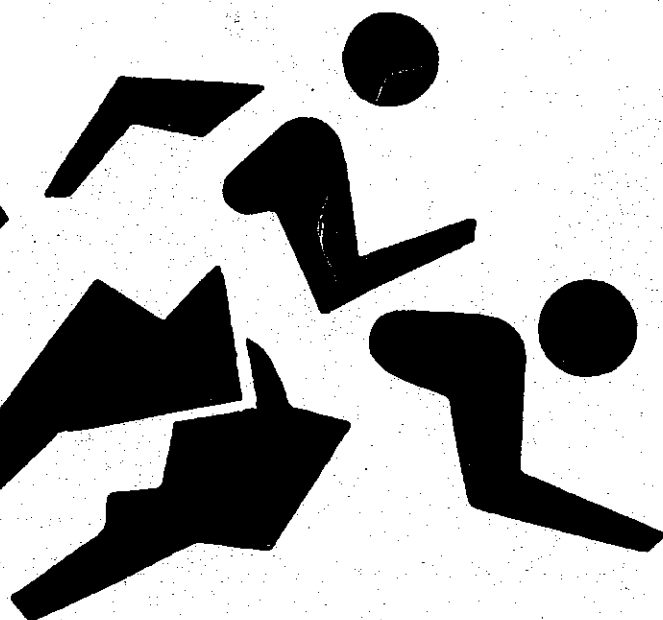
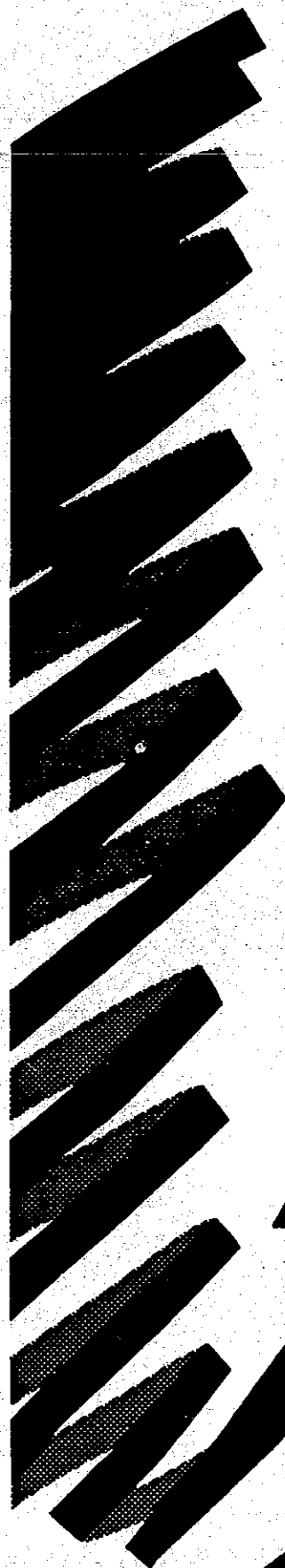


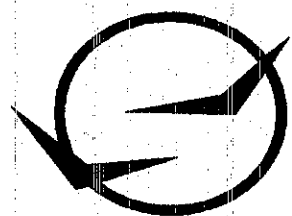
78

Cor en Tonny van Erp
Grote Doelenlaan 27
5491ED Sint-Oedenrode

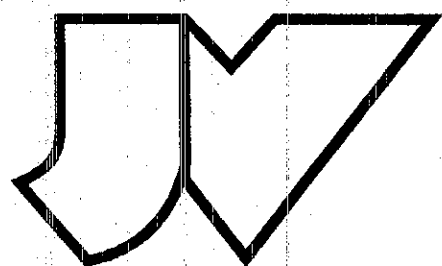
juli/augustus 1998

S.V. FORTUNA '67





v.o.f. JAN VOGELS REKLAME



letters en logo's

VOOR KWALITEIT EN SERVICE

**ONTWERPEN; STICKERS; AUTOBELETTERING;
REKLAMEBORDEN; LICHTREKLAME;
KUNSTSTOF LETTERS; SPANDOEKEN;
BOUWBORDEN; REKLAMESTELLINGEN;
ARTIST-IMPRESSIONS; BEWEGWIJZERING;**

TEL. 0413 47 36 62 FAX 47 27 14

feest!!

✓ Wanneer?

5 september

✓ Waar?

De Gouden Leeuw

✓ Hoe laat?

20.00uur

✓ Thema?

"Kindertijd 5 tot 10 jaar"

✓ Eigen bijdrage?

Fl 35,-- pp incl. Hapjes en Drankjes

Opgeven + betalen voor 15 juli bij:

✓ Marij vd Boom, Graaf-Arnulfstraat 18

✓ Francien Dekkers, Hongerstraat 5

✓ Petra Rovers, Mariannestraat 11

Namens de feestcommissie: "tot 5 september!!!"





uitgave: juli 1998

Bestuur:

Voorzitter	Cor van Erp	Grote Doelenlaan 27	tel.0413-474622
Secretaris	Art Vissers	Den Hof 11	tel.0413-478218
Penningmeester ¹	Martin Arts	Julianastraat 42	tel.0413-490730
Trainingscoördinat.	Gerrit van de Riet	Het Binneveld 10	tel.0413-477329
Trimmen	Tonny van de Rijt	Ollandseweg 14	tel.0413-475336
Wed. Org. Comité	Henry Wijffelaars	Beethovenstraat 9	tel.0413-479081
Jeugd	Tiny Aarts	Korenlaan 27	tel.0413-478082

Trainers:

Atletiek	Leon Verrijt	Den Berg 7	tel.0413-476220
Atletiek	Paul Groos	Leeuwerik 43	tel.0413-474780
Atletiek	Pieter van Aarle	Berliozstraat 1	tel.0413-474772
Loopgroep	George Zoontjens	Bernhardstraat 23	tel.0413-476748
Loopgroep	Henk Strik	Mariannestraat 55	tel.0413-476769
Loopgroep	Rinus Pennings	Hertog Hendrikstraat 32	tel.0413-476743
Loopgroep	Johan Stehmann	Passtraat 5	tel.0413-475818
Loopgroep	Gerrit van de Riet	Het Binneveld 10	tel.0413-477329
Trimmers	Harry v.d. Hurk	De Voortstraat 6 Veghel	tel.0413-363734

Wedstrijd Organisatie Comité:

Voorzitter	Henry Wijffelaars	Beethovenstraat 9	tel.0413-479081
Secretaris	Peter Slits	Jonker de Jegerstraat 23	tel.0413-477806
Penningmeester	Lien Vogels	Sonseweg 8 ^a	tel.0413-475485

Wedstrijdsecretarissen:

Uit wedstr. senioren	Peter Hellings ²	Streepenstraat 50	tel.0413-478463
Thuis wedstr. sen.	Jorrit Dekkers ²	Hongerstraat 5	tel.0413-473480
Uit/Thuis pup.-jun.	Tiny Aarts ²	Korenlaan 27	tel.0413-478082

Ledenadministratie - Redactie clubblad:

Tonny van Erp	Grote Doelenlaan 27	tel.0413-474622
uitsluitend schriftelijk	5491 ED Sint-Oedenrode	
aanhelden nieuwe leden - adreswijzigingen - afmelden lidmaatschap		

Wedstrijduitslagen kranten:

Tinus Rovers	Componistenlaan 63	tel.0413-478449
uitsluitend zondagavond tussen 18.00 en 19.00 uur doorgeven.		

Onderhoud materialen en accommodatie:

Karel Verberk	Streepenstraat 40	tel.0413-473187
---------------	-------------------	-----------------

Kleding jeugd:

Lily den Otter	tel.0413-477747
----------------	-----------------

Kleding loopgroepen:

Karin Slits	tel.0413-477806
-------------	-----------------

Feest en Felicitatiecommissie: (lief en leed)

Francien Dekkers	Hongerstraat 5	tel.0413-473480
Petra Rovers	Mariannestraat 11	tel.0413-475684
Marij van den Boom	Graaf Arnulfstraat 18	tel.0413-474200

¹ Rabobanknummer penningmeester 13.82.12.783

² Gironummer wedstrijdsecretarissen 69.33.969

Contributie bedragen per 1 januari 1998

KNAU-basiscontr. pupillen	f 16,00	Wedstrijdlicentie pupillen	f 11,00
KNAU-basiscontr. junioren	f 17,00	Wedstrijdlicentie junioren	f 19,50
KNAU-basiscontr. sen./vet.	f 18,50	Wedstrijdlicentie sen./vet.	f 31,00
KNAU-basiscontr. recreant	f 18,50		

Contributie jeugd t/m 11 jaar (pupillen)	f 85,00	(exclusief basiscontr. en wedstrijdlicentie)
Contributie jeugd 12 t/m 18 jaar (junioren)	f 95,00	(exclusief basiscontr. en wedstrijdlicentie)
Contributie seniorenatletiek	f 135,00	(exclusief basiscontr. en wedstrijdlicentie)

Jeugd t/m 11 jaar	f 69,50	het eerste halfjaar en	f 42,50	het tweede halfjaar
Jeugd 12 t/m 18 jaar	f 84,00	het eerste halfjaar en	f 47,50	het tweede halfjaar
Seniorenatletiek	f 117,00	het eerste halfjaar en	f 67,50	het tweede halfjaar

Loopgroepleden	+ basiscontributie	f 88,50	(KNAU-recreant)
Loopgroepleden	met wedstrijd licentie	f 119,50	(KNAU-wedstrijd)

Trimmers	f 120,00	(f 60,00 per half jaar)
Trimmers + basiscontributie	f 138,50	(eerste half jaar f 78,50 tweede half jaar f 60,00)
Trimmers + lid loopgroep	f 198,50	(eerste half jaar f 108,50 tweede half jaar f 90,00)

De mogelijkheid om per ½ jaar te betalen geldt alleen voor die personen die een machtiging hebben afgegeven. Acceptgiro-betalers betalen per jaar + f 2,50 kosten.

Inschrijfgeld voor leden van de loopgroep bedraagt f 40,00.

Hiervoor ontvangt men een loopshirt.

Kleding is te bestellen bij Karin Slits (loopgroepen) en Lily den Otter (jeugd).

Wat betekent 'n K.N.A.U.-wedstrijdlicentie ?

- Dat je kunt deelnemen aan de K.N.A.U.-wedstrijden.
- Dat je kunt voor-inschrijven voor een lager tarief (meestal via A-formulier bij wedstrijdsecr. Peter Hellings).
- Dat je in de einduitslag van een wedstrijd wordt vermeld (trimmers worden vaak niet geregistreerd).
- Dat je verzekerd bent bij trainingen en wedstrijden.

Leeftijdsindeling per 1 november 1997 / 1998

Mini-pupillen	geboren in	1991
Pupillen C	" "	1990
Pupillen B	" "	1989
Pupillen A	" "	1988/1987
Junioren D	" "	1986/1985
Junioren C	" "	1984/1983
Junioren B	" "	1982/1981
Junioren A	" "	1980/1979
Senioren	" "	1978 en eerder
Veteranen <u>vrouwen</u>	(op de dag dat je 35 wordt)	geboren 1963 en eerder
Veteranen <u>mannen</u>	(op de dag dat je 40 wordt)	geboren 1958 en eerder

<u>Trainingstijden:</u>	atletiek (zomer)	pupillen dinsdag/donderdag	18.00-19.00 uur
		junioren dinsdag/donderdag	18.30-20.00 uur
	atletiek (winter)	pup.-jun.sporthal donderdag	18.00-19.00 uur
		pupillen buiten zaterdag	09.30-10.30 uur
		junioren buiten zaterdag	11.00-12.00 uur
	loopgroep	maandag/woensdag	19.30-20.30 uur
		zaterdag Vresselsbos	16.00u(zom.)15.30u(win.)
	trimmers	sporthal donderdag	20.00-21.00 uur

Van de voorzitter

De vakantietijd staat voor de meeste onder ons weer voor de deur. Een drukke periode organisatorisch met de halve marathon, 10 en 5 km. en de jeugdinstituifavonden is afgesloten. De weersituatie bij deze evenementen, koel regenachtig bij de jeugdinstituif en temperaturen van 30°C. bij de halve marathon waren spelbrekers. Ondanks dit zijn deze activiteiten geslaagd te noemen en is de verandering van start- en finishlocatie van de halve marathon een verrijking van dit evenement.

De diverse groepen binnen onze vereniging zijn het seizoen aan het afsluiten. De trimmers zullen het winterseizoen ingaan met een nieuwe trainer waarnaar we op zoek zijn. We nemen jammer genoeg afscheid van Harry van de Hurk die deze groep tot tevredenheid leidde.

De andere groepen hebben binnenkort hun afsluiting op een ludieke manier zoals mij ter ore is gekomen.

Vooruit kijkend naar het winterseizoen is de trimloopcompetitie eindelijk weer terug op een vaste locatie. Na veelvuldig overleg met het Gemeente bestuur is ons het park "Kienehoef" toegewezen als onderkomen van dit evenement. Het correcte gedrag van de lopers en organisatie heeft hierbij de doorslag gegeven. Men was nogal bevreesd voor fietsoverlast en afzettingen in het park, wat men door persoonlijke overtuiging niet bewaarheid heeft gezien.

Ook worden er voorbereidingen getroffen voor het nieuwe seizoen door de diverse commissies. De 24-uursloop met 's avonds een feestavond voor de gehele vereniging is een uitstekende mogelijkheid elkaar sportief en ontspannen tegen te komen. Dus schroom niet en geef je op voor deze ontspannende inspanning.

Onze vereniging is weer versterkt met een scheidsrechter. Martin Arts is geslaagd voor deze KNAU-opleiding, waar Peter Hellings binnenkort nog een examen voor af moet leggen. Martin proficiat en Peter veel succes namens ons allen.

Voor we met het nieuwe seizoen gaan starten gaan we genieten van een welverdiende vakantie. Ik wens eenieder een ontspannen vakantie en zieken of geblesseerden een snelle genezing toe.

Cor van Erp

VERJAARDAGEN

1	juli	Loes van Thiel
1	"	Roy van der Veen
3	"	Marij van den Boom
5	"	Mari Smits
6	"	Jos van Uden
7	"	Wil Snoeks
11	"	Riky van Acht
16	"	Gerrit van de Riet
20	"	Toon Schouten
20	"	Rik Rovers
23	"	Arno Sanders
27	"	Toine van Erp
28	"	Annelies Stabel
2	augustus	Antoinette van de Laar
3	"	Johan de Haan
3	"	Carin van Schijndel
8	"	Christien Vorstenbosch
14	"	Netty Hulsen
17	"	Albert van Dinther
17	"	Rian Jansen
17	"	Janny van der Veen
18	"	Lies Brans
18	"	Ger Rovers
19	"	Ad van Rooij
20	"	Jolanda van Boxmeer
22	"	Francien Dekkers
26	"	Tom van Aarle
30	"	Jan van de Ven

PROFICIAT ALLEMAAL NAMENS BESTUUR EN LEDEN

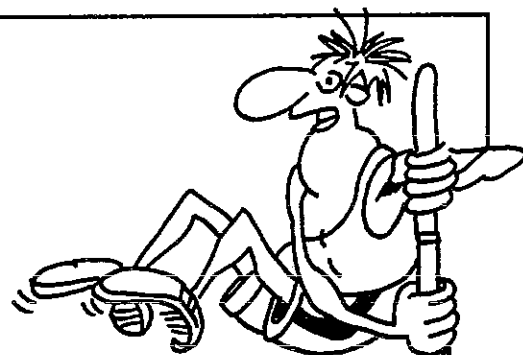
Nieuwe leden:

Rien Pennings	loopgroep
Joris van Kuijk	loopgroep
Annelies van Kessel	loopgroep
Rik Compagne	atletiek pupil A

Afmeldingen:

Aard van Berkel

atletiek



Programma "FORTUNA '67" 1998

12 juli	:	Afsluiting seizoen van de loopgroepen
5 september	:	24-uursloop
13 september	:	Halve marathon + 10 km. in Schijndel
18 oktober	:	1e Open Rooise trimloop competitie
15 november	:	2e Open Rooise trimloop competitie
2 december	:	Algemene Ledenvergadering
20 december	:	3e Open Rooise trimloop competitie

1999

17 januari	:	4e Open Rooise trimloop competitie
28 februari	:	Driedorpenloop 3 - 6 - 9 - 12 km.
21 maart	:	Scholierenloop
28 maart	:	5e Open Rooise trimloop competitie
... april	:	Velderparkloop in Liempde
20 juni	:	Abab halve marathon + 10 en 5 km.
4 september	:	24-uursloop
17 oktober	:	1e Open Rooise trimloop competitie
21 november	:	2e Open Rooise trimloop competitie
19 december	:	3e Open Rooise trimloop competitie

**Wij wensen jullie allen
een fijne, gezellige
en sportieve
vakantie.**

Informatie van het bestuur

In de afgelopen periode heeft het bestuur vergaderd op woensdag 20 mei 1998. Hierbij een korte weergave van de belangrijkste zaken uit deze vergadering.

1. aan de feest- en felicitatiecommissie zal een bijdrage worden toegekend van f 250,-- in verband met de organisatie van het feest na afloop van de aanstaande 24-uursloop op zaterdag 5 september a.s.
2. de contributiebedragen zullen binnenkort worden geïnd; komend jaren zal dit eerder in het jaar plaatsvinden;
3. de jeugdinstuif atletiek vindt dit jaar plaats op donderdag 11 en 18 juni en op 2 juli;
4. op 12 juli a.s. vindt er een fiets- en loopevenement plaats voor de loopgroepen;
5. ook de trimmers sluiten hun seizoen op een informele wijze af;
6. binnenkort zal verder invulling worden gegeven aan de plannen om te komen tot een loopgroep voor jeugdleden;
7. de volgende vergadering zal zijn op woensdag 8 juli a.s.

Namens het bestuur,
Secretaris, Art Vissers.

Hallo Trimmers en Trimsters

Zoals jullie allemaal wel weten gaat Harry van de Hurk ons na 1 jaar verlaten, wat wij heel jammer vinden.

Harry had elke donderdagavond weer een nieuwe oefening. Dat vonden wij erg fijn. Vandaar dat we ook allemaal op elke training aanwezig waren.

In september nemen we afscheid van Harry en bedanken hem voor de inzet die hij het afgelopen jaar getoond heeft. Dit zal na de training plaatsvinden. Harry vanaf deze plaats alvast bedankt.

De vakantie staat weer voor de deur, dat is voor iedereen een fijne tijd. Een tijd waarin niets hoeft en alles mag. Ik hoop dan ook dat jullie een goede vakantie hebben met veel mooi weer en dat jullie daarna weer vol goede moed terugkomen.

Wij beginnen weer op donderdag 10 september. We moeten volgend seizoen proberen om op tijd te komen, want het uur is toch al zo kort. Ook voor de trainer is het fijner als we op tijd komen.

Als jullie nog nieuwe leden weten te vinden breng ze dan mee. Nieuwe leden kunnen we altijd goed gebruiken.

Wij hopen dat we vòòr 10 september een nieuwe trainer gevonden hebben. We zijn naarstig op zoek. Weten jullie nog iemand laat het ons dan weten

Vele groetjes van Tonny.

Martien van Berkel

VERHUUR VAN:

- * Steiger materialen
- * Stucsteigers
- * Betonmolens
- * Metselprofiels
- * Schroefstempels
- * Schragen
- * Enz. Enz. Enz.

Schietbergweg 15
Tel. 0413-472212 Sint-Oedenrode

WOONIDEE MEIJER

VOOR COMPLETE WONINGINRICHTING

Kofferen 30
5492 BN Sint-Oedenrode
Tel. 0413-479615



JAN HABRAKEN

GLAS & ALUMINIUMWERKEN

Handelsweg 17
5492 NL St. Oedenrode
Telefoon 0413 - 47 81 06
Fax 0413 - 47 69 20

- * **SERRE'S**
- * **SCHUIFPUIEN**
- * **ALUMINIUM KOZIJNEN**
- * **ALLE SOORTEN BEGLAZING**
- * **ZONWERING & ROLLUIKEN**

AUTOVERZEKERINGEN

MET 75% KORTING

Maar ook voordat u de maximale Bonuskorting heeft bereikt geven wij al forse kortingen. Na 4 jaar 65%, na 3 jaar 60%, na 2 jaar 55%. Bestaande B/M korting nemen wij over.

WA gewicht	premie	Beperkt casco dagwaarde premie	Casco cat.waarde premie
650 kg	242.-	4.000.-	60.-
700 kg	260.-	5.000.-	90.-
750 kg	279.-	8.000.-	120.-
800 kg	298.-	10.000.-	150.-
850 kg	316.-	12.000.-	180.-
900 kg	339.-	14.000.-	210.-
950 kg	361.-	16.000.-	240.-
1.000 kg	382.-	18.000.-	270.-
1.050 kg	407.-	20.000.-	300.-
1.100 kg	429.-	22.000.-	330.-
1.150 kg	454.-	24.000.-	360.-
1.200 kg	477.-	26.000.-	390.-
1.250 kg	503.-	28.000.-	420.-
			18.000.-
			19.000.-
			20.000.-
			22.000.-
			24.000.-
			26.000.-
			28.000.-
			30.000.-
			32.000.-
			34.000.-
			36.000.-
			38.000.-
			40.000.-

w.a. casco = w.a. + casco / w.a. beperkt casco =
w.a. + beperkt casco

Bemiddeling in:

- Assurantiën • Hypotheken • Financieringen

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

Ook zaterdag geopend van 8.30 tot 15.30 uur.
Tevens spaaragentschap N.M.S.

assurantie- en adviesbureau

van kuringe bv

onderdeel van van kuringe holding

Koninginnelaan 1, Sint-Oedenrode - Tel. 47 49 33

van Hoof Reizen

Het Autobusbedrijf waar u
het beste mee UIT bent !



sedert 1921

Sint-Oedenrode Tel. 0413 - 47 25 45

24-UURSLOOP 1998.

Op zaterdag 5 september staat de 24-uursloop 1998 gepland.

Een jaarlijks terugkerend evenement dat dit jaar voor de 19e keer wordt georganiseerd op het Concordia terrein in sportpark de Neul.

Dit jaar wordt er van **15.00 uur tot 19.00 uur** gelopen door zes teams. Deze vroege start om iedereen de gelegenheid te bieden zich op te frissen voor het door de feestcommissie georganiseerde **feest**.

De te vormen teams gaan onderling strijden wie in vier uur de grootste afstand zal afleggen en of de teams gezamenlijk het 24-uurs record van 1988 dit jaar kunnen verbeteren.

De teams zullen door een commissie worden samengesteld uit leden van de verschillende loopgroepen aangevuld met jeugdleden.

Als om 15.00 uur het startschot valt komen er zes lopers/loopsters in actie welke door de andere teamleden worden afgewisseld zodat er steeds zes personen in de baan zijn totdat om 19.00 uur het eindschot klinkt.

Een registratie team van zes personen noteert voor elk team afzonderlijk, het aantal gelopen ronden.

Om dit evenement te laten plaatsvinden zullen we wederom een beroep willen doen op de leden van de diverse loopgroepen en/of gezins- en familieleden.

Vandaar dat we graag van u willen weten of u aan dit evenement kunt deelnemen.

Kort samengevat hebben we ongeveer 50 loopsters/lopers nodig, een aantal teamleiders en personen die de ronden bijhouden om dit evenement te doen slagen.

Hopelijk kunnen we er met z'n allen een leuke happening van maken. 's Avonds na de prijsuitreiking kan er nog gezellig over nagepraat worden.

Bij voorbaat dank voor uw medewerking.

Organisatie 24-uursloop 1998.

Tiny Aarts en Henk Strik.

Middels onderstaande strook of intekenlijst in het kleedlokaal kunt u zich opgeven.

✂-----

Ik doe graag mee:

- ☐ als loper/loopster
- ☐ als rondenteller/ster

- ☐ als teamleider/leidster
- ☐ andere werkzaamheden

Naam:.....

Adres:.....

Telefoonnummer:.....

✂-----

Dit strookje kunt u inleveren bij:

Tiny Aarts

Korenlaan 27

5491 NE St. Oedenrode.

Telefoon: 478082

feest!

✓ Wanneer?

5 september

✓ Waar?

De Gouden Leeuw

✓ Hoe laat?

20.00uur

✓ Thema?

"Kindertijd 5 tot 10 jaar"

✓ Eigen bijdrage?

Fl 35,-- pp incl. Hapjes en Drankjes



Opgeven + betalen voor 15 juli bij:

✓ Marij vd Boom, Graaf-Arnulfstraat 18

✓ Francien Dekkers, Hongerstraat 5

✓ Petra Rovers, Mariannestraat 11

Namens de feestcommissie: *"tot 5 september!!!"*

Aantal personen:.....

Naam:.....

*snel en goed
in uitzenden*

S·A·M

UITZENDBURO

**St-Oedenrode
Kofferen 1
5492 BL
Tel. 0413-479332
Fax 0413-477208**

**St-Michielsgestel
Nieuwstraat 10
5271 AD
Tel. 073-5530677
Fax 073-5530678**



Nicole Vogels Reklame

* **TEXTIELDRUK**

* **ZEEFDRUK**

* **BELETTERINGEN**

Sint-Oedenrode Tel. 0413 47 36 62 Fax 0413 47 27 14

MARATHON ROTTERDAM 1998

Beste sportvrienden, eindelijk was het dan weer zover. De dag waar door de meeste Marathonners in Nederland en ver daarbuiten toch ieder jaar weer met spanning wordt uitgekeken. En waar ondertussen ook een hele Fortuna-delegatie jaarlijks naar toe gaat om daar, voor sommigen hun eerste, en voor anderen de zoveelste marathon uit hun carrière te gaan lopen.

Zoals gewoonlijk begint het seizoen voor verschillende van onze marathonners in Apeldoorn. Hier wordt al behoorlijk flink naar toe getraind om daar, al gelang de ervaring en conditie, deel te nemen aan de "Midwinter Marathon", de "Asselronde" van 27.5 km. of de "Mini Marathon" van 18 km.

Deze geven een mooie aanzet voor het "echte" werk in Rotterdam. Hoewel, door de vaak barre omstandigheden begin Februari vaak ook Apeldoorn een fikse uitdaging vormt voor onze "Harde Kern".

Hoe korter de grote dag van de "Rotterdam Marathon" nadert, des te groter wordt de spanning over het welslagen van de uitdaging die de 42195 meter voor zowel beginnende als ervaren deelnemers toch altijd weer is.

Door de gesprekken tijdens de trainingen en de stijgende belangstelling van je clubgenoten begint het evenement voor iedereen steeds meer te leven en uiteindelijk heb je voor de start vaak in gedachten zo'n marathon al vele malen afgelegd.

Schema's zitten in je hoofd, soms zeer optimistisch, maar voor de "Buitenwacht" houdt ieder toch wat slagen om de arm.

Uiteindelijk is het dan 19 april en na een voor iedereen goed verlopen voorbereiding staat de hele Fortuna-meute, liefst 13 man ehheh sorry, 9 mannen en 4 vrouwen sterk, aan de start voor "De snelste marathon van de Wereld".

Nou, daar hebben de meeste Fortunezen natuurlijk geen last van en ieder begon op de voor hem beste manier aan deze zware opgave.

De weersomstandigheden waren gunstig, het zeer enthousiaste publiek overal overweldigend aanwezig en ook onze eigen Fortuna aanhang liet langs het parcours overduidelijk van zich horen. Een geweldige stimulans voor de lopers om vele malen langs het parcours de bekende gezichten te zien tussen de mensenmassa en de welgemeende aanmoedigingen te horen. **Namens alle deelnemers, heel hartelijk bedankt supporters!!**

Uiteindelijk werd het voor de meeste lopers een succesvol gebeuren. Wat betreft tijden, voor sommigen een meevaller en voor anderen misschien ook iets beneden de gestelde verwachting, maar dat is eigen aan het lopen van een Marathon. "Soms zit het mee en soms zit het tegen" doet hier altijd opgeld.

Hoewel elders in dit clubblad de uitslagen en tijden wel vermeld zullen zijn wil ik hier toch een paar bijzondere prestaties noemen. Op de eerste plaats Jos Dekkers die voor zijn 62e marathon met 2.58 uur opnieuw een tijd onder 3 uur realiseerde. Verder Mart van Heeswijk, Mari van Houtum, Henk van Uden en Toon van de Rijt die met resp. 3.03, 3.11, 3.13 en 3.15 ver vooraan in de uitslagen te vinden waren. Henry Wijffelaars en Arno Sanders liepen deze Marathon min of meer als voorbereiding op hun Italiaanse Marathon avontuur in Turijn en haalden in 3.30 en 3.40 uur de finish.

Een speciaal woord van waardering voor onze 4 dames is hier ook zeer zeker op zijn plaats. Zowel Nicolien Smulders (3.42) Riekje Haagen en Lien Vogels, samen binnen in 4.17 en Tineke van Boxmeer in 4.58 uur voltooiden deze mooie marathon en kunnen met gepaste trots op hun prestaties terugkijken.

Natuurlijk was ook de fantastische 4.07 van Gé de Louw in zijn eerste Marathon een prestatie waar hij "beretrots" op mag zijn

Helaas was voor Wil Snoeks de afstand deze keer iets te lang en na 35 km. moest hij met kramp de wedstrijd verlaten, maar hier geldt ongetwijfeld dat Wil door deze tegenslag een volgende keer nog sterker terug gaat komen.

Voor het overige begrijp je hopelijk uit mijn verslag dat het lopen van een Marathon een geweldige uitdaging en een prachtige ervaring is. Misschien dat andere leden na het zien en beleven van Rotterdam en de verhalen van de deelnemers zich ook eens geroepen voelen om tot het "Elitecorps" van Marathonners toe te treden. Trainers en lopers staan altijd klaar met schema's en adviezen.

Bedankt nog aan iedereen die aan het welslagen van "Rotterdam 1998" heeft meegewerkt!!

Een deelnemer.
(Naam bij de redactie bekend)

Het Trimloopboekje 1998/1999 is weer te bestellen

Het Trimloopboekje bevat in chronologische volgorde alle lopen, halve marathons en marathons die vanaf 1 september 1998 tot en met 31 augustus 1999 in Nederland worden georganiseerd. De kosten van het boekje bedragen bij in totaal 10 of meer bestellingen f 8,00 per stuk, anders f 14,75 per stuk. Bestellen is mogelijk tot en met woensdag 15 juli door je naam te noteren op de inschrijffijst die is opgehangen in de kleedlokalen.

Jorrit Dekkers.

Wedstrijduitslagen

Stichting "De Twintig van Alphen" 14 maart 1998

153	Mart van Heeswijk	20 km.	1.20.34 p.r.	19e mannen	45
186	Mari van Houtum	20 km.	1.22.39 p.r.	27e mannen	45
189	Ad van der Heijden	20 km.	1.22.48 p.r.	28e mannen	45
207	Henk van Uden	20 km.	1.24.26 p.r.	23e mannen	50
313	Mari Smits	20 km.	1.31.31 p.r.	62e mannen	45
348	Arie Koek	20 km.	1.35.20 p.r.	69e mannen	40

Brabants Dagbladloop bij a.v. O.S.S. VOLO te 's-Hertogenbosch 29-03-'98

halve marathon

V35+	5	Lien Vogels	1.51.33	M45	7	Mari van Houtum	1.28.23
V35+	6	Riekie Hagen	1.52.45 p.r.	M45	8	Jos van Uden	1.29.05
Man.	9	Addij de Kort	1.15.45	M45	12	Ad v.d. Heijden	1.30.25
M50	3	Jos Dekkers	1.20.09	M45	14	Toon v.d. Rijt	1.31.16
M50	8	Henk v. Uden	1.29.01	M45	19	Mari Smits	1.36.47
M50	20	Peter Hellings	1.49.02	Recr.10		Wil Snoeks	1.29.17
				Recr.77		Ge de Louw	1.49.26

Vennenloop bij a.v. TAXANDRIA te Oisterwijk 25 april 1998

15e mannen sen.	Frank Scheutjens	15 km.	0.58.04	15,5 km./uur
14e mannen 40	Ad v.d. Heijden	15 km.	1.00.01	15,0 km./uur
19e mannen 40	Jos van Uden	15 km.	1.01.45	14,57 km./uur

11e Oranjeloop van Laarbeek (trimloop) bij R.C.L. te Lieshout 30 april '98

5 km.

37	Joris van Esch	0.21.32
88	Antoon Asveld	0.29.41

10 km.

10	Jorrit Dekkers	0.37.18
18	Mark v.d. Dungen	0.38.35
37	Erik Kempe	0.40.23
60	Gerard vd Wijdeven	0.44.13
107	Christ Hendriks	0.51.06

111	Jolanda v. Boxmeer	0.52.09
113	Riekie Hagen	0.52.34
125	Diny v.d. Wijdeven	0.54.34
132	Tineke v. Boxmeer	0.55.15
158	Annemiek Koek	0.58.19

14,6m.

14	Art Vissers	0.58.55
15	Frank Scheutjens	0.58.56
28	Ad van der Heijden	1.01.28
59	Theo v.d. Eerden	1.06.13
69	Henk Strik	1.07.46

14,6 km.

72	Frans Rovers	1.08.00
83	Henk Dortmans	1.09.47
99	Willy Konings	1.13.46
100	Will van de Rijt	1.15.14
104	Lien Vogels	1.14.03
117	Piet van Engeland	1.17.09
131	Ge de Louw	1.19.26

Halve marathon

13	Jos Dekkers	1.21.47
33	Toon van de Rijt	1.29.39
35	Mari van Houtum	1.29.59
40	Wil Snoeks	1.31.09
50	Henry Wijffelaars	1.33.26
51	Henk van Uden	1.33.39
58	Arie Koek	1.35.59
102	Peter Hellings	1.45.05
109	Wim van Meijl	1.46.33

De Rabobank - Oranjabokaal is gewonnen door: HAC - Helmond 5.36.46, tweede LGD - Deurne 6.24.01 en S.V. Fortuna is op de derde plaats geëindigd in een tijd van 6.34.49. De eerste 4 mannen en de eerste 2 vrouwen op de 14,6 km. werden hiervoor geklasseerd.

Beekloop (trimloop) te Eindhoven 29 april 1998

Simon Lavrijssen	12.075 m.	0.57.20	Isa van Heijningen	12.075m.	1.01.00
Nicolien Smulders	12.075 m.	1.00.30	Marianne Latijnhouwers	8.000m.	0.42.00
Lies Brans	12.075 m.	1.00.30	Christien Vorstenbosch	8.000m.	0.43.50

Haagse Beemdenloop te Breda (trimloop) 3 mei 1998

Mari Smits	10 km.	0.42.47
------------	--------	---------

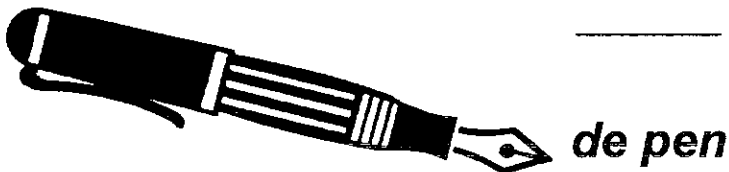
Kempische Trimcompetitie bij a.v. Oirschot 3 mei 1998

14.400 meter

Jos Dekkers	1.05.30	Simon Lavrijssen	1.14.48
Toon van de Rijt	1.07.15	Will van de Rijt	1.18.53
Peter Hellings	1.12.54		

Bergrace te Wageningen 17 mei 1998

92	Antoon Asveld	11,5 km.	1.15.01	15e mannen 45 tot 50 jaar
----	---------------	----------	---------	---------------------------



Fonske, ge bent bedankt. Mij de pen geven terwijl je heel goed weet dat ik niet kan schrijven. Maar goed, ik zal een poging wagen.

Ik ben Arno Sanders, 36 jaar oud (of jong, 't is maar net hoe je het bekijkt) geboren in Son en sinds kort Roois staatsburger. Mijn beroep is chauffeur op de dierenambulance. De studie die ik daarvoor heb moeten volgen was lang en zwaar.

Ongeveer 8 jaar geleden ben ik begonnen met lopen, voornamelijk om mijn conditie op peil te brengen, want die was ver te zoeken. Na een paar maanden trainen begon ik met 10 kilometer, wat later de 15 kilometer en weer wat later de halve marathons bijv. In Eindhoven, Egmond aan Zee, Sint-Oedenrode en zelfs internationaal (Dinant in België).

Men zegt dat lopen een verslaving is en dat klopt helemaal. Ik ging trainen met de toppers van Fortuna (nee, ik noem geen namen) en zo ben ik me gaan toeleggen op de marathon. Mijn eerste was in 1996 in Apeldoorn. In datzelfde jaar volgden nog Rotterdam, Utrecht en zelfs New York. Inmiddels heb ik er al 10 gelopen en hopelijk volgen er nog vele, zowel in binnen- als buitenland. Dit jaar heb ik samen met Henry Wijffelaars (mijn loopmaatje) een poging ondernomen in Turijn. Helaas heb ik daar niet kunnen waarmaken waarvoor ik gegaan was, vanwege wat problemen met de gezondheid. (Henry heeft het wel gered). Ook trainen is de laatste paar maanden wat minder geweest maar sinds kort ga ik er weer helemaal voor. Ik hoop nog lang te kunnen trainen bij Fortuna en nog heel wat wedstrijden te lopen.

Mijn pen is leeg en dus geef ik hem nu door aan.....

Wim van Meijl. Succes Wim en maak er wat van !!

Groetjes van Arno.

Blijf in Beweging...

Runnig Center weet hier alles van. Laat u eens voorlichten door de echte vakman op het gebied van uw favoriete sport zoals running, atletiek, triathlon of walking...

Door ons groot scala sportschoenen van alle bekende topmerken plus een professioneel assortiment kleding en accessoires, zijn wij in staat u vakkundig te adviseren met behulp van een loopband met video analyse.

Bezoek daarom nog deze week onze winkel.

RUNNING[®]
Center
International

Lardinoisstraat 9 - Eindhoven
Tel. 040 - 2448907

Running

Walking

Triathlon

Indoor

Aerobics

EINDHOVEN

Wij zijn open op vrijdag van 17.00 tot 20.00 uur en
Zaterdag van 10.00 tot 16.00 uur.

Speciaal voor lopers zijn wij ook na telefonische
afspraak geopend. Tel. 0499-575370



Joost van Haaren
Michiel de Ruyterlaan 48a
Oirschot Tel. 0499-570198

snackbar DE KLOMP



HILDEWARELAAN 18 St-OEDENRODE Tel. (0413)-473321

9 mei 1998 A.V. De Keien

Estafette voor teams 12 maal 1 uur

Plaats	Team	Totale afstand	Uur 1	Uur 2	Uur 3	Uur 4	Uur 5	Uur 6	Uur 7	Uur 8	Uur 9	Uur 10	Uur 11	Uur 12
1	De Keien 1	185.460	15.400	15.160	14.650	15.140	14.858	15.600	15.600	14.840	16.720	16.412	15.480	15.600
2	AV Oss '78 1	176.090	15.070	15.600	14.525	12.110	14.165	15.030	15.760	12.280	14.270	15.240	16.460	15.580
3	De Komeet 1	173.101	13.335	15.745	14.635	14.035	15.310	14.060	13.140	13.838	14.480	15.537	14.220	14.766
4	Olympus Rijkevoort	172.885	14.220	14.607	15.070	9.985	15.385	12.370	15.015	14.720	15.415	14.928	14.440	16.730
5	Fortuna '67 1	171.185	14.100	14.300	14.050	15.050	13.350	14.900	14.198	13.990	14.120	14.933	13.744	14.450
6	De Keien 2	168.461	12.663	13.650	14.300	15.165	12.940	15.000	14.320	13.290	14.365	14.422	14.068	14.278
7	Lopersgroep Rosmalen	161.556	12.020	11.486	14.518	14.155	13.695	13.708	13.085	13.278	13.378	14.400	13.710	14.123
8	AV Oss '78 2	159.291	13.200	12.340	13.990	12.705	13.030	13.250	13.210	12.360	13.750	13.395	14.071	13.990
9	De Komeet 2	158.394	12.420	13.475	14.020	13.251	13.110	13.168	12.380	13.820	13.192	12.950	13.020	13.588
10	Ex-Lopersgroep Mill	157.549	14.630	16.068	11.460	12.123	13.745	9.000	13.612	13.038	13.180	12.093	13.900	14.700
11	Bernhezer Loopgroep	152.423	14.832	14.590	11.660	12.730	14.728	7.790	10.640	11.230	11.850	13.690	14.055	14.678
12	Alles rent behalve 'n vent	151.226	13.730	13.637	12.800	12.730	12.585	12.578	13.655	10.435	10.863	12.670	11.733	13.810
13	De Reserve Keien	151.021	11.820	10.118	13.318	12.210	14.058	11.740	12.310	12.305	13.910	12.170	13.530	13.532
14	Wijbosch Loopgroep	141.419	12.130	11.430	11.300	9.870	10.130	10.080	11.090	11.775	12.977	10.190	15.632	14.815
15	Fortuna '67 2	141.389	7.060	12.230	11.260	10.810	11.550	11.725	11.640	14.020	12.010	13.405	12.865	12.814

De resultaten van de Fortuna '67 lopers en loopsters zijn als volgt:

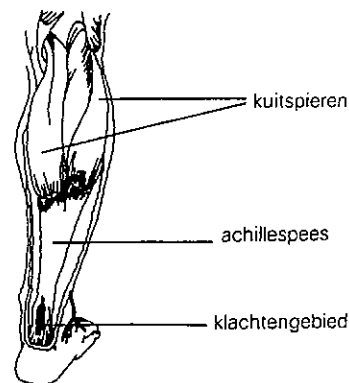
<i>Team 1</i>	<i>Gelopen afstand</i>
Henk van Uden	14.100 meter
Mari van Houtum	14.300 meter
Jos van Uden	14.050 meter
Jorrit Dekkers	15.050 meter
Henk Strik	13.350 meter
Frank Scheutjens	14.900 meter
Wim Kompier	14.198 meter
Wil Snoeks	13.990 meter
Pim van der Wijst	14.120 meter
Art Vissers	14.933 meter
Frans Rovers	13.744 meter
Toon van de Rijt	14.450 meter

<i>Team 2</i>	<i>Gelopen afstand</i>
Erik Kempe	7.060 meter
Nicolien Smulders	12.230 meter
Isa van Heijningen	11.260 meter
Lies Brans	10.810 meter
Carin van Schijndel	11.550 meter
Maria van Kampen	11.725 meter
Lien Vogels	11.640 meter
Mark van den Dungen	14.020 meter
Simon Lavrijssen	12.010 meter
Theo van der Eerden	13.405 meter
Pierre Lardenois	12.865 meter
Peter Hellings	12.814 meter

Achillespeesblessure

Inleiding

Een veel voorkomende klacht bij lopen is een stijve en pijnlijke achillespees. Bij lopen treedt deze achillespeesblessure vrijwel nooit plotseling op, maar worden de klachten geleidelijk aan erger. Het is dan ook een typisch voorbeeld van een overbelastingsblessure, waarbij de pijn meestal gevoeld wordt in een gebied op zo'n 5cm boven het hielbeen. In het beginstadium van deze blessure is er slechts sprake van drukpijn en een stijf en/of een licht zeurend pijngevoel (de ochtend) na een zware training. Als er geen maatregelen worden genomen zullen de pijnklachten ook optreden bij het begin van de training. Deze klachten verdwijnen in eerste instantie nog wel tijdens de warming-up, maar zullen na afloop van het lopen weer terugkeren. Als er dan toch nog wordt doorgelopen, zullen de pijnklachten uiteindelijk zoveel toenemen, dat het lopen gestaakt zal moeten worden. Genezing van de blessure zal dan in het algemeen maanden gaan duren.



Oorzaken van deze achillespeesblessure

Er spelen meerdere factoren mee bij het ontstaan van een achillespeesblessure.

- **Matige doorbloeding van de achillespees.**

Met name in het gebied zo'n 5cm boven het hielbeen is de doorbloeding van de achillespees matig, waardoor herstel na (kleine) beschadigingen slechts langzaam verloopt.

- **Overbelasting**

Door overbelasting ontstaan (kleine) beschadigingen in het peesweefsel. Overbelasting treedt eerder op bij:

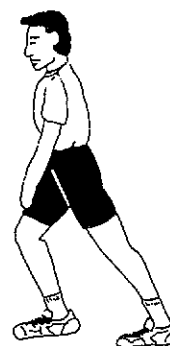
- ▶ Onvoldoende aandacht voor een warming-up en rekkingsoefeningen voor de kuitspieren.
- ▶ Verkorte of stijve kuitspieren.
- ▶ In een korte tijd te veel, te vaak en te snel lopen of springen. Met name aan het begin van het seizoen of na een blessure-periode wordt deze fout vaak gemaakt.
- ▶ Eenzijdige trainingsvormen; met name heuvel- en sprongkrachttraining zijn berucht.
- ▶ Lopen op een harde ondergrond (asfalt, beton).
- ▶ Dragen van schoenen die de schokken van de landing onvoldoende opvangen of onvoldoende ondersteuning (aan de hiel) geven.
- ▶ De aanwezigheid van (geringe) standafwijkingen van de onderbenen (bijvoorbeeld "O-stand"), de voeten (bijvoorbeeld knik-platvoeten) of een beenlengteverschil.
- ▶ Overgewicht; "te zwaar zijn".
- ▶ Niet of onvoldoende uitvoeren van een cooling-down.

Hoe voorkom je deze achillespeesblessure?

Om een achillespeesblessure te voorkomen, is het raadzaam om onderstaande "preventietips" bij het sporten op te volgen:

- **Warming-up**

Begin altijd met een goede warming-up. Loop 5 à 10 minuten rustig in en voer dan in ieder geval de twee aangegeven rekkingsoefeningen uit. Let goed op de aangegeven uitgangshouding en de wijze (niet verend!) waarop de rekkingsoefeningen moeten worden uitgevoerd. Bij het uitvoeren van de rekkingsoefeningen mag er geen pijn optreden. Hou de rekkingsoefeningen zo'n 10 seconden vol en herhaal iedere oefening 2 tot 3 maal per been.



- **Goede trainingsopbouw**

Zorg vooral voor een goede trainingsopbouw. Voer de intensiteit en de omvang van de trainingen geleidelijk op. De belastbaarheid van de pees zich slechts langzaam aan. Bouw dus na een blessure of ziekte de training weer zeer geleidelijk uit tot het oude niveau.

- **Spierversterkende oefeningen**

Besteed in de training aandacht aan spierversterkende oefeningen voor de voet- en kuitspieren. Hiernaast staat een voorbeeld gegeven van spierversterkende oefeningen voor de voetspieren getekend. Spierversterking voor de kuitspieren kan gemakkelijk (ook thuis) uitgevoerd worden. Ga met je voorvoeten op een verhoging staan (bijvoorbeeld een traptrede) en "zak" beheerst met de hakken omlaag. Kom vanuit deze stand omhoog op de voorvoeten. Herhaal de oefening nadat je weer dezelfde uitgangshouding hebt aangenomen.



- **Ondergrond**

Train zoveel mogelijk op zachte, maar wel effen, ondergrond (bos, gras).

- **Sportschoenen**

Draag goed passende sportschoenen met een schokdempende zool, een stevige hielsteun en een hoge soepele hielrand. Realiseer je dat de meeste spikes geen enkele schokdemping of ondersteuning geven. Train dus zoveel mogelijk op je gewone loopschoenen. Als je (lichte) voetafwijkingen hebt, (bijvoorbeeld knik-platvoeten), is het raadzaam om daar rekening mee te houden bij de aanschaf van nieuwe sportschoenen. Zo zijn schoenen met een anti-pronatie-wig aan te bevelen als de voeten bij de afwikkeling te veel naar binnen wegzakken. Een goede sportspecialist kan je over de aanschaf van de juiste sportschoenen adviseren. Soms is het noodzakelijk om bij voetafwijkingen of een beenlengteverschil een speciale aanpassing in of onder de sportschoen te laten maken. Dit moet dan wel door een orthopedisch schoenmaker worden gemaakt.

- **Cooling-down**

Beëindig de training altijd met een cooling-down. Deze bestaat uit enkele minuten rustig uitlopen en het uitvoeren van de boven beschreven rekkingsoefeningen.

- **Lichaamsgewicht**

Lopers met een (te) hoog lichaamsgewicht, lopen een grotere kans op een achillespeesblessure. Bij een (te) hoog lichaams-vetpercentage, helpt "afvallen" zeker mee om overbelasting te voorkomen.

Wat kan je doen als deze achillespeesblessure (toch) is ontstaan?

Wees alert op het begin van deze blessure. Een zeurende pijn tijdens of vlak na het lopen is niet normaal!

- **Voer bovenstaande preventietips uit**

Voer, voor zover mogelijk, (alsnog) bovenstaande preventietips uit.

- **Pas de training aan**

Vaak kan het tijdig aanpassen of stoppen van belastende trainingsvormen al voldoende zijn om een beginnende peesblessure te laten genezen. Vaak kun je toch nog goed in conditie blijven door andere bewegingsvormen op te zoeken waarbij de achillespees niet te zwaar belast wordt. Denk hierbij aan fietsen, Aqua Joggen of "steppen" met platte voet.

- **Koelen**

Als de blessure in een beginstadium verkeert, koel de achillespees dan na de training zo'n 15 tot 20 minuten met ijs. Het heeft de voorkeur om deze koeling uit te voeren door met een ijsblokje langs de pijnlijke plek te masseren. Het been kan ook op een stoel gelegd worden met een coldpack of een plastic zakje met kapotgeslagen ijsklontjes onder de achillespees. Leg dan wel bijvoorbeeld een theedoek tussen de huid en de ijszak ter voorkoming van huidbeschadiging door bevriezing. Herhaal dit koelen zo'n 3-5 keer per dag. Ook als de blessure al langer bestaat, kan het zinvol blijven om de achillespees meerdere keren op een dag te koelen.

- **Massage**

Als de kuitspieren stijf zijn, laat deze spieren dan masseren.

- **Vraag sportmedisch advies**

Als bovenstaande maatregelen niet binnen twee tot vier weken leiden tot een duidelijke vermindering van de klachten, ga dan naar de huisarts of naar een sportarts, werkzaam in een ziekenhuis of Sportmedisch Adviescentrum (S.M.A.). Zij kunnen beoordelen of fysiotherapeutische behandeling voor jou eventueel zinvol is.

Atletiekinstuif 1998 S.V. Fortuna '67

Naam	Categorie	Sprint 40 meter			Verspringen			Balwerpen			600 meter			Totaal aantal punten		
		11/06	18/06	02/07	11/06	18/06	02/07	11/06	18/06	02/07	11/06	18/06	02/07	11/06	18/06	02/07
Dion Snoeks	J-Mini	----	9.8	----	----	1.70	----	----	6.50	----	----	3.31,5	----	----	60	----
Jaap Giebels	JPC	----	8.4	8.1	----	2.28	2.73	----	11.39	11.60	----	2.50,0	2.52,4	----	546	670
Richard de Louw	JPC	----	----	8.5	----	----	2.35	----	----	8.90	----	----	2.58,4	----	----	452
Robin van de Rijt	JPC	9.1	8.2	9.0	1.83	1.90	2.10	15.65	13.46	16.59	4.09,0	3.29,2	4.08,8	223	363	351
Carlo Snoeks	JPC	8.7	8.5	8.9	1.98	2.28	2.20	9.35	10.55	12.56	3.34,1	3.23,0	3.19,1	210	362	346
Ingrid van Erp	MPC	8.2	9.7	8.3	2.18	2.30	2.42	6.35	9.21	7.49	3.02,5	3.21,4	3.06,5	412	209	426
Anne Leenders	MPC	8.4	----	8.5	2.23	----	2.48	8.95	----	6.82	3.11,5	----	3.06,3	382	----	411
Feyyaz Aydemir	JPB	7.4	7.5	7.6	2.92	3.07	3.17	32.05	29.13	31.51	2.34,8	2.30,7	2.22,4	1216	1223	1314
William Bekkers	JPB	----	----	8.0	----	----	3.10	----	----	15.69	----	----	2.24,0	----	----	1012
Thomas v/d Eijnden	JPB	8.2	9.1	7.8	2.42	2.45	2.60	13.95	15.82	14.52	3.02,3	3.08,3	2.57,5	584	472	716
Maartje van Aarle	MPB	7.0	7.8	7.4	2.60	2.67	2.88	14.15	14.67	12.96	2.48,7	2.42,8	2.41,9	906	816	903
Sanne Kanters	MPB	9.0	8.1	----	2.04	2.20	----	10.60	9.97	----	3.06,0	3.11,4	----	321	441	----
Madelène Koolen	MPB	8.1	7.8	----	2.65	2.70	----	8.50	10.39	----	3.09,1	2.47,1	----	510	720	----
Yvonne v/d Laar	MPB	----	8.0	7.8	----	2.50	2.54	----	10.05	9.17	----	3.04,2	2.56,1	----	551	612
Nicole Vermeltfoort	MPB	8.0	7.8	7.8	2.53	2.74	2.70	11.20	10.00	9.17	2.58,9	2.46,1	2.49,1	606	725	742

Naam	Categorie	Sprint 60 meter			Verspringen			Balwerpen			1000 meter			Totaal aantal punten		
Tom van Aarle	JPA	10.2	10.0	---	3.30	3.34	---	17.25	16.81	---	4.12,9	4.02,1	---	1024	1103	---
Rik Compagne	JPA	9.6	9.7	9.7	3.36	3.90	3.85	22.00	25.58	27.23	4.21,4	4.11,3	4.00,7	1158	1339	1398
Ruud van Erp	JPA	11.1	---	---	2.98	---	---	19.35	---	---	4.45,9	---	---	749	---	---
Willem den Otter	JPA	11.5	11.8	12.2	2.80	2.64	2.38	14.30	14.89	14.27	5.34,3	5.28,2	5.20,5	460	410	327
Bart v/d Riet	JPA	---	11.5	11.5	---	2.84	2.85	---	14.46	18.11	---	4.38,6	4.39,3	---	625	682
Jeroen v/d Rijt	JPA	11.1	---	---	2.86	---	---	16.05	---	---	5.41,3	---	---	547	---	---
Nicole Bekkers	MPA	---	---	10.9	---	---	3.30	---	---	19.40	---	---	5.07,6	---	---	770
Janna v/d Eijnden	MPA	10.5	10.8	10.7	2.87	2.90	3.18	11.45	14.08	11.88	4.27,2	4.27,2	4.12,0	741	756	848
Veronique Kloet	MPA	---	10.1	---	---	2.98	---	---	9.50	---	---	4.42,9	---	---	723	---
Suzan Pepers	MPA	---	---	10.5	---	---	3.06	---	---	10.60	---	---	4.47,2	---	---	692
Nicol van Rijbroek	MPA	11.3	10.9	11.4	2.80	2.92	3.04	17.05	15.24	15.10	4.58,0	4.57,4	4.11,3	616	662	795
Daniëlle Verbruggen	MPA	10.9	10.8	11.1	2.91	3.03	3.15	10.10	11.20	11.56	4.37,6	4.39,0	4.29,1	634	688	717
Anneke den Otter	MJD	---	10.4	10.8	---	3.04	3.22	---	12.72	11.73	---	5.46,8	5.50,5	---	616	582
Ingrid Zandbergen	MJD	10.4	10.5	---	3.23	3.27	---	14.30	13.20	---	4.49,2	5.53,7	---	799	657	---

Naam	Categorie	Sprint 80 meter			Verspringen			Balwerpen			1000 meter			Totaal aantal punten		
		----	----	15.2	----	----	2.75	----	----	13.29	----	----	4.35,4	----	----	547
Frans Giebels	JJD	----	----	15.2	----	----	2.75	----	----	13.29	----	----	4.35,4	----	----	547
Patrick Sanders	JJD	13.9	13.6	13.6	3.20	3.20	3.30	15.90	14.40	13.65	4.18,6	3.59,3	3.55,7	863	956	980

Naam	Categorie	Sprint 100 meter			Verspringen			Kogelstoten			1500 meter			Totaal aantal punten		
		----	----	12.5	----	----	5.45	----	----	9.81	----	----	5.20,2	----	----	2469
Arjen van Esch	JJA	----	----	12.5	----	----	5.45	----	----	9.81	----	----	5.20,2	----	----	2469

Uitslag 15e Halve Marathon van Sint-Oedenrode 21 juni 1998

<i>Volgnr.</i>	<i>startnr.</i>	<i>Naam</i>	<i>Gbjr.</i>	<i>Vereniging/plaats</i>	<i>cat.</i>	<i>plaats</i>	<i>Tijd</i>
1	100	Michel van de Luytgaarden	55	Prins Hendrik	M40	1	1.16.27
2	422	Alfred Roelen		Delft	Tri.	1	1.18.21
3	119	Frans van Hak	54	HAC	M40	2	1.22.31
4	116	Ben Boumans	53	HAC	M40	3	1.22.53
5	204	Freddy Beckers	46	Olympia Eindhoven	M50	1	1.23.20
6	114	Henk Westerlaken	51	ARR	M40	4	1.24.42
7	400	Martien van de Bergh		GM	Tri.	2	1.25.01
8	425	Rob Brekelmans		Vught	Tri.	3	1.25.46
9	201	Jos Dekkers	45	Fortuna '67	M50	2	1.26.12
10	436	Harrie Vermeijs		Sint-Michielsgestel	Tri.	4	1.27.35
12	205	Piet de Haas	40	Prins Hendrik	M50	3	1.29.11
13	110	Mari van Houtum	50	Fortuna '67	M40	5	1.29.22
18	302	Anne Rindt	58	Springbokken	Vrw	1	1.33.00
20	111	Ad van der Heijden	52	Fortuna '67	M40	7	1.34.14
28	102	Toon van de Rijt	52	Fortuna '67	M40	11	1.36.30
30	109	Rinus Pennings	54	Fortuna '67	M40	12	1.37.23
35	404	Theo van der Eerden		Fortuna '67	Tri.	17	1.41.09
40	406	Willem Stakenburg		Fortuna '67	Tri.	20	1.45.07
41	301	Will van de Rijt	52	Fortuna '67	Vrw	2	1.45.08
46	405	Pierre Lardenois		Fortuna '67	Tri.	23	1.48.18
49	107	Mari Smits	48	Fortuna '67	M40	15	1.48.54
51	300	Nicolien Smulders	57	Fortuna '67	Vrw	3	1.51.01
54	303	A. v.d. Heuvel		Sint-Oedenrode	Tri.	29	1.52.45
58	104	Wim van Meijl	49	Fortuna '67	M40	16	1.58.17
59	352	Carin van Schijndel		Fortuna '67	Tri.	33	1.59.38
65	403	Ge de Louw		Fortuna '67	Tri.	39	2.04.26
67	353	Riekje Hagen		Fortuna '67	Tri.	41	2.07.44

Uitslag 10 km. van Sint-Oedenrode 21 juni 1998

<i>Volgnr.</i>	<i>startnr.</i>	<i>Naam</i>	<i>Gbjr.</i>	<i>Vereniging/plaats</i>	<i>cat.</i>	<i>plaats</i>	<i>Tijd</i>
1	607	Hein Gilzing	54	HAC	M40	1	0.34.11
2	506	Rene van de Meerendonk	71	GM	Sen.	1	0.36.09
3	507	Frans Deenen	61	LADB.	Sen.	2	0.36.15
4	603	Wil Rindt	53	Springbokken	M40	2	0.36.51
5	606	Tiny de Laat	54	DAK	M40	3	0.37.12
6	501	Toine van Erp	59	Fortuna '67	Sen.	3	0.37.19
7	608	Jopie van Lanen	54	De Keien	M40	4	0.37.22
8	911	George Zoontjens		Fortuna '67	Tri.	1	0.37.45
9	806	W. van Heeswijk	42	DAK	M50	1	0.38.13
10	804	Tini Damen	41	Vet. Nederland	M50	2	0.38.28
11	954	Pim van der Wijst		Fortuna '67	Tri.	2	0.38.33
12	909	Mark van den Dungen		Fortuna '67	Tri.	3	0.38.49
15	500	Frank Scheutjens	69	De Keien/Fortuna '67	Sen.	6	0.39.00
18	801	L. Vroomen	44	GVAC	M50	3	0.40.49
20	951	Marwin Gevers		Sint-Oedenrode	Tri.	5	0.40.57

vervolg uitslag 10 km.

Volgnr.	startnr.	Naam	Gbjr.	Vereniging/plaats	cat.	plaats	Tijd
26	701	Rita van Nunen	60	De Keien	Vrw	1	0.42.22
31	702	Nel Vanthoor	52	De Keien	Vrw	2	0.43.21
32	504	Eric van Heijningen	66	Pr .H. /St.Oedenrode	Sen.	7	0.43.33
36	601	Henk Strik	52	Fortuna '67	M40	8	0.44.12
38	918	Michel Heezen		Fortuna '67	Tri.	16	0.44.38
39	600	Frans Rovers	57	Fortuna '67	M40	9	0.44.41
47	750	Maria van Kampen	53	Fortuna '67	Tri.	22	0.47.14
48	910	Simon Lavrijssen		Fortuna '67	Tri.	23	0.47.18
50	940	Simon Lavrijssen		Sint-Oedenrode	Tri.	24	0.48.21
52	961	Jos van der Wijst		Sint-Oedenrode	Tri.	26	0.48.57
55	925	Frans van Grunsven		Sint-Oedenrode	Tri.	29	0.49.24
56	502	Joris van Esch	78	Fortuna '67	Sen.	8	0.49.31
57	915	Peter Slits		Fortuna '67	Tri.	30	0.49.31
60	916	Ad van Rooij		Fortuna '67	Tri.	33	0.49.49
61	917	Lennert Asveld		Fortuna '67	Tri.	34	0.49.57
62	905	Joris van Kuijk		Fortuna '67	Tri.	35	0.49.58
63	756	Antoinette van de Laar		Fortuna '67	Tri.	36	0.50.04
68	700	Lien Vogels	44	Fortuna '67	Vrw	3	0.51.01
71	903	Cor Verschuyten		Fortuna '67	Tri.	42	0.52.08
74	900	Cees Maas		Sint-Oedenrode	Tri.	45	0.52.58
78	907	Theo van Erp		Fortuna '67	Tri.	49	0.53.27
80	751	Gonnie Swinkels		Fortuna '67	Tri.	51	0.53.51
89	758	Isa van Heijningen		Fortuna '67	Tri.	60	0.57.28
90	912	Willie Pepers		Fortuna '67	Tri.	61	0.57.46
92	767	Diny van de Wijdeven		Fortuna '67	Tri.	63	0.58.12
100	906	Johan Stehmann		Fortuna '67	Tri.	71	0.59.17
102	755	Kim Hensema		Fortuna '67	Tri.	73	0.59.39
106	913	Karel Verberk		Fortuna '67	Tri.	77	1.00.44
110	936	Hans Hagen		Sint-Oedenrode	Tri.	81	1.02.53
112	908	Nico de Bruin		Fortuna '67	Tri.	83	1.03.40
113	759	Stien van 't Hof		Sint-Oedenrode	Tri.	84	1.04.24
116	752	Marit van Nostrum		Fortuna '67	Tri.	87	1.06.31
117	914	Bert Geeven		Fortuna '67	Tri.	88	1.06.31
118	753	Bianca van de Sande		Fortuna '67	Tri.	89	1.08.52

Uitslag 5 km. van Sint-Oedenrode 21 juni 1998

Volgnr.	startnr.	Naam	Gbjr.	Vereniging/plaats	cat.	plaats	Tijd
1	253	John Klerkx		Seven Hills R. Team	Tri.	1	0.17.38
2	260	Paul Lange		Stevensbeek	Tri.	2	0.18.03
3	255	Cor Bosma		HAC	Tri.	3	0.18.18
4	250	Thijs Dekkers		Fortuna '67	Tri.	4	0.19.25
5	263	Harry Leenders		Erp	Tri.	5	0.19.40
6	259	C. van Ruremonde		GM	Tri.	6	0.20.23
7	257	Frans Rommelse		GM	Tri.	7	0.22.48
8	261	Roel Konings		Sint-Oedenrode	Tri.	8	0.24.18
9	262	Leo Evers		Sint-Oedenrode	Tri.	9	0.24.58
10	252	Carla Arts		Fortuna '67	Tri.	10	0.26.13
11	254	Saskia Kivits		Schijndel	Tri.	11	0.26.48
12	258	A. Nagelkerke		Eindhoven	Tri.	12	0.27.34
13	251	Marwin van Roosmalen		Fortuna '67	Tri.	13	0.27.58



De deelnemers van de halve marathon beginnen vol goede moed aan de 'zware' race

Verslag van de 15e halve marathon, 10 en 5 km

Dit jaar vond de halve marathon, 10 en 5 kilometer plaats op 21 juni. Maar dit kon niet gebeuren zonder dat er tal van voorbereidingen aan vooraf waren gegaan. Nadat de folder klaar was die ook deze keer weer ontworpen en gemaakt is door Tinus Rovers en door Martin Arts gedrukt is, konden we de lopers van het vorig jaar aanschrijven. Dit hebben we gedaan i.v.m. de Van Goghloop in Nuenen die de avond van te voren van start zou gaan.

Nadat de verdere voorbereiding plaats hadden gevonden, zoals bijvoorbeeld het indelen van alle verkeers- en verzorgingsposten. Het instrueren van mensen voor de tijdregistratie, jury, videoregistratie, tussentijd, verslag enz. enz. konden we pas op zondagmorgen 7.30 uur beginnen met het opbouwen van het parcours.

Op de markt starten werd de laatste jaren door enkele leden van de werkgroep al geopperd. Maar andere leden zeiden daarop: "Niet elke verandering is een verbetering." Wie maakt het nieuwe parcours dan kloppend. Is de markt wel auto vrij? We kunnen daar daags van te voren niet beginnen met het ophangen van de spandoeken. Deze kreten werden vaak verwoord tijdens de vergaderingen. Maar omdat we volgend jaar met ABAB gaan samenwerken hebben zij eisen gesteld op voorwaarde waarvan zij sponsor willen worden. Een van deze eisen is dat de halve marathon dan op de markt start. Wij startten dit jaar al op de markt omdat er zo alvast eventuele kinderziektes in verband met de nieuwe locatie verholpen konden worden. Bovendien heeft de organisatie volgend jaar al ervaring met de locatie. De nieuwe start- en finishplaats is de organisatie, medewerkers, lopers en loopsters zeer goed bevallen. Dit is mede dankzij de volle medewerking van Harry Dahmen (De Gouden Leeuw) tot stand gekomen. Harry heeft ook voor de muzikale opluistering zorg gedragen.

Wat de organisatie niet in de hand had was het zeer hete weer. Omdat het zo broeierig was waren vele lopers wegbleven of zij wisten de eindstreep niet te bereiken. Het enige wat we konden doen om de lopers en loopsters in de zware omstandighe-

den nog enigszins te helpen was enkele verzorgingsposten bij te plaatsen, wat achteraf een goede beslissing was.

Zonder de medewerking van de vele vrijwilligers (110 in totaal) was het niet gelukt, om ook dit jaar weer zo'n goed verzorgde halve marathon en 10 en 5 km. te organiseren. Vanaf deze plaats wil ik dan ook alle medewerkers hartstikke bedanken voor hun hulp. Ook bijzondere dank aan de EHBO, die het dit jaar beduidend drukker had dan voorgaande jaren. Natuurlijk wil ik ook onze sponsors bedanken en met name hoofdsponsor Jan Vogels en Intersport. De organisatie hoopt het volgend jaar weer op jullie spontane inzet en medewerking te kunnen rekenen.

P.s. ik zou graag van de deelnemers, medewerkers en eventueel ook de toeschouwers willen weten wat er mogelijkerwijs aan de loop verbeterd zou kunnen worden.

Voorzitter WOC Henry Wijffelaars.

Wisselbikers 1e Rooise of Fortunalooper/loopster 1998 uitgereikt aan:

man.sen.	10 km.	Toine van Erp	man.sen	½ marathon niet uitgereikt
man.40	10 km.	George Zoontjens	man.40	½ marathon Mari v. Houtum
man.50	10 km.	Simon Lavrijssen	man.50	½ marathon Jos Dekkers
vrou.sen.	10 km.	Kim Hensema	vrouwen	½ marathon Will v.d. Rijt
vrou.35	10 km.	Maria van Kampen		

VRAAG

Is sporten ook goed voor je geestelijke gezondheid?

ANTWOORD

Sporten verbetert niet alleen je lichamelijke conditie, maar ook je psychische. Met name mensen die hardlopen, geven aan dat zij zich hierdoor in alle opzichten prettiger voelen. Sinds een aantal jaren wordt hardlopen, naast praten, dan ook als therapie beoefend bij allerlei Riagg's en behandelinstellingen. Vooral door mensen die depressief zijn of angsten hebben. Uit onderzoek bleek dat regelmatig hardlopen bij deze klachten goede resultaten geeft. Hiervoor zijn verschillende verklaringen. De medische wetenschap veronderstelt dat lichaamstemperatuur of bèta-endorfinen een rol spelen. Bèta-endorfinen zijn stoffen in de hersenen die een rol

spelen bij het genieten. Een toename van deze stoffen in de hersenen zou je een gelukkiger gevoel geven. Aan bèta-endorfinen kun je verslaafd raken. Een andere verklaring is dat de spierontspanning die ontstaat na inspanning mensen rustiger en minder angstig maakt. Bovendien is hardlopen een afleiding en geeft een prestatie leveren een goed gevoel. Uit onderzoek van

*Werket dus wel, he?
Al je vage klachten
zijn verdwenen.*

Riagg's waar hardlooptherapie wordt toegepast, blijkt dat mensen zich vooral beter gaan voelen door het leveren van een prestatie. Wanneer je ervaart dat je prestaties bij het sporten verbeteren en dat het je na verloop van tijd minder moeite kost omdat je conditie verbetert, krijg je een positiever beeld van jezelf en voel je je veel lekkerder.



**Sluitingsdatum voor inleveren van
kopij
voor het volgende clubblad is uiterlijk:
maandag 7 september
(a.u.b. aanleveren op diskette)**

Het Verschil

Zondagochtend, een week na "Rotterdam".

De vermoeienissen van de marathon raken zoetjesaan weer op de achtergrond. Het herstel is in volle gang en hoewel er dagelijks nog van alles door je heen gaat en je in gedachten de marathon nog vaak de revue laat passeren, komt toch geleidelijk aan het leven van alle dag weer de boventoon voeren.

Het leven van alle dag bestaat voor de meeste lopers o.a. uit werken en trainen en daarom maar weer eens de loopschoenen aangetrokken voor een rustig duurlooptje van 15 km.

Moeizaam komt "het spul" weer op gang, maar na een paar kilometer begint het diesel-tje weer te draaien. Rustig om me heen kijkend gaan de gedachten weer terug naar de "Coolsingel", precies een week geleden.

De ruim 10000 lopers en de meer dan honderdduizend toeschouwers zorgen voor een enorm lawaai en de sirenes van politie en EHBO versterken dat sfeertje. De helikopters van "NOS-sport" geven je de indruk dat Rotterdam even het middelpunt is van de hele wereld. En jij staat tussen de deelnemers!!

De endorfine stroomt door je aderen, en op het moment dat om klokslag 12.00 uur een kanonschot je "de vrijheid" inschiet gaat er van alles door je heen.

Hier heb je maanden voor getraind, hier was je de afgelopen weken dagelijks mee bezig. Hoe vaak heb je in gedachten de afstand al niet afgelegd, je schema's bekeken en er met je collega lopers over gesproken. DIT MOET HET WORDEN!!! Kortom, een fantastische ervaring!

En nu, een zondagochtend verder, loop je moederziel alleen over een stil landweggetje. Je bent al een tijdje van huis en je realiseert je dat je de eerste auto nog moet tegenkomen. De gedachten aan Rotterdam verdwijnen, je kijkt eens naar de bosrand 50 meter verder op. Normaal sta je hier wel eens oog in oog met een ree of vliegt er een mooie fazant voor je weg. Plotseling valt ook het gezang van vogels je weer op en voor het eerst dit voorjaar hoor je weer een koekoek roepen. Ver weg lijkt het hoor je een kerkklok 10 uur slaan.

En onbewust vergelijk je het huidige rustgevende beeld en geluid met de kakofonie van Rotterdam. Opnieuw vraag je je af waarvoor je hebt getraind. Was dat wel voor "Rotterdam"??, of was het toch vooral om het stille genieten van deze momenten. De vrijheid, de ruimte, en de stilte in de ontluikende natuur van dit voorjaar??.

Ik weet het niet zeker, maar op dit moment, hier lopend door het "Wijbosche Broek", voel ik me puur gelukkig dat ik dit alles kan en mag doen!!

Dat je de ene dag "Rotterdam" mag meebeleven met alles erop en eraan en vervolgens ook nog volop kunt genieten van deze momenten in de vrije natuur.

Lopers zijn gelukkige mensen, of niet soms???

Groetjes

(naam bij de redactie bekend)

Clubkleding

Bestemd voor loopgroepen en atletiek.

Het heeft heel wat inspanning gekost om het uiteindelijke doel te bereiken; namelijk een kledinglijn ontwikkelen voor S.V. Fortuna '67. Menigeen heeft al kennis gemaakt met de Gamex-jacks, wintertights e.d.

Nu hebt u allen een loopshirt ontvangen van Fortuna.

Enkele afspraken moeten we hierover nog eens maken, t.o.v. de sponsor en onze vereniging.

We hebben in de Firma Jan Vogels Reclame een sponsor voor onze vereniging voor 5 jaar. U kunt zelf natuurlijk ook wel begrijpen dat deze kleding niet voor het door u betaalde bedrag gekocht kan worden zonder sponsoring. En het verdere sponsor bedrag ook uw contributie-leed enigszins verlicht.

Daarom **eisen** wij van iedereen dat men in wedstrijden, trimlopen e.d. in dit shirt deelneemt.

Privé sponsors via onze leden of iets dergelijks kunnen binnen onze vereniging niet getolereerd worden. Uitzonderingen kunnen alleen via het bestuur gemaakt worden, na overleg van officiële bewijsstukken.

Daarom **eist het bestuur van S.V. Fortuna '67** dat iedereen bij elke wedstrijd of trimloop in clubkleding, Fortuna-shirt en zwarte broek of legging verschijnt. Mogelijk ook bij trainingen.

Bestuur S.V. Fortuna '67.

De gezamenlijke horeca Sint-Oedenrode

Café Biljart
't Straotje
Kerkstraat 10
Tel: 475169

Café - Restaurant - Zaal
De Gouden Leeuw
Markt 10
Tel: 472775

Café - Restaurant - Zaal
Jachtrust
Eversestraat 1
Tel: 472135

Bistro
De Brasserie
Hertog Hendrikstraat 6
Tel: 474392

Horecacentrum
De Kienehoef
Zwembadweg 37
Tel: 472877

Café
Oud Rooy
Markt 13
Tel: 473166

Zalen- en Kegelcentrum
De Vresselse Hut
Vresselseweg 33
Tel: 0499 - 472870

Tennishal
De Bremhorst
Bremhorst 4
Tel: 477250

Café
't Kofferen
Kofferen 29
Tel: 473589

Café zaal
Oud Nijnsel
Azaleastraat 3
Tel: 479380

Café Biljart
De Meulewiel
Borchmolendijk 11
Tel: 472561

Café biljart
Sint Joris
Heuvel 8
Tel: 473275

Café
De Rooie Sok
Neulstraat 4
Tel: 478000

Tapperij en Eeterij
D'n Dommel
Markt 15
Tel: 473979

Café - Rest. - Zalencentrum
De Beurs
Heuvel 44
Tel: 472645

Biljartcentrum
't Wapen van Eerschot
Mgr. Bekkersplein 2
Tel: 473668

Restaurant
De Rooise Boerderij
Schijndelseweg 2
Tel: 474901



Voor als er iets te
vieren valt, of zomaar !



Grafisch Bedrijf

Ambachtstraat 19,
5481 SM Schijndel
tel. (073) 547 70 05
fax (073) 549 88 95

Voor al Uw zwart/wit en full-color drukwerk, zoals:

- *visitekaartjes*
- *enveloppen*
- *complete huisstijlen*
- *jaarverslagen*
- *doorschrijfsets*
- *reclamefolders*

Wij kunnen U ook van dienst zijn met:

- *kopieerwerk*
- *boeken inbinden*
- *mailings en handmatige afwerking*
- *tampondruk*
- *zeefdruk*
- zowel op ronde als vlakke produkten*

OVERZICHT WEDSTRIJDEN EN TRIMLOPEN **IN DE REGIO**

Zondag	12 juli	"G.V.A.C."	te Veldhoven
Trimloop	4 - 6 - 10 - 12 - 18 km.		aanvang 10.30 uur
Zaterdag	18 juli	"A.V. SPIRIDON"	te Alphen
Alphense stratenloop	10 km. wedstrijd + trimloop		aanvang 19.00 uur
Zondag	19 juli	"A.V.V."	te Valkenswaard
Trimloop	3 - 6 - 9 - 12 - 15 km.		aanvang 11.00 uur
Woensdag	22 juli	"DES"	te Eersel
Zomeravondloop	1,2 - 3 - 5,8 km.		aanv.v.a. 20.00 uur
Zondag	26 juli	"G.V.A.C."	te Veldhoven
Trimloop	4 - 6 - 10 - 12 - 18 km.		aanvang 10.30 uur
Woensdag	29 juli	"DES"	te Eersel
Zomeravondloop	1,2 - 3 - 5,8 km.		aanv.v.a. 20.00 uur
Zaterdag	1 augustus	"WOLPHAARTSDIJK"	te Wolphaartsdijk
Wegwedstrijd	15 km.wedstrijd (vrouwen sen.+vet. Mannen vet. 15.30 u.)		aanvang 17.00 uur

Woensdag	5 augustus	"DES"	te Eersel
Zomeravondloop	1,2 - 3 - 5,8 km.		aanv.v.a. 20.00 uur
Zondag	9 augustus	"G.V.A.C."	te Veldhoven
Trimloop	4 - 6 - 10 - 12 - 18 km.		aanvang 10.30 uur
Zondag	9 augustus	"S.V. CONDITIO"	te Best
Trimloop	3,2 - 6,5 km.		aanv.v.a. 11.00 uur
Woensdag	12 augustus	"DES"	te Eersel
Zomeravondloop	1,2 - 3 - 5,8 km.		aanv.v.a. 20.00 uur
Woensdag	12 augustus	"ACHIL '87"	te Biest-Houtakker
Vakantieloop	2 - 4 - 10 km.		aanv.v.a. 19.00 uur
Zondag	16 augustus	"AVV"	te Valkenswaard
Trimloop	3 - 6 - 9 - 12 - 15 km.		aanvang 11.00 uur
Dinsdag	18 augustus	"KPJ"	te Hoeven
Hoevense Polderloop	4 - 6 - 10 - 15 km.		aanvang 19.30 uur
Woensdag	19 augustus	"DES"	te Eersel
Zomeravondloop	1,2 - 3 - 5,8 km.		aanv.v.a. 20.00 uur
Woensdag	19 augustus	"Comité Hank"	te Hank
17e Stratenloop	7,5 km.		aanvang 19.00 uur
Zondag	23 augustus	"A.V. Gen. Michaelis"	te Best
Ronde van Naastenbest	3,12 - 6,09 - 9,6 km.		aanvang 13.00 uur
	15 km. wedstrijd + trimloop		aanvang 14.30 uur
Zondag	23 augustus	"G.V.A.C."	te Veldhoven
Trimloop	4 - 6 - 10 - 12 - 18 km.		aanvang 10.30 uur
Woensdag	24 augustus	"ATV SCORPIO"	te Oosterhout
Coopertest			aanvang 19.30 uur
Woensdag	26 augustus	"DES"	te Eersel
Zomeravondloop	1,2 - 3 - 5,8 km.		aanv.v.a. 20.00 uur
Zondag	30 augustus	"G.V.A.C."	te Veldhoven
Trimloop	4 - 6 - 10 - 12 - 18 km.		aanvang 10.30 uur
Zondag	30 augustus	"Stichting Dorpsloop"	te Teteringen
Dorpsloop	5 km.		aanvang 14.30 uur
	10 km.		aanvang 15.00 uur
Zaterdag	5 september	"S.V. Fortuna '67"	te Sint-Oedenrode
24-uursloop			aanvang 15.00 uur
Zaterdag	5 september	"NO-LIMITS"	te Bladel
Abab	Tien Engelse Mijlen + 6,5 - 10 km.		aanvang ?
	Wedstrijd + trimloop		

GARAGE
MARKGRAAFF
NISSAN

APK - SCHADETAXATIE - INRUIL
 VERKOOP NIEUW EN GEBRUIKT

Pastoor Smitsstraat 38 - St. Oedenrode - Tel. (0413) 473482

M. RENDERS

TOYOTA **SUZUKI**

BEDRIJVENTERREIN NIJNSEL
 NIJVERHEIDSWEG 24 - SINT-OEDENRODE
 TELEFOON (0413) 474059

BEN VOETS

Vloetstraat 10 - (0413)274516 - UDEN **SANGYONG**
 Industrieweg 2 - (0413)474252 - SINT-OEDENRODE
 Industrieweg 4 - (0413)472015 - SINT-OEDENRODE

Officieel dealer voor rayon: UDEN - VEGHEL - SCHIJNDEL - BOEKEL -
 GEMERT - ERP - ST. OEDENRODE - LIEMPDE - SON - BREUGEL EO

VAN DIJK Garagebedrijf

VAN DIJK

MET HART VOOR BMW

Onderhoud, schade-taxaties, financiering mogelijk

NIJVERHEIDSWEG 3A
 NIJNSEL (SINT-OEDENRODE)
 TEL. (0413) 478217

BOVAG **BOSCH** **Formula Auto**

AUTOBEDRIJF

P. vd WARENBURG

CHEVROLET LUMINA APV of PONTIAC TRANSPORT
 Eigen Import * Levering nieuwe en gebruikte AMERIKAANEN

BOSKANTSEWEG 26 - 5492 BW SINT-OEDENRODE
 TELEFOON (0413) 472740

Mobil Service Station

Gert Wehkamp

EERSCHOTSESTRAAT 74 - 5491 AD SINT-OEDENRODE
 0413 - 473022

mazda

Jan Voets

Topkwaliteit van een Topdealer.

BEDRIJVENTERREIN NIJNSEL
 INDUSTRIEWEG 1 - SINT-OEDENRODE - TELEFOON 0413-474000



DE ROOYSE AUTOBEDRIJVEN

GARAGE OERLEMANS

PEUGEOT-SPECIALIST

TEVENS HET ADRES VOOR NIEUWE EN GEBRUIKTE PEUGEOT ONDERDELEN

LIESHOUTSEWEG 74 - SINT-OEDENRODE
 TEL. 0413-472055 - b.g.g. 475900

Autobedrijf

Herman Kraayvanger

Eversestraat 47 - Sint Oedenrode - Tel. 0413 - 472285 - Fax 479502

Verkoop nieuw en gebruikt
 APK
 Schadetaxatie
 Inruil

BOVAG **BOSCH** **Formula Auto**

AUTOMOBIELBEDRIJF

KEES VERVOORT

± 10 Occasions van 1.000,- tot 10.000,-
 * Verkoop * Inruil * Onderhoud
 * Reparatie * Schade-taxatie
 * Erkend APK-keuringsstation

NIJNSESEWEG 46 * SINT-OEDENRODE
 TELEFOON (0413) 472364

uw **CITROËN** dealer

van BOXMEER bv

Borchmelandijk 50 St. Oedenrode 0413-473311

ME Autobedrijf

Martien van Erp

Handelsweg 4, Bedrijventerrein Nijnsel, Sint-Oedenrode.
 Telefoon 0413-477304

Auto Christiano

ITALIAANSE AUTO SERVICE
 ALFA - LANCIA - FIAT
 (OOK OLDTIMERS)

* Onderhoud * Revisie * Tuning * Verlaging * sets * repareren

TELEFOON (0413)479104
 HANDELSWEG 2B
 5492 NL SINT-OEDENRODE
 AUTOTELEFOON 06-53192641

autobedrijf

Scheepens

* INRUIL * APK * SCHADETAXATIE

Schijndelseweg 53 - SINT-OEDENRODE - TELEFOON 0413-473290

NIKE SPORT TIMING



Hypro Sport heeft sinds kort de innovatieve en multifunctionele collectie sporthorloges van Nike in haar assortiment.

Timing is onmisbaar voor lopers, zowel bij trainingen als bij wedstrijden. Met haar sporthorloges heeft Nike geprobeerd in alle opzichten van de atletiek tegemoet te komen aan de wensen zoals:

GROTER EN DUIDELIJKER DISPLAY

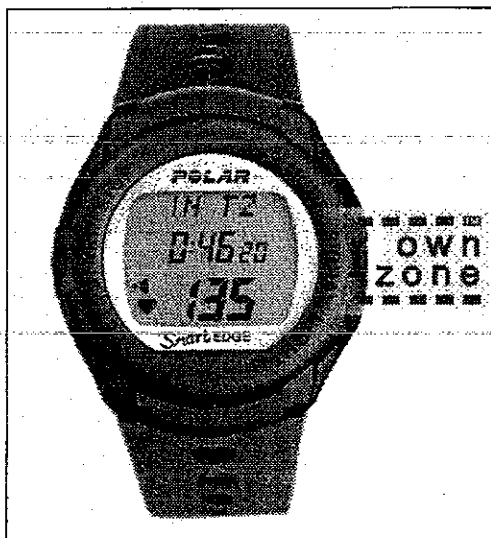
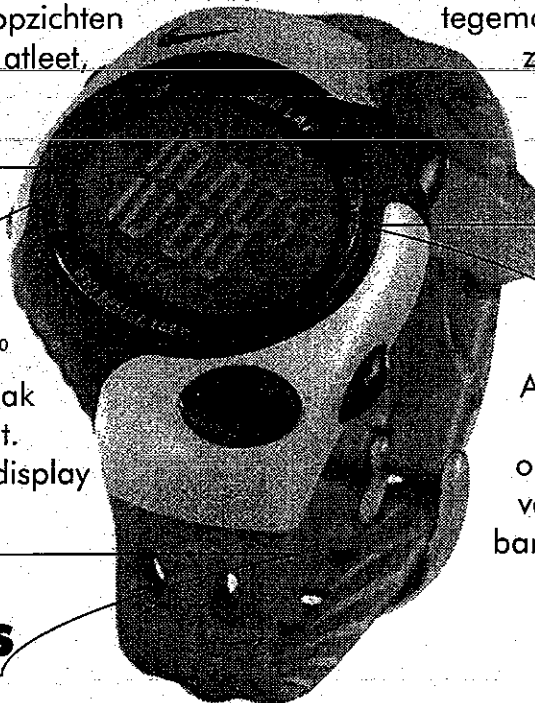
37% groter dan gemiddeld en 15° gedraaid, wat het bedieningsgemak en afleesbaarheid ten goede komt. Verder is er een mogelijkheid de display te verlichten.

GEMAKKELIJK TE BEDIENEN FUNCTIES

De horloges beschikken over een uitgebreid geheugen. Ze geven onder andere informatie over tijden van gelopen runs/trainingen, en ze hebben een counter functie en een Countdown Repeat Timer. De zeven alarmfuncties zijn atleten behulpzaam die belang hechten aan regelmaat en die op vaste tijdstippen willen trainen, eten en slapen.

VERBETERDE PASVORM

Alle modellen hebben een S-vorm wat de pasvorm ten goede komt, omdat het horloge om de knobbel van de pols valt. Het polyurethane bandje scheurt niet en gaat ook niet naar transpiratielucht ruiken.



Polar SMARTEDGE 349,95

Er is nu een hartslagmeter die automatisch ieder's persoonlijke trainingszone bepaalt en daarnaast ook nog het calorieverbruik weergeeft. **DE POLAR SMARTEDGE.**

Tevens hebben we ook alle andere hartslagmeters van Polar in onze collectie. Komt u voor verder informatie gerust even langs, zodat wij u van een deskundig advies kunnen voorzien.

POLAR®
hartslagmeters

INTERSPORT®
VEGHEL

Hoofdstraat 10/Patio, Veghel, tel: (0413) 34 20 13