



FORTIUS NIEUWSBRIEF MEI 2022



Logo door Elise Beljaars



Nieuwsbrief mei 2022 Jaargang 6, nummer 5

Omnivereniging **Fortius** opgericht 5 juli 1896

Clubgebouw: FORTIUShal, Sportpark
Reeweg aan het Halmaheiraplein 35 te
Dordrecht

Postadres: Van den Broekerf 58
3315 SE Dordrecht

Aangesloten bij:



KRACHTSPORT.NL

Website Fortius: www.fortiusrechtsteden.nl

Secretariaat: info@fortiusrechtsteden.nl
of secretaris@fortiusrechtsteden.nl

HET BESTUUR VAN FORTIUS



Voorzitter:
Jan van Haren



Secretaris:
Jan van Dalen



Penningmeester:
Peter Hamers



Lid:
Alice van Driel



Lid:
Elbert Dekker



Lid:
Jasper Beljaars



Lid:
Chris den Hartog



Verenigingsmanager:
Johan Moree
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 juni 2022 verschijnen. Kopij kunt u uiterlijk tot 15 juni sturen naar:

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



VAN DE REDACTIE

[door Henk Nugteren]

Beste lezers,

Net voordat deze nieuwsbrief af was kwam het bericht dat Joop van den Brink was overleden. We hebben gewacht met publiceren tot er een *in memoriam* was geschreven. Vandaar dat het uitkomen van deze nieuwsbrief enkele dagen vertraagd werd.

In onze rubriek In gesprek met hadden we dit keer een gesprek met Ko en Wil Florusse, beiden al 57 jaar lid van de vereniging.

De competities zijn in alle hevigheid losgebarsten en zoals verwacht krijgt u daar van ons een verslag van. Er werd goed gepresteerd en er sneuvelden clubrecords. Ook wegwedstrijden zijn er weer als vanouds en ook daarbij deelname van **Fortius**leden. Vooral ons jongste lid Carsten Kok, nog maar junior B, maakt snel furore met nu al een halve marathon in 1:09.

Stuur uw kopij voor de volgende nieuwsbrief naar de redactie voor de uiterste inzenddatum van 15 juni 2022: NieuwsbriefFortius@outlook.com

Veel leesplezier,
 Joke Torbijn / Henk Nugteren

IN MEMORIAM JOOP VAN DEN BRINK

(zie bladzijde 6)

INTERVIEW MET KO EN WIL FLORUSSE

(zie bladzijde 11)

Inhoud van deze nieuwsbrief

	pagina		pagina
Van de redactie	3	WEG EN VELD	17
VAN HET BESTUUR	4	• Uitslagen	17
In memoriam Joop van den Brink	6	• Wedstrijdkalender	19
Jubileumfeest 11 juni	8	• Smulbosloop	20
Clubrecords en ranglijsten	10	• Zoomer WantijRun	21
In gesprek met Ko en Wil Florusse	11	FORTIUS PUPILLEN EN JUNIOREN	22
BAAN EN INDOOR	14	• Wedstrijd kogelslingeren in Boskoop, 7 mei	22
• Kansen op finale in Masterscompetitie	14	• Ruim 100 kinderen bij RIWAL Jeugdlopen	22
• Fortius vrouwen goed voor in de competitie	14	Column Henk Nugteren	24
• Tweede wedstrijd competitie junioren C/D	15	Agenda	25
• Tweede wedstrijd competitie junioren U20/U18	15		
• Uitslagen overige baanwedstrijden	16		



VAN HET BESTUUR

[door Jan van Dalen]

Mededelingen uit het bestuur

- Op 16 mei is ons erelid, oud voorzitter, oud secretaris en nog veel meer functies binnen de vereniging en in den lande, **Joop van den Brink** op 89-jarige leeftijd overleden. Hij was bijna 73 jaar lid van Hercules/**Fortius**. Gedurende zijn gehele lidmaatschap heeft hij zich, als vrijwilliger, ingezet voor de vereniging en voor de Atletiekunie. Tot kort voor zijn overlijden was hij nog zeer betrokken bij de vereniging. Het zal een groot gemis zijn voor de vereniging. Een van mijn persoonlijke herinneringen aan Joop is dat hij mij in 1990 heeft overgehaald om secretaris te worden van het toenmalig bestuur van de afdeling atletiek met de woorden 'het kost ongeveer een uurtje in de maand'. Daarnaast was hij mijn trainer bij de recreantengroep op de woensdagavond. Ondanks dat hij al behoorde tot de masters (veteranen) 60+, liep hij er ons nog steeds uit. Wij zagen vaak alleen zijn rug. In 2001 ben ik hem opgevolgd als secretaris van het Hoofdbestuur. Overigens is het meer dan een uurtje in de maand. Hij vond het bestuurswerk wel genoeg, maar in 2016 keerde hij terug in het Hoofdbestuur om te helpen bij de totstandkoming van de fusie tussen *Hercules* en *Parthenon* in 2017. Dit in het belang van een sterke atletiekafdeling in Dordrecht. Tijdens mijn laatste ontmoeting in maart dit jaar gaf hij aan dat hij ging werken aan zijn conditie en hoopte dit na de zomervakantie weer op peil te hebben, zodat hij weer kon deelnemen aan de wedstrijden in de categorie masters 90+ en nieuwe records kon vestigen. Ambities waren er genoeg. Het heeft niet zo kunnen zijn. De finish is bereikt. Verder in deze nieuwsbrief is een *in memoriam*, geschreven door Piet Barends, waarvoor dank. Zie ook de website, waarop tevens het condoleanceregister is geopend:
<https://fortiusdrechtsteden.nl/index.php/home-oud/2208-overlijden-joop-van-den-brink>.
Het bestuur wenst zijn vrouw Nely, ook vele jaren actief geweest voor de vereniging, en de overige familieleden veel sterkte toe bij het verwerken van dit verlies. Hij zal een grote leegte achterlaten.
- In de nieuwsbrief van april 2022 werd aangekondigd dat een **Fortius**-lid zich had aangemeld voor de vacante functie van voorzitter. Echter, door veranderende persoonlijke omstandigheden heeft deze kandidaat zich teruggetrokken. Het bestuur vindt het jammer, maar respecteert de beslissing. Derhalve is de vacature van voorzitter hernieuwd opengesteld. Heb je interesse en wil je invloed hebben op het reilen en zeilen van de vereniging, meld je dan aan; zie de website <https://fortiusdrechtsteden.nl/index.php/home-oud/2142-vacature-voorzitter>
- De vacature van notulist van de bestuurs- en ledenvergaderingen is nog niet vervuld. Geïnteresseerden kunnen solliciteren, zie de vacature elders in de nieuwsbrief.
- In 2023 gaat de atletiekaccommodatie volledig op de schop. De afdeling atletiek heeft aangegeven inspraak te willen bij de inrichting van de accommodatie. De wens is om er een B-accommodatie met 8 banen van te maken. Er kunnen dan nationale wedstrijden of internationale wedstrijden worden georganiseerd. Het bestuur ondersteunt de wens. Een werkgroep formuleert een programma van eisen waaraan de nieuwe accommodatie moet voldoen. Daarbij wordt ook de Atletiekunie betrokken. Vervolgens wordt dit aangeboden aan de gemeente en zal overleg plaatsvinden over de uitvoering hiervan. Een belangrijk onderwerp zal zeker de financiële mogelijkheden in de begroting 2023 van de gemeente zijn. Kan het de instemming krijgen van de gemeenteraad. Er is nog geen datum bekend waarop de werkzaamheden worden uitgevoerd. Het bestuur heeft als voorkeur het najaar 2023,



wanneer het zomerseizoen is afgesloten. Gezocht zal moeten worden naar een alternatieve atletiekaccommodatie om de trainingen te laten plaatsvinden.

- Het heeft even geduurd, maar de gemeente gaat het zand in de springbak vervangen door ander zand. Het zal zo spoedig mogelijk gebeuren.
- Nog even aandacht voor het 125-jarig jubileumfeest op 11 juni 2022. Zie voor verdere informatie de website, <https://fortiusrechtsteden.nl/index.php/home-oud/2200-jubileumfeest-11-juni-2022>, deze nieuwsbrief, de nieuwsflits en facebook.

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



NOTULIST VOOR HET BESTUUR

**Wil jij zorgen voor verslaglegging van bestuurs- en ledenvergaderingen?
Dan komt het bestuur graag in contact met jou.**

Het Algemeen Bestuur vergadert eenmaal per maand, meestal op de eerste maandag van de maand om 19:30 uur. Van deze bestuursvergaderingen maak je een besluitenlijst. De actiepunten uit de vergaderingen leg je vast in een actielijst die je maandelijks bijwerkt. Daarnaast stel je een beknopt verslag op van de jaarlijkse algemene ledenvergadering.

Heb jij affiniteit met notuleren en een goed taalgevoel? En wil jij je steentje bijdragen aan de vereniging? Stuur dan een mail met je motivatie naar:

secretaris@fortiusrechtsteden.nl.

Ook voor meer informatie kun je je tot dit mailadres richten.

Het bestuur



IN MEMORIAM JOOP VAN DEN BRINK (18 JULI 1932 - 16 MEI 2022)

[door Piet Barends]

Het bericht van zijn overlijden kwam in zekere zin – hoewel bekend was, dat de situatie niet best (zeg maar slecht) was – als een donderslag bij heldere hemel. Als iemand al zo lang lid is en regelmatig op de club komt, is het opeens iets onwezenlijks als hij er niet meer is. Hij zal – ondanks, dat hij voor de vereniging niet meer zo actief was als vroeger – beslist worden gemist. Zeker door de oude garde, die hem vele jaren heeft gekend.

Lid geworden van Hercules op 27 juli 1949 was hij dit jaar 73 jaar lid van Fortius en daarmee het lid met het op één na langste lidmaatschap.

Hij was in die 73 jaar op alle fronten actief als vrijwilliger. Eind jaren vijftig en begin jaren zestig bij de totstandkoming van het clubblad (stencilwerk e.d.). In de beginjaren van de sporthal als lid/aanvoerder van het klusteam, totdat hij op 75-jarige leeftijd besloot er mee te stoppen. Hij vond het niet meer verantwoord om op die leeftijd op wiebelige ladders te klimmen. Tot en met de algemene ledenvergadering van dit jaar verzorgde hij de diploma's voor zoveel-jarig lidmaatschap e.d. Daarnaast heeft hij in de werkplaats in zijn schuur aan de Reggestraat jarenlang de nodige zaken voor de vereniging gemaakt en gerepareerd.

Op bestuurlijk niveau is hij vele jaren actief geweest, zowel voor de vereniging, als op plaatselijk, regionaal, gewestelijk en nationaal niveau. Bij elkaar is hij zo'n 15 jaar lid geweest van het bestuur, waarvan zes jaar als voorzitter. Verder was hij lid van de eerste jeugdcommissie. Ook heeft hij meer dan 10 jaar de atletiek vertegenwoordigd in de Sportraad van Dordrecht. Op afdelings-/regionaalniveau was hij secretaris van het bestuur van de afdeling Dordrecht van de KNAU en lid/secretaris van de jurycommissie van de afdeling/regio Dordrecht. Gewestelijk was hij lid van het bestuur van district West II van de KNAU en landelijk is hij lid geweest van de Unieraad en lid van de sectie atletiek-evenementen van de KNAU.

Voorts heeft hij zo ongeveer alle juryfuncties bekleed die er zijn, behalve scheidsrechter snelwandelen.

Voor al zijn werk binnen en buiten de vereniging is hij dan ook vele malen onderscheiden. Na eerst lid van verdienste te zijn geworden werd hij zo'n 25 jaar geleden benoemd tot erelid. Vanuit de gemeente heeft hij de sportprijs gemeente Dordrecht gekregen en de Johan de Wittspeld. Vanuit de KNAU heeft hij de waarderingsspeld van het district West II gekregen, daarna het Unie Erekrus in goud en vervolgens is hij benoemd tot lid van verdienste van de KNAU. Tenslotte is hij nog twee maal Koninklijk onderscheiden. Eerst voor 40-jarig dienstverband en later voor zijn verdienste voor de sport, waarbij hij benoemd werd tot Ridder in de orde van Oranje-Nassau.

Hij was echt een meerkamper, doch dat weerhield hem er niet van op alle loopnummers (van 100 meter tot en met de marathon, inclusief de hordenummers), alsmede op alle spring- en werpnummers aan wedstrijden deel te nemen en vaak met succes. Het enige waaraan hij zich nooit heeft gewaagd, is het snelwandelen. Het is dan ook niet verwonderlijk, dat hij in zijn seniorentijd vele malen clubkampioen is geweest. Hercules kende toen de clubkampioenschappen 5 en 10 km op de weg en de zeskamp en tienkamp als meerkampen. In die tijd werd hij respectievelijk vijf, drie, zeven en zeven maal clubkampioen over een periode van 14 jaar.



Hij is in ieder geval tenminste éénmaal Dordts kampioen geworden in de tijd dat die kampioenschappen nog plaatsvonden en wel op het nummer hoogspringen. Hij haalde zijn aanvangshoogte in één keer en op de volgende hoogte faalde iedereen. Dat was nog in de tijd dat voor de bepaling van de eindstand ook het totaal aantal pogingen (goed en fout) meetelde en met slechts één poging in totaal kon je bijna niet anders dan eerste worden. Als 85+er is hij nog een paar maal kampioen van Nederland geworden op de werpnummers.

Hij heeft al die jaren ook flink huisgehouden in de recordlijsten van de vereniging. Zijn eerste clubrecord verbeterde hij op 22 juni 1958 en wel op de 400 meter heren met een tijd van 53,0 s. Een tijd waarmee je nu nog tot de besten van de vereniging behoort. In totaal zouden er nog 181 vestigingen (vooral in de hogere leeftijdsklassen), verbeteringen en evenaringen volgen in alle leeftijdsklassen van M35+ tot en met M85+.

Op het moment van de fusie raakte hij een aantal clubrecords kwijt, omdat die bij Parthenon scherper stonden. Na de fusie vestigde hij nog een aantal clubrecords in de categorie M85+, met als gevolg dat hij momenteel nog in het bezit is van 37 clubrecords in de leeftijdsklassen van M45+ tot en met M85+.

Nationaal is hij zevenvoudig recordhouder op alle werpnummers (buiten en indoor). Daarnaast staan twee van zijn clubrecords bij de categorie M80+ (kogelstoten en gewichtwerpen) scherper dan de nationale records. Dit komt, omdat hij in die tijd alleen aan onderlinge wedstrijden deelnam.

Met zijn overlijden heeft de vereniging een groot sportman en een zeer trouw en – op de laatste jaren na, toen hij begon te sukkelen met zijn gezondheid – actief verenigingslid verloren.

De vereniging wenst zijn vrouw, kinderen, klein- en achterkleinkinderen in deze voor hen moeilijke tijd veel sterkte toe.



Joop van den Brink bij de uitreiking van de oorkonde voor 70 jaar lid.



JUBILEUMFEEST 11 JUNI 2022

Beste lid, vrijwilliger of donateur van **Fortius**,

De voorbereidingen voor het grote uitgestelde jubileumfeest zijn in volle gang.

Zoals jullie weten zijn de DJ en de zangers die er een topfeestje van gaan maken al geboekt.

Maar het feest is natuurlijk niet compleet zonder al onze leden! Omdat we graag willen dat zoveel mogelijk leden gaan meegenieten van een hoop gezelligheid en dit mooie en historische feest, hebben wij besloten iedereen bij binnenkomst gratis munten te geven voor **drie consumpties!**

Voor de organisatie is het vooraf van groot belang te weten hoeveel mensen er komen, aangezien de voorbereidingen voor een feest in de hal wezenlijk anders zijn dan voor een feest in de kantine. Dit moeten we binnen nu en twee weken beslissen.

Dus koop je kaartjes bij de bar, zodat we een inschatting kunnen maken van het aantal aanwezigen en zodat we verder kunnen gaan met onze voorbereidingen om jullie een spetterend feest te bezorgen!

Dus koop je kaart voor slechts **€ 7,50** en zet in je agenda:

Zaterdag 11 juni 2022

Vanaf 19:30 uur

Inclusief **welkomstdrankje**

3 gratis consumpties

Heerlijke **hapjes**, waaronder een frietje of een snack bij een heuse frietkraam

Aardigheidje bij vertrek

Het feest wordt gehouden voor:

- Alle **Fortius**leden, vrijwilligers en donateurs van 16 jaar en ouder, die twee personen als betalend introduc e mogen meenemen
- De ouders van alle sporters, speciaal bestemd voor de jongere **Fortius**-atleten.

Heel graag tot ziens op 11 juni 2022.

Hartelijke groet van de feestcommissie.

Anita, John, Leon, Sandra en Toos




FORTIUS

125 JAAR
1896
2021

GROOT JUBILEUM FEEST

ZATERDAG 11 JUNI 2022

**KOM
JE OOK?**

**KOOP EEN KAARTJE
IN DE KANTINE**

WAAR

op de vereniging

HOE LAAT

19:30 - 01:00 uur

VOOR WIE

Alle Fortius sporters inclusief introduc e
en ouders, 16 jaar en ouder

Plus sponsors

KOSTEN

  7,50 per persoon

Inclusief:
**WELKOMST-
DRANKJE**
&
**3 GRATIS
CONSUMPTIES**

**LIVE DJ & OPTREDENS • RAD VAN FORTUIN
SPORT/PUBQUIZ • FORTIUS TOPSPORTERS**

www.fortiusrechtsteden.nl



CLUBRECORDS EN RANGLIJSTEN

[door Joke Torbijn]



CLUBRECORDS

Op donderdag 21 april liep **Cristy Pieter** in Alblasserdam op de 300 meterbaan een hele ronde in 42,99 s en dat was een verbetering van het (officieuze) clubrecord 300 meter bij de meisjes junioren A en B.

Tijdens de competitiewedstrijd op 1 mei in Spijkenisse liep het vrouwenteam een clubrecord op de Zweedse estafette. **Claudia Noordzij** (400 m), **Cristy Pieter** (300 m), **Milet Hoornaar** (200 m) en **Ilse Torbijn** (100 m) lieten 2:24,35 voor zich klokken en dat betekende een verbetering van een 19 jaar oud clubrecord met 0,11 s. Het oude record uit 2003 stond op naam van Froukje Bergwerf, Rosina Hodde, Kyra Pabbruwee en Joke Torbijn.

Carsten Kok verbeterde op woensdag 11 mei in Barendrecht het clubrecord op de 3000 meter voor jongens junioren B. Hij liep de afstand in 8:48,75 en dat was bijna 4 seconden sneller dan de oude recordtijd van Quinten Hennekam uit 2006.

Tijdens de competitiewedstrijd op 15 mei in Terneuzen vestigde **Floor Zebel** in 10:20,89 een clubrecord voor meisjes junioren B op de 2000 meter steeplechase.

In de competitie U20/U18 sneuvelde op 15 mei opnieuw een clubrecord op de Zweedse estafette. In Terneuzen liepen de B-meiden **Savannah Bailey** (400 m), **Cristy Pieter** (300 m), **Julia van Dorp** (200 m) en **Evy Wessels** (100 m) 2:32,42. Dat was een verbetering van het clubrecord voor meisjes junioren B uit 2018 (Miranda van Dijk, Sophie van der Spoel, Tes van Noort, Claudia Noordzij: 2:33,12) en ook een verbetering van het clubrecord voor meisjes junioren A uit 2011 (Mariska Wüst, Marte Dekker, Suyanna Richardson, Isa Zuiderduijn: 2:33,1).



Ilse, Milet, Claudia en Cristy, goed voor een clubrecord op de Zweedse estafette.

PRESTATIELIJSTEN

De 10-bestenlijsten van **Fortius** staan met dank aan de werkgroep *Statistiek* (Daniël Hermus, Piet Barends, Rens van der Elst en Joke Torbijn) on-line:

<http://www.fortiusrechtsteden.nl/index.php/uitslagen-fortius/ranglijsten-10-besten-fortius>



IN GESPREK MET KO EN WIL FLORUSSE

[door Henk Nugteren]

Eerder dit jaar hadden we al het echtpaar den Haan in deze rubriek, deze keer hebben we weer een echtpaar: Ko en Wil Florusse. Hoewel al in de zeventig, zijn Ko en Wil nog altijd als atleten actief, zelfs internationaal. Eind februari deden ze mee aan de Europese kampioenschappen indoor voor Masters in Braga (Portugal), waar Wil haar eerste internationale medaille haalde op discus. Ko had dit jaar ook een grote kans op een medaille, maar hij greep er dit keer helaas door een blessure naast. Toch reden genoeg om ze beiden te vragen voor een interview.

Omdat ik even niet mobiel was, kwamen Ko en Wil bij mij thuis langs, zodat we een middagje konden kletsen over atletiek, **Fortius**, competitie en Master-kampioenschappen. Eerst informeerde ik bij Ko naar zijn blessure, maar eigenlijk wist ik al dat de grootste problemen voorbij waren, want op de website had ik gelezen dat hij tijdens de eerste ronde van de Mastercompetitie, op 24 april in Vught, alweer een smak waardevolle punten voor de ploeg verzamelde op de 100 m en het verspringen. In het verslag stond geen tijd vermeld en dat zal zijn reden hebben gehad, want Ko had te maken met 4,7 m/s tegenwind en dan verwacht je geen recordtijden. 'Maar,' zo voegt Ko er aan toe, 'ik scoorde wel de meeste punten op de 100 m landelijk die dag'. En daar gaat het in de competitie vooral om. Die blessure van februari bleek dus al aardig genezen, maar voorzichtig doen blijft het devies, vooral op die leeftijd. Het ging over een bovenbeenblessure aan de voorkant van het been (de quadriceps) en gelukkig niet de hamstring, want dat is veel verraderlijker. Toch was het deze spier die opspeelde in Braga en Ko tot opgave dwong tijdens de series 60 m. Tijdens de Mastercompetitie ging het alweer zo goed dat Ko ook deelnam aan het verspringen, terwijl hij al lange tijd niet eens gesprongen had. Natuurlijk betrof de blessure niet het afzetbeen, anders was het niet verstandig geweest. Nu rolde er pardoes een clubrecord M70 uit: 4,04 m. Ook Wil had al vele malen aan internationale kampioenschappen voor Masters meegedaan, werd een keer vierde en een keer vijfde, maar behaalde juist in Braga haar beste resultaat: brons op discuswerpen met een beste worp van 20,11 m. De oplettende lezer zal zich afvragen of ze in Portugal met de discus in de hal werpen. Op dat punt was de toevoeging *indoor* in de naam wat misleidend, er stonden namelijk ook enkele nummers buiten op het programma, wat in Portugal eind februari beter te doen is dan in Nederland, want het was ruim 20 graden. Op deze kampioenschappen gaat het er serieus aan toe maar er is toch een ontspannen sfeer en de organisatie zorgt ervoor om het geheel allure te geven. Zo vertelt Wil dat achter het podium voor de medaille-uitreiking de landsvlaggen van de drie winnaars groot werden geprojecteerd. Kon ze hier voorheen naar kijken, nu mocht ze zelf voor de Nederlandse vlag plaatsnemen. En zo zie je maar weer dat atletiek voor een V70 nog mooie nieuwe ervaringen kan opleveren.



Ko en Wil op de thuisbaan in Dordrecht.



Wil in actie op discus in Braga.



In 2008, in *Atletiek Vereniging Parthenon 60 jaar*, een speciale uitgave van het clubblad ter gelegenheid van dit jubileum, werd Ko al een *oude rot* genoemd, die toen al 43 jaar lid was, aan ontelbare competitiewedstrijden had deelgenomen en ook naar internationale veteranenkampioenschappen was geweest. Ko begon zijn internationale carrière in 2006 bij het WK indoor voor Masters in Linz (Oostenrijk) toen hij 55 was. Hij behaalde meteen de finale en in alle nog volgende EK's en WK's wist hij altijd minimaal een finaleplaats af te dwingen, behalve dan toen het dit jaar misging vanwege een blessure. In 2016 behaalde hij nog een zilveren medaille in Ancona.

Dit jaar zijn Ko en Wil beiden 57 jaar lid van de vereniging. Dat bracht me tot de vraag aan Wil wie er eerder was, Ko of de atletiek. Daar hoefde Wil niet lang over na te denken, want ze wist nog precies dat zij minstens drie maanden eerder lid werd dan Ko. Na wat uitstapjes naar korfbal en turnen, bekeerde Wil zich, voornamelijk door toedoen van haar moeder Tinie van de Koogh, tot de atletiek. Enkele maanden nadat zij lid was geworden werd haar moeder gevraagd om training te gaan geven aan de meisjes en dames. Nog datzelfde jaar werd Ko ook lid en C-junior, maar het duurde nog wel een paar jaar voordat ze elkaar hadden gevonden. Het werd een echt atletiek- (of Parthenon-) huwelijk, want op het feest in 1973 was vrijwel de hele club aanwezig.

Het was eind jaren '60, begin jaren '70 en Parthenon werd onder de bezielende leiding van de trainers Tinus Beckers en Tinie van de Koogh sterker en sterker, waarbij Ko en Wil een belangrijke inbreng hadden. Vooral de dames competitieploeg begon aan een stormachtige opmars door vier jaren achtereen te promoveren om te eindigen in de hoofdklasse. In 1975 maakte ook de jongere zus van Wil, Joke (Joke Torbijn), deel uit van de ploeg die tweede werd in de 1^{ste} klasse en opnieuw promoveerde naar de hoofdklasse. De herenploeg acteerde in die jaren in de tweede klasse, maar later, in 1993, promoveerde de ploeg met Ko in de gelederen naar de eerste klasse.

In het interview voor *60 jaar Parthenon* vertelt Ko over alle veranderingen die hij sinds het begin als junior had meegeemaakt. De sintelbaan werd een kunststofbaan, waardoor er veel constanter kon worden getraind. Het ene paar spikes met vier verankerde punten, waarop Ko nog een volledige tienkamp moest draaien, werd vervangen door specifieke schoenen met verwisselbare punten voor de verschillende nummers. Ook de kleding en het atletiek materiaal zelf evolueerde enorm. En wat is er sinds 2008 nog veranderd? Daar moeten Ko en Wil even over nadenken. Er lijkt niet zo veel meer te veranderen. 'Toch,' zegt Ko, 'elektronische tijdwaarneming bestond toen natuurlijk al wel, maar de apparatuur was nog duur en niet elke vereniging kon dat opbrengen, zodat er nog vaak handgeklokte tijden in de uitslagen verschenen. Dat is tegenwoordig niet meer denkbaar, zonder elektronische tijd kom je nergens meer'.



Wil met haar bronzen medaille voor de Nederlandse vlag.



Een atletiekhuwelijk uit de jaren '70.



Wil (in het midden met staartjes) en de damesploeg.



En dan weet Ko nog wat: 'De schoenen zijn de laatste jaren sterk verbeterd met de koolstofplaten voor demping en energieabsorptie'. Of je er nu echt sneller van gaat sprinten kan hij niet bewijzen, daarvoor zijn de omstandigheden tussen wedstrijden te verschillend. Maar lekkerder loopt het in ieder geval wel.

Voor de Masters competitieploegen zijn Wil en Ko nog steeds waardevolle krachten. Vanwege de age-grading worden hun prestaties naar waarde beoordeeld. Beiden scoren nog steeds rond de 700 punten en dat op meerdere nummers, daar moeten de jongere (Master) atleten nog maar zien aan te komen. Zo wierp Wil op 24 april in Vught 21,30 m (697 punten) met de discus, nog zelfs ruim een meter meer dan waarmee ze in Portugal brons won.

Voor de fusie waren Ko en Wil ook actief betrokken bij allerlei vrijwilligerswerk voor de vereniging, daarna is dat wat minder geworden, de focus kwam toch meer op de eigen sportbeoefening te liggen. Minimaal drie keer per week trainen zij, op de dinsdag- en donderdagavonden in de groep van Peter van 't Zelfde en op zondag voor zichzelf op schema's van Peter. En dan zijn er ook nog de wedstrijden, zodat er weinig tijd overblijft om bij andere zaken te assisteren. Al zullen ze natuurlijk niet te beroerd zijn om straks op 22 mei een handje uit te steken als Fortius zelf een wedstrijd in de seniorencompetitie organiseert. De vaderlandse atletiek zit de laatste jaren behoorlijk in de lift, maar helaas is volgens Wil het effect daarvan nog nauwelijks meetbaar in de ledenaanwas, al is de pupillengroep dan wel behoorlijk groot.

Hun eigen kinderen, Robert en Sigrid, zijn beiden ook voor de atletiek gevallen, maar ook zij behoren inmiddels al tot de Master categorie en doen vrolijk mee aan het vergaren van punten voor de competitieploegen, zowel senioren als masters. Daarbij is Sigrid ook nog eens ploegleider van de seniorenploeg. Hun kleinzoon van 12 heeft nog weinig oren naar atletiek, maar wat niet is kan natuurlijk altijd nog komen.

Hoe kun je van je juniorentijd continue op niveau doorgaan tot V70 of M70? Dat is een vraag die Ko en Wil wel vaker zullen horen. Het geheim zit 'm volgens Ko in regelmaat, rust, minder intensief trainen met de stijgende leeftijd en vooral in het behouden van de motivatie door het plezier in de sportbeleving. Bovendien zijn de goede prestaties op EK/WK een stimulans om door te gaan. Daarbij komt dat het bezoeken van internationale kampioenschappen goed te combineren is met hun gezamenlijke hobby: reizen. Je gaat tenslotte niet voor een wedstrijd een weekendje naar Australië of de USA, daar worden dan meteen vier of vijf weken vakantie aan vastgeplakt.

Zolang ze gezond blijven en de atletiekbeoefening plezier blijft geven, zullen we de resultaten van Ko en Wil Forusse nog vaak in deze nieuwsbrief zien verschijnen.



Ko aan de start van een van zijn internationale indoor-kampioenschappen.



Wil en Ko tijdens een vakantie naar aanleiding van een atletiektoernooi, hier bij de Iguacu-waterval op de grens tussen Argentinië en Brazilië.



BAAN EN INDOOR

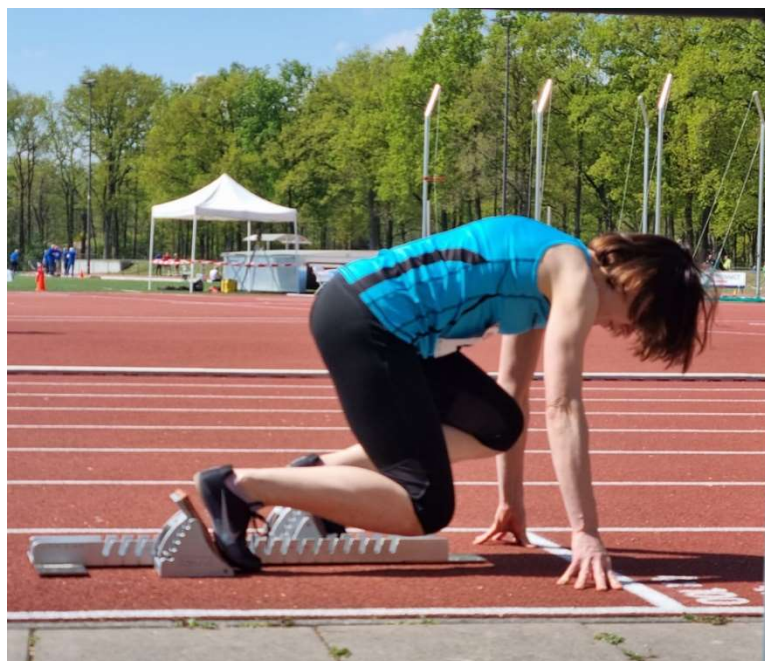


[door Joke Torbijn]

KANSEN OP FINALE IN MASTERSCOMPETITIE

De mastersploegen van **Fortius** hebben het zondag 24 april in Vught goed gedaan in de eerste ronde van de competitie. Of ook dit jaar de landelijke finale gehaald gaat worden is nog lang niet zeker, maar kansen liggen er na deze eerste competitiewedstrijd zeker nog wel. Een verslag van de wedstrijd in Vught staat op onze website te lezen:

<https://fortiusrechtsteden.nl/index.php/uitslagen-fortius/2197-fortius-draait-goed-mee-in-masterscompetitie>



Start van de 1500 m met Peter Loopik helemaal links. Carina Banga aan de start van haar loopnummer.

FORTIUSVROUWEN STAAN ER GOED VOOR IN SENIORENCOMPETITIE

De vrouwenploeg van **Fortius** maakte zaterdag 1 mei een vliegende start in de competitie voor senioren. In de poulewedstrijd in Spijkenisse wonnen ze de wedstrijd met 7238 punten met ruime voorsprong, maar ook in de landelijke tussenstand staan ze er met een derde plaats uitstekend voor. Het streven is nu om in de volgende voorrondes minimaal in de top 8 te blijven om in september deel te mogen nemen aan de finaleronde met als inzet promotie naar de 2^{de} divisie.

De vrouwenploeg kende geen zwakke schakels en het eindresultaat was echt een collectieve



Cristy Pieter met ruime voorsprong op de 200 m.



prestatie. We noemen hier een paar uitslagen die er extra uitsprongen door een bijzonder hoog puntenaantal: Milet Hoornaar 13,05 s op de 100 meter, Cristy Pieter (MJB) 25,95 s op de 200 meter, Claudia Noordzij 63,93 s op de 400 meter, Savannah Bailey (MJB) 10,45 m kogelstoten, Anniek de Lange (MJB) 1,75 m hoog.

Een mooi spektakelstukje was de Zweedse estafette aan het eind van de middag. De al genoemde Claudia, Cristy en Milet, aangevuld met slotloopster Ilse Torbijn, wonnen de wedstrijd met een straatlengte voorsprong in 2:24,35, een clubrecord (zie foto in de rubriek *clubrecords*).

In de mannenploeg van **Fortius** waren het vooral de lopers op de langere afstanden die uitblonken. Timo de Kok (JJA) won de 800 meter in 2:00,79. Roy Werner deed goede zaken met 16:00,75 op de 5000 meter.

In de poulewedstrijd in Spijkenisse werden de **Fortius**mannen achtste. In de landelijke tussenstand staan ze op de 34^{ste} plaats van de in totaal 77 ploegen.

De volledige uitslagen staan op Atletiek.nu.

Op 22 mei wordt de tweede ronde van de seniorencompetitie verwerkt. Voor de **Fortius**teams wordt dat een thuiswedstrijd, want **Fortius** organiseert de wedstrijd in poule 13.

TWEEDE WEDSTRIJD COMPETITIE JUNIOREN C/D

Op zaterdag 14 mei werd de tweede ronde in de competitie voor junioren C/D verwerkt. **Fortius** deed in poule 59 in Papendrecht met acht ploegen mee. Het team van de junioren D won de poulewedstrijd en verstevigde hun kans op plaatsing in de landelijke A-finale door in de landelijke tussenstand op te klimmen naar de achtste plaats.

Het **Fortius** team 1 van de meisjes D werd in Papendrecht tweede, team 1 van de jongens C werd vierde en het team van de meisjes C werd er achtste.

TWEEDE WEDSTRIJD COMPETITIE JUNIOREN U20/U18

[door Rens van der Elst]

Op zondag 15 mei - mogelijk een van de warmste dagen van de maand mei – was er de tweede competitiewedstrijd voor de junioren U20/U18. Helaas door de Atletiek Unie wederom geplaatst in het midden van de centraal examens wat logischerwijs voor een aantal afzeggingen heeft gezorgd.

Ditmaal moesten we naar het uiterste puntje van Zeeland, de regio is blijkbaar heel groot, en voor iedereen ruim 100 km heen en terug in de auto. Maar gelukkig hebben we de ouders nog. Als steun, als juryleden of gewoon als chauffeur.

Desondanks zijn er zowel bij de mannen als bij de dames weer een aantal mooie prestaties neergezet. Voor de uitslagen zie *Atletiek.nu*, maar hieronder een paar mooie uitschieters.

Bij de jongens liep Timo de Kok met een mooie 1500 m de ranglijst in. Yuma van Dijkhuizen was sinds lange tijd weer actief op de polsstok en sprong een nette 3,20 m en liep daarna nog een mooie 200 m in 25,48. Sven Hurkmans behaalde een hele mooie afstand op speer: 49,12 m.

Mees Schneider, die voor het eerst 2000 m steeple liep en nog nooit over horden had gelopen, realiseerde 7:03,69!

Uiteraard waren er ook bij de dames mooie resultaten:

Savannah Bailey stootte op 1 cm na 12 meter met de kogel. Floor Zebel, die zich verheugde op de 2000 m steeple die voor het eerst in haar categorie werd gelopen, finishte in een mooie 10:20,89 en een nat pak, maar ook een clubrecord!



De Zweedse estafette leverde Savannah, Cristy, Julia en Evy zelfs een clubrecord op. Klasse dames! Eva Reijenga leverde in de hitte een hele mooie 1500 m af met 5:13,66 en snelt daarmee ook hard de ranglijst binnen.

Laten we niet vergeten dat dit een team-effort is geweest, voor zowel de dames als de heren en dat we zeker bij de dames nog een kans hebben om de finale te halen. Op naar de 3^{de} wedstrijd met hopelijk weer iedereen aanwezig en op zijn best. We gaan er voor. Wij als trainers hebben van jullie genoten.

UITSLAGEN OVERIGE BAANWEDSTRIJDEN

De meeste uitslagen van baanwedstrijden waar **Fortius** atleten aan meedoen, worden op onze website gepubliceerd onder "uitslagen": <https://www.fortiusdrechtsteden.nl/index.php/uitslagen-fortius>
Hieronder een overzicht over de afgelopen vier weken.

Tijdens een avondwedstrijd op vrijdag 22 april in Tilburg liep Mareen van de Brug (VSen) een 400 meter horden in 1:17,64. Ze kwam met die tijd binnen in de 10-bestenlijst van **Fortius**.

Vier deelnemers van **Fortius** waren er op de kogelslingerwedstrijd zaterdag 7 mei in Boskoop. Julia van Dorp won de wedstrijd bij de meisjes junioren B met 41,03 m. Allison van Meggelen slingerde de 2 kg-kogel naar 30,37 m, een officieus clubrecord voor meisjes junioren D. Bo van Driel slingerde in diezelfde categorie 22,26 m. Guido van Meggelen (M45) slingerde de 7,26 kg zware kogel naar 20,86 m. Zie ook uitgebreid verslag door Piet Barends in de jeugdrubriek.

Tijdens de Energie Track Meeting in Barendrecht op woensdag 11 mei hebben enkele **Fortius** atleten snelle tijden gelopen op de 1000 en 3000 meter. Carsten Kok brak in zijn allereerste baanwedstrijd op de 3000 m in 8:48,75 meteen het clubrecord voor jongens junioren B. Ook Eva Reijenga (MJA) liep met 11:02,50 een mooie tijd op de 3000 meter. Henrik Barendregt (M45) verbeterde zijn tijd naar 10:28,91. Op de 1000 meter zette Timo de Kok (JJA) met 2:40,23 een mooie tijd op de klokken.

Op een avondwedstrijd van ARV Achilles in Etten-Leur op vrijdag 13 mei was een groot deel van de familie Florusse actief. Robert (M40) liep er de 100 meter in 12,62 s. Zijn vader Ko (M70) liep de afstand in precies 14 seconden. Moeder Wil (V75) gooide de discus naar 20,34 m.

Op vrijdagavond 14 mei liep Tibo Visser in Utrecht de 800 meter in 1:57,31.

[Advertentie]



DORDRECHT

KORTE PARALLELWEG 169 · 3311 JN DORDRECHT

T [078] 635 68 35

Dé Hardloopspecialist van de Drechtstedenregio
www.runnersworlddordrecht.nl info@runnersworlddordrecht.nl



WEG EN VELD

[door Henk Nugteren]

Er was weer voldoende keus uit wedstrijden en dat was te zien aan de diversiteit in de uitslagen, met veel wedstrijden waar slechts één of een handjevol **Fortius**atleten present waren. Uitzondering vormde de BreakfastRun op Koningsdag in Ambacht. Opvallend vaak zagen we Robbert-Jan de Smit en Kees Prins in de uitslagen langskomen. Maar eerst komen we nog met een aanvulling op de uitslag van de Rotterdam Marathon.

Stuur je bijdragen voor de volgende nieuwsbrief tot uiterlijk 15 juni naar: nieuwsbrieffortius@outlook.com.



UITSLAGEN

Rotterdam Marathon, 9 april 2022

Vorige maand was er niet genoeg tijd om de uitslagen van de Rotterdam Marathon volledig te doorzoeken en te controleren op **Fortius**atleten (wat veel tijd vergt). Gelukkig kwamen er wat opmerkingen binnen en hebben we met hulp van Piet Barends en Toos Volmer nog een aantal finishers kunnen toevoegen. Het zou me niet verbazen als er nog meer leden meegedaan hebben, want na minutieus zoeken van Piet Barends stonden er in de lijst van Toos toch nog drie namen die Piet kennelijk waren ontgaan. Maar dat zal altijd zo blijven bij massale wedstrijden waarbij de organisatie het vertikt clubnamen in de uitslagen te vermelden. Wie kan foutloos een lijst van 16000 namen doorzoeken? Verder bleken er ook nog atleten vermeld die niet (meer) lid van **Fortius** zijn. Ook dit is niet te voorkomen zolang er (vanwege privacywetgeving) niet met actuele ledenlijsten kan worden vergeleken.

In volgorde van aankomst dienen nog de volgende atleten toegevoegd te worden (naam; categorie; plaats in categorie; netto tijd):

Peter van den Heuvel	MSen	486	3:10:42	Carola Dortmont	V50	144	4:27:00
Matthijs van Almen	M40	295	3:21:28	Mark Ophorst	M50	804	4:27:49
Esther Roodenburg	VSen	210	3:45:41	Mariëlla de Lang	V50	169	4:33:41
Freek Busch	MSen	1526	3:48:19	Sandra Klein	V45	239	4:39:08
Mark Walgers	MSen	1749	3:54:38	Monique Steenhoek	V40	338	4:43:02
Remco Spruit	M50	521	3:59:41	Lieke Boerlage	VSen	795	4:42:18
Leon Goor	M60	128	4:07:59	Jeroen Brouwers	M35	1228	4:51:18
Erik van Konijnenburg	M60	138	4:12:16	Arie Nouwen	M60	249	4:56:36
Anky Kroon	V50	92	4:12:16	Ko ter Linden	M65	91	5:22:28
Annelies van der Kolk	V50	117	4:19:40	Henri Appeldoorn	M50	1028	5:25:28

Op zaterdag 16 april liep Anna van Stigt de Taxandria Vennenloop in Oisterwijk. De wedstrijd was 10 km lang en Anna finishte op een mooie vierde plaats in 43:05.

Tijdens de Vestingloop in Steenberg en op 17 april werd Maartje Willems 74^{ste} op de 5 km in 35:20.

Op de 10 km werd Robbert-Jan de Smit in 49:09 43^{ste} en Harm de Jonge in 1:00:01 142^{ste}.

Op tweede Paasdag 18 april won Kees Prins in Numansdorp de 2^{de} Paasloop over 10 km. Met zijn tijd van 37:51 was hij zowel bij de M35 als in het overall klassement eerste.



Tijdens het Rondje Almkerk op zaterdag 23 april werden door **Fortius** atleten twee tweede plaatsen behaald op de 10 km. De eerste was voor Menno van Rosmalen bij de MSen in een tijd van 38:14. Kees Prins deed er met 38:47 iets langer over om ook een tweede plaats te grijpen bij de M35.

Op 24 april werden twee marathons gehouden waaraan **Fortius** atleten deelnamen. De eerste was de klassieke marathon van Enschede, waar er weer een sub-3uur werd gerealiseerd. Het was Anco Oomsen die 36^{ste} werd bij de MSen en in 2:58:24 finishte. De andere marathon was de Two Rivers Marathon in Zaltbommel, die vanwege de coronamaatregelen eerder in het jaar naar deze datum was verplaatst. Marco Huijsdens werd er in 4:33:56 176^{ste} bij de mannen.

Op 27 april, Koningsdag, werd in Hendrik-Ido-Ambacht de traditionele BreakfastRun gehouden. Dit bracht een groot aantal clubleden vroeg in de ochtend in beweging op deze vrije dag. Er werden een 5 km en een 10 km loop georganiseerd. Robbert-Jan de Smit (M50-) en Mark Prins (M50+) namen de overwinningen op de 5 km voor hun rekening. Bij de vrouwen deed Anna van Stigt dat op de 10 km. Uitslagen:

5 km	10 km	29 John van Belle	53:41
Mannen	Mannen	36 Henk Visser	55:08
1 Robbert-Jan de Smit 20:20	3 Roy Werner	37 Leo Fioole	55:17
Mannen 50+	11 Kees Prins		
1 Mark Prins 21:19	46 Jeffrey Derkx	Vrouwen	
14 Ronald Dingemanse 33:21	63 Edward Pieper	1 Anna van Stigt	43:41
15 Henri Appeldoorn 36:08	Mannen 50+	Vrouwen 40+	
	9 Gerard Groothuizen	8 Ellen Visser	55:22
	17 Leon Goor	19 Martine Verhulst	1:05:50
	25 Chris den Hartog	20 José Spiertz	1:07:52

Al misschien meer dan vijftig jaar wordt op Koningsdag (voorheen natuurlijk Koninginnedag) in Oud Gastel de Vlietloop georganiseerd. Maar nog niet zo vaak zal deze halve marathon in een overwinning voor **Fortius** (of voorheen Parthenon of Hercules) zijn geëindigd. Kersvers lid Carsten Kok, nog maar B-junior, presteerde het om bij de MSen deze halve marathon te winnen. Hij moest in de overalrangschikking wel nog een M35 voor laten gaan, maar de 1:09:00 die hij op de klokken bracht laat zien dat hij nu al tot de regionale top behoort en een grote belofte voor de toekomst is.

Vijf **Fortius** atleten waren er op 7 mei in Oosterhout bij de Kaaienloop. Op de 10 km werd Albert Jan Timmerman veertiende bij de MSen in 41:19. Bij de M35 was er een vijfde plaats voor Kees Prins in 38:42. Johan de Jong noteerde 56:45 en werd daarmee zesde bij de M65. De enige **Fortius** vrouw was José Spiertz, die in 1:05:00 zestiende werd bij de V45. Jan Faes hield het bij 5 km en werd in 22:24 vierde bij de M65.

In Ter Heijde (Z-H) werd op 13 mei de Omloop Ter Heijde gelopen. Robbert-Jan de Smit werd hier 38^{ste} op de 10 km in 51:25.

Ger Weber liep op 15 mei in Venlo de Venloop, een halve marathon die hij als 159^{ste} M60 afsloot in 2:19:34.



WEDSTRIJDKALENDER

Er is de komende tijd weer voor iedereen keuze in wedstrijden en prestatielopen voldoende. De kalender ziet er weer als van ouds uit. Maak er gebruik van, want je weet maar nooit hoe het in het najaar weer zal zijn. Speciale aandacht is er voor de Smulbosloop op 26 mei, met start en finish bij de Viersprong, en de ZoomerWantijRun op 22 juni vanaf onze eigen baan. Zie nadere aankondiging voor deze twee evenementen op de volgende bladzijden,

Mei

21/22	's-Hertogenbosch	Vestinglopen	www.vestingloop.nl
22	Maassluis	Halve Marathon	www.avwaterweg.nl
22	Terheijden	Terheijdenloop	www.deterheijdenloop.nl
26	Dordrecht	Smulbosloop	www.tvdordrecht.nl
26	Delft	Golden Tenloop	www.goldentenloop.nl
26	Rotterdam	Molenloop	www.molenlooprotterdam.nl
29	Brielle	Vestingloop	www.vestinglopen.nl

Juni

4	Zundert	VanGoghloop	www.vangoghloopzundert.nl
6	Etten-Leur	Lelielooop	www.rrel.nl
6	Schijndel	Loop naar de Pomp	www.delooopnaardepomp-schijndel.nl
11	Papendrecht	Nationale Lentelooop	www.avpassaat.nl
12	Bergen op Zoom	Brabantse Wal Marathon	www.debrabantsewalmarathon.nl
12	Albrandswaard	Lentelooop	www.albrandswaardactief.nl
15	Gilze	Hardloopgala	www.hardloopgalagilze.nl
15	Bleiswijk	Midzomeravondloop	www.dekieviten.nl
16	Hendrik-Ido-Ambacht	Inner Circle Run	www.innercirclerun.nl
18	Rijsbergen	Bavolooop 10 km	www.bavolooop.nl
20	Woerden	Singelloop	www.singelloopwoerden.nl
21	Zaltbommel	Midzomernacht ½ Marathon	www.zaltbommeldutchrunners.nl
22	Dordrecht	ZoomerWantijRun	www.zoomerwantijrun.nl
25	Galder	Ganzenvenloop	www.ganzenvenloop.nl
26	Roosendaal	Halve marathon	www.halvemarathonroosendaal.nl

Juli

2	Schipluiden	Kadelooop	www.kadelooop.nl
9	Oosterhout	Oosterhoutse Trail	www.oosterhoutsetrail.nl
9	Dongen	Dwars door Dongen	www.dwarsdoordongen.nl
10	Noordwijk	Tien van Noordwijk	www.10vannoordwijk.nl
15	Oud-Beijerland	Hoeksche Waard Loop	www.epicruns.nl/hoekschewaardloop/



**SMUL
BOS
LOOP**

5 & 10 KM
VOOR LOPERS
VAN ALLE
NIVEAUS

HEMELVAARTSDAG
DONDERDAG 26 MEI 2022
START 10:00 UUR
VIERSPRONG, DORDRECHT



SMULBOSLOOP

Op Hemelvaartsdag, donderdag 26 mei 2022, organiseert de Triathlonvereniging Dordrecht traditiegetrouw de Smulbosloop.

Dit is een gezellig en laagdrempelig hardloopevenement in het mooiste gebied van Dordrecht: het natuurgebied De Elzen en Louisa- en Cannemanspolder (onderdeel van de nieuwe Dordtsche Biesbosch). Deze leuke prestatieloop heeft een prachtig gevarieerd parcours (iets vernieuwd) over fiets- en wandelpaden.

Er kan gekozen worden uit twee afstanden: 5 km (één ronde, start om 10:00 uur) en 10 km (twee rondes, start om 11:00 uur). Startlocatie bij De Viersprong.

Voor alle deelnemers zal er na de finish een mooie medaille beschikbaar zijn. Voor de nummers 1, 2 en 3 van iedere afstand en dames- en herencategorie is er ook een mooie prijs (een trofee en waardebonnen van Runnersworld).

Voorinschrijving € 7,- (tot 24 mei) via <https://inschrijven.nl/form/2022052600735-nl>) of na-inschrijving € 9,- (op dag van het evenement).



WOENSDAG 22 JUNI 19:30 UUR ZOOMER WANTIJRUN

5 km, 10 km of 10 Engelse mijl (16,1 km)



Run met een doel



Locatie: Sportpark Reeweg
Halmaheiraplein 35, Dordrecht

Supported by



Dordt Centraal

Kinderen - Drukwerk - Verkoopzitting - Beeld



Rabobank



DOE MEE EN SCHRIJF JE IN: WWW.ZOOMERWANTIJRUN.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.

WEDSTRIJD KOGELSLINGEREN IN BOSKOOP OP ZATERDAG 7 MEI 2022

[door Piet Barends]

Zaterdagochtend 7 mei vertrokken drie auto's vanaf verschillende adressen en op verschillende tijdstippen vanuit Dordrecht richting Boskoop, alwaar vier kogelslingeraar(st)ers in actie moesten komen. De organisatie had een bijzonder mooie dag uitgezocht voor deze wedstrijd. Zonnig weer en een goede temperatuur, zodat de meegereisde supporters op natuurlijke wijze iets bruiner konden worden.

Over het algemeen vielen de prestaties van de **Fortius**atleten wel mee. Allison van Meggelen keerde huiswaarts met een eerste plaats en een officieus clubrecord bij de meisjes D. Zij had in principe een uitstekende reeks. Jammer was, dat de andere goede worpen net aan de verkeerde kant van het sectorlint neerkwamen. Bo van Driel werd in deze categorie derde en verbeterde haar beste jaarprestatie met 1 cm, maar bleef nog wel net onder haar persoonlijk record. Julia van Dorp had weinig of geen concurrentie en won ruim bij de meisjes B met een worp vanuit maar één draai. Twee draaien lukte nog steeds niet en alle drie die worpen belandden in het net. Guido van Meggelen haalde officieel de 20 meter en werd eerste in zijn categorie. Zij het wel dat hij de enige was bij de mannen 45.

De uitslagen op een rij:

Allison van Meggelen (MD)	30,37 m
Bo van Driel (MD)	22,26 m
Julia van Dorp (MB)	41,03 m
Guido van Meggelen (M45)	20,86 m

RUIM 100 KINDEREN SCOREN MEDAILLE BIJ RIWAL JEUGDLOPEN

[overgenomen van website van de RIWAL Halve Marathon]

Op 23 april was het de beurt aan de kinderen van 4 tot en met 13 jaar om op de atletiekbaan van **Fortius** te laten zien hoe hard zij konden rennen. De jeugdlopen vonden, anders dan voorgaande edities, niet op dezelfde dag plaats als de halve marathon. Dat mocht de pret echter niet drukken, want ruim 100 kinderen van atletiekverenigingen, maar ook andere (vechtsport)scholen, deden mee aan de jeugdlopen.

Niet alleen de zon zorgde voor een gezellige sfeer op de baan. Een DJ zorgde met opzweepende muziek voor dat beetje extra energie. Ook de mascotte van **Fortius**, **Sportius**, was aanwezig en hij wist met zijn rare fratsen een lach op het gezicht van de kinderen te toveren.

De grootste beloning wachtte de kinderen echter net na de finishlijn. Daar kregen zij onder het toezien oog van trotse ouders een mooie, blinkende medaille omgehangen. De snelste kinderen in



iedere categorie mochten na afloop het ereschavot beklimmen om een mooie beker in ontvangst te nemen.

Op de genoemde website staan de volledige uitslagen en komen naast de hier afgedrukte foto nog meer foto's te staan, maar die waren er op het moment van het uitkomen van deze nieuwsbrief nog niet. Hieronder de uitslagen van alle jeugd die zich onder de naam **Fortius** had ingeschreven.

FrameRunners, 400 m

2 Tessa van Loosen 2:33

Groep 0 (t/m 6 jaar), 400 m

Jongens

1 Valentijn van Eersel 1:45

Meisjes

3 Annabel van de Venne 2:07

Groep 1 (7 t/m 8 jaar), 600 m

Jongens

1 Eise Dijkstra 2:19
 3 Bas de Wildt 2:30
 4 Jurriijn van Dijk 2:41
 5 Levi Besemer 2:43
 9 Bas Barendrecht 2:50
 10 Gracjan Barski 2:50
 11 Renzo von Grumbkow 2:52
 12 Nathan van der Zee 2:53
 13 Bas van Gink 2:53
 15 Xavier de Bruin 2:56
 16 Sverre Kok 2:58
 18 Mees de Bruin 3:17
 19 Lux Lataster 3:21
 21 Thomas Jansen 3:26

Meisjes

1 Isabel Rook 2:30
 2 Evangeline Pennock 2:42
 3 Diore van der Laan 2:44
 5 Sterre Ophorst 2:47
 7 Noa Bakker 2:49
 8 Pepa Hermus 2:49
 9 Alva Wierenga 2:52
 10 Lara Nagtegaal 2:56
 11 Pip Reehorst 2:57

12 Irina Wessels 2:58
 13 Norah de Jonge 3:01
 14 Marit van Dijk 3:07
 15 Merel Hamers 3:15
 17 Bente Lutz 3:16
 18 Rosalynn de Rijke 3:40

Groep 2 (9 t/m 11 jaar), 800 m

Jongens

2 Arend Vogelaar 2:55
 3 Milan van Ginneken 3:03
 4 Semme den Engelsman 3:06
 5 Sjors van der Laan 3:07
 6 Sven Schenkel 3:08
 7 Florian Ophorst 3:17
 8 Noah van Bezooijen 3:21
 9 Bastiaan de Jong 3:37
 10 Thijs bouman 3:39
 11 Boaz Bakker 3:42
 12 Adam Mahiou 3:54
 13 Daan Weber 3:57
 14 Charlie van de Koppel 4:05
 16 Sil Tummers 4:24

Meisjes

1 Evy Marie Rook 3:11
 2 Eva Versluis 3:14

3 Marley Guebadj 3:19
 4 Mila van Eersel 3:20
 5 Esmée Kirat 3:21
 6 Bo Buitendijk 3:26
 7 Liz Wierenga 3:27
 9 Bo Janssen 3:37
 10 Julie Adeney 3:42
 11 Karlijn Hamers 3:43
 12 Fleur de Bruin 3:49
 13 Sofie Nagtegaal 3:50
 14 Lyndsey van de Koppel 3:53
 15 Laura van de Venne 4:00
 16 Merle de Koning 4:02
 17 Fae Suijkerbuijk 4:10

Groep 3 (12 t/m 14 jaar), 1200 m

Jongens

1 Lenn Boer 4:29
 2 Stephano van Sas 5:22

Meisjes

1 Lisa van Schaik 4:40
 2 Amber Jansen 4:57
 3 Tula Hermus 5:00
 4 Sophie van der Hoeven 5:22
 5 Iris Sloaten 5:24
 6 Maud van Rooij 5:33





RENNEN

Het atletiekseizoen is weer van start. Onze ploegen hebben hun eerste competitiewedstrijden afgewerkt. De Diamond League is gestart met een wedstrijd in het hete Qatar, waarbij het polsstokhoogspringen naar een hal werd verwezen vanwege de harde woestijnwind. Behalve dat zijn er nog nauwelijks dingen gebeurd die het volschrijven van een column waard zijn.

Dan maar even dichter bij huis gekeken. Er zijn veel mensen die niet rustig kunnen blijven zitten om een telefoongesprek te voeren. Je ziet ze dan heen en weer of rondjes lopen. Op een camping ijsbeerde iemand rond een camper, waarbij je het halve gesprek kon volgen vanuit je tent. Gekker wordt het als ze bellend hardlopen. Het gebeurde al vaker dat er iemand voor me rende wiens telefoon afging. Die persoon stopte dan en nam het gesprek aan. Maar laatst nam iemand een gesprek aan zonder de hardloopactiviteit te stoppen. Als het dan helemaal nergens over gaat kan ik het me nog voorstellen. Maar ik ving op 'dat het contract onder die condities niet getekend kon worden!'. Kennelijk werd hier gewerkt. En de man wond zich behoorlijk op, waardoor zijn tempo rap zakte en ik hem zo voorbij was, wat zeker niet gebeurd zou zijn als hij in zijn eerdere tempo was doorgelopen. Als je belooft dat je thuis werkt en je gaat dan hardlopen, kom er dan eerlijk voor uit dat je je tijd naar eigen schema indeelt of meldt het even van te voren. Daar zou toch niets mis mee moeten zijn? Op deze manier werden de zaken niet zakelijk afgehandeld en was de hardloopsessie ook niet het toonbeeld van ontspanning. Een verlies-verlies-situatie. Waarom willen we allemaal zo graag multitasken als allang bewezen is dat dit niet efficiënt kan? Ik weet niet hoe het met het contract afliep, maar stiekem wacht ik op de eerste wedstrijd waarop bij een van mijn concurrenten de telefoon gaat en ik vervolgens demarreer.

Volwassenen hebben nog zelf de keuze over hun gedrag, voor kinderen ligt dat wat moeilijker. Neem het spelen op het schoolplein. Rennen en springen zijn gezond voor een kind, maar dan moet er wel ruimte voor zijn. En die is er lang niet altijd. Jasper van Kuijk (in de Volkskrant van 7 mei) onderzocht hoe veel ruimte een kind op een schoolplein is toebedeeld. Er blijkt een wet voor te bestaan die bepaalt dat een kind recht heeft op 3 m². Maar als een school meer dan 200 leerlingen heeft, en de scholen worden alsmaar groter, is 600 m² schoolplein voldoende. Dat betekent dat een kind op een grotere school minder ruimte beschikbaar heeft. Veel minder zelfs dan ik op mijn kleine lagere school had, waar vrijuit gerend kon worden en zelfs een zandbak was waar we ver en hoog sprongen. Jasper laat in een vierkant met stippen zien hoe dicht de kinderen op elkaar zijn gepakt als een school van 500 kinderen een schoolplein van 600 m² heeft. Weinig kans om te rennen, veel kans om overgewicht te ontwikkelen. Scholen zullen dus keuzes moeten maken en zich bij uitbreiding niet aan die bovengrens van 600 m² moeten houden, al zal het benodigde geld daarvoor niet door gemeente worden verstrekt.

Een andere optie is de kinderen verplicht drie keer per week naar **Fortius** te sturen. Dan moeten er nog meer pupillengroepen en begeleiders komen, maar aan ruimte is er zeker geen gebrek.



AGENDA

MEI 2022

Zaterdag 21	Alblasserdam	Pupillencompetitie
Zondag 22	Dordrecht	Competitie senioren

JUNI 2022

Donderdag 2	Dordrecht	Cor Melger loop 5 km
Zaterdag 4	Gorinchem	Pupillencompetitie
Zaterdag 11	Rotterdam Dordrecht	Competitie CD-junioren Feestavond Jubileum
Zondag 12	Zevenbergen	Competitie U20/18, AB-junioren
Zaterdag 18	Dordrecht	Jeugdactiviteit
Zondag 19	Barendrecht	Competitie Masters
Woensdag 22	Dordrecht	Zoomer Wantij Run

JULI 2022

Zaterdag 2	Dordrecht	Pupillencompetitie
Zondag 3	Zevenbergen	Competitie Senioren
Zondag 10	Dordrecht	Werpwedstrijd

Informatie over bovengenoemde activiteiten/wedstrijden verschijnt op www.fortiusrechtsteden.nl.

Wil jij iets geplaatst zien op deze agenda, geef dat dan even door via niewsbrieffortius@outlook.com.

Kijk voor actuele berichtgeving over wedstrijden en activiteiten op www.fortiusrechtsteden.nl. Dit geldt gedurende de coronacrisis ook voor trainingen en groepslessen.

AANLEVEREN NIEUWS VOOR DE VOLGENDE FORTIUS NIEUWSBRIEF:

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

NieuwsbriefFortius@outlook.com

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

