

BLIKSEM

Verenigingsorgaan N.S.A.F. Zeus



Jaargang 13, nr. 2, mei 2013



Deze keer in de Bliksem:

Van de redactie

De voorzitter aan het woord

NSK Indoor

Dennis vertelt...

De roddels

Uit de oude doos

Aankondiging – NSK Baan

Aankondiging – NSK Meerkamp

Aankondiging – Tartlétos Loopgala

Aankondiging – Veluweloop 2013 'back to the roots'

Lustrum A.S.A.V. Aquila

Het laatste woord

Agenda

Contact SAV's

Contact Zeus-bestuur



Van de redactie

Hallo allemaal,

Hier voor jullie ligt weer een nieuwe editie van de Bliksem. De 34ste Bliksem om precies te zijn. Zoals jullie weten zijn we als bestuur bezig om het archief stapje voor stapje op orde te brengen en te digitaliseren. Zo kwamen we onder andere ook weer alle oude Bliksems tegen. Leuk om hiervan wat te publiceren dacht ik. Oude plaatjes, roddels of iets dergelijks. Dit was echter makkelijker gezegd dan gedaan. Vroeger had je namelijk geen digitale camera en werd er nog gewerkt met Word 6 en Windows 3.11! En tussen 2004 en 2010 zijn er geen Bliksems geweest. Geen oude roddels en plaatjes dus. Daarom heb ik de boel maar eens geordend en voor jullie wat feitjes over de Bliksem opgeschreven.

Verder vind je in deze editie een verslag van het NSK Indoor van Alwin Groen, vooraankondigingen van aankomende wedstrijden, een stukje over onze PR man Dennis, een kijkje in het lustrum van Aquila en natuurlijk de roddels!

Veel leesplezier!

Met sportieve groet,

Mariëlle

PS: De deadline voor de volgende Bliksem is 21 juni 2013. Verslagen, aankondigingen, roddels en andere stukjes kunnen opgestuurd worden naar: secretaris@studentenatletiek.nl.



De voorzitter aan het woord

Beste lezer,

Bij het schrijven van dit woord gaan mijn gedachten meermaal terug naar de 41e Batavierenrace die afgelopen weekend plaats heeft gevonden. Vanuit Eindhoven vertrokken wij vrijdag met goede hoop richting Nijmegen en Ulft. Geruchten vooraf (die bij mij terecht zijn gekomen) rekenden Wageningen, Eindhoven, Amsterdam en Groningen tot favorieten. Het was echter Nijmegen die met de overwinning aan de haal ging. Een sterk team met tal van klasse atleten bracht hen een ruime overwinning. Opnieuw een tweede plaats voor 'mijn' team en Wageningen completeerde het podium met een derde plaats.

De organisatiecommissie heeft wederom een prachtig evenement neergezet. Bij de Hyde Park Relays waren zij te gast en daar hebben we over vanalles gesproken. Het is mooi om te zien hoe zo een evenement dan realiteit wordt.

Vergeleken met de Batavierenrace is het NSK Indoor een klein evenement. Het was echter een ongekende uitdaging om binnen een aantal maanden een dergelijk evenement op te zetten. Er zijn een aantal verbeterpunten die we zeker meenemen in een volgende editie, maar voor nu kijken we goed terug op dit evenement! Naast de Indoor is ook het NSK Ekiden achter de rug. De organisatie was in handen van Vitalis in samenwerking met AV PEC 1910. Een prachtig evenement om naar te kijken en de zon was volop aanwezig. Tijdens de Ekiden zijn de besturen kort samengekomen om te denken over visie en visieontwikkeling door de workshop 'Besturen met visie'. Deze was geïnspireerd op een workshop die Bastiaan en ik samen met Sander Groen int Woud tijdens het atletiekcongres bijgewoond hebben. Hopelijk hebben de deelnemers er iets aan gehad en biedt het een aanzet tot het schrijven of vernieuwen van een meerjarenplan

Na afloop van het NSK Ekiden heeft de halfjaarlijkse ALV plaatsgevonden in de kantine van AV PEC 1910. Daarbij is teruggekeken op de activiteiten en evenementen die al gepasseerd zijn. Ook heeft het bestuur kort de voortgang van het jaarplan toegelicht en verteld waar de accenten in het komende halfjaar zullen liggen.

Waar in het eerste halfjaar een aantal evenementen centraal stond (Hyde Park, NSK Indoor), zal het komende half jaar de ruimte bieden om de administratie verder op orde te brengen, de nieuwe site te lanceren, gesprekken met SSN en de Atletiekunie te voeren en nog veel meer.

De besturen hebben te kennen gegeven positief tegenover het (financieel) plan te staan om komend jaar opnieuw een NSK indoor te organiseren! Hier zijn wij als bestuur erg blij mee en zullen ons inspannen om tijdig een geschikte commissie samen te stellen. Tenslotte zijn er een aantal NSK's vergeven; Trappenloop 2013 ('t Haasje, Nijmegen), Cross 2014 (Vitalis, Groningen), Baan 2014 (Aquila, Amsterdam). De Ekiden 2014 zal bij de volgende ALV vergeven worden.

De komende periode zal voor menig atleet in het teken staan van vele wedstrijden. De eerste competitiewedstrijden zijn al afgewerkt, zomerse temperaturen steken de kop op en de NSK Baan en Meerkamp staan voor de deur. Ik kijk erg uit naar deze NSK's; als voorzitter zal ik op de Meerkamp strijden voor wat ik waard ben en op de Baan gaan wij voor het derde jaar op rij goud pakken op de 4x100m!



Nederlandse Studenten Atletiek Federatie Zeus

Bliksem 2-2013

Tot slot wil ik nog even kort herhalen; WE ZIJN OP ZOEK NAAR EEN NIEUW BESTUUR! Een jaar lang kun je jouw stempel drukken op de studentenatletiek! Een niet te missen kans voor de fanatieke studentatleet en zeer goed te combineren met je studie. Ik kan het je ten zeerste aanraden, maar ik ben misschien ook niet geheel onpartijdig.

Veel leesplezier!

Met sportieve groet,
Paul





NSK Indoor *Door Alwin Groen*

Op zaterdag 2 maart werd in Apeldoorn gestreden om de nationale studententitels. Ruim 400 studentatleten zorgden voor spektakel. Van de splijtende demarrage van Menno Schouten (800m) tot de hoogtesprong van Cyril Verberne (polshoog); er viel voor het publiek veel te genieten. In het opvallend brede deelnemersveld – van indoordebutant tot Nederlands kampioen – werden diverse sterke prestaties geleverd. Zo bewees het evenement haar waarde, door naast studentenatletiek in de breedte ook prestaties van nationaal niveau mogelijk te maken.

Sprongnummers

Meest opvallend was de sprong van Cyriel Verberne over 5.30m. De polsstokspringer, in 2011 afgestudeerd in de werktuigbouwkunde, verwees Rutger Koppelaar (5.00m) naar de tweede plaats. "Ook al zijn Rutger en ik geen studenten meer, dit blijven mooie wedstrijden voor ons. Ik had dit seizoen nog niet optimaal gesprongen en daarom heb ik besloten na het NK nog wat wedstrijden te doen. Vandaag was ik niet 100%, maar daarmee is 5.30m alsnog een mooie prestatie," aldus Verberne, die volgende week in Zweibrücke deelneemt aan een internationale polshoogmeeting. Achter Verberne en Koppelaar ging de studententitel naar Milan Meeuse (4.70m).

Djanne van Kooten noteerde bij het verspringen voor de dames een mooie afstand. Nadat ze vorige week haar pr met 9cm had verbeterd (en daarmee als vierde eindigde op het NK Junioren), sprong ze ook dit weekend verder. Tijdens het studentenkampioenschap kwam er nog eens 10cm bij: 5.65m. "De eerste drie sprongen liepen niet zo lekker en ik kon maar net door naar de finale. Maar daarna ging het super en had ik drie verre sprongen," vertelde de studente journalistiek. Bij de heren sprong Bram Ruissen (6.75m) naar de overwinning.

Spannend was het hoogspringen voor mannen. Het deelnemersveld op dit onderdeel was met name sterk in de breedte; op een hoogte van 1.90m waren nog 10 deelnemers in de race. Daarna scheidden 'de mannen zich van de jongens', waarbij 1.95m de cruciale hoogte vormde. In het vervolg trok Robert Bervoets aan het langste eind. Met zowel een geslaagde derde poging op 1.98m als 2.01m. sleepte hij nipt de overwinning uit het vuur. "Door goed de aanwijzingen van mijn trainer op te volgen en gefocust te blijven, lukte het om in de derde poging te slagen," vertelde Bervoets tevreden. Bij de dames stak Lieke Muller boven de rest uit (1.75m).

Loopnummers

Op de 800m zorgde Menno Schouten voor vuurwerk. De atleet van Lycurgus, nummer één op de deelnemerslijst, besloot om de 'turbo' tot de laatste ronde achter de hand te houden. "Tijdens het NK senioren deed ik in het begin te gek, waardoor ik in de slotfase tekort kwam." Toen eindigde Schouten op de zevende plek. Ditmaal was het wél raak. Op 150m van de finish verblijdde de HBO-student het publiek met een splijtende demarrage. Robin Ruyter was kansloos. Schouten behaalde daarmee zijn eerste studententitel. "Na een afgeronde MBO-opleiding ben ik dit jaar aan de HBO begonnen, waardoor ook ik aan deze leuke seizoensafsluiter kon deelnemen."

Ook op de 3000m werden mooie prestaties geleverd. Joeri Wolf besloot solo te gaan en kreeg niemand met zich mee. Dat weerhield de Cifla-atleet er niet van om flink door te trekken. In een nieuw persoonlijk record van 8.40.51 greep hij de studententitel. Erwin Adan en Jeroen Reintjes bleven ook nog onder de 8.50 min.

Sprintnummers

Op de sprintnummers toonde Eefje Boons haar klasse. De talentvolle juniore van AV Daventria won de 60m horden (8.89s) en finishte als tweede (achter Mariska Bun, 7.86s) op de 60m. "De horden ging lekker, met 8.89 heb ik een mooie tijd neer kunnen zetten. En op de 60m had ik een mooie strijd met Mariska. Een leuke afsluiter van mijn seizoen, deze eerste studententitel!" Kaj Emmanuel was het rapst bij de mannen (60m; 7.11).

Een uurtje later kwamen zowel Boons als Emmanuel in actie op de 4x200m estafette, het meest spectaculaire onderdeel van de dag. De teams werden gevuld door zowel de snelste atleten als gelegenheidslopers, waarmee het raceverloop zo nu en dan verrassend uitpakte. Na een hoop duw en trekwerk gingen Aquila (Amsterdam; heren) en Reserve 2 (Gelegenheidsteam; dames) er uiteindelijk met de 'teamprijzen' vandoor.

60m-hordenloper Erik Leeflang, die tijdens het NSK Indoor als speaker fungeerde, had genoten van het evenement. "Als atleet weet ik hoe het wereldje in elkaar zit. Het is erg leuk om die kennis over te dragen en de prestaties aan elkaar te praten." Rond de klok van zessen op de zaterdagavond sloot hij het officiële wedstrijdgedeelte af. Het NSK-programma was daarmee nog niet ten einde. Na een diner gecombineerd met prijsuitreiking, werd het laatste spektakel geleverd op het traditionele NSK-feest.

Alle informatie, uitslagen en foto's zijn te vinden op de website: www.nskindoor.nl





Dennis vertelt...

"Huh? Wat? Dennis vertelt...? Wie is Dennis?" Dat zal waarschijnlijk de eerste gedachte zijn die bij een aantal van jullie naar voren komt. En dat is toevallig hetgeen waar het hier om gaat.

Ik neem jullie even mee terug naar de bestuursvergadering van 8 maart jl. te Eindhoven. We zijn bij het puntje Bliksem aanbeland, en we komen tot de conclusie dat we nog niet overlopen van de kopij. Een aantal vooraankondigingen, een paar wedstrijdverslagen, roddels en nog wat andere leuke dingen. That's it so far. Gelukkig zit er nog geen alcohol in het bloed (?) en komt Bastiaan met een voorstel wat mij nog vers in het geheugen staat... 'Dennis, waarom schrijf je niet een stukje over waarom je er nooit bent?'. En zo wordt dit stiekem toch een excuusbrief in plaats van een leuke, interessante en boeiende column die iedereen met plezier zal lezen.

Dennis Coehoorn, de onzichtbare bestuurder. Voor degenen die het niet weten, ik vervul dit jaar de rol van PR & Sponsorcommissaris bij Zeus. Dat geeft dat ik met de sponsorcommissie op zoek ben naar sponsoren (met tot dusverre 1,5 keer succes) en momenteel een nieuwe website aan het opzetten ben. Maar ja, bijna nooit aanwezig dus. Een kleine opsomming tot dusverre. Besturenweekend: check. Trappenloop: check. Cross: geen check. Hyde Park Relays: geen check. Indoor: geen check. Ekiden: geen check. Baan: check. Ik wordt er bijna treurig van als ik het terug lees... Om dan maar even verder te gaan zal ik gelijk noemen waarom ik zo vaak afwezig ben. Tijdens Cross volgde ik een trainerscursus, tijdens HPR was de NK meerkamp, tijdens Indoor was ik skiën en tijdens Ekiden zat ik in Helsinki voor een 14-kamp. Gelukkig allemaal geldige excuses (toch?)

Om er toch nog een klein beetje de draai aan te geven van een column zal ik afsluiten met mijn visie op de Europese indoortitel polsstokspringen van Renaud Lavillenie. Na in 2009 en 2011 de titel te hebben veroverd met hoogtes van resp. 5.81m en 6.03m ging hij dit keer weer voor goud. Hij was de gedoodverfde favoriet gezien het feit dat zijn PR op 6.03m staat en hij al enkele keren het WR van Sergej Bubka heeft geprobeerd te verbeteren. Hij flikte het weer en ging in zijn 3^e poging over 6.07m! Of toch niet...? Na enige seconden van vreugde komt dan toch de teleurstelling van de rode vlag. Afgekeurd. Gezien de grote hoogte van de lat brengt een camera ons duidelijkheid. De lat is opgesprongen en weer teruggevallen op de staander. Helaas voor Lavillenie niet op de kleine uitstekende stokjes, maar op de staanders waar die stokjes aan vast zitten. En daar hoort de lat niet, zo staat het in de boekjes. Echter, onze eigen Rens Blom had ooit een soortgelijk geval. Het zal menigeen nog vers in het geheugen staan dat hij in 2005 voor het eerst in de historie WK goud pakte op een atletiekonderdeel voor Nederland. Het ging bij hem ook bijna mis. De lat sprong op en kwam weer terug op de staanders. Gelukkig toen wel op de goede plek. Maar ja, regels zijn regels, en het staat vast in zeker in het juryboekje wat wel en niet mag. Maar wat zal onze fransman er van balen...

Tot bij het NSK baan! (denk ik :p)

Dennis

De roddels

Wist je dat...

- De Tartlétos dames de integratie met andere verenigingen in stijgende lijn voortzetten?
- En dat andere verenigingen daar best een voorbeeld aan mogen nemen.
- Nu ook Eline (Tartlétos dus) een relatie heeft met Arjen (Kronos)?
- Dit zijn oorsprong kent tijdens het besturenweekend?
- Aquileten het toch liever binnen hun eigen vereniging houden?
- Enkele Aquileten namelijk flink aan hun weerstand hebben gewerkt tijdens het lustrum trainingsweekend?
- Tijdens het NSK Indoor veel gespeculeerd werd over wie dan wel het Phoenixlid en de Zeus bestuurder in kwestie waren uit de vorige Bliksem?
- Dit over Bastiaan en Vivian ging?
- Maar dat Bastiaan nog steeds, jawel je leest het goed, nog steeds een relatie heeft met Ilse.
- Daarom Paul de nacht maar heeft doorgebracht in het Phoenix kamp?
- Mirthe zich tijdens het NSK Indoor goed heeft vermaakt met het mannelijk schoon?
- Mirthe (Phoenix) niet wil dat ze in de Bliksem komt te staan?
- Ze dit helemaal zelf in de hand heeft?
- Ook Lida (Aquila) en Kaj (Aquila) zich prima hebben vermaakt tijdens het NSK Indoor:

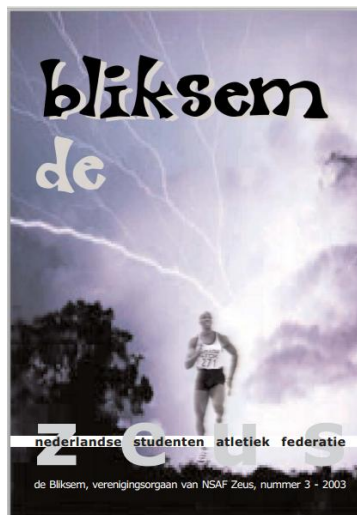
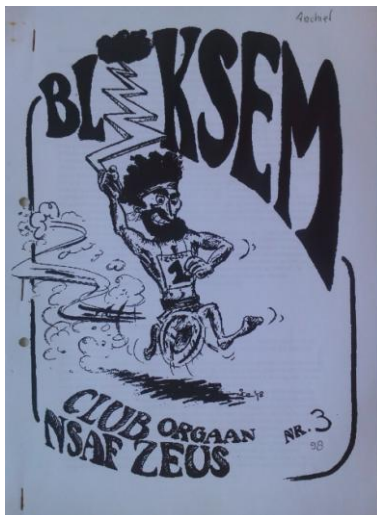


- Hester ('t Haasje) en Sander ('t Haasje) een relatie hebben?
- Dit eigenlijk stiekem best al lang speelt?

Uit de oude doos

Wist je dat...

- Er sinds het ontstaan van Zeus 34 Bliksems zijn uitgekomen?
- De eerste Bliksem is uitgebracht in juli 1996?
- Het gemiddeld aantal bladzijden op 20 ligt?
- De dikste Bliksem 37 pagina's telde en de dunste maar 8?
- Er tussen 2004 en 2010 geen Bliksems zijn uitgekomen?
- Dit daarom nog maar de 13de jaargang is?
- Maar dit nu dus wel synchroon loopt met het jaar 2013?
- Sinds 2011 pas de roddels zijn geïntroduceerd?
- Vroeger de kopij per post werd opgestuurd?
- Gemiddeld maar tussen de 2 en 3 Bliksems per jaar werden uitgebracht?
- In de statuten is vastgelegd dat dit er minstens 3 moeten zijn?
- Wij dat dit jaar met gemak gaan halen?
- De eerste Bliksems nog geen voorkant hadden?





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.

Over een week is het zover! Op 9 en 10 mei vindt het NSK Baan 2013 plaats in het hoge noorden. De hele commissie is er klaar voor om 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!?!?

De inschrijvingen zijn nog geopend tot **5 mei 23:00u!**

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

De inschrijvingen zijn geopend!

Waarvoor? Het NSK Meerkamp en de Asterix baanwedstrijd!

Deze wedstrijd die plaats zal vinden op vrijdag 24 mei in het altijd gezellige Eindhoven. Vanaf 19:00 zal op de atletiekbaan de jaarlijkse strijd om de NSK titels op de meerkamp losbarsten.

Ook voor de atleten die geen behoefte hebben aan een meerkamp zijn er verschillende (technische) onderdelen te doen.

Na afloop van de wedstrijd zal er traditiegetrouw worden gefeest in de Asterix kantine!

Voor meer informatie, chronoloog en inschrijven kijk op www.asterixbaanwedstrijd.nl



Aankondiging - Tartlétos Loopgala

Op woensdagavond **5 juni** (ja het is een doordeweekse dag!) organiseert WAV Tartlétos voor de zestiende editie van het Tartlétos Loopgala. Het wordt weer een spetterende atletiekavond op onze blauwe baan waar iedereen welkom is én er ruimte is voor topatletiek. ET, hazen, opzweepende muziek, geweldige Wageningse sfeer: alles is aanwezig voor snelle tijden en een mooie wedstrijd!

De looponderdelen van deze editie zijn de 400m, 800m, 5000m en 10.000m. De technische onderdelen zullen bestaan uit discuswerpen, kogelstoten, speerwerpen en hoogspringen.

De wedstrijd zal om 19:00h beginnen en deelname is alleen mogelijk via voorinschrijven. De kosten per onderdeel zullen 5 euro bedragen. De inschrijvingen zijn geopend en gaan via de website van het Tartlétos Loopgala: www.tartletosloopgala.nl.

Bijzonder om te vermelden is dat de 5000m en 10.000m zullen net als vorig jaar van hoog niveau zijn. Bij de 10km van vorig jaar hadden drie deelnemers zich gekwalificeerd voor de Olympische Spelen van 2012! Dit jaar krijgen zowel de 5km als de 10km nationale status als officiële kwalificatiemoment voor de EjK en EK23(5km), en de EjK, EK23 en WK(10km).

Voor vragen en of meer informatie kan je kijken op de website www.tartletosloopgala.nl of een mail sturen naar tartletosloopgala@gmail.com.

Hopelijk tot woensdag 5 juni!

Tarlétos Loopgala Commissie 2013

Arjen Venema
Vera Peters
Jelger Elings
Mariëlle de Rijk
Lennart Jongen
Joanne Siccama

Logo's: tartlétos, RUN 2 DAY, WAGENINGSE, THYNS

Woensdagavond 5 juni in Wageningen
aanvang 19.00 uur

**16de Tartlétos
Loopgala**

De avondwedstrijd in juni met hazen, volle series & internationaal spektakel

Programma: www.tartletosloopgala.nl
400m
800m
5000m
Kogelstoten
Speerwerpen
Hoogspringen
Discuswerpen
International 10k

voor info, inschrijven,
chronoloog en meer.

inschrijven via site t/m 4 juni
na-inschrijving niet mogelijk

mail: tartletosloopgala@gmail.com

Aankondiging – Veluweloop 2013 'back to the roots'

Maandag 15 april 2013 start de inschrijving van de 33ste Veluweloop, de natuurlijkste estafetteloop van Nederland. Op **14 september** is het weer ruim 80 km en 12 etappes lang sportief genieten op de Veluwe. Onder het motto 'back to the roots' wil de Veluweloopcommissie dit jaar meer studenten- en alumniteams naar de Veluweloop trekken.

Rector Magnificus Martin Kropff van Wageningen University geeft het goede voorbeeld en loopt ook dit jaar weer mee. Voor de studenten organiseren we de "battle of the students". Voor de alumni is de Veluweloop dé kans om de contacten weer eens aan te halen met de oude studievrienden van de jaarclub, de studentenflat, de studievereniging, het dispuut, de sportvereniging et cetera. Ook bedrijven die (Wageningse) alumni in dienst hebben kunnen de komende maanden rekenen op de warme belangstelling van de Veluweloopcommissie.

De Veluweloop ondersteunt elk jaar een goed doel. Dit jaar gaan de bijdragen van de deelnemers naar het Anne van den Ban Fonds. Dit fonds stelt veelbelovende studenten uit ontwikkelingslanden in staat een opleiding aan Wageningen University te volgen. Zo kunnen zij straks een leidende rol spelen bij het oplossen van structurele problemen in de landbouwproductie, de plattelandsontwikkeling en het milieu van hun land.

De inschrijving voor de 33ste Veluweloop is open tot 2 september.

Stichting Veluweloop Wageningen
Sports Centre De Bongerd
Bornsesteeg 2
6708 PE Wageningen

veluweloop@wur.nl
www.veluweloop.nl

Volg de Veluweloop ook op:
Twitter: @Veluweloop
Facebook: Veluweloop



33^e Veluweloop
Zaterdag 14 september 2013

*De natuurlijkste estafetteloop van Nederland,
ruim 80 km en 12 etappes lang sportief genieten op de Veluwe!*

RUNNING FOREVER

Schrijf je in voor 2 september 2013 • Speciale klasseringen voor studenten, bedrijven en langeafstandlopers • Verder is er ook dit jaar weer een competitie voor Alumni van Wageningen University • Start en Finish: Wageningen, Sportcentrum de Bongerd



www.veluweloop.nl



Lustrum A.S.A.V. Aquila *Door Evelien Bos*

Met nog de Batavierenrace van afgelopen weekend vers in het geheugen, moeten we ook terug naar die grasvelden in Enschede voor de oorsprong van Aquila. Na een matige 10e plek op de Batavierenrace van 2003 kon er geconcludeerd worden dat het slecht gesteld was met de Amsterdamse studenten hardlooptklimaat/atletiek. Een aantal enthousiaste Amsterdammers staken de koppen bij elkaar en zo werd de Amsterdamse Studenten Atletiek Vereniging Aquila opgericht.

Nu in 2013, viert Aquila haar 2e Lustrum. Eind 2012 hebben we het Lustrumjaar goed ingeluid met een pre lustrum feest. In café St. Pauls achter de kerk waar afgelopen dinsdag een nieuwe Koning uit liep, ging het dak eraf met als thema Disney figuren. Tijdens de Nieuwsjaarsborrel werd het Lustrumjaar echt geopend. Met een welkoms drankje en een bitterballetje was het een gezellige avond. Snel daarop werden de Lustrumshirts geleverd! Je kunt ons nu niet meer missen tijdens de NSK's!



Tijdens een koude donderdagavond in maart vond de eerste lustrumactiviteit, de mannenloop, plaats. Op verschillende plekken, met Aquila historie zoals de van Eeghenstraat 90, stonden de vrouwen op hun post. De mannen moesten na een warming up in het Vondelpark langs deze posten en daar opdrachten uitvoeren. De eindbestemming van de mannenloop was in ons stamcafé de Havelaar, waar we samen gegeten hebben. Na de mannen waren de vrouwen aan de beurt tijdens de vrouwenloop. Dit was dit keer wat dichterbij ons thuishonk. In het Olympisch gebied rondom het Olympisch Stadion moesten de vrouwen een aantal posten af. Daar werd een vraag gesteld die beantwoord moest worden in het café. Was de vraag niet goed, was een shotje tequila de straf, of juist niet ;)

Het hele jaar door kunnen de Aquileten foto's insturen met het Aquila logo erop. De meest originele, mooie of gekke foto die wint krijgt een VIP behandeling tijdens het Lustrum gala.

Het jaarlijkse trainingsweekend was dit jaar omgedoopt tot Lustrum trainingsweekend. Met een quiz met het thema Aquila-wist-je-datjes kwamen alle vroegere en huidige weetjes van Aquila weer boven tafel. Zaterdag begonnen we de dag met ochtendgymnastiek en is er gestreden voor de titel clubkampioen 2013 tijdens de Aquila clubkampioenschappen. Zaterdagavond hebben we de



kroegen van Haarlem onveilig gemaakt en er werd goed aan de weerstand gewerkt door enkele Aquileten! Zondag werd het weekend afgesloten met een duurloop door de duinen en een kleine baantraining.

De afgelopen Batavierenrace stond ook weer geheel in het teken van het Lustrum. Naast het reguliere Aquilateam was er ook een Oud Aquilateam ingeschreven. Veel oud leden hebben de Batavierenrace ervaring uit hun studententijd weer ervaren. Oud Aquila is zelfs met een 15e plaats hoger geëindigd dan het Aquila team op de 33e plaats.



Nederlandse Studenten Atletiek Federatie

Zeus

Bliksem 2-2013

De aankomende lustrumactiviteiten zijn de Mannen- en Vrouwendag en de Liftwedstrijd in de zomer. Aan het begin van het nieuwe collegejaar willen we de nieuwe studenten ook kennis laten maken met Aquila door middel van een lustrumweek. In die week zal er elke dag een activiteit zijn. De week wordt afgesloten met een Lustrumgala. De leden van alle studentenatletiek verenigingen in Nederland zijn welkom op het gala. Schrijf het alvast in je agenda, 27 september! De kosten zullen ongeveer per persoon 20 euro bedragen, kom je als setje, dan kost het jullie samen 35 euro! ;)

Op 5 december 2013 viert niet alleen Sinterklaas zijn verjaardag, maar bestaat Aquila ook precies 10 jaar. Op die dag zal er een groot eindfeest gehouden worden om het Lustrumjaar mee af te sluiten.

In de afgelopen jaren heeft Aquila veel bereikt. We zijn als vereniging gegroeid in ledenaantal en er zijn meerdere NSK's georganiseerd, met als komend hoogtepunt het NSK Baan van volgend jaar. Aquila heeft naast de hardlooptraining nu een samenwerking met Phanos, waardoor er ook baanatletiek mogelijk is. Met het prachtige Olympisch Stadion als thuisbasis heeft Aquila nu al zin in de komende 5 jaar!

Voor het lustrum is er een speciale editie van het Aquila Boulevard uitgekomen:

<http://www.youtube.com/watch?v=l13wvJ7qauU>

Meer informatie over het Aquila lustrum vind je op onze site:

<http://www.asavaquila.nl/lustrum>



Het laatste woord *Door Lyban Mahamed*

Op een standaard dinsdagavond na de training in het sportcentrum van de Universiteit Twente kreeg ik van Danielle Koopman te horen dat ik het laatste woord mag schrijven in de bliksem....

Ik had vanzelfsprekend geen idee waar het over ging en dus ben ik maar gaan kijken op Zeus website voor de laatste bliksem. Meestal lees ik de bliksem voor de roddels maar het laatste woord was nog onbekend voor mij. Eenmaal het pdfje geopend te hebben werd meteen duidelijk dat ik een stukje mag gaan schrijven omdat Laurens van Kouwenhove graag wil weten wie Lyban Mahamed precies is. En ik was nog zo vriendelijk om tijdens het NSK Baan 2012 een dikke hit van AC DC (highway to hell) op te zette voor zijn 3000m.... Bedankt:~!

Maar goed, stukjes schrijven doe ik regelmatig voor het clubblad van Kronos (Kronometer)

Goed, ik ben dus Lyban Mahamed, 27 jaar oud en sinds 2009 lid bij DAV Kronos. Ik ben bij Kronos lid geworden om het hardlopen weer op te pakken, iets wat ik sinds de middelbare school min of meer heb verwaarloosd. Verder ben ik bij Kronos nog actief als redacteur van de enige echte, breed gelezen kwaliteits- clubblad de KRONOMETER. Naast redactie werk heb ik in 2012 samen met 3 andere Krononauten het NSK Baan georganiseerd in het FBK Stadion te Hengelo, helaas was er geen mogelijkheid om zelf deel te kunnen nemen ivm organisatie werkzaamheden. Mijn laatste NSK deelname dateert alweer uit 2011 op het NSK teams in Amstelveen waar ik op de 400m en 3000m uitkwam voor Team Twente. En mijn laatste Zeus activiteit was vorig jaar in London tijdens Hyde Park Relay.



Hyde Park Relay



beoefenen van mijn ander passie: Breakdance! Een aantal oplettende atleten hebben mij al een paar keer mogen bewonderen op NSK feestjes waar ik na wat schnaps wat trucjes heb laten zien.

Ik ben trouwens niet de enige lid van DAV Kronos die breakdance combineert met atletiek! Joep van der Zanden en Edwin Dollekamp zijn eveneens lid van de enige Studenten Breakdance Vereniging van Nederland: Break - Even. Zij hebben echter weinig last van blessures en kunnen breakdance makkelijk combineren met atletiek!

Tot slot nog wil ik nog mededelen dat ik alweer een jaar geleden ben afgestudeerd in Technische Bedrijfskunde en dus voorlopig niet meer zal deelnemen aan NSK's. Maar wel uitkom voor Kronos met competities en de Batavierenrace waar ik me op dit moment op focus. Verder houd ik me tegenwoordig bezig met het bedenken van productiesystemen voor radars op marineboten. Dat betekent dus vroeg opstaan, veel koffie en aan het einde van de dag op de training verschijnen :) Op 2 juni a.s. ben ik weer van de partij tijdens de competitie wedstrijd in Almelo. Wat mij betreft tot dan!

Het volgende laatste woord mag Rob Mulders verzorgen.



De 1500m op het NSK Baan 2011



Nederlandse Studenten Atletiek Federatie

Zeus

Bliksem 2-2013

Agenda

Datum	Evenement	Plaats
9 & 10 mei	NSK Baan	Groningen
11 mei	Ter Specke Bokaal	Lisse
15 mei	Martinibokaal	Groningen
17 mei	Track Meeting	Wageningen
18 mei	Flynth Recordwedstrijden	Hoorn
24 mei	NSK Meerkamp	Eindhoven
2 juni	2de competitie	Nederland
5 juni	Tartlétos Loopgala	Wageningen
16 juni	3de competitie	Nederland
5 juli	Track Meeting	Utrecht
19 juli	Track Meeting	Wageningen
9 augustus	Track Meeting	Utrecht
30 augustus	Track Meeting	Utrecht
7 september	NSK Teams	Nijmegen
14 september	Veluweloop	Wageningen
27 september	Lustrumgala Aquila	Amsterdam



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



Nederlandse Studenten Atletiek Federatie Zeus

Bliksem 2-2013

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