

januari '76 A. Prins.

HOOGEVEENSE

HAL 63

ATLETIEK CLUB

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
junioren A/B	f 4,50 per maand
junioren 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.

januari 1976

samenstelling van het bestuur:

voorzitter: E.Weinberg, Melkweg 53 Hgv. 67662
 secretaresse: M.Snel-Göbel, Oleanderstr. 11, Hgv. 65184
 penningmeester: H.v.Dijk, Noorderweg 28, Hgv.
 voorzitter oudercomm.: M.Kardurk, Draco 25, Hgv. 76063
 voorzitter techn.comm.:
 bestuurslid: F.Groenhof, De Arend 61, Hgv.
 bestuurslid: D.G.de Bree, de Reiger 51, Hgv. 65671

Betaling contributie

- 1.gironummer: 33.84.806 t.n.v. penningmeester HAC Noorderweg 28 Hoogeveen.
- 2.bankrekening: 67.68.13.127 van de N.M.B. Hgv. t.n.v. HAC '63 H.v.Dijk, Noorderweg 28, Hgv.
- 3.persoonlijk aan de penning, eester

De copy voor het volgende clubblad inleveren vóór 3 febr. 1976

ZAALTRAINING_ per 1 oktober 1975maandag, 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 Bootzelaerstraat

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

donderdag, zaal Bootzelaerstraat

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

Bostraining: iedere zaterdag in het Spaarbankbos o.l.v.

dhr. van Dijk

jongens D

10 januari 9.00-10.00 uur
 17 ,, 9.00-10.00 uur
 24 ,, Cross comp. Harderwijk
 31 ,, geen training
 7 februari 15.30-16.30 uur
 14 ,, 15.30-16.30 uur
 21 ,, 9.00-10.00 uur
 28 ,, Cross comp. Apeldoorn
 s.v.p. uitknippen en bewaren.

meisjes B en C

10.00-11.00 uur
 10.00-11.00 uur
 Cross comp. Harderwijk
 geen training
 14.30-15.30 uur
 14.30-15.30 uur
 10.00-11.00 uur
 Cross comp. Apeldoorn

NIEUWE LEDEN:

Andrea Westera, Leeuweriklaan 33, Hgv. geb. 7-9-61
 Hans Duijm, Vreughdenstraat 9, Hgv. geb. 6-4-64

0-0-0-000-0-0-0

Bedankt als lid:

Mw. Hoekstra, Meteorenlaan 202, Hgv.

-.1.-.-.-.-.1.-.-

Nieuwe donateurs:

Hr en Mevr. Kat, Huygensstraat 18, Hgv.
 G. strijker, Sportlaan, Hgv.
 G. de Vries, Alb. Steenbergenstr. 16, Hgv.
 A. Maat, v. Echtenstraat, Hgv.
 H. Gort, Voorstraat, Harlingen.

allen per 1-1-76

/. /. /. /. /. /. /. /

Jarig in januari zijn:

E.G. Couperus.	L. Slachter.	W.J. Brouwer.
M. Kardurk-	R. Guichelaar.	E. Buning.
T. Uiterwijk.	H. de Lange.	S. van Dijk.
H. Westerop.	E. Naber.	R. Palyama.
L. Kardurk.	J. Koobs.	S. Witjes.
A. Duinkerken.	H. Schouten.	

o.o.o.o

Enkele punten uit de bestuursvergadering van 2 december 1975.

1. Het eerste deel van de vergadering werd bijgewoond door alle trainers. Daarin werden enkele punten naar voren gebracht, die door het bestuur nader zullen worden bekeken.
 2. De landingsmatten voor de nieuwe hoogspringaccomodatie zullen door de gemeente worden aangeschaft.
 3. Voorstel tot verandering van artikel 8 van het Huishoudelijk Reglement, dit zal op de jaarvergadering worden ingediend.
 4. Jaarvergadering op 28 januari om half 8 in de Goede Herderkerk.
- Volgende bestuursvergadering 14 januari.

WAT BEN IK????

	jongens	meisjes
juniores A	geboren in 1957-58	1958-59
„ B	1959-60	1960-61
„ C	1961-62	1962-63
„ D	1963-64	1964-65
pupillen A	1965-66	1966
„ B	1967	1967
mini-pupil	1968 en later	1968 en later.

o-o-o-o

INGJAARVERGADERINGJAARVERGADERINGJAARVERGADERINGJAARVERGADERINGJAARV

Geachte leden,

Het is het bestuur van H.A.C.'63 een genoegen u uit te mogen nodigen voor de Algemene Jaarvergadering 1976.

Wij hopen u allen te mogen begroeten op woensdagavond 28 januari om half 8 in een der zalen van de Goede Herderkerk aan de Middenweg.

AGENDA.

1. Opening.
2. Ingekomen stukken.
3. Notulen van de Jaarvergadering 1975.
4. Jaarverslag van de sekretaressen
5. Financieel verslag en begroting van de penningmeester.
6. Verslag kascontrole commissie.
7. Verslag technische commissie.
8. Verslag oudercommissie en begroting.
9. Voorstel tot verandering van het Huishoudelijk Reglement artikel 8.

PAUZE.

10. Bestuursverkiezing.

Dhr.E.Weinberg treedt af en is herkiesbaar.
 M.Snel-Göbel treedt af en is herkiesbaar.
 Dhr.H.v.Dijk treedt af en is herkiesbaar.
 Dhr.M.Kardurk treedt af en is her kiesbaar.
 Mej.F.Groenhof treedt af en is herkiesbaar.
 Dhr.D.G.de.Bree treedt af en is her kiesbaar.

Meerdere kandidaten kunnen zich tot het begin van de vergadering bij de sekrtaresse opgeven.

11. Benoeming kascontrole commissie.
12. Rondvraag.
13. Sluiting.

ERGADERINGJAARVERGADERINGJAARVERGADERINGJAARVERGADERINGJAARVERGADER

o-o-o-o-o-o-o-o-o-o

Advertentie rubriek:

Te Koop: een prima spelende en goed uitziende radoi.
 merk SABA.
 3 paar Friese doorlopers maten 23-24-25.
 eventueel ruilen tegen oude munten Wilhelmina.
 M.Kardurk Draco 25 Hoogeveen.

Te Koop bij de fam.Gort, Blankenslaan 73 tel.63094.
 een bankstel, 6 jaar gebruikt.

.....

Diesloop Enschede 6 november.

4.

De atletiek vereniging Kronos organiseerde haar jaarlijkse zogenaamde Diesloop op de terreinen van de technische hogeschool Twente.

Aan deze cross namen voor H.A.C.63 deel Marinus Westerveen en Herman Gort.

Er was een mooi parcours uitgezet over een afstand van 7200 m, waarin een stevige klim was opgenomen.

De heren atleten moesten 6 rondjes van 1200 m lopen, en het was Dick Hillen van Tion Enschede die dit het snelste deed al was het verschil met nummer 2 Tenny Luttikholt van A.S.V.Eibergen maar eentiende sekonde.

Van de twee H.A.C.ers was Herman de snelste met een 11e plaats, na een hele tijd als 9e te zijn doorgekomen.

In de laatste ronde echter werd hij nog verrast door twee snelle sprinters.

Marinus die zoals altijd zeer constand liep werd onbedreigt 30e wat ook een goede klassering was.

In totaal gingen er in deze cross 40 atleten van start en dat viel eigenlijk een beetje tegen.

Wat ook tegenviel was het feit dat er zelfs nog geen vaantje voor de deelnemers aanzat, alleen de eerste drie kregen een prijs, wel een beetje karig vonden de beide Hoogeveeners.

De uitslag was als volgt.

1. D.Hillen	Tion	Enschede	22.40.3
2. T.Luttikholt	A.S.V.	Eibergen	22.40.4
3. H.Posthuma	Marathon	Enschede	23.25.8
4. H.Spitzen	Sportclub	Steenwijk	23.28.8
5. W.Schapelhouman	Sportclub	Steenwijk	23.29.4
6. M.Simons	PEC	Zwolle	23.49.0
7. W.Hofstee	A.S.V.	Eibergen	24.18.0
8. M.Murra	Lingen	Duitsland	24.35.0
9. M.Schapelhouman	AAC	Assen	24.37.0
10. R.Spierenburg	Fortis	Enschede	24.38.0
11. H.Gort	H.A.C.63	Hoogeveen	24.43.0
30. M.Westerveen	H.A.C.63	Hoogeveen	27.41.0

o-o-o-o-o-o

ATLETES EN ATLETEN OPGELET.

OP zaterdag 24 en zondag 25 januari worden in de martinihal in Groningen de open Noordelijke Indoorkampioenschappen georganiseerd. Het programma ziet er als volgt uit.

Dames.

50m horden
50m
800m
verspr.
hoogspr.
kogel
est. 4 x 1 ronde

Heren.

50m horden
50m
800m
3000m
verspr.
hoogspr.
polshoog
kogel
est. 4x 2 ronden

Meisjes.b

50m
800m
verspr.
est. 4x 1 ronde

Jongens.B

50m
1500m
hoogspr.
kogel
est. 4x 1 ronde

De aanvang van deze wedstrijden is 15.00 uur.

Inschrijven voor 13 januari aan A.Dekker Hora Siccamasingel 70
Groningen.

//////////

SINT NICOLAASCROSS.

Op 29 november organiseerde de oudercommissie de jaarlijkse Sint Nicolaas cross.

Dit keer waren er een vijftal spelletjes in verwerkt, die achter elkaar moesten worden afgewerkt.

Inal deze spelletjes was R. Jansen wel het beste, maar daar er geen hoofdprijs was, maar alle deelnemers een zak snoep kregen, alleen onze felicitaties voor hem.

Ook de zo langzamerhand bekend geworden bus chocolademelk en en taai poppen waren aanwezig, zodat het weer een sportieve en goede zaterdagochtend was.

Ook enkele ouders waren aanwezig die spontaan de oudercommissie met de diverse spelletjes hielpen.

Daarvoor onze hartelijke dank ook namens onze jeugd.

. *.*.*.*.*.*.*.*

De (sport)-leider.

Eisen waaraan een sportleider zou moeten voldoen, waarbij gesteld dat hij nooit goed doet, want:

Als hij grappig is, is hij te familiair.

Als hij ernstig is, is hij een zuurpruim.

Als hij jong is, weet hij niets.

Als hij oud is, is hij een oude sok.

Als hij niet drinkt is hij een dooie pier.

Als hij drinkt, is hij een drinkebroer.

Als hij met iedereen praat, is hij een kletsmeijer.

Als hij niet praat, voelt hij zich te hoog.

Als hij zijn mensen kent, zijn zij zijn vriendjes.

Als hij er op staat dat men zich aan de voorschriften houdt, is hij lastig.

Als hij dit niet doet, is hij te goedig.

Als hij van zijn pupillen verlangt dat zij hun plicht doen, is hij een uitslover.

Als hij het niet doet, is hij een slappeling.

Als hij zijn ogen de kost geeft, is hij een snoeper.

Als hij het niet doet, maakt hij zich overal gemakkelijk vanaf.

Kortom, een leider moet aan eigenschappen bezitten:

De Wijsheid van Salomo

Het geduld van Job,

De huid van een olifant,

De slimheid van een vos,

De moed van een leeuw,

Ziet U die 1(ij)leider al voor U ? ? ? ? ?

Overgenomen uit een maandblad.

H. van Dijk.

30 november cross Zwolle.

6.

In Zwolle werd door de skivereniging een prestatiecrossloop gehouden over de afstanden 4 en 8 km.
Aan de 4 km werd door ons senior lid de heer Westerop deelgenomen.
Het parcours was uitgezet bij de Agnietenberg en er kwamen 60 deelnemers aan de start.
Onze H.A.C.er deed het niet slecht in dit gezelschap en bereikte een keurige 4e plaats.
Prima gedaan heer Westerop, loop eens wat vaker een wedstrijdje.

//////////

Jongelui opgelet.

Ook voor jullie zijn er indoorkampioenschappen en wel op 25 januari ook in de Martinihal in Groningen.
Tevens worden de open Noordelijke verenigings kampioenschappen gehouden voor junioren D en pupillen.

Programma aanvang 10.30 uur.

Meisjes C
50m
600m
hoogspr.
kogel
est. 4x $\frac{1}{2}$ ronde.

Meisjes D- driekamp
50m
verspr.
kogel
est. 4x $\frac{1}{2}$ ronde.

Jongens C
50m
800m
hoogspr.
kogel
est. 4x $\frac{1}{2}$ ronde.

Jongens D- driekamp
50m
1000m
verspr.
est. 4x $\frac{1}{2}$ ronde.

Pupillen meisjes A
driekamp
50m
600m
kogelst.
est. 4x $\frac{1}{2}$ ronde.

Pupillen meisjes B
driekamp
50m
600m
verspr.
est. 4x $\frac{1}{2}$ ronde.

Pupillen jongens A
driekamp
50m
600m
hoogspr.
est. 4x $\frac{1}{2}$ ronde.

Pupillen jongens B
driekamp
50m
600m
verspr.
est. 4x $\frac{1}{2}$ ronde.

Ook inschrijven bij de heer A. Dekker Hora Siccamasingel 70
Groningen

Jongens en meisjes dit is een prachtige gelegenheid om ook eens met indooratletiek kennis te maken.
Dus laten we in grote getale naar Groningen gaan.

o-o-o-o-o-o-o-o-o-o

Kinderen zijn geen dingen die je moet kneden maarmensen die je moet ontvouwen.

o-o-o-o-o-o-o-o-o-o

Dit is ook nog een leuke.

"Zouden de mensen zonder blindedarm kunnen leven? vraagt de leraar.
De mensen wel, antwoordt Pietje : maar de chirurgen niet.

Tijdens de cross in Dieren werden de 25-bestenlijsten van de NCABsenioren verkochten we zien dat de diverse HACleden hierop goed vertegenwoordigt zijn. Deze lijsten zijn bijgewerkt vanaf 1958.

Beginnen we met de 100 meter dan zien we op de 12e plaats Jan Kuiper met een tijd van 11,5 en als 2e HACer op de 23e plaats Wim Brand tijd 11,8.

Ook op de 200 meter een HACer bij de 25 besten, nl. Wim Brand op een 18e plaats tijd 24,5

De 400 meter Wim Brand 7e in 53,8

De 800 meter Wim Brand zelfs op een eerste plaats in 1,59,3

4e Jan Huisjes in 2,00,6 en 18e Gerrit ter Stege in 2,08,2

Op de 1500 meter zien we Jan Huisjes op de 2e plaats in 4,08,5 als 6e Tieme Loopers in 4,14,6. als 17e Johan Nijland in 4,24,8 en als 19e Wim Brand in 4,26,4.

Op de 3000 meter een 1e plaats voor Tieme Loopers in 8,48,2 een 14e voor Gosse Hiemstra in 9,33,4 en een 24e plaats voor Johan Nijland in 9,42,0.

3000 meter steeple een 2e plaats voor Herman Gort in 10,26,4

De 5000 meter een 3e plaats voor Tieme Loopers in 15,56,5 en een 11e plaats voor Herman Gort in 16,28,6

De 10000 meter een 4e plaats voor Tieme Loopers in 34,06,5

Ook op de verschillende technische nummers HACers bij de top 25 Kogelstoten Siert Wolters 7e met 10,99 meter, Geert Zinger 15e met 9,87 meter, Gerrit ter Stege 17e met 9,67 meter en Teun Uiterwijk 18e met 9,64.

Discuswerpen een 1e plaats voor Johan Prins afstand 38,09 meter 2e plaats Siert Wolters met 37,72 een 5e plaats voor Wim Brand met 33,49 een 7e plaats voor Gerrit ter Stege met 32,43 en een 8e plaats voor Teun Uiterwijk met 31,52 meter.

Speerwerpen een 2e plaats voor Teun Uiterwijk 50,45 een 6e plaats voor R.v. der Wiede 44,55 een 12e plaats voor Wim Brand 41,78 een 20e plaats voor Gerrit ter Stege 39,00 en een 23e plaats voor Jan Kuiper met 38,10.

Verspringen een 2e plaats voor Jan Kuiper 6,48 meter, 12e Jef Stassen 6,02 meter, een 20e plaats voor Teun Uiterwijk met 5,83 meter en een 21e plaats voor Wim Brand met 5,80 meter.

Hoogspringen een 6e plaats voor Teun Uiterwijk met een sprong van 1,70 meter en een 19e plaats voor Wijnoud Punt met 1,55 m

Hinkstapsprong een 1e plaats Jan Kuiper met 14,15 een 11e plaats voor Jef Stassen met 12,20 een 13e plaats voor Teun Uiterwijk met 12,15 en een 14e plaats voor Wim Brand met 12,09 meter.

We zien dus dat de HACers op alle nummers geducht meetellen.

o-o-o-o-o-o-o-o

Hoe meer ik leer, hoe meer ik weet.
Hoe meer ik weet, hoe meer ik vergeet.
Hoe meer ik vergeet, hoe minder ik weet.
Waarom leer ik dan?????????????

o-o-o-o-o-o-o-o

Wat is een man in de woestijn? Een zandloper.

o-o-o-o-o-o-o-o

Middel.

Ik durf 'snachts niet te slapen juffrouw Dip, ik ben toch zo bang dat er een man onder mijn bed ligt. Weet uwe daar misschien een middel tegen? Natuurlijk juffrouw Dip.
Uwe moet gewoon de poten onder het bed wegzagen.

Nu het jaar weer verstreken is, is er ook weer een wereldranglijst voor topsporters samengesteld.

De ISK(Internationale Sportcorrespondenten) organisatie hield een enquête onder 29 sportredakties in evenzovele landen.

Voor Nederland werd de redactie van AVRO's Sportpanorama aan gezocht.

We zien dat op deze lijst ook de atletiek goed vertegenwoordigt is.

De toptien bij de heren topsporters ziet er als volgt uit.

1e Mohammed Ali	Amerika	Boksen.
2e Joao de Oliveira	Brazilië	Atletiek.
3e Niki Lauda	Oostenrijk	Autosport.
4e Tim Shaw	Amerika	Zwemmen.
5e John Walker	Nieuw Zeeland	Atletiek
6e Arthur Ashe	Amerika	Tennis
7e Oleg Blochin	Rusland	Voetbal
8e Wasili Alexejew	Rusland	Gewichtheffen
9e Bruce Jenner	Amerika	Atletiek
10e Franz Klammer	Oostenrijk	Ski alpin

We zien dat op deze lijst de winnaar van vorig jaar, de Belg Eddy Merx ontbreekt. Hij werd slechts 20e.

Onze landgenoot Johan Cruyff werd 17e.

Ook bij de dames werd de winnares van vorig jaar niet bij de eerste tien geklasseert.

N.l. de Poolse atlete Irena Szewinska die nu een elfde plaats kreeg.

De toptien bij de dames ziet er zo uit.

1e Kornelia Ender	Oost Duitsland	Zwemmen
2e Faina Melnik	Rusland	Atletiek
3e Nadia Comaneci	Roemenie	Turnen
4e Ludmilla Turitschewa	Rusland	Turnen
5e Chris Evert	Amerika	Tennis
6e Annemarie Moser Prol	Oostenrijk	Ski alpin
7e Irina Rodnina	Rusland	Kunstschaatsen
8e Sheila Young	Amerika	Schaatsen
9e Billy Jean King	Amerika	Tennis
10 Renate Stecher	Oost Duitsland	Atletiek

Wat opviel in Dieren tijdens de eerste competitie wedstrijd was het erg ruwe werk van een van de heren, die bij de finish de startnummers verzamelde.

Van iedere atlete of atleet werd het nummer dat met spelden vast zat, zomaar afgerukt, wat in de diverse shirtjes nogal wat gaten opleverde.

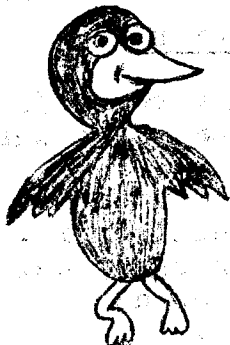
Het innemen van de startnummers is natuurlijk een logische zaak, maar een beetje voorzichtigheid was wel op zijn plaats.

o-o-o-o-o-o-o-o

DE MOP VAN DE MAAND

Gehoord van iemand toen de benzine prijs weer eens naar boven ging.

Och dat is voor mij niet zo erg, ik tank toch altijd maar voor een tientje.



Hakkie

Allemaal nog een gelukkig en
voorspoedig nieuw jaar.

Toch eens proberen of ik volgend
jaar ook op die wereldranglijst
van topsporters kan komen.

O-O-O-O-O

ATTENTIE.

De 2e wedstrijd van de NCAB/KNAU crosscompetitie is op 24 jan.
te Harderwijk, aanvang 13.00 uur.
Het programma ziet er als volgt uit:

Meisjes pup. A/B	1000 m
Jongens pup. A/B	1000m
Meisjes D	1000 m
Meisjes C	1000 m
Jongens D	1500 m
Jongens C	1500 m
Meisjes B	1500 m
Jongens B	3000 m
Dames + Meisjes A	2000 m
Jongens A	5000 m
Heren + Veteranen	8000 m

Voor de einduitslag tellen de 3 beste klasseringen van
de 4 crossen.

-/-/-/-/-/-/-/-/-/-/-/-/-/-/-

Wist u dat.....?

er vanaf 12 december een nieuwe informatiebron bij is gekomen
wat de sport betreft.

Het is namelijk mogelijk om vanaf die datum op de weekeinden van
vrijdagavond 18.00 uur tot maandagmorgen 8.00 uur telefonisch
in een kort bestek het laatste en belangrijkste sportnieuws te
horen.

Als men nummer 020-214214 draait krijgt men in ongeveer 3 min.
alle belangrijke informatie wat betreft aankondigingen van
wedstijden, uitslagen en berichten over afgelaste wedstrijden,
cijfers van lotto en toto, en wat er verder voor belangrijk nieuws
op sportgebied is uit binnen en buitenland.

1^e cross co .wedstrijd NCAB-KNAU 1975/1976 te Dieren.

Verheugend zonder meer (dit in tegenstelling tot het vorig jaar) dat dit jaar de jeugd van H.A.C.'63 goed vertegenwoordigd was bij deze wedstrijd.

Dat er van jaar tot jaar meer belangstelling groeit voor dit soort wedstrijden, bleek wel uit het grote aantal deelnemers. Liefst 400 deelnemers van diverse verenigingen gingen op deze zaterdag van start. Op een zwaar parcours uitgezet op de "Jutberg" door de organiserende vereniging "GELRE".

De organisatie was zonder meer goed.

Tegen 11 uur vertrokken we vanaf de Arend met een twintigtal leden van de HAC-familie naar Dieren.

Om 13.30 uur gingen de C-meisjes van start. Liefst 40 meisjes stonden de dringen aan de start, waaronder een zestal HAC'ers. Het parcours over 1000 mtr. was vrij zwaar met stijgingen en dalingen. In dit groot deelnemersveld toch goede klasseringen voor onze meisjes. Als 1^e HAC'ster kwam Jacqueliën Jansen over de streep op een 8^e plaats in 4.04, gevolgd door Ellen de Bree in 4.14 min. 13^e plaats, op de 16^e plaats Anja Kardurk in 4.18 min. 20^e Gea van der Wiide in 4.30 min., 22^e Gea Kist ook 4.30 min., en 23^e Corry Kardurk in 4.38 min.

De wekelijkse bostrainingen o.l.v. dhr. van Dijk beginnen bij onze jongens en meisjes merkbaar te worden in hun prestaties. Bij de B-meisjes ging voor HAC alleen Joke Weinberg van start. Ze deed het voortreffelijk. Over 1800 mtr. liep en vocht ze zich naar een 3^e plaats in 6.38 min.

Bij de D-jongens over 1800 mtr. ook een vijftigtal deelnemers. Hier ook prima resultaten. Als eerste HAC'er op een 5^e plaats Egbert Groeneveld in 5.59 min. direkt gevolgd door Rudie Jansen als 6^e in 6.03 min.

Op een goede 14^e plaats onze 3^e HAC'er Dik van Dijk in 6.24 min. op een 21^e plaats Bart v.d. Lijn in 6.45 min., als 30^e Wim Koster in 7.25 min. en 36^e plaats Roel Guichelaar in 7.32 min.

Gezien het grote deelnemers veld voor alle jongens goede klasseringen

Bij de A-jongens met 25 deelnemers een prima klassering als 17^e Arie Prins die de 300 mtr. liep in 15.44 min.

Bij veteranen en heren over 5300 mtr. overwinningen van resp. de bekende Klaas de Ruiter van AV de Veluwe en A. Posthumus van Marathon.

Herman Gort klasseerde zich in dit sterke gezelschap als uitstekende 12^e in 20.21 min.

In het grote deelnemersveld eindigde Rinus Westerveen als 2^e HAC'er in 23.15 min. op een 52^e plaats gevolgd door Gerrit ter Stege als 67^e in 24.24 min. en als 84^e Wolter Prins in 25.46 min.

Al met al goede resultaten voor alle H.A.C.'ers. Onder goede weersomstandigheden hebben we genoten van een fijne sport middag.

Tot een volgende keer,

met sportgroeten

M. Kardurk.

In Luttenberg werd een cross georganiseerd over een afstand van 5 km.

Herman Gort die vorig jaar een 2e plaats behaalde in deze zogenaamde najaarscross was ook nu weer van de partij.

Het parcours van ruim 700 meter moest 7 keer afgelegd worden door de 26 deelnemers.

Het was Herman die op het hard bevroren parcours het beste uit de voeten kwam en geen tegenstand van betekenis ondervond.

Alle craks waren namelijk thuis gebleven.

Hij wist 21 deelnemers op een volle ronde te zetten en finishte met een voorsprong van 2 minuten en 10 seconden op nummer twee als onbedreigde winnaar in een tijd van 19.05 .

O-O-O-O-O-O

Mededeling.

De jaarvergadering Distrikt Noord van de KNAU zal worden gehouden op 7 februari 1976 in Hotel Cafe "De Brink" Singelpassage 2 te Assen.

O-O-O-O-O-O

Even lachen.

Vaders hobby is fotograferen en op zijn verjaardag krijgt hij van Jantje een doosje flitslampjes.

"en pap ze doen het allemaal hoor", jubelt Jantje, „Ik heb ze eerst geprobeert”.

O-O-O-O-O-O

Opmerkelijke opmerking.

Volgens exbondstrainer Ton Eykenboom die de oostelijke clubs PEC Zwolle en de A.V.NOP traint, is er veel talent in het oosten, vooral mentaal harder talent.

Als oorzaak noemt hij het feit dat als ze van delagere school komen, ze vaak kilometers moeten fietsen naar een andere school, vandaar de vele looptypes op de langere afstanden.

O-O-O-O-O-O

Zoals jullie kunnen zien beginnen we op de volgende pagina met iets nieuws.

Namelijk een soort s.(portret) te maken van willekeurig gekozen atleten of atleten van onze vereniging.

Jullie krijgen van te voren wel even een seintje van de redactie, zodat jullie even kunnen zorgen voor een foto van jezelf, waarna jullie een klein interview worden afgenomen, wat dan de volgende keer wordt afgedrukt. De foto willen we graag in zwartwit voor een betere afdruk.



Sportret van Anja Kardurk.

Anja, die 17-2-1961 geboren werd, is ± 6 jaar lid van H.A.C., '63. Zoals uit de meeste verslagen en uitslagen blijkt, is zij één van de zeer aktieve C meisjes die onze vereniging rijk is. Gevraagd naar haar hobby's is het antwoord, "sport in het algemeen" met natuurlijk atletiek op de eerste plaats. Ze zit op de huishoudschool "DE PESSERHOF" in Hoogeveen waar ze nog aan basketbal en volleybal doet.

Verder zwemt ze zomers erg graag. Wat de atletiek betreft; zijn haar favoriete nummers de 600 meter en het verspringen. Ze is in het bezit van twee clubrekords. Deze zijn de 600 meter indoor in 2.01 min. en de vier keer 100 meter estafette samen met Ellen de Bree, Janny Hooyer en Janet Brouwer in 56,6 sekonden.

Haar volgende beste prestaties op diverse nummers zijn: 80 meter 11,8, 600 meter 1.56,6, verspringen 4.12 meter, hoogspringen 1.15 meter, kogelstoten 7.48 meter, discuswerpen 19.19 meter en speerwerpen 12,45 meter.

Anja traint 's winters meestal 2 keer per week, één keer in de zaal en één keer in het bos. Op de vraag, "wat wil je later worden" is haar antwoord kort maar krachtig "sportleidster".

Ook werd haar nog gevraagd wat ze verbeterd wil zien bij H.A.C. Natuurlijk wil ze graag de baan gereed hebben en de verspringbak deugt niet zegt ze. De aanloop naar de bak is te hobbelig. Het omslag van het clubblad zou ze graag in de clubkleur zien verschijnen. Verder zou ze graag drie keer in de week willen trainen onder deskundige leiding en een kantine bij de nieuwe baan zou ook niet gek zijn aldus Anja.

Voor de rest was ze dik tevreden met wat H.A.C., '63 te bieden heeft.



Sportret van Marinus Westerveen.

Marinus werd geboren 25-12-1947. Hij is ruim een jaar lid van H.A.C. '63, en een van onze actiefste leden bij de senioren. Hij loopt bijna iedere week een wedstrijd. Hij heeft dan ook al ruim 70 wedstrijden gelopen. "In militaire dienst" zo vertelt Marinus, "had ik iedere week weer een hekel aan de verplichte sport, maar toen ik eruit was ben ik met trimmen begonnen!"

Zijn eerste officiële wedstrijd liep hij tijdens de 6e regionale bosloop die georganiseerd werd door H.A.C. '63 en wat hem een derde plaats opleverde op de 3 km.

Marinus, die werkzaam is als timmerman bij het bouwbedrijf van Os te Emmen, traint is winters zo'n beetje drie keer per week, maar zomers vaak vijf keer en dan vooral in het bos.

Zijn grote hobby is zeilen. Zomers is hij in zijn vrije tijd vaak in Giethoorn, waar hij een zeilboot heeft liggen.

Zijn favoriete nummers zijn de lange afstanden, maar dan tot ± 20 km. "Ik heb één keer de marathon gelopen om eens te kijken hoe dat zou gaan, maar dat is erg moeilijk karwei en dat doe ik voorlopig nog niet weer" aldus Marinus. Als straks de baan klaar is, wil hij graag wat meer baanwedstrijden gaan lopen om zijn persoonlijke rekords wat scherper te stellen.

Marinus was 1 keer winnaar van een wedstrijd in Appelscha en een keer 4e in Hollandscheveld. Hoewel niet vaak winnaar, toch is hij een prima middenmoter, zijn beste prestaties zijn: 1500 m. in 4.52 min., 3000 m. in 10.33,7 min. 5000 m. in 17.45,1 min. uurloop 14.794,50 meter, halve marathon 1.19.00 uur. Marathon Amsterdam 3.59,29 uur en een keer deelnemer aan het Ned.kampioenschap 25 km. in Lisse tijd, 1.52,50 uur.

Ook Marinus werd gevraagd of hij nog wat te wensen had op athletiekgebied. Hij zou graag zien, dat de zaaltraining een maand eerder begint en eindigt, en als de baan gereed is wil hij graag veel wedstrijden lopen in Hoogeveen ook b.v. een uurloop. enz. Als laatste vertelt hij nog, dat zijn wens is om nog een keer de marathon te lopen op het parcours in Griekenland van Marathon naar Athene.

Havelte-20 december

Zaterdag 20 december bleven onze H.A.C.-senioren dicht bij huis nl. in Havelte, waar door onze plaatselijke wielersport - vereniging "de Peddelaars" een cross werd georganiseerd voor hun leden en voor echte atleten die buiten mededinging meededen.

Vorig jaar waren de H.A.C.'ers erg succesvol in deze cross over 6000 mtr. met een overwinning voor Herman Gort en een 2^e plaats voor Jan Prins.

Nu was het echter de sterk lopende Hans Spitzen van Sp.cl. Steenwijk die Herman van de eerste plaats afhiel en onbedreigd als winnaar over de finish ging. Ook Marinus Westerbeek liep een prima wedstrijd, hij ging in totaal als 7^e over de eindstreep net achter persoonlijk NCAB-lid Jan Reinders, maar vóór sterke wielrenners als Jans en Wicher Vlot bv.

* * * *

De volgende twee clubcrossen worden 14 februari 1976 en 6 maart 1976 gehouden weer in het Spaarbankbos.

De wedstrijden beginnen 's morgens om 10.00 uur precies. Dus allemaal op tijd aanwezig zijn.

de t.c.

0=0=0=0=0=0

Wedstrijdagenda voor de maanden januari en februari 1976.

januari	3	Filverstreek	4 ^e wedstr. cross. komp.	Delfzijl
—	10	L.A.T.	cross	Oenkerk
—	10	P.E.C.	Oostel. Kamp. schappen	Zwolle
—	17	N.O.P.	cross	Emmeloord
—	17-18	Gez. Gron. Ver.	Indoorkamp. schappen	Groningen
—	24-25	Gez. Gron. Ver.	Indoorkamp. schappen	Groningen
—	24	AVVOG	2 ^e cross komp. NCAB	Harderwijk
—	31	Arnhem	Nat. Indoor kamp. sch.	Arnhem
—	31	A.V. 34	Midwintermarathon	Apeldoorn
februari	1	Arnhem	Nat. Indoor kamp. sch.	Arnhem
—	15	??????	Ned. Cross kamp. schappen	??????
—	7	Tenaco	3 ^e Cross komp. NCAB	Barendrecht
—	14	H.A.C. 63	2 ^e club kamp. schappen	Hoogeveen
maart	6	H.A.C. 63	3 ^e ,, ,, ,,	Hoogeveen

'().().()

Wegens ziekte in de redactie is de clubkrant iets later dan normaal.

c*o*o*c

