

Sprinter februari/ maart 2011

Adres baan: Raadhuislaan 8, 1613 KR Grootebroek

Corr. adres: Postbus 178 1610 AD Bovenkarspel

Internet: www.savatletiek.nl

Redactie:
Jeugdhoek: Marica Onos, onos23@zonnet.nl (0229) 270142
Lief & Leed: Els van der Jagt, liefenleed@quicknet.nl (0228) 512612
Uitsmijter: Peter Olofsen (0228) 517124
De Baanhoek: Marica Onos, e-mail: onos23@zonnet.nl (0229) 270142
Advertentie beheer: Ger Heinsius, gpbneinsius@hotmail.com (0228) 516696
Afwerking / verspreiding: Ria Faber (0228) 317288
Vormgeving: Marjon de Haas (0228) 513916
Peperstraat 27, 1611 CM Bovenkarspel

Dagelijks Bestuur:

Voorzitter: Piet Blokker Sluisdeur 37, 1613 BH Grootebroek (0228) 514990
Secretaris: Lilian Blokker De Keur 10, 1611 JL Bovenkarspel (0228) 317754
e-mail: lilianendirk@quicknet.nl
Penningmeester: Abel el Amrani Middenweg 72, 1611 KP Bovenkarspel
e-mail: 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: Irene Hetteling (0228) 543943
De Buurt 46, 1606 AG Venhuizen
Opzegging lidmaatschap: schriftelijk bij de ledenadministratie, e-mail: ihetteling@quicknet.nl

Bankrelatie:

Postbank 2966548 / Rabobank 117698520

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

Wedstrijden : Pupillen: Paulien de Wit, 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 Ton Gobes (0228) 316403
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
Mini pupil	geboren in: 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.



Ton Gobes schrijft:

Langs deze weg wil ik graag nog even iedereen bedanken die er voor heeft gezorgd dat ik een prachtig afscheid heb gekregen als trainer van SAV.

Het was leuk om op mijn laatste woensdagavond training zoveel mensen bij elkaar te zien in de kantine .

Ik werd dan ook letterlijk en figuurlijk goed in de bloemetjes gezet.

Ook de diverse waardebonnen die ik mocht ontvangen zijn of worden nog goed besteed.

Het was goed om te horen dat de mensen die bij mij kwamen trainen op de woensdagavond en de zondagmorgen het zo naar hun zin hebben gehad tijdens mijn trainingen.

Ik heb het zelf dan ook altijd met heel veel plezier gedaan.

En ik mag wel zeggen dat ik ook van jullie heb genoten, er is altijd plaats geweest voor een lach en een traan.

Ik hoop dat het jullie allemaal sportief en gezond voor de wind mag gaan.

En jullie zullen mij echt nog wel eens een keer meemaken, als Dirk of Rene verhinderd zijn om de training te verzorgen.

Maar dan knijp ik jullie gewoon weer lekker af.

Het gaat jullie goed.

Met sportieve groet: Ton Gobes

Trainingsmomenten SAV

per 1 januari 2011

Maandag:	Groep	Trainer	locatie
18.00 – 19.00	selectietraining horden *)	Gerwin	Baan
18.15 – 19.15	MPA +JPA 2e jaars	Lillian + Robin	Baan
18.30 – 19.30	MPC/MPB	Carla + Martijn	Martinus
18.30 – 19.30	JPC + JPB+JPA1	Margreet/Linda	Martinus
19.00 – 20.00	selectietraining horden *)	Gerwin	Baan
19.15 – 20.00	Nordic Walking	Jetze Douwe	Streekbos
19.15 – 20.15	MJD + MJC + JJD + JJC	Lillian + Robin	Baan
19.30 – 20.30	selectie werpen *)	Peter	Martinus
19.15 – 20.15	Nordic Walking	Jetze Douwe	Baan
Dinsdag:			
09.00 – 10.00	Alg.training recreanten	Ron	Baan
19.00 – 20.30	Meerkamp ABjun.	Paul	Baan
19.15 – 20.15	JJD + JJC	Kay	Baan
19.30 – 20.30	Alg.training recreanten	Dirk V	Baan
19.30 – 20.45	Looptraining recreanten	René	Streekbos
19.30 – 21.00	Jun. AB/sen./masters MILA	Paul	Baan
Woensdag:			
18.15 – 19.15	MPB + JPB + MPA 1e jrs. + JPA	Paulien + John	Baan
19.15 – 20.15	MPA 2e jrs + MJD 1e jrs.	Paulien + John	Baan
19.00 – 20.30	Wandelgroep	Jetze Douwe	Baan
19.15 – 20.15	Alg. training recreanten	Ton + Dirk R.	Baan
19.15 – 20.45	Sprintgroep	Erick	Baan
19.30 – 21.00	Wedstr.atl.Mila/Lang	Cees	Baan
Donderdag:			
18.15 – 19.15	MJC + MJD 2e jrs	Margreet	Baan
19.15 – 20.45	Werpen Cjun/sen/masters	Peter	Baan
19.15 – 20.45	Jun. AB/sen./masters Allround	Paul	Baan
19.30 – 20.45	Middenlangtr. Alle jun.	Timo	Baan
19.30 – 20.45	Loopgroep	Hans	Baan
Vrijdag:			
13.30 – 15.00	Wandelgroep	Riny	Streekbos
19.00 – 20.00	Jongens C+D	Peter	Baan
19.15 – 20.15	Werpen CD jun. *)	Peter	Baan
19.15 – 20.30	JPA2 + JJD + JJC	Kay	Baan
19.15 – 20.45	Lange afst. recreanten	Robin/Dirk R.	Baan

Let op: de selectietrainingen zijn op uitnodiging *)

Zaterdag:			
11.00 – 13.00	Loopgroep	René	Streekbos
Zondag:			
09.00 – 10.00	Algemene training recreanten	Ton/Dirk R./René/Riny	Streekbos
11.00 – 12.00	jun. AB/sen./masters Allround	Paul	Baan
12.00 – 13.00	jun. AB/sen./masters Krachttrain.	Paul	Baan
13.00 – 15.00	Werptraining	Peter	Baan

Na de herfstvakantie schuiven alle groepen een categorie verder: Meisjes pupillen C wordt Meisjes pupillen B. Jongens pupillen A 1e jrs wordt Jongens pupillen A 2e jrs.

Kijk voor de laatste informatie op www.savatletiek.nl



Bestuurlijkheden



U heeft het natuurlijk allemaal gelezen en gehoord. Geen Sportploeg 2010. 19 Gouden medailles wogen niet op tegen dat ene doelpunt van Hollandia. Mislukte voorzet. Teleurgesteld waren we wel, maar we gaan voor revanche. Ook Marloes kwam net iets te kort om als sporttalent 2010 te worden gekozen.

En feesten doen we dit jaar toch wel. DIRK ROOD, wie kent hem niet, 50 jaar of iets meer?

Eerst 22 januari. Lieke Klaver GOUD en zilver en ook GOUD voor Michelle Oud.

Bij de AB-junioren waren er ook weer successen voor de SAV-ers. Gelukkig mocht ik hierbij aanwezig zijn. Zaterdag had Nadine al zilver bij de 60 m vlak. Zondag over dat hekje springen. GOUD en nog een zilver bij het verspringen. Zilver was er ook voor Marloes met die hekjes. Zilver voor Chrissie die over een latje sprong en tenslotte Brons voor Britte. Ik had de indruk dat ze eerst wat teleurgesteld was, maar dat ze nadat de tijden bekend waren trots was op haar bronzen plak. Niet iedereen kan winnen, dus die moeten dan weer getroost worden. Maar na het dal, komt de TOP weer dichterbij. En er zijn nog meer N.K.'s te gaan. U kunt de wedstrijden live volgen via de website van de Atletiekunie en ook staat het razendsnel op onze eigen website.

Er zijn leden die onze website nog nooit bekeken hebben. Schande! Via een link kunt u dan zo kijken hoe GOED onze jeugd is. Dus kijken.

Wist U dat die stukjes in de krant van de successen geschreven worden door de voorzitter van Hollandia? Mindert Mulder, bedankt voor al je mooie woorden en ga zo door (beter voor ons).

Bij de burens komt er een nieuwe voorzitter. Blijft die van ons wel!!! Lilian, Peke en Tom aftredend. Herkiesbaar?? Gaat de contributie nu met 15 of met 20 % omhoog of valt het mee. In ieder geval ben ik erbij op 18 maart in de kantine. Dat wordt vuurwerk (of een losse flodder?).

Mooie beplanting en verlichting bij de entree. Alles voor het feest. Heeft u zich al aangemeld? Onlangs ben ik benaderd door Edwin Schoofstra uit Bovenkarspel. Hij gaat de New York marathon lopen. Hij zoekt sponsors voor zijn missie: KIKA. In de kantine vindt u meer informatie over Edwin of kijk even op www.runforkika.nl/newyork. Alles voor het goede doel. Namens de kinderen: bedankt.

Ik zie u op 18 maart.

Groet, Piet

18 maart, 20.00 uur:
Algemene
Ledenvergadering

Van de redactie:

**Teksten inleveren voor het aprilnummer 2011:
t/m vrijdag 18 maart, komt uit in de week van 28 maart
Géén foto's in Word plakken,
maar los bijleveren in minstens 300 Kb**

Lief en Leed

In memoriam Piet Buis 1949-2011

Op maandag 31 januari is ons medelid en hartstochtelijk hardloper Piet Buis overleden.

Vanaf 9 mei 2010 hebben we de vertrouwde verschijning van Piet moeten missen op de baan en bij de "loopjes" van SAV. Hij werd toen getroffen door een zwaar herseninfarct.

Dit, nadat hem in december 2005 een tragisch ongeluk overkwam, waarbij hij ernstig hersenletsel opliep.

In de periode daarna herstelde hij bewonderenswaardig en deed o.a. weer aan "Schoorl" en de "Dam-tot-Damloop" mee. Dit vervulde hem met trots en blijheid.

Het mocht niet lang duren....

Het infarct in mei ontnam hem zijn vele talenten, waaronder het plezier in het lopen.

We zullen hem als een enthousiast SAV-er en goede loopmaat herinneren. Wij wensen zijn familie veel kracht en sterkte toe dit grote verlies te kunnen dragen.

.....



22 oktober 2011:
Feest SAV 60 jaar!

Schoonmaakrooster

Noteer dit in je agenda

21 februari
Paula Bot 563783
Ineke Coumou 313677

7 maart
Ellen Vriend 517396
Monique Buisman 512267

21 maart
Marga Homan 541685
Addis Riet 519523

Wil je ruilen, doe dit dan in overleg of een andere dag met de boven buurvrouw of onder buurvrouw.

De sleutel kan je halen bij Wil Groot
Graafwillemstraat 227

Tel: 511261

Of bij Riny Bakker

Lelielaan 15

Tel 511850



Van de Wandeltak:

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

Op de **maandagavond** is het **Nordic Walking** weer om 18.30 of om 19.15 uur op de Baan. Van tevoren even informeren naar de juiste tijd.

Voor iedereen die eens iets ander 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 is of Van een blessure herstellend zijn is deze vorm van bewegen een aanrader.

Probeer het eens!

Jetze Douwe





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 (0228) 522976
e-mail: paulien.sav@ziggo.nl
Margreet Broersen (0228) 516758
e-mail: broer715@planet.nl
Lillian Hauwert (0228) 519665
of Paulien de Wit (0228) 522976

Vervoer pupillen
Vervoer CD junioren

Vacant
Vacant

 Kijk voor meer informatie over trainingstijden en wedstrijden op www.savatletiek.nl

Wedstrijdkalender:

27 februari	Polderloop te Obdam	ARO'88
12 maart	Finale crosscompetitie te Amstelveen	Startbaan
19 maart	4de wedstrijd crosscompetitie SAV	SAV
30 maart	Rondje Lutjebroek	SAV
3 april	Trainingspakkenwedstrijd te Grootebroek	SAV
6 april	Rondje Grootebroek	SAV
10 april	Kloetloop te Grootebroek	SAV
13 april	Rondje Bovenkarspel	SAV
16 april	1ste wedstrijd CD competitie te Grootebroek	SAV

Data pupillencompetitie 2011:

21 mei, de eerste wedstrijd wordt thuis gehouden
18 juni, de tweede wedstrijd te Warmenhuizen
2 juli, de derde wedstrijd te Hoorn
17 september de finale in Den Helder

Voor de junioren-CD staan de volgende data op de kalender:

16 april, de eerste wedstrijd wordt thuis gehouden
14 mei, de tweede wedstrijd te Krommenie
25 juni, de gebiedsfinale te Heerhugowaard/Santpoort
10 september, de landelijke finale

Meer gegevens over deze wedstrijden zijn terug te vinden op www.savatletiek.nl

Verjaardagen maart:

03. Loes Essen	26. Nienke Tool
05. Donna Bakker	26. Koen Wester
07. Janet Beers	27. Kevin Edelschaap
07. Sarah Laan	27. Madelon van 't Hoff
12. Siebe Verheijen	27. Anne Homan
14. Demi Kunne	27. Jeanine Oud
25. Alet Juckers	30. Robin Venema
26. Amy Groen	30. Lotte Braakman
26. Matthijs Jong	30. Kara Zwagemaker



-vervolg Jeugdboek

Wedstrijdverslagen + uitslagen

Zaterdag **8 januari** vond de tweede wedstrijd van de districtscrosscompetitie plaats met deze keer camping Bakkum als wedstrijdterrein. AV Castricum tekende voor de prima organisatie terwijl de atleten zich met hun unieke startnummer, waar behalve een nummer ook de eigen naam op stond, uit mochten leven op het pittige, afwisselende crossparcours. De oliebollen waren zichtbaar goed verteerd want er werden diverse mooie prestaties neergezet door de SAV-atleetjes. Zo wisten drie personen een tweede plaats te bemachtigen waarbij C-pupil Ella Mosselman voor de spannendste wedstrijd zorgde. Pas met de finish in zicht moest Ella zich gewonnen geven, maar wat liet ze een strijdlust zien. Verrassend was het optreden van

Elise Schneider. Deze eerstejaars D-juniore was duidelijk in haar nopjes op dit parcours en drukte in de strijd om de tweede plaats haar neus net iets eerder over de streep dan haar tegenstandster. De derde tweede plek was voor B-juniore Heleen Wildoër die hiermee een plaatsje hoger eindigde dan de vorige keer. Jeanine Oud behaalde bij de meisjes-D2 deze keer een derde plaats terwijl Bente Reus en Joelle Wagemaker maar een neuslengte tekort kwamen voor een plaats bij de eerste drie. Vooral in de wedstrijd van Bente werd er op het scherpst van de snede gestreden. Wat zat er weinig verschil tussen de nummers twee t/m acht. Bente eindigde bij de meisjes pupillen-A2 uiteindelijk knap als vierde net als Joelle dat deed bij de meisjes pupillen-B. De uitslag:

4000m jongens-B	Tijd	1500m meisjes-D1	Tijd
09. Dennis Sjerps	18.54	02. Elise Schneider	6.41
2500m meisjes-B		1250m meisjes pupillen-A2	
02. Heleen Wildoër	11.00	04. Bente Reus	5.44
3000m jongens-C		17. Lotte Runia	6.09
07. Edwin Sjerps	12.23	1250m jongens pupillen-A1	
2000m jongens-D2		30. Will Mok	6.56
10. Sam Volten	8.47	1250m meisjes pupillen-B	
1500m meisjes-D2		04. Joelle Wagemaker	6.20
03. Jeanine Oud	6.43	1000m meisjes pupillen-C	
11. Caitlin Ketting	7.34	02. Ella Mosselman	5.29
12. Demi Wagemaker	7.48	08. Fee Mok	6.11
14. Dana de Wit	7.59		



Veel pr's tijdens indoor Emmeloord

Op **15 januari** organiseerde AV NOP weer haar befaamde indoorwedstrijd in Emmeloord. Onder de deelnemers ook een groepje SAV'ers waarvan Aniska Sinnige het meest opviel met haar drie (vette) pr's en een eerste plaats op de meerkamp bij de meisjes pupillen-A1. Bij de meisjes pupillen-A2 was Lotte Runia erg rap op de 60m maar was het Lotte van Diepen die zich in de schijnwerpers plaatste met haar dikke pr's op alle nummers.

Losse nummers bij de junioren waar Merel Sinnige bij de meisjes-D1 het hoogspringen won. Zij overbrugde net als de nummers twee en drie de 1.25m, maar had daarvoor de minste pogingen nodig. Bij het kogelstoten kwam ze tot 9.41m, net beneden haar pr maar wel goed voor het zilver. Ook plaatste zij zich na 9.56 in de series van de 60m voor de finale waarin zij met 9.49 vierde werd. Nienke Tool noteerde een tijd van 9.67 op de 60m, wat net niet genoeg was

voor de finale. Bij het kogelstoten verpulverde zij haar pr met een prachtige afstand van 8.92m waarmee zij voor de zoveelste keer op die inmiddels zo gehate vierde plaats eindigde. Het hoogspringen liep met 1.15m deze keer iets minder. Loes Essen liep voor de eerste keer een 60m horden die zij na 14.06 beëindigde. Bij het hoogspringen bleef ze op 1.10m steken maar haar 7.53m bij het kogelstoten betekende een flinke verbetering van haar pr.

Bij de meisjes-D2 verraste Dana de Wit met een flink pr in de series van de 60m. Tot haar grote verrassing bleek dit ook nog eens goed ter zijn voor een plaatsje in de finale waarin ze met 9.93 vierde werd. Ook bij het hoogspringen was er een nieuw pr. Net als Jeanine Oud ging zij namelijk over de 1.20m, goed voor opnieuw een (nu gedeelde) vierde plaats. De 60m horden leverde haar na 13.12 zelfs nog een bronzen medaille op. Een succesvolle indoorwedstrijd dus voor



-vervolg: Jeugdboek

Dana die Jeanine in 12.87 het zilver zag winnen op de 60m horden. Voor Jeanine was er met een afstand van 7,36m ook nog een indoor pr bij het kogelstoten. Op dit nummer haalde Demi Wagemaker uit door voor het eerst de 7m lijn te passeren. Met 7.06m verbeterde zij haar beste prestatie ooit met bijna een halve meter. Verder sprong ze nog 1.15m hoog. De uitslagen van de pupillen:



Meisjes pupillen-B	40m	Hoog	Kogel	Totaal
15. Joelle Wagemaker	8.03	0.75	3.31	727
Meisjes pupillen-A1	60m	Hoog	Kogel	Totaal
01. Aniska Sinnige	10.46	1.10	5.97	1230
Meisjes pupillen-A2	60m	Hoog	Kogel	Totaal
09. Lotte Runia	9.89	1.00	6.07	1247
11. Lotte van Diepen	10.01	1.10	4.86	1224

Nationale titels voor Lieke Klaver en Michelle Oud

Zaterdag **22 januari** werden in het Omnisportcentrum te Apeldoorn de nationale indoor CD-spelen gehouden. Van SAV waren er zes kanjers, te weten Lieke Klaver, Dana de Wit, Demi Wagemaker, Merel Sinnige, Michelle Oud en Edwin Sjerps, geaccepteerd voor deze (officieuze) Nederlandse kampioenschappen voor junioren-CD. Voor twee van hen betekende het een debuut op een NK en voor eentje was het zelfs de eerste indoorwedstrijd.

Kans op een hoge klassering was er ook en wel in de persoon van Lieke Klaver. Vorig jaar won zij bij de meisjes-D1 zowel de indoor- als outdoortitel op de 60m en ook nu was zij de favoriete. Heel knap zoals ze dat ook waar wist te maken, want je moet het toch wel doen. Lieke, nu uitkomend bij de meisjes-D2, deed het echter. In de series liet zij met 8.49 een nieuw pr en clubrecord noteren om deze in de finale met 8.45 alweer naar de prullenbak te verwijzen. Daarmee was de titel en de bijbehorende overwinningsbeker voor de derde keer op rij voor haar. Als kers op de taart volgde daarop nog het zilver bij het verspringen. Op dit nummer was ze bepaald geen favoriete, zelfs geen medaillekandidate, maar Lieke dacht daar duidelijk anders over. Ze verpulverde haar pr en verbeterde met 4.73m en passant ook nog eens het clubrecord, waarna zij voor de tweede keer op het podium plaats mocht nemen. Susan Reus raakte zo in korte tijd na 22 jaar (!) twee clubrecords kwijt.

Een buitengewoon verrassende eerste plaats was er voor Michelle Oud. Deze C-juniore kwam eigenlijk voor de 60m horden, maar zag haar



grootse plannen gedwarsboomd door de griep van de week ervoor. Wel liep ze in de series met 9.59 naar een mooi pr en behaalde zij in de finale met 9.68 een eervolle vijfde plaats, maar het was niet helemaal wat ze in gedachten had. Toen was daar echter het kogelstoten. Zonder al te grote verwachtingen stond ze daar om met een nieuw pr van 11.11m de wedstrijd te beëindigen. Zulke cijfers mogen toch alleen maar bij een eerste plaats behoren en dat deden ze dan ook. Goud dus voor een dolgelukkige Michelle.

Voor Edwin Sjerps betekende het zijn eerste kennismaking met een indoorbaan. Geen twee, maar vier rondjes nu en dat is toch wel wat anders dan op de baan. Hij liep bij de jongens-C1 echter een keurige 800m en werd in de tijd van 2.26.69 netjes elfde.

Merel Sinnige (m-D1) zal op meer gehoopt hebben, maar het verspringen lukte deze keer niet zo goed als eerder dit seizoen en eindigde na 3.90m. Bij het kogelstoten rook ze aan een prijs, maar met een afstand van 8.91m moest ze uiteindelijk genoegen nemen met de vierde plaats.

Dana de Wit (m-D2) liep een hele goede 60m horden waarop ze met 12.36 haar pr flink aanscherpte. De 600m ging, mede door het lange verblijf in de callroom, in 2.20.11 wat minder lekker. Ook Demi Wagemaker (m-D2) mocht op deze afstand in actie komen en deed dat met 2.12.18 heel verdienstelijk. Al met al een hele lange dag, maar wel een waar met veel voldoening op teruggekeken kan worden.

-vervolg: Jeugdboek

Gebroeders Jong succesvol in Drachten

De gebroeders Matthijs en Yannick Jong hebben op **5 februari** deelgenomen aan een indoorwedstrijd in Drachten.

Voor C-pupil Yannick was het zijn eerste kennismaking met een "echte" wedstrijd en met een vierde plaats op de driekamp kan hij terugzien op een uitstekend debuut. Zo liep hij 8.0 op de 40m, sprong hij knap 80cm hoog en stootte hij de bal (!) naar een afstand van 2.99m. Bij elkaar goed voor 701 punten.

Broer Matthijs is al wat meer gelouterd en behaalde op een overtuigende manier de winst op de driekamp voor jongens junioren-C. Hij liep hierbij 6.1 op de 40m, haalde 1.50m bij het hoogspringen en stootte de kogel naar 11.80m, wat hem een totaalscore van 1840 punten opleverde.

Clubrecords tot 7 februari 2011

60m meisjes-D	8.49	Lieke Klaver
Apeldoorn, 22 januari		
60m meisjes-D	8.45	Lieke Klaver
Apeldoorn, 22 januari		
Verspringen meisjes-D	4.73m	Lieke Klaver
Apeldoorn, 22 januari		



Jury Jury Jury Jury Jury

Beste SAV- en andere juryleden,

Ook dit jaar worden er weer een aantal wedstrijden georganiseerd door SAV. Schrijf de data van deze wedstrijden alvast in je agenda.

WEDSTRIJDEN:

27 maart	(zondag)	Dubbele kogelslingerwedstrijd
3 april	(zondag)	Trainingspakkenwedstrijd
16 april	(zaterdag)	CD-juniorencompetitie
13 mei	(vrijdag)	Avondinstuif Schadenbergcircuit
21 mei	(zaterdag)	Pupillencompetitie

Voor iedereen die nog steeds geen jurylid is, om wedstrijden goed te kunnen laten verlopen (en om niet steeds dezelfde SAV-/juryleden te hoeven vragen) zijn wij altijd op zoek naar nieuwe juryleden. Lijkt het je wel iets om tijdens de wedstrijden te helpen bij de diverse onderdelen geef je dan via onderstaand e-mailadres op voor jureren. Alvast bedankt.

Hans Bleeker
0228-519088
06-13801164
hansbleeker@quicknet.nl

Jury Jury Jury Jury Jury



De Baanhoek

wedstrijdnieuws



Inschrijven wedstrijden AB-junioren, senioren en masters:

Margreet Broersen,

0228-516758

broer715@planet.nl

Wedstrijdkalender :

26 februari	Indoor de Sluis te Hoogkarspel	SAV
26 februari	NSK indoor te Apeldoorn	AV Phoenix
27 februari	Polderloop te Obdam	ARO'88
27 februari	NK indoor masters te Apeldoorn	AV SISU
12 maart	Finale crosscompetitie te Amstelveen	Startbaan
13 maart	Beetskoogkadeloop te Oudendijk	IJscub Oudendijk
19 maart	4de wedstrijd crosscompetitie SAV	SAV
20 maart	Dijkenloop te Hoorn	Hollandia
27 maart	Zandvoort Circuitrun	Le Champion
30 maart	Rondje Lutjebroek	SAV
3 april	Trainingspakkenwedstrijd te Grootebroek	SAV
6 april	Rondje Grootebroek	SAV
10 april	Kloetloop te Grootebroek	SAV
13 april	Rondje Bovenkarspel	SAV

Competities 2011:

Meisjes junioren-A	15 mei eerste wedstrijd te Beverwijk 19 juni tweede wedstrijd te Heerhugowaard 4 september finale te Grootebroek???
Dames eerste divisie	8 mei eerste wedstrijd te Tilburg 5 juni tweede wedstrijd te Nieuwegein 26 juni derde wedstrijd te Zwolle 18 september promotie/degradatiewedstrijd
Dames + heren derde divisie	8 mei eerste wedstrijd te Alkmaar 5 juni tweede wedstrijd te Castricum (o.v.b.) 26 juni derde wedstrijd te Beverwijk 18 september promotie/degradatiewedstrijd



Meer gegevens over deze en andere wedstrijden zijn terug te vinden op

www.nkindoor.nl en www.savatletiek.nl



Wedstrijdverslagen + uitslagen

Clarholzer Hochsprungmeeting

In het Duitse Herzenbrock vond op **9 januari**

voor de 9^e keer de Clarholzer

Hochsprungmeeting plaats en weer was Chrissie Broersen van de partij. Na een lange wedstrijdloze periode viel de seizoenstart niet helemaal mee. Weliswaar werden zowel de 1,50m

als de 1,55m in één keer vlot overbrugd, maar daarna was de koek helaas op. De 1,55m was uiteindelijk goed voor een vierde plaats bij de meisjes junioren-A.

-vervolg de Baanboek

Jan Kreuk tweede in Egmond

Tijdens de 39^e PWN halve marathon van Egmond op **9 januari** heeft Jan Kreuk bij de M55 een eervolle tweede plaats behaald. De tijd lijkt maar geen vat te krijgen op Jan die het parcours door het Noord-Hollandse duinreservaat en over het Noordzeestrand in 1.26.36 af wist te leggen. Het was alweer wat jaartjes geleden dat Toine Groot (M35) meedeed, maar nu lukte het weer met een achtste plaats in 1.18.42 als resultaat. Robèr Stroet liet bij de M40 een tijd van 1.21.33 noteren, Esther Veldhuis kwam bij de V45 na 1.44.18 over de streep terwijl Marion Beertsen bij de V50 2.32.47 nodig had.

De recreatielopers waren met een flinke groep aanwezig waarvan Danny Hansen de rapste SAV'er was gevolgd door Gertjan Klumpenhouwer en Abdel el Amrani. De uitslagen van deze lopers/loopsters:



Danny Hansen	Halve marathon recreatie	1:31:57
Gertjan Klumpenhouwer	Halve marathon recreatie	1:35:35
Abdel el Amrani	Halve marathon recreatie	1:37:57
John Kok	Halve marathon recreatie	1:41:11
Piet Bergen	Halve marathon recreatie	1:42:09
Koen Essen	Halve marathon recreatie	1:51:50
John Broersen	Halve marathon recreatie	1:53:32
Co Reus	Halve marathon recreatie	1:54:28
Jeroen Bot	Halve marathon recreatie	1:56:18
Koos Pronk	Halve marathon recreatie	2:01:23
Pauline Appelman	Halve marathon recreatie	2:03:30
Henk van Veen	Halve marathon recreatie	2:06:04
Marielle Stap	Halve marathon recreatie	2:06:27
Ellen Garritsen	Halve marathon recreatie	2:07:31
Dirk L Vet	Halve marathon recreatie	2:37:03
Tessa Beertsen	Kwart marathon recreatie	1:07:55



Nadine Visser spectaculair van start

Nadine Visser, nu eerstejaars B-juniore, is het indoorseizoen spectaculair van start gegaan. Op **9 januari** toog zij naar het Duitse Dortmund om daar deel te nemen aan een super drukke en sterk bezette indoorwedstrijd. Op alle loopnummers alleen maar series op tijd, wel werden de besten bij elkaar ingedeeld. Zo kwam Nadine met de zesde inschrijftijd uit in de finaleserie van de 60m waarin zij zichzelf meteen al overtrof met een vet pr van 7.89 en een verrassende tweede plaats. Later op de avond stond er nog een 60m horden op het programma waarop Nadine haar pr met maar liefst drietiende van een seconde wist te verbeteren naar 8.62 sec. Hiermee verpulverde ze het clubrecord van Marloes Duijn en werd ze na een zeer spannende wedstrijd weer tweede. Met recht een super begin van het indoorseizoen dus.

Dames op dreef in Zoetermeer

In de kleine, maar zeer functionele hal van Ilion in Zoetermeer vond er op **15 december** weer een indoorwedstrijd plaats. Deze keer voor senioren en junioren-AB met de gezusters Marloes en Britte Duijn, Marieke Kok en Vivian Brandhoff aan de start. De wedstrijd vond gretig aftrek getuige de maar liefst 240 deelnemers waardoor het programma nogal wat vertraging opliep. Dit ook omdat het een instuifwedstrijd betrof en de organisatie vooraf niet gerekend had op zoveel deelnemers (normaliter zo'n 100!). Het programma begon met een 60m horden die Marloes met 8.92 meteen een A-junioren pr opleverde terwijl Marieke met een tijd van 9.61 ook voortvarend van start ging. Marloes plaatste zich hiermee bij de dames voor de A-finale terwijl de tijd van Marieke goed was voor de B



-vervolg de Baanboek

finale. In die A-finale behaalde Marloes in een nieuw pr van 8.91 uiteindelijk de vierde plaats terwijl Marieke zich in de B-finale met 9.53 flink wist te verbeteren en heel dicht bij haar twee jaar oude pr uitkwam.

Hierna mocht Vivian kogelstoten en met een stoot van 11.46m eiste zij de winst bij de meisjes junioren-A voor zich op. Tot slot nog de 60m waarop Britte een tijd van 8.30 en Marieke een tijd van 8.41 liet noteren.



Dames Beertsen in Vondelparkloop

Op **16 januari** was het Amsterdamse Vondelpark opnieuw het strijdtoneel van alweer de 37ste eBuddy Vondelparkloop. Driemaal Beertsen aan de start waarvan Tessa in 58.17 het rapste was op de 10km. Moeder Marion volgde in 1.02.15 terwijl zus Carla 1.04.47 nodig had. Zij steunden hiermee het fonds Gehandicaptensport dat sport voor alle gehandicapten mogelijk maakt.

Helaas.....

In een flink gevulde parkschouwburg in Hoorn werd op 16 januari de jaarlijkse sportverkiezing van West-Friesland gehouden met deze keer als thema "sport en gezondheid". Hierbij werd door gezondheid/voedingsexpert Floris Wardenaar onder andere ingegaan - uiteraard anoniem - op het voedingspatroon van de genomineerden. De enorme hoeveelheid kampioensmedailles ten spijt (19 gouden, 11 zilveren en 12 bronzen werden er dit jaar op nationale en internationale kampioenschappen gewonnen) ging de titel van sportploeg van West-friesland 2010 niet naar SAV maar naar de Hoornse voetbalvereniging Hollandia.

Ondanks een buitengewoon succesvol 2010 waren de vijf gouden kampioensmedailles en deelname aan het WJK ook voor Marloes Duijn niet voldoende om gekroond te worden tot sporttalent van 2010. Die titel ging naar schaatser/skeeleraar Maurice Vriend. Tja, het blijft appels met peren vergelijken. Zeker als je ziet onder wat voor moeilijke omstandigheden atleten vaak (zonder sponsors) hun ding moeten doen. Mijn persoonlijke mening is dan ook dat de atletieksport in West-Friesland qua aandacht toch wel een beetje ondersneeuwt ten opzichte van de aandacht die er is voor het voetbal en schaatsen (kijk maar eens naar de maandag sportbijlage van het NHD).

Goede indoorstart van Laura Zwaan

Vrijdagavond **21 januari** was er weer zo'n drukbezette avondinstuif in de indoorhal van Galgenwaard te Utrecht. Onder de deelnemers Laura Zwaan die haar snelheid testte op zowel de 50m als de 60m voor dames. Met tijden van 7.23 en 8.39, goed voor tweemaal een tweede plaats, kan zij tevreden op deze wedstrijd terugzien.

Clubrecordregen in Apeldoorn

De indoorwedstrijden op **29 januari** in het Omnisportcentrum te Apeldoorn hebben de SAV-atleten een groot arsenaal aan pr's en clubrecords opgeleverd.

Meteen het eerste nummer was het al raak. B-juniore Nadine Visser vloog namelijk weer over de hordes en beëindigde de 60m in 8.61 waarmee ze haar kersverse clubrecord uit Dortmund alweer naar de prullenbak verwees. Een serie later verscheen er voor Anna Sjoukje Runia met 9.13 ook een pr op de klokken. Helaas bleek dit na afloop net de 9de tijd te zijn waardoor zij niet doorging naar de uiterst sterk bezette finale waarin Nadine haar grote klasse bevestigde met een fraaie overwinning en alweer een verbetering van haar beste prestatie. Met haar 8.55 stootte ze zelfs als nummer vijf de Nederlandse top tien allertijden binnen. Voor A-juniore Marloes Duijn en seniore Marieke Kok bracht het hordenummer geen succes. Marloes haalde de finish niet en Marieke kreeg een DQ achter haar naam.

Ondertussen was Nadine aan het verspringen. Na drie rondes stond zij met een afstand van 5.48m aan de leiding om daar in de vierde poging vanaf gekegeld te worden. 'Dat nooit' moet Nadine toen gedacht hebben want zij haalde daarna ongenadig uit met een pr van maar liefst 5.73m. Dit was meteen goed voor clubrecords bij de meisjes-B, meisjes-A en dames. Ook bij het kogelstoten zorgde ze voor een uithaal. Met een stoot van 12.10m was ze maar liefst een meter beter dan vorig jaar. Een veelbelovend vooruitzicht dus voor het NK meerkamp. Chrissie Broersen heeft de schwung nog niet helemaal te pakken, maar kwam met 1.60m bij het hoogspringen voor meisjes-A wel alweer 5cm hoger dan in haar vorige wedstrijd. Hierna volgden de series van de 60m met een fraai pr voor Anna Sjoukje die bij de meisjes-B na 8.02 over de finish kwam. Zij plaatste zich hiermee wel voor de finale, alwaar de lange dag haar toch wat opbrak en ze na 8.14 als achtste over de finish kwam. Marloes had op dit nummer zonder hordes meer succes dan

-vervolg de Baanboek

met, want zij wist bij de meisjes-A haar serie te winnen in de nieuwe clubrecordtijd van 7.80 terwijl zus Britte in dezelfde serie met 8.22 een nieuw pr liet noteren. Voor Britte was het een opwarmertje voor de 400m terwijl Marloes een flink aantal uur later nog aan mocht treden voor de finale waarin zij in 7.83 de derde plaats bezette. Bij de dames een tevreden Marieke die met 8.37 haar dag goed afsloot. Op de 400m slechte Britte indoor voor het eerst de magische 60 secondegrens door na 59.57 te finishen. Zij is hiermee nog maar een halve seconde verwijderd van het clubrecord van Helen Hofstede. Tot slot nam Laura Zwaan nog deel aan de 400m voor dames. Zij trof het niet met de loting en kreeg de lastige baan 1 toegewezen. Toch werd het een spannende wedstrijd die voor Laura na 1.00.68 eindigde.



10km dames	Tijd
03. Mirjam de Boer (V45)	40.54
10km heren	
04. Koen Selie	34.10
06. Niels Slagter	35.53
07. Willem Dudink	38.17
09. Florens Kreuk (j-A)	38.35
10. Addis Riet	38.56

10km M35-45	Tijd
03. Robèr Stroet (M40)	35.27
04. Jeroen Dodeman (M40)	35.49
10km M45-60	
06. Jan Kreuk (M55)	38.14
08. Cees Meijer (M55)	38.32
10. Frank Boon (M50)	41.05
22. Jos Mathot (M50)	44.08



Succesvolle eerste dag NK met zilver voor Nadine

De eerste dag van het Nederlandse indoorkampioenschap voor junioren-AB op 5 februari in Apeldoorn is voor de SAV-atletes zeer succesvol verlopen. Het werd voor de jongedames een lange dag met series in de ochtend en halve finales/finales aan het eind van de dag, maar het begon goed en het eindigde goed.

Nadine Visser kwam als eerste aan de start en won in 7.90 overtuigend haar serie van de 60m voor meisjes junioren-B waarmee ze zich rechtstreeks plaatste voor de halve finale. Daarna was Anna Sjoukje Runia aan de beurt die na 8.11 als derde over de finish kwam en daarmee ook doorging naar de halve finales. Bij de meisjes junioren-A waren de drie series meteen de halve finale, dus was het zaak om

HUBO Kaagloop

De 24ste HUBO Kaagloop op 30 januari in Wervershoof werd dit jaar onder prima loopomstandigheden afgewerkt.

De wedstrijd over 10km leverde bij de dames succes op voor Mirjam de Boer (V45) die in het totaalklassement de derde plaats bezette. Suzan Nieman en Talissa van der Fluit, twee (veel) jongere atletes van AV Hera, namen de eerste twee plaatsen in beslag.

Bij de mannen ook winst voor een Hera-atleet en wel in de persoon van Ferdy van der Heide, die Leon Ineke van NOVA en Vincent Bruins van Hollandia voor wist te blijven. SAV-atleet Koen Selie bezette de vierde plaats. Ondanks dat er sneller gelopen werd dan in veel voorgaande edities hield het parcoursrecord van Dick Tesselaar uit 1989 (30.35) fier stand.

Een ereplaats was er nog voor Robèr Stroet die als 40-plusser bij de M35 de derde plaats bezette. De uitslag:

eerste of tweede te worden. Met 7.85 lukte dit Marloes Duijn probleemloos.

Heleen Wildoër was de voorgaande jaren nooit zo succesvol op de indoor. De droge lucht zorgde vaak voor ademhalingsproblemen, maar nu rekende ze met dit spook af. In 62.84 kwam de B-juniore als tweede in haar serie over de streep waarmee ze zich moeiteloos plaatste voor de volgende ronde. Hetzelfde gold voor Britte Duijn die bij de meisjes-A in 61.81 iedereen in haar serie haar hielen liet zien.

Toen werd het tijd voor de halve finales van de 60m met Nadine en Anna Sjoukje. Anna Sjoukje liep in de eerste halve finale wat minder dan in de series en werd in 8.19 vijfde. Helaas was dat net niet genoeg voor een plek in de finale. In de tweede halve finale vocht Nadine zich in 7.88 als eerste over de streep. Dit betekende voor haar



-vervolg de Baanboek

een nieuw pr en een plaats in de finale, die met een zestal loopsters binnen ééntiende van een seconde een zeer spannende aangelegenheid beloofde te worden.

In de halve finale van de 400m voor meisjes-B overtrof Heleen zichzelf met een prachtig indoor pr van 61.28 en aangezien ze in deze tijd tweede werd plaatste ze zich overtuigend voor de finale van morgen. Britte liet ook geen twijfel bestaan over haar bedoeling en liep bij de meisjes-A probleemloos naar de overwinning in haar halve finale. Met 59.41 liet ook Britte de klokken stilstaan op een pr.

Daarna spanning alom want na 6,5u was daar dan eindelijk de finale van de 60m. Het was aan de meisjes te zien dat de dag lang was geweest, al trok Nadine zich daar weinig van aan. Knap kwam ze achter tweedejaars B-juniore Tessa van Schagen als tweede over de streep waarbij ze in 7.88 haar kersverse pr evenaarde.

Voor Marloes was een podiumplaats niet weggelegd tussen het Nederlandse sprintgeweld en dat werd ook niet verwacht. Het voltallige bronzen estafetteteam van het afgelopen junioren WK finishte voor haar. Het werd dus een vijfde plaats voor Marloes die in 7.81 maar éénhonderdste boven haar kersverse pr en clubrecord bleef.



Vijf NK medailles op tweede dag

Met een achtste prestatie van 14 meisjes en twee meisjes die daar heel dicht op zaten, was kwalificatie voor de finale van het kogelstoten geen appeltje/eitje voor A-juniore Vivian Brandhoff. De tweede dag van het NK voor junioren-AB in het Omnisportcentrum te Apeldoorn ging echter voorspoedig van start want middels stoten van 11.48m en 11.79m wist Vivian zich als zevende te plaatsen voor de finale. Deze finale begon ze met stoten van 11.62m en 11.55m om daarna uit te halen met 12.22m. Dit betekende niet alleen een nieuw pr, maar ze steeg hiermee ook een plaats omdat ze de nummer zes van haar plek af stootte. Super gedaan dus.

Nadine Visser ging daarna gestaag door waarmee ze gisteren begonnen was. Goed presteren dus! Ze was op de 60m horden voor meisjes junioren-B ingedeeld in de eerste serie en won deze met grote voorsprong in 8.72 sec. In de derde serie verscheen Anna Sjoukje Runia aan de start. Zij

kwam helaas niet goed uit bij de eerste horde en liep de rest van de wedstrijd achter de feiten aan. Met 9.63 werd ze zesde in haar serie en daarmee uitgeschakeld voor de finale.

Na de hordes kon Nadine meteen door naar het verspringen waar ze met een sprong van 5.49m goed van start ging. De tweede poging sloeg ze over om zich in de derde poging te verbeteren naar 5.51m waarmee ze zich als nummer 2 plaatste voor de finale.

Ondertussen verscheen Marloes Duijn aan de start van de series 60m horden voor meisjes-A die ze beëindigde met winst in de tweede serie en een nieuw pr van 8.87 sec.

De finale van het verspringen werd een ongemeen spannende tweestrijd tussen de Zwolse atlete Inge de Wolf en Nadine waarbij Nadine steeds voor Inge moest springen. In de eerste finalepoging veranderde er weinig want Nadine kwam tot 5.42m terwijl Inge een ongeldige poging liet noteren. Daarna brak Nadine de wedstrijd open met een fraaie sprong van 5.70m waar Inge een daverende 5.75m op liet volgen. Een laatste alles of niets poging eindigde met een nul (wel een heel verre sprong, maar helaas nipt ongeldig) zodat Nadine voor de tweede keer dit weekend het zilver kreeg omgehangen. Als men dan weet dat de titel bij de oudere meisjes werd gewonnen met een afstand van 5.67m, dan zegt dit genoeg over de prestatie van deze twee eerstejaars B-juniore.

Kort hierna behaalde Chrissie Broersen een zilveren medaille bij het hoogspringen. Het werd bij de juniore-A geen hoogstaande wedstrijd, 1.60m was uiteindelijk voldoende voor een medaille. Omdat Chrissie die hoogte in haar eerste poging overbrugde, was het zilver voor haar.

Aan het eind van het lange weekend vonden de finales van de 60m horden en de 400 meters plaats met daarbij maar liefst vier atletes van SAV.

Nadine opende het bal op de 60m horden voor meisjes-B en verliet de arena terecht met het goud. Tegen haar grote klasse was niemand opgewassen en ze bleef in 8.62 iedereen dan ook ruim voor. Met eenmaal goud en tweemaal zilver was zij een van de grote smaakmakers van dit NK.

In de volgende finale, de 60m horden voor meisjes junioren-A, presteerde Marloes Duijn eveneens super. Achter de ongenaakbare Dafne Schippers, wereldkampioene meerkamp 2010, kwam ze namelijk als tweede over de finish in een dik nieuw pr van 8.78 sec. Hiermee bleef ze maar driehonderdste van een seconde

-vervolg de Baanhoek

verwijderd van het clubrecord dat op naam staat van Nicole Kroonenburg.

Voor het eerst stond Heleen Wildoër in een NK finale, maar na twee voorrondes 400m was de accu van de B-junioree blijkbaar leeg. Ze vocht voor wat ze waard was, maar meer dan een zevende plaats in 62.00 zat er niet in.

“Eindelijk” moet Britte Duijn gedacht hebben.

Bijna verlengde ze haar abonnement op de vierde plaats, maar met een laatste krachtsinspanning wist ze nipt de derde plaats in de wacht te slepen op de 400m voor meisjes junioren-A. Door ingediende en toegekende protesten werd deze finale in twee series gelopen en met de nodige meiden die aan elkaar gewaagd waren, werd het zo een lastige opgave voor Britte. Zij slaagde echter met glans want met haar 58.47 verpulverde ze niet alleen haar pr maar liep ze ook nog eens de clubrecords bij de meisjes-A en dames van Helen Hofstede uit de boeken.

Jongedames, jullie waren super! Allemaal van harte gefeliciteerd.

18 maart, 20.00 uur:
Algemene
Ledenvergadering



22 oktober 2011:
Feest SAV 60 jaar!

Clubrecords tot 7 februari 2011

60m horden meisjes-B	8.62	Nadine Visser	Dortmund, 9 januari
60m horden meisjes-B	8.61	Nadine Visser	Apeldoorn, 29 januari
60m horden meisjes-B	8.55	Nadine Visser	Apeldoorn, 29 januari
Ver m-B, m-A, dames	5.73m	Nadine Visser	Apeldoorn, 29 januari
60m meisjes-A, dames	7.80	Marloes Duijn	Apeldoorn, 29 januari
400m meisjes-A, dames	58.47	Britte Duijn	Apeldoorn, 6 februari

