

DE VRIENDENBAND

mededelingenblad
van de Vereniging
Vrienden van de Atletiek
oktober 2024
73^e jaargang
nr. 5



In dit nummer o.a.

Over een droom die uitkwam

Olympisch Parijs, wat was je mooi

Vrienden Golfdag 2024

Voor het voetlicht: Riet vd Enden

Jeugdfonds: C-Spelen 2024



De Vriendenband

Inhoudsopgave

pagina

73e jaargang nummer 5, 2024

Van de voorzitter	1
Van het secretariaat	2
Over een droom die uitkwam	3
Oud-Olympiër Truus Hennipman overleden	4
Herinneringen aan Ad Persoons	5
Olympisch Parijs, wat was je mooi	6
De 4 x 400 meter vrouwen in het zonnetje	8
Advertentie BK Ingenieurs	9
Oké, dit is een ernstig verhaal, met een moraal	10
Advertentie Praktijk Energiek	12
Onze 4 x 100 m vrouwen op de Olympische Spelen (2)	13
Vrienden Golfdag 2024	18
Stichting Atletiekerfgoed	20
Advertentie Fysiotherapie Vennewater	21
Voor het voetlicht: Riet van der Enden	22
Een bezoek aan Zuid-Limburg met de Vrienden	28
Vrienden Jeugdfonds op de voet gevolgd	30
Talent Awards goed besteed + advertentie Rien van Haperen Consultancy	35
De Links op Wikipedia	36
Advertentie Max4Home	38
Advertentie Global Sports Communication	39
Onze jarigen	40

Kopij Vriendenband december 2024

Graag vóór 20 november 2024

aan de redactie:

Piet Wijker

De Uitkijklaan 12, 1974 XP IJmuiden

pietwijker@gmail.com

tel.: (0255) 513 700 / (06) 202 19 316

Van de voorzitter

De olympische en paralympische Spelen liggen, met overtuigend succes voor de Nederlandse atleten, inmiddels achter ons. Ook de nationale competities en de clubkampioenschappen zijn afgesloten. De wegwedstrijden gaan onverdroten voort en ook de veldlopen duiken in het schemer van de herfst weer op. Never a dull moment in de atletiek!



Rien van Haperen en Angela Kamp. (foto: Angela Kamp)

Voor mij een mooi moment om het eens buiten de eigen landsgrenzen te zoeken in de vorm van een groepsreis op Sicilië. Het trouwe rugzakje, als relikwie van de EK Atletiek 2016, vergezelde me weer en het valt op hoezeer dit de aandacht van medereizigers trekt. Deze keer in elk geval van de hyperactieve en sympathieke vrijwilliger Angela Kamp, die in het Amsterdamse circuit bepaald geen onbekende is. Ze was als vrijwilliger betrokken bij de NK's Atletiek in het Olympisch Stadion en één van de ruim 1.500 vrijwilligers bij de EK Atletiek 2016. Zij maakte hier deel uit van het Doping Controle Team onder de bezielende leiding van, jawel, 'onze' Ellen van de Bunt. Voor de loopevenementen van Le Champion bestiert ze de troubledesk b.v. bij de (halve) marathon van Amsterdam. Mooi om ieder vanuit het eigen gezichtsveld herinneringen op te halen en vooral stil te staan bij haar ervaringen als vrijwilliger in de sport. Het heeft mij er maar weer eens van overtuigd hoe waardevol de rol van de vrijwilliger is. Op mondiaal niveau met o.a. Sylvia Barlag als gezaghebbend Council Member van World Athletics. Maar ik denk ook aan de inzet van de vele vrijwilligers in aanloop naar en tijdens de EK Indoor Atletiek 2025 in Apeldoorn. Of aan de vrijwilligers die zich steeds opwerpen om nationale kampioenschappen en competities te doen slagen. En niet te vergeten het *kapitaal* dat bij de verenigingen berust om al die mooie doelstellingen te realiseren. Korter bij huis zie ik het uiteraard ook bij de Vrienden van de Atletiek, louter een vereniging *van en voor vrijwilligers*.

Dat alles in een wereld waarin de verzakelijking toeneemt en de sociale cohesie steeds meer onder druk komt te staan. Dat is ook de reden dat ik niet zoveel heb met de Dag van de Vrijwilliger, dit jaar op 7 december a.s.. Voor mij mag de vrijwilliger, al is het maar symbolisch, elke dag wel een schouderklopje krijgen. Nog te vaak vinden we die inzet ook in de sport maar vanzelfsprekend en bestaat eerder de neiging om regels aan te scherpen, wat weer tot ontmoediging leidt. Juist daarom is het fijn elkaar te kunnen ontmoeten op onze reünie samen met de atleten van TOPATL'80 op 2 november jl. in Berg en Dal, herinneringen op te halen en hier en daar een pluim uit te delen.

Graag tot ziens weer.

Rien van Haperen, voorzitter

Van het secretariaat

Adres secretariaat:

Jaap van Amsterdam, Irenestraat 74, 2161 PZ Lisse,
Tel.: 0252 418414 of 06 29288128,
E-mail: secretaris@vriendenvandeatletiek.nl
Website: <http://www.vriendenvandeknau.nl>.



Mocht iemand toch bezwaar hebben dat zijn gegevens via de Nieuwbrief aan de leden gecommuniceerd worden of anderszins, laat dit dan even weten via ons mailadres. Wij zullen je mailadres dan uit ons bestand halen.

Daarnaast gaan wij ervan uit dat foto's op de website gewoon gepubliceerd kunnen worden, als ook gegevens via De Vriendenband. Mocht je op welke wijze dan ook hiertegen bezwaar maken, laat dit dan ook aan ons weten.

Graag verzoeken wij de leden om het secretariaat te melden indien uzelf of een u bekende getroffen is door een overlijden, ongeval, ziekte etc.. Wij publiceren hierover pas met instemming van betrokkene(n). Ook geboortes of welke feestelijke gebeurtenissen dan ook willen wij graag delen met onze leden.

Mededeling:

- Op zaterdag 12 oktober zal weer de 2^e Inspiratiedag worden georganiseerd door het Jeugdfonds van de Vrienden van de Atletiek. De Inspiratiedag op Papendal is een voortzetting van de interland voor sporters van U16, waarvoor uitgenodigd zijn de nummers 1 en 2 van de C-Spelen die eind augustus in Amsterdam zijn gehouden. Op deze dag zullen atleten samen met coaches en rolmodellen uit de nationale atletiek hun kennis en vaardigheden vergroten op hun eigen atletiekonderdeel.

Nieuwe leden

- Edith Radder

Overlijden

- Op 17 augustus is Truus Hennipman overleden op 81-jarige leeftijd. Zie pag. 4.
- Op 9 september is Ad Persoons overleden op 88-jarige leeftijd. Zie pag. 5.

Opzegging lidmaatschap

- Fons Mok

Vacatures

Graag willen wij jonge enthousiaste leden of niet leden die in hun vrije tijd onze social media willen aanvullen met leuke filmpjes, stukjes etc. vragen om dit ook voor de Vrienden te doen. Het kost weinig tijd en je kunt je ambitie op een goede manier voor een leuke vereniging doen. Lijkt het je wat, neem dan contact op met het secretariaat.

Over een droom die uitkwam

Een dag voordat ik in april jl. naar de Verenigde Staten vertrek om samen met Ray van Asten voor de derde keer op rij de Mount SAC Relays te bezoeken, lees ik dat twee broers uit Oeganda, de tweeling Jaimie en Eugene Omalla, geboren in Zoetermeer, voor ons land gaat uitkomen. Ik heb nog nooit van ze gehoord.



De 4x4 gemengd na het behalen van olympisch goud in Parijs. Vlnr. Femke Bol, Eugene Omalla, Jisaya Klein Ikkink en Lieke Klaver. (foto: Erik van Leeuwen)

Eenmaal in Walnut ontdekken wij, dat de in de VS studerende broers er de 400 m zullen lopen. Dus besluiten wij om nader kennis met ze te maken. In ons gesprek vertelt de tweeling dat ze een olympische droom hebben en dat zij menen die het beste te kunnen waarmaken door voor ons land uit te komen. Ze zijn hier immers geboren.

Twee maanden later spreek ik Eugene, de snelste van de twee en in mei nog goed voor 45,30 bij de NCAA-kampioenschappen, opnieuw, nu op het NK in Hengelo. Hij wordt op de 400 m vierde in 46,62. Op mijn vraag of zijn snelle start hem in de tweede racehelft is opgebroken, legt hij uit dat hij de laatste weken nauwelijks heeft kunnen trainen vanwege zijn overkomst uit de VS en de daarbij horende rompslomp. Een week later loopt hij op de FBK-Games in rotweer alweer 46,12, waarna de Atletiekunie op 9 juli bekend maakt, dat Omalla tot de olympische selectie op de 4x4 hoort, tezamen met Liemarvin Bonevacía, Isaya Klein Ikkink en Isayah Boers. Vijf dagen later komt hij in La Chaux-de-Fonds tot 45,24, zijn beste tijd van het jaar. Nog steeds is Omalla's deelname aan de 4x4 gemengd niet zeker. Ze zijn immers met vier mannen voor twee, hooguit drie plaatsen, verdeeld over serie en finale. Als Liemarvin vlak voor het begin van de wedstrijden echter geblesseerd raakt, mag Eugene de plaats van zijn idool innemen. Het resultaat: het Nederlandse kwartet wordt olympisch kampioen in een Europese recordtijd. En zo zijn Eugene Omalla en Isaya Klein Ikkink, geholpen door twee kanjers van vrouwen, de eerste mannen in de historie die voor Nederland olympisch goud veroveren.

Terug in ons land worden ze geridderd. De droom van Eugene Omalla is nog veel fraaier uitgekomen dan hij van tevoren ooit heeft kunnen bedenken.

Piet Wijker

Oud-Olympiër Truus Hennipman overleden

Op 17 augustus is oud-sprintster Truus Hennipman-Cruiming op 81-jarige leeftijd overleden. Zij maakte deel uit van de befaamde 4 x 100 meter vrouwenestafetteploeg van Mexico 1968. Met Wilma van den Berg, Mieke Sterk en Corrie Bakker bereikte ze een vierde plaats in de finale. In de serie werd een wereldrecord gevestigd met 43,4 seconde, dat 1 dag standhield, maar als Nederlands record 44 jaar in de boeken bleef staan. Over die periode zegt ze: "We hadden het jaar voor de Spelen verschrikkelijk hard getraind. We hebben duizenden keren de wissels geoefend onder leiding van trainer Wil Westphal."



Geertruida Leonie (Truus) Cruiming werd geboren in Amsterdam op 15 juni 1943. Haar eerste nationale titel behaalde ze als junior in 1960 op de 100 m. Twee jaar later, op negentienjarige leeftijd, veroverde ze op deze afstand haar eerste (zilveren) medaille bij de senioren. In de periode 1965-1968 verzamelde Truus vier kampioenschappen op 100 en 200 meter. Haar beste prestaties waren 11,5 en 23,9 die beide een evenaring van de toen geldende Nederlandse records betekenden. In 1966 nam Truus deel aan het EK in Boedapest. Ze werd daar 8ste in 24,3 s (in ½ fin. 24,0 s). In haar carrière kwam ze 19 keer uit in interlandwedstrijden.

Tot zover de cijfers en feiten. Op haar uitvaart sprak Corrie Bakker een afscheidsrede uit. Zij ging vooral in op de periode na hun geweldige prestatie in Mexico.

"Enkele jaren daarna ontstond de behoefte om elkaar weer eens te ontmoeten. Inmiddels was er getrouwd en waren er kinderen geboren. Het weerzien beviel ons zo goed dat we afspraken 1x per jaar met elkaar een midweek te organiseren met diverse uitstapjes en lekker eten om elkaar bij te kunnen praten en onze belevenissen te ventileren.

VAN DEZE UITJES HEBBEN WIJ INMIDDELS 56 JAAR LANG GENOTEN!

Dit alles, Truus, hebben wij met jou gedeeld, al kwam je de laatste jaren maar een dag. Je gezondheid liet meer niet toe. Toch verscheen je iedere keer weer, gebracht en opgehaald door Pim. Je wilde ons niet missen en wij jou niet. Jij was in onze groep een stabiele factor. Eerlijk en oprecht met een duidelijke mening. Mijn persoonlijke herinnering aan onze laatste wissel in Mexico kan niet mooier zijn. Geen moment heb ik getwijfeld of je mij wel zou inhalen nadat ik voluit was vertrokken, vertrouwend op het woordje "PAK", laat in de wisselzone en het sein om mijn snelheid verder op te voeren.

Je wens was om nog een deel van de Olympische atletiekwedstrijden in Parijs op T.V. te kunnen volgen. Dat is gelukt, zelfs alles. Wat een prachtige prestaties van onze atleten kwamen voorbij, ongekend! We genoten ervan en hielden elkaar per app, vol superlatieven, op de hoogte. Een week later kwam dat droevige bericht. Verwacht en toch nog onverwacht.

Als eerste, Truus, ben jij weggestroomd uit onze kring. Wij zijn allemaal aangeslagen! Die lacune is niet meer op te vullen. Jouw inbreng en kleur gaan wij missen. Echter, mooie herinneringen vormen een band die niet te breken is. Deze wortelt in ons aller liefde voor de atletieksport en zal in onze gedachten altijd blijven bestaan. Je atletiekmaatjes Wilma, Mieke, Hilly, Lidy, Stans, Marian en Corrie.”

Truus werd voor haar werk voor de Nederlandse Vereniging Van Olympische Deelnemers in 1995 benoemd tot erelid.

Wij wensen haar familie veel sterkte met dit verlies.

Cb/Cm

Herinneringen aan Ad Persoons

Ad, lang lid van de Vrienden, overleed op 9 september jongstleden, 88 jaar oud.

Ad was gedurende de gehele jaren '80 en het eerste deel van de jaren '90 heel actief als districtsbestuurder in West II, waar hij de portefeuille opleidingen beheerde.

In dezelfde periode was hij onafgebroken lid van de Unieraad. Waar hij niet schuwde de vinger op de in zijn ogen verkeerde plek te leggen, met soms stevige gevolgen.

Maar tal van weg-atleten en vele duizenden recreanten kennen Ad vooral van de Twintig van Alphen. Het evenement had een bestuur, maar achter de schermen werkte Ad als motor, atletenmanager en manusje-van-alles heel concreet aan deze 'openingsklassieker', die jaarlijks in de maand maart werd gelopen en een tijd lang internationaal in de belangstelling stond.

Ook zijn dochter Maike en zoon Jek, die vooral in hun juniorentijd prima op landelijk niveau meekonden op de middenafstanden, kregen van pa heel veel aandacht en begeleiding.

In welke Atletiekunie-rol dan ook bleek het gezonde(!) fanatisme waarmee hij zijn zelfgekozen taken aanpakte en uitvoerde, voor heel velen bijzonder inspirerend!



In 1993 werd Ad onderscheiden met het Unie Erekruis.

Hugo Tijsmans

Olympisch Parijs, wat was je mooi

Parijs leek nog ver, maar woensdag 31 juli kon ik dan eindelijk op de Eurostar stappen naar de Franse lichtstad voor mijn eerste Olympische Spelen. Natuurlijk was ik in 2004 in aanloop naar de Spelen van Athene kwartiermaker op trainingskamp Grosseto, maar uiteindelijk reisde ik vanaf Italië toch weer terug naar Nederland. In mijn Atletiekunie-tijd (2005-2015) werden de perschef-diensten ‘gewoon’ nog door NOC*NSF-mensen gedaan. Nu dus als journalist voor Hardloophetwerk, een beetje Telesport en TopatletiekLive. Wat je altijd hoort en waar ik steevast aan twijfelde: de Spelen zijn echt groter dan de WK's, waar ik er al tien van meegemaakt heb. Waarom? Omdat op een tienkampochtendje het Stade de France stijf uitverkocht was met meer dan 80.000 toeschouwers. Omdat de miljoenenstad eens een keer niet overbevolkt was met massatoerisme, maar met sportliefhebbers. Omdat er tienduizenden vrijwilligers, militairen en politiemensen zorgden voor een heerlijk ontspannen sfeer. En ja, ook omdat Nederland weer zes atletiekmedailles veroverde. Wat er trouwens net zo goed de door mij voorspelde tien hadden kunnen zijn.

Het wordt echt nooit saai met Sifan

Vlak voordat ik de trein naar Parijs instapte hadden we een online persmeeting met Sifan Hassan. Daarin gaf ze aan dat ze aan de 5000, 10.000 meter én de marathon ging deelnemen. Iedereen heeft kunnen zien met welk resultaat. Twee keer brons op de baan en fenomenaal goud op de marathon. Petje af voor Sifan, ongeëvenaard, grensverleggend. Wat een icoon voor de Nederlandse topatletiek. Hopelijk kunnen we nog vele jaren van haar bizarre topsportescapades blijven genieten. Tijdens de sluitingsceremonie kreeg Sifan de gouden medaille omgehangen, misschien keken er wereldwijd wel een miljard mensen naar.



Sifan

Femke doet alle harten harder kloppen

Waar het vorig jaar bij de WK in Boedapest nog startte met een val kort voor de finish van de Mixed Relay 4 x 400 meter liep Femke Bol de hele wereldtop aan flarden door als laatste loopster van plek 4 naar plek 1 op te rukken. Olympisch goud voor Femke, Lieke Klaver, Isaya Klein Ikkink en nieuwkomer Eugene Omalla. De beelden gingen de hele wereld over en zullen nog dikwijls de hele wereld over blijven gaan. En dan was enkele uren voor de start van de series 4 x 400 meter ook



Femke



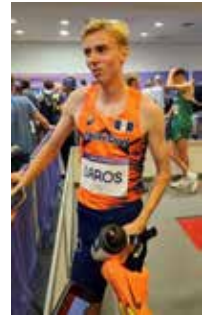
Lieke

nog bekend gemaakt dat Liemarvin-Bonevacia geblesseerd was. Kort na het estafettegoud begon Bol haar krachtproef over 400 meter horden. Iedereen die deze afstand kent weet dat geen enkele 400 meter dezelfde is, en dat je soms moet gokken, wat ook kan leiden tot een teleurstelling. Ze liep de eerste 200 meter gelijk op met Sydney McLaughlin-Levrone, maar zag de Amerikaanse toen van zich weg lopen naar een nieuw wereldrecord van 50,37. Verzuurd werd ze derde. Niet-atletiekkenners mopperden. Onterecht. Femke ging voor goud, zilver had ze normaliter sowieso al. Als je je nek niet uitsteekt win je niet. Femke deed dat. Hulde. Toen ze haar bronzen medaille omgehangen kreeg was ze oprecht blij, en terecht. Bij de vrouwen 4 x 400 meter

schitterde ze andermaal, met zilver als eindresultaat. Ze kwam thuis met drie medailles: goud, zilver en brons. Over heel 2024 heeft ze negen (!) medailles behaald op toernooien (Glasgow, Bahamas, Rome en Parijs), naast de Diamond League Finale én twee keer een wereldrecord op de 400 meter indoor.

Welke medailles misten we dan? En wie presteerde nog meer geweldig?

Welke door mij voorspelde vier (bronzen) medailles gingen aan Nederlands' neus voorbij? Anouk Vetter (zevenkamp), Abdi Nageeye (marathon), Jessica Schilder (kogelstoten) en Jorinde van Klinken (discuswerpen). En stiekem hoopte ik op een medaille voor Nadine Visser, die ze ternauwernood miste. Maar in Brussel tijdens de Diamond League Finale won ze toch maar mooi zilver, hopelijk als opmaak voor een flitsend indoorseizoen in 2025 over 60 meter horden. Niels Laros en Stefan Nillessen excelleerden. Finale 1500 meter met bizarre PR's voor de mannen die samen trainen op Papendal. Mike



Niels



Stefan



Sven

Foppen werd struikelend opgevestigd voor de 5000 meter finale. Met een dertiende plaats als prachtig resultaat. De 4 x 100 meter vrouwen stunten na eerdere successen op de Bahama's en de EK in Rome nu met een olympische finale!



Isabel, Minke, Tasa en Marije



Emma en Sofie

Dan onze meerkampers. Tegenover het uitvallen van Anouk Vetter stond bij de mannen de nooit eerder door een landgenoot behaalde vierde plaats van Sven Roosen op de tienkamp met een record-aantal punten en bij de vrouwen Sofie Dokter en Emma Oosterwegel, die meer dan netjes hun zevenkamp als zesde en zevende afsloten.

Maar eigenlijk dekt de kop van dit verhaal de lading: Olympisch Parijs, wat was je mooi.

Tekst en foto's: Eric Roeske

De 4 x 400 m vrouwen in het zonnetje

Wat wij de laatste jaren met onze vrouwen op de 4 x 400 meter estafette meemaken, kent zijn weerga niet in de historie van de Nederlandse atletiek.

Een korte opsomming:

- Europees indoorkampioen 2021, 2023
- Europees kampioen 2022, 2024
- Winnaar WK indoor zilver 2022
- Wereldkampioen 2023
- Wereldindoorkampioen 2024
- Winnaar olympisch zilver 2024

Je zou het haast gewoon gaan vinden. Dat is het echter beslist niet. Om ze nog eens extra te bedanken voor alle vreugde en trots die zij ons in die achtereenvolgende jaren hebben bezorgd, hier nog eens een pakkende foto van ze, gemaakt op het EK in Rome door onze hoffotograaf Erik van Leeuwen:



Vlnr. Myrte van der Schoot, Lieke Klaver, Cathelijn Peeters, Eveline Saalberg, Lisanne de Witte, Femke Bol en Anne van de Wiel.

Piet Wijker

**De beste prestatie
onder alle
omstandigheden.**

bkingenieurs.nl



Oké, dit is een ernstig verhaal, met een moraal

Wilma Sneldoordelaan was ooit een fanatiek en prima wedstrijdathlete. Na een baan carrière waarin vooral 3 en 5000 m centraal stond, schoof zij op naar de weg, tot en met 10 km.

Haar echtgenoot was minder gedreven, deelnemen aan wedstrijden hoefde niet voor hem. Als junior had hij een paar jaar op de racefiets gezeten, maar de wedstrijden vond hij niet fijn. Opgesloten in het peloton gaf hem een gevoel van afhankelijk zijn van anderen, met het risico dat hij door pech of een domme beslissing van iemand tegen de grond zou gaan. Dat had hij een keer meegemaakt en het was hem slecht be'vallen'. Maar conditioneel hield hij zich na het stoppen met fietsen prima op niveau en getroffen door het enthousiasme van zijn vrouw was hij ook wat gaan lopen. Bleek in staat om af en toe prima mee te lopen op haar trainingsronden. Dat stimuleerde haar enorm. Nu ze net de eerste mastercategorie bereikt had, was dat een extra prikkel om weer het beste uit zichzelf te halen.

Tot die verschrikkelijke dag. Wilma was net thuis van een bostraining, wilde onder de douche stappen, toen haar telefoon rinkelde. Of ze meteen naar het ziekenhuis kon komen, haar man was daar zojuist opgenomen. De vraag naar meer informatie werd karig beantwoord, "kom maar zo snel mogelijk, het is nodig." Tot nadenken of ze wat droogs aan moest trekken, was ze niet in staat. Griste een warme trui van het kledingrek en vloog de deur uit. Geheel werktuigelijk overbrugde ze de vijf en een halve kilometer naar het ziekenhuis, meldde zich bij de balie en werd gelukkig direct naar de kamer gebracht waar haar man was opgenomen. Tijdens die tocht vertelde de begeleider dat haar man op zijn werk een hartstilstand had gekregen, dat een doortastende collega direct met hartmassage was begonnen, dat in de ziekenauto doorgegaan was met pogingen om zijn leven te redden.

Voor de deur van de kamer werd Wilma opgevangen door iemand die zijn naam en functie noemde maar waarvan zij pas veel later begreep, dat hij de behandelend geneesheer was. Hij blokkeerde de ingang, vertelde haar het verschrikkelijke nieuws dat haar man was overleden, ze hadden niets meer kunnen doen. Vervolgens mocht ze naar binnen.

Het was ruim een half jaar later. Wilma had niet meer getraind, dus ook geen wedstrijden gelopen. Het was nu half september en ze had twee weken vrij genomen van haar werk om de sleur van de dagelijkse gang van zaken, waarin zij zich nog steeds niet prettig voelde, te doorbreken.

In een koffer wat kleren en de meest benodigde spullen gestopt, in de auto gestapt en 'in den blinde' in zuidelijke richting gereden. België, Frankrijk, in Roubaix een simpel hotelletje gevonden, waar zij de nacht doorbracht, en 's morgens weer verder gereden. Geen planning, nauwelijks de navigatieapparatuur gebruikt: "Zie wel waar ik uitkom."

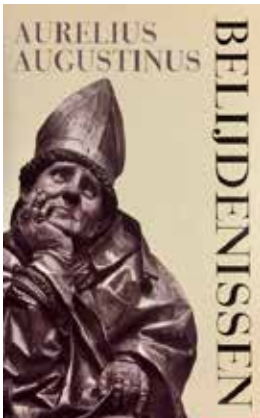
Na nog een tweede tussenstop, al behoorlijk diep in het zuiden van Frankrijk aangekomen, zag ze een bord, dat verwees naar de Mont Ventoux.

Eén keer was haar man met de wielervereniging een lang weekend daar geweest. Meegereisd per auto, fietsen op de trekhaak. Doel: de Mont Ventoux beklimmen. Het viel tegen, maar -praat niet over twee stops en de slechte tijdhethet was gelukt! Dat had hij haar later verteld, want toen kenden ze elkaar nog niet.



Bron: Wikipedia

Wilma had natuurlijk geen fiets



Bron: Wikipedia

bij zich, ook geen loopkleden, die lagen dus al meer dan zes maanden ongebruikt in de kast. Maar in een flits realiseerde ze zich waarom ze deze reis zonder enig vooraf gesteld doel was begonnen; ze zou die berg oplopen. Wandelend natuurlijk.

Als groot liefhebster van de klassieke literatuur kende zij Francesco Petrarca. Een Italiaans auteur uit de veertiende eeuw, die ook lopend de Mont Ventoux had beklommen. Toen hij op de top was gekomen, op 1912 meter hoogte, keek hij uit over de Rhône en de Cevennen. Petrarca voelde zich overweldigd door het meer dan prachtige uitzicht. Na lang genoten te hebben van wat hij tot ver bij de horizon waarnam, pakte hij zijn lijfboek, dat hem dagelijks inspireerde. Het was “Belijdenissen”, geschreven door de priester-filosoof Augustinus.

Het boek viel open op een willekeurige bladzij waar hij las:

“En de mensen gaan hoge bergen bewonderen, de wijde zee, de machtige rivieren, de onmetelijke oceaan en de loop van de sterren, en zij verliezen daarmee zichzelf.”

Toen hij de tekst op zich in liet werken, werd hij met stomheid geslagen. Tijdens de afdaling verzonk hij zwijgzaam in gepeins over de verhevenheid van de menselijke geest. Immers, hoe vaak zoeken mensen naar schoonheid, geluk, het goede, **buiten** zichzelf! Ze zouden zich beter moeten realiseren hoeveel moois er in ieder mens huist, dus ook in zichzelf! Inderdaad, het prachtige vergezicht vanaf de top van de Mont Ventoux is heel mooi, is schoonheid van buiten de waarnemer. Maar het realiseren, herkennen en erkennen van die schoonheid doet de waarnemer *zelf*.

Al net zo plotseling als zij eerder de onbedoelde bestemming van haar reis had begrepen, deelde Wilma op de top van de Mont Ventoux de gedachte van Petrarca over het zichzelf verliezen.

De lethargische, plichtmatig levende Wilma diende zij achter zich te laten! “De tijd heelt alle wonden”, zeiden mensen tegen haar. “Jij hebt makkelijk praten”, dacht zij dan, “het verlies blijft.” Maar ook als rouwverwerking aandacht blijft vragen, is afleiding zoeken belangrijk. Dat kan, zonder het verleden te vergeten.

De atletiekvereniging waar zij al bijna twintig jaar lid van is! In het begin hadden meerderen van haar vaste loopmaten contact gezocht, maar dat had zij steeds vriendelijk afgewezen. Ik help er niemand mee als ik doorga zoals de laatste maanden, ook en vooral mijn overleden partner en mezelf niet! IK zal het positieve dat in mij huist, weer op moeten pakken. En het hardlopen, de vereniging, de groep waar ik, naast de keren dat ik voor mezelf liep, elke week twee keer zo fijn in meeliep, ik heb alles bij de hand! Dankjewel, atletiek en ik kom weer!

Zo werd de afdaling door Wilma veel positiever ervaren dan de klim.

Hugo Tijmsmans



Vegatest

Met de VEGATEST- methode kunnen uitspraken worden gedaan over zwakke organen, belasting door pesticiden of insecticiden, een gebrek aan bepaalde stoffen, aanwezige parasieten, vergiftiging met zware metalen overgevoeligheid voor bepaalde levensmiddelen en allergische reacties.

Vegacheck

Met behulp van de Vegacheck wordt van verschillende gebieden in het lichaam de reactie op prikkels gemeten. Wanneer het lichaam te sterk of te zwak op een prikkel reageert, is er sprake van een storing in het lichaam die ziekteverschijnselen oproept of kan gaan oproepen.

Quantumfysica

In 60 seconden meten welke tekorten er zijn.

072-5156782 • www.marjabak.nl
marja.bak@gmail.com



NATUURBOORDELIJKE ENERGIE
ENERGIEK

Onze 4 x 100 m vrouwen op de Olympische Spelen (2)

We vervolgen hier de in de vorige Vriendenband gestarte beschrijving van onze olympische historie op de 4 x 100 meter estafette van onze vrouwen. De vorige keer eindigden wij ons relaas met die memorabele vierde plaats op de Olympische Spelen van 1968 in Mexico. Om een goed overzicht te krijgen, hadden wij de olympische historie in vier periodes ingedeeld, t.w. 1928 t/m 1956, 1960 t/m 1980, 1984 t/m 2004 en 2008 t/m 2024.

II. 1960 t/m 1980

Als we van de Olympische Spelen van 1968 iets hadden geleerd, was het wel dat er uit een viertal sprintsters die individueel niet tot de wereldtop behoorden, een estafetteploeg kon worden gesmeed dat, mits terdege voorbereid op met name het feilloos beheersen van de wisseltechniek, in staat was om te wedijveren met de topteam van de wereld. Dat kon mooi worden meegenomen naar de volgende Spelen, zou je denken. Er was echter in 1968, daags voor het vertrek van de olympische ploeg naar Mexico, een conflict ontstaan tussen bondscoach Wil Westphal en KNAU-secretaris Jo Moerman over de taakverdeling van de in Mexico aanwezige bondscoaches. Als gevolg daarvan was Westphal per direct op non-actief gesteld; de vrouwen voor de sprintestafette moesten het op die Spelen tot hun grote verdriet dus zonder hun bevlogen trainer stellen. Het plaatst de daar geleverde prestaties nog eens in een extra speciaal daglicht.

1972: München

Zo'n conflict had na de Spelen van Mexico natuurlijk zo snel mogelijk opgelost moeten worden. Immers, de daar opgedane ervaring met de vrouwen-estafetteploeg kon en mocht niet verloren gaan. De werkelijkheid was echter weerbarstiger, waardoor het conflict voortduurde en voortduurde en vier jaar na dato nog steeds voortwoekerde. Gevolg: van een gedegen voorbereiding van een sprintestafetteploeg voor de Spelen van München kwam niets terecht; er werd dan ook geen team naar die Spelen uitgezonden. Volgens de AW was daar overigens ook geen reden toe. In het nummer van 22 juni 1972 schrijft Bart Kappenburg onder de kop *Waar zijn onze sprintsters gebleven?* dat voor de 4 x 100 meter in München alleen Wilma van der Berg nog een serieuze kandidate was. *“Achter haar gaapt een groot gat, waarin kennelijk geen enkel talent heeft kunnen gedijen.”*

Klopte die analyse eigenlijk wel? Om dat te kunnen beoordelen, ga ik terug naar 1967, dus toen Westphal al was begonnen met de straffe training van de estafettevrouwen voor Mexico. Het geselecteerde zestal stond op de slotlijst van de beste Nederlandse sprintprestaties in 1967 bovenaan. Neem je van hun individuele beste tijden het gemiddelde, dan kom je op 11,7 sec. uit. Doe ik nu hetzelfde met de snelste zes vrouwen in 1971, dan is 11,6 sec. het gemiddelde, een tiende sneller dus dan in 1967! Onder hen, naast Wilma van den Berg, ook Lidy Makkinje-Vonk en Mieke Sterk. Had hier niet opnieuw – met de Mexico-ervaring in de bagage – een perfect wisselend team uit kunnen worden geformeerd? Natuurlijk wel, zeker met genoemd ervaren drietal erbij!

Het door Kappenburg geconstateerde gat achter Wilma was niet ontstaan door een gebrek



In 1972 was Wilma van den Berg sneller dan ooit en onaantastbaar in eigen land. Hier verovert zij in Kerkrade met een straatlengte voorsprong haar vijfde nationale titel op de 100 m. (foto Rob Mierenet/Anefo; bron: Wikipedia)

aan nieuwe talenten, maar doordat Wilma van den Berg na 1967 veel sneller was geworden. En het wereldrecord van 42,8 sec., door de Amerikaanse vrouwen in de Mexico-finale gevestigd, stond nog steeds overeind! Ten tweeden male werd hier dus, net als eerder in 1960, het ontbreken van een estafette-team op de Spelen de atleten in de schoenen geschoven, terwijl de KNAU het er volledig bij had laten liggen. Kon je vóór Mexico nog gebrek aan kennis en inzicht bij de bondsbonzen als excuus gebruiken, sindsdien had men, met de Mexico-ervaring op zak, de gedachte om voor 1972 opnieuw een sterk team op poten te zetten, nooit op z'n beloop mogen laten.

1976: Montréal

In de aanloop naar de Spelen van Montréal waren de trainingsomstandigheden in ons land nogal veranderd. Onder invloed van de successen op atletiekgebied van met name de Oostbloklanden hadden vele van onze atleten die tot de olympische selectie behoorden, het aantal trainingsuren behoorlijk opgevoerd en, om dat aan te kunnen, daartoe hun werk of hun studie geheel of gedeeltelijk opgezegd. Alleen was met de groei van hun trainingsintensiteit de medische begeleiding niet meegegroeid. Gevolg: enkele maanden voor de Spelen rammelde het van de blessures. Eén van de geselecteerden, 800 meterlooper Ina Blauw, zei het misschien wel het kernachtigst, opgetekend door AW-redacteur Dick Loman: "Ik heb meer getraind dan in andere jaren. Dat moet je ook wel in een Montrealjaar. Daar ligt volgens mij ook de oorzaak van al die blessures. Voor de medische begeleiding hebben we wel een bedrag gekregen, maar voor de rest moet je het zelf maar uitzoeken. Juist nu de top zo hard traint om Montreal te halen kan de begeleiding niet goed genoeg zijn."

Daar kwam bij dat het NOC ook niet bepaald meewerkte. Dit gremium had kwalificatie-eisen gesteld die nog een stukje verder gingen dan de door de IAAF vastgestelde toelatingnormen en bovendien had men de tijd waarbinnen aan de kwalificatie-eisen voor de Spelen moest worden voldaan, ook nog eens scherper gesteld. Een voorbeeld: tienkamper Eltjo Schutter had begin mei 1976 op Papendal met een tienkamp van 7700

punten al dik boven de vereiste 7650 punten gescoord. Het NOC vond echter dat hij zich nu ook nog maar 'ns moest bewijzen in een sterk bezette interland. Nog geen maand na Papendal nam Schutter dus deel aan een tienkampinterland tegen de DDR, Zwitserland en België. Ondanks kou, wind en regen kwam hij daar tot 7629 punten. Nog was het NOC niet tevreden. Hij moest nogmaals vormbehoud aantonen bij een interland in Kopenhagen. Schutter, in het Voetlichtartikel in VB nr. 2 van 2018: "Dat wilde ik eigenlijk helemaal niet. Ik had twee tienkampen gedaan en ik zei, dat ik mij nu ging voorbereiden op Montreal. Maar ik ontkwam er niet aan, ik moest, anders zou ik niet worden uitgezonden." In Kopenhagen blesseerde Schutter zich prompt aan zijn enkel en moest hij er enkele weken tussenuit om te herstellen. Dat lukte weliswaar, maar in Montréal viel hij vervolgens uit met een hamstringblessure. Gek hè?

In een dergelijk klimaat was er weinig aandacht was voor het op poten zetten van een vrouwenestafetteploeg voor de Spelen. Eerlijk gezegd was er nu ook weinig aanleiding toe. De gemiddelde snelheid van onze beste zes sprintsters was teruggezakt van 11,6 sec. in '71 naar 11,8 sec. in '75 en op de wereldranglijst van de 4 x 100 m waren we met een beste jaartijd van 46,15 sec. ver weggezakt ten opzichte van 1971, toen we met 45,0 sec. nog negende stonden. Intussen was het wereldrecord van 42,8 sec. van het Amerikaanse olympische kampioensviertal uit 1968 in 1974 door een DDR-team teruggebracht tot 42,51 sec. Inderdaad, op de 4 x 100 m hadden we in Montréal ditmaal niets te zoeken.

1980: Moskou

De problemen aan het begin van 1980 waren overigens van een geheel andere orde dan in voorgaande olympische jaren, met uitzondering van 1956. Rusland was eind 1979 Afghanistan binnengevallen en vrijwel meteen reageerde de Amerikaanse president Carter met een oproep om de Olympische Spelen van Moskou te boycotten. Daarmee zou de Sovjet-Unie, die het geweldig vond om voor het eerst de Spelen te mogen organiseren, flink gestraft worden, meende hij. Verschillende westerse premiers, waaronder die van België, Duitsland en Engeland en ook die van Japan volgden Carter gedwee en riepen in koor hun nationale olympische comités tot een boycot op, terwijl onze eigen premier Dries van Agt, zelf een fervent fietser, reageerde op de vraag wat hij als privé persoon zou doen: fietsen in Moskou of niet? met: "*Ik zou niet fietsen in Moskou!*" De KNAU, nog nauwelijks bekomen van de mislukte boycot van de Spelen van 1956, reageerde bij monde van voorzitter Wim de Beer als door een wesp gestoken. In de AW van 24 januari 1980 stelde De Beer onomwonden: "*De uitspraak van onze minister-president Van Agt getuigt van een demagogische kinderlijkheid, die shokerend aandoet. Iedere topsporter voor zichzelf dient uit te maken of hij wel dan niet wil sporten in een bepaald land. De overgrote meerderheid gaat naar de O.S., niet om het Nederlandse systeem te verdedigen, noch om dat van het bezoekende land te ondersteunen of aan te vallen, maar simpelweg om op het allerhoogste niveau een krachtmeting aan te gaan met atleten uit alle delen van de wereld, die in overgrote meerderheid ook met diezelfde bedoelingen naar de Spelen komen om als dat mogelijk is de hoogste eer voor zich op te eisen.*" Uiteindelijk gaven zo'n 66 landen gevolg aan Carters oproep.

Binnen de KNAU was trouwens ook niet alles pais en vree. Er had een bondstrainerswisseling plaatsgevonden, waardoor er nauwelijks tijd en aandacht was voor de sprintestafette bij de vrouwen. Bovendien waren de onderlinge verhoudingen er bij de sprintsters zelf ook niet naar. Hoewel de zes snelste tijden op de slotlijst van 1979 een gemiddelde van 11,62 sec. opleverden, zaten de betreffende sprintsters in verschillende fasen van hun loopbaan. Elly Henzen had haar beste jaren beleefd in 1977 en 1978, was nog steeds snel, maar



Tilly Verhoef (links) en Els Vader, twee van onze snelste sprintsters in 1980. (foto: Rob C. Croes/Anefo; bron: Wikipedia)

problemen met haar achillespezen hinderden haar in toenemende mate. Tilly Verhoef lonkte naar de 400 meter en had haar eerste nationale titel op deze afstand inmiddels te pakken, terwijl anderzijds opkomende talenten als Els Vader, Martha Derby en Marjan Olyslager, junior nog, druk bezig waren om hun sprintloopbaan vorm te geven. De resultaten op de 4 x 100 m tijdens interlandwedstrijden gaven evenmin aanleiding tot euforie. Er ging bij het wisselen altijd wel iets mis en met haar beste tijd van 44,80 bleef het Nederlandse vrouwenteam, in verschillende samenstellingen, ver verwijderd van de olympische toelatingsnorm: 44,0. Resultaat: opnieuw geen Nederlandse olympische ploeg op de sprintestafette bij de vrouwen. Els Vader, die dit jaar tweemaal het nationale record op de 200 m had bijgesteld, was onze enige deelnemster op de sprint in Moskou.

III. 1984 t/m 2004

1984: Los Angeles

Je kon erop wachten dat, na de door de VS aangevoerde boycotactie van de Spelen van Moskou, er vanuit het Oostblok een tegenactie zou volgen bij de vier jaar later in Los Angeles te houden olympische editie en die kwam er dus ook. Onder aanvoering van de Sovjet-Unie bleven veertien landen uit de Oost-Europese en Aziatische contreien weg uit Los Angeles. Desondanks namen nog altijd 140 landen wél deel, 60 meer dan in Moskou en een olympisch recordaantal.

In ons land werd er intussen flink geïnvesteerd in de nationale atletiektop en in de technische ondersteuning ervan. Je zou kunnen zeggen dat er iets van een professionele aanpak zichtbaar werd, al ging het nog met horten en stoten. Op de 4 x 100 m estafette was er zelfs sprake van een serieuze poging om onder leiding van Henk Kraaijenhof in de aanloop naar de Spelen een vrouwenteam tot een eenheid te smeden. Dat zestien jaar oude

record van 43,44 sec. moest er nu maar eens aangaan, was de gedachte. Op zich gaf de gemiddelde snelheid van 11,78 sec. van de top zes eind 1983 weliswaar niet direct



Els Vader, Nederlands onbetwiste vedette op de sprint in 1984. (foto: Theo van de Rakt; bron: AW)

aanleiding tot dit optimisme, maar de helft ervan bestond uit jonge, veelbelovende talenten: Marjan Olyslager, 21 jaar, Nelli Cooman, 19 jaar en Mirian Knijn, 17 jaar. Het was dus geenszins overdreven om daarvan in 1984 flinke progressie te verwachten. Bovendien was Els Vader in topvorm. Die had al in 1981 de nationale records op de 100 en 200 m op respectievelijk 11,25 en 22,81 sec. gezet en in de periode 1979-1983 niet minder dan dertien nationale sprinttitels verzameld, verdeeld over de 60, 100 en 200 m. Haar deelname aan de Spelen in LA stond dan ook al vast.

Half juni loopt een estafetteteam met Cooman, Derby, Olyslager en Vader tijdens de Westathletic in Lissabon 44,28 sec., ontoereikend voor uitzending aan de Spelen, maar er is hoop. Die tijd komt namelijk tot stand na twee valse starts en verder oponthoud vanwege een haperend startpistool. Bovendien is een van de wissels niet in orde. Els Vader is echter sceptisch. In een artikel in de AW van 10 juli 1984 zegt ze tegen Kees Kooman: *“Er is wel eens geen begrip voor het feit dat ik mijn tijd goed moet indelen. Aanvankelijk zou er nog een wedstrijd worden geregeld op 4 juli, maar ik*

kan nu eenmaal niet doordeweeks. Zeker niet, nu ik hele dagen moet werken, omdat mijn baas met vakantie is. Nu ze zien, dat de limiet haalbaar is, moet er opeens gelopen worden. Dat had afgelopen winter natuurlijk allemaal al geregeld moeten worden. Ik neem toch aan, dat ik een belangrijk deel van de ploeg genoemd mag worden. Waarom wordt er dan geen rekening gehouden met een cursus sportfysiotherapie, die ik volg in België? Ik wil best meewerken, maar dan na overleg. Als dat niet nodig is, dan is die estafette voor mij ook niet zo belangrijk. Dan hoef ik er ook niet zo hard voor te lopen.”

De kansen hadden nog kunnen keren, want op het NK in Sittard stormden Els Vader en Nelli Cooman op de 100 m op de finish af in 11,25 en 11,26 sec., een zinderende finale. De rugwind was met 2,32 m/s echter net te sterk. Zonder die wind had ook Nelli Cooman zich gekwalificeerd voor LA. Had daarnaast Marjan Olyslager, in een poging om op de 100 m horden de limiet van 13,18 sec. te halen, een dag eerder bij een wedstrijd in Frankrijk zich niet geblesseerd en die limiet gehaald, dan had ook zij naar LA gekund en was de uitzending van een estafetteteam een bespreekgeval geworden. Nu kwam het er niet van en waren de kansen verkeken.

Intussen waren we in 1984 nog niet eens halverwege de uiterste houdbaarheidsdatum van dat ‘belegen record’ van 43,44 sec.

(wordt vervolgd)

Piet Wijker

Vrienden golfdag 2024

Monique en Bob Janssen hebben dit jaar de Vrienden Golfdag georganiseerd. Op “De Oosterhoutse” kwamen 32 golfers bij elkaar om een heerlijke dag te beleven. We merken dat de golfende Vrienden steeds schaarser worden. Daarom had Bob de flights aangevuld met super gezellige clubleden van de Oosterhoutse.



Bij de ontvangst koffie met Brabants worstenbroodje was er alweer een echt reinie gevoel, lekker bijkletsen.

Maar we gingen ook nog de baan in. Die lag er overigens prachtig bij. Behalve de bunkers, die waren door de regenval onbespeelbaar. Dus als je daar inkwam met je balletje, mocht je er “gratis” uit.

18 holes golfen duurt zo’n 4 en een half uur en dan heb je meer dan 12.000 stappen gedaan. Dus na afloop heb je sowieso een goed gevoel en mag je trots zijn op jezelf, ook al ging het golfspel misschien wat minder.

Het gezellig samenzijn met elkaar is natuurlijk het belangrijkste. Maar we blijven competitief, het is ook een wedstrijd. Het feit dat ik dit stukje mag schrijven betekent dat ik (weer) bovenaan was geëindigd. Gelukkig was het daardoor minder erg dat ik de wisseltrofee, een doos St. Andrews golfballen, was vergeten mee te nemen. Ja, ik word ook een dagje ouder ;-).

Met mijn flightgenoten, Kay Schaafsma, Jan Gerrits en Piet Waaning was het heel relaxed



Boven: Olga temidden van haar flightgenoten; vlnr. Kay Schaafsma, Jan Gerrits en Piet Waaning.

Rechts: Sylvia Barlag, net terug van de Spelen in Parijs, geflankeerd door Frans van der Ham en Frits Elferink (foto's: Bob Janssen)



en gezellig spelen. Kay bleek nog de commandant van mijn neef Vincent te zijn geweest, kleine wereld.

Overigens zaten we allemaal heel dicht bij elkaar in de einduitslag. Bob had voor heerlijke flesjes wijn gezorgd als prijsjes. Ook Jan Struijk had leuke prijsjes gesponsord voor de tombola.

O ja, de longest was gewonnen door Antoinette Van Dongen en de neary door Frans van der Ham.

Kortom het was weer een geweldig leuke dag met heerlijke ontmoetingen, gesprekken en een sportieve strijd.

Bedankt Monique en Bob voor de organisatie van dit jaar.

We kijken met elkaar uit naar volgend jaar als Kay Schaafsma de organisatie op zich neemt. We zijn benieuwd waar we dan onze clubs gaan kruisen.

Uitslag mannen

1 Dennis van Opstal	37
2 Frank Maanders	36
3 Jac van Dongen	35
4 Bob Janssen	34
5 Kay Schaafsma	33
6 Rene Vrins	33
7 Frits Elferink	32
8 Jan Gerrits	32
9 Kees van Hulten	30
10 Wim Roosen	29
11 Roelof Veld	29
12 Frans Maas	27
13 Piet Waaning	25
14 Jan Struijk	25
15 Nick Mosselman	22
16 Frans van der Ham	20
17 Chris Buitelaar	18
18 Luuk Mulkens	16

Uitslag vrouwen

1 Olga Commandeur	37
2 Diny Bom	34
3 Antoinette van Dongen	33
4 Caroline Mosselman	32
5 Monique Janssen	30
6 Sylvia Barlag	28
7 Ella Hoogendoorn	28
8 Tiny Vrins	25
9 Jennie Struijk	21
10 Edith van der Ham	11

9 holes

mannen

Hans van Kuijen	10
Paul van Gool	10

vrouwen

Mariska Franken	15
Wilma van de Berg	11

Groetjes, Olga Commandeur

Nieuws van de Stichting Atletiek Erfgoed



Hoewel Erfgoed geen complete uitslagen van wedstrijden in ons land bijhoudt, konden we toch vragen over ontbrekende resultaten van destijds, zowel van de Ter Specke Bokaal als van de Gouden Spike, beantwoorden.

En toen kwam er plotseling een mailtje binnen dat zo begon:

Beste Atletiekunie!

Mijn naam is Eline de Vries en ik werk voor het theatergezelschap Tryater.

Vanuit Tryater (gevestigd in Leeuwarden) maken we voorstellingen voor allerlei doelgroepen over maatschappelijke thema's. In het voorjaar van 2025 komen we met een nieuwe voorstelling 'Foekje' over Foekje Dillema. In de voorstelling proberen uiteenlopende personages bloot te leggen wat Foekje ons vandaag te vertellen heeft. Hoe is het om uitgesloten te worden om wie je bent, in de sport en in de maatschappij? En wat zegt haar verhaal over ons, over wie wij zijn?

We willen de voorstelling zo goed mogelijk laten aansluiten bij de werkelijkheid. Om die reden zoeken (en zijn we) in contact met organisaties om zo ons te laten voeden met de juiste inhoud. Zo hebben de schrijver (Kees Roorda) en regisseur (Jos van Kan) verschillende gesprekken gevoerd met mensen die Foekje Dillema hebben gekend, maar ook met mensen die raakvlakken hebben binnen de thematiek (zowel sport als intersekse). De tekst van de voorstelling wordt op dit moment geschreven.

.....

Met dus het concrete beroep op onze kennis over Foekje om een zo getrouw mogelijk beeld over haar atletiecarrière te kunnen presenteren.

Natuurlijk zijn wij altijd bereid om ingekomen vragen te beantwoorden, mee te werken, maar hier moesten wij toch even over nadenken! De wijze waarop de eind jaren '40 razendsnel opkomende ster Foekje, al direct een groot concurrente van Fanny Blankers-Koen, door de K.N.A.U. is behandeld, verdient eufemistisch gezegd, geen schoonheidsprijs: ruw uitgesloten omdat zij teveel 'man' zou zijn?

Stap één voor ons was kijken wat het bestuur vindt van medewerking, maar dat bleek niet problematisch.

Stap twee was een heel goed gesprek met DE kenner



Foekje Dillema. (foto:Noske, J.D./Anefo; bron:Wikipedia)

van dit onderwerp, Paul van Gool. Dat verliep heel fijn en gaf ons meer inzicht in de gevoeligheden. Natuurlijk is het voor ons minder belangrijk of in de voorstelling een bepaalde prestatie een tiende seconde te snel of te langzaam wordt gemeld, maar het sekse-probleem is ook nu nog altijd een gevoelig onderwerp.

Stap drie was een gesprek met de auteur en dat verliep ook nuttig, prettig en vooral geruststellend.

We blijven betrokken bij dit niet gemakkelijke, maar wel interessante gebeuren!

Vorige keer meldden we de zoektocht naar plotselinge en onbekende 'buitenlanders' die uit het niets in het -nabije- verleden nationaal kampioen werden. De concurrentes die Britt Weerman op hoogspringen en Veerle Bakker op de steeple van titels afhielden, lijken wel degelijk een Nederlands paspoort te hebben en over het lidmaatschap plus wedstrijdlicentie bij een Nederlandse atletiekvereniging te beschikken. Dit ondanks het feit, dat zij al jarenlang elders wonen/woonden.

Omdat de Atletiekunie gegevens over nationaliteit en woonland niet opslaat, (vanwege privacywetgeving?) lastig te controleren! Want ook atletengegevens, zoals prestaties, titels, deelname aan internationale kampioenschappen van de World Athletics en de Atletiekunie blijken niet altijd gelijkloidend.

Zo blijven we aan het werk!

Hugo Tijsmans

Fysiotherapie Vennewater

De praktijk met passie voor atletiek en een hart voor de sporters om hun welzijn en gezondheid te optimaliseren.

Gespecialiseerd in:

- Sportfysiotherapie
- Fysiotherapie
- Manuele therapie
- Osteopathie
- Leefstijltherapie

Fysiotherapie Vennewater
Het Zevenhuizen 48b
1852 JC Heiloo
072 533 03 44
www.fysiotherapievennewater.nl



Nico Ruiters, Celine Ruiters en Ingrid Vel

VOOR HET VOETLICHT

Riet van der Enden: 800 m als favoriete afstand

Sport maakt je weerbaarder in het leven, vindt Riet van der Enden. “Als je je goed inzet en strijdbaar bent, maar toch verliest, dan denk je van: deze kans is verloren gegaan, maar er komen nieuwe kansen. Sport leert je incasseren.” *foto Piet Wijker*



Infobox

<i>Naam:</i>	Maria Elisabeth (Riet) van der Enden
<i>Geboren:</i>	26 december 1949 te Delft
<i>Discipline:</i>	sprint + middellange afstand
<i>Titels:</i>	<u>Ned. kamp.</u> Sen. outdoor: 800 m 1975, 1976
<i>Medailles:</i>	NK Sen. outdoor: zilver (400 m 1974) NK Sen. outdoor: brons (800 m 1974 + 1977)
<i>Interlands:</i>	10
<i>PR's:</i>	400 m 55,83 800 m 2.05,2 1500 m 4.25,4
<i>Bijzonderheden:</i>	Bestuurslid van de Vrienden: 2003 - 2015

Het is een welbekend bijeffect van door Nederlandse atleten op grote toernooien geleverde uitzonderlijke prestaties: een groeiende toeloop naar de atletiekverenigingen. Dat was zo in de periode dat Dafne Schippers haar vele sprintsuccessen boekte. En ook nu zien we weer – met dank aan die geweldige 400 meteratleten, onder aanvoering van Femke Bol, die ons keer op keer, individueel en in estafetteverband, met of zonder horden, in extase brengen – dat verschillende atletiekverenigingen met wachtlijsten moeten werken; ze kunnen de huidige toeloop niet aan.

Als ik terugdenk door wie ik nu eigenlijk zelf geïnspireerd ben geraakt, kom ik in eerste instantie uit op Wilma Rudolph, het Amerikaanse sprintfenomeen dat in 1960 op de Spelen in Rome driemaal goud veroverde: op de 100 m, de 200 m en de 4 x 100 m estafette. Voor het eerst waren de Spelen live op tv te volgen en ik genoot met volle teugen. Wat een snelheid, wat een gratie! En dan dat hele achterliggende verhaal van haar strijd als kind tegen de polio. Ik was zwaar onder de indruk.

Maar eigenlijk was ik toen al ‘gevangen’ voor de atletiek. Op mijn middelbare school, de HBS in Amersfoort, werd veel aan sport gedaan. En de hoofdmoot daarvan was atletiek. We hadden dan ook een erg goed team dat in de interscolaire atletiekcompetitie (die bestond toen nog!) in de jaren ‘50/’60 steevast meestreed om de titel in die regio. En die ook won! Met dank aan onze sportleraar Houtman, van wie ik pas vele jaren later ontdekte dat dit Co Houtman is geweest, de AV ’23-atleet die in 1940 en 1941 enkele Nederlandse titels had veroverd bij het hoog- en verspringen. Eigenlijk is dát dus mijn grote inspirator geweest en niet Wilma Rudolph.

Sinds ik in 1970 (!) ben begonnen met het interviewen van (oud-)atleten, vraag ik steevast: *door wie ben jij geïnspireerd geraakt om aan atletiek te gaan doen?* Zelden krijg ik dan te horen dat dit een atleet is geweest. Joke Bijleveld is er zo een. Die raakte in de ban van sprintster Puck van Duyn-Brouwer, werd zelfs lid van dezelfde vereniging. Meestal zijn het echter geen atleten, maar anderen, zoals sportleraren, die je op het atletiekspoor zetten. Daar is Olga Commandeur een voorbeeld van.

Volgzaam type

Bij Riet van der Enden stond het van meet af aan vast dat zij op atletiek zou gaan. Ze legt uit: “Ik ben op AV ’40 gegaan, omdat mijn moeder altijd zei: *als je tien bent* – want dat was de leeftijd waarop je lid mocht worden – *ga jij naar AV ’40!* En ik was een volgzaam type, dus ik ging naar AV ’40 toen, haha.” Dat riekt naar dwingelandij, maar was het beslist niet. “Nee. Ik denk dat ze zich dat altijd had voorgenomen. Mijn moeder moest trouwen; het was allemaal heel ingewikkeld toen, met de militaire dienst van mijn vader. Die moest naar Indië. Dus ja, die hadden uitbundig afscheid genomen in de wetenschap, dat het misschien de laatste keer kon zijn. En daar kwam ik uit voort. Ze is toen getrouwd met mijn oom, zogenaamd dan, met de handschoen. Enne... toen ben ik dus geboren en is mijn moeder gestopt met sporten. Dat heeft zij waarschijnlijk altijd betreurd, want ze had hele leuke tijden gehad bij AV ’40. En toen dacht ze van: dat gun ik mijn kinderen ook.

Dus vandaar. Mijn broer die ging voetballen, want dat was een jongen. Nou, die heeft het nog hoog geschopt ook, bij DNC kampioen van Nederland geweest bij de amateurs.”

Tot haar tiende zat Riet van der Enden echter niet stil: “Vóór die tijd was ik lid van de sportbond, dus gymnastiek. Maar daar was ik niet sierlijk genoeg voor. En volksdansen was daar ook bij. En ik weet wel, ik was toen, denk ik, zeven, toen had ik een sportdag op school en die won ik. Dus ik had wel aanleg voor bepaalde sporten.”

Overigens heeft die start bij AV '40 haar wel van haar verlegenheid afgeholpen. Riet: “Ik was altijd een heel verlegen meisje, al was het niet zo dat ik dingen niet zo goed zou kunnen, want ik kon altijd wel goed leren. Maar goed, ik was dus bijna tien toen ik naar AV '40 ging, samen met een dochter van een vriendin van mijn moeder. En toen ik haar de tweede keer kwam ophalen, ging zij niet. Toen heb ik daar gestaan van: zal ik wel, of zal ik niet? Ja, maar ik vond het leuk, dus toen ben ik doorgelopen en ben ik gegaan. Dat was voor mij eigenlijk..., had ik dat niet gedaan, dan was ik nooit bij AV '40 gegaan. Maar dan blijkt dat je ook goed kunt sporten. En dan kun je daar ook gewoon je energie in kwijt, hè.”

Ze begon met de sprint, want ja, “bij AV '40 was je al gauw goed als je een beetje kon sprinten. Dus ik ging sprinten. Op een gegeven moment ging ik niet meer vooruit. Toen dacht ik: nou, dan ga ik wat langer lopen.” Uiteindelijk kwam zij uit bij de 800 m, al moest ze daarvoor eerst wel over een barrière heen. Riet: “Je denkt van: die 800 meter is misschien wel leuk om te doen, maar ik dorst hem nooit te lopen. Dus dan ging ik eerst een rondje en dan dorst ik niet verder. Totdat ik bij het tweede rondje dacht: ach, het is nog maar één rondje en ging ik heel hard. Als je dan goed getraind bent, ga je op een gegeven moment gewoon ergens achter hangen. Dat deed ik een keer met Els Gommers, bij Sparta. Op het laatste stukje dacht ik toen: hé, ik kan er ook nog voorbij! Dus ik heb het gewoon leren lopen, doordat je denkt: het is allemaal niet zo ver. En als je dan niet bang meer bent voor die afstand, durf je ook harder weg en blijf je net zo lang lopen tot je instort.”

Geschenk uit de hemel

Het zelfvertrouwen van Riet van der Enden, inmiddels omgedoopt tot Riet Kruiswijk vanwege haar huwelijk in 1971, nam door deze loopervaringen zienderogen toe. De komst van de kunststofbaan zorgde echter voor haar doorbraak. “Bij mij was eigenlijk de tartanbaan mijn redding. Ik zette namelijk altijd zo hard af, dat de halve sintelbaan de lucht in vloog. Dat is niet zo prettig voor iemand die achter mij loopt. Als je op de binnenbaan liep, dan had je spikespunten van 10 centimeter nodig, leek wel, om gewoon grip te krijgen. Al mijn afzet ging dus verloren in die baan. En als je diezelfde afzet gebruikte op tartan, dan ging dat in je snelheid zitten. Toen kwam die kunststofbaan op Papendal en kwamen daar wedstrijden en liep ik seconden sneller dan ooit.” Ineens ontdekte zij dat ze vrijwel op hetzelfde niveau zat van mensen tegen wie zij eerder altijd had opgekeken. Op haar 24^{ste} vond ze uiteindelijk de aansluiting bij de Nederlandse top. Het vervulde haar met trots. Dat de Nederlandse kampioenschappen zowel in 1974 als

1975 juist op die baan in Papendal werden gehouden, kwam dus voor Riet Kruiswijk, die in 1973 op de 400 en de 800 m niet bij de beste tien van ons land had behoord, als een geschenk uit de hemel. In 1974 maakte de Delftse prompt indruk door op beide afstanden een zilveren NK-plak te veroveren. Riet: “Toen kreeg ik een uitnodiging voor de centrale training. Hans Keizer was de bondscoach. Ik kwam toen bij die groep die bestond uit Olga Commandeur, Fieke Kamps, Brigit en Karin de Nijs en die tweeling van Keller. Het was heel gezellig. Maar ik was bijna tien jaar ouder dan de rest, haha. Ik had dus eigenlijk veel meer gesprekken met Hans dan met hun. Maar ik weet ook nog wel dat Olga die 2.01 liep (2.01,6, een wereldjeugdrecord – PW) in Aalst. Daar was ik ook bij, in diezelfde wedstrijd. In de kleedkamer zat zij nog even in haar boeken te lezen – volgens mij moest ze eindexamen doen of zo –, totdat die wedstrijd begon. Toen liep ze als een tierelier. Ze had zo ontzettend veel talent! Maar ze was ook onbevangen, ze ging gewoon. Ze dacht: oh, die gaat hard? Ik ga mee!”

Talent had Riet Kruiswijk trouwens, zoals al uitgelegd, ook zelf. Want in 1975, hetzelfde jaar waarin Olga dat wereldjeugdrecord liep, veroverde de Delftse haar eerste van twee nationale titels op de 800 m en stond zij dat jaar met 2.05,2 derde op de slotlijst met de beste Nederlandse prestaties. Ter vergelijking: daar zou zij dit jaar, bijna een halve eeuw later, op het NK nog het podium mee hebben gehaald! “Ja, dat is helemaal zo’n slechte tijd niet”, reageert Riet bescheiden. “Eigenlijk ben ik daar toen op blijven steken, terwijl ik volgens Hans wel sneller had gekund. Maar er waren in die periode gewoon veel te weinig wedstrijden. Als ik dan wedstrijden had, was ik vaak de snelste en dan liep je vanaf de start voorop. Dan moest je je eigen tempo maken.” Zoals op het NK van 1976 bij Sparta, bijna een thuiswedstrijd. Na een eerste ronde in 61 seconden kwam Riet Kruiswijk daar uit op 2.05,88, de op één na snelste tijd ooit op een NK. Alleen Ilja Keizer-Laman was in 1972 met 2.05,7 een fractie sneller geweest. Riet: “En dan was je net in vorm en dan werd er weer een wedstrijd afgelast, zoals op Papendal, wegens gebrek aan deelname. Nou, dan was het seizoen over.”



Favoriete afstand

De 800 m is trouwens altijd haar favoriete afstand geweest. “Zeker als je dan in vorm was en je stortte niet in. Ik probeerde dan zo te lopen..., de ene keer liep je bijvoorbeeld de eerste ronde in 60 en dan ging de tweede ronde in 65 of zo. En de andere keer liep je de eerste ronde in 62 en de tweede ronde 63. Je was een beetje aan het experimenteren: wat is nou de beste manier?” Met de 1500 m en het veldlopen had ze niet veel

Illustratie drietal op de 800 m tijdens de internationale Pinksterwedstrijden op Papendal in 1977. Vlnr. Elly van Hulst, Riet Kruiswijk en Olga Commandeur. Olga won. (foto: Theo van de Rakt; bron: Atletiekerfgoed)

op. “De 1500, die vond ik heel erg te veel. En bij het veldlopen had ik altijd koude voeten. Ik heb wel veldlopen gedaan, hoor, maar niet echt heel fanatiek.” Trainen deed ze dagelijks, op schema’s van Hans Keizer, want een eigen trainer bij AV ‘40 had ze niet. Riet: “Op trainingsavonden liep iedereen met mij op mijn schema’s mee.” Hoogstaande doelen heeft ze zichzelf in die jaren nooit gesteld. “Nee, dat heb ik nooit bedacht. Ik wilde gewoon elk jaar sneller, vooral persoonlijke records verbeteren. Verder dacht ik niet. Ik was heel realistisch. Ik heb gewoon alles bereikt met hard trainen en blijven trainen, ook al stormde het, was het hartstikke koud of wat dan ook. Ik ging altijd naar de training. Daardoor krijg je gewoon een hele goeie conditie.”

Oma gaat lopen

Het jaar 1977 was het laatste jaar waarin Riet Kruiswijk op topniveau meedraaide. Op het NK in Sittard werd het ditmaal brons op de 800 m in 2.06,96, achter Olga Commandeur en Monique Jansen. Toen had zij alle drie de kleuren ten minste één keer gehad. Daarna kwamen de kinderen, de eerste in 1978 en de volgende in 1980, twee dochters. Riet: “Na de kinderen ben ik nog wel wat doorgegaan, ik denk tot mijn 45^{ste}. Ik liep dan nog vaak voor de competitie en heb voor mijzelf toen altijd gezegd: als ik langzamer ga lopen dan 2.30, ga ik stoppen. Dat gebeurde dus toen ik een keer 2.33 liep of zo en dat kostte nog moeite ook. Toen ben ik gestopt, niet met lopen, maar met wedstrijdatletiek. Daarna ben ik trimloopjes gaan doen, zo’n beetje tot mijn 60^{ste}. En nu loop ik nog elke dag een rondje, gewoon voor mijn plezier.” Haar loopspullen gaan altijd overal mee naartoe, zelfs naar Engeland, waar een van haar dochters woont. “Die woont tegenover een bos, dus dan moet dat gewoon hè. Zelfs de kleinkinderen (Riet heeft er vijf, waarvan drie in Engeland) weten het en iedereen weet het. Dus oma gaat lopen ’s morgens”, lacht ze.

Van lieverlee raakte Riet van der Enden steeds nauwer betrokken bij het wel en wee van haar vereniging. “Ik heb alle functies gedaan die je maar kon doen, ben ook heel lang secretaresse geweest. En onze generatie heeft ook die club gered. Want AV ’40 was volleybal en atletiek en er was altijd ruzie over geld. Op een gegeven moment ontplofte dat. Toen was de overweging: gaan wij afzonderlijk door, of gaan we fuseren met Sparta of AVR? Toen hebben wij dat op ons genomen en zijn we met Marijke Hoogland en nog een aantal enthousiastelingen het bestuur gaan vormen. En vervolgens hebben wij die vereniging eigenlijk weer op poten gezet. In het begin heel armoedig. Dinsdag- en donderdagavond waren de officiële trainingsavonden; dan had je er vijf of zes die kwamen trainen. Maar mijn moeder ging toen tijdelijk in de kantine staan en het was heel gezellig. En zo hebben we het helemaal weer opgebouwd. Nu is AV ’40 een bloeiende vereniging met een wachtlijst als je je kind op wilt geven. Dat tijdelijk in de kantine staan van mijn moeder heeft, geloof ik, 30 jaar geduurd en ze heeft ook nog de ledenadministratie gedaan. En mijn vader is ook nog voorzitter geweest. Dus wij waren gewoon helemaal ‘in’ AV ’40.”

Afgedankt

Des te groter was haar teleurstelling toen zij min of meer gedwongen werd om haar lidmaatschap op te zeggen en er geen haan naar kraaide. Riet: “Ik was toen net in 1997 gescheiden en had niet zoveel geld. En ik had jarenlang alles gedaan voor AV '40 wat er te doen viel. We hadden toen afgesproken dat degene die dat allemaal gedaan had, geen contributie meer hoefde te betalen. Dat was zo door gesudderd, ook toen ik niet meer in het bestuur zat, maar ik was nog steeds lid. En dan krijg je een nieuw bestuur en die gaan dan schoon schip maken. Die zien: hé, daar wordt niet betaald. In plaats van dat ze dan gewoon even vragen hoe het zit! Ik was best bereid om te gaan betalen, maar niet met terugwerkende kracht. Maar er viel niet over te praten, het was alleen maar: je hebt rechten en plichten, dus betalen of opzeggen. Nou, ik heb toen opgezegd zonder opgave van redenen, er kwam een mededeling in het clubblad en dat was dat. Dat was eigenlijk mijn grootste teleurstelling.”

Minstens zo heftig was de wijze waarop haar werk eindigde. Riet van der Enden had, na eerst de Kweekschool te hebben doorlopen, al vanaf haar 19^e voor de klas gestaan. “Dat was een cadeautje, het was hartstikke leuk! Ik heb het eigenlijk nooit als werk ervaren. Dus ik heb mijn hele leven voor de klas gestaan en heel veel scholen gehad. De laatste 25 jaar van mijn werkzame leven heb ik speciaal onderwijs gedaan en daar dus allerlei diploma's op gehaald. En nou ja, ik heb heel lang de eindgroep van het speciaal onderwijs gehad, 17 jaar lang.” Riet kan er heel boeiend over vertellen. “Dat was allemaal heel leuk. Totdat de directie ging veranderen. Die vonden dat een hoop van ons het verkeerd deden. Toen kregen wij een heel traject om eruit gewerkt te worden. Uiteindelijk ben ik met 64 jaar ontslagen.” Voor het zover was, had ze eerst nog twee jaar her en der moeten invallen. “Dat was vreselijk. Ik voelde me net een stagiaire. Toen kreeg ik het bijna aan mijn hart, voor mijn gevoel.” Via een advocaat kon ze kiezen tussen zich ziekmelden of ontslagen worden. Ze koos voor het laatste, kwam bij een outplacementbureau terecht, waar ze werd geadviseerd om bij een museum te gaan werken. Toen ze daarna een keer langs het Vermeer Centrum Delft liep en las, dat ze daar gidsen zochten, meldde zij zich aan en werd museumgids. Later ‘promoveerde’ zij tot stadsgids bij Gilde Delft. Riet: “Dat heb ik dus voor het eerst gedaan met de reünie van de Vrienden. Toen vroegen ze: *heb je dat wel vaker gedaan?* En ik zei: nee, nog nooit. *Nou, je doet het toch wel leuk*, kreeg ik te horen. Eind 1999 werd ze vervolgens lid van de Vrienden en in 2003 zat zij al in het bestuur, waar ze gedurende 13 jaar medeverantwoordelijk was voor de organisatie van evenementen en de verzending van de felicitatiekaarten. Riet: “Die heb ik ruim 17 jaar verstuurd.”

Riet van der Enden beschouwt haar sport als de reddingsboei die haar door de tegenslagen in haar leven heen heeft geholpen. Sport maakt je weerbaarder in het leven, vindt zij. “Als je je goed inzet en strijdbaar bent, maar toch verliest, dan denk je van: deze kans is verloren gegaan, maar er komen nieuwe kansen. Sport leert je incasseren.”

Piet Wijker

Een bezoek aan Zuid-Limburg met de Vrienden

Dit jaar is het uitstapje met de fiets geweest op zaterdag 7 september en wel vanuit Berg en Terblijt. Het gezelschap bestaat uit negen personen: vijf dames en vier heren. Zoals gebruikelijk wordt er gestart na eerst genoten te hebben van koffie met. Dat met werd natuurlijk Limburgse vlaai! We zaten hier in “Eetcafé 't Voske” in Berg.



Die versterking hebben we hard nodig, omdat we zo, via menige heuvel op en af, naar Eijsden vertrekken. Met een gemiddelde leeftijd van bijna TACHTIG jaar en slechts twee deelnemers met elektrische ondersteuning, een waar waagstuk! Na 28,5 km zijn we blij van de fiets te mogen. Niet vanwege die afstand door de heuvels, maar de temperatuur: de zon geselt ons met 27 graden en die zal nog oplopen naar de 30! Wel schaduwtemperatuur; dus nog warmer! Als de zon schijnt dan zijn de terrassen vol! Hans en Ilya hebben alleen negen plaatsen kunnen reserveren voor binnen. Daar een zee aan ruimte en airco! Wij vinden het zo geweldig.

Goed bijgetankt met vocht en koolhydraten kunnen we met een pontje de Maas oversteken en worden we door onze ZUIDERBUREN verwelkomd. We passeren de grootste binnenvaartsluis van Europa: Ternaaien/Lannaye en vrezen de vreselijke klim naar Berg terug. Maar de organisatie is zeer clement voor ons en we hoeven geen vier

heuvels te bedwingen met als laatste de Cauberg! Wel zullen we de laatste drie km onze trappers moeten ranselen! Ja, dat hebben velen geweten: natte ruggen in overvloed!

Natuurlijk hebben we in “eetcafé 't Voske” de dag goed afgesloten, maar om meer te weten te komen over onze ervaringen onderweg, verwijs ik graag naar het ECHTE verhaal, dat te lezen zal zijn op de site!



De groep in Eijsden met een natje en voedzaam eten. Van links naar rechts: Fri, Hans, Hugo, Marian, Rien, Riet, Ellen, Ilja en Anneloes. (foto's: Fri Beenackers)

Op zondag zijn we bij Hans en Ilja thuis ontvangen en getraakteerd. Niet alleen op een drankje en de gebruikelijk stroopwafel van Ellen, maar ook op een heerlijk stuk muziek dat Hans op zijn vleugel ten gehore bracht: een concert waardig. Dus met een verdiend applaus!

Een klein groepje trok daarna naar Valkenburg om het toeristische plaatsje door te wandelen en met een hapje het weekend af te sluiten!

Volgend jaar zal het weekend vallen op zaterdag 6 en zondag 7 september. Dan zullen “DE VRIENDEN VAN DE ATLETIEK” Noord-Limburg aandoen!

Met sportieve groeten van Fri Beenackers

Vrienden Jeugdfonds op de voet gevolgd

C-Spelen 2024

Op zaterdag 24 en zondag 25 augustus was Ookmeer weer het toneel voor de C-Spelen. AAC organiseerde dit evenement al voor de 57^e keer en dat er in meer dan anderhalve eeuw een ongelooflijke hoeveelheid ervaring is opgebouwd, was te merken aan het soepele verloop van de wedstrijd, waarin vele honderden atleten van 15 of 16 jaar de strijd aanbonden met hun leeftijdsgenoten, die uit het hele land vandaan de baan in Amsterdam wisten te vinden. Een kijkje in de keuken van de C-Spelen krijg je in het een interview met Rob Schuurman als organisator.

Het Jeugdfonds heeft al vele jaren een innige band met de C-Spelen. Voor alle beste jaarprestaties wordt een cadeaubon uitgegeven en alle gouden en zilveren medaillewinnaars krijgen als “bonus” een uitnodiging voor een topevenement. Dat was een halve eeuw lang de deelname aan een semi-interland tegen Westfalen, maar helaas heeft die organisatie te kennen gegeven door interne omstandigheden niet meer een U16-team op de been te kunnen brengen. Die bonus wordt door het Jeugdfondsteam wel belangrijk gevonden en daarom wordt er in 2024, net als in 2023, weer een inspiratiedag georganiseerd op Papendal. Als deze Vriendenband op de deurmat ligt, is de inspiratie dag al op 12 oktober gehouden en komt er een verslag in de volgende Vriendenband.

Meedoen belangrijker dan winnen

Dat lijkt makkelijker gezegd dan gedaan. Ook bij de Olympische Spelen staat deze leuze hoog in het vaandel, maar kijk je naar de resultaten dan zie je toch veel teleurstellingen. Iedereen gaat er toch heen met in het achterhoofd de hoop om een dik PR neer te zetten. Ik heb weinig atleten gezien in Parijs die na een teleurstellende prestatie afdropen met een lachend gezicht met de opmerking “ik heb toch lekker meegedaan”. Hoewel de vergelijking misschien een beetje mank gaat zie je dit bij de C-Spelen wel. Zeker bij de series of kwalificaties zijn de verschillen groot. Er zijn atleten die op meerdere onderdelen de finale halen, maar ook velen die al direct afhaken en met begeleiding naar huis lijken te gaan, maar toch blijven om hun clubgenootjes, vriendjes of vriendinnen te blijven aanmoedigen. Het lijkt een individueel gebeuren, maar dat is het zeker niet. De belangrijkste zaken die je herkent zijn teamgeest, leergierigheid en plezier. En dat is een hoop waard als je deze jeugd voor deze mooie sport wilt behouden.

De resultaten:

Zoals gezegd ondersteunt het Jeugdfonds deze Spelen met waardebonnen en uitnodigingen. In dit weekend waren er maar liefst elf beste jaarprestaties en drie beste aller tijden (ik ben een beetje eigenwijs en blijf het Nederlandse records noemen).

De best scorende atleten waren:

Eljahro Tyrene Philipsen: vier titels op 150 meter, 300 meter horden, verspringen en 100 meter horden (in een Nederlands record).

Luuk Boutkan met een Nederlands record op de 1500 meter steeple.



Luuk Boutkan

waarbij ook **Zeb Tesselaar** onder de oude toptijd bleef.

Yuri Scholte: drie titels bij het kogelstoten, discuswerpen en kogelslingeren.

Raiza van der Krogt: twee titels op de 150 meter en 300 meter horden.

Emma La Blanche: twee titels bij het kogelstoten en discuswerpen.

Eliza van Velthoven: twee titels op de 80 meter horden en het hinkstapspringen.



Prijsuitreiking

worden gedraaid, maar toch...



Eljahro Tyrene Philipsen (foto's: ETF/Ed Turk)

Remy Schouten met een Nederlands record op de 300 meter in een zeer spannende race,



Remy Schouten en Zeb Tesselaar

Hoogtepunten

Ondanks de hierboven genoemde beste prestaties blijft het hoogtepunt toch de hele entourage, de sfeer onder de atleten, de – op deelnemers gerichte – wedstrijdleiding. Een punt wil ik toch nog vermelden en dat is de prijsuitreiking. Deze is al jaren op een strakke en perfecte manier georganiseerd. Om prijsuitreikingen (goud-zilver-brons) per onderdeel te gaan doen is te tijdrovend. Je praat dan over 34 (!) uitreikingen. Nu hoeft niet bij iedere uitreiking het Wilhelmus te

Op iedere wedstrijddag worden de prijsuitreikingen in twee blokken gedaan en wat ik bij deze editie het leukste vond was, dat de prijzen werden uitgereikt door AAC-prominenten (geen bobo's), maar door vier toppers met een nationale seniorentitel in 2024:

Kellynsia Leerdam: hinkstapspringen

Jeff Tesselaar: verspringen

Sven Poelman: kogelstoten

Denzel Comenentia: kogelslingeren

Zij waren twee dagen paraat en met plezier hingen zij de medailles om, waarbij bij de prijswinnaars een extra glimlach te zien was. En dat werd vastgelegd door de vele professionele en hobbyfotografen. Een bekende Amsterdammer zei eens: het verschil zit hem in de details. Vasthouden dit soort acties!!!

C-Spelen: een begrip voor U16

Dit jaar werden de C-Spelen voor de 57^e keer georganiseerd door AAC Amsterdam. Ook deze keer waren er weer een kleine 700 inschrijvingen en kon het talrijke publiek rondom de baan op beide dagen weer zijn favorieten aanmoedigen. Hoe komt het dat dit evenement niet meer is weg te denken uit het Nederlandse atletiekprogramma? Tijd om eens een praatje te gaan maken met de huidige voorzitter van het organisatie team Rob Schuurman.

Wat is het geheim van deze succesvolle wedstrijd?

Met de C-Spelen proberen we een NK-waardige wedstrijd neer te zetten. Voor de U16-atleten zijn de C-Spelen vaak hun eerste (of tweede, na deelname aan de D-Spelen) ervaring van een nationale tweedaagse wedstrijd, waar met kwalificaties en finales wordt gewerkt. Daarnaast zit er de hele dag veel tempo in de wedstrijd en gebeurt er voortdurend van alles op het veld en de baan, ondersteund door strakke Event Presentation. Als organisatie proberen we in de wedstrijd ook steeds mee te gaan met de technische ontwikkelingen, zoals het gebruik van tablets voor het live invoeren van alle uitslagen, het gebruik van afzetcamera's bij verspringen en hinkstapspringen, EDM en sinds dit jaar ook het veldautootje om de werpmaterialen terug te rijden. Dit alles bij elkaar geeft de wedstrijd een professionele uitstraling, wat wordt gewaardeerd door atleten, trainers en toeschouwers. Verder denk ik dat de jarenlange traditie om deze wedstrijd in het laatste weekend van augustus te organiseren en altijd op dezelfde locatie ook bijdraagt aan 'het geheim'.

Wat zijn de grootste veranderingen geweest gedurende die 57 jaar?



Bram van der Vos, al jaren de perfecte wedstrijdleader.
(foto's: Wim vd Krogt)

Als je die hele periode in ogenschouw neemt zijn de veranderingen enorm. De C-Spelen, een idee van de inmiddels overleden Frits Reinders, zijn begonnen als een ééndaagse wedstrijd, zonder kwalificatierondes, en met een volledig handmatig proces voor wedstrijdinschrijving en -toelating, uitslagverwerking en C-Spelen diploma's. Alles werd



Blik in het wedstrijdsecretariaat, met vlnr. Rob Schuurman, Yvonne Egberts, wedstrijdsecretariaat en Marike Schuurman, prijsuitreikingen.

toen nog op papier geschreven en verwerkt, met ook nog heel veel verzending van brieven per post. Langzamerhand ontstonden er steeds meer mogelijkheden om met name de inschrijving en uitslagverwerking per computer te gaan doen. In het begin werkte dat nog helemaal niet goed en kan ik mij herinneren dat we sommige uitslagen soms wel drie keer moesten invoeren, omdat de systemen vastliepen en de resultaten niet hadden opgeslagen. Nu gaat alles veel sneller en vrijwel papierloos, hebben we de prestaties live beschikbaar tijdens de wedstrijd en zijn ook de uitslagen snel beschikbaar voor de prijsuitreikingen.

Voor het wedstrijdsecretariaat is dat ook heel fijn, want die zijn binnen 30 minuten na afloop van het laatste onderdeel klaar om naar huis te gaan, dat was vroeger wel anders. Dit alles heeft het ook mogelijk gemaakt om met een veel uitgebreider tweedaags wedstrijdprogramma te werken, inclusief voorronden en finales en het heeft ervoor gezorgd, dat we meer atleten kunnen toelaten tot deze bijzondere wedstrijd.

Het lijkt alsof heel AAC deze spelen koestert. Wat is de waarde voor jullie vereniging?

De C-Spelen horen echt bij AAC, en op deze manier kan AAC zich ook laten zien aan atletiekminnend Nederland. Wij vinden het leuk en belangrijk om deze mooie sport op een professionele manier aan te bieden aan de junioren. Omgekeerd geeft deze wedstrijd de vrijwilligers bij AAC ook veel energie als ze zien, dat het wordt gewaardeerd door de deelnemers.

Uit hoeveel mensen bestaat het organisatie team en hoeveel vrijwilligers zijn er in totaal nodig?

De organisatie hebben we opgedeeld in een aantal onderdelen (wedstrijdorganisatie en -secretariaat; jury en vrijwilligers en kantine), dat zijn circa tien mensen die al lang voorafgaand aan de wedstrijd bezig zijn met de voorbereidingen. Dat team wordt groter naarmate de wedstrijd nadert. Zo zijn we dit jaar op de vrijdag vóór de wedstrijd met twintig man bezig geweest met de inrichting van het veld, testen van het geluid, inrichting

van de kantine, zodat de wedstrijd op zaterdagmorgen vlekkeloos en op tijd kon beginnen. Je moet weten dat de eerste atleten zich dan al rond 8.30 uur melden om hun startnummer op te halen en hun ouders na een vaak lange rit toe zijn aan een kop koffie.

Wat vond jij het hoogtepunt van de C-Spelen 2024?

Ik vond het mooi dat er weer zoveel beste jaarprestaties werden geleverd en in sommige gevallen zelfs beste prestaties allertijden.

Voor elke verbetering van een jaarprestatie ontvangt de atleet een sportwaardebon, beschikbaar gesteld door het Jeugdfonds. Dat is inmiddels ook zo'n mooie traditie van de C-Spelen, waarbij de ambities van AAC en het Jeugdfonds mooi samen komen in het waarderen van topatletiek door de U16-atleten!

Ten slotte heb ik genoten van de 4x300m mixed estafette die we dit jaar, na het succes van het Nederlands team bij de OS in Parijs, op het laatste moment aan het programma hadden toegevoegd. Hoewel de deelname nog beperkt was, was de strijd er niet minder om. Dit is een onderdeel waar we volgend jaar mee verder willen tijdens de 58^e C-Spelen op 30-31 augustus 2025.

Wat mag beslist niet verdwijnen uit deze Spelen?

Eigenlijk zijn we zelf nog steeds erg enthousiast over de opzet en het verloop van de C-Spelen. Er mag niets van het goede verdwijnen, maar we moeten ook blijven zorgen voor vernieuwing en gebruik van nieuwe mogelijkheden om de uitstraling van de wedstrijd verder te ontwikkelen. Ambitie is er dus op alle niveaus.

Wat zou je nog graag toegevoegd willen zien aan de opzet?

Zoals ik hierboven al aangaf zou ik het programma willen uitbreiden met een 4x300m mixed estafette, dat is echt een mooie toevoeging. Verder is het best lastig om nog veel extra's toe te voegen, omdat daar ook de jury en vrijwilligers extra door worden belast; daar zit een grens aan. Maar we zoeken wel voortdurend naar verdere ontwikkelingen. Verder vind ik heel erg jammer dat de C-Interland vorig jaar en dit jaar niet is doorgegaan. In de week na de C-Spelen kwamen dan de nummers 1 en 2 van de C-Spelen in actie in hun eerste interland tegen een team uit Duitsland. We hebben van veel atleten gehoord, dat ze het erg jammer vinden dat deze wedstrijd niet doorging. Met alle inspanningen van het Jeugdfonds hoop ik, dat het volgend jaar wel weer lukt om een mooie interland te organiseren.

Hoe zie jij de C-Spelen over tien jaar?

Over tien jaar hoop ik dat deze wedstrijd nog steeds de wedstrijd is waar jonge junioren hun eerste ervaringen op nationaal niveau ervaren. Als je terugkijkt naar de uitslagen uit vorige jaren hebben we bij de C-Spelen al zoveel Nederlandse toppers langs zien komen, die we later in EK, WK en Olympische Spelen zagen schitteren. Ik hoop dat we dat over tien jaar nog steeds zien gebeuren.

Wim van der Krogt

Talent Awards goed besteed

Vorige keer was het tweevoudig Talent Award winnares Madelief van Leur, die met een medaille van het EK U18 terugkeerde. Dit keer is het de beurt aan Jarno van Daalen, winnaar van de Talent Award bij de Gouden Spike in mei, die eind augustus op het WK U20 in Lima, Peru, stuntte door zelfs met twee medailles terug te keren: goud bij het kogelstoten en zilver bij het discuswerpen! Gigantisch goed! Daarmee treedt hij in de voetsporen van Rutger Smith, die 24 jaar geleden op het WK U20 in Santiago iets soortgelijks uithaalde. Alleen was het in Rutgers geval goud en brons. Jarno heeft onze vroegere grootmeester in de kogel- en discusring dus zelfs overtroffen! En dat, kort nadat Jarno's zus Alida op de Olympische Spelen in Parijs op dezelfde werponderdelen haar olympisch debuut had gemaakt. Voor zover ik mij kan herinneren is die combi zelfs nog nooit eerder voorgekomen. Onze hartelijke felicitaties gaan uit naar Jarno en zijn trotse ouders. En zelf zijn we ook een beetje trots, natuurlijk.



Jarno van Daalen, de nieuwe wereldkampioen kogelstoten U20. (bron: Facebookpagina van Jacqueline Goormachtigh)

**Een ervaren partner voor het uitvoeren van projectmanagement in de sport.
Geen horde te hoog!**

rien@rienvanhaperen.nl | +31.6.5385.5731

De links op Wikipedia

Wie Wikipedia weleens raadpleegt, zal het ongetwijfeld zijn opgevallen: al die namen, onderwerpen, artikelen, lijsten etc., die ergens in een tekst, overzicht of wat dan ook in het blauw of rood staan weergegeven. Dat zijn zogenaamde links. Klik je met je cursor op zo'n blauwe link, dan kom je direct op de pagina van het betreffende onderwerp terecht; klik je op zo'n rode, dan word je verteld dat die pagina nog geen inhoud heeft en word je uitgenodigd om hiermee een start te maken. Kies je nu bijvoorbeeld voor het artikel 'Nederlandse kampioenschappen atletiek 2024', dan zul je zien dat vele van de hierop vermelde atleten/-tes in het rood staan weergegeven. Die hebben dus geen van allen een eigen Wikipediapagina. Kortom, daar is nog veel werk aan de winkel. Hoe je zo'n link maakt? Dat is heel eenvoudig: door aan weerskanten twee blokhaakjes rondom het betreffende onderwerp te zetten. Bijvoorbeeld zo: [[Femke Bol]].

Doorverwijspagina

So far, so good. Nu doet zich echter het probleem voor dat namen nogal eens willen



Serhij Boebka in 2013. (foto: Vinod Divakaran; bron: Wikipedia)

veranderen. Bij vrouwen gebeurt dat hoofdzakelijk als die tijdens hun carrière gaan trouwen en de naam van hun echtgenoot aannemen. Verder wordt de oorspronkelijke schrijfwijze van namen, meestal overgenomen van de Engelse Wikipedia, op de Nederlandse Wikipedia later vaak aangepast. Voorbeeld: polshoogspringfenomeen Serhij Boebka werd oorspronkelijk opgestart als Sergey Bubka, om later in een aantal stappen te worden 'vernederlandst' tot wat het nu is. Om nu te voorkomen dat alle blauwe Sergey Bubka links op Wikipedia bij een aanpassing van de titel van zijn pagina weer rood kleuren, wordt er bij een titelverandering automatisch een zogenaamde doorverwijspagina aangemaakt. Alle links naar die pagina met de 'verkeerd' geschreven naam blijven dan blauw. Als je op zo'n blauwe link klikt, of als je in het zoekvenster Sergey Bubka intikt, kom je via die doorverwijspagina dus direct op de pagina van Serhij Boebka terecht. Overigens

ziet Wikipedia dat zelf als een tijdelijke oplossing. De bedoeling is dat op den duur alle blauwe links worden aangepast naar de nieuwe schrijfwijze. Dus mochten Femke Bol en Ben Broeders na de Spelen in Parijs besluiten om te gaan trouwen en mocht Femke dan Femke Broeders gaan heten, terwijl zij haar atletiek carrière voortzet, dan moeten overal haar links worden aangepast, een flinke klus trouwens in haar geval. Dat doe je als volgt: de blauwe link, zoals hierboven aangegeven, wordt dan op alle pagina's voorafgaand aan hun trouwdatum [[Femke Broeders|Femke Bol]]. De link staat nu rechtstreeks gekoppeld

aan haar pagina, maar in de tekst wordt alleen Femke Bol zichtbaar. Na die trouwdatum wordt het dan [[Femke Broeders]]. Wen maar alvast aan het idee!

Personen met dezelfde naam

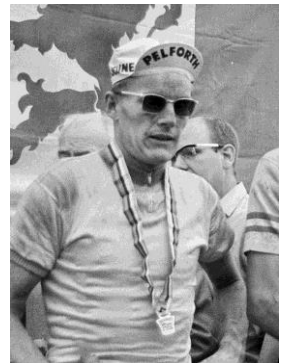
Een probleem van een heel andere orde is die van iemand met een naam waarvan er meer voorkomen. Neem bijvoorbeeld Jan Jansen. Aangezien het systeem niet kan weten welke van de Jan Jansens je zoekt, kom je in dit geval op de doorverwijspagina terecht. Daar kun je kiezen tussen Jan Jansen de baanwielrenner, de politicus, de organist, de schoenontwerper en zelfs de 17^e-eeuwse piraat! Er staat ook een atleet tussen, alleen is die link rood. Geen idee dat we ook in de atletiek iemand hadden die zo heette, maar blijkbaar komt die naam ergens voor in een van de talloze wedstrijduitslagen op Wikipedia. Ga d'r maar eens aanstaan om uit te vinden waar precies. Lijkt me een aardig klusje voor de Erfgoed-club om eens uit te zoeken in welk tijdsgewricht we die Jan Jansen nu eigenlijk moeten plaatsen.

Diezelfde doorverwijspagina wijst er trouwens ten overvloede op, dat er ook nog een Jan Janssen met dubbel s bestaat, onze Tour de France winnaar dus.

Het systeem kent weinig coulance waar het de juiste schrijfwijze van een naam betreft. Ik kwam daar onlangs nog weer achter toen ik de namen van alle Nederlandse atletiekverenigingen die op Wikipedia vermeld staan, eens aan een kritische survey onderwierp. Schrijf je in het zoekvenster bijvoorbeeld AV'34, dan kom je direct op de pagina van die vereniging terecht, ook al gebeurt dat alweer via een doorverwijspagina. Zo word je er fijntjes op gewezen, dat de juiste schrijfwijze AV '34 is. Ziet u het verschil? Maar ook als je bijvoorbeeld 10-kamp in het zoekvenster invult, weet het systeem je feilloos naar het artikel over de Tienkamp te leiden, al gebeurt dat ook dan weer via een doorverwijspagina.

Dode links

Een lastiger probleem zijn de links die gekoppeld zijn aan een externe website die ooit als bron werd gebruikt bij het samenstellen van het artikel. Hoe ouder die link is, hoe groter de kans dat-ie het op zeker moment niet meer doet, omdat de betreffende website is opgeheven, of een naamsverandering heeft ondergaan. Is het laatste het geval, dan heeft Wikipedia speciale zoekmachines ontworpen (in ons Wikipedia-jargon 'botjes' genaamd) die de van naam veranderde websites weten op te sporen en de link dan weten te herstellen, maar lang niet altijd lukt zo'n exercitie. Als de website niet langer bestaat, wordt de betreffende bronvermelding door de machine tot 'dode link' verklaard. Dat is een vervelend probleem, want Wikipedia is er nu juist op gericht om zo gedetailleerd



Jan Janssen in 1967. (foto: Jack de Nijs; bron: Wikipedia)

mogelijk te laten zien, waar de scribent van het bewuste artikel zijn informatie vandaan heeft gehaald. Alles wat op Wikipedia wordt vermeld, moet immers kunnen worden geverifieerd.

Je kunt ook argeloos, met de website van World Athletics als bron, uit het profiel van een atleet op die website een plaatsnaam met link overnemen, bijvoorbeeld om een verbetering op diens Wikipediapagina te registreren. Om er dan na een paar dagen achter te komen, dat je in feite de link hebt aangelegd naar een doorverwijspagina. Daar word je namelijk op je eigen overlegpagina door alweer een zoekmachine, in dit geval 'Dpmelderbot' geheten, op geattendeerd. Dezelfde melding vind je dan ook nog eens terug in je mailbox. Met daarbij dan de opmerking, dat Wikipedia erop is gericht om dat soort links tot een minimum te beperken. Je wordt dus, anders gezegd, vriendelijk doch dringend verzocht om die link te verbeteren. Ik moet bekennen dat ik me daar nogal eens schuldig aan maak. Maar ja, wie verwacht er nu, zoals ik onlangs bij het bijwerken van een pr op de Wikipediapagina van een atlete, dat de naam Ypsilanti nog iets anders zou kunnen zijn dan de plaatsnaam die in haar profiel op World Athletics bij dat pr stond aangegeven? Bleek er echter ook nog een Griekse familie zo te heten. Tja.

Kortom, Wikipedia houdt je wel bezig!

Piet Wijker

MAX4 HOME

Tegels, Sanitair & meer

10% KORTING OP ALLES!

GEBRUIK DE ONDERSTAANDE KORTINGSCODE OP ONZE WEBSITE
WWW.MAX4HOME.NL

MAX4ATLETIEK

2429 KORTINGSCODE: 15 6E 10G 14M
30.11.2024 EN 30.11.2025 STELLING VANAF 12.00

SHOWROOM IN DUIVEN!

STENOGRAAF 1 6921EX DUIVEN
INFO@MAX4HOME.NL
026-2020405

GLOBAL SPORTS COMMUNICATION

Als een van de toonaangevende **sportmanagementbureaus** in atletiek streven we ernaar **onze sport** vooruit te helpen. Het zit in ons **DNA**. Of het nu gaat om topsportmanagement, evenementenorganisatie of sportmarketingprojecten, we streven naar **innovatie** en **voortgang**. Om dit te bereiken werken we samen met atleten en partners van **wereldklasse**.

Samen zijn we **#TeamGSC**.

Blijf op de hoogte!



Global Sports
Communication

Onze jarige Vrienden

(tussen haakjes de nieuwe leeftijd)

November 2024

- | | |
|---------------------------|---|
| 3 Ellen Joacim-Ort (85) | 13 No Op den Oordt (83) |
| 3 Marko Koers (52) | 16 Hugo Tijsmans (80) |
| 4 Aad Grimbergen (82) | 17 Jan Vermeulen (84) |
| 5 Peter Verlooi (73) | 18 Chris van der Meulen (82) |
| 6 Hugo de Haan (40) | 20 Hans-Peter Dries (80) |
| 6 Anita Meijer (78) | 21 Annetien v. Alphen de Veer-Paulen (90) |
| 6 Freek Stam (82) | 21 Justus Hartkamp (57) |
| 9 Raymond Heerenveen (76) | 27 Eric van Amstel (70) |
| 9 Henk Heida (92) | 28 Agnes Popkema-van Wijk (66) |
| 9 Jos Verbeek (62) | 30 Bart van Egeraat (61) |
| 11 John Schoemaker (77) | |

December 2024

- | | |
|---------------------------------|--|
| 1 Ella Hoogendoorn-Deurloo (80) | 19 Cobie Körmeling (72) |
| 3 Jaap van Amsterdam (66) | 26 Riet van der Enden (75) |
| 4 Wim Berkhout (78) | 26 Jeanne Noordenbos-van Diesen (85) |
| 6 Bert Huizinga (75) | 26 Heino Stroet (60) |
| 7 Ron Popma (83) | 27 Rob Schuurman (62) |
| 12 Hans van der Kooij (79) | 28 Ton Baltus (59) |
| 14 Toos Hofstede-Mutter (87) | 29 Rudi Verriet (68) |
| 15 Ineke Bonsen-Pérukel (79) | 30 Hugo Kusters (62) |
| 16 Marti ten Kate (66) | 30 Marianne de Schipper-Burggraaf (76) |
| 16 Frank van Geloven (69) | |



DE VRIENDENBAND

opgericht 26 mei 1951



Bij verkeerde adressering:
Van Humboldtstraat 63
3514 GM Utrecht