

## Van de redactie

---

Pasen 2002. Echte lentekriebels. Het is heerlijk weer en de tuinen worden steeds kleurrijker. In de weilanden zijn zelfs al bloeiende paardebloemen te ontdekken. Het lentegevoel zit, blijkens de diverse wedstrijdaankondigingen, ook verpakt in deze editie van uw clubkrant. In het aanstaande baanseizoen staan, bij diverse gelegenheden, onze clubaccomodaties en gedegen organisatie ongetwijfeld weer garant voor goede wedstrijden, zelf op nationaal niveau.

Veel aandacht is er ditmaal ook voor de beste jaarprestaties en de actualisering van de Cialfo-clubrecords (blz 33). Vanzelfsprekend krijgt u ook alle informatie over de resultaten van de wedstrijdinspanningen van uw (mede) clubleden. Zie vanaf blz 25.

Leontien van de redactie ("onze Leontien") wil graag, na ruim 18 jaar (!), haar redactieportefeuille na de zomervakantie overdragen. Haar wens is zeer te respecteren maar toch is het voor de andere redactieleden even slikken. Onze eerste gedachte is "hoe moeten we zonder haar". We realiseren ons echter ook de kracht van onze club: een bloeiende vereniging door met elkaar samen te werken, een steentje bij te dragen. Elders in dit blad doet Leontien daarom alvast een oproep aan u allen (blz. 4).

Is het om die reden dat Leontien zelf de rubriek "Geef de pen ..." geschreven heeft? Hoewel, de puf lijkt er wel een beetje uit (zie blz. 5).

In deze editie toont Young Energy weer volop haar (inderdaad) energie. Vanaf blz. 13 leest u weer het een en ander in veelal vaste rubrieken van de Cialfo-jeugd.

Helemaal geen jeugd maar evenzeer respectabel is de rubriek "De schoenen van...". Kersvers lid maar al belegen atleet Cees K. doet u op blz. 7. verslag van zijn schoenervaringen op topniveau.

Speerpunt heeft de hoofdredactie toegezegd een bijdrage te zullen leveren. Inzage vooraf bleek niet mogelijk. De reden daarvoor is onduidelijk maar speerpunt heeft voldoende krediet opgebouwd om het allemaal netjes te houden, toch??

Veel leesplezier en tot het volgende nummer.

*CLUBNIEUWS*  
*clubblad van AV Cialfo Epe*  
*26<sup>e</sup> jaargang nr. 2 – april 2002*

*Kopij voor het volgende nummer*  
*(liefst op papier én diskette)*  
*inleveren voor 10 juni 2002*



### Index

Van de redactie	1
Van de voorzitter	2
Bestuursmededelingen	2
Van de ledenadministratie	3
Verjaardagen	4
Geef de pen eens door...	5
Hey Cialfo-atleten en trainers,?	5
Speerpunt	6
Wie de schoen past....	7
Groeten uit Australie	7
Boetes KNAU	8
Jeugdsportsubsidie	8
Contributiebetaling	8
Wat kost het ?	9
Open baanwedstrijd	10
Ouderen en sportbeoefening	11
Young Energy	13
Van Bank tot Bank	21
Buys Ballot Loop	22
Beste Jaarprestaties	23
Harry's statistieken	24
Wedstrijdverslagen	25
Uitslagen	29
Clubrecords	33
Colofon	34
Trainingstijden en categorieën	35
Wedstrijdkalender	36

## Van de voorzitter

---

### Lente !

Naast het feit dat de hele natuur op “springen staat” in deze tijd van 't jaar is ook binnen onze vereniging weer van alles gaande waaruit je kunt afleiden dat er de nodige activiteiten op stapel staan.

Ik noem dan maar even de indoorwedstrijd in Vaassen, het Paaseieren zoeken, de mountainbiketocht, de klussendag, de Buys Ballotloop, Top training in Meppel, de RABO 10 Engelse mijlen etcetera.

Kortom je voelt en merkt aan alles en iedereen dat de zomer én de zomerse activiteiten in aantocht zijn !

Ik hoop dan ook dat er ook dit zomerseizoen weer volop clubrecords, p.r.'s en andere spraakmakende prestaties worden neergezet !

Veel sportief (lente-) plezier !

Simon Staadegaard.

### Bestuursmededelingen

- De **Algemene Ledenvergadering** op vrijdag 22 februari is bezocht door 62 leden. We hebben afscheid genomen van 2 bestuursleden: Gerhard Stegeman (16 jaar bestuurslid) en Jaap Kooiman. Zij worden opgevolgd door Jan van Bussel en André Jonker. Marteke Witsenboer en Monique Konijnenberg zijn herkozen als bestuurslid. Besproken agendapunten waren: aanpassing van artikel 1 v/h huishoudelijke reglement (ereleden), contributie-verhoging per 1 april en de jaarverslagen over 2001. Verder werd gesproken over de verbetering van de toilet- en kleedruimtes en de vernieuwing van de CV ketels in het clubhuis. Een toelichting werd gegeven door voorzitter Simon Staadegaard over het proefproject sport en buitenschoolse kinderopvang en over wat een verenigingsmanager voor Cialfo zou kunnen doen.

In het volgende clubblad meer actiepunten naar aanleiding van de algemene ledenvergadering.

- De **beste jaarprestaties baanseizoen 2001** werden uitgereikt (zie verderop in het clubblad voor alle namen) evenals **6 bijzonder atletiekprestaties**: Allen kregen een bloemetje namens het bestuur aangeboden.
  - *Irma Heeren*  
Europees Kampioen duathlon in Mafra, Portugal
  - *Anne van Schuppen*  
2e NK halve marathon in Utrecht in 1.16.08

- *Wim de Weerd*  
Kampioen Mannen 45 met 15 km in Groningen in 52.10
- *Frank Mensink*  
Kampioen Oriëntatielopen Mannen 55
- *Cees Kraaijeveld*  
3e NK Indoor Veteranen 3000m in 9.03.60
- *Tijmen Hondelink*  
4e NK Indoor Jongens A kogelstoten met 13.14m
- Zita van Noordenburg stopt met het **wedstrijdsecretariaat CD junioren**. In verband met ziekte van Cilia Smit had ze dit “tijdelijk” overgenomen. Een opvolgster is nu gevonden in Netty Dokter.
- Kom allen helpen op 6 april met de **Cialfo Klussendag** !
- Totaal hebben 18 leden de herhalingscursus **hartreanimatie** gevolgd op 25 en 28 februari.
- Oproep aan alle Cialfo vrijwilligers: noteer alvast in je agenda: **zaterdagavond 25 mei vrijwilligersavond**



### KNAU Nieuws

- Per 1 april is de heer Gert Hekkert (44) benoemd tot algemeen directeur van de KNAU. Op dit moment is hij werkzaam als atleetmanager bij Global Sports Communication.
- De KNAU is gestart met een licentiesysteem voor trainers. Dit licentiesysteem is op vrijwillige basis en misschien over enkele jaren verplicht.
- Het KNAU uniebestuur heeft vernieuwde administratiekosten en administratieve boetes gepubliceerd. Verderop in het clubblad een totaal overzicht.
- 9 juni – Nationale Jeugd Atletiekdag in het Olympisch Stadion in Amsterdam
- 12 oktober – Delta Lloyd Loopsportdag op Papendal
- 9 november – Dag van de baanatletiek op Papendal
- 

Groeten,

Monique Konijnenberg  
secretaris

## Van de ledenadministratie

---

### Leden die hebben bedankt zijn:

Ingrid Nierich  
Gerdie van Ree  
Caitlin Rienewerf  
Timon Rienewerf  
Rosa Jonker  
Aranka Nieuwpoort  
Kim Lijding  
Ron van Vemde

### Nieuwe leden zijn:

Kees van Brugge	G.A.L.M.
Carmen de Weerd	D-junior
Jan Kelkes	G.A.L.M.
Ria Blokpoel	recreant
Ines Verhoeven	G.A.L.M.
Sharon Eilander	D-junior
Betty Wassenburg	G.A.L.M.
Mary Relou	recreant
Aaltje Witteveen	recreant
Roelie Roorda	recreant
Aylin Yalcinkaya	D-junior
Lukas de Ruiter	B-pupil
Netta Hulshof-Roke	G.A.L.M.
Willem Koopman	G.A.L.M.
W.B.Koopman-Hulshof	G.A.L.M.
Marjan Nijland-Groen	G.A.L.M.
Anneke Nooteboom-Bagerman	G.A.L.M.
Det van Oosten-Bagerman	G.A.L.M.
Willem van de Vosse	G.A.L.M.
Maria van de Vosse-Visch	G.A.L.M.
Ton Fokker	recreant
H.Hazelaar-Visser	recreant
Mathijs van Herpen	minipupil
Esmaralda Hertgers-Koetsier	recreant
Remmie Pronk	recreant
Annette Proper-Overbosch	recreant.

Met deze clubkrant komen ook de ledenpassen mee.  
Deze passen geven aan dat je lid bent van de KNAU  
en lid van CIALFO.

Het verenigingsnr. Is 21433

Dan je naam en adres.

Je lidmaatschapsnummer\*\*

\*\* voor leden met een wedstrijdlicentie is dit het  
**licentienummer** dan de KNAU-code met de categorie  
en je geboortedatum.

Wanneer je denkt dat er iets niet klopt of er is je iets  
niet duidelijk , dan kun je mij bellen (620343)

Ledenadministratie:

Anke van der Wal  
Thorbeckestraat 5 (postbus 140  
8161 DR Epe 8160 AC Epe )



### SCHOONMAAK A.V. CIALFO 2002

#### Maandag 8.30 -1100 Uur

#### Dinsdag 9.00 - 11.30 Uur

APRIL	8	APRIL	23
MEI	13	MEI	28
JUNI	3	JUNI	18
JULI	1	JULI	16
AUGUSTUS	5	AUGUSTUS	20
OCTOBER	7	OCTOBER	22
SEPT.	2	SEPT.	17
NOVEMBER	4	NOVEMBER	19
DECEMBER	2	DECEMBER	17

## Verjaardagen

---

### *april*

04 Ineke Ruiter  
05 Rosemarie Smit  
06 Louis Boumeester  
06 Dick Doornebal  
06 Jolien Philipsen  
07 Raymond Bourgonje  
08 Gertjan Dalhuisen  
10 Bart Mager  
11 Richard Knippenberg  
11 L. v.d. Neut  
12 Ineke Buiting  
13 Liset Peen  
13 Marteke Witsenboer  
14 Joke Douma  
14 Betsy Nijkamp  
15 Muhsin Calisal  
15 Berry Rikken  
16 Irma Heeren  
16 Henk van Vemde  
17 Hilda Mulder  
18 Trees Thijssen  
21 Truus Koedijk  
21 Erna Prins  
22 José Bosch  
29 Deddo Panjer  
30 Rob Philipsen

### *mei*

01 Jeroen Boomsluiters  
01 Grietje Wonink  
03 Frank Hagen  
05 Ard Leurs  
05 Therese Bourgonje  
08 Manon Mensink  
10 Suzan Broekhuis  
10 Nancy van Petersen  
10 Froukje Rolsma  
10 Marga de Ruiter  
10 Rob de Weerd  
11 Eric Huiskamp  
11 Ageeth Veldhuis  
13 Philip Hoogenraad sr.  
15 Iris Schutte  
16 Pepijn Boomsluiters  
17 Pieter Boumeester  
17 Jaoud el Hamdaoui  
17 Piet Hoeve  
17 W.F. de Jong  
17 Annemarie Scholten  
18 René Hondelink  
19 Johan Klijnsma  
19 Marion van Oosten  
19 Ben Geerts  
21 Judith Reynders  
21 Wessel Grinwis  
22 Jeroen Ribbink  
23 Peter Broekhuis  
24 John Steentjes  
25 Steven Geerts  
25 Jan Hesselink  
25 Marieke Kanis  
28 Gerard Hendriks  
29 Jan Lagemaat  
29 Annet Freriks  
30 Matthijs Koele  
30 Elbert Jan van Laar  
30 J. Snellenberg

### **WIE**

wil mijn plaats in de redactiecommissie overnemen?

Na de zomervakantie ga ik stoppen met mijn werk voor de clubkrant en we zoeken dus een opvolger (ster).

Het werk bestaat uit zesmaal per jaar:

- de copy verzamelen en met de andere redactieleden bespreken
- zorgen dat alles “geraapt” wordt
- de clubkranten bij de bezorgers brengen

Leontien

### **OPROEP!!!**

Peter Berends vraagt of iedereen zo spoedig mogelijk de **DONATEURSKAARTEN** wil inleveren!!!!

## Geef de pen eens door.....

---

Woensdagavond, zes uur. Nu moet ik beslissen; zal ik gaan of zal ik niet gaan? Ik ben moe, heb geen puf. Als het regent, wordt de keuze eenvoudiger, dan ga ik gewoon niet. Nee, het regent niet, jammer!

Ik kies de weg van de minste weerstand: ik blijf thuis. Wat vind ik mezelf slap. Lekker met een boek of een puzzel op de bank. Nou ja, lekker... ik zit (lig) er met een groot schuldgevoel.

Zeven uur, in de kantine is het nu een gekakel en ik ben er niet bij. Ze gaan inlopen, ik zie het voor me, even lekker bijkletsen, de laatste nieuwtjes uitwisselen, wat mis ik allemaal? Met de puzzel schiet ik ook niet erg op. Ik hoor hier gewoon niet te zijn op deze tijd.

Half acht, zouden ze al aan het hoofdprogramma begonnen zijn? En ik lig hier maar, ik ben ineens niet moe meer; ik had best kunnen gaan.

Acht uur, de training is voorbij, ze gaan weer naar de kantine, lekker aan de koffie. Die smaakt altijd zo lekker als je veel gedaan hebt. En veel kletsen natuurlijk, het is er altijd zo gezellig. Als je niet gaat, mis je ook dat voldane gevoel na afloop. Als je dan thuiskomt, lig je pas echt lekker op de bank.

Een week later: hetzelfde dilemma. Weet je nog van vorige week, spreek ik mezelf toe. Dus nu ga ik wel, puf of geen puf.

Het valt aanvankelijk niet mee, ik ben niet vooruit te branden. Ik word toch echt een ouwe taart. Maar gelukkig is er veel te kletsen. Tijdens het hoofdprogramma gaat 't steeds makkelijker en uiteindelijk loop ik toch nog heel lekker. Wat een voldaan gevoel na afloop! Op naar de koffie; het is in de kantine een gekakel van jewelste, een kippenhok met haan Berend als middelpunt. Dat je er niet horendol van wordt Berend!

Na afloop naar huis fietsen, onder de douche en dan voel je je pas echt lekker! Nu heb ik het verdiend om op de bank te liggen en dan geniet ik er ook echt van. Om half elf vallen m'n ogen al dicht.

Ik geef de pen door aan **Ingrid Marissink**, die daar vast heel blij mee zal zijn.

Leontien Mensink

### Hey Cialfo-atleten en trainers,

Jullie zullen je wel afvragen waarom ik dit berichtje in de clubkrant schrijf. Zoals jullie wellicht weten heeft Cialfo een internetsite, die te vinden is op [www.cialfo.com](http://www.cialfo.com). Op deze site staat informatie over Cialfo en natuurlijk verschillende uitslagen en wedstrijdverslagen van Cialfo-atleten. Dit is natuurlijk voor ieder Cialfo-lid.

Wanneer er bijvoorbeeld een pupillen- of juniorenwedstrijd is geweest waar leden van Cialfo aan deelhebben genomen, is het de bedoeling dat de trainers deze uitslagen naar Jaap Kooiman, Speedy, sturen. Hij ontvangt deze het liefst via internet. Wanneer er foto's gemaakt zijn door bijvoorbeeld ouders kunnen deze ook gestuurd worden naar Speedy, maar dan moet er wel een stuk tekst bijgeleverd worden.

Waaraan moeten de verschillende stukken voldoen?

De foto's moeten als JPG-document verstuurd worden;

De tekst moet aangeleverd worden in Times New Romanlettertype met een grootte van 12;

Heeft de wedstrijd op zaterdag plaatsgevonden, dan moet het voor zondag 12.00 uur bij Speedy aangeleverd zijn. Vindt de wedstrijd op zondag plaats, dan moet het voor zondag 18.00 uur worden aangeleverd. Wanneer de bestanden te laat worden aangeleverd, dan zullen ze een week later bijgewerkt worden.

Hieronder is de opmaak weergegeven van de tekst, zoals die naar Speedy gestuurd moet worden.

#### **Titel**

Tekst

#### **Plaats, Naam van de wedstrijd, Datum:**

Categorie: klassering naam, prestatie; klassering naam, prestatie etc.

Dit alles scheidt duidelijkheid voor iedereen.

Train ze en de groeten,

Jeroen Ribbink, webmaster:

[jeroen@cialfo.com](mailto:jeroen@cialfo.com)

Jaap Kooiman (Speedy), redacteur:

[speedy@cialfo.com](mailto:speedy@cialfo.com)

## Speerpunt

---

Pasen!, dat staat voor nieuw leven! Weet ik mij te herinneren. Dus ook voor nieuwe kansen interpreteer ik dan ook maar gelijk. Zo dacht ook mijn oudste zoon. Maar dan om z'n ouwe vader voor de gek te houden! Zegt hij op 1<sup>e</sup> Paasdag tegen mij, "Pa als ik twee eieren op je hoofd kapot mag slaan krijg je honderd euro (€ 100,-) van mij."

Nou, dat zag ik natuurlijk wel zitten. Dus ik netjes rechtop zitten handdoek om de nek en afwachten maar. En ja hoor **'knal'** het ei petst op mijn kop kapot. De barsten staan rechtop tussen het weinige haar dat ik nog heb. En het struif loopt mijn oren en ogen in. "Nou het tweede ei" zeg ik, ja hoor eens zegt mijn zoon "Dat zou toch zonde van mijn honderd euro zijn".

En hij loopt doodgeemoedereerd weg.

"Waar ga je heen," roep ik, terwijl het struif nu mijn nek inloopt, "Naar de kroeg," zegt hij, "Ik heb net honderd euro uitgespaard."

Nou, van je kinderen moet je het maar hebben, "Je bent te goed van vertrouwen" weet mijn vrouw mij te vertellen. Maar ja, honderd euro is wel ongeveer 220 oude harde guldens Of niet dan?

Genoeg over het Paasfeest zover. Afgelopen zaterdag heb ik de A.T.B. tocht van de jeugdcommissie mogen begeleiden.

Als oud brokkenpiloot was mij dat wel toevertrouwd. Vreemd genoeg was Jos er wel maar Ben er niet, ik heb dan ook maar niet gevraagd wat hiervan de oorzaak was. Waarschijnlijk was Ben bang dat hij de B pupillen niet bij kon houden.

Achteraf bleek dat het bij alle groepen redelijk goed verlopen is behalve bij de groep van Elianne en Ad. Als ik het goed begrepen heb is Ad waarschijnlijk direct in het begin al over Elianne heen gefietst.

Nou dat doet goed zeer. (vraag maar aan Ben) Ze zat onder de blauwe plekken en schaafwonden, en haar duim was ook behoorlijk gehavend.

Volgende keer zullen we die 'lange 'wel te grazen nemen. Alleen jammer dat we een jaar moeten wachten.

De groep die ik mocht begeleiden heeft het er redelijk goed van afgebracht.

Ik ben er onderweg wel drie kwijtgeraakt, maar op het eind heb ik er ook weer twee teruggevonden. Waar die ene gebleven is weet ik nog steeds niet.

We hebben ook wat educatieve inhoud aan onze tocht gegeven door "het verscholen dorp" bij vierhouten te bezoeken, en de bron van de beek op te zoeken die door het dorp loopt.

Verder hebben twee jongens van mijn groep bodemonderzoek verricht in de buurt van Wissel. De modder zat tot in hun nek, en ze waren blij dat ze de huurfietsen niet schoon hoefden af te leveren.

Al met al wel een geslaagde middag met veel goede zin en mooi weer.

Ik zoek nog een leuk plaatje voor jullie op en vraag jullie vriendelijk deze speerpunt met een korreltje zout te nemen. (voor het ei)



Loop en ei voorzichtig,

Groet Bert.

## Wie de schoen past .....

---

M'n eerste hardloopschoen was de 'adidas gazelle', een blauw-witte slof met een keiharde zool. Met deze planken liep elke zaterdagmiddag een rondje van 16 km op het asfalt in de polders van Sliedrecht. De jongens, waarmee ik deze afstand wekelijks volbracht, waren lid van de ABC-de Anti Buikjes Club-. Elke missie was een volledige wedstrijd. Je was blij als je het leven had bij terugkomst in de kleedkamer. We spreken hier van 1977.

Na een paar leuke uitslagen bij prestatielopen in de Alblasserwaard, kwam ik in contact met Wim Hol, m'n eerste atletiektrainer. Hij adviseerde me eerst de snelheid op te voeren alvorens me te ontfermen over het langere loopwerk.

Spikes aanschaffen dus. We schroefden er 9 mm punten onder en gingen tekeer op de sintelbaan, die pal naast de A15 ligt. Met weemoed denk ik terug aan de tijd dat clubgenoot Jan van Heteren en ik 10 maal een 400 in 60 " liepen met 400 pauze. Met een platte schoen kon ik dat zeker niet.

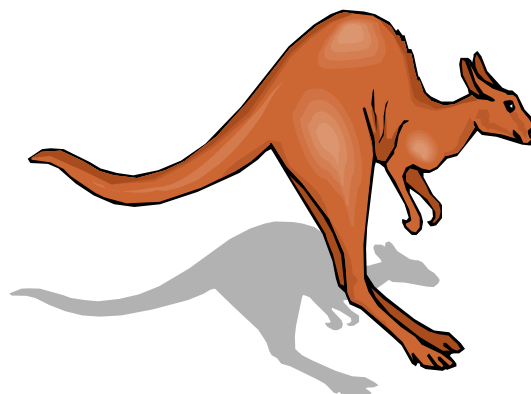
De wedstrijdresultaten werden steeds beter. Alle afstanden van 400 tot 10000 m stonden op het menu. In 1982 lifte ik van Sliedrecht naar Groningen om daar een 800 te lopen tegen o.a Henk Kraayenhof. Hij liep 1.53 en ik kwam tot 1.55.9. Een paar jaar later werd ik door Dolf Jansen in Amsterdam opgejaagd tot 29.51.2 op de 10 op de baan van Ookmeer.

Inmiddels hoefde ik de schoenen niet meer in de winkel te kopen. Etonic was de eerste sponsor. Op een donderdag kreeg ik m'n wedstrijdschoenen thuisgestuurd en twee dagen later liep ik de marathon van Maassluis. Twee enorme blaren.

Juist toen het niet meer zo soepel liep bij Etonic, stond Roelof Veld te kijken bij de Midwinter-marathon. Omdat ik er tweede werd met 2.22.0 kon ik in de stal komen bij Adidas. Het comfort van hun slof was intussen wel verbeterd. Jaarlijks had je een prettig budget te besteden. Dat heeft 8 jaar geduurd. Elk jaar liepen de adidassers de halve van Etten-Leur. Die keer dat Gerard Kappert de door Roelof Veld aangewezen winnaar zou zijn, sloeg ik toe met 1.05 en later nog een keer met 1.04.25. Nu genoeg opschepperij.

Nu loop ik met de 6mm spikes achter de altijd fitte Jeroen Ribbink te werken. En als je even niet oplet met Irma ...loop je vol in de wind of niet

Ik geef het stokje door aan de atleet die alles weet van de tijden en afstanden die met de schoenen van anderen gelopen zijn: Harrie Veldkamp



### **Groeten uit Australië**

Cialfo heeft een prachtige Ansichtkaart ontvangen met de tekst:

#### ***“Groeten uit West Australië”***

van Marieke Elzinga - zij is onlangs met haar gezin naar Australië geëmigreerd.

Hallo beste woensdagavondgroep en natuurlijk ook vrijdagmiddagclub. Hoe is het bij jullie ? De eerste lentekriebels al gevoeld? Hier in Perth (ja, we zitten voorlopig aan de westkust) nadert “end of summer”. De meeste dagen wordt het voor in de 30° en met een zeewindje erbij voelt dat heerlijk. Het bevalt ons goed hier: mooie natuur, layed back sfeertje, volop ruimte, uitermate rustig verkeer, lekker klimaat en vriendelijke, hulpvaardige Australiërs. Wat wil je nog meer ? Het voelt nog een beetje als vakantie zo nu en dan. Aankomende week gaan we zwemmen met de dolfijnen die hier voor de kust regelmatig gezien worden. Maar tussen alle leuke dingen door oriënteren we ook op de woon- en werkmogelijkheden. Ook geen vervelende klus trouwens. Je koopt hier redelijk gemakkelijk “een leuke achtertuin”. Werk mag nog wel even wachten, maar een idee hebben over wat er kan is natuurlijk niet verkeerd.

Groeten voor jullie allemaal,

Marieke Elzinga  
j.elzinga@bigpond.com

## KNAU Administratiekosten en Administratieve boetes

---

### Vastgesteld op bestuursvergadering 18 december 2001

- Voor het te laat betalen van facturen bij de 1<sup>e</sup> aanmaning.  
*½ % van het factuurbedrag met min. van € 15*  
Bij 2<sup>e</sup> aanmaning: *1% van het factuurbedrag met min. van € 30*
- Niet tijdig inzenden stukken controle verenigingsadministratie.  
*€ 50 – te betalen door vereniging*
- Zonder geldige wedstrijdlicentie deelnemen aan KNAU wedstrijden (inclusief competitie wed.) per deelnemer bij voor-inschrijving door de vereniging.  
*€ 50 – te betalen door vereniging waarvan atleet lid is.*
- Deel laten nemen aan een KNAU wedstrijd van een deelnemer zonder geldige wedstrijdlicentie bij na-inschrijving door de organiserende vereniging.  
*€ 50 – te betalen door organiserende vereniging*
- Niet inzenden duplicaat inschrijfformulieren en/of opgave van alle na-inschrijvingen per wedstrijd.  
*€ 25 – te betalen door organiserende vereniging*
- Niet inzenden uitslagen per wedstrijd.  
*€ 25 – te betalen door organiserende vereniging*
- Het niet toepassen van het tariefsverschil tussen KNAU-leden en niet KNAU-leden bij inschrijving, per evenement.  
*€ 125 – te betalen door organiserende vereniging*
- Niet verschijnen bij wedstrijden waarvoor is ingeschreven door individuele atleet, per persoon.  
*€ 12,50 – te betalen door vereniging waarvan atleet lid is.*
- Niet verschijnen bij wedstrijden waarvoor is ingeschreven door estafetteploegen, per ploeg.  
*€ 37,50 – te betalen door vereniging waartoe ploeg behoort.*
- Ongerechtigde deelname in een andere leeftijdsklasse  
*€ 125 – te betalen door vereniging waarvan atleet lid is.*
- Niet opkomen van vereniging bij competitiewedstrijd waarvoor is ingeschreven c.q. het onttrekken aan een competitiewedstrijd.  
*€ 125 – te betalen door betreffende vereniging*
- Zonder hernieuwde goedkeuring in gewijzigde vorm uitvoeren van een eerder overeengekomen wedstrijdprogramma.  
*€ 125 – te betalen door organiserende vereniging*

### Vraag uit de algemene ledenvergadering 2002 inzake Jeugdsportsubsidie.

Vanuit de algemene ledenvergadering is de vraag gekomen ,waar de subsidie Jeugdsport is gebleven aangezien deze post niet separaat is vermeld. Aangezien ongetwijfeld meerdere leden zich dit afvragen leek het ons goed om via de clubkrant hieromtrent informatie te verstrekken.

Deze Jeugdsportsubsidie, die door een aantal wijze mannen, na zorgvuldige afweging al of niet wordt toegekend, is bedoeld om die individuele jeugdtalenten te ondersteunen, die de mogelijkheden in zich hebben door te groeien naar de ( sub ) top.

Gelet op het incidentele karakter van deze subsidie is deze post in de resultatenrekening niet specifiek benoemd, doch opgenomen onder ”diverse baten”.

Ook dit jaar hebben wij het verzoek gedaan om een bijdrage te mogen ontvangen voor de ontwikkeling van de jeugdtalenten. Mocht dit wederom worden gehonoreerd, dan zullen wij deze post apart in de boekhouding opnemen.

### Wijziging contributiebetaling : van per maand achteraf naar per maand vooraf.

Zoals u weet worden de contributies per maand achteraf geïncasseerd. Dit geeft regelmatig aanleiding tot onbegrip, vooral bij opzeggingen. Immers, men zegt op en een maand nadien wordt er alsnog contributie afgeschreven. Of men wordt ingeschreven als nieuw lid en pas een maand nadien wordt de eerste contributie geïncasseerd.

Het bestuur heeft daarom gemeend dit aan te moeten passen. Deze aanpassing zal plaats vinden in de maand juni a.s.

Dus nadat eind mei de contributie is geïncasseerd over mei wordt er begin juni opnieuw geïncasseerd over de maand juni.

Daarmede is ook deze situatie logischer geworden.



## Wat kost het ?

---

CIALFO is als vereniging lid van de

KONINKLIJKE NEDERLANDSE ATLETIEK UNIE

Kortweg KNAU

Cialfo betaald aan de KNAU **basiscontributie en wedstrijdlicenties**

Deze contributies worden éénmaal per jaar door Cialfo aan U berekend **in december voorafgaand aan het contributiejaar !**

Dus éénmaal per jaar wordt er betaald voor de KNAU contributie + eventuele wedstrijdlicentie

De lidmaatschap contributie van CIALFO is per maand !

KNAU administratiekosten (nieuwe leden)	€	4.60
KNAU pupillen (6 jaar t/m 11 jaar )	-	9.20
KNAU junioren 12 jaar t/m 19 jaar	-	9.90
KNAU senioren/veteranen/recreanten	-	10.70
wedstrijdlicentie pupillen	€	5.60
wedstrijdlicentie junioren	-	9.70
wedstrijdlicentie senioren/veteranen	-	15.60

een wedstrijdlicentie is verplicht (volgens CIALFO bestuurs besluit) voor pupillen en junioren, daarna op vrijwillige basis.

### **Kontributie**

CIALFO pupillen (6 jaar t/m 11 jaar)	per maand	€	5.35	
CIALFO junioren (12 jaar t/m 19 jaar)	per maand	-	6.85	
CIALFO senioren/veteranen	per maand	-	8.50	
CIALFO recreanten	per maand	-	6.65	
CIALFO Leden (GALM-project)	per maand	-	7.00	(voorlopig)

Studenten lidmaatschap \*\* per kwartaal € 4.60

\*\* Voor jeugdleden van 16 jr t/m 25 jaar die buiten de Gem.Epe gaan wonen i.v.m. studie.  
Dit in overleg met de ledenadministratie (0578-620343)

Begunstiger \*\*\* per kwartaal € 4.60 (minimaal)

\*\*\* Voor personen die WEL/NIET lid zijn van CIALFO, maar géén gebruik maken van de trainingsfaciliteiten.  
Dus wel betrokken willen zijn bij CIALFO (dit i.o.m. de penningmr.)

Bij blessures o.i.d. gaan de contributies gewoon door.

In overleg met het Bestuur van CIALFO is bij ernstige financiële problemen altijd een regeling mogelijk.

**Opzeggen van het lidmaatschap dient schriftelijk te gebeuren.**

**De opzegtermijn is vier weken tevoren**

Bij de Ledenadministratie

Postbus 140

8160 AC Epe. (maart 2002)

# DONDERDAG 11 APRIL 2002

## Open BAANWEDSTRIJD

**Plaats:** Kunststofatletiekbaan Atletiekvereniging CIALFO  
Sportpark "de Wachtelenberg"  
Grintgroeveweg Epe  
Telefoon: 0578-612512

**Aanvang:**

17.30	MPC+JPC	40 m		
18.10	MPB+JPB	60 m	19.25	JB, JA, HS, HV 1000 m
18.10	MPA+JPA	60 m	19.30	JC 1500 m
18.10	MD	60 m	19.40	JC 100 m
18.40	JD	80 m	19.40	JB, JA, HS, HV 100 m
18.40	MC	80 m	19.40	MB, MA, DS, DV 100 m
19.00	MPC+JPC	600 m	20.05	JB, JA, HS, HV 800 m
19.00	MC	1000 m	20.05	MB, MA, DS, DV 800 m
19.10	MB, MA, DS, DV	1000 m	20.25	MB, MA, DS, DV 200 m
19.10	MPA+JPA	1000 m	20.25	JB, JA, HS, HV 200 m
19.10	MD	1000 m	20.45	MB, MA, DS, DV 2000 m
19.10	JD	1000 m	20.45	JB, JA, HS, HV 2000 m
19.10	MPB+JPB	1000 m	21.15	Estafette 4*200 m

Technische nummers: 19.00 MB, MA, DS, DV, JB, JA, HS, HV speerwerpen  
19.45 MB, MA, DS, DV, JB, JA, HS, HV hink stap sprong  
20.30 MB, MA, DS, DV, JB, JA, HS, HV discuswerpen  
21.15 MB, MA, DS, DV, JB, JA, HS, HV verspringen

**Inschrijving:** Voorinschrijven tot 4 april 2002 bij het wedstrijdsecretariaat.

Marteké Witsenboer  
Burg. v.d. Feltzlaan 6  
8162 MB Epe  
[woc@cialfo.com](mailto:woc@cialfo.com)

Inschrijven op de dag zelf tot een half uur voor de aanvang van het loopnummer

**Inschrijfgeld:** Euro 1,50 bij inschrijving van één nummer voor pupillen en junioren  
Euro 1,00 voor de nummers 2 tm 5

**Inlichtingen:** Marteké Witsenboer  
Telefoon: 0578-612046

*Tot ziens bij CIALFO*

## **Ouderen en sportbeoefening**

---





---

YE2

---

YE3

---

YE4



---

YE5

---

YE6

---

YE7

---

YE8

## Vorbereidingen tweede van bank tot bank van start

---

De voorbereidingen voor de tweede Van Bank tot Bank zijn weer in volle gang.

Dit jaar vindt de loop plaats op zaterdag 13 juli. Op 16 april geeft Kamiel Maasse als voorbereiding op de loop een clinic bij De Gemzen. Op 5 juni komt Marcel Versteeg naar Epe voor een clinic te voorbereiding op het evenement.

Evenals vorig jaar kunnen de lopers weer kiezen tussen twee afstanden: 5 en 15 kilometer. Daarnaast is er weer een scholierenloop van 1 kilometer. Er zijn een aantal kleine aanpassingen gemaakt. Zo valt het startschot dit jaar om 18.30 uur. De 15 kilometer start weer voor de Rabobank in Epe en voor de 5 kilometer is de startstreep getrokken halverwege de Elburgerweg. De laatste kilometer van de loop gaat dit jaar door het centrum van Heerde.

Gezien de ervaringen en reacties van vorig jaar verwachten we dat dit jaar weer honderden lopers op het evenement afkomen. Om het geheel weer extra aantrekkelijk te maken, staat er een mooie prijzenpot te wachten. Daarnaast wordt de loop afgesloten met een grote verloting voor lopers en vrijwilligers.

### Clinics

De evenement wordt voorafgegaan door een aantal activiteiten, waarvan twee clinics. Voor de eerste clinic komt Kamiel Maasse op 16 april naar het clubhuis van de Gemzen in Heerde. Daar verzorgt hij een training, die wordt afgesloten met een vragenuurtje. De training start om 18.30 uur. Ook voor de leden van Cialfo is het mogelijk om deze training te volgen. De kosten van deze training zijn € 4,00. Leden en medewerkers van de Rabobank en de KNAU betalen € 2,00. Hierin is een consumptie inbegrepen.

Op 5 juni komt Marcel Versteeg, de winnaar van de eerste Van Bank tot Bank, naar Epe. Ook hij verzorgt een training, die eindigt met een vragenuurtje. Versteeg zal dan onder andere aandacht en uitleg geven over de PK-loopgroep. (een trainingmethode, waarbij de aangeslotenen hun trainingsschema's op papier krijgen en dus geen gezamenlijk trainingen volgen).

### Schaapskooi

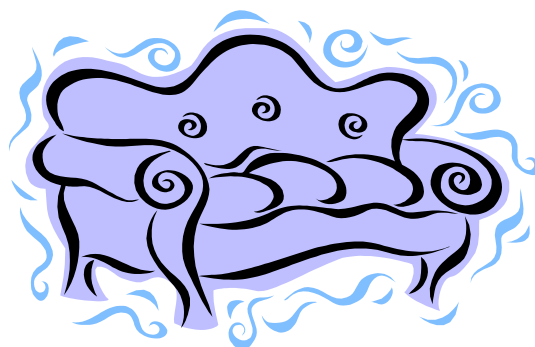
Vanaf 16 april besteedt 'De Schaapskooi' periodiek aandacht aan de loop. In een aantal edities wordt actuele informatie over de loop gegeven en trainers van Cialfo en De Gemzen presenteren training-

schema's om zo de lopers op een verantwoorde wijze naar de start van de 5 en 15 kilometer te begeleiden. Geïnteresseerden kunnen vanaf begin april iedere zaterdagochtend meetrainen met de loopgroep van Johan van de Schilde en Robert van de Hulst. Als extra lokkertje voor niet-leden zijn deze trainingen tot 13 juli gratis. Aanvang: 9.00 uur.

Verder informatie over de loop is te vinden op de website [www.bank-tot-bank.nl](http://www.bank-tot-bank.nl). Deze site is momenteel in bewerking en daardoor nog niet op te vragen. Daarnaast zullen we u de komende maanden ook via het clubblad op de hoogte houden.

Namens de organisatie,

Jackie Laterveer, Marteke Witsenboer, Gerrit Tenkink.



# **ZATERDAG 20 APRIL 2002**

organiseert A.V. CIALFO in samenwerking met de  
landgoedeigenaren van Welna en Tongeren in het kader van het Buys Ballot Weekend een

## **PRESTATIELOOP**

<b><u>Afstanden:</u></b>	1,5	km	jeugdprestatie-loop
	5	km	prestatie-loop
	10	km	prestatie-loop
	15	km	prestatie-loop

**Start:** Er wordt gestart aan het Van Manenspad, een fietspad in het verlengde van de Chevalierlaan, nabij de Chevalierschool in het buurtschap Tongeren/Wissel (gemeente Epe).

**Parcours:** Het parcours loopt over bosspaden van de Landgoederen Welna en Tongeren die speciaal voor dit weekend zijn opengesteld voor het publiek.

**Starttijd:** 10.00 uur voor de jeugdloop  
10.30 uur voor de overige afstanden

**Inschrijving en Inlichtingen:** Voorinschrijving is mogelijk bij het wedstrijdsecretariaat:  
Marteke Witsenboer  
Burg. V.d. Fetzlaan 6  
8162 MB Epe                      Telefoon: 0578-612046  
of via e-mail:                      **woc@cialfo.com**

Op de dag zelf kan vanaf 9.15 uur worden ingeschreven in de tent aan het Van Manenspad.

<b><u>Inschrijfgeld:</u></b>	1,5 km	€ 1,00
	5, 10 en 15 km	€ 1,50

**Herinnering:** Iedere deelnemer ontvangt een speciaal voor het Buys Ballot Weekend ontworpen herinnering.

## Beste jaarprestaties baanseizoen 2001

---

Meisjes Pupillen C	Annemarie Koetsier	40m	7.3sec	440 pnt.
Jongens Pupillen C	Pieter Verschuur	40m	7.9sec	334 pnt.
Meisjes Pupillen B	Caroline Bijsterbosch	40m	6.9sec	521 pnt.
Jongens Pupillen B	Thijs Lubbinge	40m	7.4sec	422 pnt.
Meisjes Pupillen A	Nicole Kwakkel	60m	9.5sec	519 pnt.
Jongens Pupillen A	Joost Lubbinge	Kogel	9.19m	406 pnt.
Meisjes Junioren D	Anouk Kleinpaste	Kogel	10.15m	530 pnt.
Jongens Junioren D	Pepijn Boomsluitter	Kogel	7.73m	406 pnt.
Meisjes Junioren C	Sabrina Bol	Hoog	1.40m	541 pnt.
Jongens Junioren C	Martijn Schrooten	Hoog	1.55m	663 pnt.
Meisjes Junioren B	Annet Freriks			
	Christel Baack			
	Iris Schutte	hoog	1.40m	615 pnt.
Jongens Junioren B	Tijmen Hondelink	110mH	16.6 sec	674 pnt.
Meisjes Junioren A	--			
Jongens Junioren A	Jeroen Ribbink	5000m	15.59.6 min	716 pnt.
Vrouwen Senioren	Anouk Nijhof	400m	66.6sec	589 pnt.
Mannen Senioren	Jan van Ommen	5000m	14.46.00 min	872 pnt.
Vrouwen Veteranen 35	Ingrid Marissink	Kogel	5.86m	271 pnt.
Vrouwen Veteranen 40	Anne Van Schuppen	3000m	10.24.3 min	724 pnt.
Vrouwen Veteranen 45/50/55/60 --				
Vrouwen Veteranen 65	Kini van Laar	Kogel	6.37m	315 pnt.
Mannen Veteranen 40	Toine Rongen	5000m	20.22.3min	316 pnt.
Mannen Veteranen 45	Wim de Weerd	5000m	15.30.00	776 pnt.
Mannen Veteranen 50	Rene Hondelink	Kogel	9.85m	449 pnt.
Mannen Veteranen 55	Jan Witsenboer	5000m	19.23.2 min	391 pnt.
Mannen Veteranen 65	Elbert van Laar	5000m	24.46.5min	56 pnt.



## Harry's statistieken

---

- **Apeldoorn**, Koningscross, 19-1-2002: 18 km.: Jan Lubbinge, 1.18.03 u.;
- **Apeldoorn, Midwintermarathon: uitslagen elders in dit clubblad!**;
- **Uden**, Profile-cross, nationaal crosscircuit, 3-2-2002: dames, 7000 mtr.: 3. Irma Heeren, 24.04 min.; Jongens-A, 7370 mtr.: 10. Jeroen Ribbink, 26.04; mannen-40, 8800 mtr.: 30. Jaap Kooiman, 35.35 ; mannen senioren, 11.940 mtr.: 52. Harry Veldkamp, 47.16 min.;
- **Bergen a/Zee**, Strandloop, 8 km., 3-2-2002: 1. Gerard Hendriks, 29.54 min.;
- **Landsmeer**, Twiskemolenloop, halve marathon, 3-2-2002: Jan-Willem Dijkgraaf, 1.34.33 u.;
- **Wezep**, militaire crosscompetitie, 7-2-2002: 8 km.: 4. Tjibbe de Vries, 29.45 min.; Jack Laterveer, 31.43 (b.m.); 4 km. 2. Bart Mager, 14.00 min. (1<sup>e</sup> senior);
- **Herten-Bertlich (Dld.)**, marathon (42,2 km.), 10-2-2002: Jan-Willem Dijkgraaf, 3.41.35 u.;
- **Heemskerk**, 21<sup>e</sup> Marquettelooop, halve marathon, 10-2-2002: vrouwen: 1. Anne van Schuppen, 1.15.51 u.;
- **Oldenzaal**, Hulsbeekcross, LAAC, 10-2-2002: 12 km.: 3. Gerard Hendriks, 44.31 min. ( 1<sup>e</sup> vet.);
- **Gent (B.)**, NK masters-indoor, 16-2-2002: 3000 mtr.: 3. Cees Kraaijeveld, 9.03.60 min. (3<sup>e</sup> plaats NK!!, brons en CR M45!);
- **Schoorl**, Groet uit Schoorl-Run, 17-02-2002: 21,1 km.: vrouwen: 2. Anne van Schuppen, 1.15.00 u. (1<sup>e</sup> vet. en CR V40!); 30 km.: M40: 15. Tjibbe de Vries, 2.02.12 (CR M45!); 53. Jan-Willem Dijkgraaf, 2.13.23 u. (pr);
- **'t Harde**, Militair Kampioenschap, NK-cross, 20-2-2002: 12 km.: 14. Tjibbe de Vries, 44.07 min. (2<sup>e</sup> M45!!); 4 km.: 11. Bart Mager, 14.13 min. (5<sup>e</sup> open klasse);
- **Wenum-Wiesel**, '25 km. van Apeldoorn', AV Veluwe, 23-2-2002: vrouwen: 1. Anne van Schuppen, 1.33.07 u. (2<sup>e</sup> totaalklassement !!, parkoersrekord en CR V40!); M50: 5. Dick Doornebal, 1.59.41 u. (CR M50); 7. John Steentjes, 2.08.58 u. (pr); 18,4 km.: 1. Pieter Boumeester, 1.20.25 u. ; 5,1 km.: 1. Bas van Beek, 17.45 min.;
- **Bad Saluflen (Dld.)**, marathon, 23-2-2002: 49. Jan-Willem Dijkgraaf, 3.58.21 u. (10<sup>e</sup> M45);
- **Biddinghuizen**, Driedorpenloop, 23-2-2002: 15 km.: Jan Lubbinge, 1.08.16 u.;
- **Amersfoort**, Nederlands kampioenschap cross, 24-2-2002: vrouwen, 7500 mtr.: 1. Irma Heeren, 29.39 min. (**Nederlands kampioene !!**); vrouwen-45, 5000 mtr.: 8. Loes Ribbink, 23.34 min.; mannen-45, 12.000 mtr.: 2. Wim de Weerdt, 45.06 (2<sup>e</sup> plaats NK !!, zilver); 3. Gerard Hendriks, 45.19 (3<sup>e</sup> plaats NK !!, brons); 4. Cees Kraaijeveld, 46.12 min.; 16. Jaap Kooiman, 50.33 min.; mannen-55, 9000 mtr.: 12. Jan Witsenboer, 45.56; 15. Frank Mensink, 49.42; Jongens-A, 7500 mtr.: 12. Jeroen Ribbink, 29.52 min.; mannen, 12.000 mtr.: 75. Harry Veldkamp, 50.43 min.; AV Cialfo winnaar verenigingsklassement heren veteranen!
- **Harderwijk**, Bosloopcompetitie, AV Athlos, 24-2-2002: 10 km.; vrouwen: 2. Linda Faber, 56.20 min.;
- **Nijkerk**, '25 km. van Nijkerk', 2-3-2002: 25 km.: Tjibbe de Vries, 1.37.05 u.; Dick Doornebal, 1.55.02 u.;
- **Stein**, '6 uur van Stein', Meulenber Recycling Ultraloop, 3-3-2002: 6 uur: 115. Jan-Willem Dijkgraaf, 61.025 mtr.;
- **Drunen**, Jan van Zandvoort-halve marathon (21,1 km.), 3-3-2002: vrouwen: 1. Anne van Schuppen, 1.17.54 u.;
- **Winterswijk**, 10 Engelse Mijlenloop (16,1 km.), 3-3-2002: M40: 1. Gerard Hendriks, 55.47 min. (2<sup>e</sup> totaalklassement);
- **Harderwijk**, Ridder-halve marathon, AV Athlos, 9-3-2002: heren senioren: 19. André Meuleman, 1.28.16 u; M50: 13. Dick Doornebal, 1.42.48; 10,9 km.: 50. Linda Faber, 58.21min.; 51. Elbert van Laar, 58.21; 5,8 km.: 1. Wichert Hoekert, 18.12 min.;
- **Diever**, Drents-Friese Wold-marathon, 9-3-2002: 42,2 km.: 52. Jan-Willem Dijkgraaf, 3.47.23 u.;
- **Nieuw Wehl**, Fatimaloop, 15 km., 10-3-2002: 2. Gerard Hendriks, 51.58 min.;
- **Alphen**, 20 km. van Alphen, nat. wegcircuit, 10-3-2002: vrouwen: 1. Irma Heeren, 1.07.25 u. (CR!); 3. Anne van Schuppen, 1.11.34 (CR V40!);
- **Wapenveld, Berghuizerpapierloop: uitslagen elders in dit clubblad!**
- **Eerbeek**, Lenteloop, 17-3-2002: 12 km.: 14. Jeroen Ribbink, 48.22 min.;
- **Grouw**, Merenloop, 12 km., 17-3-2002: M40: 5. Tjibbe de Vries, 45.40 min.



## Wedstrijdverslagen

---

### **Zuidbroek, NK-indoor, A/B-junioren, 19/20-01-2002:**

#### **Vierde plaats voor Tijmen Hondelink**

Bij de Nederlandse kampioenschappen indoor is Tijmen Hondelink van AV Cialfo vierde geworden bij het kogelstoten. De Vaassenaar vestigde met 13.14 mtr. een formidabel nieuw clubrekord. Hij kwam als vijfde atleet de finale binnen. De NK-indoor werden in Zuidbroek gehouden. Bij de B-junioren werd Raymond Bourgonje 17<sup>e</sup> bij het kogelstoten met 10.10 mtr.

### **Uden, Profilecross, 3-2-2002:**

#### **Irma Heeren pakt met aanvallende loopstijl derde plaats in Uden**

#### **Jeroen Ribbink scoort toptien-klassering in Profilecross**

Irma Heeren heeft een aanvallende, agressieve loopstijl. Dat dit een goede keuze is in de cross, heeft de Cialfo-atlete in de nationale Profilecross in Uden laten zien. De Harderwijkse topper pakte op zeer overtuigende wijze de derde plaats op de 7000 meter bij de vrouwen in 24.04 min. Het podium kreeg daarmee dezelfde bezetting als in Breda met de Turkse Elvan Abeylegesse (23.52) op de eerste plek en de Roemeense Denisa Costescu als tweede (23.58). Bij de A-junioren liet Jeroen Ribbink zich in de top van het klassement zien. Hij werd tiende met 26.04 min. op de 7370 mtr. op het bosparkoers in het Noordbrabantse plaatsje Zeeland bij Uden. Ribbink wordt elke cross sterker. Op het Nederlands Kampioenschap op 24 februari in Amersfoort hoopt hij even goed te lopen. 'Het is altijd even afwachten wie er mee doen. Maar ik heb er erg veel zin in, dat kan ik rustig zeggen, want het gaat momenteel erg goed. Het ging vandaag in Uden fantastisch. Ik was hard begonnen. Ik kwam als vierde op de eerste heuvel aan. Je moet wat proberen. Ik ben hartstikke blij met deze klassering'.

Lente-achtig was het in Uden. Het atletiekpubliek kreeg het ook warm van de Nederlandse prestaties. Zowel bij de mannen als bij de vrouwen zijn de Nederlandse lopers momenteel in goede doen. Zonder schroom gaan ze de strijd aan met de Afrikaanse lopers. Bij de mannen zijn Kamiel Maase en Luc Krotwaar ongenaakbaar; bij de vrouwen staat Irma Heeren op eenzame hoogte. Grete Koens en Erica van de Bilt hebben geen moment de illusie gehad, dat ze dichterbij konden komen. Het gaatje met de Cialfo-loopster werd elk rondje groter. Irma Heeren toonde zich opgetogen over haar goede vorm. Ze ging

keihard de strijd aan met Abeylegesse en Costescu, maar verwoede pogingen om het tweetal af te schudden leverden geen resultaten op. In de laatste kilometer versnelde de Turkse van Ethiopische afkomst, waarna Costescu het beste eindshot had. Heeren treurde daar niet echt lang om. Ze heeft haar vizier gericht op de Nederlandse crosstitel.

### **Heemskerk, halve marathon, 10-2-2002:**

#### **Prima tijd Anne van Schuppen in Heemskerk**

Anne van Schuppen (AV Cialfo) heeft in Heemskerk een snelle 1.15.51 u. gelopen op de halve marathon. Ze won de wedstrijd bij de vrouwen. In de Marquetteloop versloeg de 41-jarige Epese op overtuigende wijze andere toppers als de Belgische Sandra van de Haesevelde, Mieke Pullen en Vivian Ruyters. Eerder werd de atlete al fraai vijfde Nederlandse in de halve marathon van Egmond. Anne van Schuppen zal ook deelnemen aan de nationale wegwedstrijden in Den Haag (21,1 km.) en Alphen (20 km.).

### **NK-Brons voor Cees Kraaijeveld in Gent**

Cees Kraaijeveld heeft zijn eerste kampioenschapsmedaille behaald als Cialfo-atleet. In Gent won hij bij het Nederlands kampioenschap indoor voor veteranen de bronzen plak op de 3000 meter. De Apeldoornse maakte veel indruk met zijn laatste snelle kilometer. Kraaijeveld kwam uit geslagen positie terug. Hij finishte in een fraaie 9.03.60. Hij vestigde een Cialfo-clubrekord bij de M45. De eerste twee kilometers op de Belgische indoorbaan gingen in 3.03 min. De Cialfo-atleet, die altijd al een snelle finisher was, kon toen nog versnellen naar een laatste 1000 mtr. van 2.57 min. Door die snelle laatste kilometer kon hij nog een groepje van vier atleten voorblijven met Boon, Peeters, Jansen en Henet. De 3000 mtr. in Gent bij de masters werd gewonnen door Mauricio Gonzales in 8.53.74 min., voor Didier Senay, die met 9.02.41 op de zilveren plek net voor de Cialfo-veteraan eindigde. Kraaijeveld was opgetogen over zijn goede tijd. 'De laatste twee jaren ben ik niet meer zo snel geweest'. Hij kijkt nu met veel vertrouwen uit naar het Nederlands kampioenschap cross voor veteranen, dat komend weekend in Amersfoort plaatsvindt.

### **Tjibbe de Vries wint zilveren medaille militaire cross**

Bij het militair kampioenschap cross in 't Harde heeft Tjibbe de Vries (AV Cialfo) een zilveren medaille behaald. De Oldebroeker werd tweede bij de

---

veteranen-M45. Hij liep 44.07 min. op de 12 kilometer. In totaal werd De Vries 14<sup>e</sup>. Tjibbe de Vries is in training voor de Rotterdam-marathon. Op de korte cross van het NK-militairen werd Bart Mager 11<sup>e</sup> met 14.13 min. op de 4 km. In zijn eigen leeftijdsgroep werd hij knap vijfde.

***Anne van Schuppen scoort op halve marathon met 1.15.00 u.***

In Schoorl is Anne van Schuppen tweede geworden op de halve marathon. De 41-jarige Epese finishte na een bijzonder fraaie 1.15.00 u., waarmee ze een Cialfo-clubrekord op haar naam schreef. Het is haar beste tijd op de halve marathon (21,1 km.) in twee jaar. Met bijzonder goede weersomstandigheden was Van Schuppen voortvarend van start gegaan in Schoorl. Op het soms lastige parkoers door de duinen vocht ze de strijd om de eerste plaats uit met Annelieke v.d. Sluijs. Die bleek uiteindelijk over de langste adem te beschikken. Ze won in 1.14.27

***AV Cialfo sterkste veteranenploeg van Nederland***

***Irma Heeren soleert oppermachtig naar nationale crosstitel.***

Cialfo-atlete Irma Heeren is in Amersfoort op fantastische wijze nationaal crosskampioene geworden. De torenhoge favoriete maakte haar reputatie helemaal waar. Vanaf de start domineerde de Harderwijkse topatlete de wedstrijd. Oppermachtig soleerde ze op de 7,5 km. naar de eindzege in 29.38 min. Met de nationale driekleur in de hand denderde zij naar de finish onder groot enthousiasme van het publiek. Het werd een historische dag voor de Eper club toen Wim de Weerdts zilver en Gerard Hendriks brons wonnen bij de M-45. Cees Kraaijeveld werd vierde. De Apeldoornse zat net buiten de prijzen. 'Tja, dat is een houten plak zoals trainer Henk Liefers zegt'. Goed gehumeurd als altijd, was Kraaijeveld niet lang treurig. Na enige rekenwerk was duidelijk dat De Weerdts, Hendriks en Kraaijeveld de sterkste vereniging vertegenwoordigden. De mannen van AV Cialfo waren de beste veteranenploeg in het Amersfoortse sportpark Birkhoven. Jeroen Ribbink werd knap 12<sup>e</sup> bij de A-jongens; Loes Ribbink liep naar een mooie achtste plaats bij de V-45. De organiserende vereniging Triathlon had rond een zwembad een zeer overzichtelijk parkoers uitgezet, waardoor de wedstrijden in de diverse klassen goed te volgen waren. Gevreesd werd voor stormachtig en regenachtig weer, maar het gehele evenement bleef het droog. Hoewel het parkoers niet heuvelachtig was, waren de omstandigheden verrassend zwaar. De

deelnemers hadden te maken met een lastig, bochtig parkoers met soms smalle passages. Goed doorlopen was er niet bij of er moest al weer afgeremd worden. Hierdoor was dit parkoers een kampioenschap waardig.

Dit winterseizoen won Irma Heeren alle nationale crosses. In Amersfoort had ze alleen maar iets te verliezen, want iedereen verwachtte dat 'ze wel even kampioene zou worden'. Zo gemakkelijk gaat dat echter niet. De voormalige wereldkampioene duathlon pakte op het goede moment. Ze trainde keihard om een topprestatie neer te zetten. Na haar tweede plaats in de Sylvestercross in Soest nam ze twee weken relatieve rust. Waar anderen atletes te hard trinden of te veel wedstrijden liepen, nam de Harderwijkse gas terug. Dit werd beloond. In Breda en Uden werd ze in de tweede helft van het winterseizoen met overmacht beste Nederlandse. Toch was ze wel zenuwachtig voor de titelstrijd, maar na een eerste rondje gras rondom het zwembad, viel een last van haar af. Niemand kon haar bedreigen. De achterstand van de uiteindelijke nummer twee Erica van de Bilt werd alleen maar groter. Van de Bilt vond na afloop zelf ook dat de tweede plaats voor haar het hoogst haalbare was.

Toen Irma Heeren eenmaal solo liep ver voor de concurrentie, kon ze ontspannen rondrazen. De laatste ronde werd een ererondje. Lachend, zwaaiend en opgelucht pakte ze de Nederlandse vlag aan uit handen van haar vader. Trainer Henk Liefers was zeer blij met de overwinning van Irma Heeren. 'Iedereen denkt dat het vanzelf gaat, maar dat is natuurlijk niet zo. Ik weet hoeveel ze er voor moet doen. Dat is vandaag beloond. En wat je ook ziet. Ze heeft er plezier in. Ze heeft allerlei blessure's gehad, maar bij Cialfo heeft ze nog geen blessure gehad. Dat is belangrijk om goed te kunnen trainen. Ja, ze steekt lekker in haar vel. Het gaat heel goed', aldus Liefers.

De looptrainer werd door de drie topveteranen 'meegeleurd' naar het podium bij de uitreiking van de verenigingsprijs. Ook zij wilden -net als Irma Heeren- Henk Liefers betrekken bij hun successen.

Hattermer De Weerdts staat bekend als een snelle starter. Op goede dagen kan hij een meedogenloos hard tempo heel lang volhouden. Ook in Amersfoort was hij rap weg. De drie Cialfo-lopers hadden vantevoren vooral Theo van de Veer van Climax het meest gevreesd als concurrent. Dit bleek een goede inschatting. Het viertal kent elkaar goed van de ontmoetingen in de Gelders-Overijsselse crosscompetitie. De Weerdts werd na vijf kilometer voorbijgestreefd door Van de Veer. Hij kon die

---

voorsprong van een seconde of tien niet meer dichtlopen op de 12 kilometer lange cross. Het verschil bleef stabiel. De 'master uit Hattem' staat niet bekend als een uitgesproken crosser. Enkele jaren geleden moest hij genoegen nemen met een negende plaats in de titelstrijd. In Amersfoort was De Weerdt echter in goede vorm. Zijn zilveren medaille met 45.06 min. op de 12.000 mtr. was een grote verrassing. Dat gold ook voor de derde plaats van marathonloper Gerard Hendriks (45.19 min.). Hij kon niet dichterbij zijn clubgenoot komen. Op driekwart van de koers was het klassement gemaakt.

'Heel tevreden', zei De Weerdt, 'De cross is niet mijn sterkste kant, maar het ging heel goed. Ik had Van de Veer de koploper steeds in zicht. Ik liep eigenlijk heel gemakkelijk. Ik had nog wel een rondje in hetzelfde tempo kunnen doorgaan. Ik gleed nog twee keer uit. Dan raak je toch wat uit je ritme. Dan baal je wel even. Maar nogmaals, ik ben heel tevreden'. Gerard Hendriks stond na afloop van oor-tot-oor te glunderen onder zijn rode mutsje. 'Goh, wat ben ik diep gegaan. Na de finish was ik even helemaal kapot. Maar die bronzen plak maakt veel goed. Daar had ik helemaal niet op gerekend. Het was een lange cross; dat was misschien in mijn voordeel ten opzichte van de echt snelle jongens'. Hendriks wil dit jaar vooral goed presteren op het nationaal kampioenschap 15 km. en de EK-marathon in Potsdam. Daarna ging de veteraan uit Ruurlo goedgegemust op weg om Irma Heeren een paar klapzonen te geven.

#### **Apeldoorn, 25 km., 23-2-2002:**

##### **Anne van Schuppen tweede in totaalklassement 25 km in Apeldoorn**

Anne van Schuppen heeft met 1.33.07 een fraaie tijd gelopen op de 25 km. in Apeldoorn. De Epese is bepaald geen liefhebber van koud weer, maar in Wenum-Wiesel trotseerde ze regen- en hagelbuien om een goede prestatie neer te zetten. De Cialfo-atlete is in uitstekende vorm. Verbazingwekkend was het dat ze in het totaalklassement tweede werd achter Melchior van de Pol van AV'34 (1.30). In de laatste fase van de wedstrijd passeerde ze nog Jacob de Weerdt en veteraan Harry Kloppenburg, beide van PEC Zwolle. Alle andere mannen hadden het nakijken. Van Schuppen liep haar 5 kilometers met de grote regelmaat, die de marathontoppers eigen is; er zat nauwelijks 10 seconden verschil tussen haar tussentijden. Vorig weekeinde liep de atlete nog een knappe 1.15 op de halve marathon; nu kwam ze op ongeveer 1.18 door op de 21,1 km. Er zijn amper 10 atletes in Nederland die zo'n tijd kunnen lopen op de

deze afstand. Met haar prestatie verbeterde ze in Apeldoorn haar eigen parkoersrekord met vijf minuten. Het was uiteraard ook een nieuw Cialfo-rekord V-40. Dick Doornebal schreef in dezelfde wedstrijd het clubrekord bij de M50 op zijn naam met 1.59.41 u. Hij werd vijfde in zijn categorie.

#### **Epe, 4<sup>e</sup> cross Gelders-Overijsselse competitie, 2-03-2002:**

##### **Vijf ereplaatsen voor AV Cialfo in Eper cross.**

##### **Jan van Ommen maakt come-back met tweede plaats**

AV Cialfo heeft in de laatste cross van de Gelders-Overijsselse competitie vijf ereplaatsen behaald. De thuiswedstrijd werd met prachtige, zonnige weersomstandigheden gehouden. Tegenover het hertenkamp aan de Dellenweg in Epe was een pittig parkoers uitgezet. De zandafgraving was het middelpunt van het strijdtoneel. Starter Wim Scholten had nog nauwelijks geknald of Cialfo-master Wim de Weerdt stormde naar voren. De Weerdt wilde revanche voor het NK, waar hij tweede werd achter Theo van de Veer van Climax uit Ede. Van de Veer liet zich echter niet verrassen. Hij won bij de veteranen de 12.000 mtr. met 40.33 min.. Wim de Weerdt liep 41.17. De Hattemer werd ook nog gepasseerd door de winnaar bij de senioren Rob Detert (AV'34) met 39.48 en Jan van Ommen van de organiserende vereniging. Van Ommen maakte met een tweede plaats (40.13 min.) een geslaagde come-back aan het wedstrijdfront.

Trainen deed Jan van Ommen wel, maar wedstrijden liep hij dit jaar nog nauwelijks. En als hij al eens aan de start verscheen, zoals bij de 3<sup>e</sup> Gelders-Overijsselse cross in Nijmegen, dan lukte het niet. Hij liet het NK-cross in Amersfoort voorbijgaan. In Epe ging de Hattemer in een soepele loopstijl over de zandpaden. 'Ja, dit jaar wilde het nog niet echt lukken, ziekte, blessures, allerlei dingen, maar vandaag ging het heel goed'. Heel goed ging het ook met Jeroen Ribbink, die met een tweede plaats bij de A-jongens verraste. Hij liep 27.26 min. op de 8000 mtr. Hij hoefde alleen voorrang te verlenen aan Apeldoornse Dennis Licht, die al diverse kampioenschapsmedaille's behaald heeft. Dit jaar had Ribbink nog niet gewonnen van Janssen en Sanders, beide uit Nijmegen. In een goed opgebouwde race sloeg de talentvolle Epenaar toe in de laatste ronde. Helaas was de tweede plaats niet genoeg voor een top-drie klassering in het eindklassement. Bij de vrouwen senioren werd Yvonne Scholten derde.

---

Lisanne van Leeuwen werd derde bij de meisjes pupillen-A.

**Steenwijk, indoor, 2-3-2002:**

**Eerste plaatsen Tijmen Hondelink en Christel Baack**

Bij een indoorwedstrijd in Steenwijk heeft Tijmen Hondelink (A-jongens) het kogelstoten gewonnen met 12.68 mtr. Christel Baack (A-meisje) van AV Cialfo won de sprintmeerkamp in haar categorie. Ze liep de 40 mtr. in 6.50 sec. en de 50 mtr. in 7.98 sec. Ze werd tweede bij het kogelstoten met 7.89 mtr. Bij het Biolina Athletics Indoorgala in Steenwijk leverde Tijmen Hondelink de volgende prestaties in de meerkamp: 40 mtr. (5.59 sec.), 50 mtr. (6.80 sec.) verspringen (5.25 mtr.) en hoog (1.65 mtr.).

**Alphen, 20 km., 10-3-2002:**

**Cialfo-atletes in topvorm bij 20 kilometer van Alphen**

Irma Heeren en Anne van Schuppen, beide van AV Cialfo, zijn als eerste en derde Nederlandse geëindigd in de voorjaarsklassieker in Alphen (20 km.). Irma Heeren heeft sinds november vorig jaar geen serieuze wegwedstrijd meer gelopen. Het succesvolle crosseizoen werd beloond met een nationale titel en EK-deelname. Bij de 20 kilometer van Alphen was ze in topvorm. Met 1.07.25 was ze de snelste Nederlandse. Het werd een klein Cialfo-feestje toen Anne van Schuppen als derde Nederlandse binnenkwam in een uitstekende 1.11.34. Van Schuppen won bij de masters in Alphen. Ze vestigde een parkoersrekord in haar categorie. De Epese rijgt de laatste weken de goede prestaties aaneen. Ook zij verkeert in een uitstekende vorm. De twee Cialfo-topatletes staan bovenaan in het nationale wegcircuit. Heeren bleef in Alphen slechts vijf seconden verwijderd van haar persoonlijke besttijd. Met haar toptijd gaf ze haar visitekaartje af voor de komende wedstrijden. De wereldkampioenschappen halve marathon in Brussel zijn haar hoofddoel. Over twee weken wacht de City-Pier-Cityloop in Den Haag, ook een halve marathon. De 34-jarige loopster hoopt ooit nog eens onder de 1.10 te lopen op de 21,1 km. Haar trainer Henk Liefers denkt dat dit mogelijk is. In Alphen was er vrij veel wind op het open parkoers. De laatste vijf kilometer kreeg de Harderwijkse het zwaar, nadat ze op de 15 kilometer 50 minuten als doorkomsttijd had. Ze probeerde nog wel bij de nummers twee en drie van de wedstrijd te komen, maar daarvoor ontbrak net de kracht. In het

internationale veld werd ze knap vierde in totaal achter Gemechu (Ethiopië), Cheruiyot (Kenia) en Renders (België). Zowel Heeren als Van Schuppen vestigden een Cialfo-rekord.

**Wapenveld, Berghuizerpapierloop, 10 E.M., 16-3-2002:**

**Cialfo-atleet Wichert Hoekert wordt verrassend derde bij de mannen**

**Anne van Schuppen wint Berghuizerpapierloop in Wapenveld**

Anne van Schuppen (AV Cialfo) heeft zonder concurrentie bij de vrouwen de Berghuizerpapierloop in Wapenveld op haar naam geschreven. De Epese atlete finishte na 59.25 min. Zij vestigde een nieuw parkoersrekord op de 10 Engelse Mijlen (16,1 km.). Als opwarmertje was ze al van Epe naar Wapenveld gelopen om vervolgens blijmoedig de wedstrijd naar haar hand te zetten. Volgend weekeinde heeft ze de nationale klassieker City-Pier-City (21,1 km.) op het programma staan. Van Schuppen staat tweede in het nationale wegcircuit. Wichert Hoekert werd verrassend derde bij de mannen.

Bij de vrouwen-masters werd Loes Ribbink tweede. Over haar klassering was ze zeer tevreden, maar de eindtijd van 1.15.15 u. viel haar flink tegen. 'Ik wil dit jaar toch weer naar de 1.10 op de 16 km. Vandaag was het niet echt mijn dag. Het was prachtig weer, maar misschien was het wel te mooi weer. De afgelopen dagen was het een stuk kouder. Je moet toch eerst weer wennen aan de omstandigheden.' Jan van Ommen had een slechte dag. Hij kon niet in het juiste ritme komen. Vantevoren had hij een tijd van ca. 53 min. in zijn hoofd, 'maar dat kon ik absoluut vergeten. Ik heb me maar laten afzakken en ik ben bij Anne van Schuppen gebleven'.

Verrassend genoeg was het de Elburger Wichert Hoekert die als eerste Cialfo-atleet terugkwam op het fabriekscomplex van Stora-Enso. In de wedstrijd werd hij knap derde met een nieuw persoonlijk rekord van 54.53 min. De Bergaloop werd gewonnen door Gerrit Voortman (HAC'63) in 53.18 voor de Oekraiener Yevgen Shulyak (54.14). Ook Wim de Weerdt, die met 57.55 min. tweede veteraan werd, kon de ontketende Hoekert niet bijbenen. De Elburger uit de trainingsgroep van Henk Liefers is de 'coming man' in de regionale loopwereld. Bij AV Cialfo wordt veel van de voormalige amateur-wielrenner verwacht. In enkele prestatielopen liet hij zich al nadrukkelijk van voren zien. Met een gemiddelde snelheid van 17,4 kilometer per uur liep hij het traject langs Ijsseldijk en Vorchten. Met zeven atleten bij de eerste twintig

finishers was de Eper club zeer goed vertegenwoordigd in de Berghuizerpapierloop.

## Uitslagen

### Open Noord-Nederlandse Kampioenschappen pupillen, 19-01-2002:

Meisjes pupillen A (2<sup>e</sup> jrs.)(60 mtr., hoog, kogel, 1000 mtr.): 17. Sacha Popping, 10.37, 1.05, 7.57, 4.42.95 (26<sup>e</sup> pl.); 25. Nicole Kwakkel, 9.98, 1.05, 5.34, 3.58.29 (8<sup>e</sup> pl.).

### Apeldoorn, Midwintermarathon, 26-01-2002:

Marathon: 108. Jan-Willem Dijkgraaf, 3.29.32 u.

Asselronde (27,4 km.): 21. Anne van Schuppen, 1.47.07 u. (3<sup>e</sup> vrouw); 72. Tjibbe de Vries, 1.56.26; 115. Jack Laterveer, 1.59.54; 471. Jan Lubbinge, 2.18.36; 481. Dick Doornebal, 2.19.05; 560. Henk van 't Erve, 2.21.36 u.

Minimarathon (18,7 km.): 30. Bart Mager, 1.11.23 u.; 36. Harry Veldkamp, 1.12.24; 70. Evert Spijkerboer, 1.16.42; 123. Erwin van Duinen, 1.20.47; 132. Richard Berkhoff, 1.21.10; 172. Arjan Kluin, 1.23.19; 173. André Meuleman, 1.23.19; 180. Gerbert Tiemens, 1.23.36; 240. Gert Mulder, 1.26.13; 368. Loes Ribbink, 1.29.53; 369. Jaap Kooiman, 1.29.53; 905. John Steentjes, 1.39.37; 1087. Rob Philipsen, 1.42.28; 1293. Max Dertien, 1.45.40; 1447. Gert v.d. Esschert, 1.48.20; 1707. Elbert van Laar, 1.53.32; 1729. Linda Faber, 1.54.14; 1756. Jan Douma, 1.54.43; 1781. Annemarie Scholten, 1.55.34; 1816. Philip Hoogenraad sr., 1.56.40; 1926. Joke Douma, 2.00.16; 1945. Ria Oosterbroek, 2.00.55 u.

7,2 km., Apeldoornse Courantloop: 3. Wichert Hoekert, 23.46 min.; 5. Irma Heeren, 24.00 (1<sup>e</sup> vrouw); 6. Cees Kraaijeveld, 24.12 (1<sup>e</sup> vet.); 15. Edsard van Steenberg, 27.59; 54. Deddo Panjer, 35.21; Chris Bertrams, 35.03. min.

### Apeldoorn, indoor, 10-02-2002:

40 mtr., hoog, kogel: MPC: 9. Liz Maarseveen, 9.7, 0.65, 3.02; JPB: 3. Pieter Verschuur, 7.7, 0.95, 5.93; 4. Sebastiaan van Leeuwen, 7.6, 0.95, 5.32; MPB: 10. Debby Hazelaar, 7.5, 0.95, 3.93; 18. Karen Bosch, 7.8, 0.80, 2.46; 20. Nathalie Mulder, 8.2, 0.85, 2.44; 23. Jasmijn Rongen, 8.8, 0.75, 2.67; JPA: 15. Thijs Lubbinge, 7.4, 1.00, 7.01; 18. Muhsin Calisal, 7.1, 1.00, 5.48; MPA: 7. Lianne van Leeuwen, 7.2, 1.20 (CR!), 5.77; 8. Nicole Kwakkel, 7.0, 1.15, 5.55; 11. Nancy van Petersen, 6.6 (CR!), 1.10, 4.06; 17. Mala Noiija, 7.1, 1.05, 4.70; 17. Linda Rodijk, 6.8, 1.00, 4.34; 24. Caroline Bijsterbosch, 6.9, 1.00, 3.38.

40 mtr., 40 mtr. H., hoog, kogel: JD: 7. Joost Lubbinge, 6.6, 8.5, 1.20, 8.65; MD: 24. Meike Kleinpaste, 7.3, 10.6, 0.95, 5.02; 26. Jose Bosch, 7.2, 13.8, 1.15, 5.11; JC: 4. Rick Hahn, 6.0, 7.5, 1.50, 6.95; 16. Pepijn Boomsluit, 7.1, -, 1.30, -, 7.08; MC: 10. Anouk Kleinpaste, 6.5, 7.6 (CR!), 1.15, 7.70; 12. Rosemarie Smit, 6.6, 7.9, 1.30, 6.36; 21. Suzan van Bussel, 7.3, 9.6, 1.15, 6.58.

### Epe, 4<sup>e</sup> cross Gelders-Overijsselse competitie, 2-03-2002:

Vrouwen senioren, 6000 mtr.: 3. Yvonne Scholten, 33.15 min.  
Mannen senioren, 12.000 mtr.: 2. Jan van Ommen, 40.13; 8. Bart Mager, 46.13; 10. Steven Hofenk, 47.14; 12. Evert Spijkerboer, 48.39; M45: 2. Wim de Weerd, 41.17; 4. Jaap Kooiman, 45.59.

Jongens A, 8000 mtr.: 2. Jeroen Ribbink, 27.26.

Meisjes C, 2000 mtr.: 12. Manon Logtenberg, 10.19.

Jongens C, 3500 mtr.: 32. Rick Hahn, 16.10; 42. Pepijn Boomsluit, 18.27; 44. Jelle Aalbers, 18.37.

Meisjes pupillen B, 1500 mtr.: 7. Debby Hazelaar, 7.18; 19. Michelle Das, 8.03; 24. Annemarie Koetsier, 8.51; 26. Jelleke Boomsluit, 8.57; 27. Afra Leeuw, 9.39; 28. Emma Brinke, 9.39; 30. Karin Bosch, 10.09; 11.53.

Jongens pupillen B, 1500 mtr.: 17. Pieter Verschuur, 7.23; 26. Sebastiaan van Leeuwen, 8.17.

Meisjes pupillen A (1<sup>e</sup> jrs.), 1500 mtr.: 3. Lianne van Leeuwen, 6.39; 8. Nancy van Petersen, 7.06; Meisjes pupillen A (2<sup>e</sup> jrs.): 9. Nicole Kwakkel, 7.09; 19. Christel Harmsen, 7.47; 23. Mala Noiija, 8.03; 24. Carolina de Wilde, 8.19.

Jongens pupillen A (1<sup>e</sup> jrs.), 1500 mtr.: 21. Muhsin Calisal, 7.54; Jongens pupillen A (2<sup>e</sup> jrs.): 18. Thijs Lubbinge, 7.59; 23. Maurice Rensink, 8.26.

Meisjes D (1<sup>e</sup> jrs.), 1500 mtr.: 25. Anne Hesselink, 9.20; Meisjes D (2<sup>e</sup> jrs.): 14. Carlijn Koedijk, 8.36.

Jongens D (1<sup>e</sup> jrs.), 2000 mtr.: 20. Joost Lubbinge, 9.40; 31. Lukas Nass, 10.54; 33. Thijs v.d. Brink, 10.58; Jongens D (2 jrs.), 2000 mtr.: 11. Chris Beuzekom, 8.44; 26. Tom Koele, 10.15; 29. Stef v.d. Bedem, 11.36; 30. Julian Rensink, 11.59; 31. Sahin Calisal, 12.56 min.

### Wapenveld, Berghuizerpapierloop, 10 E.M. (16,1 km.), 16-3-2002:

3. Wichert Hoekert, 54.53 (3<sup>e</sup> sen. en pr); 7. Wim de Weerd, 57.55 (2<sup>e</sup> M40); 8. Anne van Schuppen, 59.25 (1<sup>e</sup> vrouw en parkoersrekord); 9. Jan van Ommen, 59.26 (6<sup>e</sup> sen.); 11. Bart Mager, 1.01.35 (pr, 7<sup>e</sup> sen.); 16. Jaap Kooiman, 1.03.15 (4<sup>e</sup> M40); 19. Evert Spijkerboer, 1.04.22 (pr, 9<sup>e</sup> sen.); Harry Veldkamp, 1.11.03; Jan Lubbinge, 1.11.54; Gerbert Tiemens, 1.14.16; Loes Ribbink, 1.15.15 (2<sup>e</sup> vrouwen veteranen en CR V45); Dick Doornebal, 1.16.23; Toine Rongen, 1.20.33; Jan Baack, 1.21.06.

1 km.: 10. Thijs Lubbinge, 4.25; 5 km.: 19. Joost Lubbinge, 27.43; 27. Jolien Philipsen, 29.24; 28. Judith Reinders, 29.25; 10 km.: 16. Rob Philipsen, 49.11; 58. Hanneke Philipsen, 1.02.30.

### Epe, Coopertest 21 maart 2002

Spijkerboer Evert	3315
Tiemens Gerbert	3286
Bonthuis Marjolein	2386
Hout V Eliza	2253
Frijns Ans	2229

### Uitslag 5 km te Epe 21 maart 2002

Hoekert Wichert	Sen M	15:26:8
Kraaienveld Cees	Vet 45	16:23:1

Ribbink Jeroen	J-A	16:38:7	Jasmijn Rongen	1963
Veldkamp Harry	Sen M	18:27:8	Kamiel Zukowski	1913
Kooiman Jaap	Vet 45	18:32:6	Thomas den houdyker	1901
Weerd De Wim	Vet 45	18:57:7	Inge IJzerman	1872
Ribbink Loes	Vet 45	20:29:5	Liz Maarseveen	1823

#### Uitslag Coopertest B/C Pupillen 26 Maart 2002

Christiaan Proper	2502	Rijnmar de Goede	1704
Nathalie Mulder	2359	Yoren de Goede	1646
Michelle Das	2213	Annelies Proper	1636
Joelle Koers	2139	Eline Potappel	1634
Joy vd Esschert	2137	Yjitske de Vries	1553
Debby Hazelaar	1996	Emma ten Brinke	1472
Debby den Houdyker	1990	Gijs Gnnwis?	1472
Mathijs van Herpen	1987		
Alyssa Vreeken	1975		

#### Uitslagen Indoorwedstrijd Vaassen 24 maart 2002

C-Pup. Jongens ,Meerkamp		35 Mtr		Kogel		Hoog		Totaal	
	Naam	Gbj	Prest.	pnt	Prest.	pnt	Prest.	pnt	pnt
1	Kamil Zukowski	95	7.2	332	4.62	315	0.65	87	734
2	Thomas Van Laar	95	7.3	314	4.66	318	0.60	50	682
C-Pup. Meisjes ,Meerkamp		35 Mtr		Kogel		Hoog		Totaal	
	Naam	Gbj	Prest.	pnt	Prest.	pnt	Prest.	pnt	pnt
1	Maartje Ruskamp	94	7.3	314	4.57	311	0.85	232	857
2	Anouk Visser	95	6.9	386	4.30	292	0.75	159	837
3	Liz Maarseveen	95	7.6	265	3.95	266	0.75	159	690
4	Lotte Tenkink	94	7.7	249	4.02	271	0.65	87	607
B-Pup. Jongens ,Meerkamp		Kogel		35 Mtr		Hoog		Totaal	
	Naam	Gbj	Prest.	pnt	Prest.	pnt	Prest.	pnt	pnt
3	Pieter Verschuur	93	5.51	375	6.1	558	1.00	342	1275
4	Sebastiaan V Leeuwen	93	5.19	354	6.9	386	1.00	342	1082
B-Pup. Meisjes ,Meerkamp		Kogel		35 Mtr		Hoog		Totaal	
	Naam	Gbj	Prest.	pnt	Prest.	pnt	Prest.	pnt	pnt
2	Debby Hazelaar	93	4.34	295	6.4	489	0.95	306	1090
4	Alijsa Vreeken	93	4.10	277	6.6	446	0.85	232	955
6	Michele Das	93	3.59	237	6.7	426	0.85	232	895
7	Marit Tenkink	93	2.84	174	6.7	426	0.80	196	796
8	Jelleke Boomsluiter	93	3.58	237	7.6	265	0.85	232	734
9	Willemijn V Laar	93	3.18	204	6.9	386	0.70	122	712
10	Karen Bosch	93	2.37	130	6.9	386	0.75	159	675
11	Emma Ten Brinke	93	3.07	194	7.5	281	0.80	196	671
12	Heidy Rodijk	93	3.00	188	7.6	265	0.75	159	612
13	Tjitske De Vries	93	2.94	183	7.8	234	0.75	159	576
A-Pup. Jongens ,Meerkamp		Hoog		35 Mtr		Kogel		Totaal	
	Naam	Gbj	Prest.	pnt	Prest.	pnt	Prest.	pnt	pnt
2	Muhsin Calisal	91	1.00	342	6.3	511	5.38	366	1219
3	Thijs Lubbinge	92	0.95	306	6.5	467	6.43	432	1205
4	Maurice Rensink	92	0.90	269	7.0	368	5.20	355	992
6	Wisse Boomsluiter	91	0.85	232	7.8	234	4.23	287	753
A-Pup. Meisjes ,Meerkamp		Hoog		35 Mtr		Kogel		Totaal	
	Naam	Gbj	Prest.	pnt	Prest.	pnt	Prest.	pnt	pnt
1	Lisanne V Leeuwen	92	1.25	526	6.0	583	6.29	424	1533
3	Sacha Popping	91	1.05	379	6.5	467	8.28	536	1382
4	Sara Zevenhuizen	91	1.05	379	5.8	634	4.80	327	1340
7	Nancy V Petersen	92	1.00	342	5.9	608	4.47	304	1254
9	Linda Rodijk	91	1.00	342	6.1	558	4.79	327	1227
10	Caroline Bijsterbosh	92	1.00	342	6.1	558	3.54	233	1133
11	Christel Harmsen	91	0.95	306	6.5	467	5.03	343	1116

15	Marlou Vd Vlekkert	91	0.95	306	6.6	446	3.07	194	946
16	Marijke Hesselink	92	0.95	306	7.3	314	4.17	282	902
D-Jun. Jongens ,Meerkamp									
	Naam	Gbj	Hoog		35 Mtr		Kogel		Totaal
			Prest.	pnt	Prest.	pnt	Prest.	pnt	pnt
2	Joost Lubbinge	90	1.20	389	5.9	508	9.20	483	1380
5	Tom Koele	89	1.00	242	6.1	458	6.95	363	1063
6	Stef V D Bedem	89	1.15	352	6.2	434	5.18	253	1039
7	Sahin Calisal	89	1.00	242	6.8	306	6.35	327	875
8	Julian Rensink	89	1.15	352	6.8	306	4.30	192	850
9	Thijs V D Brink	90	0.95	206	6.7	326	3.26	110	642
10	Lukas Nass	90	0.80	96	6.8	306	4.31	193	595
11	Jan Hesselink	89	0.80	96	7.5	181	5.10	248	525
D-Jun. Meisjes ,Meerkamp									
	Naam	Gbj	Hoog		35 Mtr		Kogel		Totaal
			Prest.	pnt	Prest.	pnt	Prest.	pnt	pnt
2	Jolien Philipsen	89	1.30	462	5.7	561	7.77	409	1432
4	Judith Reijnders	89	1.15	352	6.0	483	6.45	333	1168
6	Anne Hesselink	90	0.95	206	7.1	249	6.22	320	775
7	Meike Kleinpaste	90	0.80	96	6.3	411	5.19	254	761
8	Carmen De Weerd	90	0.95	206	7.1	249	3.66	143	598
C-Jun. Jongens ,Meerkamp									
	Naam	Gbj	Kogel		35 Mtr		Hoog		Totaal
			Prest.	pnt	Prest.	pnt	Prest.	pnt	pnt
2	Rick Hahn	87	7.96	419	5.3	679	1.50	623	1721
4	Pepijn Boomsluiters	88	7.32	384	6.2	434	1.30	462	1280
5	Jelle Aalbers	88	5.82	295	6.0	483	1.15	352	1130
6	Hans Popping	88	5.93	302	6.1	458	1.15	352	1112
C-Jun. Meisjes ,Meerkamp									
	Naam	Gbj	Kogel		35 Mtr		Hoog		Totaal
			Prest.	pnt	Prest.	pnt	Prest.	pnt	pnt
2	Rosemarie Smit	88	6.68	347	5.7	561	1.25	426	1334
3	Sabrina Bol	87	7.09	371	5.8	534	1.25	426	1331
4	Anoek Kleinpaste	88	7.80	410	5.7	561	1.15	352	1323
5	Manon Logtenberg	88	6.90	360	6.1	458	1.25	426	1244
6	Suzan Van Bussel	88	6.07	310	6.3	411	1.10	316	1037
B-Jun. Jongens ,Eigen Meerkamp									
	Naam	Gbj	35 Mtr		Hoog		Kogel		Totaal
			Prest.	pnt	Prest.	pnt	Prest.	pnt	pnt
1	Tijmen Hondelink*	84	4.7	619	1.70	587	10.95	528	1734
3	Ruben Zwarts*	83	5.2	396	1.60	492	8.94	381	1269
4	Jasper Smit	85	5.5	280	1.60	492	9.15	397	1169
5	Bram Leenburg*	84	5.2	396	1.55	444	6.68	193	1033
6	Raymond Bourgonje	86	5.7	210	1.35	241	10.40	489	940
7	Martijn Schrooten	86	5.4	317	1.50	394	7.04	225	936
B-Jun. Meisjes ,Eigen Meerkamp									
	Naam	Gbj	35 Mtr		Hoog		Kogel		Totaal
			Prest.	pnt	Prest.	pnt	Prest.	pnt	pnt
1	Christel Baack	84	6.1	184	1.30	484	7.99	445	1113
C-Pup. Jongens ,600 Mtr									
1	Thomas Van Laar	95	2.51.0						
2	Kamil Zukowski	95	3.07.7						
C-Pup. Meisjes ,600 Mtr									
1	Maartje Ruskamp	94	2.52.7						
2	Liz Maarseveen	95	3.01.0						
3	Lotte Tenkink	94	3.02.8						
4	Anouk Visser	95	3.05.2						
B-Pup. Jongens ,600 Mtr									
2	Pieter Verschuur	93	2.44.3						
4	Sebastiaan V Leeuwen	93	2.50.4						
B-Pup. Meisjes ,600 Mtr									
2	Debby Hazelaar	93	2.35.1						
4	Karen Bosch	93	2.53.4						
5	Michele Das	93	3.00.0						

7	Alijssa Vreeken	93	3.12.1
8	Marit Tenkink	93	3.21.0
9	Jelleke Boomsluiters	93	3.25.1
10	Emma Ten Brinke	93	3.30.2
11	Heidy Rodijk	93	3.32.1
12	Tjitske De Vries	93	3.35.6
13	Willemijn V Laar	93	

A-Pup. Jongens ,600 Mtr

3	Muhsin Calisal	91	2.32.9
4	Maurice Rensink	92	2.35.0
5	Wisse Boomsluiters	91	2.39.1
6	Thijs Lubbinge	92	2.40.9

A-Pup. Meisjes ,600 Mtr

2	Sara Zevenhuizen	91	2.20.6
3	Lisanne V Leeuwen	92	2.26.2
4	Nancy V Petersen	92	2.31.0
5	Linda Rodijk	91	2.35.5
7	Christel Harmsen	91	2.37.7
9	Caroline Bijsterbosh	92	2.42.6
12	Sacha Popping	91	2.45.9
13	Marlou Vd Vlekkert	91	2.46.7
14	Marijke Hesselink	92	

D-Jun. Jongens ,600 Mtr

1	Joost Lubbinge	90	2.22.4
3	Tom Koele	89	2.39.9
4	Thijs V D Brink	90	2.45.1
5	Julian Rensink	89	2.50.7
6	Stef V D Bedem	89	2.51.7
7	Sahin Calisal	89	3.04.9

D-Jun. Meisjes ,600 Mtr

3	Jolien Philipsen	89	2.19.5
5	Judith Reijnders	89	2.26.4
6	Meike Kleinpaste	90	2.33.5
7	Carmen De Weerd	90	2.42.9
8	Anne Hesselink	90	2.49.6

C-Jun. Jongens ,800 Mtr

3	Rick Hahn	87	2.11.0
4	Hans Popping	88	2.12.5
5	Jelle Aalbers	88	2.34.2

C-Jun. Meisjes ,600 Mtr

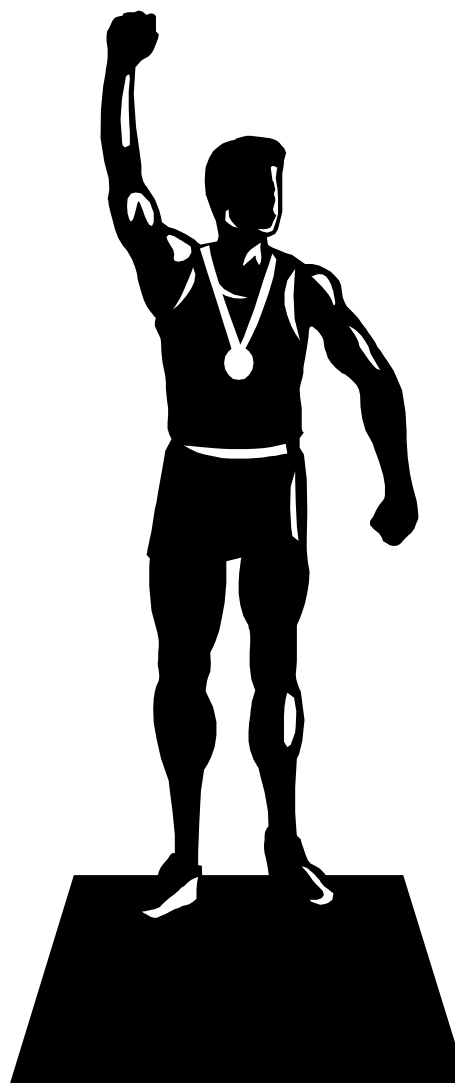
2	Manon Logtenberg	88	3.09.1
3	Suzan Van Bussel	88	3.09.8

B-Jun. Jongens ,600 Mtr

1	Ruben Zwarts*	83	1.54.1
2	Bram Leenburg*	84	1.56.9
3	Martijn Schrooten	86	1.58.9
4	Tijmen Hondelink*	84	2.12.7
5	Jasper Smit	85	2.17.2
6	Raymond Bourgonje	86	2.18.3

B-Jun. Meisjes ,600 Mtr

1	Christel Baack	84	2.19.3
---	----------------	----	--------





---

### Indoor-clubrekords AV Cialfo 2001-2002:

7.	JA:	Tijmen Hondelink	kogel	13.14 mtr.	Zuidbroek	20-1-2002
8.	MPA:	Nancy van Petersen	40 mtr.	6.6 sec.	Apeldoorn	10-2-2002
9.	MPA:	Lisanne van Leeuwen	hoog	1.20 mtr.	Apeldoorn	10-2-2002
10.	MC:	Anouk Kleinpaste	40 mtr. H.	7.6 sec.	Apeldoorn	10-2-2002
11.	M45:	Cees Kraaijeveld	3000 mtr.	9.03.60 min.	Gent (B.)	16-2-2002
12.	JA:	Tijmen Hondelink	40 mtr.	5.59 sec.	Steenwijk	2-3-2002
13.	JA:	Tijmen Hondelink	hoog	1.65 mtr.	Steenwijk	2-3-2002
14.	MA:	Christel Baack	40 mtr.	6.50 sec.	Steenwijk	2-3-2002

### Outdoor-clubrekords AV Cialfo 2002:

1.	V40:	Anne van Schuppen	21,1 km.	1.15.00 u.	Schoorl	17-2-2002
2.	M45:	Tjibbe de Vries	30 km.	2.02.12 u.	Schoorl	17-2-2002
3.	V40:	Anne van Schuppen	25 km.	1.33.07 u.	Apeldoorn	23-2-2002
4.	M50:	Dick Doornebal	25 km.	1.59.41 u.	Apeldoorn	23-2-2002
5.	VS:	Irma Heeren	20 km.	1.07.25 u.	Alphen	10-3-2002
6.	V40:	Anne van Schuppen	20 km.	1.11.34 u.	Alphen	10-3-2002
7.	V45:	Loes Ribbink	10 E.M.	1.15.15 u.	Wapenveld	16-3-2002



## Colofon

<b>Bestuur</b>	Simon Staadegaard	<i>voorzitter</i>	Quickbornlaan 12	628782
	Rolf Kenter	<i>penningmeester</i>	Ballastputweg 71	621758
	Monique Konijnenberg	<i>secretaris</i>	Hoofdstraat 18	628281
	Agnes v.d. Schilde	<i>lid</i>	Jasmijnstraat 16 Vaassen	573281
	Anke v.d. Wal	<i>lid</i>	Thorbeckestraat 5	620343
	Martete Witsenboer	<i>lid</i>	Burg.v.d.Feltzlaan 6	612046
	Debby Rijnberk	<i>lid</i>	B. van Suttnerwg 14	629949
	Jan van Bussel	<i>lid</i>		
André Jonker	<i>lid</i>			
<b>Trainers</b>	Barend Bosman		Allendelaan 67	613848
	Jos Freriks		Jagtlustweg 13	612615
	René Hondelink		Bremstraat 107, Vaassen	575337
	Ceriel Huisjes		Eikelkamp 44	615830
	Robert van der Hulst		Zuukerweg 57	614306
	Fanny en Hans Jansen		Hoofdstraat 9	616048
	Berend Knippenberg		Oranjeweg 85a, Emst	661579
	Mar Kwakernaak		Korte Blekersweg 25	614229
	Henk Liefers		Zwaluwstraat 11	574663
	Anouk Nijhof		Adelaarsdwarsweg 11	621378
	Ineke de Ruiter		Engweg 24, Heerde	692706
	Ginie Schepers		Heemskerkstraat 10	621082
	Agnes en Johan v.d. Schilde		Jasmijnstraat 16	573281
	Gerrie Staadegaard		Quickbornlaan 12	628782
	Gerhard Stegeman		Klaverkamp 104	616581
	Hennie Strunk		Troelstrastraat 14	616910
	Elijanne v.d. Vosse		Spoorlaan 42	627566
	Henk Zevenhuizen		Officiersweg 58	628501
<b>Wedstrijdsecretariaat</b>				
WOC	Jan Witsenboer		Burg.v.d.Feltzlaan 6	612046
Thuis	Martete Witsenboer		Zie boven	Zie boven
Uit pupillen	Mieke Logtenberg		Dijkhuizerweg 30	621520
	<i>mieke.logtenberg@hetnet.nl</i>			
Uit CD's	Netty Dokter		Badhuisweg 4, Heerde	691119
Uit A/B/sen/Vet	Ria Liefers		Zwaluwstraat 11	574663
<b>Wedstrijdvervoer</b>	M Logtenberg. & Z v Noordenburg		Zie boven	Zie boven
<b>Wedstrijddepot</b>	Ria Liefers	<b>Gironr: 6240410</b>	Zwaluwstraat 11	574663
<b>Ledenadministratie</b>	Anke v.d. Wal		Thorbeckestraat 5	620343
<b>Vrijwilligerscoördinatie</b>	Idske Mulder (jeugdleden) 620640		An Boltjes (volwassenen )	575291
<b>Redactie Clubnieuws</b>	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
<b>Postadres</b>	Postbus 140,		8160 AC EPE	
<b>Clubhuis</b>	Sportpark Wachtelenberg		Grintgroeveveg	612512
<b>Internet</b>	<a href="http://www.cialfo.com">http://www.cialfo.com</a>		<b>Email</b>	info@cialfo.com
<b>Lottonummer Cialfo</b>	2110046		<b>Kabeltext</b>	Pagina 305
<b>Giro</b>	4480609		<b>Bank:</b>	Rabobank Epe 31.75.64.757

Let op: Opzeggingen van het lidmaatschap dienen tenminste 4 weken van tevoren schriftelijk bij de ledenadministratie doorgegeven te worden, aan het adres postbus 140, 8160 AC EPE

## Trainingstijden en categorieën

categorie	dag	tijd	Waar	wie
<b>B/Cpupillen</b>	di	17:30-18:30	Baan	Gerrie, Ineke, Cerial
	do	17:00-18:00	Zaal	Gerrie, Fannie, Cerial
<b>Apupillen</b>	di	18:00-19:00	Baan	Elijanne, Anouk
	do	17:00-18:00	Zaal	Hans, Jos
<b>Junioren D</b>	di	17:00-18:00	Zaal	Anouk, Elijanne
	do	18:00-19:00	Baan	Hans, Jos
<b>Junioren C</b>	di	17:00-18:00	Zaal	Johan
	do	17:30-19:00	Baan	Johan
<b>A/B junioren en neosenioren</b>	ma	19:00-20:30	Baan	René
	do	19:00-20:30	Baan	Aggie
<b>bodywalk</b>	ma	19:00-20:00	Baan	Ginie
	vr	13:30-14:30	Baan	
<b>Loopgroep midden/lang</b>	di	18:45-20:15	Baan	Henk L.
	do	18:45-20:15	Baan	Henk L.
<b>trimmers (m+v)</b>	ma	19:00-20:00	Baan	Henk Z.
	vr	13:30-14:30	Bos	Mar
	za	09:00-10:00	Bos	Johan of Robert
<b>trimmers (m)</b>	di	20:00-21:00	Bos	Barend
<b>trimmers (v)</b>	wo	19:00-20:00	Bos	Berend
<b>wedstrijd prestatie groep</b>	zo	09:30-10:45	Bos	Henk L.
<b>Bostraining B-pupillen t/m neosenioren</b>	za	09:00-10:00	Bos	Aggie, Gerrie, Hennie
<b>Familietraining</b>	zo	09:30-10:45	Bos	Gerhard Stegeman

N.B. Vanaf 1 april komt er een einde aan de zaaltrainingen. Helaas waren de gegevens bij het ter perse gaan van dit nummer van Clubnieuws nog niet bekend.



**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.

## Wedstrijdkalender

(Onder voorbehoud wijzigingen)

**April 2002**

Datum	Vereniging	Plaats	Activiteit
Zo. 7	AV Veluwe	Apeldoorn	Centraal Beheerloop (10 km.)
<b>Do. 11</b>	<b>AV Cialfo</b>	<b>Epe</b>	<b>Avondwedstrijd (Ijsseldelta-baancircuit)</b>
Vr. 12	KNAU/FIT	Zeist	NK-baan 10 km. sen./JA
Za. 13	Isala'96	Kampen	Medaillewedstrijd pup. (A-progr.)
Za. 13	Athlos	Harderwijk	Medaillewedstrijd jun. B/C/D (A-progr.)
Zo. 14	PEC	Zwolle	Ekiden
Za. 20	AV De Gemzen	Heerde	15 km.-wegwedstrijd
<b>Za. 20</b>	<b>AV Cialfo</b>	<b>Epe</b>	<b>Buys Ballotloop (5 + 10 + 15 km.)</b>
Za. 20	AAC'61	Assen	1 <sup>e</sup> wedstrijd C/D-competitie
Za. 20	Flevo Delta	Dronten	Pupillencompetitie
Zo. 21	St. Marathon	Rotterdam	NK-marathon senioren
Zo. 28			1 <sup>e</sup> wedstrijd veteranencompetitie
Di 30	NOP	Emmeloord	Koninginloop

**Mei 2002**

Datum	Vereniging	Plaats	Activiteit
10/11	St.-24-uur	Apeldoorn	NK-24 uur
Zo. 12	Lionitas	Leeuwarden	NK-Masters, 10 + 15 km.
<b>Zo. 12</b>	<b>AV Cialfo</b>	<b>Epe</b>	<b>Seniorencompetitie</b>
<b>Di. 14</b>	<b>AV Cialfo</b>	<b>Epe</b>	<b>Rabo 10 E.M. + 5 km.</b>
Wo. 15	Isala'96	Kampen	Ijsseldelta-baancircuit
17-20	AV Veluwe	Apeldoorn	Hardloopvierdaagse (etappewedstrijd)
Zo. 19	KNAU	Utrecht	NK-halve marathon
Za. 25	De Sprinter	Meppel	Medaillewedstrijd pup. (B-progr.)
Za. 25	Isala'96	Kampen	C/D-competitie

**Juni 2002**

Datum	Vereniging	Plaats	Activiteit
<b>Za. 1</b>	<b>AV Cialfo</b>	<b>Epe</b>	<b>Pupillencompetitie</b>
Za. 1	De Gemzen	Heerde	Medaillewedstrijd jun. B/C/D (B-progr.)
8/9	KNAU/Argo'77	Groningen	NK-baan veteranen
Zo. 9	VAL/KNAU	Malmedy (B)	NK-Berglopen
Wo. 12	Athlos	Harderwijk	Ijsseldelta-baancircuit
Za. 15	Isala'96	Kampen	Meerkamp A-pup. (Ijsseldelta)
Za. 15	De Sprinter	Meppel	Geld./Overijss. Meerkamp jun. C/D
Za. 15	AV PEC	Zwolle	Halve marathon
Zo. 16			Seniorencompetitie
<b>Do. 20</b>	<b>AV Cialfo</b>	<b>Epe</b>	<b>Coopertest + 5 km.</b>
21-23	KNAU/AAC	Assen	NK-baan junioren A/B
Za. 22	NOP	Emmeloord	Gebiedsfinale jun. C/D
Za. 22	Athlos	Harderwijk	Finale pupillencompetitie
Za. 22	Spirit	Lelystad	Zeebodemloop, 10 E.M.
Wo. 26	St. Games	Papendal	Papendal Games
<b>Zo. 30</b>	<b>AV Cialfo</b>	<b>Epe</b>	<b>Veteranencompetitie</b>