

CLUBBLAD VAN DE

IJSC CLUB "HARD GAAT IE" LANDSMEER

opgericht anno 1900

VIERDE JAARGANG

Nummer 3

MAART / APRIL 1990

BESTUUR:

Voorzitter: J.S. Attena, Fuutstraat 11
1121 BM Landsmeer tel. 02908 - 4187

Secretaris: P.L. Mager, van Beekstraat 279
1121 NM Landsmeer tel. 02908 - 3020

Penningmeester: G. Houwer, van Beekstraat 65
1121 NG Landsmeer tel. 02908 - 1155

Overige bestuursleden: Mevr. H.Gielis, K.Hijkema, D.Jansen, B.Leegwater
sr., C.Louw, P.van der Meer, B.Molenaar en K.Vink.

ERELID:

W.T. Dorrestijn.

TRAINERS:

H. Verkaik, Kon. Julianalaan 24
1271 SM Huizen tel. 02152 - 52262

C.P. Tump, Westerkade 2-H
1015 XA Amsterdam tel. 020 - 243448

B. BÖdicker, Lohmannstraat 36-hs
1075 RC Amsterdam tel. 020 - 737194

BAANVEGER:

Eddy Sijmons

OPLAGE:

750 exemplaren

REDACTIE CLUBBLAD:

Evelien Mager, van Beekstraat 279
1121 NM Landsmeer tel. 02908 - 3020

Cees Louw, Houtrib 41
1141 DC Monnickendam tel. 02995 - 2055

Bauke Stelma, Kaaskoper 46
1121 LS Landsmeer tel. 02908 - 5185

Van de voorzitter:

Hierbij het 3e clubblad van dit jaar. Hierin zijn nog een aantal uitslagen opgenomen van verreden wedstrijden op de Jaap Edenbaan. Het werden toch nog 2 drukke schaatsmaanden, alhoewel het rommelige seizoen o.a. door te late openstelling van de Jaap Edenbaan, toch doorwerkte op de motivatie (minder) van de wedstrijddrijders. Als klap op de vuurpijl zou dan wel het clubkampioenschap op de Thialfbaan in Heerenveen op 7 maart 1990 dienen. Echter ook dit viel bitter tegen met slechts 27 deelnemers. Maar door de kwaliteit van de deelnemers werd veel goedgehaakt, veel persoonlijke records. Algemeen clubkampioen bij de dames werd Marjan Mager en bij de heren Jan Paul Drost, die daarmee worden gelukgewenst. De overige uitslagen leest u in dit blad. Ook de overige deelnemers natuurlijk gefeliciteerd met het behaalde resultaat. De slotavond van de trainingsgroep, seizoen '89/'90, heeft inmiddels plaatsgehad (op 3 april in de Eierkorf), gepaard gaande met de prijsuitreiking. Hierbij kwam ook het vertrek van trainer Hans Verkaik aan de orde. Hans is meer dan 4 jaar trainer geweest bij "Hard Gaat Ie" en moet vanwege gezondheidsredenen stoppen met het trainingswerk. Een besluit dat we als trainingsgroep en bestuur moeten respecteren. Meer hierover in dit blad.

Verder is het gelukt om de jeugdschaatsers toch voor diploma's te laten afrijden op 7 maart j.l. Er schaatsten totaal 71 kinderen af voor een diploma en 5 kinderen (beginners) voor een "herinnering". De uitslagen ook in dit blad. De diploma-uitreiking zal vermoedelijk eind mei a.s. zijn, daarover volgt bericht.

Verder wil ik de 3e plaats in het totaalklassement nog vermelden van ons lid Arjan Schreuder, behaald bij de wereldkampioenschappen langebaan voor junioren in Japan. Arjan: namens Hard Gaat Ie gefeliciteerd.

Verder vindt u in dit blad informatie over de komende zomertraining en de zomerfestiviteiten te Landsmeer. Zo is de Sportweek van 4 t/m 12 augustus (triathlon op 11 augustus) en de L.O.L. Meerkamp in september.

Veel leesplezier.

Jelle Attema



Fietsen voor Bangladesh

Het is dit jaar al weer de 5e keer dat er door een groep fietsers geld bij elkaar gereden zal worden, wat bestemd is voor een project in een ontwikkelingsland.

Evenals vorig jaar is er voor een project in Bangladesh gekozen dat zich met de bouw van huizen bezig houdt. Dit lustrumjaar willen wij niet onopgemerkt voorbij laten gaan en zullen wij proberen met 20 personen ongeveer 600 kilometer in drie dagen te volbrengen. Op zaterdag 28 april zullen wij vertrekken richting Afsluitdijk, om vervolgens koers te zetten richting Oldebroek waar de eerste overnachting zal plaats vinden. De tweede dag zullen we via veel omzwervingen richting Bakkum fietsen, van waar we de derde dag vertrekken naar Landsmeer. Eénmaal in Landsmeer aangekomen zullen we de 600 kilometer volrijden d.m.v. criteria, waarbij door het publiek gegokt kan worden op de doorkomst van de nummers 1, 2 en 3.

Tevens zullen de Landsmeerse prominenten weer aan de start verschijnen om hun bijdrage te leveren aan het goede doel. Wij hopen op veel belangstelling en veel gokkers, zodat ook deze actie als een succes geboekt kan worden.

Tot ziens op 30 april!!

De fietsers

Diploma's en resultaten JEUGDSCHAATSEN:

Het seizoen voor het jeugdschaatsen zit er op. De baan werd op 18 maart vanwege de warme weersomstandigheden een week eerder gesloten dan uiteindelijk de bedoeling was. Een paar ouders waren hiervan niet tijdig ingelicht, vergeefs naar de baan helaas, waarvoor onze excuses.

De kinderen hadden inmiddels wel voor een diploma afgereden gelukkig. Voor meer dan de helft van de 76 kinderen was het een hele opgave om aan de gestelde diploma-eisen te voldoen, omdat deze kinderen pas in januari 1990 waren begonnen toen de Jaap Edenbaan open ging. De andere kinderen hadden daarvoor al geschaatst in Haarlem. Ze hebben allen gereden voor wat ze waard waren. Voor 5 kinderen was de tijd nog te kort om een diploma te kunnen halen, maar ook zij maakten goede vorderingen en hebben een "herinnering" verdiend. We hopen volgend seizoen weer op een ieder zijn komst naar de Jaap Edenbaan die dan, naar we hopen, van oktober tot maart open zal zijn.

De volgorde van de onderstaande namen is bepaald naar het totaal van de 4 snelst gemaakte tijden van de slalom en de start- en remproef. Dus 1) was de snelste, 2) iets minder snel etc.

De behaalde resultaten zijn als volgt:

Herinnering:

- 1) Robert Knibbe
- 2) Renske Lambert
- 3) Monique Schoonhoven
- 4) Karen Olofsen
- 5) Judith Goossens

S

proef (4 ronden):

- 1) Liesbeth Hekman
- 2) Sofia Bustraan
- 3) Bram Kuijken
- 4) Eva Schulte
- 5) Onne Broekzitter
- 6) Merijn Jongewaard
- 7) Elsje van Bergen
- 8) Anna Raetsen
- 9) Barbara de Lange

A

diploma (6 ronden):

- 1) Uday Attema
- 2) Karin van Dalen
- 3) Immetje Kampen
- 4) Douwe Luijnenburg
- 5) Sacha Wijnans
- 6) Bregje de Beurs
- 7) Enzo Peters
- 8) Brian Koopen

B

diploma (8 ronden):

- 1) Monique Wijnans
- 2) René Keizer
- 3) Pieterneel Kuiper
- 4) Venita Boedhoe
- 5) Ivonne Olofsen
- 6) Katinka Goede
- 7) Niels Huisman
- 8) Helga Goede
- 9) Baukje van der Pant
- 10) Ernst Jan Rijswijk
- 11) Maurits Knibbe
- 12) Silvan Vos

C

diploma (13 ronden):

- 1) Bernadette Goede
- 2) Tamara Beekhoven
- 3) Daphne Wolthuis
- 4) Kathelijne Knibbe
- 5) Amber Engels
- 6) Peter Harms
- 7) Jeffry van Lent
- 8) Karlijn Kuiper
- 9) Anneke Voolstra
- 10) Joeri Lambert

- 11) Thijs Vorstman
- 12) Joachim Galenkamp
- 13) Olfert de Jeu
- 14) Gusta Tavecchio
- 15) Iris Kemink
- 16) Aart van Bergen
- 17) Vanita Attema
- 18) Valesca Jongmans
- 19) Suzanne Hekman
- 20) Nanette de Lange
- 21) Jolene Koopen
- 22) Bas Wiebenga

D

diploma (18 ronden):

- 1) Joost Speek
- 2) Huib Bakker
- 3) Jelle Luijnenburg
- 4) Marije de Lange
- 5) Robbert Engels
- 6) Roeleke Goede
- 7) Marjolein van Eck

- 8) Renske Rademakers
- 9) Mareille v. Amesfoort
- 10) Arno Knibbe
- 11) Wietze Goede
- 12) Linda Kemink
- 13) Evert Gras

E

diploma (20 ronden):

- 1) Arne Vink
- 2) Rogier Jansen
- 3) Merijn Olsthoorn
- 4) Geertje Boerma
- 5) Elseline Jansen
- 6) Roderique Taanman
- 7) Suzanne van Vliet

Namens het bestuur en de jeugdbegeleiders allen van harte gefeliciteerd met het behaalde diploma of resultaat. Over de datum van de diploma uitreiking krijgen jullie nog bericht. Let wel: neem dan ook je schaatsmuts mee!
Gauw tot ziens, namens de jeugdbegeleiders:

Jelle Attema en Geert Houwer

OVER SNIJ-VERS
GESPROKEN

Louman's

Worst en
Vleeswaren

zijn niet te overtreffen



**AUTO
SCHADE?**

Spuitinrichting en Plaatwerkerij
Paul Wals

Noordeinde 37, Landsmeer
Telefoon 02908-4942

Trainer Hans Verkaik stopt !

Het bericht van trainer Hans Verkaik, dat hij had besloten om zijn trainingsactiviteiten te stoppen met ingang van het nieuwe (zomer- en winter) seizoen, kwam bij het bestuur toch onverwacht. Het was bekend dat Hans tobde met de gezondheid, hetgeen hem nu heeft doen besluiten geheel met het trainingswerk te stoppen. Hij blijft als lid en eventueel als adviseur beschikbaar. Hans is meer dan 4 jaar trainer geweest bij HGI. Hij stond bekend om zijn gedegen en serieuze aanpak. De club verliest in hem een kundig trainer. Zijn besluit kunnen we alleen maar respecteren. Tijdens de slotavond van seizoen '89/'90 voor de trainingsleden werd hem een oorkonde en een cadeaubon aangeboden door het bestuur en de trainingsleden, hetgeen door hem zeer op prijs werd gesteld en waarvoor hij iedereen dankte. Hans nam afscheid met een passend woord en het bestuur en de trainingsleden wensen hem en zijn gezin nog een goede toekomst en gezondheid toe. Hans bedankt!

Voor een vervanger van Hans is het dagelijks bestuur naarstig op zoek naar een geschikte trainer. Er is inmiddels een gesprek geweest met een kandidaat-trainer. Zo rond juli zal bekend zijn of deze de vacature zal kunnen opvullen. Dit hangt af van zijn beroepswerkzaamheden voor wat betreft de beschikbaarheid op de dinsdag- en vrijdagavond.

Het dagelijks bestuur, n.d. Jelle Attema

Marathon - verslagen

"Waar doe ik het voor?" was de vraag van Dirk Wals in het vorige clubblad. Hij komt tot de conclusie dat hij aan "sportverdwazing" lijdt.

Hayo bedrijft de schaatssport zo intensief omdat hij het marathonschaatsen gewoon leuk vindt, hoewel ik er zo mijn twijfels over heb of je over een lolletjes kan spreken als ik zo de venijnigheid van hem zie tijdens de marathons. Ik denk dat Dirk met zijn stukje dicht bij de waarheid zit, je bedenkt voor jezelf steeds de meest dwaze redenen om fanatiek te blijven doorsporten en er andere dingen voor aan de kant te schuiven. Voor mezelf stond

HOE STAAT HET MET UW VERZEKERINGEN?

*In deze tijd van geldontwaarding is het verstandig uw totale verzekeringspakket eens goed te laten doorlichten door een vakman.
Bel geheel vrijblijvend:*



ALGEMEEN ASSURANTIE- EN FINANCIERINGSKANTOOR

KIEFT & VAN DER LINDEN

VERZEKERINGEN-PENSIOENEN-HYPOTHEKEN-FINANCIERINGEN



Postbus 5
1120 AA Landsmeer
Herculesweg 1A
1121 CE Landsmeer
Telefoon 02908-4056*

dit jaar als doel om het "landelijk B-nummer" te halen. Dit houdt in dat je in de baancompetitie bij de eerste 5 rijders plaatst in het eindklassement, waarna je met dat nummer mee mag doen aan de landelijke marathonwedstrijden door het gehele land. Als je goed gaat nadenken (wat je beter nooit kan doen) ben je inderdaad een dwaas: als ik zometeen dat nummer heb moet je nog meer schaatsen, nog meer trainen en nog meer reizen. En waarom? Om het A-nummer te halen, zodat je nog meer moet schaatsen enz. enz. Gelukkig hebben we het afgelopen seizoen het verstand op nul gezet en niet zonder resultaten een slordige 20 marathons verreden. Hoe alle voorgaande marathons zijn verlopen heeft u in de vorige clubbladen al kunnen lezen, de rest volgt nu.

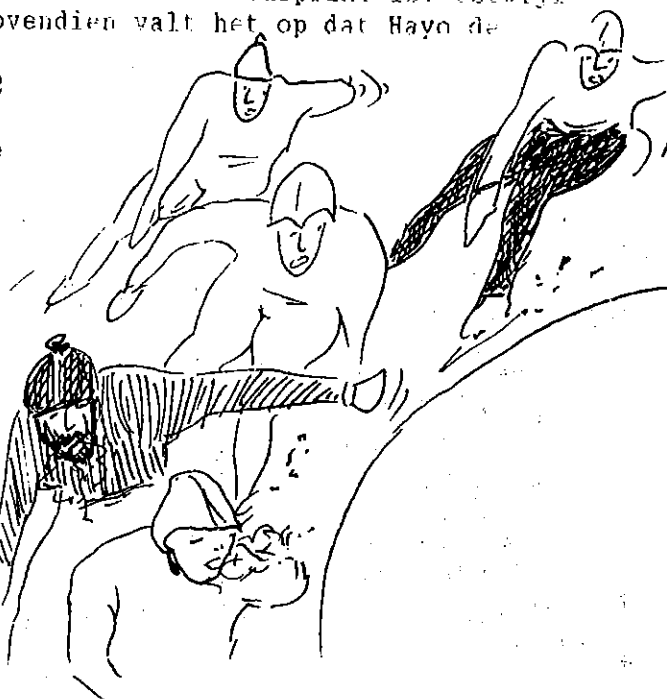
Naast de competitie in Haarlem gaat dit laatste stuk van het seizoen ook de competitie in Amsterdam van start. Bij de eerste marathon in Amsterdam gaat ook Martin de Vries weer van start. Het bekende zwabberbeengedoe van Martin is nog niet over, zodat het Martin's laatste marathon zal zijn. Zelf word ik daar, na een matig interessante race, derde.

In Haarlem is het landelijke B-nummer in zicht, daar sta ik al een tijdje op de 3e plek. Hayo staat daar door al het vallen op een 20e plek. Het valt al een tijdje op dat Hayo steeds in de punten rijdt als er een massasprint is. terwijl ik het op zo'n moment meestal slecht doe. Bovendien valt het op dat Hayo de

laatste tijd vorm begint te krijgen. Op 12 februari rijden we een marathon in Haarlem, waarbij ik met een uitlooppoging een 2e plaats behaal. Hayo rukt langzaam op en wordt daar 14e.

In Amsterdam hebben we op 15 februari lichte stress omdat we een verkeerde aanvangstijd in ons hoofd hebben. Met de schaatsen half ondergebonden en zonder ingelopen te hebben verschijnen we daar aan de start. Compleet afgemat, steenkapot, met m'n benen in de knoop, kom ik daar met een rondje voorsprong op het peloton als 2e over de streep. Hayo valt weer terug in het oude en gaat de laatste bocht onderuit. Jammer van de aankomende vorm.

In Haarlem laat Hayo zien dat het met die vorm wel goed zit en wordt daar op 26 februari na een enerverende wedstrijd met een moordend tempo 10e in de massasprint.



Zelf word ik daar 7e en met nog alleen de finale te gaan kom ik op de 2e plek in het klassement te staan. Hayo staat met nog 2 man op de 20e plaats. Op 1 maart krijgen we in Amsterdam een rotwedstrijd: er zijn bepaalde mensen die het ploegenspel hanteren en zo de hele wedstrijd verruïneren. Na een wedstrijd die absoluut niet saai was, maar voor mij en nog een aantal welwillende rijders zeer frustrerend, sprinten Hayo en ik om de 8e en 9e plek wat met miniem verschil in mijn voordeel wordt beslist.

De finale in Haarlem op 5 maart is leuk; ik sta slechts 2 punten voor op nummer 3 uit het klassement en we rijden er deze wedstrijd dus voor. Mijn bedoeling was om mijn belager, door telkens te demarreren en het tempo hoog te houden, kapot te rijden. Dit bleek echter ook zijn taktiek te zijn zodat we een zeer interessante wedstrijd kregen. Aangezien de wedstrijd slechts over 35 ronden ging, lukte het me niet om weg te komen, zodat ik in de massasprint die daarop volgde mijn voorsprong kwijtraakte met een 12e plaats. Hayo doet het altijd goed in de massasprint en wordt 13e. Met de 3e plek in het eindklassement is voor mij het landelijk nummer binnen. Hayo stijgt door deze finale met stip en belandt net buiten de prijzen op de 16e plek.

De laatste marathon is de finale op 18 maart in Amsterdam. Hayo rijdt daar een zeer gecontroleerde rit, waarbij hij het kopwerk zeer zeker niet schuwt. Een aantal keren is hij met een vlucht poging mee, maar uiteindelijk wordt het een massasprint waarin hij 5e wordt. Misschien dat hij nog hoger had kunnen eindigen als hij die laatste bocht vol "door kon trekken". De uitdrukking van Martin "grind in de bocht" was op Amsterdam de laatste tijd letterlijk van toepassing, zodat ik met een paar stompe schaatsen tot 2 keer toe in de matten belandt en de finish niet haal. In het eindklassement zak ik van de 2e naar de 4e plaats, Hayo eindigt door een niet meegereden wedstrijd en een valpartij niet in de prijzen.

Al met al hebben we een leuk marathonseizoen gehad en zullen we volgend jaar weer van de partij zijn, met hopelijk Martin de Vries er weer bij en wellicht nog meer leden. Iemand die niemand nog kent, maar waar beslist verandering in zal komen, is Gerard Stark. Deze man heeft ook alle marathons in Haarlem en Amsterdam gereden en eindigde daar ook in de kop van het peloton. Volgend seizoen hoopt Gerard actief lid bij HGI te worden, zodat de HGI marathonploeg er weer een (sterke) man bij heeft.

Verder wil ik Hayo nog bedanken voor het "chauffeuren" van- en naar de baan, en mijn vader voor voor het nodige coach-werk.

Volgend seizoen zetten we het verstand weer op nul.

Jan Paul Drost



**Winkelcentrum Boven 't IJ
Buikslotermeerplein 139
Amsterdam - Noord**

Vishandel

J. Klouwer

Edam / Landsmeer
Tel. 02993 - 72092

Div. soorten
gebakken
gerookte
en verse vis
* Vis- Salades

Standplaats tegenover gemeentehuis
Elke dinsdag - vrijdag - zaterdag

(Race) fietsen in clubverband:

Inmiddels zijn een aantal (trainings-)leden alweer gestart met de (race)fiets-trainingen.

Voor de maand april geldt nog het tijdstip van 18.30 uur. Dit wordt met ingang van de maand mei 19.00 uur. De start is als vanouds bij Hegron Cosmetics in de van Beekstraat 2.

Op de maandagavond wordt de deelname opgesplitst in een snelle en een (iets?) minder snelle ploeg. Er wordt meestal een afstand van 50 tot 60 km afgelegd, hetgeen ongeveer 2 uur training inhoudt.

Op de donderdagavond wordt er minder hard gefietst. In ieder geval wordt getracht de ploeg in zijn geheel bijeen te houden.

Dan zijn er nog mogelijkheden voor getrainde fietsers om op zondagmiddag een toer te maken. De start is om 13.30 uur, ook bij Hegron Cosmetics. Veel succes. Oh ja, een helm is min of meer verplicht.

Jelle Attema

fotoshop - fotografie - pasfoto's - portretten - reportages

**De mooiste foto's
uit elk rolletje.**



Kwaliteitsfoto's van elk merk kleurenfilm.
Razendsnelle levering.
De Agfa Topfoto garantie: mislukte foto's
retour.
Het garantiewikkel geeft u de zekerheid
dat er een extra eindcontrole op de afdruk-
kwaliteit is geweest.
Veel acties, het hele jaar door. Met aantrek-
kelijke kortingen, aanbiedingen of prijzen.

foto henk van maren

fotoshop-fotografie-pasfoto's-video-portretten

gildeplein 84
1445 bm purmerend
tel. 02990 - 45312

*uw fotowerk is ook
welkom op Bierstallpad 2!
landsmeer tel: 4176*

Open Nederlands Kampioenschap Hele Triathlon

Onlangs hoorde de redactie dat onze veteraan Jeffrey Pommerel de hele triathlon in Almere heeft "gedaan" in de afgelopen zomer. Graag gingen we in op het aanbod van Jeffrey om zijn verslag daarover te plaatsen in ons clubblad.

- 3,8 km zwemmen
- 180 km fietsen
- 42,2 km lopen

Om 04.45 uur opgestaan en meteen ontbeten (er wordt nogal wat van je lichaam gevraagd op deze dag). Het weer is redelijk.

Om 05.15 uur met vrouw en begeleiders naar Almere (vanuit Zeewolde een half uurtje met de auto). Tijdens de rit begin ik vloeibaar voedsel tot me te nemen (dat geeft geen last met zwemmen en levert veel energie). Om 05.45 uur aangekomen bij de dijk. Het is al heel druk. Daar staat Willem van Schaak. Hij helpt bij het zwemparcours. Om 06.00 uur mogen we de tent in. Ik loop eerst naar mijn fiets, maak wat bananen vast en 2 grote bidons (één met dorstlesser). zet de juiste versnelling op en pomp de banden respectievelijk 7 en 8 bar op. Het parcours ken ik vrij goed, over het algemeen vrij redelijk asfalt.

06.30 uur: met begeleider Jaap van Olphen neem ik alles nog even door, groet mijn vrouw Anneke en supporters, en ga naar de tent aan het water. Ik praat nog even met Kees Lissenberg, die vraagt of ik geen schaatsen meer heb. Hij moedigt ons (op zijn welbekende manier) aan voor het zwemmen. Als je over het water kijkt ligt de keerboei toch wel erg ver weg. Maar hoewel dit mijn zwakste onderdeel is, ben ik ervan overtuigd, dat ik dit onderdeel goed door zal komen. Ik ga een beetje uit de drukte staan, zodat ik zo gauw mogelijk in vrij water kan zwemmen. Ik kan namelijk alleen de schoolslag!

07.00 uur: Eindelijk de start. Nu moet het dan gebeuren. Veel lawaai door speakers, heli's, reddingsboten etc. Het water is 20 graden C (best lekker), dus dat valt weer mee. Na 100 meter zwem ik al lekker alleen en kijk alleen nog naar het keerpunt om zo kort mogelijk te zwemmen. Het gaat goed, de eerste km in 21,49 minuut, dit geeft zelfvertrouwen. Bij het keerpunt ben ik in 45,29 min., best goed. Ik ga alleen nu wat rustiger zwemmen omdat ik last van mijn lies krijg. Uitgerekend op dit moment, maar ja er rest nog 1,9 kilometer terug! Het water is flink in beroering door de vele boten. Dit ben ik niet zo gewend, dus krijg ik veel water naar binnen. Willem van Schaik ligt op ongeveer 1000 meter van de finish en vraagt hoe het gaat. Nog een klein stukje naar de finish. Na 1 uur en 46 minuten kom ik aan land (valt 10 minuten tegen, maar ik ben er), ongeveer 7 minuten na Theo Kochs (wie kent hem niet).

Kees Lissenberg en mijn vrouw vinden mij toch een kanjer, ja en dan kan je niet meer stuk. Een beetje zweverig ga ik me gauw verkleden en stap meteen op de fiets. Dit duurt ongeveer 4 minuten, en ik lig op de 119e plaats van de 141 gestarte veteranen (en op de 805e plaats van de 937 gestarte atleten). Atleten, jazeker, want de meesten hebben toch buiten hun werk om, in de 6 tot 8 weken hiervoor gemiddeld toch 20 uur per week getraind, en daarvoor gemiddeld 10 uur, wil je dit goed en verantwoord aankunnen!

Fietsen gaat ons, schaatsers, gelukkig vrij goed af en na 10 km lig ik op redelijk tempo. Onderweg is er genoeg te eten en drinken, en als je zoveel mensen langs de kant ziet staan, gaat het gewoon lekker. Met een verzet van 53.17 kom ik aan in Zeewolde, daar staat de hele familie + de nodige vrienden van de camping. Het motto op de fiets is eten en drinken, en proberen een tempo te fietsen. Het gaat lekker. Na 90 km bij het keerpunt en in 2,45 uur lig ik op de 46e plaats. Dat geeft moed, en luisterend naar mijn lichaam probeer ik de 2e ronde nog wat sneller af te leggen. Na 120 km lig ik al 4 minuten voor op het schema, en dan in een bocht die ik wel 50 maal per jaar rijdt: sssssss lek sh... sh...

Band eraf, binnenband verwisselen en luchtpatroon maar voor de helft vol, band weer leeg, nieuwe patroon gelukkig goed. Ria Visser interviewt mij op dat

HET ADRES VOOR

KOEK EN GEBAK

IS

BANKETBAKKERIJ VAN GERVEN
Dorpsstraat 65 - Landsmeer - Tel. 1374

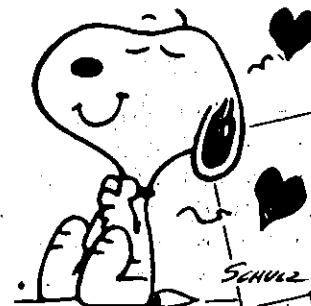


ONZE SPECIALITEIT
Eigen fabrikaat bonbons.



KALEIDOSCOOP

VAN BEEKSTRAAT 5d Tel. 02908-1216



Voor een goed kado
kunt U altijd
bij ons terecht!

© 1988 UNITED FEATURE SYNDICATE, INC.

moment gelijk voor Almere radio. Zij vertelt dat zij veel schaatsers volgt en mij herkende (zij fietst ook vaak in de polder, zodoende), wenst me succes en weg ben ik, maar toch weer 6 minuten verloren en helemaal uit het ritme. Dan maar een kleinere versnelling. Na zeker 15 minuten gaat het weer uit de kunst en geef ik hem nog een kantje en vlieg op Almere aan.

Daar zijn zoveel mensen, enorm! Na 5 uur en 42 minuten zijn de 180 km achter de rug. Kees pakt toevallig mijn fiets aan (toevallig?) en ik verkleed mij in mijn looptenuue. Ik hoor van mijn vrouw, dat ik op dat moment 19e ben, met 8 veteranen binnen de 10 minuten.

Lopen: dat wordt nog eens wat. Langs de dijk ineens een bekend gezicht: Martin de Vries. Kijkt toch wel vreemd dat ik daar loop en hij niet. Na enige gekscherende opmerkingen van mijn kant wenst hij me toch succes. Ja ja Martin, wat is oud, hè?

Het lopen gaat gelukkig goed. Ik stop wel even elke 2½ km om wat te drinken. Eten gaat wat moeilijker. Na ongeveer 3 km rijdt Kees Tump, onze schaats-trainer, ineens naast me en geeft nog wat advies voor onderweg (had ik maar goed geluisterd!). Na een aantal km keert Kees terug naar Almere Haven en loop ik alleen door. Na 15 km kom ik bij een kruispunt mijn zoon en schoonfamilie tegen. Ja, dan ga je wat harder lopen. Stom natuurlijk! 3 km verder, liggend op een 12e plaats, blokkeren de bovenbenen. En ik moet nog zo ver! Bij de volgende verzorgingspost eet ik eerst maar, en drink ook nog veel, en worstel mij verder tot het keerpunt.

Ik neem dan met begeleider Jaap door om maar niet meer op de plaatsing en/of tijd te lopen, maar om rustig de laatste 21 km af te leggen. Dat gaat na verloop van tijd toch weer steeds beter.

Vanaf 4 km voor Almere Haven staat het stampvol. Nou ja, het is druk. Dat helpt toch wel, en zo volbreng ik de laatste kilometers in één ruk door. Vlak voor de finish staat mijn vrouw, geeft even een knipoog en lacht. Ik ook natuurlijk. Dan het stadion binnen, en dan hoopt je alleen jouw naam door al die mensen: prachtig! Nog gauw even op de foto en lekker onder de douche.

Een lekker en voldaan gevoel, maar moe! Maar ja, dat mag hè? Een hele triathlon binnen 12 uur, dat geeft een fijn gevoel. Het is ook best te doen, mits je goed voorbereid bent. Als er leden zijn die het ook eens willen doen, informeer dan goed naar de trainingsopbouw en laat je minstens 2 keer keuren om elk risico uit te sluiten. Ook wil ik mijn gegevens hiervan ter beschikking stellen en advies geven aan eventuele liefhebbers.

Buiten de training had ik voor Almere al 2 halve en 6 kwart triathlons gedaan dat jaar. Hoewel dit beslist geen garantie is voor een hele, leer je vooral met halve triathlons je tempo te bedwingen door vooral met je koppie erbij bezig te zijn. Met sportgroeten,

Jeffrey Pommerel

Persoonlijke record - verbeteringen

Eén van onze leden kwam op het idee om eens een lijst op te maken van onze leden die hun persoonlijke records dit seizoen verbeterden. Maar dan niet in de gebruikelijke volgorde van de snelste naar de minst snelle, maar in volgorde van totale verbetering van dat record in het afgelopen seizoen. En dat geeft dus een heel andere volgorde dan je zou denken. Bovendien kun je aan die lijst goed aflezen wie de meeste vorderingen gemaakt heeft. Degene die ons op dit idee bracht heeft alle tijden ook zelf uitgezocht. Hij hoefde niet genoemd te worden, maar hij wordt zeker bedankt voor dit idee. Hier komen de verschillende lijsten per afstand:



500 meter:

1) York Geraets	7,05 sec.
2) Nina Vink	4,48 sec.
3) Tanja Mager	3,65 sec.
4) Sander Schot	1,71 sec.
5) Hayo van der Werf	1,43 sec.
6) Stefan van Amesfoort	1,08 sec.
7) Jan Paul Drost	0,71 sec.
8) Rob Wolthuis	0,09 sec.

1000 meter:

1) York Geraets	11,52 sec.
2) Nina Vink	10,47 sec.
3) Tanja Mager	10,38 sec.
4) Sonja Mager	5,40 sec.
5) Sander Schot	4,07 sec.

1500 meter:

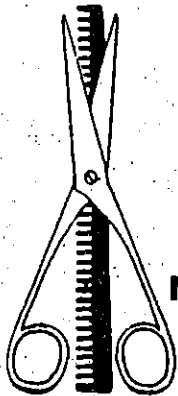
1) Sander Schot	22,10 sec.
2) Hayo van der Werf	5,41 sec.
3) Jan Paul Drost	1,95 sec.
4) Marjan Mager	0,90 sec.
5) Fabian van Altena	0,48 sec.

3000 meter:

1) Berry van Zoelen	32,82 sec.
2) Evelien Mager	17,58 sec.
3) Jakob Louw	16,06 sec.
4) Marian Mager	8,86 sec.
5) Fabian van Altena	8,04 sec.
6) Hayo van der Werf	7,63 sec.
7) Bert Molenaar	6,20 sec.
8) Jan Paul Drost	5,67 sec.

5000 meter:

1) Marian Mager	8,72 sec.
-----------------	-----------

FRED'S KAP-O-THEEK

REDKEN®
HAIRSTYLIST

op afspraak

Nieuwe Gouw 20 - Landsmeer
Telefoon: 02908 - 4679
(dinsdags gesloten)

van dijk **Doel & Zelf**

HET ADRES

**VOOR UW GROTE
EN KLEINE KLUS**

ZUIDEINDE 8 - LANDSMEER
Telefoon (02908) 1729

Bestuursmededeling:

Na bestuurlijk overleg zal het wedstrijd / trainingssecretariaat voorlopig worden gedaan door Geert Houwer en Jelle Attema. De taken (die Aaf alleen deed) zullen nu worden verdeeld, nl. als volgt:

Wedstrijdsecretariaat:

- Geert Houwer:
- Inschrijving/opgave wedstrijd en training;
 - Verstrekking van de abonnementen;
 - Administratie;
 - Penningen;
 - Bezoek vergaderingen;
 - Bijhouden wachtlijst.

- Jelle Attema: - Correspondentie;
 - Berichtgeving leden;
 - Contact leden, begeleiding baan;
 - Bezoek vergaderingen.

Het is de bedoeling om de trainingsleden die aan wedstrijden willen deelnemen eenmalig op te geven (vóór het winterseizoen). Deze leden krijgen een wedstrijd-rooster (op tijd) en weten dan welke wedstrijden er moeten worden verraden. Is men verhinderd, dan moet het betreffende trainingslid zich zelf afmelden bij het secretariaat op de Jaap Edenbaan (tel.nr. wordt nog bekend gemaakt). Indien men dit verzuimt dan zit er bij herhaling natuurlijk een schorsing in. Maar we vertrouwen op een stukje eigen verantwoordelijkheidsgevoel.

Bij voldoende deelname aan wedstrijden zal ook eventueel een trainer op de baan aanwezig zijn (of een dagelijks bestuur - lid).

Jeugdschaatsen:

Voor wat betreft het jeugdschaatsen kunnen zowel Jelle als Geert worden benaderd voor alle informatie, opgave (vanaf 7 jaar), etc. daar deze taken samen worden gedaan.

Geert Houwer / Jelle Attema

Clubkampioenschappen op 7 maart 1990 te Heerenveen:

Omdat door de renovatie van de Jaap Edenbaan er geen gelegenheid bestond de clubkampioenschappen in Amsterdam te organiseren, had het ijsclubbestuur de Heerenveense Thialfbaan weer weten af te huren, en wel op woensdagochtend 7 maart van 8.00 tot 9.30 uur. Een buitenkansje dus, deze datum viel tevens in de krokusvakantie. Het bestuur verwachtte dan ook dat er zo'n 40 deelnemers zich met elkaar op sportieve wijze zouden meten. Een rekensommetje leerde ons dat bij een inschrijfgeld van f 15,== per persoon en f 10,== voor de jongste junioren en de pupillen het tekort op zo'n f 250,== zou uitkomen (1½ uur ijs in Thialf kost f 705,==). Deze f 250,== zou moeten komen uit het potje van de braderie, waar elk jaar geld door de verkoop van oude spullen wordt opgespaard voor dergelijke doeleinden. De contributie van de tientjesleden blijft n.l. gereserveerd voor het natuurijsgebeuren, zo is het streven.

Het bestuur had zich echter schromelijk vergist in het enthousiasme van haar leden, want op de sluitingsdatum van de inschrijving prijken er slechts 29 namen van de 60 trainingsleden op de startlijst. Halsoverkop werden er door Jelle Attema "vreemdelingen" gebeld om buiten mededinging op ons clubkampioenschap te willen starten (Thialf verhuurt n.l. niet aan groepen kleiner dan 30 personen). En gelukkig zegden oud-trainer Ron Nooitgedacht en Ilpendammer Gerard Stark hun deelname toe. De loting en het opmaken van de startlijsten kon dus beginnen. Maar helaas: de weg van ijsclubbestuurders gaat niet over rozen, want toen alles gereed was, werd er nog eens door maar liefst 5 mensen afgebeld. Van hen had Pleun Lodewijks een meer dan geldige reden, n.l. en gebroken arm (van harte beterschap, Pleun). Ook Nooitgedacht belde weer af. Maar dat onze clubkampioen van 1989 minder dan 12 uur voor aanvang van de wedstrijd te kennen gaf niet te willen starten, was een gevoelige klap in het gezicht van de organisatie. Weer belde Jelle zich suf en alleen Ruud Dirksen uit Oostzaan wilde rijden. Diep teleurgesteld vertrokken de drie dagelijksbestuursleden om 5.30 uur richting Heerenveen. Verder waren present ome Klaas en tante Alie Hijlkema en nog enkele supporters, waaronder ook de altijd enthousiaste Tom Drost (vader van J.P.).



En natuurlijk, waar alles om ging, de rijders zelf, slechts 27 in getal. Bob Vink met zijn snelle VW Golf nam al meteen gedecideerd de leiding. Eenmaal op de rijksweg in de Beemster was Bob werkelijk niet te houden en reed met een waas voor de ogen met snelheden van 85 à 90 km per uur, ja soms bij het afdalen van een viaduct joeg hij zijn Golfje op tot tegen de 100 km per uur. Zijn achtervolgers probeerden uit alle macht het hoge tempo met bloeddoorlopen ogen te volgen. Zo raasde de Hard Gaat Ie kernploeg door de Noordhollandse nacht. Toch wisten enkele waaghalzen de ontketende Vink nog te passeren (ja, hoe is het mogelijk), en kwam iedereen nagenoeg gelijktijdig in Heerenveen aan, waar ook alle drie de trainers aanwezig waren.

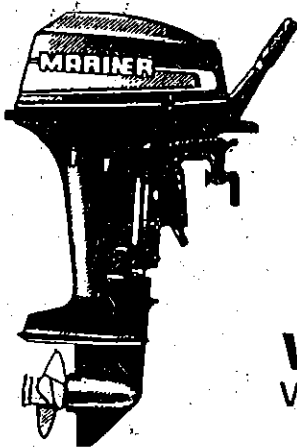
De wedstrijden zelf waren van een prima gehalte. Een verrassing daarbij was wel dat Nina Vink nu heel goed rijdend, op het juiste moment, in vorm was en Tanja op dit cruciale moment versloeg. Jammer was het dat Tanja op de 1000 meter onderuit ging. De dames zullen in de toekomst elkaar nog wel eens op haren en snaren bestrijden!

Marjolein Wolthuis debuteerde in Thialf met tijden die te verbeteren zijn, maar waar zeker perspectief in zit. Dan onze enige dame junior C "de beer uit Landsmeer" (Sonja Mager), zij verbeterde haar Thialftijd op de 500 meter met 0,2 sec en de 1000 meter met 5 sec. Toch bleef Sonja iets achter op Nina en Tanja.

Dan de heren junioren C, waar York Geraets als nieuwkomer meteen maar clubkampioen werd, met Ivo Ruijter op de 2e en debutant Niels van Eck op de 3e plaats.

Dan de eeuwige tweestrijd tussen Stefan van Amesfoort en Sander Schot. Beide heren waren zeer gespannen, hetgeen een wat tegenvallende 500 meter tijd opleverde van net boven de 50 sec. Wel was het een bijzonder spannende rit welke met 1 meter verschil in het voordeel van Stefan werd gewonnen. Sander maakte op de 1500 meter echter weer 3 seconden goed, zodat de nieuwe clubkampioen bij de junioren B Sander Schot heet.

Marjan Mager werd geheel onbedreigd, zoals verwacht, algemeen clubkampioen bij de dames. Bij de heren had iedereen op de strijd tussen Martin de Vries (kampioen '89) en Jan Paul Drost gehoopt, maar Martin verzaakte zijn sportieve plicht, zoals u heeft kunnen lezen. Jan Paul reed naar 2 prachtige clubrecords en werd de terechte clubkampioen. Ik feliciteerde hem en hoopte dat wanneer er in de toekomst een sneller clublid zou komen dat hij zijn sportieve plicht t.a.v. de verdediging van zijn titel wel zal aanvaarden. Maar wie zal dat snellere clublid worden? Sander? Stefan? Of York? De toekomst zal het ons leren. Bij de dames neo-senioren was Evelien Mager de enige, dus geen enkele strijd.



Uw vaarvakman:

COBRA
WATERSPORT
 Van Beekstraat 124b
 Landsmeer
 Tel. 1909



TECHN. BURO F.C. SIJMONS B.V.

van Beekstraat 145
 1121 NK Landsmeer
 Tel. 02908 - 33 43/53 70

- LUCHTTECHNISCHE INSTALLATIES
- KUNSTSTOF KANALEN
- STALEN KANALEN
- POLYESTER SPUITWERK

De grote verrassing van dit toernooi was na Nina Vink ook zeker Hayo van der Werf, want met zijn 43-er en 2.12 verraste hij vriend en vijand. De Falko Zandstra van Hard Gaat Ie is een echte laatbloeiër (Hayo is 2 keer zo oud als Falko) en voor selecties is Hayo veel te oud. Toch zal Jan Paul volgend jaar op z'n tellen moeten passen, want met "opa van der Werf" is hij nog niet klaar! Jakob Louw reed in een perfecte stijl naar een goede tweede plaats bij de senioren, terwijl Bert Molenaar, jawel ons nieuwe bestuurslid, naar een keurige derde plaats gleed. René Koning verspeelde diezelfde derde plaats door zijn zwakke 1500 meter. Bijzonder jammer is het dat René zijn laatste wedstrijd heeft gereden en te kennen heeft gegeven zijn noren aan de wilgen te hangen en te gaan volleyballen. Jammer René, je was een plezierig trainingslid. Bauke Stelma presteerde ondermaats; zenuwen of het worden van vader, wij weten de oorzaak niet. Toch verzekerde Bauke mij terug te komen en éénmaal clubkampioen te zullen zijn. Dan Dick Wals, de avond vantevoren met veel medicamenten, hoge koorts en barstend van de zenuwen om 8 uur al onder de wol. Ook hij debuteerde. Ongelofelijk opgepept stond de Karlstad van HGI gespannen aan de streep. Toen ik als hulpstarter hem vroeg zijn trainingspak uit te doen antwoordde de lange sportman mij dat hij er niets onder had!! "Naar de start" beval de starter hem, Wals priemde zijn punt vakbekwaam in het ijs en wachtte op het "klaar", de spieren uiterst gespannen en een blik in de ogen van een 37-er, een explosie van enorme omvang....Echter, de starter had nog niet geschoten! Opnieuw dezelfde procedure, spijtig genoeg was nu de echte scherpte eraf.

Bij de veteranen was Jeffrey Pommerel de snelste op de 500 meter, terwijl voorzitter Jelle Attema met een ouderwets flitsende start Bob Vink terug wees (2e en 3e op de 500 meter). Op de 1500 meter sloeg Bob genadeloos toe en werd onze terechte veteranen-kampioen. Jelle werd weer tweede hetgeen hem een derde plaats in het klassement opleverde. Jeffrey werd derde op de 1500 meter en tweede in het klassement. Berry van Zoelen, ook lang geen 18 meer, behaalde tweemaal een vierde plaats en werd ook vierde in de eindrangschikking. Pim Harms werd, fel strijdend om wat hij waard was, vijfde, terwijl de ex-schermkampioen Rob Wolthuis de rij sloot als zesde.

Door de tegenvallende deelname was er nog tijd over voor het verrijden van de 3000 meter (dit had natuurlijk geen invloed op het clubkampioenschap). Enthousiasme alom, maar liefst 16 deelnemers meldden zich bij wedstrijdleader Jeen van der Berg, die er duidelijk plezier in had voor zulke enthousiaste schaatsers te mogen werken. Jan Paul Drost reed naar een prachtig clubrecord in 4.23,12, terwijl Marjan Mager iets tegenviel met 4.46,64 hetgeen 10 seconden boven haar p.r. was. Bert Molenaar liet zich door Evelien Mager niet verschalken, terwijl Hayo van der Werf een keurige 4.37 neerzette. Zelfs onze B-junioren Sander Schot en Stefan van Amesfoort reden voor het eerst van hun leven een 3 km, waarbij vooral Sander goed scoorde. Het toernooi werd besloten met de rit tussen Pim Harms en Rob Wolthuis, ook zij reden hun eerste 3 km, waarbij vooral Pim Harms zwetend en dampend, maar zeer tevreden, net binnen de 6 minuten de finish passeerde.

Financieel valt er heel wat te regelen. Hoe pak je zo iets nu 't beste aan?

Loop even binnen bij de Amro Bank. Om advies. Daar zijn het plaatsgenoten voor. U bent welkom met kleine vragen en grote problemen.

Helpen doen we graag. Probeer 't eens. Vragen staat vrij, ook bij de Amro Bank.



Amro Bank.
De bank waar je wat aan hebt.

Landsmeer, Dorpsstraat 80 02908-4156

83A07

De wedstrijden waren ten einde, waarbij de trainers Bert Bödicker, Kees Tump en Hans Verkaik een krachtsinspanning van de eerste orde moesten leveren, want elke rit moest er worden gecoached en op andere schema's worden overgegaan. Heren bedankt! Jeen van der Berg sprak zijn tevredenheid uit over de fijne, sportieve en enthousiaste sportlui welke Hard Gaat Ie rijk is.



Er werd nog flink nagepraat in de Thialf kantine, terwijl Geert Houwer het door Hegron Cosmetics aangeboden shampoo-pakket aan de juryleden en wedstrijdleiding overhandigde. Na het slotwoord van Jelle keerde het bestuur toch duidelijk minder teleurgesteld huiswaarts dan dat men 's morgens vroeg was gekomen. De moeilijke vraag is nu wel: moet het bestuur een dergelijke wedstrijd volgend jaar weer organiseren, wanneer we eventueel weer de kans hiervoor krijgen? Wanneer we worden uitgesloten behoeft deze vraag niet te worden beantwoord. Hierover zal goed moeten worden nagedacht en ook de Hard Gaat Ie kraam op markt of braderie zal deze zomer heel goede zaken moeten doen!

Pieter Mager



Ouderwets lekker!
Zelfgemaakte gekookte worst,
leverworst, paardeworst
en achterham.
Met goud bekroond.

Voor al uw specialiteiten naar:



KEURSLAGER

G.C. RIJKERS

Dorpsstraat 47, Landsmeer, tel. 02908-1617

Uitslagen clubkampioenschap in Thialf:

<u>Pupillen-A (dames):</u>	<u>500 m:</u>	<u>1000 m:</u>	<u>1500 m:</u>	<u>3000 m:</u>	<u>Punten:</u>
1. Nina Vink	53,49	1.58,26			112.720
2. Tanja Mager	54,20	2.08,96 (val)			118.680
3. Marjolein Wolthuis	63,86	2.25,28			136.500

Junioren-A (dames):

1. Sonja Mager	55,13	1.58,46			114.360
----------------	-------	---------	--	--	---------

Junioren-A (heren):

1. York Geraets	59,35	2.04,88			121.790
2. Ivo Ruijter	61,16	2.11,66			126.990
3. Niels van Eck	64,42	2.27,16			138.000

Junioren-B (heren):

1. Sander Schot	50,39		2.37,20	5.30,96	102.790
2. Stefan van Amesfoort	50,25		2.40,66	5.52,32	103.803

Junioren-A (dames):

1. Marjan Mager	44,40		2.17,65	4.46,64	90.283
-----------------	-------	--	---------	---------	--------

Junioren-A (heren):

1. Jan Paul Drost	43,39		2.08,65	4.23,12	86.273
2. Fabian van Altena	47,28		2.26,82	5.00,86	96.220

Neo-senioren (dames):

1. Evelien Mager	48,28		2.31,08	5.21,42	98.640
------------------	-------	--	---------	---------	--------

Senioren (heren):

1. Hayo van der Werf	43,67		2.12,49	4.37,57	87.833
2. Jakob Louw	44,38		2.22,22	5.03,74	91.787
3. Bert Molenaar	47,97		2.28,22	5.09,30	97.377
4. René Koning	46,40		2.49,40		102.867
5. Bauke Stelma	56,89		3.04,94		118.523
6. Dick Wals	59,15		3.18,61		125.353

<u>Veteranen (heren):</u>	<u>500 m:</u>	<u>1500 m:</u>	<u>3000 m:</u>	<u>Punten:</u>
1. Bob Vink	51,49	2.36,23	5.27,20	103.567
2. Jeffrey Pommerel	50,62	2.40,66	5.37,01	104.173
3. Jelle Attema	51,08	2.40,16		104.467
4. Berry van Zoelen	52,28	2.43,91	5.45,48	106.916
5. Pim Harms	56,88	2.53,30	5.58,86	114.647
6. Rob. Wolthuis	63,70	3.24,12	7.14,99	131.740

Buiten mededinging:

1. Ruud Dirksen (Oostzaan)	45,75	2.16,77	4.46,12	91.340
2. Gerard Stark (Ilpendam)	45,72	2.17,33	4.48,68	91.497

N.B. De 3000 meter geldt niet voor het totaal (punten)klassement.

Algemeen clubkampioen: bij de heren Jan Paul Drost
 bij de dames Marjan Mager

Een ochtendje Thialf:

De impressies van de CLUBKAMPIOENSCHAPPEN te Heerenveen waren voor ondergetekende:

- 's morgens zeer vroeg opstaan (kwart voor vijf; niet normaal)
- zeer kort geslapen hebben
- om half zes "maffe" clubgenoten bij het raadhuis ontmoeten
- onderweg naar Heerenveen constateren, dat velen uit Noord-Holland blijkbaar al om 6.00 uur in Amsterdam of elders op hun werk moeten/willen zijn (wat een verkeer zo vroeg)
- te "langzaam" naar de ijs-stad rijden (dat kwam zo zei men later door-zonder benzine - BOB)
- dus geen tijd hebben om de "warming-up" te doen
- één van de toegangsdeuren van het mooie THIALF-stadion zien openbreken (wie dat durft komt blijkbaar uit Landsmeer)
- om half acht in Heerenveen - buiten het stadion - even warm lopen/draven (ze kijken er niet gek van op)
- tijdens de rekoefeningen het "kanon" Jeen van den Berg zien binnenkomen (die blijkt later één van de scheidsrechters/baancommissarissen te zijn)
- snel je omkleden, je schaatsen aandoen en enkele rondjes inrijden (wat gaar dat slecht)
- een wedstrijdbandje van mevrouw Mager aangereikt krijgen (aardig en attent)
- geen "Pee Er" op de 500 meter rijden (ondanks, of juist door het lopen der laatste binnenbocht)
- jongere, maar ook oudere (niet zoveel!) clubgenoten zeer snelle tijden zien en horen realiseren (soepel en gemakkelijk)
- nog niet uitgerust, snel daarna, de 1500 meter moeten rijden
- opnieuw je meerdere moeten erkennen in Jeffrey (hij blijft elk jaar jonger en beter
- ook op die afstand weer geen "Pee Er" kunnen realiseren (zeer slecht)
- begrijpen dat de luchtdruk veel te hoog was (hetgeen later klopte, n.l. 1010 millibar, terwijl voor mijn P.R.'s blijkbaar 980 of liever nog minder millibaren nodig zijn; nu mocht het stormen en regenen en nu was het bladstil!)

- door de goede zorgen van Piet M., Jelle en Jeen van den Berg (hij, alweer) toch ook een DRIE KILOMETER met Stefan v.A. kunnen rijden
- en eindelijk een "PEE ER" realiseren (verzacht de eerdere teleurstellingen)
- ook eens een VERZURING (alleen van de benen!) meemaken (na zeven jaar schaatsen werd dat eens tijd)
- Kees Tump, wat coacht hij toch leuk en prettig, horen melden dat de "slag" dit jaar niet zo goed was (wanneer dan wel!)
- knipogend naar de verhandelingen van HANS in het clubblad over "mental training" zeker weten, dat volgend jaar de doelen bijgescherpt moeten worden
- EVELIEN tijdens het inrijden iets horen mompelen over een al heel lang bestaande belofte (en die door het schrijven van dit stukje - in HAAR STYLE - nu inlossen)
- de trainingsmaatjes Joop, Frans Nico, Frank Pe(e)ter en niet te vergeten Wanda, net als al die anderen die niet kwamen, ongelijk geven (wat rijdt THIALF lekker en wat verloopt alles goed)
- op de clubkampioenen JEE-PEE en EM-EM jaloers zijn (wat gaan ze hard, welgefeliciteerd)
- King Kong René weer door het lint(ijs) horen/zien/gaan/zakken (hij stopt nu echt, echt, echt, echt, echt, echt.....nietwaar?)
- het wedstrijdbandje weer moeten inleveren bij mevr. M. (zeer, zeer attent)
- douchen, koffiedrinken, napraten
- enkele belangrijke en minder belangrijke zaken van co-equipier S.v. Amesfoort terug naar huis vernemen
- om kwart voor twaalf weer in H.G.I.-stad zijn
- 's middags nog even (echt) werken (waarschijnlijk net als de anderen)
- met veel interesse uitkijken naar de volgende kampioenschappen in THIALF.

de vierde veteraan
Berry van Zoelen



Nieuwe Gouw 18, 1121 GX Landsmeer
Telefoon: 02908 - 5934

P. J. Zijlstra

Bloemsierkunst

Verkoop van alle soorten
bloemen en planten en
Kado-artikelen

Vakkundig opmaken van alle voorkomende Bloemwerken
Speciaal In Bruids- en Grafwerk

Winkelcentrum Nieuwe Gouw 14 - Landsmeer
tel: 02998-5470



Clubrecords:

<u>Afstand</u>	<u>Dames</u>	<u>Heren</u>
500 meter:	Marjan Mager 44,15	Jan Paul Drost 43,39
1000 meter:	Marjan Mager 1.27,27	Jan Paul Drost 1.26,60
1500 meter:	Marjan Mager 2.14,20	Jan Paul Drost 2.08,65
3000 meter:	Marjan Mager 4.36,10	Jan Paul Drost 4.23,12
5000 meter:	Marjan Mager 7.56,38	Jan Paul Drost 7.47,10
10000 meter:		Martin de Vries 16.57,1

Sportweek 1990:

Zoals het er nu voorstaat zal de Sportweek 1990 in Landsmeer worden gehouden in de week van 4 t/m 12 augustus.

Door HGI zal hieraan met 4 onderdelen worden deelgenomen, nl.

- 1) op zaterdag 4 augustus de sloot- en slobrace (dus niet: de triathlon zoals eerder vermeld!);
- 2) op zondag 5 augustus de fietstoertocht (30 of 60 km);
- 3) op maandag 6 augustus het touwtrekfestijn (alle onderdelen clubterrein HGI);
- 4) op zaterdag 11 augustus, in samenwerking met zwemclub "De Breekers" de kwart triathlon (1 km zwemmen in zwembad "De Breek", 40 km fietsen en 10 km hardlopen in het sportpark en de Twiskepolder).

Dus triathleten LET OP: de datum is 11 augustus !!

N.B. De L.O.L.-Meerkamp zal vermoedelijk, in samenwerking met A.C.W., in de maand september a.s. plaatsvinden.

Jelle Attema



SUPER DISCOUNT

**De enige supermarkt
met de echte slagerij!**

**Nieuwe Gouw 16
Telefoon: 1490**

SUPER DISCOUNT

S.T.G. Viking Jubileumwedstrijd:

Zondag 25 februari organiseerde Schaats Trainings Groep Viking een jubileumwedstrijd, omdat ze 5 jaar bestonden. Elke club kwam uit met een dame en een heer voor elke categorie. Er werd gestart met de pupillen A en B op de 100 en 300 meter. Elseline Jansen werd bij de meisjes B keurig 2e en Arne Vink bij de jongens 3e. Onze pupillen A waren Joyce Braakman en Tanja Mager. Na de pupillen reden de heren junioren A, B en C een marathon van 20 ronden. Aan de start stonden York Geraets (jun.C), Sander Schot (jun.B) en Fabian van Altena (jun.A) waarbij Fabian een 3e plaats behaalde.

Na de junioren heren kwamen de dames. Voor ons reden Sonja Mager (jun.C), Katleen Boerma (jun.B) en Anoeska van Zoelen (jun.A). Hierna de pupillen nog een keer aan de start voor een marathon. Tanja Mager werd hierbij 5e.

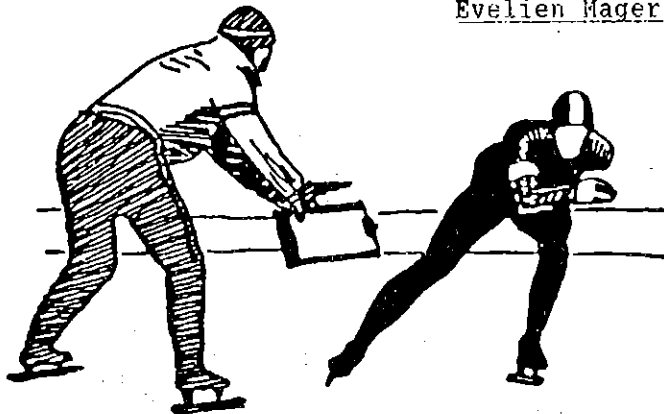
De prijzen werd uitgereikt en de avond werd voortgezet met de marathonwedstrijd voor de dames senioren/veteranen/neo-senioren over 15 ronden. Evelien Mager werd 1e. Ook voor de heren een marathon (25 ronden). Onze rijders waren Jakob Louw en Hayo van der Werf en hij werd 3e.

Voor de veteranen reden Bob Vink en Jeffrey Pommerel. Tot slot werd een afvalwedstrijd gereden, waarbij onder andere Fabian van Altena 3e werd en Evelien Mager 1e.

De prijsuitreiking zou om 23.00 uur plaatsvinden, maar dit viel iets eerder, omdat 't zo'n ontzettend slecht weer was en zodoende het programma snel achter elkaar was afgewerkt.

Alle jongens en meisjes, dames en heren: bedankt voor jullie inzet!

Evelien Mager

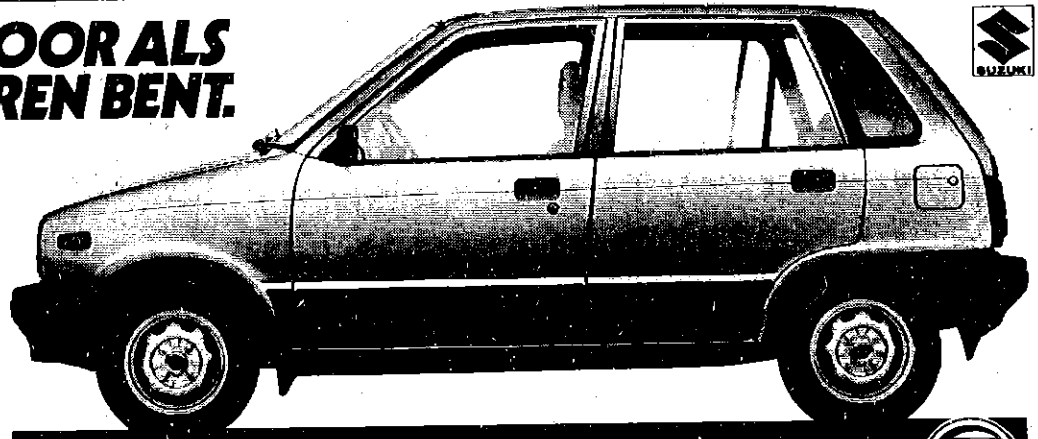


VIJF DEUREN VOOR ALS JE MET Z'N VIJFEN BENT.

Bij kleinere auto's kunnen de achtpassagiers meestal slechts acrobatisch instappen. Dus als u vaak met z'n vieren onderweg gaat, zoekt u een auto die dat probleem niet kent. Zoals de vijfdeurs versie van de Suzuki Alto GL. Waar in vier flinke volwassenen plus al hun bagage makkelijk op hun plaats terecht komen. Bovendien biedt de Alto GL meer ruimte en zit je heel wat prettiger dan je van zo'n handige compacte auto zou verwachten.

Tel daarbij op dat de Alto GL voor een heel klein beetje, eventueel loodvrije, benzine prima prestaties levert, dat je door en door betrouwbaar is en dat je is uitgerust met een aantal nuttige extra's en u zult met ons eens zijn dat een profijt de moeite waard is. U kunt dan gerust met z'n vieren komen.

SUZUKI ALTO GL VIJFDEURS F 12.995,²
^ Prijs incl. BTW v.a. 111.695,-. Alle prijzen exclusief 363,- afleverkosten



Dorpsstraat 74
Landsmeer
Telefoon (02908) 4343

ZEILEMAKER LANDSMEER



BOB HOGEROP

De baan is pas gerenoveerd en in m'n keel heb ik een brok
maar tot m'n schrik bemerk ik dan: "ze hebben hier geen klok!"

Door het modderige middenterrein moeten de schaatsen sneller in het blok
Het slijpen zal steeds nodig zijn, en bovendien ontbreekt de klok.

"Hoe laat zou het zijn?" vroeg ik me af, terwijl ik braaf m'n rondjes trok,
ik wierp een blik omhoog en dacht: "Waar is de Jaap Eden klok?"

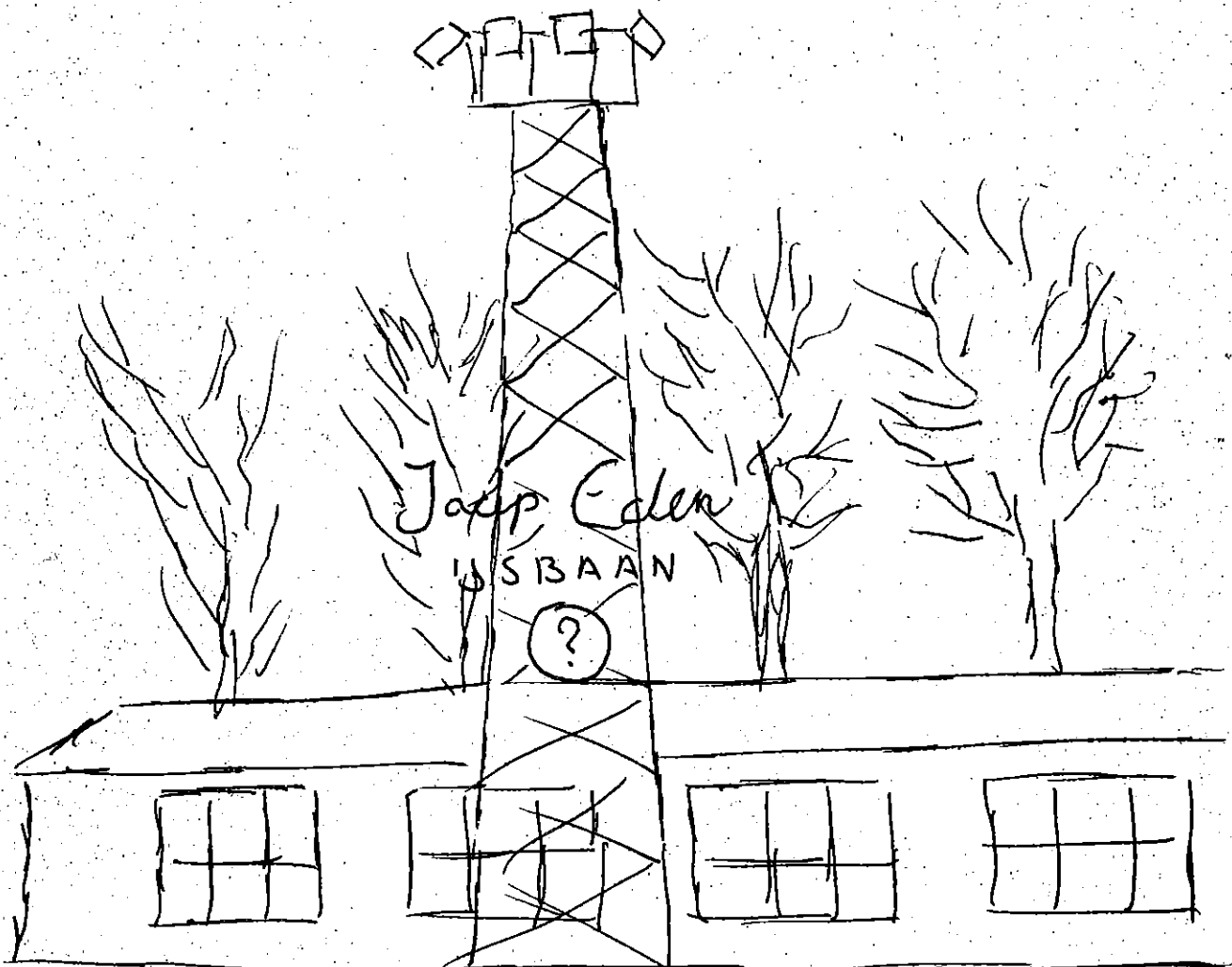
Ik weet 't ik heb een polshorloge, 't is niet dat ik daarom jok,
maar het is wel heel erg handig, zo'n onvolprezen Jaap Eden klok.

Het mag dus allemaal duidelijk zijn, de directie schiet een bok,
want zeg eens eerlijk: waar blijven we zonder een goed functionerende klok?

Het beleid is heel erg treurig, straks maak ik nog amok,
het is zonder meer schandalig, een ijsbaan zonder klok.

Die Vink die moet niet liggen zeuren, hij zit boordevol met wrok,
en door het ontbreken van een echte winter loopt hij te zeiken over een klok.

Ik probeer hier wat te dichten, want het blijft een grote gok,
om een verhaaltje te vertellen over een ontbrekende klok.



Zomer conditietraining 1990:

Hierbij informatie over de zomer conditietraining 1990. Na overleg met Kees Tump is overeengekomen dat hij de zomer conditietraining op zich neemt. Als blijkt dat de animo zo groot is dat er een train(st)er bij zal moeten komen, dan denken we weer aan opsplitsing in 2 groepen, b.v. 1) pupillen en junioren-C (tot 16 jaar) en 2) allen die ouder zijn.

De kosten voor pupillen/junioren-C zijn f 55,== per persoon (12 tot 16 jaar) en de overige categoriën f 65,== per persoon.

Dit bedrag dient in één keer te worden voldaan bij de inschrijving in ons clubhuis op dinsdag 24 april a.s. van 19.30 tot 20.30 uur.

Indien zich minder dan 15 leden inschrijven gaat de training niet door. De conditietraining zal worden gehouden op de dinsdagavond van 18.30 tot 19.45 uur met ingang van 1 mei 1990 t/m september. In totaal zal ongeveer 20 keer worden getraind.

De zomerstop is ongeveer 3 weken i.v.m. vakantie van de trainer.

Wij hopen op een goede deelname, hetgeen kan bijdragen tot verhoging van de prestaties op de ijsbaan.

Jelle Attema / Geert Houwer

Wielervedstrijden:

Hoewel het nog wat vroeg is, maak ik onze fietsende leden er op attent dat er weer wielervedstrijden zullen worden georganiseerd door H.C.A. en S.T.G. Viking.
Op 30 augustus : een pelotonsrit over 30 km voor junioren en dames, en 60 km voor senioren;

Op 6 september: een klassementsrit over 22 km voor junioren en dames, en over 45 km voor senioren;

Op 13 september: een afvalwedstrijd over minimaal 10 km voor de 1e afvaller. Inschrijven vanaf 18.00 uur, aanvang van de wedstrijden 18.30 uur voor de junioren en de dames, en 19.30 uur voor de senioren. Een valhelm is verplicht. Het inschrijfgeld voor junioren en dames is f 4,== per avond of f 10,== voor alle drie wedstrijden. Inschrijfgeld voor senioren is f 5,== per avond of voor alle drie wedstrijden f 12,50.

Lokatie: wielercircuit "Amstelland" te Amstelveen.

Inlichtingen: Jan Soet, tel. 02940 - 14381.

Piet Mager

NISSAN

Een ABC-occasion is nauwelijks van nieuw te onderscheiden. Behalve op het prijskaartje.

Met een gebruikte auto moet u kunnen "lezen en schrijven", vinden wij. Daarom noemen wij onze gebruikte auto's "ABC"-occasions. Het zijn stuk voor stuk auto's die in staat van nieuw verkeren. Ze zijn op 105 punten gecontroleerd en in orde bevonden. En allemaal voorzien van het ABC-garantiecertificaat.

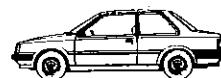
Zo heeft u de verzekering dat u nog jaren plezier van uw auto heeft.

Kom gerust eens kijken in onze ABC-occasionsshowroom en geef uw ogen goed de kost. Want de gebruikte auto's zijn nauwelijks van nieuw te onderscheiden.

Behalve op het prijskaartje.



Nissan 300 ZX. De meest gekochte sportwagen ter wereld. Ook met TURBO.



Nissan Sunny. Een complete familiezuinige middenklasse. Ook in Diesel.

ABC-occasions. Wagens die de wegenwacht nooit zullen zien.

AUTOBEDRIJF BRUSAM b.v.

Van IJsendijkstraat 385

1442 LB Purmerend

Tel.: 02990-33027/22500

Tussenstand Jaap van der Linde Beker:

Van Geert Houwer kregen we bericht dat de strijd om het aanbrengen van de meeste nieuwe leden in volle hevigheid is ontbrand.

De stand per 16 maart 1990 was:

Jelle Attema	1 lid;
Geert Houwer	1 lid;
Bob Vink	1 lid;
Dick Noes	3 leden;
Piet van der Meer	9 leden.

Schaatstraining abonnement:

Zoals het er nu voorstaat, staan er nog een beperkt aantal leden op de wachtlijst. Deze leden hebben zich voor de ijstraining gegeven. In principe worden leden die ouder zijn dan 40 jaar niet meer voor de ijstraining geselecteerd, omdat het standpunt wordt gehandhaafd dat de jeugd voorrang heeft. Het bestuur wil een ieder graag toelaten, maar de Jaap Edenbaan waar HGI de trainingen geeft, wijst de clubs per jaar een aantal toe, die aan trainingen kunnen deelnemen (anders zou de baan te vol worden).

Het afgelopen jaar waren dit 35 leden op dinsdagavond (hoofdzakelijk voor senioren/veteranen) en 30 leden op de vrijdagavond (hoofdzakelijk junioren en een aantal senioren). Deze aantallen zijn kleiner dan het aantal aangemelde personen bij HGI, vandaar de wachtlijst. De club tracht hierop ieder jaar weer enige aantallen op het ijs bij te krijgen, maar wij zijn niet de enige club die hiervoor strijdt. Dus wachtenden: geduld.

Om een indruk te krijgen wat een schaatsabonnement voor één avond (+ 75 minuten training) kost, hanteer ik de cijfers van het afgelopen winterseizoen, hetgeen totaal op ± 21 avonden neerkomt.

Kosten (baan)abonnement	f 110,==
Kosten licentie KNSB (waarin begrepen Schaatskroniek = verplicht blad)	" 92,50
Trainingsfonds + keuring	" 75,50
Totaal	f 278,==

Hierbij komt nog het vervoer, meestal wordt er gepooled.

Let op: dit zijn de senioren kosten. De junioren komen totaal op ongeveer 40 gulden minder uit. De licentie KNSB is verplicht, m.u.v. pupillen die niet aan de wedstrijden meedoen. Aan de licentie is tevens een abonnement op de "Schaatskroniek" verbonden (verplicht). Op een 2e of 3e gezinslid wordt 30 gulden in mindering gebracht.

Hopende voldoende informatie te hebben gegeven, zo niet, kunt u altijd bellen.



Wedstrijduitslagen:

Voor de volledigheid geven we alle wedstrijd-uitslagen vanaf 21 januari, die we van Geert Houwer kregen, tot aan het eind van het seizoen:

<u>Datum:</u>	<u>Naam:</u>	<u>100m:</u>	<u>500m:</u>	<u>1000m:</u>	<u>1500m:</u>
21 jan.	Sonja Mager		59,6	2.09,0	
	Ivo Ruijter		69,9	2.22,0	
	Jan Paul Drost		43,3		2.13,1
	Fabian van Altena		48,1		2.22,9
	Pleun Lodewijks		66,0		3.18,5
	Evelien Mager		49,4		2.42,4
	Nienke v.d.Linden		59,3		3.51,1
27 jan.	Marjan Mager		45,0		2.23,8
28 jan.	Stefan v.Amesfoort		53,0		3.05,9
29 jan.	Tanja Mager	13,5	60,0		
4 feb.	Jan Paul Drost		44,3	1.28,9	
	Sonja Mager		57,9	2.17,6 (val)	
	Ivo Ruijter		63,1	2.17,4	
	York Geraets		66,2	2.16,8	
5 feb.	Tanja Mager (300m in 35,9)		57,9		
	Nina Vink (300m in 37,7)		60,6		
	Marjolein Wolthuis(in 39,9)		66,1		
11 feb.	Sonja Mager		58,3	2.14,7 (val)	
	Ivo Ruijter		62,8	2.19,5	
25 feb.	Jan Paul Drost		44,7		2.19,8
4 mrt.	Nina Vink (300m in 36,5)		59,2		
10 mrt.	Jan Paul Drost		44,5		4.35,8
	Sander Schot		50,4		2.38,7
	Fabian van Altena		47,4		2.31,9

Op 15 en 18 maart werd 4 keer een 500m gereden door:

Nina Vink 56,5 56,7 59,5 en 58,0

Marjolein Wolthuis 66,7 70,9 80,4 en 84,6

Tijdens de afvalrace om de Watermantrofee werd Jan paul Drost 6e en Fabian van Altena 14e. In de daaropvolgende grote finale (40 ronden) werd Jan Paul 5e (samen met Marcel Huismans) en in de kleine finale (25 ronden) werd Fabian 9e met René Koning.

In de verschillende categoriën voor de marathon werden de volgende resultaten behaald:

Bij de pupillen meisjes A behaalden:

Tanja Mager een 5e, 4e, 3e en 4e plaats (eindstand 4e plaats met 34 punten) en

Nina Vink op 12 maart een 5e plaats (eindstand 9e plaats met 11 punten).

Junioren-C dames:

Sonja Mager 3 keer een 6e, en een 7e plaats (eindstand: 6e plaats, 19 punten)

Junioren-C heren:

Sander Schot werd 1 keer 9e (eindstand: 15e plaats, 2 punten),

C-2 rijders:

Fabian van Altena een 3e, 4e en 2e plaats (eindstand: 3e plaats met 24 punten)

De resultaten van Jan Paul Drost en Hayo van der Werf zijn in dit blad en vorige uitgebreid verslagen. De eindstand bij die B-rijders was:

Jan Paul Drost 4e plaats met 35 punten.

Hayo van der Werf 14e plaats met 24 punten.

Van harte gefeliciteerd:

Geslaagde receptie Arjan Schreuder

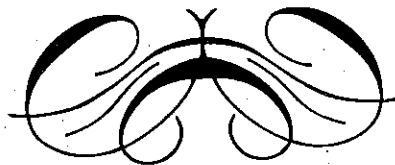


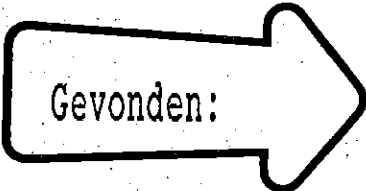
DEN ILP. — Arjan Schreuder is gisteravond in zijn eigen woonplaats gehuldigd voor zijn bronzen medaille tijdens de WK-junioren. In een bomvol dorps huis De Wijje IJp kreeg het schaatstalent voornamelijk enveloppen met inhoud en oorkondes van het gemeentebestuur en de bevolking van de gemeente IJpendam, De Wijje IJp, de IJper IJsvereniging, de IJper Sportvereniging, de Stichting Van Harte en van Volksvermaak. Op de receptie waren

verder aanwezig Leen Prommer, gewestelijk trainer Floor van Leeuwen en buurman Jan Bakker, die soms het schaatstalent vervoerd, omdat broer Marco, Nederlands kampioen shorttrack, ook de aandacht van de ouders van Arjan opeist. De IJper IJclub zette eveneens Marco Schreuder in de schijn-

werper.

Op de foto van Marco Bakker showt Arjan Schreuder zijn oorkonde die hij van burgemeester Kerkhoven heeft gekregen. Bondscoach Leen Pirommer heeft van IJpendam's eerste burger een bos bloemen gekregen.





Gevonden:

Op de Jaap Edenbaan is een trainingsjack gevonden van één van de Hard Gaat Ie-leden. Wie dus een jack mist met de maat S kan hierover contact opnemen met Piet Mager op tel.nr. 02908 - 3020




Historische Recordlijst:

Zoals beloofd plaatsen wij aan het eind van het seizoen weer een historische recordlijst. De lijst wordt samengesteld n.a.v. het puntentotaal van de beste 500m én 1500m tijd. Als wij alles goed hebben bijgehouden ziet die lijst er als volgt uit:






<u>Nr:</u>	<u>Naam:</u>	<u>500 meter:</u>	<u>1500 meter:</u>	<u>Puntentotaal:</u>
1.	Jan Paul Drost	43,39	2.08,65	86.273
2.	Hayo van der Werf	43,67	2.12,49	87.833
3.	Marjan Mager	44,15	2.14,20	88.883
4.	Martin de Vries	44,42	2.18,2	90.487
5.	Jakob Louw	44,10	2.20,94	91.080
6.	René Koning	44,69	2.23,30	92.457
7.	Fabian van Altena	47,2	2.24,0	95.200
8.	Evelien Mager	46,52	2.27,38	95.647
9.	Bert Molenaar	47,17	2.26,21	95.906
10.	Joost van der Wal	47,4	2.32,5	98.233
11.	Henk Schaap	48,4	2.31,4	98.867
12.	Jelle Attema	49,5	2.36,2	101.567
	Jeffrey Pommerel	49,5	2.36,2	101.567
14.	Sander Schot	49,67	2.37,20	102.070
15.	Bob Vink	50,58	2.34,03	102.173
16.	Berry van Zoelen	50,54	2.38,22	103.614
17.	Stefan v. Amesfoort	50,25	2.40,66	103.803
18.	Annoeska van Zoelen	51,4	2.39,03	104.407
19.	Cees Louw	51,35	2.54,99	109.680
20.	Pim Harms	53,59	2.48,54	109.770
21.	Frank Peter Wals	53,6	2.52,5	111.100
22.	Tom Goede	54,4	2.52,8	112.000
23.	Gerard Wals	54,30	3.02,62	115.174
24.	Bauke Stelma	56,34	2.58,4	115.807
25.	Joop Kuipers	54,6	3.07,4	117.067
26.	Ruud Maarschall	57,6	3.07,2	120.000
27.	Liana Verbij	58,9	3.03,31	120.003
28.	Dick Wals	59,15	3.18,61	125.353
29.	Nienke v.d. Linden	58,37	3.25,17	126.764
30.	Rob Wolhuis	63,70	3.15,64	128.913
31.	Angelique Drost	64,5	3.36,7	136.733
32.	Gerard Ley	70,0	3.34,91	141.637
33.	Frans v.d. Bout	78,6	3.11,4	142.400

Het is theoretisch mogelijk dat er een persoonlijke toptijd verkeerd staat vermeld in dit historisch overzicht. Een schriftelijk berichtje aan één van de redactieleden zal er voor zorgen dat in de volgende lijst deze fout hersteld wordt, als je daarbij de juiste tijd doorgeeft.

Aannemingsbedrijf
Buitenhuis b.v.
 Weg- en waterbouwwerken - Utiliteits- en burgerbouw
 Kanaaldijk 92 1121 NZ Landsmeer Telefoon 02908 - 36 55*

Wist u dat 



- dit clubblad al weer de laatste van dit winterseizoen is?
- het volgende blad na de Sportweek uitkomt?
- daarvoor nu al copij kan worden ingeleverd? 
- er dit seizoen 2 nieuwe clubkampioenen waren?
- zij op de slotavond gehuldigd werden in de Eierkorf?
- die avond heel gezellig was en druk bezocht werd?
- Hans Verkaik daar afscheid nam na 5 seizoenen trainer te zijn geweest?
- hij weer 2 persoonlijke aanmoedigingsprijzen uitreikte?
- Sander Schot en Marjan Mager de gelukkigen waren?
- het clubkampioenschap heel gezellig was? 
- het gerucht gaat dat niet iedereen daar schijnt te hebben meegedaan?
- Sonja Mager daar al tijdens het inrijden onderuit ging?
- haar kreten daarbij deden vermoeden dat het dak naar beneden kwam?
- telkens als iemand daar de laatste ronde in ging de telefoon ging?
- Bauke Stelma die telefoon tijdens zijn rit heeft opgenomen?
- hij daarom geen p.r.'s schijnt te hebben gereden? 
- Berry van Zoelen met zijn copij een oude belofte heeft ingelost?
- er door anderen in het verleden ook beloftes zijn gedaan?
-  de redactie er van uit gaat dat ook die binnenkort worden ingelost?
- er al weer geruime tijd gefietst wordt door vele leden?
- er plannen schijnen te zijn om een fiets-clubkampioenschap te houden?
- daarover de Thialf directie gepolst schijnt te zijn? 
- het wel af zal gaan hangen van het aantal deelnemers?
- de opgave-datum voor de zomertraining dinsdag 24 april is?
- dat allemaal is te lezen in dit clubblad?
- dit weer eens een ouderwets dik blad is?
- ook de redactie zich in alle rust gaat voorbereiden op het nieuwe redactie-winterseizoen?
- de redactie alle lezers een fijne zomer toewenst?
- dat dan een zomer zonder natuurijs moet zijn?

