



Jaarverslag 2024

Atletiekvereniging Edam





I. Agenda Algemene Ledenvergadering 2025

ALGEMENE LEDENVERGADERING A.V. EDAM

Te houden op vrijdag 7 maart 2025

In het clubgebouw van A.V. EDAM

Burgemeester Versteeghsingel 4 te Edam

AANVANG 20.00 UUR

01. Opening
02. Notulen algemene ledenvergadering d.d. 23 februari 2024
03. Ingekomen stukken en mededelingen
04. Jaarverslagen
05. Financieel overzicht 2024
(de resultatenrekening en de balans krijgt u op de Algemene Ledenvergadering; evt. eerder op te vragen bij onze penningmeester, penningmeester@avedam.nl)
06. Rapport van de kascontrole commissie / décharge van de penningmeester
07. Vaststellen begroting 2025
08. Bestuursbeleid + terugblik AV Edam
09. Bestuursverkiezing
Aftredend volgens de statuten:
 - Lida Verdonck : Secretaris (herkiesbaar) *
 - Ricardo Aberkrom : Facilitaire Zaken (herkiesbaar) **Het bestuur stelt voor (bij stemming)*:*
 - Annemarie Joosten : aandachtsgebied: Pupillen
 - Niels Hoogerdijk : aandachtsgebied: Survivalrun
10. Benoeming kascontrolecommissie
 - John van Dijk blijft zitten
 - Rick Westerdaal treedt toe*Tijdens de vergadering zal een reserve kandidaat worden aangesteld.*
11. Verkiezing vrijgekomen zetel bestuursraad
Afgetreden:
 - Mariet Brockhoff*Het bestuur stelt voor (bij stemming)*:*
 - Louis Zwarthoed
12. Wijzigingen in commissies en benoemingen
13. AV Edam en de toekomst
14. Rondvraag
15. Sluiting

**Tegenkandidaten kunnen zich schriftelijk aanmelden bij de secretaris tot uiterlijk zeven dagen voor aanvang van de Algemene Ledenvergadering.*

Inhoudsopgave

1.	Agenda Algemene Ledenvergadering 2025	2
2.	Woord van de voorzitter (Martinus Ouwehand)	4
3.	Notulen van de Algemene Ledenvergadering 2024	6
4.	Woord van de secretaris (Lida Verdonck)	11
5.	Algemene Zaken (Anne-Sophie Koning)	15
6.	Technische zaken (door Annemarie Joosten).....	16
7.	Facilitaire Zaken (door Ricardo Aberkrom)	17
8.	Ledenadministratie (door Myrian Veerman)	18
9.	PR commissie (door Jean-Pierre DeMarco).....	19
10.	Sponsorcommissie (door Judith van der Niet)	22
11.	De grote Clubactie (door Gerda Kwakman)	23
12.	Wandelen (door Manfred Mooyer).....	24
13.	Survivalrun (door Niels Hoogerdijk)	25
14.	G-team (door Elvira de Boer).....	26
15.	Jaaroverzicht Wedstrijden (door Martinus Ouwehand)	32
16.	Recordcommissie (door Martinus Ouwehand)	51
17.	Samenstelling commissies per 1-1-2025	54
18.	Ereleden / Leden van verdienste per 1-1-2025.....	55
19.	Colofon	56



2. Woord van de voorzitter (Martinus Ouwehand)

Voor u ligt het jaarverslag over 2024. Zoals gebruikelijk hebben verschillende mensen hun bijdrage hieraan geleverd en ik wil hen bij deze hartelijk bedanken voor deze bijdrage.

Bestuur

Onder degenen die een bijdrage hebben geleverd zijn ook een tweetal personen (Annemarie Joosten en Niels Hoogerdijk) die dit jaar hebben meegelopen met het bestuur om te kijken of zij zich beschikbaar willen stellen voor een bestuursfunctie. Ondanks dat zij nog niet in functie waren, zijn zij wel van toegevoegde waarde gebleken en ik ben dan ook zeer verheugd te kunnen zeggen dat beiden hebben besloten om zich bij de aankomende Algemene Ledenvergadering (ALV) kandidaat te stellen voor een bestuursfunctie.

Annemarie Joosten toonde tijdens de Algemene Ledenvergadering van 2024 al interesse en heeft al het hele jaar de bestuursvergaderingen bijgewoond. Gaande het jaar is gebleken dat Annemarie veel affiniteit heeft met de pupillen waardoor het ons ideaal leek om de bestuurstaken te gaan herverdelen. Annemarie zal (indien zij wordt gekozen) zich primair gaan richten op de pupillen. Annemarie zit boordevol ideeën om onze vereniging aantrekkelijk te maken voor pupillen en zal ook investeren in de samenwerking tussen survivalrun en atletiek zodat de pupillen en hun ouders ook merken dat het één vereniging is en niet twee aparte afdelingen die langs elkaar leven.

Niels Hoogerdijk heeft zich opgeworpen om de Survivalrun te vertegenwoordigen in het bestuur. Aangezien een flink deel van de leden aan survivalrun doet, waren we al langer op zoek naar een vertegenwoordiger van deze tak. Niels zal zich in hoofdzaak richten op alles wat met de survivalrun te maken heeft. Hij heeft zijn eerste ervaringen met de gemeente al opgedaan in verband met de gewenste uitbreiding van de survivalrunbaan en heeft zich met frisse energie vastgebeten in dat dossier.

De nog zittende bestuursleden hebben alle aangegeven verlengd te willen worden, waardoor we na de ALV hoogstwaarschijnlijk weer een bestuur van zeven personen hebben.

Vrijwilligers

Niet alleen het bestuur heeft versterking gekregen, ook op ander vlak zijn er positieve ontwikkelingen gaande. Veranderde privéomstandigheden zorgden ervoor dat ik, na zestien jaar wedstrijdorganisator te zijn geweest, niet meer zal optreden als organisator van wedstrijden. Gelukkig hadden Cor Edam en Petra Lautenschütz de afgelopen jaren al een deel overgenomen, maar ook voor de andere wedstrijden is nu een oplossing gevonden.

Het vrijwilligerskorps is een blijvend punt van aandacht. Gelukkig is Angéla de Boer het afgelopen jaar druk bezig geweest met het versterken van het jurycorps en het organiseren van diverse cursussen. Dat is iets wat de laatste jaren nauwelijks aandacht voor geweest, dus we zijn blij met de enthousiaste inzet van Angéla die er voor gaat zorgen dat we straks weer een grotere pool van vrijwilligers hebben.

Leden aantal gestegen

Na enkele jaren van een soort van status quo wat betreft het aantal leden, hebben we dit jaar een flinke groei doorgemaakt. Per 31-12-2024 hadden we 713 leden waar dat aantal een jaar eerder 660 was. Meer over de aanwas van nieuwe leden kunt u vinden in hoofdstuk 8 Ledenadministratie.

De stijging van het ledenaantal brengt wel nieuwe uitdagingen met zich mee. Zo wordt het steeds lastiger om de groepsgrootte behapbaar te houden voor de beschikbare trainers. Het aantrekken van nieuwe trainers lukt nauwelijks, waardoor de trainers hun aandacht over teveel kinderen moeten verspreiden en soms meer bezig moeten zijn als ordehandhaver dan als trainer. Er werd al serieus

overwogen om een ledenstop in te stellen, maar met enkele noodgrepen is dit tot nu toe nog kunnen voorkomen. Zonder nieuwe aanwas van trainers dreigen we echter deze maatregel toch van stal te moeten halen.

Onderhoud accommodatie

In 2023 is de grote renovatie van onze baan geweest. Helaas waren er nog wat restpunten die nog verholpen moesten worden. Jammer genoeg kan ik nog steeds niet zeggen dat onze accommodatie nu helemaal af is. Eén van de zaken die nog op de planning staat, is het vlak maken van het midden terrein. Dit is een klus die voor het begin van het wedstrijdseizoen gebeurd moet zijn. Helaas is deze klus wel afhankelijk van de weersomstandigheden, maar de gemeente zal er alles aan doen om dit op tijd gereed te hebben. Ook voor alle andere nog openstaande punten zijn we in nauw contact met de gemeente.

De gemeente is met alle buitensport verenigingen in overleg getreden om het onderhoud van de verschillende accommodaties op eenzelfde manier te regelen. Op dit moment is het zo dat de gemeente met ieder vereniging aparte afspraken heeft en dat die afspraken ook van elkaar verschillen.

De gemeente heeft hiertoe een zogeheten demarcatielijst opgesteld waarin alle werkzaamheden op de verschillende terreinen staan opgesomd. Voor ons bevat deze lijst ook de zaken die atletiek specifiek zijn. Bij al deze werkzaamheden is aangegeven of dit door de gemeente of juist door de vereniging moet worden uitgevoerd. Ons is gevraagd deze lijst te bestuderen en eventuele opmerkingen te plaatsen. Aangezien de lijst ook zaken bevat als het onderhoud van de afzetbalk bij verspringen, kun je begrijpen dat het een flinke klus is om te zorgen dat niets over het hoofd wordt gezien. Alles wat niet op de lijst staat, wordt namelijk geacht door de vereniging te worden gedaan. Gelukkig hebben we in Theo Kwakman en Ricardo Aberkrom twee kundige mensen, die alles tot in de kleinste details napluizen.

Samen met de gemeente zijn we ook nog bezig om de verlichting rondom de atletiekbaan te laten vervangen door LED-verlichting. Helaas is dat nog niet gerealiseerd, maar het is nog steeds wel de bedoeling dat dit gaat gebeuren.

Wedstrijddeelname

Afgelopen jaar zijn we bij de pupillencompetitie begonnen met het 'Je doet mee tenzij...' principe: je wordt ingeschreven tenzij je je afmeldt. Dit heeft goed uitgepakt. Waar we de afgelopen jaren vaak met een groep van nog geen twintig pupillen deelnamen, bestond de groep nu uit gemiddeld 50 kinderen en hadden we eindelijk weer ploegen die zich plaatsten voor de finale. Vooral bij de jongste jeugd is deelname bereidheid groot. De (ouders van) oudere kinderen moeten waarschijnlijk nog wennen aan het nieuwe beleid.

Bij de district-crossen in de winter hanteerden we hetzelfde beleid voor de U14 en jonger en ook hier zagen we een veel hogere deelname dan we de laatste jaren gewend waren. Dit heeft ertoe geleid dat maar liefst achttien atleten zich individueel voor de finale plaatsen en daarnaast ook nog eens vijf teams.



3. Notulen van de Algemene Ledenvergadering 2024

Algemene Ledenvergadering van AV Edam, gehouden op vrijdag 23 februari 2024 in de kantine van AV Edam te Edam.

Aanwezig: 42 leden

Afwezig met bericht: Theo Kwakman, Mike Bakker, Helen Kuipers, Bart Stijvers, Margreeth Werkhoven, Tini Zwarthoed, Sharita Oor, Peter van Dijk, Eugenie Buhrs, Gerda Kwakman

01. Opening

Voorzitter Martinus Ouwehand opent de vergadering om 19.31 uur en heet alle aanwezigen hartelijk welkom. Martinus neemt de agenda van de vergadering door.

Dan worden de personen herdacht die ons zijn overleden. Annita Kunst is helaas overleden. Zij is wellicht niet bij iedereen bekend, maar zij nam deel aan de bootcamp en zij had voor haar ziekte aangegeven zich meer als vrijwilliger te willen inzetten voor onze vereniging o.a. als jurylid. Helaas is dit niet zover gekomen. En dan twee weken geleden ontvingen wij het trieste bericht dat Jan Vlak was overleden. Wij kenden hem als de persoon die continu achter copy voor het clubblad aanging. In het clubblad heeft Jan heel veel tijd gestoken, dit was zijn kindje. In een ver verleden is Jan ook nog voorzitter geweest, dit was in 1982 en 1983. Verder was Jan onze vaste fotograaf die menig sportmoment op de lens heeft vastgelegd. Voor de Meeuwen heeft Jan ook ontzettend veel gedaan, kortom we gaan Jan missen.

Nog iets dat niet meer onder ons is, is onze mooie blauwe baan. Deze heeft plaats moeten maken voor een mooie rode baan, maar daarover later meer.

02. Notulen algemene ledenvergadering van 24 maart 2023

Er zijn geen opmerkingen over de notulen van de bijzondere ledenvergadering van 24 maart 2023 en deze worden ongewijzigd goedgekeurd.

03. Ingekomen stukken en mededelingen

Lida meldt dat er geen ingezonden stukken zijn ontvangen.

04. Jaarverslagen (Jaarverslag 2023)

De commissies hebben weer hun best gedaan om uitgebreide en duidelijke jaarverslagen te maken. Er zijn geen vragen of opmerkingen binnengekomen. Martinus vraagt aan de aanwezige leden of er nog opmerkingen zijn over het jaarverslag. Worden er zaken gemist? Rick Westerdaal heeft een algemene opmerking, het jaarverslag ziet er wederom weer keurig verzorgd uit. Alles is mooi gespecificeerd, ook met de groene en rode kleuren, zijn complimenten hiervoor.

05. Financieel overzicht 2023

Martinus nodigt Mark de penningmeester uit om het financieel overzicht te bespreken.

Het afgelopen jaar was een bewogen jaar. De baan is gerenoveerd, wat ervoor zorgde dat er geen wedstrijden konden worden georganiseerd en dat voor trainingen uitgeweken moest worden naar andere locaties ivm afsluiting van de baan.

Mark neemt iedereen mee in het resultatenoverzicht van het boekjaar van 2023 en licht dit toe.

Opbrengsten van contributies zijn iets gedaald. Heeft o.a. te maken met één maand contributies die niet geïnd zijn ter compensatie van het niet kunnen gebruiken van de baan door de renovatie. Daarnaast zijn andere posten zoals de wedstrijdopbrengsten iets gestegen, daarin zit ook de bijdrage van de sponsors voor de wedstrijden.

Lasten. Het valt op dat de afschrijvingen zijn verhoogd. Dit komt omdat in 2022 een vrijval heeft plaatsgevonden van het VSB fonds. In 2023 zijn de afschrijvingen normaal. Wedstrijdkosten zijn stuk lager tov van 2022, er hebben geen wedstrijden op baan plaatsgevonden. Huurlasten waren lager, omdat de baan eruit lag. Er zijn 3 maanden geen huurlasten doorberekend door de Gemeente. De kosten van het jaarfeest 2022 zijn opgenomen, voor dit jaar €1.000 als reserveringspotje voor toekomstige jaarfeesten gereserveerd. Uiteindelijk komen wij uit op totale lasten van €105.000 als opbrengsten en een resultaat op nagenoeg nihil.

Balans. Momentopname per 31.12.2023. Er is wat geïnvesteerd in wedstrijd materiaal. Afschrijvingen hebben plaatsgevonden. Per saldo op 31.12.2023 is activa ong € 34.285. Voorzieningen, langlopende schuld aan gemeente, groot onderhoud € 42.303 en reservering voor het jaarfeest € 1.000. Kortlopende schulden is niet veel veranderd.

06. Rapport van de Kascontrolecommissie / décharge van de penningmeester

Nico Zwarthoed bedankt Mark dat hij volledige medewerking heeft gegeven aan alle vragen die hij en Rick Westerdal stelden, niets over te klagen. De kascontrolecommissie heeft geen fouten of omissies kunnen ontdekken in de stukken. De door de Kascontrolecommissie aangedragen beperkte aanpassingen zijn doorgevoerd. Het financiële verslag geeft - voor zover de kascontrolecommissie heeft kunnen beoordelen - een correcte weergave van de administratie van 2023. De kascontrolecommissie adviseert de leden van AV Edam dan ook om decharge te verlenen aan het bestuur inzake het gevoerde financiële beleid gedurende het jaar 2023. Er wordt decharge verleend.

07. Vaststellen begroting 2024

Begroting, de opbrengsten € 110.000, de lasten € 109.500 en een resultaat van ong € 500. Reservering en onderhoud is gelijk gebleven. Dit is niet verhoogd. Maar wij willen wel in de toekomst gaan investeren in de kleedkamers en kantine. Als bestuur willen wij vragen om de contributie te verhogen met € 3 per kwartaal. Per maand komt dat neer op €1 verhoging voor alle categorieën. Iedereen is akkoord met verhoging van contributie van € 3 per kwartaal. Manfred Mooijer vraagt of de € 3 exclusief apart wordt gehouden voor het onderhoud. De contributieverhoging zal niet specifiek voor onderhoud worden gebruikt, maar ook ter dekking zijn voor alle kosten die gestegen zijn. Energiekosten die zijn verhoogd, inflatie etc.

08 Bestuursbeleid, terugblik AV Edam

Terugblik naar de doelstellingen van 2023:

Behoud aantal actieve leden. Per 19-2-2023 669 leden. Wij hadden 656 leden, nu 669 leden. Goed teken, wat opvalt is dat het voornamelijk recreanten zijn die aan survival en trimgroepen meedoen. Die groep is flink gegroeid, jeugdgroepen pupillen zijn verminderd met 15 personen. Bij de jongste groep is er nog hoop dat er straks als het seizoen weer start meer leden bij komen. Nu zijn er nog maar 89 pupillen. Verhouding junioren die atletiek doen en survival daar is geen onderscheid in gemaakt in het overzicht. De doelstelling is wel gelukt, maar de vrees dat jeugd minder leden heeft gekregen is waarheid geworden.

Bestuur Kader versterken. Judith van der Niet en Jean-Pierre de Marco zijn actief als ondersteunend voor het bestuur. Het bestuur is nog altijd op zoek naar vrijwilligers, of leden die deel willen nemen in de diverse commissies. Mocht iemand geïnteresseerden weten stuur hen door naar het bestuur.

Wedstrijddeelname jeugd verhogen. Gelukkig zijn er langzaam junioren die weer aan de competitie meedoen, dit jaar zullen er nog meer ploegen zijn die meedoen. De deelname aan de crosscompetitie was uiterst minimaal.



Kwaliteit training verbeteren. Bestuurslid technische zaken Ricardo is geswitcht naar facilitair. Technische zaken viel vrij. Peter van Dijk gelukkig in ons midden die de meeste taken heeft overgenomen. Kwaliteitsimpuls aan training geven is nog niet echt van de grond gekomen.

Uitbreiding survival. Jan is alle burens langs geweest om te vragen hoe zij erin stonden als wij survivalrun zouden uitbreiden. Sommige burens waren het er niet mee eens. Uitgaven waren ook fors. Soms wordt de survival run niet gebruikt en door trainingen op ander moment te laten plaats vinden kunnen meer leden gebruik maken van de survival run. De eerste gedachte was de beachvolleybal te verplaatsen naar het EVC terrein, dit is echter niet doorgegaan. De tweede gedachte het stuk grasveld achter volleybalveld, daar waren burens op tegen die dreigden met rechtszaak. Op dit moment is besloten geen gevolg te geven aan het uitbreiden van de survival run.

Beleidsplan en overige documenten herzien. Door capaciteitsgebrek binnen het bestuur is dit er nog niet van gekomen.

Start renoveren kleedkamers. Er zou een bouwcommissie gevormd worden. De vraag is of diegene die toen bereid waren om de bouwcommissie te vormen hiertoe nog altijd bereid zijn. In 2024 zal de start moeten worden gemaakt met de vernieuwing van de kleedkamers.

Klussenteam samenstellen. Dit is wel van start gegaan. Er zijn diverse oproepen geweest. Hier is respons op gekomen. Maar nog niet dusdanig dat er een team kan worden gevormd. Jeroen Lautenschütz voor schilderwerk, Theo Mossel en Willem Brommersma voor allerhande klusjes. Mocht iemand zich nog willen aanmelden dan kan dat natuurlijk. Ricardo wil graag nummers noteren om een groter team te kunnen vormen.

09. Bestuursverkiezingen

Aftredend volgens de statuten:

Martinus Ouwehand – Voorzitter (herkiesbaar)* Opnieuw gekozen.

Mark van der Ende – Penningmeester (herkiesbaar) * Opnieuw gekozen

Niet aftredend zijn:

Lida Verdonck – Secretaris

Ricardo Aberkrom – Bestuurslid Facilitaire Zaken

Het bestuur stelt voor bij stemming:

Anne-Sophie Koning – Bestuurslid Algemene zaken

Vacant – Bestuurslid Wedstrijden

Vacant – Bestuurslid Technische Zaken

Martinus en Mark worden herkozen.

Anne Sophie wordt bij stemming gekozen.

Er zijn nog steeds twee posities beschikbaar en Martinus vraagt of er nog kandidaten zijn voor deze twee bestuursfuncties. Bestuurslid wedstrijden en bestuurslid Technische zaken.

Na de vergadering meldde zich Annemarie Joosten voor de bestuursfunctie Technische zaken.

*Er hebben zich bij de secretaris geen tegenkandidaten gemeld.

10. Benoeming kas controle commissie

- Nico Zwarthoed blijft reglementair zitten
- John van Dijk treedt toe.

- Rick Westerdaal wordt reserve kandidaat.

Korte Pauze.

Na de pauze kondigt Martinus aan dat er iemand in het zonnetje zal worden gezet. Myrian Veerman, zij verzorgt al sinds jaar en dag de ledenadministratie, wordt naar voren geroepen om benoemd te worden als Lid van Verdienste. Hiermee stemt de vergadering unaniem in.

11. Wijziging in commissies en benoemingen

Geen wijzigingen in commissies. Commissie indeling staat in clubblad, mochten er gegadigden zijn: er is nog voldoende plek in iedere commissie.

12. AV Edam en de toekomst

Doelstelling 2024

Staat van de baan. De renovatie heeft plaatsgevonden. Theo heeft laten weten dat de baan toch weer is afgekeurd. Een aantal zaken die nog niet op orde zijn: de belijning bij het speerwerpen, de steeple bak is lek, het middenveld is erg ongelijk en verzakt op veel plekken, dit zou uitgevlakt moeten worden. De eerste baanwedstrijd is gepland op 3 april 2024. Dit is een OJC, maar op 20 april 2024 staat een pupillencompetitiewedstrijd op het programma en dan moet de baan echt goedgekeurd zijn. Nu wordt er druk op gemeente uitgevoerd omdat nu alles echt in orde moet worden gebracht. Gisteren kwam het nieuws van Theo dat de gemeente direct is gaan schakelen. Gemeente wil wel zsm de nog uit te voeren werkzaamheden gaan oppakken. Het schijnt dat volgende week al iemand langs komt maar meer informatie hierover hebben wij niet. Openstaande punten moeten te realiseren zijn, maar er moet nog wel even gebeuren. Een journalist van het Noord Hollands Dagblad heeft ons benaderd en is doorverwezen naar Theo.

Jeugd heeft de toekomst. Jean Pierre de Marco is samen met Petra Lautenschütz een campagne gestart om meer jeugdtrainers binnen te halen. Aan trainers is momenteel een gebrek. De focus ligt op het binnenhalen van meer jeugd, maar dan moeten er wel trainers zijn om deze jeugd te kunnen laten trainen. Het aantal volwassen leden groeit wel maar het aantal jeugdleden wordt steeds minder.

Binding met de club van de leden is weg of is er bijna niet. In het verleden zijn veel activiteiten voor jeugd opgezet, maar dat is er nu niet meer. Al was daar destijds ook weinig animo voor. Om jeugd meer te binden aan de club zullen toch weer meer activiteiten voor jeugd naast het sporten opgezet moeten gaan worden.

Het niveau van de jeugdathleten wordt veel minder. Het kan zijn dat het talent gewoon wat minder is, maar het is niet alleen dat. Gemerkt is dat de trainingen niet echt voldoen. Het niveau zal moeten worden verhoogd. Misschien dat iemand daarin het voortouw kan nemen.

De betrokkenheid van de ouders wordt steeds minder. Ouders moeten worden betrokken bij de vereniging zodat zij ook taken gaan oppakken. Waar blijven nieuwe mensen? Ieder jeugdlid dat komt heeft ook vaak ouders, die zie je niet meer activiteiten oppakken voor AVE. Daarin willen wij proberen iets te gaan veranderen

In 2025 bestaat AVE 80 jaar. Er zal weer een feestcommissie worden samengesteld en gekeken zal worden naar de mogelijkheden hoe het 80-jarig lustrum gevierd kan worden voor jong en oud(er).

Doelstellingen voor 2024:

Kwaliteit training verbeteren; Betrokkenheid ouders vergroten;

Komen twee bestuursleden tekort en bepaalde commissies hebben te weinig leden en kunnen zeker versterking gebruiken

Wedstrijddeelname jeugd vergroten

Herzien beleidsplannen en overige documenten

Start renoveren kleedkamers



Hoe te realiseren?

Campagne aantrekken jeugdtrainers. Hier is nog geen respons op gekomen.

Train de trainer. Als bestuur gebrainstormd hoe kunnen wij ervoor zorgen dat er meer techniek bijgebracht kan worden. Trainers met meeste kennis kunnen andere trainers training geven. Zodat zij de kennis kunnen opdoen van o.a. technische onderdelen. Wij hopen daar meer kwaliteitsimpuls te kunnen gaan geven aan de training.

Ondersteunen ouders bij trainingen. Bij grotere groepen is de trainer meer bezig met de groep dan met de inhoud van de training en het training geven zelf. Ouders zullen erbij gehaald worden om de groep in het gareel te houden en de trainer kan zich dan bezig houden alleen met de training.

Meer jeugdactiviteiten organiseren. Hoe weten wij nog niet, maar atleten moeten binding gaan krijgen met de vereniging. Misschien door middel van een scholierenwedstrijd. Hangt wel even van de baan af, deze moet goedgekeurd zijn. Maar wellicht kan een soort scholenencompetitie opgezet worden.

Jeugd tm U16 verplichten om aan competitie mee te doen. OJC is onderdeel van de training geworden. Competitie zijn 3 wedstrijden in het jaar, dit moet toch kunnen. Bij vereniging Lycurgus hebben zij dat beleid ook. Daar nemen veel atleten mee aan een pupillenwedstrijd.

Wij staan open voor ideeën van andere mensen. Bijv bij jeugdactiviteiten ook de ouders betrekken.

13. Rondvraag

Nico Zwarthoed: Dit jaar 2024 is een Olympisch jaar. Misschien dat dit een extra motivatie voor jeugd kan zijn om te gaan atletieken. Myrian geeft aan dat de reden van opzegging vaak de voetbal is. Dat vriendjes en vriendinnetjes de voetbal verkiezen boven atletiek.

Hilly merkt in dit kader ook op dat op schoolplein vaak alleen wordt gevoetbald.

Bij scholierenwedstrijd proberen de jeugd te stimuleren.

Aantal sportdagen voor scholen organiseren en uiteindelijk een finalewedstrijd organiseren. Het bestuur zal moeten gaan bekijken hoe zij dat vorm kunnen gaan geven. Mirjam Aberkrom geeft als idee om scholieren twee keer mee te laten trainen en dan tijdens een instuif een wedstrijd meedoen. Dit in een uitslag meenemen en uiteindelijk in een finale tegen elkaar strijden. Tijdens een Lautenschütz competitie twee series voor jeugdathleten beschikbaar stellen en vragen na afloop hoe zij dit hebben ervaren?

Baantrainingen: opgemerkt wordt door Simone dat het op maandag heel druk is op de baan. De baanindeling moet bekend gemaakt. De trainers zullen dit moeten aangeven voordat de training begint zodat iedereen zijn/haar positie weet op de baan.

Rick Westerdaal vraagt naar de vorig jaar vermelde energie coach en het aanbrengen van eventueel ledverlichting op de baan. De energie coach is inmiddels geweest en momenteel wordt gewerkt aan de verlichting. Er ligt momenteel een groot gat voor de toegangsdeur van het clubgebouw. Er is geprobeerd een aansluiting naar de survival run te maken. Daar komt ook ledverlichting, evenals rondom de baan dat wordt ook ledverlichting. Er wordt aan gewerkt en dit zal binnenkort worden gerealiseerd.

Theo Buijten komt nog even naar voren. Hij geeft aan dat de klus waar deze jongeman (lees: Martinus Ouwehand) voor staat samen met het bestuur een behoorlijke klus is. Hij loopt al een paar dagen mee met deze club. Theo Buijten is in goede gezondheid, hij heeft onlangs een nieuwe hartklep gekregen en geeft nog altijd op woensdagavond training aan de trimgroep. Als hij 80 jaar wordt, op 26 juni 2024, zal hij stoppen met lesgeven. Hij wenst het bestuur veel sterkte met het vinden van een goede opvolger voor de trainingsgroep op de woensdagavond.

14. Sluiting

Om 20.45 uur wordt de ledenvergadering afgesloten. De voorzitter bedankt iedereen voor zijn/haar aanwezigheid en inbreng en nodigt iedereen uit voor een hapje en een drankje.

Notulen vastgesteld en goedgekeurd door het bestuur tijdens de bestuursvergadering d.d. 11 maart 2024.

4. Woord van de secretaris (Lida Verdonck)

Gedurende 2024 is er veel te doen geweest (en nog) omtrent het verhelpen van alle openstaande nog op te pakken herstelpunten na de renovatie van de baan. Hier wordt dagelijks nog aandacht aan geschonken.

Binnen het bestuur gaan er wijzigingen optreden. In de persoon van Annemarie Joosten is een nieuw bestuurslid gevonden als trainings-coördinator / bestuurslid trainingszaken en ter ondersteuning van de algemene zaken. Zij zal toetreden na goedkeuring door de Algemene Ledenvergadering. Verder zal tijdens diezelfde ALV Niels Hoogerdijk worden voorgedragen als bestuurslid Survivalrun. Hij zal als afgevaardigde van de Survivalrun worden toegevoegd aan het huidige bestuur. Martinus die nog altijd de wedstrijden organiseerde en meermalen heeft aangegeven hiermee te zullen stoppen is na de laatste wedstrijd (de werpvijfkamp) definitief gestopt. Na lang zoeken is er een groepje personen bereid gevonden om deze taken over te nemen.

Wij zijn nog altijd op zoek naar personen die in de verschillende sub-commissies hand en spandiensten willen verrichten. Ook kan het klussenteam nog worden aangevuld met vrijwilligers. Vele handen maken licht werk.

Het bestuur is dit jaar 5 keer bij elkaar gekomen voor een bestuursvergadering. Allerhande lopende zaken werden besproken en opgepakt c.q. opgelost. Ook dit jaar heeft het bestuur in kleinere samenstelling veelvuldig gesprekken gevoerd op allerhande gebied. Dit om de club zoveel en zo goed mogelijk te (bege)leiden.

In Memoriam:

Jan Vlak

Lid van Verdienste Jan Vlak overleed op 9 februari 2024. Jan heeft veel voor onze vereniging betekend. Zo was hij onder meer de drijvende kracht achter het voormalige clubblad waarbij hij iedereen vlak voor de deadline nog vroeg om kopij aan te leveren als je dat nog niet had gedaan. Na het ter ziele gaan van het clubblad heeft Jan de nieuwsbrief opgezet om de leden geïnformeerd te houden, iets waar we nu nog steeds gebruik van maken.



Veel mensen zullen Jan vooral herkennen als de man die altijd foto's maakte (en daarbij af en toe vergat dat er tegenwoordig een finish camera is waardoor Jan vol in beeld kwam in plaats van de finishende atleet). Het maakte niet uit welke wedstrijd er op het programma stond, Jan was er altijd. Hij maakte bijzondere foto's niet alleen van de prestaties van de atleten maar ook de bijzondere momenten, van het strikken van een veter, het opspattende zand in de verspringbak tot haren van atleten die dansten in de wind. Jan hield zelf in de gaten als er iets op de agenda stond en ongevraagd kwam hij met zijn fototoestel om de mooiste plaatjes te schieten. De laatste jaren moesten wij Jan al missen in verband met zijn gezondheid die achteruit ging. In Jan missen wij een bijzondere man, één van weinig woorden maar bijzonder in zijn soort.

Anneke van Dijk

Op 11 december 2024 is Anneke van Dijk overleden. Als vaste vrijwilliger van AV Edam was zij jarenlang bij bijna iedere wegwedstrijd aanwezig. Als metgezel van ons in 2018 overleden lid van verdienste Evert Lautenschütz en moeder van Jeroen was Anneke een bekend gezicht op en rond de atletiekbaan.





Activiteiten AV Doet 13 april 2024

Tijdens de klussenochtend van AV Doet, op 13 april 2024 zijn weer vele allerhande klussen opgepakt door weer een behoorlijke grote groep van ong. 28 trouwe vrijwilligers.



Alle picknicktafels kregen een nieuwe laklaag, de gang van het clubgebouw werd voorzien van een frisse rode en grijze kleur, de plantenbakken werden weer opnieuw gevuld, het materiaalhok werd opgeruimd, hok voor materialen voor scholen werd leeg gehaald, schoongemaakt en opnieuw ingedeeld, de ET Unit schoongemaakt, alle reclameborden lekker schoongemaakt, het onkruid op het terras ingespoten met onkruidverdelger en het nodige onkruid is verwijderd en de verschillende groene heggen weer bijgewerkt. Het resultaat was geweldig. Aansluitend werd samen met elkaar onder een eenvoudige lunch nog even nagepraat. We kunnen weer terugkijken op een zeer geslaagde klussenochtend.

Super veel dank weer aan alle vrijwilligers!



Trainerscorps

In 2024 zijn er helaas geen nieuw gediplomeerde looptrainers te benoemen.

Mochten er meer leden zijn die na het lezen van dit verslag enthousiast zijn geworden en een trainerscursus ook willen gaan volgen laat dit dan weten en geef je naam op bij Ricardo Aberkrom of Peter van Dijk.

Besturen met Impact

Begin december 2024 is het voltallige bestuur gestart met een cursus Besturen met Impact. Dit wordt georganiseerd door het NOC NSF in samenwerking met de KNVB. Met een groep van 18 personen van verschillende verenigingen, o.a. de RKAV, de Basketbalvereniging, de Kanovereniging, turnvereniging Mauritius, is de eerste van de vier bijeenkomsten. Het bestuur hoopt ideeën op te doen, kennis te delen met andere verenigingen, krachten te bundelen als het gaat om contacten bijvoorbeeld met de Gemeente, kortom om elkaar te versterken. En om er als bestuur beter uit te komen en meer handvaten te hebben om de taken als bestuurslid goed uit te kunnen voeren. Er volgen nog drie bijeenkomsten in januari, februari en maart 2025.

Jurycursus – Opfriscursus – informatieochtend

Er heeft op 28 september 2024 een informatieochtend plaatsgevonden met een uitleg omtrent het “helpen bij jureren”. Martinus, voorzitter en tevens official van de Atletiekunie, leidde de bijeenkomst. Hij nam alle aanwezigen mee langs de diverse onderdelen en gaf daarbij uitleg over de regels rondom atletiek. De opkomst was mooi en iedereen gaf aan weer veel geleerd te hebben. In het voorjaar is het voornemen om weer eenzelfde bijeenkomst te organiseren. Er zal begin volgend jaar (25 januari, 15 maart, 29 maart 2025) een gratis jurycursus worden georganiseerd bij AV Edam. Hopelijk zullen er weer

een mooi aantal ouders, atleten of in welke hoedanigheid ook zich aanmelden hiervoor zodat het jurycorps kan worden uitgebreid.

Huldiging Kampioenen

Dit jaar waren er natuurlijk ook weer kampioenen die gehuldigd werden na afloop van de Clubkampioenschappen op zondag 6 oktober 2024:

Mirjam Aberkrom behaalde drie gouden medailles bij het Kogel-slingeren, het Discuswerpen en het kogelstoten en een zilveren medaille bij het Kogelstoten op het NK voor Masters.

Dennis Lambalk behaalde twee zilveren medailles op de 8.000 m en 10.000 m en een bronzen medaille op de 3.000 m op het NK voor Masters.

Henk Schilder behaalde drie gouden medailles bij het Hoogspringen en Speerwerpen op het NK voor Masters.

Peter Nuyens behaalde een gouden medaille op de 1.500 m op het NK voor Masters.

Danny Groot behaalde een gouden medaille bij het verspringen op het NK voor Masters

Erwin Bökenkamp behaalde een gouden medaille bij het Gewichtwerpen op het NK voor Masters.

Marnix Kolkman behaalde gouden medaille op de 110m Horden op het NK voor Studenten.

Jeroen van het Hof behaalde gouden medaille bij het Speerwerpen op het NK voor Studenten.

Thomas Merlijn behaalde een bronzen medaille bij de 25 km op het Open NK Lange Survivalrun.



Vele succesvolle acties hebben geresulteerd in mooie bedragen!

Rabo Club Support actie

AV Edam had zich ook dit jaar aangemeld voor deze actie. De campagne ging begin september 2024 van start en de stemperiode liep tot 24 september 2024. De Rabobank stelde ook dit jaar weer een enorm bedrag ter beschikking van € 15,8 miljoen. Dit is verdeeld onder 33.300 lokale clubs en verenigingen. Door middel van stemmen kunnen de leden van de Rabobank dan bepalen hoe dit bedrag verdeeld wordt. Dit jaar werd er door 560.000 leden van de Rabobank gestemd op de diverse verenigingen.

Doordat veel mensen op onze vereniging hebben gestemd, mochten wij op 14 oktober 2024 een cheque in ontvangst nemen van € 3.062,79! Dit bedrag zal onder meer worden gebruikt voor nieuwe



trainingsmaterialen. Iedereen die op ons gestemd heeft en natuurlijk ook de Rabobank: Hartelijk dank voor het stemmen op onze mooie vereniging!

Univé – Wij mochten dit jaar een cheque in ontvangst nemen van Univé van € 1.000,--.

De Grote Club Actie

Met de Grote Club Actie is een geweldig bedrag opgehaald van in totaal **€10.754,40**.

Vele loten werden verkocht en ook werd er weer gekozen voor de nodige nieuwe trainingspakken en trainingskleding. Ook dit jaar organiseerde Gerda weer de complete voorbereiding, het verstrekken van de QR codes, het bijhouden van alle verkochten loten etc etc. En natuurlijk het coördineren van de diverse uitgezochte kleding. Weer een enorme klus en wij willen Gerda dan ook weer ontzettend bedanken voor haar inzet en het ophalen van dit enorme bedrag. Bedankt Gerda!

Spek de Clubkas via Vomar

Dit jaar hebben wij geprobeerd met onze leden, ouders, familieleden, kennissen, vrienden gepoogd om via de clubmuntenactie van de Vomar bij de eerste drie verenigingen te eindigen. Helaas is ons dit niet gelukt waardoor wij net buiten de prijzen zijn gevallen. Iedereen toch enorm bedankt om te proberen in de top drie te eindigen. Wellicht komt deze actie ook in 2025 weer en kunnen wij met z'n allen opnieuw een poging wagen.

Wij hebben bij de Vomar via de Klant is Koning app de mogelijkheid om via het kopen van boodschappen 0,5 % van alle gekochte boodschappen te sparen. Iedereen kan via de Vomar app en de clubcode sparen voor onze vereniging. Dit gespaarde bedrag wordt maandelijks op de bankrekening van AV Edam gestort. Waarvoor onze dank aan alle leden die de moeite nemen om via de Vomar App te sparen voor AVE!

In totaal hebben wij met steun van vele leden, ouders en niet te vergeten Gerda Kwakman in samenwerking met de Rabobank, Univé en de Grote Clubactie een prachtig bedrag van € 14.817,19 opgehaald.

Gratis VOG-aanvragen voor vrijwilligers met 5 jaar verlengd

Via het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport en het CIBG is het voor een vereniging mogelijk om in aanmerking te komen voor de "Regeling gratis VOG" aanvragen voor vrijwilligers. De afgelopen 5 jaar was AV Edam toegelaten tot deze regeling. Omdat deze regeling eind 2024 zou verlopen is weer een nieuwe aanvraag ingediend bij het CIBG om de toelating te behouden en om als vereniging een herregistratie aan te vragen. Eind augustus is deze aanvraag goedgekeurd en mag AV Edam weer voor een nieuwe periode van wederom 5 jaar de VOG's voor onze vrijwilligers gratis aanvragen.

Tot zover mijn bijdrage voor het jaarverslag. Op naar weer een bijzonder mooi en sportief jaar. Een jaar waarin wij ons 80-jarig jubileum zullen vieren. Een jaar met vele mooie sportieve hoogtepunten. Een jaar met hopelijk weer veel nieuwe leden en behoud van onze huidige trouwe leden. Een jaar waarin wij weer kunnen terugvallen op onze vele trouwe vrijwilligers. Kortom wij kijken uit naar weer een mooi, goed en bijzonder jaar.

5. Algemene Zaken (Anne-Sophie Koning)

Het afgelopen jaar stond voor ons als bestuur in het teken van samenwerking, groei en ontwikkeling. Dit heeft er onder andere voor gezorgd dat het bestuur nu - zo goed als – weer voltallig is. Met de toevoeging van Niels Hoogerdijk komt de wens van het bestuur uit om ook vertegenwoordiging vanuit de survival in het bestuur te hebben. We hopen dat dit eraan bijdraagt de samenhang in het steeds bredere aanbod van onze vereniging te verbeteren en de samenwerking uit te breiden.

In de zomervakantie werd door B-Active hun jaarlijks kidszomerkamp georganiseerd en op één van de dagen stond de sport atletiek centraal. Dit was een zeer geslaagde dag en de kinderen hebben het enorm naar hun zin gehad. Volgens de begeleiders is atletiek op deze manier zeker populairder geworden onder de jeugd!

Ook hebben we ons gericht op onze eigen ontwikkeling als bestuur door deel te nemen aan de workshop "Besturen met impact", die in maart 2025 wordt afgerond. Bestuursleden van andere verenigingen doen ook mee en uit deze ontmoetingen komen veel inzichten en ideeën die we bij de AV Edam (en vice versa) zouden kunnen toepassen. We hopen de komende cursusavonden op waardevolle inzichten die ons helpen effectiever en met meer impact de vereniging te besturen. Waaronder het opstellen van functieprofielen voor alle bestuur rollen, zodat we een duidelijke basis hebben voor de toekomst.

Het was het afgelopen jaar ook mogelijk om via de AV Edam een EHBO-cursus te volgen bij de EHBO Edam. Voor het organiseren van een evenement/wedstrijd is het verplicht om als vereniging ook EHBO te verzorgen. En het volgen van een cursus is een mooie kans om op deze manier te leren wat je in een ongeval of noodsituatie kunt doen. Als je bereid bent om voor ons af en toe een keer te helpen op een evenement bieden we je deze cursus aan! Dit jaar deed slechts één persoon mee, maar we hopen volgend jaar op meer interesse. Bij interesse kun je contact met mij opnemen.

Een van onze doelen vorig jaar was het verbeteren van de kwaliteit van de trainingen door bijvoorbeeld clinics voor onze trainers te organiseren. Helaas is dit nog niet gelukt, maar het blijft een belangrijk punt op onze agenda. Wel zijn er jurycursussen georganiseerd.

Zoals bij veel verenigingen, blijft het vinden van vrijwilligers een uitdaging. We merken dat mensen tegenwoordig liever af en toe flexibel willen helpen in plaats van een vaste rol te vervullen. Om hier beter op in te kunnen spelen, heeft de gemeente een informatieavond georganiseerd, die waarschijnlijk zal leiden tot een workshop waar wij aan mee zullen doen.

We willen ons blijven inzetten om de sfeer binnen de vereniging te versterken, met als doel de gezelligheid en verbondenheid van vroeger terug te brengen. Een mooi voorbeeld hiervan was de Nieuwjaars Fun Run. Onder het genot van een warme chocomelk, glühwein, kruidenbittertje, hapjes en nieuwjaar voornemens was dit echt een hele gezellige ochtend. We hopen deze nieuwe traditie voort te zetten. Dank Jean-Pierre voor de organisatie hiervan!

We kijken met vertrouwen en enthousiasme vooruit naar het komende jaar en hopen samen met jullie onze vereniging nog sterker en gezelliger te maken.



6. Technische zaken (door Annemarie Joosten)

Kennismaking

Ik ben Annemarie Joosten, ik ben 45 jaar, getrouwd en heb 2 kinderen: Emiel (20 jaar) en Jesse (17 jaar). Ik heb vroeger van mijn 7e tot 12e jaar op atletiek gezeten en ben volleybal gaan doen en daarna een hele tijd niets, vooral zorgen voor mijn kinderen. Ik werk nu voor de Zorgcirkel in de zorg en heb daar ook verschillende opleidingen gevolgd in die periode.

Toen mijn kinderen op atletiek gingen was ik enthousiast geworden om training te geven, ik zag hoe fijn het is dat er elke week iemand is die de training verzorgt en na een jaar als assistent trainer ervaring te hebben opgedaan, heb ik de cursus baanatletiek trainer 3 gevolgd bij de atletiekunie.

Ik geef nu 2 uur in de week trainen aan de jongste jeugd en ga ook sinds 4 jaar mee op trainingskamp in Lunteren. Ik verzorg dan de catering maar ben ook behulpzaam als trainer in dat weekend.

Ook ben ik sinds een paar jaar zelf actiever geworden om bezig te zijn met sport. Ik ga 1x (soms 2x) in de week bootcampen en sinds kort volg ik de werp trainingen op woensdag, omdat werpen ook leuk is. Zo leer ik ook weer van andere trainers en het is leuk om nieuwe dingen te leren.

Ik heb mij na de ledenvergadering vorig jaar aangemeld om iets in het bestuur te doen en heb al veel dingen opgepakt dit jaar wat ten goede is van de club. Doordat mijn kinderen groot zijn, heb ik ook wat meer tijd om iets te betekenen. Het is vrijwilligerswerk, maar er komt een hoop bij kijken is, mij al opgevallen. Ik vind het vooral belangrijk om binding te houden met de club en de uitdaging aan te gaan om goed samen te werken met verschillende disciplines binnen en ook buiten de club. Met vrijwilligers kunnen we de club een mooie toekomst bieden in Edam.

Trainingen

We hebben 66 trainers bij AV Edam, verdeeld over hardlopen, survival, bootcamp en atletiek. Twee keer per jaar is er een vergadering om het rooster te bespreken voor zomer- of winterseizoen, dit wordt door Peter van Dijk en Jan Tuijp gecoördineerd.

Dit jaar hebben we voor het eerst voor iedereen het hele winterseizoen buiten getraind. De trainingen zijn aangepast aan de weersomstandigheden, dat betekent in de winter vooral veel conditietraining met voor de jeugd om de week een cross training.

Communicatie

Bij de jeugd heeft iedere leeftijd een eigen app groep, zodat communicatie soepel verloopt. Ook de verschillende loop, bootcamp en survival groepen hebben eigen app groepen. In deze app groepen worden de atleten (en ouders) op de hoogte gehouden van het nieuws omtrent trainingen en wedstrijden. De trainers zijn beheerder van de groep zodat zij nieuwe leden kunnen toevoegen.

Er is een trainers app groep voor de trainers onderling waarin zij elkaar op de hoogte houden.

Werving

Afgelopen jaar zijn we actief bezig geweest om nieuwe trainers te werven, dit verliep erg moeizaam, omdat veel mensen het druk hebben met werk of andere zaken. Jongeren hebben vaak een baantje of zitten tot laat op scholen komen te laat thuis om de jeugd training te kunnen geven. Op scholen moeten ze wel een maatschappelijke stage doen, maar kiezen ze niet voor atletiek, omdat je 24 uur vrijwilligers werk moet doen voor een periode.

Er zijn gelukkig ouders opgestaan om hun kinderen trainen te geven, omdat ze vinden dat sporten belangrijk is. Zij zijn erg enthousiast geworden en willen leren door te doen en zich verdiepen in de sport.

7. Facilitaire Zaken (door Ricardo Aberkrom)

Met de oplevering van de baan in het najaar van 2023 zijn de meeste problemen op de rondbaan opgelost, een andere kleur en bovenal kuil-vrij. Maar ondanks dat er veel goed is qua baan is er ook nog genoeg te doen geweest op en rondom onze accommodatie.

Begin dit jaar zijn we begonnen met het ingraven van een mantelbuis van de kantine naar de het survivalparcours. Eind van dit jaar hadden we de kans om twee led-lichtmasten over te mogen nemen van RKAV Volendam. Deze zijn geplaatst en voorzien van een aansluiting in de kantine, zodat het parcours goed verlicht kan worden en blessures voorkomen kunnen worden.



Halverwege april hebben we met een grote groep vrijwilligers onze eigen Av Edam doet dag weer georganiseerd. Een mooi feit dat elke editie toch weer meer leden zich aansluiten bij deze dag om de club te helpen met een aantal kleine klusjes. Een breed scala aan klusjes wordt op zo'n dag afgerond denk hierbij aan: schilderwerk, onder houd aan het survivalparcours, het verfraaien van het terras, schoonmaak werkzaamheden en dit jaar is er in een van de containers een stalling gemaakt voor de runningframes van het G-team. Hierbij wil ik de vrijwilligers van deze dag nogmaals bedanken.

Om even terug te komen op onze accommodatie, zijn er na oplevering nog veel zaken die opgelost moeten worden op en rondom de baan. Theo Kwakman die voor mijn aantreden als bestuurslid facilitaire zaken bergen werk heeft verzet met de aanleg van de eerste baan, de renovatie van de baan en het zijn van de contactpersoon met de gemeente heeft mij dit jaar geholpen wegwijs te worden in deze wereld met de inmiddels opgebouwde dossiers. Vele overleggen en bijeenkomsten vinden door het jaar heen plaats om alle werkzaamheden die nog plaats moeten vinden in kaart te brengen en begin 2025 uit te laten voeren. Theo Kwakman bij deze mijn dank, dat je ondanks je afscheid toch betrokken blijft en blijft helpen.

Aangekomen aan het einde van het jaar, heeft een project welk al een aantal jaarvergaderingen besproken is ook zijn start gemaakt. Er is een bouwcommissie opgestart die samen kijkt naar de verbouwing van de kleedkamers en de krachtruimtes. Vandaag de dag zitten we hiermee nog in de teken en feedbackfase en zullen de daadwerkelijke werkzaamheden eind van het jaar plaats vinden.

Door het gehele jaar heen is er een aantal vrijwilligers die allerlei kleine klusjes opknapt op en rondom onze accommodatie bij deze wil ik hun samen met alle andere vrijwilligers die ons complex draaiend en netjes houden enorm bedanken voor hun inzet in 2024!



8. Ledenadministratie (door Myrian Veerman)

2024 is een druk jaar geweest voor de ledenadministratie. Er zijn veel nieuwe projecten opgestart en sommige weer nieuw leven ingeblazen. Dit is administratief gezien altijd weer een nieuwe uitdaging: van het ontwerpen van nieuwe formulieren en de bijbehorende correspondentie tussen de verschillende partijen tot het innen van de verschuldigde contributies, maar samen met de tomeloze inzet van Angéla de Boer en Jean-Pierre deMarco is dit allemaal vlekkeloos verlopen.

Het zomerabonnement is het afgelopen jaar weer in ere hersteld. Via posters, flyers en social media is dit ruimschoots onder de aandacht gebracht in de media en op diverse locaties.

Ook zijn we deze zomer weer begonnen met Start-to-Run. Dit is echt een ongelooflijk succes geworden. Dankzij de hulp van Jean-Pierre is dit administratief gezien allemaal goed verlopen. Naderhand heel veel positieve reacties gehoord. Er waren deelnemers die gestopt waren en door deze cursus weer aangestoken zijn door het hardloopvirus. Ook veel nieuwelingen zijn enthousiast geworden. Velen hebben ook meegedaan aan de Kermisloop en lopen nu regelmatig hun rondjes door de gemeente.

Het jaar 2024 in cijfers:

Aantal nieuwe leden in 2024:	135	(48 mannen	87 vrouwen)
Aantal afmeldingen in 2024:	123	(54 mannen	69 vrouwen)
Totaal aantal leden per 31-12-2024:	713		

Zomerabonnement:	5 deelnemers		
Start-to-Run:	34 deelnemers	(7 mannen	27 vrouwen)

Via Start-to-Run zijn er 8 nieuwe leden bijgekomen.

Er was in 2024 eindelijk weer aanwas van jonge leden, met name in de leeftijdscategorie van 2014-2015 bij de meisjes.

Helaas zijn er ook afmeldingen geweest in dezelfde leeftijdsgroep. De reden hiervoor is vaak dat als vrienden/vriendinnen stoppen ze niet alleen verder willen. Ook gaan ze op zoek naar een andere sport. Voor de jongens is de grootste reden voetbal en voor de meiden is dat dansen.

Achter de schermen wordt er in de tussentijd ook nog samen met de penningmeester gewerkt aan de overgang naar een nieuw administratiesysteem.

Al met al is het een druk jaar geweest voor de ledenadministratie, maar samen met de inzet van de andere enthousiaste vrijwilligers is het leuk om dit te mogen doen.

9. PR commissie (door Jean-Pierre DeMarco)

Running Blind

Op 9 februari 2024 werd er i.s.m. met Team Sportservice, Sportkoepel en CBW een voorlichtingsavond voor blinden en slechtzienden georganiseerd in de Pius X. AV Edam was daar i.s.m. Running Blind Amsterdam om een Running Blind Clinic te verzorgen. Hoewel de deelnemers enthousiast waren, bleek er vooralsnog te weinig animo om een Running Blind groep binnen onze vereniging op te starten.

Fit & Vitaalbeurs 60+

Ook in 2024 was er weer een Fit & Vitaalbeurs 60+ beurs. Deze keer was de plaats van handeling Sporthal Het Bolwerck in Edam. Op 25 mei 2024 bemanden Jan Kok, Tini Zwarthoed, Marlies Koster, Caroline Klouwer en JP DeMarco de AV Edam stand. Op de Fit & Vitaalbeurs kunnen geïnteresseerden zich laten informeren over de mogelijkheden binnen onze gemeente om een fit en vitaal leven te leiden. Onze crew was het levende bewijs dat sporten bij onze vereniging goed voor lijf en geest is!

Start-to-Run – Beter (leren) lopen

In september 2024 begonnen 35 deelnemers, onder leiding van trainers Cor Pauws, Sven Hagen en JP DeMarco aan de 8-weekse Start-to-Run – Beter (leren) lopen cursus van AV Edam. Deze cursus is zowel voor de beginnende, maar zeker ook voor de ervaren loper bedoeld. Dit omdat er veel aandacht voor loophouding en -beweging is. I.s.m. Intersport Theo Tol en Steur Makelaars konden wij de deelnemers een klein welkomstpakketje met o.a. een kortingsbon voor hardlooptechniek- en schoeisel. Ook in 2025 zullen we weer een Start-to-Run cursus organiseren.



Heldendag

Stichting Pole Position organiseerde op 23 juni 2024 haar 2^e Atletiek Heldendag. Dit is een atletiek evenement voor mensen met een verstandelijke beperking. Daarbij wordt er in kleine groepjes gesport. Rianna Galiart gaf een polsstokhoogspringen clinic én de dag werd afgesloten met een heerlijke BBQ. Stichting Pole Position is zo enthousiast over ons complex én onze inzet om het event te promoten, dat op 22 juni 2025 de 3^e Atletiek Heldendag wederom bij AV Edam wordt georganiseerd.

Infobord

Sinds augustus 2024 siert het door Tol Plaatwerk gemaakte en gesponsorde nieuwe infobord (met dank aan Toon Visser) de hal van ons clubgebouw. De flyer-line, incl. inschrijf- en afmeldformulieren, is ook aangepast qua formaat, waardoor we nu een uniforme folderlijn hebben. Op het inschrijfformulier is nu ook een aanmeldoptie opgenomen voor vrijwilligerswerk. Nogmaals dank aan Tol Plaatwerk en Toon Visser.

Flyers

In 2024 zijn we gestart met de inzet van event flyers, die zowel digitaal als in print ingezet kunnen worden. Flyers trekken nu eenmaal sneller en beter de aandacht dan (alleen) tekstberichten. Voor de Lautenschütz Loop Competitie 2024, Kermisloop en Vestingloop werden de specifieke event flyers/posters met groot succes ingezet.





Kermisloop

Met ruim 700 inschrijvingen voor de Kermisloop, waren er duidelijk meer deelnemers dan gebruikelijk (rond de 450). We hebben dit jaar een digitale flyer en fysieke posters laten maken en deze online en offline laten rondgaan. Fysieke posters bij OOG, Theo Tol, Pier, Evodam, Tamoil, Duin+, De Garage, BodyResults, Gorter, Atlas, LopersCompany, ATOS, DEM, NEA, AV M'dam, Hollandia, SAV en natuurlijk bij onszelf. Verder hebben we de digitale variant breed uitgezet en ook andere verenigingen gevraagd om deze onder hun leden te verspreiden. Mooi resultaat en iets wat we zeker zullen voortzetten.



Vestingloop

Ook hier een verdubbeling van het aantal deelnemers. De digitale flyers zijn flink gedeeld en ook de fysieke posters zijn bij o.m. BodyResults, LopersCompany, Atlas, Duin+, Theo Tol, Pier, Zwembad De Waterdam, ATOS, DEM, NEA, AV M'dam, NEA en SAV opgehangen.

Statiegeldflesjes inzamelbakken

Van Sportcentrum Atlas hebben we twee PETman inzamelbakken gekregen. Atlas laat nog een specifieke AV Edam tekstwikkkel maken, die de huidige wikkels vervangt. Wij danken Sportcentrum Atlas voor deze inzamelbakken. De opbrengst van de ingezamelde statiegeldflesjes en blikjes komt onze clubkas toe. Dus deponeer gerust je flesjes en blikjes in deze inzamelbakken!

Werving vrijwilligers

Om de poel aan vrijwilligers voor onze club te vergroten zijn er inmiddels diverse initiatieven genomen. Zo is nu op het inschrijfformulier een passage over vrijwilligerswerk opgenomen. Verder is er op 28 september een bijeenkomst geweest om geïnteresseerden de regels van de atletiek te leren. Inmiddels is er een jurycursus bij AV Edam gestart en zal er ook een trainerscursus worden georganiseerd. Zo hopen we de poel vrijwilligers flink te vergroten, zodat onze vereniging mooie wedstrijden kan blijven organiseren. Dit is niet alleen fijn voor onze atleten, maar ook voor de financiën van onze vereniging. Heb je je nog niet aangemeld om af en toe ook wat vrijwilligerswerk binnen de vereniging te doen? Geef je dan nu op bij: Angéla de Boer via angeladeboer@hotmail.com

Atletiek sportdagen

Vlak voor de zomervakantie, hielden De Trimaran én De Nieuwe School hun Atletiek Sportdag op onze baan. Terwijl De Aventurijn en De Scheepswerf (voormalige Spinmolen en Springplank) dit in september organiseerden. De deelnemende kids waren super enthousiast en na afloop zijn er flyers uitgedeeld om ze uit te nodigen een paar keer gratis mee te trainen.

Het grote éénmalige loopevent

Eind 2023 gaven wij aan bezig te zijn met een groot éénmalig loopevent. Samen met Wielervereniging Volendam hadden wij het plan opgevat om voor de officiële opening van de nieuwe Ontsluitingsweg (Zuiderzeeweg) een loop én fietsevenement voor jong en oud te organiseren op deze nieuwste weg binnen onze gemeente. Helaas ging de gemeente met ons idee aan de haal en wilde men alleen toestemming verlenen als het als voorprogramma van de officiële opening diende. Gevolg: het event zou dan op een zaterdag plaatsvinden met een beperkt tijdfraam. Dit heeft ons helaas moeten doen besluiten om nietverder te gaan met dit project. Wie weet dat we in de toekomst toch nog een keer de mogelijkheid krijgen om op de Zuiderzeeweg te lopen en/of te fietsen.

Vooruitzicht 2025

Ook voor 2025 zullen we waar mogelijk AV Edam bij zoveel mogelijk mensen onder de aandacht proberen te brengen. Het jaar is (inmiddels) gestart met de eerste editie van de AV Edam/Sportcentrum Atlas Nieuwjaars Funrun. En hebben we inmiddels al diverse verzoeken ontvangen voor een nieuwe Start-to-run cursus, dus die staat ook weer op de agenda om ingepland te gaan worden. En wegens het grote succes van de 2024 editie, zal Stichting Pole Position ook haar Heldendag Atletiek 2025 weer bij ons op het complex houden. Datum: 22 juni 2025.

Enthousiast geworden?

Lijkt het je leuk om óók AV Edam te promoten bij evenementen en/of te helpen nieuwe activiteiten van de grond te krijgen of heb je ideeën hiervoor, laat het weten aan JP DeMarco.

Grote dank gaat uit naar René Schilder van Drukkerij Nivo voor het leveren van flyers en posters.



10. Sponsorcommissie (door Judith van der Niet)

De sponsorcommissie – bestaande uit Melvin Boucher, Linda van Dijk en Judith van der Niet – heeft weer een actief jaar achter de rug met mooie resultaten. Enkele hoogtepunten:

- Allereerst zijn wij ontzettend blij te kunnen melden dat wij in 2024 vrijwel alle bestaande sponsors hebben behouden; dit zijn er inmiddels meer dan 70! Het is fantastisch dat AV Edam elk jaar kan rekenen op hun trouwe steun. Maar daar stopt het niet: dit jaar hebben wij ook weer een aantal nieuwe bordsporsoren mogen verwelkomen, die onze vereniging voor ten minste 3 jaar zullen ondersteunen:
 - **Strandbad Paviljoen Edam**
 - **Steur Makelaars**
 - **Parfumeriehuis Gerro & Esther**
 - **Clausen Projectontwikkeling**
- Wij kijken terug op succesvolle wedstrijden, mede mogelijk gemaakt door onze evenementensponsors:
 - **Schildersbedrijf Lautenschutz Volendam** sponsort al vele jaren de spannende Loopcompetitie, ook wel LLC genoemd. Tijdens de afsluitende prijsuitreiking stelde Jeroen tevens een heerlijk buffet beschikbaar.
 - **Care 2B Fit** helpt de leukste en leerzaamste werpwedstrijd van het jaar mogelijk te maken. Dit jaar kende de wedstrijd maar liefst vier rondes, variërend van kogelslingeren tot speer- en discuswerpen.
 - **OOG Edam** is al jaren naamsponsor van de loop der lopen: de Kermisloop. Deze editie – de 39e alweer – had meer dan 600 deelnemers, die allemaal een prachtig startnummer droegen, mogelijk gemaakt door **Vakgarage Frikkee**.
 - **BodyResults** was wederom sponsor van de Vestingloop en dankzij extra financiële ondersteuning van hen konden wij dit jaar meer reclame maken voor deze najaarsklassieker, wat resulteerde in bijna een verdubbeling van het aantal deelnemers.
- Ook de **Rabobank** Clubsupport Actie, de **Univé** Goede Doelen Actie en de **VOMAR** Clubkas Actie hebben enorm mooie sponsorbijdragen opgeleverd voor AV Edam. Dank aan iedereen die op AV Edam heeft gestemd!

Heb je een eigen bedrijf en wil je de club ook financieel steunen? Of werk je voor een bedrijf dat hierin geïnteresseerd is? Neem contact met ons op via sponsors@avedam.nl en wij informeren je graag over de mogelijkheden.

Dankzij onze sponsors kunnen we blijven bouwen aan onze vereniging en mooie wedstrijden blijven organiseren. Dank aan iedereen die ons ondersteunt; op naar nog meer mooie samenwerkingen in het komende jaar!



II. De grote Clubactie (door Gerda Kwakman)

Natuurlijk deden we in 2024 ook weer mee met de Clubactie. De jeugdleden sparen voor clubkleding, trainingskamp of voor onze clubkas.

In 2023 was een begin gemaakt aan het online verkopen van loten. Toen was er ook nog een keuze om te verkopen met de verkoopboekjes. De online verkopen gingen toen zo goed, dat ik dit jaar had besloten alle verkopen alleen online te doen. Dit kon via de verkoopkaart met daarop een QR code, maar ook met een link om door te sturen via mail of whatsapp.

Het was een gok, want willen mensen wel verkopen via een linkje? Het grote voordeel is, dat er geen gegevens openbaar worden achtergelaten, en via de QR code worden toch meer loten verkocht. En ik heb niets hoeven in te voeren.

Dit was echt een groot succes. De leden hebben samen 4481 loten verkocht. Dit levert een bedrag op van € 10.754,40. Mega!!

In samenwerking met Intersport Theo Tol hebben veel jeugdleden hier weer een nieuw trainingspak voor kunnen kiezen.

Ook dit jaar zijn de bestverkopende leden weer beloond met een Cadeaubon.

De winnaar met 150 verkochte loten is Mila Willems. Op de 2^{de} plaats Tom Kwakman met 135 verkochte loten en op de 3^{de} plaats Tess Tol met 112 loten. Daarachter kwamen Saar Smits met 105 loten en Yuri Schilder met 100 loten.





12. Wandelen (door Manfred Mooyer)

Een sportief wandelaar is door de actieve wandelkern volbracht met hier en daar een onderhoudend gesprek en een goede roddel. Verder was het oppassen onderweg door de vele wegwerkzaamheden die op de maandagmiddag nog steeds invloed hebben op de wandelroute, zeker de dijkafsluitingen maken een mooie wandeling langs het water lastiger.

Rekening houdend met de fysieke ongemakken en fitheid van de groep proberen we 60 tot 90 min wandelen aan te houden. Soms een uitschieter naar 8-9 km onder mooie fotogenieke omstandigheden met weinig verkeer om ons heen zodat we niet hoeven uit te wijken voor elke auto, fietser en gemeentelijke dienstauto. Dit komt voornamelijk door het feit dat: Kwadijk, Middellie, Warder, Axwijk en een deel van de Purmer bij onze Gemeente Edam-Volendam behoren en daardoor kom je deze dienstauto's overal tegen. Zo ook de witte reiger in de weilanden onderweg en zelfs alpaca's, alsof we in Zuid-Amerika aan het wandelen zijn.



De gesprekken na afloop onder het genot van een kopje koffie worden soms vergezeld door zelfgebakken appeltaart als er de nodige calorieën verbrand zijn tijdens de matig intensieve wandeling. De vaste kern zijn wat wandelaars kwijtgeraakt (schrik niet! dus niet vermist, achtergelaten of verdwaald) en indien iemand wil meewandelen op de maandagmiddag, dan kunnen ze uiteraard met goed wandelschoeisel proefdraaien.



13. Survivalrun (door Niels Hoogerdijk)

Een jaar met nog meer leden, nieuwe records en bovenal meer trainingsplezier. Het jaar 2024 was een succesvol jaar! Het aantal leden dat aan survivalrun doet, is gestaag gegroeid naar 180.

Om dit aantal leden in goede banen te leiden zijn er vier nieuwe trainers bijgekomen: Danny Smit, Sander Collet, Jeroen Garms en Niels Hoogerdijk. Samen met alle andere trainers hebben zij ervoor gezorgd dat er wekelijks maar liefst tien keer getraind wordt op de hindernisbaan.

Met het intensieve gebruik van de baan ontstaan vaker situaties waarin men moet wachten op een voorganger of een tegemoetkomer. Daarom is er wederom gezocht naar een manier om de hindernisbaan uit te breiden. In samenwerking met de volleybalvereniging MOVE zijn er afspraken gemaakt waarop deze uitbreiding gerealiseerd kon worden. A.V. Edam mag per 1 december 2024 in de herfst en winter gebruik maken van het gehele beachvolleybalveld. Dit biedt de gelegenheid om tijdelijke hindernissen te plaatsen in de periode dat er niet gevolleybald wordt. Hiermee is extra ruimte ontstaan voor meer variatie in het type hindernissen en zijn er obstakels bijgekomen die geschikt zijn voor (beginnende) kinderen en/of volwassenen. Atleten worden hierdoor beter voorbereid op wedstrijden en we hopen daarmee dat de kansen toenemen om met bandje succesvol een wedstrijd te finishen.

Om de wedstrijden bij de jeugd extra te stimuleren hebben de trainers de handen ineengeslagen dit jaar. Zo zijn we gezamenlijk naar twee wedstrijden gegaan in het klassement "groepsrun". Dit waren de runs in Dronten (9 juni) en Grootebroek (22 september). Met vier kindergroepen, onder begeleiding van trainers, waren de deelnemersaantallen dan ook niet mis. (zie foto's).



De top 3 runs qua deelnemers van AV Edam dit jaar waren Doorn (43), Zeist (61) en Grootebroek (72). Daarmee laten we ons steeds meer zien binnen de landelijke Survivalrun competities. We zullen dan ook ons best doen om dit aantal voor Zeist (maart 2025) proberen te evenaren dan wel niet te verbreken.

Als we kijken naar de A.V. Edammers op de adelaarslijst van 2024 dan valt gelijk op dat de top 10 deelnemers anders is dan vorig jaar. Wel liepen de vier personen die dit jaar de lijst aanvoeren gemiddeld 1 run per maand of meer. Met op een gedeelde vierde plaats Niels Hoogerdijk en Thomas Merlijn met beide 12 runs. Thomas Merlijn kwam bij de mannen 40+ niet één maar zelfs twee keer op het podium. Tijdens het ONK Korte Survivalrun in Ede mocht hij het zilver meenemen en bij het ONK Lange Survivalrun in Bathmen behaalde hij een bronzen medaille. Op de tweede plaats staat Bart Daalhuizen met 14 runs; hij kwam één run te kort om de koppositie te delen met Sebas Garms. Sebas liep 15 survivalruns en volgt daarmee zijn vader op die vorig jaar bovenaan de lijst stond. En losse vermelding voor Bart Stijvers, die met 11 runs in 2024 de jaarwisseling in gaat met een 3de positie bij de mannen 60+ in het BSR (Basis Survivalrun) klassement.

Naast dat Niels Hoogerdijk fanatiek survivalrunner is, woont hij sinds het najaar bestuursvergaderingen bij om een vertegenwoordiging van de survivalrun te hebben bij het bestuur.



14. G-team (door Elvira de Boer)

Januari

Nieuwjaarscross 7 Januari

Ook dit jaar stonden weer G-atleten van ons aan de start van het Nieuwjaarscross. Mikaylo de Boer liet weten "lekker sportief het nieuwe jaar in" te gaan met deze cross.

Februari

10 feb 2024 cursus aangepast sporten

Op 10 februari hebben de trainers van het G-team bij ons op de baan een cursus aangepast sporten gekregen. Ook trainers van andere verenigingen hebben zich hierbij aangesloten. Het was een leuke en leerzame dag.

Maart

Iste Coopertest van G-team bij AV Edam op 8 maart

De 1^{ste} coopertest van het jaar stond op het programma van het G-team. Onder aanmoediging van de supporters langs de kant hebben de atleten voluit in 12 minuten zoveel mogelijk meters gemaakt. Na de inspanning hebben de atleten ontspannen wat gedronken en lekkers gehad. Het was weer een geslaagde avond!

April

De Familie koppelloop van G-team bij AV Edam op 12 april

Traditiegetrouw vond ook dit jaar weer de Familie Koppelloop plaats. Thema was filmiconen. De atleten kwamen verkleed als hun favoriete karakter uit een film. Zoals altijd vormden de atleten koppeltjes met een familielid, kennis, vriend, vriendin of trainer. Om en om loopt het koppel dan 2 rondjes (dus vier totaal). Ook de framerunners deden mee. Er waren twee series van start gegaan:



Serie 1 bestond uit: Tom met vader, Amy op het frame met Lorenzo, Mark met trainer/moeder Elsa, Dick met trainer Eric, Raff met trainer/vader JP, Jan met Moeder, Wim met Marcel, Sebastiaan met vader van Gertjan en Ron met Trainer Yvonne.

Serie 2 bestond uit: Robin met vader, Gertjan met Moeder, Lars met Zus, Mikaylo met trainer/moeder Elvira op het frame, Maico met Diego op het frame, Lex met Zus, Ralf met vader van Gertjan en Tim met Trainer Yvonne.

Het speciale frame koppelgroep bestond uit de framerunners: Julia met vader, Jackie, Trainer Elvira en Diego.

Het was een geslaagde familie koppelloop. Bedankt allemaal voor jullie enthousiasme op en langs de baan!



Iste G-competitie indoor bij AV Lycurgus op 19 april

De 1^{ste} G-competitiewedstrijd werd gehouden op 19 April in de indoorhal van AV Lycurgus te Assendelft. Hierdoor hadden de atleten geen last van de die dag erg harde wind, regen en kou. De atleten hebben de competitie 2 onderdelen naar keuze mogen doen. Ze konden kiezen uit 60m sprint, verspringen en kogelstoten. Bijzonder was dat AV Edam als enige vereniging aan de start stond met 3 framerunners. Het was een gezellige wedstrijd waarbij alle atleten weer hun beste beentje voor hebben gezet.



Mei

2de G-competitie bij AV Zaanland op 24 mei

Het is vrijdag avond en een deel van de atleten heeft een G-competitie en het andere deel van onze groep gewoon trainen. Nog voor de competitie wordt er succes gewenst aan de atleten die meedoen met de competitie, en dat er maar weer een karrenvracht aan medailles mee naar huis mag komen! En de andere atleten hebben er een sportfeestje van gemaakt tijdens de training. Tijdens de competitie bij AV Zaanland was het gelukkig redelijk droog in Zaandam en is de weersvoorspelling niet uit gekomen. De atleten hebben weer met veel plezier gesport! Ook bij deze competitie hebben de atleten 2 onderdelen naar keuze gedaan en hebben mogen kiezen uit de volgende onderdelen: 200m sprint, balwerpen en speerwerpen.

2de Coopertest van G-team bij AV Edam op 31 mei

Op 31 mei staat de 2^{de} coopertest van het jaar op het programma van het G-team. Onder aanmoediging van de supporters langs de kant hebben de atleten voluit in 12 minuten zoveel mogelijk meters gemaakt. Na de inspanning hebben de atleten ontspannen weer gedronken en lekkers gegeten. Het was weer een geslaagde avond!

Juni

Avond 4-Daagse 2024 van Purmerend op 12 t/m 15 Juni

Tijdens de Avond 4-Daagse van Purmerend, liepen er maar liefst 4 van onze atleten op framerunners mee. Het waren heerlijke loopavonden en we hadden veel bekijks met onze frames. Iets wat in onze regio toch nog steeds minder bekend is, dan bijvoorbeeld in het oosten van het land.



De Avond 4-Daagse Toppers: Maico, André, Vincent, Lorenzo, Diego, Elvira, Jackie, Amy, Mikaylo

Foto gemaakt door: Indira



Avond Meerkamp op 14 juni

Vrijdag 14 juni vertrekken de deelnemers van de Special Olympics Nationale Spelen Breda & Tilburg 2024. Voor de achterblijvers is er een speciale training: de avond meerkamp! Een meerkamp bestaat uit verschillende onderdelen achter elkaar. In dit geval 100m sprint, verspringen, balwerpen en 400m deze onderdelen worden gedaan op de baan. Dus eigenlijk net als met training, alleen klokken we tijden en meten we de afstanden. Mega gezellig! Lex, Lars, Donny, Gert-Jan, Raff, Jan, Marcel, Tom, Hugo, Ron en Patrick waren van de partij bij de Avond Meerkamp. Het was erg gezellig en iedereen heeft goed z'n best gedaan. Toppers! En speciale dank aan Angelic, Evert-Jan en Marcel voor hun hulp.

Weer heel veel eremetaal voor het G-team van AV Edam op Special Olympics Nationale Spelen Breda & Tilburg van 14 juni t/m 16 juni 2024

Op de 33^{ste} verjaardag van onze atleet Frank van Zanten vertrokken wij met nog 14 atleten en 5 trainers vanaf AV Edam richting Breda voor de 13^{de} Special Olympics Nationale Spelen.



Op vrijdag was er een openingsceremonie, waar alle sporters en hun begeleiding (3000 mensen) samenkwamen. Eerst eten, daarna een mooi show met filmpjes over ambassadeurs SO2024 (uit de docu 'Meedoen is Goud'), optredens van Billy Dans en Amar, illusionist Nigel Ottermans, FAIS, en als surprise act Frans Bauer. Ook hield niemand minder dan voormalig wereldkampioene sprint, Daphne Schippers, een toespraak en werd de Olympische vlam ontstoken. Daarna ging het richting het Olympisch dorp, waar we sliepen op een hele bijzondere locatie: de Beekse Bergen in Hilvarenbeek.



Op zaterdag moesten we al vroeg richting de baan van AV Sprint in Breda, waar onze wedstrijden werden gehouden. Op zaterdag vinden altijd de Divisioning wedstrijden plaats. De prestaties die de atleten dan leveren dienen als indeling voor de Finals op zondag,

zodat iedereen van gelijke sterkte tegen elkaar strijdt. Zaterdagavond hadden we feestavond in de Beekse Bergen. Het hele park was geopend voor de atleten en begeleiding.

Zondag was het moment van de waarheid: nu moesten de atleten knallen. De AV Edam atleten waren goed op dreef, met vele podiumplekken tot gevolg. *Sebastiaan Nuij* won goud met kogelstoten en ook nog eens brons op de 100m. *Dick Tol* ging als een speer en won goud op de 100 meter sprint en brons op de 200m. Ook *Ralf Rijswijk* liet zijn tegenstanders zijn hielen zien en won goud op de 400 meter. Onder bedroevend slechte weersomstandigheden won *Tom Bond* goud bij het hoogspringen. *Diego de Boer* behaalde zilver op zowel de 100m en 200m framerunning en ook nog eens brons met kogelstoten. Voor *Mark Mol* was er zilver op het onderdeel balwerpen én brons bij het verspringen uit stand. *Jackie Visser* won zilver bij het kogelstoten, terwijl *Antje Beersma* op zowel de 100m als de 200m framerunning brons binnensleepte.

Ook framerunning kanon *Amy Nguyễn* stond twee keer op het podium met zilver op de 100m en 200m framerunning. *Mikaylo de Boer* liet zien wat een jong talent hij is en ging er vandoor met het zilver op de 100m en brons op de 400m én het verspringen.

Ook waren er nog 11 vierde plaatsen, wat maar laat zien hoe sterk de AV Edam delegatie op landelijk niveau is. Eén van die vierde plaatsen was voor de eerder dit jaar met pensioen gegane *Wim Bakels*, die toch maar mooi 4e van Nederland werd op de 200meter sprint. *Maico de Boer* werd maar liefst 3 maal 4^{de} op achtereenvolgens de 100m sprint, de 1500m en kogelstoten. *Frank van Zanten* behaalde een hele mooie 4^{de} plaats op de 400m sprint en *Robin Bakker* werd 4^e van Nederland bij het

hoogspringen. Last but not least, onze *Lorenzo de Boer* die net buiten de prijzen viel op de 100m, 400m en verspringen.



Het was weer een geweldig evenement en we hebben genoten van onze fantastische atleten! Met dank aan de trainers Elvira de Boer, Yvonne Bond, Elsa Mol-Kwakman, Niels Kwakman, en André de Boer. Zij hebben ondanks de problemen in de organisatie, alles in goede banen weten te leiden tijdens dit weekend. En de meegereisde supporters waren een welkome versterking. Onze grote dank gaat uit naar de ouders van Dick Tol (bedankt voor de heerlijke Olympische chocolaatjes van 't Chocolatehuys), de ouders van Antje Beersma en van Ralf Rijswijk voor de ondersteunende hulp en aanmoedigingen. En ook dank aan de achtergebleven trainers voor hun organisatie van de training en regelen om dit weekend mogelijk te maken.

Speciale dank ook voor onze sponsors, zonder wie deelname aan de Special Olympics niet mogelijk is: De Triade, Sierbestrating Jonk, Succes, &MZA, Stichting Pater Klaas Schilder, JR Management en Advies, Kras Recycling, Contaxus, HSB, KIVO, en Siem Steur.



2de Atletiek Heldendag van het G-team bij AV Edam op 23 juni



Onder werkelijke fantastische weeromstandigheden vond de 2^{de} Atletiek Heldendag van de Stichting Pole Position op onze baan zondag 23 juni plaats. Naast zo'n 22 van onze atleten, deden er nog zo'n 20 atleten van andere clubs mee. Zo waren er o.a. atleten van AV DEM, AV Lycurgus, Only Friends en ook van AV Hellas uit Utrecht. In teams van 7, werden er verschillende onderdelen gedaan. Voor sommigen was het een eerste kennismaking met bijvoorbeeld speerwerpen. Ook werd er een polstokhoogspringen clinic gegeven door 15-voudige Nederlands Kampioene Rianna Galiart. In een relexte sfeer werden er mooie prestaties neergezet. Voor iedere deelnemer was er een mooie medaille én voor de top drie (Maico de Boer, Robin Bakker

en Lorenzo de Boer) waren er prachtige bekertjes. De Heldendag werd afgesloten met een heerlijke BBQ. Het was een heel erg mooie dag, waarvoor we Stichting Pole Position bedanken! Founder van Stichting Pole Position en het bestuur waren zo enthousiast over deze dag op onze prachtige baan, dat ze meteen aangaven de Atletiek Heldendag 2025 óók weer bij AV Edam te willen organiseren. Wat was het een feestje!!





Juli

Finale van G-competitie bij AV Edam op 14 juli



Zondag 14 juli was de finale van de regionale G-competitie bij AV Edam. Alle deelnemende verenigingen kwamen met hun atleten naar Edam om aan 3 onderdelen naar keuze mee te doen. Ze konden kiezen uit 60m horden, 100m sprint, 400m, kogelstoten, verspringen, hoogspringen en balwerpen. Aan de weeromstandigheden heeft het niet gelegen, want ook nu was het heerlijk zonnig weer. Iedereen heeft het erg naar zijn zin gehad en zijn beste prestatie neergezet onder luide aanmoedigen van de supporters.

Wat een toppers hebben wij bij AV Edam lopen, zowel atleten als trainers, organisatie en supporters. Het was wederom weer een echte top dag voor AV Edam!! Iedereen bedankt die heeft geholpen om deze finale dag zo fantastisch mooi te maken!

Laatste training van G-team voor zomerstop op 19 juli

Op 19 juli is er een speciale laatste training georganiseerd vóór de zomerstop. De G-atleten en de Framerunners hebben gezamenlijk in groepjes een 100 m sprint, jeu de boules met kogels, verspringen en balwerpen gedaan. Gezamenlijk hebben de atleten ook 400 m gesprint. Aan het einde van de training heeft ieder zijn prestatie te horen gekregen onder het genot van een glaasje limonade en een ijsje. Als prijs hebben alle atleten een bidon gekregen van *Steur Makelaardij*. Het was een super leuke laatste training voor de vakantie.

Augustus

29 augustus OOG Edam kermisloop

Ook dit jaar liepen er weer diverse van onze atleten mee tijdens de Kermisloop. Marcel de Jong, liet optekenen, dat "hij heerlijk had gelopen". Hij liep met een tijd van 1:03:45 een nieuw persoonlijk record op de 10KM. Ook de andere kanjers hebben het weer goed gedaan!

September

Lautenschutz loopcompetitie

Aan de Lautenschutz loopcompetitie hebben ook enkele van onze atleten meegedaan, waaronder Maico de Boer en Marcel de Jong. Bij de baanwedstrijden hebben Maico en Marcel top gelopen in hun series. Ga zo door Maico & Marcel. Jullie zijn echte loop-toppers!!

Oktober

3de Coopertest van G-team bij AV Edam op 4 oktober

De 3^{de} en tevens laatste Coopertest van dit jaar was op 4 oktober. Ook nu weer hebben de atleten zoveel mogelijk meters gelopen in 12 minuten onder luid gejuich van de supporters langs de kant. En dit heeft de atleten zeker geholpen, want ze hebben meer meters gelopen dan de vorige keren. Echte *hardlooptoppers!!* Goed gedaan!!

Clubkampioenschappen zondag 6 oktober

Uiteraard streden ook diverse van onze atleten tijdens de AV Edam Clubkampioenschappen om de titel Clubkampioen 2024.

13 oktober BodyResults Vestingloop

Ook tijdens de Vestingloop was het G-team weer vertegenwoordigd, waarbij er weer mooie persoonlijke prestaties werden geleverd.



November

De Jaarlijkse Sinterklaastraining van G-team bij AV Edam op 29 november

Op 29 november was het weer tijd voor de traditionele sinterklaastraining! Ook nu was er een Spaanse delegatie die onze training bezocht en wat lekkers voor iedereen meebracht. Het was weer een leuke training mensen! Elsa heeft weer voor het lekkers gezorgd en was daarbij zeer creatief met letters. Niels die zo weer ff een fantastisch parcours uit z'n mouw schudt. Mariëlle die als pieten liaison optrad. André die weer overal hielp. Elvira die Julia liet genieten. En René die ff gezellig langskwam. Bedankt voor jullie inzet. De pieten hebben aangegeven dat ze het erg leuk vonden. Ook hadden de pieten weer een zak vol met cadeautjes voor alle atleten. De Sinterklaastraining blijft erg leuk, en het was weer zeer geslaagd! Of was de training stiekem gewoon een commando training, vermomd als Pieten oefenparcours? De atleten hebben in ieder geval weer genoten! Met veel dank aan allen die deze avond mede mogelijk hebben gemaakt!!

December

De laatste training van G-team voor winterstop op 20 december

Met de kerstvakantie voor de deur, was het op vrijdag 20 december weer tijd voor de laatste training van het jaar. En zo zit het jaar er weer op. Tijd om even op te laden, een nieuw trainersrooster te maken én nieuwe trainers te werven. Ook namen we helaas afscheid van trainer Eric Stamkot. Eric nogmaals bedankt voor jouw geweldig enthousiaste inzet in de afgelopen jaren bij het AV Edam G-team!





15. Jaaroverzicht Wedstrijden (door Martinus Ouweland)

Dit overzicht loopt van november tot en met oktober, omdat per 1 november de categorie wisselingen plaatsvinden.

2023

November

Op de elfde van de elfde staat het zuiden in het teken van de opening van het carnavalsseizoen, maar bij ons mocht de jeugd het crossseizoen openen met de eerste wedstrijd van de districtscross. Dit jaar werd deze gehouden in Heiloo. Er was een tegenvallende deelname van slechts zeven atleten van onze club, maar **Youri Schilder** had daar geen boodschap aan. Hij veroverde de derde plaats bij de jongens U13; de overige eindigden buiten de top 5 in hun categorie.

Zoals gebruikelijk waren de Meeuwen in de laatste maanden van het jaar bijna ieder weekend op pad om wedstrijdje in Noord-Holland te bezoeken. Bij de Eenhoornloop in Hoorn eindigde **Michiel Oussoren** en **Thijs Mossel** in de top 5 op de 10 km. **Petra Lautenschütz** werd bij de vrouwen zelfs eerste.

De onderlinge Sinterklaascross werd slecht bezocht. Slechts 48 deelnemers in de verschillende categorieën zorgde ervoor dat heel wat medailles over bleven.

December

Het All4running Crosscircuit trekt naast de meeuwen ook ander AV Edammers aan, waaronder enkele jeugdleden. In Den Helder wordt **Bouke Bouma** 6e bij de mannen en **Manon Verdonck** 6e bij de vrouwen **Juliette Schellevis** werd derde bij de meisjes tot 12 jaar en eindigde een week later zelfs op de tweede plaats tijdens de St Georgecross in Spierdijk.

De tweede wedstrijd van de districtscross werd gehouden in Assendelft. Negen jeugdleden trotseerden de zeer zware omstandigheden (harde wind, regen, kou, slecht begaanbaar parcours) die gedurende de dag steeds erger werden. Met twee podium plaatsen (**Sterre Kuipers**: 3e U18V en **Youri Schilder**: 2e U14M) kon toch nog enigszins tevreden teruggekeken worden.

Op oudjaarsdag wagen vader en zoon **Buikman** zich aan de Sylvestercross in Soest. Vader **John** wordt 57e bij de Masterscross en zoon **Sander** 51e bij de Mannen prominenten.

2024

Januari

De nieuwjaarscross trok nog minder deelnemers dan de sinterklaascross. Slechts 36 deelnemers hadden de moeite genomen om het zorgvuldig uitgezette parcours te belopen.

Bij de derde districtscross, dit keer bij SAV in Grootebroek, waren negen AV Edam atleten. Na een derde en een tweede plaats was er dit keer de winst voor **Youri Schilder**. **Juliette Schellevis** moest op het laatst haar meerdere erkennen in Cato Klijn en werd tweede. Helaas liep Juliette slechts één wedstrijd van de drie, waardoor zij zich niet kon plaatsen voor de finale. wel geplaatst waren **Fien Klein** (U14V) en de jongens U13: **Youri Schilder**, **Sebas Garms** en **Joshua Vos**, die zich ook als ploeg hadden geplaatst.

Toon Visser loopt een sterke halve marathon in Egmond en finisht de zware race in 1:27 uur.

het indoorseizoen is van start gegaan en **Marnix Kolkman** verbeterde in het prille seizoen al het clubrecord op de 60m horden tot 8,22 s.

Februari

Dit is de maand waar bijna ieder weekend een NK indoor (junioren, senioren of masters) in Apeldoorn wordt gehouden. Als eerste zijn de Masters aan de beurt. **Henk Schilder** springt naar GOUD bij het hoogspringen M65 (1,38 mtr), ZILVER was weggelegd voor **Mirjam Aberkrom** bij het kogelstoten V60 (10,31 mtr) en BRONS voor **Dennis Lambalk** op de 3000 mtr M50 (10.42,60 min).

Twee weken later is het de beurt aan de senioren met voor AV Edam **Marnix Kolkman** op de startlijst. Marnix schopt het op de 60m horden tot de finale waarin hij 7e wordt in 8,23 s.

Tussendoor werd de Groet uit Schoorl run gehouden. **Bouke Bouma** liep één van zijn laatste wedstrijden namens AV Edam en kwam tot een goede 32:40 min. **Angéla de Boer** liep een sterke 30 km en finishte als vijfde vrouw in een nieuw clubrecord voor de V35.

In deze maand moesten we ook afscheid nemen van **Jan Vlak**. Jan was jarenlang de drijvende kracht achter de Meeuwen en het clubblad en tevens vaste fotograaf bij onze wedstrijden.

Maart

De finale van de districtcross werd gehouden in het Twiske, toevalligerwijs de plek waar ondergetekende in 1987 ook mocht deelnemen aan de finale (destijds 41e bij de B-junioren). Voor de vijf deelnemers van AV Edam (naast het eerder genoemde viertal vulde **Stef Leeflang** de ploeg van de jongens U13 aan), was het een lastige strijd omdat in de finale ook de beste deelnemers van de poules Midden en Zuid erbij kwamen. **Youri Schilder** was onze beste vertegenwoordiger bij de jongens U13 met een 13e plaats. Fien Klein deed weinig voor hem onder met een 15e plaats bij de meiden U14. De jongens ploeg eindigde als achtste.

De Lautenschütz Loop Competitie (LLC) gaat van start met de 10 km langs dijk richting Warder. In tegenstelling tot de afgelopen jaren beslaat de competitie dit jaar acht wedstrijden. Dit omdat het steeds moeilijker is om een geschikte datum en een jurybezetting te vinden voor de wedstrijden. **Thijs Mossel** is de snelste van de dag en **Angelic Keijzer** de snelste vrouw.

April

Ook de winst op de 5 km van de LLC gaat naar **Thijs Mossel**.

Een aantal AV Edammers had één van de marathons die deze maand werden georganiseerd uitgekozen om te debuteren op deze afstand. Samen met wat meer ervaren clubgenoten togen zij naar Parijs, Rotterdam of Enschede. In Parijs stonden **Petra** en **Jeroen Lautenschütz** aan de start samen met onder andere onze penningmeester **Mark van der Ende**. In Rotterdam snelde **Bouke Bouma** voor het laatst in AV Edam tenue naar een tijd van 2:35:44 waarmee hij zich op de 10e plaats aller tijden van AV Edam vestigde. **Bibi Bond** haalde zelfs een plaats in de top 5 aller tijden (bij de vrouwen) met haar 3:16:29 tijdens dezelfde marathon. In Enschede liep **Dennis Lambalk** al zijn tweede marathon in 5 weken tijd.

Het niet zo fraaie weer ten spijt, begint in april ook weer het baanseizoen. AV Edam organiseert op 20 april de eerste wedstrijd van de pupillencompetitie. Om deelname aan de competitie te bevorderen hadden we besloten vanaf dit jaar iedereen in te schrijven, tenzij je je afmeldt. Dit ging niet zonder slag of stoot, maar deelname was in ieder geval een stuk hoger dan de afgelopen jaren. Helaas was er geen overwinning van AV Edam te vieren, maar met een tweede plaats van **Fayline Groot** (U10V) en een derde plaats van **Max Bergsma** (U9M) waren er toch enkele podium plekken te vieren.

Mirjam Aberkrom gaat ook dit jaar weer door met het vestigen van clubrecords: met kogel stoot ze 10,36 mtr in Dronten, hetgeen ook goed was voor een vierde plaats op de allertijden lijst bij de V60. Zoon **Ricardo** wordt bij het discuswerpen benadeeld door de jury en krijgt een meter minder dan gemeten was (32,96 mtr in plaats van 33,96 mtr).



De senioren competitieploeg strijdt goed mee op de eerste competitiewedstrijd in Beverwijk. **Marnix Kolkman** (110m horden) en **Jeroen van het Hof** (Hoogspringen) pakken de winst op hun onderdeel.

Mei

De 3000m van de LLC wordt na een week uitstel alsnog gelopen en Bouke Bouma, dit keer als Hollandiaan, verslaat **Thijs Mossel** met negen seconden.

In Hilversum werpt **Mirjam Aberkrom** een nieuwe clubrecord (V60) van 28,97 mtr met de discus.

Het NK Masters in Hilversum leverde acht gouden medailles op voor de zes AV Edam atleten. **Danny Groot** (verspringen M35), **Mirjam Aberkrom** (kogelstoten, kogelslingeren en discuswerpen V60), **Peter Nuyens** (1500m M75), **Henk Schilder** (hoogspringen en speerwerpen M65) en **Erwin Bökenkamp** (gewichtwerpen M50) mochten het hoogste podium bestijgen. **Dennis Lambalk** liet zich ook niet onbedeeld en kwam thuis met twee zilveren medailles (10.000 mtr en 800mtr M50).

Juni

De tweede pupillencompetitie wedstrijd (ditmaal bij AAC in Amsterdam) was wederom succesvol voor **Max Bergsma** (2e U9M) en **Fayline Groot** (3e U10V), maar dit keer kwam ook **Jinte Out** op het podium, met een derde plaats bij de U9 meisjes.

De 1000m van de LLC levert een spannende strijd op tussen Bouke Bouma en **Aike van der Lei**. In de eindsprint wint laatstgenoemde met 45/100e verschil in een tijd van 2.35,22 min.

Het Nederlands Studenten Kampioenschap wordt gehouden Eindhoven. Niet geheel onverwacht kronen **Marnix Kolkman** (110 mh) en **Jeroen van het Hof** (speerwerpen) zich tot Studentenkampioen van Nederland.

De twee bovengenoemde heren hadden zich ook ingeschreven voor het 'echte' NK in Fanny Blankers Koen stadion in Hengelo op dezelfde onderdelen. Beiden reikten tot de finale, waarin zij ook beiden een 7e plaats behaalden. **Marnix** verbeterde in de series en passant het clubrecord tot 14,33 s.

Juli

De derde wedstrijd van de pupillencompetitie werd geteisterd door harde wind en een uitgevallen ET. Bij de meisjes U12 bestond het hele podium uit AV Edam: **Fiene Borsen**, **Juliëtte Schellevis** en **Mewael Amanzghi** stonden op de 1e, 2e en 3e plaats. Er waren daarnaast gouden medailles voor **Fayline Groot** (U10V), **Jinte Out** (U9V), **Max Bergsma** (U9M) en **Fien van Oostveen** (U8V).

Op de 800m van de LLC was een verrassende winnaar te zien: **Danny Bond** versloeg iedereen en met een tijd van 2.06,42 kon hij voor het eerst bij de LLC zijn armen de lucht in steken.

De jaarlijkse Care2Bfit bokaal wordt een prooi voor **Esmée Keizer**. Het was goed te zien dat er ook enkele jonge junioren deelnamen.

Augustus

Erwin Bökenkamp geeft in het kader van de Olympische Spelen een training kogelstoten aan kinderen die op het Strandbad kamperen. Het Jeugdjournaal maakt er beelden van.

Op de Olympische Spelen in Parijs reikt oud AV Edam lid Jessica Schilder tot de zesde plaats bij het kogelstoten.

Thijs Mossel blijft op de 5000m in Utrecht net onder de 16 minuten en op dezelfde wedstrijd lukt het **Danny Bond** net niet om onder de 2 minuten te blijven op de 800m maar met serie winst en een dik PR kon hij niet anders dan tevreden zijn..

De Kermisloop kent een enorme toeloop van deelnemers en met zo'n 450 deelnemers op de 10 km is het de drukst bezette kermisloop van de afgelopen 10 jaar. De winnaars zijn Bouke Bouma (33:02) en Jeske van der Pal (38:17).

September

De 2000m van de LLC wordt gewonnen door Koen Selie die Bouke Bouma net voorbleef. Beiden eindigde in 5.54 min.

Twee ploegen hadden zich gekwalificeerd voor de finale van de pupillencompetitie bij SAV in Grootebroek: de meisjes U9 en de meisjes U10. De meisjes U10 werden 5e, maar de meisjes U9 konden helaas geen volledige ploeg op de been brengen. **Feyline Groot** ging nog wel met een individuele prijs naar huis door als 4e te eindigen bij de U10. Met verspringen was ze de beste van allemaal met 3,74 mtr en op de 60m liep ze met 6,81 s. de derde tijd.

Thijs Mossel blijft op de Dam tot Damloop als enige AV Edammer binnen het uur met een tijd van 57:44.

Na vorig jaar min of meer gedwongen de LLC af te sluiten met een 1500m (de 5 km was naar voren gehaald vanwege de baanrenovatie), bleek dit organisatorisch wel wat voordelen te hebben zodoende werd dat dit jaar ook gedaan. Bouke Bouma en **Manon Verdonck** waren de snelste man resp. vrouw.

Oktober

Bij de meisjes U12 lopen enkele talentvolle meiden rond die nauwelijks voor elkaar onder doen. Dit blijkt bij de clubkampioenschappen die onder goede weersomstandigheden gehouden werden. De strijd om de eerste plaats tussen **Juliette Schellevis** en **Fiene Borsen** werd met een verschil van slechts 39 punten beslist in het voordeel van Juliette. Zij maakte haar achterstand op Fiene goed door een zeer snelle 1000m te lopen. De strijd om het brons in die categorie was zo mogelijk nog spannender. Met één puntje verschil eindigde **Mewael Amanzghi** voor **Isabella Groot** op de derde plaats.

De Vestingloop werd na een 4 jaar eindelijk weer geheel op de Vesting gelopen. De winnaars **Thijs Mossel** en **Petra Lautenschütz** kwamen met ruime voorsprong op hun concurrenten door de finish op de Baandervesting.

De marathon lopers van AV Edam zijn ook in het najaar weer bezig. **Angéla de Boer** (V35) presteert het zelfs om het clubrecord bij de vrouwen te pakken met een tijd van 3:06:36 uur (netto 3:05:54) tijdens de ASML marathon van Eindhoven.

De laatste baanwedstrijd van het seizoen is traditiegetrouw onze werpmeerkamp. De deelnemerslimiet was al een maand van te voren bereikt en het werd dan ook een drukke dag. Desondanks bleken de beste master werpers toch gewoon bij ons vandaan te komen: **Erwin Bökenkamp** en **Mirjam Aberkrom** stonden aan het eind van de dag bovenaan de lijst van de werp5kamp. Bij het kogelslingeren was een officieus Nederlands Record jongens U16 te bewonderen door Yuri Scholte die de kogel 62,79 mtr ver weg slingerde.



NK Medailles winnaars seizoen 2023-2024

Goud (Nederlands kampioen)

Danny Groot: Verspringen M35 (6,22 mtr)
 Erwin Bökenkamp: Gewichtwerpen M50 (14,72 mtr)
 Mirjam Aberkrom: Discuswerpen V60 (28,97 mtr)
 Mirjam Aberkrom: Kogelstoten V60 (10,36 mtr)
 Mirjam Aberkrom: Kogelslingeren V60 (30,84 mtr)
 Henk Schilder: Hoogspringen indoor M65 (1,38 mtr)
 Henk Schilder: Speerwerpen M65 (31,03 mtr)
 Henk Schilder: Hoogspringen M65 (1,38 mtr)
 Peter Nuyens: 1500m M75 (6:35,38 min)

Zilver

Mirjam Aberkrom: kogelstoten indoor V60 (10,31 mtr)
 Dennis Lambalk: 10.000m M50 (38:31,61 min)
 Dennis Lambalk: 800m M50 (2:25,89 min)

Brons

Dennis Lambalk: 3.000m indoor M50 (10:42,60 min)

Clubkampioenen 2024

De clubkampioenschappen vonden zoals gebruikelijk plaats op de eerste zondag van oktober. Dit jaar waren er 89 deelnemers in de verschillende categorieën. Vaste deelnemer Manfred Mooijer moest helaas verstek laten gaan vanwege een blessure. De clubkampioenen van 2024 zijn geworden:

Cat	Vrouwen	Mannen
U8	Elin Palstra	Duke Knook
U9	Jinte Out	Max Bergsma
U10	Fayline Groot	Björn Visser
U11	Hailey Aalders	Boris Bergsma
U12	Juliette Schellevis	Mike Buys
U14	Fien Klein	Youri Schilder
U16	Sarah Smit	---

Cat	Vrouwen	Mannen
U18	---	---
U20	---	Mitchell Snoek
Senioren	Esmee Keizer	Jur Bakker
Masters	---	Henk Schilder
G-pupillen	---	Mikaylo de Boer
G-junioren	---	Raff DeMarco
G-senioren	Amy Nguyen	Maico de Boer

Lautenschütz Loop Competitie 2024

De Lautenschütz Loop Competitie is sinds dit jaar ingekort tot 8 wedstrijden. Dit is gebeurd omdat het steeds moeilijker werd om de wedstrijden in te plannen en de benodigde juryleden te regelen. Tevens is besloten om de laatste afstand niet meer een 5 km langs de dijk te laten zijn, maar een baanwedstrijd. Hierdoor hebben we ook geen hinder van het Singelfestival en is er voor de organisatoren meer tijd om de uitslag op te maken. Ondanks dat het aantal wedstrijden is verminderd, moest de 3000m worden uitgesteld omdat er iemand ziek was en deze persoon niet vervangen kon worden.

De beste zes wedstrijden telden mee voor de einduitslag en om in de einduitslag te komen moest je minimaal vijf wedstrijden hebben meegedaan. In totaal zijn er 261 deelnames geweest verdeeld over de 8 wedstrijden.

Eindstand LLC 2024

Mannen

1^e Bouke Bouma
 2^e Danny Bond
 3^e Wesley van Huijsloot (SAV)

Vrouwen

1^e Manon Verdonck

Mannen 35+

1^e Jan Kreuk (M70, SAV)
 2^e Thijs Mossel (M35)
 3^e Michiel Oussoren (M35)

Vrouwen 35+

1^e Mirjam de Boer (V60, SAV)
 2^e Angelic Keijzer (V55)
 3^e Willeke Kwakman (V55)

Competitie Atletiekunie

De Masters ploeg kreeg het niet voor elkaar om voldoende mensen op te trommelen en zag derhalve af van deelname. De Mannen U18/U20 hadden eveneens moeite om de ploeg bij elkaar te krijgen, maar besloten om dan maar met een incomplete ploeg deel te nemen.

Bij de pupillencompetitie werden twee finaleplaatsen behaald door de meiden U9 en de meiden U10. In de finale was een podiumplek helaas te hoog gegrepen.

Eindstanden voorrondes:

- Mannen Senioren: 43^e plaats (3^e divisie) 13.616 punten
- Mannen U18/U20: 123^e plaats 3.490 punten
- Meiden U16: 142^e plaats 7.681 punten
- Meiden U14: 66^e plaats 12.432 punten
- Jongens U14: 73^e plaats 11.473 punten

Pupillencompetitie eindstand voorrondes:

categorie	Jongens	Meisjes
U8	9 ^e : 5521 pnt	19 ^e : 1241 pnt
U9	27 ^e : 1168 pnt	13 ^e : 4551 pnt
U10	27 ^e : 3452 pnt	23 ^e : 1915 pnt
U11	19 ^e : 7686 pnt	20 ^e : 5881 pnt
U12	26 ^e : 4539 pnt	24 ^e : 4191 pnt

Pupillencompetitie Finale:

categorie	
U9 meisjes	8 ^e : 2409 pnt
U10 meisjes	5 ^e : 5049 pnt

OJC 2024

De Onderlinge Jeugd Competitie bestond dit jaar uit negen wedstrijden met alle type onderdelen die we binnen de atletiek kennen: springen, werpen, sprinten en lange afstand. De drie beste resultaten per type telden voor het eindklassement. Dit waren de beste allrounders per categorie in 2024:

Winnaars OJC

categorie	Vrouwen/meisjes	punten	Mannen/jongens	punten
U8	Elin Palstra	2392	Duke Knook	3693
U9	Jinte Out	3746	Max Bergsma	4132
U10	Fayline Groot	4889	Björn Visser	5800
U11	Hailey Aalders	4102	Nick Leeflang	4629
U12	Juliette Schellevis	5867	Max Knook	1020
U14	Fien Klein	4744	Youri Schilder	3693
U16	Sarah Smit	5723	Rowan Jonk	4132
U18	Norah Visser	1148	<i>Geen deelname</i>	
U20	<i>Geen deelname</i>		Pascal van Strijen	3666



Ranglijsten baanwedstrijden seizoen 2023-2024 (zowel indoor als outdoor)

* = X^e van Nederland in de betreffende categorie

Mannen Senioren tot 35 jaar

60m horden indoor		1000m		Verspringen	
1 ^e	Marnix Kolkman	8,13	1 ^e	Danny Bond	2.42,16
			2 ^e	Thijs Mossel	2.45,24
			3 ^e	Aaïke Bouma	2.54,21
			4 ^e	Sander Buikman	3.03,06
			5 ^e	Emiel Joosten	3.09,79
Hoogspringen indoor		1500m		Hinkstapspringen	
1 ^e	Jeroen van het Hof	1,90	1 ^e	Aike van der Lei	4.00,81
			2 ^e	Danny Bond	4.22,89
			3 ^e	Thijs Mossel	4.24,35
			4 ^e	Sander Buikman	4.58,12
			5 ^e	Jelle Buikman	5.01,19
100m		1 mijl		Kogelstoten (7.26 kg)	
1 ^e	Marnix Kolkman	11,52	1 ^e	Thijs Mossel	4.49,60
2 ^e	Jeroen van het Hof	12,12	2 ^e	Danny Bond	5.04,95
3 ^e	Jur Bakker	12,32	3 ^e	Erik Beudeker	5.09,99
4 ^e	Emiel Joosten	12,42	4 ^e	Sander Buikman	5.23,63
			5 ^e	Maico de Boer	6.18,81
110m horden (106,7 cm, 10x)		2000m		Discuswerpen (2 kg)	
1 ^e	Marnix Kolkman	14,33	1 ^e	Danny Bond ⁴	6.08,75
			2 ^e	Sander Buikman	7.24,26
			3 ^e	Maico de Boer	8.15,21
200m		5000m		Speerwerpen (800g)	
1 ^e	Jeroen van het Hof	24,31	1 ^e	Aike van der Lei	16.34,09
2 ^e	Emiel Joosten	24,74			
3 ^e	Sander Buikman	26,28	Coopertest		Kogelslingeren (7.26 kg)
4 ^e	Jelle Buikman	28,75	1 ^e	Sander Buikman	3140
400m		800m		Vijfkamp	
1 ^e	Aike van der Lei	53,49	1 ^e	Danny Bond	2.00,78
2 ^e	Emiel Joosten	57,03	2 ^e	Thijs Mossel	2.06,27
400m horden (91,4 cm, 10x)		Coopertest		3 ^e	Sander Buikman
1 ^e	Jeroen van het Hof	58,22	1 ^e	Sander Buikman	2.18,60
			2 ^e	Jelle Buikman	2.20,94
			3 ^e	Maico de Boer	2.39,50
800m		Hoogspringen		4 ^e	Emiel Joosten
1 ^e	Danny Bond	2.00,78	1 ^e	Jeroen van het Hof	1,90
2 ^e	Thijs Mossel	2.06,27	2 ^e	Marnix Kolkman	1,90
3 ^e	Sander Buikman	2.18,60	3 ^e	Emiel Joosten	1,35
4 ^e	Jelle Buikman	2.20,94	4 x 100m		46,45
5 ^e	Maico de Boer	2.39,50	4 x 400m		3.43,76
4 x 100m		46,45	Zweedse Estafette		2.14,02
4 x 400m		3.43,76			
Zweedse Estafette		2.14,02			

Emiel Joosten, Marnix Kolkman, Mitchell Snoek, Sem Vredevoort

Aike vd Lei, Jeroen vh Hof, Emiel Joosten, Sem Vredevoort

Jeroen van het Hof, Emiel Joosten, Marnix Kolkman, Danny Groot

Vrouwen Senioren en Masters

Kogelstoten indoor (3 kg)		
1 ^e	Mirjam Aberkrom V60	10,31

800m		
1 ^e	Manon Verdonck	2.29,56
2 ^e	Petra Lautenschütz V40	2.57,37
3 ^e	Angeliq Visser V55	3.06,82
4 ^e	Elsa Lautenschütz V55	3.28,84

1000m		
1 ^e	Manon Verdonck	3.08,55
2 ^e	Petra Lautenschütz V40	3.35,95
3 ^e	Angeliq Visser V55	3.51,76
4 ^e	Willeke Kwakman V55	4.18,65
5 ^e	Elsa Lautenschütz V55	4.28,36

1 mijl		
1 ^e	Manon Verdonck	5.35,30
2 ^e	Angeliq Visser V55	6.38,94
3 ^e	Willeke Kwakman V55	7.20,37

1500m		
1 ^e	Manon Verdonck	5.04,00
2 ^e	Petra Lautenschütz V40	5.45,92
3 ^e	Elsa Lautenschütz V55	6.59,62
4 ^e	Esmee Keizer	7.56,26

2000m		
1 ^e	Manon Verdonck ³	7.25,80
2 ^e	Petra Lautenschütz ⁸ V40	8.03,62
3 ^e	Willeke Kwakman V55	9.21,43
4 ^e	Elsa Lautenschütz V55	9.46,10

200m		
1 ^e	Esmee Keizer	33,76

3000m		
1 ^e	Eline Runderkamp	11.06,71

Verspringen		
1 ^e	Esmee Keizer	3,27

Speerwerpen (600g)		
1 ^e	Femke Guit	28,36
2 ^e	Esmee Keizer	26,04
3 ^e	Mirjam Aberkrom V60 500g	17,85

Discuswerpen (1 kg)		
1 ^e	Esmee Keizer	37,99
2 ^e	Mirjam Aberkrom V60	28,97

Kogelstoten (3 kg)		
1 ^e	Mirjam Aberkrom V60	10,36
2 ^e	Esmee Keizer 4kg	9,49

Kogelslingeren (3 kg)		
1 ^e	Mirjam Aberkrom V60	31,83

Gewichtwerpen (5.45kg)		
1 ^e	Mirjam Aberkrom V60	10,67

Werpvijskamp		
1 ^e	Mirjam Aberkrom V60	3116



Mannen Masters (35 jaar en ouder)

60m indoor		
1 ^e	Manfred Mooyer M55	8,93
2 ^e	Henk Schilder M65	9,39

60m horden indoor		
1 ^e	Manfred Mooyer M55	11,94

3000m indoor		
1 ^e	Dennis Lambalk M50	10.42,60

Hoogspringen indoor		
1 ^e	Henk Schilder M65	1,38

Verspringen indoor		
1 ^e	Manfred Mooyer M55	4,18
2 ^e	Henk Schilder M65	3,81

Hinkstapspringen indoor		
1 ^e	Manfred Mooyer M55	9,57

200m		
1 ^e	Danny Groot M35	25,05
2 ^e	Henk Schilder M65	33,29

400m		
1 ^e	Peter Nuyens M75	87,12

600m		
1 ^e	Dennis Lambalk M50	1.43,79

800m		
1 ^e	Nico Zwarthoed M35	2.12,91
2 ^e	Joost Zaunbrecher M35	2.15,13
3 ^e	Sven Hagen M50	2.18,33
4 ^e	Alex Gaarenstroom M45	2.22,67
5 ^e	Dennis Lambalk M50	2.25,89

1000m		
1 ^e	Joost Zaunbrecher M35	2.52,20
2 ^e	Nico Zwarthoed M35	2.57,85
3 ^e	Toon Visser M40	2.58,57
4 ^e	Dennis Lambalk M50	3.02,01
5 ^e	Alex Gaarenstroom M45	3.03,49

1500m		
1 ^e	Nico Zwarthoed M35	4.26,26
2 ^e	Thijs Mossel M35	4.29,00
3 ^e	Joost Zaunbrecher M35	4.32,94
4 ^e	Michiel Oussoren M35	4.43,26
5 ^e	Toon Visser M40	4.52,50

1 mijl		
1 ^e	Michiel Oussoren M35	5.04,27
2 ^e	Joost Zaunbrecher M35	5.05,07
3 ^e	Sven Hagen M50	5.08,02
4 ^e	Toon Visser M40	5.08,19
5 ^e	Alex Gaarenstroom M45	5.22,10

2000m		
1 ^e	Thijs Mossel ⁵ M35	6.12,54
2 ^e	Michiel Oussoren ⁶ M35	6.20,21
3 ^e	Joost Zaunbrecher ⁷ M35	6.27,86
4 ^e	Toon Visser ⁹ M40	6.45,59
5 ^e	Erik Tol M45	7.39,52

3000m		
1 ^e	Dennis Lambalk M50	10.37,04

5000m		
1 ^e	Thijs Mossel M35	15.59,79
2 ^e	Nico Zwarthoed M35	16.47,09
3 ^e	Michiel Oussoren M35	16.55,85
4 ^e	Joost Zaunbrecher M35	17.19,29

10.000m		
1 ^e	Dennis Lambalk M50	37.34,68

Coopertest		
1 ^e	John Buikman M55	3140

Hoogspringen		
1 ^e	Danny Groot M35	1,80
2 ^e	Henk Schilder M65	1,38

Verspringen		
1 ^e	Danny Groot M35	6,22
2 ^e	Henk Schilder M65	3,95

Hinkstapspringen		
1 ^e	Danny Groot M35	12,17

Discuswerpen (1.5 kg)		
1 ^e	Erwin Bökenkamp M50	35,37
2 ^e	Manfred Mooyer M55	29,81
3 ^e	Henk Schilder M65 1kg	27,06
4 ^e	Marcel de Jong M35 2kg	14,93

Kogelstoten (6 kg)		
1 ^e	Erwin Bökenkamp M50	12,47
2 ^e	Henk Schilder M65 5kg	9,38
3 ^e	Manfred Mooyer M55	8,57
4 ^e	Marcel de Jong M35 7kg	6,11

Speerwerpen (700g)		
1 ^e	Erwin Bökenkamp M55	34,26
2 ^e	Henk Schilder M65 600g	32,16
3 ^e	Manfred Mooyer M55	30,81
4 ^e	Marcel de Jong M35 800g	13,64

Kogelslingeren (6 kg)		
1 ^e	Erwin Bökenkamp M50	40,68

Gewichtwerpen (11,34 kg)		
1 ^e	Erwin Bökenkamp M50	14,72

Vijfkamp		
1 ^e	Henk Schilder M65	2205

Werpvijfkamp		
1 ^e	Erwin Bökenkamp M55	3253

Mannen U20 (geboren in 2005 of 2006)

100m			800m			Kogelstoten (6 kg)		
1 ^e	Sem Vredevoort	12,06	1 ^e	Pascal van Strijen	2.24,23	1 ^e	Timo Steinmetz	10,47
2 ^e	Pascal van Strijen	12,55	2 ^e	Timo Steinmetz	2.32,68	2 ^e	Pascal van Strijen	8,94
3 ^e	Mitchell Snoek	12,82	3 ^e	Mitchell Snoek	2.40,85	3 ^e	Mitchell Snoek	6,94
110mh (99.1 cm, 10x)			3000m Steeple			Discuswerpen (1,75 kg)		
1 ^e	Timo Steinmetz	20,68	1 ^e	Sem Vredevoort	13.53,04	1 ^e	Sem Vredevoort	28,90
2 ^e	Mitchell Snoek	24,08	2 ^e	Mitchell Snoek	14.56,88	2 ^e	Pascal van Strijen	21,98
						3 ^e	Mitchell Snoek	17,63
200m			Hoogspringen			Speerwerpen (800g)		
1 ^e	Sem Vredevoort	25,44	1 ^e	Sem Vredevoort	1,75	1 ^e	Sem Vredevoort	48,26
2 ^e	Pascal van Strijen	25,89	1 ^e	Timo Steinmetz	1,55	2 ^e	Mitchell Snoek	24,39
3 ^e	Mitchell Snoek	26,27	3 ^e	Pascal van Strijen	1,35	3 ^e	Pascal van Strijen	20,63
			4 ^e	Mitchell Snoek	1,25			
400m			Verspringen			Kogelslingeren (6 kg)		
1 ^e	Pascal van Strijen	57,74	1 ^e	Pascal van Strijen	4,20	1 ^e	Sem Vredevoort	17,43
2 ^e	Timo Steinmetz	58,32	2 ^e	Mitchell Snoek	4,15			
3 ^e	Mitchell Snoek	60,05				Vijfkamp		
600m			Hinkstapspringen			1 ^e	Mitchell Snoek	1044
1 ^e	Timo Steinmetz	1.44,64	1 ^e	Mitchell Snoek	9,33	2 ^e	Sem Vredevoort	797
			2 ^e	Pascal van Strijen	9,31	3 ^e	Pascal van Strijen	718
1000m								
1 ^e	Pascal van Strijen	3.09,86						
2 ^e	Mitchell Snoek	3.23,84						
4 x 100m	49,12 s.	Mitchell Snoek, Sem Vredevoort, Tim van Selm, Pascal van Strijen						

Vrouwen U20 (geboren in 2005 of 2006)

Geen wedstrijd deelname van leden in deze categorie

Mannen U18 (geboren in 2007 of 2008)

Geen wedstrijd deelname van leden in deze categorie

Vrouwen U18 (geboren in 2007 of 2008)

400m			800m			Kogelstoten (3 kg)		
1 ^e	Norah Visser	80,31	1 ^e	Sterre Kuipers	2.41,27	1 ^e	Norah Visser	6,03
			2 ^e	Norah Visser	3.04,14			
Coopertest			Hoogspringen					
1 ^e	Norah Visser	2420	1 ^e	Norah Visser	1,05			



Jongens U16 (Geboren in 2009 of 2010)

100m		Hoogspringen		Speerwerpen (600g)	
1 ^e	Rowan Jonk	16,74	1 ^e	Rowan Jonk	1,05
600m				1 ^e	Rowan Jonk
1 ^e	Rowan Jonk	2.23,86			

Meiden U16 (Geboren in 2009 of 2010)

80m		800m		Hoogspringen	
1 ^e	Sarah Smit	10,75	1 ^e	Sarah Smit	1,50
2 ^e	Tamara Lautenschütz	12,35	2 ^e	Louise Laan	1,25
3 ^e	Louise Laan	12,44	3 ^e	Tamara Lautenschütz	1,20
4 ^e	Mylène van Riesen	13,25	4 ^e	Mylène van Riesen	1,15
5 ^e	Lindsey de Boer	13,35	5 ^e	Asa Bakhtiar	1,10
				--	Britt Schilder

80m horden		1000m		Hinkstapspringen	
1 ^e	Sarah Smit	14,94	1 ^e	Sarah Smit	9,04
2 ^e	Tamara Lautenschütz	17,79	2 ^e	Louise Laan	7,98
3 ^e	Louise Laan	18,07	3 ^e	Mylène van Riesen	7,67
4 ^e	Britt Schilder	18,54	4 ^e	Tamara Lautenschütz	7,60
5 ^e	Mylène van Riesen	19,03	5 ^e	Amber van der Plaats	
				4 ^e	Mylène van Riesen

150m		1500m		Kogelstoten (3 kg)		
1 ^e	Sarah Smit	20,77	1 ^e	Louise Laan	6,86	
2 ^e	Tamara Lautenschütz	22,32			2 ^e	Louise Laan
3 ^e	Louise Laan	22,87			3 ^e	Mylène van Riesen
4 ^e	Mylène van Riesen	23,96			4 ^e	Asa Bakhtiar
5 ^e	Asa Bakhtiar	25,66			5 ^e	Lindsey de Boer

300m		1500m Steeple		Discuswerpen (1 kg)	
1 ^e	Sarah Smit	48,80	1 ^e	Sarah Smit	7,11,66
2 ^e	Louise Laan	50,15	2 ^e	Louise Laan	7,25,37
3 ^e	Tamara Lautenschütz	54,54	3 ^e	Mylène van Riesen	7,45,37
4 ^e	Mylène van Riesen	56,35	4 ^e	Lindsey de Boer	8,27,80
5 ^e	Lindsey de Boer	57,48	5 ^e	Britt Schilder	8,30,89

300m horden		Coopertest		Speerwerpen (500g)	
1 ^e	Louise Laan	59,50	1 ^e	Louise Laan	2780
				2 ^e	Sarah Smit
				3 ^e	Tamara Lautenschütz
				4 ^e	Mylène van Riesen
				5 ^e	Lindsey de Boer

600m		Verspringen			
1 ^e	Sarah Smit	1.56,42	1 ^e	Sarah Smit	4,43
2 ^e	Louise Laan	2.04,67	2 ^e	Louise Laan	3,80
3 ^e	Tamara Lautenschütz	2.11,91	3 ^e	Tamara Lautenschütz	3,78
4 ^e	Mylène van Riesen	2.17,23	4 ^e	Mylène van Riesen	3,48
5 ^e	Lindsey de Boer	2.24,42	5 ^e	Lindsey de Boer	2,81

4 x 80m		46,60		Tamara Lautenschütz, Mylène van Riesen, Louise Laan, Asa Bakhtiar	
---------	--	-------	--	---	--

Jongens U14 (Geboren in 2011 of 2012)

80m			800m			Hoogspringen		
1 ^e	Wilko Barneveld	11,72	1 ^e	Youri Schilder	2.39,80	1 ^e	Youri Schilder	1,35
2 ^e	Pepijn van Wanrooij	11,95	2 ^e	Sebas Garms	2.52,62	2 ^e	Morris Stenvers	1,25
3 ^e	Joshua Vos	12,32	3 ^e	Joshua Vos	2.53,38	3 ^e	Joshua Vos	1,20
4 ^e	Minck Veerman	12,52	4 ^e	Wilko Barneveld	2.53,80	4 ^e	Wilko Barneveld	1,15
5 ^e	Youri Schilder	12,86	5 ^e	Minck Veerman	2.56,78	--	Kick Laan	1,15

80m horden			1000m			Verspringen		
1 ^e	Youri Schilder	16,90	1 ^e	Youri Schilder	3.22,14	1 ^e	Joshua Vos	3,89
2 ^e	Sebas Garms	17,48	2 ^e	Sebas Garms	3.33,90	2 ^e	Youri Schilder	3,62
3 ^e	Minck Veerman	18,09	3 ^e	Joshua Vos	3.40,51	3 ^e	Pepijn van Wanrooij	3,43
4 ^e	Joshua Vos	18,13	4 ^e	Wilko Barneveld	3.44,64	4 ^e	Wilko Barneveld	3,35
5 ^e	Stef Leeftang	19,26	5 ^e	Pepijn van Wanrooij	3.44,66	5 ^e	Morris Stenvers	3,27

150m			1000m hindernis			Speerwerpen (400g)		
1 ^e	Pepijn van Wanrooij	22,96	1 ^e	Youri Schilder	3.39,48	1 ^e	Pepijn van Wanrooij	23,39
2 ^e	Wilko Barneveld	22,97	2 ^e	Sebas Garms	3.57,93	2 ^e	Joshua Vos	21,18
3 ^e	Joshua Vos	24,12	3 ^e	Minck Veerman	4.08,79	3 ^e	Youri Schilder	21,09
4 ^e	Minck Veerman	24,97	4 ^e	Pepijn van Wanrooij	4.08,81	4 ^e	Minck Veerman	17,06
5 ^e	Youri Schilder	25,05	5 ^e	Stef Leeftang	4.34,55	5 ^e	Sebas Garms	12,38

200m horden			1 mijl			Kogelstoten (3 kg)		
1 ^e	Sebas Garms	40,32	1 ^e	Youri Schilder	5.53,97	1 ^e	Youri Schilder	6,60
						2 ^e	Minck Veerman	6,41
						3 ^e	Joshua Vos	6,19
						4 ^e	Wilko Barneveld	5,84
						5 ^e	Pepijn van Wanrooij	5,80

300m			1500m			Discuswerpen (1 kg)		
1 ^e	Joshua Vos	52,56	1 ^e	Youri Schilder	5.17,18	1 ^e	Pepijn van Wanrooij	18,11
2 ^e	Pepijn van Wanrooij	52,88				2 ^e	Youri Schilder	15,95
3 ^e	Youri Schilder	53,14				3 ^e	Joshua Vos	15,89
4 ^e	Minck Veerman	55,45				4 ^e	Wilko Barneveld	13,84
5 ^e	Sebas Garms	58,55				5 ^e	Minck Veerman	10,91

600m			Coopertest			Hinkstapspringen		
1 ^e	Youri Schilder	1.55,20	1 ^e	Youri Schilder	3100	1 ^e	Pepijn van Wanrooij	8,34
2 ^e	Sebas Garms	1.56,46	2 ^e	Minck Veerman	2760	2 ^e	Youri Schilder	8,09
3 ^e	Joshua Vos	2.06,79	--	Sebas Garms	2760	3 ^e	Sebas Garms	5,72
4 ^e	Wilko Barneveld	2.08,29	4 ^e	Pepijn van Wanrooij	2710			
5 ^e	Pepijn van Wanrooij	2.11,45	5 ^e	Joshua Vos	2700			

4 x 80m	49,08	Sebas Garms, Joshua Vos, Minck Veerman, Pepijn van Wanrooij
----------------	--------------	---



Meiden U14 (Geboren in 2011 of 2012)

60m indoor		
1 ^e	Fien Klein	8,83

60m horden indoor		
1 ^e	Tess Tol	11,36

60m		
1 ^e	Fien Klein	8,90
2 ^e	Liz Hoekstra	9,19
3 ^e	Sara Veerman	9,44
4 ^e	Fem Riesen	9,48
5 ^e	Golsa Bakhtiar	9,58

60m horden		
1 ^e	Tess Tol	11,71
2 ^e	Liz Hoekstra	12,06
3 ^e	Sara Veerman	14,01
4 ^e	Fem Riesen	14,16
5 ^e	Lisette Dijkstra	14,30

150m		
1 ^e	Fien Klein	22,25
2 ^e	Sara Veerman	22,48
3 ^e	Liz Hoekstra	22,97
4 ^e	Fem Riesen	23,69
5 ^e	Tess Tol	23,78

300m		
1 ^e	Fien Klein	49,77
2 ^e	Liz Hoekstra	50,86
3 ^e	Sara Veerman	52,68
4 ^e	Tess Tol	52,72
5 ^e	Fem Riesen	53,09

600m		
1 ^e	Fien Klein	1.51,90
2 ^e	Sara Veerman	1.52,07
3 ^e	Tess Tol	1.58,98
4 ^e	Fem Riesen	2.07,52
5 ^e	Liz Hoekstra	2.17,36

800m		
1 ^e	Fien Klein	2.42,74
2 ^e	Tess Tol	2.50,08
3 ^e	Sara Veerman	2.50,10
4 ^e	Fem Riesen	2.54,40
5 ^e	Saar Smits	3.12,49

1000m		
1 ^e	Fien Klein	3.24,36
2 ^e	Tess Tol	3.26,43
3 ^e	Sara Veerman	3.33,89
4 ^e	Saar Smits	3.52,51
5 ^e	Liz Hoekstra	3.52,75

1000m hindernis		
1 ^e	Tess Tol	4.03,81
2 ^e	Sara Veerman	4.08,21
3 ^e	Liz Hoekstra	4.14,12
4 ^e	Saar Smits	4.14,29
5 ^e	Fien Klein	4.26,34

Coopertest		
1 ^e	Tess Tol	2710
2 ^e	Fien Klein	2670
3 ^e	Saar Smits	2610
4 ^e	Golsa Bakhtiar	2490
5 ^e	Sara Veerman	2470

Hoogspringen		
1 ^e	Liz Hoekstra	1,35
2 ^e	Lisette Dijkstra	1,25
--	Sara Veerman	1,25
--	Lisette Dijkstra	1,25
--	Sara Veerman	1,25
--	Saar Smits	1,25

Hinkstapspringen		
1 ^e	Liz Hoekstra	8,70
2 ^e	Tess Tol	8,57
3 ^e	Fien Klein	7,97
4 ^e	Saar Smits	7,86
5 ^e	Fem Riesen	7,62

Verspringen		
1 ^e	Sara Veerman	3,81
2 ^e	Liz Hoekstra	3,78
3 ^e	Fien Klein	3,75
4 ^e	Fem Riesen	3,65
5 ^e	Saar Smits	3,58

Speerwerpen (400g)		
1 ^e	Fenna Karregat	24,43
2 ^e	Lisette Dijkstra	15,53
3 ^e	Liz Hoekstra	14,18
4 ^e	Saar Smits	13,33
5 ^e	Tess Tol	12,61

Kogelstoten (2 kg)		
1 ^e	Fenna Karregat	8,47
2 ^e	Fien Klein	6,82
3 ^e	Lisette Dijkstra	6,77
4 ^e	Liz Hoekstra	6,68
5 ^e	Saar Smits	6,12

Discuswerpen (750g)		
1 ^e	Fenna Karregat	16,22
2 ^e	Tess Tol	13,84
3 ^e	Saar Smits	13,28
4 ^e	Lisette Dijkstra	12,99
5 ^e	Liz Hoekstra	12,40

4 x 60m	34,49	Fem Riesen, Liz Hoekstra, Fien Klein, Sara Veerman
---------	-------	--

Jongens U12 (Geboren in 2013)

60m			Coopertest			Balwerpen		
1 ^e	Mike Buijs	9,14	1 ^e	Max Knook	2720	1 ^e	Mike Buijs	25,70
2 ^e	Max Knook	9,2	1 ^e	Floris Schouten	2550	2 ^e	Max Knook	25,37
3 ^e	Tobias Schultze	10,70	3 ^e	Mike Buijs	2540	3 ^e	Vic Rijswijk	23,98
4 ^e	Wouter ten Hagen	10,5	4 ^e	Tobias Schultze	2500	4 ^e	Tobias Schultze	22,11
5 ^e	Jacob Ikhlifien	10,82	--	Jacob Ikhlifien	2500	5 ^e	Floris Schouten	18,59

600m			Verspringen			Kogelstoten		
1 ^e	Max Knook	2.05,31	1 ^e	Max Knook	3,94	1 ^e	Vic Rijswijk	7,41
2 ^e	Mike Buijs	2.21,11	2 ^e	Mike Buijs	3,91	2 ^e	Max Knook	6,66
3 ^e	Vic Rijswijk	2.26,24	3 ^e	Tobias Schultze	3,33	3 ^e	Mike Buijs	6,55
4 ^e	Tobias Schultze	2.26,59	4 ^e	Jacob Ikhlifien	3,20	4 ^e	Floris Schouten	6,16
5 ^e	Wouter ten Hagen	2.28,07	5 ^e	Vic Rijswijk	3,08	5 ^e	Jacob Ikhlifien	5,17

1000m			Hoogspringen		
1 ^e	Mike Buijs	3.47,96	1 ^e	Tobias Schultze	1,20
2 ^e	Max Knook	3.48,45	2 ^e	Max Knook	1,15
3 ^e	Tobias Schultze	4.09,32	--	Mike Buijs	1,15
4 ^e	Vic Rijswijk	4.09,60	--	Vic Rijswijk	1,15
5 ^e	Floris Schouten	4.14,54	5 ^e	Wouter ten Hagen	1,10
			--	Jacob Ikhlifien	1,10

4 x 60m	40,0	Max Knook, Fabian Tol, Mike Buijs, Tobias Schultze
----------------	-------------	--



Meiden U12 (Geboren in 2013)

60m indoor		
1 ^e	Juliette Schellevis	9,54

Verspringen indoor		
1 ^e	Juliette Schellevis	3,89

Kogelstoten indoor		
1 ^e	Juliette Schellevis	5,81

60m		
1 ^e	Isabella Groot	9,21
2 ^e	Fiene Borsen	9,31
3 ^e	Juliette Schellevis	9,4
4 ^e	Dina Hussein	9,9
5 ^e	Mewael Amanzghi	9,9

600m		
1 ^e	Juliette Schellevis	2.10,74
2 ^e	Mewael Amanzghi	2.12,83
3 ^e	Isabella Groot	2.18,11
4 ^e	Fiene Borsen	2.21,76
5 ^e	Dina Hussein	2.34,08

1000m		
1 ^e	Juliette Schellevis	3.36,44
2 ^e	Mewael Amanzghi	4.03,10
3 ^e	Isabella Groot	4.12,61
4 ^e	Fiene Borsen	4.18,08
5 ^e	Lucia Ouwehand	4.37,89

Coopertest		
1 ^e	Juliette Schellevis	2790
2 ^e	Mewael Amanzghi	2500
3 ^e	Fiene Borsen	2310
4 ^e	Isabella Groot	2260
5 ^e	Dina Hussein	2170

Verspringen		
1 ^e	Juliette Schellevis	3,95
2 ^e	Fiene Borsen	3,81
3 ^e	Isabella Groot	3,60
4 ^e	Mewael Amanzghi	3,60
5 ^e	Yfke Kremer	3,29

Hoogspringen		
1 ^e	Mewael Amanzghi	1,40
2 ^e	Juliette Schellevis	1,35
3 ^e	Isabella Groot	1,20
4 ^e	Dina Hussein	1,10
5 ^e	Fiene Borsen	1,05

Balwerpen		
1 ^e	Fiene Borsen	27,51
2 ^e	Mewael Amanzghi	26,77
3 ^e	Juliette Schellevis	26,47
4 ^e	Dina Hussein	22,07
5 ^e	Yara Smit	18,62

Kogelstoten		
1 ^e	Juliette Schellevis	6,90
2 ^e	Mewael Amanzghi	6,71
3 ^e	Fiene Borsen	6,21
4 ^e	Isabella Groot	5,98
5 ^e	Dina Hussein	5,63

4 x 60m	36,9	Mewael Amanzghi, Isabella Groot, Fiene Borsen, Juliette Schellevis
----------------	-------------	--

Jongens U11 (Geboren in 2014)

60m indoor		
1 ^e	Ruben Kerkman	10,46

Verspringen indoor		
1 ^e	Ruben Kerkman	2,56

Kogelstoten indoor		
1 ^e	Ruben Kerkman	4,91

60m		
1 ^e	Koen Buijten	9,1
2 ^e	Nick Leeftang	10,2
3 ^e	Boris Bergsma	10,59
4 ^e	Ruben Kerkman	11,05
5 ^e	Jacob Veerman	11,15

600m		
1 ^e	Nick Leeftang	2.23,00
2 ^e	Koen Buijten	2.24,88
3 ^e	Boris Bergsma	2.41,78
4 ^e	Jacob Veerman	2.43,23
5 ^e	Yafet Tsegay	2.56,01

1000m		
1 ^e	Nick Leeftang	4.04,17
2 ^e	Koen Buijten	4.07,75
3 ^e	Boris Bergsma	4.22,69
4 ^e	Jacob Veerman	4.28,90
5 ^e	Ruben Kerkman	4.33,41

Coopertest		
1 ^e	Nick Leeftang	2550
1 ^e	Boris Bergsma	2350
3 ^e	Jacob Veerman	2040
4 ^e	Yafet Tsegay	1940
5 ^e	Koen Buijten	1730

Verspringen		
1 ^e	Koen Buijten	3,45
2 ^e	Nick Leeftang	3,19
3 ^e	Boris Bergsma	3,09
4 ^e	Ruben Kerkman	2,92
5 ^e	Yafet Tsegay	2,81

Hoogspringen		
1 ^e	Koen Buijten	1,15
2 ^e	Boris Bergsma	1,05
3 ^e	Nick Leeftang	1,00
4 ^e	Tom Kwakman	0,95
5 ^e	Jacob Veerman	0,90

Balwerpen		
1 ^e	Boris Bergsma	18,43
2 ^e	Koen Buijten	16,16
3 ^e	Ruben Kerkman	15,96
4 ^e	Jacob Veerman	13,26
5 ^e	Nick Leeftang	10,82

Kogelstoten		
1 ^e	Koen Buijten	6,14
2 ^e	Boris Bergsma	5,82
3 ^e	Nick Leeftang	5,51
4 ^e	Yafet Tsegay	4,97
5 ^e	Jacob Veerman	3,90

Meiden U11 (Geboren in 2014)

60m		
1 ^e	Do Jonkerman	9,6
2 ^e	Hailey Aalders	10,42
3 ^e	Chloé Kuitert	10,52
4 ^e	Sofie van Wanrooij	10,76
5 ^e	Yvette Huiberts	11,21

600m		
1 ^e	Salam Alsermani	2.33,09
2 ^e	Do Jonkerman	2.35,09
3 ^e	Hailey Aalders	2.37,09
4 ^e	Fayèn Klein	2.40,72
5 ^e	Esmee Leenders	2.42,59

1000m		
1 ^e	Sofie van Wanrooij	4.22,57
2 ^e	Fayèn Klein	4.27,18
3 ^e	Do Jonkerman	4.29,01
4 ^e	Hailey Aalders	4.33,76
5 ^e	Salam Alsermani	4.39,91

Coopertest		
1 ^e	Eva Simons	2290
2 ^e	Salam Alsermani	2270
3 ^e	Hailey Aalders	2220
4 ^e	Yorsalem Amanzghi	2120
5 ^e	Mia Helgerins	2110

Verspringen		
1 ^e	Hailey Aalders	3,31
2 ^e	Chloé Kuitert	3,06
3 ^e	Sofie van Wanrooij	3,02
4 ^e	Do Jonkerman	3,01
5 ^e	Salam Alsermani	2,88

Hoogspringen		
1 ^e	Hailey Aalders	1,10
2 ^e	Fayèn Klein	1,05
3 ^e	Yvette Huiberts	1,05
4 ^e	Chloé Kuitert	1,00
--	Do Jonkerman	1,00

Balwerpen		
1 ^e	Hailey Aalders	17,68
2 ^e	Salam Alsermani	15,67
3 ^e	Mia Helgerins	14,16
4 ^e	Sofie van Wanrooij	14,02
5 ^e	Chloé Kuitert	12,44

Kogelstoten		
1 ^e	Chloé Kuitert	5,30
2 ^e	Hailey Aalders	4,91
3 ^e	Do Jonkerman	4,77
4 ^e	Salam Alsermani	4,67
5 ^e	Nawroz Abdulrahman	4,38

4 x 60m	42,2	Chloé Kuitert, Fayèn Klein, Hailey Aalders, Do Jonkerman
----------------	-------------	--



Jongens U10 (Geboren in 2015)

40m		
1 ^e	Djelani de Barrios	7,79
2 ^e	Gijs Westenberg	7,94
3 ^e	Lynton Tewari	7,96
4 ^e	Björn Visser	8,05
5 ^e	Max Bakker	9,69

Coopertest		
1 ^e	Björn Visser	2440
2 ^e	Gijs Westenberg	2220
3 ^e	Djelani de Barrios	1940
4 ^e	Max Bakker	1780
--	Lynton Tewari	1780

Hoogsprongen		
1 ^e	Djelani de Barrios	1,05
1 ^e	Gijs Westenberg	0,95
3 ^e	Lynton Tewari	0,95
--	Björn Visser	0,95

600m		
1 ^e	Gijs Westenberg	2.25,64
2 ^e	Björn Visser	2.29,57
3 ^e	Lynton Tewari	2.45,20

Verspringen		
1 ^e	Lynton Tewari	2,92
2 ^e	Björn Visser	2,90
3 ^e	Djelani de Barrios	2,56
4 ^e	Gijs Westenberg	2,40
5 ^e	Max Bakker	2,10

Balwerpen		
1 ^e	Djelani de Barrios	16,70
2 ^e	Björn Visser	14,70
3 ^e	Lynton Tewari	12,71
4 ^e	Gijs Westenberg	10,48
5 ^e	Max Bakker	9,64

1000m		
1 ^e	Gijs Westenberg	4.21,11
2 ^e	Björn Visser	4.23,48
3 ^e	Djelani de Barrios	4.58,99
4 ^e	Lynton Tewari	5.00,78
5 ^e	Max Bakker	6.15,11

Kogelstoten		
1 ^e	Lynton Tewari	5,63
2 ^e	Djelani de Barrios	4,74
3 ^e	Björn Visser	4,35
4 ^e	Gijs Westenberg	3,90

4 x 40m	34,54	Max Bakker, Djelani de Barrios, Gijs Westenberg, Lynton Tewari
----------------	--------------	--

Meiden U10 (Geboren in 2015)

40m		
1 ^e	Fayline Groot	6,81
2 ^e	Lexi Knook	7,22
3 ^e	Kate Zwarthoed	7,35
4 ^e	Mila Willems	7,46
5 ^e	Eylin van der Ploeg	7,78
--	Ellin Rijswijk	7,78

Coopertest		
1 ^e	Fayline Groot	2580
2 ^e	Lexi Knook	2430
3 ^e	Ellin Rijswijk	2320
4 ^e	Joni Braan	2240
5 ^e	Kate Zwarthoed	2050

Hoogsprongen		
1 ^e	Fayline Groot	1,15
2 ^e	Lexi Knook	1,00
--	Mila Willems	1,00
4 ^e	Ellin Rijswijk	0,95
5 ^e	Joni Braan	0,90
--	Eylin van der Ploeg	0,90

600m		
1 ^e	Fayline Groot	2.13,45
2 ^e	Lexi Knook	2.23,21
3 ^e	Ellin Rijswijk	2.31,66
4 ^e	Mila Willems	2.35,20
5 ^e	Kate Zwarthoed	2.37,72

Verspringen		
1 ^e	Fayline Groot	3,74
2 ^e	Lexi Knook	3,15
3 ^e	Kate Zwarthoed	3,09
4 ^e	Mila Willems	2,91
5 ^e	Ellin Rijswijk	2,84

Balwerpen		
1 ^e	Kate Zwarthoed	14,86
2 ^e	Eylin van der Ploeg	14,63
3 ^e	Lexi Knook	14,51
4 ^e	Mila Willems	13,79
5 ^e	Ellin Rijswijk	12,32

1000m		
1 ^e	Fayline Groot	3.51,18
2 ^e	Lexi Knook	4.12,28
3 ^e	Ellin Rijswijk	4.29,71
4 ^e	Joni Braan	4.47,96
5 ^e	Mila Willems	4.50,44

Kogelstoten		
1 ^e	Saffiyah Bouhout	4,95
2 ^e	Fayline Groot	4,74
3 ^e	Ellin Rijswijk	4,68
4 ^e	Lexi Knook	4,50
5 ^e	Mila Willems	4,42

4 x 40m	27,40	Ellin Rijswijk, Eylin van der Ploeg, Fayline Groot, Lexi Knook
----------------	--------------	--

Jongens U9 (Geboren in 2016)

40m			Verspringen			Kogelstoten		
1 ^e	Max Bergsma	7,34	1 ^e	Max Bergsma	3,16	1 ^e	Max Bergsma	4,71
2 ^e	Jonas Vermorken	7,35	2 ^e	Lars Wolke	2,94	2 ^e	Finn Vijver	4,30
3 ^e	Lars Wolke	7,59	3 ^e	Ruben Zwiers	2,92	3 ^e	Jonas Vermorken	4,29
4 ^e	Ruben Bond	7,88	4 ^e	Jonas Vermorken	2,86	4 ^e	Jens Braan	3,86
5 ^e	Rob Tol	7,94	5 ^e	Rob Tol	2,84	5 ^e	Lars Wolke	3,69

600m			Hoogspringen			Balwerpen		
1 ^e	Max Bergsma	2.15,25	1 ^e	Jonas Vermorken	0,95	1 ^e	Max Bergsma	24,95
2 ^e	Lars Wolke	2.20,62	2 ^e	Max Bergsma	0,90	2 ^e	Lars Wolke	22,55
3 ^e	Jonas Vermorken	2.26,26	--	Finn Vijver	0,90	3 ^e	Finn Vijver	19,13
4 ^e	Ruben Zwiers	2.26,82	--	Lars Wolke	0,90	4 ^e	Ruben Zwiers	17,12
5 ^e	Finn Vijver	2.27,16	--	Rob Tol	0,90	5 ^e	Ruben Schouten	17,08
			--	Ruben Zwiers	0,90			

Coopertest		
1 ^e	Max Bergsma	2540
2 ^e	Lars Wolke	2370
3 ^e	Jens Braan	2320
4 ^e	Jonas Vermorken	2320
5 ^e	Finn Vijver	2250

4 x 40m	31,15	Rob Tol, Finn Vijver, Max Bergsma, Lars Wolke
----------------	--------------	---

Meiden U9 (Geboren in 2016)

40m			Verspringen			Kogelstoten		
1 ^e	Indy Veerman	7,35	1 ^e	Indy Veerman	3,18	1 ^e	Najwa Nuur Iman	3,51
2 ^e	Jinte Out	7,49	2 ^e	Jinte Out	2,91	2 ^e	Jinte Out	3,37
3 ^e	Yinthe Smit	7,5	3 ^e	Jasmijn Simons	2,73	3 ^e	Indy Veerman	3,03
4 ^e	Inaya Boumhidi	7,84	4 ^e	Maysah Bouhout	2,56	4 ^e	Eliza Tuijp	2,96
5 ^e	Maysah Bouhout	7,86	5 ^e	Eliza Tuijp	2,55	5 ^e	Aya Ait Ouaicha	2,60

600m			Hoogspringen			Balwerpen		
1 ^e	Jinte Out	2.17,51	1 ^e	Eliza Tuijp	0,90	1 ^e	Lena Testor	12,84
2 ^e	Jasmijn Simons	2.30,23	--	Lena Testor	0,90	2 ^e	Jinte Out	12,61
3 ^e	Indy Veerman	2.31,31	--	Inaya Boumhidi	0,90	3 ^e	Mila Tunk	11,41
4 ^e	Maysah Bouhout	2.34,51	4 ^e	Indy Veerman	0,85	4 ^e	Destiny Hazes	11,25
5 ^e	Lena Testor	2.38,96	--	Yinthe Smit	0,85	5 ^e	Yinthe Smit	10,84
			--	Jinte Out	0,85			

Coopertest		
1 ^e	Jinte Out	2280
2 ^e	Yinthe Smit	2020
3 ^e	Lena Testor	2000
4 ^e	Eliza Tuijp	1940
5 ^e	Aya Ait Ouaicha	1900

4 x 40m	31,45	Aya Ait Ouaicha, Yinthe Smit, Jasmijn Simons, Jinte Out
----------------	--------------	---



Jongens U8 (Geboren in 2017 en 2018)

40m		
1 ^e	Duke Knook	8,0
2 ^e	Mike Leeflang	8,36
3 ^e	Sven Vijver	8,39
4 ^e	Ray Zwarthoed	8,71
5 ^e	Thom Tol	8,89

Hoogspringen		
1 ^e	Ray Zwarthoed	0,85
2 ^e	Thom Tol	0,80
--	Mike Leeflang	0,80
4 ^e	Sven Vijver	0,75
5 ^e	Sven Wolke	0,70
--	Abel Wissink	0,70

Kogelstoten		
1 ^e	Ray Zwarthoed	3,46
2 ^e	Thom Tol	3,02
3 ^e	Sven Vijver	2,93
4 ^e	Duke Knook	2,81
5 ^e	Sven Wolke	2,42

600m		
1 ^e	Duke Knook	2.36,99
2 ^e	Sven Vijver	2.48,06
3 ^e	Thom Tol	2.49,12
4 ^e	Sven Wolke	2.54,58
5 ^e	Mike Leeflang	2.57,13

Verspringen		
1 ^e	Sven Vijver	2,83
2 ^e	Duke Knook	2,50
3 ^e	Thom Tol	2,30
4 ^e	Mike Leeflang	2,25
5 ^e	Sven Wolke	2,20

Balwerpen		
1 ^e	Duke Knook	17,65
2 ^e	Ray Zwarthoed	15,04
3 ^e	Thom Tol	12,87
4 ^e	Sven Vijver	12,66
5 ^e	Mike Leeflang	10,19

Coopertest		
1 ^e	Duke Knook	2290
2 ^e	Sven Vijver	2020
3 ^e	Bilal Aitljilali	1980
4 ^e	Mike Leeflang	1810

4 x 40m	35,62	Sven Vijver, Duke Knook, Sven Wolke, Mike Leeflang
----------------	--------------	--

Meiden U8 (Geboren in 2017 en 2018)

40m		
1 ^e	Fien van Oostveen	8,27
2 ^e	Louisa van Veen	8,53
3 ^e	Elin Palstra	8,55
4 ^e	Rolinka Knebel	8,59
5 ^e	Faith Hazes	9,33

Coopertest		
1 ^e	Fien van Oostveen	1720
2 ^e	Faith Hazes	1680
3 ^e	Elin Palstra	1520
4 ^e	Louisa van Veen	1440
5 ^e	Sara Aitljilali	940

Kogelstoten		
1 ^e	Elin Palstra	3,28
2 ^e	Fien van Oostveen	3,23
3 ^e	Louisa van Veen	1,97
4 ^e	Rolinka Knebel	1,84

600m		
1 ^e	Elin Palstra	2.43,44
2 ^e	Faith Hazes	2.50,48
3 ^e	Rolinka Knebel	2.50,97
4 ^e	Fien van Oostveen	2.55,29
5 ^e	Louisa van Veen	3.28,9

Hoogspringen		
1 ^e	Fien van Oostveen	0,85
2 ^e	Elin Palstra	0,80
3 ^e	Louisa van Veen	0,65

Balwerpen		
1 ^e	Elin Palstra	12,06
2 ^e	Fien van Oostveen	11,20
3 ^e	Faith Hazes	7,86
4 ^e	Louisa van Veen	7,76
5 ^e	Rolinka Knebel	6,19

Verspringen		
1 ^e	Fien van Oostveen	2,69
2 ^e	Elin Palstra	2,45
3 ^e	Rolinka Knebel	2,00
4 ^e	Louisa van Veen	1,90
5 ^e	Sara Aitljilali	1,09

4 x 40m	41,34	Fien van Oostveen, Elin Palstra, Louisa van Veen, Faith Hazes
----------------	--------------	---

16. Recordcommissie (door Martinus Ouwehand)

In seizoen 2023/2024 zijn door de pupillen helaas geen clubrecords gevestigd. Wel zijn er bij de junioren enkele records neergezet, weliswaar op incurante onderdelen, maar toch. Het clubrecord van Sebas Garms was een speciale. Sebas was zelf nog U14 atleet, maar omdat in die categorie geen clubrecord mogelijk is voor het onderdeel 200m horden, werd gekeken naar de categorie waarin dat wel mogelijk was, de U16.

Verder valt de progressie van Marnix Kolkman op. Zowel indoor als outdoor heeft hij meerdere keren het record op de horden verbeterd.

Gevestigde clubrecords in de periode november 2023 tot en met oktober 2024

Pupillen

Helaas geen clubrecords bij de pupillen gebroken dit jaar.

Junioren

RECORDS OP DE BAAN					
Categorie	onderdeel	van	naar	door	datum
Vrouwen	300 m	----	49,77 s.	Fien Klein	18-9-2024
Mannen	300 m	----	52,56 s.	Joshua Vos	18-9-2024
Mannen	Hinkstapspringen	6,78 mtr.	8,34 mtr.	Pepijn van Wanrooij	18-9-2024
Mannen	200 m horden	----	40,32 s.	Sebas Garms	19-7-2024

Vrouwen Senioren en Masters

RECORDS OP DE WEG					
Categorie	onderdeel	van	naar	door	datum
Vrouwen	Marathon	3:07:03 u.	3:06:36 u.	Angéla de Boer	13-10-
V35	30 km	2:09:24 u.	2:05:09 u.	Angéla de Boer	11-2-2024
V35	Halve Marathon	1:28.56 u.	1:25.04 u.	Angéla de Boer	14-1-2024
V50-V55	10 km	43.58 min.	43.35 min.	Angelic Keijzer	29-8-2024
V50-V55	5 km	22.44 min.	21.42 min.	Angelic Keijzer	2-4-2024
V65	5 km	26.26 min.	24.54 min.	Hilly Jonk	2-4-2024
RECORDS INDOOR					
Categorie	onderdeel	van	naar	door	datum
V60	Kogelstoten	7,23 mtr.	10,31 mtr.	Mirjam Aberkrom	3-2-2024
RECORDS OP DE BAAN					
Categorie	onderdeel	van	naar	door	datum
V55	1000 m	3.56,62 min.	3.51,76 min.	Angelic Keijzer	6-6-2024
V60	Discuswerpen	19,76 mtr.	26,90 mtr.	Mirjam Aberkrom	3-3-2024
		26,90 mtr.	27,91 mtr.	Mirjam Aberkrom	24-4-2024
		27,91 mtr.	28,57 mtr.	Mirjam Aberkrom	11-5-2024
		28,57 mtr.	28,97 mtr.	Mirjam Aberkrom	26-5-2024
V60	Gewichtwerpen	---	10,67 mtr.	Mirjam Aberkrom	27-10-



V60	Kogelslingeren	---	29,42 mtr.	Mirjam Aberkrom	12-5-2024
		29,42 mtr.	30,84 mtr.	Mirjam Aberkrom	24-5-2024
V50-V60		31,57 mtr.	31,83 mtr.	Mirjam Aberkrom	28-7-2024
V60	Kogelstoten	7,92 mtr.	10,14 mtr.	Mirjam Aberkrom	3-3-2024
		10,14 mtr.	10,36 mtr.	Mirjam Aberkrom	24-4-2024
V60	Speerwerpen	12,73 mtr.	17,85 mtr.	Mirjam Aberkrom	17-8-2024
V60	Werpvijskamp	---	3116 pnt.	Mirjam Aberkrom	27-10-

Mannen Senioren en Masters

RECORDS OP DE WEG					
Categorie	onderdeel	van	naar	door	datum
M45	10 km	35.27 min.	34.02 min.	Thomas Merlijn	11-2-2024
M55	20 km	1:24.48 u.	1:23.30 u.	John Buikman	3-3-2024
RECORDS INDOOR					
Categorie	onderdeel	van	naar	door	datum
Mannen	60m horden	8,37 s.	8,22 s.	Marnix Kolkman	7-1-2024
		8,22 s.	8,13 s.	Marnix Kolkman	18-2-2024
M55	60m	9,46 s.	8,93 s.	Manfred Mooijer	19-11-
M55	60m horden	---	11,94 s.	Manfred Mooijer	7-1-2024
M55	Verspringen	3,79 mtr.	4,18 mtr.	Manfred Mooijer	7-1-2024
M65	60m	---	9,67 s.	Henk Schilder	7-1-2024
M60-M65		9,46 s.	9,39 s.	Henk Schilder	3-2-2024
M65	Hoogspringen	---	1,35 mtr.	Henk Schilder	17-12-
		1,35 mtr.	1,38 mtr.	Henk Schilder	3-2-2024
M65	Verspringen	---	3,71 mtr.	Henk Schilder	7-1-2024
M60-M65		3,79 mtr.	3,81 mtr.	Henk Schilder	3-2-2024
RECORDS OP DE BAAN					
Categorie	onderdeel	van	naar	door	datum
Mannen	110 m horden	15,01 s.	14,92 s.	Marnix Kolkman	21-4-2024
		14,92 s.	14,62 s.	Marnix Kolkman	9-5-2024
		14,62 s.	14,59 s.	Marnix Kolkman	23-6-2024
		14,59 s.	14,33 s.	Marnix Kolkman	30-6-2024
M35	Hinkstapspringen	11,53 mtr.	12,17 mtr.	Danny Groot	21-4-2024
M35	Hoogspringen	1,70 mtr.	1,80 mtr.	Danny Groot	17-6-2024
M45-M50	600 m	----	1.43,79 min.	Dennis Lambalk	19-7-2024
M50	1 mijl	5.12,57 min.	5.08,02 min.	Sven Hagen	14-5-2024
M55	Coopertest	3020 mtr.	3140 mtr.	John Buikman	3-4-2024
M55	Kogelslingeren	---	37,96 mtr.	Erwin Bökenkamp	27-10-
M55	Kogelstoten	9,28 mtr.	12,17 mtr.	Erwin Bökenkamp	27-10-
M55	Discuswerpen	30,09 mtr.	33,08 mtr.	Erwin Bökenkamp	27-10-

M55	Speerwerpen	31,60 mtr.	34,26 mtr.	Erwin Böenkamp	27-10-
M55	Gewichtwerpen	---	13,92 mtr.	Erwin Böenkamp	27-10-
M55	Werpvijskamp	---	3253 pnt.	Erwin Böenkamp	27-10-
M65	Kogelstoten	7,63 mtr.	9,38 mtr.	Henk Schilder	28-7-2024
M65	Verspringen	3,90 mtr.	3,95 mtr.	Henk Schilder	17-8-2024
M65	Discuswerpen	25,57 mtr.	27,06 mtr.	Henk Schilder	6-10-2024
M75	400 m	----	1.27,12 min.	Peter Nuyens	25-5-2024
M75	800 m	3.35,01 min.	3.16,11 min.	Peter Nuyens	26-5-2024
M75	1000 m	4.32,97 min.	3.56,8 min.	Peter Nuyens	5-10-2024
M75	1500 m	7.03,01 min.	6.35,38 min.	Peter Nuyens	25-5-2024
M75	1 mijl	7.47,57 min.	7.24,8 min.	Peter Nuyens	15-9-2024
M80	1000 m	----	6.32,69 min.	Jan Kok	6-6-2024
M80	800 m	----	4.53,27 min.	Jan Kok	4-7-2024



17. Samenstelling commissies per I-I-2025

Bestuur

Martinus Ouwehand
Lida Verdonck
Marc van der Ende
Ricardo Aberkrom
Anne-Sophie Koning
Annemarie Joosten (wnd)

Bestuursraad

Theo Buijten
Rick Westerdaal
Mariet Brockhoff

Vertrouwenspersonen

Hilly Jonk

Jury-coördinator

vacant

Wedstrijdcommissie

Martinus Ouwehand
Cor Edam
Theo Kwakman
Petra Lautenschütz-Vink
Jeroen Lautenschütz

Baancommissie

Louis Zwarthoed
Cor Edam
Yoran van Oort
Melvin Boucher
Sam Zwarthoed

Kascontrole commissie

Nico Zwarthoed
John van Dijk
Rick Westerdaal (reserve)

Sponsorcommissie

Judith van der Niet
Linda van Dijk
Melvin Boucher

PR Commissie

Jean-Pierre DeMarco

Survivalruncommissie

Cees Beets
Jan Tuijp
Johan Vos

Trainerscommissie

Peter van Dijk
Jan Tuijp

Jeugdcommissie

Sharita Oor
Jur Bakker
Rosy Veerman

Social media commissie

Cees Beets
Nico Zwarthoed
Johan Smit
Ricardo Aberkrom
Jan Tuijp
Melanie Lautenschütz
Martine Schilder
Monique Plat

Nieuwsbriefredactie

Cees Beets

Clubrecordcommissie

Manfred Mooijer
Martinus Ouwehand

Kantinecommissie

Dorien Sombroek
Caroline Klouwer

18. Ereleden / Leden van verdienste per 1-1-2025

Erelid

Stef Baart
Henk Blom †
Theo Buijten
Tiny Dik-Bark
Jopie de Geus-Palsgraaf †
Jaap Laan †
Cees Mooijer †
Aag Mooijer †
Thames Tol
Freek de Vries
Jaap bij 't Vuur †

Lid van verdienste

Mirjam Aberkrom
Jopie Baart - van Vlaanderen
Martijn Baart
Wendy Baart
Cees Beets
Wil Bouman
Johan Buijs
Eugenie Bührs - van Heusden
Linda van Dijk
Herman Gorter †
Gré Gorter - Out
Peter Kraakman †
Bram v.d. Kreeke
Ineke Komen
Gerda Kwakman
Theo Kwakman
Arie Lagerburg †
Alie Lagerburg
Thomas de Lange
Tineke Lamers - Visman
Evert Lautenschütz †
Ellen Molenaar
Manfred Mooijer
Theo Mossel

Martinus Ouwehand
Linda Rijswijk
Lea Remhs
Monique Remhs
Diny Reuzenaar - v.d. Velden
Sjaak Reuzenaar †
Anita van Rooijen - Buhling †
Jaap van Rooijen †
Gerro Roskam
Gerard-Jan Slegt †
Johana Slegt-Menzo †
Jan Talsma †
Jan Tol (Bout)
Huibje Veerman
Myrian Veerman
Jan Vlak †
Louis Vink
Simone de Vries
Margreeth Werkhoven
Rick Westerdal
Jan Wiarda
Loes Wiarda
Jan Zwarthoed (Toetjes)
Louis Zwarthoed



19. Colofon

Atletiekvereniging Edam

Adres: **Burgemeester Versteeghsingel 4**
Postcode en plaats: **1135 VT Edam**
Website: **www.avedam.nl**
Telefoonnummer: **0299 368304** (alleen tijdens wedstrijden bereikbaar)
Bankrekeningnummer: **NL38RABO0153375965** (Rabobank)
Email: **info@avedam.nl**
Postadres: **Kerkelant 11, 1132 EW Volendam**

Bestuur per 1-1-2024

Voorzitter	Martinus Ouwehand	voorzitter@avedam.nl
Secretaris	Lida Verdonck	bestuur@avedam.nl
Penningmeester	Marc van der Ende	penningmeester@avedam.nl
Facilitaire zaken	Ricardo Aberkrom	facilitaire_zaken@avedam.nl
Technische zaken	Annemarie Joosten (wnd)	technische_zaken@avedam.nl
Wedstrijd zaken	Vacant	wedstrijden@avedam.nl
Algemene zaken	Anne-Sophie Koning	algemene_zaken@avedam.nl

Sponsorcommissie

Judith van der Niet
sponsorsen@avedam.nl

Club van 100 AV Edam

Mike Bakker
clubvan100@avedam.nl
Rabobank NL45RABO0385674058

Ledenadministratie

Myrian Veerman
ledenadministratie@avedam.nl

Nieuwsbriefredactie

Cees Beets
nieuwsbrief@avedam.nl

Vertrouwenscontactpersoon

Hilly Jonk-Schokker
hilly.jonk@avedam.nl
06-14797690

Webmaster

Martinus Ouwehand
webmaster@avedam.nl