Januari 1993

S.V. FORTUNA '67

47



Erp van Fam.
Gr. Doelenlaan 27
Sint-Oedenrode

« Gezamelijke de Snackbars »

Van den Dungen's Snackbar



Eerschotsestr. 92
Sint - Oedenrode
Tel. 73142

Snackbar „'t Huukske"

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

Snackbar
'de KLOMP'
Hildewareln. 18
tel. 73321

Cafetaria
"DE MÈRT"
P. v.d. Linden
Markt 23 Tel. 73224



Snackbar
DOMMELRODE
Hendry v. Dinten
Ln. v. Mariëndael 34 - 36
Sint - Oedenrode 04138 - 72542

«Sint - Oedenrode»

SPORT EN GEZELLIGHEID
GAAN SAMEN AAN
DE BAR VAN
SPORTZAAL KIENEHOEF

BELEEFD AANBEVELEND
WILLEMIJN EN RINUS BERKVENS

SLAGERIJ VAN KASTEREN

Heuvel 26 - Sint Oedenrode

Telefoon 72463

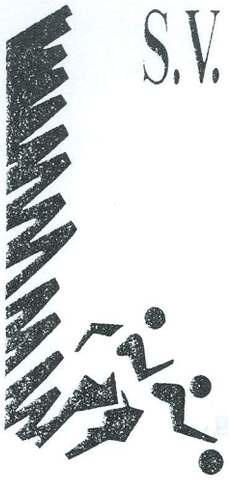
Onze produkten zijn

meerdere malen met

GOUD bekroond

S.V. FORTUNA '67

25
1967 - 1992



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	: Paul v.d. Vleuten	Bernhardstraat 39	77486
afd. Trimmen	: Tonny v.d. Rijt	Ollandseweg 14	75336

ATLETIEK:

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

BASKETBAL:

Voorzitter	: Paul v.d. Vleuten	Bernhardstraat 39	77486
Wedstrijdsecr.	: Wilma v. Drongelen	Kerkstraat 7 (Best)	04998 -98958
Penningmeester	: Joke v.d. Rijt	Componistenln 111	74181
SKP	: Marian v.d. Loo	Koninginneln 73	76414
JKP	: Miek v.d. Ven	Bernhardstraat 39	77486
Lid	: Patrick Bellemakers	Oranje Nassauln 76	74635
Bankrelatie	: Rabo rekeningnummer	13.82.23.106	

TRIMMERS:

Secretaris	: Marianne v. Aert	Kruidenln 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. Coordinatie	: Henk Strik	Mariannestraat 55	76769
Penningmeester	: Rina v. Aarle	Laan Ten Rode 26	74312
Bankrelatie	: Rabo rekeningnummer	13.82.32.105	
Uitgave	: Januari 1993		
Volgende uitgave	: Februari 1993		
Copy voor	: 16 Februari 1993		

Berichtje van de Voorzitter,

Alle leden van Fortuna '67 wil ik mede namens mijn vrouw, een gelukkig, gezond en sportief 1993 toewensen.

1992 zal het beste in onze herinnering bewaard blijven als het jaar van het 25 jarig jubileum. Het was een gezellige avond samen met vrienden en bekenden, leden en oudleden. De feestcommissie heeft er echt een pluim mee verdiend.

Vol verwachting zie ik uit naar de vele activiteiten die voor 1993 op het programma staan. Zeker kunnen we zeggen Fortuna is een springlevende vereniging en nog steeds actueel en bij de tijd.

Nogmaals U allen een gezond 1993!

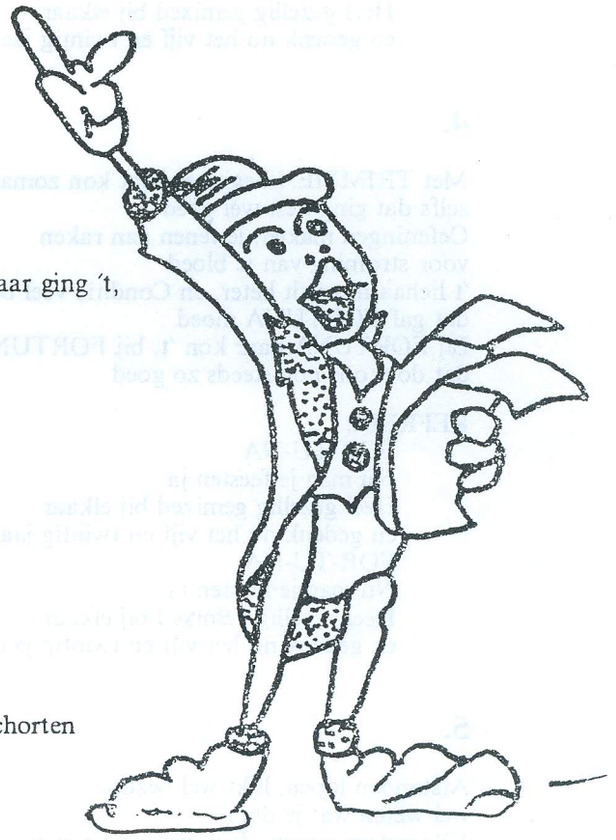
Luc van den Tillaart
voorzitter



FORTUNA - 25 JAAR - FORTUNA

(Wijze: Herzilein.....)

(tekst: Toon der Kinderen)



1.

In zeven en zestig, toen ging het gebeuren,
gestart met goede moed.
Atletiek is begonnen, wat later de handbal,
maar dat ging niet zo goed.
Basketbal ging beter, ook trimmers en lopers,
dat gaf FORTUNA moed.
Bij FORTUNA daar kon 't, bij FORTUNA daar ging 't,
dat doet ons nog steeds zo goed

REFREIN:

FOR-TU-NA
Nu mag je feesten ja
Heel gezellig gemixed bij elkaar
en gedenk nu het vijf en twintig jaar
FOR-TU-NA
Nu mag je feesten ja
Heel gezellig gemixed bij elkaar
en gedenk nu het vijf en twintig jaar

2.

De koning der sporten, daar mocht niks aan schorten
ATLETIEK was in de moed
't Lopen en springen, zijn heel gezonde dingen
ATLETIEK dat ging zo goed
Met steeds een wedstrijd, en weer een best-tijd
dat gaf FORTUNA moed
Bij FORTUNA daar kon 't, bij FORTUNA daar ging 't
dat doet ons nog steeds zo goed

REFREIN:

FOR-TU-NA
Nu mag je feesten ja
Heel gezellig gemixed bij elkaar
en gedenk nu het vijf en twintig jaar
FOR-TU-NA
Nu mag je feesten ja
Heel gezellig gemixed bij elkaar
en gedenk nu het vijf en twintig jaar



3.

BASKETBAL spelen, dat deden er velen
ze weten hoe het moet
De bal in 't netje, dan komt er 't pretje
en lol dat doet je goed
Verliezend beginnen, en dan wat gaan winnen
dat gaf FORTUNA moed
Bij FORTUNA daar kon 't, bij FORTUNA daar ging 't
dat doet ons nog steeds zo goed

REFREIN:
FOR-TU-NA
Nu mag je feesten ja
Heel gezellig gemixed bij elkaar
en gedenk nu het vijf en twintig jaar
FOR-TU-NA
Nu mag je feesten ja
Heel gezellig gemixed bij elkaar
en gedenk nu het vijf en twintig jaar

4.

Met TRIMMEN beginnen, dat kon zomaar binnen
zelfs dat ging best wel goed
Oefeningen maken, je tenen aan raken
voor stroming van je bloed
't lichaam wordt heter, en Conditie veel beter,
dat gaf FORTUNA moed
Bij FORTUNA daar kon 't, bij FORTUNA daar ging 't
dat doet ons nog steeds zo goed

REFREIN:
FOR-TU-NA
Nu mag je feesten ja
Heel gezellig gemixed bij elkaar
en gedenk nu het vijf en twintig jaar
FOR-TU-NA
Nu mag je feesten ja
Heel gezellig gemixed bij elkaar
en gedenk nu het vijf en twintig jaar

5.

Afstanden lopen, lijkt wel bezope
wel weten wat je doet
Kilometers vreten, denk wel aan 't eten
want dan gaat het pas goed
De LOOPGROEP FORTUNA, steeds meer gezien ja
dat gaf FORTUNA moed
Bij FORTUNA daar kon 't, bij FORTUNA daar ging 't
dat doet ons nog steeds zo goed

REFREIN: (2x)
FOR-TU-NA
Nu mag je feesten ja
Heel gezellig gemixed bij elkaar
en gedenk nu het vijf en twintig jaar
FOR-TU-NA
Nu mag je feesten ja
Heel gezellig gemixed bij elkaar
en gedenk nu het vijf en twintig jaar



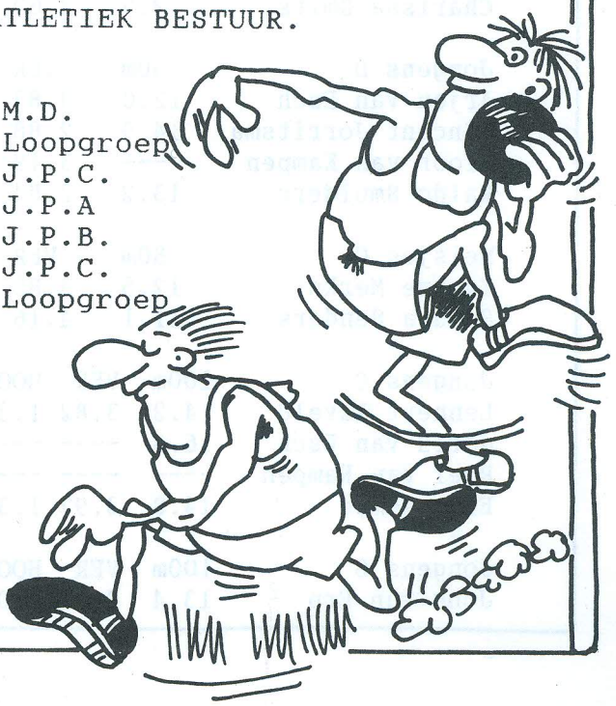
ALLEN EEN GEZOND
SPORTIEF
EN VOORSPOEDIG 1993
toegewenst van Fortuna atletiek



VERJAARDAGEN

11	januari	Roel van Kampen
17	"	Gerard v.d. Biggelaar
18	"	Joost Conijn
23	"	Harry Verschueren
23	"	Ruud van de Laar
24	"	George Zoontjens
30	"	Antoon Asveld
31	"	Lenneke van Kessel
31	"	Arie Goijaarts
2	februari	Rien van den Eertwegh
4	"	Ria van Zutphen
7	"	Jorrit Dekkers
10	"	Adrie van de Brand
14	"	Ton Konneman
15	"	Anneke den Otter
22	"	Erik Dillen
24	"	Jan van Kampen
24	"	Nicolien Schoones
27	"	Martijn Conijn
27	"	Ronnie van Kampen
28	"	Paul van de Wiel

PROFICIAT ALLEMAAL NAMENS HET ATLETIEK BESTUUR.



NIEUWE LEDEN:	Heidi Arts	M.D.
	Gerard v.d.Biggelaar	Loopgroep
	Mark Driessen	J.P.C.
	Teun van Kessel	J.P.A
	Pim v.d. Biezen	J.P.B.
	Frank Driessen	J.P.C.
	Koos de Vries	Loopgroep
AFMELDINGEN;	Ine Stoop	
	Marga Verduin	

atletiek

De beste persoonlijke prestaties van 1992

(geen crossen)

Meisjes pup.C	40m	VER	HOOG	KOGEL	BAL	1000m
Lenneke van Kessel	8.6	1.97	0.70	3.10	7.72	5.10.9

Jongens pup.C	40m	VER	HOOG	KOGEL	BAL	1000m
Joost Conijn	8.5	2.26	0.70	2.56	10.78	4.54.3
Ralph van Hove	8.5	2.33	0.80	2.68	9.66	5.21.4
Maarten Swinkels	7.6	2.76	0.85	3.75	18.28	4.51.3

Meisjes pup.B	40m	VER	HOOG	KOGEL	BAL	1000m
Miriam Arts	7.0	3.20	----	----	17.78	4.15.3

Jongens pup.B	40m	VER	HOOG	KOGEL	BAL	1000m
Maarten v.d. Heuvel	7.8	2.61	0.85	4.47	19.18	4.29.1
Gert van der Kaay	7.9	----	0.85	----	21.14	4.20.4
Pim Kuipers	7.6	2.84	----	----	20.38	4.01.9

Meisjes pup.A	60m	VER	HOOG	KOGEL	BAL	1000m
Carla Arts	10.0	----	1.15	5.45	-----	3.59.2
Lieke Brans	11.2	2.62	0.95	3.86	11.06	4.47.3
Janneke v.d. Heuvel	11.5	2.81	0.90	5.15	16.04	4.50.4
Wieteke Kuipers	10.4	3.11	1.05	5.34	22.82	3.55.5
Hetty Peeters	10.6	2.98	1.00	4.48	11.76	4.46.5

Jongens pup.A	60m	VER	HOOG	KOGEL	BAL	1000m
Ivo Aarts	9.5	3.46	1.10	6.02	22.06	3.50.0
Roel Brans	10.2	3.20	0.90	6.05	27.78	3.53.6
Martijn Conijn	10.3	2.88	0.85	4.71	18.48	4.38.7
Sander van der Kaay	10.6	3.26	----	5.61	-----	4.08.8
Joost van Kampen	9.9	3.65	1.20	6.92	29.78	3.32.6
Koen van Kessel	11.5	2.68	0.90	5.37	24.70	4.28.8

Meisjes D.	60m	VER	HOOG	KOGEL	SPEER	1000m	DISCUS	600m
Marieke vd Eertwegh	9.0	3.78	1.35	6.32	10.12	3.39.3	15.92	2.00.3
Anneloes van Erp	8.2	4.72	1.50	8.19	8.86	3.43.3	17.52	1.56.8
Rosella van Haver	10.5	2.97	1.00	5.88	8.04	4.33.0	10.32	------
Charissa Smits	9.5	3.69	1.15	4.93	10.94	4.18.7	7.66	------

Jongens D	80m	VER	HOOG	KOGEL	SPEER	1000m	DISCUS
Arjen van Esch	12.0	3.87	1.20	6.61	14.82	4.08.0	13.72
Vincent Jorritsma	14.9	2.88	----	3.12	-----	------	-----
Floor van Kampen	----	3.19	1.10	4.92	-----	4.01.3	-----
Raldo Smulders	13.2	2.84	1.00	3.42	9.44	4.50.7	8.52

Meisjes C	80m	VER	HOOG	KOGEL	SPEER	1000m	DISCUS
Yvonne Merks	12.5	3.85	1.15	7.11	8.26	4.23.7	15.10
Sandra Senders	11.1	4.16	1.30	7.26	13.64	4.06.3	17.68

Jongens C	100m	VER	HOOG	KOGEL	SPEER	DISCUS	1000m	1500m	800m
Lennert Asveld	14.2	3.82	1.30	8.15	22.16	24.42	3.38.2	6.09.6	----
Joris van Esch	16.8	----	----	5.06	-----	-----	------	6.33.5	----
Roel van Kampen	----	----	----	7.24	21.36	-----	------	------	2.38.2
Erik Kempe	14.8	3.97	1.30	5.68	17.64	13.96	4.00.4	6.15.5	2.58.5

Jongens B	100m	VER	HOOG	KOGEL	SPEER	DISCUS	1000m
John van Erp	13.4	4.72	1.00	8.15	25.54	17.46	3.30.9

Clubcross 1992/1993 1 km.

	18-10	22-11	20-12
Uitslag JPC			
1 Joost Conijn	4,48	5,02	5,02
2 Edo Brans	5,08	0,00	5,55
3 Sebastian vd Wijst	0,00	7,33	6,53
4 Rob v.d. Wijst	0,00	0,00	6,59
5 Mathijs vd Vleuten	0,00	0,00	7,02
Uitslag JPB			
1 Rob Heijmans	0,00	5,08	0,00
Uitslag JPA			
1 Joost van Kampen	3,47	3,44	3,44
2 Martijn Conijn	4,11	4,14	4,14
3 Maarten vd Heuvel	4,37	4,30	0,00
4 Teun van Kessel	0,00	4,51	5,10
5 Bram Foolen	0,00	4,12	0,00
Uitslag JD			
1 Floor van Kampen	3,50	3,50	3,53
2 Arjen van Esch	3,49	3,54	3,59
3 Ivo Aarts	3,51	3,58	4,01
4 Roel Brans	3,56	3,59	3,57
5 Raldo Smulders	4,18	4,19	4,23
6 Koen van Kessel	0,00	4,22	4,25
7 Erwin Kerkhof	0,00	0,00	4,09
Uitslag JC			
1 Erik Kempe	4,09	3,45	3,54
2 Joris van Esch	3,59	4,05	4,04
3 Leon Kerkhof	3,55	4,07	4,06
4 Roel van Kampen	3,46	0,00	0,00
Uitslag JB			
1 Lennert Asveld	3,30	3,34	3,40
2 John van Erp	0,00	3,50	3,28

	18-10	22-11	20-12
Uitslag MPC			
1 Lenneke v.Kessel	0,00	5,20	5,39
2 Sanne vd Wijst	0,00	5,46	6,07
3 Daisy Heijmans	0,00	6,21	6,51
4 Amanda vd Vleuten	0,00	8,29	8,29
5 Kim van Eert	0,00	5,48	0,00
6 Ilse v.d. Wijst	0,00	0,00	6,05
7 Danny v.d. Wijst	0,00	0,00	6,18
Uitslag MPA			
1 Miriam Arts	4,15	4,17	4,19
2 Lieke Brans	4,58	4,50	4,41
Uitslag MD			
1 Carla Arts	3,52	3,51	3,57
2 Hanneke Kerkhof	4,07	4,17	4,15
3 Wieteke Kuipers	0,00	3,53	4,21
4 Heidi Arts	0,00	4,15	4,20
5 Hetty Peeters	0,00	4,28	4,27
6 Janneke vd Heuvel	4,49	4,46	0,00
Uitslag MC			
1 Anneloes van Erp	3,48	0,00	3,58

WEDSTRIJDKALENDER 1993 PUPILLEN EN JUNIOREN

Zondag 17 januari	te Sint-Oedenrode	"S.V. FORTUNA '67"
4e clubcross te Vressel		aanvang 10,30 uur
Zondag 7 februari	te Uden	"A.V. DE KEIEN"
Profile cross		aanvang 10,45 uur
Zondag 14 februari	te Best	"A.V. GEN.MICHAELIS"
36e Joe Mann Bosloop		aanvang 12,00 uur
Zaterdag 20 februari	te Valkenswaard	"A.V.V."
Carnavalscross		aanvang 12.00 uur
Zondag 28 februari	te Sint-Oedenrode	"S.V. FORTUNA '67"
5e clubcross te Vressel (na afloop prijsuitreiking)		aanvang 10.30 uur

Uitslag Indoorwedstrijd "A.V. DE KEIEN" te Uden
zaterdag 28 november 1992.

Meisjes C meerkamp	35 m.	pnt	HOOG	pnt	KOGEL	pnt	TOTAAL
8e Anneloes van Erp	5.5	617	1.35	499	6.49	336	1452 punten

Uitslag 9e "ZANDBOSCROSS" a.v.LGD te Deurne
zondag 6 december 1992.

Meisjes pup.A	1000 mtr.	Jongens pup.A	1000 mtr.
16e Lieke Brans	5.19	1e Joost van Kampen	4.06
Jongens D	1000 mtr.	Jongens C	1500 mtr.
18e Arjen van Esch	4.29	32e Erik Kempe	6.50
23e Ivo Aarts	4.34	38e Joris van Esch	7.11
24e Roel Brans	4.35	40e Roel van Kampen	7.17
37e Raldo Smulders	5.00		
Meisjes C	1000 mtr.	Jongens B	3000 mtr.
19e Anneloes van Erp	4.47	19e Lennert Asveld	15.23

De 9e Zandboscross te Deurne

We moesten om half 11 op de markt zijn.
Ik kwam er net met de auto aan of we vertrokken al weer.
In Deurne moesten we even wachten tot Cor de startnummers had uitgedeeld. Daarna gingen we inlopen. Het heet niet voor niets Zandboscross, want het is er één en al zand en heuvels. In het begin moest Lieke lopen en daarna ik. Ik liep de hele wedstrijd derde, maar bij de laatste heuvel haalde ik de eerste twee nog in. We moesten toen nog een heel stuk over de paardenrenbaan. Ik was eerste geworden met de tijd 4.06 min. Hierna kwamen de meisjes D. Daar zat niemand van onze club bij. Arjen, Ivo, Raldo en Roel waren als volgende aan de beurt. Geen van vieren viel in de prijzen. Toen was Anneloes aan de beurt. Zij haalde ook geen prijs. Nu waren Erik, Joris en Roel aan de beurt. Zij moesten geen 1000 meter maar 1500 meter lopen. Roel en ik kregen nog een frietje met van ons pap. Daarna moest Lennert nog de 3000 meter lopen. Toen hij klaar was met lopen gingen we naar huis.

geschreven door: Joost
van
Kampen.

--- COPY ---------- COPY ---------- COPY ---

Data voor inlevering copy voor Fortuna Bode in 1993 :

voor uitgave :

van februari..... voor 16 februari
van april..... voor 30 maart
van mei..... voor 11 mei
van juli..... voor 22 juni
van september..... voor 14 september
van november ..... voor 26 oktober
van december ..... voor 7 december

data onder voorbehoud.

Mars m&m's THE CHAMPION TEAM



OFFICIAL SPONSOR TOKYO'91 ALBERTVILLE 92 Barcelona '92

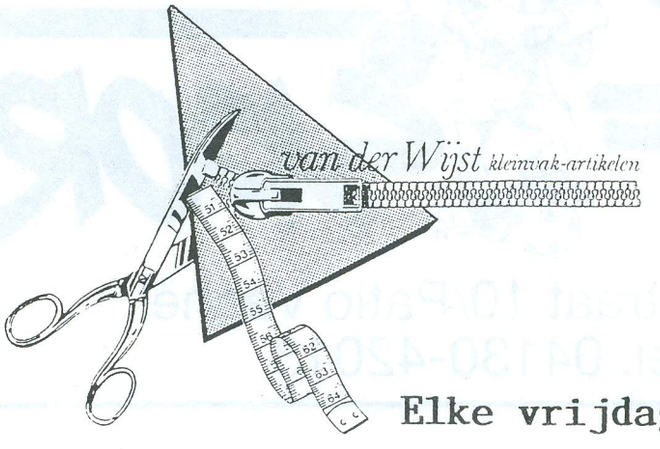
Marinus Merks Montage



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

Keukens en Interieurbouw

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



van der Wijst kleinvak-artikelen

Elke vrijdag op de Rooise markt

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



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 loopspeciaalzaak 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 vind bij ons een kompleet 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.

HYPRO SPORT

Hoofdstraat 10/Patio Veghel
Tel. 04130-42013

WEDSTRIJDUITSLAGEN

Zondag 11 oktober 1992 te Eindhoven

Hans Naterop	1/2 marathon	1.39.06
Frans van Nunen	1/2 marathon	1.52.43

9e Zeven Heuvelenloop Nijmegen-Groesbeek 15 november 1992
15 km.

237e	Tineke van Boxmeer	1.25.42,6	(vr.vet.35 t/m 44 jaar)	totaal 4633e
26e	Nettie Hulsen	1.15.01,4	(vr.vet.45 t/m 54 jaar)	totaal 3451e
39e	Lien Vogels	1.17.35,9	(vr.vet.45 t/m 54 jaar)	totaal 3863e
762e	Frans Rovers	1.02.49,3	(man.sen. t/m 39 jaar)	totaal 1099e
1375e	Ad v.d. Biggelaar	1.08.48,4	(man.sen. t/m 39 jaar)	totaal 2210e
80e	Jos Dekkers	57.07,4	(man.vet.40t/m 49 jaar)	totaal 443e
102e	Henk van Uden	58.35,1	(man.vet.40t/m 49 jaar)	totaal 568e
112e	Cor van Erp	58.50,5	(man.vet.40t/m 49 jaar)	totaal 593e
204e	Fons van Boxmeer	1.01.29,9	(man.vet.40t/m 49 jaar)	totaal 912e
564e	Walter Hagelaars	1.07.56,8	(man.vet.40t/m 49 jaar)	totaal 2024e
709e	Gerard v.d.Wijdeven	1.10.08,0	(man.vet.40t/m 49 jaar)	totaal 2493e
232e	Joep Hulsen	1.18.26,8	(man.vet.50t/m 59 jaar)	totaal 3963e

Warandeloop a.v.ATTILA te Tilburg zondag 29 november 1992

137e	Leo van Kampen	27.40	heren sen.	7800 meter
237e	Jorrit Dekkers	30.37	heren sen.	7800 meter
56e	Jos Dekkers	29.22	heren vet.	7800 meter
121e	Peter Hellings	34.13	herem vet.	7800 meter

9e Zandboscross a.v.LGD te Deurne zondag 6 december 1992

91e	Jorrit Dekkers	41.02	heren sen.	10100 meter
19e	Jos Dekkers	26.58	heren vet.	7200 meter
48e	Peter Hellings	31.47	heren vet.	7200 meter
90e	Cor Verschuyten	32.16	trimloop	7200 meter
114e	Hans Bijsterbosch	33.40	trimloop	7200 meter

LOOPINFORMATIE ... LOOPINFORMATIE ... LOOPINFORMATIE

IN DE AFGELOPEN TIJD HEB IK (henk strik) EEN AANTAL ZAKEN MET BETREKKING OP HET LOOPGEBEUREN VERZAMELD.
ZO BEN IK ONDER ANDEREN IN BEZIT VAN INFORMATIE MET BETREKKING TOT TRAININGSPLANNEN (loopschema's), PRODUKTNIEUWS (schoenen, kleding, etc.), BLESSURES, BEHANDELING VAN BLESSURES, VOEDING, SPORTKEURINGEN, OPLEIDINGEN ..... DIE IK GROTENDEELS UIT BLADEN ALS RUNNERSWORLD, RUNNERS, ATLETIEKWERELD HEB GEHAALD.
VERDER HEB IK UIT DE DIVERSEN FORTUNABODES INFORMATIEVE STUKKEN EN AKTIVITEITEN VAN FORTUNA'67 VERZAMELD (blessurespreventie, eten en drinken, klubaktiviteiten, wedstrijduitslagen etc.).
VOOR DIEGENEN DIE OOIT IETS MEER WILLEN WETEN OVER HET EEN OF ANDER KUNNEN MET MIJ HIEROVER KONTAKT OPNEMEN.

groetjes henk.

Rooise trimcompetitie 1992/1993

Tussenstand Heren 5 km. (na 3 wedstrijden)

		18-10	22-11	20-12	17-01	28-02	TOTAAL
1	Leo van Kampen	17,07	16,48	16,55			50,50
2	Pim v.d. Wijst	17,39	17,27	17,23			52,29
3	Jos Dekkers	18,09	18,08	18,24			54,41
4	Mari v.d. Wijst	19,42	19,22	18,58			58,02
5	Fons van Boxmeer	19,39	19,39	19,05			58,23
6	Cor van Erp	19,00	19,33	20,22			58,55
7	Joep Dekkers	20,42	20,47	20,56			1.02,25
8	Cor Verschuyten	21,09	21,05	21,12			1.03,26
9	Rien Habraken	21,08	21,30	21,07			1.03,45
10	Ties Brans	21,55	21,13	20,44			1.03,52
11	Cor Ulehake	22,15	21,10	20,29			1.03,54
12.	Piet van Engeland	21,39	22,08	22,08			1.05,55
13	Rene v.d. Heuvel	22,00	22,24	22,48			1.07,12
14	Joep Hulsen	23,55	23,45	22,57			1.10,37
15	Ad Peeters	25,11	23,58	24,16			1.13,25
16	Bert Geeven	27,32	26,02	26,08			1.19,42
	Toine van Erp	16,56	0,00	17,00			
	Jorrit Dekkers	18,32	0,00	17,56			
	Henk van Uden	0,00	18,35	18,46			
	Mari van Houtum	18,52	0,00	18,48			
	Nico Schilder	19,17	18,51	0,00			
	Bas Tielemans	0,00	18,31	20,42			
	Walter Hagelaars	20,08	19,58	0,00			
	Gerard vd Biggelaar	0,00	20,20	20,16			
	Tom Berkhof	19,52	20,50	0,00			
	Evert Brouwers	21,06	20,09	0,00			
	Frans Rovers	0,00	20,34	20,46			
	Henk Heijmans	0,00	21,25	20,55			
	Jeffery Janssen	0,00	21,56	20,59			
	Ton Konneman	21,04	0,00	22,18			
	Hans Naterop	21,26	22,26	0,00			
	Simon Lavrijssen	0,00	22,13	21,48			
	Huub v.d. Schoot	22,10	23,32	0,00			
	Johan Stehmann	24,05	23,59	0,00			
	Karel v.d. Boom	25,48	26,06	0,00			
	Karel Verberk	0,00	27,18	27,43			
	Jan v.d. Schoot	17,21	0,00	0,00			
	George Zoontjens	0,00	18,22	0,00			
	Henk Strik	18,49	0,00	0,00			
	Thijs Dekkers	20,01	0,00	0,00			
	Hans Verbruggen	0,00	20,21	0,00			
	Ronnie van Kampen	20,49	0,00	0,00			
	Marie Smits	0,00	0,00	20,53			
	Eddy Gevers	0,00	0,00	20,54			
	Rinus Pennings	20,55	0,00	0,00			
	Nico Jonker	0,00	0,00	21,01			
	Kees Treuren	21,07	0,00	0,00			
	Arno Sanders	0,00	21,23	0,00			
	Peter Hellings	0,00	21,42	0,00			
	Adrie v.d. Wijdeven	21,59	0,00	0,00			
	Ad van Rooy	0,00	22,04	0,00			
	Hans Bijsterbosch	0,00	23,04	0,00			
	Joris van Esch	23,31	0,00	0,00			





Rooise trimcompetitie 1992/1993

Tussenstand Dames 5 km. (na 3 wedstrijden)

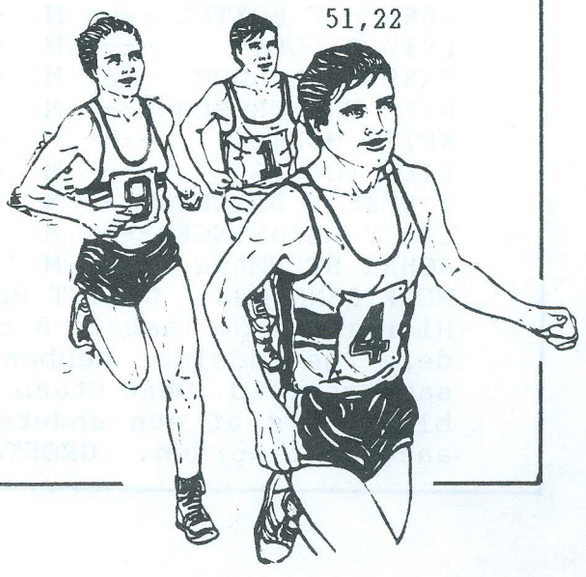
		18-10	22-11	20-12	17-01	28-02	TOTAAL
1	Gerrie v.d. Vleuten	23,02	23,08	23,12			1.09,22
2	Netty Hulsen	23,06	23,50	23,27			1.10,23
3	Sjan Kerkhof	24,28	25,23	24,20			1.14,11
4	Isa v. Heijningen	25,12	24,42	24,23			1.14,17
5	Maria van Kampen	26,27	24,30	25,23			1.16,20
6	Els van Aarle	26,55	26,08	26,14			1.19,17
7	Tineke van Boxmeer	27,31	26,57	26,52			1.21,20
8	Fien Asveld	27,15	28,20	26,09			1.21,44
9	Betsie Smulders	30,18	30,31	29,44			1.30,33
	Lies Brans	25,09	0,00	23,22			
	Nicolien Schoones	0,00	26,11	25,54			
	Marian Latijnhouwers	26,27	27,17	0,00			
	Alda van Eert	0,00	28,32	27,38			
	Lien Vogels	24,20	0,00	0,00			
	Trees Minneboo	0,00	0,00	26,08			

Tussenstand Dames 3 km. (na 3 wedstrijden)

		18-10	22-11	20-12	17-01	28-02	TOTAAL
1	Hetty Peeters	15,46	16,34	16,23			48,43
	Lies Brans	0,00	14,12	0,00			
	Wieteke Kuipers	0,00	0,00	14,45			
	Carla Arts	0,00	0,00	15,00			
	Jeay v.d. Wijst	0,00	0,00	15,58			

Tussenstand Heren 3 km. (na 3 wedstrijden)

		18-10	22-11	20-12	17-01	28-02	TOTAAL
1	Joost van Kampen	12,39	12,24	12,22			37,25
2	Roel Brans	13,08	13,21	13,34			40,03
3	Antoon Asveld	18,27	17,07	15,48			51,22
	Erik Kempe	13,18	0,00	12,45			
	Arjen van Esch	16,34	0,00	19,04			
	Rob Vogels	0,00	0,00	15,02			
	Lennert Asveld	0,00	0,00	15,22			
	Ivo Aarts	0,00	15,22	0,00			
	Ad de Haan	0,00	0,00	15,22			
	Roel van Kampen	15,23	0,00	0,00			



COOPERTEST 1992 FORTUNA LOOPGROEP 1

	25 MRT	4 MEI	1 JUNI	7 SEPT	5 OKT	14 DEC
TOINE V ERP	---- M	3775 M	---- M	3700 M	3600 M	3580 M
LEO V KAMPEN	---- M	---- M	3615 M	3700 M	3500 M	3690 M
JORRIT DEKKERS	3500 M	3425 M	3635 M	3520 M	3450 M	3300 M
JOS DEKKERS	3490 M	3500 M	3380 M	3550 M	3240 M	3450 M
GEORGE ZOONTJENS	---- M	3400 M	3340 M	3500 M	3400 M	---- M
BAS TIELEMANS	3400 M	3525 M	3660 M	3200 M	3450 M	---- M
ADRIE V/D BRAND	3375 M	---- M	3450 M	3380 M	---- M	---- M
MART V HEESWIJK	3375 M	---- M	---- M	---- M	3150 M	3260 M
HENK V UDEN	3400 M	---- M	3365 M	3420 M	3170 M	3325 M
MARIE V HOUTUM	3250 M	3350 M	3335 M	3420 M	2750 M	3275 M
JOS V/D WIJST	---- M	---- M	---- M	3350 M	---- M	---- M
FONS V BOXMEER	3250 M	3320 M	3340 M	3300 M	3170 M	3275 M
WALTER HAGELAARS	3150 M	---- M	3290 M	3250 M	3220 M	3240 M
ARNO SANDERS	---- M	---- M	---- M	3300 M	3240 M	3100 M
HENRY WIJFELAARS	---- M	---- M	---- M	3100 M	3125 M	3030 M
PETER HELLINGS	---- M	3170 M	3160 M	3160 M	3140 M	2950 M
AD V ROOIJ	3100 M	3100 M	2940 M	3150 M	3125 M	3100 M
THEO V/D EERDEN	3075 M	3199 M	3250 M	3300 M	3175 M	---- M
FRANS ROVERS	1600 M	3201 M	---- M	3160 M	3160 M	3200 M
ADRIE VD WIJDEVE	---- M	3150 M	3110 M	3000 M	3050 M	---- M
GERARD VD WIJDEV	---- M	3050 M	3080 M	---- M	3130 M	---- M
HANS NATEROP	2935 M	3070 M	---- M	3050 M	3080 M	3025 M
HENK HEYMANS	2775 M	3030 M	2940 M	3110 M	3110 M	3040 M
NICO SCHILDER	---- M	---- M	3330 M	---- M	---- M	---- M
HARRIJ HENDRIKS	---- M	---- M	---- M	---- M	3350 M	3400 M

PIM V/D WIJST MARIE V/D WIJST PAUL MAUSSEN JACK D PUNDER

GROEP 2

	25 MRT	4 MEI	1 JUNI	7 SEPT	5 OKT	14 DEC
HENK STRIK	3400 M	---- M	---- M	---- M	---- M	---- M
PETER RENDERS	---- M	---- M	---- M	3440 M	---- M	3200 M
RONNIE V KAMPEN	---- M	---- M	---- M	3120 M	3220 M	---- M
COR VERSCHUIJTEN	---- M	---- M	2840 M	2975 M	2950 M	2950 M
THYS DEKKERS	3260 M	3275 M	3370 M	---- M	---- M	---- M
RUUD V/D LAAR	3280 M	--- M	3325 M	3300 M	---- M	---- M
HUUB V/D SCHOOT	3000 M	3000 M	3090 M	2925 M	---- M	2800 M
RENE V/D HEUVEL	---- M	3060 M	3065 M	3100 M	3075 M	3030 M
AD V/D BIGGELAAR	---- M	3075 M	---- M	---- M	---- M	---- M
JOEP DEKKERS	---- M	---- M	---- M	3175 M	---- M	---- M
HAN BOUWMANS	3065 M	3170 M	---- M	3175 M	---- M	---- M
AD KELDERS	2900 M	3030 M	---- M	3000 M	3040 M	2755 M
SIMON LAVRIJSSEN	2850 M	2900 M	2980 M	3030 M	---- M	3030 M
PIET V ENGELAND	2925 M	---- M	---- M	2930 M	2900 M	2900 M
KEES TREUREN	---- M	3100 M	---- M	2950 M	2950 M	---- M
GERARD V BOXTEL	---- M	---- M	---- M	2775 M	2850 M	---- M
ERIK DILLEN	---- M	---- M	---- M	2850 M	2800 M	2725 M
CAREL V/D BOOM	---- M	---- M	---- M	2525 M	2750 M	2800 M
RIEN VD EERTWEGH	---- M	---- M	---- M	2800 M	2775 M	---- M
NETTY HULSEN	---- M	---- M	---- M	2725 M	2610 M	2710 M
LIEN VOGELS	---- M	---- M	---- M	2600 M	2610 M	2525 M
TINEKE V BOXMEER	---- M	---- M	---- M	2400 M	2400 M	2500 M
ISA V HEIJNINGEN	---- M	---- M	---- M	---- M	2550 M	2550 M
JOHAN STEHMANN	---- M	---- M	---- M	---- M	2750 M	2795 M

HENK PENNINGS CHRIST HENDRIKS WILLY KONINGS PAUL V/D WIEL

Hier staan de laatste 6 coopertest gegevens van 1992. Op basis van deze gemiddelde hebben ondergetekenden de groepen 1 en 2 samengesteld. Deze staan vast tot 1 JULI 1993 en kunnen alleen door blessure's of een andere goede reden in overleg met de trainers aangepast worden. GROETJES VAN GEORGE ZOONTJENS EN HENK STRIK.

Coopertest 1992

groep 3 + 4	okt.	dec.
Betsie Smulders	2050	2150
Ad de Haan	2450	2200
Jolanda v.Boxmeer	----	2150
Gerard v.d.Biggelaar	----	3125
Rinus Pennings	3200	3150
Cor van Erp	3300	3125
Antoon Asveld	2050	1750
Lennert Asveld	2500	1750
Mari Smits	2750	2975
Wim Groot Kormelink	----	2925
Hans Bijsterbosch	2600	2825
Ton Konneman	2850	2800
Fien Asveld	2500	2410
Els van Aarle	2450	2350
Sjan Kerkhof	2650	2650
Tonny van Erp	2450	2400
Karel Verberk	2500	2440
Marian Latijnhouwers	----	2480
Trees Minneboo	2550	2475
Nicolien Schoones	2650	2500
Bert Geeven	2600	2500
Lies Brans	2650	2650
Alda van Eert	2400	2350
Carlo Klercx	2150	----
Michel v.d. Ven	2850	----



ZIN EN ONZIN VAN HET GEBRUIK VAN SPORTDRANKEN

Inleiding

Het is wetenschappelijk bewezen dat uitdroging (een verlies dan meer dan 2 procent van het lichaamsgewicht aan vocht) een duidelijke vermindering van het prestatie-vermogen veroorzaakt.

Daarnaast is bekend een koolhydraat-tekort eveneens een vermindering van de sportprestatie kan opleveren. Bij een (duur-)inspnning leveren koolhydraten namelijk "snelle energie". Als er geen koolhydraten voorradig zijn, heeft het lichaam alleen nog de beschikking over een "langzame" energie-bron in de vorm van de verbranding van vet(-zuren). Dat betekent echter wel dat de intensiteit van de sportbeoefening omlaag zal gaan.

Wat zijn eigenlijk koolhydraten? Koolhydraten zijn een onderdeel van onze voeding. Ze zitten vooral in meelspijzen, maar zijn er ook in een oplosbare vorm (b.v. glucose of sacherose). In de spier en de lever worden deze koolhydraten omgezet in glycogeen. De grootte van glycogeen-reserves wordt beïnvloed door de omvang en intensiteit van inspanning die geleverd werd in de voorafgaande 2-3 dagen en de koolhydraat-rijkheid van de voeding. Als de reserves van (spier- en lever-)glycogeen goed aangevuld zijn, kan daaruit voldoende energie gelevert worden voor zo'n 90 minuten inspanning tijdens een intensieve duurloop of wedstrijdloop. Aanvulling van koolhydraten tijdens een langer durende, intensieve inspanning kan dus een voordeel opleveren.

Of een tekort aan vocht, dan wel een tekort aan koolhydraten de beperkende factor vormt voor de sportprestatie, is afhankelijk van vele omstandigheden. Dat hangt ondermeer af van het type, intensiteit en duur van de inspanning, de fysiologische (lichamelijke) reactie van de sporter en van het klimaat. Helaas is het dus niet zo dat één drank en één patroon van inname ideaal is voor alle sporters onder alle omstandigheden. Iedere sporter zal voor zichzelf moeten ontdekken welke drank en in welke hoeveelheid voor hem of haar het beste voldoet in de verschillende omstandigheden. Dit zal dus tijdens de trainingen geoefend moeten worden!
Als (heel) algemene richtlijn kan worden gegeven:
- Drink zo'n ¼-½ uur voor aanvang van de duurinspanning ongeveer 500 ml.
- Drink ieder kwartier of om de 5 kilometer 150-200 ml.
- Zorg ervoor dat de drank die je drinkt koel is (zo'n 12-15 graden celcius).

Samenstelling sportdrank

Het is bekend dat een toename van de suikerconcentratie in een oplossing de maagontlediging, ook tijdens sportbeoefening, vertraagt. Pas nadat de drank de maag heeft gepaseerd, kan absorbtie van vocht en van de meeste nutrienten in de darm plaatsvinden.
Als er rekening mee gehouden moet worden dat vochtverlies de belangrijkste factor zal zijn die tot een prestatie vermindering leidt, is het aan te raden een minder geconcentreerde koolhydraat-drank te nemen. Als het daarentegen aannemelijk is dat een tekort aan koolhydraten de prestatievermindernde factor zal kunnen zijn, zal de drank juist meer koolhydraten moeten bevatten.



De concentratie van de sportdrank wordt uitgedrukt in "osmolariteit". Deze "deeltjesdichtheid" wordt bepaald door de concentratie en soort van koolhydraten en zouten. Als de gedronken drank net zoveel deeltjes bevat als bloed, noemt men de drank "iso-toon". Een drank die minder deeltjes bevat wordt "hypotoon" genoemd, terwijl een drank dier (veel) meer opgeloste deeltjes bevat, "hyper-toon" genoemd wordt.

Vaak komen tijdens duursport gebrek aan koolhydraten en vochtttekort allebei voor. Maar zelfs wanneer er alleen een behoefte aan vocht is, is het verstandig een (hypo-tone) drank te nemen die wat koolhydraten en zouten bevat, omdat er bewezen is dat dit de opname van vocht in de darm versneld.

Maag- en darmklachten

Je hoort vaak sporters zeggen dat ze door drinken tijdens inspanning maag- en darmklachten krijgen. Uit onderzoek is echter gebleken dat maag- en darmklachten juist vaker optreden bij sporters die te weinig gedronken hebben en dus uitgedroogd zijn. Naar alle waarschijnlijkhied zijn deze sporters al uitgedroogd voordat zij met drinken beginnen. Het is bekend dat juist in een uitgedroogde toestand de normale spijsvertering en maagontlediging verstoren kunnen raken en tot maag- en darmstoornissen aanleiding kunnen geven. Juist doordat de maagontlediging tijdens uitdroging vertraagd is, blijft de drank langer in de maag en zal daar aanleiding kunnen geven tot "klotsen" en een vol gevoel. Als er eenmaal sprake is van uitdroging is het zeer moeilijk om tijdesn de inspanning nog voldoende vocht binnen te krijgen om deze toestand weer ongedaan te krijgen.

Maag- en darmklachten worden niet altijd door uitdroging veroorzaakt. Deze klachten kunnen bijvoorbeeld ook ontstaan door het drinken van sterk hypertone drank.

Kan er teveel gedronken worden?

Vaak lukt het niet helemaal om het vochttekort aan te vullen. Dat is ook niet erg als het vochtverlies beperkt blijft tot minder dan 2 procent van het lichaamsgewicht.
Als er alleen water gedronken wordt, kan het bij zeer lange duurinspanning wel voorkomen, dat het lichaam te weinig zouten binnen krijgt met het drinken. De sportvoedingsdranken die in de handel zijn, bevatten allen voldoende zouten.

Conclusie

* Een drank waar een weinig koolhydraten en zouten in opgelost zijn, verbeterd de vochtopname in de darmen.
* Een drank waar teveel (sterk hypertoon) koolhydraten en zouten in zijn opgelost, kan maag- en darmstoornissen veroorzaken.
* Afhankelijk van zweetverliezen en de intensiteit en duur van inspanning kan het nemen van sportvoedingsdranken (direct voor en) tijdens de inspanning de prestatie verbeteren.

OVERZICHT WEDSTRIJDEN EN TRIMLOPEN IN DE REGIO

Zondag 10 januari "'t JASPER SPORT" te Someren
Donkcross Volkscross aanvang 11.00 uur
7660 - 5770 - 3880 of 1990 meter
K.N.A.U.wedstrijd Sen./Vet. 10550 mtr. " 14.45 "

Zondag 10 januari "G.V.A.C." te Veldhoven
trimloop 18 - 12 - 6 - 4 km. aanvang 10.30 uur

Zondag 10 januari "S.V. CONDITIO" te Best
trimloop 6,5 - 3,2 km. aanv.v.a.11.00 uur

Zondag 10 januari "DE KEIEN" te Uden
Berenkuilcross trimloop 1525 m = 1 ronde
tot 6 ronde = 9150 meter aanvang 12.15 uur

Zondag 17 januari "FORTUNA '67" te Sint-Oedenrode
Rooise trimcompetitie aanvang 11.00 uur

Zondag 17 januari "A.V.V." te Valkenswaard
trimloop 12 - 9 - 6 - 3 - 1 km. aanv.v.a.10.45 uur

Zondag 17 januari "GEMERTSE ATLETIEK CLUB" te Gemert
Commanderije cross
trimloop 9 -7,2 -5,4 -3,6 -1,8 km. aanvang 11.00 uur
K.N.A.U.wedstrijd Sen.+ Vet. 10,8 km. " 14.20 "

Zaterdag 23 januari "A.V.GENERAAL MICHAELIS" te Best
Goed Beter Best Loop
wedstrijd + trimloop 21 -9,6 -3,9 km.aanvang 11.00 uur

Zondag 24 januari "G.V.A.C." te Veldhoven
trimloop 18 - 12 - 6 - 4 km. aanvang 10.30 uur

Zondag 24 januari "TRIATHLONVER.OLYMPUS" te Sint-Antonis
Hoefloop 10 - 5 - 2,5 km. aanv.v.a. 9.55 uur

Zondag 7 februari "A.V.R.'69" te Reusel
18e Kempische trimcomp. 5,7-11,4 km.aanv.v.a.11.00 uur

Zondag 7 februari "DE KEIEN" te Uden
De Profil cross trimloop 1-2-3 of 4 ronde
max. 8800 meter aanvang 12.10 uur
K.N.A.U.wedstrijd Sen./Vet. 10.860 mtr. " 14.30 "

Zondag 14 februari "GENERAAL MICHAELIS" te Best
36e Joe Mann bosloop
trimloop 2700 - 5400 - 8100 meter aanvang 11.00 uur
K.N.A.U.wedstrijd Vet. 9280 meter " 14.30 "
Sen. 12060 meter " 15.10 "

Zondag 14 februari "K.P.J." te Someren-Heide
Boxenbergcross aanv.v.a.13.10 uur
10 - 4 - 4,5 - 2,5 - 4,5 - 2 - 1,5 - 1 km.

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

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

Zaterdag 20 februari "A.V.V." te Valkenswaard
Carnavalscross trimloop 3,2 - 6,9 km. aanvang 11.11 uur
K.N.A.U.wedstrijd sen. 11255 meter " 14.45 "

Zaterdag 20 februari "VV OSC'45" te 's-Hertogenbosch
Orthense Halve Marathon aanvang 13.00 uur
21 - 15 - 12 - 8 - 3,5 km.

Zaterdag 20 februari "TILBURG ROAD RUNNERS" te Tilburg
7e Kruikenloop wedstrijd 20 km. aanvang 11.11 uur
trimloop 20-13,3-6,6-3-2-1 km. " 11.11 "

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

Zaterdag 27 februari "D.E.S." te Eersel
14e Halve Marathon 21,1-10-5,4 km aanvang 11.00 uur

Zondag 28 februari "FORTUNA '67" te Sint-Oedenrode
Rooise trimcompetitie aanvang 11.00 uur
Na afloop prijsuitreiking

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

Zondag 28 februari "A.V. OSS'78" te Oss
Henk Broerenloop 15 km. wedstrijd aanvang ?

Zondag 7 maart "D.A.K." te Drunen
Rond De Duinen 1/2 Marathon aanvang 10.30 uur
21,95 - 9,6 - 6,6 - 3,4 km.

Zondag 7 maart "A.V.V." te Valkenswaard
18e Kempische trimcomp. 12 - 6 km. aanv.v.a.11.00 uur

Zondag 14 maart "ACHIL '87" te Hilvarenbeek
Tijdloop 10 - 2 km. aanv.v.a.10.00 uur

Zondag 14 maart "A.V. ATTILA" te Tilburg
Dertig van Tilburg 30-15-8-1 km. aanv.v.a.12.00 uur

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

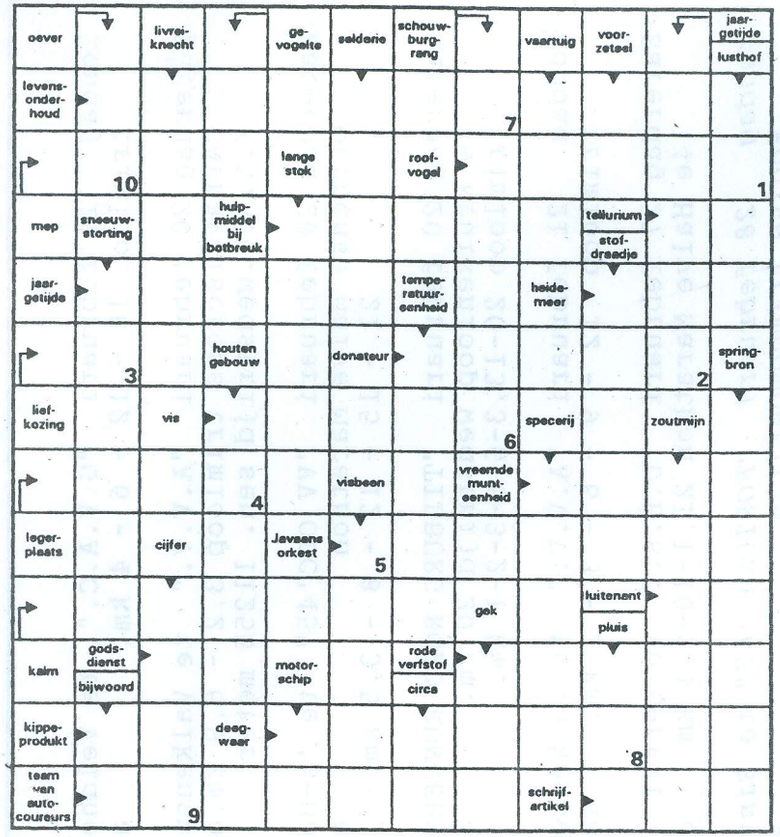
Zondag 14 maart "S.V. CONDITIO" te Best
Trimloop 6,5 - 3,2 km. aanv.v.a.11.00 uur

Zondag 14 maart "DE KEIEN" te Uden
Bedafcross trimloop 1485 m = 1 ronde
tot 6 ronde = 8920 meter aanvang 12.15 uur

Zaterdag 20 maart "G.V.A.C." te Veldhoven
Halve Marathon 21,1-16-10,9-5,7 km. aanvang 11.00 uur

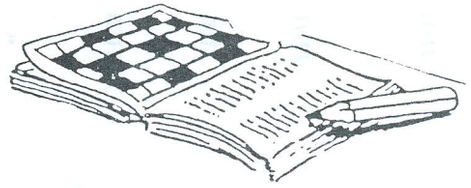
Zondag 21 maart "S.V. FORTUNA '67" te Sint-Oedenrode
Fortunacross trimloop 9 - 6 - 3 km. aanvang 10.30 uur
K.N.A.U.wedstrijden " 11.30 "

PUZZEL MEE

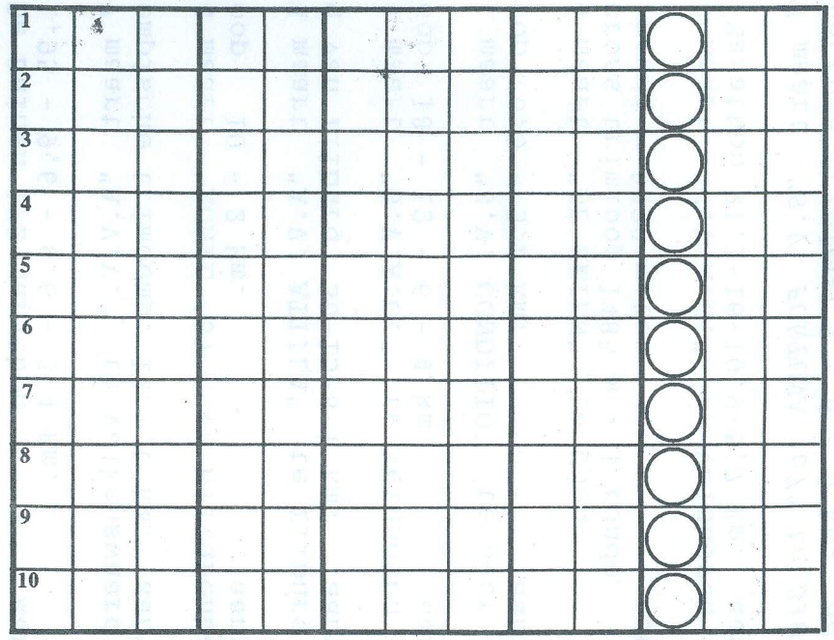


Zweeds Raadsel

Na invulling van dit zweeds raadsel ontstaat op de nummers 1 tot en met 10 een woord.



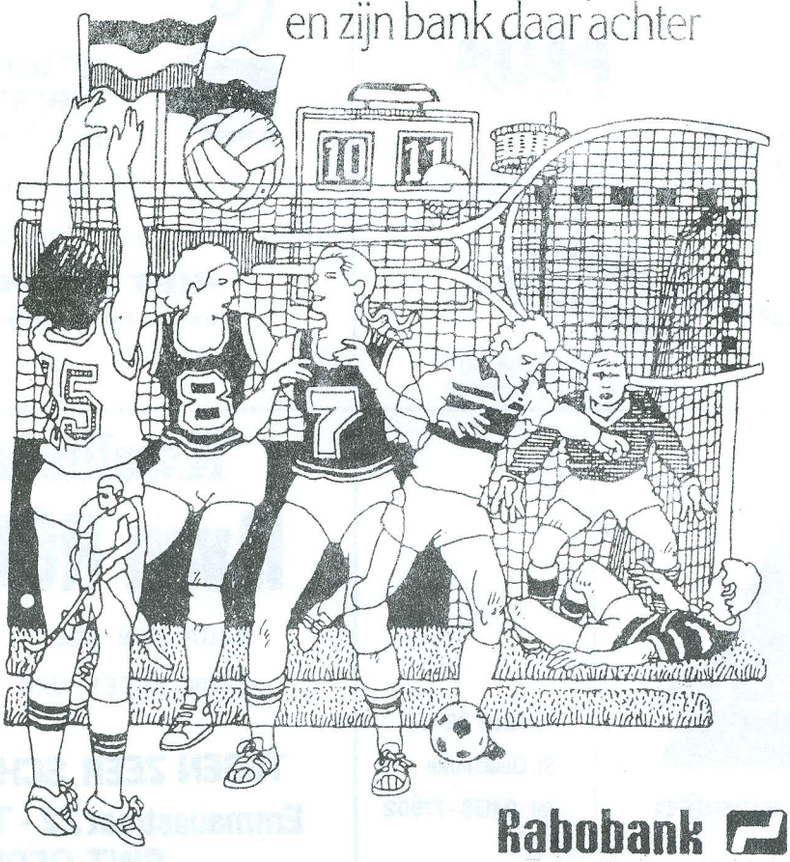
Doorloper



Wanneer u op elke regel drie woorden van resp. 5, 7, en 5 letters invult, waarbij de laatste 2 letters van een woord de eerste 2 letters zijn van het volgende woord, dan ontstaat in de cirkeltjes de naam van een stuk speelgoed.
Voorbeeld: zou de omschrijving luiden: "flink - irriteren - hemelgeest", dan moet u invullen "stoer - ergeren - engel", oftewel "stoergerengel".

1. korting - hfdst. v. Georgia - vloerkleed
2. deel v.d. voet - gelijk maken - bovenmatig
3. schok - treurspel (Shakespeare) - schaakstuk
4. lichte houtsoort - grasvlakte - koninkrijk in Z.-Himalaja
5. kleur - voortdurend - vertegenwoordiger
6. grote spoed - contactstop - jongensnaam
7. heldere - herhalend vers - kleine baai
8. rond sieraad - en ook - zedelijk goed
9. tegenslag - staat in Z.-Am. - sterrenbeeld
10. oogvocht - stad a.d. Midd. Zee - opstel

De mens, zijn sport
en zijn bank daar achter

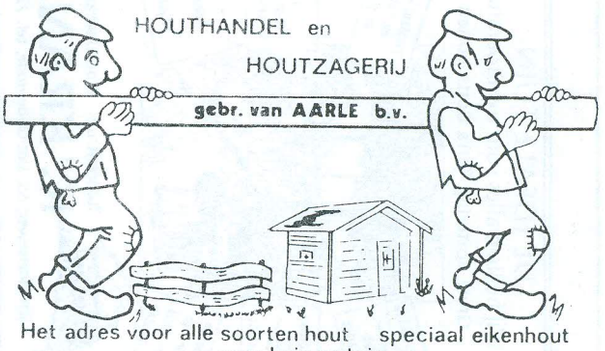


Rabobank
St.Oedenrode

Installatiebedrijf
P. VOSS B.V.

Baderie:
Nieuwstraat 50a
5691 AD Son
Tel. 04990-75648

Kantoor-werkplaats
en
Showroom:
Industrieweg 11
5492 NG Sint-Oedenrode
Tel. 04138-72184-72925



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

Bouwmarkt Forum

PLUS DOE HET ZELF MARKT KLUS



BOUWMATERIALEN - KEUKENS - HOUT EN MACHINAAL 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, Pontiac
Longines, Bouchard, Flik Flak

PIET SPANJERS
GOUD- EN ZILVERSMID

Heuvel 34
Sint-Oedenrode

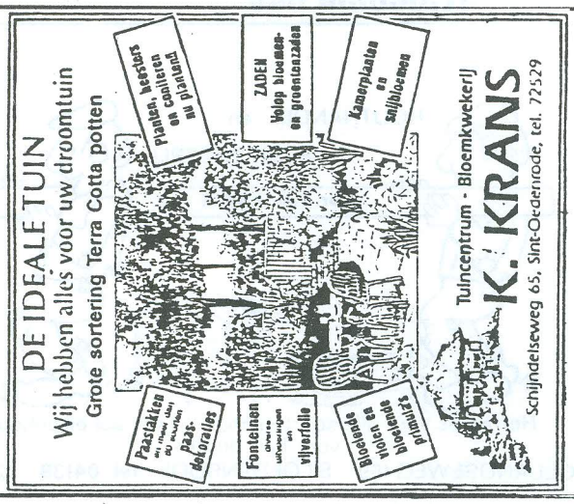
VAN BEECK
stomen en wassen

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



Specialiteit: RVS schoorsteenkappen

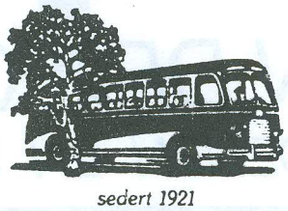
LAS MECON

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

---

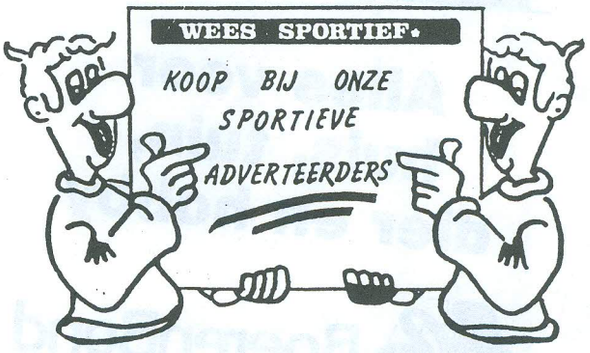
van Hoof SINT-OEDENRODE

Het Autobusbedrijf waar U
het best mee UIT bent

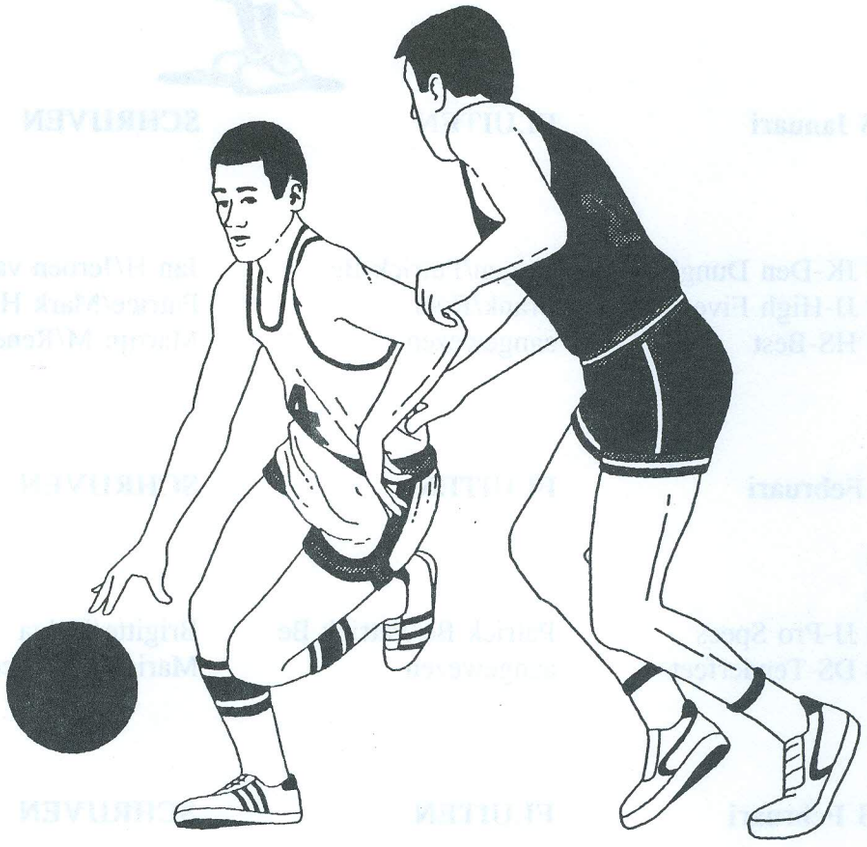


sedert 1921

Gr. Doelenlaan 16-18 Tel: 04138-72545



BASKETBAL





V E R J A A R D A G E N

J A N U A R I :

01-01-'80	Gui Raaimakers	GM
09-01-'65	Paul v/d Vleuten	HS
19-01-'80	Anke de Koning	GM
26-01-'80	Erik Schuring	JP
28-01-'63	Miek v/d Ven	DR

F E B R U A R I :

06-02-'54	Cees Janssen	HR
18-02-'81	Carlos Beuzel	GM
24-02-'53	Joke v/d Rijt	DS
24-02-'71	Fridi Schijndel	DS



* * * * * * * * * * * *

WERKLIJST

* * * * * * * * * * * *

Zaterdag 23 Januari	**FLUITEN**	**SCHRIJVEN**
16.00-17.00		
17.00-18.00		
18.00-19.00 JK-Den Dungk	Jurgen/Patrick Be.	Jan H/Jeroen van O
19.00-20.30 JJ-High Five	Frank/Roel	Patrice/Mark H
20.30-22.00 HS-Best	aangewezen	Martijn M/René de G

Zaterdag 6 Februari	**FLUITEN**	**SCHRIJVEN**
16.00-17.00		
17.00-18.00		
18.00-19.00 JJ-Pro Specs	Patrick Bo/Patrick Be	Brigitte/Helga
19.00-20.30 DS-Tenderfeet	aangewezen	Marianne/Marcel/Jan H

Zaterdag 13 Februari	**FLUITEN**	**SCHRIJVEN**
14.00-15.00		
15.00-16.00		
16.00-17.00		
17.00-18.00 JK-Best	Chris/Frank	Iwan/Jeroen van O
18.00-19.00 JJ-Schijndel	Paul/Roel	Ramon/Rob P
19.00-20.30 DS-Break	aangewezen	Bennie/René de G/Martijn M
20.30-22.00 HS-Jink/van Hooft	aangewezen	Ine/Wilma

ATTENTIE ATTENTIE ATTENTIE ATTENTIE ATTENTIE ATTENTIE ATTENTIE

Op het moment van het maken van deze werklijst waren de wedstrijden van de jongens pass., de meisjes pass. en de gemengde mini's nog niet bekend.
Deze worden op de werklijst in de sportzaal zo spoedig mogelijk aangevuld.
Dus: **Kijk elke week op de werklijst in de sportzaal!**
Je voorkomt zo boetes voor het niet op komen dagen.

Alvast bedankt,
groetjes Marianne.

* *

REDACTIE

* *

Hallo iedereen,

Ik hoop dat jullie allemaal een fijne jaarwisseling hebben gehad. Ikzelf heb me wel kunnen vermaken in de rooise kroegen, waar ik trouwens veel basketballers zag.

We hebben nu voor het eerst twee "pennen van..." De twee van deze maand kregen van mij een lijstje die ze zo goed mogelijk moesten invullen. Daarbij hebben ze zoals het hoort ieder een duidelijke foto ingeleverd. (die krijgen ze weer terug)

Deze keer zit de fortunabode weer lekker vol, er zit in;

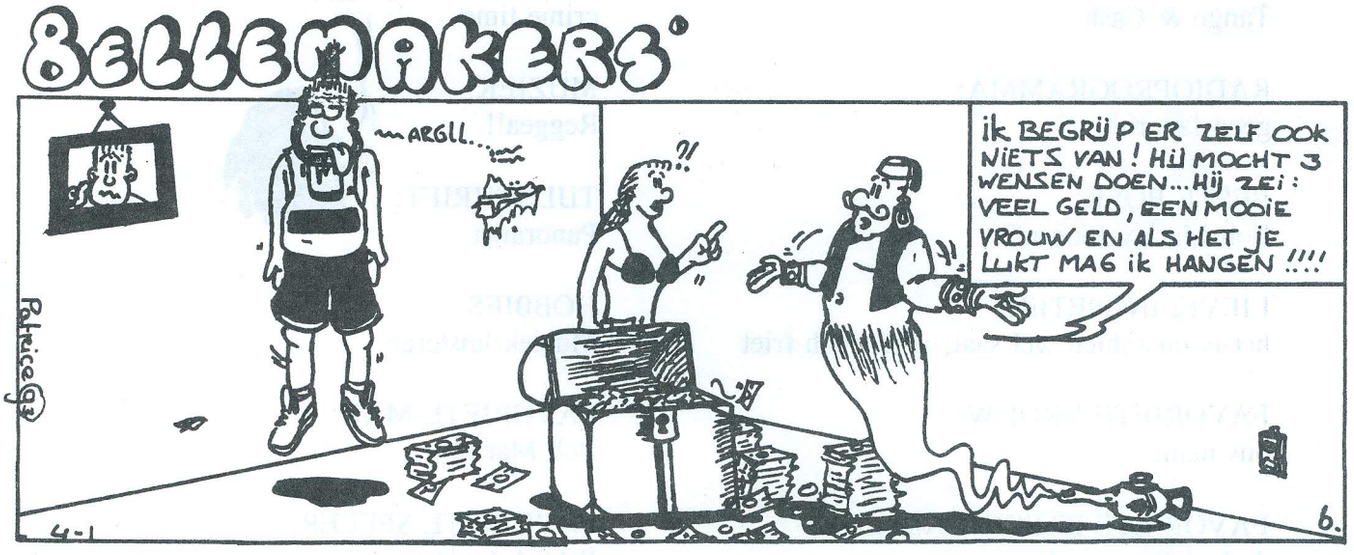
-VERJAARDAGEN
-WERKLIJST
-REDACTIE/STRIP/INFO CURSUS
-DE PEN VAN MARK
-WOORD VAN DE VOORZITTER
-BASKETBALBLESSURES
-VERVOLG BLESSURES
-STUKJE PATRICK BEL/STRIP
-TEST UW KENNIS 1
-OPLOSSINGEN
-DE PEN VAN NEELTJE
-THE LEGEND 1
-NBA NIEUWS
-TUSSENSTANDEN

De "pennen van..." en andere stukjes en goeie moppen bij mij inleveren vòòr:

-> **ZONDAG 14 FEBRUARI** <-

Tot ziens in de sporthal of misschien op het ijs bij ons kraampje op de Kienehoef.

< **Patrick Botter** >



* *

INFORMATIE SCHEIDSRECHTERSCURSUS

* *

Na een mislukte poging om onze oudste leden (16 jaar en ouder) die nog geen scheidsrechtersdiploma in het bezit hebben, in november '92 de F-cursus te laten volgen, heb ik nu goed nieuws. Jullie mogen de volgende data alvast in je agenda noteren en vrijhouden voor deze korte cursus.

Donderdag 21 januari, Maandag 25 jan., Donderdag 28 jan. en Maandag 1 februari.

Hopelijk vindt de cursus in St-Oedenrode plaats, maar daar heb ik nu nog geen zekerheid over. Jullie horen dat zo spoedig mogelijk persoonlijk.

Groetjes Marianne.

de pen van...



NAAM:
Mark Botter

TEAM:
jongens kadetten

GEBOORTEDATUM:
18 december 1976

GEBOORTEPLAATS:
Eindhoven

HOE LANG AL BIJ BASKETBAL:
ongeveer vijf jaar

HIERVOOR NOG ANDERE SPORTEN:
voetbal en tafeltennis

SCHOOL/WERK:
mavo skinle

TRAININGEN:
fijn/afwisselend

BESTE FILM:
Tango & Cash

BESTE TV-PROGRAMMA:
crime time

RADIOPROGRAMMA:
geen favoriet

MUZIEK:
Reggea!!



BESTE BOEK:
Bob Marley Biografie

TIJDSCHRIFT:
Panorama

LIEVELINGSETEN:
het is misschien wel saai, maar toch friet

HOBBIES:
Muziek luisteren

FAVORIETE VROUW:
ons mam

FAVORIETE MAN:
Bob Marley

FAVORIETE BASKETBALTEAM:
de kadetten van Fortuna

FAVORIETE SPELER:
Patrick Ewing

HEKEL AAN:
haasten

GROOTSTE BLUNDER:
moet nog komen denk ik

GEVOELIG VOOR:
goede raad

VAKANTIEBESTEMMING:
Frankrijk

HUIS-/LIEVELINGSDIER:
dwergpapagaai

DROOM VAN:
een reis naar Jamaica

FIJNE VAN BASKETBAL:
het is een teamsport

MINDER FIJN AAN BASKETBAL:
sprintjes trekken

VOLGENDE PEN NAAR:
Jan Hendriks

VAN DE:
jongens junioren

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. 04138-74860.

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

HARLEKIJN

Winkelcentrum KIENEHOEF

Tel.: 77034

UW KANTOOR VOOR:
***VERZEKERINGEN *FINANCIERINGEN**
***HYPOTHEKEN *PENSIOENEN**
***NMS SPAARAGENTSCHAP**

MOTORVERZEKERINGEN

Bekijkt u eens onze uiterst lage premies
met extra voordelen:
- vrouwenkorting
- geen winterstop
- geen no-claimverlies bij diefstal
- internationale rechtsservice
- geen eigen risico bij diefstal
als de motor gestalt staat

Inhoud	W.A.	Oorspr. cat. pr.	Extra dekking	Casco
125 CC	51,00	5000,00	38,00	295,00
250 CC	55,00	7000,00	53,00	415,00
350 CC	59,00	8000,00	60,00	475,00
500 CC	69,00	10.000,00	75,00	565,00
750 CC	75,00	12.000,00	90,00	655,00
1000 CC	79,00	15.000,00	113,00	907,00

***Premiebetaling per maand mogelijk zonder extra kosten, dus nooit hoge nota's.**

***Bij voldoende schadevrije jaren geen terugval no-claim bij een schuldschade.**

***Informeert u ook eens naar onze reisverzekering, bij schade een zeer snelle afwerking.**

OOK OP ZATERDAG GEOPEND!

Assurantie en adviesburo
VAN KURINGE BV
ak
Koninginnelaan 1, 5491 HA St. Oedenrode
Telefoon 04138-74933 en 74231

Sportschool Th. v.d. Oever

TAEKWON-DO



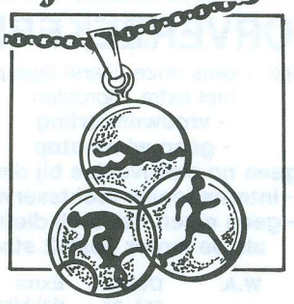
Boksen en Aerobic

Sportschool Th. v.d. Oever met
"CONDITIETRAINING"
Deze lessen zullen bestaan uit veel rekoefeningen 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
Vakwerk in Bakwerk
Kolferen 3 - Tel. 72607
St. Oedenrode

v.d. Hagen

GLANZENDE IDEEËN VAN DE JUWELIER



Sportief en charmant. 14-Karaats "Triathlon" hanger. Ook in zilver verkrijgbaar

goud zilver uurwerken taxatie

Juwelier van Stegeren

Heuvel 40, 5492 AD Sint-Oedenrode
Telefoon 04138-72784
Boterhoekstraat 157, 5683 AZ Best
Telefoon 04998-92789

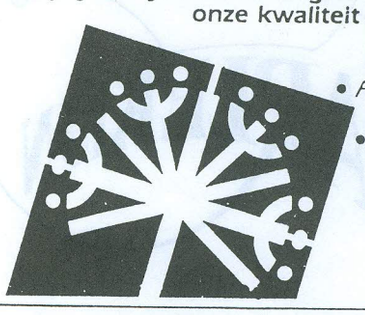
Doordacht Investeren Is Kiezen Voor Kwaliteit.

Bomen en solitairs in meer dan 400 soorten en variëteiten.

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

Verplante bomen met sterke compacte draadkluit 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

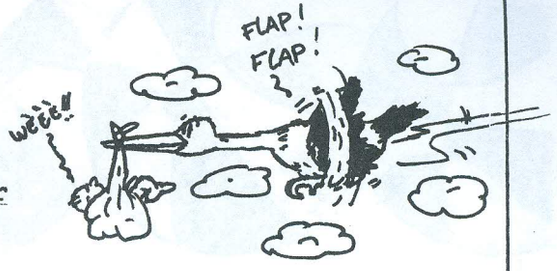
Bel voor meer informatie:
04138 - 72331

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.





Woordje van de Voorzitter

Namens het bestuur wil ik iedereen

een prettig en sportief 1993

toewensen en dat we in 1993 de geweldige lijn in het basketbalgebeuren verder mogen doorzetten.

(Bijna) alle teams hebben de eerste helft van het seizoen goed afgesloten. De Meisjes Passerellen, de Jongens Passerellen en misschien de Jongens Kadetten zijn nog in de running voor een eventueel kampioenschap. Belangrijker is dat Fortuna lekker draait en iedereen plezier beleeft aan het basketball.
Vanuit de verschillende commissie nog het volgende.

Technische Commissie

De jeugdtrainers doen erg hun best om de traniningen van de jeugleden optimaal te laten verlopen. Met Trainersclinics, zoals die van 20 december jl., kunnen we onder de begeleiding van Oswald (trainer Heren 1) het peil van basketbal in Rooi verder verhogen. Voor wie het nog niet had begrepen: in een trainersclinic wordt een jeugdtrainer gevraagd een door hem/haar zelf voorbereide training te geven aan een willekeurige groep (bijv. Meisjes Passerellen). De overige jeugdtrainers observeren de training en schrijven positieve en negatieve kritiek op. Na de traning, die ca. een half uur duurt, wordt een en ander geëvalueerd.

Een van de dingen die verder meer gestalte gaan krijgen is de uitzending van jeugdleden naar selectietraningen. Zo gaan van de Jongens Kadetten Ramon, Rob, Iwan, Marc Bo, en van de Jongens Junioren Ralph naar de eerste Selectietraining Zuid-Oost-Nederland.

Activiteitencommissie

Financieel gezien kunnen we (gematigd) optimistisch zijn, hoewel er nog veel moet gebeuren. De akties van de Activiteitencommissie verlopen goed en we hebben bijna geen pen meer over. Er staan er trouwens nog een hoop op het programma. Terwijl ik dit zit te schrijven vriest het dat het kraakt. Wellicht zal op het moment van uitkomen van deze Fortunabode de "KOEK EN ZOPIE TENT" aan de roeivijver in de Kienehoef al volop draaien. Een initiatief van onze club in samenwerking (hopelijk) met een goed restaurant in de buurt. Verder zullen we beginnen met een fantastische loterij met als waanzinnige hoofdprijzen: twee fietsen!!!

Kortom, 1993 wordt met de hulp van iedereen van Fortuna Basketbal een actief en sportief jaar.

Paul van der Vleuten



DOE-HET-ZELF TIPS TEGEN BASKETBALLBLESSURES

Basketball is veel te leuk om geblesseerd te moeten toekijken. Door je te houden aan de volgende drie vuistregels verklein je de kans op zo'n blessure zoveel mogelijk. Deze drie vuistregels zijn:
- train regelmatig en speel sportief
- warming-up en cooling-down
- goede schoenen.

■ Train regelmatig en speel sportief

Trainen doe je om te winnen. Daarnaast heb je ook een goede conditie en techniek van aanvallen en verdedigen nodig om blessures te voorkomen. Daarom moet je regelmatig basketballen en trainen onder goede begeleiding. Het is ook van belang om de spelregels goed te kennen en je daaraan te houden. Luister naar de scheidsrechter én speel sportief. Zo voorkom je blessures bij je tegenstander en bij jezelf.

■ Warming-up en cooling-down

Doe bij iedere training en wedstrijd van te voren een goede warming-up en na afloop een cooling-down. Voordat je begint moeten de spieren langzaam op temperatuur gebracht worden. Anders blijven ze koud en stijf en is de kans op een blessure groter.

Een goede warming-up duurt ongeveer 20 minuten en begint met vijf minuten warmlopen. Hierbij kun je verschillende loop- en armoefeningen doen, zoals bijvoorbeeld knieën heffen tijdens het lopen, het maken van kruispassen, het loszwaaien van de armen. Begin dus nooit meteen met schieten op de basket.
Doe na het inlopen gedurende 5 minuten rekoefeningen voor de spieren. Een aantal rekoefeningen staat afgebeeld in deze folder. De oefening 15 à 20 seconden aanhouden, links en rechts afwisselen en drie keer herhalen.



Oppervlakkige kuitspieren
Ga staan; doe met de rechtervoet een stap zover naar voren dat de linkerhak net van de vloer komt; de linkerknie blijft gestrekt; verplaats het gewicht van de voorste voet naar de achterste voet, zodat de hak op de vloer komt; deze oefening kan zeer gemakkelijk uitgevoerd worden door de handen tegen een muur, boom of hek te plaatsen.



Diepe kuitspieren
Plaats het rechterbeen iets naar voren. Buig het linkerbeen in de knie en zet de voet recht naar voren. Buig nu de linkerenkel en houdt daarbij de hiel aan de grond.



Spieren voorzijde bovenbeen
Ga staan op het linkerbeen en pak met de rechterhand de rechterenkel vast. Blijf goed rechtop staan. Buig de rechterknie zover mogelijk door de voet naar de bil te trekken. Probeer tevens de rechterheup te strekken door het bovenbeen meer naar achteren te laten wijzen.



Grote borstspier
Arm zijwaarts heffen tot schouderhoogte, vervolgens de te rekken arm naar achteren brengen. Met de hand van deze arm steun zoeken. Bovenlichaam rustig van de arm af (dus naar de andere zijde) wegdraaien.



Spieren achterzijde bovenbeen
Neem de hordenzit aan waarbij het rechterbeen gestrekt is en het linkerbeen gebogen. Pak met beide handen de rechterenkel, waarbij de rechterknie gestrekt moet blijven. Buig nu de heupen door met de neus naar de rechterknie te buigen.

De laatste 10 minuten komen de basketballgerichte oefeningen met de bal aan bod. Rustige pass-, lay-up- en schietoefeningen om het lichaam voor te bereiden op de training of wedstrijd. Zorg ervoor dat de tijd tussen de warming-up en het begin van de training of wedstrijd nooit langer is dan een paar minuten; anders worden de spieren weer koud en is het effect weg.

Naast de warming-up vóór het sporten is er de cooling-down na afloop. Na de training of wedstrijd doe je een cooling-down om het lichaam en de spieren weer geleidelijk af te koelen. Hierdoor kunnen ze beter hun warmte en 'afvalstoffen' kwijt en heb je de volgende dag minder kans op spierpijn. Het sporten is de volgende dag niet alleen plezieriger, de kans op blessures wordt ook kleiner. Een cooling-down duurt ongeveer 10 minuten en begint met vijf minuten

rustig uitlopen. Tijdens het uitlopen kun je de loop- en armoefeningen uit de warming-up herhalen. De laatste vijf minuten gebruik je om opnieuw rekoefeningen te doen.

Een training of wedstrijd begint dus altijd met een warming-up en eindigt met een cooling-down.

■ Goede schoenen

Tijdens een training of wedstrijd loop je niet alleen voor- en achteruit maar maak je ook zijdelingse- en sprongbewegingen. Basketballschoenen moeten al deze bewegingen aankunnen. Het meest geschikt hiervoor zijn hoge schoenen met een vetersluiting die tot bovenaan wordt vastgemaakt. Bij veel sportzaken is er deskundige hulp. Hier kun je je laten voorlichten over welke schoenen je het beste kan gebruiken. Ook je trainer weet vaak welke schoenen het meest geschikt zijn.

■ Toch een blessure?

Wanneer je bij het basketballen toch een blessure hebt opgelopen zijn de volgende twee punten belangrijk:
- De ICE-regel.
- Voldoende herstel na een blessure.
Hieronder lees je waarom voldoende herstel na een blessure zo belangrijk is. Voor het uitleggen van de zogenaamde ICE-regel is daarna een hele pagina ingelast. Het toepassen van deze regel zorgt ervoor dat de periode van herstel korter is!

■ Herstel na een blessure

Het is heel belangrijk na een blessure niet te snel weer voluit te beginnen met basketballen. Wanneer je te snel weer gaat basketballen kan de oude blessure gemakkelijk weer terugkomen of kan er een nieuwe blessure ontstaan. Dit advies is moeilijk op te volgen. Iedereen wil na een blessure natuurlijk weer zo snel mogelijk gaan sporten. Zorg ervoor dat als je weer gaat spelen alle pijn verdwenen is, je alle bewegingen weer makkelijk kunt maken en begin in ieder geval rustig om zo weer in vorm te komen. Het beste is eerst te overleggen met de huisarts, of fysiotherapeut alvorens je weer begint.

NEDERLANDSE BASKETBALL BOND

DOE-HET-ZELF-TIPS TEGEN BASKETBALLBLESSURES

1



Koel de kneuzing of verstuiking direct gedurende 15-20 minuten op de plaats van de blessure. Daarbij gebruik maken van koud water, een zak met ijsklontjes of een cold-pack.

2



Pas bij het koelen op voor bevriezing van de huid. Leg bij gebruik van een zak met ijsklontjes of een cold-pack een doekje of shirtje tussen de huid en het ijs.

3



Leg na het koelen een drukverband aan. Kijk bij het verbinden in de rol. Gebruik een zwachtel en verbind het getroffen lichaamsdeel volledig.

4



Bij letsel aan het been: leg het been hoog met behulp van bijvoorbeeld één of meer kussens op 'hart'-hoogte.

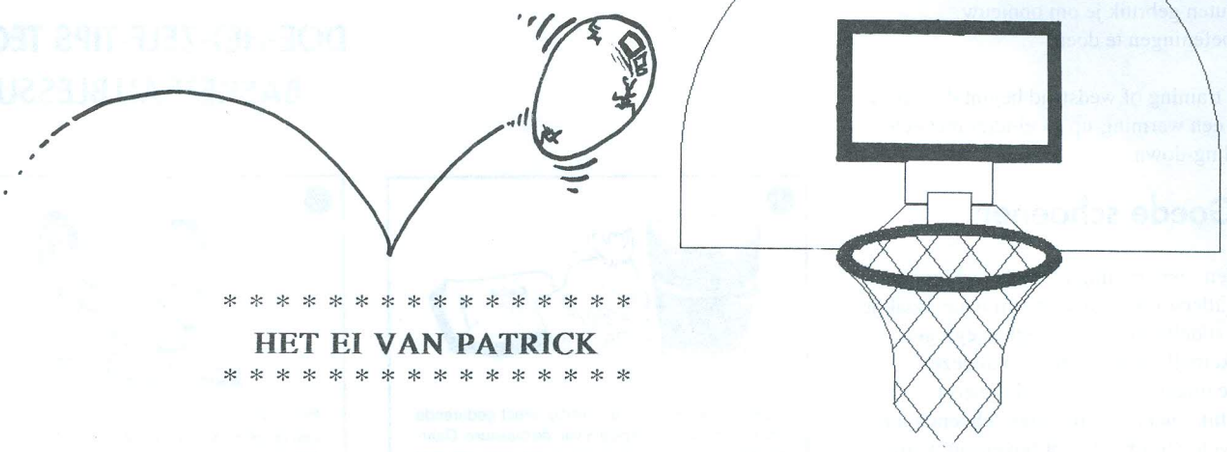
■ Het toepassen van de ICE-regel

Bij een blessure, bijvoorbeeld verzwikken van je enkel, gaat er van binnen altijd iets kapot. Door de bloeding en vochtvorming ontstaat er een zwelling. Met behulp van de ICE-regel kan je deze zwelling zoveel mogelijk beperken en herstel je sneller.

De ICE-regel bestaat uit 4 onderdelen:
- Koel direct gedurende 15 - 20 minuten op de plaats van de blessure met ijsklontjes in een plastic zakje of een cold-pack. Dit is een zakje met een gelei die koud wordt in de vriezer en dat je steeds opnieuw kan gebruiken. Leg altijd een doekje of een shirtje tussen de huid en het ijs. Hiermee voorkom je dat de huid bevriest. Ook kun je koud water gebruiken, het liefst in een bak of emmer, maar als het niet anders kan onder de kraan. Herhaal deze koeling 3 à 4 keer op die dag. Daarnaast hebben de afzonderlijke letters van ICE nog een betekenis. Ze dienen allemaal voor hetzelfde, namelijk beperken van de zwelling en daarmee sneller herstel.
- I = immobilisatie; dit betekent stilhouden. Het geblesseerde lichaamsdeel mag niet meer gebruikt worden.
- C = compressie; dit betekent druk. Om het geblesseerde lichaamsdeel wordt een drukverband aangelegd *zonder* vette watten.
- E = elevatie; dit betekent hoogleggen/ houden van het geblesseerde lichaamsdeel.

Algemene informatie over basketball
en verenigingen:
Nederlandse Basketball Bond
Postbus 124
3980 CC BUNNIK

Blessures: maak er geen sport van



* * * * * * * * * * * * * * * * * *

HET EI VAN PATRICK

* * * * * * * * * * * * * * * * * *

Waarom schrijf ik een stukje? Dat is omdat ze mij dat gevraagd hebben. Ik weet nog niet wat ik allemaal zal schrijven dus de onzin lees maar niet.

Zoals sommigen al weten is Ralph Smith per 1 januari geen passerelle meer, maar is hij junior geworden. Ik hoop dat hij het daar net zo naar zijn zin heeft als bij ons. Ralph vanuit dit stukje wil ik je nog veel succes wensen. Dat Ralph bij ons weg is gegaan scheelt ons veel aan lengte, maar niet getreurd. Jongens dit kunnen wij door er hard aan te werken compenseren met snelheid en techniek. Ik denk daarom ook dat we in de tweede klasse zeker weer bovenaan mee kunnen draaien.

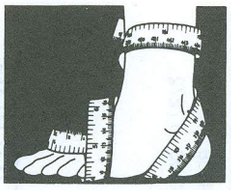
Nu naar de meisjes passerelle, deze zijn in de derde klasse kampioen geworden zodat ze nu naar de eerste klasse gaan. Roel heeft beloofd daar de reeks overwinningen voort te zetten. De jongens kadetten en junioren gaan vrolijk verder en draaien beide bovenaan in de competietie mee, zoals ook de dames. Heren1 begint de draad denk ik nu pas echt goed op te pakken en zullen zich hopelijk vanaf die achtste plaats omhoog trekken. Dan nog de minis, ze hebben vrijwel een geheel nieuw team en zullen in de tweede klasse komen. Jurgen, Iwan en de minis veel succes gewenst.

Zo het zit er weer op ik hoop dat het een beetje te volgen was. Oh, voor ik het vergeet ik wil van hieruit iedereen nog een gelukkig en voorspoedig nieuwjaar wensen.

Groetjes Patrick Bellemakers.







voetkundig schoenconsulent
JAN TERMEER
Heuvel 24 5492 AD Sint-Oedenrode Tel. 04138-72329

de koning bv
makelaars en assurantiekantoor
corridor 17b, 5492 HA sint-oedenrode, tel. 04138 - 74916

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

VAN DE KAMP
SCHOENEN EN SPORT
HERTOG HENDRIKSTRAAT 12
SINT-OEDENRODE TEL: 72768

H.P.F. BEKKERS

belastingadviesbureau
administratiekantoor

5491 GB Sint Oedenrode / Lindendijk 10 / telefoon 04138 - 73739
5691 AC Son en Breugel / Nieuwstraat 18b / telefoon 04990 - 77272

Adviseurs in fiscaliteiten
Administratieve dienstverlening

Aangesloten bij:
De FISCOUNT ADVIESGROEP
Een samenwerkingsverband met registeraccountants en fiscaal jursten

Bekkers Assurantiën b.v.

5491 GB Sint Oedenrode / Lindendijk 10 / telefoon 04138 - 73739
5691 AC Son en Breugel / Nieuwstraat 18b / telefoon 04990 - 77272

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

nva lid
Adviseur in Assurantiën

Café biljart 't Straotje

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

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

CVB BANK

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

Ik ben u graag van dienst

EN DAN NU VOOR DE EERSTE KEER...



TEST UW KENNIS

De rubriek om uw kennis op peil te houden!

1. Een ploeg A heeft 6 teamfouten. Er vindt in het veld een gebeurtenis plaats, die leidt tot het geven van een persoonlijke fout. Vervanger A1 windt zich hierover zo op; de referee is genoodzaakt een technische fout te geven.Ploeg A heeft nu 8 teamfouten.

GOED/FOUT

2. Direct na het einde van de tweede helft constateert een coach een voorbeeld van een herstelbare verkeerde beslissing. Het sheet is afgetekend door de hoofdscheidsrechter. Zelfs dan blijft het mogelijk een herstelbare verkeerde beslissing te herstellen.

GOED/FOUT

3. A3 met bal, staat aan de driepuntslijn, buiten het tweepuntsgebied. Hij stuit de bal met twee handen zo hard op de grond van het tweepuntsgebied, met als gevolg een miraculeus velddoelpunt (circus Toni Bolletini). U kent twee punten toe.

GOED/FOUT

4. Een doelende speler is betrokken bij een dubbelfout. Het doelpunt wordt toegekend. Het spel gaat nu verder met een sprongbal.

GOED/FOUT

5. Het signaal van de scorer maakt de bal en de tijd dood.

GOED/FOUT

6. Na een velddoelpunt zijn bal en tijd dood.

GOED/FOUT



7. Een speler draagt onder zijn witte sportbroek een rode wielerbroek. Hij hoeft deze broek alleen maar uit te trekken als de tegenpartij in het rood speelt.

GOED/FOUT

8. De middenlijn behoort bij de verdedigingshelft, behalve als er sprake is van terugspelen naar de eigen helft.

GOED/FOUT

9. Spelers, die tijdens het nemen van vrije worpen niet aan de bucketlijnen staan, mogen dan pas de bucket inlopen wanneer de schutter dat ook mag.

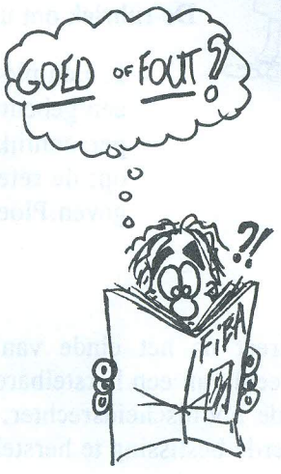
GOED/FOUT

Test uw kennis: OPLOSSINGEN:

1. FOUT , want een T-fout (vervanger valt onder de verantwoordelijkheid van de coach) van de coach telt niet mee met de 7 spelersfouten.

2. FOUT, want het sheet is afgetekend. De hoofdscheidsrechter heeft de bekende 5 minuten (i.v.m. eventueel protest) gewacht en daarmee is de wedstrijd voorbij.

3. FOUT,want het is een driepunter: de status van de bal veranderd pas nadat deze de ring/bord EN speler heeft geraakt. (Zie ook vraag 24.)



4. FOUT, want dit is een uitzondering op de regel dat een dubbelfout wordt bestraft met een sprongbal.

5. FOUT, want een signaal van de scorer maakt in principe niets dood, want een scorer mag slechts signaal geven als tijd dood is. Indien dit echter wel zou doen zou het toch geen bal dood maken, in die gevallen dat de bal onderweg is naar de basket.

6. FOUT, want dit geldt wel voor de bal, maar de tijd loopt door.

7. FOUT (commentaar overbodig)

8. FOUT, want deze lijn hoort ten alle tijden bij de verdedigingshelft.

9. GOED.

Zo dit waren weer de eerste vragen en hopelijk heb je het alom bekende boekje moeten raadplegen om het overal eens te kunnen zijn met de publicist van de antwoorden.

nog eenmaal... Bird

De palmares van Larry Bird

College Player of the Year
1979
All America First Team (college)
1978, 1979
NBA Most Valuable Player
1984, 1985, 1986
All-NBA First Team
1980, 1981, 1982, 1983, 1984, 1985, 1986, 1987, 1988
All-NBA Second Team
1990
NBA All-Defensive Second Team
1982, 1983, 1984
NBA Rookie of the Year
1980
NBA All-Rookie Team
1980
NBA Champion
1981, 1984, 1986
NBA Playoff MVP
1984, 1986
Most points NBA playoffs
1984

BIRD vs MAGIC

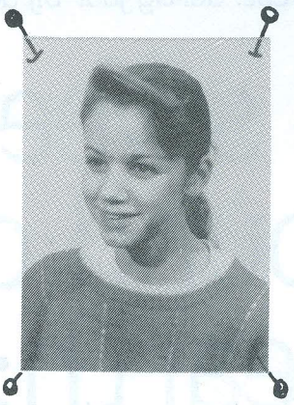
Sinds hun entree in de NBA zijn Larry Bird en Earvin 'Magic' Johnson talloze malen met elkaar vergeleken. Nu beide spelers afscheid hebben genomen is een periode afgesloten en is het aardig om - via wat cijfers - die vergelijking gestalte te geven.

	Bird	Johnson
Seizoenen NBA	13	12
Seizoenen in playoffs	12	12
Divisietitels	10	10
NBA-finales	5	9
NBA-kampioenschappen	3	5
All Star Selecties	11	12
NBA Most Valuable Player	3	3
All-NBA First Team	9	9
Punten Regular Season	34443	32287
Punten Playoffs	6886	7403
Rebounds Regular Season	8974	6376
Rebounds Playoffs	1683	1431
Schotpercentage Regular Season	.496	.521
Schotpercentage Playoffs	.472	.508
Vrije worpen Regular Season	.886	.848
Vrije worpen Playoffs	.890	.838
Driepunters Regular Season	.328	.298
Driepunters Playoffs	.231	.236

Larry Bird en Magic Johnson speelden tijdens hun NBA-loopbaan 37 keer tegen elkaar. Een paar (gemiddelde) cijfers van die duels

	GP	FG PCT	FT PCT	REB	AST	STL	PTS
Bird	37	.479	.847	11.0	5.4	1.8	23.5
Johnson	37	.516	.848	7.1	12.5	2.5	20.1

de pen van...



NAAM:
Neeltje van Kasteren

TEAM:
meisjes passerellen

GEBOORTEDATUM:
3 JULI 1979

GEBOORTEPLAATS:
Eindhoven

HOE LANG AL BIJ BASKETBAL:
één jaar

HIERVOOR NOG ANDERE SPORT:
korfbal

SCHOOL/WERK:
Mavo Sint-Jozef

TRAININGEN:
Hardstikke leuk!?

BESTE FILM:
Home Alone 1

BESTE TV-PROGRAMMA:
Beverly Hills 90210

RADIO:
Top 40

MUZIEK:
House

BESTE BOEK:
Kladwerk

TIJDSCHRIFT:
Tina



"SCHELD NOOIT EEN CHINEES UIT"

LIEVELINGSETEN:
rijst met babi pangang

HOBBIES:
basketballen, paardrijden, lol hebben

FAVORIETE VROUW:
ons mam

FAVORIETE MAN:
ons pap

FAVORIETE BASKETBALTEAM:
Chicago Bulls

FAVORIETE SPELER:
Michael Jordan

HEKEL AAN:
naar de bakker gaan voor ons mam

GROOTSTE BLUNDER:
die ben ik vergeten

GEVOELIG VOOR:
muggen

VAKANTIEBESTEMMING:
Griekenland

HUIS-/LIEVELINGSDIER:
poes

DROOM VAN:
een sportwagen als ik 18 ben of zo

FIJNE VAN BASKETBAL:
teamsport

MINDER FIJN AAN BASKETBAL:
killers lopen

VOLGENDE PEN NAAR:
Jasper de Vries

VAN DE:
jongens passerellen

Jerry West: dertig jaar bij de Lakers

The sweetest sound on earth: swish!



Jan van der Nat

'HOE ZOU JERRY WEST HET doen als hij nu in de NBA zou spelen?' vroeg de man. 'Een puntje of twintig gemiddeld, denk ik', zei de ander. 'Maar hij scoorde gemiddeld 27 punten per wedstrijd in zijn hele loopbaan', wierp de eerste tegen. 'Dat weet ik wel, maar hij is inmiddels wèl vijftig...'

Jerry West. Zijn naam wordt nog altijd met ontzag uitgesproken door iedereen die hem ooit heeft zien spelen. Vergelijkingen in de tijd zijn altijd moeilijk te maken, maar een tweede speler met zo'n zuiver jumpshot als Jerry 'Mr.Clutch' West moet waarschijnlijk nog worden geboren.

Jerry West viert dit jaar zijn 30-jarig jubileum in dienst van de Los Angeles Lakers. Veertien jaar lang speelde hij de sterren van de hemel, liet zich daarna twee jaar niet zien in The Great Western Forum, werd vervolgens coach om drie jaar later eerst scout en daarna general manager te worden. Een positie die hij nog altijd bekleedt, voor het tiende jaar alweer.

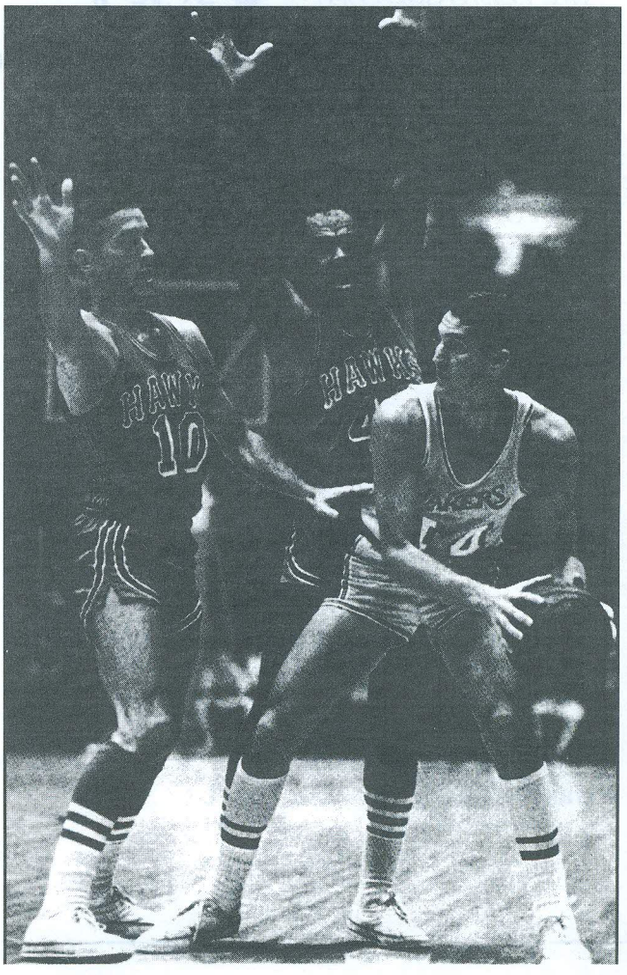
Maar ondanks de vijf kampioenschaps-ringen die hij als general manager om de vinger kreeg geschoven zal de basketbalwereld hem toch blijven herinneren als speler, in welke hoedanigheid hij overigens óók een keer kampioen van de NBA werd. Dat was in 1971-'72, toen de Lakers in de finale van de New York Knicks wonnen.

Een decennium lang hadden Jerry West, Elgin Baylor en al die andere Lakers vergeefs gebeukt op de deur naar de eeuwige roem, die hermetisch werd afgesloten door de Boston Celtics, het superteam van de jaren zestig. Maar eindelijk lukte het dan toch, nadat de taak van poortwachter eerst nog een jaar was overgenomen door de Knicks.

1971-'72 werd een prachtig jaar dat terecht met gouden letters werd bijgeschreven in de geschiedenis van de National Basketball Association. De Lakers namelijk presteerden het om 33 wedstrijden op rij te winnen, een record dat nog altijd staat als een huis, zeg maar gerust als een bunker, en waarschijnlijk nimmer meer zal worden verbeterd. Boston kwam nog het dichtst bij, nou ja...dichtbij...In 1982 wonnen de Celtics 18 duels achtereen, hetgeen op zich al een prestatie van formaat was.

Die prachtige *winning streak* zette de Lakers natuurlijk nog meer dan daarvoor in de schijnwerpers. En daarmee ook Jerry West. „Hij is niet zo maar een superster", zei coach Bill Sharman bij die gelegenheid, „hij is een superster aan beide kanten van het veld."

Het was misschien wel het mooiste compliment dat Jerry West in zijn twaalf NBA-seizoenen tot dan toe had gehoord. „Ja, die opmerking betekende echt iets voor mij. Vooral omdat



Jerry West, alias 'Mr. Clutch', wist niet van opgeven.

Bill het zei. Sharman was niet alleen een uitstekende coach, hij was ook een groot speler op dezelfde positie als waar ik speelde. Ik heb altijd zwaar getild aan goed spelen aan beide kanten van het veld. Niet alleen die bal er in schieten, ook goed verdedigen. Je schiet er weinig mee op om dertig punten te maken, als je directe tegenstander er 35 ingooit."

Vijf, vijfeneenhalve meter was dé afstand van Jerry West. Natuurlijk, ook van wat verder mikte hij behoorlijk raak, maar wanneer hij op zijn favoriete plek vrij kwam, was de kans op een rebound vrijwel nihil. Met zijn gemiddelde van 27 punten per wedstrijd staat hij nog altijd zeer hoog op de eeuwige ranglijst van de NBA. Dat aantal werd namelijk slechts overtroffen door Michael Jordan (32.6), Wilt Chamberlain (30.1) en Elgin Baylor (27.4), met de laatste twee speelde West respectievelijk vijf en twaalf jaar samen.

Baylor en West vormden de gouden tandem van de Los Angeles Lakers in de jaren zestig. Elgin Baylor was met de ploeg meeverhuist van Minneapolis naar de westkust. Daar voegde Jerry West zich bij het team, dat als eerste de oostelijke overheersing van de NBA doorbrak. In zijn debuutseizoen telde de National Basketball Association slechts acht ploegen, die voor de vorm waren verdeeld over een East en een West Division, maar je moet over een zeer rijke fantasie beschikken om steden als Cincinnati, Detroit en St.Louis in het westen van de Verenigde Staten te situeren.

Jerry West (nomen et omen) kwam zelf ook uit het oosten. Uit de staat West Virginia. Over de juiste spelling van zijn geboorteplaats zijn de 'schriftgeleerden' het niet helemaal eens. *Cheylan* meldt de NBA Guide. *Chelyan* schrijft men in de media-guide van de Lakers. In de quiz 'Twee voor Twaalf' zou men zeggen 'Dat zoeken we op'. Ja, ja. Hebben we dus gedaan, maar een plaats die zo heet is onvindbaar in de toch zeer gedetailleerde wegenatlas van Rand McNally, dat zelfs een plaatsje in West Virginia in het register heeft staan met zegge en schrijve vijf (5!) inwoners. Oké, onze uitgave is tien jaar oud, maar meer dan zeven zullen het er toch niet zijn, daar in Jerryville.

Hoe het ook zij, Cheylan of Chelyan is niet te vinden, evenmin als *Cabin Creek,* dat er vlak bij moet liggen. Niet voor niets luidde een vroege bijnaam van West *Zeke from Cabin Creek.* Daar stuiterde Jerry West voor het eerst met een basketbal. In een periode waarin de wereld in brand stond (West is van 28 mei 1938), maar waarvan de kleine Jerry ongetwijfeld geen weet had.

„Ik denk dat ik een jaar of vijf, zes was, toen ik voor het eerst een beetje ging basketballen. Een beetje, want ik was als kind erg klein en gewoon niet goed. Dat frustreerde me. Maar ik vond sport wel erg leuk. Vrij plotseling - ik zat op de lagere school - ging ik groeien en werd ik ook een beetje beter met basketballen en ging ik me meer en meer voor de sport interesseren. Nog niet buitensporig. Zelfs niet toen ik op de middelbare school zat en doorschoot, hoewel ik vrij mager bleef. In tegenstelling tot veel kinderen nu droomde ik absoluut niet van professioneel basketbal. Ik wilde in het schoolteam spelen. Meer eigenlijk niet."

Maar of hij nu wilde of niet, Jerry West werd een prima basketballer. In het seizoen 1955-'56 werd hij uitgeroepen tot All American, een eervolle vermelding die slechts voor een handjevol spelers in het hele land is weggelegd. Over het algemeen is je bedje dan wel gespreid. Zo ook voor Jerry West die op West Virginia University twee keer All American werd en met de Mountaineers de finale van de NCAA in 1959 haalde. Die werd met 71-70 verloren van California, maar de 28 punten van West zorgden ervoor dat nu echt iedereen zijn naam kende.

Iets meer dan een jaar later zwaaide West af en was klaar om de grote stap naar de profs te maken. Het was geen toeval dat hij werd gedraft door de Lakers. Bij de verhuizing van Minneapolis naar Los Angeles namelijk had ook een coach-wissel plaatsgevonden. Fred Schaus werd de eerste coach van de Lakers in hun nieuwe *hometown.* Die Schaus nu kwam van...West Virginia University.

Tegenwoordig gaan nieuwkomers in de rijen der professionals eerst uitgebreid en in gezelschap van advocaten en zaakwaarnemers om de tafel zitten met de leiding van de club die hen wil hebben. Jerry West weet er, als general manager van de Lakers, natuurlijk alles van. In zijn tijd echter was van onderhandelingen nog helemaal geen sprake. Hij kreeg een contract onder de neus geschoven voor precies 16.500 dollar in het seizoen en of hij dat maar even wilde ondertekenen. Dat wilde West wel, omdat hij wist dat het grote geld later in zijn loopbaan vanzelf zou komen, wanneer hij echt goed was.

De NBA in het algemeen en de Lakers natuurlijk in het bijzonder hebben West geen windeieren gelegd. Hij woont niet voor niets in een schitterend huis in het mondaine Bel Air, een voorstad van Los Angeles. Hij herinnert zich zijn eerste dagen bij de Lakers echter nog alsof het gisteren was. „Toen ik voor de eerste keer het trainingskamp binnenkwam, was ik diep onder de indruk. Waarom weet ik eigenlijk niet. Natuurlijk keek ik op tegen de routiniers, maar de Lakers waren een uiterst pover team ten tijde van de verhuizing. In die ploeg moest ik een plaatsje zien te veroveren. Tussen spelers als Rudy LaRusso, Ray Felix, Rod Hundley en natuurlijk Elgin Baylor. Het duurde tot halverwege het seizoen, voordat ik in de basis stond."

Maar toen hij eenmaal die startende positie had veroverd, stond-ie 'm ook niet meer af. Jerry West had precies een half seizoen nodig gehad om te bewijzen dat hij een heel goede basketballer was. Fred Schaus, zijn coach, wist dat natuurlijk al. „Als je een basketballer kon samenstellen, die 1.93 lang moet zijn, dan zou je Jerry West als resultaat krijgen. Hij heeft álles: een prima schot, snelheid, perfecte bewegingen en alle fysieke eigenschappen, die je maar nodig hebt. Plus liefde en toewijding voor de sport."

Die liefde en vooral die toewijding, hebben Jerry West groot gemaakt. Voor hem was basketballen méér dan toevallig zijn sport. Het was zijn leven. Daardoor ook kon hij zich over zijn eerste, niet zo geweldige seizoen heenzetten. Hoewel, dat eerste seizoen was natuurlijk helemaal niet zo slecht, maar West had de pech om gelijktijdig de NBA binnen te stappen met Oscar Robertson. Jarenlang was hij vergeleken met de man, die voor de Cincinnati Royals ging spelen en in zijn debuutjaar meer dan 30 punten gemiddeld maakte. West kwam tot 17.6 en dus vielen de vergelijkingen in zijn nadeel uit.

Het seizoen daarna antwoordde hij met een moyenne van 30.8, maar wat nog veel meer opviel was zijn vaak roekeloze manier van spelen. Hij miste in zijn loopbaan veel wedstrijden door blessures. Vooral zijn neus was een teer punt. Liefst acht keer brak hij zijn reukorgaan, meestal in keiharde 'gevechten' onder het bord, waar hij zijn gebrek aan centimeters compenseerde met inzet.

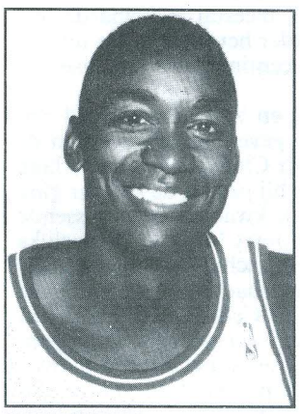
Die inzet en zijn absolute wil om nooit op te geven bezorgden hem de bijnaam 'Mr.Clutch'. Een nederlaag accepteerde hij pas als de zoemer ging en heel vaak kwamen de beslissende schoten van Jerry West, de nauwelijks af te stoppen schutter. Luister naar wat Red Auerbach, de legendarische coach van de Celtics, ooit over hem zei: „Je kunt West niet echt afstoppen. Je kunt het op verschillende manier proberen: hem heel strak verdedigen of zorgen dat hij de bal niet kan krijgen, maar dan nog slaagt hij er in om 25 of 30 punten te maken."

De meeste daarvan met dat gracieuze jumpschot, dat voor hem zo kenmerkend was. Amerika heeft van Jerry West genoten. In veertien seizoenen voor de Lakers en in twaalf All Star Games (twee keer werd hij gekozen, maar was geblesseerd). Hij won goud met de olympische ploeg in Rome (1960), maakte ooit 63 punten in een wedstrijd, scoorde in 1965 in een playoff-serie tegen Baltimore gemiddeld 46.3 punten en schoot een jaar later liefst 840 vrije worpen raak. De laatste twee prestaties staan nog steeds als record in de boeken. West, tenslotte kan bogen op nóg een bijzondere prestatie. In 1969 werd hij MVP van de playoffs en is als zodanig de enige van een verliezende ploeg. ■

NBA

Door Jan van der Nat

☆ ***Magic Johnson*** speelt dus toch niet. Zijn met veel bombarie aangekondigde terugkeer bij de Lakers ging op het laatste moment niet door. Hij achtte het beter af te zien van een rentree, omdat diverse NBA-spelers niet zo veel zin hadden om tegen hem te spelen.
'This is no All Star Game or the Olympics. This is the real thing', zei bijvoorbeeld ***Karl Malone. Isiah Thomas*** gooide olie op het vuur door 'nieuws' te verspreiden dat magic het HIV-virus had opgelopen via homoseksuele contacten.
De uitlatingen van zijn collega's en vrienden (Thomas en magic wären zeer close...) deed pijn en vormden de basis van zijn besluit. Ook al was de officiële versie dat hij meer tijd wenste vrij te maken voor zijn gezin.



ISIAH THOMAS

☆ ***Patrick Ewing*** heeft bijna een kwart van zijn riante salaris ingeleverd om onder de salary-cap ruimte te maken voor een aantal nieuwe spelers. Ewing leverde 1,1 miljoen dollar in (van 4,6 naar 3,5). Daarnaast kwam er financiële ruimte door het afstoten van Xavier McDaniel (1,3 miljoen), Kiki Vandeweghe (1,1 miljoen) en Gerald Wilkins (795.000). De Knicks kwamen daardoor ruim onder de *cap* en konden Rolando Blackman, Tony Campbell, Charles Smith, Doc Rivers en Bo Kimble aantrekken.

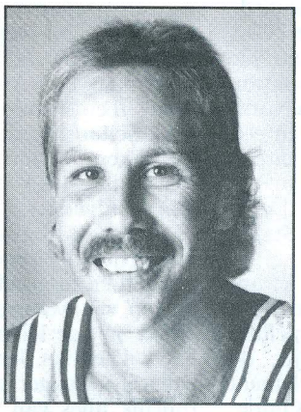
☆ De ***salary cap*** is voor dit seizoen vastgesteld op 14.500 miljoen, te verdelen over twaalf spelers. Dat betekent dus een gemiddeld salaris van 1.208.333 dollar, een stijging van meer dan 166.000 dollar ten opzichte van vorig seizoen. Omdat de *cap* bepaald wordt aan de hand van de inkomsten van de NBA aan tv-rechten en merchandise, is-ie voor het seizoen 1993-'94 opnieuw hoger. Het gemiddelde salaris zal dan ruim 1,3 miljoen dollar bedragen. Daarna loopt het contract tussen NBA en spelersvakbond *(collective bargaining)* af en zullen er nieuwe afspraken worden gemaakt.

☆ Het ***Dream Team*** was een eenmalige zaak. Dat wordt steeds duidelijker. Vrijwel alle betrokkenen zijn voorstander van een gemengd (NBA en college) team. Ook de nieuwe voorzitter van het Amerikaanse olympische comité (USOC), LeRoy Walker. Hij heeft al verschillende besprekingen met NBA-baas David Stern achter de rug. Walker: „Ook het IOC wil een sterk team, maar dat hoeft natuurlijk geen team te zijn dat elke wedstrijd met 40 punten verschil wint. Ook Larry Bird heeft gezegd dat het best leuk zou zijn, wanneer er maar één wedstrijd met een score in het eindsignaal gewonnen zou zijn."

☆ ***David Robinson*** en de ***San Antonio Spurs*** zijn het eens geworden over een nieuwe contract. De komende vijf seizoenen verdiend hij jaarlijks het gemiddelde van de twee hoogste salarissen in de NBA en dat zal neerkomen op een moyenne van zeker 6 miljoen. Neem alleen maar het seizoen 1994-'95, waarin Magic Johnson 14 miljoen en een beetje zal verdienen...

☆ De ***NBA*** heeft onlangs haar eerste 'NBA Shop' geopend buiten de Verenigde Staten. Melbourne in Australië had de primeur. In de NBA Shop worden uitsluitend produkten verkocht van bedrijven, die een officiële licentie hebben van de NBA. Eerder al werden internationale kantoren geopend in hetzelfde Melbourne, Barcelona en Hong Kong.

☆ Het afscheid van ***Larry Bird*** kreeg natuurlijk verreweg de meeste aandacht, maar er 'ontvielen' ons nog een paar spelers, die vele jaren in de NBA speelden. ***Walter Davis*** (15 seizoenen), ***Wayne Cooper*** (14) en ***Brad Davis*** (15) zijn er dit seizoen niet meer bij. Het aantal spelers dat in de jaren zeventig zijn debuut maakte in de NBA is daarmee geslonken tot elf. Onder hen Bill Cartwright, Magic Johnson, Moses Malone en Robert Parish.



BRAD DAVIS

☆ Negen clubs beginnen dit seizoen met een ***nieuwe coach.*** Dan Issel (Denver), Ron Rothstein (Detroit), Randy Pfund (LA Lakers), Mike Dunleavy (Milwaukee), Chuck Daly (New Jersey), Doug Moe (Philadelphia), Paul Westphal (Phoenix), Garry St.Jean (Sacramento) en Jerry Tarkanian (San Antonio) zijn de 'debutanten'. Het gemiddelde aantal dienstjaren (dit seizoen meegerekend) is 2,7. Het moyenne wordt nog aardig opgetrokken door mannen als Lenny Wilkins (Cleveland) en Wes Unseld (Washington), die respectievelijk aan hun zevende en zesde seizoen bij dezelfde club zijn begonnen.

☆ Mochten de ***Cleveland Caveliers*** het andermaal moeten afleggen tegen de Chicago Bulls, zal toch kunnen worden terug gekeken op een vruchtbaar seizoen. Op enig moment tijdens de reeks van 82 duels komt er namelijk gezinsuitbreiding bij Mark Price, Steve Kerr, Larry Nance en Brad Daugherty.

☆ Het Amerikaanse magazine 'Q' peilt jaarlijks de populariteit van bekende landgenoten onder het publiek. Op de lijst van dit jaar staat de eerste sportman pas op de 31ste plaats. Dat is, uiteraard, ***Michael Jordan.*** Vorig jaar stond 'Air' nog op de vierde plek.

☆ Een olympisch USA-shirt met de handtekening van ***Michael Jordan*** er op heeft tijdens een veiling in Atlanta liefst 25.000 dollar opgeleverd. Hoezo Dream Team?

☆ Nu we het toch over ***Jordan*** hebben...Michael heeft toegegeven een bedrag van 57.000 dollar te hebben betaald aan een man in North Carolina. Omdat die man bekend staat als een drugdealer, deden onmiddellijk allerlei geruchten de ronde. Jordan werd voor de rechtbank gedaagd en verklaarde het hoe en waarom van de betaling. 'Air' had gegokt en gepokerd en daarbij 'een beetje' geld verloren. En dat is niet verboden. Zolang hij tenminste maar niet wedt op duels van de Bulls.

☆ De NBA heeft dit seizoen het tempo van aanvallen nog een beetje verhoogd. ***De 24-secondenklok*** wordt in het vervolg alleen stilgezet na een schot dat raak is of in elk geval de ring raakt. Tot nu toe werd die klok ook weer op 0 gezet als de bal alleen het bord raakte.



MIKE DUNLEAVY

* *

TUSSENSTANDEN PER 1 JANUARI 1993

* *



Verklaring van de tekens:

x	=	Niet op komen dagen
*	=	N.o.k.d. + 2 pnt in mindering
BM	=	Buiten mededinging
TR	=	Teruggetrokken
VR	=	Verlies rechten

D1F
d.sen. 1e klasse brabant

1	Tenderfeet	1	6	10		(88)
2	RUSH/Foto Vakman	1	5	8		(40)
3	Break	1	6	8		(42)
4	S.V. Fortuna '67	1	7	10		(40) 79
5	Achilles '71	1	6	6		(24)
6	Akros	1	5	4		(4)
7	Quo Vadis D/G	2	5	4		(-13)
8	OBC	2	6	4		(-26)
9	Sjoko	1	6	2		(-112)
10	Deurne Pioniers	1	3	0		(-87)
11	Grave	1	0	0	TR	(0)

H2G
h.sen. 2e klasse Brabant

1	Jink/van Hooft	1	7	12		(306)
2	JRC	2	7	12		(63)
3	Schijndel	1	5	8		(75)
4	Peell.beh.Cracks	2	6	8		(30)
5	Kruiskamp	4	6	6		(-58)
6	Akros	1	7	6	*	(-19)
7	Best	1	7	6		(-61)
8	S.V. Fortuna '67	1	7	4		(-85)
9	Grave	1	5	2		(-28)
10	OBC	2	7	2		(-151)
11	EBBC Den Bosch	4	4	0		(-72)

JJ2F
j.jun. 2e klasse Brabant

1	S.V.H.	2	7	14	(387)
2	Den Dungk	1	8	14	(245)
3	Flash '82	2	8	12	(210)
4	S.V. Fortuna '67	1	7	10	(71)
5	Schijndel	1	8	10	(163)
6	Vlijmscherp	1	4	6	(98)
7	JRC	2	7	6	(-18)
8	High Five	3	7	4	(-102)
9	EBBC Den Bosch	3	7	4	(-165)
10	Octopus	2	5	2	(-193)
11	Black Eagles	2	8	2	(-271)
12	Tenderfeet	1	8	0	(-425)

JK1H
j.kad. 1e klasse Brabant

1	Attacus	1	7	14	VR	(620)
2	Springfield	1	6	10	+	(221)
3	S.V. Fortuna '67	1	6	10		(157)
4	Best	1	4	6		(-1)
5	Den Dungk	1	6	4	+	(-16)
6	JRC	1	6	4		(-109)
7	Erp '70	1	7	4		(-139)
8	Black Eagles	2	5	2	*	(-84)
9	Lieshout	1	6	2		(1786)
10	Schijndel	1	6	2	*	(-2062)
11	Schijndel	2	5	0		(-373)

JP3M
j.pas. Brabant

1	Octopus	1	4	8	(258)
2	Den Dungk	1	4	8	(50)
3	Schijndel	1	6	8	(24)
4	S.V. Fortuna '67	1	6	6	(-3)
5	Black Eagles	2	6	4	(-62)
6	Octopus	3	4	0	(-106)
7	Flash '82	2	4	0	(-161)

MP3J
m.pas. Brabant

1	S.V. Fortuna '67	1	3	6		(64)
2	Springfield	1	4	4	*	(36)
3	Deurne Pioniers	1	4	2		(-34)
4	RUSH/Foto Vakman	1	3	0		(-66)
5	Lieshout	1	0	0	TR	(0)
6	Attacus	1	0	0	TR	(0)

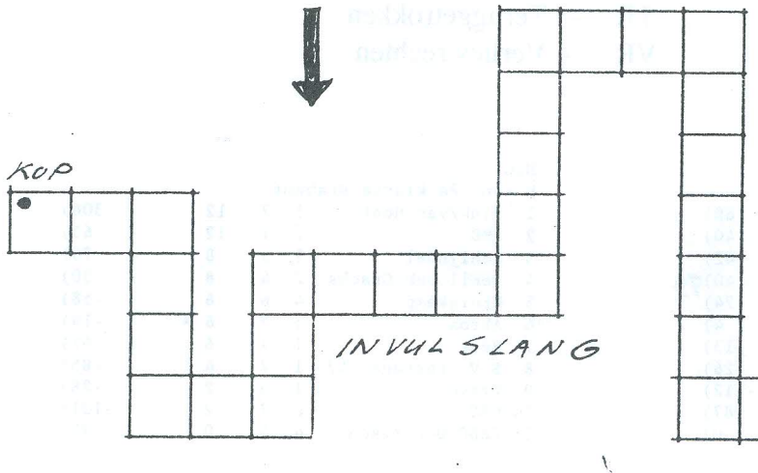
GM3M
gem.mini Brabant

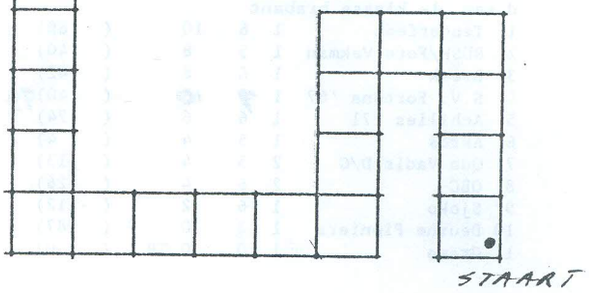
1	EBBC Den Bosch	1	5	10	(192)
2	EBBC Den Bosch	3	4	7	(73)
3	Den Dungk	1	4	6	(34)
4	Springfield	1	4	4	(-89)
5	S.V. Fortuna '67	1	5	4	(-64)
6	Attacus	2	4	0	(-146)

Alle teams veel succes tijdens de
Tweede helft van de competitie !

W	I	E		D	E		K	O	P		E N
S	T	A	A	R	T	L	E	T	T	E	R
V	A	N		D	E		S	L	A	N	G
V	I	N	D	T		W	E	E	T		
N	A	T		H	I	E	R		T	E	
L	E	Z	E	N		S	T	A	A	T	

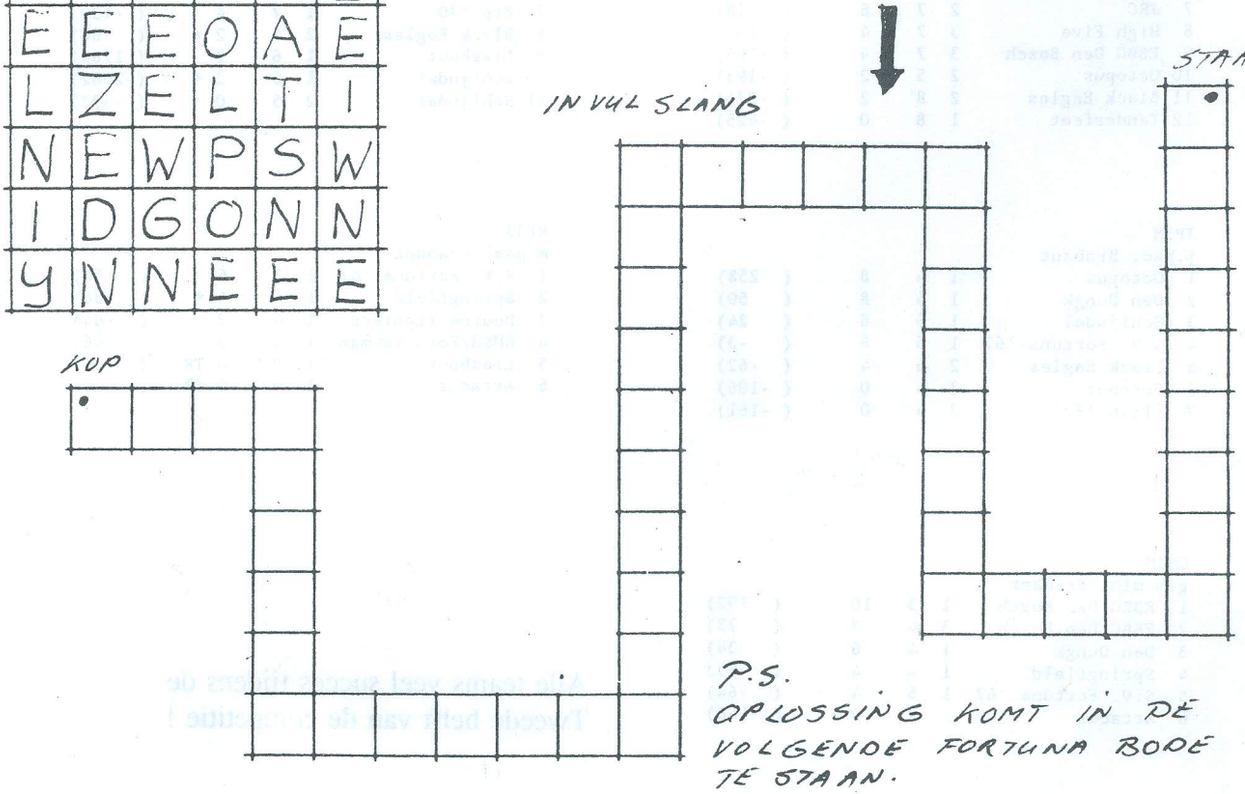
W	G	I	T	S	E	Z	N
E	N	E	V	E	Z	A	N
U	T	R	O	F	Y	B	D
E	O	G	T	E	I	N	U
N	R	E	T	I	Z	E	I





R	M	A	I	D	V
E	Y	K	S	N	O
V	B	T	S	A	B
E	E	E	O	A	E
L	Z	E	L	T	I
N	E	W	P	S	W
I	D	G	O	N	N
Y	N	N	E	E	E

D	A	N		I	S		D	E	Z	E	
O	O	K		T	E		D	O	E	N	



P.S.
OPLOSSING KOMT IN DE VOLGENDE FORTUNA BODE TE STAAN.

HENK STRIK



Vernieuwend denken, toepassing van nieuwe technieken, dynamische kleuren en weergaloos ontworpen kombineerbare bladvormen.
Zo wordt de basis gelegd voor een optimale inrichting voor het kantoor van nu en straks.
Athos, duurzaam, fraai, praktisch en ergonomisch up-to-date.

ahrend Ahrend Oda bv, Postbus 1, 5490 AA Sint Oedenrode, 04138-80911

Hout- en Bouwmaterialen VAN ERP B.V.

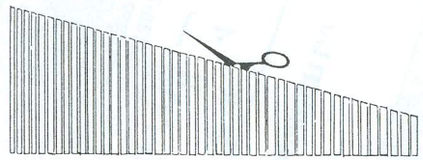
St. Oedenrode - Tel. 04138-72565

Gespecialiseerd:

Velux dakvensters
Deceuninck p.v.c. schrootjes, rabatdelen
10 jaar garantie op kleur
Kanteldeuren, roldeuren
Binnen- en buitendeuren
Alle soorten isolatie
Stenen
Plaatmaterialen
Hout
P.V.C. goten, buizen, hulpstukken
Hang- en sluitwerk
Handgereedschappen voor de vakman
enz. enz.

deceuninck

dames- en herenkapsalon
HANNIE



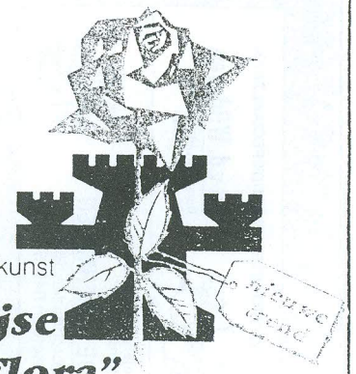
Kofferen 16
Sint-Oedenrode
tel. 04138 - 75640



de Bever
FRUITTELER

VOOR AL UW GROENTEN EN FRUIT

Boskantseweg 87
04138-72541
St. Oedenrode



Bloemsierkunst
"Rooijse Flora"

Hertog Hendrikstraat 2
5492 BB Sint-Oedenrode
Telefoon 04138 - 72679

UW GROENTE- EN FRUITSPECIAALZAAK
Ad v.d. Wijdeven
Borchmolendijk 12
Tel. 04138-74039

Dierenspeciaalzaak
Hengelsport
DE BORCHMOLEN
Borchmolendijk 14
telefoon 04138-73510

van BOXMEER bv

PIZZERIA
Piccoli
Borchmolendijk 32, Tel. 04138-78326

ptt post

ROXS ELEKTRO
BORCHMOLENDIJK 9 - ST. OEDENRODE
TEL. 04138-72362 24 UURS SERVICE
amco

VERENIGING
KOM ROOI

Makelaar o.g.
Adviesbureau
Hypotheken
Verzekeringen
XANDER
VAN VESSEM
MAKELAAR O.G.

WINKELPOOL
BORCHMOLENDIJK

DRANKENHANDEL
J. DE LEYER

DE ROOISE
SAUNA

KB
SPORTPRIJZEN
RELATIEGESCHENKEN
Borchmolendijk 27A
5492 AJ Sint-Oedenrode,
telefoon 04138-76046,
Geopend dag. 15.00-21.00
en zaterd. 10.00-17.00 uur.

FA. RAAYMAKERS
ZUIVELHUIS

FRANS VAN DEN HEUVEL
Verf - Glas - Behang - Lijstwerk - Autolakken - Gereedschappen - Sleutels

opaal
GOUD- en
ZILVERATELIER
telefoon 04138-78126

autobedrijf van DRIEL bv

Gespecialiseerd in reparatie
en onderhoud Mercedes

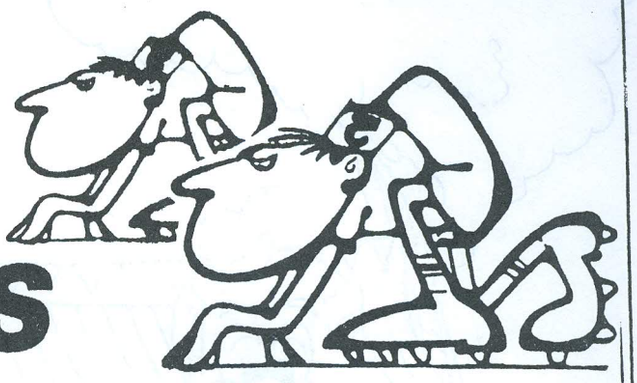
van DRIEL mercedes

Boxtelseweg 48
5298 VC Liempde

Telefoon 04113 - 2800
Telefax 04113 - 2900



TRIMMERS



Beste trimmers,

Na alle feestelijkheden van de afgelopen maand zijn wij weer met het trimmen gestart.

Vanaf deze plaats wensen wij iedereen een gelukkig, gezond en sportief 1993.

In januari feliciteren wij:

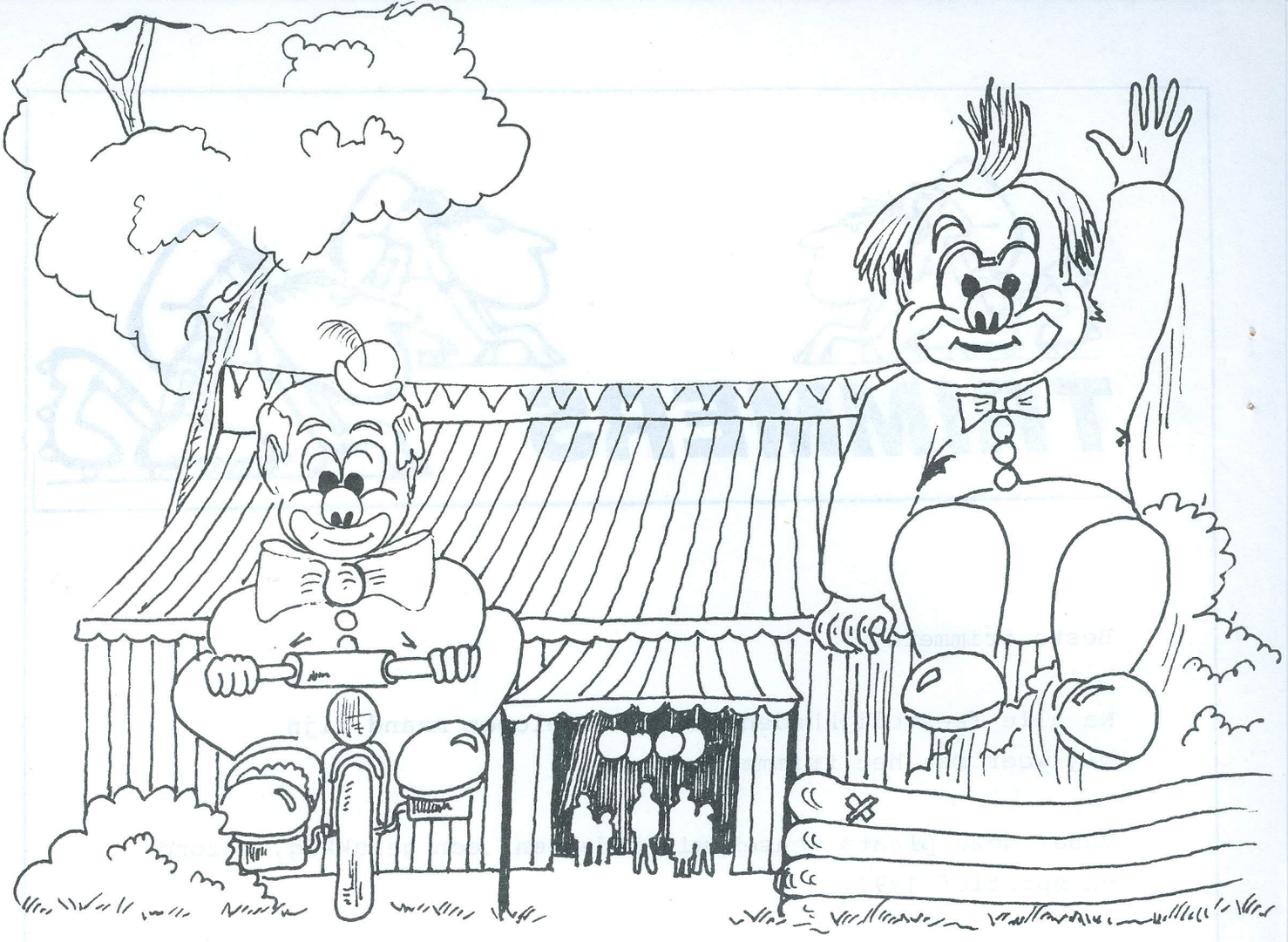
Hanny Brok	24 januari

en in februari:

Willy van de Rijt	1 februari
Gerrie Vervoort	2 februari
Betsie van Mil	7 februari
Jaap Kaandorp	23 februari

Allemaal een gezellige verjaardag !

Marianne



KLEURPLAAT



UITSLAG SPEL 2

De spelletjes van deze ronde trokken al meer liefhebbers dan in de eerste ronde het geval was. Het tangram-spel heeft in veel gezinnen de Kerstdagen beheerst. Diegenen die uit de opdracht gekomen zijn en hebben ingeleverd kregen vrijwel allen de maximaal 18 haalbare punten.
Voor de jeugd bleek het tangram-spel erg moeilijk te zijn. Echter, de drie geklasseerde deelnemers wisten ieder toch nog 9 punten te halen.
Hieronder volgt het nieuwe klassement.

KLASSEMENT NA 2 SPELRONDEN

1.	Henk Strik	30 punten
2.	Fien Asveld	29 punten
2.	Sjan Kerkhof	29 punten
4.	Tonny van Erp	28 punten
4.	Johan Stehmann	28 punten
4.	Els van Aarle	28 punten
7.	Cor Verschuyten	27 punten
8.	Ton Konneman	25 punten
9.	Frans Rovers	18 punten
9.	Lennert Asveld	18 punten
9.	Han Bouwmans	18 punten
9.	Huub van der Schoot	18 punten
13.	Marian Latijnhouders	10 punten
13.	Trees Minneboo	10 punten

JEUGDKLASSEMENT NA 2 SPELRONDEN

1.	Lenneke van Kessel	19 punten
1.	Koen van Kessel	19 punten
1.	Jeroen Leenders	19 punten

In tegenstelling tot de eerdere ronden is het nieuwe spel zowel voor de jeugd als voor de volwassenen bedoeld. Én het is niet zo moeilijk als het tangram-spel.

Op de volgende pagina staan twee tekeningen die op het eerste gezicht gelijk aan elkaar zijn. Maar vergis je niet, er zitten heel wat verschillen in. De opdracht luidt dan ook: Zoek zoveel mogelijk verschillen. Omcirkel steeds op plaatje 2 de verschillen die je gevonden hebt. Veel succes bij de zoekactie!

De oplossing moet vóór 5 februari ingeleverd worden op een van deze adressen: Rinus Pennings, Hertog Hendrikstraat 32
Adrie van de Wijdeven, Doornappel 6.

SPEL 3: ZOEK DE VERSCHILLEN IN BEIDE PLAATJES

OMCIRKEL DE GEVONDEN VERSCHILLEN IN PLAATJE 2

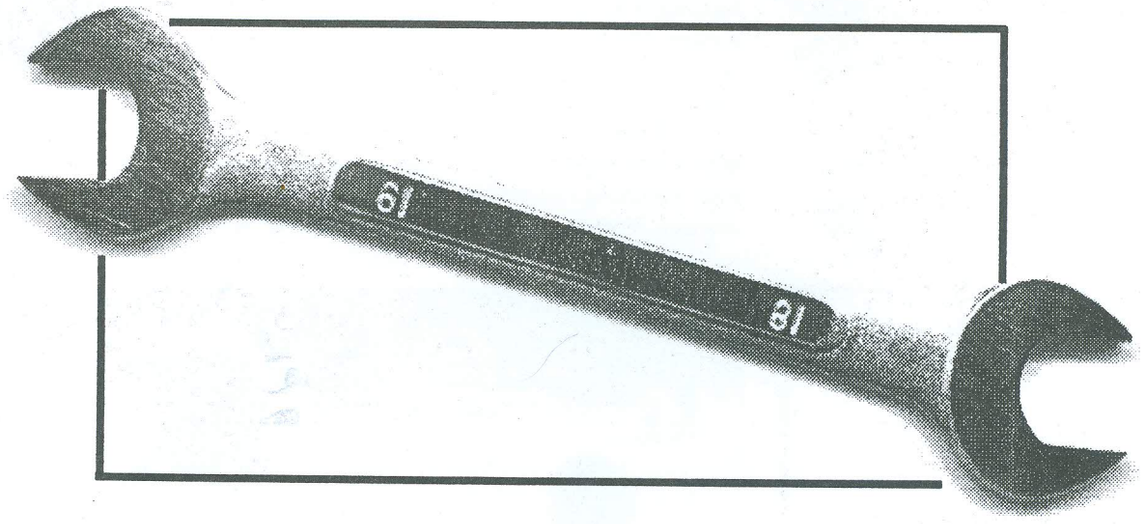


plaatje 1



plaatje 2

EEN ROOISE GARAGE, DE SLEUTEL TOT UW RIJPLEZIER



Uw auto is een onmisbaar vervoermiddel waarop u dagelijks een beroep doet.
Uw keuze voor een bepaald model of type is niet alleen afhankelijk van esthetische argumenten, maar vooral ook van praktische. De auto naar uw wens is een auto die voldoet aan alle gebruiksdoeleinden die voor u van toepassing zijn.
Niet in de laatste plaats is de keuze van uw garage afhankelijk van het service-gemak dat u verwacht. Een garage in Sint-Oedenrode is een groot voordeel waar het onderhoud en reparatie betreft.

Een nieuwe of gebruikte auto koopt u natuurlijk in Sint-Oedenrode.

Uw garage is vlakbij!

van Boxmeer BV
Borchmolendijk, tel. 75911
Q8 CITROËN

Damen & Kroes
Lindendijk 2-4, tel. 73950
ROVER

M. Renders
Nijverheidsweg 24, tel. 74059
TOYOTA SUZUKI

G. Voets BV
Industrieweg 1, tel. 74000
mazda

Jo Voets
Industrieweg 2, tel. 74251
MITSUBISHI

P. vd Warenburg
Boskantseweg 26, tel. 72740
OPEL BP

C.SCOPE

Wat is metaal detecteren?





Verborgen schatten. Beelden van oude beschavingen, piraten en leefgewoonten, totaal anders dan de onze, verschijnen in Uw gedachten wanneer U deze woorden hoort.
Het waren onze voorouders die een belangrijk deel bijdroegen aan de wereld zoals we die vandaag de dag kennen. Metalen munten en oudheidkundige objecten van jaren voorheen zijn vaak de toevallige ontdekking van de ploeg van een boer of een graafmachine.
Maar nu kunt ook U de rijkdom van de geschiedenis onderzoeken die onder de oppervlakte verborgen ligt. U kunt natuurlijk overal gaan zoeken, maar plaatsen waar regelmatig mensen komen lenen zich het best voor het speuren naar metalen objecten. Vergeet niet Uw eigen tuin en die van de buurman te onderzoeken want

De C-scope advieslijn 04105-12949

(tijdens kantooruren)

"C-scope's" jarenlange ervaring met metaaldetectoren betekent dat onze medewerkers bekend zijn met de vele aspecten van deze hobby. In deze brochure kunt U alle informatie over de Serie 1 en 2 van C-scope vinden. Voor meer specifieke informatie kunt U de advieslijn bellen of schrijven naar:

GELAN
METAALDETECTOREN B.V.
Postbus 102
5270 AC Sint-Michielsgestel



Spanning en plezier in het zoeken naar en vinden van . . . . De spanning van schatgraven op het strand houdt kinderen urenlang fascinerend bezig en ze vinden zo wat extra zakgeld.

er is gebleken dat daar door de jaren heen een rijke hoeveelheid aan ontdekkingen is gedaan.
Er zijn maar weinig hobby's die de spanning bieden die je krijgt tijdens het "schatzoeken". Ieder gevonden object zorgt weer voor een duidelijkere verbinding met het verleden en wijst op een boeiend verhaal van voorbij gegane jaren.
Ieder nieuw signaal houdt een reis naar het verleden in; Zo'n reis vertelt U stukje bij beetje meer over de mensen en het gebied waarin ze destijds leefden.
Dit is de reden waarom het "schatzoeken" voor het hele gezin is; de kinderen krijgen op deze manier veel kennis uit het verleden wat uiteraard veel spannender is dan leerboeken. Het "schatzoeken" wordt uitgeoefend door honderd duizenden mensen over de hele wereld. Sommigen zoeken alleen, anderen samen met hun familie en vrienden en weer anderen zijn lid van een club om hun ervaringen met elkaar uit te wisselen.

SUPERIOR METAL DETECTORS