

NIEUWSBRIEF



1989



2014



SV PUTTEN AFDELING "TRIATHLON & LOOPGROEPEN"

Jaargang 16 nr 5, 31 oktober 2014

E-mailadres: info@sv-putten-triathlon.nl

Website: <http://www.sv-putten-triathlon.nl>

Van de bestuurstafel

Beste sporters

Mijn laatste stukje voor de nieuwsbrief als voorzitter. Tijdens de ALV zijn Simone en ik afgetreden als secretaris en voorzitter. Drie jaar hebben we in het bestuur gezeten, en ik kijk terug op een leuke periode. We hebben van alles gedaan, maar een paar dingen springen er voor mij bovenuit. Een volledig bestuur, nieuwe trainers, nieuwe clubkleding, 25-jarig bestaan, eigenlijk te veel om op te noemen. Ik heb er veel van geleerd, en ook veel lol gehad. Echt een aanrader om eens voor een paar jaar te doen ☺

Inmiddels heeft Rick van Emous te kennen gegeven dat hij wel in het bestuur wil. (makkelijk met inwerken..) Maar er moet nog iemand bij, dus grijp je kans, en meld je aan!

We hebben een leuke ledenvergadering achter de rug, met na de pauze een interessante presentatie over sportblessures door fysiotherapeut dhr. Baldwin Aalders. Er was een prima opkomst, en een goede sfeer.

De volgende activiteit is de Peperneutenloop op woensdag 3 december. Altijd leuk, dus wees erbij. Nadere info volgt.

Beste mensen, tot ziens op de trainingen, het nieuwe bestuur veel succes en iedereen hartelijk dank voor het in mij gestelde vertrouwen!

Greet van Emous

Heideloop Ermelo

Op zaterdag 6 september deden 4 van onze leden mee aan de eerste najaarsloop van dit jaar, georganiseerd door Loopgroep2000. Erna Schuiteman, Leanne Teunissen en Greet van Emous liepen de 5 km en Rick van Emous de 10 km. Het is altijd weer spannend om te zien hoe je er na de vakantie voor staat.

Erna is volop in training voor de Zevenheuvelenloop, en heeft in de vakantie lekker doorgetraind. Ondanks het warme, vochtige weer liep ze een tijd van 32:35. Een mooi uitgangspunt om door te trainen voor de 15 km in Nijmegen. Alvast succes!

Greet liep haar eerste wedstrijd na de marathon en wat blessure leed. Ze liep een tijd van 23:52, en werd 1e bij de categorie dames 40+. Dik tevreden dus.



Ook Leanne stond bovenop het schavot. Ze werd 1e bij dames 50+ met een tijd van 23:30. Fantastisch! Rick liep zijn 10 km in een tijd van 42:24, waarmee hij 4e in zijn categorie werd.



Bepakt en bezakt met prijzen en heideplantjes toog het viertal weer naar huis. SV Putten was nadrukkelijk aanwezig! Niet alleen met lopers, maar ook met toeschouwers.

Voor de uitslagen van de Rusthoeveloop van zaterdag 18 oktober jl. kunt u op de hieronder staande link klikken

<http://www.sv-putten-triathlon.nl/uitslagen-rusthoeveloop-18-oktober-2014/>

Zwemmen

Een triathlon start met het onderdeel zwemmen. Zwemmen tijdens een triathlon vraagt om techniek en duurvermogen.

Daarop wordt getraind tijdens de zwemtrainingen voor de triathlon.

Bij de indeling van de banen wordt gekeken naar de snelheid van de zwemmer/-ster, zodat je in een baan zwemt met zwemmers die ongeveer even snel gaan.



De zwemtraining van SV Putten Triathlon wordt elke zaterdagochtend gehouden in zwembad Calluna te Ermelo, van 07:30 tot 8:30.

Trainer is Paula Benders.

Data Rusthoeveloop 2014/2015

De nieuwe data van de Rusthoeveloop seizoen 2014/2015 zijn weer bekend

Zaterdag 18 oktober 2014
Zaterdag 15 november 2014
Zaterdag 13 december 2014

Zaterdag 17 januari 2015
Zaterdag 14 februari 2015
Zaterdag 14 maart 2015

Starttijd is 10:30 uur.

De Zomer Rusthoeveloop (4x5km Estafette) zal op woensdagavond 24 Juni 2015 worden gehouden.
Starttijd is 19:00 uur.

Rooster 2014/2015

Indeling keukendienst en inschrijfburo seizoen 2014-2015 Rusthoeveloop

15 november 2014

Keuken: Wijnand Zech, Ed Verhoef
Inschrijving: Arno Snapper, Ben de Ruiter

13 december 2014

Keuken: Margriet Timmer, Lucretia Timmer
Inschrijving: Vitia Akkerman, Kees Bekema

17 januari 2015

Keuken: Stephanie Blankespoor, Gabriëlle v.d. Brink
Inschrijving: Fons Kortrijk, Adri Benschop, Evert Teunissen

14 februari 2015

Keuken: Gera Boersma, Janet Doppenberg, Thea Prent
Inschrijving: Robert v.d. Born, Wim Eerhardt

14 maart 2015

Keuken: Monique Met, Adriëne Evers, Leanne Teunissen
Inschrijving: Mathijs van der Most, Wilco van de Heuvel

Zomer Rusthoeve 24 juni 2015

Keuken: George v. Dijk
Inschrijving: Kasper Uittenbogaard, Gert-Jan Koopman, Marjan Jansen

Graag voor het inschrijven aanwezig zijn om 09.00. Tot 10.15 uur wordt er ingeschreven.
Voor het draaien van de keukendienst graag om 08.45 aanwezig zijn tot 10.20 uur en/of van 11.00 tot ongeveer 13.00 uur.

- Je kunt meelopen, maar dan wel 5 km als je een keukenbeurt draait.
 - Je kunt de keuken met elkaar doen, maar ook na elkaar.
 - In februari en maart staan 3 mensen in de keukendienst gepland omdat die dienst dan erg lang duurt. Het is handig om deze dienst na elkaar te doen.
 - Met de zomer-avond-rusthoeve graag om 18.00 – 18.15 uur aanwezig zijn.
- Mocht je nog vragen hebben, dan kun je contact opnemen met:
Leanne Teunissen (tel.: 358426), of Thea Prent (551922)

Wedstrijdkalender

Onderstaand de wedstrijdkalender.

Weet jij nog leuke wedstrijden, mail deze dan door naar henki@jdc.nl

Datum	Activiteit	Naam	Afstand	Start	Link
27-09-14	Hardlopen	Wolderwijdloop	5 en 10km	Zeewolde	http://www.loopgroep2000.nl/nl/
18-10-14	Hardlopen	Herfstloop	5 en 10km	Lelystad	http://www.loopgroep2000.nl/nl/
02-11-14	Hardlopen	Berenloop Terschelling	21,1 en 42,2km	Terschelling	http://www.berenloopterschelling.nl/
08-11-14	Hardlopen	Zandenplasloop	5 en 10km	Nunspeet	http://www.loopgroep2000.nl/nl/
16-11-14	Hardlopen	7-Heuvelenloop	15km	Nijmegen	http://www.zevenheuvelenloop.nl/
29-11-14	Hardlopen	39e St. Nicolaasloop	5, 10 en 15km	Bunschoten	www.quovadisbunschoten.nl
06-12-14	Hardlopen	Koude Polderloop	5 en 10km	Nijkerk	http://www.loopgroep2000.nl/nl/



Op 30 oktober, de dag dat wij 50 jaar getrouwd waren, kreeg wij een mooie bos bloemen van de SV Putten. Graag willen wij de leden van de SV Putten daarvoor hartelijk bedanken. We zullen proberen ook de komende jaren het nodige vrijwilligerswerk te blijven doen voor deze ons na aan het hart liggende Triathlonvereniging!

Hartelijke groet ,

Corrie en Piet de Haan.

Volgend nieuwsbrief:

Deadline kopij 22 december 2014

Verschijningsdatum 24 december 2014

BELANGRIJKE TELEFOONNUMMERS:

Bestuurs: Voorzitter: Greet van Emous
Secretaris: Simone van Ee:
Penningmeester: Steven v/d Burg:
P.R. medewerker René van Stormbroek:
Ledenadministratie: Martin Tolboom:

Trainers Loopgroepen: Aldert Veldman:
Pim Kleinhoven:
Henk Jansen:
Harry Termaat:
trainers Assistent Loopgroepen: Janet Doppenberg:
Greet van Emous:

Zwemtrainers: Paula Benders:
Wouter Wilhelm:

Rusthoeveloop: Derk Wiegman:

Redactie: Hans Donk:
Retiefstraat 19, 3851 AA Ermelo.
E-mail: h.donk8@upcmail.nl
hdonk16@gmail.com

Website beheer: Henk Jansen:
<http://www.sv-putten-triathlon.nl>

