



Nieuwsbrief AKU - maart 2019

Agenda

1 - 3 maart	EK indoor in Glasgow met Bram Anderiessen
15 maart	Discozwemmen jeugd AKU
16 maart	Finalecross in Warmenhuizen met 20 jonge AKU-atleten
18 maart	Algemene Leden Vergadering
7 april	Uithoorns Mooiste de Wandeling
18 mei	2e wedstrijd pupillencompetitie bij AKU
22 juni	3e wedstrijd CD/juniorencompetitie bij AKU

Belangrijke prestaties

Bram Anderiessen, oud-AKU atleet, leverde tijdens de NK indoor in Apeldoorn een geweldige prestatie door als 1e jaars Senior de limiet te lopen op de 3000 meter voor deelname aan de EK indoor in Glasgow.

Algemene Leden Vergadering

Maandag 18 maart vindt de jaarlijkse algemene ledenvergadering plaats in het clubhuis van AKU. De uitnodiging en de agenda van deze vergadering met de verslagen van alle commissies van AKU zijn op de website van AKU te vinden, www.aku-uithoorn.nl, in de Agenda.

Marathon Amsterdam

In oktober was een team van AKU-vrijwilligers weer actief tijdens de marathon van Amsterdam. Meer dan 40 vrijwilligers hadden zich bij Jos Lakerveld aangemeld om een drankpost langs het parcours te bemensen. Onder leiding van Jos werden de taken goed verdeeld en zorgde de groep ervoor dat alle lopers, meer dan 20.000 op de hele en halve marathon, voldoende water kregen om hun lange tocht voort te zetten.

Uithoorns Mooiste de Loop

De 35e editie van de loop heeft de organisatie wel voor spannende momenten gezorgd. Dinsdag voor de loop viel er een aardig pak sneeuw en ondanks de aangekondigde stijging van temperatuur bleef het lang onzeker of het hele parcours wel sneeuwvrij zou zijn. Daarom werd besloten om op donderdag en vrijdag kleine delen van het parcours en het start/finishplein sneeuwvrij te maken. Uiteindelijk bleek dat achteraf door de regen op vrijdag niet nodig te zijn geweest. Het parcours was schoon maar de regen die de hele zondag viel zorgde er vrijwel zeker voor dat het aantal deelnemers lager was dan andere jaren. De lopers ondervonden er geen hinder van, maar voor alle vrijwilligers op het parcours en bij de start/finish was het behoorlijk afzien. Chapeau voor deze deze groep die steeds weer voor de vereniging klaarstaat.

Voor de loterij ter viering van de 35e editie hadden onze relaties gezorgd voor fraaie prijzen. Diverse leden van AKU waren hiervoor bij de lokale bedrijven langs geweest en dat was te zien aan de verscheidenheid van beschikbare prijzen. Hierdoor was er nog een zonnetje naast de vele regen. Dank aan de bedrijven en de actieve leden!

Uitbreiding clubhuis

Na een lange periode van plannen maken, uitwerken en weer aanpassen heeft het bestuur een keuze gemaakt die tegemoet komt aan de wens om de kantine uit te breiden, 2 extra toiletten te realiseren en te zorgen voor extra opslagruimte. Tijdens de ledenvergadering op 18 maart zullen de plannen aan de leden worden gepresenteerd en zal een definitief besluit worden genomen waarna de vergunningsprocedure kan starten.

Ophalen bevrijdingsvuur

Op 4 en 5 mei gaat AKU met een grote groep lopers weer het bevrijdingsvuur ophalen uit Wageningen. Het enthousiasme bij de deelnemers van de laatste 2 jaar is weer erg groot en we verwachten dat we dit jaar met een groep van meer dan 20 lopers en 2 fietsers als begeleiders aan de start verschijnen. Wil Voorn coördineert de inschrijvingen en samenstelling van de groepen en zorgt ervoor dat iedereen goed geïnformeerd wordt over de loop. Als je interesse hebt om als loper mee te doen, kun je je bij haar melden.

Voorafgaand aan het inhalen van de groep die het vuur ophaalt, kan er vanaf het gemeentehuis een wandeling worden gemaakt rond het Zijdelmeer en verwelkomen de wandelaars en andere belangstellenden de lopers rond 10.00u. bij het gemeentehuis en wordt het vuur door de burgemeester ontstoken.

Uithoorns Mooiste de Wandeling

Kom ook wandelen met
AKU Wandelcentrum
Bezoek onze website www.aku-uithoorn.nl
voor informatie over wandelen met AKU

Uithoorns Mooiste
de Wandeling

Zondag
7 april 2019

Wandelingen over 5 kilometer,
10 kilometer, 16 kilometer,
(10 Engelse Mijlen) en nu ook
25 kilometer

www.aku-uithoorn.nl

De wandelafdeling van AKU organiseert op 7 april voor de 2e keer Uithoorns Mooiste-de wandeling. Naast de afstanden die ook tijdens de loop in januari gelopen kunnen worden, 5, 10 km en 10 Engelse mijlen en dit jaar ook een extra lange afstand van 25 kilometer. Ook het parcours van 25 kilometer valt volledig binnen de gemeentegrenzen van Uithoorn/de Kwakel. Startpunt is het clubhuis van AKU.

Kijk voor meer informatie bij menupunt Wandelen/wedstrijden op de website van AKU.

Gezonde sportkantine



Veel sportverenigingen hebben zich voorgenomen om onder de noemer de 'Gezonde Sportkantine' aan bezoekers van de kantine meer gezondere keuzes m.b.t. eten en drinken aan te bieden. AKU heeft ook besloten om aan dit project mee te doen. Dat betekent niet dat we alleen maar gezonde producten gaan verkopen bij wedstrijden, maar wel dat we meer gezonde producten gaan aanbieden en gezonde producten meer zichtbaar maken. Dat betekent b.v. dat we volkoren tosties gaan verkopen, haver-mout- en mueslirepen, ontbijtkoek, lichtdrankjes, etc. en water uit een watertank gaan aanbieden.

Clinic statushouders

Een paar weken geleden zijn trainers van de lopersgroep op zaterdagmorgen begonnen met het geven van

een loopclinic aan statushouders. In samenwerking met de stichting Vluchtelingenhulp Uithoorn en Samen aan de Amstel trainen een aantal vluchtelingen op onze atletiekbaan. Het doel van de clinic is het bevorderen van de integratie van vluchtelingen en een actievere deelname aan de samenleving.

200 jaar Uithoorn

In oktober is het 200 jaar geleden dat Uithoorn/de Kwakel officieel een gemeente binnen de provincie Noord-Holland werd. Vanaf oktober zal de gemeente een jaar lang in het teken staan van dit jubileum. Dit zal gebeuren met een breed scala aan activiteiten. Verenigingen, instellingen en inwoners van de gemeente zullen daar direct bij betrokken worden. Er heeft inmiddels een eerste brainstormsessie plaatsgevonden waarbij AKU ook was vertegenwoordigd en daar zijn heel veel leuke ideeën naar voren gekomen. De komende tijd zullen een aantal van deze ideeën worden uitgewerkt. AKU zal een actieve rol spelen in het bedenken en uitwerken van initiatieven. Eind maart zal de eerste filtering en planning van activiteiten en ideeën plaatsvinden.

Bestuur Atletiek Klub Uithoorn

Wim Verlaan,
Voorzitter

