



Nieuwsbrief

September 2024

Beste leden & vrienden van AKU

De zomervakantie zit er voor de meesten inmiddels op. En dus zien we de baan weer vollopen met atleten. Zowel jong als oud is weer lekker aan het trainen geslagen. Bij de lopersgroepen zien we een meer dan gemiddelde aanwas en ook de wandelvereniging heeft weer een aantal nieuwe wandelaars verwelkomd. Dat is mooi, want we willen als vereniging zoveel mogelijk mensen in beweging krijgen en houden.

op 24 oktober a.s. viert ons wandelcentrum zijn 10-jarig jubileum. In die 10 jaar hebben de dames en heren een hele mooie organisatie opgebouwd. De afdeling organiseert naast wandelingen tal van activiteiten door het jaar heen. Het loont dan ook zeker de moeite om eens mee te lopen, of aan te sluiten.

De komende maanden staan er naast het wandeljubileum weer een aantal grote activiteiten op de rol. Voor deze activiteiten zoeken we ouders en andere vrijwilligers die kunnen helpen bij de organisatie en mensen die een paar uurtjes willen helpen in de kantine op deze data. Mocht je interesse en tijd hebben neem dan even contact met me op! Want, 'zonder vrijwilligers geen vereniging!'



Namens het bestuur,
Sven Keltering
Voorzitter Atletiek Klub Uithoorn

Meisjes U16 Kampioen in C-Finale

In het weekend van 21 september vonden de landelijke competitie finales voor de Junioren plaats. AKU was sterk vertegenwoordigd dit jaar met de U14 meisjes in de B-Finale in Barendrecht en de U14 Jongens, de U16 Jongens en de U16 meisjes in de C-Finale in Emmen.

Het U16V team, bestaande uit Fleur Hofmijster, Esmee Kriger, Cato van Balgoijen, Marlou Smorenborg, Amara Blondeau, Nynke Veen, Sterre van Klaveren, Naomi Keteku en Emmanuela Amani, liet zich, ondanks wat blessureleed, de lange reis en de zeer warme omstandigheden, weer van hun beste kant zien in Emmen en pakte met 5.849 punten, 5 PRs en 2 SBs met overmacht de eerste plaats!

De U16M jongens stelde met 6.871 punten de 5e plaats in C-Finale veilig. En ook hier werden maar liefst 10 persoonlijk records verbroken. Het U14M team was helaas wat uitgedund waardoor een podiumplaats vrijwel niet was, maar dit kon de inzet van Charlie Oen, Thijs van Diemen, Mike van Ettinger, Teije Vaandrager en Roel Verlaan niet deren. De mannen lieten zich van hun beste kant zien en zette 5 PRs en 1 SB in de boeken.



In Barendrecht behaalde het U14V team in een sterk competitieveld met 7 nieuwe PRs en 1 SB de 6e plaats met een totaal van 5.432 punten. Deze 6e plaats is enigszins geflatteerd, want het verschil met nummer 3 was slechts een kleine 100 punten. Gezien de progressie en inzet van de teams kijken wij uit naar volgend seizoen!

Gouden, zilveren en bronzen medailles bij NK junioren

Tijdens de NK atletiek voor D- en C-junioren in het Olympisch stadion op zondag 8 september konden we genieten van en trots zijn op geweldige prestaties van AKU-atleten.

Roel Verlaan werd Nederlands kampioen bij het speerwerpen, zijn PR stond op 29 meter. In de finale wierp hij maar liefst 34,41 meter en werd met grote voorsprong kampioen van Nederland.

Sophie de Lange presteerde het om 2 medailles mee naar huis te nemen. Zij plaatste zich eenvoudig voor de 60 meter horden finale en eindigde heel knap als derde. Met hoogspringen verbeterde zij haar PR van 1,47 naar 1,50 meter en mistte op een haar na 1,55m, maar behaalde daarmee wel de zilveren medaille.

Suus Hogenboom werd bij het speerwerpen 8e in de finale. Charlie Oen moest helaas steeds wisselen tussen de sprintseries en het verspringen, waardoor hij 6 centimeter tekort kwam voor de finale en als 9e eindigde. Bregje Veerhuis liep een sterke serie op de 150 meter, maar kwam helaas 0,02 sec tekort voor de finale. Maud van Kessel liep een goede 1000 meter, maar kwam met een goede tijd ook net iets tekort voor de finale. Desalniettemin top prestaties van deze atleten op het NK.



Agenda

NEK Estafette

28-29 September - AV Startbaan

AH Jos van den Berg Scholierenveldloop

2 oktober - AKU

Jeugdkamp

4,5,6 oktober - Loon op Zand

Clubkampioenschappen

13 oktober - AKU

Jubileumviering Wandelcentrum

24 oktober - Clubhuis

1e wedstrijd districts-cross

30 november - AKU

Grote Clubactie

Op zaterdag 21 september is de jaarlijkse Grote Clubactie weer van start gegaan. Sinds 1972 helpt de Nationale Stichting Grote Clubactie clubs en verenigingen om hun doelen werkelijkheid te maken.

De mini, C, B en A pupillen hebben hun lotenboekjes en QR codes ontvangen, waarmee ze tot en met 25 oktober loten kunnen verkopen. Een lot kost 3 euro, waarvan 2,40 euro naar AKU gaat.

Ons doel is om minstens 2.500,- euro op te halen voor sportmaterialen en activiteiten voor de jeugd.

Mocht er nog niemand aan de deur zijn geweest en wil je AKU toch graag steunen, scan dan deze QR code.



Clubkampioenschappen

Omdat het jeugdkamp een week naar voren is verschoven vinden de clubkampioenschappen dit jaar plaats op zondag 13 oktober.

Tijdens deze wedstrijd die altijd heel gezellig is, gaat het er vooral om dat je je eigen prestaties en PRs verbetert. Het is voor de vele nieuwe leden ook een mooie gelegenheid om in een ontspannen sfeer ervaring op te doen met een wedstrijd en je te meten met je leeftijdgenoten.

Ook zijn familieleden en/of vrienden van harte welkom om mee te komen doen en zo de Atletiek sport te ervaren. Inschrijven kan via atletiek.nu!

Eerste Wim Verlaan Penning uitgereikt

Tijdens de Algemene Ledenvergadering in maart droeg Wim Verlaan na 23 jaar het voorzitterschap van de vereniging over aan Sven Keltering, die met veel enthousiasme aan zijn nieuwe taak is begonnen. Het bestuur van AKU heeft tijdens deze vergadering zijn waardering voor Wim's jarenlange inzet voor de vereniging op een bijzondere manier uitgesproken door de 'Wim Verlaan penning' in het leven te roepen. Een waarderingpenning die elk jaar zal worden uitgereikt aan de vrijwilliger die zich bijzonder verdienstelijk heeft gemaakt voor de vereniging.

Samen met de grafisch vormgever van de vereniging is er een mooie penning ontworpen die goed uitbeeldt dat vele handen licht werk maken en dat de vereniging met zoveel vrijwilligers tot veel in staat is. Een speciale commissie van 4 mensen, waaronder Wim Verlaan zelf, zal zich elk jaar buigen over de vraag welke vrijwilliger deze eervolle penning mag ontvangen en de uitreiking zal plaatsvinden tijdens de jaarlijkse vrijwilligersavond.

Op zaterdag 7 september werd de eerste penning uitgereikt in het bijzijn van 60 vrijwilligers. Waar het de bedoeling is dat er jaarlijks één vrijwilliger de penning ontvangt had de commissie gemeend de penning dit jaar aan 2 vrijwilligers uit te reiken.

De eerste penning werd postuum aan Wil Voorn uitgereikt in de persoon van haar echtgenoot, Ton Voorn. Zeer onverwacht is Wil in mei overleden en dat was een enorme klap voor haar echtgenoot en familie maar ook een groot verlies voor AKU. Wil is jarenlang een zeer gewaardeerde kracht geweest binnen de vereniging, zij beheerde het clubhuis, ondersteunde bij wedstrijden en was heel actief en betrokken bij de Specials, de G-groep van AKU.

De tweede penning is toegekend aan Rene Noorbergen, hij is al vele jaren de coordinator en animator van de loopgroepen van AKU en zijn inzet en enthousiasme hebben er mede voor gezorgd dat er nu meer dan 100 lopers op dit moment actief zijn op een of meer trainingsavonden. Daarnaast assisteerde hij vaak bij weg- en baanwedstrijden die AKU jaarlijks organiseert. Rene heeft de nieuwe Wim Verlaan penning dan ook meer dan verdiend.



Uitbreiding kogelsector



In augustus is de kogelstootsector niet alleen 2x zo groot geworden maar door de plaatsing van 10 betonnen platen zijn de trainings- faciliteiten ook enorm verbeterd. De firma Thijsen & de Jong heeft mooi werk afgeleverd. De vele grond die vrijkwam is deels op de heuvel aan de noordkant van de baan gereden en deels aan de achterkant van de bomenrij. De onderhoudsploeg heeft er voor gezorgd dat alle grond is geëgaliseerd en heeft alle grond opnieuw ingezaaid en door de lange droogte ook steeds water gegeven. Een mooi resultaat en binnenkort zullen de trainers door oud-lid en zeer ervaren op het gebied van kogelstoten Ivo de Bruin onze trainers gaan instrueren zodat zij hun kennis weer kunnen overbrengen op de pupillen en junioren.

AKU zoekt vrijwilligers

Een vereniging als AKU draait uitsluitend op vrijwilligers en is dan ook volledig afhankelijk daarvan. Waar andere verenigingen leden en ouders verplichten om een steentje bij te dragen, doen we dat bij AKU niet. Althans, nog niet, want er is een groeiend aantal vacatures binnen de vereniging en gebrek aan reacties als we hulp vragen. Daarom hierbij nogmaals een oproep. Wie wil ons helpen?

Communicatiecommissie: helpt bij het up to date houden van de website, artikelen schrijven en plaatsen (intern en extern), agenda aanvullen, etc.

Sponsorcommissie: actieve hulp om sponsors te werven in het lokale ondernemersnetwerk en aan de vereniging te binden? Ben je zelf ondernemer, wil je een ambassadeur zijn? Meld je dan ook aan, misschien kan je helpen door hier of daar een goed woordje te doen. De sponsorcommissie is er blij mee.

Kantine: de kantine moet worden bijgehouden, boodschappen doen, voorraad bijhouden, een paar keer per jaar achter de bar staan bij evenementen.

Juryleden: de baancommissie zit nog altijd te springen om juryleden. Bij wedstrijden zijn we verplicht juryleden mee te nemen. Maak je geen zorgen, we leiden je op tot jurylid en extra voordeel is dat je je kind nog beter kan zien tijdens de wedstrijden.

ICT: AKU wil graag met zijn tijd mee. We willen daarom graag de Cloud in, maar er is nog geen infrastructuur. Bijvoorbeeld: hoe mailen naar en vanuit de eigen omgeving, maar ook hoe organiseren en onderhouden we die infrastructuur. We zoeken mensen of bedrijven die ons willen adviseren op dat vlak en ons willen helpen dat in te richten.

Aanmelden voor een van deze activiteiten kan via bestuur@aku-uithoorn.nl.

Uw reactie wordt erg op prijs gesteld!



Laatste bostraining Lopersgroep

29 augustus 2024



AH Jos van den Berg Scholierenveldloop

Ook dit jaar organiseert AKU weer de AH Jos van den Berg Scholierenveldloop en wel op woensdagmiddag 2 oktober.

Leerlingen van alle basisscholen in Uithoorn en de Kwakel en van het voortgezet onderwijs in de gemeente Uithoorn en de Ronde Venen kunnen meedoen aan deze cross. Vorig jaar stonden bijna 900 leerlingen aan de start. De wisselbeker is vorig jaar gewonnen door de Zon uit de Kwakel en het Veenlandencollege Mijdrecht. We gaan er natuurlijk vanuit dat de andere scholen de winnaars dit jaar van hun troon willen stoten



Nieuws van de wandelafdeling

'de benen zijn de wielen van de creativiteit.'

Zoals velen van u weten heeft AKU naast de atletiekactiviteiten ook een wandelafdeling. Deze afdeling is door oud-atleten Henk de Vries, Karel Demarteanu en Leo Tuinenburg, die helaas onlangs is overleden, opgezet.

Deze club wandelt twee keer per week op woensdag- en vrijdagochtend, in de omgeving van Uithoorn wordt een kleine 10 km (of meer) gewandeld. Ook zijn er een aantal leden die onder leiding van Jim Hillebrand ongeveer 5 km lopen. Na de wandeling vanzelfsprekend koffie drinken wat altijd een bijzonder gezellige aangelegenheid is.

Om het interessant en afwisselend te houden, gaan we eens per maand buiten lopen, b.v. in de bossen, duinen, polder, etc. Wij schromen ook niet om verder weg te gaan, b.v. bezoek aan de Markerwadden en wandelen op het wad bij Pieter Buren en na afloop gecombineerd met een maaltijd. Wat betreft een maaltijd, op gezette tijden eten we met z'n allen 's avonds in het clubhuis. Het eten wordt dan verzorgd door enkele leden, ik moet zeggen bijzonder aangenaam om samen te zijn. Ook zijn er een aantal leden actief met het organiseren van 'Uithoorns Mooiste-de wandeling' waar ongeveer 150 mensen aan deelnemen, veel werk maar het geeft ook veel voldoening.

Inmiddels is onze wandelafdeling 10 jaar geleden opgericht, dit willen wij vieren met een activiteit en een ingehuurd cateraar. Dat zal ongetwijfeld een aparte en gezellige dag worden. Mochten onder u en de uwen geïnteresseerden zijn die wellicht de atletiek te vermoeiend vinden, wendt u dan tot de wandelafdeling en ga een aangename tijd tegemoet. Albert Einstein schreef ooit: 'de benen zijn de wielen van de creativiteit'.

Uithoorns Mooiste, Businessloop en clinic

Het is nog redelijk ver weg, maar de voorbereidingen voor Uithoorns Mooiste, dit jaar op 26 januari, zijn al weer gestart. Door de wedstrijdcommissie met de totale organisatie van de loop en de commissie die zich specifiek bezig houdt met de businessloop.

Na de evaluatie van vorig jaar zullen de teams van de businessloop extra aandacht en faciliteiten krijgen van de organisatie. Bedrijven, scholen, instellingen, etc. in Uithoorn en de regio worden binnenkort uitgenodigd.

Ter voorbereiding op de loop kunnen medewerkers van bedrijven en scholen tegen gereduceerd tarief meedoen aan een clinic die vanaf 6 november op elke woensdag plaatsvindt. Uiteraard kunnen ook anderen die niet hier niet aan zijn verbonden meedoen aan deze clinic.

Dus motiveer je familie, vrienden en collega's om ook te gaan hardlopen bij AKU. Meer informatie volgt!

Sponsor in Beeld

Takii Europe is een dochteronderneming van Takii & Co., Ltd in Japan, een van 's werelds toonaangevende veredelaars van groenten en bloemen. Het hoofdkantoor is gevestigd in de Kwakel, Nederland aan de Hoofdweg, en we bestrijken de Europese, Midden-Oosten, Afrikaanse en Centraal-Aziatische markten van ons moederbedrijf.

In meerdere landen beheren we veredelingsstations, productielocaties en verkoopkantoren die bijdragen aan de levering en promotie van een breed assortiment groenten en bloemensoorten aan professionele telers en aan de moestuinmarkt.

Takii is al vele jaren een heel trouwe en trotse sponsor van Uithoorns Mooiste en sinds enkele jaren ook afstandssponsor. Het bedrijf draagt de loopsport een warm hart toe en er is altijd een groep enthousiaste medewerkers van het bedrijf dat elk jaar meedoet aan de businessloop van Uithoorns Mooiste. Het bedrijf voelt zich dan ook sterk verbonden met AKU en wil graag mensen stimuleren om gezond en sportief te leven.

