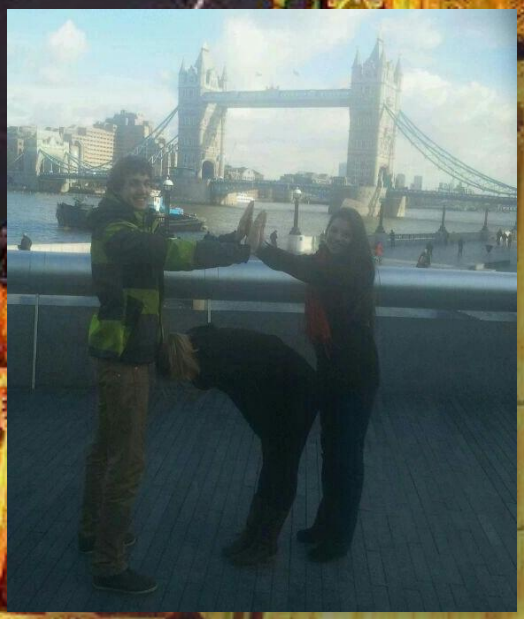
BLIKSEM

Verenigingsorgaan N.S.A.F. ZeuS



Nummer 1-2013

Nederlandse Studenten Atletiek Federatie

ZeuS

Bliksem 1-2013

Deze keer in de Bliksem:

Van de redactie

De voorzitter aan het woord

NSK Cross

Hyde Park Relays

De roddels

De foto's ;)

Aankondiging – NSK Ekiden

Aankondiging – NSK Baan

Aankondiging – NSK Meerkamp

Aankondiging – Champion Chip Cross Estafette

Aankondiging – UROS Teamrace

Het jongste lid van ZeuS wordt 5!

Het laatste woord

Contact SAV's

Contact Zeus-bestuur

Nederlandse Studenten Atletiek Federatie ZeuS
p/a Universitair Sportcentrum
Heyendaalseweg 141
5625 AJ Nijmegen
www.studentenatletiek.nl

Van de redactie

Hallo allemaal,

Daar istie weer! De Bliksem. Deze Bliksem staat, zoals de voorkant al voorspelt, voornamelijk in het teken van de Londenreis. Verder vind je in deze Bliksem onder andere een verslag van het NSK Cross, vooraankondigingen van het NSK Ekiden, NSK Baan, NSK Meerkamp en andere wedstrijden en natuurlijk de roddels.

Graag wil ik jullie er bij deze ook op wijzen dat het altijd mogelijk is om aankondigingen van jullie wedstrijden, andere verhaaltjes, mededelingen en roddels in te sturen!

Veel leesplezier!

Met sportieve groet,

Mariëlle

De voorzitter aan het woord

Beste lezer,

Het bestuursjaar is goed ingeluid met een aantal evenementen. De Hyde Park Relays zijn opnieuw goed verlopen. Met ongeveer 70 deelnemers kunnen we van een succes spreken! Dit alles dankzij onze commissie die bestond uit Christina Draijer, Lida Daniëls, Sander Spook en Bastiaan Bretveld. Verderop in de Bliksem een uitgebreid verslag hierover, inclusief roddels..

Over één week staat het volgende grote evenement op de agenda; het NSK Indoor! Door de intensieve samenwerking met Omnisport en de inspanningen van onze voorgangers kan het dit jaar doorgang vinden, hierover zijn wij uiteraard erg verheugd. Maar zonder jullie steun zijn wij nergens, we zijn nog steeds op zoek naar vrijwilligers om te helpen!

Het bestuur is achter de schermen met een aantal zaken bezig waarvan we hopen jullie spoedig meer over te kunnen vertellen, onder andere de website. Ook de besturendag staat in het verschiet, dus hou je mailbox in de gaten.

Met sportieve groet,
Paul

NSK Cross

Door Arend Mulder

Op een locatie ten zuidwesten van Ede werd op 12 januari van dit jaar het NSK cross georganiseerd. Het decor van het strijdtoneel was indrukwekkend te noemen. Hier en daar waren kolossale beukenbomen te bezichtigen met daarbij vele korreltjes droog zand en dat alles in een glooiend terrein met bepaald geen misselijke heuvels. Dit was daarom een geschikt parcours voor heuvelvreters en zandlopers. Er kwam een heel legioen aan crossminnende studenten van heinde en verre op dit festijn af om zich eens even goed in het snot te lopen. Het programma werd aangevangen met een lange cross. Deze begon direct met een stevige heuvel. Lekker verleidelijk dus om deze puist in een moordend tempo op te rennen.

En zo geschiedde het. Want toen de starter met zijn schietijzer het startschot afvuurde, denderde het hardloperspeleton, waar ik zelf ook deel van uitmaakte, als doldwaze malloten de eerste berg op. Helaas kostte dit klimwerk toch wel wat energie, en hier en daar zakten enkelen als plumppuddingen in elkaar. Gelukkig kon ik zelf nog wel enigszins de vaart erin houden. Dit gold ook voor Jora en Lindsey, die in hevige strijd met elkaar waren verwikkeld om de plekken 1 en 2. Nadat eerstgenoemde eenmaal goed op gang gekomen was zij niet meer stoppen en won de wedstrijd. Zelf liep ik ook wel een aardige wedstrijd.
Vooraf had ik wat lopen klagen over pijnlijke knie, maar door een adrenaline-overschot merkte ik hier tijdens de wedstrijd niet zo veel van en kon ik lekker door blijven rammen. Uiteindelijk eerste geworden. Daarna supertrots na afloop.

Op de korte cross voor de dames passeerde Marlou steady als nummer 1 de finish, op de voet gevolgd door Sigrid die ook schijnbaar fluitend deze cross volbracht. Daarentegen oogde nummer 3 Lotte, vriendin van Mischa en lid van Rotterdam Atletiek, dodelijk vermoeid en zij strompelde richting de meet. Om niet om te sodemieteren klampte zij zich direct na afloop aan Mischa vast, die zich nog zo fris voelde als een hoentje. En dat terwijl hij vlak daarvoor bij de korte cross heren met een degelijk opgebouwde race beslag wist te leggen op de tweede stek. De grote successen van Tartlétos wekte echter ook argwaan op bij de concurrentie. Was dit wel zuivere koffie? Hier en daar werd er tijdens de prijsuitreiking door omstanders gesmoezeld over het D-woord. Het ene jaar één schamele bronzen medaille, terwijl het jaar erop een karrevracht aan eremetaal wordt binnengesleept. Dat was natuurlijk opmerkelijk. Zeker in deze tijden waarin duidelijk is geworden met welke rottigheid (ex-)sporters zich hebben volgespoten om tot grootse prestaties te komen. Boze tongen beweerden dat Mischa vlak voor de start de afdruk van een spuitnaald aan wegwerken was met make-up van Lotte. En Marlou dan. Had die tijdens haar verblijf in het hooggebergte van Noorwegen niet wat bloed afgetapt en dat vervolgens vlak voor haar race met een rotgang weer haar lichaam in gepompt? Dat er tussen de prijswinnende Tartléten ook wielerfanaten zaten, was natuurlijk ook tamelijk verdacht. Al met al waren deze bedenkingen nogal ongegrond en bovendien erg vals. Slechte verliezers waren het. Maar goed, het is tijd om dit verhaal af te sluiten en het lijkt mij zelf wel goed om dat op een waardige manier te doen. Dus leden, magnefiek gedaan allen. Bravo!!!

Korte Cross Vrouwen:
1. Marlou Bijlsma
2. Sigrid Dassen
3. Lotte Spraakman

Lange Cross Vrouwen:
1. Jora Steennis
2. Lindsey Faken
3. Karen Ruijter

Korte Cross Mannen:
1. Mark Hamersma
2. Mischa Petie
3. Sytze van Stempvoort

Lange Cross Mannen:
1. Arend Mulder
2. Mathias Meijer
3. Michael van der Kroon

Hyde Park Relays

Door Sander Spook

De 65e editie van Hyde Park Relays ging van start en wij waren erbij! Van 7 februari tot 10 februari werden de meest reislustige hardloopliefhebbers opgetrommeld voor een reis naar de hoofdstad van Groot-Brittannië om in estafettevorm het op te nemen tegen de Britse hoop en ondertussen nog een deel van de stad te zien.

Vertrek

Donderdag 8:00, de bus vertrekt vanuit Groningen om de heenreis naar Londen te maken. Na de ervaring van vorig jaar was vandaag iedereen geheel onverwacht op tijd om op weg te gaan richting Zwolle. Hier was de eerste tussenstop om de chauffeur van onze reis op te halen, Dinand! Voor de mensen die hem niet kennen, deze was vorig jaar ook aanwezig toen wij naar Londen gingen. Met goede hoop vertrokken we nu naar Utrecht waar het grootste gedeelte van de deelnemers ongeduldig stond te wachten. Door een internationale bouwbeurs was de toevoer een drama en moesten we het eerste half uur vertraging van de reis noteren. Hier werd bijna een extra boete aan toegevoegd, Dinand besloot een stukje over de busbaan te rijden die eigenlijk alleen voor lijnbussen is bestemd. Bij het zien van een politiebusje werd de koers toch maar weer gewijzigd richting de normale rijbaan.

Het vervolg

Na de stop in Utrecht en zonder problemen Eindhoven bereikt te hebben, reden we op volle snelheid richting Calais om de trein te nemen naar Engeland. Helaas door de vertraging en het niet slim inplannen van deze rit door onze vervoersmaatschappij konden wij pas zo'n twee uur later dan verwacht de oversteek maken met de trein. Een voordeel bij een nadeel, er was ruimte voor het avondeten op een normale tijd. Helaas waren de prijzen ietwat exorbitant en niet in verhouding met de kwaliteit. Eenmaal aangekomen in Engeland was het proppen in de slaapzaal. Met veel mensen in een kleine zaal is het zeer knusjes en paste het dan ook maar net. Toegegeven, de omvang van de slaapmatjes varieërden per persoon. Meest opvallend was een luchtbed die bij het opblazen veranderde in een troon. Deze persoon sliep letterlijk een halve meter boven de grond!
De avond werd afgesloten met een eigen programma, doorgebracht in een nabije pub of in de kroeg van Imperial College zelf. Hier was zojuist een Duits feestje aan de gang waarbij het bier niet aan te slepen was. Helaas was het te snel afgelopen, maar aangezien we om half 9 al van de kamer af moesten zijn was dit niet heel erg.

Sightseeing

De vrijdag stond net als vorig jaar in het teken van het eigen programma. Iedereen was vrij om de stad te bezoeken en heeft dit gedaan in kleine groepjes. Uiteraard zijn er weer veel foto´s gemaakt van de Big Ben, de Towerbridge (zelfs Towerbridgend voor de Towerbridge) en Buckingham Palace. Ook werd er cultuur van dichterbij bewonderd binnenin de vele musea die Londen te bieden heeft voor een studentenprijs (gratis). Een extra mooie bijkomstigheid was het goede weer die deze dag aanwezig was. Met een blauwe hemel en een zonnetje was het genieten in de stad, in tegenstelling tot in Nederland waar de sneeuw zachtjes uit de lucht kwam vallen en het toch wel kouder was. Tip voor volgend jaar aan de thuisblijvers, gewoon dus weer meegaan!
Na een dag rond hobbelen stond het eerste feestje van deze reis op de agenda. In de Metric, de club van de universiteit, stond de geniale band The Rascals klaar om de oren te plezieren met Urban beats. Er werden zelfs cd's uitgedeeld tijdens dit feest, zodat iedereen nog eens kon nagenieten of de tafel beschermen tegen natte glazen.

De race
Zaterdag was het de dag waar iedereen voor gekomen was, de race. Na rustig opstaan kon iedereen zich klaar maken voor de race. Om 13:00 werd er gezamenlijk richting de start gelopen, klaar om de strijd aan te gaan met de Engelse universiteitsteams. Op snelheid waren deze helaas net als vorig jaar niet bij te houden, maar het team van Tritanium wist bij de mannen toch enigszins in de buurt te blijven qua ranking, maar ook deze zijn een keer gelapt. Bij de vrouwen was enigszins hetzelfde beeld waarneembaar en was het dus vooral voor jezelf en jouw team een zo goed mogelijk resultaat neerzetten, iets wat bij de meesten zeer goed gelukt is! Een prijs die niet werd verdeeld, maar waarschijnlijk wel hadden gewonnen als dit wel het geval was: de originaliteitsprijs. Het team Teun's Angels deed zijn naam eer aan. 5 schattige Engeltjes begeleiden de godenzoon Teun op zijn ereronde naar de finish, iets wat veel indruk maakte bij de oude mannetjes en onderweg vele extra aanmoedigingen heeft opgeleverd.

Het feest
Eenmaal gefinisht en gedoucht kon men richting de kantine bewegen om een maaltijd te nuttigen. Net als vorig jaar werd de bodem voor het feest gelegd met een grote gepofte aardappel met geraspte kaas en chili of bonen. Niet echt een bodem, maar voor de Engelse drank is dat niet noodzakelijk gezien het lage alcoholpercentage. Eenmaal omgekleed en ready to rock vertrok iedereen richting de Metric voor de jaarlijkse afsluiter van het weekend. Al vrij snel stond iedereen uit Nederland op de dansvloer om de resterende energie op te maken aan de hipste moves of het andere geslacht. Hierover zal Bastiaan binnenkort meer publiceren, deze hield een lijst met punten bij. Op dit moment zijn nog niet alle roddels op een rij, dus mocht je nog wat hebben, laat het ons weten.

Terug naar huis
Na een wilde nacht en weinig slaap was het vroeg opstaan om de bus terug naar Nederland te halen. Om kwart voor 10 stond Dinand voor ons klaar bij de rij voor het Natural History Museum, niet heel handig. Het bleek een voorbode op een lange terugreis. Na een verkeerde afslag is er wederom vertraging opgelopen waardoor we de geplande trein door de kanaaltunnel wederom hebben gemist. Hiervoor hebben we echter wel een tour door Zuid-Engeland gekregen die er zeker mocht wezen. Dat Dinand zijn dag niet helemaal had bleek uit de beslissing om een toiletstop te houden voordat de bus ingecheckt kon worden op de trein. Met 10 minuten een bus laten plassen bleek niet heel haalbaar en een groot gedeelte was wederom te laat. Door een ronde over het parkeerterrein te rijden zat de schrik er aardig in bij sommige mensen, maar gelukkig heeft iedereen de trein gehaald en konden we over.
Aan de andere kant van het kanaal was het Dinand die door de fouten die hij eerder heeft gemaakt een goedmakertje in petto had. Een stop in de omgeving van De Panne in België. Een plaatsje dat voornamelijk bestond uit tabakssupermarkten. Hier konden we drie kwartier lang speciaal bier voor een lage prijs inslaan en vrijwel onbeperkt chocolade eten. Kortom, de tijd vloog voorbij. De reis werd na het nemen van een groepsfoto zonder verdere problemen vervolgd. Om 10 voor half 1 was het avontuur voor iedereen daadwerkelijk voorbij en werd het warme en leuke Londen vervangen voor de kou en wind in Nederland.

Wij als organisatie en ZeuS hebben een geweldig weekend gehad en hopen dat ook jullie dit zo hebben ervaren! We vonden dit weekend legendarisch en zullen het dan ook niet snel vergeten. Volgend jaar gaan wij er alles aan doen om wederom zo'n mooie reis te verzorgen en hopelijk zullen er nog meer mensen meegaan om deze vreugde te delen.

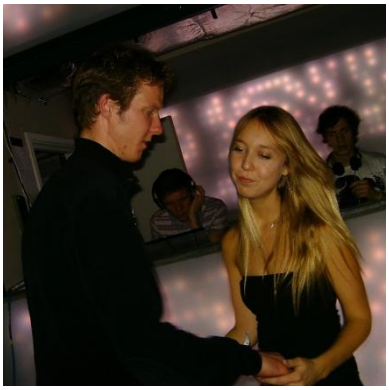
Allemaal hartelijk bedankt voor de gezelligheid en tot snel bij de volgende evenementen!

De roddels

Na een korte stop op een tankstation vervolgen we de weg naar Londen. Nog geen 200m verder wordt er opeens van achter uit de bus geroepen: "Ho stop de bus! We missen er een!" En ja hoor, we missen Maarten Zeegers (Vitalis). Hij stond idd nog rustig op het benzine stations (alweer…).

Ook toen we richting de trein gingen kreeg Neil ondanks het vorige voorval het voor elkaar om te laat bij de bus terug te zijn.

Tijdens het feest in Londen komt Maarten met een iets te grote glimlach een hoekje uitlopen. Verrek het zal toch niet…maar jawel hoor hij wordt gevolgd door een blond ietwat dronken meisje. Commentaar Maarten: "Gaat goed!" En dat het goed ging werd later nog duidelijker. Hij kwam zijn jas in de slaapzaal halen en ging er vandoor met jawel het blonde meisje. Toch kwam hij later in de avond (ahum nacht) weer terug. Commentaar Maarten: Tja, ik wil morgen toch de bus niet missen, dus ik bleef maar niet slapen. Verstandig Maarten;)….maar toch jammer!



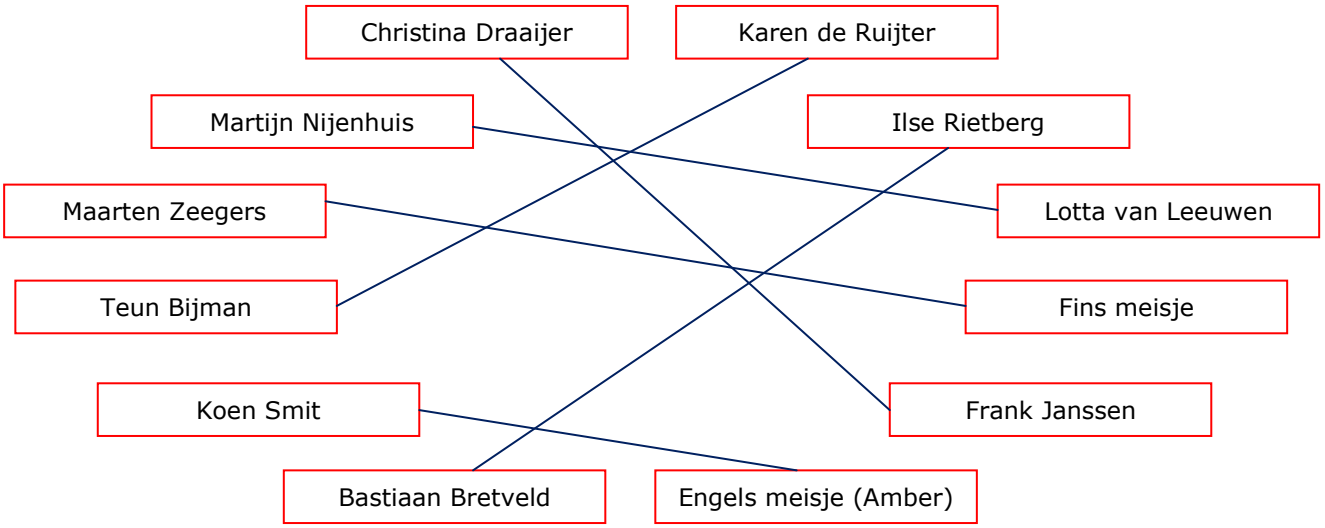
Wist je dat:

- Teun Bijman (Phoenix) zijn achternaam weer eer heeft aan gedaan in London
- Hij wat dat betreft heel erg op zijn zus Nienke (Aquila) lijkt
- Teun het hele weekend alleen maar over de Towerbridge kon praten, en dat dit voornamelijk kwam door Frits Towerbrits, toch wel de caranvalskraker van 2012
- Teun uiteindelijk wel succes heeft gehad door Jennifer Ooms te 'towerbridgen'
- Jennifer pas na afloop in de gaten had wat dit eigenlijk betekende
- Teun precies daarom Jennifer als gelukkige had verkozen
- Dit niet de enige keer was dat Jennifer de gelukkige was voor Teuns acties
- Zij ook door hem broccoli gevoerd werd, maar dat ze dit niet echt kon waarderen en net zo groen werd als de broccoli zelf
- Maaike (voorzitter Aquila) zegt dat zij en Mieke echt alles altijd samen doen

- Nadat 6 mannen een weg naar het bubbelbad gevonden hadden Konden ze geen enkele vrouw vinden die er ook bij kwam
- Dat dit niet de enige koude douche was in het weekend
- De douche bij de vrouwen snel overstroomde en er dus niet meer gedoucht kon worden
- De douche in het sportcentrum bij de mannen ook echt koud was
- Dat er werd gesproken over dat koude …… London. Dat het buiten koud was, de douche was en dat het enige wat koud moet zijn, bier, lauw was
- Hella (Tartlétos) sinds kort tante is geworden van een heuse ZeuS baby
- Dat dit tijdens het weekend London nog een aantal keer langsgekomen is
- Karen als enige van Kronos aanwezig was tijdens het weekend in London
- Dat verschillende mannen zich uitermate vakkundig ontfermde over Karen
- Dat Teun (ja dezelfde) dit beter voor elkaar had dan Neil
- Zij samen gesignaleerd zijn bij de toiletten toen verder iedereen ging slapen
- Dat de dienstdoende bewaker na drie keer langslopen mede deelde dat hij het komende half uur niet meer langs zou komen
- En dat dus niemand precies weet wat daar gebeurd is
- Maar dat Teun ook zeker niet de enige is die van integreren zijn grootste hobby maakt
- Maar dat ook Lotta (Tartlétos) en Martijn (Vitalis) hier zeer succesvol in zijn geweest!
- Niet alleen tijdens het feest hier speeksel werd uitgewisseld, maar dat ze er ook in de bus samen erg lief uitzagen
- Dat Martijn later echter wel opmerkte dat de verbinding Groningen-Wageningen toch niet echt de meest gunstige was
- Hierin was Christina (Vitalis) dan weer een succesvoller
- Een Tritaan, ja zo'n triatleet uit Groningen, nog wel een plekje over had op zijn luchtbed
- Dat deze Frank al eerder samen met Christina gesignaleerd was
- Dat de fanclub van Paul hierdoor dus op zoek is naar een nieuwe voorzitster
- Het ook heel gezellig was dat er een team van de organisatie van de Batavierenrace mee was
- Koen (Bata) een Amber alert heeft doen laten uitgaan
- Maar dat deze Engelse Amber dit niet begreep en dus gewoon doorzoende
- Aquila deze reis verder eigenlijk heel braaf was
- Eigenlijk veel te braaf voor Aquilabegrippen!

- De Aquila dames een nieuw pad lijken in geslagen te zijn na hun onthoudingsgedrag van mannelijk aandacht in Londen
- Geen katers geen gekots, geen gezoen, Misschien heeft dit iets te maken met het feit dat Lida getemd is?
- Of omdat het nieuwe vrouwen bestuur vooral praatjes maar geen mannelijk doorslaggevendheid bezit
- Dit misschien ook wel te maken heeft met het feit dat Bastiaan nu een tijdje lid is van Vitalis
- Hij dan ook met een Groningse jonge dame wakker werd op alle ochtenden
- Dit eigenlijk in de heenweg op de bus al wel zichtbaar was
- Ilse in Londen een groot aantal mannen er compleet uitdronk
- Wat duidelijk maakt dat er in het afgelopen noorden meer bier gedronken word weggedronken dan in het studentikoze Amsterdam en Eindhoven
- Neil bijna het nummer heeft geregeld van de studente die hem een McFlurry verkocht
- Ook Tomas (Asterix) wel wat liefdevolle blikken naar zich toegeslingerd kreeg
- Dit zijn ex-vriendin dit betrof en hij er dus niet veel van wilde hebben
- Maar eigenlijk niemand dit gelooft
- Er ook een date in de lucht hangt tussen een Phoenixlid en een ZeuS bestuurder
- Wij daarom dus heel erg uitkijken naar NSK Indoor, om te kijken of de vonk dan wel overslaat
- Wist je dat er een nieuwe website aankomt :)? En dat op- en aanmerkingen altijd welkom zijn, als de vernieuwde site in de lucht is?

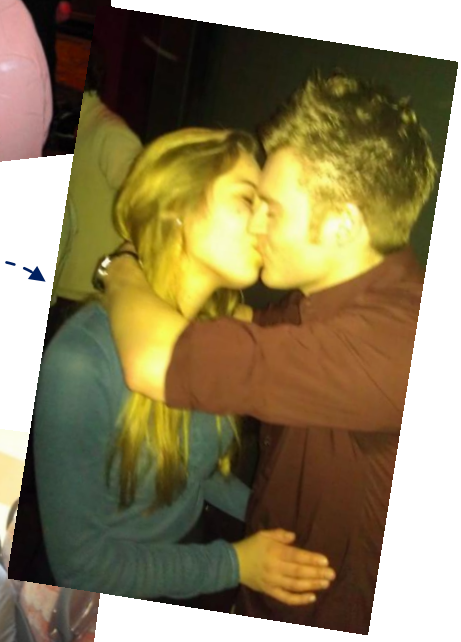
(Inter)verenigingen relaties:



De foto's ;)

Macho Teun en Karen

Maaike en haar carnavalstravestiet



Tortelduifjes Lotta en Martijn

Bestuursliefde....

Maarten en zijn Finse meisje

Leidse liefde tussen Marja en Sander

Nederlandse Studenten Atletiek Federatie ZeuS
p/a Universitair Sportcentrum
Heyendaalseweg 141
5625 AJ Nijmegen
www.studentenatletiek.nl

Aankondiging – NSK Ekiden

Dit jaar zal het NSK Ekiden worden georganiseerd door Vitalis! Onder leiding van Lysanne Aarden staan wij te trappelen om er een geweldig NSK van te maken. Lysanne heeft al de nodige ervaring opgedaan in het Vitalis bestuur, het organiseren van het ZeuS trainingsweekend en de vele Vitalis commissies. Een NSK ontbrak echter nog op haar lijstje en aangezien zij niets liever doet dan zover en zoveel mogelijk lopen is dit NSK dan ook zeker aan haar besteed. Onder haar hoede staan Laura Liemburg, An Bennema en Yvon Mulderij. Laura heeft de geldzaken bij Vitalis helemaal op orde en zij zal er dan ook voor zorgen dat wij elke euro goed besteden. An doet niets liever dan hardlopen, je zult haar dan ook altijd zien lachen op alle hardloop foto's. Ook Yvon heeft afgelopen jaren de nodige ervaring opgedaan in commissies en het bestuur van Vitalis. Naast haar FeestCie ervaring, kunnen we haar gezelligheid goed gebruiken om er een geslaagd NSK van te maken. Samen zullen wij komende maanden er alles aan gaan doen om een echte studentenwedstrijd te creëren binnen de Ekiden in Zwolle.

Lysanne, Yvon, Laura, An

Dus zorg dat je **7 april 2013** vrij houdt! Het NSK Ekiden zal om 12.30 uur van start gaan op de atletiekbaan Wim Peters te Zwolle. Het belooft een geweldige wedstrijd te worden met muziek, springkussen voor de 'kids' en natuurlijk een spannende strijd om de titel. De winnende tijd van afgelopen jaar was 2.26.39 uur, dit moeten wij toch kunnen verbreken met een studententeam? Maar ook voor de recreatieve studententeams is dit een leuke wedstrijd om aan deel te nemen omdat er op elk niveau wordt meegedaan! Direct na afloop kunnen we met z'n allen genieten van een heerlijke maaltijd. De kosten hiervoor worden z.s.m. bekend gemaakt. De inschrijving voor de wedstrijd zal begin januari open gaan. We hopen jullie allemaal te zien op 7 april en tot die tijd kun je ons altijd bereiken via ekiden@vitalis.org of onze website bezoeken: www.nskekiden.nl .

NSK Ekiden 2012

Onze altijd lachende An

Aankondiging – NSK Baan

Een stel enthousiaste atleten is de uitdaging aangegaan om het NSK Baan 2013 in Groningen te organiseren. Dit enthousiasme leeft niet alleen bij GSAV Vitalis, maar ook bij burgervereniging Groningen Atletiek heeft de NSK-koorts toegeslagen. Samen is dit topteam de perfecte combinatie om het NSK Baan tot een geweldig evenement te maken. Deze datum staat vanaf nu dus voor iedereen vast! Op 9 en 10 mei vindt het NSK Baan 2013 plaats in het hoge noorden.

Aan het logo en de website worden de laatste loodjes gelegd en de mail wordt scherp in de gaten gehouden. De hele commissie is alert en we gaan er twee geweldige dagen van te maken. Dus geef je op, als vrijwilliger of deelnemer, het maakt niet uit! Zolang je er maar bij bent om deze dagen tot een fantastisch evenement te maken. Want zeg nou zelf, er gaat toch niks boven Groningen!!?

Met sportieve groet,

NSK Baan commissie 2013

Bastiaan Bretveld, Camilla Schussel, Roel de Wolf, Ilse Rietberg, Menno Munster, Leonie van Vliet, Vera Kooiman en Annet Hesselink

Mail: NSKbaan@vitalis.org

Website: NSKbaan.nl

Aankondiging – NSK Meerkamp

Ook dit jaar organiseert Asterix haar eigen baanwedstrijd in combinatie met het NSK meerkamp! De wedstrijd zal dit jaar plaatsvinden op vrijdag 24 mei vanaf 19.00. Binnenkort gaat de inschrijving open op www.asterixbaanwedstrijd.nl, na inschrijven is mogelijk tot een half uur voor aanvang van het onderdeel. Natuurlijk zal er dit jaar weer een goed feest plaatsvinden in de kantine van Asterix. Dit mag je natuurlijk niet missen!

Het NSK-meerkamp bestaat uit de volgende onderdelen (onder voorbehoud):
- 100m
- Speerwerpen
- Verspringen
- 800m (v)/ 1500m (m)

Hou www.asterixbaanwedstrijd.nl in de gaten voor andere informatie!

Aankondiging – Champion Chip Cross Estafette

Op zaterdag 16 maart organiseert NSAV 't Haasje de spectaculaire Champion Chip Cross Estafette. Tijdens deze wedstrijd loop je met een team van 4 of 5 personen in estafettevorm 15 rondes van 1 km. Voorwaarde is dat het team uit minimaal 2 dames bestaat die samen minimaal 5 rondes moeten lopen. Verder mag je de verdeling van de 15 rondes helemaal zelf bepalen. Alle tijden worden geregistreerd met behulp van een chip die de deelnemer aan zijn schoen vastmaakt. Naast snelheid en conditie, kan tactisch inzicht dus ook tot de overwinning leiden!

Na afloop van de wedstrijd is er in de kantine van Nijmegen Atletiek de mogelijkheid om te douchen en te borrelen. Om 18.00u zal er voor de deelnemers een heerlijke pastamaaltijd geserveerd worden. De kosten hiervoor zijn €6,00 p.p.

Wedstrijdinformatie:

- Start wedstrijd: 16-03-2012 om 15.00u.
- Inschrijving: www.haasjeatletiek.nl --> CCCE
- Sluiting voor-inschrijving: 14-03-2013 om 24.00u
- Sluiting na-inschrijving: mogelijk tot 1 uur voor aanvang van de wedstrijd (14.00u)

- Kosten deelname: €10,00 per team
- Kosten pastamaaltijd na afloop: €6,00 per persoon

Extra redenen om mee te doen met deze wedstrijd:
- Elk deelnemend team ontvangt voor aanvang van de wedstrijd een goodiebag vol met leuke spullen van onze sponsors.
- Er zijn ook individuele prijzen te behalen voor de deelnemers met snelste rondetijden. Bovendien zal er een ludieke prijs worden uitgereikt aan het team met de origineelste outfit.

Aankondiging – UROS Teamrace

Vorig jaar heeft UROS voor de tweede keer de **UROS Teamrace** georganiseerd. Een wedstrijd voor teams van 4 tot 7 personen, over een 5km lang, heuvelachtig parcours door het mooie Limburgse land. De tijd van de vierde loper telt als eindtijd. Het gaat er dus niet om, om allemaal zo hard mogelijk te lopen, maar om elkaar er als team doorheen te slepen. Vorig jaar hebben teams uit Eindhoven en Enschede dapper gestreden voor de overwinning, maar was het uiteindelijk toch een team van UROS (met een beetje hulp uit A'dam) dat er met de overwinning vandoor ging!

Gaat er dit jaar een andere stad met de beker naar huis? Op **vrijdag 5 april** zal de **UROS Teamrace 2013** plaatsvinden en via deze weg willen wij jullie uitnodigen om mee te strijden voor de overwinning.

Het eerste team zal om 19.00 starten en het laatste uiterlijk om 20.00. Na afloop is er een diner en een afterparty. Voor mensen van buiten Maastricht kunnen er in overleg slaapplekken geregeld worden.

Inschrijven kan per team of individueel, de kosten bedragen 3 euro per persoon als je je inschrijft voor 29 maart. Na-inschrijving op de dag zelf zal 5 euro per persoon kosten.

Wacht dus niet te lang en schrijf je in op www.uros.nl/teamrace! Op de site zijn ook de foto's en uitslagen van voorgaande jaren te vinden.

Het jongste lid van ZeuS wordt 5! *Door Marja Konstantinovski*

Currimus uit Leiden viert dit jaar haar eerste lustrum. Begonnen als een klein groepje fanatieke hardlopers is Currimus nu uitgegroeid tot een actieve vereniging van ruim 50 leden die twee keer per week trainen en meedoen aan diverse hardloopwedstrijden en gezelligheidsactiviteiten. Zo zijn we te vinden op verschillende NSK's, de Hart van Brabantloop, Hyde Park Relay en uiteraard de Bata!

Om te zorgen dat deze mijlpaal voor de vereniging niet onopgemerkt voorbij gaat, is een zeer ambitieus lustrumprogramma in elkaar gezet met als hoofdactiviteit deelname aan de Roparun, een estafetteloop van Parijs naar Rotterdam, oftewel een Bata voor grote mensen. Het evenement duurt drie dagen. Vrijdag reizen we af naar Parijs, de aansluitende nacht begint de loop en zondagmiddag finishen we op de Coolsingel in Rotterdam. Tijdens het weekend zullen de lopers het uiterste vragen van hun lichaam, zij leggen bijna 2 marathons af in twee dagen.
Dat is allemaal niet voor niets, bij de loop hoort een goed doel. De RopaRun Stichting ondersteunt acties ten bate van palliatieve zorg voor kankerpatienten. Zo doneren zij aan hopices, pruiken en bungalows voor een laatste familieuitje. Het motto is "Leven toevoegen aan de dagen, waar geen dagen kunnen worden toegevoegd aan het leven"

Zoals bekend hebben we ook de Geuzenloop, onze eigen wedstrijd, die dit jaar voor de vierde keer georganiseerd wordt. 16 maart hopen we jullie allemaal terug te zien op het USC. Er zullen dan hapjes en drankjes verkocht worden voor het goede doel en uiteraard is er weer een gezellig diner en feest na afloop. Dit jaar maken we het extra groots voor het Lustrum.

Kom vooral ook naar onze andere lustrumactiviteiten:
1 maart een **Benefietdiner** in Leiden met daarna het **Sportverenigingenfeest**.
Het diner is 7 euro en het feest 3, mail vantevoren zodat we een kaartje kunnen reserveren.
13 april live muziek avond in onze vaste stamkroeg de Vikingsbar op het Noordeinde.
Hier hoef je geen kaartje voor te kopen, maar betaal je pay as you wish voor het goede doel.

www.currimus.nl
luhvcurrimus@gmail.com
Doneren?
Rekeningnummer 48.23.244
tnv LUHV Currimus

Het laatste woord *Door Laurens van Kouwenhove*

Gisteren stuurde Mariëlle mij een berichtje met het volgende:

"In de laatste Bliksem ben jij aangewezen om in de volgende Bliksem 'het laatste woord' te schrijven. Ik weet niet of je dit zelf ook al gelezen had? Maar bij deze nu dus de vraag of je het laatste woord wilt schrijven? Nu daarbij nog een iets mindere leuke mededeling: de deadline is al verstreken, maar gelukkig wil ik speciaal voor jou wel een uitzondering maken ;-) Lukt het jou evt. om het laatste woord dit weekend af te hebben? Laat het mij weten als je het niet wilt/lukt."

Laatste woord? Ik aangewezen? Wie, wat, waar, wanneer? Zonder idee waar ze het over had ben ik eens in de laatste Bliksem gaan neuzen (ik had de vorige keer niet verder gekeken dan de roddels) totdat een of ander brak msn-gesprek ergens op de laatste pagina mij de duidelijkheid verschafte. Weinig zinnigs kwam er uit het gesprekje tussen Djurre en Bastiaan, de sporen van de beerchase waren nog duidelijk aanwezig, maar op de een of andere manier had Djurre nog genoeg in zich om een naam te noemen die hem op flinke achterstand heeft gezet op de 1500m tijdens het NSK Teams. Ik dus. Gelukkig heb ik genoeg credits bij Mariëlle dat ze de deadline voor mij wilde verlengen.

1500m met Djurre

Ik ben dus Laurens, 22 jaar, 5e-jaars student Bewegingswetenschappen en Vitalist, Groninger en woon in het Vitalishuis op een toplocatie in de stad. Naast bestuurswerk en commissiewerk heb ik in 2011 het NSK Baan georganiseerd en probeer ik sinds mijn 18e bij zoveel mogelijk studentenwedstrijden aanwezig te zijn. Vijf jaar meedraaien vind ik al lange periode, maar doordat er nog zoveel studentatleten rondlopen die ver voor mijn tijd al meeliepen en nu als ouwe rotten nog steeds niet weg te slaan zijn, heb ik niet echt idee dat ik hier al zolang rondloop. Ik probeer in ieder geval wel zoveel mogelijk nieuwe wedstrijdjes uit, om het hardlopen leuk te houden. Zo deed ik het afgelopen jaar (moeizaam) mee aan de beerchase, de trappenloop en zelfs wat extreme non-stop estafettewedstrijden (Beneluxrun).

Aangezien het bij baanatletiekwedstrijden vaak nog wel ontbreekt aan vermaak voor toeschouwer en publiek, ben ik een groot voorstander van muziek bij wedstrijden. En dan niet lekker mainstream-plaatjes draaien, maar juist ook alternatief of lekkere beukmuziek. Het zijn vooral de ouwe lui voor wie dit niet perse hoeft, maar die hebben nog niet door dat het tijd is voor vernieuwing. Het was Rob Mulders die op de tune "Highway to Hell" naar eigen zeggen een heerlijke 3000m steeple liep en ook ik heb op het ritme van AC/DC's "Whole lotta Rosie" een dik pr op de 1500m gelopen. Wedstrijden zijn een feestje om te zien en te doen. Waarom zou dat niet gestimuleerd moeten worden? Als ik bij het NK Indoor zie hoe slecht ze de accommodatie benutten om van het weekend een mooie atletiekshow te maken, besef ik dat de studentatletiek al een duidelijk streepje voor heeft.

Ik moest afgelopen week nog uitleggen aan college-atleet en zijn ouders wat nou de studentenatletiek inhoudt. "Dat is toch alleen maar drinken, drinken, feesten?" en helaas hoor ik bij wedstrijden nog steeds te vaak de termen "oh, heb je die studenten ook weer". Vooral het toontje erbij... Tuurlijk, wij feesten en drinken, dat ontken ik ook niet, maar om daaruit negatieve conclusies te trekken. Zwak. En als zulke denkbeelden de (getalenteerde) jeugd ervan weerhoudt om lid te worden van een SAV vind ik dat alleen maar triest.

Een jaar of drie geleden had Maarten Bouwman het idee om te gaan studeren in het hoge noorden, maar hoe goed hij zijn best ook deed (of niet)… echt aarden lukt het niet en na enkele maanden is hij met gierende banden terug naar het zuiden vertrokken. Was het de botsing tussen het nuchtere Groningse met de Amsterdamse praatjes? Het is nog steeds niet bekend. Toen Bastiaan het plan kreeg om zijn masterjaar hier te doen kwamen al vrij snel de mini-weddenschapjes op gang over de lengte van zijn verblijf. Weer een Amsterdammer hier. Hoe zou dat gaan? Mede door het flinke lobbyen in aanloop naar het Noorden lukte het Bastiaan veel beter om hier te *aarden* en volgens mij heeft hij zijn draai hier wel gevonden. Af en toe moet die Amsterdamse praat van hem wel even flink gecorrigeerd worden.

Met de organisatie van de komende twee NSK's in het verschiet laat Vitalis zich ieder geval weer van z'n beste kant zien na mager 2012 (met een grote baanrenovatie), en wordt het voor jullie weer tijd om eerst naar Zwolle en later naar Groningen te reizen. Ik zie jullie dan! Het volgende laatste woord is voor Lyban Mahamed.

Contact SAV's

ASAV Aquila
Science Park 306
1098 XH Amsterdam
info@asavaquila.nl
www.asavaquila.nl

ESAV Asterix
O.L. Vrouwestraat 1
5612 AW Eindhoven
info@asterixatletiek.nl
www.asterixatletiek.nl

NSAV 't Haasje
Heyendaalseweg 141
6525 AJ Nijmegen
info@haasjeatletiek.nl
http://haasje.ruhosting.nl

AV De Koplopers
Mekelweg 8
2628 CD Delft
studenten.koplopers@tudelft.nl
www.delvers.tudelft.nl

DAV Kronos
Postbus 217
7500 AE Enschede
bestuur@kronos.nl
http://kronos.studenten.utwente.nl

TSAV Parcival
Academielaan 5
5037 ET Tilburg
voorzitter@parcivalatletiek.nl
www.parcivalatletiek.nl

AV Phoenix
studentencie@avphoenix.nl
www.avphoenix.nl

EUR Roadrunners
SB-postbus 16
Burgemeester Oudlaan 50
3062 PA Rotterdam
voorzitter@eur-roadrunners.nl
www.eur-roadrunners.nl

WAV Tartlétos
Bornsesteeg 2
6708 PE Wageningen
tartletos@wur.nl
www.tartletos.wur.nl

MSAV UROS
Postbus 616
6200 MD Maastricht
besturos@yahoo.co.uk
www.uros.nl

GSAV Vitalis
Blauwborgje 16
9747 AC Groningen
secretaris@vitalis.org
www.vitalis.org

LUHV Currimus Leiden
Einsteinweg 6
2333 CC Leiden
luhvcurrimus@gmail.com
www.currimus.nl

Contact Zeus-bestuur

Postadres
p/a Universitair Sportcentrum
Heyendaalseweg 141
5625 AJ Nijmegen
bestuur1@studentenatletiek.nl
www.studentenatletiek.nl

Bestuursleden

Voorzitter
Paul Knoops
voorzitter@studentenatletiek.nl

Secretaris
Mariëlle de Rijk
secretaris@studentenatletiek.nl

Penningmeester
Sander Spook
penningmeester@studentenatletiek.nl

Commissaris NSK's & evenementen
Bastiaan Bretveld
nsk@studentenatletiek.nl

Commissaris PR & sponsoring
Dennis Coehoorn
pr@studentenatletiek.nl