

## NIEUWSBRIEF MAART 2017

In deze nieuwsbrief lees je alles over de Spiridon activiteiten die de komende weken op het programma staan. Daarnaast praten we je bij over de laatste ontwikkelingen binnen de vereniging.

Deze nieuwsbrief bevat informatie over de volgende onderwerpen:

- **Regio 13 prijsuitreiking Global-e crosscircuit**
- **Algemene ledenvergadering 10 maart**
- **Nieuw clubtenue en clublogo op ALV definitief akkoord bevonden**
- **Opschoondag zaterdag 11 maart**
- **Koop je loopschoenen bij Runnersworld Tilburg dan sponsor je AV Spiridon**
- **Indoor meerkamp AV Spiridon**
- **Drunense Duinenloop zondag 26 maart**
- **Gerard Wouters Nederlands kampioen cross**
- **Global-e Leemputtenloop woensdag 12 april**
- **CD competitiewedstrijd zaterdag 27 mei**
- **Handbikers de "nieuwe" leden van AV Spiridon**
- **Oproep vrijwilligers (zie ook vorige nieuwsbrief)**
- **Een kleine impressie van Start to Run voorjaar 2017**

### **Regio 13 prijsuitreiking crosscircuit**

Op vrijdagavond 3 maart vond de jaarlijkse regio 13 prijsuitreiking van het Global-e crosscircuit voor de 2<sup>e</sup> keer bij Spiridon plaats. Om 19.30 uur was de prijsuitreiking van de jeugd. Een volle kantine met de jeugdlopers en hun ouders, broertjes en zusjes en opa's en oma's. De kantine was weer goed vol. Daarna vond om 20.30 uur de prijsuitreiking van de volwassen plaats. Hierbij vielen veel spiridonners in verschillende categorieën in de prijzen, waarbij Hans van Wegen bij de mannen 55+ en Gerard Wouters bij de mannen 65+ de 1<sup>e</sup> plek hadden weten te bemachtigen. Een geweldige prestatie.

### **Algemene Ledenvergadering 10 maart**

Vrijdagavond 10 maart vond de jaarlijkse algemene ledenvergadering plaats met een terugblik op 2016. 2016 was een bewogen jaar en na een roerig begin kwamen we na september in rustiger vaarwater terecht. We zijn weer de gezellige vereniging, waar menig atleet het naar zijn zin heeft. Het bestuur heeft afscheid genomen van bestuurslid Michel Broeders. Michel blijft actief binnen de vereniging en gaat zich inzetten voor de vrijwilligerscommissie. Marianne Kat is herkozen als bestuurslid. Daarnaast is er dringend een oproep gedaan voor nieuwe bestuursleden.

De jaarrekening 2016 werd gepresenteerd en goedgekeurd. De pilot bootcamp krijgt een vervolg en wordt toegevoegd aan ons vaste aanbod van sporten.

De begroting 2017 werd besproken en, zoals eerder beloofd, wordt de contributie over 2017 *niet* verhoogd. Wel komt spiridon met een nieuw aanbod, de combiregeling. Dit houdt in dat iedereen voor een vast bedrag per jaar, namelijk € 60, bovenop zijn vaste contributie, mag deelnemen aan alle sporten die spiridon biedt (de contributie betaal je voor de duurste sport waaraan je deelneemt). Dit betekent dat als je hardloopt, je daarnaast ( voor € 60 per jaar) ook mee mag doen aan spinning, bootcamp, nordic walking of wandelen.

## Nieuw clubtenue en clublogo op ALV definitief akkoord bevonden



En toen was er een nieuw clubtenue en clublogo. De werkgroep clubkleding heeft de afgelopen maanden veel ideeën en voorstellen bekeken en besproken. Uiteindelijk zijn de voorstellen die overbleven aan het bestuur voorgelegd en nadat ook ze hun mening hadden geventileerd is het nieuwe logo en clubtenue aan alle leden voorgelegd. U heeft uw voorkeur aan kunnen geven en op de ledenvergadering van 10 maart is het definitieve tenue aan iedereen voorgesteld. Na een korte stemming was daarna het tenue en logo definitief. Iedereen maar vooral ook de werkgroep enorm bedankt voor alle input en het vele werk.

## Opschoondag zaterdag 11 maart

Zaterdag 11 maart is er weer een opschoondag geweest. Met een ploeg van ca 20 mensen is er hard gewerkt en het resultaat mag er dan ook zijn. De baangoot is helemaal leeggeschept en het onkruid is op diverse plekken aangepakt. Om de mensen die verhinderd waren niet teleur te stellen, is er nog een opschoondag gepland. Op zaterdag 29 april kan iedereen die staat te popelen om vrijwilligerswerk bij Spiridon te doen helpen bij de volgende klussen:

- terras meubelen schoon maken en klaarzetten voor het nieuwe zomerseizoen
- ramen zemen clubgebouw en hal
- onkruid verwijderen langs de kunstgrasranden
- zwerfvuil opruimen op het terrein
- de zandvangers leegscheppen
- als we tijd over hebben zijn er altijd nog de konijnengaten..

We hopen dat er weer een grote groep komt helpen. Opgeven kan bij [www.spiridon.nl/opschoondag](http://www.spiridon.nl/opschoondag)

## Koop je loopschoenen bij Runnersworld Tilburg dan sponsor je AV Spiridon

De sponsoractie van Runnersworld met a.v. Spiridon loopt nog steeds. Ben je dus aan nieuwe hardloopschoenen toe ga dan eens langs bij Runnersworld Tilburg en vermeld dan ook dat je lid bent van a.v. Spiridon. Zo spek je ook de kas voor leuke zaken binnen de vereniging.

## Indoor meerkamp AV Spiridon

Afgelopen zondag 19 maart organiseerde AV Spiridon voor de 7e maal haar indoor meerkamp. In totaal deden 200 atleten mee aan de wedstrijd in hoogspringen, kogelstoten en 35 meter sprint. De hele dag werd er gesport in de sporthal in Alphen om zowel de wedstrijd medailles, als ook om nog mee te dingen aan de bekertjes van het regio 13 kampioenschap indoor.

Het ochtend programma verliep voorspoedig met ook voor Spiridon mooie resultaten waaronder een 1e plaats voor Jelle Kreeft en Senna Laureijssen, een 2e plaats voor Ryen Heeren en Wilbert van den Burg en een 3e plaats voor Benjamin Wolvekamp.

In de middag was het de beurt aan de junioren. Helaas begon de atmosfeer in de hal ons toen parten te spelen. De vloer werd spiegelglad, waardoor zowel de sprint als het hoogspringen afgelast moeten worden. Dit verhinderde Max Kreeft echter niet om een eerste plaats te veroveren, naast een 2e plaats voor Tygo Naafs en 3e plaatsen voor Thijs van Dijke en Safira den Oudsten.

Ook in het regiokampioenschap waren de Spiridon atleten succesvol, en gingen er bekertjes naar huis door 1e plaatsen voor Aran Swart, Max Kreeft en Jelle Kreeft, 2e plaatsen voor Ryan Heeren en Safira den Oudsten, en een 3e plaats voor Senna Laureijssen

Dankzij de sponsoring van Albert Heijn Rijen kon AV Spiridon weer een elektronisch tijdwaarnemingssysteem inhuren. Ook dank aan Volvo Oosterhout voor het gebruik van de easy concept vrachtwagen voor het vervoer van de hoogspringmatten.

## **Drunense Duinenloop zondag 26 maart**

Een goede vertegenwoordiging van AV Spiridon in Drunen vandaag.

Maar liefst 23 spiridonniers zijn afgereisd naar het zeer zonnige Drunen om op verschillende afstanden uit te komen. Ook de groep van recreanten 2 heeft deelgenomen: Jolanda, Sonja, Jasperina en Linda zijn aan de start verschenen op de 4,5 km. Met tijden tussen de 26 en de 28,5 minuten hebben ze zich goed ik het zweet gewerkt. Voor Linda was dit haar eerste wedstrijd. Nic deed de 10 km en kwam nog vrij fris aan bij de finish, aangemoedigd door zijn clubgenoten. Trainer Alexander had besloten om na zijn herstel van zijn schouder maar gewoon even de halve marathon te lopen. Met een tijd van 1.52 uur is hem dat goed gelukt.



Met een podiumplaats voor Robert-Jan Gras op de halve marathon, waarbij Robert-Jan laat zien dat hij in topvorm is voor de marathon in Rotterdam. En aan de halve marathon deden nog meer spiridon atleten mee van loop 1 en loop 2. En niet te vergeten, twee bijna-podiumplaatsen voor Indy (voor de 4,5 km) en Dirk( 10 km) is het een geslaagde wedstrijd geworden. Daarnaast liepen Monique van Beurden en Jolanda van Wegen de 10 km en liepen beiden een hele goede tijd. Al met al een leuke wedstrijd die goed georganiseerd is en zeker voor herhaling vatbaar.

## **Gerard Wouters Nederlands Kampioen Cross**

Op zaterdag 4 maart behaalde Gerard Wouters van AV Spiridon de 1ste plaats bij de NK Cross in Amstelveen. Gerard had de beste tijd (29.22min) in de categorie mannen 65+ en mag zich daarom, in zijn leeftijdsklasse, Nederlands Kampioen noemen. Een fantastische prestatie !!

Nederlands Kampioen wordt je niet vanzelf. Gerard staat bij zijn clubgenoten bekend als een gedreven hardloper. Weer of geen weer, de hardloopschoenen worden regelmatig aangetrokken om een stukje te lopen. Iedere wedstrijd of training wordt door Gerard gezien als een uitdaging. Steevast volgt na afloop de opmerking: "Het ging wel lekker, maar het had beter gekund."

Sinds Gerard lid werd van AV Spiridon (oktober 1994) heeft hij al aan meer dan 350 wedstrijden meegedaan. De eerste keer dat Gerard op plek 1 stond was op de Lentecross Goirle in 1999. Hier kreeg hij de smaak te pakken en stond vervolgens nog 66 keer bij diverse wedstrijden op de hoogste trede van het podium. Dit jaar werd Gerard al eerste bij de Cross in Goirle, de Spiridon Cross in Rijen en de Mastbos Cross in Breda. Een nationaal kampioenschap past natuurlijk prima in zo'n lijstje.

Bij de prestatie van Gerard werd zaterdag 25 maart even stilgestaan in het Spiridon clubgebouw "De Aanloop". Jacques Hamelers memoreerde namens het bestuur de hardloop carrière van de kampioen en overhandigde aan Gerard en zijn vrouw Annet, onder luid applaus een leuke attentie.

## Global-e Leemputtenloop woensdag 12 april

De dagen worden langer en de lente staat voor de deur. Dat betekent dat de Global-e Leemputtenloop er weer aankomt! Op woensdagavond 12 april kun je - samen met honderden andere lopers uit de regio - genieten van het moois wat boswachterij Dorst te bieden heeft. Doe mee aan de 10 kilometer en maak kans om clubkampioen te worden. Daag je loopmaatjes (ook buiten Spiridon) uit om als team in te schrijven en sta straks samen op het podium. Vind je 10 kilometer nog wat te ver? Er is ook een 5 kilometer. En speciaal voor onze jongste atleten (t/m 12 jaar) is er de Mini-Leemputtenloop over 1 kilometer. Kijk voor meer informatie op [www.leemputtenloop.nl](http://www.leemputtenloop.nl). De inschrijving is geopend! Kun je niet meedoen, maar wil je helpen? Stuur een e-mail naar [leemputtenloop@spiridon.nl](mailto:leemputtenloop@spiridon.nl).



## CD competitiewedstrijd zaterdag 27 mei

Zaterdag 27 mei organiseert Spiridon een mooie baanwedstrijd voor de CD junioren competitie. Het wordt een groot event, uit de hele regio komen de teams hun krachten meten. We verwachten ca 400 sporters rond 9.30 uur en de wedstrijd duurt tot ca 17.00 uur. Voor de organisatie rond de bar en het clubgebouw zijn we nog op zoek naar vrijwilligers.

We hebben vrijwilligers nodig op de dag zelf, achter de bar en in de keuken, maar we zoeken ook mensen die willen helpen met de voorbereiding en planning van deze dag.

Kom helpen op deze dag en geniet van de wedstrijd tussen 400 sporters of help mee bij de voorbereiding, meld je aan per email: [anneke@spiridon.nl](mailto:anneke@spiridon.nl)

## Handbikers de “nieuwe” leden van AV Spiridon

Sinds een kleine 2 jaar draaien de handbikers hun rondjes mee op de mooie nieuwe kunststof baan. Is de demping door de ondergrond van tartan voor de lopers een zegen, voor de handbikers is het enigszins een nadeel. De wielen zakken er een beetje in weg, waardoor de baan wat stroef aanvoelt. Voor de handbikers is het trainen op de baan zodoende een echte krachtsport geworden. De handbikeclub bestond al wel een jaar of tien onder de bezielende leiding van trainster Jolanda en trainde op de baan bij wielervereniging Breda. Na wat rondzwervingen is Jolanda van Dongen voor informatie bij Spiridon binnengestapt en wat bleek: we waren meer dan welkom bij de club. Voor Toon Metsaars was die overgang naar Spiridon erg leuk, want het is en blijft toch “zijn” club. Lid zijn van een atletiekclub sluit voor handbikers beter aan, want daar zijn ze meer mee verweven dan met wielrennen. Wedstrijden voor handbikers zitten toch vooral verweven in hardloopevenementen.



Binnenkort start de training op de baan weer, dan kunnen de handbikers zich weer gaan voorbereiden op Rondje Rijen en dat is voor de meesten een leuke sportieve uitdaging. In het najaar en de winter liggen de trainingen stil vanwege ons natte en koude klimaat, dat geeft voor de meesten te veel problemen. We sluiten het seizoen af met een gezellige middag gourmetten in het mooie clubgebouw van Spiridon, prima georganiseerd door Ad, Jolanda en Stefan. Op 1 april zijn we allemaal weer van de partij voor de eerste training.

### Wedstrijden april 2017



- 1 april Rondje Vrachelen
- 9 april Marathon Rotterdam
- 12 april Leemputtenloop
- 15 april Vennenloop

## Verjaardagen APRIL



- 1 Marijn Leusink
- 2 Bart van de Garde
- 2 Khouloude Jebari
- 4 Joris van Gool
- 6 Janneke Beenhakkers
- 7 Sandra den Brok-Stienen
- 7 Dyanne Verpaalen
- 8 Rens van Beek
- 8 Sarah van der Veecken
- 9 Tim Kragten
- 9 Helen Schalk
- 10 André van der Bom
- 11 Sterre Billekens
- 11 Loek Graafmans
- 11 Jan Vermeer
- 13 Ad Nooijen
- 13 Ben van Rooijen
- 14 Wessel Speck
- 15 Jeroen van Geel
- 15 Jack Wouters
- 16 Ward Broeders
- 18 Wim Glazenburg
- 18 Jurre van Rossum
- 19 Joey Geerts
- 20 Tim van Eersel
- 23 Robin van Leijssen
- 23 Marion Metsaars
- 23 Fred Soomers
- 23 Rick Warnaar
- 24 Jos van Aert
- 24 Mijke Vermetten
- 26 Janine Jalving
- 27 Brian Davids
- 27 Kees van Rest
- 27 Bart Verhees
- 29 Liza Jonkergouw
- 30 Anne Veerle van Dijk

## BESTUUR & COMMISSIES

### Bestuur

[bestuur@spiridon.nl](mailto:bestuur@spiridon.nl)  
 Marionne Kat  
 Jacques Hameleers  
 Paul Houtepen  
 Anneke van der Meer  
 Robert Jongh

### TC Hardlopen

Annemieke Govers  
 Frans van den Brand  
 Fred Soomers

### TC Atletiek

Rinie Kreeft

### TC Nordic Walking

Christ Maas  
 Anneke van der Meer

### TC Spinning

Peter Honcoop

### TC Aangepast Sporten

Jolanda van Dongen  
 Paul Swart

### WOC Hardlopen

[woc@spiridon.nl](mailto:woc@spiridon.nl)

Anne Slabbers  
 Paul Houtepen  
 Mariska van Densen  
 Michel Broeders  
 Wim Dirven  
 Marijn Frijters

### WOC Atletiek

[wocatletiek@spiridon.nl](mailto:wocatletiek@spiridon.nl)

Rinie Kreeft  
 Wim Dirven  
 Marijn Frijters

### Avondvierdaagse

[info@avondvierdaagseriesien.nl](mailto:info@avondvierdaagseriesien.nl)

Iwan Oprins  
 Erik Zwarter  
 Jacqueline van der Ark  
 Marion van de Kieboom

### Communicatie commissie

[communicatie@spiridon.nl](mailto:communicatie@spiridon.nl)

Jan van der Meer  
 Ans Versteeg  
 Anouchka de Beer  
 Wim Dirven

### Sponsorcommissie

[sponsoring@spiridon.nl](mailto:sponsoring@spiridon.nl)

Paul Houtepen  
 Michel Broeders

### Vrijwilligerscommissie

[vrijwilligers@spiridon.nl](mailto:vrijwilligers@spiridon.nl)

Mariska van Densen  
 Robert Jongh  
 Michel Broeders

### Accommodatie commissie

Ron van Bedaf  
 Anneke van der Meer  
 Jan van der Meer

### Vertrouwenscommissie

Annie van Hoek  
 Jaap de Koning



## Oproep vrijwilligers

We zien de laatste maanden steeds meer leden een steentje bijdragen. Door extra inspanning van vrijwilligers gaat de kwaliteit van allerlei zaken met sprongen vooruit. Dit geeft veel voldoening. Maar we zijn er nog niet! Er is dringend behoefte aan vrijwilligers om deel te nemen in de verschillende commissies. Heb je affiniteit met commercie? Versterk onze sponsorcommissie! Vind je dat er te weinig gezamenlijke activiteiten worden georganiseerd en heb je een leuk idee? Dan is de activiteitencommissie iets voor jou! Heb je een marketing of PR-achtergrond en wil je helpen onze vereniging naar buiten toe te promoten? Wil je helpen met schoonmaken van het clubgebouw of bij de bar? Wij zijn op zoek naar een breed scala aan talenten om de vereniging nog mooier te maken. Stuur vrijblijvend een bericht naar [vrijwilligers@spiridon.nl](mailto:vrijwilligers@spiridon.nl) of spreek Mariska van Densen, Robert Jongh of Michel Broeders aan. Zij gaan zich de komende tijd inzetten om alle leden aan een passende vrijwilligerstaak te helpen. Wacht niet af, maar geef aan wat je graag doet of waar je goed in bent. Dan gaan we zeker iets voor je vinden!

## Een kleine impressie van Start to Run voorjaar 2017

4 maart is er weer een nieuwe Start to Run groep gestart. De sfeer is er gezellig zo getuigd ook de foto. Maar er wordt ook serieus getraind. Inlopen, warming-up, kern en cooling-down het hoort er allemaal bij. Over 3 weken de laatste Start to Run training met verlenging tot 3 juni (rondje Rijen).



*Impressiefoto Start to Run voorjaar 2017*



# NIEUWSBRIEF

*Kopij voor de volgende nieuwsbrief van Spiridon graag uiterlijk zondag 19 maart aanstaande aanleveren via [nieuwsbrief@spiridon.nl](mailto:nieuwsbrief@spiridon.nl).*



Wereldklasse ICT?  
Topkaliber datacenter?  
U hoeft niet ver te zoeken.



**GLOBAL-e**

**ICT solutions** | Gilze  
Cloud, communicatie en security.

[global-e.nl](http://global-e.nl)

**Datacenter** | Rijen  
Colocatie, netwerk- en internetdiensten.

[global-datacenter.nl](http://global-datacenter.nl)