



AKU Nieuwsbrief juni 2024

Verdriet

AKU is de afgelopen tijd getroffen door het overlijden van twee leden die jarenlang een grote bijdrage hebben geleverd aan het wel en wee van de vereniging. **Leo Tuinenburg** is heel lang lid geweest van de trimgroep en de wandelafdeling, begeleidde groepen bij de wandelingen en was ook actief bij de onderhoudsgroep.

Wil Voorn is meer dan 30 jaar lid geweest van de lopersgroep, je kon op haar altijd een beroep doen bij wedstrijden op de weg en de baan en de laatste jaren beheerde zij de kantine en was verantwoordelijk voor de schoonmaak, de bezetting en inkoop. Op de dinsdagavond begeleidde zij lopers van Ons Tweede Thuis tijdens trainingen en bij wedstrijden.

Agenda

- 6 juli : 3e competitiewedstrijd pupillen bij Startbaan
- 1 augustus : 36e Kooyman Polderloop in de Kwakel
- 24/25 augustus : Nationale C-spelen bij AAC
- 7 september : Vrijwilligersavond
- 8 september : NK teams U18/U20
- 14 september : Finale Pupillencompetitie bij AV'23
- 21 september : Finale Competitie U14/U16
- 2 oktober : AH Jos van den Berg Scholierenveldloop
- 4,5,6 oktober : Jeugdkamp
- 13 oktober : AKU Clubkampioenschappen

Zomerstop

De zomerstop voor de jeugdtraining duurt van 22 juli tot en met 23 augustus.

22 juli starten de werkzaamheden aan de kogelstootsector. De sector wordt niet alleen flink uitgebreid maar er worden betonnen platen met ringen neergelegd waardoor er 9 atleten tegelijk veilig kunnen stoten. De werkzaamheden worden uitgevoerd door een van onze sponsors, Thijssen & de Jong.

Bestuursmededelingen

Afgelopen maand hebben we kunnen genieten van een spetterend EK atletiek in Rome. De successen van de Nederlandse atleten waren niet van de lucht. We hopen dat het een mooie voorbode is van de komende Olympische spelen in Parijs.

Met het EK voetbal aan de gang en de Tour de France is het een mooie, volle sportzomer. **Voor wat betreft het bestuur willen we de komende tijd de interne en externe communicatie verbeteren.** Onze mooie vereniging bestaat uit vele afdelingen die ieder op zich veel leden binden en boeien. Maar niet iedereen heeft daarvan een goed beeld. Weet u b.v. wat de afdeling wandelen allemaal organiseert, of aan welke wedstrijden de atleten van Ons Tweede Thuis deelnemen? Daarom willen we proberen de afdelingen meer met elkaar te verbinden door verhalen, nieuws, agenda's te delen. Hierbij dus ook alvast een uitdaging aan alle afdelingen om een verhaal voor de nieuwsbrief te maken, zorg voor verbinding met elkaar.

Met een vereniging van rond de 500 leden is ook de inzet van leden van groot belang. Wekelijks is een werkploeg actief om de accommodatie te onderhouden en wedstrijden voor te bereiden, etc. Dat is echt veel werk. Maar ook de bezetting van de kantine, juryleden en bestuur is allemaal afhankelijk van vrijwilligers die de vereniging een paar uurtjes willen helpen.

!!Concreet zoeken we hulp voor de kantinebezetting, juryleden de communicatiecommissie en voor het bestuur zoeken we nog een secretaris. Heb je wat tijd over, vind je het leuk om de vereniging te helpen, laat het dan weten. Samen kunnen we kijken wat bij je past en hoeveel tijd je er in wil steken.

Met een paar uurtjes in de maand kun je de vereniging al echt helpen.

Het bestuur heeft de afgelopen tijd een paar taken verdeeld om de interne communicatie te verbeteren. Iedere commissie heeft vanaf nu een bestuurslid die de commissies vertegenwoordigt. De bestuursleden zijn geen actief lid van de commissie maar zijn de contactpersoon en aanspreekpunt. Dat betekent dat hij/zij de commissie vertegenwoordigt in de bestuursvergadering en rapportages en actiepunten van en naar bestuur en commissie zal bespreken. Bestuursleden zullen contact opnemen met de commissies en indien wenselijk incidenteel aansluiten bij een vergadering. We vragen de commissies om punten uit de overleggen met het bestuur te delen.

De verdeling is als volgt:

Baancommissie	: Carolien
Wedstrijdcommissie weg	: Sven
Jeugdcommissie	: Carolien
Technische commissie	: Huub
Sponsorcommissie	: Huub
Wandelcentrum	: Huub
Kantine	: Henk
Onderhoud/materiaal	: Henk

Veel mooie prestaties bij de jeugd indoor en op de baan

NK indoor D-junioren Apeldoorn

Goud	: Esmee Kriger	U16 800 meter
Zilver	: Fleur Hofmeister	U16 800 meter
Brons	: Roel Verlaan	U14 60 meter horden

NK indoor pupillen Apeldoorn

Goud	: Siem Verlaan meerkamp U11
-------------	-----------------------------

NK A-pupillen Soest

Goud	: Siem Verlaan	Vortex werpen, <i>meeting record</i>
Goud	: Siem Verlaan	60 meter horden
Zilver	: Dax Bijlsma	Vortex werpen U11
Brons	: Siem Verlaan	60 meter U11

NK junioren Utrecht

Brons	: Ethan Hartsink	400 meter U20
--------------	------------------	---------------



!! 4 teams hebben zich geplaatst voor de landelijke competitiefinale U14/U16

Meisjes U14	: B-finale,	22e landelijk
Jongens U14	: C-finale	33e landelijk
Meisjes U16	: C-finale	26e landelijk
Jongens U16	: C-finale	28e landelijk

Finale 21 september

Pupillen liggen op koers voor de pupillenfinale op 14 september bij AV'23. 3e en laatste competitiewedstrijd op zaterdag 6 juli bij Startbaan Amstelveen.

Bericht van de looptrainers

Afgelopen mei zijn we gestart met de nieuwe hardloopcursus. Doel is enerzijds om bestaande leden, ouders van jeugdleden en bewoners in de regio te activeren om van de bank naar de atletiekbaan te komen en anderzijds om reeds actieve leden een uitdaging te bieden.

De beginnerscursus op de woensdag is (weer) een groot succes. Een vijftiental lopers/loopsters hebben zich gemeld en werken nu richting de Kooyman Polderloop. Ook voor lopers in de lopersgroep die lange tijd niet geweest zijn is het opgezet om zo weer te helpen de hobby weer op te pakken.

Je kunt in principe altijd instromen. De trainers zorgen er voor dat je verantwoord weer opstart. Meld je dus gewoon weer aan.

De woensdaggroep is het afgelopen jaar steeds groter geworden en telt inmiddels meer dan 40 lopers. Met instroom van de nieuwe beginnersgroep verwachten we dat de groep zal blijven groeien. De opkomst van de dinsdaggroep, op papier hebben we daar 80 lopers, blijft wat achter. De vele regenachtige dinsdagen hebben daar natuurlijk niet bij geholpen. We zoeken naar een manier om deze atleten weer naar de trainingen te halen. En daarbij kunnen we best wat input van onze lopers gebruiken.

Op dinsdag hebben we een groep die zich specifiek voorbereidt op de marathon van Sevilla in februari 2025. AKU zal daar met 14 atleten aan de start verschijnen. Daarom hebben we met aanvulling van een aantal extra atleten nu een groep waar de trainingen specifiek gericht zijn op het lange duurwerk.

Wil je het hardlopen oppakken of wil je specifiek naar een doel toewerken? Neem dan contact met een van de trainers, zij willen daar graag bij helpen.

36e Kooyman Polderloop 2024

De 36e Kooyman Polderloop wordt dit jaar gehouden op donderdag 1 augustus. Vorig jaar was er weer een grote toename van deelnemende lopers t.o.v. het jaar daarvoor, meer dan 800 en we rekenen er op dat dit jaar ook weer dit aantal aan de start verschijnt.

In het programma verandert er niet veel, behalve dan dat er vanaf dit jaar ook op de 4 km een teambattle wordt georganiseerd waarbij de eerste 3 teams naast de eer ook een mooi barbecuepakket kunnen winnen.

Programma

18.30u. 1,2 km Specials, G-run

18.45u. 1,2 km Kidsrun tot 9 jaar

19.00u. 1,2 km Kidsrun 9 jaar t/m 11 jaar

19.15u. 4 km

20.00u. 10 km

Sponsor in beeld : Van Schie - trouwe supporter van AKU

Al jarenlang steunt grond-, weg- en waterbouwbedrijf Van Schie uit Mijdrecht AKU met volle overtuiging. Met hun motto "continu in beweging" sluiten ze dan ook perfect aan bij de dynamiek en activiteiten van AKU. Naast hun financiële ondersteuning draagt Van Schie ook praktisch bij door bijvoorbeeld jaarlijks een loopbrug te plaatsen voor de veiligheid van de bezoekers en deelnemers aan Uithoorns Mooiste, de Loop.

Voor Van Schie is het essentieel om zowel letterlijk als figuurlijk 'continu in beweging' te blijven. Van Schie - trouwe supporter van AKU



Oud-Voorzitter Wim Verlaan en
Commercieel Manager Bastiaan Hulsbos van
Van Schie bij het sponsorbord langs onze baan.

Tentenkamp

7 en 8 juni was het weer tijd voor het jaarlijkse tentenkamp bij AKU. Dit jaar hadden zich wel 87 jonge AKU-atleten aangemeld voor het kamp. Ieder jaar aan het begin van de zomer zetten de jeugdleden van AKU op het grasveld van de atletiekbaan hun tenten op voor een weekend vol spellen, plezier en sportiviteit.

Het weer was in de periode daarvoor vaak niet goed, maar dit weekend was het gelukkig wel heerlijk weer waardoor het kamp een nog glansrijker randje kreeg.

Verschillende spellen op en rond de atletiekbaan vulden dit weekend, waarbij een opblaasbare stormbaan een goed gewaardeerde toervoeging was aan de georganiseerde 6-kamp, zowel voor de jeugd als de begeleiding.

Na afloop kwamen traditioneel de ouders hun kinderen weer ophalen en brachten ze pannenkoeken mee, waarmee ook dit jaar het tentenkamp succesvol werd afgesloten.

Namens de jeugdcommissie is er heel veel dank aan alle ouders en trainers die geholpen hebben om deze editie opnieuw tot een succes te maken. En natuurlijk aan alle atleten die met een lach (maar ook spanning) aankwamen, een groot deel van de nacht wakker bleven en met een nog grotere lach vertrokken.

We zien graag iedereen weer terug voor het grote kamp dat wordt georganiseerd in het weekend van 4 t/m 6 oktober.

De jeugdcommissie: Rianne, Ilona, Adinda, Jon, Wouter, Thimo, Thijs

Namens het bestuur

