

# Sprinter december 2014

**Adres baan:**

Raadhuislaan 8  
1613 KR Grootebroek  
(0228)518333

**Correspondentieadres :**

Postbus 178  
1610 AD Bovenkarspel

**Internetadres:**

www.savatletiek.nl

**Dagelijks Bestuur (DB):**Voorzitter:

Piet Blokker  
Sluisdeur 37  
1613 BH Grootebroek  
(0228)514990  
voorzitter@savatletiek.nl

Secretaris:

Lilian Langendijk-Blokker  
Gieserwildemanlaan 5  
1687 RJ Wognum  
(0229)755267  
secretaris@savatletiek.nl

Penningmeester:

Abdel el Amrani  
Juk 22  
1611 JD Bovenkarspel  
-----  
penningmeester@savatletiek.nl

**Algemene Bestuursleden:**

Jeugdcommissie	Addis Riet	(0228)volgt nog	
Baanonderhoud	Peke de Vries	(0228)515057	pw_devries@hotmail.com
Technische Commissie(TC)	Gerwin Struijs	(0228)564388	gerwin@outlook.com
Wedstrijdatleten en TC	Margreet Broersen	(0228)516758	contact@savatletiek.nl

**Ledenadministratie:**

Ledenadministratie	Tom Beertsen	(0228)516885	ledenadministratie@savatletiek.nl
--------------------	--------------	--------------	-----------------------------------

*Voor meer informatie verwijzen wij u naar het hoofdstuk "Tarieven" verderop in de sprinter.*

**Redactie sprinter:**

Wandeltak	Jetze Douwe Sandstra	06-44954698	nb
Jeugdhoek/Baanhoek	Marica Onos	(0229)270142	webmaster@savatletiek.nl
Uitsmijter	Peter Olofsen	(0228)517124	peter.olofsen@kpnmail.nl
Medische hoek	Koos Jong	(0228)513310	jsga_jong@hotmail.com
Lief & Leed	Connie Dhauw	(0228)321640	geomardo@yahoo.com
Beheer advertenties	Ger Heinsius	(0228)516696	gpbhheinsius@hotmail.com
Afwerking & verspreiding	Ria Faber	(0228)317288	mk.faber@quicknet.nl
Vormgeving Sprinter	Linda Hoek	(0228)514890	clubblad@savatletiek.nl

**Commissies:**

Medische Commissie	Koos Jong	(0228)513310	jsga_jong@hotmail.com
Kantinecommissie	Piet Bergen	(0228)521567	piet.bergen@gmail.com
Sleutelbeheer kantine	Ria Struijs	(0228)514183	struthio@wxs.nl
Loopevenementen	Jos Schaper	(0229)262520	nb
Technische Commissie	Rob Ruitenbergh	(0228)517761	r.ruitenbergh@quicknet.nl
Accommodatie/materiaal	Tames van Zwol	(0228)514759	tamesennolda.vanzwol@quicknet.nl
Jurycommissie	Matthijs Jong	06 83333982	Jurycoördinatoren@hotmail.com
	Jaap van der Thiel	06 12846977	
Vrijwilligerscommissie	Joop Tamsma	(0228)519595	jh.tamsma@quicknet.nl
Schoonmaakcommissie	Wil Groot	(0228)511261	nb
	Riny Bakker	(0228)511850	nb

**Informatie wedstrijden:**

Uit	Margreet Broersen	(0228)516758	contact@savatletiek.nl
Pupillen	Guislaine Zwagemaker-Konink	(0228)543327	inschrijvingepupillen@savatletiek.nl

# Tarieven

TARIEVEN: per half jaar

categorie	leeftijd voor 1 november geboren in:	halfjaarlijks bedrag
Mini pupillen	Geboren in 2008 of later	€ 46.75
Pupillen-C	Geboren in 2007	€ 54.25
Pupillen-B	Geboren in 2006	€ 54.25
Pupillen-A	Geboren in 2004 en 2005	€ 54.25
Junioren-D	Geboren in 2002 en 2003	€ 64.75
Junioren-C	Geboren in 2000 en 2001	€ 64.75
Junioren-B	Geboren in 1998 en 1999	€ 71.25
Junioren-A	Geboren in 1996 en 1997	€ 71.25
Senioren	Geboren in 1995 en eerder	€ 79.50
Masters vanaf 35 jaar		€ 79.50
Recreanten	n.v.t.	€ 68.00
65+ korting		€ 6.15 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 **€ 13.50** extra aan inschrijfgeld te worden betaald. In de tweede periode van de incasso (dat is dus voor de periode 1 juli t/m 31 december) wordt € 6 voor 2 grote club loten geïncasseerd. Dit is geen vrijblijvendheid, maar is zo door de ledenvergadering besloten en is dus een verplicht onderdeel van de contributie.

## 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.**

## Nieuws van de ledenadministratie

Hierbij een overzicht van de nieuwe leden en van degene die de vereniging hebben of gaan verlaten over het tijdvak **oktober en november 2014**

### *Nieuwe leden:*

**Pupillen:** Mirko Koevoet, Lorna de Haan, Dave Sijmons, Eva Stap.

**AB-Junioren:** Jasper Dol

**Recreanten:** Ronald Huisman, Humphrey van Rooijen, Nellie van Diepen, Marcel Soliani, Fabian de Nie, Ingrid de Nie, Fiona de Vries, Hans Sjonger, Anneke Kenniphaas.

**Wij heten de nieuwe leden van harte welkom en wensen hen veel sportplezier bij S.A.V.**

### *Opzeggingen:*

**Pupillen:** Rens Dodeman, Nienke Gorter, Iris Botman, Demi Volgers, Jason Voorhamm, Myra Jonkman, Tijmen Duivenvoorden. **CD-junioren:** Jeremy Laan **AB-junioren:** Sarah Laan, Maren van Duin

**Senioren/Masters:** Chrissie Broersen, Koen Dudink, Rene de Vries

**Recreanten:** Kitty Wenderhold, Yvonne Koster, Aat en Jan Bakker, Marc Nesselhaar, Jos Geurtsen, Elma Steneker, Janny de Vries, Mark Elings, Peter Hoogland, Helma Kwast

# Trainingsmomenten SAV

<b>Maandag:</b>	<b>Groep</b>	<b>trainer</b>	<b>Locatie</b>
18.15 – 19.15	MPB + JPB + MPA1	Robin + Lillian + Angelique	Martinus
18.15 – 19.15	MPC + JPC + mini's	Matthijs + Britt	Martinus
18.15 – 19.15	MPA2 + JPA	Marcel + Dave	Baan
19.00 – 20.00	Selectietraining horden *	Gerwin	Baan
19.00 – 20.30	Plyometrie/sprint (vanaf B jun.)	Paul	Baan
19.15 – 20.15	MJD + MJC	Robin + Lillian	Baan
19.15 - 20.15	JJD + JJC	Roel	Baan
19.15 – 20.15	Nordic Walking	Jetze Douwe	Vertrek baan
19.15 – 20.30	Werptraining alle jun. *	Peter	Martinus
<b>Dinsdag:</b>			
09.30 – 10.30	Algemene training recreant	Ron	Baan
19.00 – 20.30	Meerkamp training A-B jun.	Paul	Baan
19.30 – 20.30	Algemene training recreant	Dirk V.	Baan
19.30 – 20.45	Looptraining recreanten	Rene	Baan
19.30 – 21.00	MILA jun.A-B/senioren/masters Ruud		Baan
<b>Woensdag:</b>			
18.00 – 19.00	JJD + JJC	Paul	Baan
18.15 – 19.15	MPA1 + JPA+ MPB + JPB+JPA	Oscar + Bo + Roel	Baan
19.00 – 20.30	Wandelen	Jetze Douwe	Vertrek baan
19.00 – 20.30	Sprinttraining vanaf B jun.	Paul	Baan
19.15 – 20.15	MPA 2 <sup>de</sup> jrs + MJD	Matthijs+Roel	Baan
19.15 – 20.15	Algemene training recreant	Dirk R.	Baan
19.30 – 21.00	MILA/lang wedstrijdleten	Cees	Baan
<b>Donderdag:</b>			
19.00 – 20.30	Meerkamp training MJC + AB jun. en senioren (Paul)		Baan
19.15 – 20.45	Werptraining alle jun. *	Peter	Baan
19.30 – 20.45	MILA training alle jun.	John	Baan
19.30 – 20.45	Loopgroep recreanten	Hans	Baan
<b>Vrijdag:</b>			
13.30 – 15.00	Wandelgroep	Riny	Streekbos
19.15 – 20.15	Werptraining alle jun.	Peter	Baan
<b>Zaterdag:</b>			
09.00 – 10.15	Loopgroep	Rene	Streekbos
16.00 – 18.00	Kracht/Allround vanaf B jun.	Paul	Baan
<b>Zondag:</b>			
09.00 – 10.00	Algemene training recreant	Hans / Dirk V. / Rene, Riny	Streekbos
13.00 – 15.00	Werptraining	Peter	Baan

\* = op uitnodiging

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

# Bestuurlijkheden

Onze voorzitter heeft mij gevraagd de laatste bestuurlijkheden van het jaar 2014 te schrijven. Terwijl hij op werkvakantie is in Frankrijk zal ik jullie op de hoogte stellen van het reilen en zeilen binnen de vereniging. Dat gaat mij niet zo makkelijk af als Piet, want hij staat letterlijk midden in de vereniging, waardoor hij goed op de hoogte is van alle SAV-perikelen.

Voor mij is dat anders, want hoewel ik mij diep in mijn hart SAV-er voel woon ik nu eenmaal in Wognum en dan hoor en zie je minder. Toch klim ik in de pen en probeer ik een volwaardig stukje te schrijven.

Tegen de tijd dat de Sprinter bij u op de mat valt zitten we midden in het feestgedruis. Sint gaat bijna weg, of is al weg en de kerstdagen staan voor de deur. Het is zo cliché, maar echt, het jaar is weer voorbij gevlogen. Dus, bijna weer tijd voor jaarverslagen, jaarstukken en het plannen van de jaarvergadering. Ik wil dit stukje graag gebruiken om alle commissies te vragen in januari een jaarverslag in te leveren. U mag het sturen naar de secretaris. Dan kan Linda, van de Sprinter, er weer een mooi boekje van maken.

Maar voordat het zover is hebben we eerst nog een feestje op de agenda staan. En u mag ook komen. Tenminste als u 16 jaar of ouder bent. Onze activiteitencommissie, die tijdens de vrijwilligersdag een zeer goede bijdrage heeft geleverd in de vorm van een zeskamp, heeft het idee opgevat om een nieuwjaarsgala te organiseren. Hoe leuk is dat? Het wordt gehouden op 3 januari in onze kantine. Voor meer informatie verwijst ik u naar onze site op pagina 'nieuws'.

Als ik zelf kijk op de site en al die enthousiast geschreven stukjes lees van al onze toppers voel ik me trots. Wat een mooie vereniging hebben wij toch en kijk eens naar al die prestaties, de medailles en bekervlieden ons om de oren. Ik zag de Egboetsloop, de Hoornse Eenhoornloop en niet te vergeten het crosscircuit. Op zondag 16 november jl organiseerde SAV een cross in het Streekbos. En aangezien we zo verwend waren met goed weer werden we op dat gebied enorm teleurgesteld. Het regende zo'n beetje de hele dag. Maar als je dan kijkt naar het aantal crossers dat aan de start verschijnt! Wat een helden. En andere helden waren de vrijwilligers. Want zonder vrijwilligers geen evenement. Allemaal heel erg bedankt om, ondanks het weer, een mooie cross te kunnen organiseren.

In november heeft het bestuur geen bestuursvergadering gehouden, maar een commissievergadering. Het is de bedoeling dat van alle commissies een afgevaardigde aanwezig is om samen met het bestuur te bespreken wat goed is voor de vereniging. Vroeger organiseerden we heel consequent elk jaar een overleg met de commissies, maar dat raakte in het slop en uiteindelijk was het er gewoon niet meer. Aan de geluiden te horen is iedereen er blij mee dat het nieuw leven ingeblazen is. Als een commissie op zichzelf goed functioneert mogen we blij zijn, maar als commissies voor en met elkaar goed kunnen functioneren mogen we reuzeblij zijn. We dienen uiteindelijk allemaal hetzelfde doel, de vereniging. En wat voor één!

Sporters, vrijwilligers, toeschouwers en andere betrokkenen, bedankt voor het afgelopen jaar.

Tot slot wil ik u allemaal gezellige kerstdagen en een gelukkig, gezond en sportief 2015 toe te wensen.

Groeten,  
Lilian Langendijk-Blokker  
secretaris

## *Van de redactie:*

Teksten inleveren voor het **januarinummer 2015: t/m donderdag 8 januari, komt uit in de week van 19 januari. Geen foto's in Word plakken, maar los bijleveren in minstens 300 Kb of mailen via WeTransfer**  
Graag aanleveren op [clubblad@savatletiek.nl](mailto:clubblad@savatletiek.nl)

## *Lief en leed*

De lief en leed rubriek is er om aandacht te besteden aan de leden van SAV. Die kunnen op deze plaats in de Sprinter iets vertellen of gebeurtenissen delen. Tekst mag opgestuurd worden naar [geomardo@yahoo.com](mailto:geomardo@yahoo.com) of doorgegeven via de telefoon 0228-321640 en berichten worden dan gepubliceerd in de eerstvolgende Sprinter.

## *Werpersrubriek, "De Uitsmijter", nummer 184*

jaargang 33, door Peter Olofsen

Jaar in jaar uit.

Sommige trainers doen er 1 maand over bij SAV. Anderen nemen groots afscheid na 10 jaar; maar ruim 20 jaar is andere koek. Wachten op iets, wat niet komt, is zonde van je tijd.

Per 1 November is alweer een nieuw werpjaraar begonnen met een aantal nieuwkomers, waardoor ruim 15 uitdagingen door elkaar heen lopen.

Breïnbreker: Wat zei Nadine tijdens haar eerste werptraining?(toen nog MJD.)

In een park in Hoorn ligt een reusachtige eeuwenoude boomstam. Deze werd destijds gebruikt voor speerwerptrainingen door middel van een moker. Ver over het IJsselmeer galmden de slagen, helemaal hoorbaar tot aan het ouderlijke huis. Een verhalen schrijver heeft ooit een poging gewaagd. Voor de één blijft dit een sage en voor de ander een stuk geschiedenis. Eén ding is zeker, de boomstam heeft de slagen overleefd.

Een lekkere mix.....

De jeugd heeft de toekomst..... momenteel zijn 4 jongens junioren D1 de uitdaging aangegaan, naast Kara en een viertal "kogelslingerdames", timmert er ook nog een bont gezelschap, bestaande uit: Oscar, Matthijs, Erwin, Tim en natuurlijk Max flink aan de weg. 2015 wordt ieder geval een bijzonder jaar met veel werp pr's indusief enkele megaklappers.

"De Kroket".

Tijdens wedstrijden gaat een broodje kroket er wel in, liefst met mosterd. Als je veel wedstrijden doet en kantines bezoekt, hoop je nooit een harige kroket tegen te komen. Je weet in ieder geval niet wat je ziet.(waar gebeurd; overigens niet bij SAV.)

Naast de bekende ijskar, bestaat er ook nog een snackwagen. Er zijn atleten, die de kantines ontwijken, omdat het aanbod te kort is.(waar of niet waar?) Overigens dit jaar was er weer vraag naar Uitsmijters.....(misschien volgende keer bestellingen doen via Facebook).

De werpclubrecordstand per 20-11-2014 staat op 626 stuks, met als gevolg weer een andere top 6.

- |    |                        |     |
|----|------------------------|-----|
| 1. | Vivian Brandhoff       | 79x |
| 2. | Tine Veenstra          | 71x |
| 3. | Hans de Vries          | 69x |
| 4. | Vincent Onos           | 67x |
| 5. | Yvette Bot – Vleerlaag | 60x |
| 6. | Richard Bot            | 50x |

Er is veel mogelijk bij SAV met de juiste trainer, als je er maar voor gaat. (slim Trainen)

Tot ziens bij de werpdrills....., Peter Olofsen

## *Schoonmaak rooster*

Sleutel bij Wil Groot  
Graaf Willemstr 227  
Tel. 511261

Riny Bakker  
Lelielaan 15  
Tel. 511850

8 december	Femke Lieke Sikkink	517681
	Maartje v d Tiel	515365

22 december	Riny Bakker	
	Wil Groot	

DE ACTIVITEITENCOMMISSIE  
PRESENTEERT:

# NIEUWJAARSGALA



DATUM: ZATERDAG 3 JANUARI 2015  
LOCATIE: SAV KANTINE  
TIJD: 20.00 UUR  
ENTRÉE: €5,- INCLUSIEF 1 DRANKJE  
DRESSCODE: GALA

GEEF JE OP VÓÓR 26 DECEMBER DOOR GELD OVER TE MAKEN NAAR:  
NL58RABO0117698520 tnv SAV ovv GALA 2015 + je naam

# De Jeugdhoek

## Belangrijke gegevens jeugdcommissie:

Informatie pupillen:	Carla Beertsen, 0229-758425 (na 19.00u) e-mail: jeugdcommissie@savatletiek.nl
Aan en afmelden wedstrijden Pupillen en junioren-CD:	Guislaine Zwagemaker-Konink (0228) 543327 e-mail: inschrijvenpupillen@savatletiek.nl
Informatie junioren-CD:	Margreet Broersen (0228) 516758 e-mail: contact@savatletiek.nl
Informatie trainingen:	Lillian Hauwert (0228) 519665
Vervoer pupillen:	Ariadne Mosselman 06-10499840 e-mail: dj.mosselman@quicknet.nl
Vervoer junioren-CD:	VACANT!
Informatie AB-junioren, senioren en Masters + inschrijven wedstrijden:	Margreet Broersen (0228) 516758 e-mail: contact@savatletiek.nl

## *Wedstrijdkalender:*

7 december	Duincross te Den Helder	SV Noordkop
7 december	Indoor junioren-CD te Amsterdam	Phanos
13 december	Indoor Gala te Alkmaar, alle categorieën	AV Hylas
14 december	St. Georgecross te Spierdijk	AV Hera
21 december	Indoor sprint jun-AB + senioren te Amsterdam	Phanos
26 december	Kerstcross te Spanbroek	AV Hera
31 december	Oudejaarsdijkenloop te Aartswoud	AV Hera
31 december	Sylvestercross te Soest	Pijnenburg
3 januari	Clubcrosscompetitie 2 in het Streekbos	SAV
10 januari	Regio crosscompetitie 2 te Castricum	AVC
11 januari	Egmond halve marathon	Le Champion
17 januari	Indoor D-spelen te Apeldoorn	AV'34
17 januari	NK cross te Kerkrade, dag 1	Achilles-Top
18 januari	NK cross te Kerkrade, dag 2	Achilles-Top
18 januari	Indoor C-spelen te Apeldoorn	AV'34
24 januari	PEC indoor junioren-AB te Apeldoorn	AV PEC 1910
25 januari	PEC indoor senioren te Apeldoorn	AV PEC 1910
31 januari	Clubcrosscompetitie 3 op en rond de baan	SAV

Meer informatie over deze en andere wedstrijden is terug te vinden op de website [www.savatletiek.nl](http://www.savatletiek.nl)



## Jarige pupillen en junioren-CD:

### **December**

11. Yoeri Dekker
12. Ella Mosselman
13. Twan Steur
14. Emma van der Thiel
15. Dylan Boot
18. Annemia van Diepen

23. Leonie Braakman
26. Anouk Bakker
28. Mariska Bosma

### **Januari**

01. Amber Wiersma
06. Teun van Westen
08. Noa Boots
12. Pien Boer
16. Stan Tool
17. Niels de Boer

17. Eline Zwagemaker
24. Brian Glas
26. Janlie Juckers
28. Merel Dekker
31. Laura van Langen

## *Wedstrijdverslagen + uitslagen*

### Clubkampioenschappen

Na een geslaagd pupillenkamp werd op zondag 28 september het baanseizoen afgesloten met de clubkampioenschappen. Het bijzonder fraaie najaarsweer zorgde er voor dat het lekker toeven was op het sportveld waar de pupillen ondanks de vermoeienissen en ook wel een beetje slaapgebrek toch fanatiek en met mooie prestaties streden om de titels. De dag begon echter met het hoogspringen van de DUO-meerkampers die door de pupillen luid werden aangemoedigd. Dat deed de atleten blijkbaar goed want een aantal pupillenbegeleiders, die nou ook niet bepaald veel geslapen hadden, wisten hun pr flink aan te scherpen. Zo vloog Oscar ineens over de 1.70m en werd met de 1.40m door Willem ook weer een nieuwe barrière geslecht. Uiteraard was Dave de beste met een sprong van 2.00m. Hij liet de lat daarna op 2.10m leggen, maar dat zat er deze keer niet in.

Om 12u mochten de "kleintjes" dan eindelijk zelf aan de gang. Veel nieuwe namen bij de mini's waar Melissa van Velzen en Max Preijer in hun allereerste wedstrijd al met de titel aan de haal gingen. Bij de C-pupillen veel strijd tussen de "gevestigde" namen. Vooral de meisjes gaven elkaar geen duimbreed toe al wist Madalynn de Jong met een fraai pr op de 600m ook de totaalwinst binnen te slepen. Sophie Le Blansch werd met slechts 7 puntjes minder tweede en Jinte Braas derde. Bij de jongens had Vasco Mosselman zijn ijzersterke 600m nodig om ook het eindklassement winnend af te sluiten. Jochem van Warmerdam bleek namelijk een taaie tegenstander. Het brons ging naar Aaron Ponne. Dat Debora van Langen afgetekend won bij de meisjes pupillen-B was geen verrassing. De tweede plaats van Damanja Reus ook niet, maar de strijd om plek drie was wel spannend. Rosalie van Leeuwen wist nieuwkomer Floor van Leeuwen daarin nipt te verslaan. Met drie nieuwe pr's was Senna Glas de beste bij de B-pupillen jongens met Tijmen Duivenvoorden op plek 2.

Maar liefst 17 meisjes bij de A-pupillen waar het podium eigenlijk al op voorhand vaststond. Laura van Langen, Ella Mosselman en Fee Mok hebben zoveel ervaring en klasse in huis dat alleen een blessure roet in het eten kon gooien. Dat gebeurde gelukkig niet, dus werd het goud, zilver en brons in genoemde volgorde binnengehaald. Eén jongedame wist echter toch knap dichtbij te komen. Met slechts één wedstrijd in de benen leverde Merel Dekker een vijftal puike prestaties waarmee ze knap vierde werd.

Ook bij de jongens geen verrassing met de winst van Merlijn Bosman, maar wat was de strijd om de overige podiumplaatsen spannend. Door zijn sterke 1000m ging het zilver naar Kay Ruiter. Zeven puntjes later bezette Brian Glas de derde plaats waarvoor Stef de Jong uiteindelijk maar drie puntjes tekort kwam!

En dan de junioren waar een ontketende Kara Zwagemaker met maar liefst 4 pr verbeteringen het beste D-meisje was. Zij versloeg daarbij Luna Braas en Shauna Coffey-van Dongeren die tweede en derde werden. Noa Boots bezette kort daarachter als nieuweling knap de vierde plaats. Tijmen van Leeuwen had zijn goede 1000m nodig om zich de sterke werper Erwin van Sijm van het lijf te houden

en daarmee de winst op te strijken. Dennis Ravenstijn deed nog een verwoede aanval op het brons maar zag dat uiteindelijk toch naar Pieter Karel gaan.

Niet heel veel C-junioren, maar de meisjes maakten veel goed met hun zeer spannende strijd die pas op de 600m beslist werd. Lotte van Diepen trok aan het langste eind voor Femke Sikkink en Leonie Wierenga. Bij de jongens was Joeri van Rijswijck een klasse apart een ook de tweede plaats van Kevin Pronk was niet verrassend. Spannend werd het wel om plek drie, een strijd die Remco Timmerman in zijn voordeel besliste.

Ondertussen werkten de DUO-meerkampers gezamenlijk hun zeven nummers af. Daarbij werd er vaak van koppositie gewisseld en was het een stuk spannender dan vorig jaar. Na de winst van Dave Brandhoff bij het hoogspringen, waar B-juniore Eva Koopman 1.60m overbrugde, werd de 100m in 12.13 een prooi voor Nick Wildöer. Met een uiterste krachtsinspanning wist hij André Laan voor de te blijven. Het kogelstoten werd met 13.17m gewonnen door Matthijs Jong terwijl eerstejaars B-juniore Aukje Bakker verraste met een stoot van 11.84m. De 800m werd uiteraard een prooi voor Willem Dudink die 1 seconde boven de 2 minutengrens uitkwam. Heleen Wildöer was met 2.17.71 eveneens knap snel. Bij het verspringen reikten de lange benen van Dave het verste met een afstand van 6.02m terwijl Judith de Jager voor het eerst de 5m grens passeerde. Met 5.12m had zij een dik nieuw pr. De klap viel echter bij het discuswerpen, gewonnen door Kjell Heinsius met een afstand van 42.82m, maar de 39.02m van Matthijs bleek achteraf de gouden worp. Bij de dames was er een fraai nieuw pr voor Caitlin Ketting die tot 27.87m kwam. Op de 2x200m deden Willem & Judith en Nick & Heleen nog verwoede pogingen om de nodige "extra" punten te veroveren. In hun ijver lieten Judith en Willem echter het stokje vallen en hoewel Heleen en Nick in 51.22 ijzersterk naar de winst liepen leverde het toch niet genoeg punten op voor een spectaculaire stijging. Het goud werd uiteindelijk veroverd door Matthijs en Eva terwijl Dave samen met Eva's zus Isabelle het zilver opeiste. Brons was er voor het koppel Oscar van Crimpen en de verrassend lichtvoetige Jasmijn de Jong. Deze jongedame doet eigenlijk nooit mee aan wedstrijden, maar liet hier zien dat zij toch echt wel wat in haar mars heeft. Willem en Judith werden vierde, André en Aukje vijfde, Kjell en Kim zesde, Nick en Heleen zevende, Jaap en Loes achtste, Daniël en Caitlin negende. Jammer was het wel dat vijf van de ingeschreven veertien duo's het zowel met als zonder afbericht af lieten weten. Het was super gezellig, dus hopelijk doen jullie volgend jaar wel mee!

Tot slot nog een tweetal prestaties van Dick Reus. Na het nodige blessureleed maakte hij zijn rentree met 9.63m kogel en 31.96m discus waarmee hij alweer aardig dicht in de buurt van zijn eigen clubrecords bij de M55 kwam.

Tussendoor werd het programma nog even stilgelegd voor een aantal huldigingen. Eerst werden de pupillen die in de prijzen waren gevallen in de "grote" finale naar voren geroepen. Daarna was er een kort woord van de voorzitter alvorens de wethouder sport van Stede Broec, de heer Nico Slagter, alle winnaars van een NK medaille kwam huldigen. Dertien atleten waren in totaal goed voor 25 medailles! Unicum waren natuurlijk de twee bronzen medailles die A-juniore Nadine Visser, het pareltje van SAV zoals de voorzitter dat verwoorde, veroverde op het WJK in het Amerikaanse Eugene. Helaas kon ze niet bij de huldiging zijn, maar moeder Jolanda nam trots de bloemen in ontvangst. Resumerend kunnen we zeggen dat het zeer geslaagde clubkampioenschappen waren die ondanks wat schoonheidsfoutjes vlot verliepen en waar de mooie prijzen trots in ontvangst werden genomen. Iedereen die op wat voor manier dan ook geholpen heeft, hartelijk bedankt! De uitslagen zijn terug te vinden op de website.

#### De gehuldigde atleten en hun prestaties

Nadine Visser	Goud NK indoor 60m hrd meisjes-A in 8.40 sec (Apeldoorn, 9 februari)
Nadine Visser	Goud NK indoor kogel meisjes-A met 12.44m (Apeldoorn, 9 februari)
Mirjam de Boer	Goud NK 10km op de weg V50 in 41.18 (Schoorl, 9 februari)
Yvette Bot-Vleerlaag	Goud NK kogelslingeren V40 met 39.26m (Eindhoven, 31 mei)
Yvette Bot-Vleerlaag	Goud NK gewichtwerpen V40 met 11.09m (Eindhoven, 31 mei)
Richard Bot	Goud NK kogelslingeren M40 met 44.31m (Eindhoven, 31 mei)
Yvette Bot-Vleerlaag	Goud NK werpvijfkamp V40 met 2764 pnt (Eindhoven, 1 juni)

Dave Brandhoff	Goud NK outdoor hoogspringen jongens-A met 1.98m (Amsterdam, 5 juli)
Nadine Visser	Zilver NK indoor ver meisjes-A met 5.94m (Apeldoorn, 8 februari)
Nadine Visser (m-A)	Zilver NK indoor 60m hrd vrouwen in 8.27 sec NJR (Apeldoorn, 23 feb)
Willem Dudink	Zilver NK indoor 4x400m mannen 3.21.91 (Apeldoorn, 23 februari)
Richard Bot	Zilver NK gewichtwerpen M40 met 11.94m (Eindhoven, 31 mei)
Richard Bot	Zilver NK werpvijfkamp M40 met 2936 pnt (Eindhoven, 1 juni)
Paul Olofsen	Brons NK indoor kogel voor studenten met 14.89m (Apeldoorn, 1 maart)
Nienke Tool	Brons NK indoor verspringen m-C met 4.98m (Apeldoorn, 19 januari)
Lieke Klaver	Brons NK indoor 60m meisjes-B in 7.85sec (Apeldoorn, 8 februari)
Jan Kreuk	Brons NK 10km op de weg M60 in 40.03 (Schoorl, 9 februari)
Edwin Sjerps	Brons NK indoor 1500m jongens-B in 4.17.82 (Apeldoorn, 9 februari)
Cees Meijer	Brons NK indoor voor M60 in 1.02.40 (Apeldoorn, 15 februari)
Hans de Vries	Brons NK kogelslingeren M60 met 29.05m (Eindhoven, 31 mei)
Hans de Vries	Brons NK Gewichtwerpen M60 met 10.51m (Eindhoven, 31 mei)
Hans de Vries	Brons NK Werpvijfkamp M60 met 2569 pnt (Eindhoven, 1 juni)
Cees Meijer	Brons NK outdoor voor M60 in 1.03.78 (Utrecht, 14 juni)
Lieke Klaver	Brons NK outdoor 100m meisjes-B in 12.38 sec (Amsterdam, 5 juli)
Lieke Klaver	Brons NK outdoor 200m meisjes-B in 24.77 sec (Amsterdam, 6 juli)
Nadine Visser	Brons WJK te Eugene (USA) op de zevenkamp met 5948 pnt (23 juli)
Nadine Visser	Brons WJK te Eugene (USA) op de 100m hrd in 12.99 sec NJR (27 juli)

#### Geslaagd junioren-AB en seniorenkamp in Bakkeveen

Vorig jaar november kwamen we op het idee om weer na lange tijd een kamp voor de wat oudere jeugd en senioren te organiseren. Toen nog geen idee wat we ervan moesten verwachten, hoeveel aanmeldingen we zouden krijgen en wat voor werk/geregel er allemaal bij kwam kijken. Maar op 3 oktober was het dan eindelijk zover. Met heel wat auto's gevuld met zo'n 48 man/vrouw zijn we die avond afgereisd naar Fryslân. Daar stond de koffie/thee en cake al klaar bij aankomst. 's Avonds werd er in het bos een spel gespeeld en rond een uur of 00.00 zaten we gezellig bij het kampvuur. Dit onder het genot van marshmallows en gitaarspel van muzikale atleten!!

De volgende ochtend werd er door diegene die wilden een duurloop afgewerkt. Na het ontbijt werd er een zeskamp gedaan op het terrein en in de middag liepen we naar het bos in het dorp, daar stond een survivalparcours welke we hadden afgehuurd. Bij terugkomst op het terrein was Piet Blokker een koppie komen halen. Hij was in de buurt en kwam even buurten, gezellig. 's Avonds werd er heerlijk gekookt door een aantal atleten, er werd een bonte avond gehouden waar iedereen aan meedeed en ook deze nacht stond het kampvuur weer vol te loeien.

Zondag met z'n allen opgeruimd en nog gesport op het terrein. Kortom een geslaagd weekend met een hoop lol, gezelligheid en sportiviteit. Iedereen hiervoor bedankt !!

Nicole, Anja, Kim en Addis

#### Yvette Bot-Vleerlaag verbetert clubrecord

Niet het kogelslingeren deze keer, maar het speerwerpen leverde Yvette Bot-Vleerlaag op 4 oktober tijdens een wedstrijd in het Zwitserse Yverdon een clubrecord V40 op. Na afloop baalde Yvette wel een beetje dat er geen gewichtwerpen op het programma stond want dan had ze het clubrecord op de werpvijfkamp ook flink verbeterd. Vooral omdat de slingerkogel op 39.54m landde, de kogel op een season best van 8.87m uitkwam, de discusafstand 22.12m was en ze bij het speerwerpen 25.80m liet opmeten. Maar omdat er verdere slinger- en discusworpen naast de sector lagen, lijkt dat een kwestie van tijd!

#### Veel loopjes op 5 oktober

Het baanseizoen zit er (bijna) op, dus barst het weer los met allerhande loopjes en lopen.

Op zondag 5 oktober deden de SAV'ers mee aan de Bredase singelloop, de Agriport A7 Halve marathon, het Rondje Bergen en Westfries Gasthuis loop(t).

In Breda was er in het grote internationale gezelschap een topklassering weggelegd voor Ambroise Uwiragiye die de halve marathon in 1.06.23 aflegde en daarmee een dertiende plaats behaalde.

Hans Gottmer viel in Wieringerwerf net buiten de prijzen met zijn vierde plaats in 1.45.15 bij de M60.

Mirjam de Boer en Jan Kreuk gingen in Bergen op herhaling. Op de 10km wisten ze beiden hun overwinning van vorig jaar te prolongeerden. Mirjam was in 42.46 opnieuw de rapste bij de V45 terwijl Jan in 41.54 de snelste 60-plusser was.

De loop van het Westfries Gasthuis in Hoom kende dit jaar de afdeling oncologie als goede doel en meteen al tijdens de eerste loop van de dag ging de winst naar een SAV'er. Jinte Braas was tijdens de kidsloop voor 6 t/m 9 jarigen niet alleen alle meisjes maar ook de jongens te snel af. Bij de jongens mocht Twan Steur het podium betreden want hij werd derde. Eenzelfde klassering was er voor Pieter Buijsman die op de 10km voor mannen nog hard moest lopen om zich de 26 jaar oudere Ton Bosgoed van het lijf te houden. De uitslagen:

<b>Kidsloop 6 t/m 9 jaar meisjes</b>		<b>10km mannen</b>	
01. Jinte Braas	3.32	03. Pieter Buijsman	36.18
04. Sophie Le Blansch	3.52	04. Ton Bosgoed	36.36
05. Madalynn de Jong	3.55	10. Jeroen Dodeman	38.14
<b>Kidsloop 6 t/m 9 jaar jongens</b>		13. Ton Sjerps	39.53
03. Twan Steur	3.41	25. Frank Boon	42.29
07. Bram Steur	3.48		
12. Jason Voorhamm	4.06		

#### Trailrunners actief op de Hoge Veluwe

In het Nationale Park De Hoge Veluwe werd op 5 oktober een van de mooiste trails van Nederland gehouden. 16 Kilometers door de prachtige ongerepte natuur met daarin een aardige verzameling trappen en als "toetje" 3km zand aan het eind.

Van SAV hebben zes vrouwen en drie mannen met heel veel plezier deelgenomen. Zij lieten daarbij de volgende tijden noteren: Margret Koster 1.23.08; Rob Ruitenbergh 1.26.15; Robin van Kalsbeek 1.30.16; Margreet Broersen 1.30.43; Gerda Ruitenbergh 1.32.34; Annet Bleeker 1.34.29; Paula Mazee 1.34.57; Jeroen Bot 1.38.58 en Marloes Pieksma 1.42.25.

#### Fee Mok en Linda Reus snellen naar de winst bij Nadine OK Run

De zesde editie van de Nadine OK Run op 12 oktober in Scharwoude was voor de jonge SAV-jeugd en Linda Reus een succesvolle. Zo behaalde de piepjonge Melissa van Velzen op de 1,2km voor meisjes t/m 7 jaar in 5.58 een prachtige tweede plaats. Bij de jongens van 8 t/m 12 jaar leverden de amper 8 jaar oude Aaron Ponne en even oude Cas Huizinga flinke strijd om een plekje op het podium. Aaron trok in 5.12 aan het langste eind met een derde plaats terwijl Cas na 5.16 de vijfde plaats bezette. Bij de jongedames van 8 t/m 12 jaar was Fee Mok een maatje te groot voor de rest. Ze won in 4.27 en hoefde daarbij alleen de winnaar van de jongens slechts een paar tellen voor te laten gaan. Anna Huizinga liep ook sterk en zag haar inspanningen na 5.09 beloond met de vierde plaats.

Linda Reus vierde haar rentree met een klinkklare overwinning op de 5km voor dames die in 19.05 werd afgelegd. Hélène Schilder en Miranda Jonkman kozen voor de 10km waarvoor zij respectievelijk 1.04.26 en 1.09.02 nodig hadden.

#### Werpers scoren drie pr's in Krommenie

Op jacht naar nieuwe barrières hebben Kara Zwagemaker en Matthijs Jong op 18 oktober in Krommenie deelgenomen aan een werpwedstrijd die maar liefst drie pr's opleverde.

Zo verbeterde Kara (MD1) zich bij het kogelstoten naar een afstand van 9.63m en vloog de discus met 20.88m voor het eerst over de 20m. Bij het speerwerpen kwam ze tot 24.65m, haar op twee na beste prestatie.

Matthijs (JA1) won het kogelstoten met een afstand van 13.40m en werd tweede bij zowel discus als speer. Hij jaagt met de discus al geruime tijd op de 40m grens en hoewel er een nieuw pr uitrolde bleef hij met 39.47m toch net aan de verkeerde kant van het lijntje. De speer landde uiteindelijk op 49.90m.

#### Twaalf podiumplaatsen bij Parkcross

Met maar liefst 43 deelnemers was SAV op 26 oktober goed vertegenwoordigd tijdens de parkcross in Hoorn, traditiegetrouw de eerste wedstrijd uit het Roele de Vries crosscircuit. Dat de SAV'ers lekker uit

de voeten konden op het crossparcours in het Risdammerhout bleek wel uit de uitslagen. Zo was het meteen al twee keer raak bij de allerjongsten waar Jinte Braas won bij de meisjes terwijl Vasco Mosselman naar het zilver snelde bij de jongens. Damanja Reus werd helaas genaaid door de jury die haar niet als nummer drie over de finish zag komen! Bij de oudere meisjes zaten zoals gewoonlijk Fee Mok en Ella Mosselman elkaar weer flink in de haren. Dat viel deze keer in het voordeel uit van Fee die Ella in de strijd om de eerste plek nipt voor wist te blijven. Kara Zwagemaker zag haar vele kopwerk niet beloond en viel als nummer vier net naast het podium.

Jaap van der Thiel liep ook sterk en zag zijn inspanningen bij de jongens van 16 t/m 19 jaar beloond met een derde plaats.

Op de 5,5km voor dames was Heleen Wildöer de rapste SAV 'er, maar was het prijs voor Esther Veldhuis die tweede werd bij de V45 en werd er een dubbel gescoord bij de V55+ waar Ans Thole met de hoogste eer ging strijken voor Margreet Broersen.

Bij de mannen, die 7.8km voor de kiezen kregen, zette Koen Selie van alle SAV'ers de snelste tijd op de klokken maar was het Ton Bosgoed die bij de M45 naar het goud liep met Rob Schilder daar vlak achter op plek twee. Geen winst deze keer voor het SAV koningskoppel bij de M60+, wel zilver voor Jan Kreuk en brons voor Cees Meijer. De uitslagen:

<b>1km meisjes t/m 9 jaar</b>	<b>Tijd</b>	<b>5,5km V45+</b>	<b>Tijd</b>
01. Jinte Braas	3.56	02. Esther Veldhuis	24.26
04. Damanja Reus	4.15	05. Margret Koster	25.47
07. Kaitlijn Coffey-van Dongeren	4.25	12. Annette Bleeker	30.18
10. Sophie Le Blansch	4.34	16. Saskia Boon	31.01
13. Eline Zwagemaker	4.47	19. Miranda Jonkman	38.48
<b>1km Jongens t/m 9 jaar</b>		<b>5,5km V55+</b>	
02. Vasco Mosselman	3.34	01. Ans Thole	25.31
10. Twan Steur	4.24	02. Margreet Broersen	27.39
12. Bram Steur	4.28	<b>7,8km heren</b>	
13. Aaron Ponne	4.30	10. Koen Selie	29.04
<b>1km meisjes 10 t/m 12 jaar</b>		14. Sjaak Bakker	29.37
01. Fee Mok	3.23	15. Jaap Groot	29.42
02. Ella Mosselman	3.24	49. Daniel Hoenderdos	36.21
04. Kara Zwagemaker	3.37	<b>7,8km M35+</b>	
06. Annika Boogaard	3.55	04. Richard Kramer	29.23
08. Ciara Coffey-van Dongeren	4.05	<b>7,8km M45+</b>	
10. Tara Koomen	4.17	01. Ton Bosgoed	30.08
<b>1km jongens 10 t/m 12 jaar</b>		02. Rob Schilder	30.15
09. Kay Ruiter	3.31	10. Peter Dekker	31.30
<b>2,7km jongens 16 t/m 19 jaar</b>		29. Frank Boon	34.35
03. Jaap van der Thiel	9.31	49. Menno Reus	40.20
<b>5,5km dames</b>		<b>7,8km M55+</b>	
06. Heleen Wildöer	24.03	21. Hans Schouten	47.23
07. Linda Reus-Bakker	24.18	<b>7,8km M60+</b>	
17. Jacqueline Weel	27.55	02. Jan Kreuk	32.52
<b>5,5km V35+</b>		03. Cees Meijer	33.23
13. Pauline Appelman	30.18		
17. Marloes Pieksma	31.49		
24. Hélène Schilder	37.33		

## Unicefrun

Elke dag sterven er 18.000 kinderen door oorzaken die vaak makkelijk te voorkomen zijn. Elk kind dat sterft is er één te veel. Daarom gaan we voor nul. Het Unicef team Enkhuizen organiseerde op 26 oktober in en om het Streekbos de eerste Unicefrun van West-Friesland met als doel deze actie financieel te ondersteunen.

Er kon gekozen worden uit 10 Engelse mijlen of een 4km. Deze laatste afstand was vooral bij de vrouwelijke deelnemers erg in trek! De meeste SAV'ers zaten echter in Hoorn al was er een jonge atleet die "gewoon" allebei de loopjes deed: Aaron Ponne is de naam.

Jeroen Dodeman werd overall derde op de 10 EM en winnaar in zijn eigen leeftijdscategorie, de M45, waarbij Gertjan Klumpenhouter de tweede plaats opeiste.

Elizah van Roekel was het snelste meisje op de 4km voor 12-14 jaar terwijl Britt Mosselman bij de 15-17 jarigen overtuigend de beste was. De piepjonge Jochem van Warmerdam liep ook erg hard en werd als 8-jarige knap derde bij de jongens t/m 11 jaar. De uitslagen:

<b>4km meisjes t/m 11 jaar</b>	<b>Tijd</b>	<b>4km meisjes 15-17 jaar</b>	<b>Tijd</b>
06. Madalynn de Jong	25.04	01. Britt Mosselman	17.34
<b>4km jongens t/m 11 jaar</b>		<b>4km vrouwen</b>	
03. Jochem van Warmerdam	18.48	13. Judith de Jager	25.04
07. Aaron Ponne	20.22	<b>10 Engelse mijlen M45</b>	
<b>4km meisjes 12-14 jaar</b>		01. Jeroen Dodeman	1.04.44
01. Elizah van Roekel	24.33	02. Gertjan Klumpenhouter	1.05.07
		07. Koos Jong	1.22.24

## Caitlin Ketting wint werpdriekamp in Edam

Je kan ook teveel deelnemers hebben! De werpdriekamp op 26 oktober in Edam was in ieder geval erg goed bezet, maar om nou 30 meisjes-CD in één groep te stoppen was toch wel wat teveel van het goede. Het leverde in ieder geval flinke wachttijden op. Kara Zwagemaker was kort voor de aanvang van haar wedstrijd ook nog eens tot het gaatje gegaan tijdens de parkcross in Hoorn, dus moest ze haar verwachtingen wat naar beneden bijstellen. Toch wist de eerstejaars D-juniore in het grote veld na drie nummers een mooie vijfde plaats te behalen.

Caitlin Ketting was bij de meisjes-B na drie nummers zelfs de beste waarbij ze met 11.44m haar kogel pr tot op 3cm wist te benaderen.

Matthijs Jong en Oscar van Crimpen liepen bij de jongens-A tegen Denzel Comenentia op. Met andere woorden: geen schijn van kans dus. Toch zette vooral Matthijs een mooie serie neer met een speerworp van dik 50m en een discusworp van (helaas) net geen 40m. Oscar zag zijn speer net beneden zijn pr landen. De uitslagen:

<b>Meisjes junioren-D</b>	<b>Kogel</b>	<b>Discus</b>	<b>Speer</b>	<b>Totaal</b>
5. Kara Zwagemaker	8.86	19.64	22.26	1136
<b>Meisjes junioren-B</b>	Kogel	Discus	Speer	Totaal
1. Caitlin Ketting	11.44	25.22	28.29	1693
<b>Jongens junioren-A</b>	Kogel	Discus	Speer	Totaal
2. Matthijs Jong	12.90	39.27	51.22	1979
3. Oscar van Crimpen	11.88	-	44.51	1149

## Snelle Bram

Op 2 november, tijdens de eerste Robbenoorbosloop van het winterseizoen 2014-1015, heeft de net 8-jarige Bram Steur zich lekker uitgeleefd op de 4km. Hij liep knap vooraan mee met een groepje senioren om na 19.20 als nummer vijf binnen te komen. Broer Twan liet een tijd van 22.08 noteren waarmee hij twaalfde werd. Ook moeder Sylvia wist deze afstand met goed gevolg af te leggen. Zij had 37.25 nodig.

### Opnieuw 12x prijs in crosscircuit

De tweede cross uit het Roele de Vries crosscircuit, de cross in het Dijkgatbos te Wieringerwerf, is duidelijk een heel geliefde. De 30ste editie op 9 november mocht zich in ieder geval verheugen op flink wat belangstelling en niet alleen uit de regio! Ook bij de SAV-atleten was deze cross, waar het zoals gewoonlijk weer lekker ploeteren was geblazen, in trek met bijna 50 deelnemers.

De jeugd t/m 9 jaar beet de spits af en het was de felle Vasco Mosselman die zijn inspanningen beloond zag met een tweede plaats. Bij de meisjes liepen maar liefst twee SAV-atleetjes zich het podium op. Daarbij was het goud voor Jinte Braas en het brons voor Damanja Reus.

Ella Mosselman en Fee Mok kregen bij de meisjes van 10 t/m 12 jaar twee wat oudere en ook nog eens heel sterke tegenstandsters uit Friesland tegenover zich. Ella wist zich als nummer twee uiteindelijk het podium op te lopen, Fee viel er met een vierde plaats net naast. Datzelfde "lot" was weggelegd voor Bram Huizinga die bij de jongens ook op die vervelende vierde plaats terecht kwam. Op de 10km kwamen de hoge klasseringen op naam van de masters waarvan Ton Bosgoed tweede werd bij de M45 met Rob Schilder op plek drie en Peter Dekker op plaats vier. Het was deze dag trouwens wel een beetje een zilveren dag want Ton Sjerps werd tweede bij de M55 net als Jan Kreuk bij de M60 waar Cees Meijer het brons wegkaapte. Volgende week staat bij SAV in het Streekbos de derde cross uit het circuit op het programma. De uitslag:

<b>1000m meisjes t/m 9 jaar</b>	<b>Tijd</b>	<b>6km dames</b>	<b>Tijd</b>
01. Jinte Braas	4.27	07. Heleen Wildöer	25.50
03. Damanja Reus	4.51	08. Linda Reus-Bakker	26.00
05. Kaitlijn Coffey-van Dongeren	5.00	15. Jacqueline Weel	30.02
06. Sophie Le Blanch	5.01	<b>6km V35+</b>	
11. Eline Zwagemaker	5.53	08. Marloes Pieksma	32.54
16. Cerise Rood	6.16	<b>6km V40+</b>	
<b>1000m Jongens t/m 9 jaar</b>		09. Hélène Schilder	39.53
02. Vasco Mosselman	4.07	<b>6km V45+</b>	
04. Jochem van Warmerdam	4.41	02. Esther Veldhuis	26.41
05. Cas Huizinga	4.45	05. Ivonne Kramer	27.51
07. Aaron Ponne	4.49	06. Margret Koster	28.14
09. Bram Steur	5.04	13. Miranda Jonkman	43.41
10. Twan Steur	5.12	<b>6km V55+</b>	
<b>1500m meisjes 10 t/m 12 jaar</b>		01. Ans Thole	27.17
02. Ella Mosselman	5.09	<b>10km heren</b>	
04. Fee Mok	5.21	12. Sjaak Bakker	38.08
05. Kara Zwagemaker	5.32	13. Jaap Groot	38.09
06. Annika Boogaard	5.37	27. Koen Selie	44.25
08. Pien Frederiks	5.44	<b>10km M35+</b>	
10. Ciara Coffey-van Dongeren	5.56	06. Toine Groot	38.13
11. Anouk Schilder	5.58	<b>10km M45+</b>	
12. Anna Huizinga	6.00	02. Ton Bosgoed	38.24
16. Tara Koomen	6.45	03. Rob Schilder	38.32
18. Rilane Rood	6.53	04. Peter Dekker	39.17
<b>2000m jongens 10 t/m 12 jaar</b>		<b>10km M50+</b>	
04. Bram Huizinga	8.04	12. Frank Boon	42.52
07. Kay Ruiter	8.20	17. Menno Reus	52.10
<b>3000m meisjes 16 t/m 19 jaar</b>		<b>10km M55+</b>	
08. Britt Mosselman	13.05	02. Ton Sjerps	39.32
<b>5000m jongens 16 t/m 19 jaar</b>		<b>10km M60+</b>	
02. Edwin Sjerps	17.20	02. Jan Kreuk	42.06
<b>6km trimloop</b>		03. Cees Meijer	42.47
01. Willem Dudink	20.52		

### 322 Atleten trotseren de regen bij Streekboscross

Na al die mooie dagen was het op 16 november afzien geslagen in het Streekbos waar SAV de derde wedstrijd uit het Roele de Vries crosscircuit organiseerde. De regen kwam de hele wedstrijd, en ervoor en erna, met bakken uit de lucht zetten wat het vooral voor de vrijwilligers een zware dag maakte. Heel veel dank dan ook aan deze kanjers.

De atleten, die ondanks de slechte omstandigheden in grote getale acte de présence gaven, kregen een zware en gladde cross voorgeschoteld. Bij de vrouwen ging de winst overduidelijk naar Suzan Nieman van NOVA terwijl Hollandiaan Vincent Bruins bij de mannen wat meer tegenstand te duchten had, maar uiteindelijk wel aan het langste eind trok.

In eigen huis konden we deze dag van veel SAV successen genieten. Zo was het maar liefst viermaal prijs bij de dames waar Heleen Wildöer weer de rapste SAV-dame was maar Esther Veldhuis en Ans Thole naar fraaie overwinningen liepen. Esther deed dat bij de V45 waar zij Margret Koster als nummer drie op het podium terecht zag komen. Ans kwam uit bij de V55 waar Margreet Broersen het succes compleet maakte met een tweede plaats.

Bij de mannen was het in veel groepen eveneens feest. Zo streed Richard Kramer zelfs lang mee om de eerste plaats overall. Dat lukte net niet, hij werd derde, maar bij de M40 was hij wel overtuigend de beste. Verrassend was het optreden van Sjaak Bakker die kort achter Richard de meet passeerde en daarmee de beste was bij de mannen senioren. Ton Bosgoed wou niet achterblijven, maar diende bij de M45 wel af te rekenen met clubgenoot Rob Schilder. Het werd een spannende wedstrijd die Ton uiteindelijk in zijn voordeel wist te beslissen met Rob op plek twee. Die tweede plaatsen waren er ook nog voor Ton Sjerps bij de M55 en Jan Kreuk bij de M60.

Ook bij de jeugd flink wat succes al zag Jinte Braas bij de meisjes t/m 9 jaar deze keer de overwinning nipt aan haar neus voorbijgaan. Zij werd nu tweede met Damanja Reus opnieuw op de derde plaats. Na twee tweede plaatsen was het nu raak voor Vasco Mosselman die deze keer won bij de jongens t/m 9 jaar. Zus Ella was de sterkste bij de meisjes van 10 t/m 12 jaar waar een geblesseerde Fee Mok helaas niet mee kon doen. Kara Zwagemaker zag haar sterke race beloond met een derde plaats. Eenzelfde klassering was er bij de jongens van 16 t/m 19 jaar weggelegd voor Jaap van der Thiel. Alle uitslagen zijn terug te vinden op de website.

### Hoge klassering voor Mirjam de Boer in Zevenheuvelenloop

Mirjam de Boer, Tessa Beertsen, Marion Beertsen, Hans Hoogervorst, John Kok, Jeroen Bot, André de Wit en John Broersen hebben op een nogal frisse en regenachtige 16 november deelgenomen aan de overbekende Zevenheuvelenloop. Op het snelle parcours in Nijmegen was de hoogste klassering weggelegd voor Mirjam die in het sterke veld bij de V50 met haar vierde plaats net naast de prijzen greep. De uitslag:

<b>Naam</b>	<b>Cat</b>	<b>5km</b>	<b>10km</b>	<b>15km</b>
Mirjam de Boer	V50	20.55	41.46	1.02.17
Hans Hoogervorst	M45	24.30	47.51	1.10.35
John Kok	M50	27.01	52.12	1.16.56
Tessa Beertsen	Vsen	27.17	55.10	1.22.50
Jeroen Bot	M40	29.21	57.36	1.24.16
André de Wit	M50	29.44	58.21	1.26.33
John Broersen	M50	29.44	58.22	1.26.34
Marion Beertsen	V55	35.13	1.11.42	1.47.42

### Clubrecords van 2 oktober tot en met 19 november 2014

<b>Speerwerpen V40</b>	<b>25.80m</b>	<b>Yvette Bot-Vleerlaag</b>	<b>Yverdon (CH), 04-10-2014</b>
<b>35m MPB (incourant)</b>	<b>6.26</b>	<b>Debora van Langen</b>	<b>Halsteren, 25-10-2014</b>
<b>Hoog MPB</b>	<b>1.10m</b>	<b>Debora van Langen</b>	<b>Halsteren, 25-10-2014</b>
<b>35m MPA (incourant)</b>	<b>6.06</b>	<b>Laura van Langen</b>	<b>Halsteren, 25-10-2014</b>
<b>Hoog MPA</b>	<b>1.35m</b>	<b>Laura van Langen</b>	<b>Halsteren, 25-10-2014</b>
<b>Kogel MPA</b>	<b>10.10m</b>	<b>Laura van Langen</b>	<b>Halsteren, 25-10-2014</b>