

April - Mei - Juni 2009

AV Pijnenburg Soest



TNT Post
Port betaald

The Stretcher





Kleinegris Adviesgroep

Bosstraat 12, 3766 AG Soest
Postbus 95, 3760 AB Soest
Tel. (035) 6013260, Fax: (035) 6021519
E-mail: info@kleinegris.nl
Website: www.kleinegris.nl

Lid NBvA, Vereniging van onafhankelijke financiële en assurantieadviseurs.

VERZEKERINGEN

HYPOTHEKEN

PENSIOENEN

FINANCIERINGEN

BANKZAKEN

BELASTINGEN

FINANCIËLE PLANNING



**Kleinegris:
groots in
verzekeringen en
financiële zaken.**

En.... Voor alles geldt:
voor particulieren en bedrijven

THE STRETCHER

Cluborgaan van de Atletiekvereniging Pijnenburg Soest

Oplage 700

Verschijnt 5x per jaar

Aangesloten bij de Atletiekunie

22^e jaargang No. 2

Opgericht 1 januari 1984

BESTUUR

Voorzitter:	Jan Menne	Van Lennepleaan 70, 3768 XL Soest	Tel.: 6017972
Vice voorzitter:	Vacant		
Secretaris:	Dick den Oude	Nassauplantsoen 1, 3761 BH Soest	Tel.: 6019747
2 ^e Secretaris:	Marianne Verwoert	Parklaan 86, 3765 GK Soest	Tel.: 06 15616453
Penningmeester:	Everhard van Dijk	Inspecteur Schreuderlaan 124 Soest	Tel.: 6027915
Accommodatiebeheerder:	Jan Veen	Weegbreestraat 34, 3765 XW Soest	Tel.: 6017313
Lid namens Wedstr. Atletiek Commissie:	wisselend		
Lid namens Wedstrijd Org. Commissie:	wisselend		
Lid namens Jeugd Commissie:	Marcel Klarenbeek	Seminarihof 2, 3768 EE Soest	Tel.: 6030372
Lid namens Techn. Comm. Recr. Loopgr.:	André van Zadel	Valeriaanstraat 47 Soest	Tel.: 6021560
Lid namens Kantine Commissie:	wisselend		

ERELEDEN: Nelleke Boissevain, Hans Moerman, Ad Smits, Jan Veen en René van Zee.

LEDEN VAN VERDIENSTE: Marga Boeren, Gerard Boeren, Herma Boonstra, Marion van den Broek, Wim van Dorresteyn, Anton Gebbink, Marga Hulstede, Ben Kersbergen, An Klarenbeek, Wim Klarenbeek, Anita Klifman, Evert van 't Klooster, Elly Moerman, Henny Pot, Herman Schoemaker, Simon Schreur, Piet Valk, Trees Veen en Gé van Zal.

VERTROUWENSPERSOON

Monique Smits Beekeringhstraat 52, 3762 EX Soest Tel.: (privé) 6022552 Tel. werk: 6090424

KLACHTEN COMMISSIE

Ad Smits Korte Ossendam 40 Soest Tel.: 6014980
Gudula Stouthamer Scalmeijerpada 20 Soest Tel.: 6010923

COMMUNICATIEMEDEWERKSTER

vacature

MATERIALENBEHEER

Herman Schoemaker Braamweg 89, 3768 CE Soest Tel.: 6024802

RECLAMEBORDEN-SPONSORING

Ed Kokelaar Birkstraat 146A, 3768 HP Soest Tel.: 033-4631448

WEDSTRIJD-SECRETARIAAT

Pupillen/Junioren:	Jet Verheijen	Schriklaan 45, Soest (thuiswedstrijden)	jet.verheijen@xs4all.nl	Tel.: 06 23870322
Pupillen:	Marion v. Dorresteyn	Koninginnelaan 21, Soest (uitwedstrijden)	doehbt@versatel.nl	Tel.: 6013105
AB en Senioren:	Vincent Hofmann	Ruysdaelhof 10, Baarn (uitwedstr.)	vhofmann@hotmail.com	Tel.: 5430677
Lange afstandsgroep:	Adri van der Zon	Nachtegaalweg 34, Soest	wedsecia@avpijnenburg.nl	Tel.: 6013484
Jurycoördinator:	Alice van Beek	Gerrit v d Veenstraat 58, Soest	juco@avpijnenburg.nl	Tel.: 6035915

LEDEN-ADMINISTRATIE

Evert van 't Klooster Beekeringhstraat 54, 3762 EX Soest ledenadministratie@avpijnenburg.nl Tel.: 6021919

CONTRIBUTIE-INNING

Everhard van Dijk, Penningmeester Inspecteur Schreuderlaan 124 Soest Tel.: 6027915

POSTADRES

Secr. AV Pijnenburg
p/a Marianne Verwoert Parklaan 86, 3765 GK Soest secretariaat@avpijnenburg.nl Tel.: 06 15616453

ACCOMMODATIE

De atletiekaccommodatie van AV Pijnenburg is gelegen aan de Wiekslooterweg o.z. 10, 3766 LS Soest Tel.: 6010434

INLEVEREN COPIJ - LAY-OUT - ADVERTENTIES - DISTRIBUTIE

Gerard Boeren Schoutenkampweg 36, 3768 AE Soest redactie@avpijnenburg.nl Tel.: 6021171
gaboeren@tiscali.nl

DRUK

Dekker + van den Berg Belvedereweg 7, 3762 EE Soest Tel.: 6033164

REDACTIE THE STRETCHER

Gerard van den Berg	Kuipers Rietberghof 14, 3762 JS Soest	H.v.d.Berg90@kpnplanet.nl	Tel.: 6030391
Ria van Egdom	Fazantpad 49, 3766 JH Soest	ria.van.egdom@casema.nl	Tel.: 6020122
Gerard Boeren	Schoutenkampweg 36, 3768 AE Soest	gaboeren@tiscali.nl	Tel.: 6021171



WEDSTRIJD ORGANISATIE COMMISSIE

v_woc@avpijnenburg.nl

Marga Hulstede	Choristenpad 38 Soest	Tel.: 6011470
Michiel Kuper	Weegbreestraat 463 Soest	Tel.: 6014091
Philip Parlevliet	Claroenstekerp 27 Soest	Tel.: 6016096
Herman Schoemaker	Braamweg 89 Soest	Tel.: 6024802
Jet Verheijen	Schrikslaan 45 Soest	Tel.: 6030890
Vacature		

WEDSTRIJD ATLETIEK COMMISSIE v_wac@avpijnenburg.nl

Edcar Cukier (v)	Kerkpad zz 114	Tel.: 6017421
Berend Drenth	Braamsluiper 16 Maartensdijk	0346 213556
Vincent Hofmann	Ruysdaelhof 10 Baarn	Tel.: 5430677
Ben Kersbergen	Larixlaan 7 Soest	Tel.: 06 15951167
Adri van der Zon	Nachtegaalweg 34 Soest	Tel.: 6013484
Vacature		

AKTIVITEITEN COMMISSIE

Ingrid Blokzijl	Den Bliklaan 39 Soest	Tel.: 6015800
Marga Boeren	Schoutenkampweg 36 Soest	Tel.: 6021171
Marga Hulstede	Choristenpad 38 Soest	Tel.: 6011470
Henny van Leek	Beukenlaan 48 Soest	Tel.: 6010349
Ineke Schoemaker	Braamweg 89 Soest	Tel.: 6024802

SECRETARIAAT SYLVESTERCROSS

Sylvestercross Postbus 555 3760 AN Soest

oud papier

Piet Valk Gemshoorn 58 Soest Tel.: 6013423

AV PIJNBURG OP INTERNET:
www.avpijnenburg.nl

ADVERTENTIES

Hele pagina A4: € 210,= / jaar
Halve pagina A4: € 105,= / jaar
Kwart pagina A4: € 65,= / jaar

BANKGIRO

Bankgirorekening 315998601

CATAGORIEËN - LEEFTIJDEN

Pupillen D	Geboren in 2002
Pupillen C	Geboren in 2001
Pupillen B	Geboren in 2000
Pupil A 1 ^e jrs	Geboren in 1999
Pupil A 2 ^e jrs	Geboren in 1998
Junior D	Geboren in 1997 en 1996
Junior C	Geboren in 1995 en 1994
Junior B	Geboren in 1993 en 1992
Junior A	Geboren in 1991 en 1990
Senioren	Geboren in 1989 en eerder
Masters (M/V)	35 jaar en ouder

CONTRIBUTIE 2009

Pupil D	€ 122,= / jaar
Pupil A,B,C	€ 128,= / jaar
Juniores A,B	€ 152,= / jaar
Juniores C,D	€ 147,= / jaar
Senioren/Master	€ 164,= / jaar
Recreant	€ 131,= / jaar
Power-Walk	€ 131,= / jaar
Zaaltraining	€ 131,= / jaar
Gezinscontributie	€ 395,= / jaar
Studentenlidmaatschap op aanvraag	
Inschrijfgeld	€ 15,= Bij Zaal: € 10,=

JEUGD COMMISSIE

v_jc@avpijnenburg.nl

Marcel Klarenbeek (v)	Seminariehof 2 Soest	Tel.: 6030372
Ina Andriessen	Ereprijsstraat 71 Soest	Tel.: 6026219
Theo v. d. Beek (vv)	Gerrit v d Veenstraat 58 Soest	Tel.: 6035915
Marion v. Dorresteijn	Koninginnelaan 21 Soest	Tel.: 6013105
Henny Pot	Hommel 66 Soest	Tel.: 6024228
Jet Verheijen	Schrikslaan 45 Soest	Tel.: 6030890
Vacature		

JEUGD AKTIVITEITEN COMMISSIE

Alice van de Beek	Gerrit v d Veenstraat 58 Soest	Tel.: 6035915
Rian Biesterveld	Herderstaf 5 Soest	Tel.: 6017239
Marianne Jansen	Kolonieweg 2F Soest	Tel.: 6023671
Henny Pot	Hommel 66 Soest	Tel.: 6024228
Silvia van Zomeren	Ereprijsstraat 221 Soest	Tel.: 6018580
Vacature		

TECHN. COMMISSIE RECREATIEVE LOOPSTERS/LOPERS

André van Zadel (v)	Valeriaanstraat 47 Soest	Tel.: 6021560
Dymen van Emst	Het Oude Raadhuis 29 Soest	Tel.: 6017028
Sacha Hilhorst	Minstreeplpad 15 Soest	Tel.: 6025474
Loes Nel	Turfstreek 219 Soest	Tel.: 6010747
Marlon van Zal	Beetzlaan 78 Soest	Tel.: 6021605

KANTINE COMMISSIE kantine-commissie@avpijnenburg.nl

Gé van Zal (Voorz.)	T. Brandsmastraat 16 Soest	Tel.: 6011722
Gerard Boeren	Schoutenkampweg 36 Soest	Tel.: 6021171
Dineke Kleinekoort	Eigendomweg 146 Soest	Tel.: 6024273
Leo Kortekaas	Ericaweg 11 Soest	Tel.: 6012448

BARHOOFDEN:

barhoofden@avpijnenburg.nl

Marga Boeren	Schoutenkampweg 36 Soest	Tel.: 6021171
Gert de Bree	van Lennepaan 16 Soest	Tel.: 6016118
Wim van Leek	Beukenlaan 48 Soest	Tel.: 6010349
Wim Rademaker	Kerkpad NZ 6 Soest	Tel.: 5770871
Herman Schoemaker	Braamweg 89 Soest	Tel.: 6024802
Ineke Schoemaker	Braamweg 89 Soest	Tel.: 6024802
Joke van Zal	T. Brandsmastraat 16 Soest	Tel.: 6011722

ORGANISATIE SCHOOLSPORTDAGEN

Marga Boeren	Schoutenkampweg 36 Soest	Tel.: 6021171
Ria van de Broek	Gemshoorn 19 Soest	Tel.: 6026259
Anita Klifman	Patrijsgang 6 Soest	Tel.: 6023848
Mirjam Kortekaas	Ericaweg 11 Soest	Tel.: 6012448
Henny Pot	Hommel 66 Soest	Tel.: 6024228

Sluitingsdatum inleveren kopij

15 augustus 2009

Kopij getypt of digitaal (e-mail) aanleveren s.v.p.
Wacht niet tot de laatste dag!!

gaboeren@tiscali.nl

Foto's voorpagina The Stretcher

Linksboven	: De clinic met Aart Stigter voor de trainers
Rechtsboven	: Baanwedstrijd gehouden op 6-5-2009 bij A.V.Pijnenburg (recreanten)
Linksonder	: De viering v/d verjaardag van Iet Friele (80 jaar), zij is het oudste nog actief zijnde lid van de vereniging.

Opzeggen: Schriftelijk voor 1 juli of 1 december, uitsluitend bij Evert van 't Klooster (ledenadministratie).

VAN DE VOORZITTER

Er gebeurt heel wat in en om onze atletiekvereniging Pijnenburg. Neem nou die laatste paar weken. Ben Kersbergen en Paul Romein 29 april jl koninklijk onderscheiden in de raadszaal, het bevrijdingsvuur in de nacht van 4 op 5 mei door de Pijnenburgers en de Eemlanders door weer en wind en toch onberispelijk overgebracht van Wageningen, waar destijds de capitulatie werd getekend, naar Soest. Een bijzonder transport onder leiding van André van Zadel en Gé van Zal. De Soester Courant ruimde er op 6 mei zijn voorpagina voor in en terecht. En dan onze jongens van dat JKT3 Running Team: Koen Swart, Joël de Bree, Mart Reiling, Timo van Beek en Tim van der Hoeven. Die zorgden bij de Eemmeerloop voor een estafette van 50 km in 3.08.16. Rob Jansen trots en terecht. We bleven Baarn de baas. Wat niet altijd lukt. Op 6 mei op de eigen 5 km baan verloren we immers bij de recreanten! Onze masters olv Edgar Cukier behaalden verdienstelijk de 2e plaats bij de Eemmeerloop. Woensdag, 13 mei had Henny Pot weer haar eerste schoolsportdag, haar eerste in een lange reeks. Anita Klifman opende dit gebeuren weer wervelend en aanstekelijk voor de jeugd en voor ons. Op 14 mei was er dan die AV-dag voor alle (school) groepen 8 uit Soest en Soesterberg. 475 Kinderen van ca 12 jaar om even intensief aan Pijnenburg te ruiken. De plaatselijke pers drukte een aktiefoto af bij onze verspringbak, die binnenkort wordt aangepast aan de normen van de KNAU. De Van der Hucht Overhees won op dit onderdeel. 's Avonds hield Aart Stigter een inspirerende voordracht voor onze trainers. Eerst theorie binnen in de Pijnenburgt. Er werden redelijk intelligente vragen gesteld, wat ook wel werd verwacht met zoveel licenties bijeen. Daarna de praktijk op de baan. Ik heb het persoonlijk allemaal proberen te volgen. Wat niet meeviel, maar dat is logisch.

Toekomst

En wat staat ons intussen nog te wachten? Ook heel wat. 13 Juni de AVP-Clubdag. Als u onze website opslaat, kunt u er niet omheen: Lopen voor Pijnenburg. Loop 13 juni geld bij elkaar voor uw vereniging. Recreanten, ook Power-walkers en Nordic Walkers. Geen wedstrijd, eigen

tempo. De sponsorformulieren zullen u eind mei via de trainer worden uitgereikt. En noteert u al zovast: 26 Augustus de Gildeloop, 3 en 4 oktober de Clubkampioenschappen, 11 oktober de Bosmarathon en 31 december de Sylvester. De Stretcher en de Website (Chris Hulstede) houden u op de hoogte. En daar tussendoor speelt het project voor het niveau van de atletiek in Soest. De commissie voor het Middenterrein brengt u ook in deze Stretcher op de hoogte dmv de 3e Nieuwsbrief. We liggen op schema. O, u weet het, Pijnenburg ruist en bruist. Echter niets gaat vanzelf. Help ons daarom als vrijwilliger om alles gesmeerd te laten verlopen. In deze Stretcher zal Everhard van Dijk u namens het bestuur nog eens oproepen ons een handje te helpen bij allerlei activiteiten, de noodzakelijke en tijdige reanimatie niet uitgesloten. Ook de Atletiekunie laat ons heden weten, dat ze de status van vrijwilliger in de atletiek extra onder de aandacht gaat brengen. We hadden erom gevraagd. Waarvan akte.

Jan Menne



Foto impressie schoolsportdag



Keep your feet moving!

Leden van A.V. Pijnenburg ontvangen
10% Kassakorting
en sparen bovendien
5% extra loyaltypunten
op schoenen, kleding
en accessoires voor
zowel running als
nordic walking.

GRATIS
VOETEN
SCAN



INTERSPORT VAN DAM

SOEST VAN WEEDESTRAAT 62 • TELEFOON (035)6030004

"Voor een professioneel running advies gaat u naar Intersport van Dam!"

VAN DE REDACTIE (mei 2009)

Voor jullie ligt het tweede nummer van de Stretcher van 2009. We zitten inmiddels dik in mei, de tijd vliegt werkelijk. De meivakantie is alweer achter de rug en iedereen ziet nu waarschijnlijk uit naar de a.s. zomer-vakantie die over zo'n 6 weken aanbreekt. Dan is ook het loopseizoen afgelopen. Voor de 2^e keer zal deze zomer de accommodatie een aantal weken gesloten zijn. Degenen die voor een speciale wedstrijd of loop trainen, zijn dan weer even op zichzelf aangewezen.

Iemand die altijd een speciaal doel selecteert voor zijn marathons, is Jaap van de Berg. Was het hiervoor het project 'Gered Gereedschap', nu heeft hij zich tot ambassadeur van de trekvogelcampagne laten benoemen. Door hem per kilometer of hele marathon te steunen, help je het Flyways Fonds van Vogelbescherming. Jaap loopt dit jaar nog de marathons van Zuid-Afrika en Australië en loopt volgend jaar de marathon van Antarctica. Zo wil hij de **eerste** Nederlander worden die op alle continenten rennend de 42 km en 195 meter heeft afgelegd. Steun hem in zijn streven veel geld voor de Vogelbescherming bij elkaar te lopen. Volg de actie van Jaap via zijn weblog.

Een andere instelling die steun nodig heeft, is de Sylvestercross. Via een speciale nieuwsbrief heeft zij een oproep gedaan tot het aanbrengen van potentiële sponsors voor de Sylvestercross van 2009. Hopelijk heeft hun actie al tot concreet resultaat geleid. Graag brengen wij deze oproep aan de leden nogmaals onder uw aandacht.

Via aparte nieuwsbrieven en publicaties in de Stretcher worden jullie zo goed mogelijk op de hoogte gehouden van de ontwikkelingen m.b.t. de Herinrichting van de Atletiekaccommodatie Bosstraat (HAB). Op dit moment is het bestek voor de aanbesteding van die herinrichting in een beslissende fase. Dat moet ook wel, want de planning is dat gedurende de zomermaanden die herinrichting uitgevoerd wordt en zo goed als afgerond zal zijn rond eind september/begin oktober 2009. Een spannend traject. Houdt de ontwikkelingen in de gaten, uw medewerking kan gevraagd worden.

Verder wordt er in deze Stretcher aandacht geschonken aan het vertrek van D-loopster Bussaya Lertvilai en haar man Paul Christiaans, die na zo'n 13 jaar in Nederland te zijn geweest, terugkeren naar Thailand. Aan dit vertrek is een interview gewijd, waarin het waarom, hoe en wanneer etc. aan de orde komt. De D-groep zegt ze Vaarwel.

In maart vond de Jeugdcrossfinale plaats. Een geweldige happening welke door de A.V. Pijnenburg voortreffelijk is georganiseerd en tot een groot succes is gemaakt. Helaas werkte tijdens de finales van de kleinste jeugdgroepen het weer niet optimaal mee. Dat kon de kleine jeugd echter niet deren, want zij gingen er 'vol' voor. Zie het verslag.

Tot slot wensen wij iedereen een goede, fijne vakantie en een behouden thuiskomst.

Namens de Redactiecommissie, Gerard vd Berg.

Iet Friele 80 jaar!

Menigeen zal gemerkt hebben, dat er iets aan de hand was, op zaterdag 11 april j.l. Ja, onze Iet Friele (zie foto voorpagina) was jarig en werd 80 (ja, u leest het goed) **80 jaar**. Ze loopt al heel wat jaartjes in onze Powerwalk A groep. En ze loopt niet zachtjes, nee er moet wel **power** inzitten; ze is één van de snelste lopers van de groep.

Dus we hebben op zaterdag 11 april een speciaal loopje georganiseerd voor haar; ze vindt klootschieten erg leuk bijvoorbeeld, dus we gingen klootschieten en natuurlijk ook nog even versnellen, want anders heeft Iet niet getraind. Daarna hebben we met z'n allen nog gezellig nagekaart in "De Pijnenburgt" en daar hoort natuurlijk een mooi cadeau bij. We hadden een mooi fotoalbum voor haar gemaakt, met door iedereen zelfgemaakte kaarten en foto's tijdens trainingen, wandeltochten en andere happeningen. Voor Iet was het dé manier om haar verjaardag te starten.

Iet, we hopen dat je nog lang gezond en wel in onze groep blijft lopen.

Sacha en Marga
Trainsters Powerwalk A groep





Bettina Beauty Care

NATUURLIJK

MOOI!

Lekker ontspannen na het sporten!

— Pijnenburg — verwenbehandeling

(voor dames en heren)

Laat u gezicht eens lekker verwennen in een luxe salon
door gediplomeerd schoonheidsspecialiste Iris

Maak nu een afspraak voor een
ontspannende gezichtsbehandeling van ca. 90 minuten

Normaal € 50,-
Speciale Pijnenburgprijs

Nu **39,95**

BETTINA BEAUTY CARE • HARTWEG 70 • 3762 SG SOEST

T 035 603 11 93

WWW.BETTINABEAUTYCARE.NL • BETT@CASEMA.NL

*Actie geldt alléén bij inlevering van deze advertentie

TRAININGSTIJDEN

Per 1 april 2009

Pupillen:

Dinsdag	Baan	16.00 - 17.00 uur	Pupillen D	Silvia van Zomeren	035 6018580
Vrijdag	Baan	16.00 - 17.15 uur	Pupillen D	Silvia van Zomeren	035 6018580
Dinsdag	Baan	16.00 - 17.00 uur	Pupillen C	Silvia van Zomeren	035 6018580
Vrijdag	Baan	16.00 - 17.15 uur	Pupillen C	Silvia van Zomeren	035 6018580
Dinsdag	Baan	17.00 - 18.15 uur	Pupillen B	Vicky Somhorst	06-48703861
Vrijdag	Baan	16.00 - 17.15 uur	Pupillen B	Vicky Somhorst	06-48703861
Woensdag	Baan	17.00 - 18.00 uur	Pupillen A 1 ^e jaars	Tim Mout	06-10821687
Zaterdag	Baan	09.15 - 10.30 uur	Pupillen A 1 ^e jaars	Tim Mout	06-10821687
Dinsdag	Baan	18.00 - 19.00 uur	Pupillen A 2 ^e jaars	Joël de Bree	06-33222331
Zaterdag	Baan	09.15 - 10.30 uur	Pupillen A 2 ^e jaars	Joël de Bree	06-33222331

Junioren D1 + D2 (jongens en meisjes)

Dinsdag	Baan	17.30 - 19.00 uur	Mart Reiling	06-34195480
	Baan	17.30 - 19.00 uur	Susanne v d Hoeven	06-40519900
	Baan	17.30 - 19.00 uur	Arjen Groot	06-22970571
Donderdag	Baan	17.30 - 19.00 uur	Thijs Reiling	06-15100379
	Baan	17.30 - 19.00 uur	Niels Kleiweg	06-48321621
Zaterdag	Bos	09.15 - 10.45 uur	Verticale groep	
	Bos	09.15 - 10.45 uur	Hulpouder	



Junioren B/C/D (jongens en meisjes)

Woensdag	werptraining	18.30 - 20.00 uur	Richard van Egdom	06-43275514
Zaterdag	Baan	11.00 - 12.30 uur	Tim Mout	06-10821687

Junioren C (jongens en meisjes)

Donderdag	Baan	19.00 - 20.30 uur	Kees Suijkerbuijk	06-36044389
	Baan	19.00 - 20.30 uur	Rob Land	06-54224181
Zaterdag	Bos	09.15 - 10.45 uur	Verticale groep	
	Bos	09.15 - 10.45 uur	Hulpouder	

Junioren B/C (jongens en meisjes)

Maandag	Baan	19.00 - 20.30 uur	Marcel Klarenbeek	06-53978031
	Baan	19.00 - 20.30 uur	Theo van de Beek	06-53371279

Senioren/Junioren A/B:

Dinsdag	baan	19.00 - 21.00 uur	
Donderdag	baan	19.00 - 21.00 uur	Ben Kersbergen 06-15951167
Zaterdag	cross	09.15 - 10.45 uur	Verticale groep

Lange afstand:

Dinsdag	19.00 - 21.00 uur
Donderdag	19.00 - 21.00 uur
Zaterdag	09.15 - 10.45 uur

Trainers verticale groep zaterdagmorgen:

Kees Suijkerbuijk	06-36044389
Rob Jansen	06-51962228
Susanne van de Hoeven	06-40519900
Steeff Biesterveld	06-27038050
Rob Land	06-54224181

Recreanten:

Zondag	Looptraining	09.00 - 10.00 uur
Maandag	Power Walking	19.00 - 20.00 uur
Maandag	Looptraining	19.00 - 20.00 uur
Maandag	Nordic Walking	19.00 - 20.00 uur
Dinsdag	Zaaltraining dames	19.15 - 20.30 uur
Dinsdag	Looptraining	19.00 - 20.30 uur
Dinsdag	Nordic Walking	19.00 - 20.30 uur
Woensdag	Looptraining	19.00 - 20.30 uur
Woensdag	Looptraining	09.15 - 10.15 uur
Woensdag	Nordic Walking	09.15 - 10.45 uur
Donderdag	Looptraining	19.00 - 20.30 uur
Zaterdag	Looptraining	09.00 - 10.30 uur
Zaterdag	Power Walking	09.00 - 10.00 uur
Zaterdag	Nordic Walking	09.00 - 10.30 uur



AUTOMOBIELBEDRIJF
GEBR. VAN DER POW KRAAN

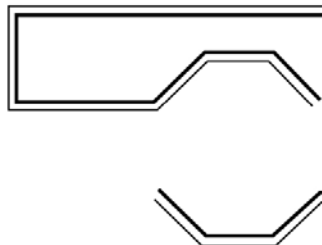
In- en verkoop van alle nieuwe en gebruikte auto's

Middelwijkstraat 40-42 • 3764 CG Soest • Tel: 035 - 601 42 89 • Fax: 035 - 602 34 31 • www.pouwkraan-bv.nl



SsangYong dealer van 't Gooi

SUBARU
specialist



aannemingsbedrijf
T.G.J. Hofstee b.v.



1^e Loswal 4 - 1216 BE Hilversum
Tel: 035 - 624 20 70 - Fax: 035 - 621 60 51
E-mail: info@tgjhofstee.nl
Website www.tgjhofstee.nl

Al meer dan 50 jaar een waarborg voor kwaliteit



ADVERTEREN IN DE STRETCHER IETS VOOR U?

De redactie van de Stretcher wil graag in contact gebracht worden met potentiële adverteerders.
Iets voor u, uw werkgever, vriend of familielid?

Mail de redactie: redactie@avpijnenburg.nl of bel 035 6021171



Ben de Bruin
rijwielspecialist

Gallenkamp Pelsweg 1, 3768 HT Soest-Zuid
Tel. 035 - 601 28 57 - Fax 035 - 602 97 26
(Maandag Gesloten) www.bendebruin.nl

AV PIJNENBURG CLUBDAG

13 juni 2009

Komt dat zien, dat doen, komt dat beleven!

Met als motto van deze dag:

Laten we allen om (aan) ons cluppie geven!

Wat te doen of waarom nog langer praten,
De Icesave-crisis treft ons niet meer, waarvoor zouden we het laten.

Onder de slogan: niets moet en (bijna) alles mag,
Levert dit hopelijk op jawel een mooi bedrag.

We starten rond de klok van negen (jawel 's ochtends) met daverend geweld onder de bezielende leiding van onze one and only DJ Rousseau, ook wel de Tiesto, of zoals U wilt voor "de oudere jongeren onder ons": de Joost den Draaier van de Lage Landen.

N.B.: verzoeknummers tegen ieder aannemelijk bod (harde valuta, autosleutels, creditcards, cakes, taarten, koeken, you name it!

Bakt allen: want dan laten we de kas lekker knallen!!

Dit allemaal om het spektakel nog verder op te leuken zijnde als:

Gekostumeerde (niet verplicht) sponsorloop voor jong en oud.

(O)pa's, (O)ma's, (klein)kinderen... iedereen is welkom

Met behulp van een rondekaart zal er op vrolijke wijze het spektakel worden gevolgd.
Iedereen loopt voor de club (dus onszelf) dus deze dag zijn/hebben we geen nummer.

De recreanten ("oudere jeugd "): (lopers, power & nordic walker) lopen van 09:00h tot ca. 10:15h in een eigen tempo om (hopelijk verkleed) zo veel mogelijk rondjes (sponsorgelden) te realiseren .NB.: alles is toegestaan: lopen, rennen, kruipen, schuifelen, met de rollator etc. etc. als het maar voor ons cluppie geld oplevert.

De "jongere jeugd" start om 10:15h en mag zich ook bewijzen in een uur.
Ook hier geldt: hoe leuker .. hoe beter (kleding en enthousiasme).

Op de prijzentafel is er zelfs nog (en die is toch wel redelijk vol) een prijs voor de leukste cq. gekste outfit van deze dag en niemand minder dan onze Fashion King, Rob, Umberto Tan, Jansen zal de prijsuitreiking verzorgen. (als je dan niet wilt winnen!??)

Komt allen in grote getale, dan kunnen we ons cluppie ook in de naaste toekomst blijven betalen!

Rekenend op eenieders enthousiasme en deelname,
moeten we het klusje toch wel met zijn allen kunnen klaren

Afkopen mag ook.. dan wel in harde valuta i.p.v. aandelen (resultaten uit het verleden..) maar die resultaten kunnen wij U wel garanderen!

Namens Ons Aller Commissies van AV Pijnenburg tot Pijnenburgs, tot 13 juni

OVERZICHT TRAINERS RECREANTEN:

Hans Afman	035-6019743
Herma Boonstra-Tuijtjens	035-6020226
Ad van den Brul	035-6015602
Etty Drenth-Edens	0346-213536
Liek van Dijk	035-6013069
Dymen van Emst	035-6017028
Anton Gebbink	035-6020292
Jan de Groot	035-6024061
Frans Hoeke	035-6021498
Chris Hulstede	035-6011470
Anita Klifman	035-6023848
Co Limburg	035-6021271
Jeff Mertens	035-6032632
Loes Nel	035-6010747
Hetty Oude Kempers	035-6029639
Jan Toscani	035-6947100
Piet Valk	035-6013423
Jan Veen	035-6017313
Wim van de Veen	035-6023245
Annet Verhoeven	035-6011411
Frans Verweij	035-6019946
Steven Vos	034-6354107
Frans Wisse	035-6021703
André van Zadel	035-6021560
Gé van Zal	035-6011722
Marlon van Zal	035-6021605
Silvia van Zomeren	035-6018580

POWERWALK:

Joke van Hamersveld	035-5261360
Lidy van Herwaarden	035-6014314
Sacha Hilhosrt	06-51234597
Marga Hulstede	035-6011470

NORDIC WALKING

Hans Afman	035-6019743
Ingeborg van Dijke	035 6028165
Dymen van Emst	035-6017028
Joke van Hamersveld	035-5261360
Loes Nel	035-6010747
Wil Suiker	035-6025284
Paul Vermeij	035-6010202
Jan Veen	035-6017313
André van Zadel	035-6021560

ZAALTRAINING

Sylvia Bloemsma	035-8880305
-----------------	-------------

WEDSTRIJD

Trainers Senioren.

Wim van Dorresteyn	035-6020727
Ben Kersbergen	035-6090770



Uitvaartverzorging Van Haren

Koningsweg 20, 3762 EC Soest

035-6014832

- ❖ Vooruit regeling van begrafenis/crematie
- ❖ Deposito (voor ouderen)
- ❖ Voor thuis opbaren koeling beschikbaar

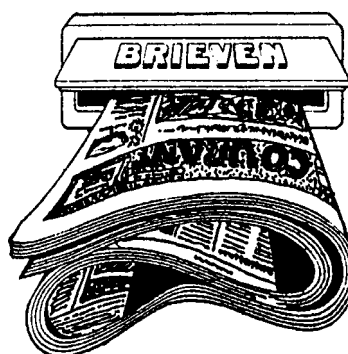
Rouw - en koffiekamers in ons uitvaartcentrum

Dag en nacht bereikbaar

Koningsweg 20, 3762 EC Soest
Telefoon.: 035-6014832

WIE VAN SOEST HOUDT,
LEEST DE

SOESTER COURANT



*Iedere week
boordevol sportnieuws!*

INLICHTINGEN:

TELEFOON: 035-6014152

Van Weestraat 227 - 3761 CD Soest

E-mail: soestcrt@wanadoo.nl www.soestercourant.nl

WERVING VRIJWILLIGERS

IS DIT NIET HEEL ERG VREEMD???

Iedereen weet inmiddels wel hoe belangrijk het is dat in geval van een hartproblemen calamiteit snel en goed wordt gehandeld.

Momenteel hebben naast de trainers ruim 60 leden een training gehad in reanimeren en het toepassen van een defibrillator.

AV Pijnenburg beschikt ook over een defibrillator die in geval van nood kan worden ingezet.

Wanneer wij praten met jullie zegt iedereen dat het heel, heel erg belangrijk is dat in geval van een calamiteit bij de training snel kan worden gehandeld, het zal jezelf maar over-komen, dan wil je toch geholpen worden.

Maar als wij vragen om deel te nemen aan een hiervoor in te richten nood-wacht, dan blijkt dat hiervoor veel te weinig animo is om het goed te kunnen opzetten.

Wij hebben ruim 800 leden, waarvan circa 600 leden die actief aan trainingen

deelnemen. Moet het dan zo moeilijk zijn om minstens 100 leden bereid te vinden om twee keer per jaar in "De Pijnenburgt" de wacht te houden om in geval van een calamiteit te kunnen uitrukken naar de plaats van het onheil. Dat is toch eigenlijk van de gekke.

Iedereen vindt het belangrijk, maar dat is niet voldoende. Jullie moeten je gewoon aanmelden!! Dat kan dus nu.

Ook in je eigen belang; schrijf nu in als lid van de noodwacht.

Wanneer we minstens 100 vrijwilligers voor de noodwacht krijgen dan hoeft iedereen maar twee keer per jaar wacht te houden tijdens trainingstijd. Dat mag dus ook geen belemmering zijn.

Het Bestuur van AV Pijnenburg.

TRAINEN OVERDAG

door André van Zadel

Alweer een paar jaar geleden zijn we bij AV Pijnenburg gestart met recreantentrainingen op een doordeweekse ochtend. Daar was toen veel vraag naar en die konden we gelukkig beantwoorden doordat er trainers beschikbaar waren. De keuze is toen gevallen op de woensdagochtend. Aanvankelijk alleen een loopgroep op A/B niveau, kort daarna is op diezelfde woensdagochtend ook een nordic walking groep gestart.

Beide groepen bestaan nog steeds, met een vrij constante opkomst. Zolang we daarvoor trainers beschikbaar hebben kunnen we die groepen dus in stand houden. Maar het trainen overdag lijkt steeds meer in de belangstelling te staan.

Althans dat valt af te leiden uit de vragen die daar regelmatig over worden gesteld.

De vraag is dus: kan er ook nog op andere dagen overdag training worden gegeven? Daar kan ik natuurlijk niet zomaar ja of nee op

zeggen, ik sluit het in ieder geval niet uit. Bij voldoende animo en vooral ook de constante beschikbaarheid van trainers zou het misschien best kunnen. Dat moeten we dus eerst goed in beeld hebben om er verder over te kunnen nadenken.

Daarom heb ik met de technische hulp van Chris een soort 'poll' op de website van AV Pijnenburg laten plaatsen. Daarin kun je anoniem aangeven wat je zou willen. De stelling is dus: stel dat AV Pijnenburg meer looptrainingen voor recreanten zou kunnen aanbieden op doordeweekse dagen, waar zou dan je voorkeur naar uitgaan? Vink de mogelijkheden aan en KLAAR.

De poll is te openen via de voorpagina van de website www.avpijnenburg.nl.

Over een maand zullen we de resultaten bekijken. Zodra er nieuws te melden is zal ik dat natuurlijk zo snel mogelijk doen.

NIEUWE ASSISTENT TRAINERS

door André van Zadel

Trainers kun je nooit genoeg hebben! Hoewel AV Pijnenburg zich al heel gelukkig prijst met rond 55 trainers en assistenten blijft het toch noodzakelijk om het trainersbestand van tijd tot tijd aan te vullen. Immers soms haken trainers af, anderen raken geblesseerd of kunnen om andere redenen (tijdelijk) geen trainingen meer geven. En een tekort aan trainers geeft talloze problemen. Gelukkig zijn we er weer in geslaagd om een aantal actieve lopers enthousiast te maken voor een cursus assistent trainer!

In de vorige Stretcher berichtte ik al over de start van de cursus waaraan 7 Pijnenburgers en 2 leden van Altis en AV Triathlon gingen deelnemen. De cursus was toen net gestart. Met de nodige hoeveelheid theorie afgewisseld met veel praktijk op de atletiekbaan werd al snel het stadium bereikt dat de cursisten zelf (delen van) trainingen konden gaan voorbereiden.

Oefenen, oefenen, oefenen en natuurlijk ook korte stages bij diverse loopgroepen; leuk om te zien hoe ze steeds gemotiveerder werden! De meeste loopgroepen zijn daar getuige van geweest.

Tegen het einde van de cursus volgde een toets, waarna trainer/cursusleider Ton Duits heel tevreden en natuurlijk ook een beetje trots kon vaststellen dat hij hen allemaal het certificaat kon overhandigen. Dat gebeurde na afloop van de laatste cursusavond, in aanwezigheid van bestuursleden en de trainerscommissie van AV Pijnenburg.

Met bloemen en natuurlijk symbolisch het omhangen van het trainersfluitje werd nog eens benadrukt hoe blij een vereniging kan zijn met mensen die zich extra willen inzetten voor het belang en doel van de club en daarmee natuurlijk voor al die enthousiaste sporters. Want dáár doe je het toch voor!



Onze kersverse assistent trainers Rina van den Brul, Marieke Geerligs, René Hilhorst, Anouk van Keken en Jos van Keken poseren samen met de TCRL. Hans van Hees en Patrick Kleinegris ontbreken helaas op de foto.

WERVING VRIJWILLIGERS

Zoals bij alle verenigingen is ook bij AV Pijnenburg de inzet van leden als vrijwilliger van essentieel belang voor het goed en financieel haalbaar kunnen functioneren.

AV Pijnenburg mag zich verheugen in een groot aantal vrijwilligers, maar toch is er bij ons voortdurend een soms bijna schrijnende behoefte aan inzet van vrijwilligers. AV Pijnenburg is een grote vereniging, ruim 800 leden, en heeft veel activiteiten waarvoor grote inzet van vrijwilligers noodzakelijk is. Het begint bij bestuurders; trainers; jeugdwerk; bediening in de kantine; wedstrijdorganisatie om maar een paar voorbeelden te noemen en eindigt bij incidentele hulp bij evenementen.

Je kan het vrijwilligerswerk, naar aard en opzet verdelen in drie groepen, te weten:

Vrijwilligers met structurele taken en verantwoordelijkheden.

Deze groep vrijwilligers bestaat uit de trainers; het dagelijks bestuur; bestuurders van de diverse commissies, de accommodatiebeheerder; de materiaalbeheerder en enkele bijzondere functies zoals administratie, ledenadministratie; communicatie (o.a. redactie The Stretcher en Website-master) ed. Deze taken stellen in meer of mindere mate verplichtingen aan de vrijwilligers en vragen veelal extra tijd en inzet. Dit is ook de reden dat we voor de trainers, waarvoor dit heel bijzonder geldt een, zij het beperkte, vergoedingsregeling kennen.

Vrijwilligers met een vast afgesproken takenpakket, die daarvoor indien noodzakelijk op afroep voor beschikbaar zijn.

Dit zijn vrijwilligers die voor verschillende operationele functies van de diverse commissie op afroep of op basis van een werkrooster beschikbaar zijn. Voor sommige van deze functies is een speciale opleiding vereist. Het gaat hier bijvoorbeeld om vrijwilligers die voor de wedstrijdorganisatie helpen als verkeersregelaar, jurylid; tijdregistratie; baancommissaris; wedstrijdsecretariaat ed., maar ook om vrijwilligers die voor de jeugd meewerken aan jeugdkampen; vervoer naar wedstrijden; schoolsportdagen ed. en om medewerkers die werken voor de kantinecommissie.

Vrijwilligers die op ad hoc basis, desgevraagd wel eens willen meewerken om te zorgen dat een bepaalde activiteit of evenement goed kan verlopen. Tenslotte zijn diverse "hand en spandiensten" die steeds weer moeten worden verzorgd voor diverse evenementen van de vereniging. Een goed voorbeeld daarvan is de organisatie van de Sylvestercross.

Voor al deze groepen is er voortdurend behoefte aan leden die zich daar voor willen inzetten en naar mate het vrijwilligerswerk meer verantwoordelijkheid en veelal ook tijd vraagt is het moeilijker hiervoor leden

bereid te vinden en dat is erg jammer. Met ons grote ledental en gezien de naar wij weten erg goede sfeer binnen de vereniging zou het toch geen probleem moeten zijn om voor de diverse functies en taken voldoende capaciteit beschikbaar te hebben.

We begrijpen ook heel goed dat veel leden gewoon weinig tijd hebben om zich als vrijwilliger voor de vereniging in te zetten en we begrijpen ook heel goed dat het mede daarom extra moeilijk is om vrijwilligers te vinden voor de hierboven onder 1. genoemde structurele taken en verantwoordelijkheden.

Vrijwilligerswerk is dan wel vrijwillig, maar zeker niet vrijblijvend.

Om toch leden eerder bereid te vinden voor structurele taken hebben we al als regel ingevoerd dat men als bestuurder voor drie jaar wordt benoemd en dat dit nog en keer voor drie kan worden verlengd. Dit voorkomt dat leden bang hoeven te zijn dat zij als zij zich bereid verklaren daar dan ook min of meer "levenslang" aan vast zitten.

Voor alle groepen van vrijwilligerswerk hebben we in meer of mindere mate dringend vrijwilligers nodig en om het rekruteren daarvan te stimuleren zullen we naast de al gebruikelijke methoden voor werving de volgende wervingsbevorderende acties starten:

We zullen jaarlijks een informatie- en kennismakingsbijeenkomst organiseren voor alle leden die in het afgelopen jaar zijn binnen gekomen. Deze bijeenkomst zal naast informatieoverdracht en waar nodig discussie met de nieuwe leden, vooral ook worden gebruikt om het vrijwilligerswerk onder de aandacht te brengen.

Voor de laatste groep vrijwilligers, dus de leden die ad hoc bereid zijn om wel eens iets voor de vereniging te doen zullen we speciale ad hoc wervingscampagnes opzetten.

Wij zullen voor betreffende evenementen bij de ingang van ons clubgebouw "De Pijnenburgt" een standaard plaatsen met daarop aangegeven voor welk evenement en voor welke taken we vrijwilligers nodig hebben. Men kan dan op de uitnodiging op deze standaard aangeven dat men wil helpen en voor welke taken men dat wil.

Van de organisatie van AV Pijnenburg is goede en duidelijke documentatie aanwezig. Hiertoe behoort ook functie en taakbeschrijvingen van de diverse, in ieder geval structurele, functies.

Op de website van AV Pijnenburg is dit onder het hoofdstuk Organisatie eenvoudig en duidelijk terug te vinden. Dit betekent dat leden die overwegen zich als vrijwilliger aan te melden via onze website een goed beeld kunnen vormen van de diverse taken die van de verschillende vrijwilligers worden verwacht.

Pijnenburgers actief op NK Studenten; bijna een medaille

Op 28 februari werd de NK Studenten Indoor gehouden, voor het eerst in ons eigen Nederland (Apeldoorn). Joel, Timo, Koen Tim en Thijs hadden besloten zich te wagen aan dit officieel erkende NK. Bij binnenkomst van het modern ingerichte topsportcafé (antithese??) en de daarachter gelegen indoor atletiek/wielrenbaan waren ze al gelijk onder de indruk van het gloednieuwe omnisportcentrum. Aan de accommodatie en de sfeer, die net wat relaxter is dan bij een normaal NK, kon het wat betreft de prestaties niet liggen.

Thijs Reiling moest helaas (als zovaak) geblesseerd afzeggen voor de 400m. Desalniettemin was hij niet te beroerd om toch af te reizen naar Apeldoorn. Tim van der Hoeven was daardoor de eerste troef van het Pijnenburgse studententeam. Hij liep, na een wat voorzichtige start, een uitstekende 800m. De 2.03.40 min, slechts anderhalve seconde boven zijn pr, is niet gek in het nog prille seizoen, waarin Tim nog wel eens een training overslaat. In de eerste series van de 1500m was Joel het volgende slachtoffer. Enthousiast volgde hij het tempo van zijn seriegenoten, hetgeen hem het tweede deel van de race waarschijnlijk minder vrolijk stemde. Hij moest lossen van de groep, maar zijn eindtijd van 4.45.04 min, stemde toch nog enigszins tot tevredenheid.

Daarna was Timo aan de beurt in de hoofdsérie van de 1500m. De voortekenen waren niet bepaald gunstig. Hij had de dag ervoor zijn tas met o.a. zijn spikes in de trein laten liggen en moest het daardoor doen met een oud paar. De race leek echter perfect te verlopen. Timo leek met nog 1 ronde te gaan een zilveren plak te veroveren, maar het melkzuur in zijn benen kreeg toch de overhand. In de laatste 40m kwamen er twee atleten in een eindsprint á deux langs en werd hij 4e.

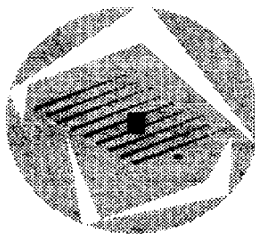
Toch was zijn tijd, 4.09.28 min, een dik pr en was hij snel over zijn teleurstelling heen. Aan het einde van de dag was de 4x200m. Koen Swart was als vervanger van Thijs rechtstreeks vanuit de tentamenbanken in Rotterdam naar Apeldoorn gereden om de Pijnenburgse eer hoog te houden. De eindtijd van "team Pijnenburg Stockholm" (voor uitleg zie vorige Stretcher) was 1.40.07 min.

Hierna volgde hun beste onderdeel. Want na afloop van een studentenkampioenschappen hoort natuurlijk een feest en een nachtelijk bezoek aan de binnenstad van Apeldoorn. Overnachten gebeurde in groten getale studenten in een nabijgelegen sporthal en na een korte nacht kon er weer tevreden huiswaarts gereden worden.

Groet JKT3



Krijkamp



Den Oude

a c c o u n t a n t s b e l a s t i n g a d v i s e u r s

Molenstraat 11 - Postbus 475

3760 AL Soest

Telefoon (035) 602 20 54, fax (035) 602 22 78



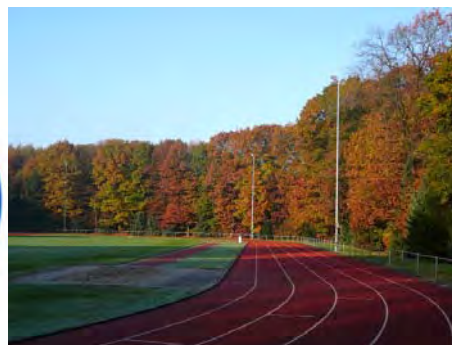
SCHEMA BARDIENST 2009

ATTENTIE ATTENTIE ATTENTIE ATTENTIE

		<u>Barhoofd</u>	<u>Vrijwilligers</u>	<u>Tel.</u>	<u>Vrijwilligers</u>	<u>Tel.</u>
mei	30	Gerard Boeren	Joice Stol	6012323	Jos Bloem	06 38062933
juni	6	Joke van Zal	Philip Parlevliet	6016096	Fenna Valk	6016096
	13	Ineke Schoemaker	Yvonne Jansen	5421610	Willy Versteegh	6013156
	20	Marga Boeren	Joke Sax	6022712	Els Klemann	6017814
	27	Leo Kortekaas	Ton van Daatselaar	6010384	Els Hindriks	6037095
juli	4	Dineke Kleinekoort	Frijke Atsma	6027323	Wim van Dijk	0342-452591
	11	Wim van Leek	Petra Houtman	6029113	Conny Mout	6011804
	18	Gerard Boeren	Tineke van Brienem	6013033	Wil Verwey	6019946
	25	VAKANTIE, kantine gesloten!				
aug.	1	VAKANTIE, kantine gesloten!				
	8	VAKANTIE, kantine gesloten!				
	15	Ineke Schoemaker	Marga Legierse	0346-352222	Nelly Nieuwenh'zen	030-2291931
	22	Marga Boeren	Ria Hol	03434-31590	Hennie Lugten	6028870
	29	Dineke Kleinekoort	Margriet Heerkens	6019993	Marianne Verwoert	06 15616453
sept.	5	Leo Kortekaas	Sabrina Aprahaman	6015235	Christol de Kan	6024041
	12	Gerard Boeren	Sandra van Veen	06 41180473	Linda Hoebe	6014457
	19	Wim van Leek	Jennifer van Houten	5423985	Tanja Smith	5423117
	26	Herman Schoemaker	Antoinette Terberg	6029018	Lia Huijskes	6020612
okt.	3	Dineke Kleinekoort	Saskia van Vuurst	6033023	Joke van Hamersveld	5261360
	10	Marga Boeren	Nel Koster	6013882	Jantje Manden	6015661
	17	Gerard Boeren	Tom Andriessen	6026219	Sven van Bommel	5827330
	24	Leo Kortekaas	Anouk van Keken	6011545	Jose Smits	6024472
	31	Ineke Schoemaker	Linette Commandeur	6032120	Theresia Vermeulen	6021788
nov.	7	Dineke Kleinekoort	Thea Rademaker	6019572	Fie Kok	6017284
	14	Joke van Zal	Mia Egtberts	06 22371935	Jose Schoonenberg	6033208
	21	Herman Schoemaker	Tilly Melse	6028287	Ton Ruepert	6030200
	28	Wim van Leek	Riet van Doorn	6019003	Yvonne Leyenhorst	6021027
dec.	5	Dineke Kleinekoort	Ingrid Blokzijl	6015800	Hannie v d Brink	6090647
	12	Ineke Schoemaker	Ina Andriessen	6026219	Wilma Hoogenboom	6023361
	19	Marga Boeren	Nienke Alkema	6013463	Marie Hornung	
	26	GEEN TRAINING				
JANUARI 2010						
	2	Leo Kortekaas	Joice Stol	6029134	Jos Bloem	06 38062933

BIJ VERHINDERING SVP ONDERLING RUILEN !!!!!!!!!!!

Er zijn geen georganiseerde trainingen in de periode van 20 juli t/m 8 augustus 2009, (week 30, 31 en 32). Ook is in die periode de kantine gesloten. De kleedruimten en douches zijn wel toegankelijk.



Herinrichting Atletiekaccommodatie Bosstraat (HAB)

Nieuwsbrief nr. 2 - april 2009

Dit is de tweede nieuwsbrief van het project Herinrichting Atletiekaccommodatie Bosstraat. Deze nieuwsbrief bericht u over de stand van zaken van het project HAB dat nu daadwerkelijk tot uitvoering en realisatie gaat komen.

Voortgang project

Half maart 2009 zijn de offertes van de atletiekmaterialen door het projectteam beoordeeld op prijs en kwaliteit. Daarna is er een afspraak met de potentiële leveranciers geweest voor een 2^e afstemming over de inhoud en de prijzen.

Ook is kennis vergaard en informatie uitgewisseld over de uitvoering, de normen en eisen (wensen) van de atletiekmaterialen en over enige voorgestelde aanpassingen van de oorspronkelijke lay-out. Op zondag 15 maart zijn de beoogde materialen tevens bezichtigd bij de Atletiekvereniging Zuidwal in Huizen. Daar startten die dag ook de regiotrainingen van regio Gooi- en Eemland.

In de 2^e helft van maart ontstond er een discussie over de maten van de diverse valmatten, daarbij is de praktijkervaring van hoogspringers en polsstokhoogspringers meegenomen in de beoordeling.

Na afstemming met Lomme Siebenga, de technisch adviseur van de Atletiekunie, zijn de aanbevelingen aangepast en omgezet in eisen, welke overeenkomen met het wedstrijdreglement van de Atletiekunie. Dit heeft geresulteerd in:

- Hoogspringen: Valmat 600x400x70 cm met vlonder 600x400x10 cm op aan te leggen 2^{de} kunststof segment inclusief 2^{de} aanloop speerwerpen
- Polsstokhoogspringen: Valmat 600x600x80 cm met 2 voorstukken 200x200 cm en 2 aanloopstroken
- Een vergrote Kogelsector en aanleg tweede sector
- Aanleg 1-baansaanloop voor het Verspringen en Hinkstap(ver)springen, of een 3-baansaanloop afhankelijk van de financiële ruimte in het budget.

Het totaalbeeld van de herinrichting was daardoor een feit. De lay-out van de inrichting is daarop dienovereenkomstig aangepast. Alles voldeed toen aan de aanbevelingen c.q. eisen van de Atletiekunie en aan het gestelde budget voor de (her)inrichting.

De nieuwe lay-out is door de technische adviseur van de Atletiekunie verwerkt tot een 'Voorstel voor bestek'. De offerte van de leverancier van atletiekmaterialen is in afwachting van de definitieve aanbesteding, bekrachtigd. Begin april is de definitieve baanindeling bekend, staan de prijzen van de atletiekmaterialen vast en is er duidelijkheid over de kosten van voorbereiding en uitvoeringsbegeleiding. Tenslotte zal de aanbesteding worden voorbereid.

Projectorganisatie

De Uitvoerende Groep Herinrichting bestaat uit:

- hr. Piet Hoogendoorn (Gemeente), vertegenwoordiger van de Uitvoerder, vertegenwoordiger van ISA Sport
- hr. Freek Warners (accomm. Adv. Atletiekunie)
- hr. Lomme Siebenga (techn. Adv. Atletiekunie).

Het Projectteam AVP Herinrichting bestaat uit:

- Ben Kersbergen (voorzitter)
- Marcel Klarenbeek
- Evert ten Kate
- Jan Veen.

Voor vragen en/of opmerkingen kunt u zich wenden tot (een van de) leden van het Project.

Resterende tijdsplanning van het project

2 ^e helft april 2009	- Aanbesteding volgens bestek.
Mei en juni 2009	- Uitvoerder bekend. Voorbereiding uitvoering
Begin juli 2009	- Start uitvoering herinrichting
Juli t/m sept 2009	- Daadwerkelijke uitvoering
Okt/nov 2009	- Definitieve afronding project HAB

Communicatie naar leden en Volgende Nieuwsbrief

In principe verschijnt er aan het begin van iedere maand een nieuwsbrief. In de eerste helft van de maand mei verschijnt nummer 3. In de volgende Stretcher komt het 1^e thema-artikel over de herinrichting van de accommodatie.



professioneel tolk- en vertaalwerk
op het gebied van handel, economie, recht en toerisme

drs. Marianne Kersbergen
Tolk, beëdigd vertaalster
Frans en Engels
Juridisch vertaalster Frans
Lid NGTV, VZV, SIGV, SFT

Larixlaan 7
3768 BD Soest
info@markers.nl
tel: +31 (0)35 6018971
fax: +31 (0)35 6027994

Atelier "De Ontdekking"

Voor uw:

- Kinderfeestjes
- Vriendinnenmiddagen
- Collega- en/of
vrijgezellenmiddagen

Maak samen iets leuks, leer elkaar eens anders kennen d.m.v.:

- Schilderen
- Schetsen naar de natuur
- Bloemschikken
- Afternoon Tea

Ook verzorgen wij teken- en schilderlessen

voor volwassenen en kinderen.

Voor info en afspraak:

Atelier "De Ontdekking"

Ericaweg 2 Soest
Tel.: 035 6021271

colimburg@casema.nl
margrietlimburg@casema.nl



DEALER van: BATAVUS
BE-ONE • BULLS
CORNELO • DAHON vouwfietsen
SIMPLEX • SPARTA
SACHS • UNION fietsen **• AGU**
BBB accessoires **• MAXIM** sportvoeding

Beukenlaan 54 • 3762 AJ Soest • Tel: 035-602 49 40
Ma/Di/Do/Vr 8:30-12:30 / 13:30-18:00 • Vrijdag KoopAvond 19:00-21:00 • Zaterdag 8:30-16:00

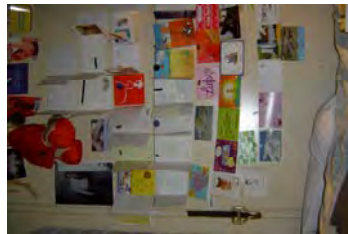
Lieve loopgenoten, Tarin Kowt, 8 mei 2009



het is alweer ruim 3 maanden geleden dat ik voor het laatst bij onze Vereniging in het bos heb gelopen. De tijd vliegt voorbij maar in de tussentijd is er veel gebeurd, van een heel gezellig en intiem afscheidsfeest in Soest tot een trieste afscheidsceremonie hier in Tarin Kowt (TK).

De wand boven mijn bed hangt vol met allerlei vrolijke kaarten

van soms onverwachte kant, want AVP is zeer goed vertegenwoordigd en er hangt nog geen dubbele tussen, het is elke maandag postdag en ik wordt telkens goed bedacht, SUPER bedankt!



Na een kort weekend en een heeele lange maandagnacht

hebben Fenna en Anja mij op 20 januari uitgezwaaid op het militaire vliegveld Eindhoven. Er zijn vele foto's en films gemaakt en er hebben buiten een lach wat tranen gevloeid alvorens het vliegtuig om 11.30 eindelijk opsteeg om naar het warme zuiden af te zakken. Via diverse tussenstops zijn we om 8.30 lokale tijd (05.00 NL) in Tarin Kowt geland, helemaal gaar maar klaar voor actie (nou ja bijna dan!).

Hoe het hier in Afghanistan gaat hoef ik niet te schrijven want de kranten doen dat veel beter en uitgebreider dan ik, maar het is een ander verhaal als de Nederlandse Politiek doet geloven, want er gaat nog wel een tijdje overheen voordat democratie hier gestalte heeft gekregen. Een opbouw missie is het zeker maar tussendoor wordt er weleens wat gevochten buiten de poort, maar daar doe ik dan niet aan mee. Mijn taak ligt binnen de muren bij de vaste staf in de containers. Mijn dag ziet er niet spannend uit, opstaan om 6.15 even lekker douchen, ontbijt en dan aan de slag en beginnen met de post van de laatste uren doornemen.



Een ochtendbriefing aan de commandant bijwonen en dan weer verder met de dagelijkse dingen aan de slag zoals testen, rapporten lezen en schrijven en presentaties voorbereiden. Voor je het weet is het weer lunchtijd, even eruit via de bekende Dixie, een praatje maken met wat collega's en dan weer snel verder. Een loopje langs de bureaus voor het afstemmen, een vergadering, wat belletjes en het is alweer etenstijd. Echt het gezegde van de tijd gaat als zand tussen je vingers door is hier zeker van toepassing, al zit er wel eens een kiezeltje tussen waar je de tanden op stuk kunt bijten. Meestal ben ik 's avonds niet voor 22.00 in de slaapcabine en soms liggen de collega's al op bed een boek te lezen of achter de computer een film te kijken. Waarschijnlijk lees ik te langzaam of wil ik teveel doen en dan ligt er al één te slapen/snurken en kruip ik maar weer stilletjes in bed om de anderen niet te storen. Het was even schrikken toen tijdens het gezellig buiten zitten en een kopje koffiedrinken een raket op het plein aan de overkant explodeerde. Het was een heftige week maar daarna bleek al heel snel hoe de mens zich aanpast en weer door gaat. Het hoort blijkbaar bij het leven en de meeste hebben het gewone werk al weer snel opgepakt. De sporen zijn uitgewist maar de littekens zijn bij een aantal wel degelijk aanwezig, zo ook bij een collega die hielp om de dode en de gewonden weg te brengen. Maar iedereen verwerkt het op zijn manier en ook op zijn tijd hoop ik. Het voornemen om uiterlijk 21.00 te stoppen is maar soms gelukt, er is altijd wel wat.



Maar het voornemen om om de dag te sporten lukt gelukkig wel aardig, zo heb ik al diverse sportieve hoogtepunten meegemaakt. We zitten hier namelijk op 1500m hoogte en het valt niet mee om hier een beetje te lopen al merk je van de hoogte normaal niet zoveel van. Wel heb ik de 5 en ook de 10 mijl gelopen en voor elke afstand een mooi T-shirt gekregen. Nu moet ik wel vertellen dat de laatste afstand niet echt soepel ging en ik de laatste kilometers er uit moest persen en ook regelmatig heb gewandeld, zeker de heuvels op. Laatst hebben we hier de marathon van TK gehouden en dit was op dezelfde dag als die in Rotterdam. Alleen viel hier de regen met bakken uit de lucht en moest het halverwege afgebroken worden wegens water overlast (stromen!!) en dat terwijl Rotterdam een

aantal jaren geleden vanwege de hitte was gestopt, de wereld op zijn kop.



O ja op deze foto kom ik binnen van de 5km want ik liep met een groep van 8, makkie!

Vrienden en sportieve loopgenoten dit was even een korte impressie van mijn belevenissen in Afghanistan. Ik ga jullie begin juni weer even zien en kijk er wel naar uit om weer even thuis te zijn tussen vrienden en familie, al zijn er slechtere plekken op de wereld om de tijd door te brengen dan hier in TK waar goed eten, slapen en werken prima mogelijk is. En na mijn 10 daags verlof ga ik dan ook nog voor 2 maanden terug om het "af te maken"

Groeten uit TK (TEE KEE)
Philip

SV
bouw & industrie

HOOIJER

Nieuwegracht 1-3
3763 LP Soest

Pletterij 2
1185 ZK Amstelveen

Stammerhove 5
1112 VA Diemen

Wijkermeerweg 49
1948 NT Beverwijk

Dé leverancier voor de professional!

- | | | |
|--------------------------|--------------------------------------|------------------------|
| . Gereedschappen | . Hang- en Sluitwerk | . Bevestigingsmiddelen |
| . Werkplaatsinrichtingen | . Werk- en Bedrijfskleding (bedrukt) | . Buitendeuren |
| . Graveerwerk | . Bedrijfswageninrichting | . IJzerwaren |
| . Machines | . Persoonlijke beschermingsmiddelen | . Ladders en steigers |

En vele andere productgroepen welke van toepassing zijn voor de professionele bouw en industrie.

U kunt bij ons terecht op maandag t/m vrijdag van 07.00 uur - 17.00 uur

Bezorging door heel Nederland

Telnr. 035-6011137 - Faxnr. 035-6016447
www.sv-e.nl - info@sv-e.nl

DIEMEN - AMSTELVEEN - BEVERWIJK - SOEST

TV SERVICE TON UYLAND

Reparatie en verkoop TV / Video Verhuur geluidsinstallaties

Openingstijden:
Maandag gesloten
Dinsdag t/m vrijdag 9.00-12.00 en 13.00-18.00 uur
Dinsdag t/m vrijdagavond 19.00-20.00 uur
Zaterdag 10.00-14.00 uur

**Schoutenkampweg 43
3768 AA SOEST
Telefoon: (035) 6017398
Fax: (035) 6027498
E-mail: tvuyland@planet.nl**

Veteranen D-Groep zegt Bussaya Lertvilai en Paul Christiaans



VAARWEL én WENST ze ALLE GOEDS toe in Thailand

NORDIC WALKING nieuws.

door André van Zadel

We weten het, we zien het om ons heen, nordic walking is nog steeds populair. Wat zo veel mensen dachten blijkt helemaal niet waar te zijn: het was geen hype!

Ook bij AV Pijnenburg zijn al die nordic walkers al lang niet meer weg te denken uit het dagelijkse trainingsgebeuren. Zo'n 70 leden staan als nordic walker geregistreerd. En als het aan ons ligt worden dat er nog een paar meer!

In juni starten we weer een beginnersclinic voor nieuwe enthousiastelingen die bij ons deze leuke sport willen leren. Voor sommigen biedt Nordic Walking de mogelijkheid om – na bijvoorbeeld blessureleed – op een minder belastende manier weer te gaan sporten. Anderen zijn gewoon nieuwsgierig en willen het erbij doen. Maar de meesten, vooral van buiten de vereniging, kunnen door Nordic Walking kennismaken met een actieve buitensport die voor vrijwel iedereen toegankelijk is.

De clinic bestaat weer uit 8 lessen, verdeeld over 4 weken. Daarin worden niet alleen alle beginselen van het nordic walken bijgebracht, ook staan deze trainingen in het teken van genieten van onze mooie Soester natuur. Trainer/instructeur van deze clinic is opnieuw Jan Veen.



De trainingen zijn op woensdagavond 19.00 uur en zaterdagochtend 09.00 uur en duren ongeveer anderhalf uur. De eerste les is op woensdagavond 10 juni, de laatste op zaterdagochtend 4 juli. Deelname kost slechts € 45. Het gebruik van onze poles (=stokken) is inbegrepen.

Wie geïnteresseerd is in deelname aan de clinic kan zich aanmelden via onze website www.avpijnenburg.nl. Daar staat ook dit artikel en kan men nadere informatie krijgen via e-mail.

Bij voldoende ruimte in de clinic staat aanmelding ook open voor mensen die al lid van AV Pijnenburg zijn en graag kennis willen maken met deze tak van de loopsport.

Inmiddels is wel duidelijk dat de meeste deelnemers aan de clinics het niet bij die 8 lessen willen laten. Ze willen daarna doorgaan, liefst in groepsverband bij onze vereniging.

Daar houden we vooraf natuurlijk al wel een beetje rekening mee en hebben dus eerst beoordeeld of er bij de groepen nog voldoende instroommogelijkheden zijn. En die zijn er nog wel. We willen graag iedereen een plek bieden, maar moeten natuurlijk wel grenzen stellen aan de grootte van de groepen, vol is ook echt vol!

JKT3 Running Team actief bij 25^e Eemmeerloop!

Het is de jongens van het JKT3 Running Team van AV Pijenburg uit Soest gelukt om, afgelopen zaterdag, naar een nieuwe toptijd te lopen bij de Eemmeerloop estafette over 50 kilometer te Bunschoten/Spakenburg. Koen Swart, Joël de Bree, Mart Reiling, Timo van Beek

en Tim van der Hoeven liepen naar een tijd van 3uur en 8minuten en 16seconden. Een verbetering van meer dan een minuut ten opzichte van vorig jaar.

Het doel was niet alleen een podiumplaats te behalen, maar ook om de concurrenten van de BAV uit Baarn

voor te blijven. Na drie etappes liep JKT3 drie minuten achter op de BAV'ers. De ploeg uit Soest herpakte zich in de laatste twee etappes en bouwde een ruime voorsprong op van uiteindelijk 1 minuut. Bondscoach Rob Jansen was in zijn nopjes: "Wat een spannende

race, dit had ik niet verwacht! Het lukt ze elk jaar weer hun eigen tijden aan te scherpen. Ik ben heel erg trots!"

De jongens behaalden met hun tijd een derde plek in het eindklassement. Vorig jaar werden ze nog tweede.

Het 'Masters-Team' van Pijenburg wilde proberen JKT3 dit jaar te verslaan. In het begin van de wedstrijd bleek al gauw dat ze hun hoop moesten laten varen.

Het team, onder leiding van teamcaptain Edgar Cukier, behaalde de tweede plaats bij de masters, maar moest genoeg nemen met een ruime achterstand op het jeugdige team waar overigens nog



veel groei in zit.

Op de foto vlnr: coach Rob Jansen, Mart Reiling, slotloper Tim van der Hoeven, Timo van Beek, Joël de Bree en Koen Swart.

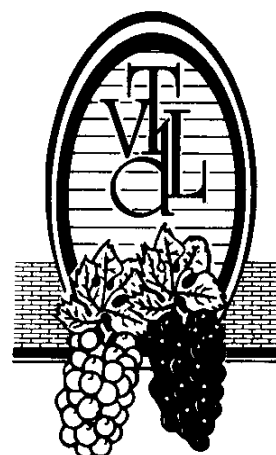
**De kantine is vanaf zondag
19 juli t/m 8 augustus gesloten!**

SLIJTERIJ-WIJNHANDEL

Toon van der Linden

Soesterbergsestraat 49
3768 EB Soest
Telefoon 035-601 24 90

*VOORAL UW DRANKEN
Met als specialiteit
onze eigen kruidendrank
KRUUKJE MELM*



THUIS BIJ

Gé van Zal

Op een regenachtige donderdagmiddag in maart, vertrok ik op mijn energiezuinige fiets richting Wijk Klarwater om een bezoek te brengen aan het echtpaar van Zal. Voor de ingang van de woning wordt ik gewaarschuwd, door een bordje denk aan het afstapje!

Dat geeft mijn persoonlijk al een prettig gevoel, als de bewoners zich bekommeren over de mensen welke hun tuinpad gaan verlaten!

Toch enigszins een tikkeltje gespannen wil ik aan gaan bellen, maar dat is niet nodig de heer des huizes, slaat gastvrij zijn huisdeur open en met een brede glimlach verwelkomt hij mij!

Op dat moment is voor mij al het ijs al gebroken en vind er een geanimeerd gesprek plaats.

Onder het genot van een kopje thee haal ik mijn bloknoet te voorschijn, om in het heden en verleden te duiken van Gé van Zal. Joke zijn vrouw gaat er gezellig bij zitten, om aanvullende informatie te verstrekken, indien nodig!

Het zal ongeveer in 1986 geweest zijn dat Gé besloot om actief te gaan sporten en de keuze viel op de atletiek sport, Joke had inmiddels ook al deze unieke sport ontdekt via een clubgenote Nelleke Boissevain, bij de recreantengroep en zoals het gaat kon Gé natuurlijk niet achterblijven!

Als doel had Gé gesteld om minstens de 10 kilometer tot een goed resultaat te komen en Jan Veen was voor hem de man, de stimulator in het geheel.

Maar de uitdaging om zich te oriënteren op de lange afstanden trok hem erg aan, en zijn trainingen werden erop afgesteld. Het is het zeker vermeldenswaard dat zijn laatste marathon in 2004, welke hij liep in Hamburg een bekroning was op zijn loopcarrière!

Zijn laatste uitdaging was de ½ marathon oktober 2008 in Dresden.

Gé heeft zich jarenlang eveneens ingezet op bestuurlijk niveau, namelijk als afgevaardigde in de recreatie en wedstrijd commissies.

Momenteel is hij voorzitter van de kantinecommissie, 5 keer per jaar worden de koppen bij elkaar gestoken, waarin de taken en afspraken uitvoerig worden besproken.

Joke vervult hierin ook een belangrijke rol door regelmatig een bardienst op zich te nemen en de aanwezigen van een hapje en drankje te voorzien.

De zaterdag neemt Gé haar taak achter de bar over, zodat Joke zich op andere activiteiten kan richten.

Bij het organiseren van de sportevenementen welke er regelmatig plaatsvinden, is Gé met zijn sportmaatjes ook regelmatig betrokken.

Het zal de Pijnburgcross geweest zijn, een regenachtige dag, tijdens het uitzetten van het parcours, waarin het e.e.a. niet verliep zoals ze het gepland hadden.

Ze kwamen met de auto namelijk op een smal drassig paadje in de greppel vast te zitten, nu daar werd door Edcar Cukier adequaat op gereageerd, door hard hollend terug naar de baan om daar de verzamelde parcours-wachten op te halen.

En gezamenlijk hebben zij met veel inspanning, de auto weer op het rechte pad gezet.

Daardoor konden de werkzaamheden betreffende het parcours worden voortgezet en kon de wedstrijd alsnog op tijd beginnen.

Gé, herinnert zich nog een bijzonder voorvalletje, namelijk tijdens één van de zondagmorgen lange duurloop trainingen voor een marathon. liepen ze in een groepje langs Paleis Soestdijk en op dat moment vond er een ceremonie plaats i.v.m. het overlijden van Prinses Juliana, de cameraploeg namen de sportieve mannen even in beeld, en het shotje werd in een keer wereldnieuws!

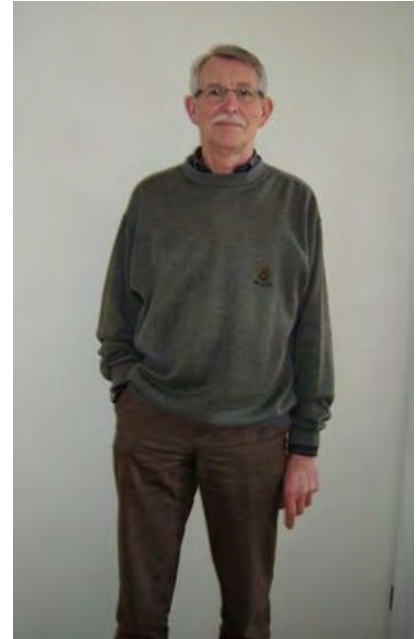
De VUT gerechtigde leeftijd was voor Gé geen reden om stil te gaan zitten, in tegendeel, in de volgende commissies heeft hij vele jaren zijn steentje bijgedragen: Recreanten- en Wedstrijd Organisatie-commissies.

Door zijn vele vrijwilligerswerk werd hij door Hans Kleinekoort 6 jaar geleden voorgedragen tijdens de Algemene Ledenvergadering als lid van verdienste en terecht!

Tevens merkt hij op dat de atletiekvereniging een goed georganiseerd team vormt en de saamhorigheid bijzonder goed te noemen is, ja zeker zegt hij sport is een sociaal gebeuren voor hem en Joke.

Maar helaas, de tijd zit er weer op ik bedank Gé en Joke voor hun gastvrijheid en aan hun spontane medewerking om er weer een leuk verhaal van te maken!

Redactrice "The Stretcher"
Ria van Egdom.



Verjaardagen

mei

Frans Jansen (60)	24
Els Hindriks	24
Antoinette Temmink	24
Zsoka Bonta	25
Frans Hofma	25
Henk Pronk (60)	25
Irene Koelewijn	25
Frans Wisse (60)	25
Mark Gersdorf	26
Rina Zijlstra (50)	26
Wil Verweij	26
Jalbert Schut	27
Jacqueline Rodenburg (50)	28
Els Schuurman	29
Jan van Geem	29
Erik den Oude	30
Gabriëlle van Emmerik	30

juni

Carlijn Kennis	1
Tanja Smith	1
Peter de Groot	1
Marcel Klarenbeek	1
Ronald Zijlstra	2
Camiel van Eijs	2

Kevin Land	3
Henny van Leek	3
Ge van Zal	4
Fie Kok	4
Corry Edelbroek (70)	4
Arthur Kaspers	4
Marian Schute	4
Fred Hilligehcken	5
Erna Tiggelman	5
Joost van der Vlist	5
Jannie Hooft	6
Astrid Rasch	6
Fenna Valk	6
Marga Hulstede	8
Harry Sikkema	8
Raimond Meijer	9
Jan Sikkema	9
Brenda Dorrestein	9
Paul van der Boor	9
Jennie Prins	10
Elly Hoogteijling	10
Petra Martens	11
Co van den Brink	11
Anda Verweij	12
Kees Suijkerbuijk	12
Angeniet Helwig	12

Bas van Ginkel	12
Inge Olthof	12
Daniël Noorman	14
Gerrit Lasterie	15
Marco Ketelaars	15
Anita Klifman	16
Fokke Sijtsma	16
Wim Roest (60)	16
Lauret Uyland	18
Connie Mellink	18
Hilde van Essen	18
Ada van Asselt	19
Yvonne Sebel	19
Nicoline van Gool	19
Jorien Perton	19
Paul Vermeij	20
Ria van Egdome	20
Patricia la Rose	20
Nienke Alkema	20
Xavier Duurland	21
Nienke Köllmann	21
Peter Brouwers	21
Laurens Bree	22
Erik Oudshoorn	23
Johan Kluts	23
Frans Verweij	23
Sylvia Bloemsma	23
Nynke van 't Hof	24
Ria van den Broek	24
Mari-Anne Kortekaas	24
Carmen van de Waterbeemd	24
Piet Valk	24
Gerrie den Oude	25
Bente Cijis	25
Ans Vervenne	25
Janna Bots	27
Barbra Nagelhout	27
Connie Moraal	27
Saskia van Schagen	27
Tilly Melse	28
Jan Schuurman	28
Mariëlla Rademaker	28
Rian Biesterveld	28
Henny Hanse	30
Esther van de Grift	30
Mea Kriek (60)	30

Wandelvakantie



Genieten van een fantastische wandelvakantie in Zwitserland?

Dat is nu mogelijk vanuit onze comfortabele chalets midden in de Alpen. U verblijft op prima slaapkamers en profiteert van de ongedwongen sfeer van 'niets hoeft en alles kan'. Onze chaletstaf serveert u een smakelijk ontbijt en drie gangen diner. Zij wijzen u de mooiste wandelroutes en weten alles over de leukste excursies.

Even genoeg gewandeld? Uw stoel op het terras of in de tuin staat al klaar! U bent het gehele jaar welkom en boekt alleen, met z'n tweeën of met een hele (wandel) club. En natuurlijk kunt u ook golfen, fietsen, zwemmen, tennissen, parapenten, paard rijden en uitrusten!

Kinderen mee? Boek dan de speciale SwissKids weken!

Vraag onze uitgebreide folder aan of bezoek onze website en boek direct uw wandelvakantie!

vanaf € 349,- p.p.p.w.

FlexChalet 070 - 347 23 23
www.wandelvakantie.nl

juli

Marijke Zijlstra	2
Wim Schlebaum	2
Peter Tebbens	2
Marco Beijersbergen	2
Charlotte Maltha	3
Karin van Hoorn	3
Sacha Hilhorst	3
Chiel Bos	3
Casper de Ruiter	4
Mariëlle Veenendaal	4
Lucas Biesterveld	5
Robert van Ravenhorst	5
Miranda Westeneng	5
Ria Hol	7
Loek Koop	7
Irene van Drenth	7
Brigitte van der Lugt	7
Cor Kamphorst	8

Edith Kooima	9
Caroline van der Salm	9
Hans de Wolff	9
Martha van Hal	9
Anneke Lasterie	9
Ingeborg Bree	9
Aaldrik Tiktak	10
Monique Kerstholt	10
Philip Parlevliet	10
Wim van Leek	10
Mitchell Thiel	11
Olof van den Broek	11
Etty Drenth	12
Rob Versteegh	12
Ruud de Jong (60)	13
Gert van Dijk	13
Ton van Daatselaar	14
Ineke Oordijk	14
Sanne van Keken	15
Steven Biesterveld	15
Anja Hilhorst	15
Rene Braaksma	15
Thea Rademaker	15
Marije Lamers	16
Mark Huijts	16
Lijda van Brummelen	16
Jack Pompe	17
Nancy Vringer (50)	17
Rob van Beek	18
Annelie Lankreijer	18
Karel Boom	19
Harry van Veen	19

Romy van de Grift	20
Mardy Stiefel	20
Christine Boon (50)	20
Johan Renes	20
Laura Davey	21
Annet Huntink	21
René Manintveld	22
Leni Strik	22
Sjaak de Koning	22
Nicole Dassen	23
Hans Faddegan	23
Mirjam Kortekaas	24
Ton Ruepert	24
Bart Dassen	27
Robert Haije	27
Anne Nelissen	27
Rik Barlo	28
Linette Commandeur	29
Martha Wantenaar (60)	29
Zoëy Posthuma	30
Vicky Somhorst	30
Riet van Doorn	31

Augustus

Gerard Drost	1
Ingeborg van Dijke	1
Hettie Oude Kempers	2
Hans van Hees	2
Bernadette Lammers	2
Bram Blokzijl	2
Ben Mobach	3

Roland Commandeur	3
Lisette Minkels	3
Madelon Rademaker (60)	4
Annemarie Bekker	4
Jos Meesters	4
Coby van den Breemer	4
Martijn Koolhoven	4
Suzanne Nouwen	5
Rob Cozijnsen	5
Marianne Jansen	5
Lidy van Herwaarden	6
Cora Smit	6
Martin Stolk	7
André van Zadel	7
Patrik Kleinegriss	7
Sevilla Spijker	7
José van Dalen	8
Coen Bavinck	9
Marieke Geerligs	10
Sumilah van Essen	11
Paul Romein	11
Gert Lamers	11
Jan Menne	12
Frans Hoeke	12
Marco Jansen	14
Koen Swart	15
René Hilhorst	16
Harry Beurskens	16

Allen hartelijk gefeliciteerd.



jet grafische vormgeving en dtp



Schrikslaan 45 • 3762 TB Soest • tel. (06) 238 703 22 • info@jet-verheijen.nl • www.jet-verheijen.nl

slagerij van asch

party- en cateringservice



Van Weestraat 66, 3761 CG Soest
Tel. 035-601 23 72
Fax. 035-602 46 25

Complete verzorging van o.a.

- Bedrijfsopeningen
- Recepties
- Personeelsfeesten
- Bruiloften / Jubilea
- Evenementen
- Koude / Warme Buffetten
- Luxe hapjes



T: 035 – 60 32954 of via e-mail:
hilhorst-elastischekousen@hetnet.nl
Bezoekadres: Graanakker 4 te Soest



Sport-compressiekousen bevorderen uw loopprestaties



Vergoeding via ziektekostenverzekering is mogelijk
Bel nu voor professionele aanmeting!

**Minder blessures
Sneller herstel
Meer loopcomfort**

AFSCHIEDSINTERVIEW met BUSSAYA CHRISTIAANS - LERTVILAI

De Thaise Bussaya is sinds haar komst naar Nederland in juni 1996 lid van A.V. Pijenburg en loopster van de D-groep, nu de D-Veteranengroep. Zij kwam toen met haar Nederlandse vriend Paul Christiaans en zijn kinderen Jolanda en Patrick naar Nederland. Nu bijna 13 jaar later gaan Bussaya en Paul, samen weer terug naar Thailand, omdat hij dat primair graag wil. Vanwege dit aanstaande vertrek in juni heeft dit interview met Bussaya in maart 2009 plaatsgevonden. Haar echtgenoot was in principe toehoorder, maar kon moeilijk passief toehoren.



. Wanneer ben je precies gekomen en hoe kwam dat zo?

Mijn Nederlandse vriend Paul wilde, na zo'n kleine 20 jaar in Thailand te zijn geweest, terug naar Nederland. We zijn in juni 1996 in Nederland aangekomen en hebben ons in Soest gevestigd, de plaats waar Paul eerder woonde en ook zijn moeder toen woonde.

De kinderen (van Paul) Jolanda en Patrick waren toen resp. 13 en 10 jaar oud. Ik ken Paul nu al zo'n 26 jaar en kwam als hulpje in de winkel bij de familie toen Jolanda net 2 dagen oud was. Vanaf die dag heb ik niet alleen in de winkel geholpen, maar eigenlijk ook als een soort au pair de kinderen mede verzorgd en helpen opgroeien. Een mooie en dankbare taak was dat!

. Wat vond je precies van Nederland en wat waren je eerste indrukken?

Ik vond Nederland en Soest erg klein en later vooral erg koud! Soest was wel een leuk dorp. Om te aarden volgde ik de inburgeringscursus bij het R.O.C. in Soest. Na de eerste 500 uur welke betaald werden door de overheid, volgde ik nog andere cursussen waaronder Nederlandse cultuur en gewoonten. In totaal heb ik 3,5 jaar inburgering gedaan.

Fietsen hoefde ik, zoals andere allochtone vrouwen, niet te leren, omdat ik dat ook al in Thailand deed. Mijn vader, nu 85 jaar oud, fietst nog elke dag en gaat ook nog regelmatig naar een andere plaats zo'n 15 km verderop om bepaalde producten te kopen. Mijn moeder is helaas minder mobiel.

. Je bent in 1998 in Soest met vriend Paul getrouwd. Hoe vond je dat?

Geweldig, mijn trouwerij was vooral door de belangstelling en het optreden van de D-groep een mooie happening. De atletiekvereniging heeft trouwens een hele belangrijke rol gespeeld bij mijn sociale inburgering. Paul was, voordat hij in 1976/1977 naar Thailand kwam, al actief als atleet. (Red.: Hij liep met een groepje mensen waaronder Cor Coster. Omdat de atletiekfaciliteiten in Soest zeer gering en matig waren, besloot hij zich aan te sluiten bij de BAV in Baarn.)

In Thailand hebben we ook veel samen hardgelopen en aan wedstrijden deelgenomen, zelfs met de kinderen. Het was daarom vanzelfsprekend dat we direct na aankomst in Nederland weer gingen lopen en ons als lid bij Pijenburg aanmelden. Enige minpuntje van de club is dat mijn fiets daar een keer is gepikt. Dat was erg vervelend, omdat ik niet zonder fiets kan. We hebben geen auto en kunnen niet autorijden.

. Je was hier ver van het ouderlijk huis in Phetchaburi, maar toch niet helemaal alleen. Vertel eens hoe dat zit.

Mijn zus kreeg in Thailand kennis aan een Nederlandse tolk, een klant van Paul. Zij trouwden zo'n 25 jaar geleden en vertrokken naar

Nederland. Mijn zus woont nu in Waalwijk. Haar dochter is hier geboren maar werkt inmiddels in Thailand waar ze een baan heeft in de reisbranche. Een absoluut hoogtepunt in de familie was de komst van mijn moeder naar Nederland.

Zij was in de zomer van 2004 een hele maand hier. Op dat moment was ze al 79 jaar oud en was het de eerste keer dat ze vloog! Tijdens haar verblijf hier was het heel mooi weer, waardoor er heel veel tijd buiten doorgebracht werd. Dat was prachtig en oergezellig, zo herinnert zij zich nog maar al te goed. Jammer was wel, dat ze toen al niet meer zo mobiel was. Bussaya's vader, toen 80 jaar oud en oud Air Force man, koos ervoor om gewoon thuis in Thailand te blijven.

. Hoe verging het jullie als familie in Nederland die eerste jaren?

Wij begonnen in 1997 een winkel in de Laanstraat in Baarn, waar we allerlei geïmporteerde artikelen uit Thailand en Azië verkochten. Tussendoor zijn we nog een keertje van pand veranderd in de Laanstraat. Die winkel hebben we tot en met april van dit jaar gehad. Omdat het verkrijgen van een verblijfsvergunning voor mij in het begin heel problematisch was, kon en mocht ik niet gaan werken.

De IND gaf Paul zelfs doodleuk het advies gewoon weer met de hele familie te vertrekken?! (Red.: Zo gastvrij was dit land toen voor zijn eigen landgenoten,

om maar niet over discriminatie van die Nederlanders te spreken). Gelukkig was er een advocaat die met het handelen van de IND wel raad wist, wat uiteindelijk een verblijfsvergunning voor mij opleverde. De kwestie heeft wel 5 jaar geduurd.

. En toen je mocht werken, wat heb je toen gedaan?

Vanaf 2001 heb ik deels in de winkel in Baarn geholpen, dat was op vrijdag en zaterdag, en deels bij het Tuincentrum Vaarderhoogt aan de Dorresteiweg gewerkt. Daar heb ik met heel veel plezier gedaan. Het was creatief (overigens een echte Thaise eigenschap) en afwisselend werk. Er heerste een grote collegialiteit, we vormden een hecht team. Ook was het vooral de 6 weken voor en met Kerst heel hard werken. Dan werkten we heel veel uren, ook op de zondagen. Dat verandert nu we terug gaan naar het Boeddhistische Thailand, daar hebben ze niets met Kerst. Daar staat het Nieuwjaar, rond 12, 13 en 14 april ieder jaar centraal als groot feest. Ik heb dit jaar t/m april bij het Vaarderhoogt gewerkt.

. Hoe zijn de kinderen hier geaard en wat hebben ze verder bereikt?

Zoals te verwachten was, hebben ze het in het begin niet gemakkelijk gehad. Ze waren tenslotte al 13 en 10 jaar oud, toen ze hier kwamen.

Jolanda studeerde goed, had de nodige baantjes en spaarde goed. Patrick interesseerde zich vooral voor techniek, zo zelfs dat hij het liefst midden in de kamer aan zijn (race)brommer sleutelde. Dit tot ongenoegen van Bussaya en Paul. Uiteindelijk zijn beiden goed afgestudeerd.

Jolanda werkt nu als Sales Analist Europa bij speelgoedgigant Mattel. Patrick is afgestudeerd vliegtuigtechnicus/-monteur. Beiden hebben na hun afstuderen 6 á 7 maanden door Azië gereisd en natuurlijk Thailand bezocht. Ook hebben beiden, nu 26 en 23 jaar oud, al jaren een goede relatie. Dat zorgt ervoor dat Paul en ik ze met een gerust hart hier in Nederland achter kunnen laten. Bovendien zijn het globetrotters, die makkelijk reizen en trekken.

. Naar waar in Thailand vertrekken jullie tweetjes kort na Pinksteren?

We vliegen met Lufthansa vanaf Düsseldorf naar Bangkok, waar we de eerste 3 á 4 dagen blijven. Daar moeten we nog wat zaken regelen voordat we naar de streek gaan waar we ons willen vestigen. Dat is de streek aan de kust waar Hua Hin en Cha Am liggen. Omdat de eerste plaats na de Tsunami steeds drukker is geworden, hebben we nu het plan om ons in Cha Am te gaan vestigen.

Eerst gaan we daar zo'n 3 maanden wat huren om de tijd te hebben naar een geschikt woonhuis, het liefst in een zgn. compound (ommuurde woonwijk), uit te kijken. Buitenlanders kunnen overigens in Thailand wel een huis, maar geen grond kopen. (Red.: Cha Am ligt ongeveer 40 km (30 minuten reizen) van de plaats

waar de ouders van Bussaya wonen en ca. 160 km van Bangkok). Oud-Pijnenburger Ruud Siem woont 1000 km verderop in het hoge noorden, dichtbij de grens van buurland Laos.

. Gaan jullie een emotioneel afscheid tegemoet?

Paul denkt dat het wel mee zal vallen. Hij is er nogal nuchter onder. Hij laat op zijn kinderen na hier niet veel achter.

Zijn moeder is 2 jaar geleden gestorven. Voor mij ligt dat wat anders. Ik heb een dubbel gevoel en ga wat moeilijker weg. Enerzijds ben ik blij dat ik terugga naar mijn familie en geboorteland, waar het altijd lekker warm is.

Anderzijds verlies ik hier mijn erg leuke baantje bij het Vaarderhoogt en moet ik afscheid nemen van mijn zus, haar man, vrienden, Pijnenburgers en mijn loopgroep, de D-groep. Die zal ik allemaal erg missen. Ik heb veel aan ze te danken, ze zijn me heel dierbaar.

Maar goed, het is Paul zijn wens om terug te gaan. Hopelijk werkt het hardlopen, dat we samen in Thailand willen voortzetten, als een soort therapie. Paul heeft de hoop dat zijn loopblessure in het warme Thailand vermindert zo niet geheel verdwijnt.

. Wat gaan jullie in Thailand voor de kost doen?

Zoals het er nu voorstaat, gaan we een zestal personen/bedrijven begeleiden bij het inkopen en exporteren van Thaise producten naar met name Nederland. Omdat het leven in Thailand beduidend goedkoper is, kunnen we daar goed mee rondkomen. Elk jaar moet Paul zoals het nu lijkt zijn visum laten verlengen.

Hij hoopt dat hij zijn 'slapende' (eigenlijk verlopen) permanente verblijfsvergunning, die hij met slechts zo'n 100 andere buitenlanders vroeger had, weer nieuw leven in kan blazen. Dat was een wel heel luxe privilege, dat hij had.

. Wat wil je tenslotte nog kwijt aan iedereen hier die jullie achterlaten?

Ten eerste willen we iedereen oprecht bedanken voor de vriendschap, hulp, ondersteuning en hartelijkheid die we altijd hebben mogen ontvangen. Ten tweede zijn we blij dat de kinderen goed achterblijven en goede partners hebben.

Ten derde hopen we van ganser harte dat we zeker via email contact zullen blijven houden met onze vrienden, en ook met Pijnenburgers, in Nederland. Ten vierde hopen we die ook nog eens in Thailand op bezoek te krijgen, het is zo'n mooi land. De koffie én het Singha-bier (altijd koud!) staan dan klaar! Ons emailadres is: THEPANOM20@HOTMAIL.COM

Tot slot: de groetjes en tot horens, mogelijk ziens, Paul en Bussaya Christiaans.

BARCELONA MARATHON

Op 1 maart jl als een van de 9.702 deelnemers viel om 08.30 uur het startschot.

Het weer? Zwaarbewolkt droog en 10 C oplopend naar 14 C met tussen de 10 en 15 km lichte regen.

Luchtvochtigheid 88 % - voorzichtigheid geboden.

Ditmaal werd ik vergezeld door mijn Spaanse schoonzoon die wel eens wilde zien of hij een ½ marathon zonder kleerscheuren kon volbrengen (traint 1x per week max 10 km).

In de aanvang neigde hij te hard te willen gaan hetgeen hem zeker zou zijn opgebroken gezien de hoge luchtvochtigheid. Vlak lopen blijft een kunst die ik langzamerhand onder de knie begin te krijgen. Wat te denken van de tussentijden tot de 30km?

5 km 32.06 10 km 31.18 15 km 31.29 20 km 31.38
25 km 31.50 30 km 31.46 35 km 33.11 40 km 35.39

Mar 4.33.55

Vanaf 30 km punt ga ik langzamerhand in tempo terug, immers ik wil niet al te zeer uitgewoond aan de finish komen omdat over 4 weken volgende marathon op het programma staat (Rotterdam voor de 20^{ste} maal.)

Overigens de ½ marathon lijn passeerden wij in 2.13.30 alwaar mijn schoonzoon door de familie werd opgewacht. Hij vond het toch wel een hele klus en had moeite om tot het eind het tempo bij te houden.

Waarvan akte. Hij is zeker van plan om volgende jaar (hij wordt dan 40 jaar) met mij in Barcelona de hele te lopen. Ik moet dus nog wel een poosje doorgaan. (Was ik sowieso van plan!).

Nog 4 te gaan tot de Bos marathon op 11 oktober 2009.

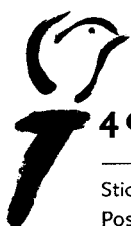
Hans Kleinekoort

REGIO Loopevenementen – juni t/m sept 2009

Informatie o.a. overgenomen uit Dutch RUNNERS GUIDE 2008/2009

(versie 1 jan. 2009 t/m 31 dec. 2009)

Dag	Datum	Evenement	Afstanden	Starttijden
mei				
ZA	30/5	Zeebodemloop Lelystad	4 en 8 / 16,1 km	12.30 / 14.00 uur
ZA	30/5	IJsselsteinloop IJsselstein	10/ 21,1/ 5 km	11.00/11.25/14.05 u.
juni				
WO	10/6	Zomeravondcup Utrecht	10 / 5 km	19.00 / 19.10 uur
ZA	17/6	Marathon Amersfoort 750	5/10/21,1/42 km	11/12/13/14 uur
ZA	20/6	Groot Ginkelse Loop Wekerom	5/ 10,5/ 21,1 km	11.00/12.00/12.15 u.
ZO	21/6 2 ^e	Estafette Atverni Nieuwegein	estafette	12.00 uur
JULI				
WO	15/7	Fortis Loopfestijn Voorthuizen	5/ 10 km	16.45/ 18.00 – 19.45 u.
AUG				
WO	26/8	Gildeloop Soest	3,2/ 6,6/ 10 km	19.00 uur
	26/8	Run2Day Emiclaerloop Amersfoort	10/ 2,5 – 5 – 7,5 km	19.30/ 19.35 u.
SEPT				
VR	4/9	Muiderslotloop Muiden	10 km	19.15 uur
ZO	20/9	25e Dam tot Dam loop A'dam	16,1 km	11.00 en 11.15 uur
	20/9	Openingsloop 7-loop Utrecht	7,5 – 10 – 15 km	11.00 uur
ZO	27/9	Fortis Singelloop Utrecht	10 km	12.30 uur

**4 en 5 mei**

Stichting Comité 4 en 5 mei Soest-Soesterberg
Postadres: Ir Menkolaan 2 - 3761 XA Soest

Aan het bestuur van de
Atletiek Vereniging Pijnenburg.
Parklaan 86
3765 GK Soest.

Soest 12 mei 2009.

Geacht bestuur.

Een grote groep sporters heeft op 4 mei 2009 weer deelgenomen aan het ophalen van het bevrijdingsvuur in Wageningen. Het ophalen van het bevrijdingsvuur is ook dit jaar weer een succes geweest. De sfeer was zonder meer goed te noemen. Ik hoor over dit jaar ook weer vele positieve geluiden. Jammer dat het bij het monument stil is als de groep aankomt. Misschien is dat in 2010 met de viering van 65 jaar bevrijding anders. Immers dan heeft iedereen vrij. Ik ben blij dat alles onderweg goed verlopen is. Het weer was niet best en dan moet je ook qua veiligheid goed uitkijken wat je doet. Ik hoorde dat 1 fietser de weg terug naar Soest zelf heeft moeten (uit)vinden maar wel als eerste is binnengekomen. Als het aan de stichting comité 4 en 5 mei ligt gaan we met het ophalen van het bevrijdingsvuur door. Uiteraard hangt de omvang van de viering van 65 jaar bevrijding sterk af van de beschikbare financiële middelen. Maar voor volgend jaar heb ik voor dit onderdeel zeker de benodigde financiële middelen. Wij zijn druk aan het sparen voor het jaar 2010. Misschien kunnen we met elkaar een leuke sportieve ochtend aan het ophalen van het bevrijdingsvuur koppelen. Denkt u hier alvast maar eens over na als u hier uiteraard voor voelt.

Wij hebben het zeer op prijs gesteld dat AV Pijnenburg ook dit jaar weer van de partij wilde zijn. Als we volgend jaar weer gaan dan hopen wij uw vereniging weer te mogen verwelkomen. Het zou mooi zijn als we volgend jaar met 65 sporters naar Wageningen kunnen gaan.

Bij deze willen wij u bedanken voor uw medewerking en inzet. Het gebruik van uw kantine hebben wij ook weer zeer op prijs gesteld. Wilt u namens ons ook al uw deelnemende leden bedanken voor hun inzet en sportiviteit. Een speciaal woord van dank willen wij graag uit laten gaan naar André Zadel (ons aanspreekpunt). Zijn ondersteuning hebben wij zeer op prijs gesteld.

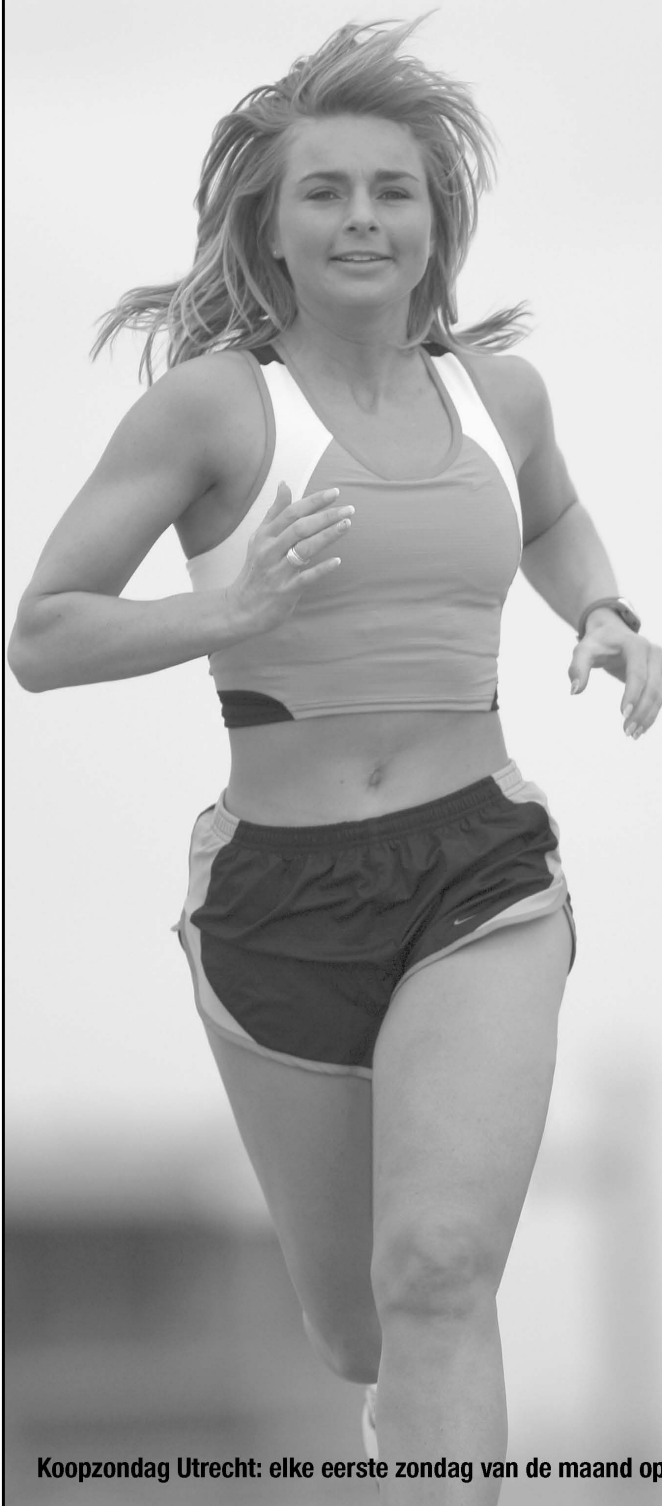
Namens de stichting comité 4 en 5 mei Soest-Soesterberg

Met vriendelijk groet.

C.D.Vos

Voorzitter

ZOMERKLAAR?



Jogger, trimmer, topper, wegatleet, baanatleet? Iedereen is welkom bij Run2Day voor een objectief en deskundig advies. Dit m.b.v. een gratis loopbaananalyse. Spikes, trainings- en wedstrijdschoenen, loopkleding en accessoires zijn bij ons ruim op voorraad. Wij bij Run2Day nemen alleen maar genoeg met de beste producten en het geven van het beste advies.



Ontvang voortaan **15% korting*** op je schoenen en kleding met je Run2DayCard i.p.v. 10%, indien je kunt aantonen dat je aangesloten bent bij een loopgroep of atletiekvereniging.

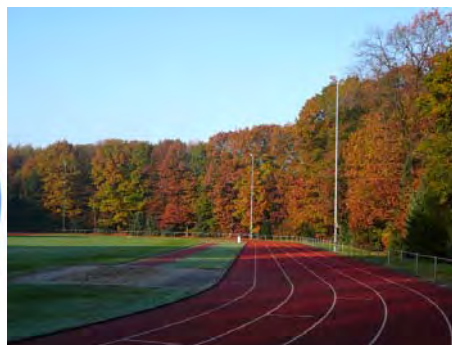
De complete hardloophwinkel

RUN2DAY

Mariastraat 10, Utrecht
Grote Haag 12, Amersfoort

Koopzondag Utrecht: elke eerste zondag van de maand open!

*Kortingen niet in combinatie met andere acties of aanbiedingen, tenzij anders vermeld. Vraag naar de voorwaarden in de winkel of kijk op www.run2day.nl.



Herinrichting Atletiekaccommodatie Bosstraat (HAB)

Nieuwsbrief nr. 3 - mei 2009

Dit is de derde nieuwsbrief van het project Herinrichting Atletiekaccommodatie Bosstraat. Deze nieuwsbrief bericht u over de stand van zaken van het project HAB dat na de aanbesteding binnenkort, na de Schoolatletiekdagen, in uitvoering wordt genomen.

Voortgang project

In de 1^e helft van april 2009 is Lomme Siebenga, technisch adviseur Atletiekunie, druk bezig geweest met de tekeningen en het bestek. Men is op de baan wezen kijken en er is geconstateerd dat de afwatering van de rondbaan niet is zoals gebruikelijk. Op zich was dat geen probleem, echter moest er wel een andere oplossing voor het hoogspringsegment gezocht worden.

Eind april is het conceptbestek, incl. de details een boekwerk van 65 pagina's, van de herinrichting gereed en werd het ter bespreking aangeboden aan de Gemeente.

De bespreking heeft nog tot een aantal wijzigingen geleid. Ook zijn de aanbestedings-procedures van de Gemeente toegevoegd, hetgeen begin mei tot een nieuw, aangepast origineel bestek heeft geleid. Er moet straks veel grond verplaatst, eventueel gereinigd of afgevoerd worden. Daarvoor wordt zwaar materieel ingezet, wat consequenties heeft voor het gebruik van (rond)baan. Dit zal, in tegenstelling tot de eerder verwachting, ook belemmering opleveren voor het gebruik van de (rond)baan.

Dit geldt zowel voor de baanatleten als voor de recreanten en evt. huurders/clinics.

Er zal uitgeweken moeten worden naar andere banen, het bos en/of de weg. Sorry, voor deze beperkende maatregelen.

Half mei 2009 is het aangepaste bestek ter beschikking en werd het door het projectteam bestudeerd. De definitieve goedkeuring moet de weg vrijmaken voor aanbesteding van de klus. Nog steeds is de planning: half mei aanbesteding, gunning half juni en start direct ná 9 juli 2009. Dit alles met het doel op 1 september 2009, met een eventuele uitloop naar 15 september,

klaar te zijn. Het totaalbeeld van de herinrichting ligt nu vast. De lay-out van de inrichting is vastgelegd in een technisch plan met tekening. Alles voldoet nu ook aan de aanbevelingen c.q. eisen van de Atletiekunie en past nog steeds binnen het vooraf opgestelde budget voor de (her)inrichting. Het projectteam ziet uit naar 9 juli en de periode daarna, wanneer de aannemer daadwerkelijk aan de slag gaat.

Projectorganisatie

De Uitvoerende Groep Herinrichting bestaat uit:

- hr. Piet Hoogendoorn (Gemeente),
vertegenwoordiger van de Uitvoerder,
vertegenwoordiger van ISA Sport
- hr. Lomme Siebenga (techn. Adv. Atletiekunie).

Het Projectteam AVP Herinrichting bestaat uit:

- Ben Kersbergen (voorzitter)
- Marcel Klarenbeek
- Evert ten Kate
- Jan Veen.

Voor vragen en/of opmerkingen kunt u zich wenden tot (een van de) leden van het Project.

Resterende tijdsplanning van het project

Juni 2009 – Uitvoerder bekend.

Vorbereiding uitvoering

Begin juli 2009 – Start uitvoering herinrichting

Juli t/m sept 2009 – Daadwerkelijke uitvoering

Okt/nov 2009 – Definitieve afronding project HAB

Communicatie naar leden en Volgende Nieuwsbrief

In principe verschijnt er aan het begin van iedere maand een nieuwsbrief. In de zomermaanden juni/juli verschijnt nummer 4. In de Stretcher van eind augustus/begin september staat er meer over de uitvoering van de herinrichting van de accommodatie.



Groot Gaesbeeker Gilde of Sint Aechten Schuttersgilde van Soest

Ook dit jaar wordt AV Pijnenburg in de gelegenheid gesteld tijdens de Gildefeesten de garderobe te verzorgen. Deze zijn van 27 augustus t/m 31 augustus.

De opbrengst komt geheel ten goede aan de vereniging.

De opbrengst van vorig jaar was: € 1427,15

Binnenkort komt er een lijst te hangen op het publicatiebord in het clubhuis.

Wil je ook eens helpen de garderobe te bemannen, zet je naam dan op de lijst, bel naar Marga Boeren of stuur een mailtje naar gaboeren@tiscali.nl.

Bericht van de Sylvestercross.

Het is eind mei, stralend (zomer-)weer en dan schrijven over de Sylvestercross ? Dat lijkt toch nog heel ver weg!

Als je naar de datum kijkt dan klopt dat, maar met sommige voorbereidingen kun je niet vroeg genoeg beginnen. Ik noem er een paar.

De sponsor-groep heeft al drukke maanden achter de rug. Het is zaak om juist nu, in de tijd waarin instellingen, bedrijven en ondernemers hun plannen voor de rest van dit jaar



SYLVESTERCROSS
SOEST

nog gedeeltelijk kunnen invullen, met steun voor de Sylvestercross bij hen aan te kloppen. Voorzien van o.a. het mooie Impressieboek Sylvestercross 2008 werden al vele oude en nieuwe sponsors benaderd. Geduldig, systematisch en volhardend met wisselend succes.

In het weekend van 16 mei jongstleden is de inschrijving voor de Sylvester BusinessRun geopend. Om bedrijven en instellingen tijdig hun team(s) te laten vormen is de inschrijving flink in de kalender naar voren gehaald. Door snel schakelen heeft de PR-groep de Sylvester BusinessRun flyer al gereed en deze wordt nu op diverse manieren verspreid. Ook de individuele inschrijving wordt binnenkort mogelijk. Ook in de één dezer dagen uit te brengen 1^e Nieuwsbrief wordt hieraan aandacht besteed.

Verder is de invulling van de 'personele bezetting' een voortdurend aandachtspunt. Het plan is om in september aanstaande een vrijwilligersavond te organiseren. De zogenoemde 'blokhoofden' zullen hier een belangrijke rol spelen. Maar.....dat duurt nog even.

Ik wens ieder alvast een fijne vakantie,

Ad Smits

Bestuurslid Sylvestercross

Grootste collectie spikes van Nederland bij PK!

- Allround spikes
- De beste cross spikes en terrein/trailschoenen
- Sprint, MD en LD spikes
- Spikes voor speerwerpen kogelstoten, discuswerpen; voor polsstokhoogspringen maar ook spikes voor hoog- en verspringen.

Adidas, Asics, Brooks, Mizuno, New Balance, Nike en Saucony spikes. De grootste keuze van heel Nederland, u vindt het bij PK Runningshop!



Start GOOD, run BETTER, finish BEST!



PK is sponsor van de Sylvestercross 2008
www.pkrun.nl



De 50 EURO CLUB van AV Pijnenburg

4 Juli 2009 - Midzomer Fietstocht 50 EURO CLUB AV Pijnenburg

Het bestuur van de **50 EURO CLUB van AV Pijnenburg** organiseert opnieuw een heel leuke activiteit, dit jaar op zaterdag 4 juli een Midzomer fietstocht.

Deze bijzondere fietstocht, we vertrekken even na 05.00 uur ('s morgens!), voert ons door de bossen en weilanden en langs water in onze weergaloze omgeving en wordt afgesloten met een al even bijzonder ontbijt. De kans is groot dat we op onze tocht reetjes tegen zullen komen op weg van hun drinkplaats naar een meer beschutte locatie. Zeker zullen we vele vogels hun ochtendlied horen zingen en onze omgeving zien wakker worden. Want we zullen tijdens de fietstocht ook een aantal lieflijke dorpen aandoen.

Alle bijzonderheden en hoe in te schrijven staat in het Inschrijfformulier dat op de tafel ligt rechts naast de hoofdingang van de kantine. Hier liggen ook de Inschrijfformulieren om lid te worden van de 50 Euro Club en staat en doos waarin de Inschrijfformulieren (fietstocht en/of lid worden) kunnen worden gedeponeerd.

OOK LID worden van de 50 EURO CLUB AV Pijnenburg?

Het bestuur van de **50 EURO CLUB AV Pijnenburg**, opgericht in 2004, heeft een grote wens dat veel meer leden lid van onze sponsor club worden. We zijn dus op zoek naar enthousiaste leden.

Maar wat is de 50 EURO CLUB, wat doet de club en wie zijn de mensen achter de club?

De CLUB.

De 50 EURO CLUB van AV Pijnenburg bestaat uit mensen, die AV Pijnenburg een warm hart toedragen en is spontaan 'opgericht' tijdens de AVP nieuwjaarsreceptie 2004.

De Leden en het Lidmaatschap.

Iedereen, leden van AV Pijnenburg, maar ook niet-leden/sympathisanten kan lid worden van de 50 EURO CLUB AVP. Het lidmaatschap bedraagt 50 Euro per jaar (vandaar de naam van de club).

De Doelstelling.

De doelstelling is om door geldinbreng van de 50 EURO CLUB AVP projecten binnen AV Pijnenburg te realiseren. Deze projecten liggen op alle gebieden binnen de vereniging, worden bepaald op basis van ideeën uit de 50 EURO CLUB AVP en worden uiteindelijk gekozen in overleg tussen het bestuur van de 50 EURO CLUB AVP en het bestuur van AV Pijnenburg. Het gaat hierbij om projecten die normaler wijze niet door de vereniging AV Pijnenburg (of de gemeente) worden geregeld en betaald

Projecten.

In 2005 heeft de 50 EURO CLUB een digitale tijd- en temperatuur klok aan AV Pijnenburg geschonken. Voor 2006 is voor een project voor de jeugd gekozen. En in 2007 en 2008 is het terras voor ons clubhuis de Pijnenburgt aangekleed met een aantal picknicktafels/banken.

Extra's.

Ook organiseert de 50 EURO CLUB AVP minimaal 1 keer per jaar een activiteit om de onderlinge band en vriendschap te behouden en te verstevigen.

Activiteiten.

In 2004 hebben de leden van de 50 EURO CLUB tijdens de oprichtingsvergadering de Muurhuizen in Amersfoort verkend en een 'werkbezoek' aan de brouwerij de Drie Ringen gebracht.

In 2004 en ook in 2005 heeft de 50 EURO CLUB ter gelegenheid van de opening van het atletiekseizoen een Zeskamp en Barbecue voor iedereen, AVP leden, vrienden en kennissen, georganiseerd. In 2006 en 2007 is de Zeskamp vervangen door een Fietspuzzeltocht. En in 2008 stond een Wandeltocht op het programma.

Lid worden.

Heel eenvoudig! Vul het aanmeldingsformulier, ze liggen in ons clubhuis de Pijnenburgt. Voor meer info kunt u altijd bij een van de bestuursleden van de 50 EURO CLUB terecht. Zij schrijven u graag als lid in!

Bestuur 50 EURO CLUB van AV Pijnenburg.

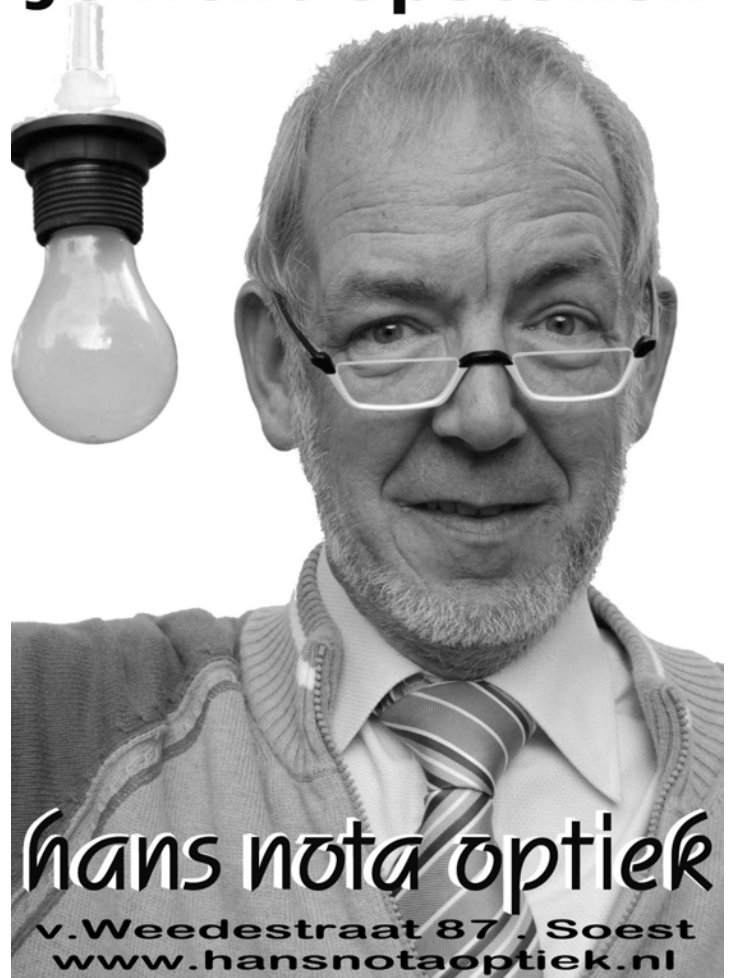
Loes Nel, Gijs Kok, Leo Kortekaas, Evert van der Pol en Dymen van Emst (voorzitter).

15 jaar Sylvestercross

Tijdens een gezellig samenzijn van de Kantine-commissie werd door de voorzitter Gé van Zal een bloemetje aangeboden aan Ineke Schoemaker voor het 15 jaar verzorgen van de catering in de tent in de Lange Duinen tijdens de Sylvestercross.



Je licht opsteken



v. Weedestraat 87, Soest
www.hansnotaoptiek.nl

Telefoon: 035-6017120

Clubrecords:

Op de site van Pijnenburg en in de hal van het clubhuis hangt een bord (nu tijdelijk in onderhoud) waar alle clubrecords genoteerd staan. Als je ziet dat je een clubrecord hebt verbroken, kan je via de trainer een briefje laten invullen plus de resultatenlijst. De WAC bepaald of dit record geldig is en laat dit via de webmaster veranderen.

Brigitte Nijhoff is op dit moment bezig het record-bord te veranderen, zij zal ook hierop de nieuwe standen bijhouden.

Doe je best, want er staan een aantal prestaties, die al een tijd niet verbeterd zijn, wie weet lukt het jou deze keer wel.

Groeten van De Jeugdcommissie

Rotterdam marathon 5 april 2009

Onder ideale omstandigheden om 11 uur in gezelschap van mijn schoondochter (had al eens marathons gelopen) die mij tot het ½ marathon punt zou vergezellen. Het blijft indrukwekkend al die atleten op de smalle Coolsingel omgeven door hoge gebouwen na het onvolprezen Lee Towers "you will never walk alone" weggeschoten te horen worden. Vele willen in de aanvang hun PR op de 5 km verbeteren zo lijkt het wel. Ze vliegen rechts en links langs je heen. Echter na 1,5 km linksaf de eerste keer de Erasmusbrug op zie je de massa toch weer langzaam op je afkomen. Opnieuw een vlak schema dat ons op de ½ marathon in 2.11 bracht om vervolgens alleen verder te gaan en in 4.28.58 de taak te volbrengen. Dit was dan nr 146. Over 3 weken reis ik af naar Marseille waar ik op 26/4 nr 147 hoop te voltooien.

Hans Kleinekoort

MARSEILLE marathon op 26 april 2009.

Op 23 april vanaf Eindhoven (vanzelfsprekend met Ryanair - Euro 60 voor 2 retourtjes) met de late middagvlucht naar Marseille. Niet alleen de marathon was ditmaal het doel – ook mijn zusje woont er al sinds jaar en dag. Aangekomen donderdag tegen de avond in prachtig weer hetgeen ons ook vrijdag en zaterdag ten deel viel. Prachtige stad met die heel mooie kathedraal die boven alles uitsteekt, wij vliegen regelmatig naar Gerona en komen dan over Marseille terug waarbij de kathedraal duidelijk valt waar te nemen. Marseille heeft een indrukwekkende kustlijn en is eigenlijk een verzameling van vele dorpen. De oude haven (port vieux) is het centrum van vele activiteiten – het ene hotel nog uitbundiger dan het andere – ook de prijzen. De organisatie van deze 1^{ste} Marseille marathon had de oude haven uitgekozen als start en finishplaats. Eerst oostwaarts om vervolgens in de omgeving van de haven het ½ marathon te passeren om vervolgens westwaarts te trekken en weer terug (deels elkaar passerend, deels een etage hoger). Was het weer bij aankomst prachtig – op D day s'morgens bij het openen van de gordijnen donker, regen en een stormachtige mistralwind. En dit zou zo de gehele dag blijven. En toch veel enthousiaste toeschouwers waaronder de nichtjes en neefjes. Ditmaal was de spons in

elk geval niet nodig.

Wat heet vlak lopen (tussentijden op de 10 km punten 1.05 - 1,00 – 1,05 – 1.04.50) om tenslotte in 4.24.55 te arriveren.

Bij aankomst was duidelijk te merken dat men in Marseille zelden met regen van doen heeft.

Alle kledingzakken waren van een dun kartonnen label met startnummer voorzien. Door de regen waren de meeste labels eraf gescheurd. Met 4500 deelnemers (dus kledingzakken) verdeeld over 10 te kleine partytenten laat het zich raden hoe de uitgifte na afloop verliep. Gedrang, geschreeuw en gestaag toenemende agressie. Wat wil je – alle lopers getekend door de strijd tegen de elementen – tot op het bot nat en koud om vervolgens gedurende 1 uur te wachten tot je in het bezit kwam van je kledingzak. De verantwoordelijke dames moesten de knoop ontwarren om er vervolgens een kledingstuk uit te tillen en dit aan de meute te tonen in de hoop dat er iemand JA zou zeggen. Zo niet dan de zak maar weer op de stapel en de volgende zak. Ook de uitgifte van de finisher shirts verging het niet anders. En toch uiteindelijk alleen maar blij gezichten.

Inmiddels heb ik besloten de marathon van Gilze die op 9 mei as staat gepland van mijn lijstje te schrappen zodat de eerstvolgende (nr 148) op 6 juni in Liechtenstein zal zijn – een echte Alpen marathon met de finish op 2300 meter (in 2003 heb ik deze met Gerard Boeren gelopen).

Hans Kleinekoort



Beveiligingen B.V.

**DE SPECIALIST OP GEBIED VAN
BEVEILIGING**

VOOR WOONHUIS EN BEDRIJF

- * Inbraak en brandbeveiliging
- * Toegangscontrole & camera systemen
- * 24-uurs service
- * landelijk erkend **BORG** en **VEB**
- * GSM telefoons en centrales

BEL VOOR VRIJBLIJVEND ADVIES

Emka Beveiligingen b.v.

Beetzlaan 22 SOEST

Telefoon: 035-6024142 Fax: 6026870

Internet : www.emka-beveiligingen.nl

E-mail : info@emka-beveiligingen.nl



Van de ledenadministratie.

Sinds 18 februari zijn 23 personen lid geworden van onze vereniging.

Het ledental is op dit moment (20 mei) gekomen op 828 personen.

Dankzij de goede actie van het bestuur en de jurycoördinator hebben we gelukkig 7 nieuwe juryleden in ons midden.

De volgende personen zijn in de afgelopen maanden lid geworden van onze vereniging:

Naam	Plaats	Datum In	Categorie
Dan Koot-Jagtenberg	Soest	24-feb-09	Recreant
Pieter Jan Nellestijn	Soest	04-mrt-09	Master
Andy Judd	Soest	04-mrt-09	Recreant
Yvonne Schutte	Soest	09-mrt-09	Junior C
Nils Boom	Amersfoort	09-mrt-09	Recreant
Geneviève Delauré	Soest	09-mrt-09	Nordic Walk
Jet van Asch	Soest	11-mrt-09	Recreant
Ivo Stolk	Soest	14-mrt-09	Mini Pupil
Pon Waterman	Soest	06-apr-09	Nordic Walk
Wil den Adel	Soest	08-apr-09	Recreant
Anne Nelissen	Amersfoort	14-apr-09	Junior D
Daniël Noorman	Soest	15-apr-09	Pupil A
Ger Daalmeijer	Soest	22-apr-09	Recreant
Pim van Asch	Soest	23-apr-09	Recreant
Maria Slootweg	Bilthoven	28-apr-09	Recreant
Karin van Hoorn	Soest	01-mei-09	Jury
Thea Velt	Soest	01-mei-09	Jury
Karin Haar	Soest	01-mei-09	Jury
Jacqueline de Groot	Amersfoort	01-mei-09	Jury
Petra van Eijs	Soest	01-mei-09	Jury
Rob de Haan	Soest	01-mei-09	Jury
Rene Braaksma	Soest	03-mei-09	Jury
Hugo Wortel	Soest	13-mei-09	Recreant

Wij wensen deze personen sportieve en plezierige jaren toe bij AV Pijnenburg.

Leden die hun lidmaatschap willen gaan opzeggen dienen dit doen voor 1 juli. Doen zij dit niet dan gaat AV Pijnenburg de contributie innen voor het tweede deel van 2009.

Opzeggen kan in principe alleen door een schriftelijk bericht of e-mail naar mij toe te sturen.

Dus niet alleen via de trainers/trainsters want dat wordt vaak niet doorgegeven.

Ook is het adres van AV Pijnenburg aan de Wieksloterweg niet te gebruiken omdat daar simpelweg geen brievenbus aanwezig is.

Voor het goede adres zie voorin de "The Stretcher".

De ledenadministratie

Evert van 't Klooster

E-Mail : ledenadministratie@avpijnenburg.nl

DEKKER

+

VAN DEN BERG

BELVEDEREWEG 7 3762 EE SOEST

T 035 - 60 33 164

E DENB@CISCON.NL

DRUKWERK
PRINTSERVICE
VORMGEVING

ook voor digitaliseren van uw dia's / foto's

ONDERSCHEID IN KWALITEIT



09-05-2009 NIEUW! Verenigingsarrangement

Nieuw dit jaar is het verenigingsarrangement voor alle aangesloten verenigingen van de Atletiekunie. Kom op de finaledag (zondag 2 augustus) van de SPAR NK Atletiek met jouw vereniging naar het Olympisch Stadion voor een unieke experience. Kom clubgenoten aanmoedigen, beleef de geweldige ambiance en geniet!

Een verenigingsarrangement bestaat uit:

- Toegangskaarten voor de gehele groep (mogen leden en niet leden zijn)
- Gereserveerde plekken ter hoogte van de finishlijn
- Lunchpakketten en een goodiebag met hierin oa. het programmaboekje

Om gebruik te maken van het arrangement moet de groep uit ten minste 10 personen bestaan. De kosten bedragen € 5,- per persoon. Aanmelden kan tot 13 juli.

Meer informatie of het direct aanmelden kan door een e-mail te sturen naar Judith Veldman (Judith.Veldman@atletiekunie.nl) of Justin Kröder (Justin.Kroder@atletiekunie.nl). Kijk ook op de website www.nkatletiek.nl.

Kom dus zondag 2 augustus met jouw vereniging naar het Olympisch Stadion in Amsterdam en beleef de SPAR NK Atletiek vanaf de beste plek in het stadion!



"Vakmanschap vanuit het hart"

- Schilderwerk
- Plafond & Wandafwerking

Schildersbedrijf Kees van de Bilt
Soest
035-6025525
06-29003393
schilder.vandebilt@wanadoo.nl

VAKMANSCHAP VANUIT HET HART, dat wilt u toch ook voor het schilderwerk in of aan uw woning.

Ons bedrijf staat bekend als: **"de schilders die (alles) nog met de kwast schilderen"**.

Hier zijn we trots op en dat vind u terug in ons werk. Onze klanten zijn zeer tevreden en soms zelfs verbaasd over de kwaliteit van het geleverde werk, de prijs en niet geheel onbelangrijk:

de nette manier van werken en oplevering.

Wilt u dit ook eens van dichtbij meemaken, bel gerust voor een vrijblijvende afspraak.

Bevrijdingsvuurestafette 2009.

door André van Zadel

'Bevrijdingsvuur aangekomen'. Dat bericht was – met kleurenfoto – voorpaginanieuws in de Soester Courant van woensdag 6 mei jl. 'Met loeiende sirenes (van de Oude Nevel van de brandweer en van de motorpolitie) kwamen sporters van AV Pijenburg en SV Eemland gisteren aan bij het monument. Ze hadden er een lange tocht van ongeveer 60 km op zitten. In de avonduren van 4 mei werd het bevrijdingsvuur in Wageningen opgehaald en in een nachtelijke estafette lopend, fietsend of skeelerend naar Soest gebracht. Gisterochtend kwamen de fanatiekelingen keurig op tijd aan bij het monument, waar burgemeester Arie Noordergraaf de fakkel in ontvangst nam.'
Tot zover wat naar buiten kwam via de Soester Courant. Wat zich achter de schermen van deze nachtelijke estafette allemaal heeft afgespeeld lees je natuurlijk hier in de Stretcher.

De TCRL had – op uitnodiging van en in samenwerking met de gemeente c.q. het Comité 4/5 mei – deze tocht georganiseerd. De voor deze

bijzondere gelegenheid samengestelde ploeg van lopers en fietsers vormde een leuke dwarsdoorsnee van onze club: trainers, commissie- en bestuursleden, en een paar mensen uit diverse loopgroepen. Met de skeeleraars van SV Eemland erbij totaal zo'n 35 personen.

4 mei tegen 22.00 uur vertrok de bus naar Wageningen. Onderweg het programma doorgenomen en nog wat laatste aanwijzingen gegeven. Na de koffie en wat andere hartversterkende drankjes stonden we tegen 23.30 uur in ons 'startvak' en konden we van daaruit via grote beeldschermen de ceremonie volgen bij Hotel De Wereld, waar om middernacht het grote vuur werd ontstoken. Toch wel een indrukwekkende en plechtige gebeurtenis, dat zou je bijna vergeten als je daar zo met z'n allen aan het begin staat van een plezierige sportieve nacht. Na de toespraken en de vele vertrekkende groepen voor ons waren wij rond 01.00 uur eindelijk aan de beurt en konden we - inmiddels al een beetje natgeregend - met onze brandende fakkel

terug naar de bus. De eerste groep lopers, fietsers en skeeleraars maakte zich gereed voor de start: de tocht kon beginnen!

Na een kwartiertje had de bus zich bij de groep gevoegd. Vlak voor de Grebbeberg even een stop aangekondigd; de bus zou een aantal kilometers niet bij de groep zijn, dus wie wilde wisselen moest dat nu doen. Snel gewisseld en weer door. Maar wat bleek, de achterfietser was nog in de bus om even een hesje aan te trekken. Snel weer op de fiets en er achteraan, hoewel eerst de verkeerde kant op toen alsnog in de goede richting gestuurd. Stress! De bus zette koers naar de plek waar we de groep weer zouden oppikken. Maar dan een telefoontje van de voorfietser: de achterfietser was nog steeds niet bij de groep. Aangekomen bij het

wisselpunt bleek de situatie onveranderd. De fietser – we noemen hem voor het gemak even G – was dus zoek! En het ergste was, zijn telefoon lag in de bus!! Hoe verzin je het. En we hadden nog zo afgesproken dat!

Na enige beraadslagingen werden zoekacties gestart: twee fietsers terug over de afgelegde route, de bus via

de provinciale weg terug richting Wageningen. En allemaal uitkijken naar G. Terug bij 'het tunneltje' – voor insiders inmiddels een begrip – bleken de zoekacties geen resultaat te hebben gehad. De spanning was goed voelbaar, maar we moesten toch door. De tocht werd dus voortgezet, in de hoop dat G ergens weer uit het donker zou opduiken. Maar dat gebeurde niet. Vanuit de bus werd de politie ingeschakeld: fietser G uit Soest midden in de nacht vermist onder aan de Grebbeberg. Dat vergde natuurlijk enige uitleg. Maar de politie pakte het gelukkig, naar later bleek, heel serieus op. Ze vonden hem echter niet, wij ook niet en hadden inmiddels heel veel tijd verloren.

Langzaam groeide de hoop dat G gewoon naar Soest terugfietste. Op de heenweg naar Wageningen had ik nog in de bus het verhaal verteld van een vorige editie van de bevrijdingsvuurloop, waarbij we ook een fietser (toen van TempoToer) waren



kwijtgeraakt. Die zagen we pas weer in Soest. Misschien had onze G aangenomen dat dit bij het scenario hoorde en had hij zijn voorbeeld gevolgd?

Spanning, ongerustheid, speculaties en ook grapjes wisselden elkaar af. Regelmatig contact met de meldkamer politie bleef zonder resultaat, G bleef zoek. Bij Scherpenzeel had zich onze Soester motoragent bij de groep gevoegd en ook hij was – via de meldkamer – al op de hoogte van de vermissing. Geweldig trouwens, een echte motorescorte.

We wisten het inmiddels zeker: het kon gewoon niet anders dan dat G de weg naar Soest had gevonden en daar vóór ons zou aankomen.

Ondanks de druilerige regen had iedereen toch steeds zin om te lopen en te fietsen, dus er werd druk gewisseld. Voor de skeeleraars waren de wegen soms te nat, sommigen overbrugden af en toe een stukje met de bus. Dat laatste heeft ook de hele groep moeten doen, anders waren we veel te laat in Soest aangekomen. Normaal gesproken zouden we rond 06.30 uur in Soest moeten kunnen zijn. Dan zouden we in onze eigen Pijnenburgt een pauze hebben van ruim anderhalf uur. De organisatie had geregeld dat Antonio van den Hengel (beter bekend als Toontje) een ontbijtbuffet voor alle deelnemers zou klaarzetten. Veel later zouden we dus niet moeten aankomen, dat zou erg vervelend zijn. Maar zoals het er op dat moment naar uitzag zou het pas rond 08.00 uur zijn dat we zouden arriveren. Dan zouden we meteen door kunnen naar het monument, want daar werden we om 09.00 uur verwacht. We hadden een echt tijdprobleem.

Dus, besluit genomen: even alles de bus in en een paar kilometer overbruggen. Ter hoogte van de Leusderheide pakten we de draad weer op. En net was de ploeg weer onderweg of daar kwam het bevrijdende bericht: G was in de Pijnenburgt en stond onder de douche. Had hij natuurlijk wel nodig na zo barre, natte,

eenzame fietstocht door de nacht. Het nieuws werd snel naar buiten gebracht, iedereen opgelucht. Dat loopt toch een stuk lekkerder. En na wat afwijkende versies van Boudewijn de Groot's 'Hoe sterk is de eenzame fietser' leek het voorval gedurende die laatste etappe even vergeten. Tot we G in de kantine zagen, natuurlijk. En alle 'ervaringen' even uitgewisseld konden worden. Arme G, hij heeft het wel geweten!

Om 08.15 uur precies vetrok het hele gezelschap richting het monument voor het officiële deel van deze tocht: het overhandigen van het vuur aan de burgemeester. Soest werd langzaam wakker, er was al wat verkeer op straat wat resoluut werd stilgelegd door onze motoragent. Wie nog niet wakker was werd ruw gewekt door de sirenes van de oude brandweerwagen en de politiemotor. Via Overhees en Klarwater naar de Dalweg, Steenhoffstraat en



Van Weedestraat richting het monument. Vlak daarvoor toch nog even de fakkel verwisselen en onder luid kabaal de Ir. Menkolaan in, waar een enorme menigte (??) ons stond op te wachten.

09.00 uur, precies op tijd! Knap hè!? Hier nam de pers het verhaal verder over. Maar je weet nu iets meer. Volgend jaar zal de gemeente ons beslist weer vragen om mee te doen. Bij voorbaat is al ja gezegd. Tegen die tijd hoor je er meer over. Wie weet ben je erbij!



Nijverheidsweg 24a, 3762 ER Soest

Postbus 343, 3760 AH Soest

Telefoon 035 601 01 15

Telefoon 035 601 47 06

Telefax 035 602 20 22

Internet www.kantooexpert.nl

E-mail info@van-de-ven.nl

BAANWEDSTRIJD AVP-BAV-DE SCHIETER 6 MEI 2009 BIJ AV PIJNENBURG

UITSLAGENLIJST RECREANTEN

Plts Naam	Ver.	Uitsl Categ	Tijd				
1 Rob Pit	BAV	1e M Rec	21:26	6 Erik den Oude	AVP	6e M Sen	17:43
2 Jacqueline Drop	AVP	1e V Rec	22:40	7 Stefan Leeftang	BAV	7e M Sen	17:50
3 Gerda Visch	AVP	2e V Rec	22:44	8 Aaldrik Tiktak	AVP	1e M Mas	18:13
4 Henny Bosselaar	BAV	2e M Rec	23:22	9 Jefta Bijpost	AVP	8e M Sen	18:15
5 Jan Schuurman	AVP	3e M Rec	23:29	10 Pieter Jan Nellestein	AVP	2e M Mas	18:22
6 Roel Wijmenga	AVP	4e M Rec	23:30	11 Joel de Bree	AVP	9e M Sen	18:25
7 Kees Vink	BAV	5e M Rec	23:31	12 Theo v.d. Beek	AVP	3e M Mas	18:31
8 Willemijn Land	AVP	3e V Rec	23:41	13 Joep Rozendaal	BAV	10e M Sen	18:50
9 Mevlut Kocer	AVP	6e M Rec	23:44	14 Sacco van Wessel	BAV	11e M Sen	19:01
10 Frits de Kamp	AVP	7e M Rec	23:45	15 Ben Horst	BAV	4e M Mas	19:11
11 Tony Gaillard	AVP	8e M Rec	23:46	16 Jaap Sonnenberg	BAV	12e M Sen	19:13
12 Jurjen Elzinga	AVP	9e M Rec	24:11	17 Ferdy Oudebeek	BAV	13e M Sen	19:13
13 Susanne van Willigen	AVP	4e V Rec	24:36	18 Wilfred Zoetemelk	AVP	14e M Sen	19:26
14 Paul Kok	AVP	10e M Rec	24:37	19 Inge Dijkman	Aart S	1e V Wed	19:30
15 Astrid Suijkerbuijk	AVP	5e V Rec	24:42	20 Roberta Hofman	Aart S	5e M Mas	19:30
16 Ilona Verhoeven	AVP	6e V Rec	25:37	21 Berend Drenth	AVP	6e M Mas	19:36
17 Nelleke v.d. Berg	AVP	7e V Rec	25:40	22 Jos Bloem	AVP	7e M Mas	19:43
18 Everhard van Dijk	AVP	11e M Rec	25:48	23 Edgar Cukier	AVP	8e M Mas	19:47
19 John de Vries	BAV	12e M Rec	25:53	24 Jantine Hannessen	Schieter	2e V Wed	19:48
20 Sieske v.d. Vijgh	AVP	8e V Rec	28:26	25 Peter van der Vijgh	AVP	15e M Sen	20:13
21 Trudie v.d. Brink	AVP	9e V Rec	29:29	26 Titus Blom	AVP	9e M Mas	20:16
22 Paul Romijn	AVP	13e M Rec	30:19	27 Christiaan Wattel	AVP	16e M Sen	20:23
23 Anja van Willigen	AVP	10e V Rec	31:00	28 Wim den Blanken	BAV	10e M Mas	20:32
24 Nellie van Nieuwenhuizen	AVP	11e V Rec	31:19	29 Martin Stolk	AVP	17e M Sen	20:34
25 Mieke Musolf	AVP	12e V Rec	31:19	30 Peter de Groot	AVP	11e M Mas	20:41
				31 Vincent Leent	AVP	12e M Mas	20:49
				32 Theo Deur	AartS	13e M Mas	20:52
				33 Mark Nieuwenhuizen	BAV	14e M Mas	20:54
				34 Ruud Breuker	BAV	15e M Mas	21:19
				35 Rene Hilhorst	AVP	16e M Mas	21:20
				36 Erik Oudshoorn	AVP	17e M Mas	21:24
				37 Wouter de Blocq vanS	AVP	18e M Mas	21:27
				38 Werner Benzenberg	AVP	19e M Mas	21:34
				39 Hans de Wolff	AVP	18e M Sen	21:37
				40 Martha van Hal	AVP	3e V Wed	22:45
				41 Jan Helwig	AVP	20e M Mas	23:02
				42 Lotje Hakker	AVP	4e V Wed	24:26

UITSLAGENLIJST - WEDSTRIJD

Plts Naam	Ver.	Uitsl Categ	Tijd				
1 Niels de Bruin	BAV	1e M Sen	16:43				
2 Gerrit Heusinkveld	Schieter	2e M Sen	16:59				
3 Maarten Haegens	AVP	3e M Sen	17:09				
4 Mart Reiling	AVP	4e M Sen	17:35				
5 Harry Sikkema	Schieter	5e M Sen	17:36				

Valk
accountancy

• Zuidergracht 62 • 3763 LW Soest • Tel: 06-228 920 32 •
• E-mail: info@valk-accountancy.nl •

Het is tijd om te sporten.

Sport is belangrijk. Omdat het leuk en gezond is, maar vooral omdat het mensen dichterbij elkaar brengt. Hoe jong of oud ze ook zijn en wat ze in het dagelijks leven ook doen. Sporters en supporters maken allemaal tijd vrij voor hun vereniging. En zo'n vereniging steunen wij natuurlijk ook. Waar en wanneer we maar kunnen.

Voor meer informatie: (035) 609 63 33

Het is tijd voor de Rabobank.



Rabobank

Jan den Otter, Accountant

*Voordat we de cijfers bestuderen,
bekijken we eerst uw bedrijf van binnenuit.*

De ondernemende adviseurs

De zaak. U gaat ermee naar bed en staat ermee op. Werkweken van 60 uur, u weet niet beter. Want u wilt resultaten boeken. En de concurrentie liefst voor blijven. Die ondernemersmentaliteit herkent u ook in onze accountants en belastingadviseurs. Die kijken verder dan de jaarrekening en aangifte. Denken niet

alleen met u mee, maar ook vooruit. Beantwoorden niet alleen uw vragen, maar geven ook ongevraagd advies. En maken inzichtelijk wat de cijfers nu écht voor uw bedrijf betekenen. Dat scheelt u veel tijd, rompslomp en kopzorgen. Met als prettige bijkomstigheid dat u kunt doen wat u het liefste doet. Ondernemen.

www.vanzwolwijntjes.nl



VAN ZWOL | WIJNTJES
ACCOUNTANTS & BELASTINGADVISEURS