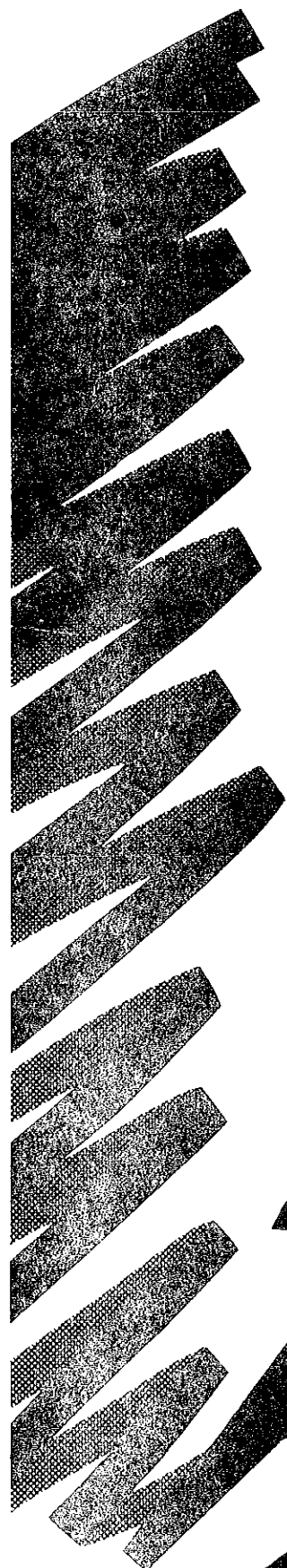
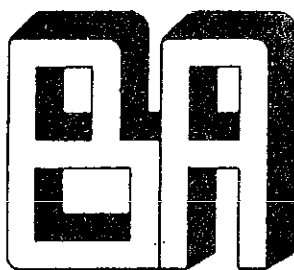


S.V. FORTUNA '67



Jan 1992

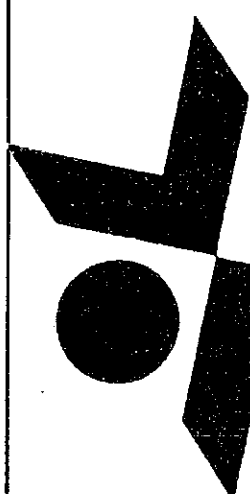


**Alle verzekeringen - hypotheken -
pensioenen - financieringen -
beleggingen - bedrijfsadviezen**

Bekkers Assurantiën b.v.

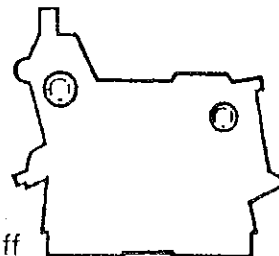
Lir.dendijk 10, 5491 GB Sint-Oedenrode, Tel. 04138-73739 Fax 77728
Nieuwstraat 18B 5691 AC Son Tel. 04990-77272 Fax 77203



**VAN DEN KAMP**
SCHOENEN EN SPORT

HERTOG HENDRIKSTRAAT 12
SINT-OEDENRODE TEL.: 72768

Drukkerij Markgraaff



Fotokopiëren
vergroten en verkleinen
Handelsdrukwerk
Geboortekaartjes
Huwelijkskaarten
Gelegenheidsdrukwerk

 04138 - 76080

de Jongsingel 46
5492 CS Sint-Oedenrode



Het wordt weer

OPGERICHT
15 DECEMBER 1967

mooi buiten

HOOFDBESTUUR:

Voorzitter/secr.	: Luc v. den Tillaart	Ollandseweg 114	76439
Penningmeester	: Rina van Aarle	Laan ten Rode 26	74312
Contactpersoon:			
afd. Atletiek	: Ruud v.d. Laar	Schijndelseweg 7	74748
afd. Basketbal	: Joke v.d. Rijt	Componistenln 111	74181
afd. Trimmen	: Tonny v.d. Rijt	Ollandseweg 14	75336

ATLETIEK:

Secretaris	: Ruud v.d. Laar	Schijndelseweg 7	74748
Penningmeester	: Jan v. Kampen	Zonnedaau 1	77450
Wedstrijdsecr.			
uit/thuis	: Cor v. Erp	Grote Doelenln 27	74622
Evenementen			
loopgroep	: Peter Hellings	Streepenstraat 50	78463
Trainingen	: Jan v. Kampen	Zonnedaau 1	77450
Bankrelatie	: Rabo rekeningnummer	13.82.12.783	

BASKETBAL:

Voorzitster	: Joke v.d. Rijt	Componistenln 111	74181
Wedstrijdsecr.	: Wilma v. Drongelen	Kerkstraat 7	04998-
		(Best)	98958
Penningmeester	: Frank v. Rooy	Emmausstraat 22	72586
SKP	: Marian v.d. Loo	Koninginneln 73	76414
Lid	: Patrick Bellemakers	Oranje Nassauln 76	74635
Bankrelatie	: Rabo rekeningnummer	13.82.23.106	

TRIMMERS:

Secretaris	: Marianne v. Aert	Kruidentln 57	73334
Penningmeester	: Betsie v. Mil	Doornappel 5	75454
Lid	: Tonny v.d. Rijt	Ollandseweg 14	75336
Bankrelatie	: Rabo rekeningnummer	13.82.24.393	

FORTUNABODE:

Alg. Coördinatie	: Henk Strik	Mariannestraat 55	76769
Penningmeester	: Rina v. Aarle	Laan ten Rode 26	74312
Bankrelatie	: Rabo rekeningnummer	13.82.32.106	

UIT GAVE : JUNI 1992
 VOLGENDE UIT GAVE : SEPTEMBER 1992
 COPY VOOR : 1 SEPTEMBER 1992

**Uitslag pupillen meerkamp en C/D wedstrijd
bij a.v.'t JASPER SPORT te Someren 25 april 1992.**

J.P.B.	40m	HOOG	BAL	PUNTEN	1000m	pl.
4.Gert v.d.Kaay	7.9	0.85	21.14	601	4.20.4	2e
7.Maarten vd Heuvel	8.1	0.70	16.28	388	4.39.5	5e
J.P.A.	60m	VER	KOGEL	PUNTEN	1000m	pl.
6.Joost van Kampen	10.6	3.44	6.92	926	3.35.7	2e
12.Sander v.d.Kaay	10.6	3.26	5.61	810	4.08.8	11e
M.P.A.	60m	HOOG	KOGEL	PUNTEN	1000m	pl.
11.Carla Arts	10.7	0.95	5.45	723	4.20.5	7e
13.Janneke vdHeuvel	11.5	0.90	5.07	566	4.50.7	11e
J.D.	80m ser.80ml/2fin.	VER	KOGEL	1000m		
Arjen van Esch	12.0 12.5	3.59 15e	6.44 14e	4.08.0	16e	
M.D.	60ms.60ml/2f.60mfin	VER	KOGEL	600m		
Anneloes v Erp	8.9 8.7 8.8 2e	4.15 3e	8.19 5e	1.57.8	2e	

Meerkamp te Someren 25-4-1992

Om 10.45 uur vertrokken we naar Someren.
Ik zat in de auto van Carla en Arjen en Sander.
Toen zat Arjen allemaal vragen te stellen.
Toen kwamen we in Someren, toen moesten Maarten en ik al lopen. Dat was sprint, 40 meter sprint.
Ik was derde en Maarten dat weet ik niet.
Toen moest Sander en Joost verspringen.
Sander had 3.26 m. en Joost had 3.44 m.
Toen moest ik hoogspringen en Maarten was al de eerste keer af, hij had 70 cm. en ik had 85 cm.
Toen moest ik gaan balwerpen en ik schat dat ik 14 meter had.
Toen moesten Sander en Joost sprinten en dat was 60 meter en toen had Sander 10.6 en Joost had ook 10.6 op de 60 meter sprint. En toen moest ik de een kilometer en toen werd ik tweede en toen was de prijsuitreiking en ik kreeg een zilveren medaille. En Anneloes had drie medailles.
En toen gingen we naar huis en zat ik weer in de auto van Carla.

Gert van der Kaay.

WEDSTRIJDKALENDER 1992 PUPILLEN EN JUNIOREN

Zaterdag 27 juni te Eindhoven "P.S.V."
Open Eindhovense kampioenschappen jun.C/D aanvang 12.00 uur

Zondag 28 juni te Deurne "A.V. L.G.D."
pupillen meerkamp + jun.C/D wedstrijd aanvang 11.00 uur

Zondag 5 juli te Sint-Oedenrode "FORTUNA"
clubkampioenschappen aanvang 13.00 uur

Zondag 12 juli te Boxtel "MARVEL"
pup.driekamp + 1000m. jun. C/D wedstrijd aanvang 11.00 uur

VERJAARDAGEN

2 juni	Hetty Peeters
4 "	Yvonne Merks
7 "	Miriam Arts
10 "	Ad Kelders
12 "	Jannie in't Zandt
16 "	Anneloes van Erp
17 "	Erik Kempe
18 "	Wim Groot Kormelink
19 "	Ivo Aarts
20 "	Bart van de Sande
21 "	Gerard van Boxtel
24 "	Jan van de Linden

3 juli	Dianne van Kampen
23 "	Arno Sanders
27 "	Toine van Erp
30 "	Sander van der Kaay
30 "	Toon der Kinderen

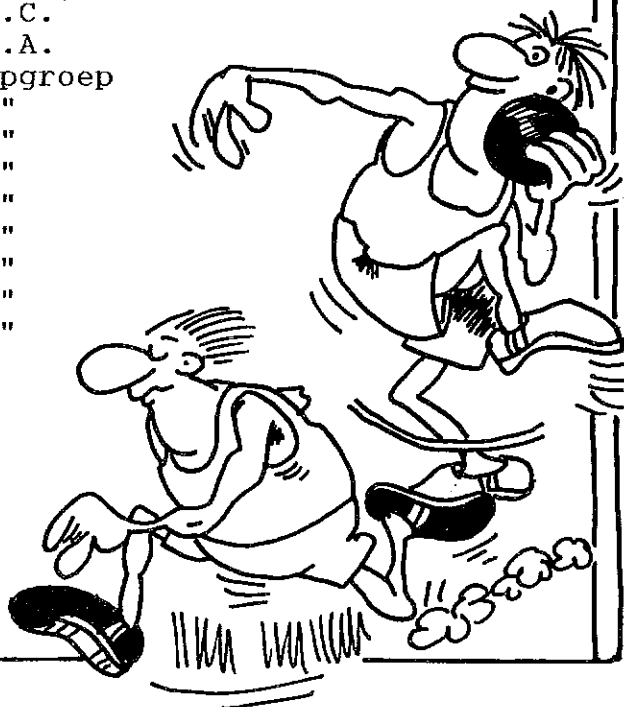
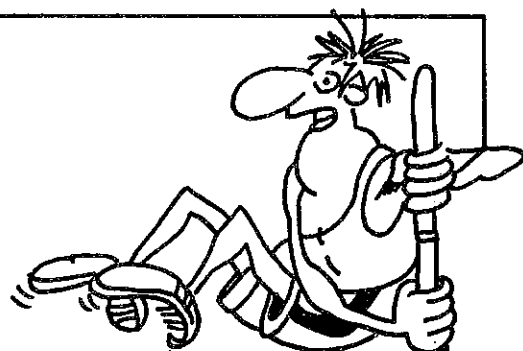
5 augustus	Jose van der Kaay
12 "	Stan van Hastenberg
14 "	Netty Hulsen
18 "	Lies Brans
19 "	Ad van Rooy
20 "	Carlo Klerkx
23 "	Nico Schilder
24 "	Bas Tielemans
25 "	Adrie v.d. Wijdeven
29 "	Floor van Kampen
30 "	Jan van de Ven

PROFICIAT ALLEMAAL NAMENS HET ATLETIEKBESTUUR

NIEUWE LEDEN:

Ralph van Hove	J.P.C.
Lieke Brans	M.P.A.
Bart van de Sande	Loopgroep
Carlo Klerkx	"
Gerard van Boxtel	"
Erik Dillen	"
Trees Minneboo	"
Lies Brans	"
Jose van der Kaay	"
Dianne van Kampen	"
Ine Stoop	"

atletiek



clubkampioenschappen

Onze jaarlijkse clubkampioenschappen houden we dit jaar op:

DATUM : ZONDAG 5 JULI

AANVANG : 13.00 UUR

PLAATS : SPORTPARK "DE NEUL"

PUPILLEN : SPRINT, VER- EN HOOGSPRINGEN, KOGELSTOTEN/
BALWERPEN EN 1000 METER.

JUNIOREN : SPRINT, VER- EN HOOGSPRINGEN, KOGELSTOTEN,
DISCUS- EN SPEERWERPEN EN 1000 METER.

We verwachten natuurlijk dat iedereen aanwezig is.

Vaders en moeders, broers en zussen dienen dan ook aanwezig te zijn om jullie aan te moedigen en vooral om er een gezellige dag van te maken.

Broers en zussen van de pupillen en junioren mogen ook aan de wedstrijd deelnemen.

SENIOREN : SPRINT(100 METER), KOGELSTOTEN, VERSPRINGEN,
DISCUS- EN SPEERWERPEN EN 1500 METER.

LOOPGROEP : SPRINT(100 METER), KOGELSTOTEN, VERSPRINGEN,
DISCUS- EN SPEERWERPEN EN 1500 METER.

Training loopgroep voor de clubkampioenschappen :
dinsdag 30 juni en donderdag 2 juli van 19.30 - 20.30 uur.

We verwachten dat alle leden hieraan deelnemen, opgave voor 26 juni in het kleedlokaal.



Mars m&m's

THE CHAMPION TEAM



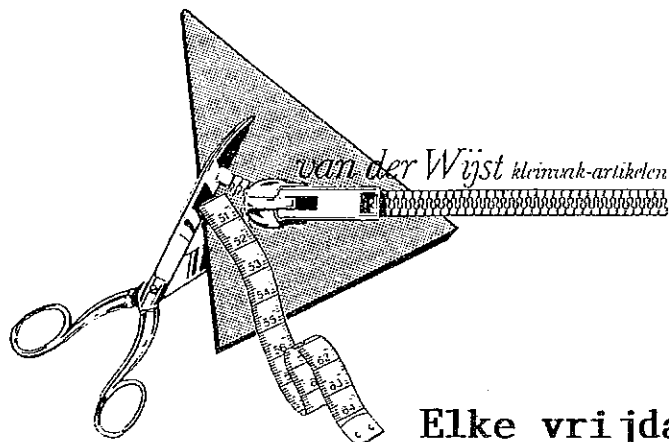
OFFICIAL
SPONSOR



Keukens en Interieurbouw

Eversestraat 12 5491 ST Sint-Oedenrode
Telefoon 04138-73769 Telefax 04138-78205

Renovatie van bestaande keukens
Complete interieurbetimmering
Machinale timmerwerken o.a.
deuren - kozijnen - trappen
Voor bedrijven en particulieren



Elke vrijdag op de Rooise markt

VOOR HET ALLERBESTE OP LOOPGEBIED MOET JE BIJ HYPRO-SPORT ZIJN



Een deskundig advies gekoppeld aan
een uitgebreide kollektie loopschoenen vind
je bij Hypro-sport

Een goed advies gekoppeld aan een kollektie van alle bekende topmerken in alle prijsklassen, zoals: Nike, Asics, Karhu, Reebok, Brooks, Etonic, Adidas, Saucony, kortom het beste op loopgebied.

Daarom is Hypro-sport dé loopspecialzaak voor de regio, waar je jouw manier van lopen eens haarfijn kunt laten analyseren, via een loopband of voetspiegel en via de uitgebreide informatie die u bij Hypro-sport aantreft. Natuurlijk vind je bij Hypro-sport een brede kollektie runningschoenen, funktionele loopkleding en diverse atletiekaccessoires. U vindt bij ons een compleet assortiment voor iedereen die in de loopsport houvast zoekt. Houvast bij de grote merken, houvast aan het advies van vakmensen die weten waar ze over praten.



Hoofdstraat 10/Patio Veghel
Tel. 04130-42013

WEDSTRIJDUITSLAGEN

Halve marathon van a.v.D.A.K. te Drunen 8 maart 1992.

Heren veteranen 1	4. Jos Dekkers	1.17.50
" " 1	41. Peter Hellings	1.33.48

Marathon van Rotterdam 5 april 1992

307. Jos Dekkers	2.45.10	15e Veteraan 1B
1023. Mart van Heeswijk	2.59.45	700e Senior
2613. Peter Hellings	3.21.52	270e Veteraan 1B

10e Beekloop in Eindhoven 16 km. woensdag 6 mei 1992

Jos Dekkers	58.33
Peter Hellings	1.08.28
Adri van de Wijdeven	1.10.23

Halve marathon van de Gemertse Atletiek Club 10 mei 1992

5. Pim van der Wijst	1.19.00	trimmers
9. Cor van Erp	1.25.10	veteranen
16. Peter Hellings	1.31.39	veteranen

Avond-instuifwedstrijd Pr. Hendrik te Vught 12 mei 1992

3000 meter Jongens A	4e Jorrit Dekkers	10.04.5
3000 meter Jongens B	3e Bas Tielemans	9.54.1

23e Int. Westland Marathon 23 mei 1992.

67. Jos Dekkers	3.15.32	9e H. Veteraan 45+
79. Henk Strik	3.21.47	32e H. Senior

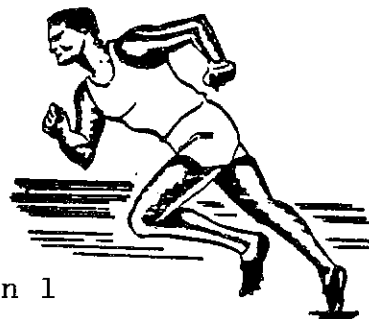
Donderdag 28 mei bij s.v. Olympia te Eindhoven

10 km.

Bas Tielemans	37.02
Jorrit Dekkers	37.10
Cor van Erp	38.35
Thijs Dekkers	41.33
Piet van Engeland	47.48

20 km. wegwedstrijd

13. Jos Dekkers	1.18.00	6e H. Veteranen 1
-----------------	---------	-------------------



ONDERHOUD KLEEDRUIMTES

MAANDAG 15 JUNI

JOHN V.D.HEYDEN
PETER HELLINGS
CHRIST HENDRIKS
RENE V.D.HEUVEL
NETTY HULSEN

MAANDAG 22 JUNI

HENK HEYMANS
MARIE V.HOUTUM
LEO VAN KAMPEN
JAN VAN KAMPEN
SJAN KERKHOF

MAANDAG 29 JUNI

AD KELDERS
PIETER VAN KESSEL
TOON DER KINDEREN
WILLY KONINGS
MARIANNE LATIJNHOUWERS

MAANDAG 6 JULI

CARLO KLERKX
RUUD V.D.LAAR
ANDRE V.D.LAAAR
SIMON LAVRIJSSSEN
TREES MINNEBOO

MAANDAG 13 JULI

STEFAN V.LIESHOUT
JAN V.D.LINDEN
PAUL MAUSSEN
HANS NATEROP
NICOLIEN SCHOONES

MAANDAG 20 JULI

FRANS VAN NUNEN
RINUS PENNING
HENK PENNING
JACK DE PUNDER
BETSIE SMULDERS

COOPERTTEST 1992 FORTUNA LOOPGROEP GROEP 1

3 FEB.16 MAART 25 MAART 4 MEI 1 JUNI P.R.

TOINE V ERP	---	M	3550	M	---	M	3775	M		M	+225	M
LEO V KAMPEN	---	M	3600	M	---	M	---	M	---	M		M
JORRIT DEKKERS	3525	M	3000	M	3500	M	3425	M		M		M
JOS DEKKERS	3000	M	3250	M	3490	M	3500	M	****	M	+010	M
GEORGE ZOONTJENS	3300	M	3000	M	---	M	3400	M		M	+100	M
HENK STRIK	3090	M	3350	M	3400	M	---	M		M	+050	M
BAS TIELEMANS	3300	M	3400	M	3400	M	3525	M	***	M	+125	M
ADRIE V/D BRAND	3260	M	3375	M	---	M	3450	M	**	M	+075	M
MART V HEESWIJK	---	M	3270	M	3375	M	---	M		M	+105	M
HENK V UDEN	3250	M	3300	M	3400	M	---	M		M	+100	M
THIJS DEKKERS	3270	M	3260	M	3275	M	3370	M		M	+095	M
RUUD V/D LAAR	---	M	3280	M	---	M	3325	M		M	+045	M
MARIE V HOUTUM	3160	M	3280	M	3250	M	3350	M	**	M	+100	M
FONS V BOXMEER	3120	M	3150	M	3250	M	3320	M	***	M	+070	M
WALTER HAGELAARS	---	M	3200	M	3150	M	---	M		M		M
PETER HELLINGS	2850	M	3100	M	---	M	3170	M	***	M	+070	M
HAN BOUWMANS	---	M	3190	M	3065	M	3170	M		M	+105	M
AD V ROOIJ	3100	M	---	M	3100	M	3100	M		M		M
THEO V/D EERDEN	2950	M	3040	M	3075	M	3199	M	***	M	+124	M
FRANS ROVERS	3000	M	3040	M	1600	M	3201	M	**	M	+161	M
HUUB V/D SCHOOT	---	M	3025	M	3000	M	3000	M		M		M
ADR V/D WIJDEVEN	3100	M	---	M	---	M	3150	M		M	+050	M
GER V/D WIJDEVEN	---	M	---	M	---	M	3050	M		M		M
RENE V/D HEUVEL	2900	M	3040	M	---	M	3060	M	**	M	+020	M
HANS NATEROP	---	M	---	M	2935	M	3070	M		M	+135	M
AD V/D BIGGELAAR	---	M	---	M	3075	M	---	M		M		M
AD KELDERS	---	M	---	M	2900	M	3030	M		M	+130	M
PIET V ENGELAND	---	M	---	M	2925	M	---	M		M		M
HENK HEYMANS	---	M	---	M	2775	M	3030	M	***	M	+255	M
KEES TREUREN	---	M	---	M	---	M	3100	M		M		M
SIMON LAVRIJSSSEN	---	M	---	M	2850	M	2900	M		M	+050	M
PAUL MAUSSEN	---	M	---	M	---	M	3490	M		M		M
JOHN V/D HEIJDEN	---	M	3200	M	---	M	---	M		M		M

--***** ZIJN GOEDE TOT ZEER GOEDE VERBETERINGEN
T.O.V.EERSTE TIJD. GROETJES VAN GEORGE ZOONTJENS****

JEUGD EN SPORTBEOEFENING

SPORTMEDISCH GEZIEN

INLEIDING

Tot het optreden van de puberteit valt het allemaal wel mee. Overbelastingsblessures treden (nog) niet vaak op. Als er blessures optreden is dat meestal door een ongevalletje bij het sporten. In de puberteit wordt "alles" echter anders. Het lichaam verandert snel wat bij sporten problemen met zich mee kan brengen. In dit artikel zullen de lichamelijke veranderingen en de blessures die tijdens de puberteit optreden besproken.

LICHAMELIJKE ONTWIKKELING

Het tijdstip waarop de puberteit optreedt kan sterk verschillen, maar treedt bij de meeste kinderen op tussen het 11-15 levensjaar. In de brugklas kun je kinderen zien die lichamelijk gezien al bijna volwassen zijn, samen met klasgenootjes die nog niet bij de kapstok kunnen.



In de puberteit wordt de productie van mannelijke of vrouwelijke geslachtshormonen aangezet. Hierdoor ontwikkelen zich een aantal lichamelijke veranderingen:

- De geslachtskenmerken, zoals de borsten, de menstruatie, de schaambeharing, de baardgroei en de "baard in de keel".
- Een toename van spiermassa bij de jongens waardoor ze (veel) sterker worden. Bij de meisjes neemt in het algemeen het onderhuidse vetweefsel toe.
- De "groeispurt" treedt op. Er treedt een sterke lengte-groei op, waarbij met name de lange pijpbeenderen van de armen en benen snel gaan groeien. De groeisnelheid kan (tijdelijk) toenemen tot 10-15 cm per jaar! Daarna zal de groeisnelheid langzaam (tot "0") afnemen tot uiteindelijk de volwassen lengte is bereikt.

KANS OP BLESSURES

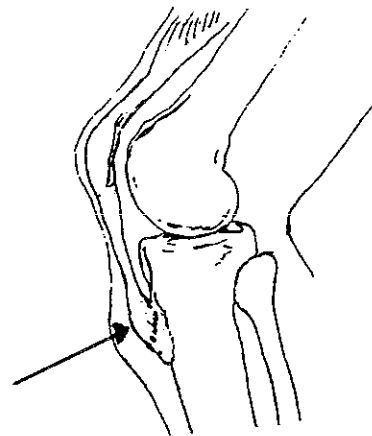
Het is bekend dat kinderen tijdens de puberteit een verhoogde kans op het oplopen van blessures hebben. Bij een atleet/atlete kan dit veroorzaakt worden doordat hij/zij (veel) meer gaat trainen om beter te presteren of doordat er grotere risico's genomen worden bij de training ("je laat je toch niet kennen"). Daarnaast zijn er een aantal lichamelijke factoren waardoor de kans op het oplopen van een sportblessure extra groot wordt:

- Het zenuwstelsel van de puber is nog niet gewend aan "het nieuwe lichaam". De coördinatie en de motoriek zijn tijdelijk verminderd. Hierdoor kan een tijdelijke terugval in de techniek optreden.
- In de groeispurt veranderen de lichaamsverhoudingen dus. De lengte-groei van de pezen en spieren blijft tijdelijk achter bij de lengte groei van de lange pijpbeenderen. Hierdoor neemt de lenigheid tijdelijk af. De verkorting van de spieren aan de achterzijde van het bovenbeen (de hamstrings) is berucht!
- Door het snelle groeien zijn de groeischijven en de groeikernen extra gevoelig voor letsel, waardoor er "typische jeugdblessures" kunnen ontstaan.

TYPISCHE JEUGDBLESSURES

Deze extra gevoeligheid van de groeikernen en de groeischijven voor letsel kan resulteren in ernstige jeugdblessures. Bekende voorbeelden zijn:

- * De groeischijf onder de aanhechting van de 4-koppige bovenbeenspier (m. Quadriceps) op het onderbeen kan door steeds herhalende te zware belastingen geïrriteerd raken, waardoor er een benige zwelling op het onderbeen ontstaat. Uiteindelijk kan dit ertoe leiden dat de aanhechting van deze kniepees altijd verminderd belastbaar blijft. Dit kan bijvoorbeeld naar voren komen door steeds terugkerende pijnklachten bij de afzet van de springnummers.
- * Aanhechtingen van spieren met name rondom het bekken kunnen bij een grote krachtexplosie met groeischijf en al uit het bot scheuren. Gelukkig is dit een zeldzame blessure. Als deze blessure optreedt, zal hij vaak weer operatief vastgezet moeten worden.
- * Groeikernen kunnen door een tijdelijk bloedtekort in hun groei gestoord raken. Dit kan er in de heupkop toe leiden dat de vorm van de heupkop veranderd, waardoor het gewricht minder goed gaat scharnieren en sneller slijt. Bij het kniegewricht is het berucht dat er door een groeistoornis een los stukje bot in het gewricht komt. Dit kan tussen de gewrichtsoppervlakken inklemmen, wat heftig pijnlijk is.



In de groeisput kunnen ook blessures optreden die ook bij sporters van andere leeftijden optreden. Vaak zijn deze blessures minder ernstig dan de blessures die hierboven genoemd zijn. Voorbeelden van deze blessures zijn:

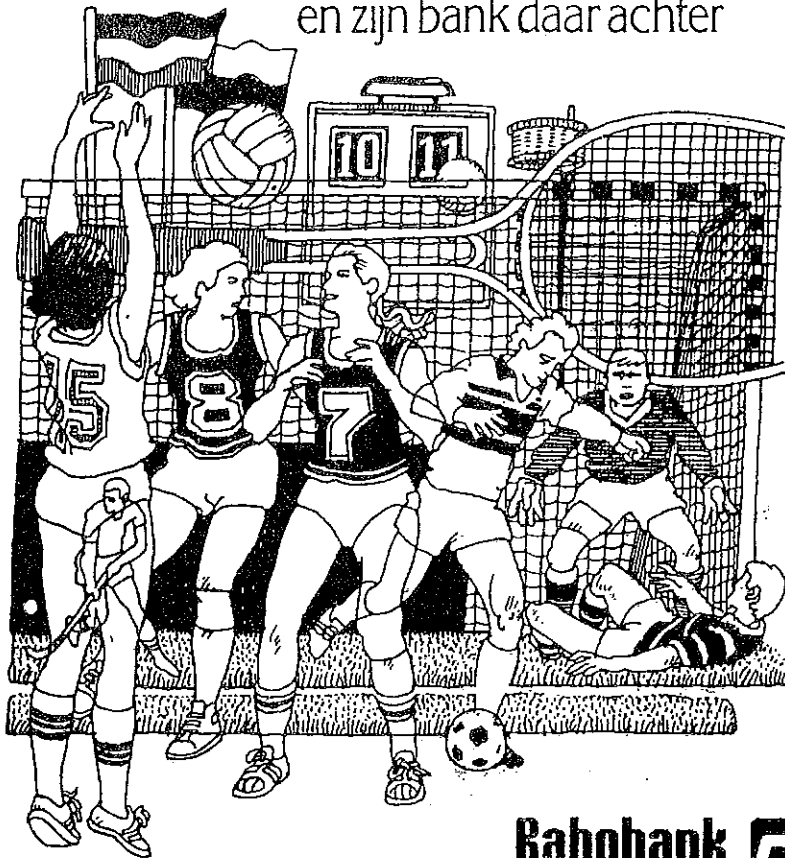
- * Spierverrekking of spierscheur. De kans op deze blessure is toegenomen doordat de coördinatie en lenigheid in de groeisput zijn verminderd, terwijl de spierkracht juist is toegenomen. Als er een spierscheur is opgetreden neemt herstel zeker zo'n 6 weken in beslag. Er kan pas weer met (intensief) sporten begonnen worden als de spierlengte en de spierkracht weer volledig hersteld zijn.
- * Wisselende pijnklachten rondom de knieschijf. Deze pijnklachten berusten vaak op een gevoelig kraakbeen achter de knieschijf. Dit kan veroorzaakt worden door een tijdelijk "minder goed sporen" van de knieschijf door een gebrek aan spierkracht en/of door een gebrekkige coördinatie bij de uitvoering van de sportbewegingen.
- * Het steeds "zo maar" door de enkel heengaan. Vaak zijn de banden van het enkel gewricht (nog) goed intact, maar is het vooral het éénbenig evenwicht wat verstoord is. Het uitvoeren van aanvullende (evenwichts-) oefeningen kan een hoop ellende voorkomen.



CONCLUSIE

Het geven van training aan kinderen in de puberteit stelt hoge eisen aan de trainer. In de training zal extra aandacht gegeven moeten worden aan lenigheids-, coördinatie- en (loop-)techniektraining om blessures (zoveel mogelijk) te voorkomen. Daarnaast zal de trainer met de samenstelling van de training moeten kunnen inspelen op de tijdelijk verminderde belastbaarheid van de individuele atleet. Als er sportmedische problemen ontstaan, is de trainer de aangewezen persoon om de atleet(-e) de weg naar een goede sportmedische begeleiding te wijzen en in overleg met deze de training aan te passen.

De mens, zijn sport
en zijn bank daar achter



Rabobank 
St.Oedenrode

A. Prinssen-v. d. Berg

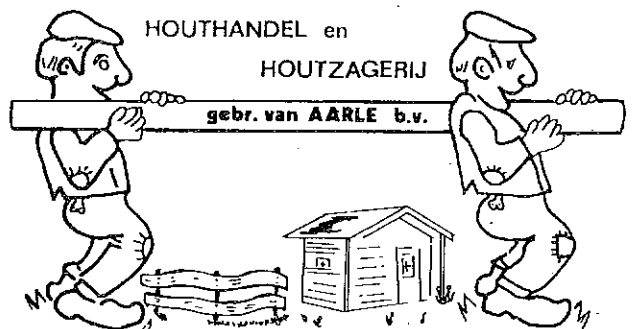


Voor al uw
stoffen
handwerken
en wol

depot ASCOT stomerij

Kofferen 24 Telefoon 72774
Sint-Oedenrode

HOUTHANDEL en
HOUTZAGERIJ
gebr. van AARLE b.v.



Het adres voor alle soorten hout speciaal eikenhout
voor huis en tuin

OLLANDSEWEG 159 ST.OEDENRODE tel. 04138 - 72461

**Alles voor
huis, tuin,
dier en hobby**



BoerenBond



VAN DE KAMP
SCHOENEN EN SPORT

HERTOG HENDRIKSTRAAT 12
SINT-OEDENRODE TEL: 72768

PLUS
DE HET ZELF MARKT **KLUB**

BOUWMATERIALEN - KEUKENS - HOUT EN MACHTINAAL
TIMMERWERK - WAND- EN VLOERTEGELS - SANITAIR ETC
BEGELEIDING EN ADVIES - BOUWKUNDIG TEKENWERK

**Uw complete
bouwmarkt**

Liempdseweg 3
5492 SM Sint-Oedenrode



**gouden - zilveren
sieraden
horloges**

o.a.: Swatch, Pulsar, Roamer,
Osco, Bouchard, Flik Flak

PIET SPANJERS

Goud- en zilversmid

Heuvel 34
Sint-Oedenrode



stomen en wassen

Kofferen 22

St. Oedenrode

Tel. 04138 - 77902

**Kwaliteitsslagerij
P. van ROOY & Zn.**

VOOR EEN GOED EN VERS

STUK VLEES VAN EIGEN SLACHTINGEN

TEGEN ZEER SCHERPE PRIJZEN
Emmausstraat 22 - Tel. 04138-72586
SINT OEDENRODE

DE IDEALE TUIN

Wij hebben alles voor uw droomtuin
Grote sortering Terra Cotta potten

Grote sortering Terra Cotta potten

planten, heesters
en coniferen
nu planten

ZADEN
Volop bloemen-
en presentenaden

ZADEN
Volop bloemen-
en presentenaden

Kamerplanten
snijbloemen

Tuincentrum - Bloemkwekerij

KRANS

Schijndealseweg 65, Sint-Oedenrode, tel. 72529

Paastakken
niet meer de
de paastakken
paas-
dekoraties

Fontainen
 01 47 99 11 10
 11 rue de la Chapelle
 75009 Paris

bloclande
violet en
bloclande

10

10

435
 436

Specialiteit: RVS schoorsteenkappen



A. v. Weert

Ollandseweg 102
5491 XC Sint-Oedenrode
Tel. 04138-73624
Fax 04138-75991

FILMCLUB ROOI
V.H.S.

TEL. 77550

DE KOFFIE IS KLAAR

The logo for Filmclub Videotheek. It features the word "Filmclub" in a large, bold, italicized sans-serif font. Above the "i" in "Filmclub" is a small registered trademark symbol (®). Below "Filmclub" is the word "VIDEOOTHEEK" in a smaller, bold, all-caps sans-serif font.**WEES SPORTIEF.**

KOOP BIJ ONZE
 SPORTIEVE
 ADVERTEERDERS



Blessures met kwart terugdringen



Zoek de vijf verschillen



TRAININGS PROGRAMMA VOORBEREIDINGS WEDSTRIJD JUNI-JULI VOOR
LOOPGROEP 1

DAG	DATUM	TRAINING	TYD	INTENSITEIT.
MA	1 JUNI.	COOPERTTEST	1*(3'-4'-5'-6')	P.S 3' 60' 7-5.
MA	8 JUNI.	6*6' P.S 4'		70' 5.
MA	15 JUNI.	2*(4*2') P.S.1' P.T 4	'D.L 30'4 PERS TERUG	70'4-3.
MA	22 JUNI.	VERRASSING		60'.
MA	29 JUNI.	4*2' +1' P.S 2'4*HEUVEL D.L 4 PERS TERUG		80' 4-3.
MA	6 JULI.	COOPERTTEST + 2* 1400M + KAARTSPELLEN		60' 6-3.
MA	13 JULI.	DOBBELSTEENLOOP + 3*350M P.S 3'		60' 4-3.
MA	20 JULI.	LOOPSCHOLING 20' 4* 1,5 KM NEUL		60'4-3-2.
MA	27 JULI.	NEUL SPEL 5 GROEPEN		60' 5-2.

MAANDAG TRAININGEN WORDEN VERZORGD DOOR GEORGE ZOONTJENS. AS-
SISTENT: VACATURE ??? WIE MELDEN BIJ DE TRAINER. ZATERDAG
TRAININGEN ZYN VOOR ALLE LOPERS VAN DE FORTUNA LOOPGROEP.

ZA	6 JUNI.	BOSLOOP VRESSEL 3*3 KM + 7 KM	16KM	75' 5-3.
ZA	13 JUNI.	BOSLOOP VRESSEL "FARTLEK"	14KM	60' 6-4.
ZA	20 JUNI.	RUST* VOORBEREIDING	ZONDAG IN DE NEUL	SUCCES.
ZA	27 JUNI.	BOSLOOP VRESSEL "KAARTSPEL"	7KM	45' 3.
ZA	4 JULI.	BOSLOOP VRESSEL "FARTLEK IN SPELVORM"		60' 4-3.
ZA	11 JULI.	BOSLOOP VRESSEL A.B.C. SPEL		60' 3.
ZA	18 JULI.	BOS VRESSEL DOBBELSTEENLOOP		60' 3.
ZA	25 JULI.	BOSLOOP VRESSEL "FARTLEK"		60' 4-3.

ZATERDAG TRAININGEN WORDEN VERZORGD DOOR GEORGE ZOONTJENS EN
BIJ AFWEZIGHEID OVERGENOMEN DOOR JAN V KAMPEN. INVERBAND MET
DE ZOMERTIJD BEGINT DE TRAINING 1600 UUR. PARKEERPLAATS.

GEORGE ZOONTJENS



OVERZICHT WEDSTRIJDEN EN TRIMLOPEN IN DE REGIO

Zaterdag 13 juni "A.V. OIRSCHOT" te Oirschot
Centrumloop 15 km. wegwedstrijd aanvang 19.30 uur
trimloop 15 - 12 - 9 - 6 - 3 km. " 19.30 "

Zondag 14 juni "S.V. CONDITIO" te Best
trimloop 6,5 - 3,2 km. aanv.v.a.11.00 uur

Zondag 14 juni "G.V.A.C." te Veldhoven
trimloop 18 - 12 - 6 - 4 km. aanvang 10.30 uur

Zondag 14 juni te Langenboom
Amicitia-loop 5 km. (vanaf 13 jaar) aanvang 10.30 uur
" " 10 - 20 km. " 11.00 "

Zondag 14 juni "S.V. VOAD" te Goirle
stratenloop 10 km. wedstrijd aanvang 12.00 uur

Woensdag 17 juni "LOGO" te Geldrop
trimloop cyclus 9,3 - 6,2 - 3,1 km. aanvang 19.15 uur

Zaterdag 20 juni "A.V.R. '69" te Reusel
Stratenloop 10 E.M. wedstrijd aanvang 20.15 uur
trimloop 10 E.M. - 11 - 5,9 km. " 20.15 "

Zondag 21 juni "S.V. FORTUNA" te Sint-Oedenrode
Halve Marathon aanvang 10.30 uur
10 km. loop " 10.45 "

Zondag 21 juni "A.V.V." te Valkenswaard
trimlopen 12 - 9 - 6 - 3 - 1 km. aanv.v.a.10.45 uur

Zaterdag 27 juni "A.V. SPIRIDON" te Gilze
Gilze 1992 15 - 5 - 1 km. aanv.v.a.18.00 uur

Zondag 28 juni "G.V.A.C." te Veldhoven
trimloop 18 - 12 - 6 - 4 km. aanvang 10.30 uur

Zondag 28 juni "S.V. OLYMPIA" te Eindhoven
trimloop 9 - 6 - 3 - 1 km. aanvang 11.00 uur

Zaterdag 4 juli "A.V.V." te Valkenswaard
10 E.M. aanvang 19.30 uur

Zondag 5 juli "S.V. FORTUNA '67" te Sint-Oedenrode
Clubkampioenschappen aanvang 12.00 uur

Zondag 12 juli "S.V. CONDITIO" te Best
trimloop 6,5 - 3,2 km. aanv.v.a.11.00 uur

Woensdag 15 juli "LOGO" te Geldrop
trimloop cyclus 9,3 - 6,2 - 3,1 km. aanvang 19.15 uur

Zondag 19 juli "A.V.V." te Valkenswaard
trimlopen 12 - 9 - 6 - 3 - 1 km. aanv.v.a.10.45 uur

Woensdag 22 juli "D.E.S." te Eersel
 Zomeravondloop 5,2 - 2,7 - 1,2 km. aanv.v.a.20.00 uur

Zondag 26 juli "S.V. OLYMPIA" te Eindhoven
 trimloop 9 - 6 - 3 - 1 km. aanvang 11.00 uur

Woensdag 29 juli "D.E.S." te Eersel
 Zomeravondloop 5,2 - 2,7 - 1,2 km. aanv.v.a.20.00 uur

Woensdag 5 augustus "D.E.S." te Eersel
 Zomeravondloop 5,2 - 2,7 - 1,2 km. aanv.v.a.20.00 uur

Woensdag 12 augustus "D.E.S." te Eersel
 Zomeravondloop 5,2 - 2,7 - 1,2 km. aanv.v.a.20.00 uur

Vrijdag 14 augustus "ST.NATIONALE NED.TRIMBOND" te Schijndel
 Ned.trimkampioenschap 10 - 5 - 2,5 km.aanvang 11.00 uur

Zondag 16 augustus "A.V.GEN.MICHAELIS" te Best
 Ronde van Naestenbest 15-9-6-3 km. aanv.v.a.13.00 uur

Zondag 16 augustus "A.V.V." te Valkenswaard
 trimlopen 12 - 9 - 6 - 3 - 1 km. aanv.v.a.10.45 uur

Woensdag 19 augustus "D.E.S." te Eersel
 Zomeravondloop 5,2 - 2,7 - 1,2 km. aanv.v.a.20.00 uur

Woensdag 19 augustus "ACHIL '98" te Biest-Houtakker
 Vakantieloop 10 - 4 - 2 km. aanv.v.a.19.00 uur

Zondag 23 augustus "S.V. CONDITIO" te Best
 trimloop 6,5 - 3,2 km. aanv.v.a.11.00 uur

Dinsdag 25 augustus "LOGO" te Geldrop
 Strabrechtse Heideloop 9 - 3 km. aanvang 19.15 uur

Woensdag 26 augustus "D.E.S." te Eersel
 Zomeravondloop 5,2 - 2,7 - 1,2 km. aanv.v.a.20.00 uur

Zondag 30 augustus "S.V.OLYMPIA" te Eindhoven
 trimloop 9 - 6 - 3 - 1 km. aanvang 11.00 uur

Woensdag 2 september "D.E.S." te Hapert
 Centrumloop wegwedstrijd 10 km. aanvang ?

Zaterdag 5 september te Liempde (bij cafe Groenewoud)
 Halve marathon + 10 km. loop aanvang ?

Zondag 13 september "DE SPRINGBOKKEN" te Son
 Halve marathon + 10 km. loop aanvang ?

Zondag 13 september "A.V. L.G.D." te Deurne
 Halve marathon aanvang 13.00 uur
 Centrumloop 10 km. " 11.00 "

Zaterdag 19 en zondag 20 september
 "FORTUNA" te Sint-Oedenrode
 24 uurs-loop aanvang 12.00 uur

Sportschool Th. v.d. Oever



Sportschool Th. v.d. Oever met
"CONDITIETRAINING"

Deze lessen zullen bestaan uit veel rek oefeningen en lichte
fitness-training voor buik-, rug- en armspieren.

De trainingen zullen gegeven worden op:

Maandagavond 21.00-22.00 uur

Woensdagavond 20.00-21.00 uur

Hebt u interesse, bel voor informatie:

Tel.: 04138-75392

of kom kijken bij Sportschool Th. v.d. Oever
Ollandseweg 32 - Sint-Oedenrode

Bakkerij v.d. Hagen
Bakwerk in Bakwerk
Koffieren 3 - Tel. 72607
St. Oedenrode



C.SCOPE

FISHER MT-SCOPE

METAALDETECTOREN



Voor het opsporen van verloren of
verborgen metalen voorwerpen.

Ook voor controle van hout op metaal
verontreiniging en pijp en kabel
detectieapparatuur.

GELAN METAALDETECTOREN B.V.
Tel.: 04105-12949

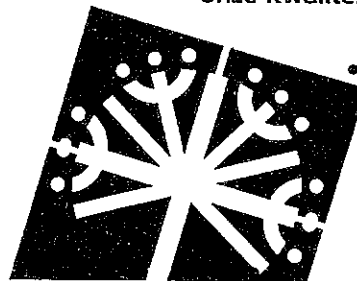
Doordacht Investeren Is Kiezen Voor Kwaliteit.

Bomen en solitaires in meer dan 400
soorten en variëteiten.

- Laanbomen • Straatbomen • Parkbomen
- Solitaires • Zeer uitgebreid assortiment in zware
maten

Verplante bomen met sterke compacte draad-
kluit en een stamomvang tot 150 cm.

Onze prijzen zijn niet de laagste maar...
onze kwaliteit is hoog.



- Advies bij keuze
en beplanting
- Snelle levering
- Zorgvuldig
transport

Bel voor meer
informatie:
04138 - 72331

Gebr. van den Berk bv Boomkwekerijen

Nurseries-Baumschulen-Pépinières

Donderdonk 4, 5492 VJ St.-Oedenrode, Holland
Postbus 130, 5490 AC St.-Oedenrode, Holland
Telefoon 04138 - 72331, Telefax 04138 - 77476
Telex 74683 nl.

Muller Mode

Markt 25 - Sint-Oedenrode - Tel. 04138-72783

Leo Leenders Optiek

*Voor wie het beter wil bekijken,
en er mooier uit wil zien!*

Kerkplein 5a, Sint-Oedenrode, tel. 04138-74850.

CAMPING SPORT

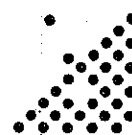
DE WIT

KOMPLEET IN SPORT

Rooiseweg 22, Tel. 04104-92356 Schijndel

Kapsalon

MATHIE



KOFFEREN 3A 5492 BL SINT OEDENRODE

alleen op afspraak 04138 77829

BLOEMSIERKUNST



Winkelcentrum KIENEHOEF

Tel.: 77034

AUTOVERZEKERINGEN

MET 77½ % KORTING

Maar ook voordat u de maximale No-Claim heeft bereikt geven wij al forse kortingen. Na 4 jaar 65%, na 3 jaar 60%, na 2 jaar 55%. Bestaande No-Claim korting nemen wij over.

Te verzekeren gewicht t/m	WA	Oorspr. cat. pr.	Extra dekking	Casco
600 kg	132,-	10.000,-	28,-	170,-
650 kg	145,-	11.000,-	31,-	191,-
700 kg	160,-	12.000,-	34,-	213,-
750 kg	175,-	13.000,-	37,-	234,-
800 kg	189,-	14.000,-	40,-	256,-
850 kg	202,-	15.000,-	43,-	278,-
900 kg	216,-	16.000,-	46,-	297,-
950 kg	230,-	17.000,-	49,-	318,-
1.000 kg	243,-	18.000,-	51,-	340,-
1.050 kg	258,-	19.000,-	55,-	362,-
1.100 kg	273,-	20.000,-	57,-	383,-
1.150 kg	287,-	21.000,-	60,-	404,-
1.200 kg	300,-	22.000,-	63,-	426,-

All-risk premie = WA + Casco

Bemiddeling in:

* Assurantiën * Hypotheken * Financieringen

Premiebetaling per maand mogelijk zonder extra kosten, dus nooit hoge nota's meer. Pakketkorting tot 15%.

Ook zaterdag geopend van 8.30 tot 16.30 uur.

TEVENS SPAARAGENTSCHAP N.M.S.

Assurantie en adviesburo VAN KURINGE BV



Koninginnelaan 1, 5491 HA St. Oedenrode, tel. 04138-74933

VERSLAG WESTLANDMARATHON 23 MEI 1992.

Op zaterdagmorgen tegen tien uur gingen Jos Dekkers met zijn vrouw Francien, ene Jos uit Eindhoven en ondergetekende richting Maassluis.

Maassluis was nog wel te vinden, maar de plek waar ingeschreven diende te worden leverde wat meer problemen op omdat dit niet zo duidelijk was aangegeven.

Even na twaalf uur waren we in de sporthal waar we onze startnummers konden afhalen. Op dat moment was het nog niet zo druk, maar binnen een uurtje was deze hal propvol. Er hing een gezellige stemming. Het was het zeer koel binnen terwijl het buiten al tamelijk warm begon te worden.

Met wat koffie, een laatste broodje, wat frisdrank en wat gepraat over de komende wedstrijd verstreek de tijd.

Na wat rek en strekoefeningen vertrokken we een half uurtje voor de start richting vertrekpunt. Aldaar gingen we nog even wat inlopen.

Om twee uur toen het startschot viel was het in de beginfase even zoeken naar een groepje wat een beetje in ons tempo liep.

Al snel zaten we bij een groepje waarbij we bleven hangen. De eerst 5 km was dit groepje redelijk te volgen. Tempo van een kleine 4 minuten per kilometer.

Eigenlijk was voor mij al heel snel het tempo net iets te hoog dus bleef ik wat achter de groep hangen en liep als een jojo. Dan er weer bij dan er weer een stukje achter en dat beviel mij stukker beter.

Jos draaide op dat moment gewoon lekker met de groep mee. Keek af en toe over zijn schouder en gaf mij links en rechts wat aanwijzingen indien ik in de buurt was.

Rond het 13 km punt viel het groepje waarachter ik liep wat stil. Jos liep op dat moment al zo'n 30 meter voor die groep en ik besloot ook maar de groep te verlaten en na een tijdje sloot ik bij Jos aan.

Middels wat overleg besloten we nog even bij elkaar te blijven en te zien hoe dit verder zou verlopen.

Daar bij mij het lopen nog steeds moeilijk ging schakelde ik op het 17 km punt over op een ander tempo. Vanaf dat moment liep Jos geleidelijk van mij vandaan.

Tot het 25 km punt bleef het moeilijk gaan met af en toe een momentje dat het weer even wat beter ging.

Dit was voornamelijk te danken aan de vele aangereikte sponzen, water en drank, waterslangen en nevelinstallaties die in voldoende mate aanwezig waren. Zonder deze voorzieningen zou ik het 25 km punt niet eens gehaald hebben.

Terwijl ik het al zo zwaar had, net over de helft was en met het zwaarste gedeelte nog voor de boeg, en zag hoe fris anderen mij voorbijliepen deed me niet goed. De gedachte om te stoppen kwam regelmatig in mij op.

Gelukkig dat enkel de benen het waren die niet wilde en dat de wil aanwezig bleef om toch door te blijven gaan. Door veelvuldig gebruik te maken van de aangeboden afkoelingsmiddelen, de aanmoedigingen van toeschouwers etc. hielden me redelijk op de been.

Toen ik bij het 30 km punt een blik op de klok wierp zag ik dat de tijd op dat moment nog zeer redelijk was (2 uur 11 min.).

Vanaf dat moment hoopte ik dat mijn benen die al aardig zeer begonnen te doen mij toch die laatste 13 km (zo telde ik op dat moment) me toch naar de finish zouden kunnen dragen.

Op het 35 km punt (tijd 2 uur 37 min.) was de energie in mijn benen zo goed al op en 2 km verder moest ik de EHBO post opzoeken want mijn rechterdijbeen spier verkrampde en ik kon geen meter verder meer lopen.

Na wat massage en een laatste slok water heb ik al wandelend en lopend de laatste 7 kilometers met veel pijn en moeite in 45 minuten afgelegd.

Bij de laatste bocht in het parkoers schoten de tranen in mijn ogen en na een korte snotterpartij was ik toch nog in staat om de laatste 200 meter in een flinke pas richting finishdoek af te leggen.

Hierna ben ik richting sporthal begeleid waar in zeer korte tijd het krampgevoel dat ik in beide benen voelde toesloeg. De masseur had op dat moment even zijn handen vol. Binnen een kwartiertje had hij weer mijn spieren weer een beetje soepel gemaakt. Volgens zijn waarneming zat in mijn benen totaal geen energie meer.

Een half uurtje later stond ik redelijk fit weer onder de douche waar ik zo'n 30 minuten verbleef terwijl Jos de massagetafel opzocht. Hij had last van zijn hoofd en zijn maag en toen ik de douche verliet lag hij er nog steeds.

Zo links en rechts in de zaal waren mensen te zien die danig wat last ondervonden van hun geleverde inspanning.

Met een korte terugblik op wat tussentijden die ik gekloek had bleek dat het onderling verschil tussen Jos en mij (tussen het 17 en 35 km punt) niet hoger dan 4 minuten had bedragen.

Uit het gesprek met Jos bleek dat vanaf het 30 km punt het ook hem niet meer zo vlot gegaan, vandaar het geringe onderling verschil aan de eindstreep. Verder had hij ook voornamelijk alleen gelopen. Van aansluiting bij een groepje na de 17 km was geen sprake meer geweest, omdat het deelnemersveld zo ver uiteen lag. Voor velen was het toch een zware middag geweest en het aantal uitvallers was niet gering. Middels de uitslagenlijsten kregen we een beetje een beeld hoe het wedstrijdverloop was geweest.

En Jos viel nog in de prijzen (in de veteranenklasse).

Tegen een uur of zeven waren we zover dat we ons op de terugweg richting Rooi begaven. Onderweg werden alle etenswaren, fruit en drank tevoorschijn gehaald. Mijn tas was na deze gelegenheid ook een stuk lichter geworden daar ik voor zo'n twee dagen aan levensmiddelen had meegenomen.

Een flinke regenbui onderweg zorgde nog wat voor extra afkoeling en tegen half negen waren we in de Boskant gearriveerd.

Hierna met mijn spullen achterop de fiets in een flink tempo naar Rooi waar snel van kleding werd gewisseld om naar de feestavond van de loopgroep van Fortuna'67 te gaan die in Liempd werd gehouden.

Een avondje handboogschieten, verzorgd door schietvereniging L'union, stond op het programma.

Deze feestavond die ook dit jaar weer door Isa en Marga goed georganiseerd was, werd ook nu weer een hele gezellige avond. Voldoende tijd om tussen het schieten door te buurten en een lekkere pint te drinken. En niet te vergeten die Toon die iedereen van de laatste ontwikkelingen op zijn eigentijdse manier op de hoogte houdt of brengt.

Tijdens deze avond heb ik weinig last ondervonden van de geleverde inspanning van die middag.

Na een niet al te lange nachtrust was ik op zondagmorgen alweer op weg naar de Efteling. In het kader dat de Efteling 40 jaar bestond konden diegene die in dit jaar 40 waren of werden in de meimaand gratis dit evenement bezoeken.

Hoewel de kuiten nog wat zeer deden was het verblijf aldaar aangenaam en na een kleine 6 uur gewandeld te hebben was alles weer een beetje soepel en kon ik de volgende dag s'avond de training verzorgen en zelf op een laag pitje meedoen.

Een weekje later bij een terugblik op dit gebeuren, hoe was de voorbereiding op die marathon, hoe waren de omstandigheden, hoe is het geweest, hoe is de wedstrijd verlopen etc. etc. het volgende: Jos en ik hebben zonder specifiek voorbereidingschema op deze marathon het er redelijk afgebracht.

De tijd van Jos 3 uur en 15 min en van mij 3 uur en 21 minuten zijn toch aardig te noemen als je terugkijkt hoe zwaar deze marathon voor ons beiden was. De temperaturen die tussen de 28 en 30 graden schommelde (tussen de kassen was temperatuur nog hoger 34-38 graden) hebben veel invloed op het verloop gehad.

Bij deze wil ik in de eerste plaats Jos nog bedanken voor de nodige ondersteuning op weg naar m'n eerste marathon toe.

Verder alle lopers/sters van Fortuna'67 die voor en na de marathon hun interesse in dit gebeuren op verscheidende wijze aan mij kenbaar hebben gemaakt.

En vooral aan diegene die op zaterdagmiddag 23 mei af en toe in de lucht gestaard hebben en regelmatig hun blik op de klok hebben geworpen. Sommige al werkend, anderen weer genietend op een terrasje met een lekkere pint en ook in gedachte als het ware de marathon meeliepen.

En ook net als Jos en ik opgelucht waren dat ze tegen de klok van half zes ook over de finish kwamen.

Iedereen bij deze nog hartelijk bedankt!!!!
groetjes Henk

P.S.

ik heb een schema bijgevoegd van de periode mrt-mei 1992 van wat ik aan interval en duurlopen heb gedaan
voor mij heb ik in deze periode een niet erg zwaar trainingsprogramma afgewerkt (het is ook geen specifieke trainingsprogramma ter voorbereiding op een marathon)
het * achter interval geeft aan dat bij die intervals de te leveren inspanning op een zeer laag pitje stond
verder is in dit schema niet de tijd voor de uitvoering van de warming-up en de cooling-down (het in/uitlopen) vermeld



DE MARATHONLOPER.

	20	MA	DI	WO	DO	VR	ZA
M A R T 1 9 9 2	1	2 INTERVAL	3	4	5 INTERVAL	6	7
	8	9 INTERVAL	10	11 DUUR LOOP 1.00	12 DUUR LOOP 0.30	13	14
	15	16 COOPERTEST DUUR LOOP 0.40 INTERVAL *	17 DUUR LOOP 0.40	18 DUUR LOOP 1.00	19 DUUR LOOP 1.00 INTERVAL	20	21 BOSTRAINING 1.00
	22	23 INTERVAL	24	25 COOPERTEST DUUR LOOP 0.20 INTERVAL *	26 DUUR LOOP 0.30	27	28 BOSTRAINING 1.00
	29 DUUR LOOP 0.30	30 DUUR LOOP 1.00	31				
A P R I L 1 9 9 2				1 DUUR LOOP 1.00	2 INTERVAL *	3 DUUR LOOP 0.30	4
	5 INTERVAL *	6 INTERVAL	7 INTERVAL *	8 DUUR LOOP 1.00	9 BOSTRAINING 1.30 DUUR LOOP 1.00	10	11
	12 NEDSTRÏD 15 KM	13 INTERVAL	14	15 DUUR LOOP 1.15	16 BOSTRAINING 1.30	17 DUUR LOOP 1.30	18
	19	20 DUUR LOOP 1.10	21 INTERVAL *	22 TEST LOOP 0.35 DUUR LOOP 0.35	23 BOSTRAINING 1.30	24	25 TEST LOOP 1.40
	26	27 DUUR LOOP 0.20 INTERVAL	28	29 DUUR LOOP 0.45 INTERVAL *	30 NEDSTRÏD 15 KM		
M E I 1 9 9 2						1	2 DUUR LOOP 3.00
	3 INTERVAL *	4 DUUR LOOP 1.10 INTERVAL	5 INTERVAL *	6 DUUR LOOP 2.35	7 INTERVAL	8	9 DUUR LOOP 1.15
	10	11 DUUR LOOP 1.30 INTERVAL	12	13 DUUR LOOP 2.15	14	15 DUUR LOOP 2.00	16
	17 INTERVAL *	18 INTERVAL	19	20 DUUR LOOP 1.20	21	22	23 MARATHON



"Gezamenlijke" "de Snackbars"



Cafetaria "DE MERT"

P. vd. Linden
Markt 23 Tel. 73224

Van den Dungen's Snackbar

Eerschotsestr. 92
Sint-Oedenrode
Tel. 73142

Snackbar „t Vinkske"

Winkelcentrum „De Kienehoef"
St. Oedenrode
Tel. 04138 - 75100



Snackbar

DOMMELRODE

John & Henriëtte v Dinten
Ln. v. Mariëndaal 34 - 36
Sint-Oedenrode 04138 - 72542

Snackbar

'de KLOMP'

Hildewareln. 18
tel. 73321

"Sint - Oedenrode"

**SPORT EN GEZELLIGHEID
GAAN SAMEN AAN
DE BAR VAN
SPORTZAAL KIENEHOEF**

BELEEFD AANBEVELEND
WILLEMIJN EN RINUS BERKVEN'S

MAKELAARS EN ASSURANTIEKANTOOR



de koning bv

corridor 17b, 5492 HA sint-oedenrode, tel. 04138 - 74916

De mooiste auto is een Rooise auto

Voor zeven grote merken auto's, in vele
tientallen types en uitvoeringen, kunt u terecht in
uw directe omgeving. Zeven dealers in
Sint-Oedenrode bieden u alle denkbare service.
Blijf dus in de buurt als u op zoek bent naar een
nieuwe of gebruikte auto. Of als u vakmensen
nodig hebt voor onderhoud en reparatie.
Da's wèl zo verstandig. . .

BONGERS

SINT-OEDENRODE
04138-73969
SON
04990-74522



V. BOXMEER



CITROËN

Borchmolendijk, tel. 75911

Damen & Kroes B.V.



Lindendijk 2-4, tel. 73950

M. Renders



Industrieweg 21, tel. 74059

Mazda



G. VOETS BV

Industrieweg 1, tel. 74000



**JO
VOETS**

Industrieweg 2, tel. 74251

Ook voor uw
brandstof, APK-
keuring, reparaties
en onderdelen

P. vd WARENBURG



Boskantseweg 26, tel. 72740

Zorgeloos rijden begint om de hoek . . .

Basketbal



DE JARIGEN VAN JUNI - JULI - AUGUSTUS

3 juni Elle de Koning
5 juni Patrice v.d. Linden
11 juni Perle de Bruin
18 juni Antoon Giezen
29 juni Anja Ebbenn

3 juli Neeltje v. Kasteren
4 juli Paul v.d. Wetering
8 juli Marieke Bressers
16 juli Marianne v.d. Loo
21 juli Susanne Glaudemans

4 augustus Wendy Pouwels
17 augustus Henk v. Beugen
25 augustus Chris v. Hastenberg

ALLEN PROFICIAT !!!!!



WAT U MOET WETEN

Hallo allemaal,

Op deze wellicht ietwat minder sympathieke manier wil ik toch nog even het woord tot jullie richten.

Door omstandigheden was het me niet gelukt om op de ledenvergadering aanwezig te zijn.

Ook op de laatste training moest ik schitteren door afwezigheid.

Daar Rik en ik binnekort gaan verhuizen naar Den Bosch, is het verzorgen van deze laatste Fortuna Bode voor de vakantie, de laatste activiteit die ik voor FortunaBasketbal zal verrichten.

Mijn lidmaatschap dat nu eindigt, begon in 1977.

Dit zijn dus 15 seizoenen met 'n gemiddeld aantal wedstrijden van 20, is dus zo'n 300 officiële competitiewedstrijden.

Per wedstrijd werden door mij gemiddeld ong. 10 punten gemaakt.

Totaal dus zo'n 3000 punten in competitieverband.

Met deze opsomming van gegevens wil ik genszins beweren dat dit 'n prestatie is.

Als men iets heel graag doet is het moeilijk om dan van 'n prestatie te spreken, daar het plezier in 't spel dan voorop staat.

Dit plezier stond, en staat nog steeds, voor mij altijd voorop, zoals de meesten van jullie wel zullen weten, en ook hebben ervaren.

Wie de basketbalsport beoefend, ervaart het spel waarschijnlijk net als ik als 'n soort uitlaatklep waarin men heel veel kwijt kan.

Dat ik er door omstandigheden nu mee stop, wil nog niet zeggen dat dit voor altijd is.

In basketbal stad Den Bosch zal wellicht wel ergens 'n club(je) zijn waar ik op den duur mijn basketbalei wel weer kwijt kan.

Als ik nu naar de meest recente ledenlijst kijk, zie ik dat ik de fakkel van, het oudstspelende lid, nu kan overdragen aan Joke, die ik hiermee dan ook veel sterkte en wijsheid toedraag in deze toch zeer verantwoordelijke positie.

Nu wil ik graag iedereen nog bedanken voor de prima tijd die ik samen met jullie bij Fortuna Basketbal heb gehad, en wie weet tot ziens, wellicht ergens op 'n basketbalveld.

Groetjes,

.....Wim v.d. Ploeg

**Snelle acties
van.....**

Bescheiden talentje

We zijn hartstikke trots



Frans Fierens
Hertog Hendrikstraat 9-11
5492 BA Sint-Oedenrode
Telefoon 04138-72746

voor Uw: Tapijt
Gordijnen
Bad- en keukenlinnen
Ledikanten
Matrassen
Dekbedden
Overtrekken enz.

Hertog Hendrikstraat 9-11
5492 BA Sint-Oedenrode
Telefoon 04138-72746

van Hoof SINT-OEDENRODE

Het Autobusbedrijf waar U
het best mee UIT bent



sedert 1921

Gr. Doelenlaan 16-18 Tel: 04138-72545

Grote beurten

Mercedessen

Kleine beurten

INRUILAUTO'S

PER 1 DECEMBER: BOXTELSEWEG 46 LIEMPDE
Bovag-garantie en A.P.K.-keuringsstation.

Autobedrijf Van Driel

04138-73030

Ollandseweg 100, Sint-Oedenrode

Meer voor geld
keuken minder

en...alle keukens worden in
eigen fabriek voor U naar
wens gemaakt!

IKAR KEUKENS

Industrieweg 12a Nijnsel
Tel: 04138-77315



Slijper Diamant Huis

St. Oedenrode

Alle dagen open van 9.00-17.30 uur
zaterdag van 9.00-14.00 uur
vrijdag koopavond tot 20.00 uur
Eerschotsestraat 77, 5491 AB St. Oedenrode
Telefoon 04138-72432

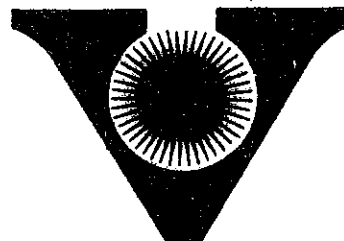
ELBECO

houtbewerking bv

HET ADRES VOOR: TRAPPEN
BINNEN- EN BUITENDEUREN
ROLDEUREN EN ROLLUIKEN
SCHUIFPUIEN
KOZIJNEN EN RAMEN
ENKELGLAS EN ISOLATIEGLAS
TRAP- EN BALKONHEKKEN
KUNSTSTOF KOZIJNEN EN RAMEN

EN VERDER ALLE VOORKOMENDE TIMMERWERKEN.

VOOR INLICHTINGEN: INDUSTRIEWEG 19 NIJNSEL
TEL. 04138-74286 NA 6 UUR 75042



Installatiebedrijf

P. VOSS B.V.

Industrieweg 11, Nijnsel
Nieuwstraat 50a, Son

VERSMARKT Bennie Welte

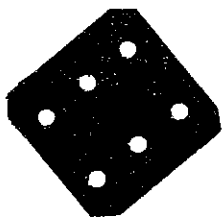


**Verse groenten,
"Natuurlijk goed!!"**

TEVENS BROOD, BLOEMEN EN PLANTEN
EN KAAS!

Mgr. Bekkersplein 8, Tel. 72460

ONZE
KWALITEIT
GOOIT
HOGE OGEN!

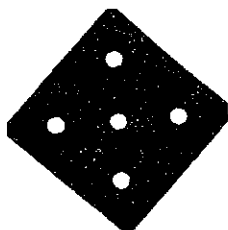


**Huiskens
Optiek**

Heuvel 30 St.-Oedenrode
04138-72720

Lid ANVC

OPTICIËN CONTACTLENSPECIALIST



Café biljart 't Straotje

ANS en JOOP v. HASTENBERG
Kerkstraat 10 - St.Oedenrode

Schijvens
Modacentrum

Stuk voor stuk betaalbare mode
waar je snel bij moet zijn.



Best-Sint-Oedenrode-Son
Nuenen-Oirschot-Gemert-Deurne
Boxmeer-Cuyk-Uden-Eindhoven

DE AMBACHTELIJKE SLAGERIJ

**voor gezond
en lekker vlees
SLAGERIJ
VAN DE TILLAAR**

Hogevonderstraat 2

Centrale Volksbank

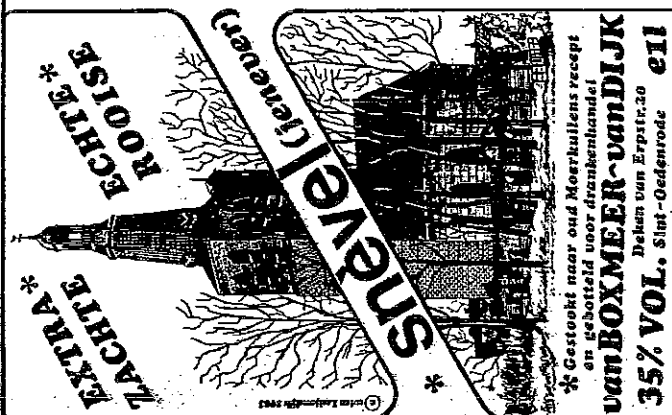
Vertrouwelijk, vriendelijk,
maar bovenal voordelig.
Vergelijk voor u beslist,
als het gaat om:

*Sparen *Lenen
*Hypotheken



M.A. v.d. Leest
Deken van Erpstraat 16b
St. Oedenrode
Tel: 04138-73239

Ik ben u graag van dienst



MEDEDELINGEN VAN HET BESTUUR

=====

- Wisten jullie al dat Hanneke (dames recreanten) op 29 mei 1992 getrouwd is, samen met Jos. Proficiat !!!!
- Het helaas niet doorgegangene scholentoernooi wordt in 'n iets andere vorm toch gehouden op 'n nader te bepalen datum in sept. of oktober '92.
Als jeugdinvitatietoernooi zal Fortuna Basketbal het de laatste jaren zo succesvolle scholentoernooi opnieuw leven in blazen.
Hopenlijk zal de medewerking binnen de vereniging voor dit jeugdinvitatietoernooi even enthousiast zijn als deze de laatste jaren is geweest.
- De jongens minis zijn op de Zuid Nederlandse Kampioenschappen op 9 mei in Eindhoven op 'n keurige 5e plaats geëindigd. ppen
Onder de altijd bezielende leiding van coach Patrick en onder aanmoedigingen van de meeste ouders was er zelfs 'n speciale vermelding voor Ralph als 3e beste verdediger van 't toernooi.
Allemaal proficiat namens 't bestuur en alle andere leden.
- Inmiddels is er een ledenvergadering geweest van Fortuna basketbal.
Het verslag hiervan komt in de volgende bode.
- Op 29 mei j.l. was er een regionale jeugdtraining in Eindhoven.
Door o.a. enkele bekende N.B.A. spelers werden demonstraties gegeven.
Div jeugdleden van Fortuna Basketbal zijn hier o.l.v. enkele seniorenleden naar toe geweest.
Waarschijnlijk zal hiervan in de volgende bode ook 'n verslag van hun belevenissen staan.
- De teams die ingeschreven zijn in de komende competitie zijn:
Heren senioren 1 Jongens passerelle
Dames senioren 1 Meisjes passerelle
Jongens junioren Gemengde minis
Jongens kadetten
Waarschijnlijk zal er naast 'n dames recreantenteam ook 'n heren recreantenteam fungeren.
De nadere invulling van trainers en trainingstijden volgt nog.
De eerste trainingsavond in het nieuwe seizoen is in ieder geval op 3 sept. 1992.
- Verder wenst het bestuur iedereen een fijne, zonnige en sportieve vakantie toe.

Het bestuur

brengt veel nieuws

Stonden per 3/5.92

H2G

h.sen. 2e klasse Brabant

1	Flash '82	3 20	34	(224)
2	Jumpers '76	1 19	32	(323)
3	Schijndel	1 20	28	(133)
4	Akros	1 19	26 *	(273)
5	S.V. Fortuna '67	1 20	22	(140)
6	Jink/van Hooft	1 19	20	(27)
7	Schijndel	2 20	14	(-151)
8	Pro-Specs	5 19	12 **	(1)
9	Grave	1 20	10	(-208)
10	Pro-Specs	4 19	6 *	(-208)
11	Akros	2 19	2	(-554)

D1F

d.sen. 1e klasse Brabant

1	Erp '70	2 18	30	(154)
2	Octopus	1 18	26	(57)
3	Grave	1 18	24	(54)
4	Break	1 18	20	(35)
5	S.V. Fortuna '67	1 18	18	(54)
6	Akros	1 17	16	(10)
7	Sjoko	1 18	14	(-19)
8	RUSH/Foto Vakman	1 17	10 **	(-33)
9	Deurne Pioniers	1 17	10	(-115)
10	Fighting Pirates	1 17	4	(-197)

H4G

h.sen. 4e klasse Brabant

1	OBC	5 20	36	(255)
2	Den Dungk	1 20	34	(356)
3	Kruiskamp	5 18	26	(125)
4	Old Eagles	1 20	24	(23)
5	Molen-W.S.C.	4 18	18 +	(119)
6	S.V. Fortuna '67	2 18	18 *	(-38)
7	Octopus	4 20	18	(-43)
8	Yellow Sox	2 19	14	(28)
9	Schijndel	4 20	14	(-115)
10	Ardito	4 19	4 +	(-319)
11	Tenderfeet	2 20	2	(-391)
12	Erp '70	2 0	0 TR	(0)

JK2G

j.kad. 2e klasse Brabant

1	Lieshout	1 20	38	(851)
2	Black Eagles	1 20	32	(733)
3	Quo Vadis D/G	1 19	24 *	(516)
4	Schijndel	1 19	24 *	(293)
5	S.V. Fortuna '67	1 19	24	(214)
6	OBC	2 20	24	(294)
7	Tenderfeet	1 19	16 VR	(-211)
8	Sjoko	1 20	11	(-313)
9	Condor	1 20	9 *	(-264)
10	OBC	3 20	6 *	(-658)
11	Schijndel	2 20	0	(-1455)
12	Attacus	2 0	0 TR	(0)

GM1H

gem.mini 1e klasse Brabant

1	S.V. Fortuna '67	1 10	19	(333)
2	Quo Vadis D/G	1 10	15	(246)
3	BC Moons/ConBrlo	1 10	15	(160)
4	Springfield	1 10	10	(-84)
5	Akros	1 10	4	(-218)
6	RUSH/Foto Vakman	1 10	0 *	(-437)

MP1G

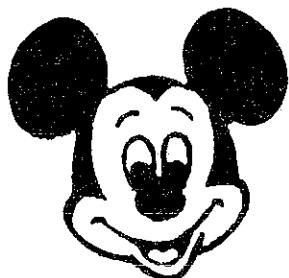
m.pas. 1e klasse Brabant

1	Yellow Sox	1 12	20	(153)
2	Achilles '71	1 12	14	(4)
3	RUSH/Foto Vakman	1 11	12	(28)
4	Tiboria	1 11	8	(-15)
5	S.V. Fortuna '67	1 10	0 *	(-170)

MM1E

m.mini 1e klasse Brabant

1	Erp '70	1 23	41	(773)
2	S.V.H.	1 23	40	(476)
3	Yellow Sox	1 21	34 +	(594)
4	Springfield	1 21	33	(417)
5	S.V. Fortuna '67	1 22	25	(91)
6	B.C. Virtus	1 22	16	(-209)
7	Deurne Pioniers	1 14	9 VR	(-155)
8	Erp '70	2 23	9 *	(-520)
9	Yellow Sox	2 23	0 +	(-1467)
10	Vetchfield	1 0	0 TR	(0)



IK HEB ZIJN IN VAKANTIE ---

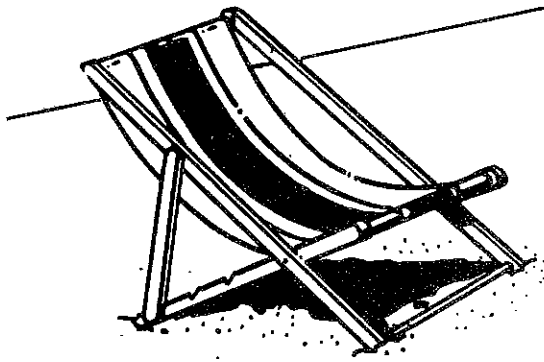


Vakantienieuws

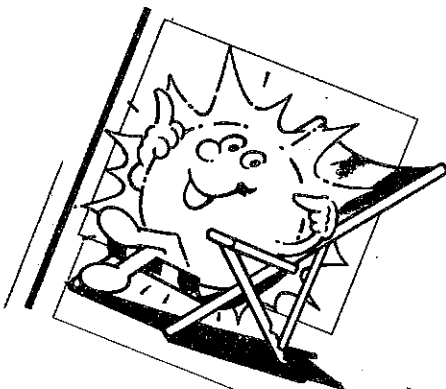
EEN DAGJE ANDERS

?

Zon en Strand



VAKANTIE BEGINT
MET HET LEZEN
VAN DE FORTUNA BODE



Weer prachtig

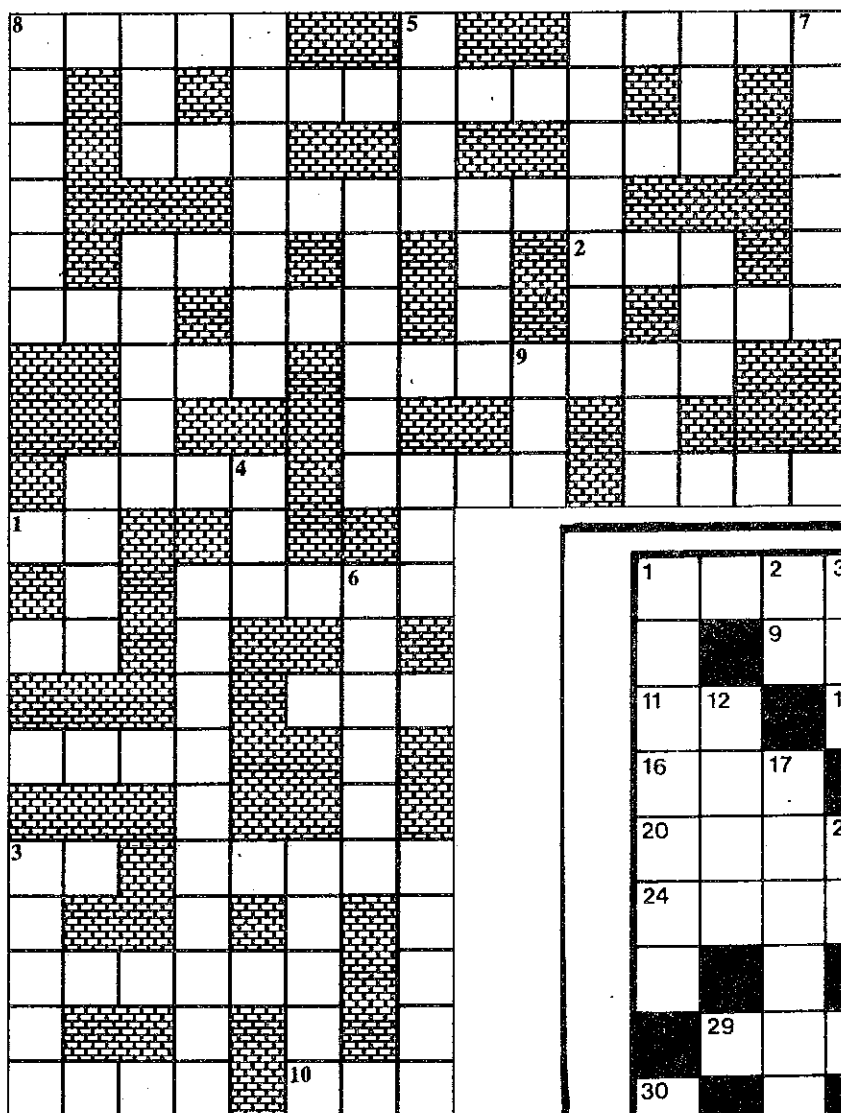
Lekker weg in eigen land



Letterlegger

Naast het kruiswoord-diagram staat een lijst met woorden. De volgorde van de woorden is alfabetisch en de woorden van gelijke lengte staan bij elkaar. Wanneer u de woorden op de juiste wijze in het diagram invult ontstaat in de van 1 t/m 10 genummerde vakjes de naam van een boom.

Tip: begin met het woord van 10 letters in te vullen daar dit slechts op één plaats mogelijk is. Door systematisch te werk te gaan volgt de rest dan vanzelf. Succes!



HORIZONTAAL:

1. Zuidvrucht; 5. lekkers; 9. rivier (Sp.); 10. drinkschaaltje; 11. per dag; 13. soort stof; 15. bismut (scheik.); 16. afzonderlijk; 18. harlekijn; 19. oude vochtmaat; 20. babysitter; 22. weefsel; 24. watervlakte; 26. paar; 27. bijbelse naam; 29. gereedschap; 31. tennisterm; 33. Turkse brandewijn; 36. tip; 38. beroep; 40. hoofdtooi; 41. plezier; 42. groente; 44. soort bami; 45. voorzetsel; 46. leersoort; 48. tantalium (scheik.); 49. grote papegaai; 50. bid (lat.); 52. akker; 53. kleine kerk.

VERTICAAL:

1. Bul; 2. titel; 3. loofboom; 4. scheel; 5. erwtensoep; 6. harlekijn; 7. voorzetsel; 8. sleutelbloem; 12. drug; 14. familielid;

15. loog; 17. luidruchtig optreden; 19. beroep; 21. voertuig; 23. in plaats v.h. zegel (afk.); 25. Spaans rijpaard; 27. onderrecht; 28. kloosteroverste; 30. bonbon; 32. meetlat; 34. wedstrijd (Gr.); 35. indium (scheik.); 36. vrachtvrij (afk.); 37. eens; 39. Russische keizer;

Woorden met 2 letters:

en, ja, na.

Woorden met 3 letters:

bok, den, een, eer, els, ere, erp, iel, kar, kei, laf, lol, oma, pre, ria, rok, som.

Woorden met 4 letters:

deel, laan, lans, late, obus, reep, taal, veen.

Woorden met 5 letters:

adres, balsa, datum, kreta, naald, nadat, preek, vader.

Woorden met 6 letters:

adagio, badpak, dapper, etmaal, rugzak.

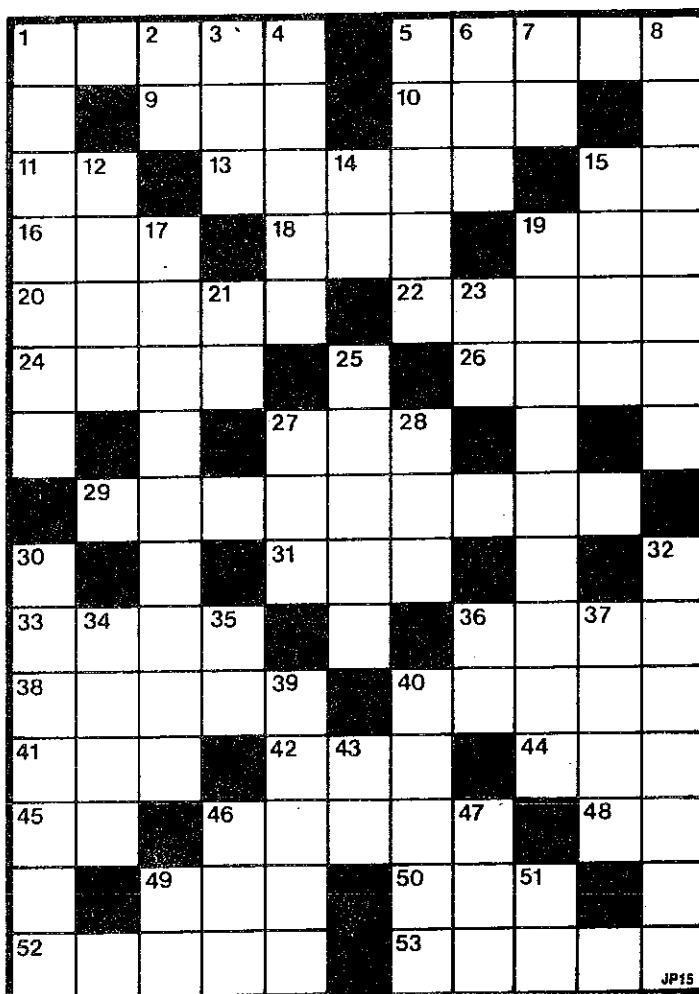
Woorden met 7 letters:

affaire, amandel, fameuze, galerie, veeleer.

Woorden met 10 letters:

poppenspel.

PUZZEL



40. vulmateriaal; 43. langspeelplaat (afk.); 46. ontkenning; 47. papegaai; 49. lengtmaat; 51. Amsterdams Peil.

UW GROENTE- EN FRUITSPECIAALZAAK



Ad v.d. Wijdeven

Borchmolendijk 12
Tel. 04138-74039

Dierenspeciaalzaak
Hengelsport

DE BORCHMOLEN

Borchmolendijk 14
telefoon 04138-73510



Schoenreparatie

Lederwaren
VAN KEMPEN
Borchmolendijk 38a
tel: 04138-76488



ptt post



JEANSSJOPS

BORCHMOLENDIJK 42
5492 AK SINT-OEDENRODE
TEL: 04138-77585

ROXSELEKTRO
BORCHMOLENDIJK 9 SINT-OEDENRODE



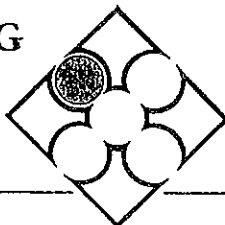
**XANDER
VAN VESSEM**
MAKELAAR O.G.

Makelaar o.g.
Adviesbureau
Hypotheek
Verzekeringen



van **BOXMEER** bv

**VERENIGING
KOM ROOI**



**DRANKENHANDEL
J. DE LEYER**

HOOGVEEN

Reparatie beeld
en geluid

Borchmolendijk 38
5492 AK Sint-Oedenrode
tel. 04138-76596



KB

SPORTPRIJZEN
RELATIEGESCHENKEN

FRANS VAN DEN HEUVEL

Verf - Glas - Behang - Inlijstwerk - Autolakken - Gereedschappen - Sleutels

**WINKELPOOL
BORCHMOLENDIJK**



**DE ROOISE
SAUNA**

**FA. RAAYMAKERS
ZUIVELHUIS**



GOUD- en
ZILVERATELIER
telefoon 04138-78126

**ALDI
MARKT**

goud zilver



uurwerken taxatie

Juwelier van Stegeren

Heuvel 40, 5492 AD Sint-Oedenrode
Telefoon 04138 - 72784

Off. dealer van o.a.

CERTINA - MAURICE LACROIX - SEIKO - PRISMA

BENETTON - DESIREE - DIAMONDE



"Rooijse Flora"

Hertog Hendrikstraat 2
Sint-Oedenrode
Tel. 04138-72679. Fax: nr. 72679

De Rooijse Flora nieuwe trend exclusief in
sortering klein in prijzen

Hout- en Bouwmaterialen

VAN ERP B.V.

- ★ Plaatmateriaal
- ★ Hout
- ★ Open haarden
- ★ Deuren
- ★ Bouwmaterialen



St. Oedenrode
Sonseweg 5
Tel. 04138-72565



Heuvel 26 - Sint Oedenrode

Telefoon 72463

Onze produkten zijn

meerdere malen met

GOUD bekroond

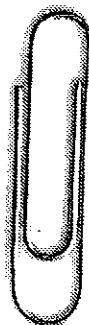
Van prullenbak tot complete inrichting.



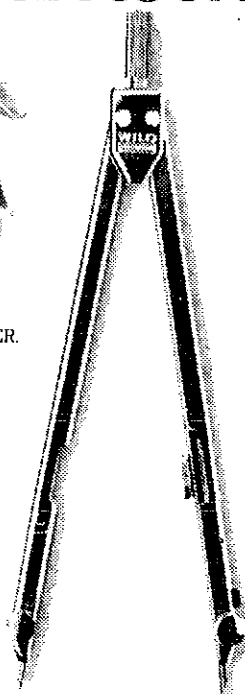
VAN PRULLENBAK TOT PAPIERVERNIETIGER.



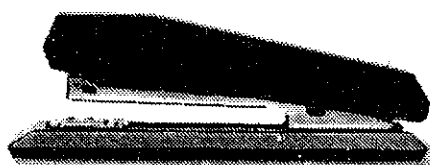
VAN CALCULATOR TOT
PERSONAL COMPUTER.



VAN PAPERCLIP TOT
FLIP-OVER.



VAN PASSER TOT
TEKENTAFEL.



VAN NIETMACHINE TOT SCHRIFBLOK.



VAN ORDNER TOT
TEKSTVERWERKER.



VAN BUREASTOEL TOT
DIREKTIEKAMER.

ahrend AHREND VERKOOPCENTRA: ALKMAAR 072-122329, AMSTERDAM 020-5641888, ARNHEM 085-510813, EINDHOVEN 040-560911,
GRONINGEN 050-139611, HENGEL (O) 074-420606, MAASTRICHT 043-295656,
ROTTERDAM 010-4144411, RIJSWIJK 070-956956, UTRECHT 030-886411, VLISSINGEN 01184-17540.

Mensen werken met Ahrend.