

september 75

HOOGEVEENSE

HAL 63

ATLETIEKCLUB

CLUBORGAAN VAN DE HOOGEVEENSE ATLETIEKCLUB

HAC'63

koninklijk goedgekeurd dd. 9 april 1974.

aangesloten bij de KNAU, NCAB en het bureau voor
medische sportkeuring.

samenstelling van het bestuur:

voorzitter: H.W.J. Muller, Pollux 20, Hgv. 66284
2e voorzitter: E. Weinberg, Melkweg 53, Hgv. 67662
secretaresse: M. Snel-Göbel, Oleanderstraat 1, Hgv. 65184
penningmeesteresse: F. Groenhof, de Arend 61, Hgv.
bestuurslid: H. van Dijk, Noorderweg 28, Hgv.
voorzitter oudercomm.: M. Kardurk, Draco 25, Hgv. 67063
voorzitter techn.comm.: S. Wolters, Duizenschoonstraat 5, Hgv.
wedstrijdsecretariaat: R. Weinberg, Melkweg 53, Hgv. 67662
materiaalbeheer: de technische commissie (T.C.)

redactie clubblad:

F. Draaijer, Oleanderstraat 5, Hgv. 68145
F. Groenhof, de Arend 61, Hgv.
J. en M. Stassen, Noorderweg 34, Nieuweroord 05284-1736

contributie:

dames/heren f 6,00 per maand
maandagavondgroep f 5,50 per maand
juniores A/B f 4,50 per maand
juniores C/D f 3,75 per maand
pupillen f 3,00 per maand

betalingen bij voorkeur via de NMB bank of giro,

rekeningnummer bij de bank: 67.68.13.127 t.n.v. HAC'63,

F. Groenhof, de Arend 61, Hoogeveen.

Het gironummer van de bank is: 84.85.56.

Het postgironummer is nog in aanvraag en wordt zodra het
beschikbaar is, bekend gemaakt.

UITNODIGING

Ter gelegenheid van het 12¹-jarig bestaan van H.A.C.'63 worden onze leden, familie en ouders namens het bestuur en oudercommissie vriendelijk uitgenodigd voor een feestelijke avond, welke gehouden zal worden in de Aula van de Chr.L.T.S., Voltastraat 23 op 10 oktober a.s. om 19.45 uur.

De Oudercommissie

Het volgende clubblad komt uit op 6 november. Copy inleveren vóór 28 oktober (red.verg. 28/9)

adreswijziging:

J.Koobs verhuisd naar Schaperstraat 13, Meppel.

Ledant als lid:

Mevr.J.Keuning	W.v Stuyvenberg
Mevr.Meijer	Inge Couperus
Frits Nijstad	A.Wolters-v.d.Meulen
Bert Slot	Tj.v.Slooten

nieuwe leden:

D.G.de Bree, de Reiger 51, Hgv per 1-8-75
W.Riemersma, Kymmelstraat 44, Hgv, per 1-9-75
G.Holleman-Oostrink, Eddingtonlaan 3, Hgv, per 1-2-75
Bert Kroese, Hoofdstraat 24, Hgv, per 1-9-75
Rody Palyama, Industrieweg 50, Hgv, per 1-9-75
Lenny Vermeulen, Roerdomplaan 92, Hgv, per 1-9-75
Egbert Naber, Hoofdstraat 63, Hgv, per 1-9-75

jarig in oktober:

E.Groeneveld, 21-10
J.Knoop, 19-10
A.v.Slooten, 25-10

Contributie

Het jaar 1975 loopt weldra weer ten einde. Dit houdt in, dat de penningmeester van uw vereniging zijn rekeningen weer moet betalen. Hij moet daarbij de beschikking hebben over het door u betaalde contributie. Er zijn nog veel leden die hun contributie van 1975 nog niet betaald hebben. Misschien hebt u het vergeten. Wilt u uw contributie alsnog betalen?

U kunt het op drie manieren doen:

1^e per giro, 33.84.806 t.n.v. penningmeester H.A.C.'63,

Noorderweg 28, Hgv

2^e per bank, 67.68.13.127 van de NMB, t.n.v. H.A.C.'63

H. van Dijk, Noorderweg 28, Hgv

3^e persoonlijk bij mij aan huis.

Het hoeft toch niet zo te zijn, dat ik alle leden bij langs moet om de contributie op te halen?

Dus mensen, werk er aan mee dat de penningmeester op tijd de contributie binnen krijgt.

Hopende op uw medewerking,

De penningmeester

H. van Dijk

Zaaltraining per 1 oktober

maandag, zaal Trompstraat

18.00-19.00 uur: meisjes B en C; dhr Vermeltvort

19.00-20.00 uur: heren, senioren; dhr Vermeltvort

20.00-21.00 uur: dames; dhr Uiterwijk

dinsdag, zaal Leeuweriklaan

18.00-19.00 uur: meisjes D; R. Weinberg

woensdag, zaal Bootselaerstraat

19.00-20.30 uur: jongens C + sel. jongens D; dhr Sportel

donderdag, zaal Bootselaerstraat

17.00-18.00 uur: meisjes pupillen; mevr. Bijlsma

18.00-19.00 uur: jongens pupillen; dhr. Mensen?

19.00-20.00 uur: jongens D; dhr. Mensen?

Kaderweekend-gezinsrecreatie

voor trimleiders op 1 en 2 november in het Vormings- en Vakantie-centrum Groot-Deunk te Lichtenvoorde, Aaltenseweg 19.

Kosten: F.20,00 per persoon voor volwassenen
 15,00 voor kinderen beneden 14 jaar
Opgave aan het secretariaat vóór 8 oktober.

Bostraining

Er bestaat voor de meisjes B en C en de jongens D de gelegenheid, om onder leiding van de heer van Dijk met ingang van 11 oktober, konditietraining te doen in het Spaarbankbos.

Ieder B en C meisje en jongen D die hiervoor interesse heeft kan zich opgeven bij de heer van Dijk. Met het oog op de komende crosscompetitie van de NCAB is deze training zeer aan te bevelen. Hieronder volgen de tijden voor de training.

<u>jongens D</u>		<u>Meisjes B en C</u>
11 oktober	14.30-15.30 uur	15.30-16.30 uur
18 oktober	09.00-10.00 uur	10.00-11.00 uur
25 oktober	09.00-10.00 uur	10.00-11.00 uur
1 november	14.30-15.30 uur	15.30-16.30 uur
8 november	09.00-10.00 uur	10.00-11.00 uur
15 november	09.00-10.00 uur	10.00-11.00 uur
22 november	14.30-15.30 uur	15.30-16.30 uur
29 november	09.00-10.00 uur	10.00-11.00 uur
6 december	09.00-10.00 uur	10.00-11.00 uur
13 december	14.30-15.30 uur	15.30-16.30 uur
20 december	09.00-10.00 uur	10.00-11.00 uur
27 december	09.00-10.00 uur	10.00-11.00 uur
<u>DIT UITKNIPPEN EN BEWAREN.</u>		dhr. Van Dijk

Jurycursus

Het ligt in de bedoeling om deze winter weer te starten met een jurycursus in Hooogeveen. Deze cursus wordt op drie verschillende avonden gehouden. Iedereen die 18 jaar en ouder is en die hiervoor belangstelling heeft kan zich opgeven bij de heer Kardurk, Draco 25, tel. 67063. Het is in het belang van HAC om straks (lees volgend jaar) wanneer de atletiekbaan gereed is te kunnen beschikken over een flink aantal mensen die kunnen jureren tijdens de te houden wedstrijden?

M. Kardurk

Veranderingen

In het vorige clubblad hebt u de nieuwe samenstelling van het

bestuur kunnen lezen. Zo u weet heeft onze vorige voorzitter de heer Muller zijn functie beschikbaar moeten stellen wegens zijn vertrek naar elders. De heer Muller is een half jaar voorzitter geweest. Wij kunnen stellen dat de heer Muller zijn taak in onze vereniging naar volle tevredenheid heeft vervuld. Wij zijn de heer Muller dan ook veel dank verschuldigd! Ook langs deze weg danken wij de heer Muller voor al hetgeen hij voor onze vereniging heeft gedaan. Meneer Muller, heel hartelijk dank! Wij wensen u en uw gezin veel geluk in uw nieuwe woonplaats.

Onze meneer Weinberg wensen wij veel stekte toe als nieuwe voorzitter van de vereniging.

Door het vertrek van de heer Muller ontstond een vacature in het bestuur. Wij vonden in de heer de Bree een goede vervanger. Meneer de Bree, welkom in onze gelederen.

H. van Dijk

Redacteur/redactrice gevraagd

Ja, het zou een advertentie kunnen zijn. Wij, Mart en Jef Stassen hebben het besluit genomen te stoppen met het verzorgen van het clubblad. De reden? tijdgebrek en het feit dat Jef stopt met de atletiek na ruim 10 jaar veel plezier te hebben beleefd aan deze sport.

Het clubblad betekent periodiek een belasting voor ons die we voor onszelf niet meer verantwoorden kunnen. De tijd is gekomen dat een ander de fakkel van ons overneemt zoals dat heet.

Wat houdt het werk in? Het clubblad draait de laatste tijd behoorlijk goed, d.w.z. er is voldoende aanbod van copy. In 1 avondbijeenkomst per maand van de redactiecommissie wordt de samenstelling van het nummer besproken. Zo nodig schrijft de redactie ook een stukje.

Daarna wordt het getypt op stencil. Dat was ons werk. Deze stencils worden via de heer Cuiperus afgedraaid, waarna de pagina's op de juiste volgorde, voorzien van een omslag aan elkaar geniet worden. Dan moeten de bladen uitgedeeld worden, meestal op de training.

Ook dat allemaal was meestal ons werk.

Het spreekt vanzelf dat de nieuwe redacteur niet precies onze taak hoeft over te nemen, maar met de overige redactieleden tot een nieuwe werkverdeling moet komen. Aangezien de andere redactieleden de typekunst niet machtig zijn (en geen machine hebben) zou het prettig zijn als het nieuwe lid dat wel heeft.

Beste mensen, laat jullie clubblad niet in het slop raken en reageer. Zou het niet iets zijn voor een 'jeugdig' iemand? Opgeven bij een van de redactieleden. Jef Stassen

Noordelijke Kampioenschappen Heereveen 14 juni

Tijdens deze wedstrijden zijn onze B meisjes sterk voor de dag gekomen. Joke Weinberg werd 5^e op de 800m in 2.42.6 (clubrecord). Op de 400 m werd zij 7^e in 66.0 wat ook een clubrecord is. Elleke Bruinsslot werd 9^e in 70.0 sec. Bij het verspringen haalde Inge de Bree de 2^e plaats met 4.93 m (clubrecord). Joke Weinberg werd 8^e met 4.37 m. Op de 100 m kwamen 2 HACmeisjes in de finale, Inge de Bree werd 3^e in 13,6 en Jeanet Koobs 5^e in 14.0 sec. Joke Weinberg liep de serie in 14,3 sec. Bij het discuswerpen werd Lia Kardurk 8^e met 22,18 m. Jeanet Koobs werd 6^e bij het kogelstoten met 9,80 m. Bij het hoogspringen sprong Jeanet met een schotse sprong 1.45 m waarmee ze een 4^e plaats haalde en ook het clubrecord verbeterde.

Bij de heren behaalde Herman Gort een 8^e plaats op de 5000 m in 16.28.2 min. en ook een 8^e plaats op de 1500 m in 4.28.9 min. Siert Wolters was 6^e bij het kogelstoten met 9.98 m en 4^e bij het discuswerpen met 34,29 m.

Siert Wolters

Uitslagen eerste onderlinge wedstrijden 14 juni 1975

<u>Jongens C</u>	<u>ver.</u>	<u>pt.</u>	<u>discus</u>	<u>pt.</u>	<u>kogel</u>	<u>pt.</u>	<u>totaal pt</u>
1.H.Jonkman	3.29	78	6.03	182	5.52	172	532

Jongens D

1.BvdLijn	3.87	506	22.86	629	8.60	411	1546
2.W.Koster	3.74	467	12.60	246	6.96	263	976
3.H.Kloezen	3.35	348	11.96	222	7.28	309	879
4.D.vDijk	3.70	455	10.97	185	6.19	224	864
5H.Bruekhuis	3.24	315	14.30	310	6.22	226	851

<u>Jongens pupillen</u>	<u>slingb</u>	<u>pt.</u>	<u>kogel</u>	<u>pt.</u>	<u>ver.</u>	<u>pt.</u>	<u>totaal pt.</u>
1.W.v.Stuyvenberg	14.35	140	7.21	744	3.25	500	1384
2.F.Nijstad	15.21	162	5.85	549	3.16	474	1185
3.R.Knoop	14.79	151	5.79	541	2.91	402	1094
4.A.Hofman	15.93	180	5.43	490	2.66	331	1001
5.R.Kloezen	13.69	123	5.58	511	2.70	343	977
6.W.J.Brouwer	9.06	7	5.43	490	3.10	457	954
7.J.Guichelaar	11.06	57	5.25	464	2.76	360	881
8.S.v.Dijk	9.31	13	3.80	257	2.71	345	615

<u>meisjes pupillen</u>	<u>kogel</u>	<u>pt.</u>	<u>ver.</u>	<u>pt.</u>	<u>balw.</u>	<u>pt.</u>	<u>totaal pt.</u>
1.A.Duinkerken	4.68	382	2.93	408	23.33	643	1433
2.L.Draaijer	4.40	343	3.22	491	16.51	410	1244
3.P.Bijlsma	4.70	385	2.98	422	14.98	358	1165
4.P.Lettink	4.89	412	2.77	362	15.88	388	1162
5.R.Jutte	4.60	371	3.00	428	14.25	333	1132
6.E.Wesseling	3.68	240	3.07	448	14.54	343	1031
7.D.Schonewille	4.41	344	2.94	411	10.90	218	973
8.H.Schouten	3.90	271	2.78	365	12.04	257	893
9.J.Offerein	---	---	3.00	428	15.03	359	797
10.A.Keuning	2.52	74	2.55	300	6.32	62	436

Meisjes D

					<u>slingb</u>		
1.M.Draaijer	8.22	565	3.30	342	24.26	674	1581
2.A.Weessie	6.24	385	3.19	313	18.12	465	1163
3.T.Bijlsma	5.75	341	3.07	282	14.36	337	960
4.A.Boertien	5.60	327	3.00	263	15.26	367	957
5.A.Koster	4.19	199	2.89	234	14.55	343	776
6.J.Keuning	5.29	299	2.76	200	12.24	264	763

Meisjes C

	<u>ver.</u>	<u>pt.</u>	<u>discus</u>	<u>pt.</u>	<u>kogel</u>	<u>pt.</u>	<u>totaal pt.</u>
1.J.Hocijer	4.07	545	20.09	532	9.95	723	1800
2.A.Kardurk	3.99	524	17.20	433	7.34	485	1442
3.S.Witjes	3.79	471	17.64	448	7.72	520	1439
4.M.Lettink	4.05	539	15.35	370	5.78	344	1253
5.J.Jansen	3.73	455	13.98	324	6.91	446	1225
6.E.de Bree	3.90	500	13.01	290	5.31	301	1091
7.C.Kardurk	3.12	295	17.52	444	5.66	333	1072

Heren

	<u>discus</u>	<u>speer</u>
T.Uiterwijk	32.19	45.25
J.Prins	36.62	39.75
G.ter Stege	28.76	35.50
S.Witers	34.89	31.00
A.Mensen	14.80	23.94
H.Gort	15.50	24.38

20 augustus Drachten

In Drachten organiseerde Impala een zg.lopersavond waarbij HAC vertegenwoordigd werd door Inge de Bree, Joke Weinberg en Herman Gort. Inge startte op de 200 m meisjes B.Na een goede start en een felle laatste 50 m resulteerde dit meteen al in een nieuw clubrekord in

een tijd van 28,6 sec. Het oude rekord dat ook op haar naam stond verbeterde ze met 0,4 sec, een prachtig begin voor de HACers. Joke had ingeschreven op de 100 m meisjes B, evenals Inge, maar de tijd tussen deze beide nummers was zo kort dat ze hier verstandig maar van af zag. Zodat Joke hier zonder haar clubgenote van start ging en 5^e werd in een tijd van 14.6 sec. Na een tijdje rust, het begon al donker te worden, begon Joke aan haar tweede nummer nl de 800 m meisjes B. Dit ging voor haar niet zo voorspoedig, ze bleef met haar tijd van 2.55 min nog wel een heel eindje van haar beste prestatie verwijderd. Het slotnummer, een lichtwedstrijd, was de 3000 m steeplechase en hier was het Herman die met nog 15 anderen aan de start verscheen. Hij behaalde op dit spectaculaire nummer een 7^e plaats in een tijd van 10.26.4 min. wat een nieuw persoonlijk rekord betekende al was de verbetering minimaal, namelijk 0,3 sec. Als hij de waterbak niet zo verschrikkelijk slecht had genomen door steeds weer midden in het water terecht te komen dan had dit sekonden gescheeld, maar ja wat wil je zonder zwemdiploma.

Al met al een geslaagde sportavond voor de HACers.

Herman Gort

30 augustus Enschede

Na vorig jaar een verslag te hebben geschreven over mijn eerste marathon wil ik het ook over de tweede doen, dit was namelijk een hele bijzondere vergeleken bij de vorige en ik zal vertellen waarom. Het was in Enschede waar dit plaatsvond. Daar werd nl de 15^e internationale marathon georganiseerd, wat tevens een jubileum was. Al weken van te voren werd bekend gemaakt dat voor deelnemers een limiettijd gold van 3.15 uur om toegelaten te worden tot de start waaruit bleek dat ze de zwakkere broeders deze keer liever niet aan de start hadden. Hierdoor was het voor mij een hele eer wel te mogen starten, doordat ik de vorige keer met een tijd van 2.49.9 uur royaal binnen de limiettijd zat. In het vorige clubblad stond vermeld dat ik de enige Drent was die aan de start zou verschijnen, dit was niet helemaal juist want naderhand bleken er nog 2 te zijn. Voordat ik deze keer aan de start stond moest aan heel wat formaliteiten worden voldaan. O.A. een medische keuring waarvan ik een bewijs moest meenemen, ook moest ik nog een hele vragenlijst invullen en opsturen enz. enz. Toen de datum naderde begonnen de kranten en ook de televisie aandacht aan dit grootse gebeuren te schenken.

Ook de plaatselijke Hoogeveense courant kwam met een artikel, waardoor ik toch wel erg gespannen ben afgereisd naar Enschede, maar ik dacht dat dit een vrij normaal verschijnsel was voor een wedstrijd. M'n enige zorg was de warmte, nl 26°. Aan een pijnlijke knie gekregen tijdens de training, maar vanzelf weer overgegaan, dacht ik een moment. In Enschede aan gekomen bij het Diekmanstadion heb ik eerst een programma gekocht, en dit doorbladerend kwam ik een veld deelnemers tegen om U tegen te zeggen. Deze cracks kwamen uit maar liefst 22 verschillende landen. Zoals Amerika, Australië, Engeland, Canada, Ierland, Frankrijk, Hongarije, Italië, Polen, Portugal, Israël, Honduras, Zweden enz zowaar een elite gezelschap waar ik wel een beetje stil van werd. Tussen 9 en 12 uur was er nog een verplichte keuring voor alle atleten, waarna na goedkeuring het startnummer kon worden opgehaald en waarbij iedereen tevens een mooie herinnerings handdoek kreeg, verder nog wat documentatiemateriaal en werden noch stickers uitgereikt. Na met te hebben omgekleed was het wachten op de klok van 2 uur want dan zou het programma worden geopend. Dit programma bestond uit parachutespringen in het Diekmanstadion, verder nog een muzikale taptoe, autoshow, artiatengroepen, akrobaten, lossing duiven enz. Daartussen om half drie de openingsceremonie waarvoor alle atleten achter de muziek lopend het stadion door de marathontunnel binnenkwamen, voorafgegaan door een hele rij meisjes met vlaggen van alle deelnemende landen, waarna werd halt gehouden voor de hoofdtribune. Inmiddels was het hele stadion bijna volgelopen met toeschouwers die werkelijk enthousiast klapten en schreeuwden, wat een grote indruk op mij maakte. En als dan een welkomstwoord wordt gesproken en daarna het Wilhelmus wordt gespeeld, wel dat moet je meegemaakt hebben om te voelen wat er dan in je omgaat. Na dit alles dan om drie uur de start. Achter de streep stonden 284 atleten gereed, allen natuurlijk met frisse moed maar dat zou later op de dag voor een heleboel veranderen. Het startschot klonk en de meute zette zich in beweging onder een oorverdovend geluid van het publiek. Na ± 600 m over de sintelbaan gingen we door de tunnel het stadion uit op weg naar Haaksbergen waar het keerpunt was. Langs het parcours ook duizenden toeschouwers, ongelooflijk gewoon. Later hoorde ik een getal noemen van wel 100.000, nou ik geloof dat ze niet ver mis waren. En het enthousiasme van deze mensen, ik had nog nooit zoiets meegemaakt. Naarmate de wedstrijd vorderde steeds meer mensen met tuinslangen langs de weg met emmers water met sponzen met melkbussen met thee met sinaasappels en weet ik wat nog meer, want warm was het. Het was op drie km van het keerpunt dat ik de eersten alweer tegenkwam. De bekende engelsman Rondill liep aan

kop samen met de schot Keith. Ik liep op een schema van $\pm$ 2 uur 40 mi waar ik bij het keerpunt in Haaksbergen nog maar een minuut boven zat, dat leek dus uitstekend. Doch na 25 km begon voor mij de ellende. Eerst een beetje pijn in de linker knie, precies als een week eerder tijdens de training en het werd naarmate de kilometers vorderden steeds erger. Ook van de warmte begon ik last te krijgen en ik pakte steeds vaker de spons of ik liet me met een tuinslang nat spuiten. Het tempo werd gaandeweg langzamer en ik wist dat bij het 35 km punt een limiet gold van 2 uur 45 min. Als ik daar nog niet was werd ik onverbiddelijk uit de strijd genomen. Steeds met die gedachte daaraan liep ik verder en ik haalde die 35 km binnen de tijd, nog royaal zelfs zodat ik mocht doorgaan. Nog 7 km moest ik afleggen. Steeds meer atleten voor me zag ik de strijd staken, sommigen totaal uitgeput anderen met een wazige blik in de ogen werden door de warmte of ook door blessures gevelde. De bezemwagen kreeg het steeds drukker. Ik kreeg ook steeds meer pijn en begon aan opgeven te denken. Ze kwamen al eens naast me rijden met die bezemwagen maar ik was nog niet uitgeput maar ik verging wel van de pijn. Toen echter kwam het bord van de 40 km in zicht en ik was weer in de bebouwde kom van Enschede waar toeschouwers je werkelijk vooruit probeerden te schreeuwen, naast je gingen lopen, je moed inpraatten. De laatste twee km werd een marteling, maar ik kwam het stadion binnenstropelen en zag toen alleen nog de finish. Toen ik daar over was was ook ineens alle wilskracht verdwenen en kon ik werkelijk geen stap meer verzetten. Een man van de EHBO sloeg een deken om me heen en haalde citroentheewarna een arts kwam kijken hoe het met me ging. Wel dat kon geen pochen lijden want ik kon absoluut niet meer lopen, zodat ze het raadzaam achtten me op een brancard te leggen en af te voeren naar de sporthal waar de medische post was ingericht. Daar leek het wel of ik op een slagveld was terecht gekomen. Overal op de vloer verspreid lagen de atleten bij te komen van de inspanningen, sommigen lagen aan zuurstof, anderen werden gemasseerd. Wat was dat geweldig voor elkaar. Er was een team van 10 artsen en wel 20 masseurs aanwezig en dit alles was geheel gratis. Ook ik kreeg zuurstof gebrek en direkt werd de bloeddruk opgenomen, die was niet verontrustend en na tien minuten was dat weer in orde. Toen werd mijn knie behandeld. Zelf erop een stevig verband erom en met de mededeling van de dokter dat ik er beslissist maandags mee naar de huisarts moest gaan kon ik vertrekken. Ondersteund door enige begeleiders en hinkend op het rechter been zijn we in de auto gestapt en naar Hoogeveen gereden. In Hoogeveen aangekomen heb ik eerst maar eens wat gegeten en vooral gedronken

want met die warmte verlies je nog al wat vocht, ik was 10 pond afgevallen. De andere dag kon ik ook nog niet lopen, maar maandag ging het weer een beetje. 's Middags ben ik bij de huisarts geweest en die stuurde me door naar het ziekenhuis om foto's van de knie te laten maken. Dat is inmiddels gebeurd maar de uitslag weet ik op het moment dat ik dit schrijf nog niet.

Wel het is een heel verhaal geworden. Ik ben wel tot de conclusie gekomen dat ik achteraf misschien toch beter na 25 km had kunnen stoppen, want ik heb me natuurlijk erg geforceerd, maar ja op het moment dat je nog steeds in de strijd bent wil je ook graag die eindstreep halen en op dat punt ben ik blij dat ik die gehaald heb; maar of het goed was dat betwijfel ik nu wel. Afijn ik blijf nu een poosje op non actief en ik hoop maar dat het meevalt. Ik heb in ieder geval een groots gebeuren meegemaakt, dat ik niet gauw vergeten zal.

Herman Gort

Wist u dat....

U bij sporthuis Strootman al uw atletiekbenodigdheden kunt kopen. Dat sporthuis Strootman aan u daarvoor een nota verstrekt. Dat Sporthuis Strootman op basis van deze nota's aan HAC een korting geeft. Dat wij u daarom vriendelijk verzoeken deze nota's in te leveren bij onze penningmeester de heer van Dijk.

Herman in Enschede een paar prachtige stickers heeft gekregen en dat hij er een over heeft, zodat iemand die ze spaart er een kan krijgen.

In Enschede een film gemaakt is van 15 minuten over Herman, voor, tijdens en na de marathon. Dat deze als hij gelukt is een keer gedraaid kan worden tijdens een feestavond ofzo.

Volgens een bericht in de Atletiek Wereld van 21 aug. jl blijkt dat het parcours van de marathon in Essen 1974 in plaats van 800 m te kort nu na de zoveelste officiële meting 392 m te lang bleek. Herman kan dus de drie minuten die er toen bijgeteld zijn weer aftrekken zodat z'n tijd nu officieel 2.42.48 uur is.

Dat door het meedoen van Herman in Enschede HAC internationaal vertegenwoordigd was.

Dat Herman in de Enschedeese marathon de tweede Drent was die de finish passeerde.

Herman in een rechtstreekse televisiereportage duidelijk te zien is geweest tijdens de start, aldus enkele reporters aan het thuisfront.

Deze marathon gold als Nederlands Kampioenschap; en dat Herman hierin 49^e werd.

Herman al 4 keer deelnam aan een Nederlands Kampioenschap.

Herman op dit moment 10 clubrecords heeft

Sporthuis Strootman dit jaar wederom twee bekens beschikbaar heeft gesteld voor de atleet(e) die de beste seizoensprestaties hebben geleverd.

Dat de meisjes C ploeg van HAC in de final wedstrijden te Groningen tijdens het defilee een daverend applaus kregen

Dat de meisjes C ploeg tijdens deze wedstrijden door de heer Lettink op de film zijn vastgelegd

Dat op de 13^e september gehouden clubkampioenschappen van de NCAB, van de 13 deelnemende verenigingen alleen de clubvlag van HAC aan de mast wapperde

Dat we Inge de Bree in Arnhem gemist hebben wegens ziekte en we haar spoedig beterschap toewensen

NCAB clubkampioenschappen Arnhem 13 september 1975

Om kwart over tien vertrokken we vanaf het klassieke vertrekpunt 'de Arend', een provolle bus en twee auto's richting Arnhem. Ruim 50 mensen dat is een fikse delegatie. Nog voor de aankomst bleek dat de 'oudjes' nog niet gemist kunnen worden: we waren al al ongeveer een kwartier bij het sportpark voordat de bus aankwam terwijl bij de beslissende afslag de bus voor ons reed. We waren ruimschoots op tijd. De eerste activiteiten bestonden uit het ophalen van de startnummers en het hijsen van de grote HAC vlag. Voor de eerste maal wapperde hij fier aan de vlaggestok. Het Cranevelt was meteen aangekleed. Met het programma kregen we een bewijs van de uitstekende organisatie in handen, werkelijk voortreffelijk. Tijdens de wedstrijd bleek de planning te krap te zijn hoewel de uiteindelijke tijdsoverschrijding best meeviel. Dat er niet vlekkeloos geklasseerd werd is een wezenlijk punt van kritiek. Er waren enkele protesten en zo. Het fijne weet uw verslaggever er echter niet van. De wedstrijden zelf waren voor HAC een enorm succes. Dat hebben we in de Hooogeveense krant van woensdag 17 september kunnen lezen. Een grote foto (de krant gaat vooruit!) met de deelnemende ploeg, de vlag en de zilveren wisseltrofee. Het is onzinnig om de ontzettend lange rij prestaties in dit verslag op te nemen. We verwijzen naar het krantenartikel waar vrijwel alles instaat. De TC heeft

een officiële uitslag en zal die in het archief opslaan. Het prestatiepeil was behoorlijk tot goed behalve van ondergetekende die tot de conclusie kwam dat de jaartjes beginnen mee te tellen. In NCAB-kringen is onze dames/meisjes afdeling heer en meester en hebben de b-c-d jongens met hun tweede plaats van alles in de melk te brokkelen. De heren/jongens A zijn duidelijk in mineur, 'n 7^e plaats. De vedetten van gisteren missen opvolgers! Al met al een resultaat dat die foto in de krant best waard was. Na de wedstrijd, die door zon regelmatig werd beschenen en zo de akelige sfeer van de wind verdreef, volgde nog de prijsuitreiking in de kantine. Hoe de stemming in de bus op de terugreis was laat zich gemakkelijk raden.

Jef Stassen

Finale C-D competitie te Groningen 21 september 1975

Op zondag 21 september 's morgens tegen 11 uur vertrokken we vanaf de Arend met de meisjes C ploeg en enkele ouderparen en supporters naar Groningen om te gaan deelnemen aan de finale wedstrijd van de C-D competitie. Jammer genoeg kwam de ploeg onvolledig aan de start omdat Janny Hooier en Jeanet Brouwer verhinderd waren. Wat uiteraard wel invloed had op het eindresultaat.

Maar de stemming was opperbest en met een zonovergoten sportveld en veel kijkers op de tribune stelden de deelnemende ploegen met o.a. Sagitta, Ada, Spartacus, de Spartaan, Daventria, AV 55, Impala, Olympia, AC Tion, DEM, Sparta, AAV '36, Brunhilde, AVVOC en HAC '63 met hun clubvlaggen zich op voor het openingsdefilee. Met al die ploegen in hun clubtenu's was het een kleurig geheel. Begonnen werd met de estafette nummers. Op de 4x 80 m startten voor HAC Ellen de Brée, Silvia Witjes, Anja Kardurk en Marinka Lettink. Voor deze gelegenheidsploeg werd een prima tijd genoteerd nl 45,1 sec. Hierna werd begonnen met de technische nummers. Bij het kogelstoten kwamen Silvia en Corrie in de ring (resp. 7.60 m en 6.48 m). Beiden iets onder hun kunnen. Het hoogspringen viel samen met de 600 m. Hiervoor moest Marinka het hoogspringen onderbreken voor de 600 m en toen ze later moest doorgaan met het hoogspringen deed de vermoeidheid zich wel voelen. Ze kwam tot 1.20 m. Gezien haar inspanningen toch een goed resultaat. Jaqueline kwam met 1.25 m ook goed voor de dag. Wanneer we in de gelegenheid zijn en hopelijk is dat volgend jaar zo om hier serieuzer op te trainen zullen hun prestaties bij hoogspringen beslist omhoog gaan. De 600 m liep Marinka in een voor haar goede tijd van 1.55 min. Voor Anja ver-

liep de 600 m minder goed, ze moest na 300 m opgeven wegens ziekte, welke zich voor het vertrek naar Groningen al had aangediend. Later herstelde zich bij het verspringen enigszins door 3.84 te halen. Hier vergeterde Ellen haar persoonlijk record door 4.11 te springen. Bij het discuswerpen noteerden we voor Silvia een persoonlijk record van 19.26 m een prima resultaat. Corry bevestigde haar goede vorm van de laatste wedstrijden door steeds net boven of onder de 20 m te werpen. Ze bleef dan ook niet veel op Silvia achter met haar worp van 19.16 m.

De 80 m sprint tenslotte kwam aan de beurt als laatste nummer. Hier liep Ellen 11.4 sec en Jaqueline 11.8 sec., gezien de sterke tegenstand goede tijden. De wedstrijd was afgelopen en na enig wachten werden de uitslagen bekend gemaakt. Winnaar bij de meisjes C werd Sagitta uit Amsterdam. HAC '63 eindigde toch eervol op de achtste plaats met 7215 punten.

Voldaan en toch wel enigszins vermoeid en enkele ervaringen rijker trokken we weer huiswaarts. Namens HAC wil ik de ouders en supporters die deze middag onze meisjes C vervoerd en begeleid hebben hartelijk dank zeggen voor hun belangstelling. Tot een volgende keer.

Met vriendelijke sportgroeten

M. Kardurk

Wijzigingen recordlijst

11 juni Emmen

30 speerwerpen MB E. Bruinsslot, 13.86 m

31 kogelstoten MC J. Hooier, 9.56 m

14 juni Heereveen

32 ver. MB, I. de Bree, 4.09 m

33 800 m MB, J. Weinberg, 2.24, 6 min

34 400 m MB, J. Weinberg, 66.0 sec

35 hoogspringen MB, J. Koobs, 1.45 m

14 juni Hoogeveen

36 kogestoten MC, J. Hooyer, 9.95 m

21 juni Stadskanaal

37 1000 m jongens D, E. Groeneveld 3.22, 3 min

28 juni

38 100 m MB, I. de Bree, 13.0 sec (even)

39 peerwerpen MB, L. Kardurk, 17.48 m

40 400 m MB, J. Weinberg, 65, 2 sec

30 augustus Arnhem

41 400 m MB, I. de Bree, 64, 9 sec

42 100 m dames, R. Weinberg, 13.0 sec

30 augustus Heereveen

43 ver JD, E. Groeneveld 4.29 m

23 september Arnhem

44 hoogspringen JD, B.v.d.Lijn, 1.25 m

F. Lantinga, idem

45 600 m JD, E. Groeneveld, 1.52, 1 min.

16^A balwerpen JD, B.v.d.Lijn, 44, 90 m

2^a 1000 m pupillen, P. van Hattum, 3.48, 5 min.

Wedstrijdagenda

Tot onze spijt kunnen we geen wedstrijdagenda plaatsen daar we geen opgave ervan hebben gekregen. Wegens een defect in onze telefoonlijn konden we er Ria ook niet om vragen toen we met dit nummer bezig waren.

Ieder die informatie wil hebben op de wedstrijden wordt verzocht op het publiek te kijken of bij Ria te informeren.

M.+J. Stassen

