



Nieuwsbrief Extra Editie (7)

10 juni 2020

...Vanuit het bestuur...

Beste mensen,

Dit is alweer de 7e corona-nieuwsbrief. En iedere week worden de regels bijgesteld. En ook gaat de wereld gewoon door, met allerlei andere gebeurtenissen. Afgelopen periode was de dood van George Floyd verschrikkelijk en is er wereldwijd op gereageerd met afschuw. Regels en rechten gingen ook bij ons botsen, demonstreren met inachtneming van de coronaregels bleek nog niet zo eenvoudig voor iedereen. Gelukkig is alles vreedzaam verlopen...

Wij hebben te maken met versoepeling van regels, zo mag de jeugd tot en met 18 jaar buiten trainen zonder op de afstand te moeten letten. Dat is wel zo gemakkelijk. Ouderen, dus ook veel trainers, moeten zich wel aan de afstand houden. Handen wassen blijft, gebruik van de kantine en de kleedruimte mag nog niet. Volgens planning gaat de kantine open op 1 juli met inachtneming van de coronaregels.

De loopgroepen moeten op de afstand blijven letten, ook bij trainingen buiten de baan.

Verder kunnen jullie lezen over hoe fantastisch het Job Team bezig is en over enkele trainingen. Het bestuur wenst jullie weer veel trainingsplezier!

*Namens het bestuur,
Jan Jansen*

... Gezocht nieuwe trainer voor de groep Sportief Wandelen...

Op 31 december 2020 ga ik stoppen als trainer bij de groep van Sportief Wandelen. Ik heb dit 8 jaar met veel plezier gedaan.

Helaas is er op dit moment geen opvolger en daarom zijn we op zoek naar iemand die het stokje van mij wil overnemen. Er is nu nog voldoende tijd om een nieuwe trainer in te werken en te steunen.

Als je geïnteresseerd bent kun je contact met mij opnemen voor verdere informatie. Hierbij de website van de wandelbond met informatie over de opleiding tot wandeltrainer.

<https://www.wandel.nl/wandeltrainer/opleidingen.htm>

Het zal jammer zijn als er geen vervanger voor mij komt. SW is een zeer enthousiaste groep van 22 wandelaars, waar ik met plezier trainingen aan heb gegeven.

Hanneke van Hoegge

(Voor informatie: 06-23834425)

... Pluim voor Jobteam ...



Afgelopen periode heeft het Jobteam de tijd benut om de hele accommodatie tiptop in orde te brengen.

Het clubgebouw, de training en wedstrijd opslagruimten en het wedstrijdsecretariaat zijn helemaal geschilderd, de bovenramen van het clubgebouw zijn deels vernieuwd en de luifel is voorzien van een rode kleur inclusief het av Hanzesport logo. Van binnen wordt het hele clubgebouw 'corona-bestendig' gemaakt, er zijn looproutes uitgezet, de baan is voorzien van tekens op 2 meter, het terrein is zo veel mogelijk onkruid vrij enzovoort.

Het bestuur heeft het Jobteam bedankt voor hun geweldige inzet. Dankzij hen kunnen we de komende periode vertrouwd sporten!

Dank jullie wel, Jobteam!

Het bestuur

...Vanuit de trainingsgroepen...

...Unlocken met een kniptang...

Ik herken haar al van verre. Christien is de eerste van mijn team die ik weer zie, na die lange periode in mijn uppie rennen. Zij staat bij de Bult van Ketjen, bij punt 5 op het routekaartje dat we van trainer Berto gekregen hebben. "Hoe is het? ... Niemand ziek geworden?... Ben je blijven trainen?". Ik ben blij haar te zien.

En off we go. Zij rent verder op ons 11 km parcours, de kant op waar ik zojuist vandaan kwam. Zelf moet ik eerst nog op zoek naar de oranje kniptang. Die blijkt onder het kanon verstopt te zijn.

Ik zet de eerste knip in mijn kaart. Nog 9 knipjes te gaan!

Berto heeft een tocht uitgezet, die we individueel rennen, maar waarop we elkaar onderweg tegen komen. Met de eerste knip op zak ren ik verder, turend op het routekaartje. Navigatie is niet mijn sterkste kant.

Vierhonderd meter verderop komt Michiel me tegemoet. Ook hij loopt de route in de tegenovergestelde richting als ik. Aan de IJssel bij het standbeeld van Ida Gerhardt wisselen we wat nieuwtjes uit. En we verklappen elkaar de plek van de volgende oranje kniptang. 'Onder het kanon, Michiel.' 'Achter de haringkar, Judith!' Ik ren weer verder, nieuwsgierig wie de volgende bekende zal zijn. Op de markt tref ik Herman en langs de Berkel rent Nicolet. Zij loopt aan de ene kant van de Berkel, ik aan de andere kant. Op ruime afstand van elkaar praten we ontspannen bij. De jonge eendjes in het water kwekken vrolijk met ons mee.

Hoe verder ik ren, hoe meer teamgenoten ik tegenkom. Het huis van Berto is ook een punt op de kaart. Op een tafeltje op zijn oprit staat koel water op ons te wachten. Wat is dit ontzettend leuk! Lekker rennen, alleen en toch samen. Ik heb ze gemist, mijn hardloopmaatjes. En wat een mooie manier om de overgang te maken naar hernieuwd sporten in teamverband. Want inmiddels rennen we weer samen - allemaal dezelfde kant op. Op 1,5 meter afstand - wat niet meevalt en toch ook al een beetje begint te wennen.

Maar vraag je me over een paar jaar wat ik me herinner van de coronatijd, dat zal dat vast en zeker die zaterdagochtend in mei zijn, waarop we ons rennend uit de lockdown bevrijden.

Judith Budde (team Dia)

...Hoe gaat het nu bij ons in de jeugd?..

De allereerste training was toch wel spannend omdat je benieuwd was of de training nu anders zou gaan. Toen ik aan kwam werden we geleid welke kant we op moesten. Het was wel duidelijk aangegeven met linten en pijlen. Toen we er waren werden de maatregelen goed doorgenomen en werd de groep in tweeën gesplitst. 1 groep met kinderen van 13 jaar en van met die van 12. In die groepen ging je dan trainen. De baan was met ductape afgeplakt, zodat we konden zien of we 1,5 meter achter elkaar liepen. Je zag wel dat iedereen er even aan moest wennen, ook de trainers, maar dat we het toch fijn vonden dat we weer konden trainen, elkaar weer konden zien en konden bijpraten.

De tweede training zag je al wel dat iedereen er een beetje gewend was hoe het allemaal liep. Dat was wel makkelijker en fijner. Je probeert toch echt goed op te letten en dat zou in deze tijd ook wel moeten. Toch is het fijn dat je dan weer je vrienden ziet en gewoon weer kan sporten. Ik hoop dat we snel weer aan wedstrijden mogen mee doen en dat we snel weer normaal kunnen trainen.

Verder hoop ik natuurlijk dat iedereen gezond blijft!

Sophie Wiemer (junioren D1)

...Atletiek na Corona...

Na een korte pauze door Covid 19 is atletiek weer begonnen. Het is wel anders dan voor het virus omdat er nu rekening wordt gehouden met de nieuwe maatregelen waaronder de anderhalve meter afstand regel die gehandhaafd wordt op de baan. Een bepaald deel van de atletiekvereniging waaronder de kantine, de kleedkamers en de hoofdingang is afgesloten en daardoor moeten we dus door de fietsenstalling binnenkomen een voor een allemaal op lijnen met anderhalve meter ertussen. Ondanks deze veranderingen zit de sfeer er nog steeds lekker in.

Lieve de Heer en Nancy Gruben (Junioren C1)

...Virtuele Running Center City Hanzeloop voor de jeugd...



De buit is binnen voor de A pupillen

Maandag 8 juni hebben ook alle A pupillen meegedaan aan Virtuele Running Center City Hanzeloop. Samen liepen ze het, voor deze gelegenheid uitgezette parcours van 1 km.

Ruim op tijd stonden alle pupillen aan de start, er heerste een vrolijke stemming bij een enkeling een beetje spanning, andere maakten nog een tactische afspraak. Na het startsignaal vertrok iedereen voor deze bijzondere editie van de Hanzeloop kidsrun.

Aangemoedigd door trainers en andere atleten hebben alle pupillen de finish gehaald een mooie prestatie!

Direct na de finish werden de atleten beloond met de speciaal ontworpen medaille.

Floor de Ridder.



Hoera voor de B,C,D pupillen

...Eindelijk weer een wedstrijdje...

Hallo,

Ik en de andere atleten hebben toch een wedstrijdje gedaan in de coronacrisis. Ik vond het heel leuk om nog een wedstrijdje te doen. Het was de hanzesport city run. Helaas was het op de baan en niet in de stad. We moesten 2 rondjes bij het wedstrijdje doen het was heel gezellig. Ik train in de A1. Ik vond het helemaal geweldig. Iedereen die mee gedaan heeft kreeg een medaille.

groetjes Ilse (A1 pupil)



...Vanuit de redactie...

Alle schrijvers en schrijfsters heel erg bedankt voor jullie bijdragen. We hebben weer een mooi gevulde nieuwsbrief. Voor de volgende nieuwsbrief geldt; heb je nieuws mail het ons nieuwsbrie@hanzesport.nl

Blijf gezond, beweeg en tot de volgende nieuwsbrief,

de redactie



Copyright © 2020 AV Hanzesport Zutphen. All rights reserved.

Want to change how you receive these emails?
You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#).

