



DE SPRINTER

CLUBBLAD VAN DE IJSVERENING ZOETERMEER



120 JAAR OUD, MAAR SPRINGLEVEND!

Jaargang 28 / Editie 1 - oktober 2006

BESTUUR

Voorzitter	Rob van Vliet	Ponyweide 53 2727 HK Zoetermeer	079-3420759 voorzitter@yvz.nl
Secretaris	Mariette Poublon	Ransuillaan 155 2261 DC Leidschendam	06-16206626 secretariaat@yvz.nl
Penningmeester	Ruud van der Hulst	Via Mercadante 6 2272 VD Voorburg	070-3860192 penningmeester@yvz.nl
2e Penningmeester	Fred Kroon	Konijnenweide 132 2727 GJ Zoetermeer	079-3410402 contributie@yvz.nl
Ledenadministratie	Piebe Belgraver	Oliver Hardystrook 50 2726 VA Zoetermeer	079-3316648 info@yvz.nl
Lid (PWA Silverdome)	Raymond van Steenbergem	Rhonestroom 31 2721 CD Zoetermeer	079-3613219 silverdome@yvz.nl
Lid (Jeugbelangen en trainerszaken)	Dick Waalewijn	L. van Hamelstraat 24 2264 DB Leidschendam	070-3202567 jeug@yvz.nl
Lid (Shorttrack)	Sonja Westerduin	Prinses Amaliastraat 4 2731 HC Benthuizen	079-3432726 short@yvz.nl
Redactie De Sprinter	Ruud Verlaan	Irenelaan 45 2712 CD Zoetermeer	079-3166236 redactie@yvz.nl

WEDSTRIJDSECRETARIS

Langebaan	Fred Retel	de Bentlanden 72 2731 HB Benthuizen	079-3460740 langebaan@yvz.nl
Shorttrack	Norbert van Riel	Sophiaplats 3 2713 EZ Zoetermeer	079-3165818 nrvriel@wanadoo.nl
Clubhuis Internet	De Doorloper www.yvz.nl	Buytenparklaan 3a	2717 AX Zoetermeer
Webmaster	Martijn Belgraver	Perkstraat 44 2712 EL Zoetermeer	079-8880146 webmaster@yvz.nl



Inhoud

<i>Inhoud</i>	2
<i>Van de voorzitter</i>	3
<i>Van de redactie</i>	5
<i>Bus-schaatsreizen naar de WEISSENSEE</i>	6
<i>Cursus schaatsen slijpen</i>	7
<i>Een week Elzas</i>	8
<i>Gedicht</i>	14
<i>Nieuwe website YVZ</i>	15
<i>Promoties</i>	15
<i>Skeelers 2006 – deel 1</i>	17
<i>Prijzen clubkleding</i>	21
<i>Jaaragenda seizoen 2005 – 2006</i>	22
<i>Verjaardagen</i>	24

**De fullcolour versie van de Sprinter lezen?
Kijk op de vernieuwde website van YVZ:
www.yvz.nl**

**Deadline volgende Sprinter
17 november 2006**



Van de voorzitter

Joepie! we kunnen weer schaatsen, er ligt weer ijs in de PWA Silverdome en de Uithof. Menig hart is weer sneller gaan kloppen, YVZ komt weer uit haar zomerslaap. Alhoewel, de echte die-hards hebben de hele zomer weer hun conditie op peil gehouden met de zomertrainingen. Gretig werd er gebruik gemaakt van de skeelerbaan en de fiets- en looptrainingen. Dat deze trainingen toch wel nut hebben werd al duidelijk bij de eerste wedstrijden op de Uithof, het regende onmiddellijk PR's. Enkele jonge talenten zagen hun trainingsinspanning beloont met een uitnodiging voor een training in Inzell in de herfstvakantie. Dat de swung er al vroeg in zou komen werd in september al duidelijk tijdens de fietstocht in Limburg met BBQ, het molen-jeugdfestijn bij de familie Ottevanger en het trainingsweekend in Bennekom. Wat hebben we weer genoten en veel plezier gehad.

Ook het jury-team werd onmiddellijk op de proef gesteld, YVZ kreeg van het gewest gelijk de eerste twee wedstrijdweekeinden (15/16 en 21/22 oktober) te organiseren. Je staat er soms niet bij stil maar voor iedere wedstrijd moet een jury-team van 16 personen worden samengesteld. Echter met wat duwen en trekken is het weer gelukt om prima jury-teams op de been te brengen en zijn de wedstrijden vlekkeloos verlopen. Mocht je hiervoor interesse hebben, meld je dan bij mij aan, we kunnen nog steeds nieuwe juryleden gebruiken.

Minder prettig was de constatering dat de Gemeente Zoetermeer YVZ was vergeten in het boekje naar de basisscholen op te nemen met een aanbieding voor de kennismakingscursussen van de Zoetermeerse sportverenigingen. Dit doet de Gemeente Zoetermeer ieder jaar om de breedtesport te stimuleren. Behalve ons was de Gemeente Zoetermeer ook nog 7 andere Zoetermeerse verenigingen vergeten. Wij moesten het doen met een excuus van de Gemeente Zoetermeer dat het een haastklus was en dat er een e-mail naar de scholen zou worden verstuurd met aanvullende informatie. Al spoedig bleek dat dit niet aansloeg en hadden we net na het begin van het schooljaar slechts 5 aanmeldingen. Spoorlags zijn er vervolgens door YVZ posters gemaakt en bij de scholen opgehangen, een advertentie geplaatst in de streekbladen en een e-mail gestuurd naar een selectie YVZ-leden met het verzoek de kennismakingscursus onder de aandacht te brengen. Dit alles is een geweldig YVZ marketingsucces geworden! Op 21 oktober is de kennismakingscursus, gecoördineerd door Kees Hakkenberg, gestart met



maar liefs 65 deelnemers. Hulde aan iedereen die zich heeft ingezet om dit mogelijk te maken!

Onze aanwezigheid op het internet heeft een flinke verandering ondergaan. Begin oktober ging de nieuwe YVZ website "live". Gedurende de maand september is er door Martijn Belgraver en mijzelf hard gewerkt om het uiterlijk en het mechanisme achter de website geheel te vernieuwen. Anders dan voorheen biedt deze opzet nu de mogelijkheid aan de verslaggevers om zelf direct hun informatie binnen de rubrieken op de website te plaatsen zonder tussenkomst van de webmaster. Deze mogelijkheid verhoogt de actualiteit van de berichtgeving en daarmee de YVZ website aanzienlijk. Ook gaat de archivering van de berichten nu volledig automatisch hetgeen de overzichtelijkheid ten goede komt. Hiermee doet YVZ zijn intrede in de wereld van "weblogs" en "bloggers". Mochten jullie nog steeds de oude website op het scherm krijgen omdat je YVZ onder de favorieten hebt opgeslagen dan is het advies de link www.yvz.nl in de adresbalk in te voeren en opnieuw onder favorieten op te slaan.

Op sportief gebied zijn er inmiddels ook weer de nodige prijzen binnengehaald. Op de shorttrack Opening Games in Turnhout werden 6 medailles gescoord. Verder heeft de KNSB ambitieuze shorttrack-plannen ontvouwd met het oog op de Olympische Winterspelen in Vancouver 2010. Naast een nieuw nationaal trainingscentrum in Heerenveen is een nationale trainingsselectie in het leven geroepen met een 19-tal talentvolle rijd(st)ers. Hiervan maken maar liefst 5 YVZ-ers deel uit: Sanne van Kerkhof, Lianne Huisman, Freek van der Wart, Rudy Koek en Ingmar van Riel.

Alles overziend kunnen we trots zijn op onze vereniging met zoveel ontketende energie, bruisende activiteiten en klinkende resultaten. De enige zorgen die mij op dit moment soms bekruipten zijn de geringe aanwas aan jeugdige shorttrack schaats(t)ers en de het behoud van de continuïteit in al die activiteiten met behulp van vrijwilligers. Wat dat betreft reken ik op jullie interesse en inzet!

Rob van Vliet

Van de redactie

De kop is eraf, we zijn weer begonnen. Dat geldt niet alleen voor het schaatsen, maar ook voor De Sprinter. In uw handen heeft u de eerste editie van het seizoen 2006/2007, jaargang 28 welteverstaan.



Om de conditie ook gedurende de zomerperiode goed op peil te houden, heeft u de afgelopen zomerperiode weer kunnen deelnemen aan de verschillende droogtrainingsactiviteiten van YVZ. Dat dit voor sommige leden niet voldoende is om in top conditie aan het nieuwe schaatsseizoen van start te gaan, blijkt wel uit het artikel van Frank Heijerman en Fred Retel. Leest u het kleurrijke verslag van hun vakantie cq. 'trainingskamp' in de Elzas, waar geen col te gek voor ze was en er gefietst werd boven boomgrenzen en in de sneeuw!

Vorig seizoen heeft u alle marathonbevindingen van Remco de Mik op de voet kunnen volgen, waaronder zijn afscheid als landelijk marathonschaatser. Maar Remco zou Remco niet zijn, als hij niet op een ander sportief vlak het uiterste van zichzelf zou vragen. Dit andere sportieve vlak is het skeeleren, waar Remco al zijn energie in steekt. Deel 1 van zijn verslag treft in deze uitgave aan.

Verder leest u ook over een aantal activiteiten voor het komende schaatsseizoen, zoals een reis naar de Weissensee en een schaats-slijpcursus, die wordt herhaald vanwege het succes van vorig seizoen.

U zult zich misschien nog afvragen hoe het met de sportieve verrichtingen van de redacteur gesteld staat. Laten we het er op houden dat het na 1 wedstrijd nog (te) vroeg is om de balans op te maken! Ach, we blijven vol goede moed. Het seizoen is tenslotte nog lang en je moet ook weer niet te vroeg pieken (om alle clichés maar uit de kast te halen).

Vanaf deze plaats wens ik u een bijzonder goed seizoen toe, met veel schaatsplezier! Ook roep ik eenieder op om de bevindingen gedurende het komende seizoen op papier te zetten en te delen met de gehele vereniging via ons clubblad! Er wordt ook nog gezocht naar een nieuwe columnist... Klim in de pen en stuur uw artikelen naar redactie@yvz.nl!

Ruud Verlaan



Bus-schaatsreizen naar de WEISSENSEE

Het is zover!!!

Het komende winterseizoen is het mogelijk om met de bus naar de Weissensee te reizen voor een 8 of 9 daagse schaatsvakantie. Dit buiten de periode van de Alternatieve Elfstedentocht. Voor winterseizoen 2006 / 2007 heeft de firma "Coops-reizen" een 5-tal reizen met vervoer per Royal Class touringcar gepland naar de Weissensee. De 2 hotels die hieraan meewerken zijn het 3-sterren pension "Stampfer" in Oberdorf en het, voor velen van ons welbekende 4-sterren hotel "Wiesenhof" in Techendorf. Het verblijf is op basis van halfpension. (Overnachting-ontbijt-diner.)

En dan komt voor de deelnemers nog het allerleukste...(hoop ik) Bij de reissom inbegrepen zijn een aantal schaatslessen welke ondergetekende zal gaan verzorgen! Onder de naam: "Skating For Pleasure" zal ik de deelnemers proberen de fijne kneepjes van het schaatsen nóg meer te verfijnen... Bij de YVZ-ers is dit haast een onmogelijke opgave vanwege de goede trainingen die ze op de Uithof en in de Silverdome van hun onvolprezen trainers krijgen... Maar ja... dát is kunst! Hier gaat het om schaatsen op natuurijs en die discipline is wél even anders.... Ik mag me gelukkig prijzen op dát ijs inmiddels een ruime ervaring te hebben.

De vertrekdata voor de 9 daagse reis zijn: 15 december 2006, 5 januari 2007 en 14 januari 2007. De vertrekdata voor de 8 daagse reis zijn: 10 februari 2007 en 19 februari 2007.

Met de hele club vertrekken we 's avonds om 19:00 uur vanaf het Jaarbeursplein in Utrecht en de volgende ochtend staan bij aankomst de tafels voor ons gedekt. Het lijkt me hartstikke leuk om ook een flink aantal YVZ-ers op de Weissensee te treffen.

Degene die meer informatie zou willen hebben over de reizen en prijzen verwijs ik naar het internet: www.coopsreizen.nl De reizen staan daar (binnenkort) op vermeld. Het leek me leuk jullie dit nieuwtje te laten weten omdat er nog geen busreizen naar de Weissensee waren buiten de periode van de Alternatieve Elfstedentocht om.

Nu dus wel en ik zou willen zeggen: **GRAAG TOT ZIENS OP DE WEISSENSEE**

Hans Engelbertink

Cursus schaatsen slijpen

Vanwege de enthousiaste reacties van vorig jaar wil ik ook dit jaar weer een cursus geven in het schaatsen slijpen met onder andere: “waar moet ik op letten?,” “wat is een ronding?,” “hoe moet ik afbramen?” enz.

De cursus is bedoeld voor:

- **diegene die al een slijpblok hebben, maar nog onzeker zijn of ze het wel goed doen**
- **mensen die nog geen slijpblok hebben maar er wel één willen aanschaffen om zelf te gaan slijpen**

Als mogelijke cursus dagen had ik gedacht aan donderdagavond 16 november en zaterdagochtend 18 november in ons clubhuis.

Om de onkosten voor de vereniging te beperken vraag ik 2 euro pp en daarvoor krijg je tevens een bakje koffie.

Als je interesse hebt in deze cursus, stuur mij dan een e-mail met:
of je wel/geen slijpblok hebt;
voorkeur voor de donderdagavond of de zaterdagochtend.

Richard Vrolijk

Tel. 079 341 56 71

E-mail:

r.j.vrolijk@zonnet.nl





Een week Elzas

“Het gaat helemaal nergens over”



De eerste week van mei 2006 zijn een aantal YVZ'ers (Fred en Cas Retel, Kai en Axel Smit, Casper Pak en Robbin en Frank Heijerman) op vakantie geweest in de Elzas in Frankrijk.

Het idee van deze vakantie week is ontstaan in voorgaande winterperiode tussen Dick Waalewijn en Frank Heijerman, waarna

velen van YVZ een mail hebben ontvangen om eventueel mee te gaan. Dick en zijn familie moesten door omstandigheden afhaken, waarna Frank en Fred het initiatief hebben genomen voor de week waarvan onze jongens dit verslag hebben geschreven.

De subtitel “Het gaat helemaal nergens over” slaat op het feit dat wij met z'n allen enorm hebben moeten lachen over alleen maar onzin: dingen die inderdaad helemaal nergens over gingen.

Zondag 30 april 2006 (Axel Smit)

Het vertrek

We gingen allemaal verzamelen bij de familie Retel en nadat we alles hadden overgeplaatst naar de goede auto's, en iedereen gedag (tranen bij de moeder alsof ze ons nooit meer terug zouden zien) hadden gezegd gingen we weg, de lange rit naar Frankrijk was begonnen.

We gingen om acht uur weg en waren ongeveer zeven uur onderweg, voordat we aankwamen op de camping Le Schlossberg.

De camping lag net buiten het dorp Kruth. Het was een mooie camping en het was er best druk bezet. Nadat je de slagboom hebt gepasseerd en dus op de camping bent kom je direct aan bij de campingbalie. Daar was een mevrouw en wees naar de plek waar het huisje stond en waar we konden gaan staan met de tenten.

Robbin en Kai hadden een tweepersoons tent en zaten ongeveer één meter van de ZESPERSOONS TENT MET KOELKAST voor Frank

alleen. Axel, Casper, Cas en Fred zaten in het huisje dat ongeveer tien meter van de tenten van Robbin, Kai en Frank stond.



Het huisje was niet zo groot maar wel groot genoeg voor de huismannen. Axel, Casper en Cas sliepen op één kamer en hadden één kamer voor de kleren. Fred had een kamer voor zichzelf naast die van de jongens. Als je het huisje binnen kwam, zag rechts een zithoek met een salontafeltje en links was een eettafel en een radio. Recht vooruit was de badkamer en een wc met rechts daarnaast de klere(n)kamer en links de keuken. Dan links naast de keuken was de kamer van Fred en de kamer was naast de eettafel.



Nadat we alles hadden uitgepakt gingen Axel, Casper, Cas, Robbin en Kai de camping een beetje verkennen en zagen een volleybalveld en twee tafeltennistafels. Tot Axels grote teleurstelling was er geen biljarttafel, pooltafel of snookertafel. Maar daar kwam hij wel overheen (hoopten we). 's avonds gingen we ergens in het dorpje St. Amerin pizza's eten. Dat was erg lekker. Daarna gingen we weer terug naar de camping en nadat we nog wat hadden gekletst en nog een lekker appeltaartje hadden gegeten gingen we slapen, op weg naar de volgende dag...



Maandag 1 mei 2006 (Kai Smit)

De eerste dag dat we gingen fietsen was wel heel erg pittig voor de eerste dag. We begonnen wel rustig op de ochtend. Rustig uit bed komen en rustig ontbijten en dan omkleden om te fietsen. Jaa... en dan begint het dan eindelijk. We fietsten eerst een paar kilometer in en toen kwam de berg in zicht. Dit was een flinke klim van ongeveer 7 kilometer en we stegen daar ongeveer 600 meter. Aan het einde van de week zou dit echter een eitje zijn. Het mooie van klimmen is dat je ook moet dalen. Dit deden we dan ook en we kwamen in een dorpje uit waar we even stil gingen zitten.



Van daar gingen we verder naar de volgende berg die heel geleidelijk omhoog ging en dus ook niet zo stijl was. Maar de afdaling....was wel stijl met lekker veel haarspeld bochten erin. Sommigen van ons vonden dit te link maar ik vermaakte me prima op deze afdaling. We haalden daar snelheden van tegen de 70 km/h. dit was natuurlijk helemaal gaaf en we vonden het jammer toen er een eind aan kwam. Daarna gingen we rustig naar de camping terugfietsen wat toch langer was dan verwacht. Eenmaal daar aangekomen gingen we douchen en wat tafeltennissen. We gingen lekker eten en daarna tafeltennissen totdat het te donker was en toen gingen we rond een uur of 11 naar bed en om 1 uur pas slapen. Niet echt slim, want de volgende ochtend moesten we weer vroeg op.

Dinsdag 2 mei 2006 (Robbin Heijerman)

De dag ging tot het ontbijt heel gewoon totdat Frank zei, kom op jongens we gaan de grand ballon beklimmen. Oké dus wij gingen dus de grand ballon beklimmen op de 2^{de} dag! Nou ja het moest maar... Het eerste stuk naar de grand ballon was grotendeels vals plat naar beneden. Daarna sloegen we linksaf richting col d'ami, die klim was nog redelijk te doen behalve dat Frank z'n eten verloor. Ergens tussendoor, op een afgesproken stopplek, kwam Fred langs kachelen met zijn meesterlijke woorden: ik zit nu net lekker in me ritme zie jullie boven! En even later zat hij in de berm en vlogen we hem voorbij... Bij col d'ami aangekomen (+/- 650m) sloegen we weer links af, en toen... het steilste stuk van de klim mensen wat was dat steil van 13% tot 16% omhoog. In die klim waren allemaal kleine steentjes heel irritant klimmen, ongeveer 200meter. En de rest van de klim was heel raar, je had stukken bijna vlak en je had

stukken van 6% tot 10%. Je kon dus heel moeilijk je ritme houden. Toen we boven de boomgrens kwamen was het uitzicht prachtig. Iedereen was meer bezig met het mooie uitzicht dan de klim.



Dat was ook wel goed, wat afleiding, want het was echt een heel zware klim. Vanaf de boomgrens begon je de ballon (we weten niet waar het precies voor dient) steeds beter te zien. We dachten moeten we daar nog helemaal heen!!! Maar uiteindelijk was de col de grand ballon ongeveer 200 meter lager dan de ballon. Daar boven hebben we nog wat gedronken, gegeten en foto's genomen, waarna we zijn gaan afdalen. Door al het smelt water was het erg nat en ongelofelijk koud. Iedereen was zeik nat toen we aankwamen op col de Markstein. Maar we hadden nog een afdaling van 15 km tegoed van col de Markstein naar de camping. Naar de camping was het nog een redelijk vlak stukje door het park en over de dam. Aangekomen op de camping hebben we lekker gedoucht.

Woensdag 3 mei 2006 (Casper Pak)

Op woensdag, de dag na de Grand Ballon hadden we ons voorgenomen om er een lekker chille dag van te maken. Na een goed ontbijt gingen we met de auto de route voor donderdag rijden. Deze route zou voor een groot deel door de sneeuw gaan. En inderdaad. Na ongeveer 1000 meter klimmen kwamen we bij lagen sneeuw die in Nederland in de winter heel zeldzaam zijn. Op sommige plaatsen was de sneeuw wel twee meter dik. En op sommige plaatsen kon je er ook doorheen zakken zoals Casper ontdekte. Op de hoogste punten van de Elzas was het uitzicht werkelijk prachtig. Vooral met het lekkere weer (het was ongeveer 25 graden) was het goed uit te houden. Mede door de warmte konden we gewoon in onze zomerse kleren met de sneeuw spelen.



Er waren sneeuw hellingen waar we op onze schoenen vanaf konden glijden. Axel moest het op een been proberen maar hij werd er niet echt schoner op. Aan het eind van de middag moest er ook nog wat gegeten worden bij een hotdogkraampje aan een groot meer. Om de hotdogs te bestellen

lieten de Fred en Frank hun beste Frans zien (We hebben gelachen man). We kwamen ondanks de rustdag aardig gebroken terug bij de camping. Na het eten gingen we een partijtje voetvolley en nog wat potjes 'rond de tafel' spelen. We moesten deze dag weer vroeger naar bed want het zware werk begon weer op donderdag.

Donderdag 4 mei 2006 (Cas Retel)

Na de rustdag van gisteren voelden we ons allemaal goed, en hadden we veel zin om een paar bergen op te rijden. Er werd besloten dat Frank Casper, Axel en Cas zou meenemen. Fred zou met Robbin en Kai de Col de la Schlucht oprijden (de volgende dag hebben we deze berg met zijn allen nog een keer gedaan), en ergens



rond het midden zouden we elkaar tegenkomen. De route was goed te doen, en vooral toen we hoger kwamen, konden we het dal inkijken. We konden het meer zien liggen, en dus ook hoeveel we al geklommen waren. Dat was wel een supermachtig gevoel. Er lag ook heel veel sneeuw, op sommige stukken kwam het boven ons hoofd uit.

We traptten daar lekker door (het ging vanzelf met het dal onder ons), terwijl Frank oerkreten uit The Lion King riep. De eerste bekende die we tegenkwamen was Fred, hij had de auto gepakt. Kai zat naast hem, en Robbin op de fiets er vlak achter. Fred, Kai en Robin keerden om, en we zijn hard doorgetrapt naar het afgesproken rustpunt. Als laatste was er nog een lange afdaling, en eenmaal op de camping aangekomen hebben we het de rest van de avond rustig aangedaan met tafeltennis, voetvolleyen, eten en zoeken naar een pooltafel, en we waren pas laat weer terug in het huisje.



Vrijdag 5 mei 2006 (Casper Pak)

Op vrijdag kon bijna niemand uit zijn bed komen. We waren tot ong. 1 uur opgebleven, en niemand behalve Cas, zag het zitten om nog 1 meter op de fiets te zitten. Dit was best een probleem, want De BALLON D'ALCACE (In onze volksmond de Ballon Balzak) stond vandaag op het programma. De berg waar we allemaal naar hadden uitgekeken.

Tot vanochtend. Na een stevig ontbijt gingen we op weg met de auto, want we zouden alleen met de fiets klimmen en afdalen. Maar onderweg begon het verschrikkelijk te onweren. We keken het nog even aan maar het was toch echt te slecht weer. Balend gingen we weer terug naar de camping. Daar aangekomen spraken we af dat we 1 beklimming van 14 kilometer zouden doen en gelijk weer af zouden dalen. De berg die we gingen beklimmen lag naast onze camping. We gingen onderweg voor de laatste 30 km op onze fiets in Frankrijk. De beklimming was voor iedereen best zwaar, maar als je op een gegeven moment elke 100 meter gaat aftellen duurt het wel extreem lang (hè Frank). Fred had zijn meeste kracht blijkbaar voor de laatste dag gespaard en schoot uit zijn slof door als vijfde boven te komen, terwijl hij later was gestart. Bij de afdaling naar de camping werd, omdat het de laatste dag was het onderste uit de kan gehaald. Iedereen slaagde er in rond de 70 km/h te komen. Frank wou even revanche nemen na zijn beklimming, en reed ons het stof voor de ogen door 89 te halen, maar vervolgens bijna tegen twee op de weg staande herten te knallen. Eenmaal op de camping aangekomen hielden we ons weer bezig met onze favoriete bezigheid (na het fietsen natuurlijk) tafeltennissen. We hadden ook nog afgesproken om na het fietsen even naar de Grande Ballon te rijden, om daar een paar souvenirs te kopen. We zijn toen ook nog met de voet naar het allerhoogste punt geweest van de Grand Ballon, een soort uitkijktoren. Na uit eten te zijn geweest bij de Italiaan werd het weer een late avond.

Zaterdag 6 mei 2006

Met een weemoedig gevoel hebben we de camping verlaten op weg naar huis. Fred en ik zullen de avondjes lachen en wijn nog lang blijven herinneren. Het was een zeer leuke en ontspannen week vakantie met de (onze) jongens. Een herhaling mag wat ons betreft zeker plaatsvinden.

Jongens bedankt en wellicht tot een volgende keer.

Frank Heijerman & Fred Retel



Gedicht

Als je denkt: "ik ben verslagen"
is de nederlaag een feit.

Als je denkt: " ik zal niet versagen"
win je op den duur de strijd.

Als je denkt: "ik kan het niet halen"
is de tegenslag op til.

Want het overslaan der slagen
hangt voornamelijk af van wil.

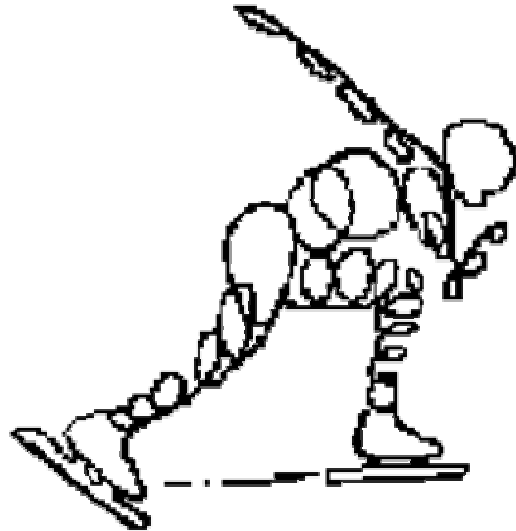
Moedelozen gaan ten onder,
door hun twijfel, door hun vrees.

Vechters winnen door een wonder
telkens weer de zwaarste race.

Denk "ik kan het" en dan gaat het
iedereen vindt bij wilskracht baat.

En in zaken wint de wilskracht het van nutteloos gepraat
als je jammert: "ik ben zwakker dan mijn grootste concurrent"
blijf je levenslang een stakker die je ongetwijfeld bent

Niet de Goliths en de rijken tellen in de kamp voor zes
maar de fermes die niet wijken, hebben vroeg of laat succes!!!!!!



Remco de Mik



Nieuwe website YVZ

Ijsvereniging Zoetermeer
Voorpagina

Welkom op de nieuwe YVZ website
Geplaatst op: 29 September 06
We zitten midden in de verhuizing van de oude naar de nieuwe website. De nieuwe opzet is gebaseerd op weblogs. Deze opzet maakt het mogelijk dat de verslagleggers zelf hun berichten direct op de website kunnen plaatsen, binnen de aangegeven rubrieken, zonder tussenkomst van de webmaster. Hiermee wordt invulling gegeven aan een verhoogde snelheid en actualiteit van berichtgeving. Tevens worden oudere berichten nu automatisch in chronologische archieven geplaatst. Alle nieuwe informatie wordt vanaf nu direct op de nieuwe website geplaatst. Tijdens de verhuizing kan het zijn, dat u nog niet verhuisde informatie wilt zien van de oude website. Deze blijft voorlopig nog beschikbaar en is te bereiken door op de volgende link te klikken <http://www.yvz.nl/home.html>

Kennismakingslessen YVZ
Geplaatst op: 22 September 06
Het seizoen gaat in oktober weer van start. Er is nog ruimte bij de schaatslessen. Voor de jeugdige schaatsers (van 6 t/m 12 jaar) hebben we een speciale kennismakingscursus. Deze cursus bestaat uit 6 lessen voor 7,50 euro. Nog geen schaatsen? Geen probleem, deze zijn te huur voor 7,50 euro gedurende de hele cursus.
Op de flyers voor de Kennismakingslessen YVZ wordt verwezen naar een downloadformulier op onze site. Deze staat er niet. Gezien de korte termijn kon dit niet meer worden gerealiseerd. Je kunt je alleen nog maar telefonisch aanmelden bij Kees Hakkenberg 079-3521534 of per mail silverdome@yvz.nl. Voor de volledigheid de startdatum van de kennismakingslessen is zaterdag 21 oktober 2006.

Laatste nieuws
20 Oktober 06
Shorttrackers presteren goed in Italië
13 Oktober 06
YVZ geeft gas bij start schaatsseizoen
11 Oktober 06
Goede start voor Huub van der Wart bij seizoensopening in Erfurt
09 Oktober 06
Medailles bij opening shorttrackseizoen
05 Oktober 06
Wedstrijdschema's langebaan 2006-2007 staan online
van der Burg
29 September 06
Welkom op de nieuwe YVZ website
22 September 06
Kennismakingslessen YVZ
06 Augustus 06
Yara van Kerkhof wint in Chamonix
08 April 06
Uitslagen Diplomaschaatsen 2006
01 April 06
Recordwedstrijden sluiting schaatsseizoen
27 Maart 06
Geslaagd debuut Rudy Koek bij WK shorttrack
25 Maart 06
Foto's van laatste gewestelijke shorttracktraining
19 Maart 06
Schaatsers YVZ onverzadigbaar
14 Maart 06
Leuke ervaring Yvo op NK ScholenPloegenAchtervolging
Lisanne en Rosalie Huijman Nederlands Kampioen shorttrack!!

De website is van YVZ is geheel vernieuwd! Kijk dus snel op:

www.yvz.nl

Promoties

Datum	Naam	Categorie	Promotie
15-10-2006	Lisanne Bruinsma	DP	3 -> 2



www.multi-tech.nl
jan@multi-tech.nl

Verbreekpark 10^B • 2731 BR Benthuizen
 Mobiel: 06 – 10 668 669 • Fax: 079 – 347 92 09



JAN VAN DER HOORN

*Hét adres voor Schaatsen,
 Skeelers en inline Skates*



*Alle
 Topmerken!*

**Viking, Raps, Zandstra, Bauer, Salomon,
 Mogema, Maple en K2**

* Ook verhuur en onderhoud
 * Groot assortiment 2^e hands schaatsen

Kleding: Hunter, Wings, Kleim

Onderkleding: Mäser, Craft

Fietskleding: Agu, Rogelli

Tevens: Schaatsslijpsets, hartslagmeters, Extran,

Sportvoeding, sportschoenen en stopwatches

**10% korting van
 adviesprijs!**

Ons adres:

*Westkanaalweg 10e
 2461 EC TER AAR
 Tel. 0172-602677
 Fax. 0172-604688*

Openingstijden:

Ma t/m Vr 09.00 – 12.30 en 13.30 – 17.30
 Vrijdagavond 18.30 – 20.30
 Zaterdag 09.00 – 12.30 en 13.30 – 16.30

**Kijk voor aanbiedingen
 en informatie op:**

<http://www.janvanderhoorn.nl>

Skeelers 2006 – deel 1

Na 9 jaar landelijk marathonschaatsen was ik toe aan een nieuwe uitdaging. Tot dit seizoen zag ik het skeelers als leuke/goede training voor het schaatsen. Dit jaar heb ik mezelf echter als doel gesteld om goed mee proberen te komen met de landelijk B rijders met skeelers. Vorig jaar heb ik maar 2 wedstrijden uit kunnen rijden op achterstand van het peloton. Het doel is dan om volgend jaar hopelijk genoeg punten te gaan pakken voor een plekje bij de eerste 10.

Na het N.K. marathonschaatsen op 10 januari heb ik eigenlijk bijna niks meer gedaan qua trainen (1x per week rustig op het ijs gestaan). Dit om die rug van me eens rust te geven. Omdat het skeelerseizoen in april begint ben ik in maart weer begonnen met trainen. Natuurlijk te laat om veel te verwachten van de eerste wedstrijden, maar hopelijk heb ik hiermee wel mijn rug genoeg rust gegeven om te “herstellen”.

Wat ik overigens niet begrijp is het feit dat onze club zo weinig wedstrijdrijders heeft bij het skeelers (2?). Dat je met skeelers een goede basis kunt leggen voor prestaties op het ijs hoeft ik niet meer uit te leggen lijkt me. Er is sinds vorig jaar een mooie gewestelijke competitie in ons eigen gewest, namelijk de Oomssport cup (<http://www.skeelercup.nl/>) met wedstrijden op verschillende niveaus. Doe eens mee!

Dit seizoen staat voor mij in het teken van verschillende competities en wedstrijden. Hierbij zijn het belangrijkste de “Univé World on Wheels” landelijke B competitie (14 wedstrijden) en Rotterdam on Wheels (42 km dwars door het centrum Rotterdam, erg gaaf). Hierbij had ik aan het begin van het seizoen nog geen sponsor en ploeggenoot. Jos Dohle (mijn “oude” ploeggenoot) heeft namelijk een plekje gekregen in een ander skeeler/schaatsteam. Tijdens de eerste wedstrijd ben ik echter in het nieuwe skeelerteam van Oomssport gevraagd en heb ik dus toch een sponsor voor het skeelerseizoen 2006.





De eerste wedstrijd op zaterdag 22 april in Brakel (40 min + 3 ronden) ging op zich best goed. Op het zware parcours met klim finish je alleen als je goed bent. Ik ben helaas gelost in de laatste paar ronden uit het peloton, maar reed de wedstrijd uit in dezelfde ronde als het peloton (iets wat me vorig jaar maar 2 keer was gelukt bij de B's). Ik voelde wel mijn rug redelijk, maar dat kan ook komen omdat het de eerste keer weer was. Al met al een goed begin, vooral omdat ik nog niet lang aan het trainen was.

Een week later op vrijdag 28 april moesten we naar Emmeloord (40 min + 3 ronden). Ik voelde me niet lekker die dag en helaas was dat ook wel te merken, ik heb de wedstrijd helaas net niet uit kunnen rijden, daar ik vlak voor het einde voor de 2^e keer gedubbeld werd door het peloton (en dan moet je stoppen). Helaas voelde de rug nog steeds niet goed, maar het ging wel al een stuk beter dan de vorige keer.

Op woensdag 10 mei stonden we aan de start in Steenwijk (40 min + 1 ronde), een zwaar parcours met een redelijk pittig klimmetje erin. Op het klimmetje na (waar ik net iets minder snel dan de rest naar boven kwam) ging het erg lekker. Bij het luiden van de bel voor de laatste ronde voelde ik nog steeds mijn rug niet en had ik zin in de eindsprint... Helaas ging die niet zoals ik wilde, want degene voor me liet een gat vallen. Dit gat werd al snel erg groot en ik ben vol om hem heen gereden zodra dat kon. Helaas was het gat toen al redelijk groot en in je uppie weer terug komen bij een peloton in volle vaart...tsja dat is niet te doen. Uiteindelijk finishte ik vlak achter het peloton met toch een tevreden gevoel. Vooral omdat ik totaal geen last had van mijn rug. Dit komt goed uit, omdat over 4 dagen de 1^e van 4 zware wedstrijden om de Holland-Inline cup al is.

Zaterdag 13 mei was dan deze wedstrijd in Bantega, een wedstrijd over 75 km (ja je leest het goed...). Hierbij rij je 1 grote ronde van 42 km en 4 lokale rondjes van 8 km. Bij de inline-cup wedstrijden starten de A en B rijders samen... Voor veel B rijders is het dus proberen zo lang mogelijk bij het peloton te blijven. Vorig jaar lag ik er al na 5 minuten af en moest ik later met rugklachten in de "bezemwagen" stappen. Dit jaar ging het een stuk beter, de eerste 10 kilometer heb ik in het peloton gereden tot we een smal weggetje op reden, daar viel het peloton in stukken. Helaas zat ik niet voldoende voorin en kwam samen met een ander los te zitten. Met zijn tweeën hebben we een stuk gereden tot we een andere jongen bijhaalde die ineens als een gek ging rijden ("waarom deed ie dat niet eerder?!" vraag je je dan af). Helaas moest ik mijn eerdere maatje hierdoor zien lossen en zat ik constant volle bak achter deze gast aan te



De ridders van het team zijn:

B-ridders:

Romke de Haan	33 jaar
Remco de Mik	29 jaar

C1-ridders:

Berco Breugem	38 jaar
Hans de Koning	38 jaar

C2-rjder:

Roderik van Zuylen	19 jaar
--------------------	---------

V1-rjder:

Jan Eerens	
------------	--

D2-ridders:

Sabine v/d Wiel	21 jaar
Angela Pisters	24 jaar
Marieke van Hoek	22 jaar

rijden. Uiteindelijk ben ik bij de finish van de eerste omloop (na 42km) gestopt en heb de 4 lokale rondjes van 8 km gelaten voor wat het was. Wat me tevreden stelde is dat ik amper rugklachten had.

Op zaterdag 20 en zondag 21 mei was het de beurt aan Vorden en Almere. Helaas reed ik in zeer slecht weer richting Vorden, eigenlijk tegen beter weten in. Mijn hoop op een droge baan werd steeds minder gedurende de rit. In Vorden bleek dat het daar regende. De categorie voor ons was vanwege een onweersbui zelfs even stilgelegd. Altijd heb ik lopen schreeuwen dat ik

bij nat wegdek/regenbuien niet zou rijden, dit keer vond ik dat ik het gewoon eens een keer moest proberen. Anderen kunnen het, dus waarom ik niet. Tijdens het inrijden kon ik nog voorzichtig afzetten en ging het eigenlijk best redelijk. Toen de wedstrijd begon gingen ze echter zo hard dat ik al snel begon weg te schieten tijdens mij afzet op het rechte stuk, om vervolgens met doodsangsten de bochten door te rijden/glijden. Na 3 rondjes ben ik dan ook gestopt. Voorlopig rij ik niet meer op nat wegdek en blijf ik me verbazen dat men zo hard in de regen kan rijden... Toen ik zondagochtend het raam uitkeek was het wederom aan het regen en besloot ik dat ik lekker thuis zou blijven.

Zaterdag 28 mei reden we in Wolvega op een mooi rondje van rond de 900 meter met 4 goed te nemen bochten erin. Perfect voor een rijder zoals ik. De wedstrijd verliep goed. Ik had ff een moeilijk momentje toen ik ff los kwam te zitten bij een grote tempoversnelling, maar daar kwam ik goed doorheen. Ik was een gewaarschuwd man en ben wat meer voorin gaan rijden. Met nog 2 ronden te gaan ben ik me naar voren gaan bewegen door de groep, hierbij waren wat meer lichaamsdelen nodig dan alleen de benen, omdat er nogal geduwd werd. Dit kwam vooral omdat op 1 stuk de groep helemaal stilviel door de harde tegenwind. Ik wist dat ik een ronde later (laatste ronde) daar naar voren moest rijden, omdat het erna onmogelijk zou zijn door de zeer hoge snelheid van de groep (wind mee) tot de finish. Dit lukte redelijk tot ik helaas achter een klungel kwam te zitten die niet vooruit te branden was (rij door eikel!!! je bent er verdomme bijna!!!). Op het moment dat ik eromheen wou stappen, reed helaas net iemand naast me die me "klem" reed. Hierdoor verloor ik helaas nogal wat plekken. Ondanks dat bleek ik uiteindelijk toch nog 19^e te zijn geworden wat betekende dat ik voor de eerste keer als B-rijder



Nieuwbouw Verbouw Onderhoud

Aannemingsbedrijf

Gräper b.v.

Dorpstraat 77
2731 AM Benthuizen
079-3313962



punten had!!! Erg mooi gezien het feit ik vorig jaar geen wedstrijd uit kon rijden in het peloton en vooral ook mooi gezien het feit dat ik totaal geen last van mijn rug had dit keer (was ik nog meer blij mee dan met de punten). De stijgende lijn die ik dacht te voelen blijkt bevestigd te worden, hopelijk gaat dat meer gebeuren... Bijkomend voordeel van punten pakken is dat je op zich niet meer kan degraderen.

Remco de Mik

Wordt vervolgd!

Volgende keer deel 2 van 'Skeelers 2006'

Prijzen clubkleding

Omschrijving	Prijs
Wedstrijdschaatspak	€ 78,-
Trainingsjack Tactel (Hunter)	€ 63,-
Trainingsjack Thermo (Zaes)	€ 55,-
Salopette thermo met ritsen	€ 55,-
Salopette thermo	€ 40,-
Ritsenbroek Tactel (Hunter)	€ 62,-
Pully	€ 37,-
Marathonpak (Hunter)	€ 75,-
YVZ Schaatshoesjes	€ 17,-

De clubkleding is iedere eerste zaterdag van de maand tussen 9:00 en 11:45 uur te koop in het clubgebouw. (Tijdens het schaatsen slijpen)



Jaaragenda seizoen 2005 – 2006

Zie voor de gebruikte lescodes de verklaring onderaan op deze pagina

2006				
Okt	wo	4	Start lessen woensdag Silverdome	Oval 19:30 - 20:30
	vr	6	Geen Schaatsen op alle banen Silverdome	
	za	7	Geen Schaatsen op alle banen Silverdome	
	za	7	Schaatsen slijpen	Clubhuis, 09.00-11.45
	za	14	Start zaterdaglessen PWA Silverdome ZA 1 en ZA 2	IJshockeybaan 16:00 - 17:00 en 17:00 - 18:00
di	17	Bestuursvergadering		
Nov	vr	3	Geen Schaatsen op alle banen Silverdome	
	za	4	Geen Schaatsen op alle banen Silverdome	
	za	4	Schaatsen slijpen	
	za	11	Rondewedstrijd Silverdome	SilverDome oval, 07.30-9.00
	di	21	Bestuursvergadering	
	za	25	Rondewedstrijd Silverdome	SilverDome oval, 07.30-9.00
Dec	za	2	Schaatsen slijpen	Clubhuis, 09.00-11.45
	za	2	Sinterklaasfeest	eigen lesuur
	vr	8	Geen Schaatsen op alle banen Silverdome	
	za	9	Geen Schaatsen op alle banen Silverdome	
	za	16	Rondewedstrijd Silverdome	SilverDome oval, 07.30-9.00
	di	19	Bestuursvergadering	
	ma	25	Geen Schaatsen Uithof	
	di	26	Geen Schaatsen Uithof	
2007				
Jan	ma	1	Geen Schaatsen Uithof	
	za	6	Schaatsen slijpen	Clubhuis, 09.00-11.45
	zo	7	Nieuwjaarsreceptie voor alle leden hun familie	Clubhuis, 15.00-17.00
	za	13	Interclub	SilverDome oval, 07.30-9.00
	di	16	Bestuursvergadering	
	za	20	Rondewedstrijd Silverdome	SilverDome oval, 07.30-9.00
Feb	za	3	Schaatsen slijpen	Clubhuis, 09.00-11.45
	za	3	Ploegenachtervolging	SilverDome oval, 07.30-9.00



	za	10	Diplomaschaatsen ZA 3 en ZA 4 (afwijkende tijden)	IJshockeybaan Za3 16:00 -17:00 en Za4 17:00 - 18:00
	za	10	Afwijkende tijden en baan ZA1 en ZA2	Oval Za1 17:00 - 18:00 en Za2 18:00 - 19:00
	za	17	Clubkampioenschappen ZA3	SilverDome oval, 07.30-9.00
	za	17	Clubkampioenschappen ZA1 en ZA2	eigen lesuur
	di	20	Bestuursvergadering	
Mrt	vr	9	Clubkampioenschappen Silverdome rijders niet licentierijders	Oval 18:00 - 20:00
	vr	9	geen les Silverdome vrijdag	Oval
	za	10	Schaatsen slijpen	Clubhuis, 09.00-11.45
	za	10	Clubkampioenschappen ZA 4	SilverDome oval, 07.30-9.00
	za	10	Diplomaschaatsen ZA1 en ZA 2 en Uithofpupillen	eigen lesuur
	wo	14	Laatste woensdaglessen Silverdome	
	vr	16	laatste vrijdaglessen Silverdome	
	za	17	Laatste zaterdaglessen PWA Silverdome	
	za	17	Clubkampioenschappen Uithof Licentiehouders	Uithof, 21:00-23:15
	wo	22	Laatste Shorttracklessen (gewest)	
	di	20	Bestuursvergadering	
	za	24	Laatste trainingen op de Uithof	
	ma	26	Recordweek op de Uithof (t/m 1 april)	
Apr	za	14	Diploma- en prijsuitreiking pupillen	
	za	14	Feestelijke slotavond	
	di	17	Bestuursvergadering	
Mei	di	15	Bestuursvergadering	
Jun	di	19	Bestuursvergadering	
	wo	20	Algemene vergadering	Clubhuis

In bovenstaand overzicht zijn voor de lessen in de SilverDome alleen de afwijkende of bijzondere lessen aangegeven (bijvoorbeeld lesuitval of diplomaschaatsen). Indien er niets staat bij een datum, dan is er gewoon les. Voor shorttrack en Uithof zijn de afwijkingen van het normale rooster (nog) niet opgenomen.

De indeling en de benaming van de lesuren in de PWA SilverDome is als volgt:

za-1 les op de ijshockeybaan van 16.00 – 17.00 u

za-2 les op de ijshockeybaan van 17.00 – 18.00 u

za-3 les op de oval van 17.00 – 18.00 u

za-4 les op de oval van 18.00 – 19.00 u

Kijk voor de meest actuele jaaragenda op www.yvz.nl



Verjaardagen

OKTOBER

1	Erik Oude Alink Emma Stoffer
3	Tristan Visser
4	Anna de Rooij Nicole van der Helm
6	Richard Hagen
10	Lars Kruuk
11	Babette van der Neut
12	Merle de Zwart Marloes Nibbeling
13	Jurgen Knepper
15	Amber Kints Marlene van Knobelsdorff
16	Shadi Pashaie
17	Koen Sanders
22	Reeno Harteveld
24	Olivier Juffermans
26	Maik van der Hoeven
28	Anna Huisman
29	Richard Pil
31	Hendrik van de Koot Miran Fattah



NOVEMBER

1	Evelien Kors Nina van Tol
3	Axel Bom
4	Malouke Spek
9	Mandy Duynisveld
11	Willemijn Stapel
14	Tessa Kruisen
15	Annejet Kleissen Lars Vreeswijk
17	Luc Lentz
18	Annemijn in 't Veen Mano Bavelaar
19	Twan Adema
25	Jessica Vermulm Anouk de Jong
27	Anne-Marie Schonk
28	Aizo Kroon
29	Lars Grift