

BLIKSEM

Jaargang 14, nr. 3, december 2014



Verenigingsorgaan
N.S.A.F. Zeus



Deze keer in de Bliksem:

Inhoud

<i>Deze keer in de Bliksem:</i>	2
<i>Van de redactie</i>	3
<i>De (nieuwe) voorzitter aan het woord</i>	4
<i>Het nieuwe bestuur stelt zich voor</i>	6
<i>Verslag NSK Meerkamp – door Martijn van der Vis</i>	10
<i>Verslag Buitenlandreis naar Braunschweig – door Anne van der Put</i>	11
<i>Verslag NSK Ekiden – door Menno Mertens</i>	13
<i>De Roddels: Wist je dat...</i>	14
<i>Brassen</i>	17
<i>Aankondiging NSK Trappenloop – 12 december 2014</i>	21
<i>Aankondiging NSK Cross – 28 februari 2015</i>	22
<i>Aankondiging NSK Indoor – 7 maart 2015</i>	23
<i>Het laatste woord</i>	24
<i>Agenda</i>	25
<i>Contact SAV's</i>	26
<i>Contact ZeuS-bestuur</i>	27



Van de redactie

Hallo allemaal,

Het wedstrijdseizoen is over, de wintertraining is begonnen en de eerste foto's van blubberkuiten van een cross zijn alweer gespot op Facebook! Wat is er nou fijner om na een zware training op de bank de Bliksem te lezen en terug te blikken op het wedstrijdseizoen? In dit geval kan dat, de vorige uitgave van de Bliksem is zeker meer dan een half jaar geleden wat resulteert in een superdikke Bliksem, gemaakt door twee secretarissen! Naast alle verslagen van de activiteiten betekent dat ook dat de roddel pagina goed gevuld is! Dus, beentjes omhoog en lezen maar!

Veel leesplezier!

Met sportieve groet,

Milou en Evelien

*PS: De deadline voor de volgende Bliksem is **15 maart**. Verslagen, aankondigingen, roddels en andere stukjes kunnen opgestuurd worden naar: secretaris@studentenatletiek.nl.*



De (nieuwe) voorzitter aan het woord

Lieve atleet,

Mooi dat je begonnen bent met het lezen van dit stukje! Uit een niet representatieve steekproef blijkt dat de gemiddelde lezer bij het openen van de Bliksem direct naar de roddelpagina scrollt om te zien wat mede atleten allemaal hebben uitgespookt of natuurlijk uit angst dat hij/zij zelf genoemd wordt. Er is echter meer dan alleen het roddel-katern, veel meer zelfs, dus neem de moeite om ook de rest van de Bliksem door te nemen!

Voordat ik het ga hebben over serieuze zaken wil ik nog wel graag een paar woorden wijden aan het onderwerp roddels. Twee weken geleden vond het 8e Lustrum van Tartlétos plaats, om dit te vieren waren natuurlijk ook oud-Tartléten uitgenodigd. Op een gegeven moment raakte ik in gesprek met een oud-lid en hij stelde me de vraag: hoe staat het met de roddels van de huidige generatie tartléten? Ik keek de ruimte vol met leden rond en toen nogmaals en moest deze oud-tartleet helaas teleurstellen, ik kon me geen enkele roddel bedenken..

Voor de wat oudere SAV-leden, herinneren jullie je de integratiebokaal nog? De prijs om integratie tussen de SAV's te bevorderen. Misschien wordt het weer eens tijd om leven te blazen in deze bokaal? Een ander idee is de 'Integratiebingo', dit concept is al een bekend fenomeen in de studentenzwem wereld. Het idee is simpel, elke verenging krijgt een bingokaart met daarop de namen van de, in dit geval, andere SAV's. Het is de bedoeling dat jouw SAV het eerste zijn bingokaart vol heeft door te 'regelen' met de andere SAV-leden. Voor de fanatieke individuen: je mag met meerdere steden integreren ;-). Binnen Zeus gaan we de integratie bokaal/bingo nog wel even bespreken, to be continued..

November, het cross seizoen is aangebroken! Op het NSK Cross moeten we nog even wachten, die zal in februari plaatsvinden. Heel binnenkort (waarschijnlijk al geweest wanneer je deze Bliksem aan het lezen bent) vindt het NSK Weg plaats in Nijmegen. Dit NSK wordt gecombineerd met de Zevenheuvelennacht; een afstand van 7km de avond voor de Zevenheuvelenloop. Een sfeervolle wedstrijd op een snel parcours. Een paar weken later kunnen we weer afreizen naar Nijmegen, dit keer voor de alom bekende NSK Trappenloop in het Erasmusgebouw. Tien of twintig etages hollen, zo gebeurd! De snelste lopers deden dit vorig jaar namelijk in respectievelijk 51sec en 1min55sec. Daarnaast moet je zeker meedoen met de estafette, het liefst verkleed natuurlijk. Als Zeus-bestuur dagen wij jullie uit om de strijd aan te gaan!

Naast de vele NSK's vindt ook het jaarlijkse trainingsweekend binnenkort plaats. In het weekend van 29 november zullen we de grens oversteken om in de indoorhal van onze zuiderburen in Gent te gaan trainen. Naast de intensieve trainingen is er 's avonds natuurlijk alle mogelijkheid om even de toerist uit te hangen en te genieten van een Belgisch biertje.

En we gaan begin februari wéér naar het buitenland, namelijk naar Londen! Afgelopen jaar zijn er twee reizen naar Duitsland (Köln en Braunschweig) geweest, maar op zaterdag 7 februari 2015 staan



Nederlandse Studenten Atletiek Federatie

Zeus

Bliksem 3-2014

we dus weer aan de start van de Hyde Park Relays in Londen. Deze reis is een absolute aanrader: het is goedkoop, heel erg gezellig en je hebt genoeg tijd voor sight-seeing.

Er zijn genoeg mooie evenementen in het verschiet, dus ik zou zeggen tot heel binnenkort!

Met sportieve groet,

Joanne Siccama - Voorzitter Zeus 2014-2015

Het nieuwe bestuur stelt zich voor



Voorzitter – Joanne Siccama

Lieve atleten,

Stel jezelf even kort voor werd bij de Zeus ALV gevraagd. Voor iedereen die daar niet bij was: ik ben Joanne, 22 jaar, studeer levensmiddelen-technologie in Wageningen alleen op dit moment even niet.. Het gezellige boerse Wageningen heb ik namelijk tijdelijk omgeruild voor een stad rijk aan technische mannen, ookwel Delft genoemd. In Wageningen is er geen twijfel over mogelijk bij welke atletiekvereniging je lid gaat worden als student: bij Tartlétos natuurlijk! In Delft ligt dat anders. Tijdens de

infomarkt van de OWee (openingsweek van de TU Delft) had ik één missie, de atletiekverenigingstand vinden. Deze missie bleek een stuk moeilijker dan ik had voorzien, namelijk onmogelijk. Is er dan geen atletiek, dat kan toch niet? Van een medewerker van het sportcentrum kreeg ik als reactie, ja studentenatletiek leeft hier niet zo, ik zou iets anders zoeken.. Dit advies heb ik gedeeltelijk opgevolgd, ik ben namelijk lid geworden van de survivalrun vereniging Slopend. Een hele leuke actieve vereniging, maar wel een die zijn naam eer aan doet.

Nu kan je als voorzitter van Zeus uiteraard niet alleen trainen bij een survivalvereniging, dus kwam missie twee op mijn pad: uitzoeken waar de verstokte studentatleet dan wel traint. Dit bracht mij naar de atletiekbaan aan de Brasserskade waar zowel AV'40 als de Koplopers hun rondje over de baan rennen. Dinsdagavond vindt de 'studententraining' van de Koplopers plaats, dit betekent vijf studenten op zo'n 25 man (mezelf in deze berekening meegenomen). Kortom, dit was natuurlijk een beetje teleurstellend. Misschien een optie om toch die 's' tussen haakjes te zien krijgen: (s)lopend? Oké ik dwaal een beetje af. Zoals eerder genoemd ben ik uiteraard lid van Tartlétos wat ondertussen alweer mijn 5^e jaar wordt. Verder woon ik in Wageningen in de Trimsalon. Nee, dit is geen hondenkappers plek, maar het is het enige echte Wageningse atletiekhuis waar ik samen met vijf andere tartléten woon! Na een jaar Tartlétos bestuur (2011-2012), verschillende commissies en een hele waslijst NSK's te hebben bezocht was de stap om in het Zeus bestuur te gaan niet zo groot meer. Samen met mijn vier gezellige en sportieve bestuursgenoten heb ik er zeker vertrouwen in dat we er een mooi succesvol jaar van gaan maken. Ik heb er zin in!



Nederlandse Studenten Atletiek Federatie

Zeus

Bliksem 3-2014



Secretaris – Milou Schuurbiers

Hoi atleten!

Ik ben Milou en aankomend jaar zal ik de rol vervullen van secretaris. Deze rol is mij al bekend, afgelopen anderhalf jaar deed ik dit voor de (superleuke) studentenatletiekvereniging 't Haasje. Naast secretaris zijn, studeer ik geneeskunde aan de Radboud Universiteit Nijmegen. Of nou ja het studeren laat nog even op zich wachten, pas in maart start ik met mijn coschappen. Om de tijd te vullen, vertrek ik 15 november naar Indonesië als vrijwilliger met het ideaal de wereld een stukje mooier te maken. Maar niet getreurd, na twee maanden zal ik terugkeren naar Nederland en dan zal ik de secretaristaken met veel enthousiasme oppakken.

Ik maakte kennis met atletiek doordat mijn middelbare school bedacht dat een 10 km wedstrijd voor scholieren een goed plan was. Zodoende ging ik hardlopen met mijn mp3 speler met daarop 'Start to Run' van de Belgische dame Evy. Met haar motiverende gebabbel in mijn oren (ge zijt goe bezig, ik ben fier op u) liep ik heel wat af. Bij 't Haasje ontdekte ik een paar jaar later dat samen hardlopen nog veel leuker is. Naast hardlopen heb ik ook technische onderdelen uitgeprobeerd bij 't Haasje, met wisselend succes. Zo veranderde hoogspringen in laagspringen en kogelstoten leek meer op jeu de boules. Maar dat heeft mijn enthousiasme voor atletiek niet verminderd! Mijn atletiekdroom is dat ik de beste polsstokhoogspringer van de wereld wordt. Om dit te bereiken hoef ik nog maar vier meter hoger te springen dan mijn huidige pr (momenteel ben ik blij als ik op de mat beland). Ik zal dan ook vrolijk blijven doortrainen.

Bij Zeus zal ik contact met jullie houden via de mail, Bliksems uitbrengen met de snelheid van het licht en ik zal verschijnen op alles wat enigszins studentenatletiek gerelateerd is. Met de leukste bestuursgenootjes wordt dit vast en zeker een goed jaar. Als jullie vragen hebben of gewoon gezellig willen kletsen, mogen jullie me altijd mailen of aanspreken!



Penningmeester – Luuk Wijering

Ik ben Luuk Wijering en op het moment van schrijven 21 jaar oud. Ik studeer Clinical Human Movement Sciences, één van de masters van Biomedische Wetenschappen in Nijmegen. Naast al dat gestudeer moet er natuurlijk ook tijd zijn voor ontspanning: sporten! Tja, dat is niet zo moeilijk om te bedenken als sportfanaat.. Maar welke sport dan? In Lonneker, een klein dorpje in de buurt van Enschede, had ik altijd aan voetbal gedaan, maar na 13 jaar voetbal, wilde ik weleens een nieuwe sport ontdekken. Atletiek bijvoorbeeld: ik nam zo nu en dan al deel aan

wedstrijdjes in de vakantie en op de middelbare school was ik ook al gek op de hardlooperdelen.

Een betere tijd om over te stappen dan verhuizen naar een nieuwe stad is er niet, dus schreef ik me tijdens de introductie al meteen in voor de introtrainingen bij NSAV 't Haasje.

Sindsdien ben ik erg actief als haas. Ik train in de wedstrijdgroep voor de lange afstanden van ongeveer 5 tot 15 km. Na nogal wat blessureklachten vorig seizoen, wil ik nu vooral heel blijven en misschien op korte termijn een halve marathon gaan lopen.

Ook heb ik verschillende evenementen en wedstrijden georganiseerd en heb ik in 2012-2013 een bestuursjaar gedaan als penningmeester.

Na een tussenjaar waarin ik me weer wat meer op de studie heb gericht, was ik toch wel weer toe aan een leuk en gezellig bestuursjaar.

Ik werd al vroeg gevraagd om een bestuursjaar bij Zeus te gaan doen, maar het duurde even voordat ik de kat uit de boom gekeken had en ik zeker wist dat ik leuke en gemotiveerde bestuursgenoten zou krijgen. Eén van de voorwaarden natuurlijk van een leuk bestuursjaar!

Naast alle leerzame momenten als penningmeester, verheug ik me vooral op alle mooie en gezellige activiteiten en NSKs!



Commissaris NSK's – Fynn van Buuren

Hallo allemaal,

Komend jaar zal ik de commissaris NSK's zijn van N.S.A.F. Zeus. Mijn naam is Fynn van Buuren en de meeste van jullie zullen mij wel kennen van NSK's, want met mijn lengte (2,03m) val ik totaal niet op. Sinds mijn 6e doe ik aan atletiek. Ik ben begonnen bij de buurman van Tartletos, AV Pallas '67 in Wageningen waar ik op dit moment nog steeds trainer ben. Na omzwervingen via trainingsgroepen op Papendal en bij Ciko '66 in Arnhem ben ik sinds ik in Groningen studeer lid van Vitalis. De laatste jaren ben ik vooral actief met discussies en kogelslingeren.

Als eerstejaarslid bij Vitalis heb ik een jaar in de wedstrijdcommissie gezeten en vervolgens werd ik in 2013 voorzitter van Vitalis. Nadat mijn bestuursjaar afgelopen was ben ik weer in de wedstrijdcommissie gegaan en tussendoor heb ik ook nog het NSK indoor 2014 georganiseerd en ben ik drie keer ploegleider geweest van Team Groningen op het NSK teams.

Naast al mijn activiteiten in de studenten atletiek studeer ik sportmanagement en na een stage bij NOC*NSF ben ik nu in mijn vierde jaar beland. Op dit moment doe ik een minor die volledig gericht is op Training & Coaching, dus een opleiding tot (top)sportcoach. Vanaf februari zal ik gaan afstuderen



en wat daarna komt zie ik wel. Ik heb in iedergeval veel zin om het komende jaar commissaris NSK's te zijn.



Commissaris PR & Evenementen – Martijn van der Vis

Hallo allemaal,

Ik ben Martijn van der Vis, ik ben 22 jaar oud en studeer levensmiddelentechnologie aan de universiteit van Wageningen. Dit jaar ben ik ook commissaris PR & evenementen binnen het NSAF Zeus bestuur. Ook zit ik bij het mooie tartlétos en mag ik met de een aantal tartlétos het nsk indoor organiseren.

Vanaf mijn 5e zit ik al op atletiek. Ik ben begonnen bij de kleine vereniging Sportclub Reeuwijk, waar ik eerst veel algemeen heb getraind, maar de laatste 3 jaar voordat ik ging studeren ben ik me gaan richten op het sprinten. Sinds ik bij tartlétos (nu mijn 2e jaar pas) zit ben ik begonnen met het trainen op de 10-kamp, hetgeen waar ik niet erg goed in ben, maar ik beleef er wel veel plezier aan.

Ik heb bij tartlétos ook al een bestuursjaar achter de rug, heb daar in de activiteiten commissie gezeten en ik heb ook nog eens het tartlétos loopgala mogen organiseren. Men vindt mij nu zo wijs dat ik in de commissie van advies zit (ik weet zelf ook nog steeds niet hoe).

Ik hoop dit jaar weer leuke reizen te kunnen en mogen organiseren en dat er veel animo is om gezellig met zijn allen naar het buitenland te gaan/te gaan trainen. En als er iets op de website veranderd moet worden of je mist iets op onze mooie website (www.studentenatletiek.nl) dan kan je me altijd aanspreken/mailen/bellen/een post duif sturen!

Verlag NSK Meerkamp – door Martijn van der Vis

Afgelopen 6 juni was het dan zover: het NSK meerkamp gecombineerd met het Tartlétos loopgala in Wageningen. De baan lag er mooi bij en een heerlijk zonnetje scheen ons tegemoet. Het belooft een spannende strijd te worden met vooral bij de mannen veel kanshebbers. De 100 meter bij de vrouwen werd op naam gezet van Renske van Os in 12,80. Bij de mannen ging Floris Heil naar de overwinning in 11,55. Veel mensen waren blij na de 100 meter: er waren veel pr's gelopen en dat smaakte natuurlijk naar meer in de verspringbak en in de kogelring. Bij de vrouwen was hier 2 keer Marlou van Rooij de sterkste (9,81 op kogel en 4,89 op ver) en nam de leiding over van Renske. 29 punten zat er tussen beide met alleen de 800 meter te gaan. Bij de mannen won Floris Heil ook het verspringen met 6,25 en kogel werd gewonnen door Stijn Jorissen met 10,60. Hier stond Floris na 3 onderdelen bovenaan, maar men wist dat hij een zwakkere 800 had. Op die 800 meter won bij de vrouwen Renske van Os in 2:26,70 en ging met de titel beste studentenmeerkampster aan de haal. Marlou van Rooij werd 2^e en het brons was voor Inge Faessen. Bij de mannen was het spannender. Peter Kuin liep een ijzersterke 800 meter in 2:04,17 en won deze. Hij had echter veel punten nodig om Dennis Coehoorn, Stijn Jorissen en Floris Heil voorbij te gaan. Snel bleek de laatst genoemde geen medaille te hebben gepakt, maar dat de prijzen gingen naar Dennis, Stijn en Peter. Stijn en Dennis bleken ex quo te zijn geëindigd en volgens de regels moest er dan gekeken worden naar wie onderling de meeste onderdelen van elkaar heeft gewonnen. Dit bleek ook gelijk te zijn. Daarna werd er gezocht naar het onderdeel wat het meeste punten heeft opgeleverd, en Stijn had het meeste punten op 1 onderdeel, dus hij werd 2^e. Onder een luide kreet sprong Peter het blok waar een grote 1 op stond, en ook hij werd gekroond als Nederlands studentenkampioen meerkamp. Na dit mooie kampioenschap hebben (bijna) alle niet tartléten een mooi feestje gemist in de woeste hoeve. Maar ook de tartléten onderling kunnen goed feesten hebben ze laten zien. Nu gaan we ons klaar maken voor het NSK Ekiden in Rotterdam en na de zomervakantie met de hele ploeg naar Utrecht voor het NSK teams. Tot dan!





Verlag Buitenlandreis naar Braunschweig – door Anne van der Put

Leichtatletiek am See

Dit jaar werden er door Zeus niet één maar twee buitenlandreizen georganiseerd. Na het tripje naar Keulen was het tijd om opnieuw naar Duitsland af te reizen, ditmaal naar Braunschweig, voor de Europacup Landenteams Atletiek. Het was de eerste keer dat Nederland mee zou doen in de hoogste divisie, de Superleague, dus een weekend vol topatletiek was gegarandeerd.

We vertrokken op vrijdagavond in twee groepen, eentje vanuit Wageningen en eentje vanuit Utrecht. Omdat Wageningen nog verder is vanuit Maastricht stapte ik samen met mijn medebestuursgenootjes Elisa en Sabine in Utrecht in het busje, bij de afvaardigingen uit Amsterdam en Eindhoven. Na nog geen uurtje rijden kwamen we helaas al vast te staan in de file, waardoor de heenreis wat langer duurde dan gepland. Toen we uiteindelijk na middernacht aankwamen moesten we eerst de tentjes opzetten. In ons geval was het een groot raadsel of dit zou lukken, want bij de Bata hadden we hier wat problemen mee ondervonden. Nadat we de tentstokken diep genoeg in de grond hadden gegraven was het tijd voor een biertje, om vervolgens diep in onze slaapzakjes te kruipen.

De volgende ochtend stond eerst een zoektocht naar de douche op het programma. Na een onbedoeld prachtige ochtendwandeling bleek de camping maar over twee douches te beschikken, waarvan een op verboden terrein. Omdat we niet zo'n zin hadden om met twintig man in de rij te staan besloten we deze toch maar te gebruiken, en na een heerlijk ontbijtje was het tijd om naar het stadion te gaan. Hier aangekomen kregen we een multifunctioneel (lees pyjama/poetsdoek) oranje t-shirt en name we plaats in het oranjevak. De wedstrijd begon goed voor Nederland, met een mooie 2^e plek op de 100 meter sprint van Jamile Samuel. Helaas bleken we niet uit te blinken op de werponderdelen, en de steeple was om te schamen. Enkel hoogtepuntje was de winst op de 3000 meter door Sifan Hassan. De wave werd slechts een keer gedaan, dus de sfeer in het stadion zat er goed in en de wedstrijd was spannend. Ook zijn we naar men zegt regelmatig op tv geweest, want Elisa moest van haar moeder meer lachen en enthousiaster juichen. Vol goede moed sloten we de eerste dag af; we stonden dan wel een-na-laatste maar theoretisch konden we nog winnen.

Met het blauwe mercedesbusje raceten we naar een goedkope pizzeria in een buitenwijk van Braunschweig. Hier konden we ons hart ophalen als echte Hollanders, want we kregen veel voor weinig en het was nog lekker ook. Na het eten gingen we op zoek naar een kroeg om de wedstrijd Duitsland-Ghana samen met de plaatselijke bevolking te bezichtigen onder het genot van halve liters Duits bier. Schade Deutschland: 2-2. Om dit verdriet te verwerken probeerden we in ons beste Duits uit de plaatselijke bevolking los te krijgen waar we het beste konden stappen, en na het bezichtigen van Braunschweig by night kwamen we uit bij fancy nightclub 'Pfau'. Na wat onderhandelen mochten de vrouwen gratis naar binnen terwijl de mannen een kleine vergoeding moesten betalen. Aan het eind van de avond kwamen we erachter dat dit was omdat het publiek voor zo'n 90% uit mannen

bestond. Na twee uur dansen op slechte muziek besloten we om naar de tent terug te keren, en na een gesprek waar we niets meer van weten vielen we als een blok in slaap.

De volgende ochtend bleek dat vrouwen beter ruimtelijk inzicht hebben én kunnen plannen dan mannen. Na drie kwartier wachten waren de mannen ook eindelijk klaar met het inpakken van de tent, en dus vertrokken we te laat naar het station. Hierdoor moesten we letterlijk vechten voor een



parkeerplek, waarbij onder andere een paar bejaarden elkaar met de wandelstok te lijf gingen. Ook vandaag kwamen er weer vele Nederlandse toppers in actie, die wij vol overgave supporterden met onze mooie oranje klapsticks waar eigenlijk geen lucht meer in zat. Nederland leek aardig mee te doen en degradatie te ontlopen, maar misschien waren we toch ietsje te enthousiast en zorgde ons gegil dat Churandy Martina buiten zijn baan belandde. Helaas geen punten, maar we gaven de moed niet op en bleven vol overgave juichen.

Omdat het vanaf Braunschweig nog zeker een stukje reizen is naar Maastricht besloten wij met een van de busjes de wedstrijd vroegtijdig te verlaten, onzeker over het eindresultaat. Met 150 km/h scheurden we over de Autobahn, op zoek naar een authentieke schnitzel, want braadworsten hadden we in het stadion al gehad. Terwijl iedereen sliep besloten Peter en ik toch maar met minder genoeg te nemen en te stoppen bij de KFC want we hadden toch best trek gekregen. Helaas geen schnitzel, maar toch konden we genoeg energie opdoen voor de terugreis, die nog lang niet afgelopen was. We bereikten Deventer net op tijd om de laatste trein richting het zuiden te halen. Voor Marjolein's vader was dit helaas alsnog te laat, hij werd later die avond wakker gebeld om haar op te halen. Om half 1 zagen wij eindelijk de stadslichtjes van Maastricht in de verte opdoemen, en konden we concluderen dat we een hartstikke leuk weekend hebben gehad. De bedankjes voor de commissie hadden we onderweg helaas al opgegeten, maar hierbij wil ik ze alsnog bedanken voor hun voorbereiding en inzet tijdens het weekend!

Als afsluiter nog wat opmerkelijke uitspraken van het weekend:

- Het hele weekend hebben we alles in zijn 6 gedaan
- Marolein werd wakker en zag een vaatwasmachine
- Evelien reed niet vanaf Osnabrück, omdat ze ging fietsen



Verlag NSK Ekiden – door Menno Mertens

Op zaterdag 5 juli, wat alweer een hele tijd terug is (weten jullie nog, die avond van de legendarische keeperswissel tijdens de kwartfinales van het WK), was er behalve dat WK een nog veel groter evenement: het NSK Ekiden! Op een prachtige zomerdag kwamen er teams uit Leiden, Tilburg, Amsterdam, Wageningen en zelfs uit Maastricht richting Rotterdam om daar deel te nemen aan hét NSK voor de middellange afstand in teams. En aan concurrentie was geen gebrek, want tijdens deze tiende editie van het Rotterdam Ekiden deed een recordaantal van 210 teams mee!

Dit aantal zorgen dan logischerwijs ook voor een flinke hoeveelheid atleten, en het was dan ook gezellig druk op de atletiekbaan van PAC. Om stipt 12:00 werd er afgeschoten en ging de hele kudde het Kralingse Bos in. Na een ronde van 5km kwamen de hardlopers weer terug op de baan, werd er gewisseld en dit kunstje werd nog enkele keren herhaald. Aangemoedigd door de hele supportersclub werd er dan ook behoorlijk snel gelopen, want na ietsje meer dan 2,5 uur kwam het team van Aquila voor de laatste keer over de streep! Gewonnen!

En binnen afzienbare tijd kwamen ook de andere studententeams binnendruppelen, waarna het uiteraard tijd was om gezamenlijk nog wat gedronken werd. De echte fanatiekelingen bleven nog voor de afsluitende barbecue, maar daarna gingen de lichten uit, de mensen richting huis (of kroeg voor Nederland-Costa Rica) en konden we met z'n allen terugkijken op een prachtig NSK!

De Roddels: Wist je dat...

- Het feestje tijdens het **NSK Baan** in Amsterdam erg geslaagd was
- Er veel Asterix mannen en vrouwen aanwezig waren
- Desondanks er gewoon GEEN roddels uit dit feestje zijn gekomen
- Evelien even dacht dat ze een potentiële roddel buiten op elkaar schoot zag zitten
- Dat dit gewoon al een bekend Aquila stel Maaïke B en Djurre den H waren
- Dat er naast geen roddels wel een studenten atletiek traditie weer werd uitgevoerd
- Namelijk de Griekse 400, in hét Olympisch Stadion
- Door (onder andere) de al eerder genoemde Galliërs uit Eindhoven
- Helaas zijn hier geen foto's van (uw voorheen vaste roddelfotograaf was zichzelf even bij elkaar aan het rapen na een intensieve eerste NSK Baan dag als voorzitter, excuus hiervoor)



Er ligt een tevreden naar doodmoeie nsk voorzitter in haar tent. Ik heb genoten van dag 1, afgesloten met een superfeest! Op naar dag 2 met hopelijk nog wat energie!

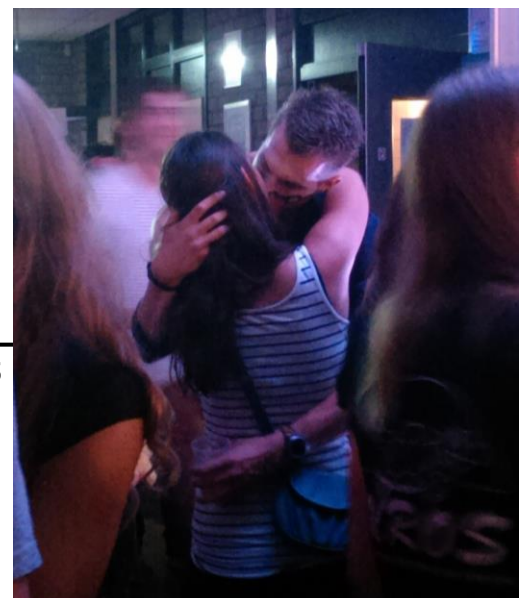
Vind ik leuk · Reageren · Delen

👍 Danielle Blomsma, Annelies Laan, Michael Beuwer en 29 anderen vinden dit leuk.

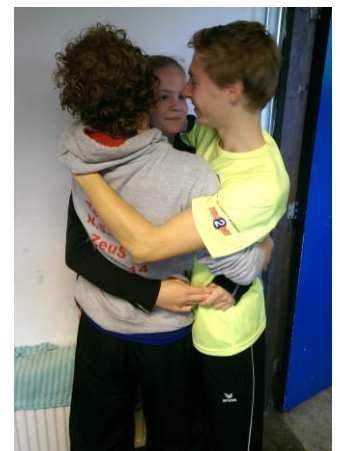
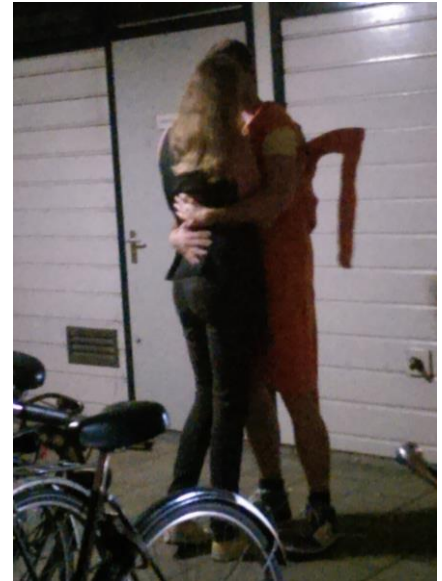
- Overigens is het nog wel even het vermelden waard dat de 2 bewakers zich kostelijk vermaakt hebben, en in een klap goed kennis hebben gemaakt met het fenomeen studentenatletiek!
- Tijdens het feestje van het **NSK Teams** in Utrecht het te kort aan roddels even flink werd bijgevuld
- Uw vaste roddelfotograaf overuren heeft gemaakt en van hot naar her moest rennen om alles vast te kunnen leggen
- Dit niet altijd even snel of zonder slag of stoot ging
- Dit waarschijnlijk aan de aanwezigheid van Leffe in de kantine lag, ahum (+je voor kantine juf!)
- Wat wel de gezelligheid significant verhoogde én de hoeveelheid roddels
- Onze vaste gast in de roddelrubriek, Judith K (Tartletos), had na haar Gronings avontuurtje wel weer zin in een nuchtere jongen uit het wijze oosten
- Anton van der stoep, voormalig Kronos voorzitter was de gelukkige



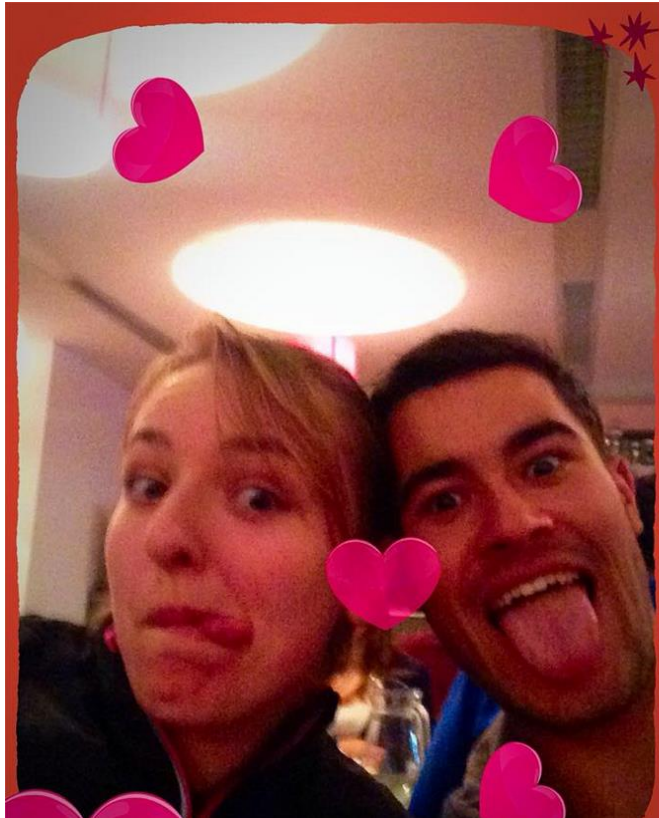
Leffe, zo lekker, je kijkt er scheel van!



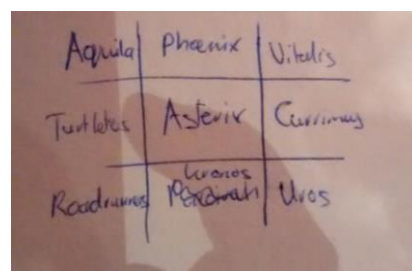
- Een ander stel het binnen wat te heet vond en buiten elkaar ging ontdekken
- Het Jan Berend "de roeier" en een meisje waren
- *(De naam van het meisje onbekend is, dit is door de ietwat aangeschoten reporter niet genoteerd of onthouden)*
- Het meisje in kwestie wel op hete mannen valt, Jan Berend liep in een zelfgemaakt Charizard kostuum
- Ze eerst om het hoekje stonden, toen een ander hoekje, en uiteindelijk was de roddelfotograaf ze zelfs kwijt
- Ze zijn vast in vlammen op gegaan, of gaan onderzoeken of deze Charizard ook echt vuur kon spuwen
- Onze andere vaste gast in de roddelrubriek, Teun B (Phoenix) heeft ook niet stil gezeten
- En had het dit feestje op Anouk (Vitalis) gemunt
- Hier helaas geen foto's van zijn omdat ze zich na de achtervolging van de reporter verstopt hadden tussen de bomen
- In het zonnige zuiden zitten de Galliërs niet stil, met name Tomas S
- Tijdens het Pokémon feestje wist hij zijn handen goed te plaatsen bij Judi B (Asterix)
- Tegenwoordig is dit ook een stel, genaamd ToDi of JuMas
- In Eindhoven is dit een trend, de koppels een naam geven
- Zo hebben we ook YorVid, Yorma en Arvid
- Elander, Eline en Sander
- Met al deze koppels het huidige en vorige Asterix bestuur gevormd is
- Met deze trend we ook een FyRa, BaLse, EveRijn hebben
- Er tijdens het besturenweekend veel Haasjes liefde aanwezig was?
- De laatste Galliër, Wouter S, in deze roddelrubriek zich had gericht op een Utrechtse
- Marlene (Phoenix) dat wel zag zitten
- Ze samen de er-moet-iemand-zoenen-in-the-New Break- tijdens-het-besturenweekend-traditie samen hooggehouden hebben



- Bij aquila ontstaan er spontaan selfie-liefdes
- En het is ook heel erg waar, want het staat op Facebook!



- Om het intergreren tussen SAV's te verhogen heeft het nieuwe Zeus bestuur het idee om Bingo kaarten in te voeren
- Van welke Zeus bestuurslid zou de linker kaart zijn?



Brassen

Tijdens de afgelopen ALV was een van de ingekomen stukken een brief van Asterix met een verontrustende foto van de mascotte Masterix:



Door een ongelukkige bras actie is Masterix uit zijn broek gescheurd. Gelukkig beschikken de Galliërs uit Eindhoven over speciale tovermiddelen die Masterix weer op de been hebben gebracht, maar dit was wel een mooi voorbeeld om alle geheugens even op te frissen over het fenomeen brassen.

Binnen de studentenatletiek bestaat er een brastraditie. Om deze brasacties in goede banen te leiden zijn er een aantal brasregels opgesteld.

1. ZeusS-stukken mogen niet gebrast worden.

Dit is onze kleine en onze (nieuwe!) grote vlag.

2. De vlag van de organiserende vereniging mag niet gebrast worden.
3. Er mag niet uit de tas/jas/hand gebrast worden.

Als je iets gebrast hebt kun je het gebraste item in een tas bewaren, dan mag het niet terug gebrast worden.

4. Kleding mag niet gebrast worden.

Veel verenigingen hebben mooie bestuurskleding met ook het logo van de vereniging erop. Dit zijn geen brasitems.

5. Tot 14.00 uur 's middags moeten de vlaggen van de SAV's opgehangen worden en mogen ze niet gebrast worden.
6. Een vlag mag alleen gebrast worden als de vereniging dit niet doorheeft, dus ongemerkt.
7. Je mag alleen brassen als je zelf iets te brassen bij je hebt.

De vlag en mascotte van de vereniging moet wel zichtbaar aanwezig zijn.

8. Verenigingen moeten een vlag en mascotte bij elk ZeusS-evenement bij zich hebben.



David van Logchem

17 november om 20:20

Niet gebrast, maar toch moet je naar het NSK Trappenloop komen om hem terug te verdienen! 😊

Van welke Tartleet is dit shirt? Ik heb m gevonden na het NSK Weg.



Vind ik niet meer leuk · Reageren

Dit zijn niet alleen de NSK's, maar ook de algemene ledenvergaderingen en de trainingsweekenden en de buitenlandreizen.

9. Als de vereniging onoplettend met de mascotte/vlag omgaat, dan mag er gebrast worden.
10. Binnen 24 uur moet de brassende vereniging een notificatie geven van de verloren stukken.
11. De gebraste vereniging is verplicht om te komen tot een redelijke tegenprestatie.
12. Bij onenigheid beslist het ZeuS-bestuur.

In het verleden zijn er heel veel mooie brasacties geweest. Dit heeft ook vaak tot mooie tegenprestaties geleid. Een prachtig voorbeeld is het verhaal hoe Aquila aan zijn mascotte Thijs Jelle (TJ) is gekomen, echt het lezen waard!



Na het besturenweekend had Aquila nog niks gebrast. "Eigenlijk zou iemand Kegel moeten pakken" werd er geroepen. "Ik ga wel" riep Maarten. Rustig liep hij naar het perron aan de overkant waar Kegel nog altijd onbewaakt was. Bij Kegel aangekomen bedacht hij zich dat hij niet weg kon rennen aangezien hij nog aan het revalideren was van een gebroken voet. Dan maar over het spoor. Hij pakte Kegel op en in een mooie driepas was hij weer aan de overkant. Waar Wadse klaar stond met een plasticzak, immer was er net afgesproken dat vereniging objecten in tassen veilig waren. Het Kronos bestuur had de achtervolging in gezet maar dan moesten ze wel even omlopen. Ondertussen arriveerde de trein, wat een dilemma voor het bestuur werd aangezien de treinen maar eens per half uur vertrokken. De twee van de overgebleven bestuursleden van Kronos probeerde in een worsteling Kegel terug te pakken tot ze zich realiseerde dat het niet lukte hem terug te krijgen.

De ontvoering was begonnen en er werd besloten misleidende informatie te geven over de verblijfplaats van Kegel. Op het toen nog populairdere Hyves dan Facebook werden de volgende foto's vrij gegeven:
<http://kegelontvoerd.hyves.nl/>





Kronos poogde nog één maal via de nieuwe spelregels Kegel vrij te pleiten, maar met een kleine leugen om best wil wist het toenmalig bestuur Kronos te overtuigen dat onze voorzitter de Aquila vlag die ochtend toen hij vroeg was vertrokken al mee had genomen en dat er dus wel een brasbaar item aanwezig was geweest.



In het verleden had Kegel al eens een half jaar in de verspringbak van een concurrerende SAV doorgebracht maar het Aquilabestuur gunde Kegel een mooie tijd in de hoofdstad en werd dan ook overal mee naar toe genomen. Het toenmalig bestuur raakte zo gehecht aan de mascotte, dat het al gauw duidelijk werd dat er ook een voor Aquila moest komen. Dat was dan ook de eis! Kronos de oudste SAV van Nederland. Indien u Kegel in levende lijven in en een geheel terug wil. Eisen wij een mascotte voor de jongste SAV van Nederland die passend is voor onze vereniging.

Kronos lied zich niet kennen en al snel verscheen er het volgende politiebericht: <http://www.youtube.com/watch?v=I5KElCLRh9o>

Het bestuur kon nog maar één ding doen. laten zien dat Kegel het zo goed had dat hij wilde blijven! de volgende foto's werden gepubliceerd:



Uiteindelijk gaf Kronos zich over en werd er een datum bekend gemaakt voor de overdracht. Immers was Kronos nu in bezit van de Aquila mascotte. Op 19-12-2008 was het zo ver. Een afvaardiging van Kronos kwam op de afgesproken plek en de mascottes werden tegen elkaar uitgewisseld. De geboorte van TJ was daar.



Het zou nog tot 02-09-2009 duren voordat hij zijn naam zou krijgen. Thijs Jelle met de roepnaam TJ, naar het tweetal ere leden dat Aquila toen telde. TJ nu volwassen in mascotte jaren heeft naast zijn verbeteringen zoals een pak en das nog altijd zijn groene voeten om zijn geboorte plaats Enschede te eren. De stok die bij de wisseling is mee gekomen is nadat hij aan de

Dit was het verhaal van TJ en zijn herkomst een verhaal dat afspeelde in het vroege 2e Lustrum van ASAV Aquila

Aankondiging NSK Trappenloop – 12 december 2014

Ben jij klaar om de Erasmustoren te bedwingen? Op vrijdagavond 12 december 2014 vindt het enige echte Nederlands Studenten Kampioenschap (NSK) Trappenloop weer plaats in het Erasmusgebouw in Nijmegen. Deelname is ook open voor niet-studenten.

Doe mee met het NSK-Trappenloop en sluit 2014 af met een hoogtepunt!

Inschrijven kan via <http://trappenloop.haasjeatletiek.nl/> voor de volgende onderdelen:

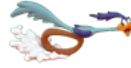
- Estafette met een team van 4 personen (5 verdiepingen per persoon)
- NSK 20 verdiepingen
- NSK 10 verdiepingen
- 20 verdiepingen
- 10 verdiepingen

Na de Trappenloop gaan we gewoon nog even door met een afterparty in Café de Fuik!





Aankondiging NSK Cross – 28 februari 2015



Team 316 - Team Roadrunners Rotterdam

Kralingse Bos Cross
NSK Cross

Een uitdagende cross over strand, gras en zandpaden!

zaterdag 28 februari

Na meerdere jaren het NSK Ekiden succesvol georganiseerd te hebben zal op zaterdag 28 februari 2015 het NSK Cross door de Roadrunner georganiseerd worden. Er zal rond het Kralingse Bos een mooi parcours worden uitgezet. De tijden op de poster zijn onder voorbehoud.

Locatie : PAC atletiekbaan, Langepad 16, Rotterdam

Start/finish : het strandje aan de Kralingse Plas

Start en Afstanden:

13.30 uur: korte cross 2.8 km (M/V)

14.00 uur: lange cross 6.8 km (V)

15.00 uur: lange cross 8 km (M)

Tijdmeeting : wedstrijd klok op start/finish

Inschrijving : www.inschrijven.nl

Na-inschrijving : vanaf 12.00 uur op de wedstrijddag, in de kantine

Je startnummer is tegelijk consumptiebon. De opbrengst komt geheel ten goede van de Roparun!

www.team316.nl

www.eur-roadrunners.nl



Aankondiging NSK Indoor – 7 maart 2015

Futurumshop.nl NSK Indoor 2015

Zaterdag 7 maart is het weer zover: dan zal de grote apotheose van het winterseizoen 2014/2015 plaatsvinden: het Futurumshop.nl NSK Indoor 2015! Het kampioenschap wordt dit jaar georganiseerd vanuit Tartlétos en zal net als voorgaande jaren plaatsvinden in Omnisport te Apeldoorn.

Vorbereidingen zijn inmiddels in volle gang en het belooft legendarisch te worden. Uiteraard zullen er niet alleen fraaie prestaties geleverd worden, maar zal er ook lekker gegeten, ongekend gefeest en weinig geslapen worden in Omnisport.

Voor meer informatie over de onderdelen en inschrijving kun je het beste de website/facebook/twitter in de gaten houden. Maar voor nu: omcirkel 7 maart vast overduidelijk in je agenda!

Voor meer informatie: www.nskindoor2015.tk

Facebook: www.facebook.com/nskindoor2015

Twitter: www.twitter.com/nskindoor



Het laatste woord - door Danuta Mazurel

Deze keer is dankzij Thomas aan mij de eer om het laatste woord te hebben in de bliksem. Net als Thomas vorige keer realiseerde ik me pas dat deze taak mij gegeven was vlak voordat ik zou vliegen naar Samos om te gaan genieten van mijn vakantie, dus dit stuk is getypt met uitzicht op prachtig blauwe stranden.

Ik loop pas 2 jaar mee binnen de atletiek, maar ben wel van huis uit opgevoed met hardlopen (door mijn vader en moeder) en atletiek (door mijn broertje). 4 jaar geleden ben ik serieuzer gaan hardlopen, en toen ik op kamers ging in Amsterdam ben ik dus op zoek gegaan naar een gezellige vereniging. Dit vond ik heel snel in Aquila, waar ik na 2 weken werd overgehaald om de nog lege positie van penningmeester in het bestuur te gaan vervullen, en een maand nadat ik lid werd vervulde ik dus opeens een bestuursfunctie.



Met Aquila heb ik de afgelopen 2 jaar ontzettend veel leuke dingen meegemaakt, en tijdens Een tweede bestuursjaar in 2013-2014 ben ik een verschrikkelijk trotse voorzitter geweest. Samen met de vereniging heb ik meegedaan aan wedstrijden (hoewel snel lopen niet echt mijn sterkste kant is, want ondanks dat ik dan voorzitter ben van een atletiekvereniging, zelf ben ik meer een lange afstandsloper met een gemiddeld tempo van rond de 12km/uur ongeacht of ik de 3000 loop tijdens een atletiekwedstrijd of een lekkere 10km) en aan gezellige uitjes en borrels. Wat mij verbind met de atletiek is daarom niet persé mijn succes op de onderdelen maar hoeveel ik kan genieten van een wedstrijd en alles er om heen. Waar ik zo mooi is bij studentenatletiek is dat zowel presteren als meedoen omdat je het leuk vindt mag, en dat dus ook kneusjes die helaas meestal permanent de hekkensluiters zijn (lees: ik) gewoon mee kunnen doen en net zo hard worden aangemoedigd als iedereen. Maar dat neemt ook niet weg dat ik het niet prachtig vindt als de serieuze sporters binnen onze vereniging een topprestatie neerzetten. Daarnaast houd ik van die fantastische feestjes waar het draait om gezelligheid en niet hoeveel iedereen heeft gedronken.

Na zo'n lange tijd als bestuur van de vereniging zal ik aankomende september voor het eerst bestuur af zijn. Het zal wennen worden om een stapje terug te moeten nemen binnen de vereniging, maar ik blijf natuurlijk actief binnen commissies en jullie zullen me nog vaak zien bij de NSK's. Al met al kan ik straks in september met trots terugkijken naar alle fantastische dingen die ik heb meegemaakt binnen de studentenatletiek en ik hoop dat er nog veel meer van dat moois zal volgen. Ik blijf de komende tijd nog wel even genieten van de atletiek!



Nederlandse Studenten Atletiek Federatie

Zeus

Bliksem 3-2014

Het laatste woord geef ik hierbij aan Vincent Witmond, die met zijn vereniging een spannende tijd tegemoet gaat.

Agenda

<u>Datum</u>	<u>Evenement</u>	<u>Plaats</u>
12 december	NSK Trappenloop	Nijmegen
7 februari	Hyde Park Relays	Londen
28 februari	NSK Cross	Rotterdam
7 maart	NSK Indoor	Apeldoorn



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
parcivalatletiek@gmail.com
www.parcival-atletiek.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
bestuur@studentenatletiek.nl
www.studentenatletiek.nl

Bestuursleden

Voorzitter

Joanne Siccama
voorzitter@studentenatletiek.nl

Secretaris

Milou Schuurbiers
secretaris@studentenatletiek.nl

Penningmeester

Luuk Wijering
penningmeester@studentenatletiek.nl

Commissaris NSK's

Fynn van Buuren
nsk@studentenatletiek.nl

Commissaris PR & Evenementen

Martijn van der Vis
evenementen@studentenatletiek.nl

Deze Bliksem kwam tot stand door:

Anne van der Put
Menno Mertens
Danuta Mazurel
Evelien Bos
Het Zeus Bestuur