N.S.A.F. ZEUS PRESENTS

BLIKSEM

ISSUE 2 | AUGUSTUS 2022 | JAARGANG 22

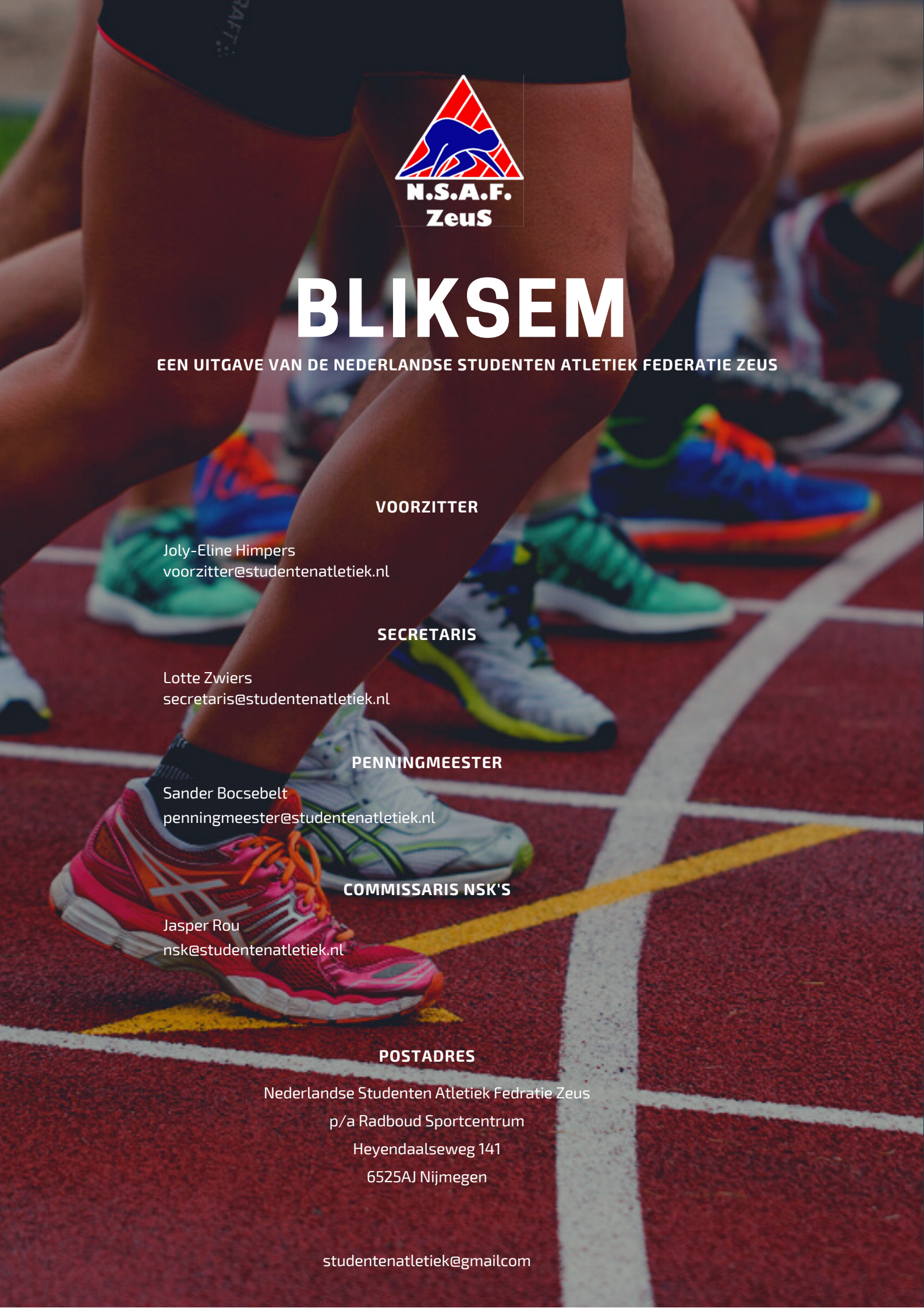
INTEGRATIESCHAAL
We zijn goed op weg
p. 12

ATLESJIEK GALA
Voorherhaling vatbaar?
p. 5

TUSSENSTAND
ZEUSBOKAAL
p. 11

DE LAADSTE LOODJES

VAN EEN JAAR WAAR GELUKKIG VEEL DOOR KON GAAN



BLIKSEM

EEN UITGAVE VAN DE NEDERLANDSE STUDENTEN ATLETIEK FEDERATIE ZEUS

VOORZITTER

Joly-Eline Himpers
voorzitter@studentenatletiek.nl

SECRETARIS

Lotte Zwiers
secretaris@studentenatletiek.nl

PENNINGMEESTER

Sander Bocsebelt
penningmeester@studentenatletiek.nl

COMMISSARIS NSK'S

Jasper Rou
nsk@studentenatletiek.nl

POSTADRES

Nederlandse Studenten Atletiek Fedratie Zeus
p/a Radboud Sportcentrum
Heyendaalseweg 141
6525AJ Nijmegen

studentenatletiek@gmailcom

ATLETIEKVERENIGING
Phoenix
UTRECHT

ATLETIEKVERENIGING
Phoenix
UTRECHT
STUDEREN
IN GROENINGEN?
KOM TRAINEN BIJ
Vitalis

VAN DE REDACTIE

Lieve Lezer,

Na lang wachten is het eindelijk weer tijd voor de bliksem. Het heeft wat langer geduurd dan gepland, maar hopelijk was het al het wachten waard. Sinds de vorige bliksem is er veel gebeurd en in deze versie vind je een terugblik op de vele activiteiten die er in tussentijd plaatsvonden zoals het allereerste, en hopelijk niet laatste, studentenatletiekgala.

Naast alle terugblikken zijn we erg blij dat jullie enthousiast waren om zelf diverse bijdragen in te sturen. Het verbinden van studenten atletiekverenigingen is een van de doelen van ZeuS en de bliksem en hopelijk helpen deze (soms bijzondere) bijdragen om andere studenten atletiekverenigingen te leren kennen.

Uiteraard zijn al jullie favoriete rubrieken ook weer aanwezig in deze versie. Check snel hoe jouw vereniging ervoor staat in de ZeuS-bokaal of integratieschaal en hoe hard je je best nog moet doen dit jaar. Check ook de agenda voor het volgende NSK of Besturenweekend, want ik hoop jullie daar allemaal te zien.

Veel leesplezier!

Liefs,

Het 27e bestuur der N.S.A.F. Zeus

03
NSK INDOOR
Een kijkje achter de schermen

04
CONSTITUTIEBORREL
We mochten eindelijk weer

05
ATLESJIEK
Een groot succes

07
TRONOS TRAININGSWEEKEND
Een ander soort integratie

08
GEDICHT
Helemaal vanuit Nijmegen

09
NSK CROSS
Alvast een voorproefje

11
ZEUSBOKAAL
Een tussenstand

12
INTEGRATIESCHAAL
Wat is er nu weer uitgespookt?

13
AGENDA
Wat komt er aan komende tijd

14
QUOTES
Van afgelopen evenementen

NSK INDOOR

Door de Commissie NSK Indoor 2022

Na bijna een heel jaar aan voorbereiding was het dan eindelijk zover: NSK Indoor 2022! Op 12 maart kwamen studerende atletiekers uit heel Nederland samen om te sporten, kijken, feesten en vooral: genieten. Wij willen jullie allemaal heel erg bedanken voor jullie deelname en inzet. Als bedankje: een exclusieve blik op de wedstrijd vanuit de ogen van de organisatie.

Vrijdag: opbouw

Vrijdagochtend 11 maart vertrokken we richting Apeldoorn om alles in orde te maken voor de wedstrijd. Onder toeziend oog van zowel de nationale atletiekploeg als de Nederlandse baanwielrenners hebben wij het wedstrijdterrein klaargemaakt, de looproutes uitgezet, en meerdere keren de verspringbak opnieuw gladgetrokken omdat de kinderen van de ET'er het als zandbak gebruikten. Toen we eindelijk klaar waren in Omnisport konden we rustig gaan eten, om vervolgens in het hotel alle startnummeretiketjes uit te printen en op te plakken. Op naar een korte nacht slaap!

Zaterdag: wedstrijddag

Zaterdag kwam dan eindelijk de wedstrijd. Althans, wij als commissie hebben weinig van de wedstrijd meegekregen. Wij waren vooral bezig met het zoeken van nieuwe, snellere routes door Omnisport, worstelen met atletiek.nu, ruzieën met Omnisport, en naar elkaar schreeuwen over de portofoons. Al met al was het een intensieve, maar heel geslaagde dag. Gelukkig konden we het afsluiten met heerlijk eten en een buitengewoon geslaagd feest op de squashbaan.

NSK Indoor 2022 in cijfers:
664 verzonden e-mails
558 inschrijvingen
340 deelnemers*
253 toeschouwers
65 vrijwilligers
51 onvrijwillige Dodeka-schoonmaakhulpjes
9 boze masters
1 boze topsportbondschoach

* exclusief estafette

CONSTITUTIEBORREL

Michiel Ruland

16 april was het zover. De Jaarlijkse besturendag. Daarbij hoort natuurlijk traditioneel de ALV, de crazy 66/88 en gezellig eten. Dit jaar kwam er nog iets extra's bij. Namelijk de eerste echte CoBo van ZeuS. Zoals altijd begonnen we met de ALV. Dit keer niet in een of ander universiteitsgebouw waar 99% van de besturen nog nooit geweest is en geen idee heeft waar ze dit precies konden vinden. Nee deze keer in een gymzaal, zo een waar de meeste waarschijnlijk tijdens hun middelbareschooltijd voor de laatste keer zijn geweest. Een prima locatie al was het zitten op de gymzaalbankjes wel terror. Dat maakt het noodtempo waarin de ALV verliep alleen maar beter. Het huidige bestuur jaste de alv in zo'n twee uur er doorheen. Een record tijd als we kijken naar de afgelopen jaren. Gezien het weer een prima keuzen. Des te eerder kon men gaan genieten van het prachtige weer.

Nu was het tijd voor de Crazy 66/88 (ik zou me God niet meer weten wat het was). Wat ik wel weet is dat veel mensen ontzettend veel van Michiel hielden en iedereen ook erg goed op de hoogte was van de naam van de moeder van Twan. Je zou je bijna afvragen hoe iedereen toch die naam wist. Al met al werden er veel punten gescoord en dat betekende dat Jasper keihard de score aan het bijhouden was. Terwijl de rest van zijn bestuur zich aan het installeren was bij Joly om na de Cobo te kunnen gaan slapen.

De eindroute van deze Crazy 66/88 was de Florin een of ander megastudenten eetcafé in Utrecht. De kans voor iedereen om een goede bodem te leggen. Dat lukte niet iedereen sommige Groningense bestuursleden kwamen al behoorlijk ladder zat aan in het meest bijzondere Café waar ooit een Cobo heeft plaatst gevonden ooit. Café Weerdzicht. Een maal aangekomen mocht er klaarblijkelijk niet gebrast worden. Waarschijnlijk was het personeel van het Café bang dat de vaste gasten die om 21u al kets zat aan de bar zaten mee gingen doen. Je raad het al de vaste stamgasten waren lam en pauperig een perfecte match met een Cobo. De Pedel Michiel kwam ook niet bepaald boven de muziek uit en al helemaal niet boven het geschreeuw van de andere besturen die klaar stonden voor het recipiëren. Dat was niet de enige blamage ook het door een van de houten vloerplanken heen slaan met de pedelstaf. Dit al zorgde natuurlijk niet dat er niet verder geëscaleerd werd. Ook na deze dag stroomde aardig was integratiepuntjes binnen.

Al met al een prachtige zonnige dag met een turbo ALV en een hoop gezelligheid en drank.

ATLESJIEK GALA

Door Maureen van Solinge

In december 2021 vond de eerste vergadering van de GalaSie plaats. Nou ja, van de halve commissie dan, want oorspronkelijk bestond de GalaSie uit 7 Currimus leden die de taak hadden om een Currimus gala te organiseren. We kwamen op het idee om ook Dodeka uit te nodigen voor ons gala en niet veel later was onze commissie verdubbeld, want zowel Dodeka als ZeuS had zich aangesloten, om er een groot SAV-gala van te maken.

Toen de vergaderingen eenmaal fysiek konden plaatsvinden in Leiden of Delft, stonden de commissievergaderingen al snel bekend als hele gezellige avonden waarop we natuurlijk ook de borrels in Leiden en Delft meepakten en heel soms een training.

Het gala kwam al vrij snel dichtbij. We bestelden de nodige spullen voor de versiering en goodiebags en lieten alles bezorgen bij de kelder van Joly, waar we haast ons eigen postkantoor van hadden gemaakt. Op de dag van het gala kwamen we erachter hoeveel we hadden laten bezorgen in ons ‘postkantoor’ en bleek het nog een hele klus om alles per fiets naar de locatie te vervoeren.

Het was best praktisch om in Utrecht centrum te zitten, want zo konden we makkelijk nog even 8 pakjes paracetamol halen bij de Kruidvat. Er werd nog vriendelijk gevraagd of we nog medisch advies nodig hadden. Voordat het gala kon beginnen ging de GalaSie dineren in een oude kerk en zo liep er op een drukke zaterdag avond een chique geklede GalaSie langs de volle terrassen van Utrecht centrum.

Als commissie hebben we onwijs genoten van het Gala. Met de Frozen Walkie Talkies om ons nek stonden we verspreid over de ruimte, die van zichzelf niet zo chique was, maar door een middagje versieren was omgetoverd. Een aantal leerden biertjes tappen, een aantal kwamen erachter dat dat niet aan hen besteed was. Vrienden die we bijna altijd in sportkleding zagen, verschenen nu in de mooiste outfits. De tijd vloog en opeens was het 4.00, de portier was de tijd helaas niet uit het oog verloren. Gelukkig hadden we nog de gala-evaluatie escalatie waar we naar uit konden kijken.
s.

TRONOS TRAININGSWEEKEND

Het weekend voor het NSK Meerkamp werden er in Apeldoorn de laatste voorbereidingen getroffen door onze atleten uit Wageningen en Enschede. Op vrijdagavond was het gros van de atleten hoog en droog geïnstalleerd in hun tent en klaar voor de krachttraining die hen te wachten stond. Na, voor de meesten de eerste kennismaking met gewichten en cleans, was het tijd voor het echte werk: de pubquiz. Menigeen atleet kwam erachter dat ze toch niet zoveel wisten als dat ze dachten te weten, zelfs over hun eigen verenigingen.

Na voor de een wat een langere nachtrust dan de ander stond er een stevig ontbijt te wachten in alle smaken, kleuren en geuren. De beste recepten voor kwark en de beste broodbelegcombinaties werden uitgewisseld, getest en bekritiseert. Hierna begon het echte trainingsweekend. Als opening begon het gros van de Kronauten met polsstokhoogspringen. Als voorbereiding op het NSK Meerkamp moesten de mannen zich namelijk ook aan polsstok wagen. Verder werd er die ochtend gesprint, kogelgestoten en MiLa-gelopen bij verschillende trainers. Na een stevige lunch maakte de Tronauten zich op voor deel 2 van de dag. Na hordelopen, discus werpen en sprinten/lopen was het tijd voor rust en een ijsje in het zonnetje. In de keuken was er ondertussen kleine onrust vanwege overkokende saus en aangebrande spaghetti, maar dit zorgde er zeker niet voor een slechte sfeer 😊(Dagmar vE: 'Ik weet niet of het lekker is, maar het is in iedergeval hilarisch!')

Na het eten was het tijd voor een avondactiviteit van lasergamen en flessenvoetbal, maar eerst kon het bestuur van Tartlétos nog hun vlag terug verdienen! Die lag al een ruim halfjaar in Enschede en na koprollen als egels, krachtvoer eten en 100 meter rennen als een cheeta kon de vlag eindelijk weer terug mee naar Wageningen. Het lasergamen erna voelde levensecht, toen er helaas ook echt iemand sneuvelde. De rest van de avond werd gevuld met slapen, tequilla drinken, spelletjes spelen en grieks lopen (Tim: 'Gaan we langs de tenten rennen, dan zwaaien we met onze leuters').

De volgende ochtend gingen Cheetos en Kegel samen met wat Troneten op duurloopdate. 2.5, 5 en 12 kilometer werd gelopen onder enig protest (Erik: 'Ik ben toch een baanatleet!'). Gelukkig kwam (bijna) iedereen veilig weer terug op de baan, helemaal klaar voor de laatste training van het weekend (Fabienne: 'Ik heb echt geen zin meer om te trainen, ik ga mezelf gewoon blesseren'). Daarna moesten de tenten afgebroken worden, de vlaggen naar beneden gehaald worden en konden onze uitgeputte Troleten (net voor de regen) met de bus (Kronos) of met de auto (Tartlétos) weer richting huis.

DICHTEN MET 'T HAASJE Door Daniëlle Smit

Vanuit Nijmegen, die mooie oude Romeinse stad
Komen wij met getalenteerde atletiekers, dat is zo duidelijk als wat
Herken je ons niet aan ons enthousiasme voor de moeder der sporten,
Dan misschien aan de snelheid op alle afstanden, zowel de lange als de korte
Zijn zelfs onze leden niet genoeg, je weet wel, die hele vlotte
Moet het wel liggen aan onze prachtige mascotte
Een wortel van abnormale proporties
Die jullie soms wel graag willen hebben, jullie doen blijkbaar aan adopties
Ze hoeft niet altijd alleen maar in jullie bezit te komen blijkbaar
Pien Peen is blijkbaar ook goed genoeg om relaties mee aan te gaan, maar…
Het deed haar ongelooflijk veel pijn toen andere mascottes verder gingen met hun leven
Zij wilden haar blijkbaar toch geen onvoorwaardelijke liefde geven
Dus bij deze een oproep aan alle mascottes, groot of klein
Kom een keertje buurten, dat vinden wij en Pien Peen alleen maar fijn
Misschien zorgt dit niet voor integratiepunten, maar andere activiteiten naast buurten wel
Dit zal ons en jullie ook helpen in dit herhalende en eindeloze duel
Dit buurten zou misschien dan toch eens moeten worden gepland
Door foutjes in onze agenda zijn wij namelijk nog wel eens absent
Dit zullen wij natuurlijk nooit meer doen en onze oprechte excuses hiervoor
Gelukkig gaan alle NSK's nu weer allemaal door
Onze aanwezigheid is bij bijna alles ongeveer gegarandeerd
Hopelijk wordt dat door jullie ook gewaardeerd
Bij deze komt er nu wel een einde aan dit gedicht
Want ik voelde toch de druk om iets te schrijven en daarvoor ben ik gezwicht
Hopelijk hebben jullie van deze creatie genoten of is de literaire inspiratie opgeroepen
Laten we met z'n allen genieten van atletiek beoefenen of toch hoelahoepen
Excuses voor deze flauwe opmerking, maar met rijmen moet je soms ook maar wat doen
Fijne dag, mooie trainingen toegewenst en van 't Haasje een dikke zoen!

VOORBEREIDING NSK CROSS 2023

Door E.S.A.V. Asterix

Het lijkt misschien ver weg, maar Asterix is al begonnen met de voorbereidingen voor het NSK Cross in 2023. Van het regelen van de NSK-status bij SSN tot het aantrekken van sponsors, en van het regelen van de slaapplekken tot brainstormen over het ludieke onderdeel: er is nog veel te doen! Gelukkig helpen de lessen die geleerd kunnen worden uit de organisatie van de eerste editie van de Paarse Boscross.

Terug naar het begin

Asterix organiseert in oktober altijd haar eigen clubkampioenschappen cross. Dit is dan meestal relatief kleinschalig, met een stuk of 60 deelnemers. Toen wat enthousiastelingen voorstelden om een grootschaligere cross te organiseren, ook voor niet-leden, werd de cross ook al snel de baby van genoemde enthousiastelingen genoemd! De Paarse Boscross stond op het punt om geboren te worden!

Problemen

Er moest van alles gebeuren: de samenwerking met het lokale cross-circuit moest soepel verlopen, er moest een parcours uitgedacht worden, er moesten vrijwilligers gestrikt worden, sponsors aangetrokken, coronaprotocollen bedacht worden, en nog veel meer. Tot overmaat van ramp besloot 't Haasje om het NSK Cross te verplaatsten naar precies de datum waarop de Paarse Boscross al maanden gepland stond...

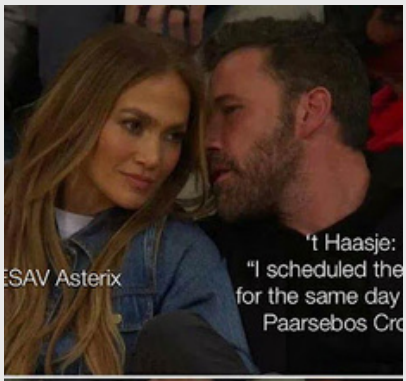
De wedstrijd zelf

In aanloop naar de wedstrijd kreeg zowat de hele commissie corona: carnaval in het zuiden heeft blijkbaar ook nadelen! Van de commissie bleven uiteindelijk slechts drie leden over. Een daarvan dacht ook Corona te hebben, maar die had gewoon te veel gezopen en was verkouden geworden.

Op de dag zelf werd er nog tegen wat kinderziektes aangelopen: zo moest er een klein stuk van het parcours verlegd worden om een heuvel heen, en bleek het tijdschema op sommige momenten wat druk, terwijl het op andere momenten juist erg rustig was. Gelukkig waren er meer dan genoeg deelnemers om er een mooie dag van te maken: er waren maar liefst 324 deelnemers op de eerste editie afgekomen, met veel complimenten over voornamelijk het parcours als gevolg!

Het resultaat

Een uitdaging was het zeker, maar het resultaat mocht er wezen: de allereerste editie van de Paarse Boscross was een daverend succes! En natuurlijk, de ervaring van het organiseren van een cross van dit formaat nemen we mee naar het NSK van komende februari! Omcirkel dan ook zaterdag 25 februari alvast in jullie agenda's met een hele dikke paarse stift! En nu kijken we vooral naar jullie @Haasje, zodat je niet per ongelijk een wedstrijd organiseert op dezelfde datum ;).



Quotes van de commissie
"Ik heb corona" – letterlijk de halve commissie
"Lang leve vals negatieve PCR testen" – een heel blij commissielid
"Fuck it, we gaan op vakantie" – een kwart van de commissie
"Jongens, wat is stopwatch.nl?" – de persoon die over de tijdwaarneming zou gaan
"Nee, dat is me te koud" - beoogd wedstrijdleider toen we vroegen of ze wedstrijdleider wilde zijn

DE ZEUS BOKAAL

TUSSENSTAND 2022

De ZeuS bokaal
De onderlinge competitie van de SAV's

Vereniging	Cross	Indoor	Ekiden	Meerkamp	Trappenloop	Baan	Teams	Weg	Totaal
Aquila	10	4	5	9	0	5			**33**
Asterix	0	9	12	10	8	10			**49**
Currimus	6	0	4	0	0	3			**13**
Dodeka	11	12	11	11	12	12			**69**
Kronos	12	10	9	12	11	8			**62**
Parcival	0	0	0	0	0	0			**0**
Phoenix	8	12	11	7	10	11			**59**
Roadrunners	0	0	0	0	0	0			**0**
't Haasje	7	5	8	8	0	6			**34**
Tartletos	9	8	0	6	0	7			**30**
Uros	0	7	7	0	0	4			**18**
Vitalis	5	6	6	5	10	9			**41**

INTEGRATIESCHAAL

Michiel Ruland

Lieve PegaZeuS,

7 mei was het zover. Het eerste studentenatletiek gala was een feit. Het was voor vele de kans om ook andere mensen te leren kennen. Allemaal dankzij de datingservice en gezien de scoren die toch wel ontploft is durf ik te zeggen dat het een groot succes was. Waren Cupido's hebben zich beziggehouden met het matchen. Of de alcohol die rijkelijk vloeide speelde hierbij een belangrijke rol. Dat kan natuurlijk ook. Wat wel gezegd moet worden is dat ik overspoeld werd met berichtjes om de integratiepunten te claimen. Wat wel handig is voor de volgende keer als mensen weten bij wie ze hun tong naar binnen duwen. Die meid met de blonde krullen is redelijk vaag. Daar lopen er ook wel wat meer van rond.
Wat mij ook opviel lieve PegazeuS is dat het er een soort invasie was van mensen uit Delft. Het zal je dan ook niet verbazen dat Dodeka haar puntenaantal tijdens het gala zo goed als verdubbeld heeft. Al was er ook iemand die dacht de mensen uit Delft zijn zo leuk. Ik ga om 4u 's nachts nog even snel met de trein met ze mee voor een nachtelijk avontuurtje. Terwijl er gewoon een slaapplek beschikbaar was waar hij/zij geen trein voor hoefde te nemen.
De grote vraag is natuurlijk waren de gala dates eenmalig of blijven ze elkaar zien en komen er misschien wel rela's uit deze Cupido actie. Dat beantwoord dan gelijk de vraag waren onze Cupido's echt zo goed of hielp de drank ze een handje.

DODEKA 36
PHOENIX 24
VITALIS 22
ASTERIX 16
AQUILA 16
KRONOS 16

TARTLETOS 8
'T HAASJE 8
CURRIMUS 4
UROS 4
PARCIVAL 1

-XOXO-

Michiel

AGENDA

NSK TEAMS	17 september	Delft	D.S.A.V. Dodeka
BIERMIJL	14 oktober	Delft	D.S.A.V. Dodeka
BESTURENWEEKEND	28-30 oktober	't harde	N.S.A.F. ZeuS
NSK WEG	12 november	Delft	D.S.A.V. Dodeka
NSK CROSS	25 februari	Eindhoven	E.S.A.V. Asterix

QUOTES

Ik vind Arnold schattiger dan Felix

Nouri (Phoenix)

Een kalashnikov brassen is wel grappig

Ivo STapel

Ja en ik heb mijn satisfyer ook niet mee

- Dunya van Zanten

Ik heb echt geen zin meer om te trainen, ik ga mezelf gewoon blesseren

- Fabienne Buijs

Dit is wat huidige ons wil, maak je geen zorgen over toekomstige ons

- Thelma

Ben je blij om me te zien of is dat Cheetos in je broekzak?

- Chrisja

Moet ik alweer een trap op

- Jasper na trappenloop

QUOTES

Ik weet niet wat ik liever ben een hond of een kussen ben

Dunya van Zanten

You don't need an ambulance for that bro, you need jesus

- Daniel Pheiffer

Als ik mijn tong erin steek bind ik meer

- Dunya can Zanten

-We hebben driekwart los gekregen Sanne
- Ik denk zelfs wel 3/4e Thelma

Ik zie jou wel meer als een horrokabouter

Thelma tegen Jefry

-A worm! Delete it!
- I was not expecting a worm and then a worm just presented itself to me Thomas R

We wilden paintballen alleen dan goedkoper, dus lasergamen

Dunya van Zanten

BLIKSEM

JAARGANG 22
ISSUE 2

N.S.A.F. ZEUS