

 facebook.com/kei.insport

NUMMER 10 | DECEMBER 2020



KEI IN SPORT

Over sportbeleving uit de regio | Amersfoort / Leusden



In dit nummer o.a.

OPENHARTIG INTERVIEW JOOP DE HEUS

SCHAATSEN

 Viking	 Salomon
 hockey	 kunst

SKEELERS

 K2	 Rollerblade
---	--

MIJNTEN
Schaats- en Skeelersport
Achterveld

mu meijerink
uitvaartzorg
Uw zorg is onze zorg

Uitvaartcentrum de Piramide
Utrechtseweg 266, 3818 EW Amersfoort
www.meijerinkuitvaartzorg.nl | 033 - 475 00 45

LABRIE 

verf - behang - glas
kunstschildersmaterialen

Leusderweg 113-115 Amersfoort tel: 033 - 4613777

www.labrie.nl

De website met veel info over verf en behang

 **OKé**
Camper Verhuur

Campers voor een onvergetelijke vakantie

Terschuur - Harderwijk | www.okecamperverhuur.nl
info@okecamperverhuur.nl | 06 - 41668115

Coronaproof sporten bij Fysiotherapie Duurzaamheid



Door het coronavirus sporten veel mensen niet of minder. Daarnaast werken ze thuis en hebben veel minder beweging. We zien daarom veel meer mensen in de praktijk die klachten hebben doordat ze te weinig bewegen.

Om deze mensen toch in beweging te houden, bieden wij een paar uur in de week de mogelijkheid om kleinschalig te trainen, met maximaal vijf personen.

Wij hebben daarvoor een prachtige oefenzaal met fitnessapparatuur beschikbaar die wij gebruiken voor individuele behandelingen en voor een kleine groep deelnemers aan onze Zwangerfit cursus (zie website fysio-duurzaamheid.nl).

Sinds begin 2020 is er een mogelijkheid voor ouderen of eenzame mensen om meer in beweging te komen. Dit project "wandelen met de dokter" is opgestart door diverse eerstelijners (hulpverleners) in de wijk Nieuwland.

Er wordt ongeveer een half uur gewandeld met na afloop koffie. Namens onze praktijk loopt Frederike bijna wekelijks mee.

Voorkom lichamelijke klachten als gevolg van de tweede golf en meld u aan! Onder begeleiding kunt u met maximaal 5 personen trainen.

Maandag van 12.00-13.00 uur / Vrijdag 10.00-11.00 uur

Wij maken een oefenschema met u dat we regelmatig bijstellen.

Kosten

10 lessen strippenkaart	€ 100,00
20 lessen strippenkaart	€ 180,00
3 maanden en 1 x pw	€ 110,00
3 maanden 2 x pw	€ 220,00
Intake en opstellen oefenprogramma (1 malig)	€ 25,00

Meld je aan bij Vera of Frederike via info@fysio-duurzaamheid.nl



Cijfers

Missen wij de uitslagen, de standen in de competitie en de rugnummers? Welnee. In coronatijd compenseren we dat gemis ruimschoots. We koesteren cijferliefde in deze behoorlijk doorcijferde samenleving waarin we na elke werkdag via het Journaal oog in oog staan met duizelingwekkende coronacijfers in grafieken? Er zijn gisteren 6.345 nieuwe positieve tests geregistreerd. Dat zijn er 118 meer dan gisteren.

Plots ga je ongemakkelijk tegenover de treurbuis zitten. Weekcijfers wijzen uit dat het percentage positieve testen gestegen is met 3,6 %. We zitten nu op 16,8 procent. Er zijn trends, want Liendert is koploper gevolgd door Nieuwland. Vathorst heeft deze week de alarmschijf. Ergo, alles wordt gerankt, geëvalueerd en gekwantificeerd. Met buurtmonitors en sensoren van Meet je stad wordt de progressiemeting van het coronavirus in beeld gebracht en welk vaccin ingezet moet worden. Er is een coronavaccin dat 42 dagen na toediening voor 95 procent werkzaam is. En het is 10,50 euro goedkoper dan de vaccins van Pfizer en Moderna, maar duurder dan het vaccin van AstraZeneca. Doorcijfering dringt steeds verder door in de maatschappij. We zijn er gek

op. In een enquête van eind oktober zegt 59 procent van de onder-vraagden zich niet te laten inenten. Maar welke schaal gebruik je voor iets dat exponentieel groeit? We leven in een cijfermaatschappij. Een maatschappij waarin de rente 3,6% bedraagt. Een maatschappij waarin de benzine tot in twee decimalen achter de komma wordt afgerekend en het 'kwartje van Kok' nog overeind staat. De maatschappij waarin een tentamen met onvoldoende wordt bestempeld als het puntenaantal op 5,4 uit komt. De wereld is totaal becijferd. Van intelligentie tot het succes of mislukken van ideeën. En big data en algoritmen laten geen enkel geheim meer ongemoeid. Hoe overleef je de cijfermaatschappij als je cijfers haat? Tijd om weer op de tribune te zitten. Dan kun je zelf ervaren hoe om je heen wordt gereageerd als je favoriete club achter staat met 1-0. Dat is nog eens een echt hard cijfer.

Arjan Klaver



KEI IN SPORT ZOEKT ACQUISITEUR

Wie wil het enthousiaste medewerkersteam van de sportkrant Kei In Sport komen versterken op commercieel gebied?

Wij zijn op zoek naar een man of vrouw die op provisiebasis de acquisitie van de gratis huis-aan-huis sportkrant voor zijn rekening wil nemen. Belangrijkste taak van de nieuwkomer is de verkoop van advertenties voor de vier edities die voor volgend jaar zijn gepland. Reageer via baltpubliciteit@gmail.com

Colofon

Oplage 60.000 exemplaren **Hoofd- en eindredactie** Arjan Klaver, Balt Gmelig **Redactie** Addy Schuurman, Stan Bos, Arjan Klaver, Marcel Koch, Hein Visser **Acquisitie** Balt Gmelig **Fotografie** Nico Brons, Rinus van Denderen, Janneke Poort, Marcel Koch **Grafische vormgeving / adviseur** Erik Jagt / Jagt Communicatie / www.i4us.nl **Verspreiding** Spotta **Technische realisatie** Janssen/Pers rotatiedruk **Uitgave:** Balt Gmelig Publiciteit, 06-53832681, baltpubliciteit@gmail.com

Voor digitale versie van de sportkrant keiinsport.nl



FRIGERIO'S KERSTMENU

Genieten zonder zorgen? Maak het u zelf makkelijk deze feestdagen en laat het kerstmenu bezorgen door **FRIGERIO'S**. Uitgebreid en gezellig tafelen zonder dat u zelf uren in de keuken hoeft te staan. Minimale voorbereiding maar maximaal genieten! Kijk op www.frigerio.nl/kerst maak uw keuze en bestel. Alle gerechten zijn ambachtelijk bereid met de smaak van toen! Bezorgen doen wij ook!



FRIGERIO Service in Food Nijverheidsweg-Noord 130-26 Tel: 033-4321891 3812 PN Amersfoort www.frigerio.nl



Een eeuw beslagen ten ijs komen

Door: Hein Visser

Begin vorig jaar gingen de temperaturen omlaag en liep de schaatskoorts hoog op. De Amersfoortse IJvereniging (AIJV) besloot de combibaan aan de Rubensstraat te besproeien. De ijspret op de eigentijdse sproei-ijsbaan was een eendagsvlieg maar het voorzag het 100 jarig bestaan van de schaatsvereniging wel van een feestelijk glanslaagje.

Op 1 december van 1919 werd op initiatief van Lucas Pesie, die destijds directeur was van het openluchtzwembad aan de Sint Ansfriusstraat, een oprichtingsvergadering van de AIJV belegd in een zaal van het toenmalige Amicitia-gebouw. In een rokerige ruimte bestond het gehoor van Pesie uit circa zeventig welgestelde en schaatsminnende Amersfoorters. De conclusie van de samenkomst was volkomen duidelijk. Er bestond behoefte om tijdens vorstperiodes aan de overkant van de Bisschopsweg een deel van de landerijen onder water te zetten. Een paar nachtjes vriezen betekende volop kans op ijspret voor de welgestelden en hun gezinnen. De landerijen waren eigendom van het St. Pieters en Bloklands Gasthuis. Zij verpachtte deze stukken grond al eeuwenlang aan verschillende boeren. De directie van deze instelling vroeg 200 Hollandse guldens per jaar voor een terrein van 80 bij 400 meter met een entree op de plek waar veel later het inmiddels verdwenen Sportfondsenbad zou worden gebouwd. Pesie had op de decemberavond overredingskracht. De welgestelde heren waren ieder bereid een jaarlijkse contributie van vijf gulden te betalen. Dat was destijds een behoorlijk bedrag. In die tijd scheide men zich op deze manier af van het vulgus.



Een zelfselecterende werking dus. De AIJV verkocht obligaties tegen een jaarlijkse rente van 5% om de huur te betalen, dijkes aan te leggen en een waterpomp te kopen. Een jaar na de oprichtingsvergadering waren de weergoden de jonge ijsvereniging goed gezind. Het betreffende stuk weiland werd onder water gezet en de ijskristallen gaven elkaar een stevige hand na een paar avonden vorst. De baan kon open. De mare dat het plaatselijke journaal aan de schrijfmachine toevertrouwde, was duidelijk: 'Het Bestuur bereidde zijnen leden ene aardige en welkome verrassing door hen in de gelegenheid te stellen bij electrisch licht ook in de avonduren van de ijspsport te laten genieten.'

Dreigende deconfiture

Koek en zopie was ingericht in een tweedehandse, veertig meter lange hospitaaltent dat buiten het seizoen regelmatig werd verhuurd aan de plaatselijke schietvereniging Prins Hendrik. In deze tent musicerde een strijke. Zoals het hoorde. Want hoewel er al duizend gezinnen lid waren geworden, was de AIJV in die jaren nog steeds omgeven door een elitaire geur. Vrijwilligerswerk, waarop de hedendaagse AIJV draait, was not done. De tientallen baanvegers werden gewoon betaald, evenals een opzichter, boekhouder en een orgelman. Dezelfde boekhouder begaf zich vaak op glad ijs in de hoop geen uitglijer te maken. Aan het eind van elke winter was de kas leeg met als afrekening een dreigende deconfiture.

Verschuivingen

Er was een flinke revolutie nodig om de elitaire veren van de ijsvereniging af te schudden. Bovendien kon het vullen van de clubkas ook een verbeterlag gebruiken. Er kwam inderdaad een nieuw bestuur en de contributies werden verlaagd. Ijspret werd zo bereikbaar voor honderden nieuwe gezinnen. De nieuwe penningmeester ontdeedte terstond en toonde een glimlach van oor tot oor toen er financiële middelen vrijkwamen om een clubhuis met kantine te bouwen. Maar eerst maakte de club wat geografische verschuivingen mee. In 1932 had de gemeente de landerijen van het PBG overgenomen voor de aanleg van de Rubensstraat en de rest van het Vermeerkwartier. De ijsbaan werd verschoven en drastisch ingekort voor de bouw van het Sportfondsenbad. In 1933 werd het nieuwe clubhuis aan de Rubensstraat opgeleverd en konden de oude hospitaaltenten die regelmatig aan flarden woelen, de geschiedenisboeken in. Het eerste clubhuis heeft veertig jaar onderdak geboden aan de ijsvereniging totdat in 1976 het huidige gebouw kon worden betrokken dat in 1994 werd uitgebreid met een kantine, toiletten en een werkplaats voor de ijsmeesters, onder wie Dick van Burgsteden. De laatste grote verandering was de aanleg van een geasfalteerde skeelerbaan in 2014. Het was de bedoeling om het asfalt en de rest van het terrein elke winter als vanouds enkele decimeters onder water te zetten. In afwachting van strenge vorst

zodat er een dikke laag drijvend ijs zou ontstaan, dik genoeg om er niet doorheen te zakken. Maar na enkele zachte winters is het asfalt in 2018 toch maar met een dun laagje water besproeid. En op een centimeterijds kon toen weer geschaatst worden. Helaas maar één dag. Een pover resultaat vergeleken met de 813 dagen ijspret tot de aanleg van de skeelerbaan. Let wel, een gemiddelde van negen dagen per winter. Those were the days.

Geactualiseerd

Door de geleidelijke klimaatverandering waren de meest fanatieke schaatsers genoodzaakt hun heil te zoeken op de kunstijsbanen die in de regio werden gebouwd. In de jaren zestig kwam er een in Deventer en in 1970 werd de Vechtsebanen geopend in Utrecht. Elke week trainen in Utrecht tot op de dag van vandaag de wedstrijdschaatsers en shorttrackers van AIJV. Maar ook liefhebbers van toertochten trainen daar voor een eventuele deelname aan een Elfstedentocht en de 'Eem-toertochten'. Laatstgenoemde tocht trok in de winters van '96 en '97 duizenden schaatsliefhebbers. De AIJV zou deze evenementen graag willen herhalen. Zodra het hard vriest, wordt door de club een vaarverbod op de Eem aangevraagd bij het provinciebestuur. Bovendien wordt elk jaar het draaiboek geactualiseerd voor alle betrokken gemeenten en andere betrokken instanties die met de Eem te maken hebben.

Wieltjes

Maar de AIJV is niet alleen actief in de wintermaanden. De skeelerbaan uit 2014 heeft bijvoorbeeld een lange voorgeschiedenis. Die begon in 2001 toen het gemeentebestuur aan de vereniging vroeg om op een 'autoloze zondag' iets te organiseren. Honderden leden en niet-leden hebben toen hun inline skates ondergebonden om onder politiebegeleiding een flinke tocht te rijden over alle geasfalteerde straten dwars door de stad. Dat smaakte naar méér, zoals de 'Friday Night Skatings'. Later veranderde dit in een eigentijdse '033-skatings' achter een pickup met in de laadbak een dj die via grote geluidsboxen opzweepen de muziek over de deelnemers uitstortte. Vanaf 2002 zijn ook steeds meer leden gekomen die niet alleen op hun smalle, scherpe ijzers schaatsten, maar zich ook op wieltes voortbewegen. En die wilden graag de kosten betalen om een eigen



skeelerbaan aan te leggen op het gemeentelijk terrein achter het clubhuis. Pas in 2014 kreeg de club daarvoor toestemming. Sindsdien worden aan de Bisschopsweg de jaarlijkse clubkampioenschappen gehouden.

Stadsoorkonde

De AIJV is inmiddels uitgegroeid tot een vereniging met 400 individuele leden en 2000 donateurs. Een club die dus niet alleen actief is tijdens strenge winters maar ook in de zomermaanden, met wekelijkse conditietrainingen op skates, racefietsen en bij slecht weer in de sportzaal naast het clubhuis. Vorig jaar kreeg de AIJV de zogenoemde Stadsoorkonde voor hun grote inzet voor de schaats- en inline-skatesport in de regio. Burgemeester Lucas Bolsius reikte de oorkonde uit tijdens het Sportgala 2019 in Flint: „De AIJV heeft zich de afgelopen 100 jaar ontwikkeld tot een volwaardige en actieve schaatsvereniging. Het is dé plek waar de schaats- en skeelersport actief wordt beoefend door leden en door vele schaatsliefhebbers uit de regio.”

LABRIE

PROFESSIONAL

MULTITEX MAT

Muurverf

WIT en Ral 9010

2,5 l. € **29,95**

5 l. € **54,95**

Lichte tinten

2,5 l. € **33,95**

5 l. € **59,95**

ca. 7 m² per liter

Top kwaliteit

ZEER GOED DEKKEND

in duizenden lichte tinten

ook Ral 9010 en WIT

Voor een gunstige prijs

Multitex Mat

Goede dekking

Mooi mat

Schrobvast

Voor binnen

www.labrie.nl

LABRIE Verfspecialzaak®

Leusderweg 113-115

3818 AB Amersfoort-Zuid

A28 afrit 5



Ford Puma
LEVERBAAR VANAF € 23.975,-

PRIVATE LEASE NU
TIJDELIJK VANAF € 339*
OP=OP

*Looptijd 60 mnd / 10.000 km/pj

BROEKHUIS Amersfoort 

Kom langs
of kijk op **broekhuis.nl**

Bouw- en aannemingsbedrijf

SCHONDERBEEK

Amersfoort

Schoonderbeek BV
Computerweg 16
3821 AB Amersfoort
033 - 455 83 65
info@schoonderbeek-bv.nl
www.schoonderbeekbouw.nl

VERBOUW

VERHUUR

NIEUWBOUW

PROJECT ONTWIKKELING



Hoogland-spits Oskar van Logtestijn is drukker dan ooit

Door: Stan Bos Foto: Rinus van Denderen

Oskar van Logtestijn (26) was tot het stilleggen van de huidige competitie niet alleen de succesvolle spits van derdedivisionist Hoogland, de aanvaller runt ook een goed lopend bouw- en aannemersbedrijf. De geboren Soester is tijdens de pandemie drukker dan ooit. „Juist in deze tijd is dat fijn.“

Tijdens de mooie Hollandse zomers in de afgelopen jaren liep de jonge Van Logtestijn regelmatig mee op de bouwbedrijven van zijn vader en oom. In die jaren werd het zaadje geplant om zelf een bouw- en aannemersbedrijf te beginnen. Drie jaar geleden vond de toen 23-jarige Van Logtestijn de tijd rijp voor die stap. Hij liet zich als zzp'er inschrijven bij de Kamer van Koophandel. „Ik kreeg steeds meer eigen klussen. Het bevalt me prima om een eigen bedrijf te hebben. Ik doe kleine en grote verbouwingen en huur daar ook externe partijen voor in. Veel timmerwerk doe ik zelf, maar voor stucadoor- of schilderwerk schakel ik vakmensen in.“

De coronacrisis kreeg geen vat op de bouw. Zeker nu iedereen veel thuis is, zien ze wat er aan hun woning mankeert. Corona is de ideale kans om het eigen huis te vertimmeren. Tot blijdschap van Van Logtestijn die sinds de uitbraak in maart nog geen dag zonder werk thuis zat. „Voorlopig heb ik genoeg werk. Ook voor het nieuwe jaar staan er al klussen in het vooruitzicht. Dat is lekker, omdat ik me dan niet druk hoeft te maken of ik voldoende werk heb. Er is zo veel vraag dat ik me geen zorgen maak. Juist in deze tijd is dat fijn.“

Op dreef

Dat neemt niet weg dat Van Logtestijn de bal mist. De aanvaller van Hoogland was tot het stilleggen van de competitie in oktober flink op dreef. In vijf wedstrijden was hij zes keer trefzeker. „Als ik nu op zondagen wakker word, weet ik meteen dat ik die dag niet hoeft te voetballen. Ik mis het wel. Aan de andere kant: deze zomer heb ik met mijn vriendin een boot gekocht die bij mijn schoonouders

in Breukelen ligt. Daar ga ik op zaterdagen naartoe om de boot op te knappen. Met mijn vriendin wandel ik daarnaast regelmatig door de Soester Duinen.“

Het opknappen van de boot geeft Van Logtestijn, naast zijn werk, de nodige afleiding. Zijn schoonouders hebben een vakantiehuisje aan de Loosdrechtse Plassen. In de zomermaanden meren Van Logtestijn en zijn vriendin er regelmatig aan en met een eigen sloep kunnen ze ook vrienden uitnodigen. Het opknappen en verder opbouwen van de boot is voor Van Logtestijn een aangename bezigheidstherapie. Een vaarbewijs heeft hij niet nodig. „Het is een sloep van 7,5 meter met niet veel pk. Dat scheelt. In de zomer is het heel ontspannen om een stuk te gaan varen.“

Roeping

Als Van Logtestijn niet op zijn boot zit, is hij aan het werk. De bouwwereld is zijn roeping. Ondank zijn 26 lentes denkt Van Logtestijn dat hij het vak niet snel verlaat. „Je weet nooit helemaal hoe het gaat lopen, maar ik denk dat ik wel in deze wereld blijf werken. Ik ben geen type dat vijf dagen per week op kantoor kan zitten. Ik ben graag met mijn handen bezig. Het leuke aan dit werk is dat je ergens aan begint en uiteindelijk toewerkt naar een mooi resultaat waar mensen blij mee zijn.“

Met een eigen bedrijf weet Van Logtestijn dat hij ook 's avonds moet werken om de administratie bij te houden. Dat doet hij deels thuis, maar ook regelmatig op kantoor bij zijn vader. „Ik heb veel van hem geleerd. Hij loopt al een tijd mee. Van mijn vader leer ik vooral hoe je klussen het beste kunt oppakken, hoe zaken in elkaar steken en hoe je dat het beste kunt aanpakken. Het is prettig dat ik van hem gebruik kan maken als klankbord.“

De afleiding op zijn werk neemt niet weg dat Van Logtestijn het voetbal mist. De aanvaller staat graag op het veld. Het is zijn hobby. „In de wintermaanden vind ik het minder erg dat de trainingen niet doorgaan. Ik ben ook niet zo'n trainingsbeest. Het zijn vooral de wedstrijden die ik mis, net als de gezelligheid met mijn teamgenoten.“

Grote toekomstplannen met zijn bedrijf heeft Van Logtestijn nog niet. Corona leverde hem geen nieuwe inzichten op. „Op langere termijn wil ik misschien wel wat groter worden met mijn bedrijf.“ Voor advies kan hij altijd terecht bij zowel zijn vader als zijn oom die gepokt en gemazeld zijn in de bouwwereld. Van Logtestijn zal niet schromen gebruik te maken van hun kennis. „Het is altijd prettig dat je op iemand kunt terugvallen als je iets niet weet of twijfelt.“

‘Eerste competitiehelft uitspelen’

Oskar van Logtestijn verwacht niet dat de voetbalcompetitie in januari wordt hervat. De aanvaller van Hoogland vindt een herstart in maart waarschijnlijker. „In dat geval kunnen we ook de eerste competitiehelft uitspelen. Dat is veel eerlijker. Wij moeten dan nog twaalf wedstrijden spelen. Dat moet in maart, april, mei en juni mogelijk zijn.“



‘Vechten is het allerbeste

Slachtoffer zijn van pesterijen en een adoratie voor sporthelden lijken een allegaartje. Niet voor Joop Kasteel. De Amersfoorter werd met deze ingrediënten wereldkampioen. Zelfs op z'n 56ste levensjaar is en blijft deze geboren Amersfoorter een imposante verschijning: Gespierd, gebruind, casual look, body in shape en een onvolprezen babbel. Een aimabel krachtmens die, gevoed door de omstandigheden, zijn levensmissie voltooide met een nimmer aflatende winners mentaliteit. Zijn grootste overwinning is er een tegen kanker.

Door: Arjan Klaver

„In mijn jeugdjaren, die ik voor een groot deel doorbracht in de Bleekerstraat, kon ik met mijn leven twee kanten opvliegen”, opent Kasteel in zijn gezellige woonkamer. „De criminaliteit in of wereldkampioen worden. Ik koos voor het laatste. Het kon mij helemaal niets schelen in welke sport, als ik maar wereldkampioen werd. Puur voor de status en erkenning. Ik ben nu op een leeftijd gekomen waarin ik de boel kan relativeren en analyseren. Er zijn redenen waarom ik destijds zo in het leven stond. Een ervan is dat ik wilde afrekenen met het beeld dat ik nog een eenling en een klein, dik jochie was dat op de lagere school overloos gepest werd. Ik wilde alleen maar winnen en uitblinken. Dat nam extreme vormen aan.

Zo voetbalde ik in de jeugd van Cobu Boys. We verloren met 1-4 van Roda '46. Ik heb op de fiets naar huis gehuild van ellende. Geloof me, ik heb in mijn verdere sportcarrière heel wat langdurig gejaknt tot alle tranen op waren. Zo kon ik me weer opladen. Bijgeloof of niet, het heeft me uiteindelijk gebracht waar ik wilde zijn.

Inspiratie

Per toeval kwam Kasteel in aanraking met de krachtsport. Hij reed samen langs een krachthonk op de Bergweg en zag Edwin Troost. „Een klerenkast”, duidt Kasteel. „Dat wilde ik ook. Ik heb me daar in het zweet gewerkt met bankdrukken. Ik had er geen talent voor maar mijn spiermassa begon wel vormen aan te nemen. Ook mijn lichaamslengte. Ik had inmiddels de school uitgezwaaid en richtte me volledig op krachtsport waar ik mogelijkheden had om tenslotte wereldkampioen te worden. In mijn jongenskamer hingen inmiddels posters van Eric Heiden en Arnold Schwarzenegger. Dat gaf me inspiratie.” Kasteel kreeg de kans om de beste van de wereld te worden met armworstelen. Arm tegen arm. Beest tegen beest. De combinatie van massa, kracht en techniek bepaalde de winnaar en de uiteindelijk de wereldkampioen. Alle reizen naar Amerika ten spijt. De Amersfoorter werd 'slechts' Nederlands, Europees en vice- wereldkampioen. Dat was alles. Via onder meer trainer Chris Dolman kwam Kasteel in Japan terecht om free fight onder de knie te krijgen. Tegenwoordig heet deze sport MMA - mixed martial arts - en richt zich op het combineren van technieken uit verschillende vechtkunsten als worstelen, judo, karate, kungfu en jiu-jitsu. Kasteel toonde na eindeloze trainingen in de ring zijn klasse. Ook aan de wereld. Het is 11 december 2005. Onder het dak van de Vechtsebanen in Utrecht vloerde Kasteel de Amerikaan Dan Severn. „Ik werd wereldkampioen en voelde me fit om door te gaan. Ik had veel geld kunnen verdienen. Maar ik wilde geen karikatuur zijn van mezelf. Ik werd hoofd beveiliging van Jan Smit en acteerde in een aantal commercials en films, zoals in de TV-serie Baantjer. Als crimineel hebben ze me vier keer dood geschoten. Gelukkig heb ik buiten de filmcrew voor het juiste spoor gekozen.”

Gitzwarte band

Overwinnen loopt als een rode draad door het sportieve leven van Kasteel. Zijn grootste overwinning is er een tegen kanker. Anno 2020 wijst niets erop dat de voormalige wereldkampioen MMA - mixed martial arts - sinds 24 augustus 2017 het gevecht van zijn leven is aangegaan in het AMC in Amsterdam. In de aanloop naar deze opnamedag was zijn gitzwarte band verteert tot een nutteloos vod toen de diagnose werd vastgesteld. Sinds eind 2013 tobde hij al met vermoeidheidsverschijnselen. Na een pijnlijke beenmergpunctie stond Kasteel oog in oog met een monsterlijke tegenstander die verkleed was in de gedaante die MDS heet, ofwel Myelodysplastische syndromen.



Prijs: € 25,00
Omvang: 414 blz.
Formaat: 15 x 23 cm, paperback met twee fotokaternen
ISBN: 97890 8975 813 2

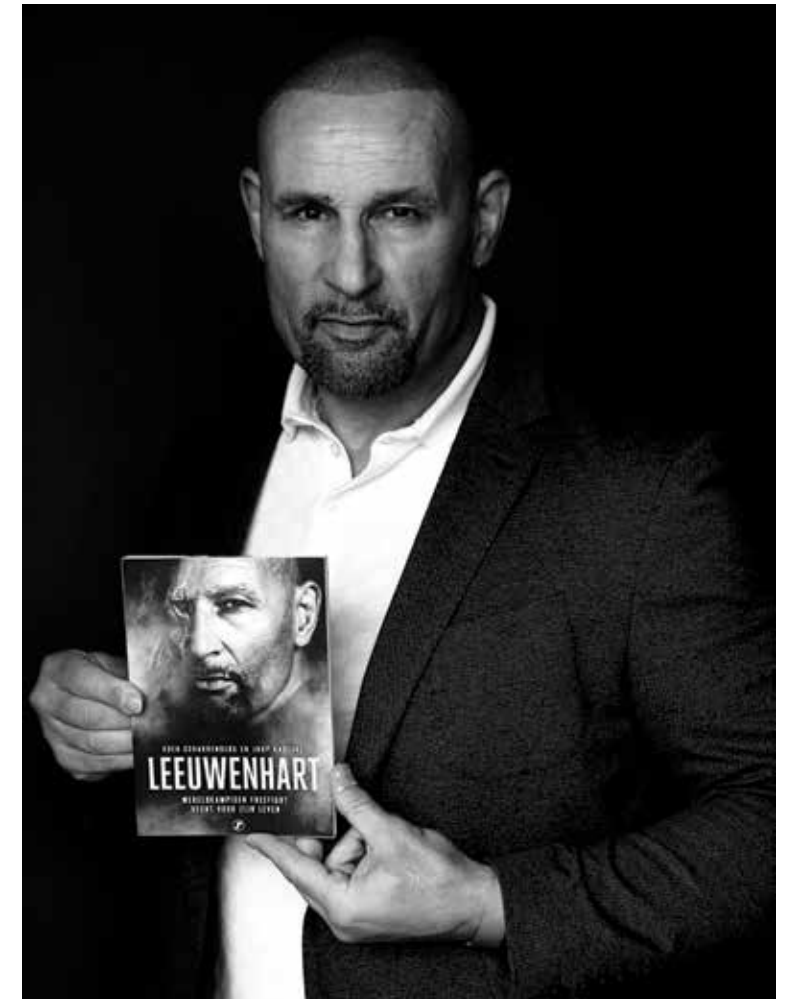
medicijn’

God's hulp

Door zijn vermogen pijn weg te bijten en tegenslagen te incasseren ‘verdiende’ Kasteel tijdens zijn freefightcarrière de bijnaam Leeuwenhart. Als hij aan de zwaarst mogelijke chemo moet en een stamceltransplantatie ondergaat om de levensbedreigende acute leukemie te bestrijden, belandt hij in een emotionele en fysieke rollercoaster. Over die emoties, en de gebeurtenissen in deze periode, houdt hij een dagboek bij. Delen hiervan zijn in het biografische Leeuwenhart verwerkt. Maar Leeuwenhart vertelt ook uitermate boeiend, van binnenuit, over de ogenschijnlijk genadeloos harde vechtsport. Over omgaan met angst en pijn, over gepest worden en het verwerken van minderwaardigheids- gevoelens, ‘werken aan de deur’ en als persoonsbeveiligers. Als (ervarings)deskundige gaat Kasteel open en eerlijk in op het risicovolle gebruik van doping en anabole steroïden. En op de kracht van positief denken, oprechte vriendschap en liefde en zijn onwankelbaar geloof in God.

Vechten

De belangrijkste reden voor Kasteel om dit boek te schrijven is, om een handleiding en inspiratie te geven waar lotgenoten kracht uit kunnen putten. Hij heeft ervaren dat lijdzaam toezien voor geliefden, ouders – en de patiënt zelf - het ergste is dat er bestaat. ‘Vechten’ was en is, oordelen zowel Joop als de behandelaars, het allerbeste medicijn. Leeuwenhart geeft dan ook een helder inzicht in Joops behandelingsproces en de opmerkelijke strategie die ‘Team Kasteel’ daarin volgde. Auteur Koen Scharrenberg volgde Joop twee jaar lang gedurende zijn ziekte en sprak met tientallen mensen om hem heen. Van zijn vrouw Astrid, stamcel donor zus Annelies en behandelende medisch specialisten van het AMC tot vrienden, trainingspartners, tegenstanders, familie en collega's. Zoals zanger Jan Smit, 'Iceman' Wim Hof, oncoloog/hematoloog dr. Jarom Heijmans (AMC), kickboks- en MMA-wereldkampioen Alistair Overeem en vele anderen. Kasteel: „Op dit moment ziet het er naar uit dat ik winnend uit de strijd kom. Maar, mocht ‘Het Monster’ terugkomen en mij in een houdgreep nemen waarin ik moet aftikken, dan zal ik met een glimlach gaan, in alle rust. Ik heb er immers alles aan gedaan, gevochten tot ik erbij neerviel...”



Amersfoort
033 - 475 70 75
www.smeeingelektra.nl



Militairen en burgers, keurig in de pas

Door: Addy Schuurman

Nu het weer opklaart en de dagen langer worden, haalt menig Amersfoortse zijn wandelstapen uit de kast. De architectuur

Door: Addy Schuurman

Nu het weer opklaart en de dagen langer worden, haalt menig Amersfoorter zijn wandelschoenen uit de kast. De ambitieuze wandelaar gaat misschien trainen voor de Tweedaagse van Amersfoort, de beginnende wandelaar trekt zijn gympies aan voor de avondvierdaagse.. Als het coronavirus wordt verslagen wordt alweer de 77e editie van de avondvierdaagse. Inderdaad, het wandelen heeft een lange geschiedenis.

Slappe knieën

De wandelsport in Nederland komt onder andere voort uit de zorgen die rond 1900 heersten over de fysieke gesteldheid van ‘onze jongens’ in Nederland en Indonesië. Bij de uitbreiding van het Nederlands gezag over de Indische archipel stuitte het leger op hardnekkige weerstand, met name in Atjeh. Als gevolg daarvan werden nieuwe rassenideeën populair. Volgens deze denkbeelden vroegen lichamelijke opvoeding en sport meer aandacht. *“Voorovergebogen kippeborsten met slappe knieën en slechte ogen moeten verdwijnen voor een jonger, stoer en flink gebouwd geslacht, desnoods iets minder ontwikkeld in algebraïsche formules.”* zo klonken stemmen in de Haagse politiek.



De avondvierdaagse in 1947. Sportclub Meursing van de koekjesfabriek wandelt het Stationsplein op. Fotograaf A. Stakenburg, Archief Eemland, foto nr. 91114

Vervuld van dergelijke ideeën werd in 1908 de Nederlandse Bond voor Lichamelijke Opvoeding (NBvLO) opgericht. Het doel was om de fysieke gesteldheid van de Nederlandse bevolking in het algemeen en van de militairen in het bijzonder te verbeteren. Daartoe schreef de NBvLO vierdaagse prestatietochten uit in vier disciplines: roeien, afstandrijden te paard, wielrennen en wandelen. Niet het wedstrijddeelam, maar de sportieve prestatie stond dus voorop.

De eerste wandelvierdaagse

Van die vierdaagse evenementen zijn de wandelmarsen verreweg het bekendst geworden. De eerste tocht in 1909 ging van start vanuit veertien garnizoenssteden, dus niet alleen vanuit Nijmegen. Uit Amersfoort vertrokken op 1 september 1909 51 soldaten van het vijfde regiment infanterie (gelegen op de Juliana van Stolbergkazerne aan de Leusderweg), vijf onderofficieren en twee officieren. Dit gezelschap liep elke dag een afstand van 35 km, een prestatie die zij – ondanks de veronderstelde fysieke gebreken – allemaal goed doorstonden. Er waren geen uitvals. De eerste dag voerde de wandelaars van Amersfoort naar Rhenen, de tweede dag ging van Rhenen naar Arnhem, vervolgens naar Ede om op de laatste dag in Amersfoort terug te keren. Die dag kreeg direct al een feestelijk tintje. Bij de Tweede Steeg in Nijkerk werden de wandelaars opgewacht door het stafmuziekkorps, dat met hen meeliiep naar de eindstreep in Amersfoort. Helaas werd de feestelijke intocht bedorven door het slechte weer. In die laatste uren regende het bijna zonder onderbreking.

Toch waren de organisatoren best tevreden. De jaren erna werd de tocht herhaald. Soms ging de vierdaagse vanuit één centrale plaats van start. Dat was makkelijker te organiseren. Soms werd gekozen voor meerdere startplaatsen. Dat leverde wel meer organisatorische hoofdbreken op, maar daartegenover stond dat de wandelingen dan meer belangstelling trokken. Het bleef zoeken naar de ideale formule, tot in 1925 definitief gekozen werd voor Nijmegen als vaste

*Enkele militairen van het 5e regiment infanterie,
die zojuist de allereerste vierdaagse hebben
voltooid, poseren na terugkomst in Amersfoort met
hun kruisje (1909). Dit is de oudste foto die er van
de vierdaagse bestaat. Fotocollectie Regionaal
Archief Nijmegen nr. F53314*

start- en finishlocatie van de vierdaagse. Voordien deed het wandelevenement Amersfoort nog vier keer aan. Vooral de edities van 1919 en 1921 maakten geschiedenis.

Een jaar vol primeurs

In 1919 liep voor het eerst een vrouw de tocht uit. Een Amersfoortse nog wel, Nelly van Stockum-Metelerkamp (1889-1939), overigens niet 'zomaar' een burgervrouw. Zij was de dochter van een kolonel van de huzaren en jonkvrouwe Den Tex en was getrouwd met ritmeester H.C.J. Caderius van Stockum, eveneens van adel. Het echtpaar woonde anno 1919 op de Heiligenbergerweg 31.

Een tweede primeur betrof de koninklijke belangstelling. Het parcours leidde langs paleis Soestdijk en daar begroette Koningin Wilhelmina de wandelaars. Bovendien wachtte Prins Hendrik de wandelaars op bij de eindstreep op de Vlasakkers.



Nelly van Stockum liep 50 km, samen met haar echtgenoot. De burgerwandelars moesten in die tijd de grootste afstand afleggen: 55 km (de vrouwen officieel 40 km). De militairen liepen 40 km (met ransel) of 50 km (zonder ransel). Opmerkelijk genoeg stond na de vierde dag nog een 'toetje' op het programma 'om te toonen, dat de krachten niet waren uitgeput'. Alle deelnemers moesten na de finish nog een hindernisparcours van 800 m en 200 m sprint voltooien. Gelukkig voor de deelnemers zijn die onderdelen inmiddels geschrapt. De tocht in 1921 ging de geschiedenis in vanwege twee records. Voor het eerst gingen in Amersfoort meer dan 1000 deelnemers van start (slechts 25 burgers, waaronder 2 dames). Door de extreme hitte van dat jaar haalden slechts 707 wandelaars de eindstreep. Met meer dan 31% uitvallers is dat nog steeds een dieptepunt in de geschiedenis van de vierdaagse.

Een wirwar aan organisaties

Sinds 1925 is Nijmegen dus de wandelhoofdstad van Nederland. Maar ook in Amersfoort werd de wandelsport in brede kring omarmd. De burgerij ontdekte het wandelen, vooral in de jaren dertig. Dankzij de invoering van de 48-urige werkweek en een jaarlijkse vakantieperiode beschikten steeds meer mensen over steeds meer vrije tijd. Zij trokken lopend of fietsend de natuur in. Bovendien liffte de wandelsport mee op de trend van die dagen, de hoge organisatie- of verenigingsgraad.

Allerlei clubjes en verenigingen wierpen zich op het organiseren van wandelingen. Naast de door militairen gedomineerde NBvLO, die ook een Amersfoortse tak had, kwam er een tweede koepel, de Koninklijke Nederlandse Atletiek Unie. Bij deze KNAU waren veel gymnastiekverenigingen aangesloten met belangstelling voor wandelen, in Amersfoort clubs als Victoria, Excelsior en de Christelijke Gymnastiekvereniging Wilhelmina. Laatstgenoemde organiseerde vanaf 1932 jaarlijks een landelijk bekende wandeltocht, de zogenaamde Standaardmars.

Weldra ontstond behoefte aan een zelfstandige wandelsportorganisatie. In 1934 werd dan ook vanuit de atletiekunie de Nederlandse Wandelsport Bond opgericht. De NWB werd onderverdeeld in regionale organisaties. De regio Amersfoort valt nog steeds onder de Sticht-Gooise Wandelsport Bond (SGWB).

Zonder uitvallers terug

Onder de SGWB vielen ook diverse lokale wandelclubjes. Daar was in de eerste plaats Zonder Uitvallers Terug (ZUT), de oudste zelfstandige wandelsportvereniging van Amersfoort, opgericht op 30 mei 1933. De vereniging telde na een half jaar al 50 leden. Dat aantal groeide gestaag tot 150 leden in 1941. Daarnaast ontstonden gedurende de jaren dertig meer verenigingen met namen als de Vrolijke Wandelaar, de Trekvogels, Nut en Genoegen, Volharding, Op Stap, H.E.R.T. en de dameswandelsportvereniging O.K.E.. Daarnaast was er de wijkwandclub



Leusderkwartier en de roomskatholieke clubs Actief en St. Hubertus. Verder waren er diverse beroepen en bedrijven met een eigen wandelclub, zoals de Amersfoortse Politievereniging, brouwerij Phoenix, sigarenfabriek Spaan en Bertram, koekjesfabriek Meursing, autohandel Pon en verzekeraar Ons Belang. De clubs organiseerden wandeltochten, waarbij het sportieve element niet alleen in de afgelegde afstand school. Men moest de wandeltocht ook binnen een vastgestelde tijd afleggen. Bij wedstrijden werd een klassement opgemaakt, waarbij het aantal deelnemers, het marcheren en 'de algemene indruk' werden beoordeeld. Op basis hiervan werden prijzen uitgereikt. Dergelijke tochten trokken soms honderden wandelaars. Verenigingen van heinde en ver namen hieraan deel. Hoogtepunten waren een door ZUT georganiseerde liefdadigheidsmars in 1939 met 1350 wandelaars en de tweedeaagse standaardmars van gymnastiekvereniging Wilhelmina in hetzelfde jaar, met maar liefst 2000 deelnemers.

De avondvierdaagse

Tijdens de Tweede Wereldoorlog gingen alle wandelevenementen aanvankelijk gewoon door, zij het gebonden aan strenge regels. *“Het uiting geven aan een bepaalde politieke strekking door Kleeding – Insignes – Zingen van Politieke liederen is ten strengste verboden op straffe van onmiddellijke disqualificatie. Het medevoeren van vlaggen en vaandels is verboden evenals van instrumenten.”* Het werd allemaal soberder, maar daar stond een nieuw evenement tegenover, de avondvierdaagse. Vanwege het militaire element werd de vierdaagse van Nijmegen in 1940 door de bezetter verboden. Duizenden gefrustreerde Nederlandse militairen bijeen op een wandelsportevenement, dat was vragen om moeilijkheden. De lokale wandelsportverenigingen besloten daarop een vervangend evenement in het leven te roepen, de avondvierdaagse. In Amersfoort namen in 1940 en 1941 respectievelijk 350 en 400 wandelaars deel, waarvan een aanzienlijk deel militairen waren. Maar na twee jaar was het over met de pret. In april-mei 1942 leidde een spontane weigering van Nederlandse militairen om zich te melden voor het krijgsgevangenschap bijna tot een internationale rebellie tegen het Duitse gezag. Aanleiding genoeg voor de bezetter om alle wandelsport-evenementen te verbieden.

Na de oorlog herleefde de wandelsport weer. De avondvierdaagse keerde terug en groeide uit tot een massaal gebeuren. In 1946 deden al weer 600 mensen mee. De belangstelling groeide snel. In 1959 trok de avondvierdaagse in Amersfoort bijna 4600 wandelaars, in 1969 bijna 6600. In een lange tocht presenteerde bijna alle sportverenigingen zich, zwaaiend met vlaggen en vaandels. Dat versterkte niet alleen het saamhorigheidsgevoel van de club, maar lokte ook veel nieuwe leden. Geleidelijk veranderde het karakter van de vierdaagse wel. Vanaf de jaren '70 daalde de gemiddelde leeftijd sterk.

Tegenwoordig domineren kinderen in de leeftijd tot 14 jaar de stoet wandelaars. Men loopt nog wel in groepsverband. Naast de sportverenigingen vormen vooral scholen een belangrijk verbindend element. Afgelopen jaar legden in Amersfoort zo'n 9800 deelnemers hun vier rondjes van 5, 10 of 15 km af. De vlaggen en vaandels zijn goeddeels verdwenen, maar het evenement is nog springlevend!



Vleugel Vloeren

Voor de mooiste, beste, leukste, duurzaamste
vloeren van een groot
aantal topmerken voor de laagste prijs!
Bezoek onze showroom voor
inspiratie, kleur- en stylingadvies en informatie.



Bekijk bij ons de grootste pvc collectie
van Midden Nederland volgens de huidige RIVM-richtlijnen!

NAJAARSACTIE

8 mm laminaat inclusief ondervloer en leggen * nu €26,95 per m²
0,55 mm toplaag pvc inclusief egaliseren en leggen* nu €46,95 per m²

Utrechtseweg 4 | 3927 AV Renswoude | T. +(31) 318 477 080 | www.vleugelvloeren.nl

Onder de loep



Last van het schoudergewricht is een veelvoorkomend probleem dat opduikt bij balsporten waarbij bovenhandse activiteiten nodig zijn en sporten zoals judo, boksen, zwemmen en rugby. De schouder is een erg mobiel gewricht. Alle stabiliteit wordt gegeven door het gewrichtskapsel en de spieren van de schoudergordel. Bij frequente bewegingen van de schouder boven het hoofd kan dit systeem dan ook chronisch overbelast raken en kunnen er blessures ontstaan. Martijn Augustijn en Guido Rietzschel van Fysiotherapie-033 geven de toon aan van onder meer de symfonie der deelbewegingen.

erop gericht de pijn te verminderen door de bewegelijkheid en de aansturing te verbeteren. De bewegelijkheid van de gehele schoudergordel is hiervoor belangrijk. Dat geldt ook voor de bewegelijkheid van de nekwerfels en borstwerfelkolom. Binnen 6 weken moet er sprake zijn van herstel. Er kunnen in het gewricht ook andere problemen voorkomen, zoals het uit de kom gaan van de schouder. Dit wordt vaak veroorzaakt door een val of een ongeluk. Het gewrichtskapsel en de banden kunnen daardoor te lang worden. Wanneer banden uitrekken zijn ze te los geworden en kunnen daardoor minder stevigheid bieden in uiterste standen. Ook de kraakbeenrand rondom de kom van de schouder (het labrum) kan dan deels los- of ingescheuren. Het labrum met de rotator-cuff zorgt voor extra stabiliteit opdat de kop ten opzichte van de kom in goede positie blijft staan tijdens bijvoorbeeld een werpactie, smash, service of stoot.

Maar er is ook goed nieuws! Het goede nieuws is dat indien het kapsel is aangedaan en/of de pezen zijn ingeklemd de spieren rondom het gewricht gericht zodanig kunnen worden getraind dat daarmee de verloren functie van het kapsel wordt overgenomen en kunnen de pezen herstellen. Binnen de fysiotherapiepraktijk van Fysio-033 worden verschillende vormen van therapie aangeboden zoals individuele therapie, dry needling, sporttappen en sportmassage.

Als eerst wordt er een intake gehouden om een duidelijk beeld te krijgen van uw klacht. Aan de hand van de aard van de klacht wordt er voor u een specifiek behandelplan samengesteld. U krijgt bij ons uitsluitend persoonlijke begeleiding. Zo werken we stapsgewijs aan uw herstel en het verhogen van de belastbaarheid totdat u klaar bent om weer mee te doen. Tevens geven wij adviezen om te voorkomen dat uw klacht terugkomt.

De schouder bij de kop genomen

Door: Arjan Klaver

Het schoudergewricht is met al z'n spieren en pezen min of meer te vergelijken met de teugels van een 4-span paarden. „De schouder, waarmee je aan alle kanten vrij kunt bewegen, is erg complex, maar zo interessant”, opent Martijn. „Het is een gewricht waarbij meerdere gewrichten samenwerken. Daarnaast zijn er kapsels en liefst 17 spieren die direct en indirecte functie hebben rondom het schouderblad en die normaal gesproken nauwgezet met elkaar samenwerken (‘de symfonie der deelbewegingen’) en daarmee de benodigde stabiliteit aan het schoudergewricht geven. Deze spieren lopen van je bovenarm van het schouderblad door naar de ribbenkast, wervelkolom en hoofd. Zowel aan de voorkant als aan de achterkant van de schouder. Een deel van deze spieren is er om kracht te leveren en de arm te bewegen. Een ander deel is ervoor om de kop stabiel in de kom te houden (de ‘rotatorcuff’) en deze spieren zorgen ervoor dat je gecontroleerd je arm kan bewegen. Het is van belang dat deze spieren onderling soepel samenwerken. Als dit niet gebeurt, dan kan men gaan compenseren. Dit kan leiden tot klachten of overbelasting van pezen of spieren. Pijn in de schouder kan vele oorzaken hebben. Het interessante is dat bij klachten er bijna altijd aanknopingspunten zitten voor een fysiotherapeut om een behandeling te starten, zoals het hertrainen van de coördinatie van de schoudergordelspijnen, ofwel het verbeteren van de symfonie der deelbewegingen. Inderdaad, de schouder is net een orkest. Wanneer een instrument niet voortijdig is gestemd heeft dit verstrekende gevolgen voor de duur van de uitvoering.

Volgens Guido hebben de meeste cliënten (80%) in meer of mindere mate last van inklemmingsklachten van de pezen van de schouderstabilisatoren en/ of de slijmbeurs (soort kussentje tussen pezen en schouderdak). Dat pijn veroorzaken, zeer hinderlijk zijn en kan problemen geven tijdens het dagelijks leven, sporten en zelfs ook slapen. Mogelijke oorzaken zijn het disfunctioneren van onder meer het schouderblad, wervels tussen de schouderbladen, nekwerfels, het sleutelbeen met aangrenzende gewrichten en het schoudergewricht zelf. „Verbetering van de schouderfunctie is dus gericht op het gehele mechanisme en niet alleen op het schoudergewricht”.

De diagnose wordt gesteld na het doen van een uitgebreid fysiotherapeutisch onderzoek. De behandeling is afhankelijk van de oorzaak van de klachten en is



Bezoek KVO Fysiotherapie:
Kosmonaut 8-E, Amersfoort of op
www.kvo-fysiotherapie.nl



Het Zuid-Amerikaanse avontuur van een trotse Soesterkwartierder

In de Dominicaanse republiek is Tony Rombley eigenaar van de Slider Baseball International Academy. Deze sportieve ‘hogeschool’ verzorgt trainingen voor talenten om hun persoonlijke doel te bereiken. „Dit houdt vooral in het behalen van een College Grade en/of het behalen van een plek in Major League Baseball (MLB)”, aldus de voormalig inwoner van Amersfoort.

Door: Arjan Klaver

De Dominicaanse Republiek is een van de populairste zonbestemmingen buiten Europa vanwege het uitstekende weer, de vele mooie hotels en de adembenemende stranden. De witte stranden bij Punta Cana en Bavaro behoren zonder enige twijfel tot de mooiste van het Caribisch gebied en zelfs van de hele wereld. Inmiddels zijn er al veel foto's van witte palmenstranden in de camera van uw dienaar vastgelegd voor het thuisfront. Natuurlijk ving de camera de azuurblauwe zee en een felle, diepblauwe lucht. Omdat er vrij vaak wolken zijn, tekent dat mooi af tegen de blauwe lucht en krijg je de foto's die eenmaal terug op de thuisbasis de familie doen smachten naar vakantie.



Daan Terstall zet met zijn trainer de puntjes op de 'i'.

De campus van Slider Baseball International Academy, is gesitueerd in Santo Domingo, de hoofdstad van de Dominicaanse Republiek. Dit is zonder twijfel de meest levendige stad van het eiland. Er leven meer dan 3.000.000 mensen.

De levendigheid is echter niet datgene waar toeristen op afkomen; dat is de flinke historie die de stad herbergt. Kei In Sport heeft echter deze dag meer oog voor de werkzaamheden van Tony Rombley. „Mijn focus ligt dus vooral op het ontwikkelen van talent om zo een mogelijkheid te scheppen om toe te treden tot de top van American Baseball”, aldus de voormalige bewoner van het Soesterkwartier in Amersfoort en vader van de beroemde zoon Danny Rombley die in het recente verleden wereldkampioen werd met het Nederlands honkbalteam. „Om dit te bereiken is niet alleen spelvaardigheid van belang. Maar ook mentaliteit en emotionele weerbaarheid. Het individu moet voor langere tijd om kunnen gaan met alles wat topsport vraagt. Ik ben drie jaar bezig om mijn opgedane ervaring tijdens mijn honkbalcarrière te delen tijdens de trainingen. We hebben zoals je ziet de beschikking over een officieel veld en de daarbij behorende trainingsvelden. Op de accommodatie zijn onze professionele trainers, een arts en een fysiotherapeut actief. Verder hebben we goede connecties met een hotel nabij de trainingsaccommodatie. We regelen het vervoer van en naar het vliegveld en de accommodatie. En uiteraard is het eten altijd prima verzorgd.”

Waarom in dit land?

„De Dominicaanse Republiek kent een grote honkbalcultuur”, vertelde Rombley. „De kennis en expertise van ‘the locals’ is iets wat ik niet op andere plekken vind. Dit land is al jarenlang hoofdleverancier van de Major League Baseball, kortweg MLB. Dat zegt al genoeg denk ik. Het is daarom dat Major League Baseball een tweede kantoor heeft neergezet op dit eiland. Lijnen kunnen dus kort gehouden worden en dat biedt voor mijn ‘academie’ betere kansen om potentiële profs onder de aandacht te brengen bij Major League Baseball. Vanuit deze league zijn er veel scouts hier dagelijks actief.”

Waar komen al die honk-en softballers en -balsters vandaan?

„Hoofdzakelijk uit Nederland en de Nederlandse Antillen, maar met de toenemende bekendheid ook steeds meer uit Zuid-Amerika en de Major League Baseball zelf”, duidt de geboren Amersfoorter.

„De laatste 20 jaar wordt er in deze regio op hoog niveau gespeeld. Met de jaarlijkse World Cup werden er tijdens het seizoen ‘key players’ onttrokken aan het Major League Baseball competitie. En dat was niet wenselijk. De league startte de World Baseball Classics om zo het wereldkampioenschap om te vormen naar een driejarig evenement. Promoten kan je wel aan de Amerikanen overlaten. Er bestaat immers geen jaarlijkse World Cup meer. De World Baseball Classics is nu een heel erg populair evenement geworden. Al hun profs uit de



Ook 's avonds wordt er nog hard getraind.

Dominicaanse Republiek, Venezuela en Panama, blijven in de Major League Baseball competitie actief en de populariteit van de World Baseball Classics heeft een aanzuigende werking op nieuw talent.”

Heb je ook Nederlanders gehad en zo ja welke topper is doorgedrongen?

Rombley knikt bevestigend. „Als voormalige scout van Cincinnati Reds, hebben twee spelers getekend, onder wie een die als rookie in de Major League San Francisco Giants speelt. Zijn naam is Chadwick Tromp. Bij Slider Baseball International Academy train ik momenteel verschillende Nederlanders. Een speler staat op de punt een contract te tekenen bij een van de MLB teams. Zijn naam is Daan Terstall.”

Kun je een sfeer beschrijven van de plek en de sportomstandigheden waar je je nu bevindt?

„Dit land heeft een rijke honkbalcultuur en daardoor veel potentie”, vult hij aan. „Het is een modern land met grote tegenstellingen tussen rijk en arm. Helaas brengt dit ook de nodige problemen met zich mee zoals corruptie. Ook in de sport. Zo bestaan er ook honkbalscholen en zogenaamde ‘honkbalmakelaars’ die een slaatje willen slaan uit de aanwezigheid van jong talent en de connectie met de Major League Baseball. Dit biedt voor mijn Slider Baseball International Academy de kans om een betrouwbare partij te kunnen zijn voor jong talent, zonder loze beloften en met veel aandacht en inzet. Dat verwachten we ook terug van onze pupillen. We moeten elke dag keihard werken en gemotiveerd zijn, maar ook veel lol hebben met elkaar.”



Chadwick Tromp bij de Cincinnati Reds.

Paspoort

Naam: Anthony Rombley (Tony)
Leeftijd: 63 jaar
Beroep: Gepensioneerd
Clubs: Eigenaar St. Maarten Baseball Academy en Slider Baseball International Academy
Mooiste sportmoment: Kampioen worden met mijn team op de Koninkrijk Spelen in 2009 als bondscoach van Aruba baseball

Hoe ziet je dag eruit?

Rombley daarover: „Het is elke dag weer hollen en vliegen, waarnemen, regelen en ga zo maar door. Daar hoort ook bij het monitoren van de talenten, het aansturen van de trainers, plannen bijstellen, wedstrijden/toernooien opzetten en nog veel meer. Ook gaat er veel tijd zitten in individuele begeleiding van de sporters. Ik denk dat mijn ‘academy’ een soort Major League Baseball in het klein is...”

Is de selectieprocedure streng?

„Ja”, is zijn antwoord. „Ze moeten niet alleen over voldoende talent en basisvaardigheden beschikken. Ze moeten het ook laten zien. Bij ons is elke dag een selectieprocedure waarbij de sporters ook weer volledig toegewijd en gemotiveerd moeten zijn. Elke dag weer.”

Hoeveel spelers en speelsters gaan uiteindelijk naar de top?

„Ik hoop iedereen die dat wil bereiken”, verzucht Rombley. „Maar dat is natuurlijk onhaalbaar. De weg naar de top is hard en zwaar. Dus het is logisch dat, ook al verbeteren ze zichzelf, er altijd een aantal sporters is dat afvalt.”

Begeleid je die ook richting top?

„Dat is eigenlijk mijn voornaamste taak”, weet hij. „Naast sportieve skills is het ook noodzakelijk om mentaal goed te zijn. Anders hou je sporten op dit niveau niet vol. Verder adviseer ik over contracten en let ik zeker ook op een carrière na de sport. Dat wordt namelijk veel te vaak vergeten.”

Hoe lang ga je hier mee door?

Ik weet niet exact wanneer ik ga stoppen. Ik hoop tot aan mijn dood door te gaan. Ik probeer zo fit mogelijk te blijven om dit werk met veel plezier goed te kunnen blijven doen.”

Het wordt tijd voor een heerlijke maaltijd. „Zin in een Sanocho, Sopa Criolla Dominicanam of een Bandera Dominicana, een combinatie van vlees, bonen en rijst?”, vraagt de gastheer. „Ik vind het leuk dat Kei In Sport op deze uitzonderlijke manier aandacht aan mijn werk schenkt. Doe straks de groeten aan het Soesterkwartier. De beste wensen voor 2021.”

Shell Serva

7 dagen per week tot 24.00 geopend

Nachtautomaat voor brandstof
24 uur per dag geopend

Info over tanken op rekening:
shell@servavolvo.nl

Nijverheidsweg-Noord 24
3812 PN Amersfoort
033-4603023
www.shellserva.nl



Op haar vijfde levensjaar leerde zij zichzelf zwemmen in het pierenbadje van het Amersfoortse Bosbad terwijl haar vier jaar oudere broer Frank in het diepe slagen maakte voor zwemdiploma A. „Ik zal daar wel een keer aan mijn moeder hebben gezegd dat ik het zwemmen ook leuk vond”, aldus Anke Rijnders. Tien jaar later stond zij op het Olympische startblok in München. Voor liefst vier finales.

‘Gelukkig duurde het allemaal te kort om saai te worden’

Door: Arjan Klaver
Foto: Nico Brons

„Begrijp me goed, als vijftienjarige behoorde ik toen tot de jongste deelnemers van de Olympische ploeg die Nederland in 1972 naar Beieren had afgevaardigd.”, steekt Rijnders van wal. „De sporters kwamen werkelijk niets tekort. Het zouden immers vrolijke Spelen moeten worden. En zo heb ik het ook beleefd. Ik trok toen veel op met mijn concurrent en leeftijdsgenoot Kornelia Ender, de enfant terrible van de DDR. We waren echt twee jonge ginnegappende meiden.”

Naast alle vrolijkheid kregen haar kindergen ook de keerzijde van de Olympische droom te zien. Het was vijf september. Israëlische sporters werden gegijzeld door Palestijnse terroristen. „In het Olympisch Dorp stond ons appartementengebouw haaks op dat waar de Israëlische atleten werden vastgehouden”, vertelt Rijnders. „Toen de gijzeling aan het licht kwam, moesten we in ons zwaar-bewaakte appartement blijven. Zodoende heb ik de silhouetten van de terroristen van een afstand gezien. Nogmaals, ik heb alles met kindergen gadeslagen. Onbekommerd. De politieke lading ontging me volledig. Chef de Mission van de Nederlandse sportploeg, Bram Leeuwenhoek, heeft me dan ook zoveel mogelijk weggehouden van dit drama. Sterker, achteraf bleek dat mijn ouders zelfs een paar maal naar Leeuwenhoek hadden gebeld. Ik moest, vonden ze, naar huis. Ze waren doodsbang, ongerust en boos. Ik wist van niets.”

‘Hersendraadjes’

In sportief opzicht waren de Olympische Spelen voor Anke Rijnders niet geworden waar een topsporter nu eenmaal verlangend naar uitkijkt. Opmerkelijk want het leek allemaal in de relatief korte aanloop naar de Olympus voorspoedig te gaan. Opgegroeid in een driekamerflat aan de Amersfoortse Kapelweg aan de voet van de zogenoemde hunkerberg, zoals in het Leusderkwartier de Amersfoortse Berg met haar welgestelde milieus gekscherend wordt genoemd, werd haar zwemtalent ontdekt toen ze lid werd van AZ&PC. „Ik werd clubkampioen in de leeftijdscategorie onder de tien jaar”, weet de geboren Amersfoortse. „Ik kreeg de mogelijkheid om meer te trainen. De borstcrawl leerde ik in no-time van m’n leidster

Ineke van der Kolk die opmerkelijk genoeg later de schoonmoeder van mijn dochter zou worden. Crawl werd mijn specialisme waarmee ik dozen vol prijzen won. Ik weet nog dat mijn buurjongetje regelmatig de ‘blikkies’ wilde zien. Hij zou later ook Olympiër worden. Frank Drost dus.

Ondanks alle prijzen moest er hard getraind worden om stappen te maken. Fitness was er toen nog niet. De conditietrainingen deden we onder leiding van trainer Wouter Gerritse in het Randenbroekerbos. Wat hebben we daar een plezier gehad. Enfin, je wordt ouder en m’n zwemontwikkeling ging voorspoedig dankzij een laag soortelijk lichaamsgewicht en m’n relatief grote handen. Aan de andere kant hebben prestatiedrang en gevoel voor timing, planning plus de extra ‘hersendraadjes’ tussen denk- en doe-coördinatie mijn topsportgeest verder aangewakkerd. Uiteindelijk kon ik me na de Europese jeugdkampioenschappen voorbereiden voor München.”

20 rondjes Julianaplein

In het trainingskamp hield iedereen er rekening mee dat de jonge Rijnders een medaille zou gaan veroveren. Het liep anders. In het Olympisch bad maakte zij deel uit van de estafetteploeg, die als vijfde eindigde op de 4x100 meter wisselslag. Ook op de 4x100 meter vrije slag legde Rijnders met de aflossingsploeg beslag op de vijfde plaats. Individueel moest de Amersfoortse genoeg nemen met de dertiende, zevende, en achtste plaats op respectievelijk de 100, de 200 en de 400 meter vrije slag. Na de Spelen kon weer de weg naar Amersfoort worden ingeslagen. „Bij thuiskomst was de feeststemming ver te zoeken”, aldus Rijnders. „Mijn ouders waren down door al die vreselijke gebeurtenissen in München. Het normale leventje begon echter weer. En hoe. Ik weet nog dat ik bij mijn vader in de auto zat en een discussie op gang kwam over mijn vervolgopleiding. Na meer dan 20 radeloze rondjes om het Julianaplein koos ik uiteindelijk voor de kweekschool. Dichtbij huis en mijn geliefde Wouter Gerritse.”

Voor de opleiding op kweekschool moest ze afscheid nemen van de topsport. Al met al denkt ze met gemengde gevoelens terug aan haar zwemtrainingen. Het waren niet echt veel trainingsuren, maar wel effectief. „Gelukkig duurde het allemaal te kort om saai te worden”, bekent Rijnders ten slotte.



Het nieuwe e-book van Hans van Dijk, Ron van Megen (rechts) en Koen de Jong (links) moet het praktisch gebruik van hardloop-wattage binnen ieders bereik brengen.

De eenvoudigste weg naar een persoonlijk record

Hans van Dijk, Ron van Megen en Koen de Jong schrijven een boek over lopen op vermogen. Een nieuwe manier van trainen die de loopwereld aan het veroveren is.

Door: Arjan Klaver
Foto: Janneke Poort

Lopen op vermogen wint aan populariteit. Meer en meer lopers zweren bij hun vermogensmeter en trainen niet langer op hartslag of tempo. Er is een kentering gaande en de kans is groot dat over een aantal jaar trainen op vermogen de norm is geworden. „Met een hartslagmeter en voldoende kennis kun je op vlak terrein prima trainen met een hartslagmeter”, opent Van Megen. „In veel gevallen is een hartslagmeter echter onbruikbaar. Bijvoorbeeld bij intervaltrainingen van 200 of 400 meter. Tegen de tijd dat je hartslag hoog is, ben je al aan het eind van je versnelling. Ook heuvelop of bij harde wind is het lastig om gericht op hartslag te trainen, je tempo zakt in, je hartslag schiet omhoog en je hebt weinig vergelijk met je vlakke, windstille trainingsrondjes. Als je in een wedstrijd hetzelfde tempo heuvelop wil

doorlopen, levert dat een rode kop en verzuurde bovenbenen op. Onvermijdelijk wil je heuvelaf op adem komen, terwijl je juist dan tijdswinst had kunnen boeken. Met windje mee of windje tegen is dit net zo.”

Met een vermogensmeter kun je volgens de Leusdense auteur die tevens lid is van van atletiekvereniging Altis wél met een constant wattage lopen. „Zo kun je ook met heuvels gericht blijven lopen en wind mee of wind tegen kun je prima je beoogde wattage lopen. Welk wattage je in je training of tijdens je wedstrijd moet lopen, hoeft je niet zelf meer uit te (sport)dokteren. Daarvoor zijn tegenwoordig goede hulpmiddelen beschikbaar. Ander voordeel van lopen op vermogen: je vermogen reageert direct, dus je kunt ook je 200-meter interval trainen op vermogen. En lopen op vermogen is niet ingewikkeld. Daar gaat het nieuwe e-book over, praktisch en toegankelijk voor een breed publiek.” Vele hardlopers kennen Hans van Dijk en Ron van Megen al van hun boeken 'Het Geheim van Hardlopen' en 'Hardlopen met Power!', een hardlooplevolutie'. Het tweetal schreef honderden columns en artikelen over alle mogelijke aspecten die van invloed zijn op hardloopprestaties.

Toegankelijk

Wat in 2016 bij het verschijnen van hun tweede boek nog als revolutionair werd gezien, heeft inmiddels vaste voet verworven in de hardloopwereld. Hans en Ron

bleken een visionaire blik te hebben, toen ze lopen op vermogen introduceerden bij de Nederlandse hardlopers. Aanvankelijk had het Amerikaanse Stryd als enige een goede hardloopvermogensmeter in de aanbieding. Stryd is nog steeds voorloper, maar ziet dat de horlogemerken Polar, Coros, Garmin en Apple Watch inmiddels ook Running Power aanbieden. Belangrijker nog dan het toegenomen aanbod is de verbeterde toegankelijkheid. Moest je in het verleden enige affiniteit met de natuurkundige begrippen vermogen (wattage) en energie hebben, de bijbehorende apps zijn zover doorontwikkeld dat het voor iedereen te bevatten én te gebruiken is.

Nieuw boek

Inmiddels staat een nieuw boek op stapel. Eind januari verschijnt het als e-book. Gratis. Hans en Ron hebben wekelijks een vaste column bij ProRun.nl. Deze hardloopwebsite is enthousiast over de mogelijkheden van hardloopvermogensmeters en maakt het nieuwe boek mogelijk. ProRun helpt in de persoon van de bekende hardlooptechnicus Koen de Jong bovendien bij het schrijven van het boek.

Verbeteren

Koen de Jong was nooit zo'n fan van natuurkunde op school. „Waar ik wél interesse in heb, behalve in talen: hardlopen, progressie inzichtelijk maken én manieren om mijn sportprestaties te verbeteren.” Om te kunnen trainen met vermogen hoeft je niet te weten wat Watt is. Ook zonder dat je weet wat Watt is, kun je persoonlijke records verbeteren en progressie maken. Als jij maar weet welk wattage jij moet lopen bij een training om progressie te boeken of welk vermogen jij kunt lopen op een 5 km, 10 km, halve marathon of hele marathon.

Nu al interesse?

Je kunt voorinschrijven en als eerste een gratis e-book over 'Hardlopen met Vermogen' ontvangen. Laat daarvoor je e-mailadres achter op: <https://www.prurun.nl/ebook-hardlopen-op-vermogen/>

Paaltje?

Wilt u dat het snel verholpen is?
Wilt u gratis vervangend vervoer?
Wilt u kwaliteit?
En.. ook nog eens vriendelijk?

Ga dan naar
ASN Autoschade Service
Calveen Amersfoort
(onderdeel van de ASN Groep)

IJzersterk in schadewerk

Autoschade Service
Calveen Amersfoort

Kosmonaut 27 3824 MK Amersfoort
t 033 45 55 592 f 033 45 56 808
e calveenamersfoort@asnmail.nl

www.ijzersterkischadewerk.nl

INTERSPORT
VAN DAM

THE HEART OF SPORT

HOOFDSPONSOR VAN:



OFFICIAL PARTNER VAN:



INTERSPORT VAN DAM, BIRKSTRAAT 103, 3768 HD SOEST. T.: 035-6030004 Openings tijden: ma. 13.00 - 18.00 u, di. - do. 10.00 - 18.00 u, vrij. 10.00 - 20.00 u, zat. 09.00 - 18.00 u.

Twee jaar terug werd Joop de Heus blind. In een tijdsbestek van vijf dagen tijd zag de oud-voetbaltrainer van een reeks clubs uit Amersfoort en daarbuiten helemaal niets meer. Een bijwerking van een medicijn dat hij voor zijn hart (boezemfibrilleren) slikte bleek na medisch onderzoek de oorzaak. „Nee, de cardioloog die mij destijds het medicijn heeft voorgeschreven heb ik nooit meer gesproken.” Een portret van de ex-trainer die overal waar hij de hesjes uitdeelde het naar zijn zin had.

Door: Marcel Koch
Foto: Marcel Koch

Het is september 2018. Joop de Heus is als maatschappelijk voetbalcoach op een internationaal toernooi voor zogeheten GGZ-teams in België. Daar merkt hij ineens dat zijn gezichtsvermogen iets vermindert. Eenmaal thuis gaat hij naar de huisarts die hem direct doorstuurt naar de oogspecialist in Baarn. Die ziet de ernst van de situatie in en regelt een spoedopname in het academisch ziekenhuis in Utrecht. Op de eerste opnamedag ligt De Heus in bed nog een voetbalwedstrijd op de iPad te kijken. „Vier dagen later was ik stekeblind.”

Emoties

Vervolgt openhartig: „Vooral het eerste jaar heb ik geworsteld met mijn emoties. Er zijn momenten geweest dat ik dacht: voor mij hoeft het niet meer. Echt, het was vreselijk.” Steun ondervindt hij bij familie. „Zodra ik de stemmen van mijn kleinkinderen hoor word ik vrolijk, krijg ik weer levenslust. Wat hebben zij aan een zeurende of meelijwekkende opa? Niets, helemaal niets! Ook mijn vrouw en kinderen doe ik geen plezier als ik de godganse dag sikkeneurig en deprimerend ben. Ik moet en ga verder, probeer het beste ervan te maken.”

Hij vertelt dat hij bij Bartimeus, het instituut voor blinden en slechtzienden, geleerd heeft hoe hij een geleide stok moet hanteren. „Aan braille begin ik niet, daarvoor ben ik te oud om het onder de knie te krijgen, maar die stok heeft me al veel gebracht. Samen met mijn broer maak ik geregeld een wandelingetje naar het Eemplein. Daar kan ik van genieten. Heerlijk in de buitenlucht. Als trainer was ik niet anders gewend. Bovendien moet ik blijven bewegen hè. Zo heb ik ook een hometrainer gekocht om fit te blijven.”

Eerste liefde

Speler. Trainer. Clubbestuurder. Voorvechter van damesvoetbal (bij SV Spakenburg). Voetballiefhebber. De Heus schetst allesomvattend: „Voetbal was mijn lust en mijn leven.”

‘Voetbal was mijn



Bedrijvig baasje

We zijn bij De Heus (72) thuis in zijn appartement nabij het stadshart. „Zullen we maar aan de tafel zitten”, oppert hij terwijl hij opstaat uit zijn comfortabele stoel en op zijn Adidas sneakers voetje voor voetje naar de tafel schuifelt. Eenmaal de stoel aangeschoven, legt hij zijn onderarmen op tafel en vouwt zijn grote handen ineen. Joops vrouw serveert ondertussen thee en koek. „Mocht je me nodig hebben Joop, ik ben achter”. Joop knikt. Zodra ze de woonkamer heeft verlaten merkt hij op dat hij altijd een bedrijvig baasje is geweest. „Ik was altijd gewend om alles zelf te doen en deed graag iets voor anderen, maar die Joop bestaat helaas niet meer. Ik ben nu hulpbehoevend. En ja, het heeft me veel moeite gekost om me daaraan over te geven.”

De Amersfoortse voetbalscene kent De Heus vooral als trainer. KVVA was zijn eerste liefde. Bij de volksclub aan de Dollardstraat deelt hij voor het eerst als hoofdtrainer de hesjes uit en bepaalt hij op wedstrijddagen de tactiek. „Ik was net 30 jaar en moest nog veel leren. Maar met het jaar kreeg ik steeds meer lol in het trainer zijn. Daarbij hielp het dat ik altijd een leergierig type ben geweest, ik verslond vakliteratuur en lette goed op bij de trainerscursussen. Ik heb nog les gehad van Jan Zwartkruis en Pierre Stevenaart.”

De Heus – in zijn werkzame leven in dienst bij KPN – blijft KVVA zeven jaar trouw. Later traint hij de selectie van Amsvorde, CJVV (als assistent), Maluka Muda, VVOP, SV Spakenburg (als trainer tweede elftal) en APWC. „Bij welke club ik ook trainer was, ik respecteerde de clubcultuur. Het woord samen heb ik altijd met hoofdletters geschreven. Samen de club vooruithelpen – die insteek heb ik altijd gehad.”

Sinterklaas

Warme herinneringen heeft hij aan de Molukse voetbalvereniging Maluka Muda uit Barneveld. „Dat voelde als familie. Elke zondagavond keerde ik met een tas

vol loempiaatjes huiswaarts. Ik heb er zelfs nog een keer als Sinterklaas opgetreden. Zie je het voor je? Ik voelde me volledig in hun gemeenschap opgenomen. Overigens zaten in het elftal ook een paar geweldige voetballers.”

Liefdevol uit hij zich ook over zijn lange periode bij SV Spakenburg waar hij naast trainer van het tweede elftal, ook jeugdcoördinator en jeugdvoorzitter is geweest. De Heus voelde zich er als een vis in het water. „De mentaliteit van de Spakenburgers sloot naadloos aan bij mijn beleving. Wat die mentaliteit is? Als ze een koekje bakken willen ze het beste koekje van de wereld bakken. Strijdbaar, altijd willen presteren hè.”

Met het tweede elftal haalt hij flink wat successen. Ach ja, anekdotes te over. Never a dull moment bij Spakenburg. De Heus zag er hoofdtrainers komen en gaan. Met een aantal had hij een klik, met een enkeling ook niet. „Simon Kistemaker negeerde volledig het tweede elftal. In zijn ogen konden zij er helemaal niks van. Daarmee trapte hij mij op mijn hart.” Met Peter Visee is de werkrelatie warmer. „Als een speler uit het tweede zich in het eerste speelde, hadden we beiden schik.”

Tot twee jaar terug had De Heus een vaste zitplaats op de hoofdtribune bij de Blauwen. „Maar vraag me niet wie nu de trainer van Spakenburg is. Ik weet het niet.”

lust en mijn leven’



Gedreven en sociaal bewogen

Na acht seizoenen in het eerste elftal van Spakenburg bouwde Thijmen Beekhuis af in het tweede elftal onder leiding van Joop de Heus. Hij karakteriseert hem als een mensen-mens. „Als trainer kon hij goed omgaan met verschillende karakters. Joop was gedreven. Een schreeuwer langs de zijlijn was hij niet, eerder rustig. Maar als het moest kon hij met zijn vuist op tafel slaan. Hij voelde zich ook niet te groot om zijn oor bij de ervaren spelers te luisteren te leggen. Hij stond open voor andermans mening.”

Volgens Beekhuis heeft de Amersfoorter veel betekend voor Spakenburg. „Hij was zeer geliefd. Joop is ook degene geweest die de aanzet tot damesvoetbal heeft gegeven. Waarom hij zo goed paste bij Spakenburg? Omdat hij de gave had zich aan te passen. Er wordt altijd gesuggereerd dat Spakenburg een gesloten bolwerk is, maar dat is echt onzin. Joop heeft het tegendeel bewezen.” De Spakenburger zocht zijn oud-trainer vorig jaar op. Het werd een weerzien met een lach en een traan.

Oud-trainer Joop Kols (o.a. AFC Quick 1890) zat met De Heus op de trainerscursus. De Molukker typeert hem als sociaal bewogen. Kols heeft weet van de verhalen dat De Heus zich thuis voelde bij Maluka Muda. „Hij was sociaal en maatschappelijk betrokken bij de spelers. Hij deed alles voor ze. Naast trainer was hij ook een soort van vaderfiguur.”



brons. Op dat moment wisten we niet dat het voorlopig ons laatste kunststukje zou worden.” Sterker, BC Amersfoort nam de omgekeerde weg en schurkte zelfs heel dicht tegen een deconfiture aan.

Neergang

In 2015 vond Top het genoeg geweest en bouwde zijn activiteiten af. Dat gold ook voor Van Wankum die zijn assistent Joëli Residay naar voren schoof als hoofdtrainer van de hoofdmacht. Tegelijkertijd kwam er een nieuw bestuur. Deze transitie op het pluche zou evenals de trainerswissel niet erg gelukkig uitvallen voor de club. „Besturen achter een laptop vraagt om moeilijkheden”, legt Van Wankum uit. „Het werd een ramp. Een groot aantal sponsors geloofde er niet meer in met als gevolg dat we flinke rode cijfers schreven. Daar kwam nog bij dat Top in zijn nadagen de neergang van zijn vereniging meemaakte. Hij was furieus. ‘Gooi het bestuur eruit’, zei hij. Een paar maanden later kregen we het bericht dat Top was overleden. Gelukkig heeft hij niet meegemaakt dat BC Amersfoort afstruinde op een deconfiture. Spelers leverden hun contracten in, de contacten met de sponsors verwaterden en de barinkomsten daalden. Het leven was uit

‘We wilden niet afdrijven naar een recreatieclubje’

Nadat BC Amersfoort in 1997 naar de eredivisie was gepromoveerd heeft de badmintonclub onder aanvoering van wijlen Wim Top de ambitie uitgesproken om op enig moment de topclub van Europa te worden. De droom kwam uit. Maar wat daarna kwam was een nachtmerrie.

Door: Arjan Klaver

‘Eigenwijs, sportief en gedreven’ staat op de grafsteen van Wim Top die in 2015 overleed na een kort ziekbed. De energie die hij na zijn vervroegde pensionering als verwarmingsmonteur leverde aan zijn club BC Amersfoort, ontstaan door de fusie van de badmintonclubs ABCA en KBVA, was onuitputtelijk. Hij was een duizendpoot onder het immense dak van sporthal Juliana van Stolberg, die hij als zijn tweede thuis beschouwde. Top gaf ook de bouwstenen aan van een instituut dat de Badminton Academie heette. Dat was een trainingscentrum voor regionale talenten, waarvoor BCA door de bond was uitgekozen. Als teammanager was de Amersfoorter de motor achter de successen van het eerste team die pal voor het nieuwe millennium aanvingen toen de hoofdmacht van BC Amersfoort promoveerde naar de eredivisie. Top, clubvoorzitter Andre Smit en sponsor Jaap van der Kolk wilde met de club pertinent geen Volendam van de eredivisie worden. Sterker, de ambitie werd uitgesproken om op enig moment tot de top van Europa te behoren. De ambitie kreeg structuur. Er kwamen voldoende financiële middelen om goede spelers aan te trekken. Yao Jie, die toen tot de wereldtop behoorde werd samen met Eric Pang en Dicky Palyama de Amersfoortse kroonjuwelen. BC Amersfoort bouwde voort om het Europese avontuur aan te gaan.

Russinnen

In 2002 strandde de ploeg in Berlijn tijdens het EK voor clubteams in de kwartfinale. Drie jaar later verloor de ploeg in Parijs in de halve finale met Uun Santosa als coach. En dan is het zondagmiddag 1 juli 2007. In de overvolle sporthal Juliana van Stolberg staat BC Amersfoort in de finale. De spelers en speelsters van BC Amersfoort stonden klaar om in zeven partijen af te rekenen met het Russische New League Primorye. De kans dat de Amersfoorters voor het eerst in de historie van het Nederlandse badminton de Europese hoofdprijs konden winnen was zeker niet gering. Het werd echter op de tribune steeds stiller. Met een 4-2 achterstand hoefde de laatste wedstrijd uiteraard niet meer gespeeld te worden. De badmintonners uit Wladiwostok konden zich opmaken voor de ceremonie protocollaire. „Het was in ons team een groot tranendal”, aldus Fred van Wankum die destijds hoofdcoach was van het team. „Maar ook de droom van het bestuur van BC Amersfoort werd ruw doorgeprikt. Het heeft ons echter geen Europa Cup opgeleverd. Sterker nog, het organiseren van een dergelijk toernooi was voor ons te omvangrijk en te complex. Het werd dus ook een financiële fiasco. De club dook in de rode cijfers. We hebben zes jaar nodig gehad om weer op een Europees toernooi te staan. In het Franse Beauvais haalden we

de vereniging. Het bestuur trad af en er kwam een nieuw bestuur zonder voorzitter. Zij moest voorkomen dat de club niet bij het grofvuil werd gezet. Een van de maatregelen van het bestuur bestond uit het opdoeken van het eerste team. Door de rode cijfers was er geen geld meer om de hoofdmacht overeind te houden. Je kunt je voorstellen dat ik boos was. Na zoveel jaren in de eredivisie bestond het gevaar dat BC Amersfoort afdreef naar een recreatieclubje. Niet dus, dacht ik. Want zonder topsport gaat een club als die van ons naar het ravijn. We hebben de mouwen weer opgestroopt. We zochten naar een reeks van sponsors in plaatst van een hoofdsponsor. Bovendien hebben we gewerkt aan een nieuwe structuur van de club. En dat is allemaal in een tijdspanne van een jaar gelukt. Chapeau voor het bestuur want we staan weer op het punt van ruim twintig jaar geleden toen we de ambitie uitspraken om tot de top van Nederland te behoren. Als in de badmintonacademie weer nieuw leven wordt ingeblazen dan is de cirkel weer rond en kunnen we ons richten op een onze ambities. We willen top worden.”

Naambordjes

In de afgelopen maand had Fred Van Wankum ruimte in zijn agenda gemaakt om eindelijk het archief van BC Amersfoort uit te mesten. „Ik heb hier bijvoorbeeld de oude naambordjes die in het verleden op de verschillende wedstrijdtafels hebben gestaan. Dat zijn naambordjes met daarop de namen van Gail Ems, Ian Silevan, Dicky Palyama, Ron Michels, Yao Lie, Lotte Jonathans en Paulien van Dooremalen. Natuurlijk flipte even mooie gedachten door m’n hoofd. Het zijn immers mooie namen uit een rijke clubgeschiedenis. Maar wat moeten we ermee. Af en toe moet oud wijken voor jong. Het is tijd om met de club weer een nieuwe toekomst tegemoet te gaan.”



Amsvorde, stabiele derdeklasser breed in en voor de buurt

„Ik ben kind van de club, ook al heb ik een paar jaar elders in de eerste klasse gevoetbald”, liet voorzitter van Amsvorde, Danny de Graaf optekenen in de kersverse presentatiegids van dit seizoen. „Nu ik terug ben op dit warme en gezellige nest, wil ik op bestuurlijk niveau alles uit mezelf halen. Mijn cluppie verdient dat. En dan is het fijn om ook in deze moeilijke tijd sturing te geven aan een team dat fantastisch met elkaar samenwerkt.”

Door: Arjan Klaver



Danny de Graaf



Jeffrey van de Wijngaard



Olaf Velzeboer



Hans Kreikamp

Op een doordeweekse avond wordt afgesproken om in het clubhuis van Amsvorde deze derdeklasser eens onder de loep te nemen. Het bestuur zit aan de grote tafel met voorzitter Danny de Graaf, secretaris Olaf Velzeboer, penningmeester Jeffrey van de Wijngaard en Hans Kreikamp algemene zaken. Het kwartet is bijna een jaar actief en bruist van de ambitie om Amsvorde een moderniseringsslag te laten ondergaan. Wie vanaf de tafel om zich heen kijkt kan die ambitie wel begrijpen. Alleen al de treurige gordijntjes en de planten met bestofte bladeren laten zien dat er een verse bal op de stip geplaatst kan worden. We gaan even terug in de historie. Bij de oprichting op 11 maart 1925 kreeg de vereniging de naam DES (Door Eendracht Sterk) Voor het seizoen 1925-1926 werd ingeschreven in de 3de klasse van de Utrechtse Provinciale Voetbalbond. Omdat de naam DES al bestond werd besloten de naam te veranderen in Amsvorde, een oude benaming voor Amersfoort.

Brand

Na een korte verhuizing naar de Bokkeduinen, in verband met de renovatie van Nimmerdor, kwam Amsvorde definitief naar de Leusderweg. Sportpark Nimmerdor was de plaats voor veel voetbalplezier. In 1965 werd de eerste steen gelegd van het clubhuis dat midden jaren negentig door brand verwoest werd. Na de herbouw is het huidige clubhuis in 2007 gemoderniseerd. „We zijn inmiddels weer toe aan een renovatie”, aldus De Graaf. „En als de Algemene Vergadering er mee eens is mag ieders droom uitkomen. Dat is een multifunctioneel clubhuis dat breed in en voor de buurt wordt ingezet. Er is nu een Sport BSO en ook De Amersfoortse Berg werkt hier haar sportlessen af.

Maar we willen nog meer activiteit zodat het complex elke dag van de week volop benut kan worden. Met Fletcher Hotel- Restaurant Amersfoort hebben we al mooie afspraken. Een paar keer per jaar hebben zij internationale teams te gast. Zij sporten dan bij ons. Dat smaakt naar meer lijntjes naar het bedrijfsleven.”

Boost

Een multifunctioneel clubhuis past als een maatpak bij de ambities die Amsvorde in huis heeft. Over een paar maanden wordt het beleidsplan gepresenteerd. Op deze koude decemberavond kan uw dienaar al een kijkje nemen in de keuken

van de derdeklasser. „Over vijf jaar moet hier een club staan die op de eerste plaats tot in detail georganiseerd is”, aldus Kreikamp. „Zo willen we dat alle jeugdelftallen getraind worden door bevoegde trainers. Bovendien moeten we in staat zijn om meerdere jeugdleden aan ons te binden. We hebben nu 220 spelende jeugdleden versus 180 spelende senioren. Wat dat betreft willen we de groei die nu zichtbaar is een boost geven, zodat er meerdere elftallen zijn per leeftijdscategorie die aan de slag gaan met het digitale trainingsprogramma Voetbal Technische Ontwikkeling Nederland. Dat heeft positieve gevolgen voor de doorstroming naar het eerste team.

Ook willen we meer meisjesteams onder de vlag van Amsvorde zien voetballen. Vandaar dat we voor de groei nadrukkelijk contact zoeken met de basisscholen nabij ons voetbalcomplex. Ook zullen we meedoen aan ‘Kies je sport’. Bovendien kijken we de komende tijd naar het versterken/verjongen van ons vrijwilligersbestand. We leunen nog teveel op de oude garde. Als die stopt en de opvolging is er niet dan hebben we slecht geacteerd. Maar we zijn op de goede weg. Tijdens het sinterklaasfeest hebben we 620 chocoladeletters bij alle leden en vrijwilligers persoonlijk thuis bezorgd met een sinterklaasgedicht over de afgelopen coronaperiode en de wens dat we iedereen snel weer hopen te zien op de club. De reacties waren geweldig. Ledenbinding pur sang, dus.

De komende tijd gaan we dus op zoek naar nieuwe waarden voor deze vereniging. Gemeenschapszin zal in ieder geval ook in 2025 overeind blijven. Dan bestaan we 100 jaar.”



Bokslessen voor mensen met Parkinson

Boks Academie Amersfoort is erkend door de Nederlandse Boksbond als bokscentrum. Eigenaar Alex van Klooster geeft twee keer per week bokslessen aan mensen met de ziekte van Parkinson. Het programma richt zich op het trainen van behendigheid, snelheid, uithoudingsvermogen, nauwkeurigheid, balans, oog-hand coördinatie, voetenwerk en krachttraining.

Door: Arjan Klaver

Boks Academie Amersfoort is een onderdeel van Weerbaarheidscentrum Eemland Sport en Bewegen. Zij werken als academie nauw samen met een aantal boks academies in Nederland. „We bieden uitdagende trainingen en hebben waarden als respect voor elkaar, plezier in de sport, discipline en zelfontplooiing hoog in het vaandel staan”, aldus Van Klooster. „De Boksacademie organiseert daarnaast verschillende activiteiten in de regio en op scholen. Ook kun je bij ons terecht voor bokscinics, individuele begeleiding en diverse opleidingen voor sport, beweeg en coachings programma's. Ons Weerbaarheidscentrum is waar je terecht kunt voor onder andere boksen. De Boks Academie onderscheidt zich van andere bokscentra in de regio door een prettige sfeer en persoonlijke begeleiding door professionele en goed opgeleide trainers. We trainen fanatiek maar altijd met respect voor elkaar.” Iedereen is welkom en kan volledig zichzelf zijn. Van recreant tot wedstrijdboxer, alles is mogelijk. Regelmatig bezoeken de olympische boksers van Team NL de boksschool om mee te trainen of clinics te verzorgen.

Flink druk

Bokstraining wordt door Boks Academie Amersfoort aangeboden voor iedereen vanaf acht jaar. Een pittige training voor een gezonde geest in een gezond lichaam voor elk sportief niveau. Hierbij komt een aantal elementen aan bod: Conditie, fysieke kracht, weer-

baarheid, zelfvertrouwen, techniek, tactiek en zelfkennis. Trainen met je eigen lichaamsgewicht. Spierketens worden getraind door een mix van afwisselende (boks)oefeningen in circuitvorm. Tijdens de training werken we aan de motoriek, coördinatie, souplesse, vetverbranding en het uithoudingsvermogen. Op deze doordeweekse dag is het flink druk in Boks Academie Amersfoort. Een deel van de sporters heeft zich verzameld bij Van Klooster. Het betreft hier sporters met de ziekte van Parkinson.

Geen fysiek contact

„Wij bieden twee keer per week een speciale les aan voor sporters met de ziekte van Parkinson”, legt Van Klooster uit. „De docent is een gediplomeerde sporttrainer voor sporters met deze ziekte. Sterker, in samenwerking met de Nederlandse Boksbond leiden we trainers op die straks zelfstandig groepen kunnen begeleiden als bokstrainer. Ik geef toe dat boksen misschien niet de eerste sport is waar mensen aan denken bij Parkinson. Toch is gebleken dat het een heel geschikte sport voor hen kan zijn. Neurlogen en Parkinson-verpleegkundigen uit het Meander ziekenhuis zijn laaiend enthousiast en sturen patiënten door naar ons voor een work-out. Onze flyer over Parkinson boksen ligt in de wachtkamer op de neurologie poli. Bij Parkinson boksen combineer je het verbeteren van uw uithoudingsvermogen met het (leren) maken van bepaalde bewegingen, het is een combinatie van cognitieve training en kracht en cardio work-outs. Hierdoor kun je balans en spierkracht verbeteren en vermindert het de spierstijfheid en de tremors (het trillen bij Parkinson). Bokstraining volgen betekent overigens niet dat je de ring in moet. De training voor sporters met Parkinson is meestal een vorm waarbij geen echt fysiek contact wordt gemaakt. Dit maakt het voor de meeste mensen prettiger. Je kunt zelf prima voelen wanneer iets te veel is of dat er misschien zelfs wel een tandje bij kan. Het heeft geen zin om over je grenzen te gaan. Tijdens de training is het belangrijk dat je luistert naar je lichaam en vooral dat je plezier hebt. Het positieve effect van sporten en beweging zit hem vooral in het regelmatig actief zijn en niet in competitie gaan met anderen. Na de training is er tijd voor een praatje en een bakkie. Tijdens het Parkinson boksen gaan we aan de slag met de motoriek en aansturing van de spieren en spiergroepen. Dit doen we met een diversiteit aan oefeningen en spel elementen. Kracht, coördinatie en conditie zijn altijd onderdeel van de training. Het groepsgevoel is erg groot tijdens onze lessen en plezier staat bovenaan. We gaan starten. Helpers weg, eerste ronde.”



KEI in spel: De BuurtSPEELcoach

Naast het zwarte van de Buurtsportcoach, het rood van Sportivate, en het blauw van de Vakleerkrachten is er een nieuwe kleur zichtbaar in het Amersfoort beweeg landschap. Het geel van de BuurtSPEELcoach.

BUURT SPEEL COACH



De BuurtSPEELcoach geeft het spel weer terug aan de kinderen. Hoe? Door Speelclubs te bouwen waar kinderen de baas zijn. Want wij zien dat er in het kinderleven steeds meer georganiseerd wordt, door volwassenen. Hierdoor krijgen kinderen steeds minder ruimte om hun eigen spel en beweging te ontdekken. En juist dat is waar kinderen zo goed in zijn. Kinderen willen spelen, willen bewegen, wij geven ze die ruimte.

De BuurtSPEELcoach is een eigen Stichting, ontstaan vanuit een samenwerking tussen initiatiefnemers SRO, Sportivate en de ABC Amersfoort. Gezamenlijk hebben wij de weg ingeslagen naar #SpeelstadAmersfoort. Wij zien hoe sport zo mooi aanvullend kan zijn op spel, maar dan heeft spel wel aandacht nodig. Daarin zijn wij de basis een beetje uit het oog verloren. Wij zijn dus zeker niet tegen sporten, wel voor spelen! Amersfoort is hiermee uniek in Nederland, en de eerste stad die naast sport, ook zo duidelijk inzet op spel met een eigen specialist. Als BuurtSPEELcoach zijn wij dankbaar voor het lef dat onze partners tonen, dat spelen serieus genomen wordt en het kind hierin ondersteund wordt. Ook landelijk krijgen wij hiervoor erkenning, en zetten wij zo ook onze mooie stad op de kaart als ontwikkelplek voor nieuwe spel en beweeg innovaties.

Wij spelen verder, en groeien door als #Speelstad, waarin alle kinderen, groot en klein, spel en beweegruijme ervaren. Spelen jullie mee?

Sport- en beweegakkoord Amersfoort

Op 30 januari 2020 hebben diverse inwoners en organisaties uit Amersfoort met hun visie en ideeën bijgedragen aan de totstand-koming van het Amersfoortse sport- en beweegakkoord. Met de ontwikkeling van dit sport- en beweegakkoord streven we ernaar dat alle Amersfoorters een leven lang, op een door henzelf gekozen wijze en met plezier, aan sport- en beweegactiviteiten kunnen deelnemen.

Om dat te realiseren zijn, vanuit de diverse bijeenkomsten, drie overkoepelende thema's naar voren gekomen. Allereerst **Inclusief Sport & Bewegen**. Sport- en beweegaanbod moet voor iedereen toegankelijk zijn. Toch zien we dat sport en bewegen lang niet voor iedereen vanzelfsprekend is. Om ervoor te zorgen dat iedereen de kans heeft om een leven lang te sporten en te bewegen, streven we naar een inclusief sportklimaat waar iedereen welkom is en iedereen kan meedoen. Het tweede thema is **Vitale sportaanbieders**. Corona zorgt voor allerlei uitdagingen. Zodra dat mag, zorgen sportverenigingen en -aanbieders voor een sociale structuur voor hun leden. Mede daardoor is het belangrijk dat alle sportaanbieders toekomstbestendig en vitaal moeten zijn om hun leden of klanten tevreden te houden. Dit is primair hun eigen verantwoordelijkheid en uitdaging, maar door samen te werken kan de vitaliteit vergroot worden. Vitale verenigingen zijn krachtige organisaties en vervullen een maatschappelijke rol. Het laatste theam is Vaardig in bewegen. Het aantal basisscholen met een vakleerkracht is de laatste jaren gegroeid, evenals het aantal scholen met het deelcertificaat Sport & Bewegen als onderdeel van de Gezonde School.

Bovendien wordt er ook vanuit de kinderopvang en buitenschoolse opvang steeds meer aandacht besteed aan sport, spel en bewegen. Om kinderen en jongeren in beweging te houden zijn motorische vaardigheden van wezenlijk belang. Door het aanleren van de motorische vaardigheid verder te ondersteunen, wordt er binnen het lokale sport- en beweegakkoord gestreefd naar minder uitval bij sport- en beweegaanbieders op latere leeftijd.

Subsidie voor Projecten

Om dit te realiseren hebben we in Amersfoort voor 2020, 2021 en 2022 €80.000,- euro per jaar beschikbaar gesteld gekregen vanuit de Rijksoverheid. Deze subsidie wordt besteed aan projecten die een bijdrage kunnen leveren aan de doelstellingen van het sport- en beweegakkoord. Onder andere het

platform sport en bedrijven, project **Sportvrienden** en de ontwikkeling van naschools sport- en beweegaanbod op VO-scholen wordt via deze subsidie gefinancierd. Subsidie kan door iedereen aangevraagd worden, mits de uitvoering van het project betrekking heeft op Amersfoort. Met name sportverenigingen kunnen vanuit hun maatschappelijke rol een grote bijdrage leveren aan het sport- en beweegakkoord. Denk aan het ontwikkelen van sport- en beweegaanbod voor minima, een experiment met flexibele lidmaatschappen of het opzetten van een samenwerkingsverband met zorginstellingen.

Financiering

Ieder project wat met sport en bewegen te maken heeft kan gefinancierd worden, mits de aanvraag binnen de gestelde thema's van het sport- en beweegakkoord valt. Heb je een idee en/of beginnend project wat mogelijk past binnen het akkoord en waar financiering voor nodig is? Of heb je plannen of ideeën, maar weet je niet hoe je deze kunt uitwerken, heb je hulp nodig bij je project of heb je vragen over de invulling en de subsidie voor het lokale Sport- en Beweegakkoord Amersfoort?

Neem dan gerust contact op met:

Patrick de Mooij (SRO): PdMooij@sro.nl / tel: 06 34 94 17 35 of met Frans Prins (ASF): Frans@sportamersfoort.nl / tel: 06 24 37 55 70

Lees het gehele sport- en beweegakkoord op de website van de Amersfoortse Sport Federatie. Direct een subsidieaanvraag doen? Stuur een bericht naar Patrick of Frans.



Sterke clubs, sport voor iedereen.

asf

AMERSFOORTSE SPORTFEDERATIE

WWW.SPORTAMERSFOORT.NL



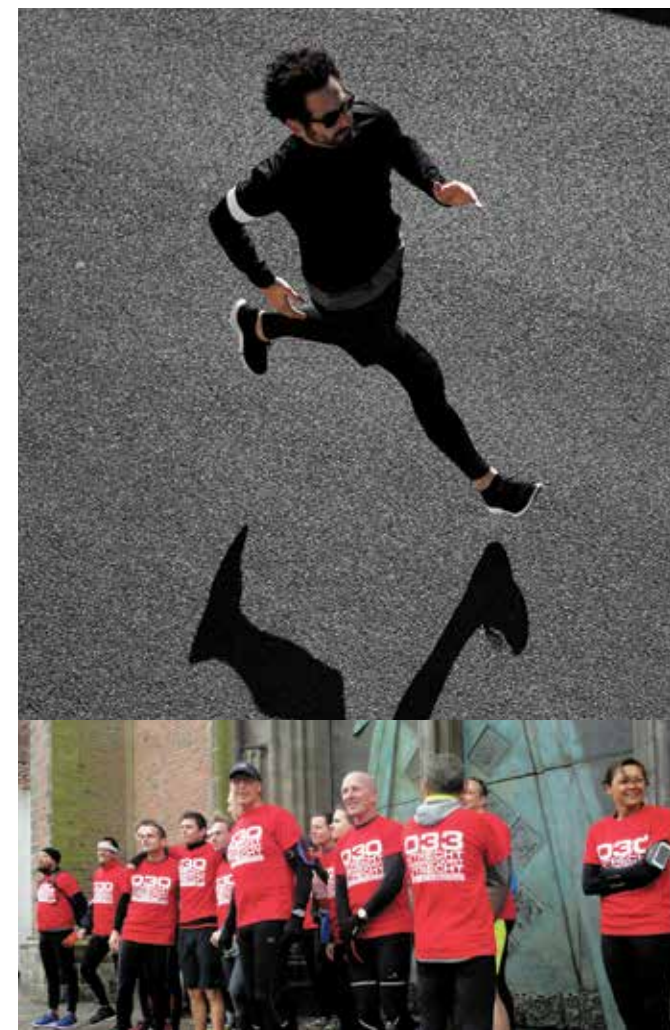
ZATERDAG 30 OF ZONDAG 31 JANUARI

Twée dagen trainen voor marathon Amersfoort

De Marathon Amersfoort organiseert jaarlijks in januari een 'trainingsmarathon'. De loop vormt de aftrap van het voorjaarsprogramma van Amersfoorts grootste sportevenement in aanloop naar de stadsmarathon in juni waaraan enkele duizenden hardlopers en wandelaars deelnemen. Nadat tijdens eerdere edities het parcours tussen de Amersfoortse OLV toren en de Utrechtse Dom toren was uitgezet, loopt de route nu geheel rondom Amersfoort. De deelnemers kunnen kiezen uit een route van 21 of 42 kilometer die wandelend of hardlopend kan worden afgelegd. Vanwege corona vindt er geen gezamenlijke start plaats bij sportcomplex Amerena maar kunnen de deelnemers vanaf elk punt op de route starten, bijvoorbeeld dichtbij huis. Bovendien kan de route op zaterdag 30 of zondag 31 januari gelopen worden.

Voor de deelnemers zijn onderweg enkele 'verzorgingskisten' geplaatst gevuld met water, PowerBar gels en -repen. De exacte locaties ontvangen de deelnemers in de week voorafgaand. De beide routes van 21 en 42 kilometer rondom Amersfoort zijn niet gepijld maar kunnen eenvoudig met een gpx-download worden gevolgd. Volgens de organisatie zijn de routes identiek aan die van de laatste editie. De deelnamekosten voor zowel 21 km als de 42 km zijn € 10,-.

www.marathonamersfoort.nl



hip

JUWELIERS

Alle hippe merken onder één dak!

WWW.IKBENHIP.NL

Emporio Armani • Fossil • Diesel • Michael Kors • Seiko • Bering • Casio • G-shock
Guess • Hugo • Boss • Skagen • Tommy Hilfinger • TW Steel • Rebel & Rose • Cluse • Samsung
Ti Sento • Blush • PAS Diamonds • Josh • Karma • C Watches • HIP collectie • Just Franky
Lott Gioielli • Gold Bandits • Buddha to Buddha • Aze Jewels • Ania Haie

HIP AMERSFOORT
LANGESTRAAT 105
3811 AD AMERSFOORT
T. 033 46 27 028



Word jij onze nieuwe collega?

Meld je aan voor de online informatieavond op 28 januari 2021!
PenO-Amersfoort@lomans.nl of WhatsApp: 0610084464.

lomans
totaalinstallateur

Wij wensen u prettige Kerstdagen en een gezond en sportief 2021

Broekhuis Amersfoort
UW FORD DEALER



WIJ WENSEN U GOEDE FEESTDAGEN
EN EEN PRETTIGE JAARWISSELING TOE.

BROEKHUIS Amersfoort Kom langs
of kijk op broekhuis.nl



**PRETTIGE KERSTDAGEN
EN EEN TEVREEDEN 2021**

Een kei van een installateur

DEVREEDEN

Xenonweg 5 | Amersfoort

OKé
Camper Verhuur

PRETTIGE FEESTDAGEN!

**Campers voor een
onvergetelijke vakantie**

Terschuur - Harderwijk
www.okecamperverhuur.nl
info@okecamperverhuur.nl
06 - 41668115

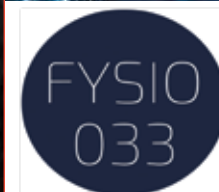
**v.v. Amsvorde wenst alle leden,
sponsoren en vrijwilligers fijne
feestdagen en een goed en
sportief 2021. Onze sponsoren
willen wij extra bedanken voor
hun onvoorwaardelijke steun in
deze onbestendige tijden.**



Stay home, stay safe.

**Ook al kunnen we elkaar niet vasthouden,
we hoeven elkaar niet los te laten.**

**Prettige feestdagen en
een blessurevrij 2021**



Kosmonaut 8-E
(bij Theo Meijer Sport)
3824 MK Amersfoort
Tel: 06-39493895 of
06- 45310196
www.fysio-033.nl

Sportprofessionals willen een eigen (s)portfolio



Sportprofessional.nl is een nieuwe loot aan de toch al rijke stam van 'familiebedrijf' Sportimpuls dat in Amersfoort is gevestigd. Dit onderdeel detachert louter bevoegde (sport)professionals die zelfstandig willen blijven en die toch een zogenoemd portfolio-zekerheid willen hebben. Een portfolio dus.

Door: Arjan Klaver

„Het is leuk om een bedrijf te beginnen dat al zoveel perspectief biedt voor de markt van morgen. En nog leuker is het dat mijn 26-jarige zoon Jesse anderhalf jaar geleden is toegetreden tot het bedrijf, om het nu eigenlijk te runnen”, aldus Wim van 't Westeinde. „Naast Sportimpuls.nl BV dat in opdracht van de gemeente lokale sport- en beweegaanbieders ondersteunt bij de opzet van activiteiten die ze ondernemen om meer mensen langdurig te laten sporten en bewegen, hebben we nu een onderdeel dat vakdocenten LO en sportpedagogische medewerkers detachert aan scholen en BSO's.” Met Sportprofessional.nl heeft Van 't Westeinde een nieuwe weg ingeslagen. „Ik geef nog les aan de HvA, aan de ALO, in het vak sportmanagement. Het viel mij op dat de studenten zich straks niet vast aan (sport)instellingen wilden verbinden. Zij wilden 'flexen' om hun expertise voor een bredere vraag-gestuurde groep in te zetten. Het zijn studenten die willen ondernemen maar toch hun portfolio-zekerheid willen hebben. Wat dat betreft leveren we met Sportprofessional.nl voor hen een maatpak. Op de eerste plaatst is de vraag vanuit de markt aanzienlijk. Ook in Amersfoort.

De professionals die via ons aan de slag willen, hebben voldoende keuze. Zij kunnen als ondernemende flex-sportprofessional ingeschakeld worden door onderwijsinstellingen, jongeren- en welzijnsorganisaties of BSO's. De studenten hoeven overigens niet alleen een HBO-Sportopleiding diploma op zak te hebben. Het kan ook gaan om ondernemers die MBO Sport en Bewegen hebben afgerond.” We hebben een intense samenwerking met beide ROC's Sport en Bewegen in Amersfoort.

Arbeidsongeschiktheidsverzekering

Uiteraard vindt Sportprofessional.nl zich in Amersfoort in goed gezelschap met soortgelijke aanbieders als Sportivate en SRO. „Het zijn fijne collega's”, duidt Van 't Westeinde die er tegelijk aan toevoegt dat de marktvraag in Amersfoort groot genoeg is voor meerdere partijen. „Het kan ook zijn dat een sportvereniging een trainer/coach zoekt of een technisch manager”, aldus de voormalige trainer/coach van Veensche Boys. „Bovendien hebben we voor onze sportprofessionals allerlei extra's, zodat ze nog beter beslagen ten ijs kunnen komen. Zo hebben we het interne trainingsprogramma 'coach de coach' om te kunnen vaststellen op welk onderdeel de sportprofessional nog kan worden bijgeschoold of bijgestaan. Daarnaast hebben we een collectieve arbeidsongeschiktheidsverzekering. En dat bespaart een hoop geld voor 'onze' sportprofessionals. Wellicht dat we op termijn kijken in hoeverre we de sportprofessionals kunnen helpen bij het afsluiten van een hypotheek.

Kortom, **Sportprofessional.nl** staat voor jouw eigen portfolio.

SPORT PROFESSIONAL

Maak nu het verschil

Jouw passie, onze ambitie

Kom werken bij het sportiefste bedrijf van Nederland. Ondernemen en samen het verschil maken.

Onder de naam Sportprofessional zetten we ons in om een impuls te geven aan de kwaliteit van het sport- en beweegaanbod.

We ambiëren om in het onderwijs, de sport en de kinderopvang de rol en inzet van sportprofessionals te intensiveren.

Jouw passie en onze ambitie als basis om sport en bewegen een belangrijke plek te geven in de opvoeding en ontwikkeling van kinderen

Hoge uurtarieven

Ondernemen in de sport

Interesse?

We zoeken sportprofessionals voor de volgende werkzaamheden

- Sport pedagogische medewerker**
Meerdere uren per week tbv flexpool
- Buurtsport coach**
In Nijkerk, BEL gemeenten, Zeist en Utrechtse Heuvelrug
- Sportevenementen medewerker**
Sportkampen in de vakanties.
- Docent Lichamelijke Opvoeding**
Op meerdere locaties

Neem dan contact met ons op

06-14721517
info@sportprofessional.nl
www.cooperatiesportimpuls.nl
[@sportprofessional.nl](https://www.instagram.com/sportprofessional.nl)

Wij wensen u prettige Kerstdagen en een gezond en sportief 2021

Een goed en kleurrijk 2021



verf - behang - glas
kunstschildersmaterialen

Leusderweg 113-115 Amersfoort tel: 033 - 4613777

www.labrie.nl

De website met veel info over verf en behang

Prettige kerstdagen
en een gelukkig nieuwjaar!

WWW.LOMANS.NL



meijerink
uitvaartzorg

Uw zorg is onze zorg

Uitvaartcentrum de Piramide
Utrechtseweg 266, 3818 EW Amersfoort
www.meijerinkuitvaartzorg.nl | 033 - 475 00 45



BEN SMEEING
Elektra, Beveiligingen, Service & Technisch beheer

Amersfoort 033 - 475 70 75
www.smeeingelektra.nl

KEI IN SPORT
Over sportbeleving uit de regio | Amersfoort / Leusden

De medewerkers van
Kei In Sport wensen alle
adverteerders, leveranciers,
enthousiastelingen, fans
en trouwe lezers
prettige feestdagen en een
gezond en sportief 2021!

KEI IN SPORT
Over sportbeleving uit de regio | Amersfoort / Leusden

Autoschade Service
Calveen Amersfoort

www.ijzersterkinschadewerk.nl

Vanaf € 19.995,-
Private Lease vanaf € 331,- p/m



Van Mossel biedt meer dan u verwacht!

**Van Mossel wenst u
een gezond 2021**

Winnaar van
PLATINUM
PRESTIGE AWARD



The Power to Surprise

Van Mossel

asf

AMERSFOORTSE SPORTFEDERATIE

WWW.SPORTAMERSFOORT.NL

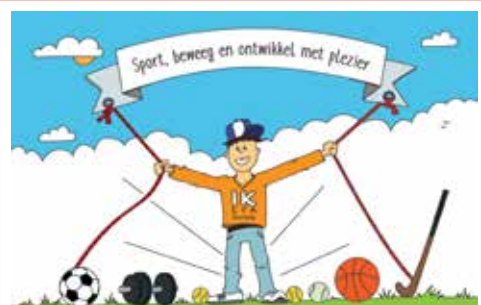
**Prettige feestdagen
en een gezond 2021!**

Bouw- en Aannemingsbedrijf
Oskar van Logtestijn

Nieuwbouw-Verbouw-Onderhoud

Mobiel: 06 - 53 19 13 62

E-mail: Oskarvanlogtestijn@gmail.com



**Prettige feestdagen
en een sportief 2021!**

www.sportivate.nl



shop

Het gezelligste en compleetste tankstation van Amersfoort

Met ruim 115 m² hebben wij getracht een eigen karakter mee te geven aan onze shop.

Een uitgebreide shop met een ruim assortiment en voor ieder wat wils.

Heb je zin in een lekker vers broodje of een vers kopje koffie? Ben je per ongeluk een verjaardag vergeten en de winkels zijn al gesloten? Of moet je pak naar de Stomerij?

Shell Serva is van alle markten thuis en ons personeel helpt je graag verder.

- Verse broodjes en snacks
- Bereid je eigen favoriete koffie in ons Franke koffiezetapparaat!
- Auto-accessoires (olie, ruitensproeier enz)
- Dranken
- IJs
- Zuivel
- Zoetwaren
- Rookwaren & e-sigaretten
- Cadeau-artikelen
- Bloemen
- BBQ producten
- Medicijnen
- Wenskaarten
- Stomerij



broodjes



frites



koffie



snacks



**Dagelijks geopend
tot 24.00 uur**

Amsterdamseweg 7
3812 RN Amersfoort
033 460 30 19
www.shellserva.nl



Oh ja... je kan bij
ons ook gewoon
24/7 tanken!



Van Mossel Kia Dutch Open



Shirt & balsponsor
ASC JO17-1



Internationale topsport
in het Amerena!

Van Mossel Kia wenst iedereen prettige feestdagen en veel ontspanning in 2021!



Van Haselen
Water Polo Tournament



ZPC dames 1



Sportclub Pellikaan



Team ORT Randenbroek



033Live muziekfestival



MOVEmber tournooi



The Power to Surprise



Amersfoort
Apeldoorn
Harderwijk
Hengelo
Zwolle

Maanlander 12
Oude Apeldoornseweg 40B
Lorentzstraat 25
Hölterweg 30
Oude Meppelerweg 2

T. 033 - 48 01 212
T. 055 - 36 82 840
T. 0341 - 745 660
T. 088 - 08 70 120
T. 088 - 08 70 160

