



Nieuwsbrief AV de Liemers

juli 2015

Medailles tijdens Nederlands Kampioenschap



In dit nummer:

NK prestaties

Donatie

Jeugdtrainingen

Tip van de Week

Vrijwilligerscommissie

Posbankloop 2015

Voorgoed verleden tijd

Eline de Jong is tijdens het NK junioren Nederlands Kampioen (MJA) op de 5.000 meter geworden in een tijd van 18.02.62.

Edwin Wissema heeft zaterdag 13 juni meegedaan aan het Nederlands Kampioenschap in Zierikzee. Hij heeft hier een 2e plaats behaald op de 5.000 meter in de categorie mannen 35+.

Kees Versloot is 3de geworden bij het NK Werpvijskamp. Zijn bronzen medaille behaalde hij in de categorie M50. Tijdens de wedstrijd verbrak hij ook 3 clubrecords.

Van harte gefeliciteerd Eline, Edwin en Kees



Donatie ontvangen uit het ING Goede Doelenfonds voor medewerkers

Door ons lid Jack Huisman is een donatie aanvraag ingediend voor een donatie vanuit het ING Goede Doelenfonds voor medewerkers. Deze aanvraag is toegewezen en AV de Liemers heeft een donatie van €1000,- ontvangen.

De donatie zal gebruikt worden voor het organiseren van jeugdactiviteiten (6-18 jaar) en voor de aanschaf van inventaris in het nieuwe clubhuis.

Jack en het ING Goede Doelenfonds voor medewerkers bedankt voor deze donatie. Het zal goed gebruikt worden.



Jeugdtrainingen in de zomervakantie

Tijdens de zomervakantie zullen de jeugdtrainingen helemaal stoppen. Dit vanwege het geringe animo tijdens de trainingen van vorig jaar.

De laatste training is op zaterdag 18 juli en de eerste training zal weer starten op 29 augustus

AV De Liemers doet mee aan pilot: Tip van de Week

Het bestuur van AV De Liemers heeft positief besloten op een verzoek vanuit de Atletiekunie voor deelname aan een pilot om de zichtbaarheid van het Atletiekunie lidmaatschap te vergroten.

De sportbond wil graag zichtbaarder zijn voor de hardlopers binnen clubs. Als proef stuurt de Atletiekunie daarom wekelijks een Tip van de Week. Deze tip bevat allerlei interessante weetjes voor hardlopers. Ook zijn er regelmatig interessante verlotingen voor startnummers, boeken en allerlei andere hardloopartikelen. Bij andere clubs zijn de reacties op de Tip van de Week positief.

Binnenkort ontvangen ook alle leden van AV de Liemers de eerste Tip van de Week in hun mailbox. Mocht je de Tip van de Week niet meer willen ontvangen, dan kun je jezelf heel eenvoudig afmelden onder aan de e-mail.

Indien je vragen hebt over deze pilot, neem dan contact op met de Atletiekunie:

Dennis Weijers -

dennis.weijers@atletiekunie.nl



Vrijwilligerscommissie

Met plezier kunnen we jullie laten weten dat AV De Liemers inmiddels beschikt over een heuse vrijwilligerscommissie.

De commissie bestaat uit Wim Zwikker, Stella Buning en Miryam Donkervoet (coördinator). Er ligt een vrijwilligersbeleidsplan (met dank aan Dick Brand voor het nodige voorwerk!) en we hebben concrete acties benoemd voor 2015.

Eén van de eerste acties was het inventariseren van alle huidige vrijwilligers bij de verschillende commissies en het inventariseren van het aantal nog benodigde vrijwilligers per commissie. Op deze manier willen we een vrijwilligersbestand gaan inrichten, dat we steeds verder kunnen uitbouwen en waaruit we snel kunnen putten als er ergens hulp nodig is. Zo hebben we ook de leden die zich gemeld hebben naar aanleiding van het vragenformulier "AV De Liemers zoekt hulp" opgenomen in dit bestand en hun namen aangereikt aan de desbetreffende commissies.

Een van de disciplines waar op dit moment de meeste behoefte is aan extra vrijwilligers is het jurycorps. Deze zomer wil de vrijwilligerscommissie dan ook graag een gerichte actie ondernemen om meer juryleden te werven.

Je hoort binnenkort van ons!

Leden die belangstelling hebben om zich aan te sluiten bij de vrijwilligerscommissie zijn van harte welkom! De gezegden "Veel handen maken licht werk" en "Hoe meer zielen hoe meer vreugd" gelden natuurlijk ook voor onze commissie.

Voor meer informatie: vrijwilligers@avdeliemers.nl of je kunt één van ons natuurlijk ook persoonlijk benaderen.

Posbankloop 2015

Op zondag 27 september 2015 vindt de 21e editie van de Posbankloop plaats. De inschrijvingen zijn geopend en inmiddels hebben meer dan 1000 deelnemers zich ingeschreven.

De Posbankwedstrijdloop van 6 kilometer voert door het prachtige Velp-Noord, alvorens via de Beekhuizenseweg en het bosrijke buitengebied wordt aangedaan. Het hoogtepunt, ook letterlijk, is de Emmapiramide (80m), die vanaf de kant van de camping Beekhuizen moet worden beklommen. Het parcours verloopt over verharde, autovrije wegen en beslaat één ronde.



De 15 kilometerloop is het hoofdnummer van de Posbankloop. Ongeveer 70% van het parcours ligt in het Nationaal Park Veluwezoom, met de gebieden rond Heuven, Posbank, Beekhuizen en de heuvels van Rozendaal.

De trainers van de loopgroepen faciliteren de mogelijkheid om tot een goede 6 km of goede 15 km tijd te komen. Veel leden van onze vereniging liepen de afgelopen jaren de al goed georganiseerde Posbankloop. Ga voor informatie naar je trainer voor een schema en aanwijzingen. Als je vrienden of vriendinnen hebt die mee willen doen, dan kan dat!

Op de [website](#) van de Posbankloop staat een button "Atletiekverenigingen / loopgroepen".

Door onze actieve deelname aan de promotie voor de Posbankloop wordt onder bovenstaande button onze vereniging genoemd en via een link komt men op de website van AVL.

Voor informatie: bij je trainer of trainer.jaap@avdeliemers.nl

Voorgoed verleden tijd: modderinloop hoofdingang atletiekbaan

Als vrijwilligersinitiatief door Wim Zwikker gestart, ligt sinds eerste week juni de vaak modderige vieze afsnijhoek bij de ingang er keurig bestraat bij!

Namens Bestuur hartelijk dank voor dit initiatief van Wim Zwikker, waarbij Wim aangaf dat het volledig team dat de credits toekomt zijn: kennis Arjen (leverancier stenen), Theo te Winkel (vervoer, uitgraven en materialen), Hugo (stenen sjouwen), clubleden Stella en Connor Buning en een stratenmaker van de gemeente voor advies en het aanrillen nadien.



Sponsors



E-mailadres en webversie

Deze nieuwsbrief wordt verzonden aan alle leden van AV de Liemers waarvan het e-mailadres bekend is bij de ledenadministratie. Is jouw e-mailadres gewijzigd of nog niet bekend bij de ledenadministratie geef dit dan zo snel mogelijk door. Het e-mailadres van de ledenadministratie is: ledenadministratie@avdeliemers.nl

Is de nieuwsbrief niet goed te lezen? Kijk dan op de [website voor een PDF versie](#).