



## High lights

Ton beleeft zijn wedstrijdjjes van het jaar.



Hier op weg naar een super tijd (ronde keizer Napoleonweg)



Arjan en Sjaak, waar zullen zij het over gehad hebben.



Nog geen tientjes lid? Steun ons aub en maak 10 euro over op:  
Bankrekeningnummer:  
92.69.62.949  
[www.loopgroepbank.nl](http://www.loopgroepbank.nl)



## Hoe kan iemand genieten van de eenvoudige loopjes (door Ton de Wit)

### KURENPOLDER MIDZOMER TRIMLOPEN.

Kom je terug van vakantie, ligt er een verzoek van Bas om toch vooral mee te doen met de Kurenpolder Midzomer trimlopen. Een deel van het inschrijfgeld gaat nl naar onze Dream4kids actie.

Dan kijk je in je agenda, ziet dat je alle vijf avonden kunt, en dan is het tijd voor...de ja maars.....Ja, maar het is 20 jaar geleden dat ik een wedstrijdje gelopen heb, ja maar, wat heb ik daar als 63-jarige te zoeken, ja maar,.....ik ben geen Tinus van de Heuvel. Kortom, geen van alle steekhoudende argumenten, dus starten. Ja, maar dan moet er wel een doel bepaald worden. Ik kijk in het programma en zie dat er drie loopjes bijzitten van vijf kilometer. Wat dacht je ervan meneer de Wit om nog eens een vijf kilometer te lopen binnen de vijfentwintig minuten.? Dat wordt het dus: op zoek naar een persoonlijk record in de categorie zestig jarigen.

De eerste avond behoorlijk zenuwachtig aan de start. Wat schetst echter mijn verbazing: ik zie nog steeds enkele van de markante koppen die pak hem beet half jaren tachtig aan de start stonden van bv de 10 engelse mijl van Scorio in Dorst. Allemaal wat kaler, getaander en gekrompen, lijkt het wel. Het eerste loopje gaat in 26'.20". Niet slecht meneer de Wit, maar dat moet toch beter kunnen. Zo werken we alle loopjes af: de sfeer is ontspannen, het Ku-

renpoldervolkje kijkt de ogen uit bij het inschrijven. Gaandeweg de wedstrijden wordt steeds duidelijk wie al op vakantie is geweest en wie nog mag. Vroeger riepen ze tegen me tijdens de wedstrijd: "wat loopt die meneer hard". Tegenwoordig roepen ze "wat heeft die meneer een mooie bruine benen". De sfeer onder de lopers is uitstekend, geen enkel probleem als de startplaats nogal eens wisselt. Trouwens niets dan lof voor Henny en zijn team. De tweede vijf kilometer gaat in 25'.20". Da's mooi!! Daarom: alles op het laatste loopje, het "rondje dorp". Ik merk dat ik heel voorzichtig geworden ben in het omzeilen van auto's en het op en af springen van trottoirs. Vroeger dacht je daar niet bij na, nu kennelijk wel. De eindtijd mag er zijn: 24'.20". Meteen dat stemmetje in mijn hoofd: "Wordt het weer niet eens tijd meneer de Wit om te gaan trainen voor een marathon?". Nou, nog even niet, eerst maar weer eens een tien kilometer en een halve marathon.

Ik ben toch maar mooi officieus Hanks veteranenkampioen geworden in de categorie 60-jarigen.(Jos van Velthoven was tweede). Rest mij een woord van dank uit te spreken voor mijn trouwe supporter Koos, hoewel die het soms langs de kant zo druk had, dat ik moest roepen: "Koos, ik kom eraan"!!

Wat mij betreft, rendez- vous volgend jaar.

## Snotterende hardloper klimt in de pen (door Ronald Schoo)

'T is weer oktober, de zomertrainingen en wedstrijden zitten er op, tijd voor de komende na-jaarslopen. Helaas geen korte loopbroek en shirtje meer maar een lange running pant en een windjack. Zelf heb ik de afgelopen maanden alleen aan een aantal Kurenpolder trimlopen meegedaan. Goed te zien dat deze trimlopen steeds drukker worden bezocht, het zijn ook allemaal leuke rondjes.



### Hart van Brabantloop

29 september 2012

Za 29 sept. was dus de Hart van Brabant loop. Een dergelijk avontuur over 105 km met een start om 7:30 en een laatste etappe om 18:00 uur vereist een hele voorbereiding. Het draaiboek van afgelopen jaar geeft gelukkig veel houvast, toch is het dit jaar een heel geregeld geweest om alle etappes met lopers en loopsters in te vullen en hebben we een aantal niet leden moeten inschakelen. Met uit eindelijk een 24e plaats. Bas, petje af voor de wijze waarop je dit hebt opgelost. Zoals de meeste van jullie weten vormt de Hart van Brabant loop onze tegenprestatie voor het vele sponsorgeld dat we

voor ons Dream4Kids doel hebben ontvangen. Het precieze bedrag is mij nu even niet bekend maar door sponsors, tientjesleden en enkele individuele acties hebben we weer een mooi bedrag bij elkaar. Binnenkort krijgen we van de Dream4Kids organisatie te horen welk kind aan ons is toegewezen.

Onze dreamchasers Mariëlle en Dries gaan vervolgens een avondje op de koffie bij dit kind en zijn of haar ouders. Zo krijgen we een beetje beeld bij de achtergrond van "ons" kind en proberen e.e.a. vast te stellen op welke wijze we hem/haar een onvergetelijke dag kunnen bezorgen.

Hoe dit allemaal verder gaat horen jullie in ieder geval in een komende nieuwsbrief.

Bijzonder was ook de Singelloop waar een flink aantal van ons als pacer naar een strakke eindtijd liepen.

Op mijn agenda staan in ieder geval ook de halve marathon van Etten- Leur (28 okt.) en als het enigszins kan ook die van Woudrichem een week later.

En dan is er natuurlijk op 13 oktober de 1<sup>e</sup> 15 km van Hank, een thuiswedstrijd.