

Van de redactie

Aan het clubblad dat voor u ligt (de laatste alweer dit jaar) zit een luchtje. Een oliebollenluchtje wel te verstaan. Niet alleen omdat ook wij u aan deze belangrijke actie willen herinneren. Ook omdat er op een paar plaatsen in dit blad over de actie gesproken wordt. Onder anderen op blz. 10 in de rubriek "Een ontmoeting met..." waarin over het verleden en de toekomst van de sympathieke Steven Hofenk wordt gefilosofeerd.

Naast de "Ontmoeting met..." zijn ook weer enkele andere vaste rubrieken vertegenwoordigd, zoals "Speerpunt" en "Uit de vrouwengroep". Overigens worden door de schrijfster van "Uit de vrouwengroep" de letters van het woord "Cialfo" op eigen wijze gebruikt. Kijkt u maar op blz. 7.

Hoewel op een enkele straathoek de Kerstman zijn gezicht laat zien is best de moeite waard om nog een terug te blikken op de gebeurtenissen rond Sint en Piet bij Cialfo. Dit pupillennieuws hebben we voor u op blz. 12 afgedrukt.

Graag attenderen we u nog op het bericht over de sportforumavond georganiseerd door de Gemzen op 12 februari a.s. (blz. 14) en op een stukje vrije nieuwsgaring over de Marathon (blz. 6).

Vanzelfsprekend wenst ook de redactie u hele prettige kerstdagen en een goede jaarwisseling.

Of het nu een witte kerst wordt of niet, voor Leontien van de redactie is dat niet actueel. Zij zit momenteel in Kenia, op bezoek bij dochter Manon, en bereidt zich dus op een hele warme kerst voor. Frank "mocht ook mee" zoals ze zei. In het volgend clubblad zal ze u deelgenoot van haar belevenissen maken.

Tot ziens allemaal. Tot volgend jaar!



Index

Van de redactie	1
Van de voorzitter	2
Bestuursmededelingen	2
Verjaardagen	3
Van de ledenadministratie	4
Grote Clubactie	4
Texel.....	5
Geef de pen eens door	5
De schoenen van	6
De Marathon.....	6
Uit de vrouwengroep.....	7
Speerpunt	8
Woensdagavond 9 december.....	9
De stichting Start.....	9
Activiteitenagenda.....	9
Ontmoeting met	10
Ultraloper van de maand december	11
Pupillenhoek.....	12
Wist U dat	12
Kleurwedstrijd.....	12
Sport Forum avond.....	14
Loop-evenement.....	15
Uitslag Grote Clubactie	16
Liesklachten	17
Harry's statistieken.....	19
Wedstrijdverslagen.....	20
Wist U dat	20
Willem de Weerd succesvol.....	21
Uitslagen	22
Clubrecords 1998	23
Colofon.....	24
Trainingstijden en categorieën	25
Agenda	26

CLUBNIEUWS
clubblad van AV Cialfo Epe
22^e jaargang nr. 7 – december 1998

Kopij voor het volgende nummer
inleveren voor 20 januari a.s.

De feestdagen komen er aan. Veel vrije dagen voor de meeste van ons. De één wordt dan juist heel actief en is blij dat hij aan extra bewegen toekomt, de ander heeft zijn tijd nodig om even bij te tanken. Bij Cialfo is het WOC bezig met de voorbereidingen van de derde kerstdagloop. Bijzonder aan deze loop vind ik de 6-uursloop met nationale en internationale deelneming. Zes uren rondjes lopen op de baan, een bijzonder fenomeen. Maar ik geniet op zo'n dag ook van de looponderdelen die van kortere duur en afstand zijn. Het loopplezier staat deze dag voorop. Een prima evenement wat in samenwerking met De Gemzen uit Heerde georganiseerd wordt en waar de kantinecommissie een belangrijke bijdrage levert. Met onze weer (kerst)sfeervol ingericht clubhuis is het evenement bij voorbaat al geslaagd.

Als bestuur houden wij ons op dit moment o.a. bezig met de voorbereidingen voor de jaarvergadering op 19 februari. Meer hierover kunt u in het volgende clubblad lezen. De jubileumcommissie voor 2001 is inmiddels van start, onder voorzitterschap van Henk van Vemde.

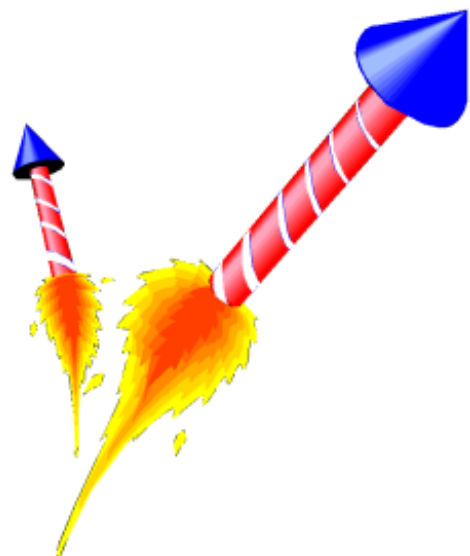
Zorgen hebben we ook, deze betreffen vooral de invulling van een aantal vacatures: het penningmeesterschap, secretariële werkzaamheden, een jurycoördinator, iemand die de jeugdcommissie weer op poten kan krijgen en de ontwikkeling van het kader op langere termijn.. Indien u interesse heeft voor een lichte en/of wat zwaardere taak op het gebied van vrijwilligerswerk, meld het dan bij Marteke of mij, want het principe 'vele handen maken licht werk' gaat hier zeer zeker op. Het was en is juist de kracht van onze vereniging. Om dit te bewaken en sterker neer te zetten is Marteke Witsenbestuur namens het bestuur gestart met een stuk coördinatie van het vrijwilligerswerk.

Rest mij nog om u allemaal goede feestdagen toe te wensen. Ik hoop iedereen te ontmoeten op de nieuwjaarsbijeenkomst op zaterdag 2 januari in het clubhuis. Met name de pupillen en junioren met hun ouders nodig ik uit: voor de jeugd is er deze middag speciale aandacht. De uitverkiezing van de oliebollenkoning(in) en het uitreiken van de prijsvraag voor de kleurplaat (zie verderop in dit clubblad) vind plaats.

Marian Koolhaas

Bestuursmededelingen

- Nicolet Zevenhuizen heeft het wedstrijdsecretariaat A/B en senioren/veteranen overgedragen aan Ria Liefers: bedankt voor je inzet Nicolet! En Ria veel succes gewenst.
- René Hondelink is gestopt als trainer C junioren, bedankt voor je inzet, de resultaten mochten er zijn.
- Debbie Schoonen en Ely Bagerman zijn al weer enige tijd toegevoegd aan het trainingskader. Zij worden met name bij de pupillen ingezet.
- Het bestuur is op zoek naar een nieuwe penningmeester en secretaris. Daarnaast zijn er nog enkele vacatures (zie voorwoord voorzitter). Graag tips en aanmeldingen!
- Peter Berend is definitief gestopt met zijn potje 'jackpotgetal van de week', we kunnen niet nagaan hoeveel hij in de loop der jaren bijeen vergaard heeft. Dat het heel veel geld betreft is wel duidelijk. Een 'onzichtbare geldstroom die op vele plaatsen in en om het gebouw zijn bestemming heeft gekregen. Bedankt
- Het kerstdiner kan dit jaar helaas niet doorgaan door persoonlijke beslommeringen van direkt betrokkenen.
- De oliebollenactie is weer van start, denkt u aan het inleveren van de lijst!! Op 30 december zijn ze klaar.



Verjaardagen

januari

01 Sven Strunk
03 Joost Lubbinge
06 Tom Koele
08 Miranda Timmer
12 Harry Veldkamp
13 Wim Scholten
15 Hans Jansen
20 Gerbert Tiemens
21 Wisse Boomsluiters
22 Christina Wubs
22 Manon Logtenberg
25 Chris Scheepers
26 Xander Schoolen
26 Ine-Joyce Bakker
26 Gertine Brummel
29 Henk v.d. Stouwe
29 Jan Witsenboer
30 Mimi Koetsier
31 Aneya v.d. Blink
31 Dewy Faber

februari

02 Joshua v.d.Kolk
02 Marieke Moerland
02 Anke Opdam
03 Jutka Plompen
03 Johan v.d.Schilde
04 René v.d.Wal
04 Frank Mensink
04 Fritz Molenaar
10 Jasper Staadegaard
11 Piet de Wildt sr
11 Riny Rutten
13 Nolda Beckers
14 Arjan Kluin
14 Mieke Vandebussche
15 Hans Koopman
15 Richard ten Damme
16 Henk Zevenhuizen
17 Ellen Hulleman
18 Kinny van Laar
18 Harmpje van Vemde
23 Barend Bosman
26 Jaap Kooiman
28 Hanneke Philipsen
29 Leo Kwakernaak

OLIEBOLLENAKTIE

Ook dit jaar komt de opbrengst weer geheel ten goede aan de clubkas.

Bestelformulier kwijt??????

Bij de bar liggen er nog genoeg.

Ook dit jaar weer per 50 verkochte oliebollen een kortingsbon van F 2,50 bij Kenta, de plaatselijke CD-shop.

Dank voor jullie medewerking en alvast de allerbeste wensen voor het nieuwe jaar.

Van de ledenadministratie

Via de ledenadministratie van de KNAU heb ik het volgende bericht ontvangen:

Op de Unieraadsvergadering d.d. 30 november 1997 zijn de bedragen 1998 voor contributies en wedstrijdlicenties als volgt vastgesteld:

Basiscontributies

Groep	Was	Wordt
Pupillen	16,-	16,25
Junioren	17,-	17,50
Senioren/veteranen	18,50	19,00
Recreanten	18,50	19,00

Wedstrijdlicenties

Groep	Was	Wordt
Pupillen	11,-	11,25
Junioren	19,50	19,75
Senioren/veteranen	31,-	31,50

Deze bedragen gelden voor het hele jaar en worden automatisch van je rekening afgeschreven. Voor mensen die Cialfo gemachtigd hebben om de contributie te incasseren zal de bondscontributie eind januari worden geïncasseerd en de wedstrijdlicentie (indien van toepassing) eind februari. Indien je per acceptgiro betaald dat moeten beide bedragen betaald worden met de contributie van het eerste kwartaal.

Heb je nog geen wedstrijdlicentie (dit geldt alleen voor senioren en veteranen) en wil je wel aan wedstrijden deel gaan nemen bel of schrijf dan aan

Anke van der Wal.

Leden die hebben bedankt zijn:

Klaas Huisman	m.i.v. 1 januari '99
Aneya v.d. Blink	" "
Peter van Houten	" "
Gerben Enserink	" "
Marjan van Essen	" "
Ceriel Huisjes	" "

Nieuwe leden zijn:

Lizet Oudt	A-pupil
Gerdie van Ree-Kats	recreant
J.Snellenberg	recreant
Tim Bosman	B-pupil
Anneke Hoeve	recreant
Floor Oudt	A-pupil
Joop Simmelink	recreant

Gerard Rutten heeft helaas het hardlopen moeten beëindigen maar blijft Cialfo wel helpen met allerlei voorkomende dingen dus we zullen Gerard nog wel regelmatig zien.

Gerben Enserink wil alle trainers en leden bedanken voor de fantastische tijd die hij bij CIALFO heeft gehad.

Peter van Houten heeft zijn lidmaatschap "moeten" beëindigen omdat de "G"-groep is opgeheven, maar zodra er weer met een groep wordt gestart wil hij daar graag bij zijn!

Grote Clubactie

Op **6 oktober j.l.** is de GROTE CLUBAKTIE van start gegaan.

Marijke Tiemens heeft daarvoor weer heel veel werk verzet!

De pupillen en A/B junioren hebben die dinsdag tijdens hun training in groepjes ook meteen veel loten huis aan huis verkocht.

Gerrie Staaedegaard reed op de fiets in het rond om de pupillen in de gaten te houden zodat ze niet zouden verdwalen of er vervelende dingen zouden gebeuren en Johan v.d. Schilde pakte een heel stel in de auto en is loten gaan verkopen in de Vegtelarij.

Vorig jaar deed Peter Broekhuis dat ook, maar die was na de Clubkampioenschappen behoorlijk geblesseerd geraakt en spijtig genoeg ging dit feest dus zijn neus voorbij!

En omdat er zoveel loten waren verkocht werd de kantine op dinsdagavond 17 november een **PANNENKOEKEN RESTAURANT**

Er waren heel veel pupillen gekomen en na hun



training hebben ze dan ook flink gesmuld van de door Marijke gebakken pannenkoeken en konden alle bordjes zo de vaatwasser in!

(Fijn dat we zo'n ding in de keuken hebben)

De junioren schoven ook aan voor de pannenkoeken en ook de ploeg van Henk Liefers liet zich niet onbetuigd en dan de groep van Barend Bosman die werkten de laatste

pannenkoeken naar binnen met stroop of suiker, er is geen een pannenkoek over gebleven.

Iedereen die loten heeft verkocht wordt reuze bedankt en ook degenen die ze hebben gekocht erg bedankt, want des te meer loten des te beter voor de Club natuurlijk.

Marijke Tiemens hartelijk bedankt voor het vele werk dat je hebt gedaan en we hopen dat je het volgend jaar het weer zult willen doen en dat de medewerking van de leden dan ook weer heel erg groot zal zijn.

Anke van der Wal.

Texel

Dan nog even voor de *recreanten vrouwen* die mee willen naar **TEXEL**.

Er is nog plaats voor een aantal vrouwen die mee willen.

Op dit moment zijn er 32 vrouwen die zich hebben opgegeven en deze vrouwen hebben inmiddels ook een briefje van ons ontvangen met daarin de uitnodiging om alvast f 50,- te betalen omdat er in januari een voorschot moet worden betaald aan DE ZWALUWHOF.

Het is inmiddels ook wel bekend dat we zullen proberen met een aantal "eigen" auto's te gaan, omdat dat goedkoper is dan ieder voor zich.

In februari of maart kunnen we op een woensdagavond na de training dit met elkaar bespreken.

Er zijn misschien nog wel meer vragen en die kun je dus gerust stellen.

Rond de Kerst, met de "6-uurs loop of de Nieuwjaars borrel, Marteke of Anke zijn altijd wel in de buurt van het Clubhuis te vinden, dus tot ziens dan maar en

*Hele fijne kerstdagen en eensportief
1999 gewenst door*

Marteke en Anke.

Geef de pen eens door

Onze rubriek 'De pen' begint een heel eigen verloop te krijgen. Nadat in het vorige nummer Jutka de draad oppakte die in september was blijven liggen, hebben we dit keer per E-mail de reactie van Sarah Zevenhuizen moegen ontvangen, en wachten we nog vol spanning op het schrifsel van Karin.

De redactie hoopt in het volgende nummer zowel de bijdragen van Karin als Kim te kunnen plaatsen. Meiden, kom op laat je eens van je beste kant zien !



From: "H.Zevenhuizen" <h.zevenhuizen@wxs.nl>
To: "Cialfo EPE" <cialfo@tip.nl>
Subject: afzender Sara Zevenhuizen
Date: Tue, 8 Dec 1998 09:09:48 +0100

Hallo allemaal,

Ik heb lang geleden van Rolf de pen gekregen en ben aan de beurt om iets in het krantje te schrijven, dit komt goed uit want ik leer net lezen en schrijven op school.

Vorige maand was ik te laat, maar ik kon niet mailen, want de host van mijn internet provider was offline.

Ik vind het heel leuk op Cialfo, tenminste, dat zeggen mij vader en moeder. Ook zit ik op paardrijden, daar zit je vaker. En op ballet. Nou ik weet niks meer, en geef de pen door aan Kim Lijding.

Daag
Sarah

Hebt u woensdag 31 maart 1999 al genoteerd in uw agenda??

U weet dan is er een ambtenarenloop in Hattem waarbij hulp wordt gevraagd van A.V.Cialfo en De Gemzen.

Meer informatie hierover vindt u in het clubblad van september en mei 1998.

Eind 1997 ben ik samen met mijn vader met hardlopen begonnen bij Cialfo.

Na een paar trainingen te hebben meegedaan op Nike Air Max schoenen, kwamen mijn voeten erachter dat de schoenen toch niet zo fijn zaten. Dus moesten er nieuwe schoenen gekocht worden om een recordtijd te kunnen lopen.

Ik ben toen samen met mijn vader naar Zwolle gereden om bij Running Center nieuwe schoenen te kopen. Ik had namelijk van een vriendin gehoord dat ze hier goed advies konden geven.

Je moeste je oude loopschoenen meenemen en een stukje met deze schoenen op een lopende band lopen. Dit werd opgenomen en aan de hand hiervan, konden ze mij de juiste schoenen geven.

Na een paar rondjes buiten gelopen te hebben op een aantal schoenen, koos ik voor de wit-groene Asics-gel. En met deze schoenen heb ik al aan heel wat prestatielopen meegedaan. Ze hebben me zelfs 2 bekens en 1 medaille (1e prijs) opgeleverd. Ook hebben ze aan 3 seniorencompetities meegedaan, (mijn tijden vinden jullie in Harry's statistiek).

Ik loop nu (na vele kilometers) nog steeds op deze schoenen.

De volgende die een stukje mag schrijven is mijn vader: **Henk van der Stouwe.**



De Marathon.

Voor U gelezen een door Rob Hammink geschreven stukje over:

de **MARATHON.**

Ik heb ze nooit echt begrepen, maar de joggende medemens had mijn zegen. Hijgend, als worsten in veel te strakke pakjes, mangelen ze voor hun plezier het lichaam.

Training... Soms lijkt het erop alsof we nog steeds in tijden leven dat er everzwijnen gevangen moeten worden.

Naar Amerikaanse analogie kom je de gezondheidsfreaks voor of na werktijd tegen in parken of op afgelegen industrieterreinen. Prima plekken waar kilometers doelloos asfalt een nieuwe functie krijgt.

Maar waarom kan het daar niet bij blijven?

Waarom moeten met regelmaat hele steden voor collectief gesjok worden lamgelegd?

Laatst was het weer zover. Nietsvermoedend kwam ik, komend van een weekeinde Nijmegen, de Amsterdamse Middenweg opgereden, waar een kordon serieus kijkende politieagenten (wie betaalt dat allemaal?) duidelijk maakte dat er iets verschrikkelijks aan de hand was. "Een brute roofmoord of een gijzeling?" zo vroeg ik me af. "Nee, de marathon", was het antwoord.

Meneertje had het in de buurtkranten kunnen lezen... alsof ik niets anders te doen heb.

Hoe je vervolgens aan de andere kant van de stad komt, hangt af van je eigen inzicht, want geld voor omleidingsbordjes is er natuurlijk niet.

Dolend als een dronken postduif stuitte ik een uur lang van de ene op de andere afzetting. Ik kwam in buurten waar je niet dood begraven wilt worden. Maar ik ontdekte ook een benzinepomp in Betondorp waar diesel zeker vijftien cent goedkoper is.

Hiervoor wil ik de sportieve medemens toch danken.

Speerpunt

Mijn zoon van 23 gaat het huis uit, dus de zolder op en zoveel als mogelijk is meegegeven naar zijn nieuwe domein, schoolspullen, spelletjes, auto's, foto's, en onherkenbare attributen die hij zelf wel herkent. Mooi, krijg ik weer wat ruimte en hij het heen en weer want hij weet niet waar hij met al die historie naar toe moet. Ik vertel hem dat dat niets uit maakt want dat wist ik uiteindelijk ook niet meer.

Op een bepaald moment zit ik ook te graven in een doos vol met medailles, bekens, vaantjes en foto's uit mijn miserabel atletiekverleden en mijn aandacht valt op een wel heel oude foto.



Er staan vier lopers op, ik herken ze eigenlijk direct: uiterst links mijn grote vriend Aad Reijm gevolgd door Dick van de Veen (voorzien van een outfit die u waarschijnlijk niet van hem gewent bent maar zo liep hij vroeger altijd rond, samen met Arend Vinke). Die had óók zo'n mooi petje maar dan van de "Eagles".

Dan zien we de auteur van dit vervelende stukje. En nu komt het mooiste, onze Jos, uiterst rechts in beeld. Nu kunt u zien hoe oud deze foto wel is want hij stamt nog uit de tijd voordat onze Jos rechttop ging lopen.

Dus het is met recht een prehistorische afbeelding.

De foto kan wel 25 jaar oud zijn, dus een snel rekensommetje leert ons dat Jos daar ongeveer 26 geweest zal zijn.

Dick van de Veen is volgens mij na het nemen van de foto nog 5 centimeter gegroeid want we zijn ongeveer even kort op dit moment.

Nu hebben sommige lezers de vorige keer gedacht dat Jos Jan echt van de weg heeft gereden (met de fiets), maar dat is natuurlijk niet zo. Dat laat hij namelijk doen door Ben of door Hermen-Jan of door Peter de schilder. Zo, dat is ook weer rechtgezet.

Het is bijna Kerst en Nieuwjaar, dan is het 1999. Ik krijg er al een spannend gevoel van. Nog een jaar en we zien wat het millenium probleem nu werkelijk inhoudt.

Al die computers op hol, en de chaos die dat teweeg brengt, of zal brengen.

Als het een beetje gunstig uitpakt raakt de computer van de belasting ook in de war en hebben een heleboel mensen en verenigingen opeens geen probleem meer.

Het is maar zoals je het ziet.

Ik tover maar weer eens een leuk plaatje op het scherm en wens jullie allen heel fijne feestdagen.

Foto en loop voorzichtig,
groet Bert.



Het is nevelig, koud, somber, droog en windstil. De opkomst van de damestrimgroep is matig. 11 vrouwen hebben “de stoute loopschoenen” aangetrokken en zijn naar de training gekomen, wat we echter nog niet weten is dat er wel een *lichtpuntje* aanwezig is. 19.00 uur, het inlopen begint, dan volgt het hoofdprogramma. We vinden het niet meer erg dat we het weer getrotseerd hebben, want wat volgt is de bekende *lichtjesloop*. Op het pad naar de achteruitgang en het pad dat weer naar de baan gaat zijn tientallen potjes met kaarsjes neergezet (door Mar!). Om drie groepen van 4 de krijgen doet Berend deze keer ook mee. We hebben al ploegend door de blubbersneeuw ruim een half uur dit parcours is estafettevorm gelopen. Na afloop van training stond de koffie en thee al klaar, door Marteke verzorgd, en konden we weer op temperatuur komen. Hieronder volgt een weergave van bijna alle loopsters en Berend hoe deze training ervaren is (helaas hadden Wendy en Marieke geen tijd om nog even te blijven en ontbrak Mimi het aan inspiratie).



- José : De lampjesloop was prachtig.*
Thea : Het veld leek net een kom yoghurt, maar met ons 12-en hebben we er een heerlijke weg door gebaad.
Ingrid : Het was weer een geslaagde training.
An : Trainen in zompige sneeuw, van harte aan te bevelen, echt conditiewerk
Gerdie : Leuk zo'n romantische training (met veel druipkaarsjes) in het bos, zo zien we onze trainer Berend nog eens lopen toch!
Berend : Wat mij opvalt bij de dames is, dat zo gauw het weer slecht is dan is de opkomst ook slecht. Alleen de harde kern is er.
Mar : Ploegen tussen de waxinelichtjes in de sneeuw heeft ook zijn charme.
Hermien: Lopen in sneeuw, ijzel, mist, donker, natte voeten, kaarslicht, geen glühwein, wel Berend.
Tiny : De trainingen zijn altijd leuk, maar deze was door de lichtjesloop wel heel erg sfeervol.



De Stichting Start

De Stichting Start, voluit de ‘Stichting Promotie en Beheer Kunststof Atletiekbaan Epe’, is een onafhankelijke stichting die is opgericht om de aanleg en de exploitatie van een kunststofatletiekbaan t.b.v. de AV Cialfo mogelijk te maken.

Het bestuur van de AV Cialfo heeft er destijds (1988) bewust voor gekozen om deze weg te bewandelen, omdat:

- een stichting slagvaardiger kan handelen en
- het bestuur van de vereniging de belasting die het beheer van een kunststof atletiekbaan met zich meebrengt er niet bij hoeft te doen.

Om de stichting en de vereniging nauw op elkaar betrokken te houden is het volgende bepaald:

- het bestuur van de stichting Start bestaat, statutair, uit tenminste 3 leden van de AV Cialfo
- 1 bestuurslid van de AV Cialfo heeft zitting in het bestuur van de stichting.

Dit laatste zorgt ervoor dat het bestuur van de AV Cialfo (en dus daarvan afgeleid de leden) volledig inzage heeft in het beleid van het stichtingsbestuur.

Het bestuur van de stichting bestaat op dit moment uit:

Jan Witsenboer, voorzitter
Jos Koedijk, secretaris
Hennie Strunk, penningmeester
Marian Koolhaas, lid
Frank Mensink, lid

Activiteitenagenda

- 27 december: 3^e kerstdagloop
30 december: afhalen en/of bezorgen oliebollen
2 januari: nieuwjaarsbijeenkomst
4 januari: schoonmaak clubhuis
18 januari: schoonmaak clubhuis
1 februari: schoonmaak clubhuis
19 februari: jaarvergadering

Ontmoeting met Stefen Hofenk

De kaarsjes branden, de kerstverlichting is ontstoken. Terwijl de koffie en thee aan onze tafel wordt geserveerd zwelt deze woensdagavond het geroezemoes op de achtergrond aan. In deze gezellige omgeving (voor alle duidelijkheid: niet in een deftig restaurant maar in onze eigen kantine) ontmoeten wij Steven Hofenk.

Bij aanvang van het gesprek worden er eerst twee misverstanden uit de weg geruimd. Steven zit dit jaar niet, wat wij dachten, in de "oliebollenploeg". In 1997 was dat (voorlopig) voor het laatst. En Steven is niet, zoals hij aanvankelijk dacht, sinds 1991 lid van onze club, maar al sinds 1985. Voor die tijd raakte Steven zijn sportieve energie kwijt in de voetballerij. De manier waarop hij bij Cialfo kwam weet Steven zich nog best te herinneren. Broer Harold, die al langer lid was, wist Steven zover te krijgen ook lid te worden. Hij was toen C-junior en trainde onder Nico Telgen en als B junior (en verder) trainde hij onder Betty Hofmeijer. Zijn talenten lagen op de sprintonderdelen. Hij kan bogen op snelle tijden, o.a. 11.8 sec. op de 100 meter en 39.1 op de 300 meter. Toen halverwege de jaren 90 de sprintploeg uitdunde stapte Steven over naar de wat langere afstanden (800-1500) waar hij zich aan anderen kon optrekken. Met veel plezier traint hij sindsdien in de ploeg van Henk Liefers. Sinds zijn lidmaatschap heeft Steven ook in de competitieploegen meegedraaid. Nog steeds kan op hem een beroep worden gedaan om de kleuren van Cialfo te verdedigen. Sportief als hij is kan Steven ook regelmatig op een mountainbike in de bossen van Epe worden aangetroffen. Zomers komen daar nog eens zwemmen en surfen bij. Kortom, een op en top sportman. De basis hiervoor is kennelijk in het gezin Hofenk gelegd. Vader Hofenk schuwt de sportieve inspanning evenmin. Deze lange afstandloper loopt regelmatig door de Eper natuur. Het is Steven (nog) nooit gelukt pa Hofenk als lid van Cialfo aan te kunnen melden. Zelfs niet toen de nieuwe kunststofbaan praktisch in de achtertuin van de familie kwam te liggen. We krijgen echter de indruk dat Steven het er nog niet bij laat zitten. Cialfo is echt een leuke club, dus volhouden Steven!

Over het vele vrijwilligers werk dat Steven deed en doet voor onze vereniging kan hij, soms met wat nadenken, best veel vertellen. Het valt op dat Steven het best te typeren is als een duizendpoot. Hoewel hij, bijvoorbeeld, nooit lid van de jeugdcommissie was, verrichte hij daar wel handen spandiensten voor. Zoals assisteren bij de jeugdkampen en een zeer belangrijke rol spelen tijdens de Sinterklaasfeesten. Voor elke klus was en is hij inzetbaar. Of er nu wat te verven valt of het snoeien van de houtwallen rond de baan, het

maakt niet uit. Regelmatig draait hij mee in de ploeg van de wedstrijdorganisatiecommissie (WOC) waar hij als een soort "vliegende kiep" overal voor inzetbaar is. Parcoursen uitzetten is de meest voorkomende taak voor hem.

Wellicht dat onze club het in het aanstaande voorjaar Steven wat minder vaak zien. Hij heeft pas een huis gekocht op de Vegtelerij en daar moet nog wel het een en ander aan gebeuren, dus.....



Nu we momenteel middenin de jaarlijkse oliebolacties zitten kost het Steven weinig moeite "smakelijk" te vertellen over zijn rol tijdens de acties uit het verleden. Het bakproces gaat nu moderner en efficiënter maar een paar jaar geleden was een bakploeg van 10 a 14 mensen heel normaal. Stelt u zich maar eens bakproces voor, waarin de ganse dag twee man in het deeg bolletjes 'knijpen' en in de olie doen, twee man de oliebolletjes draaien en 2 man de bollen er weer uitscheppen. Volcontinu.

Wij hebben overigens het vermoeden dat Steven ook steeds de oliebolletjes aan het tellen was. Want tellen en rekenen zit hem in het bloed. Als assistent accountant bij het grote KPMG (internationaal accountantsbedrijf) verdient hij zijn boterham. In de loop van 1999 hoopt hij zijn opleiding tot registeraccountant te kunnen afronden. En wilt u weten waar broer Harold uithangt? Die blijkt ook een "rekenaar" te zijn want hij is werkzaam bij de Frieslandbank te Leeuwarden. Ook Harold heeft zijn sportieve Cialfo-afkomst niet verloochend want hij is actief lid van de atletiekvereniging in Leeuwarden.

Aan het eind van het interview wensen we Steven veel succes met de afronding van zijn studie en het opknappen van zijn nieuwe huis.

PS:

En weet u met welke partner de nieuwe woning gedeeld gaat worden? Wat doet dat er toe, zult u zeggen? Nou, omdat het Debby Rijnberk is. Een Cialfo-relatie dus. Zo zie je maar weer hoe je al hardlopend ook nog oog voor de omgeving kunt houden.

Ultraloper van de maand december

(geïnspireerd op pupillenhoek clubblad Gemzen)

Naam: Dijkgraaf.

Voornaam: Jan-Willem.

Adres: Officiersweg 47.

Woonplaats: 8162 EB EPE

("bankrekeningnummer op aanvraag")

1. Op welke school zit je?

Ik zit niet meer op school.

2. Leeftijd?

45 jaar

3. Wat wil je later worden?

Oud. Ik ben al groot. Magazijnmedewerker.

4. Wat lust je graag?

Bamischijven. Cassis. Koffie.

5. Wat lust je beslist niet?

Spruiten. Tomaten.

6. Wat is je favoriete televisieprogramma?

Jerry Springer.

7. En het beste radioprogramma?

Sky Radio.

8. Wat zijn je hobby's?

Biljarten. Flipperen.

9. Ben je senior of veteraan?

Veteraan natuurlijk. Mannen-45-plus.

10. Hoe lang ben je al lid?

Toen Mar en Leo Kwakernaak nog trainingen gaven, was ik al eens lid. Dat is in de begintijd van Cialfo. Eind zeventiger jaren. Dus dat is al heel lang geleden! Toen waren er ook nog prestatielopen op de Renderklippen. Ik heb daar nog wel vaantjes van, denk ik. In 1991 ben ik weer bij Cialfo gekomen.

11. Wat vind je leuker veld- of zaaltraining?

Nou, ik train zelden en al helemaal niet in de zaal.

12. Wat is je beste 1000 mtr.-tijd?

Al sla je me hardstikke dood, ik weet het niet. Vraag dat maar aan Harry Veldkamp.

13. Wat vind je een pluspunt van Cialfo?

Ik word niet verplicht om te trainen.

14. Wat vind je een minpunt van Cialfo?

Ze zouden me eigenlijk moeten verplichten om meer te trainen.

15. Wie is nu je trainer?

Henk Liefers en ikzelf.

16. Wat is je grootste wens?

Een wereldrekord op de 24-uur als ik 100 jaar ben.

17. Wat verwacht je te lopen met de 6 uur in Epe?

60.001 meter.

18. Wat is je beste afstand op de 6 uur?

68.679 meter.

19. Doe je ook wel eens aan polsstokhoogspringen?

Hallo, ik ben niet gek! Ik ben geen vliegtuig.

20. Verder nog opmerkingen?

Ik hoop dat er meer ultralopers bij Cialfo komen. Jos Koedijk dacht dat hij er eentje was, toen hij 8 uur in Heerde liep, maar daar hoor ik nooit meer iets van. Dus ik ben weer de snelste ultraloper van de Officiersweg. Jaap Kooiman en Harry Veldkamp hebben het een keer geprobeerd in de bergen in Duitsland. Maar na 1 keer ben je nog geen ultraloper ...



De eerste twee crossen zitten er op evenals de indoorwedstrijd in Heerde. De resultaten staan achter in het clubblad.

Twee crossen staan ons nog te wachten die op 30 januari in Gaanderen en op 27 februari in Zutphen.

Voor het komende baanseizoen geven we de data door van de wedstrijden voor de pupillen in onze regio in 1999.

Pupillencompetitie:

24 april	Flevo Delta	Dronten
5 juni	Cialfo	Epe
12 juni	PEC	Zwolle

Medaillewedstrijden:

17 april	Athlos	Harderwijk	A
8 mei	Gemzen	Heerde	B
26 juni	Sprinter	Meppel	B
18 sept.	Flevo Delta	Dronten	A

Op **dinsdag 5 januari** na de training kunnen jullie de tweeling van Anja en Arjan, Lotte en Sanne, bewonderen!

Allemaal op de training komen dus die dinsdag.

We ontvingen een brief van Sinterklaas.

Aan de Cialfo pupillen.

Eindelijk ben ik dan terug in Spanje en ben begonnen met het beantwoorden van de correspondentie en kwam daarbij de tekeningen en de sollicitatiebrieven van Cialfo tegen.

De tekening van Dewy vond ik de mooiste maar verschillende andere tekeningen waren ook prachtig.

Zoals bijvoorbeeld die van Pepijn, Tom., Thijs, Nancy, Caroline en Annet. Marjolein had alleen haar huis en de pakjes getekend, maar was de Sint vergeten.

De gezamenlijke tekening van Anouk, Karin en Hester was schitterend.

Verder heb ik verscheidene sollicitatiebrieven ontvangen op het baantje van hulppiet voor volgend jaar. Onder andere van Joshua en Steven. Via de E-mail heb ik geen berichten door gekregen.

En dan die oliebollen die de kinderen verkopen, heel goed van jullie. Joshua vertelde dat hij er al 350 had verkocht!!

Tot volgend jaar en vaak op de training komen dan hoor ik volgend jaar wel hoe hard jullie vooruit zijn gegaan.
Sint.

hebben naar het baantje van hulppiet aangenomen worden voor volgend jaar!

Op 24 december en 31 december is er geen training!!!

Denk aan de gezellige bijeenkomst op 2 januari van 5 tot 8 uur waar de oliebollen Koning of Koningin gekroond wordt!!!

De trainers.

Wist u dat

- we nu twee hekken hebben in het bos en dus een rondje kunnen lopen.
- de zwarte Piet aardig kon trampolinespringen.
- Bram er helemaal wat van kan.
- Annie een fiets met berm-verlichting heeft.
- er op 2 januari een gezellige nieuwjaarsbijeenkomst is voor alle leden ook ouders van jeugdleden.
- de tijd van 5 tot 8 uur is speciaal gekozen zodat ook onze jongste leden hier aanwezig kunnen zijn.
- de oliebollen koning of koningin dan ook gekroond wordt.
- de plek, waar de crossen in de regio gehouden worden, soms zo moeilijk te vinden zijn dat de deelnemers maar weer naar huis gaan.
- Janny en Hennie het clubhuis weer sfeervol in Kerststemming gebracht hebben.

Kleurwedstrijd

Op de volgende pagina vind je een kleurplaat. Deze kun je inleveren t/m 2 januari 1999 in de copybus van het clubblad. Op de nieuwjaarsbijeenkomst (2 januari) wordt bekend gemaakt wie de mooiste plaat heeft gemaakt. Een extra reden om alleen of met je ouders naar de nieuwjaarsbijeenkomst te komen!

Toch leuk he dat we nog wat horen van de Sint. Nu maar hopen dat de jongens die gesolliciteerd

Uitslag Grote Clubactie

Harry's statistieken

Aalten, Gerard Tebroke Memorial, 29-08-98: 5 km.: Monique Blom, 26.14; Nolda Beckers, 26.28 (nagekomen uitslag).

Meppel, Reest-halve marathon (21,1 km.), AV De Sprinter, 17-10-98: M40: 9. Jaap Kooiman, 1.25.43 (tot. 43e.); 20. Jan-Willem Dijkgraaf, 1.38.18 (tot. 136e.).

Kring van Dordt, De Kleine Haarloop, 18-10-98: 10 E.M. (16,1 km.), prestatie-loop: 21. Piet de Wildt sr., 1.11.17.

Haarlem, Trosloop, halve marathon (21,1 km.), 18-10-98: Jan-Willem Dijkgraaf, 1.38.37.

Essen (Dld.), 36e Int. Marathonlauf 'Rund um den Baldeneysee', 25-10-98: 6. Wim de Weerd, 2.41.28 (1e. M40, CR M40!).

Assen, 1e PTT Post-Run, halve marathon (21,1 km.), 25-10-98: 15. Gerbert Tiemens, 1.27.23.

Etten-Leur, Herfstmarathon, 25-10-98: Jan-Willem Dijkgraaf, 3.50.03.

Lembeek (Dld.), marathon, 31-10-98: Jan-Willem Dijkgraaf, 3.42.10.

Heerde, 16e Klokloop, AV De Gemzen, 31-10-98: prestatie-loop, 4,2 km.: 1. Piet de Wildt jr. 14.01; Mariska v.d. Stouwe, 20.19; Niels Versteeg, 20.19. 10.8 km.: Henk v.d. Stouwe, 49.03. 15 km.: Dick Doornebal, 1.04.43; Piet de Wildt sr., 1.06.08.

Epe, Nemeef-halve marathon (21,1 km.), AV Cialfo, 7-11-98: 8. Harry Veldkamp, 1.21.05 (5e sen.); 9. Marco Mensink, 1.21.21 (6e sen.); 20. Gerbert Tiemens, 1.26.15 (13e. sen.); 21. Erwin van Duinen, 1.26.16 (14e. sen., pr); 39. Jan Lubbinge, 1.33.44; 49. Piet de Wildt sr., 1.35.49 (7e. M50, pr); 61. Wim Hullegie, 1.38.24; 64. Hermen-Jan van Petersen, 1.39.24; 67. Dick Doornebal, 1.40.02 (8e. M50); 69. Jaap Kooiman, 1.40.21 (7e. M40); 94. Jack Ribbink, 1.50.29. 10 km.-prestatie-loop: 11. Bert Otterspeer, 40.36; 20. Gert Schaap, 43.59; 24. Henk v.d. Stouwe, 45.00; 40. Max Dertien, 52.03; 42. Thea Steentjes, 53.40; 51. Philip Hoogenraad, 57.03; 52. Elbert van Laar, 57.19; 55. Monique Blom, 58.42; 58. Nolda Beckers, 1.00.02; 59. G. van Ree, 1.00.03; 60. Linda Faber, 1.03.25; 61. Ria Oostenbroek, 1.03.38; 62. Henk Zevenhuizen, 1.03.40.

Apeldoorn, Randerodecross, AV Veluwe, 14-11-98: 3,2 km.: Rene Broerse, 15.05.

Putten, Rusthoeveloop, prestatie-loop, 14-11-98: 20 km.: 7. Jan-Willem Dijkgraaf, 1.32.20.

Oldenzaal, halve marathon, LAAC, 15-11-98: 21,1 km.: 65. Jan-Willem Dijkgraaf, 1.41.59.

Olme-Spa-Olme (B.), Ultraloop, 22-11-98: 63,3 km.: Jan-Willem Dijkgraaf, 7.33.00.

Tilburg, Int. 40e Warandeloop, cross, 29-11-98: Jongens A (5800 mtr.): 29. Piet de Wildt jr., 21.19; Mannen senioren (7800 mtr.): 96. Harry Veldkamp, 30.34.

Herten-Bertlich (D.), marathon, 29-11-98: Jan-Willem Dijkgraaf, 3.58.14.

Heerde, Sintloop, De Gemzen, 5-12-98: 12,3 km.: 5. Harry Veldkamp, 47.39; Dick Doornebal, 54.17.



Harry in actie tijdens de Cross in Epe

Essen (Dld.), marathon, 25-10-98

Wim de Weerd (AV Cialfo) heeft de marathon in het Duitse Essen bij de veteranen gewonnen in een goede 2.41.28 u. De Hattemer was daar 'haas' voor Jan van Ommen (Gemzen), die na 2.38.33 u. finishte. De Weerd werd in het totaalklassement zesde. Met zo'n eindtijd had de Cialfo-atleet een week eerder zilver gewonnen op het Nederlands kampioenschap veteranen in Eindhoven. Hij vestigde een nieuw Cialfo-record. Sinds 1979 stond dit record op naam van de legendarische Arend Vinke.

Tilburg, Warandeloop, 29-11-98

Bij de Warandeloop in Tilburg is Emstenaar Ronald van den Blink (AVN) als 19e geeindigd met 26.06 min. op de 7800 mtr. cross. Harry Veldkamp (Cialfo) werd bij de sterk bezette nationale wedstrijd 96e met 30.34 min. De atleten liepen niet zo snel als vorig jaar. Het parkoers in het fraaie Warandepark was zeer glad en modderig geworden door regenbuien.

Piet de Wildt jr. kwam als 29e over de streep bij de A-junioren, die 5800 mtr. liepen. Zijn tijd was 21.19 min. Cialfo-trainer Henk Liefers was tevreden over de verrichtingen van zijn atleten. Hij rekent erop dat ze zich gedurende het winterseizoen nog flink zullen verbeteren.

Kampen, 2e wedstrijd G/O crosscompetitie, 12-12-98

Cialfo-atleet Piet de Wildt jr. is derde geworden bij de tweede wedstrijd van de Gelders-Overijsselse competitie. In Kampen liep de A-junior 22.11 min. op de 6000 mtr. Organisator Isala had in het recreatiegebied Roggebotsluis een goed te belopen parkoers uitgezet met enkel heuveltjes. Trainer Henk Liefers was goed te spreken over de prestatie van de jeugdige Vaassenaar. 'Ik zie progressie. Met de vierde plaats van de vorig keer zal hij in het eindklassement van de crosscompetitie in de top eindigen. Ik ben benieuwd wat hij kan met de Sylvestercross in Soest.'

Deze nationale cross vindt traditioneel plaats op de laatste dag van het jaar.

Wist U dat

- Wim de Weerdt nationaal brandweerkampioen geworden is in Epe? Hij had 32.21 min. nodig voor de 9000 meter lange cross rondom ons eigen accommodatie. Het was dit jaar zijn derde nationale titel. Eerder haalde hij vijf WK-brandweertitels.
- Trainer Henk Liefers 's middags al de baan inspecteert voor de avondtrainingen. Hij doet dat op de fiets als hij 'kilometers maakt' op zijn mountain-bike. Bij sneeuwval is Henk niet te beroerd om persoonlijk 'baan 1' schoon te vegen! Na 150 mtr. had hij al de blaren op zijn handen.



- Ultraloper Jan-Willem Dijkgraaf bij een wedstrijd in België twee minuten sneller was als vorig jaar. In de Ardennen liep hij nu 7.33.00. In 1997 duurde het twee minuten langer. Toen was hij verdwaald ... en liep hij een kwartier extra. Toen was het geen 63,3 km. meer ..., treurde hij.
- Arjan Kluin en Erwin van Duinen speciaal in training zijn voor de halve marathon van Egmond. Arjans vrouw komt uit die omgeving en de familie wil je natuurlijk wel even laten zien dat je kan hardlopen. Buurman Erwin van Duinen wil niet ontbreken op het strand. Hij is namelijk bang dat Arjan sneller loopt; dan kun je beter in de buurt blijven ...
- Harry Veldkamp in het geheim traint voor een marathon in het voorjaar van 1999. 'Niet Rotterdam', zegt hij. Hij wil nu eindelijk wel eens onder de magische grens van drie uur lopen. Dat moet gebeuren in een marathon waar niemand wat van weet. Het wordt Harry's 13e marathon; als dat maar goed gaat.

Willem de Weerdт wederom succesvol bij Cross

De NK-Cross 1998 werd net als voorgaande jaren georganiseerd door de atletiekvereniging AV-Cialfo te Epe. Het parcours was gewijzigd ten opzichte van vorige jaren, omdat staatsbosbeheer het gebied als "Natuurreservaat" heeft aangemerkt. Ditmaal was het parcours (4 rondes) om en rond de atletiekbaan aan de Wagtelenberg. Diverse boomstammen en stobalen moesten worden genomen die her en der waren neergelegt. In totaal gingen 31 deelnemers van start op het zonovertogen parcours in Epe. De speaker de heer Borgmeijer maakte er weer een happening van. Bij het begin van de derde ronde begon het veld aardig uit elkaar te vallen. Willem de Weerdт sprong weg uit het kopgroepje en werd voor de zesde keer achtereens Nederlands Crosskampioen. Als tweede finishte Marco Vink uit Den Haag en derde werd Luuk Hindriks uit Emmen. Als eerste dame finishte Ineke Admiraal uit Egmond. Sandra van de Voort uit Leiden werd goede tweede en als derde finishte Marianne Troost. De prijsuitreiking werd ditmaal gedaan door de heer F. Mensink lid van het organisatieeam AV-Cialfo.

De afdeling Atletiek van de NBSB bedankt de atletiekvereniging AV-Cialfo voor de organisatie en de gastvrijheid.

Op dezelfde dag als de NK Cross voor brandweerlieden werd ook een prestatiecross gehouden waaraan een aantal Cialfo atleten deelnamen.

Hieronder ziet u Jaap Kooiman in actie.



WEDSTRIJD-DEPOT

Met ingang van december is het wedstrijd-depot overgegaan van Nicolet Zevenhuizen naar Ria Liefers. Dit geldt voor A/B-junioren, senioren, veteranen en voor dames en heren die met een wedstrijdlicentie wedstrijden lopen.

Algemene voorwaarden voor nieuwe atleten(tes):

- bij een minimaal te lopen wedstrijden een inzet van f 25,- of meer
- voor regelmatig te lopen wedstrijden f 50,- of meer.

Iedereen krijgt in januari een overzicht over het saldo wat men in het depot heeft zitten.

Bij een negatief saldo wordt contact met de atleet(te) opgenomen, zodat zij eerst geld storten voor er weer ingeschreven kan worden voor de volgende wedstrijden.

Iemand die veel wedstrijden loopt, krijgt regelmatig een overzicht van de gelopen wedstrijden en het saldo.

Bij vragen bellen naar:

Ria Liefers
Zwaluwstraat 11
8172 EW Vaassen
tel: 0578-574663

Gironummer Cialfo wedstrijd-depot: 6240410

10 Kilometer Cialfo, 7 november 1998

11	Bert Otterspeer	0:40:36	Man-Vet45 (1)
20	Gert Schaap	0:43:59	
24	Henk v.d. Stouwe	0:45:00	Man-Vet45 (4)
40	M.E.Dertien	0:52:03	
42	Thea Steentjes	0:53:40	Vrouw (3)
51	Philip Hoogenraad	0:57:03	
52	E.van Laar	0:57:19	
55	Blom	0:58:42	Vrouw (6)
58	Nolda Beckers	1:00:02	Vrouw (7)
59	G.van Ree	1:00:03	Vrouw (8)
60	Linda Faber	1:03:25	Vrouw (9)
61	Ria Oosterbroek	1:03:38	Vrouw (10)
62	Henk Zevenhuizen	1:03:40	

Halve Marathon Cialfo, 7 november 1998

8	Harry Veldkamp	1:21:05	
9	Marco Mensink	1:21:21	
20	Gerbert Tiemens	1:26:15	
21	Erwin van Duinen	1:26:16	
39	Jan Lubbinge	1:33:44	
49	Piet de Wildt Sr.	1:35:49	Man-Vet50 (7)
61	Wim Hullegie	1:38:24	
64	H.J. van Petersen	1:39:24	
67	Dick Doornebal	1:40:02	Man-Vet50 (8)
69	Jaap Kooiman	1:40:21	Man-Vet40 (7)
94	J. Ribbink	1:50:29	

Deventer, 14-11-1998, Gelders-Overijsselse crosscompetitie

Pupillen:

1045 mtr.: MPC: 15. Sacha Popping, 6.57; MPB: 18. Daisy Stoter, 5.52; MPA (1e jrs.): 8. Jolien Philipsen, 4.45; 13. Iris van Wieringen, 4.56; 16. Amanda Stam, 5.05; 19. Judit Reinders, 5.21; MPA (2e jrs.): 7. Rosemarie Smit, 4.35; 12. Manon Logtenberg, 4.43; 16. Hester Wagenaar, 5.14; 20. Lizet Oudt, 5.40; 22. Karin van Bussel, 6.06; JPA (1e jrs.): 22. Tom Koele, 5.00; 29. Steven Geerts, 5.34; 31. Stef v.d. Beden, 5.50; JPA (2e jrs.): 12. Joshua v.d. Kolk, 4.39.

Junioren:

1565 mtr.: MD (1e jrs.): 9. Astrid Geerts, 6.42; 23. Annika Bourgonje, 9.30; MD (2e jrs.): 17. Janneke Philipsen, 7.53.
2002 mtr.: JD (2e jrs.): 14. Martijn Schrooten, 9.00; 22. Raymond Bourgonje, 11.03; MC: 29. Christel Baack, 10.30.
2522 mtr.: JC (1e jrs.): 12. Jasper Staadegaard, 11.12; 14. Jasper Smit, 11.33; 15. Pim Buiting, 11.33; JC (2e jrs.): 22. Bram Leenburg, 11.48; 23. Tijmen Hondelink, 12.51.
3866 mtr.: JB: 8. Ruben Zwarts, 15.21; 12. Jeroen Ribbink, 15.58.
6167 mtr.: JA: 4. Piet de Wildt jr., 22.26.

Senioren/Veteranen:

10.249 mtr.: heren senioren: 26. Harry Veldkamp, 40.57; M40: 2. Wim de Weerd, 38.34; 14. Jaap Kooiman, 43.06; M45: 10. Bert Otterspeer, 44.49; M50: 7. Piet de Wildt sr., 48.40.

Cross 2310 mtr Cialfo 21 november 1998

1	An Boltjes	0:14:09	Vrouw (1)
2	Kinni van Laar	0:14:50	Vrouw (2)

Cross 4550 mtr Cialfo 21 november 1998

1	Jeroen Ribbink	0:18:29	
2	Rene Broerse	0:21:46	

Cross 6770 mtr Cialfo 21 november 1998

1	Erwin Van Duinen	0:26:26	
2	Max Hetting	0:33:05	
4	H.Rozendal	0:35:45	
5	Philip Hoogenraad	0:37:26	
6	Elbert van Laar	0:37:35	
8	Nolda Beckers	0:39:41	Vrouw (1)
9	Gerdie van Ree	0:39:41	Vrouw (2)
10	Monique Blom	0:40:12	Vrouw (3)
11	Linda Faber	0:41:53	Vrouw (4)

Cross 9000 mtr Cialfo 21 november 1998

1	Piet de Wildt Jr	492	0:32:14
2	Harry Veldkamp	496	0:33:46
3	Jaap Kooiman	499	0:35:22
4	Gerbert Tiemens	495	0:35:49
5	Bert Otterspeer	493	0:37:19
7	Henk v.d. Stouwe	494	0:41:14

Heerde, Indoor-gala, 21-11-98

C-junioren, jongens (1e jrs.): 7. Jasper Staadegaard, 5.1, 1.25, 6.95; 9. Hugo de Raad, 5.2, 1.20, 6.53; (2e jrs.): 5. Tijmen Hondelink, 5.0, 1.45, 9.84.

B-junioren, jongens: 2. Arjen Pit, 4.5, 1.55, 8.68; 4. Ruben Zwarts, 4.7, 1.50, 9.21.

D-junioren, meisjes (1e jrs.): 16. Astrid Geerts, 5.5, 1.15, 5.60; 27. Annika Bourgonje, 6.1, 0.95, 6.02.

D-junioren, jongens (1e jrs.): 18. Dennis Pieterse, 6.2, 0.95, 4.62; (2e jrs.): 7. Matthijs Koele, 4.9, 1.25, 5.33.

Pupillen (30 mtr., hoog, kogel):

MPA (1e jrs.): 4. Leonie Berghorst, 5.7, 0.95, 3.70; 7. Amanda Stam, 6.2, 1.00, 3.77; 9. Annet Pieterse, 6.0, 0.90, 3.61; 10. Judith Reinders, 6.8, 0.90, 3.78; (2e jrs.): 11. Manon Logtenberg, 5.8, 1.00, 4.56; 13. Lizet Oudt, 5.7, 1.00, 4.17; 14. Aniek Kleinpaste, 5.7, 0.95, 4.63; 15. Hester Wagenaar, 5.9, 0.95, 4.58; 17. Karin van Bussel, 6.4, 0.95, 5.27; 18. Suzan van Bussel, 6.1, 0.85, 3.92.

JPA (1e jrs.): 8. Tom Koele, 5.7, 1.00, 5.50; 14. Steven Geerts, 6.1, 0.90, 5.18; (2e jrs.): 12. Joshua v.d. Kolk, 5.5, 1.00, 5.79; 17. Pepijn Boomsluiters, 6.1, 0.95, 6.43; 20. Jelle Aalbers, 6.1, 1.00, 4.60.

MPB: 10. Daisy Stoter, 6.3, 0.75, 3.20.

JPB: 4. Jelmer Bron, 6.1, 0.95, 3.65.

JPC: 3. Sacha Popping, 6.3, 0.85, 3.85.

Kampen, 2e wedstrijd G/O crosscompetitie, 12-12-98

1000 mtr.: JPC: 13. Joshua v.d. Kolk, 4.52; MPB: 11. Daisy Stoter, 5.50; MPA (2e jrs.): 9. Roseanne Smit, 4.54; 14. Hester

Wagenaar, 5.03; 19. Lizet Oudt, 6.03; 20. AnoeK Kleinpaste, 6.06; 21. Karin van Bussel, 6.18; MPA (1e jrs.): 7. Jolien Philipsen, 4.59; 8. Judith Reinders, 5.07; 10. Iris van Wieringen, 5.10; 11. Amanda Stam, 5.13; JPA (1e jaars): 15. Tom Koele, 5.19; 26. Steven Geerts, 6.04.
1500 mtr. MD (1e jrs.): 11. Astrid Geerts, 6.41.
2000 mtr. JD (2e jrs.): 18. Martijn Schroten, 9.12; 26. Raymond Bourgonje, 11.43; MC: 29. Christel Baack, 11.20.
2500 mtr.: JC (2e jrs.): 19. Bram Leemburg, 10.56; 24. Tijmen Hondelink, 11.06; JC (1e jrs.): 13. Hugo de Raad, 10.37; 16. Jasper Smit, 11.22
4000 mtr.: JB: 7. Ruben Zwarts, 16.01; 10. Daan Philipsen, 19.19.

6000 mtr.: JA: 3. Piet de Wildt jr., 22.11.
10.000 mtr.: mannen senioren: 21. Harry Veldkamp, 37.49; 23. Marco Mensink, 39.23. mannen veteranen (M50): 8. Jan Witsenboer, 45.25; 11. Piet de Wildt sr., 47.53; 12. Frank Mensink, 48.10.

Clubrecords 1998

Outdoor-clubrecords 1998 (t/m 9/10/98):

53. M40: Wim de Weerd marathón 2.41.28 u. 25-10-98 Essen (Dld.)



Colofon

Bestuur

voorzitter	Marian Koolhaas	Zuukerweg 57	614306
penningmeester	<i>Vacature</i>		
secretaris	Jaap Kooiman	Haverkampsweg 12	621629
leden	Agnes v.d. Schilde	Jasmijnstraat 16 Vaassen	573281
	Gerhard Stegeman	Enkweg 33	620259
	Anke v.d. Wal	Thorbeckestraat 5	620343
	Marteké Witsenboer	Burg.v.d.Feltzlaan 6	612046
	Peter Broekhuis	Meidoornstraat 8	620190

Trainers

Agnes v.d. Schilde	Jasmijnstraat 16	573281
Barend Bosman	Allendelaan 67	613848
Hennie Strunk	Troelstrastraat 14	616910
Henk Liefers	Zwaluwstraat 11	574663
Ineke Bijsterbosch	Horsthoekerbeek 8	692706
Tineke Geerts	Troelstrastraat 40	613953
Anja Zweekhorst	Kanaalweg 74, Emst	576764
Gerrie Staadegaard	Quickbornlaan 12	
Henk Zevenhuizen	Officiersweg 58	628501
Elijanne v.d. Vosse	Vleerveld 32	615736
Berend Knippenberg	Oranjeweg 85A Emst	661579
Arjan Zweekhorst	Kanaalweg 74 Emst	576764
Henny Citteur	Lageland 11, Hattem	038-4441045
Frank Mensink	Zuukerenkweg 14	612664
Johan v.d. Schilde	Jasmijnstraat 16	573281

Kontaktpersonen

WOC	Jan Witsenboer	Burg.v.d.Feltzlaan 6	612046
Wedstrijdsecretariaat			
Thuis	Marteké Witsenboer	Burg.v.d.Feltzlaan 6	612046
Uit pupillen	Mieke Logtenberg	Dijkhuizerweg 30	621520
Uit CD's	Cilia Smit	Willem Dreeslaan 40	616329
Uit A/B/sen/Ver	Ria Liefers	Zwaluwstraat 11	574663
Wedstrijdvervoer	Mieke Logtenberg & Cilia Smit	Zie boven	Zie boven
Wedstrijddepot	Ria Liefers	Zwaluwstraat 11	574663
	gironr: 6240410		
Ledenadministratie	Anke v.d. Wal	Thorbeckestraat 5	620343
Postadres	Postbus 140,	8160 AC EPE	
Clubhuis	Sportpark Wachtelenberg	Grintgroeveweg	612512
Internet	http://www.tip.nl/users/cialfo	E-mail	cialfo@tip.nl
Lottonummer Cialfo	21-10046	Kabeltext	Pagina 305
Giro	4480609		
Bank	31.75.64.757	Rabobank Epe	

Redactie Clubnieuws

Fred van Gasteren	<i>eindredactie</i>	Boerweg 3	629876
Leontine Mensink	<i>coördinatie</i>	Zuukerenkweg 14	612664
Bert Otterspeer	<i>reproductie</i>	Knibbelakker 43	615886
Harry Veldkamp	<i>statistiek</i>	Scherpe Egtel 9	612329
Robert van der Hulst	<i>layout</i>	Zuukerweg 57	614306

Let op: Opzeggingen van het lidmaatschap dienen tenminste 4 weken van tevoren schriftelijk bij de ledenadministratie (Anke van der Wal) doorgegeven te worden !

Trainingstijden en categorieën

categorie	dag	tijd	waar	wie
B/C-pupillen	di	17:00-18:00	baan	Ineke, Arjan
	do	17:00-18:00	zaal	Gerrie, Debbie
A-pupillen	di	17:00-18:00	baan	Tineke, Gerrie
	do	17:00-18:00	zaal	Elijanne, Tineke
D-junioren	di	18:00-19:00	baan	Hennie S
	do	18:00-19:00	zaal	Hennie S
A/B/C junioren	di	18:30-20:00	baan	Henny C., Johan
	do	18:30-20:00	baan	Henny C., Agnes
neo-senioren	ma	19:15-20:30	baan	Agnes
	do	19:15-20:30	baan	Agnes
loopgroep(Henk)	di	18:45-20:15	baan	Henk L.
	do	18:45-20:15	baan	
trimmers (m+v)	ma	19:00-20:00	baan	Henk Z.
trimmers (m)	di	20:00-21:00	baan	Barend
trimmers (v)	wo	19:00-20:00	baan	Berend
fam. training	zo	09:30-10:30	bos	versch. trainers

De zaaltrainingen zijn in de gymzaal van de Hammershoek aan de Kweekweg.
In de kerstvakantie wordt de donderdagavond training op de baan gehouden.

CIALFO CLUBKLEDING is verkrijgbaar bij:

Fa. Neijenhuis, Sport en schoenen
Dorpsstraat 41
8171 BL Vaassen

- runningsuit dames en heren (in de officiële uitvoering)
- singlets
- de blauwe CIALFO sweater
- CIALFO trainingspak etc.

CATEGORIE-INDELING (vanaf 1 november 1998)

categorie	geboren in	contributie (per mnd)	KNAU-contributie (per jaar)	Wedstrijdlicentie (per jaar)
minipupil	1992	f 10,50	f 16,25	
C-pupil	1991	f 10,50	f 16,25	
B-pupil	1980	f 10,50	f 16,25	f 11,25
A-pupil	1988-1989	f 10,50	f 16,25	f 11,25
D-junior	1986-1987	f 13,50	f 17,50	f 19,75
C-junior	1984-1985	f 13,50	f 17,50	f 19,75
B-junior	1982-1983	f 13,50	f 17,50	f 19,75
A-junior	1980-1981	f 13,50	f 17,50	f 19,75
Senior	1979 en eerder	f 17,00	f 19,00	f 31,50
Veteraan (v)	1964 en eerder	f 17,00	f 19,00	f 31,50
Veteraan (m)	1959 en eerder	f 17,00	f 19,00	f 31,50
Trimmers	alle leeftijden	f 11,00	f 19,00	

Agenda en wedstrijdkalender

December

Datum	Vereniging	Plaats	Activiteit
zo. 27	Cialfo/Gemzen	Epe	Ultraloop 6 uur+div. afstanden
do. 31	Pijnenburg	Soest	Sylvestercross

Januari

Datum	Vereniging	Plaats	Activiteit
zo. 10	Le Champion	Egmond	Halve marathon
za. 16	Sprinter	Meppel	Cross
za. 16	Gemzen	Heerde	Halve marathon
zo. 17	Sprint	Breda	Sprintcross
za. 30	Argo	Doetinchem	Crosscomp. G/O

Februari

Datum	Vereniging	Plaats	Activiteit
za. 6	St. Mar.	Apeldoorn	Midwintermarathon
za. 6	NOP	Emmeloord	Indoor: C/D +pup.
zo. 7	De Keien	Uden	Profilecross
zo. 7	Gemzen	Heerde	Heerderstrand
13/14	KNAU	Den Haag	Indoor: NK A/B +NK-sen. meerkamp
zo. 14	AV'34	Apeldoorn	Indoor: C/D +pup.
Zo 14	Phoenix	Utrecht	NK-veldloop vet.
20/21	KNAU	Den Haag	Indoor: NK-sen. + Nat. C-Spelen
za. 20	De Sprinter	Meppel	Cross
zo. 21	NOVA	Schoorl	Marathon
za. 27	Hanzesport	Zutphen	Crosscomp. G/O
za. 27	Veluwe	Apeldoorn	25 km.
27/28	KNAU	Den Haag	Indoor: NK-meerkamp A/B-jun.

Maart

Datum	Vereniging	Plaats	Activiteit
Zo 7	AV de Gemzen	Heerde	NK Veldloop

