



S.V. FORTUNA '67
Sportvereniging Sint-Oedenrode

CLUBBLAD



Fortunabode gaat digitaal

Nijmeegse 4-Daagse 2013

Succesvolle jeugdlopen op Vaderdag

Succes voor Athletics Champs

Jan van Kampen, erelid S.V. Fortuna '67

Trimmen: laatste training van het seizoen

Jogger hardloper atleet?

Loop eens binnen bij Get Running en laat je in onze winkel deskundig adviseren. Of je nu een beginnende trimmer of een baanatleet bent, wij helpen je graag en een gratis video-analyse op onze loopbaan is onderdeel van de service.



Wij hebben een ruim assortiment loopschoenen, kleding en accessoires voor hardlopers en wandelaars.

Vanwege onze speciale relatie met **Fortuna '67** krijgen leden bij ons **20% korting** op loopschoenen en **10% korting** op alle andere artikelen.

Bezoek ook eens onze webshop.

GET  RUNNING

De hardloopspecialzaak van Eindhoven, de enige met tevredenheidsgarantie.

Lardinoisstraat 9, 5611 ZZ Eindhoven
telefoon 040 244 89 07
info@getrunning.nl, www.getrunning.nl
U vindt onze winkel in de Lardinoisstraat in Eindhoven: vanaf de Bijenkorf onder de spoortunnel door - tegenover de beurs.



Inhoudsopgave.

	Blz.
Inhoudsopgave	2
Van de voorzitter	3
Bestuur en organisatie	4
Fortunabode gaat digitaal	5
De pen door....	6
Wist je dat....	7
Verjaardagskalender	8
De Nijmeegse 4-Daagse 2013	10
Verslag van de jeugdlopen op 16 juni	14
Trimmen: laatste training van het seizoen	17
Hoogtepunten	18
Evenementenkalender	21
NTFU Verenigingsnieuwsbrief	22
Jan van Kampen, ereid S.V. Fortuna '67	23
Trainingstijden diverse afdelingen	25
Atletiekunie nieuws	26
Lidmaatschap en contributie	28

Van de voorzitter.

Nu ik voor het schrijven van dit stuk weer achter het toetsenbord plaatsgenomen heb schijnt het zonnetje lekker binnen met af en toe onderbroken door een lokaal buitje. Zeker in het zuiden hebben de meesten hun welverdiende vakantie al genoten. Dit jaar waren verre oorden niet noodzakelijk, ook hier ter plekke konden we onder tropische omstandigheden verpozen op ieders eigen manier. Na een relatief rustige zomertijd komen we de realiteit van alledag weer tegen, ieder met zijn of haar beleving in deze turbulente tijden.



Inderdaad we gaan digitaal publiceren, of beter we zijn al jaren digitaal met de website maar we gaan nu ook met de Fortunabode hierin mee. Ongetwijfeld zal niet iedereen hier enthousiast van worden, maar wij denken dat dit een kleine groep binnen de Vereniging is. Het niet hebben of gebruiken van de computer is realiteit, maar bij problemen hiermee informeer de redactie of het Bestuur die voor een eventuele oplossing zorg kan dragen.

Na jarenlange discussies op de Algemene Ledenvergadering en binnen het Bestuur is de knop omgezet. Niet alleen vanwege de kosten, een digitaal clubblad moet ook in een programma opgemaakt en na koppeling aan de website, gepubliceerd worden met bijbehorende licentiekosten. Het communiceren heeft een andere vorm gekregen, de informatie tot ons nemen moet op ieder moment en op iedere plaats kunnen plaatsvinden. Oude bronnen worden niet meer intensief bekeken en ook deze gaan gedeeltelijk over op digitaal. Zelf, als Fortuna, merken we het met het intensieve gebruik van onze website en zeker rond wedstrijden en evenementen. Het inschrijven voor onze wedstrijden gaat voor ruim vijftig procent digitaal en zal verder toenemen. Dus redenen genoeg om over te gaan.

Najaar, het begint weer te kriebelen bij menigeen om weer op een andere manier sportief bezig te gaan. De zaaltrimmers hebben al artikelen geplaatst in de media om hun trainingen onder de aandacht te brengen. Het Mountainbike gedeelte van de Vereniging gaat de winterperiode, die overigens van september tot maart loopt, indelen met tochten en veldritten. De jeugd gaat zich voorbereiden op de 4e wedstrijd (14 sept.) van de Athletics Champs, tevens de finale bij GM in Best. De puppillen zijn behoorlijk enthousiast over deze nieuwe wedstrijdopzet met een meer ontspannen karakter. Sportief wandelen en Nordic Walking gaan vanuit een relatief rustige periode weer volop bezig en hebben op 17 september een inloopavond georganiseerd met uiteraard koffiedrinken of iets sterkers. De loopgroepen gaan weer beginnen aan een nieuw loopjaar. Trainingen voor de Hele en Halve Marathon van Eindhoven in Oktober eisen de nodige inspanningen.

Wedstrijden en trimlopen georganiseerd door onze eigen vereniging staan ook weer op het programma. We beginnen in september met de eerste Rooise Crossloop van de cyclus van 5 waaraan men kan deelnemen, zowel in als buiten het Klassement. We hopen velen te treffen bij de eerste loop op 22 september voor de jeugd en volwassenen. Afwijkend is dit jaar voor het eerst de diverse klassementen op de 4,8 km.

Ons vrijwilligersbeleid binnen de vereniging begint mondjesmaat vorm te krijgen. Om iets te organiseren of te besturen zijn mensen nodig, dus verenigingsleden. De taken moeten beter verdeeld worden over meerdere leden, waardoor de werklast of inzet laag kan blijven. Te vaak krijgen we de bewuste formulieren niet of blanco terug, dat kan niet als we als Vereniging willen blijven functioneren. Graag jullie aandacht hiervoor.

Cor van Erp.

Bestuur en Organisatie

Bestuur:

Voorzitter	Cor van Erp	tel.0413 474622	erp.van.cor@gmail.com
Secretaris a.i.	Lidewijde Verbeek	tel.0413 477635	hlverbeek@hetnet.nl
Penningmeester	Art Vissers	tel.0413 478218	aa.vissers@planet.nl
Trainingscoördinator.	Leon Verrijt	tel.0413 479492	leon.verrijt@spcorp.com
Trimmen	Hendrikje Damen	tel.0413 472215	h.g.damen@kpnmail.nl
Wed.Org.Com.	Pierre Lardenois	tel.0499 477687	p.lardenois@chello.nl
Vrijwilligerscoörd. a.i.	Cor van Erp	tel.0413 474622	erp.van.cor@gmail.com
Mountainbike	Jos Dekkers	tel.0413 478005	josdekkers@hotmail.com
Sportief wandelen	Nico de Bruin	tel.0413 475798	nico.debruin@upcmail.nl
Jeugd	Lidewijde Verbeek	tel.0413 477635	hlverbeek@hetnet.nl

Trainers:

Jeugdlgroep	Patrick Sanders	tel.06 51043336	patsan80@hotmail.com
	Jos van Uden	tel.06 83674824	jos-henriette09@live.nl
Loopgroep	Jos Dekkers	tel.0413 478005	josdekkers@hotmail.com
	Toine van Erp	tel.0413 477664	erpoll@chello.nl
	Leon Verrijt	tel.0413 479492	leon.verrijt@spcorp.com
	Jolanda Eijkemans	tel.0413 473265	edwin.eijkemans@hetnet.nl
	Leo van Kampen	Tel.0413 474746	lwmvankampen@kpnmail.nl
Sportief wandelen	Nico de Bruin	tel.0413 475798	nico.debruin@upcmail.nl
	Ans Lamers	tel.0413 475130	anslamers@schulpen.org
	Ali de Graaf	tel.0413 280322	ali.degraaf@kpnmail.nl
	Hans van Rossum	tel.0413 476597	j.rossum.1@kpnmail.nl
	Harry Verschueren	tel.0499 475321	h.verschueren@planet.nl
	Maria van Weert	tel.0413 475559	jan@jamaroki.demon.nl
	George Zoontjens	tel.0413 476748	Geozoo@zonnet.nl
Zaaltrimmers	Lianda de Vos	tel.0413 476013	liandadevos@chello.nl
	Ilona van der Heijden	tel. 06 52641691	ilonaheij@hotmail.com
	Mieke Daniëls	tel.06 29230950	mieke.daniels@home.nl

Wedstrijd Organisatie Commissie:

Voorzitter	Pierre Lardenois	tel.0499 477687	p.lardenois@chello.nl
------------	------------------	-----------------	--

Mountainbike:

Secretaris	Marjan v.d. Bersselaar	tel.0413 478866	eric.marjan@hetnet.nl
------------	------------------------	-----------------	--

Jeugdcommissie:

Voorzitter	Peter Hellings	tel.0413 478463	peterhellings@planet.nl
------------	----------------	-----------------	--

Wedstrijdsecretarissen:

Thuiswedstrijden:	Jeffrey van Hout	tel. 06 54320946	thuiswedstrijden@fortuna67.nl
-------------------	------------------	------------------	--

Uitwedstrijden:	Peter Hellings	tel.0413 478463	uitwedstrijden@fortuna67.nl
-----------------	----------------	-----------------	--

Ledenadministratie:	Lidewijde Verbeek	tel.0413 477635	hlverbeek@hetnet.nl
---------------------	-------------------	-----------------	--

Redactie clubblad:	vacant		clubblad@fortuna67.nl
--------------------	--------	--	--

Feest- en Felicitatiecommissie: (lief en leed)

Ali de Graaf	tel.06 25346147	ali.degraaf@kpnmail.nl
Hendrikje Damen	tel.0413 472215	h.g.damen@kpnmail.nl
Lidewijde Verbeek	tel.0413 477635	hlverbeek@hetnet.nl
Rikie Huyberts	0413 476992	w_huyberts@hotmail.com

Rabobank IBANnummer penningmeester NL89 RABO 013.82.12.783

Fortunabode gaat Digitaal !!

"De kogel is door de kerk" volgens het alom bekende spreekwoord. Zo ook met de Fortunabode. Na 46 jaar als drukwerk verschenen te zijn ligt, beter gezegd staat voor jullie het eerste digitale exemplaar. Geen inktgeur, geen gezoek bij het papierafval maar op de website van Fortuna en nadien in het archief voor naslag.

Voor de vaste bezoekers van de website zal het opgefallen zijn dat de lay out hiervan ingrijpend veranderd is. Dit was nodig om ook op smartphone goed leesbaar te zijn en andere nuttige functies door te voeren. De verfijning hiervan moet nog plaats vinden, op dit moment is alleen het oude materiaal overgezet. Een commissie vanuit onze vereniging is bezig met het format en uitstraling hiervan te bezien en te verbeteren. De voorstellen zullen fasegewijs doorgevoerd worden en de info op de website zal geactualiseerd worden.

Ook de Fortunabode kwam als onderdeel van onze, naar binnen en buiten gerichte communicatie, aan de orde. De vraag digitaal of niet, daar hoefde niet over gediscussieerd te worden, dit was in het Bestuursoverleg de laatste jaren ruimschoots gedaan, na vragen hierover tijdens de Algemene Jaarvergaderingen van Fortuna. De Naam gaf een discussie, maar Nieuwsbrief viel af. De voorpagina en de uiteindelijke inhoudelijke opzet wordt door Marieke Verhoeven aangepakt voor een verfrissende uitstraling. Het moet ook meer een fotoblad worden meent de redactie, een plaatje zegt evenveel of meer als een praatje. De meesten hebben een camera op de mobile telefoon of een digitale camera bij zich dus die opnames kunnen eventueel ook bij artikelen geplaatst worden, wat het geheel levendiger maakt. Het wordt geen uitslagenblad met rangschikkingen e.d., die komen op de website met vaak een doorlink naar de betreffende site.

Maar we zijn er nog niet, we hebben jullie, Clubleden, nodig om artikelen en foto's in het Clubblad te krijgen. Goede suggesties voor het verbeteren van het, dit voor ons ook, nieuwe gedeelte. En ten slotte ondersteuning in de vorm van redactieleden en personen die actief met de website bezig willen zijn.

De redactie.



De pen door..... Marieke Verhoeven

Tja.... Het valt nog niet mee om als eerste een stukje te schrijven in de nieuwe digitale Fortunabode. “ ik geef de pen door aan....” Is een herboren item binnen Fortuna, om weer wat meer interactie te krijgen met de leden en natuurlijk diegene achter de pen wat beter te leren kennen.



Vandaag ben ik, Marieke Verhoeven, aan de beurt. Ik ben 38 jaar en heb 2 kleine kinderen (3 en 5 jaar) en samen met mijn partner al geruime tijd (al bijna 15 jaar) een reclamebureau, Publik Waarbij we dagelijks met 6 collega's actief zijn. Daarbij is het weer gaan kriebelen om te gaan studeren en is het de bedoeling 5 november van start te gaan.

Lopen is voor mij echt een stukje ontspanning, heerlijk buiten zijn, bewegen en even andere gedachten, dan over kinderen, werk, het huis of de afwas die nog moet gebeuren.

Presteren vind ik wel belangrijk alleen mis ik de prestatie-drive bij het lopen. Wat dan ook een bewuste keuze is op dit moment. Wel kijk ik vol bewondering naar Fortunaleden, die er iedere training weer vol voor kunnen gaan.

Ik geef de pen door aan....

Wist u dat.....

deze digitale versie van de Fortunabode de 3^e versie is van het clubblad sinds de oprichting van Fortuna

het clubblad in den beginne werd gemaakt met de typemachine

dat het daarna met een stencilmachine werd vermenigvuldigd

Fortuna vroeger een afdeling handbal, een afdeling turnen en een afdeling basketbal heeft gehad

Jeroen van den Tillaart de enige fortunees is geweest die ooit een Nederlands record heeft verbeterd

dat hij dat op 7 juli 1990 deed als pupil A op de 1.000 m tijdens een pupillenmeerkamp in Best

het Nederlands record toen op 3.22,20 werd gezet

Fortuna in de begin jaren tussen de 70 en 80 jeugdleden had en maar enkele volwassen leden

al deze jeugdleden regelmatig aan competitiewedstrijden deelnamen

Fortuna tegenwoordig uit 4 afdelingen bestaat

atletiek, sportief wandelen en nordic walking, zaaltrimmen en mountainbike deze afdelingen zijn

sportief wandelen en nordic walking een afdeling is die flink aan de weg timmert

Fortuna een bloeiende vereniging is

onze vereniging toch een aantal vacatures heeft zoals voor een secretaris, een jurycoördinator en een voorzitter voor het W.O.C.

dat wellicht een functie voor u is

we in de volgende Fortunabode meer van deze weetjes zullen plaatsen



Verjaardagskalender

Jarig in september

en in

oktober

1-sep	Annette Boonstoppel	LG	2-okt	Hannie Vervoort	SW
1-sep	Maria Thijssen	TR	4-okt	Francien Pepers	MB
2-sep	Ans Wagenaar	SW	4-okt	Frans Peters	TR
2-sep	Kees van Tiel	TR	6-okt	Elly Ramakers - Kneepkens	TR
3-sep	Linda van Deursen-van Vught	LG	8-okt	Rikie Huyberts	LG
3-sep	Peter van de Laar	SW	9-okt	Herman Rutten	SW
6-sep	Shirley v/d Velden	LG	11-okt	Carla van de Wetering	NW
8-sep	Frank van den Brand	LG	11-okt	Henriette Hanenberg	LG
8-sep	Linda Dahler	SW	11-okt	Yvonne vos	LG
3-sep	Dianne Moonen	SW	11-okt	Ria van Oirschot	SW
11-sep	Ria Verboort	SW	12-okt	André Olislagers	LG
11-sep	Tim Brouwers	JLG	13-okt	Peter Slits	MB
11-sep	Heidi van den Heuvel	LG	14-okt	Trees Minneboo	LG
12-sep	Coen Dekkers	LG	14-okt	Annet v/d Linden	SW
12-sep	Hendrikje Damen	TR	14-okt	Astrid Keeren v. Erp	LG
12-sep	Gé de Louw	LG	16-okt	Daan Geboers	LG
13-sep	Tonny van Boekel	LG	19-okt	Jeffrey van Hout	LG
15-sep	Isa van Heijningen	LG	20-okt	Martijn van Iersel	LG
15-sep	Kim Saris	LG	20-okt	Tineke van Boxmeer	LG
17-sep	Frans Sijbers	LG	21-okt	Jolanda Wouters	LG
20-sep	Huub van der Schoot	MB	22-okt	Henrie Raaijmakers	LG
21-sep	Maryn van de Sande	JLG	22-okt	Franca v/d Laar	SW
22-sep	Imke van Hastenberg	JLG	22-okt	Ellen van Nuland	LG
22-sep	Tineke Mous	LG	23-okt	André Schrurs	TR
24-sep	Rinus Pennings	LG	23-okt	Ben van der Putte	SW
25-sep	Patrick Sanders	LG	24-okt	Jan van Beljouw	JLG
27-sep	Paula van der Kaay	NW	24-okt	Sem de Haan	JLG
27-sep	Jan Kusters	LG	25-okt	Ted Dijkzeul	SW
29-sep	Eva de Vries	JLG	27-okt	Anita v. Kaathoven	SW
30-sep	Mirjam Welvaarts	LG	30-okt	Ciska van der Heijden	SW
30-sep	Wilhelmine Sommen	SW	30-okt	Robin Smulders	LG
30-sep	Jeanne van de Laar	SW			

Iedereen van harte gefeliciteerd



Winkelstraat

Hertog Hendrikstraat



Brasserie
De Beleving



EFFE ANDERS

Nieuw
APOTHEEK

DE IJSMAAKERIJ

AMBACHTELIJK SCHEIJS EN CHOCOLA MET SMAAK!

VAN DE KAMP
SCHOENEN EN SPORT



Zwanenberg Advies
ACCOUNTANCY & BELASTINGADVISEURS

EXCELANCE
HAARMODE

MODE BOETIEK
TRENTINO



Brabants
— Kwartiertje —
Vlaaienspecialzaak en lunchroom



VAN BRUSSEL
voor al uw diervoeders



VOOR IETS LEKKERS

**BAKKERIJ
BEKKERS**

Nijnsel - Schijndel - Son - Veghel
Sint-Oedenrode - Breugel

www.bakkerijbekkers.nl

Winkelstraat

Hertog Hendrikstraat

Ruime Gratis Parkeergelegenheid

De Nijmeegse 4-daagse 2013.

Dit jaar hebben bijna 100 Rooienaren aan deze wandeltocht meegedaan.

Ongeveer 10 Leden van SV Fortuna '67 hebben deelgenomen aan deze tocht.

Het waren warme en enerverende wandeldagen.

Enkele impressies:

-Franca van de Laar,

We schrijven 2012. Na het lezen van het krantenbericht "wandel je fit in 10 weken" en enkele overdenkingen later geef ik mij hier voor op.

De Wandelclub is een onderdeel van SV Fortuna'67.

Na 10 weken loop ik zonder moeite de 10 km van de Avondvierdaagse in Sint-Oedenrode en mijn lidmaatschap bij Fortuna'67 is een feit.

In januari 2013 neem ik het besluit om weer de Nijmeegse 4-daagse te lopen.

Gelukkig krijg ik al snel het bericht dat ik ingeloot ben.

Mijn startnummer heeft Dinsdag en Donderdag de late start , 06.15 uur, en op Woensdag en Vrijdag de vroege start , 05.15 uur. Gunstig naar mijn gevoel.

De eerste dag , de dag van Elst :

De route voert ons via de Waalbrug naar Lent , Oosterhout , Valburg en daarna na Elst. Dan naar Bemmelen en via Lent weer terug naar Nijmegen . Aan het eind komen we de gevreesde "lange dijk " tegen in de bloedhete zon.

De tweede dag , de dag van Wijchen:Hoewel gisteravond iedereen moeilijk liep op de Camping , blijkt nu dat het menselijk lichaam in staat kan zijn om binnen enkele uren te herstellen . Ik voelde al snel geen enkele beperking meer om aan de volgende etappe te beginnen. Vandaag gaat de route door bossen en over zandwegen .Allereerst wandelen we een hele tijd door de stad om vervolgens naar Alverna te lopen , na een mooie doorkomst in Wijchen , met veel muziek en veel toeschouwers . Echter het wandelen wordt hier wel slenteren vanwege de smalle drukke straten. Dan gaat het richting Beuningen en via Weurt weer naar Nijmegen .

De derde dag, de dag van Groesbeek:De route gaat vandaag via Malden , Heumen richting Mook. Verder naar Plasmolen , Milsbeek om via Bredeweg naar Groesbeek te gaan.

De vierde dag, de dag van Cuijk:Een vroege start voor mij . Eerst voert de route ons naar St. Walrick dan naar Overasselt en via de lange dijk wandelen we richting Linden. De route gaat verder via Beers naar Cuijk. De doorkomst in Cuijk , vind ik persoonlijk , de mooiste van de hele vierdaagse. Via een "stukje Limburgs gebied" wandelen we naar Mook en Molenhoek en arriveren in Malden. Net als vier jaar geleden vind ik het laatste stuk zwaarder dan verwacht. Op naar de finish .

Het was weer een mooi avontuur, maar ik wil het wel "bijzonder "houden. Ik ga de komende jaren vast en zeker nog heel veel wandelen, maar dan vooral op Dinsdagavond bij Fortuna'67.

Franca van de Laar.

-Antoon Asveld,

Vanaf Januari t/m Juni 2013 heb ik ongeveer 2000 km getraind. Het was een koud voorjaar.





Wat heb je nodig om de 4- daagse tot een goed einde te brengen? Enkele tips:

Goede sokken en wandelschoenen, rust op tijd en doe je wandelschoenen en je sokken nooit uit. Je voeten kunnen namelijk na een half uur opzetten en dan krijg je ze heel moeilijk weer aan.

Ga nooit in de berm zitten, je kan er spierpijn van krijgen en verder last van teken. Rust uit , bijvoorbeeld waar je eet en drinkt.. Drink absoluut geen alcohol en ga zoveel als mogelijk in de schaduw zitten. Neem extra sokken en wandelschoenen die ingelopen zijn en prettig zitten mee. Dit i. v. m. blaren.

Op de eerste dag start ik om 05.15 uur en ben ik om 15.45 uur gefinisht. De dorpen waar ik doorheen kom zijn Lent, Bommel, Elden, Oosterhout op weg naar Nijmegen. In Oosterhout gaan we de ca 7 km - dijk op richting Lent. In Lent is het altijd heel gezellig en druk , diverse orkestjes spelen voor ons, zo ook een Brabantse Band uit Rooi "Harmonie Zonder Zaal". Voor onderweg neem ik brood en vruchtensap mee, water snoep en plakjes peperkoek. Langs het parcours hebben veel bewoners (publiek) op tafeltjes chips zoutjes en zoute drop staan. Bij warme dagen sproeien ze ook met de tuinslang water

ter verkoeling.

De tweede dag , een late start om 06.00 uur en finish ik om 16.15 uur. Ik vind het een saai stuk, eer we Wijchen binnen komen hebben we er al 20 km opzitten. In het centrum staan er rijen mensen en moedigen ons aan . Veel tentjes , muziek en terrasjes.

Op de derde dag , een vroege start 05.20 uur en ik finish om 15.50 uur. Dit vind ik het mooiste parcours "de zevenheuvelen weg". Eerst naar Diepen en dat is de 1^e klim, voor sommigen echt zwaar . Dan volgen er enkele bultjes tot aan de Zevenheuvelen weg met veel enthousiast publiek. De temperatuur is 28 graden Celsius.

Op de vierde dag heb ik een late start , 06.05 uur en om 16.30 uur is mijn laatste knip . Dit is wel een uurtje stevig doorlopen , om 17.30 uur ben ik op de wedren in Nijmegen en om 17.40 uur haal ik mijn 23^e cijfer en medaille op. Ik ben er echt trots op.

Antoon Asveld.

-Ge de Louw,

Dit jaar hebben er meer dan 41.000 lopers de Nijmeegse 4- daagse uitgelopen , mijn Loopmaat Wim Hooijkaas loopt de vierdaagse voor de 24^e keer. Ik zelf , Ge de Louw , voor de 10^e keer . Toos Habraken voor de 13^e keer . Ineke Peijnenburg heeft hem ook uitgelopen voor de ... keer. Proficiat allemaal.

Ge de Louw.

Marianne van der Putte-Verhoeven,

De Nijmeegse 4- daagse , supergezellig en verslavend!!, zo kijk ik terug op deze onvergetelijke 4 dagen. Ben en ik willen beiden aan de tocht mee doen. Nu nog ingeloot worden. Afspraak was dat als één van ons zou mogen lopen de ander 'zwart' mee zou lopen, allebei uitgeloot dan ging het allemaal niet door. Het lot was mij ongunstig gezind, ik heb dus 'zwart' meegelopen. Op ongeveer 50 meter na de start ben ik 'ingestapt' en voelde mij totaal niet schuldig. De eerste dag had ik heel sterk de gedachte dit eens maar



nooit weer. Gelukkig was er de 2e dag wat meer ruimte om ons heen en dat liep toch wel prettiger. Maar dag 3 was de lange heuvelenweg en toen kwam het idee: ik ga morgen op mijn Teva-sandalen lopen. Uiteraard met sokken (geen gezicht) maar dat liep lekker!! Niets knelde, geen branderige voetzolen, tenen hadden de ruimte en de warmte kon weg. Genoeg redenen om het dag 4 nogmaals te doen. Zo heb ik de laatste dag van familie en kennissen bloemen in ontvangst mogen nemen en ben stralend door de finish gegaan. Het leek wel alsof ik vleugels had, maar de laatste dag wordt je ook gedragen door al het publiek en de muziekbands die aan de kant staan. Trouwens elke dag volop publiek en er werd van alles aangeboden van waterijsjes tot bouillon toe. Niet te vergeten het getoeter van het verkeer als je over een viaduct gaat, geweldig! Yes, Ben en ik hebben het gehaald en zelfs zonder blaren. We waren al vroeg terug (13.20 uur) en maar wachten op vrienden die de 40 km. liepen. Ben heeft zijn kruisje met mij gedeeld want volgens hem hebben wij het samen verdiend! Het volgend jaar schrijf ik weer in en hoop dan legaal te starten en ook met een kruisje thuis te komen.

Marianne van der Putte-Verhoeven

Noot van de Redactie: Nieuwsgierig naar de volledige input/ verslagen? Kijk op de Website rubriek , “sportief wandelen”.





In **automatisering**
een **sprong vooruit!**

Systeembeheer | Software ontwikkeling | Standaard bedrijfssoftware

Drie-O Automatisering B.V.

Jan Tinbergenstraat 4C
5491 DC Sint-Oedenrode
Bedrijventerrein de Kampen

T 0413-490620
F 0413-490684

Postadres:
Postbus 13
5490 AA Sint-Oedenrode

E info@drieo.nl
I www.drieo.nl

Kijk voor meer informatie op www.drieo.nl

Verslag van de jeugdlopen op 16 juni

Door Peter Hellings

Al enige jaren organiseert Fortuna tijdens de Vaderdaglopen ook een wedstrijd voor pupillen en junioren. Voor de kinderen t/m 11 jaar is er een parkoers van 1.000 m en voor de kinderen van 12 t/m 15 jaar een parkoers van 2.000 m.

Het parkoers gaat gedeeltelijk over onverharde voetpaden, waarbij de deelnemers aan de 2.000 m min of meer 2x het parkoers van de 1.000 m lopen.



Om 10.30 u stonden 36 jonge atleetjes, 26 jongens en 10 meisjes, aan de start voor hun 1.000 m. Na het startschot (sommige kinderen hebben daar problemen mee) was het even dringen bij de eerste bocht linksaf het zandpad op. Echter toen de atleetjes even verderop weer op de verharde weg kwamen, was het deelnemersveld al flink verspreid over het parkoers. Even linksaf richting een keerpunt en vervolgens in een rechte lijn naar de finish. De wedstrijd werd bij de jongens overtuigend gewonnen door Tim Brouwers van Fortuna in een tijd van 3 minuten en 54 seconden



Voor de 2^e en 3^e plaats moest er echter flink gevochten worden.

Uiteindelijk werd Nick van Oorschoot van GAC Gemert 2^e met een tijd van 4 minuten en 2 seconden en Max Munsters van Eindhoven Atletiek 3^e met een tijd van 4 minuten en 3 seconden.

De nummer 4 zat hier maar 1 seconde achter.

Bij de meisjes werd Veerle van Erp van Fortuna overtuigend 1^e met een tijd van 4 minuten en 3 seconden. Eva de Vries, ook van Fortuna, werd 2^e met een tijd van 4 minuten en 15 seconden en Nienke van Hapen uit Veldhoven werd 3^e met een tijd van 4 minuten en 26 seconden.



Om 10.45 u viel het startschot voor de 2.000 m waaraan 8 jongens en 7 meisjes deelnamen.

Hier geen gedrang bij de eerste bocht. Gezien de leeftijd van de deelnemers was er een groot verschil in de krachtsverhoudingen, hetgeen leidde tot grote verschillen aan de finish.

Het waren de meer ervaren lopers en loopsters die de ereplaatsen innamen.



Bij de jongens werd Lars van Aarle uit Erp 1e in een tijd van 7 minuten en 18 seconden.
Tonny de Benis van Generaal Michaelis uit Best behaalde de 2^e plaats met een tijd van 7 minuten en 29 seconden en Max Scheutjens van Fortuna werd 3^e met een tijd van 8 minuten en 6 seconden.

Bij de meisjes was de strijd minder spannend.

Laura Kok van Eindhoven Atletiek wint waar ze deelneemt en dus ook in Sint-Oedenrode.

Haar winnende tijd was 7 minuten en 33 seconden.

Achter haar vochten Chanella Elfrink van Eindhoven Atletiek en Hannah Cranen van A.V. Heythuysen voor de 2^e plaats.

Chanella won die strijd met een tijd van 8 minuten en 7 seconden, Hannah zat daar 1 seconde achter.

Met meer dan 50 deelnemers zijn de jeugdlopen weer een groot succes geworden.

Ook in 2014 zullen er zeker weer jeugdlopen op het programma van de Vaderdaglopen staan, misschien wel met een nieuw parkoers.



Installatiebedrijf Gebr. van Engeland

- Sanitair-
- Verwarming-
- Loodgieterswerk-
- Dakbedekking-
- Zinkwerk-

Son & Breugel
Tel. 0499 - 472050
www.gebroedersvanengeland.nl

Trimmen: Laatste training van het seizoen

Als je maar lang genoeg actief lid bent, dan weet je dat ieder trimseizoen ergens in juni eindigt. Dan hebben we even 'rust' tot eind augustus. Alhoewel de meeste trimmers juist in de zomermaanden heel actief zijn. We komen elkaar regelmatig tegen met wandelen of fietsen ergens in ons mooie Rooi of in de omgeving.

Wellicht krijgen de buikspieren en hamstrings nu even wat minder aandacht, maar dat lossen onze trainsters in augustus wel weer op.

Dit jaar was het einde van het seizoen iets eerder, want onze sporthal werd eind mei omgetoverd tot theater en daarvoor moesten wij wijken. Aangezien wij meestal zonder publiek trainen (en dat vinden wij prima) werd er door ons weinig reuring aan gegeven.

De laatste trimdag dus op 23 mei 2013. De laatste jaren is er een traditie ontstaan dat we deze laatste dag niet doorbrengen in de sporthal. We gaan dan met z'n allen fietsen in de regio. En sluiten dan af ergens in de horeca in Rooi.

Afgesproken was dat we zouden verzamelen om 19.00 uur bij de kiosk op de markt. In dit geval met fiets. Die dag was het, net als de rest van het voorjaar, minder goed weer. En terwijl we stonden te wachten werd ook weer duidelijk dat de trimmers niet voor niets een voorkeur hebben voor binnen trainen. Dan heb je geen last van weer, wind en ander ongemak.



Uiteindelijk waren we met 10 enthousiaste fietsers en nadat de dames enige tijd nodig hadden om de juiste route te bepalen vertrokken we rond kwart over zeven richting Olland, Liempde, Kasteren en via de golfbaan weer terug naar Rooi.

We eindigden bij het nieuwe eetcafe wat Rooi rijk is, de Ossekop.

Er werden wat tafels tegen elkaar geschoven en als je met tien man bent heb je niet zoveel tafels nodig en vervolgens werd de koffie voor het gemak maar overgeslagen.

Er werd veel gepraat, veel gelachen en rond twaalf uur ging de laatste trimmer met vermoeide polsen naar huis.

Volgend jaar is er weer een laatste trainingsdag en ijs en weder dienende ben ik er dan weer bij.

En natuurlijk ook bij alle andere trainingsavonden als mijn buik-, arm-, schouder-, kuit- en weet ik veel hoeveel anderen spieren door onze trainsters weer in vorm worden gebracht.

Misschien moet er richting einde seizoen nog iets meer aan de polsspieren worden gewerkt.



Hoogtepunten

AFKOMSTIG VAN ONZE WEBSITE

25 JUNI

VERBETERING CLUBRECORDS OP DE 200 M EN 400 M MEISJES JUNIOREN A EN 800 M MANNEN SENIOREN

Irene van der Velden heeft op 25 juni tijdens de Avondwedstrijd te Helmond haar eigen clubrecords op de 200 m en 400 m in de categorie MeisjesJA verbeterd.

Het nieuwe record van de 200 m staat nu op 29,81 seconden en het nieuwe record van de 400 m staat nu op 1.07,30 minuten, hetgeen respectievelijk een verbetering is met 0,19 seconden en 1,91 seconden.

Patrick Sanders heeft tijdens dezelfde wedstrijd het 38-jarig clubrecord op de 800 m verbeterd in de categorie Mannen Senioren

Het nieuwe record staat nu op 2.04,81 minuten, hetgeen een verbetering met 0,25 seconden is ten opzichte van het oude record van Gerard van de Wijdeven. Bijzonder is wel dat zowel het oude als het nieuwe record op de atletiekbaan in Helmond zijn gevestigd.



18 JUNI

VERBETERING CLUBRECORD OP DE OLYMPISCHE ESTAFETTE IN DE CATEGORIE VROUWEN

Irene van der Velden, Sanne van Lieshout, Simone van Wieringen en Anne Gibbels hebben op 18 juni tijdens de Circuit 14 baanwedstrijd in Best het clubrecord op de Olympische Estafette verbeterd in de categorie Vrouwen.

Het nieuwe record is nu 5 minuten en 2,09 seconden, hetgeen een verbetering betekent met 14,72 seconden.

Het oude clubrecord stond sinds 27 juni 2012 op naam van dezelfde 4 dames.

VESTIGING NIEUW CLUBRECORD OP DE 10.000 M BIJ DE MEISJES JUNIOREN A

Irene van der Velden heeft op 16 juni 2013 tijdens de Vaderdaglopen te Sint-Oedenrode in de categorie Meisjes Junioren A een nieuw clubrecord op de 10.000 gevestigd met een tijd van 52 minuten en 31 seconden.

8 JUNI

3E WEDSTRIJD PUPILLENCOMPETITIE IN VELDHOVEN

De competitie voor onze pupillen bestaat uit 4 wedstrijden, waarvan er 3 voor de zomervakantie zijn en 1 er na.

Op 8 juni vond de 3^e wedstrijd plaats in Veldhoven. Een mooie zonovergoten dag. Enkele honderden hebben elkaar in teamverband bestreden op een zestal onderdelen.

Voor de mini's/C en de B pupillen waren dat: teamestafette: een team (max. 11 kinderen)

loopt een parkoers van 30 m waarna het estafettestokje wordt overgegeven aan de volgende; bestaat een team uit minder dan 11 atleetjes dan lopen enkelen van hen 2 keer; vortex werpen: vortex werpen is bedoeld om het atleetje kennis te laten maken met de manier waarop een speer wordt geworpen; de manier waarop de vortex en een speer worden vastgehouden bij het werpen is dezelfde; hurkhoogspringen: het hurkhoogspringen vindt plaats bij de verspringbak; de aanloop van het verspringen wordt gebruikt om over een hoogte te springen in de verspringbak. Deze oefening is bedoeld om de atleetjes een goede springtechniek te leren;

40 m sprint;

slingeren (met een BMX-band): deze oefening is bedoeld om de techniek van het discuswerpen te leren;

40 m horden (hoogte 30 cm)

Afsluitend is er dan nog 4 minuten 'meters maken'.

De pupillen A beginnen eveneens met de teamestafette en doen vervolgens de volgende onderdelen:

Hoogspringen; kogelstoten; vortex werpen; 60 m horden (50 cm); polsstok verspringen, in de verspringbak en bedoeld om de techniek van het polsstok hoogspringen te beoefenen.

Afsluiten is er dan nog 6 minuten 'meters maken'.

De 1^e en 3^e wedstrijd hebben dezelfde onderdelen; de 2^e en de 4^e wedstrijd hebben iets andere onderdelen, maar zijn aan mekaar gelijk.

Terug naar 8 juni dus.

10 atleetjes van Fortuna gingen de strijd aan.

De 6 pupillen A hadden een eigen team, hetgeen



bij de teamestafette al meteen extra werk gaf. De 4 pupillen B werden ingedeeld bij een eveneens onvolledig team van een andere vereniging.

Juryleden waren voldoende aanwezig, ook van onze vereniging. Ook de meegekomen ouders waren bereid om te helpen bij de diverse onderdelen.

Om 10.00 viel het startschot voor het 1^e onderdeel: de teamestafette en exact om 13.00 was het laatste onderdeel - de 6 minuten 'meters maken' van de pupillen A - afgelopen.

Deze pupillencompetitie 'nieuwe stijl' is vanaf 2014 de officiële pupillencompetitie van de Atletiekunie en is Athletics Champs genoemd. Deze nieuwe competitie komt in de plaats van de competitie 'oude stijl' waarbij de atleetjes 3 technische onderdelen en een afsluitende 600 (C en B) of 1.000 m (A) moesten afwerken.

Omdat de wedstrijddagen 5 á 6 uur duurden en de ouders alleen maar vanaf de tribune konden toekijken werd de belangstelling sterk minder.

De kinderen zelf vinden de nieuwe competitie geweldig. Ook al heeft Fortuna niet de beschikking over een atletiekbaan, de kinderen kunnen zich op deze nieuwe competitie goed voorbereiden.

Zeker nu we een gediplomeerde jeugdathletiektrainer (Patrick Sanders) hebben, een gediplomeerde looptrainer (Jos van Uden) en 4 gediplomeerde assistent atletiektrainers hebben (Irene van der Velden, Marco Verbeek, Simone van Wieringen en Sanne van Lieshout).



Evenementenkalender

Rooise Crosslopen:

zondag 22 september 2013
zondag 27 oktober 2013
zondag 24 november 2013
zondag 26 januari 2014
zondag 23 februari 2014

Scholierenloop:

Zondag 13 april 2014

Vaderdaglopen:

Zondag 15 juni 2014

Drie Dorpencross:

Zondag 15 december 2013
Zondag 21 december 2014

Algemene ledenvergadering:

Woensdag 18 december 2013



LEENDERTS

Glaszettersbedrijf – Glashandel B.V
Past. Smitsstr. 58
5491XP Sint-Oedenrode
Telefoon 0413-477512
Mobiel 0653241679
Telefax 0413-477637

Weet u wel

Niet alleen bij S.V. Fortuna '67 lopen wij snel

Ook u kunt bij ons binnen lopen

Om nieuw glas te kopen.

SUPERSNEL GLASHERSTEL!



Schijnveiligheid

Maak een nieuwe verkeersregel en alles is opgelost! Zo reageren we maar al te rap in Nederland. Ik geloof daar niets van, laat dat duidelijk zijn. We moeten samen ergernissen en onveilige situaties voorkomen, een extra verkeersregel roept alleen maar een volgende irritatie op.

Het wordt drukker en drukker op het fietspad. Klopt, maar het is allemaal nog best te doen. Je weet dat je sneller bent dan je medeweggebruiker, dat ze soms van je schrikken en dat ze soms je bel niet horen. Ik hoef je niets te vertellen. Met duizenden kilometers per jaar weet je als geen ander hoe het verkeer zich ontwikkeld heeft.

Toch roep ik je op om jouw goede fietsgedrag ook naar anderen toe uit te stralen. Dat is belangrijk. Fungeer als ambassadeur. Kijk eens op ikfietsvriendelijk.nl. Schaf twee groene ventieldopjes aan en laat zien dat je een voorstander bent van positief fietsgedrag.

Regels leveren schijnveiligheid. Bewustwording doet een beroep op ieders eigen verantwoordelijkheid voor de veiligheid van zichzelf en anderen. Het groene ventieldopje helpt!

door Arjan de Vries

MAGAZIJNOPRUIMING:

www.de-onlinewinkel.nl

**ATB Fietsen-Fietsaccessoires
Fietskleding-Runningkleding
Werk- en Veiligheidskleding
Werkschoenen en Laarzen**

Industrieweg 6A Sint-Oedenrode

Tel.: 0413-473662, 06-510 510 26

Jan van Kampen Erelid SV Fortuna'67

Tevens Atletiekunie waarderingsspeld toegekend

Jan van Kampen heeft in 2012 aangekondigd te stoppen met zijn bestuurlijke taken binnen SV Fortuna'67. Dit werd bij de Algemene Ledenvergadering onder de aandacht van de leden gebracht. Voorzitter Cor van Erp benoemde in zijn toespraak de verdiensten van Jan voor de Vereniging en bracht nog enkele anekdotes vanuit het verleden naar voren.

Hierna werd het bestuursvoorstel besproken en ter stemming gebracht.



Dit luidde als volgt;

Op voordracht van het Bestuur gericht aan de Algemene Ledenvergadering van SV Fortuna'67 op 19 december 2012, overwegende dat gezien voornoemde en;

- het vanaf 1984 onafgebroken wederom lid zijn van SV Fortuna '67,
- het vervullen van het trainerschap van de jeugd en de mede oprichting van de loopgroepen,
- het bestuurlijk actief geweest te zijn als Penningmeester, Trainingscoördinator en Secretaris, gedurende vele jaren,
- het begeleiden van wedstrijden en trimlopen als Scheidsrechter, Wedstrijdleider en Jurylid van SV Fortuna'67,

Het Bestuur van Fortuna bracht het bestuursvoorstel in de Algemene Ledenvergadering ter stemming om Jan van Kampen, conform het reglement, te benoemen tot Erelid van SV Fortuna'67. De ledenvergadering ging unaniem hier mee akkoord.

Het Bestuur van de Atletiekunie heeft Jan ook geëerd voor zijn bijzondere inzet binnen en buiten de Vereniging. Men heeft de Voorzitter verzocht Jan de door de Atletiekunie toegekende Waarderingsspeld met Oorkonde uit te reiken.



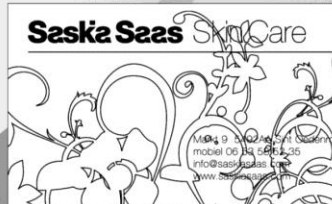
lenny
LENNY LAURENCE (MODE)

Muller Mode
Mode voor Mannen van Morgen

GERITS
man en mode



MODEBOUTIQUE
Caprice



WINKELCENTRUM DE MARKT



RUIM PARKEREN

Damesmode



De Pastorie

't paperas
edele brabant

Boek- en kantoorboekhandels

VINO E CUCINA
OSTERIA
ITALIAANSE KEUKEN

dh
Albert Heijn

MARKT
APOTHEEK

Intertoys

Lips

Advocaten & Mediators

d'n Dommel
Tapperij & eeterij

Café
Old Ron

cafetaria
"De Markt"

Trainingstijden van de diverse afdelingen

De jeugdloopgroep:

Dinsdagavond van 19.00 u tot 20.00 u → junioren en A pupillen;

Donderdagavond van 19.00 u tot 20.00 u → Junioren, A en B pupillen;

Zaterdagmorgen van 9.00 u tot 10.00 u → Junioren, A, B en C/mini pupillen.

De loopgroep:

Maandagavond van 19.30 u tot 20.45 u → interval- en conditietraining;

Woensdagavond vanaf 19.30 u → duurloop diverse afstanden;

Vrijdagavond vanaf 19.30 u → duurloop diverse afstanden (zonder begeleiding van trainers);

Zondagmorgen vanaf 9.30 u → duurloop diverse afstanden (zonder begeleiding van trainers).

Sportief wandelen:

Maandagmorgen van 9.00 tot 10.00 u → 1 groep;

Dinsdagavond van 19.00 tot 20.20 u → 3 groepen;

Donderdagavond van 19.00 tot 20.30 u → 1 groep.

De trainingen kunnen een uitloop van 30 minuten hebben.

Nordic walking:

Zaterdagmorgen van 9.00 tot 10.30 u.

De trainingen kunnen een uitloop van 30 minuten hebben.

Maandagmorgen van 9.30 u tot 10.30 u → sporthal de Kienehoef;

Donderdagavond van 20.00 tpt 21.00 u → sporthal de Streepen.

Mountainbike:

Zondagmorgen vanaf 8.30 u;

Donderdagavond van 18.30 u (extra in de zomermaanden).

Vertrek vanaf Drankenhandel van Boxmeer, Deken van Erpstraat 20

Atletiekunie nieuws



Athletics Champs 2013

Athletics Champs: Pupillenatletiek van de toekomst!

Pupillenatletiek nieuwe stijl: Athletics Champs

Sinds enkele jaren wordt vanuit de Atletiekunie gewerkt aan een nieuwe opzet voor pupillenwedstrijden. Het doel is om de belangstelling voor de pupillenatletiek en de aantrekkelijkheid van de pupillenatletiek te vergroten. Door deze kwaliteitsimpuls streven we naar een lager verloop en daarmee naar een toename van het aantal pupillen. Dit project heeft de naam **Athletics Champs** meegekregen.

Meer spanning en plezier in teamverband

De nieuwe opzet van deze pupillenwedstrijden gaat uit van een hogere intensiteit in een veel korter tijdsbestek: veel meer atletiek in maximaal drie uur. Daarbij worden nieuwe en uitdagende wedstrijdvormen geïntroduceerd en nieuwe materialen gebruikt. Bovendien worden de wedstrijden in teamverband uitgevoerd, en dat verhoogt de spanning en het gezamenlijke plezier. Ouders die voorheen lange tijd langs de kant van de baan stonden te wachten, krijgen een actieve rol in de begeleiding en de jurering bij deze nieuwe wedstrijdvorm.

Pilots in 2012

In de regio's De Kempen (regio 14) en Noordoost Brabant (regio 15) is in 2012 met groot succes een viertal pilotwedstrijden in competitievorm uitgevoerd. Zowel de deelnemers, begeleiders, ouders en juryleden waren onverdeeld enthousiast over de opzet en uitvoering van dit nieuwe wedstrijdconcept. Daarnaast zijn ook nog enkele losse kennismakingswedstrijden georganiseerd.

Planning doorontwikkeling Athletics Champs

Het uiteindelijke doel is om in alle regio's een landelijke pupillencompetitie te organiseren (waarbij een wedstrijd maximaal 3 uur duurt). Deze ambitie wordt in de volgende fases verdeeld:

- **2013: Kennismakingswedstrijden in zoveel mogelijk / alle regio's**
Op basis van de positieve resultaten uit 2012 worden in 2013 in vrijwel alle regio's kennismakingswedstrijden Athletics Champs georganiseerd. Zodra bekend wordt er bij 'Kennismakingswedstrijden' een overzicht getoond van deze wedstrijden. In de regio's 14 en 15 en 23 (Friesland) worden in 2013 de 4-daagse competities van Athletics Champs georganiseerd.
- **2014: 4-daagse cyclus in zoveel mogelijk regio's**
In alle regio's waar in 2013 kennismakingswedstrijden zijn georganiseerd kan in 2014 de 4-daagse cyclus van wedstrijden worden gestart. Regio's waar in 2013 nog geen kennismakingswedstrijd is georganiseerd, kunnen die in 2014 organiseren.

Bezuinigingen in de sport

Uit onderzoek van het Mulier Instituut in samenwerking met de Vereniging Sport Gemeenten blijkt dat 93 procent van de gemeenten bezuinigt op sport. Bij deze bezuinigingen kiezen gemeenten er duidelijk voor om de rekening van de sport meer bij de sportvereniging en de sporter neer te leggen. Sport wordt daarbij door de gemeenten overigens niet harder getroffen dan andere sectoren. NOC*NSF maakt zich zorgen over bezuinigingen op sport op lokaal niveau: "Belangrijk is dat er niet plat bezuinigd wordt. Sport is het middel voor een kerngezonde samenleving. Sport kan deze rol vervullen door het onderdeel te maken van lokale allianties met onderwijs, cultuur, eerstelijnszorg, welzijn en veiligheid. Het is belangrijk dat gemeentes slimme keuzes durven te maken."

Uitslagbepaling bij wegwedstrijden

Bij wegwedstrijden, waarbij voor de uitslagbepaling gebruik wordt gemaakt van chips, is er blijkbaar nogal eens verwarring wat nu bepalend is voor het vaststellen van de uitslag. De tijd die voor iedere individuele atleet wordt aangegeven door het chipsysteem. Dit is de tijd die is verstreken tussen het daadwerkelijk overschrijden van de startlijn en het passeren van de finishlijn, de zogenaamde netto tijd, of de tijd die is verstreken tussen het afvuren van de startrevolver en het passeren van de finishlijn, de zogenaamde bruto tijd, of de volgorde waarin de atleten de finishlijn passeren. Het antwoord hierop is eigenlijk heel eenvoudig.

Zoals bij alle loopwedstrijden is de winnaar die atleet die als eerste de finishlijn passeert, de nummer twee is degene die als tweede de finishlijn passeert etc.. Volgens artikel 165.24(f), is de officiële tijd die aan de deelnemers moet worden toegekend, de tijd die is verstreken tussen het afvuren van de revolver en het moment dat de atleet de finishlijn passeert, de zogenaamde bruto tijd dus. Ter informatie mag aan de atleten ook de netto tijd bekend worden gemaakt, maar deze mag niet als officiële tijd worden beschouwd.



Jan Habraken

GLAS & ALUMINIUMWERKEN BV

- **SERRES**
- **SCHUIFPUIEN**
- **ALUMINIUM KOZIJNEN**
- **ALLE SOORTEN BEGLAZING**
- **ZONWERING & ROLLUIKEN**

Alfred Nobelstraat 12 - 5491 DB - Sint-Oedenrode
Bedrijventerrein "De Kampen" - Tel. (0413) 47 81 06 - Fax (0413) 47 69 20
E-mail jan@janhabraken.nl - Internet www.janhabraken.nl

Lidmaatschap en contributie 2013

Contributiebedragen per 1 januari 2013

Jaarlijkse contributiebedragen	basis:	bij: KNAU	bij: NTFU	TOTAAL
pupillen (KNAU basis)	€ 51,30	€ 13,80		€ 65,10
pupillen (KNAU wedstrijd)	€ 51,30	€ 21,30		€ 72,60
junioren (KNAU basis)	€ 51,30	€ 14,55		€ 65,85
junioren (KNAU wedstrijd)	€ 51,30	€ 27,80		€ 79,10
loopgroepleden (KNAU basis)	€ 68,40	€ 15,70		€ 84,10
loopgroepleden (KNAU wedstrijd)	€ 68,40	€ 36,95		€ 105,35
zaaltrimmers	€ 99,40			€ 99,40
sportief wandelen	€ 59,00			€ 59,00
nordic walking	€ 59,00			€ 59,00
mountainbikers	€ 34,20		€ 33,00	€ 67,20

Indien men lid is van meerdere onderdelen van Fortuna'67 betaalt men de basiscontributie van het duurste onderdeel en voor de extra onderdelen betaalt men de helft van de basiscontributie. (lidmaatschapkosten KNAU en NTFU worden altijd in rekening gebracht).

De jaarlijkse contributie voor steunende - niet actieve - leden bedraagt € 17,00.

Voor betalers met acceptgiro wordt een bedrag van € 1,50 in rekening gebracht vanwege bankkosten. Contributie jaarlijks per 1 februari verschuldigd.

Extra kosten:

- Inschrijfgeld voor jeugdleden van de loopgroep bedraagt € 6,45 (KNAU-kosten)
- Inschrijfgeld voor leden van de loopgroep bedraagt € 36,50.

Bij inschrijving ontvangt men een gratis loopshirt. De shirts zijn - na betaling van de contributie en inschrijfgeld - op afspraak te verkrijgen bij Antoinette van de Laar (tijdens de kofieavond)

Jeugdleden krijgen - na betaling van de contributie en inschrijfgeld - een loopshirt dat kan worden ingeruild als men er uit groeit, waarborgsom € 10,00. Op afspraak te verkrijgen bij Peter Hellings (voor, tijdens of na de training).

Het lidmaatschap loopt tot 31 december, eventuele afmeldingen vóór 25 november.



Autoverzekering duur ??? Hoeft niet.

We zijn een onafhankelijk kantoor voor al uw schade en levensverzekeringen.

Vanaf 1991 zijn we actief bezig om onze klanten zo goed mogelijk te bedienen.

We zijn 24 uur per dag te bereiken via fax, e-mail, website, postbus, en brievenbus.

Telefonische openingstijden zijn veel ruimer dan de banken die om 16.00 uur sluiten.

Afspraken kunnen op kantoor plaats vinden maar ook gewoon bij U thuis.

Omdat we zaken doen met alle maatschappijen kunnen we alles goed vergelijken.

Tevens hebben we onze eigen pakketpolis gemaakt incl. **Combipas** en **digitale polismap** met de volgende voordelen.

- **Tot 10 % pakketkorting.**
- **Vanaf 3 polissen al pakketkorting.**
- **1 Polis.**
- **1 maandpremie.**
- **1 contactpersoon.**
- **Gratis opzegservice huidige verzekeringen.**
- **Scherpe premies.**
- **Goede voorwaarden.**
- **Gratis Combipas met op de achterzijde de groene kaart voor de auto of motor.**
- **Gratis digitale polismap (online je polis en voorwaarden inzien).**
- **Geen papieren rompslomp meer (alles online als U het wilt).**
- **Persoonlijk advies.**

Neem de proef op de som en bel ons voor een afspraak of offerte.

Geheel gratis dus..... waarom niet.

We zien uw telefoontje graag tegemoet.



Martien Temmink Verzekeringen

Borchmolendijk 17
5492 AJ Sint-Oedenrode

☎ 0413-475633
☎ 084-7461834

✉ info@mtverzekeringen.nl
🌐 WWW.mtverzekeringen.nl

