

Feb - maart 1985



Rapido '82

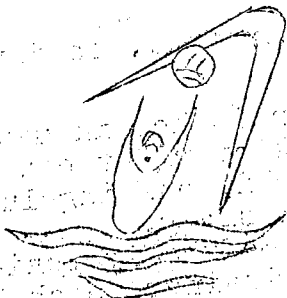
VOOR:
wedstrijdzwemmen
waterpolo en
diplomazwemmen

RAPIDO

SPORT

RAPIDO 'SPORT ----- RAPIDO 'SPORT

voorheen DE WATERRAT - voorheen NJORD - SPORT



officieel orgaan van de

H.Z. & P.C. RAPIDO'82

4e jaargang 1985

maart '85.

redactie adressen:

Marijke Schenk

Gerda Rookhuiszen

Adrie zuidervaart

Pieter Maritzstraat 47

twickel 9

Coornhertstraat 35

tel. 023-250829

" 023-331018

" 023-311632

Kopy inleveren voor donderdag 21 maart 1985.

(maandblad)

Maart babbel.

De kantine is de komende 4 jaar weer in ons bezit. Van de 22 kandidaten zijn we als beste uit de bus gekomen, en waar het recreatieschap het liefst mee wil samen werken, ook vanwege de prettige samenwerking in de afgelopen 5 jaar.

Maar, dat betekent wel dat we weer veel mensen o.a. ouders en leden nodig hebben om de kantine draaiende te houden. Om de bezetting over een heel seizoen rond te krijgen, zal U zich kunnen voorstellen, dat dat een gigantische klus is. En sterker nog het geld is hard nodig. Veel clubs kunnen met moeite hun hoofd boven water houden, en mede door deze gelegenheid en Uw steun kunnen wij het wel weer redden de komende jaren. Ik reken op Uw/jullie steun!!!!!!

Het triatlon zwemmen is gestart op donderdagavond in de Planeet en vrijdagavond in het Schalkwijkbad van 19.15 tot 20.00 uur onder leiding van Koen Lucas.

Het is nog een klein groepje in beide baden, hopelijk zal dit zich uitbreiden omdat zwemmen voor veel triatlon deelnemers toch wel een handikap is.

Het recreatieschap Spaarnwoude is uiterst geschikt om een triatlon te organiseren. Veel scholen, clubs, en bedrijven hebben het afgelopen jaar hiervan gebruik gemaakt. De start en inschrijving is bij en in de kantine van Rapido dat is voor ons goed voor de verkoop, en voor hun een prettig onderkomen.

Ook is men van plan met een aantal sportleiders activiteiten te organiseren rondom de kantine het komende seizoen, als ik daar meer over weet bericht ik het wel. We kunnen het dan wel eens druk krijgen.

Op 1e paasdag gaan we weer eieren zoeken voor de jongste en oudere jeugd in Spaarnwoude (kantine) steeds weer een groot succes voor de speurneuzen.

Namens de penningmeester:

Willen de leden die nog niet aan zijn/haar financiële verplichtingen hebben voldaan, dit zo snel mogelijk afhandelen met de penningmeester.

Heren I gefeliciteerd met de behaalde overwinning tegen koploper B.Z.P.C.

Denken jullie nog aan de jaarvergadering op maandag 15 april s'avonds 8 uur clubhuis Badmintonpad. En graag op tijd de kopy inleveren voor de volgende klubkrant bij Marijke.

gerda.

CLUBKRABBEL

=====

CLUBKRABBEL

=====

CLUBKRABBEL

=====

CLUBKRABBEL

=====

Hier dan de Vrijwillig/verplichte clubkrabbel aan mij opgedragen door Henk Rookhuiszen.

Van twee dingen heb ik helaas maar weinig verstand, en dat zijn SCHRIJVEN en ZWEMMEN !

Het enige waar ik dan ook ever kan schrijven is hoe ik met het zwemmen in kontakt gekomen ben en hoe ik over het een en ander denk. Voordat de periode "zwemmen" bij ons ingeluid werd, was het bij ons "Softball" wat de klok sloeg. Tijdens mijn aktieve Softballperiode bij de Softballvereniging DSS (bij de heren uiteraard), heb ik mijn A Trainer Coach behaald (ongeveer te vergelijken met A trainer bij het zwemmen). Daarna ben ik zelf blijven softballen en heb het tweede dames team onder mijn hoede genomen.

Selma (mijn dochter) werd 5 jaar en het werd eens tijd om aan haar zwemdiploma te gaan denken. En zo gebeurde het dat Selma en haar twee vriendinnen (Michelle en Marcha) elke donderdagavond naar les zwemmen gingen. Onder deskundige leiding behaalde het drietal op 23-6-1982 hun A diploma. De volgende fase was het B diploma en in die periode gebeurde het: Selma werd gevraagd of ze geen zin had om mee te doen met het wedstrijdzwemmen.

Het proefzwemmen begon, dus ook ons heen en weer gerij naar de Planeet. Het bleek dat Selma het zwemmen leuk vond (wat mij als softball coach wel speet) en van het een kwam het ander. D'r B-diploma haalde ze ook in die periode.

De zomer brak aan en zo ook het langebaan zwemmen. Pa, Moeder en broertje moesten er ook aan geloven, mee met de langebaan. Prestatietochten werden ook door mij mee gezwommen, 250 meter schoolslag. Als een kind zo trots was ik op mijn medailles en herinneringen. Eenmaal zwom ik de 1 km. Deze vergeet ik dan ook nooit meer.

Nu is het zo dat bij ons thuis alles zich aangepast heeft aan het zwemmen. Selma vindt het zwemmen nog steeds heel leuk. Ze traint nu elke dag (bij Cobie) en als je gaat vergelijken welk een vooruitgang ze heeft gemaakt vanaf het begin tot nu, dan kan ik alleen maar zeggen: "ons trainerskorps is nog niet zo slecht".

Kommentaar is makkelijk gegeven, dat weet ik uit ervaring (tijdens mijn softballperiode) maar het spreekwoord geldt nog steeds: DE BESTE STUURLUI STAAN AAN WAL.

En als laatste nog dit: voor de liefhebber is er elke zaterdag om 10.30 tot 12.00 uur duintrainen bij Kraantje Lek, onder leiding van mij zelf. En ik hoop als fervent supporter dat het seizoen brengt was jullie er van verwachten. Jaren geleden werd het al gezongen en in mijn ogen telt het nog steeds: "Wij zullen doorgaan", laat dat nog steeds gelden !

Mijn keuze was zeer moeilijk om een volgende kandidaat uit te zoeken, maar na lang beraad heb ik besloten om onze mede duintrainster MARJOLEIN PHAFF de eer te gunnen.

Groeten Hans Wassenaar

(sterkte Marjolein).

S P E T T E R T J E S . .
* * * * *

S P E T T E R T J E S
* * * * *

Oproep: aan alle medewerkers van Rapido'82, die veel vrije tijd in de vereniging hebben gestoken, op welke manier dan ook.

Bijvoorbeeld: als bestuurslid, zwem-of polocommissielid, trainers, elementair, jury, scheidsrechter, of wanneer u véél in de kantine Spaarnwoude of in het clubhuis Badmintonpad heeft geholpen, of aan andere activiteiten heeft meegeholpen.

Waarvoor: voor een koud buffet in het Paviljoen Spaarnwoude.

Wanneer: vrijdag 15 maart a.s. om 20.00 uur.

Om misverstanden te voorkomen, hebben wij besloten u alleen op deze manier te benaderen.

Als wij u persoonlijk uitnodigen, dan weten wij zeker dat er mensen vergeten worden en dat willen wij als vereniging op deze manier zien te voorkomen.

In verband met de inkoop en om alles klaar te maken, willen wij graag weten hoeveel personen er komen.

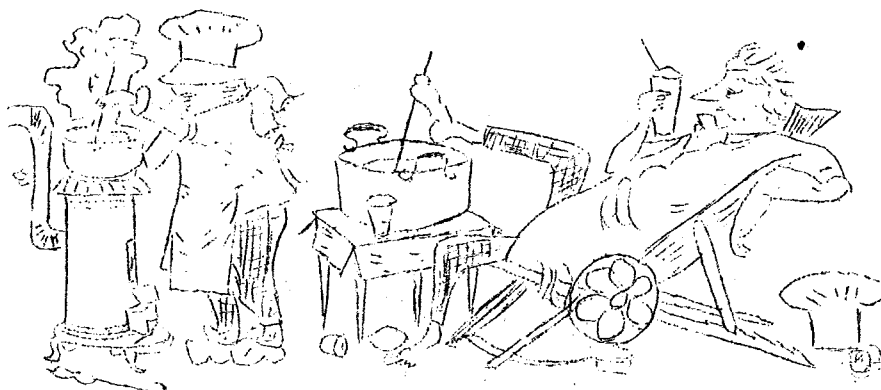
Wilt u daarom onderstaand strookje invullen en afgeven of telefonisch doorgeven met hoeveel personen u komt ?

Dit aanmelden dient te geschieden vóór 13 maart 1985.

U kunt dit doen bij Henk Rookhuiszen, tel. 33 10 18
of bij Joop Sijm, tel. 37 05 27

Naam

Aantal personen



"VAN DE VOORZITTER"

Beste Sportvrienden,

Wat gaat de tijd hard. Marijke dringt al weer hevig aan om mijn stukje op tijd te hebben. Sportvrienden, op 15 april wordt onze jaarvergadering gehouden. Ik hoop dat wij op een bijzonder grote opkomst kunnen rekenen.

De jaarvergadering is het moment om kritiek te spuien of natuurlijk tevredenheid. Ook kunnen alle vragen die nodig zijn, gesteld worden aan het bestuur en wij zullen daar natuurlijk ook antwoord op geven. Voor ons bestuurders van de vereniging, is het belangrijk om te horen wat de leden denken wat wij goed of fout doen.

Een ander aspekt is dat er eens rustig gepraat kan worden over een aantal zaken.

Ook ik ben nog lang niet tevreden; er moet nog ongelofelijk veel gebeuren in onze club.

De tijd is moeilijk, de financiële middelen beperkt; vandaar mijn oproep om in grote getalen onze jaarvergadering te bezoeken. Ook uw opmerking of suggestie is belangrijk en verdient aandacht.

Ons 1e heren team heeft nog volop kampioenskansen; de komende weken zijn beslissend. Het zou leuk zijn wanneer wij dat zouden ondersteunen door het bezoeken van de wedstrijden. Verder valt te melden dat Piet de Zwarte het bestuur heeft medegedeeld zijn contract te willen beëindigen, wat door het bestuur gehonoreerd is. De enorme reisafstand naar 's Graven-deel achter Dordrecht is hier o.a. debet aan.

Wij zullen ons best doen om weer een capabele trainer voor onze polo-selektie te vinden. Een feit blijft dat onze polo-selektie de afgelopen twee jaar ongelofelijk veel van hem heeft geleerd en wij zijn hem daarvoor dankbaar.

Bij de afgelopen Speedo wedstrijden zijn door Mark Joosten, Dennis Rijnbeek en Karen Doesburg Smits goede prestaties geleverd door een 1e, 2e en 3e plaats te behalen. Proficiat daarmee.

In Heerhugowaard hebben twee ploegen van ons uitstekend gepresteerd door resp. 1e en 3e te worden in een zware nacht-marathon. Diverse leden van onze zwemploeg haalden persoonlijke records of limieten. U kunt hier uitgebreid over lezen in ons clubblad. 10 Maart wordt de laatste ronde van de B competitie gezwommen. Hopelijk wordt er zo goed gepresteerd dat wij nog een aantal plaatsen stijgen.

Bij het waterpolo kwam dames I een ronde verder; dit zonder te spelen. Dit kwam doordat wij waren vrijgeloot.

Dames, de volgende ronde pakken wij weer vechtend.

Heren 3 heeft mogelijk nog kampioensaspiraties, meisjes I idem dito.

Over vier weken weten wij hierover meer. Veel succes.

Tot de volgende keer.

Th. Edam.

WIJ FELICITEREN:

maart

- 1 Koen Lucas
Alexander Nyssen
- 3 Cornelis Guliker
- 4 Anton v.d.Mast
- 5 E.Behle
M.Pennarts-Zieren
- 6 Ingrid den Hartigh
Eduard v.Rooyen
- 8 P.H.Boesveld
- 9 Rogier Groen
- 10 Wil Doesburg Smits
- 12 René Nijemanting
Robbie Bruins
Eric Hulshof
- 14 Jan Willem Sellmeyer
André Vlick
- 15 André Visser
Wendy de Boer
- 19 Annemarie Sellmeyer
- 22 Ronald v.d.Berg
- 24 M.J.Adelaar
- 25 Roland Baks
B.A.Goedhart
Joyce Hendriks
- 28 Cobie Straathof
Journalda Lak
- 30 Bob Vink
Annemieke v.Duyn
- 31 Irwan Bakker
Dirk Roest

april

- 1 Simona Looy
- 3 Anton Dalhuysen
- 4 Ed Agter
A.Piggelen-de Vries
Ron Phaff
Zandra Overdijk
- 5 Nicole Schulze
- 6 Martin Straathof
- 7 Arjan Kluin
Mirjam Roorda
- 8 Bianca Janszen
Erik Bussen
- 12 Debby Bakker
Bouke v.d.Booren
- 13 Sonja Roomer
Saco Musch
- 14 Carmen de Jager
Monique Kramer
- 15 Ton v.Soest
- 17 Pascal Swaalf
- 18 M.F.Glas
- 19 Sander Wiessner
- 21 Ben Willemze
- 24 René Sijm
- 25 J.Kerkhoff-Regter
Gerda Meijer
- 26 Robbie v.d.Horst
Marye Verschuur
- 27 Renate v.d.Berg
- 28 Monique Cluistra
Daniëlle Kramer
- 30 Selma Wassenaar
A.J.Hesselman

ROB. SCHOLTENS

en

MARJOLIJN KERKHOFF

trouwen op vrijdag 29 maart 1985, om 14.30 uur
in het stadhuis te Haarlem.

Receptie van 17.00 tot 19.00 uur in de
Peter Cuyper Taverne, Kleine Houtstraat 70, Haarlem.

Ons adres blijft:

Zuidpolderstraat 143
2032 PC Haarlem.

VAN HARTE GEFELICITEERD !!!

namens de redactie.



[illegible]

Boen één van de sinasappels schoon en rasp de schil er af. Pers hem daarna uit. Schil de andere sinasappels zo dik, dat al het wit verdwenen is. Snij het vruchtvlees in niet te dikke plakken. Verwarm het sinasappelsap met de hohing.

EET SMAKELIJK.

Leny.

Monique Terwijn, Javastraat 54, 2022 XS Haarlem, geb. 11-02-80
tel. 023-251664

Bas Terwijn, zie hierboven, geb. 11-05-78

Steven A Dûmpel, Jelgersmastraat 47, 2023 EN Haarlem, geb. 03-06-79
tel. 023-253271

Maria v. Tongeren, v. Deventerstraat 4, 2035 AD Haarlem, geb. 02-04-79
tel. 023-337758

Ronald v. d. Berg, Herculesstraat 36, 1973 VP IJmuiden, geb. 22-03-80
tel. 02550-305331

Mathilde v. Lint, Weldam 21, 2036 CE Haarlem, geb. 23-02-77
tel. 023-338752

Adrianus C. Roest, Vondelweg 370 rd, 2026 BC Haarlem, geb. 14-01-81
tel. 023-375711

René Feriks, Kennemerlaan 131, 1972 EL IJmuiden, geb. 23-08-80

Tamara Ran, L. Raamstraat 10 zw, 2011 ZW Haarlem, geb. 07-07-75
tel. 023-320261

Ilhem Boutallite, Roemer Visscherstraat 41 H, 2026 TM Haarlem, geb. 02-11-78

Daniëlle v. d. Werff, Teding v. Berkhoutstr. 29, 2032 LJ Haarlem, geb. 29-09-74, tel. 023-352391

Selma Jansen, Parklaan 42 A, 2011 KX Haarlem, geb. 27-02-78
tel. 023-311251

Sjoerd Schneider, Prof. Donderslaan 49, 2035 EE Haarlem, geb. 02-06-77
tel. 023-340654

Janneke Buur, Lierstraat 40, 1973 VJ IJmuiden, geb. 04-04-80
tel. 02550-22157

"Van achter de bar gezien"



Sinds februari 1977 is mijn inzet geweest voor het kluphuis, er een gezellige sfeer te scheppen en in het begin, bij DWR, was het ook gezellig en druk bezocht.

Doch toen in 1980/81 ging ook bij deze vereniging de animo weg om naar het Rattenest (zo heette het toen) te komen. De kluphuiscommissie is toen ook uitgedund; we zaten er met 6 man in, telkens viel er 1 af waarvoor in de loop der tijd geen nieuwe meer voor in de plaats hoefde te komen.

Sinds 1982 bleven er nog 2 over, hr. Withagen en ondergetekende. Met de fusie van DWR en Njord dachten wij dat het beter zou gaan en er weer een paar mensen bij zouden moeten komen.

IJdele hoop geweest; ook nu geen animo om naar het kluphuis te komen om er gezellig onder elkaar te zijn. Uiteindelijk bleef ik alleen over.

Nu in november 1984 heb ik het bestuur gezegd er mee te stoppen na de jaarvergadering en het lopende klaverjasseizoen afmaak. Als de leden het zelf af laten weten waarom dan nog mijn inzet als buitenstaander?

Wel wil ik nog even zeggen dat ik de deur, welke ik 8 jaar met plezier heb opengehouden, met pijn achter mij dichttrek.

Dit is tevens mijn laatste schrijven in het klupblad van Rapido '82 en kan dus niet eindigen met de kreet:

"tot ziens vóór de bar, van achter de bar".

Het stukje van achter de bar is hiermee dus opgeheven en zal ook niet meer door een ander onder dezelfde titel verschijnen. Auteurs rechten.

Nu eindig ik dus met de hartelijke groeten en dank aan diegenen die mij hebben geholpen het 8 jaar vol te houden, vooral de laatste kluphuisleden.

De vereniging ook het beste toegewenst en veel sportieve manifestaties.

D. Spaans.

Het verschil tussen de Body Building en de Fitness training.

a) Spiermassagevergroting

De toename in omvang van de spiervezels wordt veroorzaakt door de spanningsprikkel die samenhangt met de contractie (samentrekking); de verzuring van de spier (vermoeidheid) speelt volgens de huidige wetenschappelijke onderzoeken daarbij geen rol. Zij is wel van belang voor een aantal fysiologische basiseigenschappen.

Door een deegelijke training is de spier beter in staat weerstand te bieden tegen de vermoeidheid; hij past zich samen met het hart- en vaatsysteem meer en meer aan, aan de eisen die de arbeid hen stelt.

(Fitness ----- training van het spieruithoudingsvermogen).

Deze manier van trainen beïnvloedt dus zowel het spierstelsel als de circulatie t.g.v. prestatievermogen in tegenstelling tot het Body Building systeem, dat door de inschakeling van langere pauzes telkens een volledig herstel mogelijk maakt en zo op den duur door een te geringe prikkel (activering) van de circulatie een functionele wanverhouding tussen deze circulatie en de spier, die ontwikkeld en verzorgd moet worden, tot stand brengt.

b) de hartslag

De sportbeoefening, die door een gemiddelde tot een maximale belasting vermoeid geraakt is, heeft in de regel een polsfrequentie van om en nabij de 180/min. Het is niet noodzakelijk, dat de arbeidscapaciteit volledig hersteld wordt, maar is reeds voldoende een zodanige rustpauze te houden, dat de frequentie teruggebracht is tot de ca. 120/min. - bij ongetrainde personen ca. 100 seconden - bedraagt ongeveer een derde van de rustpauze die nodig zou zijn voor een volledig herstel.

Zij is daarom voor het herstel van het hartcirculatiesysteem (hart, longen) bijzonder gunstig en wordt daarom door de fysiologen aangeduid als de "lonende pauze". Deze pauze is karakteristiek voor elke interval-training.

Bij de Body Building werkt met met een lonende pauze, na iedere serie wordt dus gewacht tot het lichaam weer volledig hersteld is.

JEUGDPAGINA

N A C H T M A R A T H O N I N H E E R H U G O W A A R D .
= = = = =

Na ongeveer een kwartiertje gewacht te hebben, konden we onze bedinstallatie instellen. Zandra moest als eerste zwemen, samen met Marcel. Onderwijl zat de rest te puffen van de hitte. Ron lag lekker te liggen op Robin's luchtbed en Monique, mevrouw Boer, mevrouw Smid, meneer Boer en Ok waren ons aan het coachen.

De organisatie was niet erg denderend; er was alleen een V.K. en we moesten zelf als tijdwaarnemers fungeren. René was samen met Ok even lekker aan het inzwaaien en Marjolein zat voor zich uit te kijken.

Het is nu 20.25 uur. Robin heeft zijn badmuts al op. Ik hoor net dat Zandra gemiddeld 1.27 zwemt en Marcel 1.25. Over drie minuten gaan René en Robin te water. Hopsaké, nog twee minuten. De laatste minuut gaat in; er wordt nog even fanatiek gesprint en René gaat te water en even later Robin ook (de 50 meter moet namelijk afgemaakt worden).

Mirjam.

vervolg Nachtmarathon.

Het is nu 10 voor 10 en Mirjam stikt van de zenuwen. Marjo heeft het warm en sleurt Mirjam mee naar de hal. En dat terwijl Marcel met rode ogen van het water ligt bij te komen op z'n matras.

René ligt nu vrije slag op zijn rug te zwemmen. Het plafond kent hij nu uit zijn hoofd. De tekenfilms zijn nu bezig op de video. Nog zes minuten en dan moet Mirjam zwemmen.

Even een kijkje in het slaaphok (kleedkamer). Erik is zijn isotonische drank aan het bijvullen. Melein had liever zijn caravan meegenomen naar het zwembad. (Nou ja).

Nu wordt er müsli uitgedeeld. Niels is kwaad, want zijn bed ligt doorelkaar. Koen staat nu z'n luchtbed op te pompen. Nog twee minuten voor Mirjam (inmiddels terug in het zwembad). Mirjam springt in het water, anders lekt haar brilletje. Mirjam in actie. Marjolein nu ook.

Karin.

Ha, daar kom ik aangesjeesd. Ik moet achter Mirjam zwemmen, maar moet eerst even een stukje schrijven. Als ik gezwommen heb, ga ik verder. Het gaat goed met ploeg II, we staan gedeelde vierde. Het is bijna vijf over tien. Ik heb dus nog vijf en twintig minuten voordat ik moet zwemmen. Het is hier stikheet.

Koen, Diane en Eric, die later kwamen, zijn inmiddels ook gearriveerd in de kleedkamer. Weer een hele volksverhuizing. Ho stop, even wachten, even Mirjam aanmoedigen.

Ondertussen draait er een videofilm, maar er is niet veel publiek in de "bioscoop". Het gaat goed met Mirjam. Nog twintig minuten; dan moet ik zwemmen. Prettige gedachte.

Mijn vader en moeder zijn net aangekomen; zij hebben eerst Heren I gekeken. Ha, daar is mijn zusje. Zij moet na mij zwemmen en zij gaat mij nu vervangen als schrijfster voor de Rapido Sport.

Francis.

Hallo allemaal,

Het is kwart over tien en Mirjam en Marjolein zijn aan het zwemmen. Over een kwartier moeten Francis en Erik Breems.

Ze zijn bezig met films draaien. In de kleedkamer is het een zooitje. O ja, de stand is: Rapido I is eerste en Rapido II heeft een gedeelde vierde plaats.

Nou, doe! nu een andere schrijver of schrijfster.

Sandy.

Zo, net terug van poloën. Gewonnen! 9-8 van Zwemlust. Marjo en Mirjam liggen nu kapot te gaan in het water en wij maar lachen. Maar toch straks mag ook ik weer zwemmen. Om half twaalf ben ik aan de beurt met Niels samen.

Eric.

vervolg Nachtmarathon.

We zitten hier voor baan 6 en 5 en we zien een figuur als een idioot "banen", of ze bezig is even de 50 m. vrij te zwemmen. Het is hier nog steeds bloedheet en de koffie is alweer op. De hele voedselvoorraad ook trouwens.

Ondertussen zie ik dat Breems alweer aardig aan het terugvallen is (geintje). Onder de douche staat Mirjam, Marjolein komt uit de douche, slaat haar handdoek om en neemt haar Iso-drank! p!p, onzin. Voorlopig geen nieuws meer.

P.S. Nielsje flirt met Mirjam onder de douche totdat mevr. Smid er een eind aan maakt. Mirjam doucht gewoon door. Niels daarentegen, tevens de jongste en kleinste van het hele grut, loopt ietwat geïrriteerd weg.

Nu staat Mirjam weer te drinken van haar Iso-piep drank (moest van Brinkman.).

Einde douche story.

Vervolg douche story - Marjo staat weer onder de douche. Mirjam trouwens ook nog steeds.

???????

Ik weet niet van wie dit laatste stukje was, maar dat is ook niet van belang. Ten eerste barst ik van de pijn in m'n kop en ten tweede moet ik als laatste zwemmen als iedereen in z'n bed ligt. Wat ze daar doen ??? Dan had je maar als toeschouwer mee moeten gaan.

Sandy zwemt goed en heeft een kop als een ballon, de ouders die door de week in het zwembad zitten, zien eruit als lijken.

In het zwembad hebben ze eindelijk muziek ingeschakeld, maar wat voor!! Ook is er een video waar niemand naar kijkt. Nu ga ik even naar mijn coach = Ron Phaff = nou ja, coach. Aangezien Monique ook coach is kan je de rest zelf wel invullen. Grapje.

Marjanne Koot.

Het is nu 23.20 uur. Jeroen ligt te zwemmen of er om hem heen iets wonderbaarlijks gebeurt; hij kijkt alle kanten heen en nu ook naar mij. Sandy ziet eruit of ze elk moment kan ontploffen; ze heeft de kleur van een rijpe tomaat.

Het water is dan ook geschikt voor kouwelijke bejaarden, het zal zo'n 30 graden zijn. Ok volgt zijn pupil Jeroen met een grote smile net of hij iets ontzettend humoristisch vindt. Daarna gaat hij weer zitten met z'n hand voor zijn mond. Al met al schijnt Ok zich zeer wel te vermaken. Nog een half uur en dan moet ik het water weer in.

(P.S. Mirjam, ik hoop niet dat je het erg vindt dat ik je schrift volkladder ?)

Marcel Boer.



Nachtmarathon. deel 4.

Een tijdje geleden heb ik gezwommen: 2150 meter. Ik ben dus harstikke moei, dus wil ik slapen. Maar ja, het is daar een kabaal! Hou je niet voor mogelijk! Marjolein kan wel slapen, die heeft namelijk oordoppen, Remco loopt ook lekker te balen, hij moet als zevende zwemmen, dat is geloof ik om 12.00 uur. Hij is ook een van de oorzaken dat ik niet kan slapen. Hij praat je de oren van het hoofd.

Nu zwemmen Niels en Eric Meleijn. Ze zijn al tien minuten bezig. Dus nog twintig minuten! Ik ga nu maar weer terug naar het "rusthok", proberen te slapen. Maar eerst nog even Niels en Eric aanmoedigen.

Mirjam (23.41 uur)

Goeie dag,

Het is nu zondag. Niels is twintig minuten geleden gestopt met zwemmen (2200 meter, wel goed). En Eric had 2500 meter (ook wel goed). En nu ga ik naar de hal met Marjo, het is hier namelijk moordend heet. Remco zwemt nu samen met Diane.

Mirjam,

Wonder boven wonder: ik heb zonet af en toe wat kunnen slapen! Zandra heeft net gezwommen: 2150 meter (vorige keer 2100 meter). Het is hier nu nog heter. Karin zit naast mij mee te zingen met Barbra Streisand. Ok is in een gesprek gewikkeld met meneer Overdijk.

Nu ga ik samen met Ok even fanatiek inzwaaien (ahum, ahum).

Mirjam.

Hoi, nu ga ik even pennen. Ik heb net dus gezwommen met Erik B (die is een onwijze spartelaar met zijn benen). Toen wilde ik eens even gaan pitten. Nou daar kwam weinig van met een of andere Robin B, die de ene keer de inhoud van je tas zit op te noemen en dan mijn badjas, die de functie heeft van hoofdkussen, zit weg te trekken. Daarna smeedt hij een complot tegen mij, samen met Marjo, en die zit nu aan mijn badjas en Robin aan mijn slaapzak te trekken.

Maar goed, nu is voor ploeg één Robin aan het zwemmen en voor ploeg twee René. Ik ben nu echt lekker wakker en ben mijn ploeggenootje aan het aanmoedigen. Mirjam en Marjo zijn fanatiek aan het inzwaaien geweest en gaan zo naar de start. Het is nu tien voor twee. Nog veertig minuten dan zijn we op de helft.

Het merendeel van de supporters is naar huis gegaan; alleen de familie Nijemanting en meneer Overdijk zijn er nog, samen met onze ploegleiders Ok, mevrouw en meneer Boer en Monique en Ron. Verder zijn er ook nog onze trouwe supporters Karin en Jack, die ook maar een bed in onze "room" hebben geplant. Mevrouw Nijemanting is van iedereen een aktie-foto aan het maken. Nog drie minuten, dan is het tijd. De kurk van de laatste vijf minuten hangt al uit. Nu gaat mijn zusje, die na mij zwemt, weer verder.

Francis.

deel 5.

Het is nu twee uur. Mirjam en Marjolein gaan nu het water in. Meneer Nijemanting heemt nu foto's. De video speelt midden in de nacht tekenfilms (idioot).

Nou dag, nu iemand anders.

Sandy.

Nadat Eric, Jeroen en ik (Francis) voor de tweede keer gezwommen hadden, bleek onze room in een massagelokaal veranderd te zijn. Marjo lag lekker te pitten en Koen was ook al aardig onderweg. Niels is nu aan het zwemmen.

Ok (met een bed dat nog uit de tijd van de Vietnamese oorlog stamt) lag ook wel eens even te pitten. Hij sliep letterlijk door alles heen. Ook Ron en Monique doken ook af en toe even te bed. Marjan gaat nu de kleedkamer verlaten om even in te zwaaien voor ze weer zwemmen moet. De bioscoop is gesloten; er waren geen liefhebbers meer.

Zandra, de topster van ploeg 2, moet zeker drie keer zwemmen. Ron en Monique komen de kleedkamer binnen en vragen Erik B. of hij nog een derde keer wil zwemmen, maar dat vindt hij niet nodig. Hij offert zich wel op voor de ploeg, zegt hij. Koen wil ook geen derde keer. Sandy voelt zich te moe, maar Monique weet haar toch zover te krijgen dat ze nog een derde keer gaat. Remco en Marjan zwemmen niet meer voor een derde keer.

Diane en Niels zijn nog aan het zwemmen en het wachten is nu op de prijsuitreiking. Per vereniging was er maar één beker, dus hadden wij voor noppes gezwommen, want wij werden derde achter HAC I. Ploeg I (niet voor niets ploeg I) was eerste geworden.

Toen was het half negen en gingen we naar huis.

Francis.

.....



Bij mijn vertrek naar de Antillen was het ondoenlijk om van iedereen persoonlijk afscheid te nemen. Langs deze weg groet ik iedereen dan ook hartelijk.

Heel veel succes wens ik alle polo-teams, zwemsters en zwemmers en de langebaanploeg een heel goed seizoen toe.

Natuurlijk hoop ik via de clubkrant bij te blijven over al jullie overwinningen en prestaties.

Tot ziens in oktober a.s.

groetjes,

Mario.

M.R.Modder

Marn. I Alg. 13875

M.S.K. "Saveneta" ARUBA N.A.

p/a Marinepostkantoor

Postbus 99999

1000 NB AMSTERDAM.

JEUGDPAGINA

Hallo, ik ben Karen.

Ik ben gisteren gaan schaatsen. Op de Ringvaart.

Het was erg leuk.

Pappa en Mamma waren op noren en ik op kunstschaatsen.

Ik was één keer gevallen.

Pappa zei: Je had best op je noren kunnen gaan op dit ijs.

We zijn héél ver gegaan, maar ik moest vandaag nog zwemmen en daarom wou ik niet zo ver.

Ik moest 100 vrij en 100 school. Met de school was ik 3e geworden.

Groetjes van
Karen.

Vader tegen zoontje: "Je hebt vannacht een broertje gekregen".

Zoontje: "Mag ik het Mamma gaan vertellen?".

Leuk hé.

Leonie Kluwen.

Wat krijgt een Belg als hij een gulden in het stopkontakt doet ?

Hij krijgt twee twintig terug.

D'r lopen twee spelden op het Rode Plein in Moskou; zegt de een tegen de ander:

"Zit jouw breer nog bij de Amerikaanse geheime dienst?"

Zegt de ander:

"Ssst.....stil joh....., daar loopt een Russische veiligheidsspeld".

Er liggen twee lucifers in het ziekenhuis. Vraagt de een aan de ander: "Waarom lig jij hier?"

"Zie je dat dat niet?, vraagt de ander; ik heb mijn kop verbrand".

Weet je hoe twee inktvissen wandelen ?

Arm-in-arm-in-arm-in-arm-in-arm-in-arm-in.....

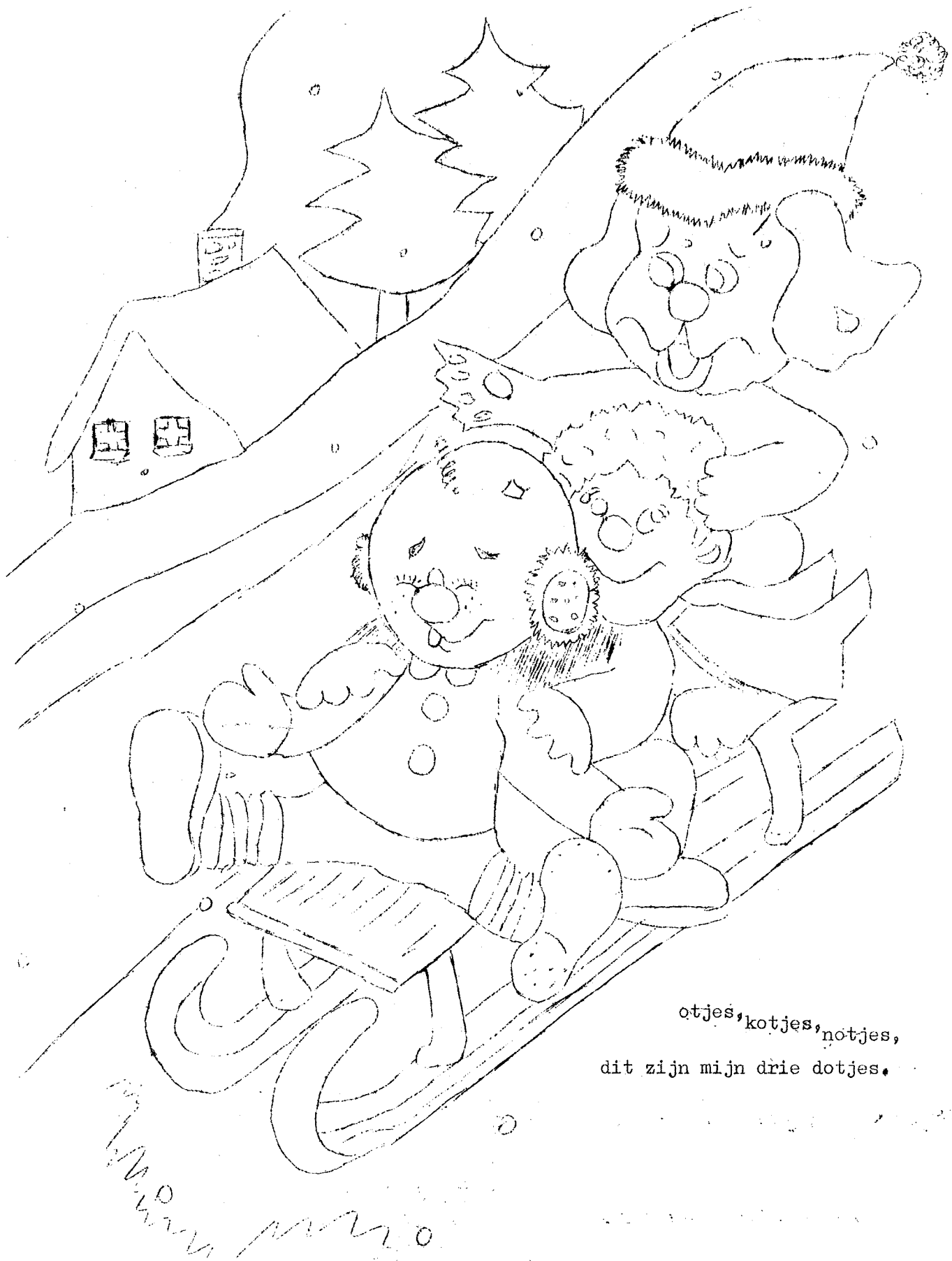
Twee papegaaien zitten in een kooi.

Een papegaai zegt: "Kerel, wat heb ik het warm vandaag".

Antwoordt de ander: "Nou, dan zet je de kooideur toch even open".

Miranda.

JEUGDPAGINA



otjes, kotjes, notjes,
dit zijn mijn drie dotjes.

S P E T T E R T J E S

S P E T T E R T J E S

* * * * *

* * * * *

Wij zoeken: een paar oude twee persoons matrassen
en grote ROOD-WIT-BLAUWE vlaggen.

Bellen naar: Joop Sijm, tel. 370527

Ontvangen: Uitnodiging voor deelname aan de Haarlemse Sportkwis.

Datum: vrijdag 29 maart a.s.

Plaats: Haarlemse Voorjaarsbeurs.

Uitleg: Win fl. 500,-- voor de clubkas!!!

Doe mee aan de Haarlemse Sportkwis.

De organisatie van de Haarlemse Voorjaarsbeurs heeft een geheel nieuw evenement op poten gezet. Onder het motto "De Haarlemse Sportkwis" strijden op vrijdag 29 maart 1985 de Haarlemse en regionale verenigingen tegen elkaar. Strijdtoneel is de evenemententent die tijdens de Haarlemse Voorjaarsbeurs aan de Kennemer Sporthal is aangebouwd.

Het is de bedoeling dat de verenigingen 3 man of vrouw afvaardigen die op het prote podium een aantal vragen moeten beantwoorden. Deze vragen gaan vanzelfsprekend over sport. Daarnaast wordt er een behendigheidstest gehouden. Die wordt van te voren niet bekendgemaakt, zodat de verenigingen er niet op kunnen trainen.

Alle verenigingen kunnen inschrijven. Niet alleen balsporters, maar bijvoorbeeld ook schakers, dammers en andere denksporters. Door de jury wordt gelet op, vanzelfsprekend, het goed beantwoorden van de vragen, de presentatie (kleding, tenue) en de behendigheidstest.

Er zijn drie prijzen te winnen. De hoofdprijs bestaat uit de titel "VERENIGING VAN 'T JAAR" en een bedrag van fl. 500,-- voor de clubkas. De tweede prijs bedraagt fl. 150,-- en de derde prijs fl. 100,--.

Wanneer er een groot aantal inschrijvingen is, wordt er een voorronde gehouden. Uiteindelijk zullen er op vrijdag 29 maart maximaal tien verenigingen tegen elkaar strijden. De organisatie van de Voorjaarsbeurs hoopt dat er zich veel verenigingen aanmelden. De inschrijving is daarom geheel gratis. Daarbij is het voor de verenigingen een mooie gelegenheid om zich te presenteren aan het grote publiek.

INSCHRIJVEN ZO SPOEDIG MOGELIJK BIJ: Wil Doesburg Smits
tel. 33 50 27

OPROEP: Vergeet u de oude kranten niet ????? Ook die van de burens, familie of kennissen zijn welkom!!!
Elke donderdagavond inleveren bij de Planeet of bij Joop Sijm thuis, Vergierdeweg 38.

A T T E N T I E S.V.P.

=====

=====

A T T E N T I E S.V.P.

=====

Als verenigings mens van Rapido'82 mag je eigenlijk geen enkel beroep doen op je medewerkers, leden of bekenden die je in de loop der jaren in je vereniging ontmoet hebt. Toch doe ik dat om de volgende redenen: vele mensen in de vereniging weten wat mij ruim 6 jaar geleden is overkomen. Na al die jaren onderzoek, en naar mijn mening terecht, mag ik nu vrijwilligerswerk gaan doen; het geeft niet op wat voor 'n manier. Schilderwerk, schoonmaken, hulp in een bedrijf, zoals koffiezetten en uitdelen, enz. enz.

Alles mag ik gaan doen van overheidswegen en terecht, want ik heb daar behoefte aan. Ik wil weer na al die jaren terugkeren in de maatschappij en daarom doe ik een beroep op alle lezers. Als u wat heeft of iets geschikts weet voor mij, voor 3 à 4 uur per dag, bel mij dan.

Joop Sijm, tel. 37 05 27

.....

FEESTPROGRAMMA 50-JARIG JUBILEUM SPORTFONDSENBAD HAARELM.

MAART

- 4-8 deze week zal geheel en al verzorgd worden door de Haarlemse zwemverenigingen. Informatie, activiteiten en demonstraties zullen deze week centraal staan.
- 13 tijdens het vrijzwemmen in de zwemzaal en op het terras wordt er een play-back show georganiseerd. Wat denkt u van de Haarlemse Michael Jackson ?
- 16 reünie van oud-lesklanten, een gezellige dag met activiteiten, koffie en gebak.
- 20 de Haarlemse wedstrijd op loopski's ! Ja, over het water lopen en dat uiteraard zo snel mogelijk.
- 25 rond deze datum is het Sportfondsenbad vertegenwoordigd op de voorjaarsbeurs met een leuke activiteit.
- 27 vingerverven voor de kleintjes op al onze tegelwanden. De mooiste schildering krijgt uiteraard een prijs.

APRIL

- 8 een wandel-oriëntatietocht voor het gezin, afgerond met een uurtje zwemmen en een koud buffet.



KLAVERJASSEN
=====

KLAVERJASSEN
=====

KLAVERJASSEN
=====

KLAVERJASSEN
=====

Het was gelukkig weer zo ver; de tweede vrijdag van de maand. Voor ons, kaart fanaten, altijd weer een dag om naar uit te zien. Maar mevrouw Kerkhoff, u weet het hé, we komen u niet meer halen (p 8 maart, want dan sneeuwt het weer.

Bij aankomst bleek onze "barman" Dick Spaans ziek te zijn. Volgende keer wel weer van de partij, hoop ik ?

De honneurs werden nu door Hans en Paulien waar genomen.

Een paar van onze vaste klanten waren met vakantie of ziek, dus waren we deze avond met 26 man/vrouw.

Meneer Verrijzer ging met de hoofdprijs naar huis met 5.603 punten en de poedelprijs, een levensgrote fopspeen, was voor Bram Schenk met 3.685 punten.

Graag tot ziens op 8 maart.

Marijke.

Stand van 8-2-1985

1. Hr.Verrijzer	5.603 p	14. Leny Rookhuiszen	4.329 p
2. Nel Nijemanting	5.525 p	15. Joop Schenk	4.279 p
3. Ria Blokland	5.323 p	16. Daan Rookhuiszen	4.277 p
4. Frans Bouwmeester	5.008 p	17. Wim v.Duyn	4.264 p
5. Joop Sijm	4.783 p	18. Atie Melein	4.246 p
6. Jan Nijemanting	4.732 p	19. Hans v.d.Booren	4.244 p
7. Dick Sohl	4.704 p	20. Dien v.Duyn	4.228 p
8. Marijke Schenk	4.696 p	21. Paulien v.d.Booren	4.225 p
9. Mevr. Kerkhoff	4.545 p	22. Mevr.v.d.Bos	4.194 p
10. Marijke Schenk-Zwart	4.531 p	23. Helga Sohl	4.092 p
11. De hr.v.d.Bos	4.465 p	24. Rita v.d.Bos	3.971 p
12. Stien v.Straaten	4.464 p	25. Rein Schenk	3.948 p
13. Mevr. Verrijzer	4.357 p	26. Bram Schenk	3.685 p

Stand na 8-2-1985

1. Mevr.Kerkhoff	20.149 p	18. Jan Nijemanting	14.519 p
2. Wim v.Duyn	18.881 p	19. Hr.Verrijzer	14.429 p
3. Stien v.Straaten	18.807 p	20. Nel Nijemanting	14.418 p
4. Marijke Schenk	18.134 p	21. Ria Blokland	14.081 p
5. Hans v.d.Booren	18.068 p	22. Leny Rookhuiszen	13.856 p
6. Dien v.Duyn	17.940 p	23. Helga Sohl	13.006 p
7. Mevr.v.d.Bos	17.883 p	24. Daan Rookhuiszen	12.762 p
8. Paulien v.d.Booren	17.697 p	25. Rein Schenk	12.602 p
9. Bram Schenk	17.694 p	26. Mevr.v.d.Booren	12.542 p
10. De hr.v.d.Bos	17.588 p	27. Mevr.Verrijzer	12.374 p
11. Joop Schenk	17.586 p	28. Greet Pennarts	9.861 p
12. Atie Melein	17.577 p	29. Yvonne Pennarts	9.323 p
13. Joop Sijm	17.490 p	30. Truus Kooi	9.240 p
14. Marijke Schenk-Zw.	17.263 p	31. Agnes v.d.Lee	5.748 p
15. Frans Bouwmeester	17.136 p	32. Coby de Graaf	4.760 p
16. Rita v.d.Bos	16.135 p	33. Frans Pennarts	3.972 p
17. Dick Sohl	14.895 p		

Ranglijsten van de Kring Noord Holland t/m 31-12-1984.

50 meter vrije slag

<u>meisjes 1973</u>		<u>jongens 1974</u>	
4. Martine Paap	33.0	5. Roald Kleist	35.3
<u>meisjes 1972</u>		<u>jongens 1972</u>	
10. Zandra Overdijk	32.5	4. Mark Joosten	32.1
Sandy Schenk	32.5	6. Dennis Rijnbeek	32.5
<u>meisjes 1971</u>		<u>jongens 1971</u>	
2. Journalda Lak	29.6	10. Remco Edam	31.9
<u>meisjes 1970</u>		<u>jongens 1970</u>	
5. Yvonne Straathof	29.9	7. René Nijemanting	28.8
8. Mirjam Knibbe	30.3	<u>jongens 1968</u>	
<u>meisjes 1968</u>		7. Jeroen Pruim	27.4
7. Babette v. Loon	30.0	<u>heren</u>	
<u>dames</u>		10. Jan Koen Anthoni	25.3
1. Marjolein Phaff	28.2		
5. Diane Smid	28.5		

100 meter vrije slag

<u>meisjes 1973</u>		<u>jongens 1975/76</u>	
3. Martine Paap	1.12.3	3. Ferry Bogaart	1.19.5
7. Leonie Kluwen	1.15.6	<u>jongens 1974</u>	
<u>meisjes 1971</u>		6. Roald Kleist	1.19.5
2. Journalda Lak	1.03.8	<u>jongens 1972</u>	
<u>meisjes 1970</u>		7. Mark Joosten	1.09.2
6. Yvonne Straathof	1.05.4	<u>jongens 1970</u>	
<u>meisjes 1968</u>		5. René Nijemanting	1.01.8
2. Babette v. Loon	1.01.6	<u>jongens 1968</u>	
<u>dames</u>		4. Jeroen Pruim	58.9
2. Marjolein Phaff	1.00.5		

200 meter vrije slag

<u>meisjes 1973</u>		<u>jongens 1972</u>	
5. Martine Paap	2.46.2	7. Mark Joosten	2.31.4
8. Jounella Lak	2.51.2	9. Martin Straathof	2.34.4
<u>meisjes 1972</u>		<u>jongens 1970</u>	
5. Zandra Overdijk	2.27.2	5. René Nijemanting	2.15.9
7. Sandy Schenk	2.28.9	10. Rogier Groen	2.19.6
<u>meisjes 1971</u>		<u>jongens 1969</u>	
4. Journalda Lak	2.20.0	9. Robin Boer	2.12.1
<u>meisjes 1970</u>		<u>jongens 1968</u>	
4. Yvonne Straathof	2.17.8	6. Jeroen Pruim	2.10.4
<u>meisjes 1968</u>		<u>dames</u>	
2. Babette v. Loon	2.13.0	6. Marjolein Phaff	2.16.0

vervolg Kring ranglijsten.

200 meter schoolslag

meisjes 1973

7. Martine Paap 3.28.3

meisjes 1971

9. Journalda Lak 3.14.8

meisjes 1970

2. Yvonne Straathof 2.53.7

meisjes 1968

4. Marjanne Koot 3.07.8

dames

2. Marjolein Phaff 2.45.0

5. Karin Rookhuiszen 2.54.8

jongens 1972

5. Dennis Rijnbeek 3.20.3

jongens 1971

8. Remco Edam 3.19.0

jongens 1970

6. René Nijemanting 2.57.3

jongens 1968

6. Jeroen Pruim 2.51.9

heren

8. Ron Phaff 2.36.2

100 meter rugslag

meisjes 1971

3. Journalda Lak 1.14.6

meisjes 1970

10. Mirjam Knibbe 1.17.9

meisjes 1968

Babette v. Loon 2 1.09.2

jongens 1975/76

9. Ferry Bogaart 1.40.0

jongens 1974

10. Roald Kleist 1.37.2

jongens 1972

4. Mark Joosten 1.19.9

7. Dennis Rijnbeek 1.21.7

jongens 1971

10. Remco Edam 1.22.3

jongens 1970

8. René Nijemanting 1.14.8

jongens 1969

9. Robin Boer 1.10.1

jongens 1968

9. Jeroen Pruim 1.11.4

200 meter rugslag

meisjes 1973

7. Petra Wiessner 3.16.6

meisjes 1971

5. Journalda Lak 2.42.2

meisjes 1970

8. Yvonne Straathof 2.43.4

meisjes 1968

2. Babette v. Loon 2.29.7

dames

5. Marjolein Phaff 2.36.9

jongens 1972

3. Mark Joosten 2.58.1

7. Dennis Rijnbeek 3.04.5

jongens 1970

5. René Nijemanting 2.38.7

jongens 1969

7. Robin Boer 2.28.0

jongens 1968

8. Jeroen Pruim 2.33.3

vervolg Kring ranglijsten

400 meter vrije slag

meisjes 1975/76

Selma Wassenaar 5 6.51.8

meisjes 1973

9. Jounella Lak 6.01.4
10. Leonie Kluwen 6.04.9

meisjes 1972

7. Zandra Overdijk 5.13.0

meisjes 1971

4. Journalda Lak 4.53.1

meisjes 1970

4. Yvonne Straathof 4.46.3
10. Mirjam Knibbe 5.01.5

meisjes 1968

1. Babette v. Loon 4.32.4

dames

6. Marjolein Phaff 4.44.5

jongens 1975/76

3. Ferry Bogaart 6.26.0

jongens 1974

3. Roald Kleist 5.58.2

jongens 1972

6. Martin Straathof 5.15.8
8. Mark Joosten 5.20.2

jongens 1971

10. Remco Edam 5.20.6

jongens 1970

9. René Nijemanting 4.55.9

jongens 1969

9. Robin Boer 4.42.0

jongens 1968

6. Jeroen Pruim 4.41.6

800/1500 meter vrije slag

meisjes 1972

7. Zandra Overdijk 10.53.4
10. Sandy Schenk 11.13.8

meisjes 1971

Journalda Lak 4 10.12.2

meisjes 1970

4. Yvonne Straathof 9.58.0

meisjes 1969

10. Francis Schenk 10.50.6

meisjes 1968

2. Babette v. Loon 9.24.6

dames

4. Marjolein Phaff 9.53.9

jongens 1972

7. Mark Joosten 11.11.3

jongens 1971

6. Remco Edam 21.08.1

jongens 1970

8. René Nijemanting 19.39.4
10. Niels Rookhuiszen 20.13.5

jongens 1969

7. Robin Boer 18.36.3

jongens 1968

7. Jeroen Pruim 19.15.4

heren

9. Eric Melein 17.16.2

100 meter schoolslag

meisjes 1970

8. Yvonne Straathof 1.22.7

meisjes 1968

5. Marjanne Koot 1.26.2
6. Babette v. Loon 1.26.8

dames

4. Marjolein Phaff 1.20.2

jongens 1972

9. Dennis Rijnbeek 1.33.5

jongens 1970

8. René Nijemanting 1.22.2

jongens 1968

7. Jeroen Pruim 1.19.0

heren

9. Ron Phaff 1.12.3

vervolg Kring ranglijsten.

100 meter vlinderslag

meisjes 1975/76

10. Karen Doesburg Smits
2.08.2

meisjes 1973

9. Martine Paap 1.32.7

meisjes 1972

7. Sandy Schenk 1.19.1

meisjes 1971

2. Journalda Lak 1.14.3

meisjes 1968

3. Babette v. Loon 1.11.9

dames

1. Marjolein Phaff 1.08.4

jongens 1975/76

4. Ferry Bogaart 2.03.9

jongens 1972

8. Mark Joosten 1.27.7

jongens 1971

7. Remco Edam 1.20.0

jongens 1970

10. René Nijemanting 1.16.8

jongens 1969

10. Robin Boer 1.10.1

jongens 1968

8. Jeroen Pruim 1.10.0

200 meter vlinderslag

meisjes 1972

6. Sandy Schenk 3.12.5

meisjes 1971

3. Journalda Lak 2.43.5

meisjes 1968

2. Babette v. Loon 2.37.2

dames

1. Marjolein Phaff 2.27.2

jongens 1970

10. Niels Rookhuiszen 3.12.7

jongens 1968

6. Jeroen Pruim 2.44.5

100/200 meter wisselslag

meisjes 1973

8. Martine Paap 3.09.3

meisjes 1972

8. Zandra Overdijk 2.51.1

10. Sandy Schenk 2.53.0

meisjes 1971

4. Journalda Lak 2.42.6

meisjes 1970

3. Yvonne Straathof 2.36.5

meisjes 1968

3. Babette v. Loon 2.34.6

dames

3. Marjolein Phaff 2.30.2

9. Diane Smid 2.39.7

jongens 1974

9. Roald Kleist 1.32.2

jongens 1972

8. Mark Joosten 2.52.5

10. Dennis Rijnbeek 2.56.9

jongens 1970

7. René Nijemanting 2.37.0

jongens 1968

7. Jeroen Pruim 2.28.1

vervolg Kring ranglijsten.

400 meter wisselslag

meisjes 1970

3. Yvonne Straathof 5.30.0

meisjes 1968

3. Babette v.Loon 5.27.7

dames

2. Marjolein Phaff 5.16.6

---.---.---.---.---.---.---

Uitslagen Limietwedstrijden dd. 27-1-1985 in Wormerveer.

400 meter vrije slag m/j 10-10 j.

Ferry Bogaart III PR 6.10.4

Selma Wassenaar III PR 6.27.0

800 m. vrije slag dames

Journalda Lak 10.12.7

1500 meter vrije slag heren

Eric Melein 17.18.1

Uitslagen Speedo wedstrijden dd. 3-2-1985 in Groenendaal.

200 m. wisselslag m. 72

Zandra Overdijk 2.51.8

Sandy Schenk 2.55.3

Janita Rookhuiszen PR 3.12.7

Miranda Knibbe PR 3.34.9

Simona Looy PR 3.20.9

200 m. wisselslag j. 72

Mark Joosten II PR 2.49.3

Dennis Rijnbeek PR 2.52.6

Martin Straathof PR 2.58.0

Marco v.Vark PR 3.04.8

100 m. vlinderslag m. 75

Selma Wassenaar PR 1.54.3

100 m. rugslag j. 75

Ferry Bogaart PR 1.37.3

Niels Terol PR 1.58.8

Hans Joosten PR 2.08.8

100 m. vrije slag m. 76

Femke Kleist 1.45.7

Wendy de Boer PR 1.42.0

Karen Doesburg S.PR 1.36.0

Monique Deen 2.13.9

100 m. vrije slag m. 74

Pauline Joosten PR 1.38.5

Sheila Duister PR 1.38.3

100 m. vrije slag j. 74

Roald Kleist PR 1.17.4

100 m. rugslag j. 73

Erwin Huyer dis 1.31.3

100 m. vrije slag m. 72

Zandra Overdijk 1.10.0

Sandy Schenk PR 1.12.1

Miranda Knibbe 1.27.5

Janita Rookhuiszen PR 1.19.0

Simona Looy 1.25.6

100 m. vlinderslag m. 73

Martine Paap 1.43.0

Jounella Lak PR 1.33.6

Leonie Kluwen PR 1.33.9

Petra Wiessner PR 1.45.8

Suzanne Doesb.S.PR 1.49.4

Marina Looy PR 1.55.6

100 m. schoolslag j. 72

Mark Joosten 1.36.2

Dennis Rijnbeek III PR 1.31.1

Martin Straathof PR 1.36.9

Marco v.Vark PR 1.33.7

Uitslagen Limietwedstrijden dd. 3-2-1985 in Wormerveer.

100 m. vlinderslag heren

Robin Boer 1.10.6

200 m. rugslag heren

Robin Boer 2.30.8

100 m. schoolslag m.o. 10 j.

Selma Wassenaar 1.56.3
 Karen Doesb.Smits PR 1.54.3
 Wendy de Boer PR 2.01.3
 Miranda Stringer PR 2.10.6
 Mariska v.Tongeren dis 2.38.7

200 m. rugslag heren

Robin Boer I 2.29.0
 Jeroen Pruim III 2.36.9
 Remco Edam 3.09.3

50 m. vrije slag dames

Petra Wiessner PR 38.4
 Diane Smid II 29.1
 Yvonne Straathof 31.2
 Journalda Lak III 29.7
 Mirjam Knibbe PR 29.9
 Zandra Overdijk PR 32.4
 Annemieke v.Duyn 38.9
 Francis Schenk 34.4
 Martine Paap 33.7
 Sheila Duister PR 44.3
 Miranda Knibbe PR 39.9
 Pauline Joosten PR 45.5

4 x 100 m. vrije slag est.dames

Mirjam Knibbe
 Yvonne Straathof
 Journalda Lak
 Diane Smid I 4.26.9

100 m. schoolslag j.o. 10 j.

Ferry Bogaart II PR 1.49.9
 Hans Joosten PR 2.06.6
 Robbie v.d.Horst PR 2.15.4

200 m. rugslag dames

Journalda Lak II PR 2.40.8
 Mirjam Knibbe III PR 2.44.3
 Petra Wiessner PR 3.10.0
 Marina Looy PR 3.16.0
 Yvonne Straathof I PR 2.37.8
 Marscha Smid 3.15.7

50 m. vrije slag heren

Frank Pruyn PR 29.5
 Robin Boer PR 29.7
 Marcel Boer I 26.8
 Jeroen Pruim II 27.5
 Eric Melein 28.3
 Niels Rookhuiszen 32.7
 Erwin Huyer PR 36.8
 Dennis Rijnbeek PR 31.2
 Martin Straathof PR 34.2

4x 100 m. vrije slag est.heren

Marcel Boer
 Robin Boer
 Jeroen Pruim
 Eric Melein I 4.10.8

Uitslagen Kringwedstrijd dd. 24-2-1985 in Noord Scharwoude.100 m. rugslag heren

Remco Edam PR 1.19.5
 Frank Joosten PR 1.22.0
 Jeroen Pruim III PR 1.11.3

400 m. wisselslag heren

René Nijemanting III 5.42.2 PR
 Niels Rookhuiszen PR 5.55.8
 Robin Boer II PR 5.20.8
 Eric Melein I PR 4.56.9

100 m. schoolslag dames

Marjanne Koot III 1.25.9
 Diane Smid II 1.24.4
 Mirjam Knibbe 1.28.8

100 m. vlinderslag heren

Niels Rookhuiszen II 1.28.4

200 m. schoolslag heren

Remco Edam 3.23.5
 René Nijemanting II 2.59.8
 Robin Boer PR 3.03.1
 Eric Melein I 2.44.2

100 m. rugslag dames

Diane Smid I 1.14.4
 Marscha Smid PR 1.28.2
 Mirjam Knibbe 1.19.7

400 m. wisselslag dames

Francis Schenk I PR 6.01.9

100 m. schoolslag heren

Robbie Bruins 1.35.9
 Eric Bulters dis 1.47.3
 Frank Pruyn II 1.25.3

200 m. vrije slag heren

Frank Joosten II PR 2.38.7

200 m. vrije slag dames

Francis Schenk II 2.37.1

400 m. vrije slag heren/dames

Robbie Bruins 5.50.2
 Frank Pruyn PR 5.19.7
 Jeroen Pruim II 4.42.3
 Marscha Smid 5.56.0
 Mirjam Knibbe 5.05.1
 Marjanne Koot 5.36.1
 Diane Smid I PR 4.59.8

Uitslagen Nachtmarathon van 9/10 februari, welke werd gehouden in "De Horst" te Heerhugowaard.

1. Rapido I	met	50.500	mtr. gem.	2.295,45	mtr. per $\frac{1}{2}$ uur
2. Hac I	"	47.200	"	2.145,45	" " " "
3. Rapido 2	"	46.350	"	2.106,81	" " " "
4. Olympus I	"	45.100	"	2.050	" " " "
5. DAW I	"	45.000	"	2.045,45	" " " "
6. Hac 2	"	44.800	"	2.036,36	" " " "
7. de Terp	"	42.750	"	1.943,18	" " " "
8. Olympus 2	"	40.650	"	1.847,72	" " " "
9. DAW 2	"	40.450	"	1.838,63	" " " "
10. Aquarius	"	40.150	"	1.825	" " " "
11. Texel '71	"	38.250	"	1.738,63	" " " "
12. Olympus 3	"	37.950	"	1.725	" " " "

Het hoogste aantal meters door een zwemmer van Rapido I behaald was om 3.30 uur, n.l. 2550 meter en dat was door Eric Melein.

Een compliment voor al onze deelnemers en deelneemsters is hier zeker op zijn plaats gezien de inzet en de sfeer die er deze nacht was. Het was een grote happening. Ook dank aan de technische staf en de begeleiding en supporting van diverse ouders.

Uitslagen Nationale wedstrijd dd. 17-2-1985 in de Planeet.

200 m. schoolslag dames

Diane Smid III	3.03.0
Marjanne Koot	3.08.6
Simona Looy PR	3.16.4
Suzanne Doesburg Sm-PR	3.27.3

200 m. schoolslag heren

Eric Melein I PR	2.39.9
Erik Breems II PR	2.41.1
Robbie Bruins PR	3.14.7
Frank Pruyn dis	2.59.2

100 m. vrije slag m.o. 10 j.

Selma Wassenaar II PR	1.29.2
Miranda Stringer PR	2.04.7
Karen Doesb.Smits	1.37.1
Wendy de Boer PR	1.40.7
Mariska v.Tongeren PR	2.11.7

100 m. vrije slag j.o. 10 j.

Ferry Bogaart II	1.22.4
Hans Joosten	1.57.6
Robbie v.d.Horst PR	2.11.8

400 m. vrije slag heren

Erwin Huyer PR	6.00.2
Dennis Rijnbeek PR	5.18.2
Martin Straathof	5.18.1
Remco Edam PR	5.13.6
Robin Boer PR	4.37.5
Niels Rookhuiszen PR	4.59.0
Marcel Boer III	4.36.6

400 m. vrije slag dames

Martine Paap PR	5.48.9
Leonie Kluwen PR	5.39.9
Jounella Lak PR	5.44.1
Zandra Overdijk PR	5.05.6
Journalda Lak PR	4.49.8
Yvonne Straathof PR	4.37.4
Francis Schenk PR	5.15.2
Janita Rookhuiszen PR	5.49.3

100 m. schoolslag heren

Eric Melein III	1.20.8
Erik Breems I	1.13.2
Robbie Bruins	1.33.7

100 m. schoolslag dames

Karin Rookhuiszen	1.26.5
Diane Smid II	1.24.5
Marjanne Koot	1.26.6
Simona Looy	1.34.1
Suzanne Doesburg Smits	1.41.0
Annemieke v.Duyn	1.45.1
Pauline Joosten	2.04.2
Miranda Knibbe PR	1.49.2
Marscha Smid PR	1.42.7
Sheila Duister PR	1.48.9
Bianca Janszen PR	1.56.5

W A T E R P O L O - R O O S T E R maart/april 1985.

= = = = =

2 maart

18.10 u	A.Z.U.	- asp. m 2	Sportf. Beverwijk
18.30 u	asp. m. I	- Orkano	Planeet
19.10 u	asp. j. I c	- NVA/HHC	"
19.45 u	asp. j. I A	- DAW/VVC	"
20.25 u	heren jeugd	- KZC	"
20.25 u	W.Friesland 2	- heren 3	Kloet, Grootebroek
15.30 u	Kroosduikers	- meisjes pup.	Zaanland, Zaandam
16.20 u	Kroosduikers	- jongens pup.	" "

9 maart

17.10 u	Kroosduikers	- asp. j. I A	Slag, Zaandam
17.30 u	meisjes pup.	- Zeeschuimers	Sprtfondsenbad
17.55 u	jongens pup.	- Nereus	"
19.15 u	heren 2	- ZPB Unico 2	Planeet
19.00 u	VZV 2	- heren 4	Hoogeberg, IJmuiden
18.25 u	DAW/VVC	- asp. m. I	Hoornsevaart, Alkmaar
18.10 u	Reuring	- asp. m. 2	Reuring, Nrd.Scharw.
14.35 u	ZAR 3	- heren 3	Sloterparkbad, A'dam

16 maart

18.10 u	heren 5	- EDVO I	Sportfondsenbad
17.15 u	VZV	- asp. m 2	Hoogeberg, IJmuiden
18.25 u	WZPC	- heren jeugd	Wilgenhoek, Z.O.Beemst.
17.00 u	Oude Veer	- asp. j. I C	Krieck, Breezand
18.45 u	IJsseduikers 2	- heren 4	Fletiomare, Vleuten

23 maart

18.20 u	DWT	- heren jeugd	Sportfondsenbad
20.20 u	heren 3	- IJsseduikers 2	"
21.05 u	heren 4	- ZAR 3	"
18.30 u	asp. m. I	- Waterlelie	Planeet
19.10 u	asp. j. I A	- Zeeschuimers	"
21.25 u	heren 5	- Spetters I	"
18.15 u	DAW/VVC	- jongens pup.	Hoornsevaart, Alkmaar
15.30 u	Waterlelie	- meisjes pup.	Zaanland, Zaandam

30 maart

18.30 u	meisjes pup-	- Kroosduikers	Planeet
18.55 u	jongens pup.	- AZU	"
19.20 u	asp. m. 2	- KZC	"
19.45 u	heren 2	- Brandenburg	"
19.45 u	Koggenland	- asp. j. I c	W.Friesland, Hoorn
20.15 u	't Y 4	- heren 4	Sportf.Oost, A'dam

13 april

16.00 u	Ham	- meisjes pup.	Watering, Wormerveer
16.55 u	Zeeschuimers	- jongens pup.	Duinpan, Zandvoort
17.30 u	Aquarius	- asp. m. I	Wiel, Schagen
18.10 u	Aquarius	- heren jeugd	" "
18.30 u	asp. m. 2	- Kroosduikers	Planeet
18.55 u	asp. j. I A	- Nereus	"
19.40 u	Oude Veer	- heren 5	Wiel, Schagen
20.20 u	heren 3	- IJsselmeer 2	Sportfondsenbad

zondag 14 april

20.15 u Kroosduikers 2 - heren 4 Slag, Zaandam

20 april

16.00 u	Ham	- jongens pup.	Watering, Wormerveer
17.15 u	VZV	- asp. j. I A	Hoogeberg, IJmuiden
17.30 u	heren 4	- Nereus 4	Sportfondsenbad
17.45 u	KZC	- meisjes pup.	Sportf. Beverwijk
18.15 u	heren 3	- Kroosduikers	Sportfondsenbad
18.30 u	Asp. m. I	- Kroosduikers	Planeet
19.15 u	heren 2	- Amer 2	"
20.45 u	heren jeugd	- HPC	PLANEET !!!!

27 april

18.00 u	Ham	- asp. m 2	Watering, Wormerveer
19.15 u	W. Friesland	- asp. m. I	Kloet, Grootebroek

JURY ROOSTER TWEEDE HELFT COMPETITIE

16-3	17.15 u	M. Schulze, E. Breems	Sportfondsenbad
	19.10 u	E. Schouten, H. Joosten	
23-3	18.15 u	R. Blokland, A. Lindeman	Planeet
	19.50 u	R. Blokland, A. Melein, F. Pruyn	
	20.40 u	A. Melein, F. Pruyn	
30-3	18.15 u	D. Rookhuiszen, F. Hulsebosch	Planeet
	18.50 u	D. Rookhuiszen, M. Schulze, B. Schenk	
20-4	18.15 u	J. Sijm, J. v. Loon	Planeet
	19.10 u	J. Sijm, J. v. Loon, I. den Hartigh	
	19.55 u	I. den Hartigh, A. Lindeman	

Wil je op de aangegeven tijd aanwezig zijn in verband met opzetten van het wedstrijdveld enz ?

In dit schema is nog geen rekening gehouden met de play-off wedstrijden op de zondagavond.

Hierover zal ik tijdig contact opnemen met sommige jury-leden.

Graag tijdig afbellen bij onderstaand nummer. Bij voorbaat dank.

Adriën Lindeman
tel. 37 58 97

Verslag pupillen jongens Rapido - Neptunus.

Spelers Rapido zijn Daniël Rookhuiszen, Robbie v.d. Horst, Erwin Huyer, Ferry Bogaart, Roald Kleist, Niels Terol, Hans Joosten. Coach meneer D. Rookhuiszen en meneer K. Terol.

Eerste periode. Met het opzwemmen had Neptunus de bal en na een paar keer overspelen gooide een jongen van 4 meter afstand erin; 0-1. Het werd 0-2 na veel gekrioel heen en weer. Toen gingen wij in de aanval, maar deze werd afgeslagen door de Neptunus-spelers

vervolg verslag Rapido-Neptunus

en deze begonnen aan een zeer lange aanval. Deze aanval eindigde met een goal van Neptunus 0-3.

Tweede periode; we begonnen goed en de bal ging via Daniël naar Roald en deze schoot met een hard schot op goal, maar de keeper van Neptunus stopte hem. Daarna kwam er meteen een tegen aanval en ze scoorden 0-4. We waren dus weer in balbezit en Erwin schoot de bal op de lat vanaf de helft.

Neptunus begon weer met een aanval en een van de Neptunus spelers hield hem tegen. Een van de Neptunus spelers lag op de twee meter, pakte de bal en scoorde 0-5. Het werd 0-6 voor het einde van deze periode.

Derde periode. Het bal op zwemmen werd gewonnen door Neptunus. Neptunus speelde de bal snel heen en weer en het werd 0-7.

We kwamen in balbezit en doordat Roald hard doorzwom en Ferry een mooie pass gaf, kwam Roald vrij, maar hij keek niet en schoot over. Even later werd het 0-8.

Nu wilden wij wat terug doen door een goedlopende aanval en de bal kwam via Niels bij Erwin en deze scoorde 1-8.

Neptunus ging meteen weer aanvallen en onze goede keeper Robbie stopte de bal twee keer achter elkaar.

Vierde periode. Tussen de derde en vierde periode kwam er een keeperwisseling. Robbie, die goed gekeept had, werd gewisseld voor de moegestreden Daniël.

Neptunus had er zin in en maakte gauw twee doelpunten achter elkaar 1-9 en 1-10. Daarna kwamen er twee kansen voor ons, maar deze werden niet goed afgemaakt en Neptunus ging in de aanval en scoorde 1-11 en komt daarna door een afstandschot opnieuw en de eindstand was vastgesteld op 1-12.

Jongens, toch goed gespeeld.

Van Hans Joosten.

Rapido'82 - Ham B.

Zaterdag 2 februari moesten wij (asp. m. I, bestaande uit: Floortje, Annemiek, Annemarie, Bianca, Yvonne, Francis, Sylvia, Miranda en Mirjam, coach Ingriden Hartigh) spelen tegen Ham B. Alhoewel Miranda en Sylvia wisten dat Ham B nou niet bepaald sterk was, werd er door hun toch fanatiek ingezwaaid.

Het eerste partje waren we al lekker op dreef. Sylvia schoot als eerste van dit partje raak en Francis als laatste. Er werd gelijk al negen keer gescoord, maar dat is ook niet zo moeilijk als er een keeper ligt die niet eens kan watertrappen!!!

Dat vond de coach van de Ham denk ik ook, want het tweede partje lagen er twee keepers in het doel. Maar ook dat deed ons niet, want we scoorden één keer minder dan in het eerste partje.

Acht keer scoren was voor ons ook niet erg moeilijk; de ene keeper lag helemaal rechts en de andere helemaal links.

Het derde partje scoorden we weer acht keer, maar toen lagen er drie keepers in het doel, maar daar hadden we blijkbaar ook geen last van.

In het vierde partje lagen er in het begin weer drie keepers in het doel, maar later ook wel eens vier en ook wel eens vijf. In de rust hadden we afgesproken dat we 30-0 zouden maken, dus nog vijf doelpuntjes maken, niet zo moeilijk dus. Maar dat bleek anders, we scoorden maar vier keer.

vervolg Rapido = Ham B.

Dat kwam gedeeltelijk door Annemarie die lekker melig aan het doen was en zo ook de anderen aanstak. In plaats van spelen waren we de helft van de tijd aan het lachen, met gevolg dat we maar vier keer scoorden en dus net geen 30-0 haalden. Maar we waren wel blij en het was ook best wel een gezellige wedstrijd.

Volgende keer spelen we op 16 februari tegen Nereus uit; we moeten winnen, want anders worden we geen kampioen.

Namens aspiranten meisjes I.

Mirjam.

ATTENTIE SPORTKEURING.

1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14. 15. 16. 17. 18. 19. 20. 21. 22. 23. 24. 25. 26. 27. 28. 29. 30. 31. 32. 33. 34. 35. 36. 37. 38. 39. 40. 41. 42. 43. 44. 45. 46. 47. 48. 49. 50. 51. 52. 53. 54. 55. 56. 57. 58. 59. 60. 61. 62. 63. 64. 65. 66. 67. 68. 69. 70. 71. 72. 73. 74. 75. 76. 77. 78. 79. 80. 81. 82. 83. 84. 85. 86. 87. 88. 89. 90. 91. 92. 93. 94. 95. 96. 97. 98. 99. 100. 101. 102. 103. 104. 105. 106. 107. 108. 109. 110. 111. 112. 113. 114. 115. 116. 117. 118. 119. 120. 121. 122. 123. 124. 125. 126. 127. 128. 129. 130. 131. 132. 133. 134. 135. 136. 137. 138. 139. 140. 141. 142. 143. 144. 145. 146. 147. 148. 149. 150. 151. 152. 153. 154. 155. 156. 157. 158. 159. 160. 161. 162. 163. 164. 165. 166. 167. 168. 169. 170. 171. 172. 173. 174. 175. 176. 177. 178. 179. 180. 181. 182. 183. 184. 185. 186. 187. 188. 189. 190. 191. 192. 193. 194. 195. 196. 197. 198. 199. 200. 201. 202. 203. 204. 205. 206. 207. 208. 209. 210. 211. 212. 213. 214. 215. 216. 217. 218. 219. 220. 221. 222. 223. 224. 225. 226. 227. 228. 229. 230. 231. 232. 233. 234. 235. 236. 237. 238. 239. 240. 241. 242. 243. 244. 245. 246. 247. 248. 249. 250. 251. 252. 253. 254. 255. 256. 257. 258. 259. 260. 261. 262. 263. 264. 265. 266. 267. 268. 269. 270. 271. 272. 273. 274. 275. 276. 277. 278. 279. 280. 281. 282. 283. 284. 285. 286. 287. 288. 289. 290. 291. 292. 293. 294. 295. 296. 297. 298. 299. 300. 301. 302. 303. 304. 305. 306. 307. 308. 309. 310. 311. 312. 313. 314. 315. 316. 317. 318. 319. 320. 321. 322. 323. 324. 325. 326. 327. 328. 329. 330. 331. 332. 333. 334. 335. 336. 337. 338. 339. 340. 341. 342. 343. 344. 345. 346. 347. 348. 349. 350. 351. 352. 353. 354. 355. 356. 357. 358. 359. 360. 361. 362. 363. 364. 365. 366. 367. 368. 369. 370. 371. 372. 373. 374. 375. 376. 377. 378. 379. 380. 381. 382. 383. 384. 385. 386. 387. 388. 389. 390. 391. 392. 393. 394. 395. 396. 397. 398. 399. 400. 401. 402. 403. 404. 405. 406. 407. 408. 409. 410. 411. 412. 413. 414. 415. 416. 417. 418. 419. 420. 421. 422. 423. 424. 425. 426. 427. 428. 429. 430. 431. 432. 433. 434. 435. 436. 437. 438. 439. 440. 441. 442. 443. 444. 445. 446. 447. 448. 449. 450. 451. 452. 453. 454. 455. 456. 457. 458. 459. 460. 461. 462. 463. 464. 465. 466. 467. 468. 469. 470. 471. 472. 473. 474. 475. 476. 477. 478. 479. 480. 481. 482. 483. 484. 485. 486. 487. 488. 489. 490. 491. 492. 493. 494. 495. 496. 497. 498. 499. 500. 501. 502. 503. 504. 505. 506. 507. 508. 509. 510. 511. 512. 513. 514. 515. 516. 517. 518. 519. 520. 521. 522. 523. 524. 525. 526. 527. 528. 529. 530. 531. 532. 533. 534. 535. 536. 537. 538. 539. 540. 541. 542. 543. 544. 545. 546. 547. 548. 549. 550. 551. 552. 553. 554. 555. 556. 557. 558. 559. 560. 561. 562. 563. 564. 565. 566. 567. 568. 569. 570. 571. 572. 573. 574. 575. 576. 577. 578. 579. 580. 581. 582. 583. 584. 585. 586. 587. 588. 589. 590. 591. 592. 593. 594. 595. 596. 597. 598. 599. 600. 601. 602. 603. 604. 605. 606. 607. 608. 609. 610. 611. 612. 613. 614. 615. 616. 617. 618. 619. 620. 621. 622. 623. 624. 625. 626. 627. 628. 629. 630. 631. 632. 633. 634. 635. 636. 637. 638. 639. 640. 641. 642. 643. 644. 645. 646. 647. 648. 649. 650. 651. 652. 653. 654. 655. 656. 657. 658. 659. 660. 661. 662. 663. 664. 665. 666. 667. 668. 669. 670. 671. 672. 673. 674. 675. 676. 677. 678. 679. 680. 681. 682. 683. 684. 685. 686. 687. 688. 689. 690. 691. 692. 693. 694. 695. 696. 697. 698. 699. 700. 701. 702. 703. 704. 705. 706. 707. 708. 709. 710. 711. 712. 713. 714. 715. 716. 717. 718. 719. 720. 721. 722. 723. 724. 725. 726. 727. 728. 729. 730. 731. 732. 733. 734. 735. 736. 737. 738. 739. 740. 741. 742. 743. 744. 745. 746. 747. 748. 749. 750. 751. 752. 753. 754. 755. 756. 757. 758. 759. 760. 761. 762. 763. 764. 765. 766. 767. 768. 769. 770. 771. 772. 773. 774. 775. 776. 777. 778. 779. 780. 781. 782. 783. 784. 785. 786. 787. 788. 789. 790. 791. 792. 793. 794. 795. 796. 797. 798. 799. 800. 801. 802. 803. 804. 805. 806. 807. 808. 809. 810. 811. 812. 813. 814. 815. 816. 817. 818. 819. 820. 821. 822. 823. 824. 825. 826. 827. 828. 829. 830. 831. 832. 833. 834. 835. 836. 837. 838. 839. 840.

Fen Vrieze
Jaap Meijer
Hans van Reenen
Erik Schouten
Laurens Zuidervaat
Hans Stocker
Jan v.d.Booren
Frenk Hulsebosch
Ewoud Kraay
Wim v.Urk
René Huygen
Rob v.d.Steen
Ronald Stam
André Visser

ATTENTIE SPORTKEURING.

二、三、四、五、六、七、八、九、十、十一、十二、十三、十四、十五、十六、十七、十八、十九、二十、二十一、二十二、二十三、二十四、二十五、二十六、二十七、二十八、二十九、三十、三十一、三十二、三十三、三十四、三十五、三十六、三十七、三十八、三十九、四十、四十一、四十二、四十三、四十四、四十五、四十六、四十七、四十八、四十九、五十、五十一、五十二、五十三、五十四、五十五、五十六、五十七、五十八、五十九、六十、六十一、六十二、六十三、六十四、六十五、六十六、六十七、六十八、六十九、七十、七十一、七十二、七十三、七十四、七十五、七十六、七十七、七十八、七十九、八十、八十一、八十二、八十三、八十四、八十五、八十六、八十七、八十八、八十九、九十、九十一、九十二、九十三、九十四、九十五、九十六、九十七、九十八、九十九、一百

Jan Willem Sellmeyer
Annemarie Sellmeyer
René Sijm
Karin Breems
Eddie Hanenberg
Remco Edam
Miranda Knibbe
Dennis Rijnbeek
André Buys
Wendy de Boer
Leon v.d.Peet

Bovenstaande personen dienen vóór 30 april gekeurd te worden.

Heb je een formulier ontvangen, lever dit dan met fl. 17,50 in bij het genoemde adres.

Heb je nog geén formulier ontvangen, bel dan even 390987
(312673) Ingrid den Hartigh, want intussen is dit aan een ieder
verzonden.

Stel je er geen prijs op je startnummer te handhaven, dan graag ook even een telefoontje, want dan trekken we je startnummer in.

KORTOM: staat je naam hierboven genoemd, reageer dan zo snel mogelijk.

Ingrid den Hartigh, v.Moerkerenkstraat 34 III of Sportfondsen-
bad Haarlem.

Mocht je bij het verschijnen van dit krantje al je formulier hebben ingeleverd, mag je je naam hierboven als niet getikt beschouwen.

dagelijks verse rauwkost

DE GROENTE MAN^{VAK}

R.BRUINS

v.Oosten de Bruinstr.197 tel.325021 H'lem



SPORTHUIS PIM JANSSEN

ZWEMBROEKEN
BADPAKKEN
WATERPOLOCAPS
BADSLIPPERS
ENZ, ENZ

ged.oudegracht 62 H'lem tel. 023-310135

machinefabriek WILDSCHUT b.v.

FABRIKANT VAN FITNESS EN BODY BUILDING APPARATUUR

o.a.:

- 0 Halters- schijven- dumbells e.d.
- 0 Kooimachines, naar opgave of eigen ontwerp
- 0 Groot assortiment banken
- 0 Trainingstoestellen
- 0 Hoofd dealer BODY-BODY voedingssupplementen

Showroom en verkoop, dagelijks en zaterdags van
9-12 uur. James Wattstraat 16.



Fabrieken: James Wattstraat 7 te IJmuiden
Tel: 02550-16381. Middenhavenstraat 22.

FERO KUNSTSTOF KOZIJNEN

- 0 ONDERHOUDSVRIJ
- 0 VOLKOMEN TOCHTDICHT
- 0 MET EN ZONDER ISOLATIEGLAS
- 0 10 JAAR GARANTIE
- 0 KORTE LEVERTIJDEN
- 0 ZELF MONTAGE MOGELIJKHEDEN
- 0 SUPER ENERGIE BESPAREND
- 0 ZEER CONCURREREND
- 0 AANVRAGEN ISOLATIE SUBSIDIE GRATIS



VD CAMP EN TEMME BV, importeur voor
Nederland van FERO kunststofkozijnen
en FEROTHERM isolatieglas.
Verkoop: R.Peereboomweg 13, Haarlem.
Tel: 023-319569/390206. Telex 71206.

zeefdrukkerij

**Nobelstraat 8
Heerhugowaard**

SILK SCREEN HOLLAND

Wij bedrukken alle materialen ook voor Uw
stickers tot maximaal formaat.
Tel: 02207-15762.

JOS BULTERS

DE GROENTEMAN

MAASSTRAAT 12 HAARLEM

TEL: 373271

JAN KOEN

ANTHONI

betonstaal

bouwstaalmatten

profielstaal

enz.

burg.wentholtstraat 2
postbus 396 2180 aj hillegom
telefoon 02520-18828

LID NVA 

Wist U,

dat wij behalve Uw
VERZEKERINGEN, ook Uw
FINANCIERINGEN en
HYPOTHEKEN
kunnen verzorgen?

**ALGEMEEN ASSURANTIE KANTOOR
SPRENGER & CO**

Wilhelminastraat 15, 2011 VH Haarlem,
tel. 023- 315 491.
Privé: F.H.T. Pruyn, tel. 023- 241509



**HUYG
SPORT**

Gen.Cronjêstraat 129
Haarlem Tel: 276628

Voor al Uw zwem- en badkleding
ook badjassen.

SPEEDO - ARENA - ADIDAS
zwembroeken bikini's slippers



**BELLAART
BOUW B.V.**

Voor bedrijf en particulier

- Utiliteitsbouw
- Nieuwbouw
- Verbouw
- Restauratie
- Onderhoudswerken
- Ramen - Kozijnen
- Isolerende beglazing
- Veiligheidsglas
- Aluminium puien
- Houten puien
- Winkelbetimmeringen
- Open haarden
- Keukens
- Badkamers
- Binnenbetimmeringen
- Kleine werkzaamheden

023 - 31 49 72

Garenkokerskade 1
2013 AJ Haarlem
b.g.g. 023 - 27 55 12

