



## Nieuwsbrief AKU - december 2020

### Agenda

- 27 november : 1e cross bij AKU voor de jeugd  
18 december : 2e cross bij AKU voor de jeugd  
20 december : 1/2 Marathon voor leden en bekenden van AKU  
23 januari t/m 7 februari : *virtuele* Uithoorns Mooiste de Loop en Uithoorns Mooiste de Wandeling

### Tweede Coronagolf

De tweede Coronagolf heeft veel impact op ons persoonlijke leven, extra omdat we tijdens de zomer weer van meer vrijheden mochten genieten en dachten dat het virus was bedwongen.

Niets is minder waar: velen worden opnieuw fysiek en mentaal getroffen door de ziekte daarnaast zijn er sociaal veel beperkingen, en voor sommigen ook financieel.

Wel of niet sporten zoals je gewend bent mag dan niet onze grootste zorg zijn, maar het blijft jammer dat trainingsmogelijkheden minder zijn en dat er geen loopevenementen en -wedstrijden worden georganiseerd. Maar AKU zou AKU niet zijn als er op creatieve manier niet naar mogelijkheden is gezocht om je trainingsprogramma te blijven volgen of zelfs alternatieve wedstrijden te organiseren.

De jeugd van AKU traint volop van maandag tot en met vrijdag en er wordt zelfs 2x op en rond onze baan een cross georganiseerd in november en december. Onze Specials trainen op dinsdagavond op de baan en soms op andere momenten en plaatsen met de geweldige ondersteuning van trainers en vrijwilligers.

De AKU Wandelafdeling blijft actief op woensdag en vrijdag wandelen, met tweetallen op gepaste afstand, de lopers van de lopersgroep lopen individueel op de baan of vanuit huis met een trainingsprogramma en na de AKU Marathon van oktober wordt er in december ook de 1/2 Marathon voor leden en bekenden van AKU georganiseerd.



### De Zilveren Schakel 2020

Het bestuur van AKU heeft **Henk de Vries** voorgedragen voor de verkiezing van de Zilveren Schakel, waarbij inwoners van de gemeente hun favoriete vrijwilliger kunnen aanwijzen via een stemming.

Henk is al bijna vanaf de oprichting van AKU trainer van de **woensdagavond trimgroep** en vanaf de opstart de grote animator van de **AKU Wandel afdeling**.

Henk is door de voorselectie gekomen en is nu een van de kandidaten voor de Zilveren Schakel. We vragen hierbij alle leden van AKU, familie en vrienden, als je je waardering wil uitspreken voor alle jaren waarin Henk vrijwilliger is voor AKU je stem uit te brengen op Henk.

Deze week lees je meer over de Zilveren Schakel 2020 in de Nieuwe Meerbode en je kunt nu je stem al uitbrengen via [www.uthoorndenktmee.nl](http://www.uthoorndenktmee.nl) (kijk ook bij **Nieuws** op onze **AKU website** voor de directe link).

### **Uitbreiding clubgebouw 't Klokhuis**

De laatste maand heeft de uitbreiding van ons clubhuis een flinke sprong gemaakt. De uitbreiding van de kantine is op enkele details na helemaal voltooid en we zijn heel trots op het resultaat.

Het is natuurlijk wel jammer dat de ruimte door corona nu vrijwel niet naar zijn nieuwe mogelijkheden worden benut. De tweede ruimte voor de opslag, werkplaats en krachtruimte begint nu ook steeds zichtbaarder te worden, het metselwerk is klaar en de pannen liggen op het dak.

Er moet nog wel behoorlijk wat werk verzet worden maar we krijgen straks heel veel ruimte voor opslag, werkplaats, krachttraining, vergaderen, etc.



### **virtuele Uithoorns Mooiste de Loop en Uithoorns Mooiste de Wandeling**

Uithoorns Mooiste zal dit jaar zowel voor hardlopers en wandelaars, *weliswaar virtueel*, worden georganiseerd en ook dit jaar weer als onderdeel van het Zorg en Zekerheid Circuit. Alle informatie kun je vinden op de website van AKU, de website van het Zorg en Zekerheid Circuit en de Facebookpagina's.

De organisatie komt voor een deel overeen met de manier waarop we de Kooyman Polderloop hebben georganiseerd. Uithoorns Mooiste kun je over 3 afstanden lopen over een parcours van ongeveer 5 km, 10 km en 15 km in de periode van 23 januari t/m 7 februari. Je kunt vanuit huis de afstand lopen via een app die je kunt downloaden en waarmee je loop of wandeling wordt vastgelegd. Voor de liefhebbers van een leuke selfie



zorgen wij voor een aangeklede start- en finishplaats op sportpark de Randhoorn. Deze start- en finishplaats wordt aangekleed met de startboog en kleurige sponsoruitingen (vlaggen, banners, borden etc.).

Voor de jeugd tot en met 12 jaar bestaat op twee dagen de mogelijkheid om de 1 kilometerwedstrijd af te leggen op het wielercircuit. Ook weer **DE** gelegenheid voor een leuke- en sportieve selfie.

### **AKU ruim bedeed bij Goede Doelenacties**

De afgelopen maanden hebben de leden van AKU en bekenden die AKU een warm hart toedragen, er voor gezorgd dat de vereniging een enorm bedrag heeft binnengekregen voor de aanschaf van sportmaterialen als een discusnet, fitnessapparatuur en een hoogspringmat. AKU had zich aangemeld voor de volgende acties:

#### **Grote Clubactie**

Dit jaar hebben we twee ouders van jonge atleten bij AKU weer bereid gevonden om de Grote Clubactie te organiseren. En dat hebben ze geweldig gedaan, ze hebben heel veel jeugdleden gestimuleerd om loten te verkopen. Daarnaast hebben ze ook een aantal Superloten verkocht aan bedrijven, een extra mooi resultaat. Degenen die meer dan 10 loten verkopen ontvangen een leuke attentie en de 3 jongeren die de meeste loten verkopen krijgen een extra prijs. De actie eindigt deze week en onze jeugd heeft het geweldige bedrag van ongeveer **€ 3.500,-** opgehaald.

Ik wil hierbij alle jeugdleden die hiervoor enorm hun best hebben gedaan, bedanken voor het verkopen van zoveel loten.

#### **Supermarkt Deen**

Deen had in augustus 5 verenigingen geselecteerd voor deelname aan een actie waarbij mensen bij hun boodschappen muntjes kregen die ze konden verdelen over de verenigingen. AKU kreeg de meeste muntjes en dat leverde het fantastische bedrag van **€ 1.500,-** op.

#### **RABO ClubSupport Actie**

Alle sportverenigingen konden zich aanmelden voor RABO ClubSupport Actie en leden van de bank konden hun stem op een van deze verenigingen uitbrengen. Onze leden maar ook andere fans van de club hebben massaal gestemd op AKU want wij eindigden op de 3e plaats met het grote aantal stemmen en ontvingen daarom **€ 2.078,-**.

### Algemene Ledenvergadering

28 september werd, een half jaar later dan gepland, de jaarlijkse Algemene Ledenvergadering gehouden. I.v.m. de coronaproblematiek in maart werd de vergadering uitgesteld, maar ook in september waren er veel beperkingen waardoor de vergadering maar door een kleine groep leden werd bezocht. Tijdens de vergadering is besloten om de contributie voor dit jaar niet te verhogen en werden een aantal lopende zaken besproken.



Speciale aandacht was er aan het einde van de vergadering voor **Tineke Lakerveld** die tot **erelid van AKU** werd benoemd voor de vele en lange verdiensten die ze voor de club heeft gehad.

Tineke verzorgt al vele jaren de wedstrijd kleding voor onze AKU atleten en is vanaf de oprichting van AKU een onmisbare schakel bij de wedstrijden op de baan en op de weg.

### Arrangement Plux

Fitnesscentrum Plux en daarmee ook sportfysiotherapie Plexus beëindigen op 31 december hun activiteiten op de huidige plek in de sportschool bij het Libellebos.

Plexus blijft sportfysiotherapie aanbieden in de nieuwe ruimte die aangebouwd is aan het clubgebouw van wielervereniging UWTC en in het nieuwe fitnesscentrum 'Fit to go' aan de Wieger de Bruinlaan.

Met het stoppen van Plux eindigt onze overeenkomst met Plux waarbij AKU leden tegen een gereduceerd tarief konden fitnessen en meedoen aan de groepslessen. Omdat 'Fit to go' werkt met een ander concept, en een veel lager basistarief hanteert voor fitness en groepslessen, wordt de overeenkomst niet overgenomen.

Onze leden die door willen gaan met fitness en groepslessen zullen moeten nadenken over een lidmaatschap, bij 'Fit to Go' of een ander fitnesscentrum.

De samenwerking met Plexus blijft bestaan, daar zullen we binnenkort afspraken over maken en bekend maken.

### Eindejaars periode

Hoewel de maand december voor veel mensen anders zal verlopen dan ze gewend zijn, ga ik er vanuit dat ieder in zijn eigen kleine kring zal zorgen voor de goede sfeer om het jaar goed af te sluiten.

Ik wens daarom een ieder langs deze weg een fijne afsluiting van het jaar en ik hoop dat we volgend jaar sportief gezien meer aan onze trekken komen.

Bestuur Atletiek Klub Uithoorn

Wim Verlaan,  
Voorzitter

