



# FORTIUS NIEUWSBRIEF JANUARI 2022



Logo door Elise Beljaars



Nieuwsbrief januari 2021

Jaargang 6, nummer 1

Aangesloten bij:

Omnivereniging **Fortius**

opgericht 5 juli 1896



**KRACHTSPORT.NL**

**Clubgebouw:** Reeweghal, Sportpark Reeweg  
aan het Halmaheiraplein 35 te Dordrecht

**Postadres:** Van den Broekerf 58  
3315 SE Dordrecht

**Website Fortius:** [www.fortiusrechtsteden.nl](http://www.fortiusrechtsteden.nl)

**Secretariaat:** [info@fortiusrechtsteden.nl](mailto:info@fortiusrechtsteden.nl)  
of [secretaris@fortiusrechtsteden.nl](mailto:secretaris@fortiusrechtsteden.nl)

## HET BESTUUR VAN FORTIUS



Voorzitter:  
Jan van Haren



Secretaris:  
Jan van Dalen



Penningmeester:  
Chris den Hartog



Lid:  
Alice van Driel



Lid:  
Elbert Dekker



Verenigingsmanager: Johan Moree  
[vm@fortiusrechtsteden.nl](mailto:vm@fortiusrechtsteden.nl)  
telefoon: 06-19889945

**Deze nieuwsbrief** verschijnt maandelijks en is bedoeld voor alle leden van **FORTIUS**. De volgende nieuwsbrief zal in de derde week van februari 2022 verschijnen. Kopij kunt u uiterlijk tot 15 februari sturen naar:

[NieuwsbriefFortius@outlook.com](mailto:NieuwsbriefFortius@outlook.com)

Alle leden die hun mailadres hebben doorgegeven aan de ledenadministratie ontvangen per email bericht zodra de nieuwsbrief op onze website klaar staat om te worden gedownload.

Informatie over opzegging van het lidmaatschap is te vinden op (inclusief link naar opzeggen):

<http://fortiusrechtsteden.nl/index.php/over-de-vereniging/lidmaatschap/lidmaatschap-opzeggen>

Contributies staan vermeld op de website:

<http://www.fortiusrechtsteden.nl/index.php/over-de-vereniging/lidmaatschap/contributie>

**Harrie Schellekens**



Redactie Nieuwsbrief: Joke Torbijn en Henk Nugteren (Eindredactie)  
 Foto's voorblad: Ellen Hienekamp  
 Mail Nieuwsbrief: [nieuwsbrieffortius@outlook.com](mailto:nieuwsbrieffortius@outlook.com)



## VAN DE REDACTIE

[door Henk Nugteren]

Beste lezers,

De eerste nieuwsbrief van 2022, een jaar waarvan we hopen dat de sport in **Fortius**verband weer tot leven mag komen. We beginnen helaas nog met weinig wedstrijdverslagen en de geplande wedstrijden voor de komende maanden zijn ook nog altijd met het predicaat voorlopig gemarkeerd. De eerste tests zullen de Indoor Dordrecht wedstrijden zijn (nu gepland voor 26 februari en 19 maart) en de Riwal halve marathon op 12 maart. Zie de aankondigingen van deze wedstrijden in deze nieuwsbrief.

Deze maand hadden we een gesprek met Rune Veraart, nu C-junior, die afgelopen jaar het clubrecord kogelslingeren bij de D-junioren diverse malen verpletterde.

En natuurlijk bleven onze pupillen en junioren actief met hun onderlinge werpwedstrijden. Waarvan verslag in de jeugdrubriek.

Stuur uw kopij voor de volgende nieuwsbrief naar de redactie voor de uiterste inzenddatum van 15 februari 2022: [NieuwsbriefFortius@outlook.com](mailto:NieuwsbriefFortius@outlook.com)

Veel leesplezier,  
 Joke Torbijn / Henk Nugteren

### INDOOR DORDRECHT

**26 FEBRUARI:**  
 Junioren, Senioren en Masters

**19 MAART:**  
 Pupillen en Framerunners

(zie bladzijde 8)

**30 MAART:**  
 ALGEMENE LEDENVERGADERING

## Inhoud van deze nieuwsbrief

	pagina		pagina
Van de redactie	3	<b>WEG EN VELD</b>	<b>10</b>
<b>VAN HET BESTUUR</b>	<b>4</b>	• Wedstrijdkalender	10
In gesprek met Rune Veraart	5	• Inschrijving Riwal Hoogwerkers ½M geopend	11
<b>BAAN EN INDOOR</b>	<b>8</b>	<b>FORTIUS PUPILLEN EN JUNIOREN</b>	<b>12</b>
• Uitslagen Indoorwedstrijden	8	• Onderlinge werpwedstrijd, 27 december	12
• Nieuwe data indoorwedstrijden Dordrecht	8	Column Henk Nugteren	14
• Fortius competitieploegen aangemeld	9	Agenda	15



## VAN HET BESTUUR

[door Jan van Dalen]

### Mededelingen uit het bestuur

- Begin vorig jaar was er hoop dat wij ten gevolge van de vaccinaties de coronacrisis achter ons konden laten en over konden gaan naar het *nieuwe normaal*. Echter de werkelijkheid was weerbarstiger. Nieuwe varianten ontwikkelden zich met als gevolg weer lockdowns. Nu waart de *omikron*-variant rond. Een nog besmettelijker variant, maar wel met milde ziekteverschijnselen. De prognoses van het RIVM zijn zorgwekkend, honderdduizenden zullen besmet raken. Ten gevolge hiervan kan de samenleving mogelijk ontwricht raken. Geen goed begin voor het nieuwe jaar. Ondanks dit sombere vooruitzicht hoopt het bestuur op betere tijden en wenst alle leden, vrijwilligers, donateurs en sponsors al het goede en gezondheid voor 2022 toe.
- Een lichtpunt is dat harde lockdown van 19 december 2021 met ingang van 15 januari 2022 onder andere voor de sport is versoepeld. Ongeacht de leeftijd en groepsgrootte mag er weer binnen en buiten op de gebruikelijke trainingstijden gesport worden. Hier waren wij wel aan toe. Er zijn wel voorwaarden, zoals toegangscontrole bij het betreden van de **Fortius**hal, alleen onderlinge wedstrijden, geen publiek, gesloten kantine, mondkapjes. Verder verwijst ik naar onze website ([www.fortiusdrechtsteden.nl](http://www.fortiusdrechtsteden.nl)) en de nieuwsflits van 14 januari 2022.
- Het probleem met betrekking tot de beschikbaarheid van controleurs op het coronatoegangsbewijs bij het betreden van de **Fortius**hal is nog niet opgelost. Enkele leden hebben zich bereid gevonden om te controleren, waarvoor dank, maar het zijn er te weinig. Nogmaals het verzoek van het bestuur om zich hiervoor aan te melden. Het bestuur heeft dit probleem desgevraagd aangekaart bij de gemeente Dordrecht. Er zijn subsidiemogelijkheden om tegemoet te komen in de kosten van de controle. De besturen van **Fortius** en de SOAR dienen een verzoek in om hiervan gebruik te maken. Vooruitlopend heeft het bestuur besloten om een vergoeding van € 7,50 te verstrekken aan de controleurs. Is je interesse gewekt, meld je aan bij de voorzitter via [janarievanharen@gmail.com](mailto:janarievanharen@gmail.com). Zie voor de verdere uitleg onze website ([www.fortiusdrechtsteden.nl](http://www.fortiusdrechtsteden.nl)).
- Met ingang van 1 januari 2022 wordt de ledenadministratie verzorgd door Harrie Schellekens (was van 2005 tot 2008 voorzitter van *Hercules*). Hij volgt René Bellaart op, die dit jarenlang voor zijn rekening heeft genomen. René, bedankt voor je inzet, tijd, betrokkenheid en kennis.
- De vacature van penningmeester is vervuld. De huidige penningmeester Chris den Hartog heeft enige tijd geleden te kennen gegeven te stoppen, maar ten gevolge van de coronacrisis heeft hij dit uitgesteld. Peter Hamers is bereid om de werkzaamheden van penningmeester op zich te nemen. Hij wordt momenteel door Chris ingewerkt. Het is de bedoeling dat hij zich tijdens de ledenvergadering voorstelt en zich verkiesbaar stelt. Peter, welkom en we vertrouwen op een prettige samenwerking.
- Binnenkort wordt ook de vacature van voorzitter opengesteld. Jan van Haren had al in de ledenvergadering van 2021 aangekondigd dat hij zijn termijn als voorzitter niet zal afmaken.
- Noteer alvast in je agenda de datum van de ledenvergadering op 30 maart 2022, onder voorbehoud afhankelijk van de dan geldende coronamaatregelen. Volgende maand wordt de agenda gepubliceerd.

Met vriendelijke groet,      Jan van Dalen      secretaris **Fortius**



## IN GESPREK MET RUNE VERAART

[door Henk Nugteren]

Bij de junioren D was Rune Veraart in 2021 een opvallende jeugdathleet. Hij was de eerste **Fortius** D-jongen die uitkwam op het nummer kogelslingeren en verbeterde het officieuze clubrecord van 13,48 m naar meer dan de dubbele afstand: 27,63 m. Eind december landde de kogel nog verder, 28,83 m, maar toen was hij al C-junior geworden en gold het niet meer als clubrecord. Reden genoeg dus om eens nader kennis te maken met Rune.

[In verband met de strenge coronamaatregelen en vakantie van de interviewer, vond het gesprek plaats via telefoon en een vraag- en antwoordsessie per email.]

Rune kwam al heel vroeg in aanraking met atletiek omdat zijn moeder Jeanine Katsman aan atletiek deed. Bij **Fortius** kennen we Jeanine van de werpdisciplines bij de Masters, maar daarover later meer. Toen Rune zijn zwemdiploma had gehaald en zes jaar was, mocht hij lid worden van **Fortius** en bij de mini-pupillen meedoen. Zoals hij het zelf schrijft 'heeft mijn moeder me toen op atletiek gezet'. Of hij het echt leuk zou vinden wist hij ook nog niet, maar hij deed met de groep de algemene trainingen mee en had nog geen enkele voorkeur voor de verschillende onderdelen die werden gedaan. Een paar jaar later, Rune was inmiddels acht jaar oud, viel de keuze toch op een andere sport. Voornamelijk omdat bijna al zijn klasgenootjes op hockey zaten, is hij toen ook gaan hockeyen. Maar dat bleek na een tijdje toch niet de sport waarin Rune zich thuis voelde en op zijn tiende keerde hij terug naar atletiek en **Fortius**.

Het is uit bovenstaande duidelijk dat Rune uit een sportief gezin komt, met een moeder die een belangrijke kracht voor het **Fortius** Master-competitie team is op de werpnummers. Zij prijkt evenals Rune op de clubrecordlijsten van het kogelslingeren met afstanden die heel dicht liggen bij de afstanden die Rune nu werpt: clubrecords kogelslingeren V40 (25,71 m), V45 (24,64) en V50 (27,15). Het zusje van Rune doet aan ritmische gymnastiek en zijn vader sport af en toen in de sportschool.



*Rune is hier actief tijdens een cross op het sportpark.*

Vanaf zijn tiende sportte Rune met de diverse pupillengroepen, maar hij viel bij **Fortius** dus pas echt op toen hij als D-junior de slingerkogel ter hand nam. Dat was op 28 december 2020 tijdens een onderlinge werpwedstrijd. Omdat er nog nooit eerder een D-junior van **Fortius** met de kogel geslingerd had, vestigde hij met een worp van 13,48 m meteen een officieus clubrecord. Er wordt *officieus* bij geplaatst omdat het hier gaat om een onderdeel dat voor de junioren D geen officieel wedstrijdonderdeel is. De slingertechniek was nog nieuw, maar mede door de initiatieven van de kogelslingergroep van Piet Barends en Vita van Dorp – en de adviezen van Rune's moeder zullen daar ook zeker aan bijgedragen hebben –, kon er snel progressie gemaakt worden. Nog geen maand later, op 24 januari 2021, kwamen er al ruim twee meter bij en werd het clubrecord op 15,69 m gebracht. Vanwege de pandemie en de beperkingen die daardoor ook



voor de sport bestonden, waren het steeds onderlinge **Fortius** werpwedstrijden waarop de records werden gebroken. Voor Rune persoonlijk was corona niet zo'n groot probleem, hij kon de hele tijd gewoon door sporten omdat er eigenlijk bijna nooit restricties waren voor kinderen. Ook op 16 mei betrof het een onderlinge wedstrijd waarop Rune met een worp van 22,13 m een echte klapper maakte en zijn clubrecord verpletterde. Op 10 september kreeg hij eindelijk de kans om zich in een wedstrijd met andere clubs te laten zien. In Soest was er geen twijfel over zijn intenties, want met 27,63 m overtrof hij zichzelf met vijftienhalve meter voor alweer een nieuw clubrecord. Tijdens de onderlinge wedstrijd op 27 december 2021 kwam daar nog ruim een meter bij, maar die telde niet meer als clubrecord bij de jongens D omdat Rune per 1 november was overgegaan naar de junioren C. De 28,83 m die hij bij zijn eerste wedstrijd als junior C wierp zal ongetwijfeld niet zijn laatste persoonlijke record zijn, want hij heeft nog twee jaar te gaan in die categorie, waarin het clubrecord van Ruben Overbeeke (uit 2008) momenteel nog staat op 32,98 m. Gezien de vooruitgang die Rune boekte in het afgelopen jaar, is het niet de vraag of hij dit record uit de boeken gaat slingeren, maar meer de vraag of hij het dit jaar als veertienjarige al zal gaan doen. Als u dit leest is Rune net veertien geworden of zal dat snel worden, want hij is eind januari jarig. Er komen dit jaar afstanden in zicht die duidelijk verder zullen zijn dan de afstanden die Rune's moeder gewend is te slingeren.



*Kogelslingeren, het favoriete nummer van Rune.*

Aan de training zal het in ieder geval niet liggen, want Rune heeft al een druk trainingsprogramma. Op woensdag en zaterdag doet hij de algemene training van Bob en op zondag en maandag volgt hij de specifieke kogelslingertraining van Vita. En of dat nog niet genoeg is doet hij op donderdag ook nog discus en kogelstoten met Vita en Nina. En dat doet hij allemaal met plezier want Rune zegt dat hij 'sport voor de lol en niet heel veel behoefte heeft aan topsport'. Maar hij voegt daar aan toe: 'in de top van Nederland zitten is toch wel leuk'. Hoewel hij eigenlijk niet precies weet hoe hij er op de nationale ranglijsten precies voor staat.



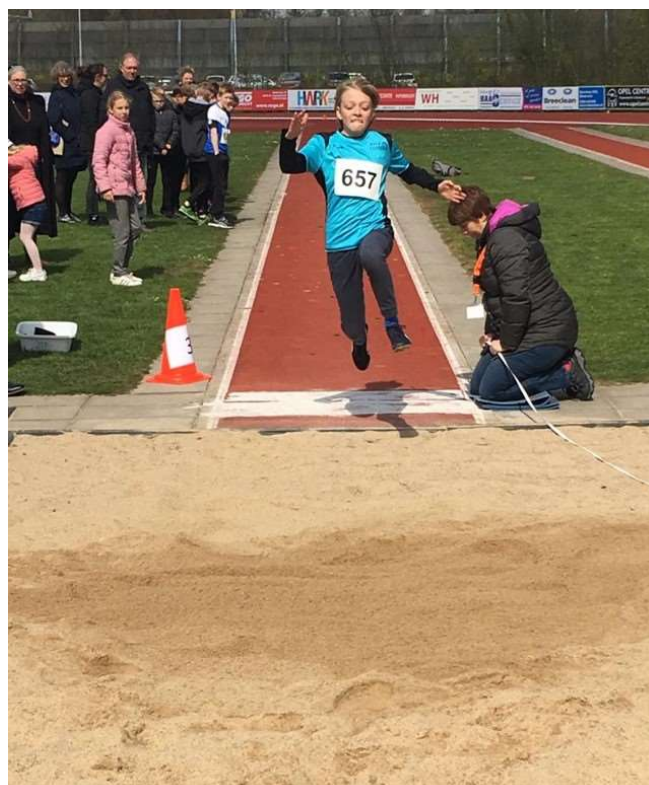
*Naast kogelslingeren doet Rune graag aan hoogspringen.*



Kogelslingeren is uiteraard het favoriete onderdeel van Rune, maar hij doet ook vaak aan discuswerpen, kogelstoten en speerwerpen. Tijdens de algemene trainingen doet hij andere atletiekonderdelen. Hoogspringen vindt hij buiten het werpen het leukste onderdeel. Ook daarop verbeterde hij het afgelopen jaar zijn persoonlijk record en kwam hij tot 1,26 m, waarmee hij heel blij is. Al die persoonlijke records zorgden er ook voor dat hij als achtste is geëindigd in de PR-competitie junioren 2021.

De beste herinneringen bewaart Rune aan de B-finale van de D-junioren competitie. 'Omdat er zo veel teamgevoel was, heb ik toen een hele leuke dag gehad. Na de wedstrijd gingen we ook eten in een restaurant met ons allen'.

Gezien zijn resultaten is het niet zo verwonderlijk dat Rune zich wil gaan specialiseren op de werpnummers, maar hij wil ook de algemene training blijven volgen voor de andere nummers. Omdat hij voor de lol sport denkt hij daarbij nog niet zo veel aan nationale ranglijsten of records, maar doet hij het liefst mee aan wedstrijden in de buurt of onderlinge wedstrijden.



*Zoals we van een echte jeugdathleet verwachten neemt Rune deel aan alle atletieknummers, hier verspringen.*

Rune zit op het Johan de Wit Gymnasium. Wat zijn klasgenoten ervan vinden dat ze een kogelslingeraar in hun klas hebben weet hij niet, domweg omdat hij aan niemand verteld heeft dat hij aan kogelslingeren doet. Hij houdt sport en school het liefst een beetje gescheiden, maar dat is niet altijd even goed mogelijk. Zo kwam de uitslag van de wiskunde olympiade precies tijdens het jeugdkamp en daardoor weten een paar **Fortius**vrienden dat Rune tiende van Nederland is geworden. Maar verder praten ze er op de trainingen nauwelijks over.



*Maar de werpnummers zijn toch favoriet.*

Naast atletiek en school heeft Rune zowaar ook nog tijd over voor andere hobby's. Zoals hij het zelf zo mooi uitdrukt 'ik speel naast atletiek ook nog cello', is het helemaal waar. Atletiek is een spel en als het door Rune als spel gespeeld blijft worden, zullen we in de komende jaren nog vaker van hem in deze nieuwsbrief horen.



## BAAN EN INDOOR



[door Joke Torbijn]

### UITSLAGEN INDOORWEDSTRIJDEN

De meeste uitslagen van **Fortius** atleten worden gepubliceerd onder 'Uitslagen' op onze website: <http://fortiusdrechtsteden.nl/index.php/uitslagen-fortius>

Enkele atleten van **Fortius** grepen op zaterdag 18 december een laatste kans om nog net voor de lockdown mee te doen aan een indoorwedstrijd.

De organisatie van de Indoor Utrecht had er voor gekozen om alleen de sprint door te laten gaan, zodat het niet al te druk werd in sporthal Galgenwaard. Milet Hoornaar (VSen) en Ricardo Hill (M65) liepen er een 50 en 60 meter. Milet liep de 50 meter in 6,99 s en de 60 meter in 8,01 s, waarmee ze haar persoonlijk record evenaarde. Ricardo liep de 50 m in 7,26 s en de 60 m in 8,61 s.

Spado in Bergen op Zoom organiseerde een indoorwedstrijd met enkele technische onderdelen. Ruben van Roosmalen (JJC) deed mee aan het hoogspringen en het polsstokhoogspringen. Op dit laatste onderdeel maakte hij zijn debuut op een officiële wedstrijd. Hij ging over 2,06 m. Bij het hoogspringen zonder stok sprong hij over 1,36 m. Danica en Kaylena de Bruijn deden mee aan het polsstokhoogspringen voor MJC. Danica ging over 2,36 m en Kaylena over 2,26 m, een persoonlijk record.

### NIEUWE DATA INDOORWEDSTRIJDEN IN DORDRECHT

#### Indoor Dordrecht junioren, senioren, masters

We hadden gehoopt dat met het ingaan van de versoepelingen op 15 januari, de open indoorwedstrijd voor junioren, senioren en masters op 29 januari weer mogelijk zou zijn, maar helaas zijn alleen onderlinge wedstrijden toegestaan. Daarom is de wedstrijd van 29 januari naar **zaterdag 26 februari 2022** verzet, in de hoop dat het dan wel mag. Alle inschrijvingen verhuizen mee. Als je staat ingeschreven, maar op de nieuwe datum niet mee kan doen, meld je dan af, zodat iemand van de reservelijst mee kan doen (afmelden op [woc@fortiusdrechtsteden.nl](mailto:woc@fortiusdrechtsteden.nl)).

We weten nu nog niet hoe de coronavoorschriften op 26 februari zullen zijn, maar als de wedstrijd al door kan gaan, zal er waarschijnlijk geen publiek toegestaan zijn. Voor het betreden van gebouw zal een geldige QR-code nodig zijn. **We hebben vrijwilligers nodig om de corona toegangsbewijzen te controleren.** Geef je op bij de verenigingsmanager Johan Moree, [vm@fortiusdrechtsteden.nl](mailto:vm@fortiusdrechtsteden.nl). Ook als je maar een paar uurtjes kan, zijn we daarmee geholpen.

#### Indoor Dordrecht pupillen en framerunners

De volgende indoorwedstrijd die in Dordrecht op de rol staat, is de wedstrijd voor pupillen en framerunners op **zaterdag 19 maart**. Deze stond oorspronkelijk gepland op 26 februari, maar in verband met het verschuiven van de indoorwedstrijd voor junioren en senioren, is de pupillenwedstrijd naar de eerstvolgende mogelijkheid verzet.





**Hou de berichtgeving op onze website en in de pupillen-nieuwsbrief in de gaten en schrijf zo snel mogelijk in.** We verwachten een stormloop op deze wedstrijd van pupillen van andere verenigingen. Als de wedstrijd vol zit, zal de inschrijving gesloten worden.

Voor vragen over onze indoorwedstrijden: [woc@fortiusdrechtsteden.nl](mailto:woc@fortiusdrechtsteden.nl).

## FORTIUS COMPETITIEPLOEGEN 2022 AANGEMELD

De competitieploegen van **Fortius** voor 2022 zijn bij de Atletiekunie aangemeld. Hieronder kun je zien hoeveel ploegen er per categorie zijn aangemeld en wanneer de wedstrijden gepland zijn. De locaties zijn nog niet bekend.

**Junioren C/D**                    **1 x JJC, 2 x MJC, 3 x JJD, 3 x MJD**

Data: 9 april, 14 mei, 11 juni, finales 17 september.

**Junioren U20/U18**            **2 jongensploegen, 2 meisjesploegen**

Data: 10 april, 15 mei, 12 juni, NK Teams 4 september.

**Senioren 3<sup>de</sup> divisie**        **1 mannenploeg, 2 vrouwenploegen**

Data: 1 mei, 22 mei, 3 juli, promotiewedstrijd 11 september.

**Masters**                        **1 mannenploeg, 1 vrouwenploeg**

Data: 24 april, 19 juni, finale 18 september.

Contactpersoon competitie voor **Fortius** is Arjen van Gink.

Meer informatie over de competities op onze website onder “Wedstrijden en evenementen” → “baanatletiek” → info per categorie.

*[Advertentie]*



**DORDRECHT**

KORTE PARALLELWEG 169 · 3311 JN DORDRECHT

T (078) 635 68 35

**Dé Hardloopspecialist van de Drechtstedenregio**

[www.runnersworlddordrecht.nl](http://www.runnersworlddordrecht.nl)

[info@runnersworlddordrecht.nl](mailto:info@runnersworlddordrecht.nl)



## WEG EN VELD



[door Henk Nugteren]

Nadat op 19 december de huidige lockdown inging, werden er in het hele land geen wedstrijden meer georganiseerd. De drie kleinere lopen die er op 18 december nog wel waren, werden niet door **Fortius** atleten bezocht. Het gevolg was dat er geen wedstrijdresultaten zijn te melden. Ook voor wat betreft de kalender is alles nog ongewis. De sport mocht dan wel als eerste weer open, maar wat voor wegwedstrijden de gevolgen zijn zal afhangen van hoe men de regels omtrent publiek zal interpreteren. Waarschijnlijk zullen wedstrijden op een afgesloten circuit wel doorgang kunnen vinden. Voor de volgende nieuwsbrief kunnen bijdragen uiterlijk 15 februari 2022 worden gestuurd naar: [niewsbrieffortius@outlook.com](mailto:niewsbrieffortius@outlook.com).



Foto Jos Nieuwland

## WEDSTRIJDKALENDER

Onder de huidige omstandigheden is het moeilijk een zekere wedstrijdkalender op te stellen. Maar dat kan mogelijk snel veranderen. Vandaar hieronder een samenvatting van wedstrijden die nog wel op diverse kalenders staan en waarbij niet is vermeld dat die zou zijn afgelast. Zelfs als wedstrijden zijn toegestaan is het nog steeds mogelijk dat sommige wedstrijden toch niet doorgaan omdat organisaties tijd nodig hebben voor hun plannen en soms al vroegtijdig hebben besloten tot afgelasting. Mocht je van plan zijn ergens te gaan lopen, controleer dan vooraf met de organisatie (via website, mail of telefonisch) of de wedstrijd echt gelopen gaat worden.

### Januari

23	Barendrecht	marathontrainingsloop (25 km)	<a href="http://www.cavenergie.nl">www.cavenergie.nl</a>
30	Mijnsheerenland	Binnenmaascross	<a href="https://roparun-team92.nl">https://roparun-team92.nl</a>

### Februari

5	Oud-Beijerland	Tunnelloop	<a href="http://www.nemesystunnelloop.nl">www.nemesystunnelloop.nl</a>
6	Barendrecht	marathontrainingsloop (28 km)	<a href="http://www.cavenergie.nl">www.cavenergie.nl</a>
6	Gouda	Groenhovenloop	<a href="http://www.avgouda.nl">www.avgouda.nl</a>
6	Dongen	Atledocross	<a href="http://www.atledo.nl">www.atledo.nl</a>
6	Apeldoorn	Midwintermarathon	<a href="http://www.midwintermarathon.nl">www.midwintermarathon.nl</a>
6	Zaltbommel	Two Rivers Marathon	<a href="https://tworiversmarathon.nl/">https://tworiversmarathon.nl/</a>
12	Westenschouwen	Deltacross (verplaatst)	<a href="http://www.avdeltasport.nl">www.avdeltasport.nl</a>
13	Schoorl	Groet uit Schoorl Run	<a href="http://www.groetuitschoorlrun.nl/">www.groetuitschoorlrun.nl/</a>
20	Barendrecht	marathontrainingsloop (30 km)	<a href="http://www.cavenergie.nl">www.cavenergie.nl</a>
20	Berkel / Rodenrijs	Lansingerland Run	<a href="http://www.lansingerlandrun.nl">www.lansingerlandrun.nl</a>



## Maart

6	Barendrecht	marathontrainingsloop (32 km)	<a href="http://www.cavenergie.nl">www.cavenergie.nl</a>
6	Den Haag	City running tour	<a href="https://justrunning.nl/running_tour_denhaag/">https://justrunning.nl/running_tour_denhaag/</a>
6	Gorinchem	Vestingloop	<a href="http://www.vestinglopen.nl/gorinchem/">www.vestinglopen.nl/gorinchem/</a>
12	Dordrecht	Riwal Hoogwerkers ½marathon	<a href="http://www.riwalhalvemarathon.nl">www.riwalhalvemarathon.nl</a>
13	Alphen a/d Rijn	20 van Alphen	<a href="http://www.20vanalphen.nl">www.20vanalphen.nl</a>

## INSCHRIJVING RIWAL HOOGWERKERS HALVE MARATHON GEOPEND

**De inschrijving voor de Riwal Hoogwerkers Halve Marathon is geopend. De 44e editie start op zaterdagochtend 12 maart met jeugdlopen op de baan bij Fortius. Rond het middaguur beginnen de halve marathon en de 5 en 10 kilometer langs het Wantij richting de Dordtse Biesbosch.**

“De halve marathon volgt een officieel gecertificeerd parcours. Daarmee kan de loop een goede voorbereiding zijn op de marathon in Rotterdam”, laat Maarten Vogelenzang, voorzitter van het organisatie team weten. “We willen na een afwezigheid van twee jaren door de coronapandemie weer een succesvol evenement neerzetten. Uiteraard bereiden we ons goed voor op de regels die dan gelden. Mooi is dat we met de framerunners een nieuw onderdeel bij de jeugd hebben.”

### Programma

Met de framerunners gaat het evenement om 10:00 uur van start. Daarna volgen jeugdonderdelen variërend van 400 tot 1200 meter. Om 12:00 uur start de halve marathon en om 12:20 uur de 5 en 10 kilometer. Inschrijven is mogelijk via [www.inschrijven.nl](http://www.inschrijven.nl). Voor iedereen, zowel jeugd als volwassenen is aan de finish een medaille beschikbaar.

### Steun voor Pink Ribbon

De organisatie kan weer rekenen op steun van Riwal hoogwerkers. Evenals de vorige keer is in overleg met Riwal besloten om Pink Ribbon als goede doel te koppelen aan het evenement. De organisatie hoopt dat elke deelnemer wil bijdragen door bij de inschrijving een donatie te doen.

### Meer informatie

Meer informatie over alle lopen staat op [www.riwalhalvemartahon.nl](http://www.riwalhalvemartahon.nl).



## FORTIUS PUPILLEN EN JUNIOREN

Uitslagen, foto's, verslagen en andere verhalen van trainers, begeleiders, ouders en de atleten zelf, zijn van harte welkom. Stuur ze naar de redactie: [NieuwsbriefFortius@outlook.com](mailto:NieuwsbriefFortius@outlook.com).

### ONDERLINGE WERPWEDSTRIJD 27 DECEMBER 2021

[door Piet Barends]

Op 27 december 2021 was er een werpwedstrijd in Amsterdam gepland, waarop een aantal leden van **Fortius** had vooringeschreven. Toen die wedstrijd werd afgelast in verband met de coron ontwikkelingen en de daaropvolgende maatregelen, werd besloten zelf een wedstrijd te organiseren onder de geldende regels.

De dag begon niet slecht. Het was niet warm te noemen, maar het waaide en het regende niet. Dit leverde bij het eerste nummer, het kogelslingeren, een aantal goede tot zeer goede prestaties op en de nodige persoonlijke records. Zo wierpen Veerle Uilhoorn en Freek Bosveld voor het eerst in een wedstrijd meer dan 30 meter en verbeterden Rune Veraart en Jil Vogelaar zich ook spectaculair. Er zou deze dag ten minste één officieus clubrecord worden gevestigd, want voor het eerst deden meisjes D mee met kogelslingeren. Bo van Driel en Allison van Meggelen streden om het record, Bo won wel, maar haar prestatie was slechter dan die van Allison bij de meisjes pupillen A, waardoor dat record (22,88 m) nu als officieus clubrecord bij de meisjes D geldt.

Het weer werd er ondertussen niet beter op en dat was over het algemeen wel te merken bij de daarop volgende nummers. Het ging tijdens de wedstrijd ook nog regenen. Slechts een enkeling trachtte zich warm te houden, maar de rest stond tussen hun pogingen maar een beetje te koukleumen, hetgeen de prestaties niet ten goede komt. Een aantal atleten(s) kwam buiten voor het eerst in een hogere categorie uit, hetgeen bij een hoger gewicht een persoonlijk record opleverde, maar over het algemeen vielen de prestaties later in de wedstrijd niet mee. Alleen Sven Hurkmans kwam tot goede prestaties.

Alleen Freek Bosveld deed mee aan de werpvijfkamp en tot aan het laatste nummer stond hij ruim voor op zijn clubrecord, maar het gewichtslingeren werd na maanden er niet op te hebben getraind een ramp en van een clubrecord was geen sprake meer.

#### Uitslagen:

##### Kogelslingeren

1	Julia van Dorp	MB	42,22
2	Veerle Uilhoorn	MB	30,45
3	Freek Bosveld	JB	30,17
4	Rune Veraart	JC	28,83
5	Jil Vogelaar	MB	26,35
6	Bo van Driel	MD	22,69
7	Allison van Mechelen	MD	22,39
8	Novi Hermus	MC	19,28
9	Lisa van Schaik	MD	17,33
10	Luuk Bosveld	JC	16,71

##### Speerwerpen

1	Sven Hurkmans	JB	44,59
2	Freek Bosveld	JB	25,95
3	Kelvin Mol	JD	23,26
4	Tijn van Driel	JC	22,15
5	Thijs Haak	JC	20,30
6	Floor Zebel	MB	19,62
7	Luuk Bosveld	JC	17,88
8	Rune Veraart	JC	17,73
9	Lisa van Schaik	MD	17,28
10	Bo van Driel	MD	7,38
11	Allison van Mechelen	MD	0,00



### Kogelstoten

1	Veerle Uilhoorn	MB	9,86
2	Freek Bosveld	JB	9,37
3	Maxim van Dorp	JC	8,31
4	Floor Zebel	MB	8,25
5	Thijs Haak	JC	8,09
6	Julia van Dorp	MB	8,01
7	Tijn van Driel	JC	7,36
8	Luuk Bosveld	JC	7,07
9	Lenn Boer	JD	6,76
10	Lisa van Schaik	MD	6,36
11	Rune Veraart	JC	6,28
12	Novi Hermus	MC	6,21
13	Allison van Mechelen	MD	5,86
14	Bo van Driel	MD	5,59

### Discuswerpen

1	Sven Hurkmans	JB	37,89
2	Freek Bosveld	JB	25,44
3	Maxim van Dorp	JC	23,63
4	Kelvin Mol	JD	21,40
5	Rune Veraart	JC	19,24
6	Tijn van Driel	JC	18,59
7	Thijs Haak	JC	17,95
8	Lisa van Schaik	MD	17,18
9	Luuk Bosveld	JC	16,60
10	Lenn Boer	JD	16,22
11	Allison van Mechelen	MD	15,56
12	Novi Hermus	MC	12,21
13	Bo van Driel	MD	8,53
14	Julia van Dorp	MB	0,00

### Gewichtslingeren

1	Freek Bosveld	JB	9,42
---	---------------	----	------

### Werpvijfkamp

1	Freek Bosveld	JB	30,17	353	kogelslingeren
			9,37	448	kogelstoten
			25,44	376	discuswerpen
			25,59	238	speerwerpen
			9,20	407	gewichtslingeren

### Totaal

**1822**

Bij de vijfkamp tellen alleen de beste prestaties geleverd in de eerste drie pogingen. Hierdoor kunnen de prestaties afwijken van de beste prestaties per individueel nummer.



## CROSS ALS WINTERSPORT

Nog een paar weken en dan beginnen er alweer Olympische Spelen. Deze keer in de winter en zonder atletiek. Maar atleten zijn het hele jaar actief, waarom dan geen atletiek tijdens de Winterspelen? Het is nog te begrijpen dat indooratletiek niet als olympische wintersport wordt erkend, de indoor- en outdoornummers zijn zo vergelijkbaar, dat het meer een duplicaat dan een toevoeging aan de Spelen in het algemeen zou zijn. Binnensporten zoals basketbal en handbal worden tenslotte ook niet tot de wintersporten gerekend. Hoewel competities voornamelijk juist niet in de zomer plaatsvinden, kregen deze sporten wel een plaats tijdens de Zomerspelen.

Naast volleybal kwam er de typische zomersport beachvolleybal bij, waarmee het zaalvolleybal dus eigenlijk naar de Winterspelen zou moet verschuiven. Vreemd genoeg bestaan beide sporten naast elkaar tijdens de Zomerspelen. Dat is voor indooratletiek net iets te veel gevraagd.

Atletiek wordt vaak gezien als de moeder aller sporten en dat geldt natuurlijk voor zowel zomer- als wintersporten. In de winter gaan veel atleten terug naar de oervorm van bewegen. Bewegen, zoals de oermens rennend door de modder en springend over boomstronken op zijn buit joeg om te kunnen overleven. Die aspecten zitten ook in de cross, hoe zwaarder het parkoers, hoe heldhafter de winnaar. Ontberingen moeten er geleden worden, kou, wind, modder en sneeuw getrotseerd. Maar dat past tegenwoordig niet meer in de veeleisende programma's van topatleten op de baan of de marathon. Een alternatief voor de cross werd gevonden in de veldloop voor baanatleten en de trailrun voor marathonlopers. De hedendaagse veldloop wordt vaak afgewerkt op een droge, lichtglooiende grasbaan, kijk naar de beelden van EKs en WKs veldlopen. Geen wonder dat het IOC niets ziet in het toevoegen van veldlopen aan het olympisch programma, op Zomerspelen noch Winterspelen. Sebastian Coe heeft zich ervoor ingezet om de veldloop op de Olympische Spelen te krijgen. Een voorstel van een gemengde estafette-veldloop voor Parijs 2024 haalde het niet. En voor de Winterspelen moet volgens het IOC gesport worden op ijs of sneeuw. Waarom dan niet de oercross op de Winterspelen? Een zwaar parkoers moet toch te vinden zijn op een locatie van de Winterspelen? En ligt er echt geen sneeuw of ijs, dan kan daar voor gezorgd worden. Schaatsen wordt immers ook gedaan op plaatsen waar het niet altijd vriest en als er geen sneeuw op de skihellingen ligt, dan wordt er sneeuw gemaakt. Desnoods worden gedeeltes van langlaufpistes en ski- of snowboardhellingen gebruikt als crossparkoers, nadat deze gebruikt en uitgetrapt zijn door de wintersporters. Een uitstekend crossparkoers is dan al in de maak.

Afrika heeft bij de Winterspelen nog nooit een medaille gewonnen. Daar zou best eens verandering in kunnen komen als de cross op het programma wordt gezet. We willen toch zo graag diversiteit en inclusiviteit? Een gemiste kans als de cross niet de eer krijgt die het verdient. Niet dat het meteen meer Nederlandse medailles zal opleveren. Dan zal ook het veldrijden opgenomen moeten worden, waar overigens net zo veel voor te zeggen is. Een cross tijdens de Winterspelen zou de cross weer de status geven die het vijftig jaar geleden had. Toen ploeterden honderden deelnemers, waaronder vrijwel alle nationale topbaanlopers en -wegatleten, tijdens de Souburghcross in Alblasterdam, in de lengte door greppels in weilanden. Met een tiental lokale liefhebbers stelt die cross tegenwoordig nauwelijks nog iets voor.

Met een cross op de Winterspelen zou de Merwelandencross ooit nog eens kunnen uitgroeien tot een topevenement.



## AGENDA

### FEBRUARI 2022

Zaterdag 5	Alblasserdam	Veldloopcompetitie
Zaterdag 19	Gorinchem	Veldloopcompetitie
Zaterdag 26	Dordrecht	Indoor Dordrecht: junioren, senioren en masters

### MAART 2022

Zaterdag 12	Dordrecht	Riwal Hoogwerkers halve marathon
Zaterdag 19	Dordrecht	Indoor Dordrecht: pupillen en framerunners
Woensdag 30	Dordrecht	Algemene Ledenvergadering

Informatie over bovengenoemde activiteiten/wedstrijden verschijnt op [www.fortiusrechtsteden.nl](http://www.fortiusrechtsteden.nl).

Wil jij iets geplaatst zien op deze agenda, geef dat dan even door via [nieuwsbrieffortius@outlook.com](mailto:nieuwsbrieffortius@outlook.com).

Kijk voor actuele berichtgeving over wedstrijden en activiteiten op [www.fortiusrechtsteden.nl](http://www.fortiusrechtsteden.nl). Dit geldt gedurende de coronacrisis ook voor trainingen en groepslessen.

### AANLEVEREN NIEUWS VOOR DE VOLGENDE FORTIUS NIEUWSBRIEF:

Uiterlijk op 15 februari 2022 op het volgende e-mailadres:

[NieuwsbriefFortius@outlook.com](mailto:NieuwsbriefFortius@outlook.com)



De volgende nieuwsbrief verschijnt in de derde week van februari 2022.

