

In dit nummer:

Van de voorzitter	3
40 jaar STG Schoorl	3
Wedstrijduitslagen	4
Marathonuitslagen	4
C-Selectie Alkmaar	5
Schaatsseizoen 2008-2009	6
Winterkost	7
Uitslagen diverse NK's	7
Jeugdpagina	9
Keep on Running	10
Wedstrijduitslagen	10
De hel van '63	11
Uitslagen Her en Der	12
Superkortebaam Schoorl	13
Kanttekeningen	14
Progressie Bokaal	15

Lees verder:

Alle baanrecords uit de vorige eeuw! blz. 6



Dweilpauze

Mededelingen van de STG Schoorl



Schoolschaatsles op de natuurijsbaan aan de Laanweg op zaterdag 9 januari 2010

Foto: Maarten Elsenaar

Redactioneel

Schaatsen in Schoorl is hot!

De ijsbaan open, winterse taferelen in Schoorl en omgeving!

Wat is het toch heerlijk om al die kinderen weer op de ijsbaan te zien. Veel plezier is er ook bij de ouders, het blijft een prachtig fenomeen.

Ook hulde aan de Schoolse IJclub en de vrijwilligers die de baan open hebben gesteld voor iedereen! Het is in ieders belang dat het schaatsen in Schoorl bij iedereen bekend raakt en dat zoveel mogelijk mensen, van jong tot oud, de dunne ijzers onderbinden. Hiermee vergroten we het samenzijn en de gezelligheid, hoe meer zielen hoe meer vreugd!

Ik weet zeker dat ook de Olympische Spelen een impuls gaan geven aan het schaatsen. Het zal spannend worden, maar ik heb er weer zin in!

Victor

Van de voorzitter

Yes, het is winter!! . Echt een winter zoals het in Nederland kan zijn . Vorst, sneeuw, wind en vooral koude. In mijn vorige schrijven vermeldde ik in het najaar november en december vooral regen en wind. Ik moet dus mijn excuus aan Koning Winter aanbieden dat ik wat te voorbarig was met mijn uitspraak. Want zo'n week voor de Kerst lag een groot deel van Nederland en ook hier in de duinen bedekt met een prachtige witte deken. Jammer was het dat met de Kerstdagen van 2009 bijna alle sneeuw weer weg was. Maar zie, de vorst kwam snel weer terug met ijs in de sloten. De ijsbaan van Schoorl lag er mooi glad bij. Terwijl je dan hoopt op meer strenge vorst, begint het te sneeuwen. Jammer, jammer de sneeuw kan niet weggeschoven worden omdat het ijs nog te dun is. Afwachten is het gebod. Wel is de wereld plotseling heel anders geworden. Tientallen mensen komen van heinde en ver richting Schoorl, om gewoon in de bossen te genieten van alle pracht. Sleeën worden uit de schuur gehaald en vanaf menig heuvel glijden ze met snelheid omlaag.

Ik waag een van onze bestuursleden aan te halen die al in oktober vermeldde, dat er een lange strenge winter zou aankomen. Waar hij dit vandaan haalde ? Wel nu, vooral de ouderen kunnen het misschien herinneren. Er bestaat een boekje genaamd "De Enkhuizer Almanak". Hierin wordt al ongeveer 300 jaar het weer in Nederland bijgehouden. En onze Cees is daar een fan van, zodat ook hij rekening houdt met een echte Elfstedentocht in Friesland. Ik hoop dat hij gelijk krijgt en zoals het er nu voorstaat, schaatsen we toch op de Schoorlse Ijsbaan op natuurijs. Want ondanks alle mooie kunstijsbanen, gaat er niets boven natuurijs met alle elementen van sneeuw, scheuren, hobbels en bobbel en dan heerlijk moe en koud thuis komen met van die rode handen en wangen van de kou. Wie het niet met mij eens is mag het zeggen. Zoals het er op het ogenblik naar uit ziet waren we een van de weinige ijsbanen die open zijn voor het publiek. De Schoorlse Ijsclub doet er alles aan om dit zo te houden, en vanuit de schaatstraininggroep mogen wij hun best eens een complimentje geven!!!

Ik wil vanuit het bestuur alle stg-ers dan ook de komende "IJSTIJD" heel veel plezier toewensen, zowel op de ijsbaan als op schaatstoertochten alsmede het langlaufen en sleeën in de duinen en bosgebied van Schoorl.

Uw voorzitter,
Henk Smit

40 jaar STG Schoorl

Zoals velen van ons reeds weten, bestaat de schaatstraininggroep Schoorl dit jaar 40 jaar. In 1970 begon Chiel van de Garde op verzoek van enkele mensen les te geven in droogtraining voor het schaatsen. Het was in de tijd van Ard en Keessie dat vele jongeren maar ook ouderen enthousiast deelnamen aan deze training. Voor het feit dat onze STG nu 40 jaar bestaat hebben we gemeend om dit feit een sportief en feestelijk karakter te geven. Vanuit het bestuur heb ik aan een aantal mensen gevraagd dit op zich te nemen en uit te zoeken wat de mogelijkheden zijn. De commissie bestaat uit leden van onze STG waaronder schaatsers, lopers en ouders van onze jeugd. Voor zover ik een beetje mag aansturen, zal er een sportieve middag en feestelijke avond worden georganiseerd omstreeks midden september 2010. Hoe en wat er gebeurt, zoekt de commissie verder uit, maar mochten jullie ook ideeën hebben, laat ze dan horen aan Gerard Pater (gerardpater@telfort.nl) De commissie staat open voor ingebrachte suggesties.

Op een later tijdstip horen we iets meer, maar houdt er rekening mee dat in de zomerperiode er geen Dweilpauze uitgegeven wordt zodat e.e.a. via de website www.stgschoorl.nl als mondeling wordt verteld.

Henk Smit

Wedstrijduitslagen

Alkmaar, IJstadion De Meent

Clubwedstrijd Bergen – Schoorl – Zwanenwater, 20-12-2009

	Cat	100m	300m	500m	Punten
Chayenne Kager	DPB	14.48	39.54	1:05.90	204.200
Daniël Ernste	HPB	14.17 pr	41.10	1:09.61	208.960
Tim Duivenvoorden	HPB	15.28	40.43 pr	1:07.84	211.623
Arne Admiraal	HPB	14.84	41.03	1:10.91	213.493
Bonnie Berkeveld	DPA	15.42	40.60 pr	1:09.96	214.726
Laura Duivenvoorden	DPD	15.25	42.79	1:11.66	219.226
Eva Kaandorp	DPC	15.08 pr	43.18 pr	1:11.88 pr	219.246
Floris de Vries	HPD	15.50 pr	44.64 pr	1:13.23 pr	225.130
Tessa Duivenvoorden	DPE	15.60 pr	45.98	1:15.95 pr	230.583
Myrthe van Dok	DPF	15.62	44.97	1:19.71	232.760
Nena Wassenaar	DPC	16.62	44.92	1:16.67	234.636
Karin Kramer	DPC	16.31 pr	46.73 pr	1:23.05	242.483
Sanne Boersma	DPB	17.55	47.59	1:21.65	248.716

		300m	500m	1000m	punten
Jeske Hoogeboom	DC1	36.44	54.80	1:52.40	171.733
Dennis van Dok	HSB		45.49	1:32.27	91.625
Jan Nagelhout	HSB		45.49	1:33.56	92.270
Bernadette Ramaker	DB2		46.02	1:35.27	93.655
Cees Stoop	H60		48.24	1:37.03	96.755
Kevin Kager	HC2		48.18	1:42.17	99.265
Peter Admiraal	H55		49.42	1:47.37	103.105
Timo Möls	HC1		58.91	2:10.37	124.095
Julia Faber	DC1		1:05.95	2:23.40 pr	137.650
Eline Bakker	DC1		1:08.32	2:22.20	139.420
Arnout Schekkerman	HC1		1:11.62	2:35.21	149.225

		300m	500m	1500m	punten
Meike Hoogeboom	DA2	31.99	51.89	2:46.68	160.766
Maarten Elsenaar	HA1		45.70	2:35.73	97.610

			500m	3000m	punten
Fred Louter	H45		44.40	4:40.76	91.193

Marathonuitslagen

Marathon competitie

Alkmaar

	Datum	Cat	Ronden	Plaats
Jos van Andel	18-12-2009	C2	35	1 ^e
Kees Braas	18-12-2009	M2	35	18 ^e
Hans van Andel	18-12-2009	M3	30	14 ^e
Jos van Andel	08-01-2010	C2	25	5 ^e

C-Selectie Alkmaar

Nicolette van Leijden

Drie jaar geleden, tijdens de afscheidsavond van de STG in Restaurant 't Klimduin, schoof Joop naast me. Joop: Hoe gaat het met je? Ik: (Tja, ik voelde me goed, lekker aan het begin van een heerlijke zomer. Dus mijn antwoord was:) Goed! Nou zeg dat nooit tegen Joop! Het gevolg was dus dat ik gevraagd werd door hem om coördinator van de C-selectie te worden binnen de Technische Commissie van Alkmaar. Ik wilde het absoluut niet alleen doen, want in de hele financiële rompslomp had ik geen zin. Zo zijn uiteindelijk Marieke, die op de zelfde manier was benaderd, en ik, samen coördinator van deze selectie geworden.

De C-selectie bestaat uit de beste C1's en C2's van Alkmaar in een selectie. Het zijn 12 jongens en meisjes van 13, 14 en soms 15 jaar. Het is de selectie voorafgaand aan de baansselectie of het gewest (weer een stapje beter). Als je heel goed bent, en dat zijn er maar enkelen, stroom je snel door naar Jong Oranje (de droom van iedereen).

Mijn ervaring met deze selectie was dat Jonas, mijn zoon van inmiddels 19, er als C2 in gezeten heeft. Ik stond toen aan de andere kant van zo'n groep, wel was ik een keer mee geweest als 'kookmoeder' naar het herfstkamp in Groningen...nu doe ik dat heel anders.

Afgelopen herfst ben ik 8 dagen mee geweest naar Berlijn en na de kerst was ik mee naar Enschede.

We hebben geen kookmoeder mee, maar eten in een heus hotel of in een pizzeria. Heerlijk verzorgt. Ik ga mee om dingen te regelen, om te rijden(busjes), om te troosten en om 'mijn' kinderen beter te leren kennen.

In al die tijd daarnaast regel ik o.a. de vele contacten met sponsors en ouders.

We begonnen het eerste jaar met 30 sponsors die met hun advertentie in het baanboekje komen. Het tweede jaar waren het er al 60. Toen werd het noodzakelijk om het goed te organiseren welk logo ik al binnen had en welk niet en wie er wel of niet betaald had. Het derde jaar hebben we 110 sponsors en is het een verschrikkelijke klus om op tijd alle logo/ advertenties binnen te hebben en alles betaald te krijgen. Ik had nog nooit van mijn leven een factuur gemaakt, maar dat zijn er intussen wel heel veel geworden!

De selecties worden voor een mooi tastbaar deel gesponsord door Victorie Plaza, achter de ijsbaan. Dit fitnesscentrum verzorgt voor onze C-selectie de bodypump- en spinninglessen. Aan de baansselectie geven ze de ruimte om te fitnessen. Helaas zijn ze na de zomervakantie tot 2x toe door brandstichting dicht geweest. Gelukkig doen ze er alles aan om het op te lossen. Het is verschrikkelijk leuk om met een groep mannen en Marieke bezig te zijn met schaatsen op een hele andere manier dan het op de ijzers staan. En dat om zoveel mogelijk C2-jongens en meiden op het NK te krijgen. De C1's hebben meestal een jaar de tijd om daar naar toe te werken.

Victor en Gerard zijn de trainers van onze selectie. Victor kennen we denk ik allemaal wel, misschien voornamelijk doordat hij bij Marieke hoort en dat hij dit krantje maakt! Gerard Wiggemansen is trainer geweest bij de Alkmaarse IJclub. Samen zijn ze een mooi team.

Elke dinsdagavond na het uurtje trainen van club- en ijsfaciliteiten, zijn we aan het vergaderen. Afgelopen weken over de nieuwe ijsfaciliteit normen die aangescherpt zullen gaan worden. Het concept krijgen we van de Gewestelijke Technische Commissie Langebaan en wij bekijken het kritisch. De anderen hebben daar veel meer weet van, ik leer elke week meer.

Ook komen veiligheid, wedstrijden voor de baansselecties, het wel en wee van de selecties en ijsfaciliteiten ter sprake. Alle programma's van wedstrijden lopen we aan het begin van het seizoen door, dit steeds vergelijkend met het landelijke wedstrijd rooster en het regio-rooster. En nog veel meer! Kijk eens op de website van de baancommissie: www.bcalkmaar.org.

Voorgaande jaren hadden we altijd een grote groep van de AIJC en enkele rijders uit andere clubs. Dit jaar zijn het 12 kinderen die alleen van de AIJC komen. *STG Schoorl jeugd....zet 'm op!*

Dit is een stukje achter de schermen van wat er op het ijs gebeurt. Ik hoop dat jullie het leuk vonden om te lezen.

Nicolette van Leijden

Schaatsseizoen 2008-2009

In de Dweilpauze heb ik al enkele malen een bloemlezing gepubliceerd uit de nieuw verschenen jaarlijkse uitgave van "Schaatsseizoen". Een van de redenen daarvan was de vermelding in dat boekwerk van leden en ex-leden van de STG Schoorl. Daarnaast natuurlijk de vele cijfers, in memoriam, de laatste roddels en de bijzondere namen. Helaas is de schaatsseizoen dit jaar behoorlijk ingekort van 450 bladzijden naar 335 bladzijden, waardoor vooral ranglijsten allertijden zijn gereduceerd tot de eerste 100. Hierdoor zijn Jan Berkhout en Marieke Stoop geheel uit het boek verdwenen en komen we in Adelskalenderen dus niemand meer tegen. Op de 10.000 meter alleen ex-lid Jaap Woostenburg op een 86^e plaats met 14.29,71 en op de 1.000 met Ivo Stoop op een 93^e plaats in 1.13,17 (destijds nog goed voor een Nederlands record bij de junioren). Wegens zijn deelname aan het NK voor veteranen ondergetekende op een 8^e plaats. Omdat uit Schaatsseizoen iets wilde uitlichten heb ik een ranglijstje gemaakt van de Nederlandse baanrecords uit de vorige eeuw. Hiervan zijn zeker de eerste 10 nog op vaste schaatsen gereden zijn, en daarbij treffen we op de 8^e plaats ook nog een bekende aan.

Baanrecords uit de vorige eeuw:

1.	11 maart 1984	Marieke Stam	10 km, Alkmaar (De Meent)	17.20,0
2.	16 maart 1984	Ineke Kooiman-Homoet	10 km, Haarlem (Kennemerland)	16.56,8
3.	13 maart 1986	Marga Knoester	10 km, Eindhoven (IJssportcentrum)	18.02,1
4.	12 november 1986	Yvonne van Gennip	5 km, Haarlem (Kennemerland)	7.46,1
5.	24 januari 1987	Hanneke de Vries	3 km, Amsterdam in (Jaap Edenbaan)	4.44,85
6.	19 januari 1991	Marieke Stam	1.000m, Amsterdam (Jaap Edenbaan)	1.26,0
7.	9 maart 1991	Jan van Oosterom	10 km, Geleen (Glanerbrook)	16.28,03
8.	15 maart 1993	Jolanda Grimbergen	10 km, Den Haag (De Uithof)	16.35,02
9.	14 maart 1995	Hanneke de Vries	10 km, Deventer (De Scheg)	16.34.16
10.	22 februari 1996	Martine Oosting	10 km, Assen (De Smelt)	16.30,85
11.	17 februari 1998	Dorian Schoonderwoerd	10 km, Utrecht (Vechtsebanen)	17.15,93
12.	14 november 1999	Andres Landman	5 km, Amsterdam (Jaap Edenbaan)	7.06.43

Hierbij valt wel op dat de 10.000 meter gereden door vrouwen behoorlijk in de meerderheid is, dit komt natuurlijk omdat deze afstand niet zo frequent gereden wordt.

Daarnaast ben ik er zeker van dat Jan Berkhout zo hier en daar, ook in het buitenland, nog wel wat baanrecords zal hebben.

Schaatsseizoen 2008-2009 (37^e jaargang), ISSN: 0922-9582.

Uitgever: Stichting Schaatsseizoen, Fonejacht 6, 9204 KN Drachten, telefoon 0512-545732, e-mail: hedman-bijlsma@planet.nl

Te bestellen door overmaking van € 19,50 op rekening 341405,

t.n.v. Stichting Schaatsseizoen te Drachten en nog zeer zeker de moeite waard.

Cees Stoop

Winterkost

Als ik dit schrijf hebben we hopelijk weer eens echt winter, in december hebben we in ieder geval sinds vele jaren weer eens als voorproefje een echte witte Kerst(ochtend) gehad.

Dat heeft ons schaatsers in ieder geval goede hoop gegeven op een koude en witte voortzetting van deze winter in januari en februari.

Volgens het stukje "De Weerkronieken" in het clubblad van december zou dat inmiddels het geval moeten zijn, maar misschien is het wel anders als deze tekst in het blad verschijnt.

Echte winter, dan zou je eigenlijk iedere dag erwtensoepp, stampot of hutspot moeten eten, gelukkig is er bij de stampotten een grote keuze: stampot van boerenkool, zuurkool, bloemkool, bieten en diverse soorten bonen.

Deze keer dan maar een bijzonder stampot:

Spinaziestampot met paprika en roomkaas.

Wat is hiervoor nodig:

3 pond kruimige aardappels, 1 flinke ui, 1 rode paprika, ongeveer een pond bladspinazie (uit de diepvries), 125 gram magere spekblokjes, 2 rookworsten, 1 pakje roomkaas, verse peper en zout.

Hoe maken we er een overheerlijke stampot van:

- Schil de aardappels, snij ze in stukken en kook ze met wat zout in ongeveer twintig minuten gaar;
- Ontdooi de spinazie, pel en snipper de ui en snij de paprika in blokjes;
- Verwarm de spinazie en de rookworsten;
- Bak de spekblokjes uit en voeg de gesnipperde ui en de blokjes paprika toe en bak dit nog ongeveer 4 minuten mee;
- Giet de aardappels af en stamp ze fijn en voeg daarna de ontbijtspek, ui, paprika, spinazie, roomkaas en verse peper naar smaak toe en meng alles door elkaar tot een smeuijge puree.

Serveer bij iedere portie een flink stuk rookworst en smul van deze heerlijke hap.

Eet smakelijk en kijk uit voor de scheuren in het natuurijs,

Cees Stoop

Deelnemers aan Nederlandse Kampioenschappen

Breda, Kunstijsbaan Breda

Nederlands Kampioenschap Masters, 14 januari 2010 en 15 januari 2010

	Cat	500m	1500m	1000m	Punten	
Anja Tillema	D55	58.68	2.59,05	1.57,69	177.208	5e in eindklassement

	Cat	500m	3000m	1500m	Punten	
Cees Stoop	H60	47.64	5.15,34	2.28,84	149.810	8e in eindklassement

Eindhoven, IJstadion Gennep Parken

Nederlands Studenten Kampioenschap, 12-01-2010

	Cat	500m	500m	1000m	Punten
Meike Hoogeboom	DA2	50.39	50.01	NF val	100.400

J e u G D P A g I n A

Kalender 2009-2010

Februari 2010

- 5 feb Tim Duivenvoorden jarig
- 13 feb wedstrijd voor schoolschaatsers 18u45 – 20u45
- 28 feb Kevin Kager jarig
- 28 feb Volharding Bokaal 16u30 – 21u00

Maart 2010

- 2 mrt Maarten Elsenaar jarig
- 6 mrt clubwedstrijd 18u45 – 23u15
- 16 mrt Chayenne Kager jarig
- 26 mrt Julia Faber jarig
- 14 mrt ijsbaan dicht

Volharding Bokaal

De Volharding Bokaal is een wedstrijd voor alle clubs die trainen en wedstrijden rijden op ijsbaan De Meent. Dus ook voor ons, de STG Schoorl. In iedere categorie mag er 1 schaatser starten die voor zijn/haar club zoveel mogelijk punten probeert binnen te halen. Helaas kunnen dus niet alle leden rijden. Diegene die wel rijden kunnen alle steun gebruiken, kom dus ook als je niet hoeft te rijden en moedig je clubgenoten aan! De Volharding Bokaal wordt verreden op zondag 28 februari, van 16u30 – 21u00, entree is gratis.

Training en wedstrijd voor schoolschaatsers

Voor de kinderen van het schoolschaatsen die de overstap willen gaan maken naar de Schaats Trainings Groep Schoorl, of daar nog over nadenken, kunnen meedoen met een wedstrijd en/of twee trainingen van de STG Schoorl.

De wedstrijd vindt plaats op zaterdag 13 februari, van 18u45 – 20u45. En op de maandagen 1 en 8 maart tussen 17u15 – 18u30 zijn de pupillentrainingen waar de kinderen aan mee mogen doen. Opgave hiervoor kan bij Jan Nagelhout (leider van groep 1 van het schoolschaatsen) of Sonja Elsenaar (organisatie schoolschaatsen).

Verslag schaatsweekend

Eindelijk was het zover, vrijdag 27 november 2009. We vertrokken met een hele club, verdeeld over vier busjes, naar Eindhoven. Wij zaten in het busje van Jan, waar we alleen in mochten als we pepernoten bij ons hadden. Eenmaal aangekomen in Eindhoven, renden we naar boven om de beste kamers te pakken. Het was een

mooie boerderij met een grote woonkamer. Toen iedereen zijn plekje had gevonden, werden we naar beneden geroepen. De leiding legde uit wat we ongeveer gingen doen in dit weekend en daarna lieten ze ons onze gang gaan.

Het werd een korte nacht, we moesten al om zes uur op. Om zeven uur sprongen we weer in de busjes, zodat we om half acht op het ijs stonden. We werden in groepjes verdeeld en kregen anderhalf uur training. Om ongeveer half tien waren we weer terug op de boerderij, waar een heerlijk ontbijt op ons stond te wachten. Na het ontbijt was het tijd voor het huiswerk (helaas). 's Middags hebben we nog een keer getraind op de ijsbaan.

Daarna hadden we weer tijd voor onszelf om te douchen en om leuke spelletjes te spelen. We gingen ook nog een film kijken. Daarna gingen we eten, we aten pasta. Daarna gingen een paar de afwas doen en de rest had nog wat tijd voor zichzelf.

Maar er gebeurde opeens iets raars Jonas verdween. We gingen snel met de 4 busjes op zoek naar Jonas ondertussen kregen we allemaal aanwijzingen. Later toen we Jonas hadden gevonden moesten we opschrijven wat we dachten, wat er met Jonas was gebeurd. Nadat iedereen het had opgeschreven, ging Jonas kijken welk verhaal er het meest op leek. Het groepje met het beste verhaal kreeg de meeste pepernoten die Jonas bij zich had. Daarna gingen we de film nog afkijken waar we al mee bezig waren. Bijna iedereen was daarna echt wel moe, omdat wie die nacht ervoor zo kort hadden geslapen.

De volgende ochtend werden we weer om 6uur wakker gemaakt. We gingen snel eten en we gingen weer met de busjes naar de ijsbaan. Daar kregen we weer anderhalf uur training en toen we terug kwamen stond er weer een heerlijk ontbijt op ons te wachten klaargemaakt door Cees. Na het heerlijke ontbijt, gingen de meeste hun spullen in pakken en maakten we het huis schoon. Toen alles schoon was maakten we nog een leuke foto van de hele groep, daarna gingen we naar het zwembad. Daar was het heel gezellig, het was een mooi zwembad met veel glijbanen. Na het zwemmen gingen we terug naar de busjes en gingen op weg naar de oorsprong. De terugreis verliep snel, en we kwamen op tijd bij de oorsprong aan. Daar werden we door alle vaders en moeders opgewacht! Het was een leuk en gezellig weekend!!

Eline en Julia

Keep on Running

Tijdens de kerstdagen las ik in het clubblad het verslag met uitslag van de Zevenheuvelenloop (waarvan ik inmiddels ook de foto's op de site van de STG bekeken heb) en van de Midwinterloop en diezelfde dagen ook een artikel over "Keep on Running", waar ik toen wel wat meer over wilde weten, daar wij een behoorlijk aantal "runnende" leden hebben: 16 leden deden er mee aan de Zevenheuvelenloop bij Nijmegen en 19 leden aan de Midwinterloop te Egmond-Binnen.

Keep on Running is een online loopmagazine te vinden onder: www.keep-on-running.nl

Op deze site staat onder andere alles over de loopkalender, de loopuitrusting, loopvoer en verzorging vóór, tijdens en na het lopen voor (langeafstand)lopers, een must voor alle lopers. Voorts geeft Keep on Running jaarlijks een dag(scheur)kalender uit, met daarop weer allerlei adviezen, wetenswaardigheden en bijzonder lopen, heel interessant. Op de kalender van het afgelopen jaar vond ik een (hardloop)gedicht van wijlen Jan Knippenberg, een van grootste langeafstandlopers die ons land ooit gekend heeft, pionier van de ultraloop.

Lopend op de heuvels

Lopend op de heuvels
Soms in zand en zon en wind
Als metgezel mijn adem
Voel ik me als een kind
Onwetend, vrij en onvermoeid
Dromend, rennend
Zijn kilometers slechts een vrolijk spel
Zo ver mijn voeten dragen
Loop ik op de vlakke weg
Dun gekleed
In weer en wind
De wolken na
Mijn benen moe.



Misschien is Keep on Running bij de meeste lopers wel bekend, maar ik wilde het diegenen die er nog niet van gehoord hebben niet onthouden.

Loop ze,
Cees Stoop

Wedstrijd uitslag

Heerenveen, IJstadion Thialf

Recordwedstrijden, 2 december 2009:

		100m	300m	500m	punten
Mirthe Bos	DPB	14,46 pr	39.41 pr	1:09.28	123.150
Chayenne Kager	DPB	14.50 pr	38.00 pr	1:10,82	123.320

		300m	500m	1000m	punten
Jeske Hoogeboom	DC1	33.41	52.82	1:46,46 pr	139.460

		300m	500m	1500m	punten
Kevin Kager	DC2	29.97 pr	46.80 pr	2:26,85	125.720
Maarten Elsenaar	HA1			2.23,55	47.850

		300m	500m	3000m	punten
Cees Stoop	HME	30,51	47.46	5.00,71	128.088
Peter Admiraal	HMD	31.38 pr	48.75	5.13,41 pr	132.365
Meike Hoogeboom	DA2	30.94	50.20	5.40,50 pr	194.640
Bernadette Ramaker	DB2		43.97 pr	5.06,04 pr	94.977
Fred Louter	HMB			4.26,75 pt	44.458

De hel van '63

Bij het uitkomen van de film "De hel van '63" gingen mijn gedachten weer terug naar maandag 21 januari 1963. Het was 3 dagen nadat Reinier Paping de legendarische 12^e elfstedentocht had gewonnen onder zeer erbarmelijke weersomstandigheden. De winter van 1963 is tot nu toe de strengste van de 20^e eeuw.

Ik woonde toen met mijn ouders, 4 broers en 5 zussen in de boerderij met rieten dak de Haardstede genaamd aan de Onderweg 14 in Schoorl. (thans bewoond door de fam. van Meer). Mijn vader boerde daar samen met zijn broer Klaas.

Voor ons ome Klaas. Het was die dag bitter koud en het vroom -18 graden met een zeer gure en harde oostenwind.

's Ochtends roken we een brandlucht in huis, maar toen was nog niet te traceren waar de brandhaard was. We zagen nergens vuur, maar gaande de ochtend ontstond er toch meer en meer rook in de boerderij. Het vermoeden ontstond dat er onderin de hooiberg een begin van brand was ontstaan. Dit was niet ondenkbeeldig daar onze kachel (Godin) op volle toeren moest branden om het een beetje warm te houden in de kamer. De boerderij was niet geïsoleerd en de zeer harde stormachtige koude oostenwind kwam zo van over het land naar de boerderij. Wij stookten cokes en eierkolen waardoor de kachel oververhit dreigde te raken. Precies achter de woonkamer bevindt zich de hooiberg die van de woonkamer werd gescheiden door een enkelsteens muur waarin eveneens de schoorsteen was gemetseld.

Mijn vader belde de brandweer die snel ter plaatse was. Samen met de brandweercommandant de heer Klinkenberg werd onderzoek gedaan. Hooibroei werd uitgesloten daar dit anders al eerder zou zijn ontstaan. Toch moest het ergens onderin de hooiberg branden. Om bij de vuurhaard te kunnen komen moesten we van bovenaf in de hooiberg een gat van 2,5 bij 2,5 meter maken. Dit was een enorm werk daar het steeds meer en meer ging roken. Samen met mijn vader, ome Klaas, mijn oudste broer Arie en niet te vergeten onze buurjongen Gerrit Delis Jz. en ondergetekende hebben we vele uren werk gehad om een gat tot op de bodem van de hooiberg te maken. Ik zie Gerrit nog voor me die met een tomeloze en onvermoeibare inzet heel veel werk heeft verzet. Maar ook mij broer en ikzelf lieten ons uiteraard niet onbetuigd. We kwamen steeds dichterbij de brandhaard en ieder moment kon de "vlam" er inslaan met alle mogelijke fatale gevolgen van dien.

In onze boerderij stonden 22 koeien en een paard op stal. Mijn vader en zijn broer stonden voor het grote dilemma of de koeien en het paard van stal gehaald moesten worden of niet.

Het vee van de warme stal in de strenge vrieskou brengen zou ongetwijfeld ziekte met zich mee gaan brengen. Hierbij kwam nog als extra handicap dat het weiland achter onze boerderij met een dikke laag sneeuw was bedekt. De koeien zouden hun poten kunnen breken en het paard zijn benen daar hij niet op scherp liep. Van de andere kant indien de boerderij wel in de brand zou raken, zou het waarschijnlijk niet lukken om alle dieren tijdig in veiligheid te brengen.

De brandweercommandant wilde zo lang mogelijk wachten met het blussen middels de slangen van de brandweer. Ik hoor het hem nog zeggen: "Als we beginnen met het spuiten, dan moeten we doorgaan anders bevriezen de slangen gelijk ". De brandweer probeerde eerst water te krijgen vanuit de Watering. (sloot die langs de Onderweg loopt) Men moest daarvoor een wak in het ijs hakken. Maar door de vorst stond er niet of nauwelijks water in. Ik kan me niet meer herinneren waar ze toen eventueel later water hadden kunnen krijgen. Ook de door mij geraadpleegde oud brandweercommandant, de heer D. Blom wist dit niet meer.

Het hooi dat we omhoog werkten werd zwarter en zwarter. Op het laatst waren we op de bodem van de hooiberg. We zagen dat er een aantal vloerbalken een klein stukje in de hooiberg staken en waren gaan smeulen / branden, doordat de kachel en schoorsteen oververhit waren geraakt. Met behulp van een tuinslang konden we het vuur gelukkig vrij eenvoudig blussen. De brandweer hoefde niet in actie te komen. Het gevaar was geweken. Wat een enorme opluchting en dankbaarheid omtrent de goede afloop van deze spannende dag die zoveel erger had kunnen aflopen. Wat zullen mijn ouders en ome Klaas een angstige en emotionele dag hebben gehad, met constant de vraag of de boerderij en het vee behouden zou blijven of niet. Maar ook voor mijn broers, zussen en mijzelf is het een dag geworden die wij nooit zullen vergeten.

In latere jaren spraken mijn ouders en oom nooit meer over deze angstige en spannende dag. Ik vermoed dat zij er gewoon niet meer over wilden praten daar het voor hen weer teveel emoties en spanningen zou oproepen.

Bovenstaande angstige gebeurtenis in mijn leven is mijn herinnering aan "De hel van '63", nu 47 jaar geleden ik was toen 16 jaar.

Jan Bijl

Uitslagen her en der

Heerenveen, IJstadion Thialf

Baancommissiewedstrijd, 15-11-2009

	Cat	500 m	1500 m	Punten
Anja Tillema	DMD	57.28	2.53.36	115.067

Alkmaar, IJstadion De Meent

Pupillentoernooi AYC, 12-12-2009

	Cat	300 m	500 m	Punten
Eva Kaandorp	DPC	42.39 pr	1.10.71 pr	141.360
Floris de Vries	HPD	43.05 pr	1.11.84 pr	143.590

	Cat	500 m	700 m	Punten
Chayenne Kager	DPB	1.02.63 pr	1.29.29 pr	126.409
Arne Admiraal	HPB	1.05.94 pr	1.37.27 pr	135.419
Mirte Bos	DPB	1.06.75 pr	1.36.56 pr	135.721
Daniël Ernste	HPB	1.08.55 pr	1.37.01 pr	137.843

Heerenveen, IJstadion Thialf

Mastercircuit, 16-12-2009

	Cat	500 m	1500 m	Punten
Fred Louter	HMB	43.85	2.07.76	86.437
Bernadette Ramaker	DB2	44.00	2.20.45 pr	90.817

Tijdens deze wedstrijden is er een clubrecord verbeterd door Bernadette Ramaker op de 1500 meter.

Alkmaar, IJstadion De Meent

Baancommissiewedstrijd, 03-01-2010

	Cat	500 m	1500 m	Punten
Bernadette Ramaker	DB	2.46.22	2.29.69	96.117

Heerenveen, IJstadion Thialf

Mastercircuit, 05-01-2010

	Cat	500 m	1500 m	Punten
Fred Louter	HMB	43.83	2.07.27	86.253

Heerenveen, IJstadion Thialf

Mastercircuit, 15-01-2010

	Cat	500 m	1000 m	Punten
Fred Louter	HMB	43.45	1.25.27	86.085

Heerenveen, IJstadion Thialf

Studenten recordwedstrijd, 12-01-2010

	Cat	500 m	1500 m	Punten
Meike Hoogeboom	DA2	49.31 pr	2.39.32 pr	102.417

Eindhoven, IJstadion Genneper Parken

Nederlands Studenten Kampioenschap, 12-01-2010

	Cat	500 m	500 m	1000 m	Punten
Meike Hoogeboom	DA2	50.39	50.01	NF/ val	100.400

Uitslag superkorte baan Schoorlse IJsclub/STG Schoorl 14 januari 2010

Meisjes tot 10 jaar

1. Laura Duivenvoorden
2. Zita den Das
- 3-5. Myrthe van Dok - Selma Cassee - Heleen Bos
- 6-8. Lexy den Das - Mattie Cassee - Stefanie Bredewoud

Jongens tot 10 jaar

1. Daan Brouwer
2. Ian Pouwer
- 3-4. Stef van Leeuwen - Vincent Bregman

Meisjes 11 tot 13 jaar

1. Julia Faber
2. Eva Kaandorp
- 3-6. Dayhana Bijl - Chayenne Kager - Eline Bakker - Mirte Bos

Jongens 11 tot 13 jaar

1. Daniël Ernste
2. David Gerritsen
- 3-4. Wouter Gerritsen - Arne Admiraal
- 5-6. Sjoerd Befort - Sied Vrasdonk

Meisjes 14/15 jaar

1. Jeske Hoogeboom
2. Tiana Bijl

Jongens 14/15 jaar

1. Kevin Kager
2. Jurjen Faber

Dames

1. Meike Hoogeboom
2. Hermieke Veldman
- 3-4. Maddie Pauptit - Immy Verduin

Heren

1. Bas Elsenaar
2. Jonas Konijnenberg
- 3-4. Jan Nagelhout - Maikel Middelburg

Heren veteranen

1. Erik Kaandorp
2. Gerjo Elsenaar

“Kant”tekening

"Kant"tekeningen zijn op- en aanmerkingen vanaf de zijkant door mij als coach opgetekend. Daar het uiteraard niet mogelijk is om alle schaatsers van Schoorl te volgen tijdens een wedstrijd (ik sta er gelukkig niet alleen), beperkt de aandacht zich meestal tot die pupillen die ook de training van mij volgen.

Alweer een paar weken verder, het seizoen begint te vorderen. De tweede wedstrijd Heerenveen staat voor de deur met al zijn verwachtingen op goede tijden. Een aantal heeft zelfs een dubbel programma daar want de dag erop is er een interclub wedstrijd van de IJsster waar we een uitnodiging voor hebben ontvangen.

Ondertussen de vierde en vijfde clubwedstrijd verreden en de interclubwedstrijd van de AYC op zaterdag 23 januari. Natuurlijk mag ik niet vergeten dat er ook een super korte baan wedstrijd is geweest op onze Schoorlse baan, waar ik helaas niet getuige van mocht zijn, maar waar ik alleen maar goede verhalen over heb gehoord. De dag daarvoor is er weer eens getraind op Schoorl en dat was ook al een lange tijd niet gebeurd. Het ijs was niet super maar er is fantastisch op bochten geoefend en uiteraard op het starten. Zo'n vorstperiode maakt mensen toch extra enthousiast voor het schaatsen en naar verluid hebben zich dan ook enkele nieuwe leden aangemeld en dat is een prima zaak.

Nu ik dit neer tik hebben we net twee dagen flinke kou gehad en de temperatuur zit nu boven nul en blijft dit de komende dagen ook wel. De ijsbaan was gister weer open en waarschijnlijk vanmiddag ook, wat een weelde zoveel ijsdagen in 1 winter. Natuurlijk blijft het trainen op de Meent doorgaan, omdat daar in ieder geval goed ijs ligt zeker indien het vriest. De afgelopen weken

kwam het regelmatig voor dat de thermometer op het middenterrein -6 graden aangaf; dat is koud! Verbazend is het dat veel schaatsers en schaatssters onvoldoende gekleed of voorbereid het ijs op stappen en dan klagen over de kou. Hallo schaatsen is een wintersport, voor als het vriest dus! Extra warmlopen en extra onderkleding aan; hoezen over de schaatsen en een shawl voor de mond; en vooral muts op. In de oudheid, ongeveer toen ik jong was, had men enkel ijs indien het zo hard vroom. En de toppers gingen bij Hollandse kwakkel winters naar Noorwegen om daar weken lang te trainen bij -15. De Hel van 63 al gezien?

Sommige mensen begrijpen het wel. Als het koud is moet je wat warmes aanhouden; ook tijdens een wedstrijd. Het is dan wel de bedoeling dat alles vast zit zodat niet na een start nog broekspijpen dicht geritst moeten worden. Ik heb op televisie, ik dacht in 1988 bij de Olympische Spelen in Calgary, wel eens een Russische rijder zijn veters zien vastknopen tijdens een race, maar dat was een 10 km. Op een 1000 m. is er geen tijd voor dit soort fratsen. We zullen het maar op overconcentratie van Peter houden dat dit voor de tweede keer aan de orde is geweest.

De wedstrijden zelf hebben weinig supertijden opgeleverd; natuurlijk zijn er genoeg PR's gereden om de Progressie Bokaal lijst te vullen maar over het

algemeen hadden we te maken met te koud weer, te hoge luchtdruk en verkeerde wind; kortom zwaar ijs zeker voor de langere afstanden.

De interclub wedstrijd van de AYC had twee kanten. Aan de ene kant prima optredens van Bernadette (twee keer eerste in de B categorie) en Mats (tweede en derde bij de heren A) en te verwachte plaatsen van Jeske, Meike en Kevin. Aan de andere kant teleurstelling door

het weg blijven van Wouter, twee keer een val van Doris en een blessure van Jonas waardoor we op 6 van de 16 afstanden geen score hadden. Dit mag niet gebeuren bij de Volharding Bokaal want dan kunnen we het podium wel vergeten.

Joop van Dok

De Progressiebokaal

De afgelopen wedstrijd heeft voor een aantal pupillen en junioren ondanks de mindere omstandigheden toch een hoeveelheid aan PR's opgeleverd. De lijst is uitgebreid tot 30 namen en hopelijk komen er nog wat bij. De 30 % is nog niet gehaald, maar Julia zit er dicht tegen aan en met Heerenveen in vooruitzicht moet dat lukken gezien haar progressie op de 1000 m. Een leuk sprongetje in het klassement, waar de top drie ongewijzigd bleef, maakte Tessa. Door knappe verbeteringen op alle drie de afstanden is zij naar plaats 4 geklommen. Ook broer Tim gaat steeds met stapjes vooruit; pakt veel progressie op de 700 m. maar die staat helaas niet in het rijtje voor de Bokaal. Misschien volgend seizoen eens over nadenken. Ondertussen heeft hij wel de leiding voor het clubkampioenschap bij de oudste pupillen jongens in handen net als Laura die leiding heeft bij de jongste pupillen meisjes. Julia dus nog steeds op 1 en ik zie geen aanleiding waarom dit zal veranderen; ze heeft een flinke voorsprong op de nummer twee en de rest zit daar vlak achter. Maar de tweede plaats levert niets op behalve indien de 30 % wordt gehaald en daar sterven we de komende weken naar.

Joop van Dok

Stand Progressiebokaal

	naam	cat.	100m	300m	500m	1000m	1500m	3000m	gem
1	Julia Faber	DC1	31,31	34,40	32,14	18,72			29,14
2	Kevin Kager	HC2	23,51	35,51	17,43	0,00	37,51		22,79
3	Myrthe van Dok	DPF	23,19	18,42	20,98				20,86
4	Tessa Duivenvoorden	DPE	19,88	22,47	7,51				16,62
5	Mirte Bos	DPB	17,61	19,36	12,18				16,38
6	Chayenne Kager	DPB	7,98	16,14	23,13				15,75
7	Wouter Voorberg	HB2	0,00	0,00	34,90	16,25			12,79
8	Floris de Vries	HPD	26,59	0,10	11,07				12,59
9	Nena Wassenaar	DPC	6,26	13,62	16,93				12,27
10	Karin Kramer	DPC	11,07	18,84	6,04				11,98
11	Laura Duivenvoorden	DPD	8,96	15,71	10,20				11,62
12	Jeske Hoogeboom	DC1	0,00	18,29	6,60	9,97	14,63		9,90
13	Majsa Storbeck	DPA	10,13	13,17	3,61				8,97
14	Doris Konijnenberg	DC2	10,93	21,45	0,00	0,00			8,10
15	Timo Möls	HC1	0,00	16,43	13,95	0,00			7,60
16	Eva Kaandorp	DPC	0,00	14,64	5,37				6,67
17	Tim Duivenvoorden	HPB	19,38	0,00	12,93				6,46
18	Bonnie Berkeveld	DPA	0,00	15,58	3,58				6,39
19	Daniël Ernste	HPB	6,88	5,80	6,09				6,26
20	Arnout Schekkerman	HC1	0,36	13,33	3,88				5,86
21	Meike Hoogeboom	DA2	0,00	0,00	4,76	0,00	10,14	18,53	5,57
22	Maarten Elsenaar	HA1	1,22	4,32	9,10	0,00	11,56		5,24
23	Jasper Baan	HSA			14,89				4,96
24	Peter Admiraal	H55	11,25	5,24	0,00	0,00	6,00	5,34	4,64
25	Roxy Beck	DPD	0,00	1,45	9,35				3,60
26	Eline Bakker	DC1	0,00	2,52	7,57				3,36
27	Iris Kater	DPA	0,00	0,00	9,76				3,25
28	Bernadette Ramaker	DB2			2,40	0,00	0,00	6,29	2,17
29	Arne Admiraal	HPB	0,00	0,00	6,18				0,00
30	Fred Louter	H45			0,00	0,00	0,00	2,27	0,00