



## -Lopend vuurtje-

### NIEUWSBRIEF 6 JEUGD – Mei 2014

In deze nieuwsbrief de volgende onderwerpen:

- verspreiding nieuwsbrief
- nieuws junioren
- testlopen
- pupillen competitie 17 mei, uitslagen
- introductie van Martin en Karin, trainers van instuif trainen op zaterdag
- Felicitatie van Fons (Voorzitter AVZaanland)
- Clubkleding !
- vraag en antwoord
- Belangrijke vraag aan iedereen!

#### **Verspreiding nieuwsbrief**

Deze nieuwsbrief papieren versie en digitaal. Svp reageren als u de nieuwsbrief niet op papier ontvangt. Extra aandacht voor inschrijfstrook onderaan deze nieuwsbrief.

#### **Junioren nieuws**

- Er zijn afgelopen weken veel juniorenwedstrijden geweest. Knappe prestaties werden geleverd door de junioren, zie kopje hieronder voor de resultaten.
- De stijgende lijn die ingezet is bij de trainingen wordt voortgezet, wel willen we met nadruk zeggen dat ook al is het een individuele sport, dat je wel de andere pupillen benadeeld indien je niet sportief traint en meedoet. Denk aan onvoldoende deelnemers bij een estafette, of geen leuke training hebben.
- Er wordt nog gezocht naar een extra trainer bij de junioren, afgelopen tijd trainde Diana mee. We hopen dat de voorzitter bij de volgende nieuwsbrief positief nieuws heeft.
- Heeft u zelf zin om hulptrainer te worden? Meld dit bij de trainer of bij [verenigingsmanager@avzaanland.nl](mailto:verenigingsmanager@avzaanland.nl), bij de junioren kunnen we hulp gebruiken.
- Uitslagen:
- Mededeling: Atletiek en feest vieren, wie wil dat nou niet? Kom dan naar T&F Camps in de zomer.  
Kijk op [www.tfcamps.nl](http://www.tfcamps.nl) voor meer informatie.
- Weten jullie dat er elke maand een volle vuilniszak met goede kleding naar het goede doel gaat? Dit betreft kleding die achter is gebleven bij de trainingen...Ben je kleding kwijt, vraag dan bij de kantine op dinsdag en woensdag, want grote kans dat het gevonden is. Na 2 maanden gaat gevonden kleding naar stichting Dorkas.
- Op de home pagina van AVZaanland zijn de recente uitslagen te lezen. De competitie, extra wedstrijden, en zelfs in de regen goede prestaties neerzetten! Alle wedstrijden hebben 1 ding gemeen: de junioren hebben het goed gedaan, stuk voor stuk knappe prestaties! Goed gedaan: Meike Hartog, Bo Westrik, Charon Lak, Chimene Schuurmans, Megan Corzillius, Talitha Bos, bij de juniorencompetitie en CD-games

## Testlopen

Het is verheugend om te zien dat er bij de testlopen zowel junioren als pupillen mee gedaan hebben, en allen met mooie tijden! Het is heel goed om testlopen te lopen, en het is fijn om te zien dat je vorderingen maakt.

## Pupillencompetitie

17 mei was de 2e pupillencompetitiedag. De wedstrijd werd gehouden in Edam. Vrijwel iedereen was op tijd, zodat de AVZaanland vrijwel compleet was.

Het was een prachtige zonnige dag, die uitblonk door een strakke en vriendelijke organisatie. Met verontschuldiging van de veldspeaker dat de prijsuitreiking tien minuutjes te laat begon om half vier. Complimenten voor de organisatie.

Jongens mini had helaas geen deelnemers van av zaanland.

Meisjes Mini werd vertegenwoordigd door Guusje de Groot en Luna Maij. Deze meiden zijn echte kanjers en kwamen maar liefst op de 4<sup>e</sup> en 5<sup>e</sup> plaats. Zou er volgende keer een 2<sup>e</sup> en 3<sup>e</sup> plek inzitten? Jongens C werd door een vijftal atleten van Zaanland vertegenwoordigd. Jelmer de Gauw en Dante Staneke werden knap 3<sup>e</sup> en 4<sup>e</sup> waarbij Dante uitblonk in verspringen, niemand kon aan de 2.93 tippen. Oscar Vesseur eindigde knap in de top 10. Oscar, volgende keer de bal een metertje verder gooien, en je bent in de top 5! Tyrone Lak en Luuk Vermeulen, haalde de top 10 net niet, maar ook de prestaties van deze atleten zijn knap, ze bleven prima overeind in dit sterke deelnemersveld.

Meisjes C hadden maar liefst 25 meisjes in deze categorie. Floor Bakker was de enige van AVZaanland en eindigde in het midden, ze verbeterde haar balwerpen, volgende keer nog een metertje erbij? Jongens B, 24 stuks, 2 dozijn, en 5 stuks van av zaanland. Pim wat een kracht laat jij toch zien met balwerpen, met kop en schouders boven de rest uit! Je eindigde op een knappe tweede plaats, de nummer 1 in deze categorie liep zo snel, en verzamelde zoveel punten dat het voor Pim te moeilijk werd om 1<sup>e</sup> te worden. Roy Deijkers, kwam met 1016 punten in de top 10, heel goed gedaan! Thor Hakon Koopman, kwam net niet in de top 10, maar straks op 14 juni wel he Thor, het eigen publiek schreeuwt naar je naar een top 10 notering! Max Luttikhuizen en Youri Konings werden knappe middenmoot. Over de hele linie presteerde zij goed, helaas waren er steeds andere op de betreffende onderdelen die beter scoorde, waardoor zij net niet in de top 15 belandden.

Meisjes B, 26 man –excuus- vrouw sterk. Ook hier 5 kleine dametjes die laten zien dat atletiek leuk is, en fanatiek mee deden met de wedstrijd. Neem Lorena Schipper, die bijna onder de 8 seconden liep en bijna 10 meter ver gooide! Of neem Lidara Balke die bij 2,5 meter sprong en zelfs bijna 13 meter ver gooide. Of neem Lorena Schipper, net niet onder de 8 seconden gelopen, en bijna 10 meter ver gegooit met de bal! Of neem Pien Bakker die iets sneller dan 8 seconden liep en ook bijna 13 meter vergooide. En hebben we tot slot Rana Uzun al genoemd? Die liep zelfs ruim 7 seconden, sprong maar liefst 3 meter ver, en gooide de bal 20 meter ver... zij werd beloond met een derde plaats.

Jongens A1, drie man sterk op een deelnemersveld van 20. En dan maar liefst alle drie bij de eerste 11, waarvan 1 derde plaats! Klasse! Zansi, liep de benen uit zijn lijf, sprong heel hoog, en gooide met balwerpen de tweede afstand, een terrechte 3<sup>e</sup> plaats. Rekiek Gizaw en Daniel Wielenga blinken ook uit in hoogspringen en laten op de andere twee afstaqnden zien dat je rekening met ze moet houden.

Meisjes A1, 4 vrouwen bp de 32 deelnemers. Een Sterk deelnemersveld waarbij Liv de Haas de eerste dame die we het middenveld tegenkomen, Knappe prestaties neergezet in dit o zo sterke deelnemersveld. Hetzelfde geldt voor Siena Maij die gelijk achter Liv staat: knap gedaan. Esther Wolff en Gwenn Romkes hebben gestreden op elk onderdeel, waarbij Esther een snelle sprinttijd noteerde en Gwenn Helaas geen hoogspringtijd neerzette, waardoor ze helaas de hekkensleuiter was bij deze getegorie

Jongens A2, 2 sterke atleten in het 22 man sterke veld. Rick van der Veen werk knap derde. Nelson Balke werd 11<sup>de</sup> ijn puntentotaal was 1138, en dat was ruim 65 punten meer dan nummer 12, de aansluiting naar nummer 10 wordt een hele oer, maar misschien 14 juni voor eigen publiek?

Tot slot de meisjes A2, 23 meisjes, waarbij Zaanland met 4 deelnemsterds mee deed. Illita deed haar uiterste best, en bleef ruim onder de 11 seconde bij de sprint, Fleur Luttikhuizen kwam zelfs bijna onder de 10 seconden met de sprint en zit bijna bij de tip 10. Sarah Koper liep zeer snel en kwam ruim onder de 10 seconden, haar andere prestaties waren ook goed, en zij kwam op een 7<sup>e</sup> plek. Jessamy Roubos kwam onder de 9,5 seconde en sprong ook ruim 4 meter ver, Haar kracht liet ze ook zien bij het kogelstoten, waarmee ze uiteindelijk op een tweede plaats kwam.

Zoals gezegd een topdag voor de atleten, waarbij er ook kanppe prestaties gelopen werden op de estafette en de lange afstand. De lange afstand was iets anders georganiseerd dan anders. Elke loopsessie werd de nummer 1,2 en 3 beloond met een medaille. Een prima stimulans voor de jonge atleetjes. Kijk naar de glunderende gezichten bij de fotos van Peter leeuwerink op de avzaanland site.

Voor iedereen die zelf zijn uitslagen bij wil houden, kijk op de [www.tigch.nl](http://www.tigch.nl).

### **Extra trainingen op zaterdag**

De trainers van de zaterdag stellen zich voor:

Wij willen ons even graag voor stellen wij zijn Martin en Karin Bakker en we geven op elke zaterdag van 12 .00 uur tot 14.00 uur instuif op de avz baan voor alle junioren en pupillen

Waarom? Om als extra te laten oefenen op onderdelen waar je iets minder in bent. We nemen daar iets meer de tijd voor dan op de normale training, wij kunnen namelijk 1 op1 oefenen omdat de groep klein is en gezellig is, en dat is lekker vooral als er een competitie in het voor uit zicht is. Wij doen het met plezier en die gene die komt vind het ook erg gezellig en als er geen competitie zijn dan doen we gewoon 3 onderdelen per week dus elke week weer iets anders. En er mag ook gekozen worden wat de pupillen/juioeren graag willen doen. We zijn niet streng maar wel gezellig en we zijn ook op facebook te volgen waar we de competitie uitslagen of hardloop tijden bijhouden van de instuif kandidaten (instuifavz) en als er geen instuif is ivm met slechtweer /vakantie /of competietsies. Deelname is natuurlijk gratis en niet verplicht want wij doen het met veel plezier! grt en tot ziens op de baan martin en Karin voor info 0651928792 na 18.00 uur

### **Felicitaties:**

Gefeliciteerd nieuwe jeugdtrainers!

Niet veel mensen zal het zijn opgevallen, maar een aantal zaterdagochtenden leek onze kantine even op een klaslokaaltje. Peter Leeuwerink, Linda Deijkers, Yolanda Fernandez, Arjen Romkes en Zebbi Laville kregen daar de opleiding voor Jeugdtrainer N2. Wij zijn trots te kunnen melden dat ze allen hun certificaat hebben gehaald. Nog belangrijker is natuurlijk wat ze daar hebben geleerd, we zien graag dat onze jeugd een goede training krijgen. Uiteraard bedanken we Demie die deze cursus heeft verzorgt. Zij heeft dat zo goed gedaan dat Zebbi, Yolanda en Arjen nu de smaak te pakken hebben en zelfs door willen gaan voor een opleiding Jeugdtrainer N3. Wij ondersteunen dat graag en wensen ze alle succes daarmee.

Fons Kuijk

[voorzitter@avzaanland.nl](mailto:voorzitter@avzaanland.nl)

### **Clubkleding**

Na succesvol passen afgelopen week, kan er op 2 en 4 juni nog kleding gepast en besteld worden.

De prijs voor een broekje en shirt of singlet is 35 euro, een extra shirt of singlet is 20 euro. Op het shirt en singlet wordt AVZaanland gedrukt. Er is een intekenlijst gedurende de avond, en ook op het prikbord hangt vanaf komende maandag een intekenlijst.

### **Vraag en antwoord**

Er liggen op dit moment geen vragen. Indien er vragen zijn: mail naar

[jeugdcommissie@avzaanland.nl](mailto:jeugdcommissie@avzaanland.nl)

### **Belangrijke vraag:**

Er zijn veel vrijwilligers nodig voor de pupillenwedstrijd op 14 juni... Bent u in de gelegenheid een handje bij te springen? Teken u dan in op het prikbord. Alle hulp kunnen we gebruiken. Van juryleden, tot verkeersregelaar, begeleiding pupillen, enz. enz.

### **Theorie:**

Deze brief ivm lengte nieuwsbrief en drukte voorbereiding pupillencompetitie geen theorie.

### **Agenda:**

- Op de website van AVZaanland staan aankomende loopjes.

**Volgende nieuwsbrief** 28 juni, copy inleveren nieuwsbrief voor 18 juni, mailen naar [jeugdcommissie@avzaanland.nl](mailto:jeugdcommissie@avzaanland.nl) ovv copy nieuwsbrief.

De oudercommissie (ouders) ondersteunt de jeugdcommissie (trainers) met activiteiten, vragen en het maken van de nieuwsbrief. Heb je als jeugd atleet of als ouder een leuk idee, suggestie of een vraag, mail ons dan: [jeugdcommissie@avzaanland.nl](mailto:jeugdcommissie@avzaanland.nl)

Juni 2014

Annemieke van Westervoort , Winette van Spanje en Ans Bakker