

DE VRIENDENBAND

mededelingenblad
van de Vereniging
Vrienden van de Atletiek
februari 2025
74^e jaargang
nr. 1



In dit nummer o.a.

Uitnodiging ALV 5 april 2025

Wereldrecord

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

Voor het voetlicht:
Tineke Godschalk-Klufft

Jeugdfonds: 2024-2025



De Vriendenband

Inhoudsopgave

pagina

74e jaargang nummer 1, 2025

Van de voorzitter	1
Van het secretariaat	2
Advertentie Max4Home	3
Uitnodiging jaarvergadering 5 april 2025	4
In Memoriam Jan Parlevliet	5
Wereldrecord	6
Onze 4 x 100 m vrouwen op de Olympische Spelen (4)	8
Advertentie Praktijk Energiek	13
Marja Bak-Wokke: Blij met haar herstelde knie	14
Stichting Atletiekerfgoed	16
Advertentie BK Ingenieurs	19
Voor het voetlicht: Tineke Godschalk-Kluft	20
Boekbespreking: Vallen naar de horizon	26
Advertentie Fysiotherapie Vennewater	27
Vrienden Jeugdfonds op de voet gevolgd	28
Advertentie Global Sports Communication	33
Gepruts op Wikipedia	34
Onze jarigen	36

Kopij Vriendenband april 2025

Graag vóór 20 maart 2025

aan de redactie:

Piet Wijker

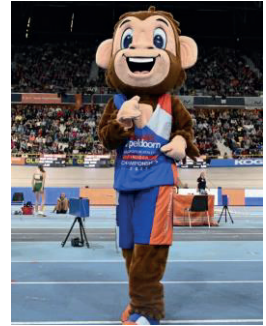
De Uitkijklaan 12, 1974 XP IJmuiden

pietwijker@gmail.com

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

Van de voorzitter

We staan aan de vooravond van de EK Indoor Atletiek van 6 t/m 9 maart a.s. in Apeldoorn met als generale de NK Indoor Atletiek op 22 en 23 februari a.s. in dezelfde locatie. Vanuit mijn historisch besef neem ik u mee welke schakels een rol spelen om zo'n evenement zowel in sportief, organisatorisch als financieel opzicht succesvol te laten zijn.



De mascotte van de EK Indoor Atletiek.

Dat begint natuurlijk bij rechtehouder *European Athletics* met de aanbidding van het bidbook, dat moet voldoen aan strakke standaardisen. Er kan niet volstaan worden met een mooi plaatjesboek. Er hoort in elk geval een financiële garantstelling bij van de hosting city en/of de member federation. Direct na de toewijzing dient een organisatiecontract te worden ondertekend met relatief weinig rechten, maar vooral verplichtingen voor het organiserend comité. Daarna is het aan het *Lokaal Organisatie Comité (LOC)* om de onderlinge rollen en taken uit te werken. De bond beperkt zich veelal tot de wedstrijdorganisatie en legt het financieel risico graag bij een externe partij neer, zoals de overheid of een commercieel evenementenbureau. Het laat zich raden dat de relatie tussen *European Athletics* en *LOC* (ook intern) aanleiding kan geven tot 'gesteggel'. Het organisatiecontract is echter leidend, maar een onderbouwd en vastgesteld masterplan kan veel ergernis en gedoe voorkomen.

Een volgende schakel zijn de *sponsors* die hun zakelijke belangen uiteraard ook wensen te borgen. Niet zelden schuilt hier al een conflict met de rechtehouder *European Athletics*, die vooral oog heeft voor de belangen van de eigen partners. Het aanbieden van hospitality pakketten inclusief tickets biedt dan enige ruimte.

Een belangrijke schakel zijn de *media*, zowel in aanloop naar als tijdens het evenement en in het bijzonder de hostbroadcasting. Dat brengt productiekosten met zich mee voor het *LOC*, maar geen tv doet afbreuk aan de nieuws waarde.

En dan de schakel *vrijwilligers*. Ook een op professionele basis geschoeide organisatie kan niet zonder deze ambassadeurs voor het evenement. Dat geldt niet alleen voor de nijvere bijen op het veld, maar ook ver daarbuiten. In de hotels, op het parkeerterrein of als chauffeur. Zij zijn immers het gezicht van de organisatie. Degenen met wie atleten en toeschouwers als eerste kennismaken. En de belangrijkste schakel zijn de *atleten*. Hun prestaties en uitstraling geven qua beleving een boost voor eenieder die actief of passief bij het evenement betrokken is. Een medaille voor het organiserend land draagt bij aan het succes. Een ketting is zo sterk als de zwakste schakel, maar een succesvol team kan ook in Apeldoorn absoluut bijdragen aan een geslaagd EK Indoor Atletiek 2025.

Vandaar dat ik iedereen een heel mooi en spannend atletiekweekend toewens.

Tot ziens in Apeldoorn!

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 donderdag 6 tot zondag 9 maart worden in Apeldoorn de EK Indoor gehouden in de geheel vernieuwde hal. De vier dagen zijn geheel uitverkocht. Dit komt natuurlijk door de successen van onze atleten in de afgelopen jaren. Er zullen op donderdagavond ook zo'n 60 Vrienden op de tribunes aanwezig zijn.
- Op 22 en 23 februari zullen in Omnisport de NK Indoor Kampioenschappen worden gehouden. Op zondag 23 februari zal er weer een trefpunt voor de Vrienden worden georganiseerd. Alle leden hebben hierover een mail ontvangen.
- Op zaterdag 5 april zal de jaarlijkse Algemene jaarvergadering worden gehouden te Utrecht. De agenda vind je verderop in deze Vriendenband en stukken volgen per mail. Wij nodigen iedereen dringend uit aanwezig te zijn, omdat op de agenda de mogelijke omzetting staat van vereniging naar stichting. Het zal dan ook de voorlaatste jaarvergadering zijn.
- Ook dit jaar vraagt het bestuur eenieder ons te melden als in je omgeving iemand een Koninklijke onderscheiding ontvangt. Wij willen daar op gepaste wijze aandacht aan besteden.
- Helaas zal door organisatorische problemen de U18 indoor interland dit jaar niet doorgaan.

Overlijden

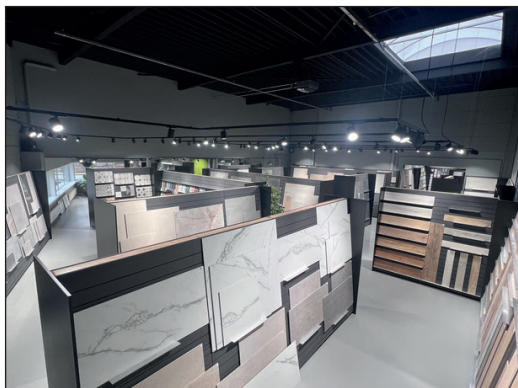
- Op 2 december 2024 is op 92-jarige leeftijd overleden Jan Parlevliet (zie pag. 5).

Opzegging lidmaatschap

- Jan Jansma

Vacatures

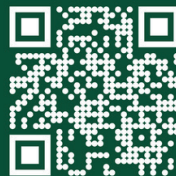
- **Graag willen wij jonge enthousiaste leden of niet leden die in hun vrije tijd onze *social media* willen aanvullen met leuke filmpje, stukjes etc., vragen om dit ook voor de Vrienden te doen. Het kost weinig tijd en je kunt je ambitie op een goede manier voor een leuke vereniging doen. Lijkt het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



MAX4 HOME Specialist in tegels
sanitair & meer

Showroom:
Fabriekstraat 16-02
7005AR Doetinchem

Contact:
0314-745151
info@max4home.nl



Uitnodiging

voor de jaarvergadering van de vereniging "Vrienden van de Atletiek" op zaterdag 5 april 2025



Locatie: Het Oude Tolhuys, Weg naar Rhijnauwen 13, 3584 AD UTRECHT

Aanvang van de vergadering: Inloop 9:30 uur
Begin vergadering 10:00 uur
Lunch 12:00 uur

Agenda:

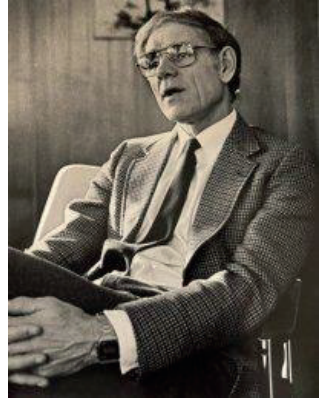
- 1) Opening
- 2) Ingekomen stukken en mededelingen
- 3) Notulen van de ALV, gehouden op 6 april 2024 te Utrecht
- 4) Vaststellen jaarverslag 2024
- 5) Vaststellen financieel jaarverslag 2024 incl. verslag financiële commissie (bijgaand)
- 6) Goedkeuren begroting 2025
- 7) Benoemen leden financiële commissie
 - * Wouter Schelvis (1^e jaar)
 - * Chris van der Meulen (2^e jaar)
 - * Rob Janssen (reserve)
- De vergadering wordt gevraagd haar goedkeuring te verlenen.
- 8) Bestuursverkiezing
 - volgens rooster aftredend:
 - * Elly de Regt-Henzen
 - * Jaap van Amsterdam
 - Elly en Jaap zijn herkiesbaar
 - Eventuele tegenkandidaten dienen zich 1 week voor de vergadering aan te melden.
 - De vergadering wordt gevraagd haar goedkeuring te verlenen.
- 9) Update Toekomst van de Vrienden
- 10) Verslag en Presentatie Vrienden Jeugdfonds
- 11) Rondvraag
- 12) Sluiting van de vergadering

Eenieder wordt verzocht om zich uiterlijk 1 week van tevoren (uiterlijk 29 maart) aan te melden per mail bij de secretaris (secretaris@vriendenvandeatletiek.nl).

In Memoriam Jan Parlevliet

Op 2 december 2024 overleed op 92-jarige leeftijd ons lid Jan Parlevliet. In de periode 1955 – 1962 was hij in Nederland de absolute koning op de 400 meter horden. In die jaren werd hij zes keer Nederlands kampioen en stelde hij het Nederlands record scherper van 54,5s naar uiteindelijk 52,2s. Daarbij had hij pittige duels met Marius Bos, een ander, in 2023 overleden, lid van onze vereniging. De omstandigheden waren in die tijd behoorlijk anders dan nu. Geen trainers, geen methodiek. Daarover vertelde Jan tijdens een interview in 2013.

“Al vroeg werd ik een echte fan van Emil Zátopek. Hard trainen, je eigen gang gaan. Hij was ook de man die de intervaltraining ontwikkelde. Ik ben vanaf 1950 heel intensief volgens de intervalmethode, aangepast aan de sprint, gaan trainen. Als junior trainde ik twee, drie keer in de week, ook in de winter, maar toen ik senior werd ben ik dagelijks gaan trainen, voor die tijd hard. En vooral in de winter. Ik moest het echt van systematisch trainen hebben. Later paste ik naast intervaltraining ook veel tempolooptraining toe. Zowel in militaire dienst als in Wageningen waren er geen horden aanwezig. Ik leende drie horden van de club en die gebruikte ik tijdens mijn militaire diensttijd en in Wageningen. In Wageningen stonden de horden tussen de struiken met een ketting aan een boom gebonden naast de voetbalvelden waar ik trainde.”



Na het zijn einde van zijn sportcarrière is Jan zijn andere liefde, de wetenschap, gaan volgen. Jan Parlevliet werd hoogleraar Plantenveredeling aan de Universiteit van Wageningen. Hij bleef zijn eerste liefdes, de atletiek én Vlug & Lenig en diens opvolger Haag Atletiek altijd trouw. Jan Parlevliet was ook een trouw lid van de Vrienden van de Atletiek. Met zijn vrouw Imke Parlevliet-Vaal, overleden in 2018, bezocht hij regelmatig onze reünies.

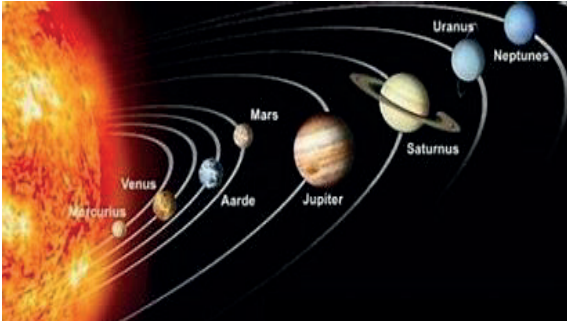
Jan was vijf jaar lid van de vroegere NTC van de Atletiekunie. Vanaf 1979 was hij samen met Imke actief in de veteranenatletiek. Zij namen deel aan diverse veteranenspelen, o.a. in 1981 in Nieuw-Zeeland. Voor zijn verdiensten ontving Jan het erekruis van de Atletiekunie.

Met dank aan André van den Berg, Secretaris Haag Atletiek

Wereldrecord

Een begrip dat in onder andere onze sport zó is ingeburgerd dat we er geen seconde meer over nadenken wat we er mee zeggen. Ja natuurlijk, we weten heus wel wat het betekent. De beste prestatie die er ooit door wie, en waar dan ook op een bepaald atletiekonderdeel op reglementaire wijze is geleverd. Dat is een record. Maar wat is nu eigenlijk *wereld*?

Dan denken we meestal eerst aan het bolletje dat als een van de planeten om onze zon draait en waarop wij mensen wonen.



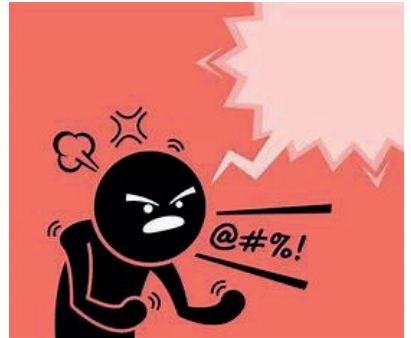
Alle illustraties: bron Wikipedia

werelden zijn. Zoals de “**Mitwelt**”, die gekenmerkt wordt door sociale dimensies. Atleten hebben die nodig, ook al is atletiek een individuele tak van sport. Samen trainen, elkaar helpen in een iets mindere periode, in trainingen waarin het ‘hard’ moet, of ‘ver’, bij werpen, of ‘hoog’ of ‘ver’ bij springen...., elkaar opjagen in wedstrijden....., de sociale factor is heel erg belangrijk. En dan hebben we het nog niet gehad over de estafettes. In heel veel opzichten teamwork! De wereld van de sociale dimensie.... Nog steeds ben ik heel blij dat ik ooit bij atletiek terecht ben gekomen. Niet dat er bij ons nooit iets gebeurt, maar er zijn genoeg takken van sport waar het gedrag, de omgang met elkaar van mensen me beslist niet zou bevallen.

Interessant is de derde wereld, de “**Eigenwelt**”. Dat is de wereld van de psychologische dimensies. Twee atleten van verschillende verenigingen kwamen elkaar op wedstrijden regelmatig tegen en ze waren aan elkaar gewaagd. Naast de strijd om hun wedstrijdonderdeel te winnen speelde er steeds mee dat beiden in ieder geval niet van de ander wilde verliezen. Tot een van de twee bijna een heel

Dan hebben we het echter maar over één invulling van het begrip: wereld. Dit is de fysieke dimensie van de wereld die door Ludwig Binswanger (een Zwitsers psychiater én filosoof uit de vorige eeuw) “**Ümwelt**” is genoemd, een benaming die daarna door velen -zeker door filosofen- is overgenomen.

Toch weten we, mede dankzij Binswanger, dat er meer



seizoen volledig uit beeld was voor ze elkaar weer op het inloopterrein van een volgende wedstrijd tegen kwamen. Na een enthousiaste ontmoeting kwam natuurlijk de vraag naar de reden. Die werd bereidwillig uitgelegd: “Ik had een chronisch probleem met een lintworm die in mijn maag bleek te zitten. Er ging al heel wat tijd mee heen voordat de dokter wist wat er aan de hand was.

Pillen hielpen niet en uiteindelijk moest ik er operatief van af worden geholpen. Maar, ik ben er weer en helemaal klaar om de strijd opnieuw aan te gaan.” Even was het stil. Toen kwam de reactie die het herwonnen zelfvertrouwen met één klap teniet deed: “Dan hoop ik voor je dat die lintworm geen eitjes in je lichaam heeft achter gelaten.”



Hiermee zijn we er nog niet. De Nederlandse psychologe Emmy van Deurzen heeft er nog een vierde wereld aan toegevoegd: de “Überwelt”, de wereld van de spirituele en transcendentie dimensie. Spiritueel: niet grijpbaar, iets wat tot de geest behoort. En transcendentie: een gevoelstoestand van hoger bewustzijn. Heel dure woorden. Toch kennen we dat wel! De atleet die in topvorm is, de wedstrijd die ideaal verloopt, het weer,

alle omstandigheden zijn perfect. Het weten dan absoluut onoverwinnelijk te zijn leidt tot een gevoelstoestand waarin alsnog verslagen worden gewoon onmogelijk is! En de wedstrijd dus inderdaad gewonnen wordt. Een geluksgevoel dat je maar hooguit enkele keren op die manier in je carrière meemaakt. Tja, het heet niet voor niets Überwelt.

Ten slotte is de laatste jaren de term “Nachwelt” opgekomen. Hiermee wordt naar de wereld van en voor de komende generaties verwezen. Die zijn we al stevig aan het invullen. Denk aan Britt Weerman, werkend aan een terugkeer na een langdurige blessure en vooral aan Niels Laros die geweldig meedraait met de gevestigde wereldtoppers. En vergeet ook het Europees Kampioenschap U20 niet, in 2023 in Jeruzalem. Twee keer brons, drie keer zilver en drie keer goud. Ook vorig jaar presteerden die jongeren prima. Zoals bijvoorbeeld Yannick Rolvink en nóg iets(je) beter: Jarno van Daalen, die goud en zilver scoorde bij het Wereld Kampioenschap U20. En er komen er meer aan. Ook de Nachwuchs voor de Nachwelt ziet er gelukkig veelbelovend uit. Wanneer zal het volgende wereldrecord na laatst Femke’s 400 m indoor in Nederlandse handen vallen?



Hugo Tijmsmans

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

Waar waren wij gebleven in de beschrijving van onze historie op de Olympische Spelen op de vrouwenestafette 4 x 100 m? In de eerste periode van 1928 t/m 1956, die zes Spelen omvatte, waren wij er vijf keer bij geweest en alle keren hadden wij ook de finale gehaald, met als hoogtepunt die iconische gouden plak van Fanny Blakers-Koen cs in 1948. De tweede periode, van 1960 t/m 1980, waren wij slechts eenmaal, in 1968, aan de start verschenen, wat weliswaar geen medaille, maar wel een nationaal record van 43,44 s had opgeleverd, dat als benchmark zou uitgroeien voor komende generaties Nederlandse sprintsters.

III. 1984 t/m 2004

In de derde periode, van 1984 t/m 2004, werden er, zoals we hebben aangetoond, in oplopende mate serieuze pogingen ondernomen om ons land op de 4 x 100 m voor vrouwen weer een olympische rol te laten spelen. Een eerste poging, in 1984, mislukte, waarna in 1988 en 1992 onze vrouwen de Spelen wel haalden, al bleef hun rol beperkt tot de series. Beste tijd: de 43,48 s in 1988. Waren we terug op de weg omhoog?

1996: Atlanta

In 1993 veranderde er het een en ander in de pikorde bij de Nederlandse sprintsters. Nelli Cooman verloor haar jarenlange koppositie en werd vanwege haar afnemende prestaties door de KNAU niet langer ondersteund. Het betekende het begin van de hegemonie van Jacqueline Poelman, die tussen 1993 en 2006 op de 60, 100 en 200 m in- en outdoor in totaal 30 nationale titels bij elkaar zou sprinten. Een tegenvaller was dat de opkomende ster Petra Huybrechtse in 1993 door een knieblessure en ziekte nauwelijks aan sprinten toekwam en aan het eind van het jaar inging op een aanbod, haar kort na Barcelona gedaan, om aan de universiteit van Gainesville haar geluk te komen beproeven. De nationale estafetteploeg moest dus opnieuw worden opgebouwd. Gekozen werd voor een mix van de wat oudere Claudia Elissen en Karin de Lange met de jonkies Jacqueline Poelman en Monique Bogaards.

Een eerste test vond plaats tijdens de Westathletics Games in Sittard, waar dit viertal tot 44,01 kwam, een week later tijdens een Europa Cupwedstrijd in Rotterdam gevolgd door 44,33. Om aan de WK in Stuttgart deel te nemen moest er echter 43,50 worden gelopen. Was dit viertal daartoe in staat? Tijdens de Adriaan Paulen Memorial – weer daar! – kwamen ze er met 43,67 het dichtste bij. Een laatste kans om zich te kwalificeren volgde in juli op de Papendal Games. Juist daar liep het viertal echter de minste tijd van het seizoen: 44,55. De conclusie in het AW-verslag was hard: de ploeg had compleet gefaald. De vraag is echter of je van onze vrouwen, waarvan de snelste zes (inclusief Nelli Cooman!) eind 1993 goed waren voor gemiddeld 11,74 sec., meer had mogen verwachten. Intussen vierden de tot een hechte vriendinnenclub uitgroeide estafettevrouwen van

1968 het zilveren jubileum van hun in Mexico gelopen record van 43,44 in een huisje aan het strand ergens in Den Helder!



De estafettevrouwen van de 4 x 100 m in 1968 25 jaar later op het strand van Den Helder. Vlnr: Corrie Bakker, Lidy Makkinje, Hilly de Lange, Wilma van Gool, Mieke Sterk en Truus Hennipman. (bron: AW nr. 11, 1993)

Beste jaarprestatie op EK

Aan het begin van 1994 waren het toch weer Nelli Cooman (hoe kreeg die het toch steeds voor elkaar?) en Jacqueline Poelman die indoor op de sprint de toon zetten. Eén en twee op de 60 m op het NK, op het EK in Parijs gevolgd door goud voor Nelli op de 60 m (haar zesde Europese indoortitel!) en brons

voor Jacqueline op de 200 m. De AW zoomde in enkele edities dus uitgebreid in op beide sprint-coryfeeën, waarin samen met redacteur Cors van den Brink ook nog werd teruggekeken op het matige estafetteresultaat van de Spelen in Barcelona. Dat leverde uiteenlopende reacties op. Poelman in AW nr. 2: “De sfeer in de ploeg was niet goed. Monique Bogaards viel uit en invaller Karen van der Kooij had een heel andere instelling dan de andere meiden. Wij leefden er meer als topsporter, terwijl we van haar vonden dat ze zich als een toeriste gedroeg. Het klikte gewoon niet en dan worden de prestaties ook minder.” Cooman in AW nr. 3: “Ik heb in Barcelona verschrikkelijke dingen meegemaakt, omdat ik er niet de Nelli kon zijn die ik echt ben. Ik heb me er geen moment op mijn gemak gevoeld. Ik heb mijn eigen kwaliteiten op zij gezet, ik heb wedstrijden overgeslagen om met de ploeg te trainen. Maar ik moest daar als een soort moedertje optreden en dat kan ik niet. Ik ben er helemaal dolgedraaid en ben daarom naar huis gegaan.”

Het sierde de KNAU dat men ondanks de tegenvallende resultaten op de sprintestafette bij de vrouwen in 1994 vasthield aan het eerder geselecteerde viertal. Bij een eerste optreden tijdens de Europa Cup in Dublin was alleen Claudia Elissen vervangen door Jacqueline Smit; het leverde in 44,73 nog geen kwalificatie op voor de Europese kampioenschappen in Helsinki, later die zomer. Begin juli, bij een wedstrijd in Gisingen, was de Limburgse sprintster als startloopster echter weer van de partij en dat mondde samen met Poelman, De Lange en Bogaards, in die volgorde, uit in 43,82. Het viertal kon het vizier gaan richten op Helsinki.

Dat EK in Helsinki werd een dieptepunt. Voor de uit 26 deelnemers bestaande Nederlandse delegatie verliep het toernooi desastreus. De marathon en de meerkamp



buiten beschouwing gelaten (onze mannen en vrouwen deden mee; daar is alles mee gezegd), werden er op de baan zegge en schrijve drie finaleplaatsen behaald: Nelli Cooman (alweer zij!) werd vijfde op de 100 m en Grete Koen vijftiende op de 3000 m. Wie sprongen er als enigen bovenuit? Dat waren nu juist onze estafettevrouwen! Nadat Claudia Elissen, Jacqueline Poelman, Karin de Lange en Monique Bogaards in hun serie als derde in 43,89 de finale hadden bereikt, kwam dit viertal hierin vervolgens tot een zesde plaats in 43,81. Dat was niet alleen het beste resultaat

Karin de Lange heeft zojuist het stokje overgegeven aan Monique Bogaards en schreeuwt haar naar de finish. (foto: Soenar Chamid; bron: AW nr. 8, 1994)

op het moment dat het ertoe deed, het was zelfs een verbetering van hun beste jaarprestatie! Van Claudia Elissen werd bij de start trouwens de snelste reactietijd van het hele veld gemeten. U zult misschien denken van: zesde? Nou en? Besef dan dat dit van de vijf naoorlogse EK's waarin Nederlandse vrouwen op de 4 x 100 m in actie kwamen, na de succesvolle Fanny Blankers-Koen trein, met goud in 1946 en zilver in 1952, het derde beste EK-resultaat was. Dat deze estafetteprestatie dus de AW-cover met daarin het EK-verslag sierde was terecht en dik verdiend.

Opportuniteit ten top

Aan het begin van 1995 waren het op het NK indoor opnieuw Nelli Cooman en Jacqueline Poelman die de dienst uitmaakten, met dien verstande dat op de 60 m ditmaal Poelman de kampioenstitel veroverde, al dacht aanvankelijk Cooman te hebben gewonnen. Een finishfoto stelde haar echter in het ongelijk, maar het scheelde uiteindelijk slechts tweeduizendste van een seconde. Voor beiden werd 7,30 geregistreerd. Dat was wennen voor Cooman, die sinds 1984 op eigen grond niet meer was geklopt op haar specialiteit, waarop zij zes jaar lang zelfs wereldrecordhoudster was geweest.

Nu weten we vanuit het verleden (1968!) dat, indien je niet beschikt over enkele van de beste sprintsters in de wereld, je een jaar van tevoren moet beginnen met de trainingen van een selectie voor de 4 x 100 m estafette die jouw land op het eerstvolgende grote toernooi moet vertegenwoordigen. Want dan zijn immers messcherpe wissels essentieel om het verschil in individuele snelheid te compenseren en daar moet je eindeloos op trainen. De

KNAU maakte echter pas in mei bekend, dat Wigert Thunissen dat jaar was aangesteld als bondscoach voor de vrouwenestafette 4 x 100 m. Die kon dus weinig anders dan een zeer gecompliceerd programma presenteren. Voor de WK in Gothenburg, waarvoor de limiet op 43,64 was gesteld, zouden vier kwalificatiepogingen worden ondernomen in vier wedstrijden, die alle gepland stonden in de eerste drie weken van juni. Verder werden er vier estafette-trainingen op Papendal afgesproken. Zijn selectie was dezelfde als die van 1994, aangevuld met Mami Awuah Asante, een 19-jarige atlete van Holland-Haarlem die in 1994 op de NK derde was geworden op de 100 m achter Poelman en Cooman. De laatste had overigens inmiddels bedankt voor de estafette-eer. Alle geselecteerden zouden eerst eind mei op het Atletiek gala in Kerkrade een individuele prestatie moeten neerzetten, die bepalend was voor de samenstelling van het eerste estafetteviertal.

Kerkrade leverde gelijk een verrassing op. Terwijl Poelman de internationale 100 m A-race won in 11,61, werd de nationale 100 m B-loop gewonnen door Bogaards in 11,82, gevolgd door Annemarie Kramer, een snel opkomend, 20-jarig talent uit de stal van Thunissen, in 11,87! Smit volgde in 12,04, Awuah Asante werd 4^e in 12,10 en De Lange 5^e in 12,13. Elissen ontbrak en zou het hele jaar niet meer van zich doen spreken. In overleg met de atletes werd besloten om de snelste vier van de B-loop (Poelman was al zeker van haar plek in de estafetteploeg en werd gedispenseerd) op te stellen tijdens de West Athletic Cup, op 3 juni in het Duitse Kevelaer. Daar kwamen dus Awuah Asante, Bogaards, Kramer (inmiddels toegevoegd aan de selectie) en Smit in actie, in die volgorde. Resultaat: 44,91. Niet om over naar huis te schrijven dus.

Twee dagen later was het de beurt aan de APM in Hengelo, waar werd teruggegrepen op de beproefde opstelling van 1994, met Jacqueline Smit op de plaats van Claudia Elissen. Resultaat: 43,92! Nog steeds de snelste volgorde dus en opnieuw een beste prestatie in Hengelo. Het begon gewoonte te worden!

Met dit viertal hadden ons inziens de overige limietpogingen ondernomen moeten worden. Thunissen bleef echter de voorkeur geven aan Mami Awuah Asante, die op de individuele 100 m in Hengelo 0,01 seconde sneller was geweest dan Karin de Lange. Dat leverde tijdens de Europa Cup in Bazel een week later in de opstelling Smit, Bogaards, Awuah Asante, Poelman 44,73 op, op 18 juni in Duisburg in dezelfde opstelling 45,10. Een ingelaste, allerlaatste poging tijdens de Papendal Games op 8 juli leidde opnieuw tot 45,10. Conclusie: missie mislukt! Thunissen betitelde de hele estafette-exercitie na afloop, gezien het geringe aantal trainingen en geplande wedstrijden, in het verslag van de Papendal Games in AW nr. 7 als 'opportuiniteit ten top'. De teleurgestelde Karin de Lange was echter specifiek in haar commentaar. Zij uitte kritiek op de gemaakte afspraak dat de individueel snelste vrouwen moesten lopen. Volgens haar zou ervaring met het lopen in een estafette en vertrouwen in de vaste wissels een grotere rol moeten spelen bij de samenstelling van de ploeg. Het oude, ervaren treintje Poelman, Bogaards en zijzelf had volgens haar betere tijden kunnen opleveren. Want met name de wissels hadden bij verschillende limietpogingen voor te veel oponthoud gezorgd. De Lange, 31 jaar

inmiddels, zei er niet bij dat haar door dit beleid een van haar laatste kansen om te 'shinen' op een groot toernooi waarschijnlijk door de neus was geboord. Uiteindelijk was er op dat hele WK geen Nederlandse sprintster te bekennen.

Brug te ver

In 1996 begint het indoorseizoen zonder het geijkte duo Cooman en Poelman; de eerste omdat die herstellende is van een herniaoperatie, de tweede omdat die vooral met zichzelf worstelt, zoals zij het zelf later zal verwoorden. Het zijn dan ook Mami Awuah Asante (60 m) en Annemarie Kramer (200 m) die op de NK indoor het sprintgoud onderling verdelen. Toch begint de estafetteselectie, dezelfde als die van 1995, ambitieus met een trainingsstage van 6 t/m 22 april in Los Angeles. Er zal in die periode tevens aan een viertal wedstrijden worden deelgenomen. Volgens Awuah Asante zijn ze goed bezig. In AW nr. 2 vertelt zij Ton de Kort in een interview, dat er onder leiding van Wigert Thunnissen sinds maart wekelijks wordt getraind. Nochtans is er in de volgende AW's vrijwel niets terug te vinden over de in die periode geleverde prestaties. Slechts over de laatste wedstrijd op 21 april in Walnut, op de baan van Mount SAC nota bene, vinden we iets terug. In 44,79 hebben Mami Awuah Asante, Jacqueline Poelman, Annemarie Kramer en Jacqueline Smit daar helemaal niets in te brengen. De kwalificatielimiet voor Atlanta van 43,70 lijkt nog ver weg. Maar goed, tijdens een trainingskamp hoort het lopen van scherpe tijden nog niet aan de orde te zijn.



Jacqueline Poelman begint 1996 bij een wedstrijd in Sindelfingen. (bron: AW nr. 2 1996)

Enmaals terug in Nederland komen de sprintsters in estafetteverband pas in actie tijdens de Gouden Spike op 22 juni. De Kerkrade Classics en APM Games staan deze keer reeds in mei op het programma, kort voor de NK van 31 mei t/m 2 juni in Den Haag, en hebben daarom deze keer geen 4 x 100 m in hun schema's opgenomen. In Den Haag zijn het opnieuw de twee Holland-Haarlem atletes die de sprint naar zich toetrekken; Awuah Asante wint de 100 en Kramer de 200 m. Poelman wordt op de 100 m derde(!). In Leiden laten Angelique Smit, Monique Bogaards, Jacqueline Poelman en Annemarie Kramer de klokken echter stilstaan op 43,91 en dus leeft de hoop op kwalificatie voor Atlanta weer op. Nog maar 0,2 seconde verwijderd van de olympische limiet, klinkt het optimistisch. Monique Bogaards is vooral blij dat Jacqueline weer op de weg terug is, "want we hebben haar nodig voor het team", zegt zij na afloop in Leiden.

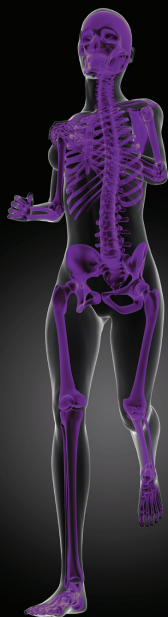
“Dit seizoen heb ik helemaal ingericht op de estafette. Natuurlijk had ik net als die anderen graag een nieuw record gelopen op de 400 meter (Bogaards refereert aan haar clubgenotes Karin de Lange en Tjouke Ebberts). Als we het halen is het zo natuurlijk goed, anders is het achteraf wel zonde”, vindt Bogaards in AW nr. 6. Zonde dus, want het blijkt de snelste tijd van het jaar. Een week later komen tijdens de Europa Cup wedstrijd in Lissabon Awuah Asante, Poelman, Kramer en Bogaards (Thunissen blijft maar wisselen met de bezetting en de volgorde waarin ze lopen) niet verder dan 44,24. De Spelen in Atlanta blijken een brug te ver.

“Zwaar kloten”. Jacqueline Poelman verwoordt het kernachtig in AW nr. 10, opgetekend door Monne Reitsma. “In het begin was het zwaar kloten maar op het laatst heb ik redelijk gelopen. Die laatste weken geven dan toch weer moed.” De vorm kwam echter te laat voor de Spelen. “Natuurlijk had ik naar Atlanta gewild maar ik zat er zo ver vanaf. Ik was meer met mezelf bezig dan met atletiek. Bovendien had ik er met deze tijden niet willen staan. Ik vond het dus niet zo erg en heb dus ook gewoon naar de televisie kunnen kijken.” Niet alleen individueel, maar ook de limiet voor de estafetteploeg bleek een utopie. “Voor een goede estafette moet iedereen in vorm zijn. Ik dus ook. Dat was niet zo en het is dan ook gewoon jammer, maar het is geen weggegooid ervaring.”

Overigens kwam de gemiddelde snelheid van de eerste zes sprintsters aan het eind van het jaar uit op 11,74 sec., net als in 1993. Had er met een dergelijk gemiddelde meer ingezet? De vraag stellen is hem beantwoorden.

(wordt vervolgd)

Piet Wijker



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



NATUURGEDREVEN NATUREPRAKTIJK
ENERGIEK

Marja Bak-Wokke: Blij met haar herstelde knie



Marja Bak-Wokke lost het startschot voor de 50^e editie van de Halve Marathon van Egmond. (foto: Jan Bak)

Een jaar geleden plaatste ik in Vriendenband nr. 1 het verhaal van Marja Bak-Wokke, die voor de ‘reparatie’ van haar linkerknie met artrose graad IV (waaruit het kraakbeen dus zo ongeveer was verdwenen), had gekozen voor een stamcellentherapie door een Belgische specialist in een Gents ziekenhuis. Na haar eerste optimistische berichten over het resultaat van deze behandeling was ik erg benieuwd hoe het er nu voor zou staan. Op 20 januari jl. spraken wij elkaar.

Marja vertelde vorig jaar, dat haar beslissing om te kiezen voor de stamcellentherapie was ingegeven door haar intense verlangen om te kunnen blijven hardlopen. Ze zei toen: “Ik wil graag hardlopen, ben echt een hardloper. Niet meer hardlopen was voor mij geen optie.” Welnu, enkele weken na de behandeling in november 2023 kon ze alweer wat

hardlopen en dat is sindsdien alleen maar beter geworden. Marja: “Het maximale aantal kilometers per dag is tussen de 16 en 18 kilometer, dat hangt een beetje af van de tijd die ik heb. Ik loop standaard 12 en ga zo’n één keer in de twee weken naar de 16 en soms naar de 18. Nou ja, daar houd ik het zo’n beetje op, gewoon uit zekerheid. Maar ik zou ook een halve marathon kunnen lopen.”

Marja Bak-Wokke is dus opgetogen over het resultaat. “Ik hoor heel veel van mensen die in België zijn geweest, dat het hartstikke goed helpt. En ja, tegenwoordig doet de Bergman Kliniek ook de ACP prikken. Dat is dus stamcellen uit het bloed halen. Die helpen dan een half jaar. Dat doen er heel veel bij ons in de loopgroep. En dan met een half jaar laten ze zich weer prikken. Dat gaat ook redelijk goed. Maar ik ben er niet zo van dat je steeds het bot injecteert. Want dat doe je dan. Ik ben blij dat ik het in België heb laten doen en dat het zo’n lange tijd blijft werken. Tegen mij zei hij: *‘vijf jaar, maar bij jou is het misschien drie jaar, omdat je hem heel intensief gebruikt. Maar als je weer wat pijn krijgt, ja dan moet je dus weer komen.’* Nou, dat ben ik ook wel van plan.” Volgens Marja voelt haar knie stabiel aan en is niet dik. Voorwaarde is echter wel, dat je heel veel krachttraining moet blijven doen. Maar dan wel onder begeleiding van een fysiotherapeut of personal trainer, waarschuwt ze. “Dat iemand anders goed voor je kijkt: wat kan je aan en wat niet. Want als sporter ben je altijd gewend om wat over de schreef te gaan. Dat moet je dus niet doen, want dat kan zo’n knie niet hebben. Tegenwoordig kan dat allemaal uitgemeten worden via een scan van je lichaam. Daar worden de apparaten op ingesteld.

Dan geef je daarna je mankement aan en ook daar worden die apparaten op ingesteld, zodat je tot maximaal kunt gaan. Nou ja, dat is tegenwoordig allemaal zo mooi, daar hoeft je zelf niets meer aan te doen of over na te denken.”

Bij haar zorgverzekeraar heeft ze nul op het rekest gekregen. “Nee, ze hebben het nooit vergoed. Het was gewoon van: het is geen erkende operatie. Ze wilden ook niet komen kijken hoe goed het was gelukt. Ze waren eigenlijk heel terughoudend.” Hartstikke raar vindt ze dat. Marja: “Want het werkt zó ontzettend goed. Hoeveel mensen zie je niet met een kunstknie die blijvende klachten hebben, die eigenlijk niet goed meer kunnen lopen? Als ik alleen al hier naar mijn eigen buurman kijk, die is vorig jaar februari geopereerd en nou moet-ie alweer voor een operatie, want het wil maar niet goed lukken. Dan denk ik: die ellende heb ik allemaal niet met die stamcellentherapie! Die knie ziet er ook weer hartstikke mooi uit. Het feit dat je weer pijnvrij kan slapen, dat je die knie, dat been weer kan belasten... Ik merkte ook aan mezelf, dat ik bij het lopen altijd maar rechts gebruikte, waardoor ik ook een beetje bekkenscheefstand kreeg. Nu gebruik je je twee benen weer en kan je ook weer snelheid maken.”

Het steekt haar dat zelfs de controlerend arts niet naar haar knie wilde komen kijken. Marja: “Voor de operatie was-ie dik, zat er vocht in; het was een vrij beroerde knie. Je hoorde ook de hele tijd ‘krak’, wel interessant natuurlijk, maar het was niet zoals het moest. Dat hoor je nou allemaal niet meer. Dan denk ik: dan had ik je kunnen laten zien dat die knie gewoon weer in model is en dat er niks meer aan de hand is. En dan reageer je daar niet op. Dat vond ik wel heel vervelend, eigenlijk. Terwijl het in België een erkende operatie is, de artsen in België het wél een goeie oplossing vinden, ze het daar dus erkennen en het ook vergoed wordt. Waarom zou het in Nederland dan niet vergoed worden? Ik vind het hartstikke supergek.”

Moest er van overheidswege de komende jaren niet fors worden bezuinigd op de publieke gezondheid? Volgens ‘Kniecare’ liggen de gemiddelde kosten van de plaatsing van een nieuwe knie tussen de 7000,- en 17000,- euro. Marja Bak-Wokke betaalde eind 2023 voor operatie plus consult in totaal 3050,- euro. Jaarlijks worden er in ons land zo’n 20.000 nieuwe knieën geplaatst. Ik zou zeggen: beste Fleur Agema, minister van Volksgezondheid, Welzijn en Sport: Voilà!

Piet Wijker

Nieuws van de Stichting Atletiek Erfgoed



Vragen

Soms komen er vragen tot ons, die snel en met weinig zoekwerk te beantwoorden zijn.

Zoals van PEC Zwolle, waar men bezig is om een Hall of Fame te realiseren. Of wij foto's hebben van voormalige toppers van de vereniging? Uit voorraad leverbaar.

Sinds wanneer wordt er officieel gestreden om het Nederlands kampioenschap over de afstanden 5000 m vrouwen en 10.000 m mannen? Even kijken sinds wanneer World Athletics/de IAAF deze ingesteld heeft, want dat geeft een aanwijzing

wanneer wij in Nederlandse statistische handboeken moeten zoeken. Ook gelukt.

Iets langer waren we bezig met Jan Jansen waarover we vorige keer schreven. Intussen zijn er meer Jannen gevonden, maar dat maakt het alleen maar moeilijker voor vragensteller Piet Wijker om vast te stellen welke van deze Jannen hij zoekt, gezien de weinig andere gegevens waarover hij beschikt.

Een andere zoektocht naar een persoon, ook gevraagd door Piet Wijker, betreft Bert ten Broeke. Een Nederlander uit het noorden des lands, al heel lang geleden geëmigreerd naar Nieuw-Zeeland, die vorig jaar de leeftijd van 100 jaar bereikte, waardoor een regionale krant uit zijn geboortestreek een artikel aan hem wijdde. Daarin vertelde Ten Broeke ook nog met Fanny Blankers-Koen getraind te hebben. Toen we er in januari over spraken, schoot Henk Brouwer overeind: "Daar heb ik een boek van!" Leerpunt en conclusie: ieder van ons Erfgoeders heeft een eigen terrein waarop zij/hij gespecialiseerd is, maar we moeten nóg intensiever over ons werk praten om zodoende elkaars kennis beter te benutten!

Aanbod

Boeken van Gerrit van der Hoeven, waar een pareltje bijzat dat onze Duitstalige collectie tijdschriften over de Olympische Spelen van 1936 beter complementeert.

Theo Bonsen schenkt ons ook een heel waardevol boekwerk over diezelfde Spelen, plus nog een aantal andere boeken.

Plakboeken van Ger van Leeuwen, de destijds beroemde trainer van steeple- en duurlopers.

Henk Nugteren, een voormalig marathonloper die tot de nationale selectie behoorde, schrijft al jaren steeds columns in het clubblad (nu digitale nieuwsbrief) van zijn vereniging Fortius in Dordrecht. Heeft er een aantal gebundeld in een boekje, waarvan wij een exemplaar hebben gekregen. Zie ook in deze Vriendenband een korte recensie.

Alle gevers, rechtstreeks of via via, dank!

Europees Kampioenschap Indoor (6-9 maart a.s. Apeldoorn)



Over onze bijdrage voor billboards, die bij verschillende gelegenheden eerst door de stad en daarna bij/in Omnisport worden opgesteld. We schreven in de vorige Vriendenband: ‘Het zál lukken!’ We kunnen nu zeggen: het is gelukt! Wij hebben foto’s

van -, en teksten over daarvoor in aanmerking komende atleten ingeleverd en de weg gewezen hoe de organisatoren aan geschikt filmmateriaal kunnen komen. Het is nu aan het organisatiecomité om te beslissen, of en hoe zij de aan Erfgoed gevraagde input gaan gebruiken.

De toneelvoorstelling over Foekje Dillema

Het wordt steeds concreter! Bij theatergroep Tryater in Friesland gaan we deze maand kijken hoe onze input is benut en hoe ‘de Atletiekunie’ daarin een plaats heeft gekregen. De website:



Foto: Nationaal Archief

Foekje Dillema, ‘de Friese stoomwals’ uit Burum. Eind jaren ’40 verpletterde ze uit het niets haar concurrentie in het internationale hardloopcircuit. In 1950 zou ze als grote kanshebber deelnemen aan het EK in Frankrijk. Maar daar kwam het niet van: er werd getwijfeld of de razendsnelle plattelandsse wel een vrouw was. De net ingevoerde seksetest weigerde ze. Foekje werd voor het leven geschorst. Haar olympische droom in de knop gebroken. Over deze ingrijpende levensgebeurtenis zweeg ze tot aan haar dood. Was dit uit schaamte? Uit trots? Of verzet? Moeten wij dan ook zwijgen?

De voorstelling *Foekje* is een muzikale, emotionele reconstructie van Foekjes leven. Uiteenlopende personages proberen 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?

In gymzalen door heel Fryslân en op Oerol Terschelling vieren we Foekjes explosiviteit, veerkracht en onverzettelijkheid. Voorstellingen zijn gepland van 9 april t/m 22 juni.

Onze organisatie

In de januari-vergadering van Erfgoed (we houden er drie per jaar) kwam aan de orde dat we heel veel hebben, dat ieder van ons 'op het eigen terrein' goed de weg er in weet, maar dat dit voor een collega al een stuk moeilijker is. Daar gaan we aan werken!

Bezoek Sporterfgoed Depot van NOC*NSF

Zoals we ook al de vorige keer aankondigden, zijn we bij Bernard Hilgers en zijn vrijwilligers op bezoek geweest, die nu in de oude sporthal op Papendal, vlak naast het gebouw waarin de Atletiekunie huist, een nieuw onderkomen heeft gevonden. Natuurlijk heeft het NOC*NSF meer concreet materiaal dan wij, zoals de verschillende Olympische tenues, Olympische fakkels, prijzen, wielrenfietsen van toenmalige Nederlandse wereldtoppers, dé schaatsen van Sjoukje Dijkstra en veel meer, maar ook heel veel foto's en brieven, verslagen, en wat er allemaal nog meer op schrift is gesteld en het bewaren waard is. We zagen ook hoe zij een en ander georganiseerd hebben en dat past uitstekend bij het punt over onze eigen organisatie dat wij hiervoor beschreven! Een zinvol en inspirerend bezoek en natuurlijk spraken we af om als nu naaste burens vaker bij elkaar langs te komen als daar maar een klein beetje aanleiding voor is.

Vrienden van de Atletiek

Er komt weer een nieuw project aan: ...als... straks de vereniging wordt omgezet in een Stichting (de voorbereiding is er, maar het besluit moet nog genomen worden), moet die overgang in de Vriendenband goed begeleid worden. Of wij, met onze veelheid aan materiaal vanaf de oprichtingsvergadering van de Vrienden, een bijdrage kunnen leveren. Doen we natuurlijk graag!



Hugo Tijsmans

**De beste prestatie
onder alle
omstandigheden.**

bkingenieurs.nl



VOOR HET VOETLICHT

Tineke Godschalk-Kluft: carrière met hindernissen

Tineke Godschalk-Kluft heeft wel leren vechten door alles wat zij gedurende haar atletiekloopbaan heeft meegemaakt en hoe ze die heeft bedreven. “Je hebt een overlevingsdrang in je, een vechtmentaliteit, wat zeker ook uitkomt bij een blessure. Maar het zit ook in je dna, natuurlijk.” *foto Piet Wijker*



Infobox

<i>Naam:</i>	Catharina Bastiana (Tineke) Godschalk-Kluft
<i>Geboren:</i>	28 augustus 1956 te Zaandam
<i>Discipline:</i>	middellange afstand
<i>Titels:</i>	<u>Ned. kamp.</u> Jun. A outdoor: 1500 m 1973, 1974 Jun. A cross: 1974, 1975 Sen. Indoor: 1500 m 1975, 1976, 1978, 1980 Sen. Outdoor: 1500 m 1978, 1979; 3000 m 1978, 1979
<i>Medailles:</i>	NK Sen. Indoor: brons (3000 m 1982) NK Sen. outdoor: zilver (1500 m 1974, 1976, 1982, 1984; 3000 m 1982; 5000 m 1982, 1984; cross 1980, 1982, 1983) NK Sen. outdoor: brons (1500 m 1977, 1980; 3000 m 1981, 1984; 5000 m 1983; cross 1978)
<i>Deelnemer WK Cross:</i>	1977, 1978, 1980, 1982
<i>Deelnemer EK:</i>	1978
<i>Interlands:</i>	18
<i>Records:</i>	NR Sen.: 3000 m 1978-1983
<i>PR's:</i>	400 m 56,1, 800 m 2.06,1, 1500 m 4.16,0, 3000 m 9.05,6, 5000 m 16.52,8
<i>Bijzonderheden:</i>	Wedstrijdsecretaris + trainster THOR Bestuurslid (penningm.) Vrienden van de Atletiek 1999- 2006

Atletiek is een fantastische sport. Dat vinden we allemaal binnen de Vrienden van de Atletiek, want anders waren we tot op de dag van vandaag geen lid van die vereniging geweest, toch? En zo'n succesvol olympisch jaar als de afgelopen periode heeft onze liefde voor die sport alleen maar versterkt. Atletiek kent echter ook een keerzijde. Dat zijn de 'aanslagen' die je op je lijf pleegt bij de uitoefening van jouw atletiekdiscipline. Afhankelijk van welk onderdeel je beoefent krijg je vroeg of laat elke onvolkomenheid in je lijf, elke foute trainingsaanpak of overdreven actie die je binnen of buiten de atletiekbaan uitvoert, voor je kiezen in de vorm van een blessure. Ik weet er alles van, niet alleen uit eigen ervaring, maar vooral ook door de blessurerubriek in de AW die ik vanaf 1974 jarenlang heb geredigeerd. Er is wat blessure-ellende voorbijgekomen in al die jaren!

Toen ik die rubriek startte ging het mij niet eens zozeer om het beschrijven van de blessure 'an sich', maar meer om de geblesseerde atleet met mijn artikelletje een hart onder de riem te steken door aandacht aan hem/haar te besteden in een periode waarin die door de opgelopen blessure plotsklaps was weggefallen. Dat was, los van het tijdelijke ongemak, vaak een extra tegenslag die een geblesseerde atleet moest zien te verwerken. Ik ben er in de loop der jaren van overtuigd geraakt dat die vorm van aandacht niet zelden een positief effect heeft gehad op het herstel van de opgelopen blessure. Wat ik toen niet kon vermoeden was, dat ik door mijn regelmatige aandacht voor geblesseerde atleten in toenemende mate werd gezien als de hulppost waartoe menige nog niet 'gehoorde' geblesseerde zich kon wenden. Men begon mij om raad te vragen, die ik uiteraard niet kon geven. Ik was immers niet medisch onderlegd. Door mijn jarenlange interesse voor de atleet met problemen en de daarmee opgedane ervaringen kon ik de om hulp vragende atleet soms echter wel een behandelingsrichting aangeven. Daarmee heb ik menigeen toch een zet in de goede richting kunnen geven.

Een van de eersten die in die rubriek langskwamen was middellange afstandslete Tineke Klufft. Die heeft, wat blessures betreft, in de loop der jaren haar portie wel gehad, kun je stellen, als we er nu nog eens op terugkijken. En er zaten hele bijzondere tussen! Wellicht is Tineke zelfs houdster van het dubieuze record dat zij een blessure heeft opgelopen, terwijl zij in een ziekenhuis op de operatietafel lag! Daarover later meer.

Ga maar dammen

Laten we eerst maar, zoals te doen gebruikelijk, bij het begin beginnen. De gedachte die dan in dit geval onwillekeurig bij je opkomt is, dat Tineke door haar vader, die trainer was bij AV Zaanland en daar mannen als Kees Koppelaar en Chris Konings onder zijn hoede had, wel zal zijn gestimuleerd om aan atletiek te gaan doen. Tineke: "Nee nee, zo is het helemaal niet gegaan! Sterker nog, het werd mij afgeraden! Vanwege de blessures, natuurlijk. Die blessures die ik had waren best wel..., ik bedoel, er zat altijd wel een operatie aan vast of wat dan ook. En ik had het geduld niet om te herstellen. Dus op een gegeven moment was het: *stop d'r nu maar eens mee, ga nou maar 'ns dammen, een andere zitsport doen, of wat dan ook. Of waterpolo!* Dat deed mijn moeder, dus *ga maar*

waterpoloën! Nou, daar was ik ook veel te fanatiek voor, ik werd er steeds uitgehaald, dus dat was ook niks voor mij.” Tineke Kluff dreef dus haar zin door en bleef op atletiek. Al was het in eerste instantie, nadat zij als D-junior lid van de atletiekvereniging was geworden, natuurlijk de meerkamp waarmee zij kennismakte. “Maar de 600 meter daarvan vond ik eigenlijk wel het leukst,” herinnert Tineke Godschalk-Kluff zich. “Nu was er nog een meisje op atletiek bij ons, nog wel een vriendin van mij, dat was het enige meisje in mijn vaders juniorenclub op de middellange afstand. En die was net niet goed genoeg om met de jongens mee te kunnen lopen. Dus toen was het: *Tineke, ga jij maar met haar mee!* Dus Tineke mocht met haar meelopen, maar Tineke vond het tempo van die jongens veel leuker. Dus eh..., nou ja, zo kwam het dan, hahaha”, legt Tineke Kluff uit. Al was het wel zo dat als zij een wedstrijd liep, vader Kluff langs de kant stond en tijden doorgaf. “En dat hoorde je dan wel over het hele veld heen. Ik bedoel, iedereen kon natuurlijk meegenieten van zijn stem. Dus wat dat betreft... Of als-ie microfonist was, dan gaf-ie wel verborgen aanwijzingen. Dan wist ik wel waar ik liep, of wat ik moest doen. Maar om nou te zeggen... Hij was eigenlijk zelfs voorzichtig met trainen. Ik heb nooit, zeg maar, het achterste van mijn tong hoeven laten zien. Ik ging ook altijd in conclaaf met hem als ik vond dat ik te veel moest doen. Dan zei ik altijd van: *nou, dat doe ik niet, hè. Ik doe er eentje minder, of: dat is te hard, ik doe het wel zo.* Dan zei die altijd van: *je doet maar, joh. Doe maar!* En dan deed ik eigenlijk toch altijd wat-ie wilde.”

Haar hele atletiekloopbaan heeft Tineke Godschalk-Kluff haar vader als trainer gehad. Heeft zij daar nooit moeite mee gehad? “Nee hoor, ikke niet. Mijn moeder zei weleens: *zeg, waarom zoeken jullie geen flatje?* Hahaha! Maar dat kwam, omdat ik dan onder het eten zei van: *wat is het trainingsschema?* Dan zei hij van: *nou, ik denk dit en dat.* En dan zei ik soms: *nou, daar heb ik geen zin in.* Weet je, dat soort dingen. Maar ik heb eigenlijk nooit zoiets gehad van: *wat doet die man, of waar ben ik mee bezig?* Nee, nooit. Kijk, ik heb dan het geluk gehad dat ik talent had. Je hebt natuurlijk heel veel atleten die alleen voor hun pr gaan. Daar heeft hij veel meer respect voor gehad. Die stond-ie als een gek aan te moedigen. En ik kwam langs en het was: *ja, 't gaat goed.* Af en toe zei ik dat ook wel tegen hem, hoor. Zo van: *vind je het nog wel leuk met mij?* Hij: *hoezo? Nou,* zei ik dan, *die ander sta je aan te moedigen als een gek enne...* En hij: *die hebben dat nodig, hè. Jij kan het zonder mij.* Waarop ik: *nee, natuurlijk niet. Ik heb jou ook nodig. Echt niet,* zegt-ie. *Jij hebt alleen maar schema's nodig. Meer ook niet.* Nou, en dat was ook zo.”

Eerste titels en blessure

De schema's van vader Kluff leidden er in elk geval toe, dat dochter Tineke in 1973, op haar zestiende, bij de A-junioren haar eerste nationale titel behaalde op de 1500 m, de eerste van in totaal vier gouden plakken die zij in haar juniortijd zou veroveren. En op haar zeventiende had zij, ook op de 1500 m, haar eerste plak bij de senioren, een zilveren, al te pakken. Tineke Kluff had dus inderdaad veel talent, daar was niks mee miszeggd. Die periode leverde haar overigens ook haar eerste serieuze blessure op. In mijn pas opgestarte

AW-blessurerubriek was zij begin 1975 een van mijn eerste ‘slachtoffers.’ Ze worstelde toen al een paar jaar met pijn in haar rechter zij, tijdens het inlopen en bij langere duurlopen. Er vormde zich dan ook een bult boven haar blindedarm die uiterst pijnlijk was. Na vijf minuten rust waren die klachten dan weer verdwenen. Gek genoeg had zij er bij tempotrainingen en wedstrijden vrijwel nooit last van. Diverse medici onderzochten het fenomeen, maar konden steeds niks vinden. Inwendig bleek er gewoon niets aan de hand. Het moest dus wel een breukje zijn, was begin 1975 uiteindelijk de conclusie en dat kon alleen operatief worden verholpen. Tineke, inmiddels gewend geraakt aan die pijnlijke plek, wilde echter haar wedstrijdseizoen niet opgeven en hengelde dus eerst nog haar laatste junioren- en eerste seniorentitel binnen, voordat zij zich ten slotte pas in het najaar liet opereren.



Vier leden van de Vrienden vrijwel op één rij tijdens een 800 m bij de openingswedstrijden van de Regupolbaan in Roosendaal in 1976. Vlnr. Riet Kruiswijk, Elly van Hulst, Tineke Kluft en Olga Commandeur. Riet won.

(foto: Theo van de Rakt; bron: Atletiekerfgoed)

haar zij teruggekeerd en een knobbeltje ook. Terug naar dokter Greep, die haar de eerste keer had geopereerd. Die was inmiddels echter naar Maastricht verhuisd, waar hij professor was geworden aan de daar net opgerichte medische faculteit. Andere chirurgen wilden of konden zich echter niet wagen aan een nieuwe ingreep, zodat er voor Tineke ten slotte niets anders opzat dan om naar Maastricht te reizen en zich opnieuw door Greep te laten behandelen. Die liet de operatie onder zijn toezicht echter over aan een chirurg in opleiding. Tineke: “Weet je wie dat was? De vader van Pieter van den Hoogenband. Zat er opnieuw een breukje vlak bij de vorige plek. Maar daar heeft hij mij keurig vanaf geholpen.”

Na in 1976 eerst nog een laatste nationale indoortitel op de 1500 voor AV Zaanland op haar conto te hebben geschreven, maakte Tineke Kluft die zomer de overstap naar THOR in Roosendaal. Oorzaak: haar vader. Tineke: “Hij werd daar Directeur Sportzaken. En ik was net klaar met school en had niks omhanden. Dus ik ging mee.” Ze viel er met haar neus in de boter, want men was in Roosendaal juist bezig om de laatste hand te leggen aan de eerste volledige kunststofbaan van Zuid-Nederland. In september werd die officieel in gebruik genomen.

Intussen was echter de pijn in

Niet takje, maar botje zei *krak!*

De jaren die volgden beleefde Kluft er het hoogtepunt van haar atletiekloopbaan, met in de periode 1977-1980 onder meer een zestal nationale titels, een nationaal record en deelname aan WK's Cross en een EK. Maar zonder slag of stoot ging het allemaal niet.

Vaak moest zij niet alleen in gevecht met haar tegenstandsters, maar vooral ook met haar tegenstribbelende lijf. In 1978 diende zich de volgende blessure alweer aan, een bijzondere. Tineke: "Dat was in het voorseizoen voor het EK. Tijdens een duurloop in het bos hoorde ik een *krak*. Ik liep verder en dacht nog: *zo, dat was een verdomd hard takkie*. Toen ik thuiskwam en mijn schoen uittrok, zei dat takkie: *poeffff*. Dat takkie zat dus in mijn schoen! Enne... ja, toen een foto. En daar kwam uit dat ik een middenvoetsbeentje had gebroken. *Die moet in het gips*, kreeg ik te horen. *Nou*, zeg ik, *ik ga niet in het gips, want ik ben in voorbereiding voor het EK*. Want vier weken gips, in april, dat is geen keuze natuurlijk, hè. Maar dat EK was pas in augustus, dus ik moest heel lang overbruggen. Toen zeiden ze van: *je kan het overbruggen, maar daarna wordt het een operatie*." Lang verhaal kort: Tineke heeft dus dat hele seizoen met een strak ingetapete voet gelopen, heeft die zomer twee nationale titels behaald en heeft op het EK in Praag deelgenomen aan de 1500 en 300 meter, waar zij ook nog werd geplaagd door een migraineaanval! "Ik heb het gedaan, maar daarna kon ik geen stap meer zetten. Adrenaline doet veel, ik kan heel veel op adrenaline," vindt zij. Echtgenoot Peter vult aan: *Het ging haar om het spelletje*.

Ergens in oktober werd zij ten slotte geopereerd. Bij Tineke Godschalk-Kluft ging echter nooit iets normaal, dus die operatie ook niet. "Ik werd door dokter Hermans geopereerd. Die zegt tegen een coassistent: *zet jij haar enkel eventjes in de standaard*. Voor die operatie moest mijn voet namelijk in een standaard worden gezet, zodat ze rustig aan mijn middenvoet konden snijden. *Krak*, zegt die enkel! Hermans: *Oei, dat is niet goed, hè. Maar daar kunnen we nu niets meer aan doen*." Kortom, de coassistent had al doende haar enkel gebroken! Tineke: "Toen moest de operatie nog gebeuren!" Peter: "Gelukkig was ze verdoofd." Haar verhaal over het gevecht dat zij, na de operatie eenmaal terug op zaal, vervolgens met de zuster van dienst moest leveren (Tineke: "het was een nonnenziekenhuis") om het voor haar gevoel veel te strakke verband van haar enkel af te krijgen, is hilarisch, maar zal ik u besparen. Het voornaamste is dat haar voet gelukkig geheel herstelde, zodat zij met hernieuwde energie aan het volgende atletiekseizoen kon beginnen.

Kotsend kampioene

Maar goed, de ene tegenslag was nog niet opgelost, of de volgende diende zich alweer aan. In 1979 wist Tineke Godschalk-Kluft haar beide nationale titels op de 1500 en 3000 m te prolongeren. Ook dit ging echter bepaald niet van een leien dakje. "Ik had het hele jaar al last van mijn rug, zoveel last dat ik niet kon lopen, eigenlijk. Op een gegeven ogenblik kwam ik bij een neuroloog. Die zei: *dat is het niet, je rug. Ga maar naar de fysio*

hier. Dus daar kwam ik en wat deed die? In ieder geval: bevoelen. En die zei: het is je rug niet. Ik zeg: nou jongen, ik kan af en toe kruipen! En hij: maar het is je rug niet! Wil je gemanipuleerd worden (een manueel therapeut was het)? Ik zeg: ben ik dan klaar? Nee, zegt-ie, dan lig je eerder in het ziekenhuis. Want het zit in je buik. Ik zeg: ja, wat heb ik er dan aan? Snij dan mijn buik maar open, dan is het ook goed. Nee, zegt-ie, dat kan niet, je moet eerst de pijn aangeven. Ik zeg: mijn rug! Nee, zegt-ie, daar snijden ze niet op. Nou, zeg ik, manipuleer mij dan maar. Maar dat weekend had ik wel de Nederlandse en natuurlijk had ik mij ingeschreven voor de 3000 op vrijdag en de 1500 op zaterdag, beide direct finale gelukkig. Dus hij manipuleren en ik kotsen die nacht, zó! Dus de volgende ochtend mijn vader: hoe ging het? Ik kon alleen maar rechtop zitten. Ik: nou, ik heb slecht geslapen, maar we gaan erheen. Nee, zegt-ie, nee! Ja, zeg ik, we gaan heen. Nou, 3000, ik kon alleen maar meelopen. Bij de bel werd ik wakker. Carla (Beurskens – PW) was al een meterijtje of tien weg. Dus ik moest erbij komen. Nou ja, toen dat laatste stukje kon ik haar gelukkig inhalen en d'r overheen. Enne... ik kom over de finish en ze konden me oprapen, natuurlijk. Dus ik naar de medische tent. John IJzerman zegt: wat heb jij? Ik zeg: ja, weet ik niet, maar vannacht overgegeven en zo. Hij zegt: Tien!! Ik zeg: ja, gemanipuleerd door die manuele therapeut van het ziekenhuis. Die kende John ook, dus die belt-ie op: waarschijnlijk een blindedarm. John zegt: jij loopt niet meer hè, morgen. Ik zeg; nee, natuurlijk niet. Dus ik was er de volgende dag toch en won die 1500 meter, natuurlijk. En kotsen daarna. En weer werd ik naar die medische tent gebracht. Ik zeg: zeg maar niks, 't is goed. Ik weet het, ik ga morgen naar het ziekenhuis.” Via de huisarts komt Tineke Kluft ten slotte in het ziekenhuis terecht, waar zij aan haar blindedarm wordt geopereerd. Wat was nu het geval? Tineke: “Die blindedarm had een uitstulpsel en die zat om mijn ruggenwervel heen. En dat was dus mijn rugpijn. De chirurg daar zegt: dat heb ik eigenlijk nog nooit meegemaakt! Ik zeg: fijn dat ik dat dan weer heb.”

Dit verhaal staat al met al heel erg in het teken van de lichamelijke tegenslagen die Tineke Godschalk-Kluft tijdens haar atletiekloopbaan heeft ondervonden. Ik heb echter niet eerder iemand binnen onze Vriendenclub meegemaakt met zo'n bijzonder medisch dossier als zij. Ze heeft echter ook zoveel andere dingen meegemaakt die het waard zijn om verteld te worden, dat ik haar tekort zou doen als ik die, door ruimtegebrek, onvermeld zou laten. Vandaar dat we hebben besloten om het verhaal over haar atletiekleven in tweeën te splitsen. In de volgende Vriendenband dus het vervolg met daarin wat van haar andere ervaringen, want ook die zijn er veel.

Ondanks alle tegenslagen kijkt Tineke Godschalk-Kluft met plezier terug op haar atletiektijd. “Over het algemeen heb ik gewoon een hele leuke tijd gehad. Je hebt natuurlijk heel veel beleefd. Al hebben die blessures mij wel heel lang langs de kant gehouden. Een normaal mens zou gestopt zijn, denk ik. Maar als je zo gedreven bent... Ik bedoel, je hebt een overlevingsdrang in je, een vechtmentaliteit, wat zeker ook uitkomt bij een blessure. Maar het zit ook in je dna, natuurlijk.”

(wordt vervolgd)

Piet Wijker

Boekbespreking

VALLEN NAAR DE HORIZON

In december ontving Erfgoed een boek. Het bevat columns, geschreven door Henk Nugteren, voormalig marathonatleet die eind jaren '70 tot driemaal toe 2:21 liep en deel uitmaakte van de nationale selectie.



Die columns vormden al sinds tientallen jaren zijn bijdrage aan eerst het clubblad, dan de nieuwsbrief van de atletiekvereniging Fortius, in Dordrecht. Ze bevatten een rijk geschakeerd aanbod aan onderwerpen, zoals bijvoorbeeld drinken bij lange duurprestaties, prijzen in natura, de ontwikkeling van schoenen, hartslagmeting, veiligheidsspelden, aandacht voor de vele benodigde vrijwilligers, doping en zo meer; maar ook over atleten als Tia Hellebaut, blade runner Pistorius, Kamiel Maase, Usain Bolt, de carrière van Vincent de Lange NA zijn meerkamp bondscoachschap, en vele, vele anderen.



Af en toe komt er iets specifiek langs wat met Fortius te maken heeft. Zoals 'Hardebollen'. Dat gaat over de in de regio destijds heel bekende clubatleet Cor Hardebol, die tot op hoge leeftijd bleef gáán. Ik herinner me nog van hem, dat hij bij een wegwedstrijd per definitie in de tijd van de katoenen wedstrijdshirts, dat binnenstebuiten aantrok, want: "Dan schuren de naden je oksels, je huid niet open."

Vaak geven de columns blijk van een verrassende invalshoek over het gekozen onderwerp en bevatten ook tips die je laten nadenken. Geen mens is exact symmetrisch, zo zijn je voeten ook niet op de millimeter nauwkeurig elkaars spiegelbeeld. Dat betekende voor Henk dat, toen sokken opkwamen met L en R erop (veel duurder dan 'gewone' sokken), de R veel sneller sleet dan de L. Na verloop van tijd had hij een verzameling L-sokken en toen voor een training bleek dat de laatste R ook voorzien

was van een hinderlijk gat, trok hij uit nood maar twee L-sokken aan. Na een paar keer dragen had deze zich naar zijn voet gevormd en functioneerde het prima!

Waar komt de titel ‘Vallen naar de horizon’ vandaan? Dat was een uitspraak van Bob Boverman, bij wie Henk trainde. Bob eiste volledig commitment van zijn atleten, want lopen is niet alleen sport, maar een manier van leven: *vallen* naar de horizon. Dat lezend, herinnerde ik mij nog een andere bekende uitspraak van Bob. Als een groep atleten voor een langere duurloop de weg op, of het bos in gaat, is het veelal gewoonte dat de voorste indien nodig waarschuwt: “Paaltje!” Bob was daar een fel tegenstander van: iedereen moet opletten! Wie alleen maar slaafs voorgangers volgt, is niet goed met zijn sport bezig. Zo iemand loopt ‘lege kilometers’.

Ondanks (of juist dankzij?) het bric-à-brac-karakter een lezenswaardig boekje!

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 Ruiter, Celine Ruiter en Ingrid Vel

Vrienden Jeugdfonds op de voet gevolgd

2024 – 2025

Binnen de Vrienden van de Atletiek wordt vaak gesproken over het verleden, het heden en de toekomst. Ons doel is ook om verbanden te leggen binnen deze drie fases en dat is zeker terug te vinden in de activiteiten die binnen de Vrienden ontstaan en uitgevoerd worden. Maar is dit nu een missie, een beleid of een doel? Als je een beetje gaat zoeken op internet wordt het vooral in verband gebracht met een tekststructuur bij de opbouw van een verhaal: lessen trekken uit het verleden, genieten van het heden en bouwen aan een toekomst. Laten wij dat eens gaan toepassen op het Jeugdfonds en daarbij vooral de nadruk leggen op het heden (2024) en de toekomst (2025).

Het verleden

Bij de oprichting van het Jeugdfonds in 2001 tijdens het 50-jarig bestaan van de Vrienden van de Atletiek was de doelstelling simpel: talentvolle jeugd ondersteunen op weg naar de top. Hierbij waren geen voorschriften voor de wijze waarop dit gerealiseerd moest worden. Het Jeugdfondsteam kreeg alle vrijheid voor de nodige research op dit gebied om te zoeken naar mogelijkheden in de breedste zin van het woord. In eerste



Nadine Visser, een van de huidige toppers die in de begintijd van hun carrière door het Jeugdfonds werden ondersteund. (foto: Ed Turk; bron: VB-archief)

instantie werd vooral gefocust op het ondersteunen van individuele talentvolle atleten onder de 23 jaar. Deze atleten moesten een plan indienen over de wijze waarop zij de (financiële) ondersteuning bij hun verdere ontwikkeling konden gebruiken en na goedkeuring kon dat dan ook uitgevoerd worden. Zomaar een paar namen van de tientallen atleten die in die jaren ondersteund werden: Nadine Broersen, Nadine Visser en Menno Vloon.

Gedurende de eerste 10 jaar van het Jeugdfonds ontstond het gevoel dat wij ons teveel bezig hielden met de individuele atleten en naar mogelijkheden moesten zoeken om meer jonge atleten te benaderen. Een aantal stages (estafette, speerwerpen) werden al incidenteel ondersteund, maar de wens was toch om meer in wedstrijdverband te gaan doen. Wedstrijden als de C-Spelen en de link daar vandaan naar de C-Interland trokken de aandacht om meer op zoek te gaan naar specifieke jeugdwedstrijden. Een direct gevolg was dan ook dat de leeftijdsgrens verlegd werd van 23 jaar naar 20 jaar. Er werd

daarna gezocht naar wedstrijden voor deze leeftijdsgroep, zoals deze vooral in Duitsland werden gehouden. De banden met onze Ooster- en Zuiderburen werden versterkt.

Het heden (2024)

Waar staan wij op dit moment als gekeken wordt naar de realisatie van onze doelstellingen? Het afgelopen jaar hebben wij geen individuele atleten ondersteund, maar wel extra aandacht aan deze groep geschonken tijdens wedstrijden met wisselend succes. De belangrijkste conclusies:

De onbetwiste topper in 2024 was de indoorinterland voor U18 in Louvain-la-Neuve op 9 maart met als deelnemende regio's: Westfalen, Wallonië, Vlaanderen, Luxemburg en Nederland.

- De C-Interland kon niet meer rekenen op deelname van Westfalen en een vervangende tegenpartij kon niet gevonden worden. Als zeer goede compensatie werd op 12 oktober op Papendal een inspiratie dag voor de gouden en zilveren medaillewinnaars van de C-Spelen georganiseerd.
- De zo graag gewilde internationale outdoor meeting voor U18 kon geen doorgang vinden door een overvolle agenda in alle liga's waarmee wij samenwerken.
- Een voorjaarsleague tijdens de drie grote baanwedstrijden in het voorjaar: De Harry Schulting Games, de Ter Specke Bokaal en de Gouden Spike was geen succes. Door een overvol wedstrijdprogramma voor jonge talenten bleek het niet mogelijk te zijn om voldoende deelnemers te krijgen die bij de genoemde evenementen aan de start konden verschijnen. Dezelfde ervaring werd ook al in 2023 opgedaan.
- Tijdens de hierboven genoemde wedstrijden werden wel de Jeugdfonds Talent Awards uitgereikt aan sterk in het oog springende prestaties: Elise de Jong (polshoog), Madelief van Leur (300 meter) en Jarno van Daalen (kogel) werden door de jury gekozen voor de beste prestatie van de dag voor een atleet onder de 20 jaar.



Bente van Milligen en Maud te Pas zorgden voor 'de dubbel' op de 800 m tijdens de U18 indoorinterland in Louvain-la-Neuve. (foto: Ed Turk; bron: VB-archieff)

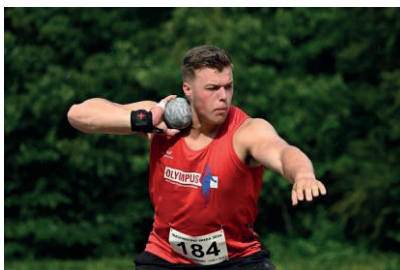
Non-stop zijn en worden wij geconfronteerd met twee vragen:

1. Zijn er talenten in Nederland?

2. Hoe kunnen wij deze ondersteunen?

Met betrekking tot vraag 1 wil ik mij beperken tot de – in mijn ogen – grootste talenten die wij in 2024 hebben kunnen volgen:

1. **Niels Laros.** Wie heeft hem niet gezien in Parijs? Hij is gekozen tot Europees talent van het jaar.
2. **Jarno van Daalen.** Wereldkampioen kogelstoten bij de junioren. Met goud en zilver (discus) kwam hij terug uit Lima.
3. **Isabel van den Berg.** Maakte een enorme progressie dit jaar en werd een vaste kracht in de 4 x 100 meter estafetteploeg, waarmee TeamNL de finale van de Olympische Spelen bereikte.
4. **Yannick Rolvink.** Verbeterde het Nederlands juniorenrecord bij het kogelstoten tot maar liefst 21 meter en 81 centimeter. In Lima won hij op dit onderdeel zilver.
5. **Julia Dokter.** Net als haar zus Sofie een talentvolle meerkampster met als ijzersterk onderdeel het hoogspringen.



Yannick Rolvink, Nederlands recordhouder kogelstoten bij de junioren.
(foto: Erik van Leeuwen)

In de media in Nederland zullen de namen van Femke Bol en Sifan Hassan wel 100 x vaker voorkomen dan die van de atleten hierboven. Maar deze talenten zijn allemaal wel junior(!).

Dan de tweede vraag: hoe kunnen wij deze talenten ondersteunen?

Vooralsnog willen wij niet teruggaan naar onze beginvorm: het ondersteunen van individuele atleten. Bij wedstrijden en inspiratiedagen kunnen veel meer talenten bereikt worden om de kweekvijver te vullen. Maar het is een enorme uitdaging om daar de juiste mogelijkheden voor te creëren. De twee grootste pijnpunten zijn wel de overvolle kalenders en het beleid van onze buitenlandse partners. Hoe denken zij over jeugdevenementen?

Alle regio's waarmee wij op dit moment samenwerken hechten geen waarde aan speciale evenementen voor onder de 16 jaar. Toch kun je in de jaarplanning van de Atletiekunie hier indirect iets over terug vinden. Bij hoofdstuk 3 staat:

3.1 Innoveren van wedstrijd aanbod

- *Onderzoeken welke wedstrijdvormen in andere landen worden aangeboden.*

- *Neem contact op met de Atletiekunie als je interessante ideeën of voorstellen voor wedstrijdaanbod hebt.*

3.3 Internationaal wedstrijdaanbod

- *Samenwerking met omliggende landen voor internationale jeugdtoernooien.*

Hierbij moet wel direct aangetekend worden dat dit niet specifiek slaat op U16 of U18, maar het signaal voor ons als Jeugdfonds is dat er opnieuw mogelijkheden voor een goed gesprek en/of samenwerking zijn, zoals er in 2024 ook al diverse goede gesprekken hebben plaatsgevonden. Wallonië, Westfalen en Vlaanderen geven geen enkele prioriteit aan evenementen voor U16. In 2024 hebben wij ook contact gelegd met de deelstaat Nordrhein en zeer verrassend is daarom ook, dat zij een semi-interland voorstellen voor U14(!). Wij hopen a.s. voorjaar, samen met de Atletiekunie, met een delegatie van deze organisatie een gesprek aan te gaan.

De Toekomst (2025)

Bij onze plannen voor 2025 willen wij vooral rekening houden met het organiseren van jeugdwedstrijden die voor herhaling vatbaar zijn, dus meerdere jaren georganiseerd kunnen worden. Als eerste jaarlijks terugkerend evenement denken wij aan de **U18 Indoor Interland**. Na een voorzichtig begin in Zoetermeer zijn wij in Munster, Gent en Louvain-la-Neuve geweest. Het is helaas financieel en organisatorisch niet mogelijk om deze wedstrijd in ons Apeldoornse paleis te organiseren. Op het moment dat ik dit schrijf

zijn wij in overleg met onze Vlaamse vrienden om de mogelijkheid te onderzoeken om deze wedstrijd op 15 maart in Gent te organiseren. Voor 2026 is al bekend dat wij dan te gast kunnen zijn in Dortmund. Via onze website en nieuwsbrief worden jullie op de hoogte gehouden.

Talent Awards uitdelen, zoals hier aan Madelief van Leur tijdens de Harry Schulting Games in 2023, blijven we doen, ook in 2025. (foto: Marianne Piso; bron: VB-archief)



Er zal dit jaar bij de drie grote baanwedstrijden in het voorjaar geen speciale **voorjaarsleague** zijn. Na twee mislukte versies is de kans klein dat er voldoende talenten bij alle wedstrijden aan de start kunnen verschijnen. Wel zullen bij al deze wedstrijden de **Jeugdfonds Talent Awards** worden uitgereikt.

Wij blijven met volledige inzet proberen om toch weer een C-Interland te organiseren. Gaat dit niet lukken dan komt er weer een **inspiratie dag** die gekoppeld wordt aan de **C-Spelen**.

Samen met olympisch medaille-winnares Cathelijnn Peeters op de foto. (foto: Jente van der Meer; bron: inspiratie dag 2024)

Zowel in 2023 als in 2024 is dit een prachtig en zeer gewaardeerd alternatief geweest.



Heel belangrijk is dat wij speciale aandacht willen geven aan bestaande of nieuwe jeugdwedstrijden en deze – samen met de organisatoren – op een hoger/internationaler niveau kunnen brengen. Het zal zeker een uitdaging vormen gezien het overvolle programma.

Er zal in het begin van dit jaar veel overlegd moeten worden met de liga's waarmee wij samenwerken. De hoogste prioriteit ligt echter bij een goed overleg en een goede afstemming met de Atletiekunie. In 2024 is de verstandhouding enorm verbeterd en deze opgaande lijn moeten wij zien door te trekken. Daar zullen wij alles aan doen en de opmerkingen in het jaarplan 2025 die eerder in dit artikel vermeld zijn motiveren ons. Daarnaast hebben wij ook de plicht om ons op een duidelijke manier te verantwoorden richting onze sponsors: de Vrienden van de Atletiek, onze ambassadeurs Jan en Jennie Struijk, Sylvia Barlag en de vele atletiekiefhebbers die ons met een warme hand financieel ondersteunen.

Wij zullen ons best doen om in 2025 wat grenzen te verleggen voor onze jeugd met betrekking tot het verder op weg helpen naar de top om hun droom te kunnen realiseren.

Wim van der Krogt

Wilt u het Jeugdfonds extra ondersteunen?

Dat kan. Stort dan uw bijdrage op het rekeningnummer van het Jeugdfonds: NL69 RABO 0181 2773 60 onder vermelding: Storting Jeugdfonds.

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

Gepruts op Wikipedia

Er zijn mensen die, net als op andere internetplatforms, op Wikipedia erop uit zijn om de boel te verstoren, te ontregelen, onzininformatie aan een pagina toe te voegen, of om een pagina simpelweg geheel of gedeeltelijk ‘leeg te trekken’. Trollen noem ik ze maar. Ik heb werkelijk geen idee wat daar nu de lol van is, want over het algemeen wordt zoiets vrijwel direct door een betrokken gebruiker opgemerkt en ongedaan gemaakt. Dat is gelukkig heel simpel: elke pagina geeft onder de tab ‘Geschiedenis weergeven’ een overzicht van alle bewerkingen die ooit op die pagina zijn gedaan en bij elke bewerking vind je onder meer een knop ‘ongedaan maken’. Klik je daarop, dan wordt de hele verstorende bewerking in één klap teruggedraaid.

Nu kun je op de overlegpagina van de betreffende ‘onverlaat’ melding maken van die actie. Meestal is het echter een anoniem, dus dan wordt die melding op de pagina geplaatst met het IP-adres vanwaar de verstorende actie heeft plaats gevonden. Vaak blijken dat adressen te zijn die bij een school horen. Daar gaat dan, als er verschillende opeenvolgende meldingen zijn gedaan, een waarschuwing naartoe. Blijft het ontregelende gedoe daarna doorgaan, dan volgt een blokkade van enkele dagen tot een week. Men kan dan vanaf dat IP-adres gedurende die periode niet meer op Wikipedia komen. Blijven na zo’n blokkade de ontregelende acties vanaf dat IP-adres voortduren, dan kan er een blokkade voor onbepaalde tijd worden opgelegd.

Er zijn echter ook verstorende bewerkingen die per ongeluk plaatsvinden. Wikipedia is tenslotte een vrije internetencyclopedie, dus iedereen kan zijn gang gaan die zich geroepen voelt om er iets op te plaatsen, iets te corrigeren of wat ook maar. Tja, dan gaat er natuurlijk weleens wat mis en weet een klungelende beginneling soms niet, hoe de fout moet worden hersteld. Ook zo’n bewerking wordt echter al gauw opgemerkt en ongedaan gemaakt, op dezelfde manier als eerder aangegeven. Er zijn echter instituties, zoals bijvoorbeeld zorgcentra, waar de kans dat er vanuit zo’n locatie een onbedoelde foute bewerking plaatsvindt, bovenmatig groot is. Zo’n instelling wordt dan per definitie geblokkeerd. Men kan daar weliswaar gebruik maken van Wikipedia, maar er geen bewerkingen op plegen. Daar kwam ik achter toen mijn vrouw vier jaar geleden in zo’n zorgcentrum was opgenomen en ik daar, terwijl ik bij haar was, op mijn tablet wat bewerkingen wilde gaan doen. Dat ging dus niet door. Daar kun je natuurlijk verschillend over denken. Ik persoonlijk vind dat nogal ver gaan.

Lastiger wordt het als het om subtiele wijzigingen gaat waarvoor je, om de juistheid van de bewerking te kunnen beoordelen, kennis van zaken moet hebben van het betreffende, op Wikipedia beschreven onderwerp. Om nu maar bij de atletieksport te blijven: iemand kan bijvoorbeeld iets veranderen op de pagina van een atleet, iets over een geleverde prestatie of kampioenschap, een trainer, een persoonlijk gegeven, noem maar op. Wat

nogal eens gebeurt is, dat bij een trainerswissel de naam van de vroegere trainer van betrokkene, zoals vermeld in de atletiekbox met persoonlijke informatie, wordt verwijderd en vervangen door die van de nieuwe. Voor een encyclopedie is dat vloeken in de kerk, want je wilt het verleden nu juist vasthouden en niet wissen. Dat corrigeer ik dan. Niet de oude trainer verwijderen, maar de nieuwe trainer aan de vermelde info toevoegen, is dan steevast mijn boodschap. Soms heb je daar wat overredingskracht bij nodig, wil men met de vroegere trainer niets meer te maken hebben en poetst daarom diens naam weg. U begrijpt: hier hebben we dan te doen met een actie van de betreffende atleet zelf, of iemand uit zijn/haar directe omgeving. Door ze te verzoeken er dan de jaartallen aan toe te voegen waarin trainer en atleet met elkaar samenwerkten, los je het probleem op.

Eind 2023 werd op de pagina van Lieke Klaver de in haar atletiekbox vermelde lengte van 1,82 veranderd in 1,76, zonder bronvermelding. De actie was uitgevoerd door een actieve gebruiker van Wikipedia. Nu kan je zo'n bewerking op de hierboven beschreven wijze wel weer ongedaan maken, maar als betrokkene op zijn beurt dan jouw bewerking weer ongedaan maakt, ontstaat er al gauw een zgn. 'editwar' en loop je het risico, dat een andere gebruiker met wat extra bevoegdheden, een moderator bijvoorbeeld, die pagina om die reden voor enige tijd blokkeert. Dan kun je daar gedurende die blokkade dus helemaal niks meer op bewerken. Ik besloot daarom om een bronvraag achter die bewerking te zetten. Daarmee vraag je de betreffende bewerker van dit onderdeel om met een bron te komen, waarmee hij dient aan te tonen waaruit hij zijn informatie over Lieke's lengte heeft opgedaan. Zo'n bronvraag kan echter jarenlang op Wikipedia onbeantwoord blijven staan en dat zinde mij natuurlijk niet. Op het atletiekgala van de Atletiekunie van 2023 in



Lieke Klaver (rechts) 1,76? Ik dacht het niet. (foto: Erik van Leeuwen; bron: Wikipedia)

Bewijs geleverd! Ik beantwoordde nadien op Wikipedia de door mijzelf geplaatste bronvraag met 'bron: Lieke Klaver' en daarmee heb ik verder gedoe over haar lengte in één klap de kop ingedrukt.

Zoals ik hier al eens eerder heb opgemerkt: Wikipedia houdt je wel bezig!

Piet Wijker

Onze jarige Vrienden

(tussen haakjes de nieuwe leeftijd)

Maart 2025

- | | |
|------------------------------------|-------------------------------------|
| 1 Theo Bonsen (83) | 19 Piet Waaning (78) |
| 2 Ellen van de Bunt-Heemskerk (80) | 20 Feico Jansma (83) |
| 3 Mariet Thomas-Valkenberg (74) | 20 Wim van der Krogt (77) |
| 3 Piet Wijker (81) | 20 Mitra Smit (37) |
| 5 Henk Mentink (73) | 21 Marja Bak-Wokke (68) |
| 7 Mirjam van den Bremen (59) | 21 Riet Visschers-van den Berg (72) |
| 8 Marcel van Lith (61) | 22 Harry Dost (81) |
| 8 Marian Olyslager (63) | 22 Rudolf Roeleven (57) |
| 9 Hans de Vries (73) | 23 Armand Ellsworth (64) |
| 10 Anneloes Beenackers-Bosman (78) | 27 Roy Sedoc (71) |
| 10 Kees de Kort (82) | 29 Daan Oppenhuis (31) |
| 11 Elke Molenaar (27) | 30 Janneke Hulshof (48) |
| 16 Wouter Schelvis (67) | 30 Carla van der Kallen (57) |
| 19 Ben Hilgers (65) | 30 Bram Wassenaar (81) |

April 2025

- | | |
|---------------------------------------|----------------------------------|
| 2 Yvonne Groot (62) | 14 Gerfred Greveling (69) |
| 2 Wies Lemmens-Thomas (93) | 14 Ben Korver (74) |
| 2 Chiel Warners (47) | 15 Mieke van der Kolk (57) |
| 3 Henk Werk (79) | 17 Elly van Mechelen-Ernest (78) |
| 5 Marian Thomas (83) | 17 Camiel Verweij (59) |
| 9 Hans Slager (67) | 18 Jankees Cappon (72) |
| 9 Ingrid Vel (60) | 19 Rien Amels (72) |
| 10 Marieke Berkhof (43) | 22 Cor Lambregts (67) |
| 10 Stans Brehm (80) | 23 Ton de Graaff (76) |
| 10 Nelleke Broekmeulen-Koppelaar (56) | 23 Arjen Wijker (48) |
| 12 Guus Mater (74) | 27 Huug Fischbuch (93) |
| 13 Jaap Noorderbos (86) | 28 Paul Grimbergen (68) |



DE VRIENDENBAND

opgericht 26 mei 1951

Bij verkeerde adressering:
Van Humboldtstraat 63
3514 GM Utrecht