij het hoogspringen. Ook nam hij van pure ellende het hink-stap-springen voor zijn rekening. Zijn 10.52m was misschien geen super resultaat, de punten telden toch wel lekker mee. Hetzelfde gold voor de 5.20m vertesprong van Addis Riet. Zonder hen was het op voorhand een verloren zaak. Super mannen! Paul Olofsen was met 15.01m weer ruim de beste kogelstoter. Kjell Heinsius liet 13.13m noteren en nam het discuswerpen voor zijn rekening met een worp van 39.35m. Kay Olofsen was met 53.81m de beste speerwerper en ook de afsluitende Zweedse estafette mocht er met 2.04.98 zijn. Na tweemaal hun poulewedstrijd gewonnen te hebben werd SAV met 8454 punten nu derde. Nadat de totalen van drie wedstrijden bij elkaar waren opgeteld bleek SAV landelijk op de vierde plaats te zijn terechtgekomen. Meer dan voldoende voor de promotiefinale op 18 september in Weert.

Het damesteam kende wel een redelijk optimale bezetting, al ontbrak in eerste instantie Judith Pambo. Zij was te laat om mee te rijden, maar kwam later alsnog met de trein om de afsluitende 400m van de Zweedse estafette te lopen. Leny Ligthart was haar vervangster op de 100m horden en zij volbracht deze afstand met verve. Jolien Dudink haalde een flinke hap van haar 100 pr af en hetzelfde gold voor Sylvia Bos, maar dan op de 400m. Anja Dudink sprong verder dan ooit en Marion Dekker wipte bij het hoogspringen netjes over de 1.40m terwijl Tessa Beertsen alle afstanden uitprobeert en nu de 1500m liep waarop ze de tweestrijd met Els Noordeloos in haar voordeel besliste. Met 4766 punten werd er in deze poule uiteindelijk een tiende plaats behaald. De uitslagen:

Evelien Dekker	100m: 15.94 sec
	Kogel: 8.35m
Marion Dekker	Hoog: 1.40m
	Speer: 28.78m
Anja Dudink	400m: 70.10 sec
	Ver: 4.47m
Jolien Dudink	100m: 18.08 sec
Leny Ligthart	200m: 30.84 sec
	100m horden: 20.53 sec
Tessa Beertsen	200m: 35.98 sec
	1500m: 6.06.52
Sylvia Bos	400m: 75.25 sec
Els Noordeloos	1500m: 6.09.62
Carla Beertsen	Kogel: 8.56m
Zweedse estafette	2.46.08 min

### Opnieuw clubrecord voor Britt Noah Mosselman

Ze scoort ze momenteel aan de lopende band! Tijdens de finale van het Heer & Meester baancircuit op **1 juli** in Warmenhuizen werd Britt Noah Mosselman op de 1500m voor meisjes-B tweede in de fraaie tijd van 5.09.33 min. Nog nooit liep een C-meisje bij SAV zo snel, dus was dit meteen een clubrecord. Na haar Engelse mijl en 3000m alweer de derde in korte tijd. Succes ook voor Dave en Vivian Brandhoff, die beiden de overall dagprijs ontvingen. Dave kreeg die voor zijn prachtige 1.85m hoog bij de jongens-B en Vivian voor haar 40.11m discus bij de meisjes-A. Deze laatste prestatie was ook nog eens een circuitrecord. Het kogelstoten ging iets minder goed, maar met 11.29m won ze wel. Tot slot kwam Roy Botman nog uit op de 400m horden voor mannen waarop hij na 60.96 als zesde binnenkwam.



## *-vervolg de Baanboek*

### **Clubrecord Britte Duijn + Keienmeeting**

Met Nadine Visser als startloopster heeft het EJOFF-team, dat verder bestond uit Tessa van Schagen, Laura de Witte en Ruchama Juriën, een toptijd neergezet op de 4x100m estafette.

Tijdens de Keienmeeting op **2 juli** in Uden snelden de jongedames namelijk naar een tijd van 46.55, de beste tijd tot nu toe.

Chrissie Broersen had nog een laatste hoogspringtest voor het komende NK. Zij ging vlot in een keer over de 1.60m, had twee pogingen nodig voor de 1.65m maar sprong de 1.70m helaas driemaal af.

Britte en Marloes Duijn togen op dezelfde dag naar het Belgische Oordegem om daar op de snelle mondbaan deel te nemen aan een Flanders Cup wedstrijd. Britte kwam uit op de 400m waarop zij in de snelste serie achter een Ierse als tweede dame over de streep kwam in de nieuwe clubrecordtijd van 56.85 sec. Marloes nam bij de dames deel aan de 100m horden. In het voorprogramma werd ze in een tijd van 14.19 tweede. Een klein uur later ging ze in het hoofdprogramma nogmaals van start met een derde plaats in 14.31 als resultaat.

### **Univé Lycurgus Games**

Tijdens de Univé Lycurgus Games op **3 juli** in Krommenie gaf Paul Olofsen zijn slingerkogel zo'n zwieper dat hij bijna over de 50m ging. Het werd nu 49.61m, een dik pr en goed voor de derde plaats. Derde werd hij ook bij het kogelstoten waar hij tot 15.02m kwam. Bij het discuswerpen gaf het meetlint 41.48m aan. Blij was ook Koen Selie die op de 800m zijn pr weer aanscherpte en nu een tijd van 1.58.95 liet noteren waarmee hij bij de heren derde werd. Addis Riet liep voor het eerst sinds lange tijd weer eens een 800m die hij na 2.04.21 wist te beëindigen.

### **Clubrecord voor Willem Dudink**

Tijdens de nog net geen vakantie instuif op **8 juli** in Alkmaar liepen Willem Dudink en Koen Selie beiden een sterke 600m.

Willem was bij de mannen overtuigend de beste en liep met 1.24.24 het clubrecord van Marcel de Wit aan gort. Koen Selie kwam na 1.26.90 als tweede over de streep en bleef met deze tijd slechts een fractie boven het oude record dat op 1.26.6 stond.

### **Zo vader, zo zoon(s)**

"Zo vader, zo zoon", dat gaat voor Edwin Sjerps duidelijk op. Door een blessure moest vader Ton noodgedwongen aan de kant toekijken hoe zoon Edwin het de latere winnaar Jan van Baar uit

Hensbroek op **9 juli** erg moeilijk maakte tijdens de jaarlijkse prutrace van de Weere. Zo'n 3,5km door de weilanden waarbij zo'n 40 sloten genomen moesten worden. De sloten braken Edwin nog een beetje op, maar eenmaal uit het water snelde hij als een hinde door het gras achter Jan aan. Uiteindelijk werd hij heel knap tweede in 23.13 en daarmee was hij uiteraard de beste bij de jeugd. Maar ook zijn iets oudere broer Dennis kwam goed voor de dag. Tussen de 274 deelnemers kwam hij na 24.22 als tiende in totaal en 3de bij de jeugd over de streep.

John Reus (M40) kan dit werk ook altijd goed. Hij was in ieder geval een dag later in Schermerhorn bij een vergelijkbare wedstrijd de beste bij de veteranen.



### **2x goud, 3x zilver, 1x brons, een EJK-limiet en 4 clubrecords op NKJ**

Dat was de formidabele score van de SAV-jeugd tijdens het Nederlandse jeugdkampioenschap dat van **8 t/m 10 juli** in Alphen aan den Rijn gehouden werd.

Vrijdag 8 juli werden we meteen al getraakteerd op een thriller bij het speerwerpen voor meisjes-B met C-juniore Michelle Oud en Nadine Visser in de hoofdrol. Met persoonlijke records van 38.45m en 37.56m, geworpen in de tweede poging, gingen ze als nummer 1 en 2 de finale in om daar pas in de allerlaatste ronde pijnlijk vanaf gekegeld te worden en met luttele centimeters verschil uiteindelijk op plaats 4 en 5 terecht te komen. Een clubrecord was vooral voor de zwaar teleurgestelde Michelle maar een schrale troost.

Heleen Wildöer liep een super serie op de 800m voor meisjes-B waarin ze met 2.17.30 tweede werd en zich rechtstreeks plaatste voor de finale. Een finale die een dag later zeer verrassend zou verlopen. 8 Meiden flink aan elkaar gewaagd, maar niemand die het kopwerk wou doen. Heleen kreeg deze toen opgedrongen en zorgde daarna voor een enorme stunt door die plek "gewoon" niet meer af te staan. Na 2.19.66 kwam zij zo toch wel onverwacht als de nieuwe Nederlandse kampioene over de streep, maar dat is nou juist het leuke van een NK. Teleurstellingen zoals die van Michelle en stunts zoals die van Heleen, van alles kom je tegen.

De tweede dag was verder een warmdraaidag voor dag 3. Pijnlijk was het ziek worden van Britte Duijn die een week eerder een super vorm etaleerde maar nu helaas af moest zeggen voor de 400m. Desondanks kreeg ze later in de week

## *-vervolg de Baanhoek*

toch te horen dat ze geselecteerd was voor de 4x400m ploeg voor de Europese jeugdkampioenschappen. Zus Marloes was ook niet echt fit en worstelde zich door de 100m voor meisjes-A heen met een zesde plaats in de finale in 12.29 als eindresultaat. Nadine liep in de halve finale op de 100m voor meisjes-B met 12.24 een nieuw pr maar kon in de harde finale niet echt mee en werd in 12.37 vijfde.

Kim Essen had gehoopt op een pr, maar bleef bij de meisjes-A in de hinkstapbak op 9.93m steken terwijl haar pr op 10.11m staat.

Judith Kok wipte bij het hoogspringen voor meisjes-B vlot over de 1.55m, maar daar bleef het bij. Haar debuut was echter goed voor een negende plaats. Een dag later zou ze nog 4.84m verspringen en de 200m in 27.04 afleggen. Dag 3 zou uiteindelijk de knaldag worden.

Aanvankelijk was Vivian Brandhoff niet van plan om te starten bij het kogelslingeren voor meisjes-A, maar na het bestuderen van de ranglijsten was een medaille toch wel een reële mogelijkheid, dus toch maar meegedaan. En hoe! Met een prachtig nieuw clubrecord van 41.31m belandde ze als nummer drie op het podium. Bij het kogelstoten werd ze met een afstand van 12.26 vijfde om bij haar favoriete nummer, het discusswerpen, echt uit te halen. Het duurde tot de vierde poging, maar toen verscheen er een nieuw pr en cr (m-A +dames) van 42.38m op het scorebord dat na afloop goed bleek voor de zilveren medaille. Een geslaagd kampioenschap dus voor Vivian.

Toernooitijgerin Chrissie Broersen kreeg het weer voor elkaar om op een kampioenschap een beste jaarprestatie neer te zetten. Deze keer overbrugde zij bij het hoogspringen voor meisjes-A de 1.67m waarmee ze eervol tweede werd.

Dave Brandhoff lukte het deze keer helaas niet om bij het hoogspringen over de 1.85m te wippen. Het bleef bij 1.80m wat hem bij zijn debuut bij de de jongens-B op de zesde plaats deed belanden.

Judith Nunes zorgde voor een grote verrassing door zich bij de meisjes-B te plaatsen voor de finale van het hinkstapspringen. Zij staat nou niet bepaald bekend als trainingsbeest, dus presteerde zij op haar talent dat haar met een dik pr van 10.66m naar de vijfde plaats leidde. En dat terwijl ze nog maar eerstejaars is en dit nummer pas voor de tweede keer deed!

En dan hebben we nog de hordemeiden. In de series van de 100m voor meisjes-B kwam C-juniore Michelle, die deze afstand voor het eerst liep, tot een tijd van 15.34 terwijl Nadine met

13.60 een nieuw baanrecord liet noteren. De finale begon echter niet lekker met twee valse starts. De derde start was wel goed, al gold dat helaas niet voor de start van Nadine waardoor ze een beetje achter de feiten aan bleef hollen. Ze kwam niet echt lekker in haar ritme, maar werd in 13.61 wel overtuigend kampioene voor haar oud-clubgenote Anna Sjoukje Runia.

Marloes Duijn voelde zich deze dag gelukkig wat beter dan de dag ervoor en plaatste zich probleemloos voor de finale van de 100m horden voor meisjes-A. In deze finale kwam ze na een oppermachtige Dafne Schippers als tweede over de streep, maar nog blijer was ze met de tijd want met haar 14.05 bleef ze namelijk ruim onder de limiettijd voor de Europese jeugdkampioenschappen die van 21 t/m 24 juli in het Estse Tallinn gehouden worden. Al met al een kampioenschap met prachtige prestaties. Jongedames en jongeheer, we zijn trots op jullie!

### **Eef Kamerbeek Games**

Marieke Kok, Vincent Onos en Paul Olofsen waren de SAV'ers die op **10 juli** in Eindhoven meegedaan hebben aan de Eef Kamerbeek Games.

Het was nog erg sfeerloos toen het programma van start ging met het kogelslingeren dat voor Vincent op een zware deceptie uit zou draaien. Nog steeds tobkend met een liesblessure wist hij geen geldige poging te produceren. Ook bij Paul liep het niet helemaal zoals gehoopt maar met 46.74m behaalde hij wel een zesde plaats. Over het kogelstoten later op de dag was hij meer tevreden. Net geen clubrecord, maar wel weer een mooie afstand van 15.58m waarmee hij opnieuw zesde werd.

Op de sprint stond de wind tegen waardoor de tijden niet helemaal meevielen. Voor Marieke verscheen er uiteindelijk 15.51 in de uitslag van de 100m horden.

### **WK masters met Richard en Yvette**

Na een trainingskamp van een week bij de vermaarde kogelslingercoach Anatoli Bondarchuck in het Canadese Kamloops vervolgden Richard en Yvette Bot-Vleerlaag hun reis naar het Californische Sacramento waar ze



**22 oktober 2011:  
Feest SAV 60 jaar!**



## *-vervolg de Baanboek*

deel hebben genomen aan het WK voor masters. Het werd een onvergetelijke ervaring al hadden ze wel wat meer verwacht van de organisatie. Hun wedstrijden vonden plaats op het AG Phanos Sports complex van de Sacramento State University waar Richard op **8 juli** de spits afbeet met de kwalificatie kogelslingeren voor M40. Dit gebeurt niet zo vaak, maar de belangstelling voor het slingeren was deze keer erg groot. Met een worp van 47.39m plaatste Richard zich moeiteloos voor de finale die een dag later op het programma stond. Hierin wou het echter niet lukken. Het slechte wedstrijd materiaal en de gladde ring zorgden ervoor dat hij geen moment lekker in de wedstrijd kwam en met een worp van 45.03m uiteindelijk tiende werd. Op 11 juli mocht Yvette haar kunnen tonen bij het gewichtwerpen voor V35. Een Europese aangelegenheid met sterke medaillewinnaressen. Met een worp van 11.99m viel Yvette net naast het podium, zij werd namelijk vierde. Het kogelslingeren, dat een dag later op het programma stond, leverde met een afstand van 42.99m dezelfde klassering op. Geen uitschieter dus van Yvette, maar wel twee heel gedegen en constante wedstrijden. Op 15 juli sloot Richard het Amerikaanse avontuur af met een mooie afstand van 13.50m bij het gewichtwerpen waarmee hij op de 6de plaats wist te eindigen. Dat dit alles naar meer smaakte blijkt wel uit het feit dat ze nu al uitzien naar het WK indoor dat komend voorjaar in Finland gehouden zal worden.



### **Track Meeting**

Vrijdagavond **15 juli** stond er in Utrecht weer een Track Meeting op het programma. Onverwacht mooi atletiekweer zorgde voor een record van 566 inschrijvingen. Ook was er een indrukwekkende minuut stilte voor de onlangs overleden speaker Rien Stout die maar liefst 36 Track Meetings van zijn deskundige commentaar heeft voorzien. Onder de deelnemers Koen Selie, Willem Dudink en Paul Olofsen. Koen, wiens benen het de afgelopen week wat af lieten weten, liep hier beter dan verwacht en zag zijn 1.59.91 op de 800m beloond met een derde plaats. Voor Willem deze keer geen succes. Hij werd tijdens het inlopen niet lekker en ging uiteindelijk niet

van start. Paul liet na twee povere discussen de trage, drukke wedstrijd voor wat het was en concentreerde zich op het kogelstoten waar hij vijfmaal over de 15m ging en met 15.39m de wedstrijd won.

### **Vincent kan het ook met drie draaien!**

Een aantal behandelingen bij de therapeut (voor zijn liesblessure) en het teruggaan van vier naar drie draaien lijken er toe bij te dragen dat Vincent Onos toch nog op tijd in vorm is om over goed een week zijn Nederlandse titel te verdedigen. Met het debacle van Eindhoven (alles ongeldig) nog vers in zijn achterhoofd toog hij op **21 juli** naar Zwolle voor een kogelslingerwedstrijd die beter liep dan verwacht. Hij slingerde zijn kogel met drie draaien in ieder geval al naar 64.83m en had alles geldig!

### **Zomeravondinstuif nummer 1**

Op **22 juli** vond in Heiloo de eerste wedstrijd uit een reeks van drie zomeravondinstuiven plaats. Slechts twee SAV'ers aan de start waarvan Kay Olofsen bij het speerwerpen met een afstand van 55.38m derde werd. Met deze prestatie bleef hij maar 6cm verwijderd van zijn pr. Broer Paul kwam uit bij het discuswerpen en werd met 40.14m tweede.

### **Britte en Marloes Duijn op het EJK**

Het zal niet vaak voorkomen dat een tweeling zich plaatst voor een Europees jeugdkampioenschap en dan ook nog voor twee verschillende onderdelen. De jongedames Duijn lukte dat echter. Beide nog maar eerstejaars A-junior hebben in juli deelgenomen aan het EJK in het Estse Tallinn.

Marloes mocht op **22 juli** meedoen aan de 100m horden, maar dat liep niet helemaal zoals ze hoopte. Maar liefst tot driemaal toe werd in haar serie de startprocedure over gedaan terwijl er van de wiebelende jongedame naast haar niets werd gezegd. Toen ze eindelijk vertrokken was Marloes slecht weg en bleef zij achter de feiten aanhollen. Waar ze vooraf hoopte op een tijd beneden de 14 seconden kreeg ze nu 14.26 achter haar naam. Wel stond er een flinke tegenwind. Echt balen werd het toen deze tijd na afloop de zeventiende tijd bleek te zijn waar een tijd bij de beste zestien nodig was voor een plaats in de halve finale.

Britte ging mee als reserve voor de 4x400m, maar mocht op **23 juli** toch in actie komen. In de halve finale moest het Nederlandse team zich



## *-vervolg de Baanboek*

zonder hun sterkste loopster Madiea Ghafoor, die rust kreeg na haar onverwachte bronzen medaille op de individuele 400m, zien te plaatsen voor de finale. De Noord-Hollandse atletes Lianne de Witte en Marije Wever namen de eerste twee rondjes voor hun rekening waarna Britte als derde loopster van start mocht. Anna Voskamp maakte het af en kwam na 3.44.42 over de streep. Hiermee plaatste het team zich als vierde voor de finale. In deze finale, met nu Madiea in plaats van Britte in de gelederen, werd er opnieuw een vierde plaats behaald waarbij het Nederlands record werd verbroken en naar 3.37.44 werd gebracht.

Britte en Marloes waren weliswaar niet helemaal tevreden over hun eigen optredens, maar hebben een leuke tijd gehad en veel geleerd. Iets wat ze weer mee kunnen nemen naar een eventueel volgend toernooi.



### **Gouden Nadine**

Van 24 tot en met 29 juli vond in het Turkse Trabzon het Europese Jeugd Olympisch Festival plaats. Een sportevenement voor jonge Europese sporters dat om de twee jaar gehouden wordt. Op het programma staan alleen Olympische sporten. Tijdens het EJOF maken de atleten kennis met alle tradities van de Olympische spelen. Zo verblijven ze gezamenlijk in een Olympisch dorp en kent de EJOF zowel een zomer- als wintereditie.

Van SAV haalden zowel Nadine Visser als Anna Sjoukje Runia de limiet op de 100m horden. Helaas mocht er maar één atleet per nummer opgesteld worden en omdat Nadine sneller was viel de keuze op haar. Ook zat ze in de 4x100m estafetteploeg die meerdere keren de limiet wist te halen. Twee kansen dus voor Nadine op een mooie klassering.

Het was klam en warm in Trabzon, maar de baan was snel en er stond niet al te veel wind. De eerste start van Nadine was op dinsdag 26 juli toen de series van de 100m horden op het programma stonden. Daar liet ze alle tegenstanders meteen een poepje ruiken met een perfecte race die al eindigde na 13.30 sec. Een nieuw Nederlands B-juniorenrecord en uiteraard ook een clubrecord. Maar ook veruit de snelste tijd van alle deelnemers zodat Nadine als grote favoriete naar de finale ging. Toch best een

zware opgave voor deze jonge atlete, ze is nog maar eerstejaars (!), die nog maar zo kort aan atletiek doet. In de finale liet zij echter zien uitstekend met de druk om te kunnen gaan want hoewel het niet zo lekker liep als in de series was ze ook nu overtuigend de beste en liep ze met 13.28 zelfs nog sneller. Zo was de eerste gouden EJOF-medaille voor Nederland een feit. Met deze super tijd neemt Nadine momenteel de gedeelde derde plaats op de wereldranglijst in!

Een kwartiertje later stonden de series van de 4x100m op het programma. Omdat dit wel erg kort na de hordenfinale was liep Nadine niet mee. Ondanks een slechte derde wissel wonnen de meisjes in 46.86 hun serie, al sloeg de vreugde snel om in verdriet omdat ze gediskwalificeerd werden. Iets wat nog 3 andere ploegen in hun serie ook overkwam! Na bestudering van de video bleek er echter helemaal niet onrechtmatig gewisseld te zijn, dus werd er een protest ingediend die uiteindelijk werd toegekend. Dit betekende dus op 29 juli nieuwe kansen voor de meisjes die in de series uiteindelijk de tweede tijd op de klokken hadden gezet. Met 46.02 was België veruit het snelst. Maar hoe anders kan iets lopen in een finale. Nadine, de vrouw in grootse vorm, werd opgesteld als slotloopster. Tessa van Schagen ging uitstekend van start en had een scherpe wissel op Sacha van Agt. Waar in de series de wissel tussen Sacha en Naomi Sedney bijna misging, werd er nu op safe uitstekend gewisseld en ook de wissel van Naomi op Nadine was een veilige. Nederland lag op dat moment gelijk met België, maar Nadine wist het geweldig af te maken en loodste het Nederlandse team als eerste over de finish in een nieuw Nederlands B-juniorenrecord van 45.93, wat ook een nieuw kampioenschaprecord was. Hiermee was de tweede gouden medaille een feit. Als beloning mocht Nadine tijdens de sluitingsceremonie de Nederlandse vlag dragen. Nadine, je was super, geweldig, fantastisch, etc. etc. Van harte gefeliciteerd.

### **Vincent Onos prolongeert Nederlandse titel**

Vroeg op de ochtend mochten op **30 juli** de heren kogelslingeraars in een koud, leeg en winderig Olympisch stadion hun NK-nummer al afwerken. Paul Olofsen kon door een blessure helaas niet meedoen waardoor alleen Richard Bot en Vincent Onos van SAV aan de start verschenen. Vincent was vanwege zijn blessure, waardoor hij van vier naar drie draaien terug moest (omdat hij het anders niet geldig hield in





## *-vervolg de Baanhoek*

de ring) erg onzeker, maar ging overtuigend van start met een worp van 63.73m. Hierdoor viel er zo'n brok spanning van hem af dat hij niet meer in staat was om die echt verre worp te produceren. En ook zijn tegenstanders, hij had zo'n 5m voorsprong op de nummer twee en 7m op nummer drie, wisten hem niet te prikkelen zodat de eerste worp de beste bleef en hij hiermee voor de derde keer op rij en de vierde keer in totaal de titel won bij de senioren.

Richard, die veelbelovend bezig was tijdens het inwerpen, ging van start met een ongeldige worp gevolgd door een beste jaarprestatie van 49.02m. Daarna was bij hem de koek op en eindigde hij uiteindelijk op plek zeven (overigens op maar 12cm van de vijfde plaats!).

Voor Yvette zou het erop of eronder worden want het niveau bij de dames is de laatste jaren enorm gestegen en er was maar voor 8 dames plaats in de finale. Met een worp van 43.63m ging ze goed van start en na drie worpen stond er 44.33m op het scorebord waarmee ze precies als achtste de finale inging. Daarin ging ze gewoon door met zichzelf te verbeteren waarna er via 44.55 uiteindelijk 45.31m achter haar naam verscheen. Het bleef de achtste plaats, maar het was wel met haar beste jaarprestatie.

Paul nam op de tweede dag wel deel aan het kogelstoten, maar had toch meer last van zijn schouderblessure dan hij vooraf had gedacht. Een finaleplaats zat er dan ook niet in. Met een afstand van 14.55m werd hij uiteindelijk stevig balend elfde.

### **Richard Bot derde op Zwitsers kampioenschap**

In Zwitserland worden de nationale kampioenschappen voor senioren op vrijdag en zaterdag afwerkt. Daarbij beginnen ze aan het eind van de middag tot een flink stuk in de avond. Deze keer was Basel het strijdperk en mochten de dames kogelslingeraars vrijdag 5 augustus om 17.00u het bal openen.

De omstandigheden zaten niet mee toen Yvette Bot-Vleerlaag met haar wedstrijd begon. Allereerst waren er maar liefst 16 deelnemers en daarbij barstten er de nodige onweersbuien los. De wedstrijd ging echter gewoon door! Yvette gooide regelmatig maar niet zo ver als op het NK. De 42.99m uit haar eerste worp, waarmee ze uiteindelijk vierde werd, was en bleef de beste.

Richard Bot begon zijn wedstrijd tijdens een zware stortbui. Toch landde de kogel tijdens zijn eerste worp al op zijn beste jaarprestatie van

49.73m. De derde worp landde zelfs op de 50m lijn, maar helaas stakte het meetlint bij 49.94m. Geen 50m dus, maar wel weer een verbetering van zijn beste jaarprestatie. Ook de vijfde poging ging over de 49m. Met zijn 49.94m eindigde Richard op de derde plaats, maar omdat hij geen Zwitser is ging de medaille aan zijn neus voorbij. Wel was er bij de prijsuitreiking een aandenken voor hem.

### **Koen Selie wint 1000m**

Helaas voor Koen Selie was de tegenstand op de 1000m tijdens de 2de zomeravondinstuif van AV Trias op 5 augustus in Heiloo niet zo heel erg groot. Tegen zijn 2.36.89, wat een nieuw persoonlijk record betekende, was er in ieder geval niemand opgewassen.

Doorgaan!

Richard en Yvette Bot-Vleerlaag gaan onverdroten door met het meedoen aan kogelslingerwedstrijden. Op **10 augustus** lag de ring in het Zwitserse Olten. Het was koud en regenachtig, dus bepaald geen weer voor super prestaties. Die kwamen dan ook niet, al was Richard met een worp van 48.16m niet bepaald verkeerd bezig. Hij werd hiermee tweede in totaal en was de beste bij de M40. Yvette trof een groot deel van de Zwitserse topdames en eindigde met een beste worp van 40.54m op de vierde plaats. Wel was ze de beste bij de V35.

### **PR's voor Kay en Koen**

Na de vele dagen met regen en wind was het op vrijdagavond **12 augustus** goed toeven op de atletiekbaan Overvecht in Utrecht waar de vijfde wedstrijd uit de Trackmeetingsserie gehouden werd. Zowel Kay Olofsen als Koen Selie grepen deze omstandigheden aan voor een (forse) verbetering van hun pr. Zo haalde Koen maar liefst 5 volle secondes van zijn besttijd op de 1500m af door na 4.08.06 de finish te passeren waarmee hij bij de mannen vierde werd. Kay wierp zijn speer een halve meter verder dan ooit en werd met 55.90m tweede. Bij de dames was er op de 100m horden een tweede plaats voor Marieke Kok die de 100m horden in 15.98 aflegde.

### **Clubrecord voor Mirjam de Boer**

Op **19 augustus** organiseerde AV Trias in Heiloo de 3de en tevens laatste wedstrijd uit hun zomeravondinstuifserie. Het liep deze keer allemaal wat rommelig, maar gelukkig viel er wel weer het nodige te genieten. Zo ging Mirjam de

## *-vervolg de Baanboek*

Boer met maar liefst twee clubrecords naar huis. Op de 5000m kwam ze in 19.24.26 als tweede over de streep en met deze tijd verpulverde ze het record van de V40 en vestigde ze een nieuwe bij de V45. Koen Selie was in 1.59.17 de rapste op de 800m; voor Paul Olofsen verscheen er met 43.19m bij het discuswerpen een nieuwe beste jaarprestatie in de uitslagen; broer Kay ging wat minder met de speer en moest nu genoeg nemen met 50.89m terwijl C-juniore Thea Noordeloos met 2.41.74 een uitstekend debuut kende op de 800m.

Een dag later kwam Richard Bot in Aktie tijdens een kogelslingerwedstrijd in het Zwitserse Luzern waar hij met een aftand van 47.31m een tweede plaats behaalde.

### **Overlevingsloop**

Onder onverwacht behoorlijke weersomstandigheden werd in Den Helder op **24 augustus** de jaarlijkse overlevingsloop gehouden. Met strand, zee, duinen, paardenpaden, fietspaden en schelpenpaden in het programma doet de naam de wedstrijd eer aan.

Heleen Wildöer, de kersverse Nederlandse kampioene op de 800m voor meisjes-B, koos voor de 4km en wist in een grote groep vrouwen na 22 minuten precies als derde over de finish te komen. Voor C-juniore Thea Noordeloos was 4km niet lang genoeg, dus zij koos voor de 7,3km die in 47.15 de tweede plaats opleverde.

### **Hemmeromloop**

Weliswaar een harde wind, maar wat de regen aangaat viel er tijdens de jaarlijkse Hemmeromloop op de laatste zondag van augustus weinig te klagen. Veel snelle buitenlanders aan de start, maar ook snelle SAV'ers. Omdat niet iedereen onder de clubnaam staat vermeld en ik niemand wil vergeten, verwijs ik hierbij naar de uitslagen op [www.hemmeromloop.nl](http://www.hemmeromloop.nl). Mirjam de Boer, Koen Selie, Peter Reus en Ton Besseling bezorgden SAV wat euro's door een tweede plaats te behalen bij de teamloop.

Het kampioenschap van Drechterland over 10km leverde een drievoudige winst op voor SAV want Jeroen Dodeman was in 37.07 de rapste voor Maurice Vriend die 37.21 nodig had en Richard Kramer die de finish na 38.43 passeerde.

### **Clubrecord discuswerpen voor Paul Olofsen**

Het team van Amsterdam kreeg tijdens het Nederlandse kampioenschap voor

studententeams op 3 september in een snikheet Amstelveen versterking van Paul Olofsen. Dat Paul zijn schouderblessure te boven is bewees hij met een winnende kogelstoot van 15.49m, maar het meest content was hij met zijn nieuwe clubrecord bij het discuswerpen. De 2kg schijf landde namelijk op 44.95m en dat was 59cm verder dan zijn oude record. Hiermee werd hij tweede, eenzelfde klassering die het team van Amsterdam na het optellen van alle punten behaalde.

### **SAV derde, Groningen Atletiek en Lycurgus winnen NK teams**

Met Vivian Brandhoff voor studie in Amerika, Anna Sjoukje Runia overgestapt naar een andere club en Marloes Duijn 6kg afgevallen door een zware buikgriep (desondanks nog 12.67 op de 100m) zou het voor de meiden van SAV, die met overmacht de voorrondes hadden gewonnen, een grote opgave worden om op **4 september** tijdens het officiële Nederlandse Kampioenschap voor clubteams op onze eigen baan het podium te halen. Na een zeer spannende wedstrijd, waarin de meisjes van Groningen Atletiek uiteindelijk aan het langste eind trokken en wonnen voor het team van Daventria uit Deventer, lukte het de meiden toch om het podium te halen. Zij werden namelijk derde, toch wel een unicum in de historie van SAV want nog nooit eindigde een A-team zo hoog. Een trotse burgemeester reikte na afloop de prijzen uit en roemde daarbij SAV en de meiden.

De beste SAV prestatie kwam op naam van Nadine Visser die zowel de 100m horden als het verspringen won. Ook Heleen Wildöer leverde klasse werk af met winst op de 800m. Judith Pambo Nunes deed het knap bij het hinkstapspringen waarop ze tweede werd, een klassering die ook was weggelegd voor de 4x100m ploeg en Britte Duijn op de 400m. Ook de andere meisjes presteerden naar behoren, meer zat er voor dit jonge team gewoon niet in. Bij de jongens, waar het polsstokhoogspringen mede door het fantastische springen van Lycurgus-atleet Menno Vloon (hij sprong maar liefst 4.80m, een beste jaarprestatie bij de jongens-B en goed voor een derde plaats AT) bijna de hele middag in beslag nam en zelfs het programma uit liet lopen, ging de overwinning naar AV Lycurgus uit Krommenie die Hellas uit Utrecht en Rotterdam Atletiek achter zich liet. SAV, die door de prestaties van de meisjes in de voorrondes en het 60-jarig jubileum van de club dit kampioenschap mocht organiseren, kweert zich uitstekend van deze taak. Echter zonder de



## *-vervolg de Baanboek*

vele vrijwilligers was dit natuurlijk nooit gelukt.  
Langs deze weg willen we dan ook iedereen die van dit kampioenschap een succes hebben gemaakt heel hartelijk bedanken.  
De prestaties van de SAV-meiden:



Nadine Visser	100m horden: 14.30	Ver: 5.52m
Hilda Laan	100m horden: 18.39	
Marloes Duijn	100m: 12.67	
Britte Duijn	100m: DQ	400m: 1.00.41
Anja Dudink	400m: 1.10.06	
Heleen Wildöer	800m: 2.20.03	
Kim Essen	800m: 2.54.49	Ver: 4.64m
Nicole Bakker	1500m: 5.59.26	
Judith Pambo Nunes	Hss: 10.60m	Kogel: 8.72m
Alissa Olofsen	Kogel: 9.34	Discus: 30.46m
Chrissie Broersen	Hoog: 1.60m	Speer: 28.66m
Judith Kok	Hoog: 1.55m	
4x100m	49.79	
Totaal:	8284 punten	3 <sup>de</sup> van Nederland

### 30 van Amsterdam Noord

Tijdens de 30 van Amsterdam Noord op zondag **4 september** hebben Tessa en Marion Beertsen (V50) deelgenomen aan de 15km die door Tessa in 1.23.37 en door Marion in 1.45.48 werd afgelegd. Co Reus waagde zich aan de 30km waarvoor hij 3.00.06 nodig had.

### Clubrecords tot 9 september 2011

3000m meisjes-B	11.03.19	Britt Noah Mosselman	Hoorn, 17 juni
Ver m-B, m-A, dames	5.77m	Nadine Visser	Heerhugowaard, 19 juni
400m meisjes-A + dames	56.85	Britte Duijn	Oordegem (B), 2 juli
600m heren (inc)	1.24.24	Willem Dudink	Alkmaar, 8 juli
Kogelslingeren meisjes-A	41.31m	Vivian Brandhoff	Alphen ad Rijn, 10 juli
Discuswerpen meisjes-A	42.38m	Vivian Brandhoff	Alphen ad Rijn, 10 juli
100m horden meisjes-B	13.30	Nadine Visser	Trabzon (Tur), 26 juli
100m horden meisjes-B	13.28	Nadine Visser	Trabzon (Tur), 28 juli
5000m V40 + V45	19.24.26	Mirjam de Boer	Heiloo, 19 augustus
Discuswerpen mannen	44.95	Paul Olofsen	Amstelveen, 3 september

