

10 van AVR: mooie afsluiting circuit

Afgelopen zondag werd onder een stralend zonnetje tijdens de 10 van AVR gestreden om de laatste punten voor het Runningcenter Loopcircuit 2011. Meer dan 200 deelnemers liepen het verbeterde parcours van de 10 kilometer en ruim 100 deelnemers startten voor de afstand van 5 kilometer.

Jeroen van Damme (Loopgroep PK) verbeterde het parcoursrecord op de 10 km met maar liefst 41 seconden in 30:42 en mocht naast de prijs voor de overwinning bij de senioren ook de premie van € 60,- in ontvangst nemen. Michiel van Nispen (Sprint), die de eerste helft van het parcours samen met van Damme liep kwam slechts 9 seconden later over de finish. De overwinning bij de Masters 35+ was voor Bernard Heshof (34:37). Richard van Oosterhout (32:29; ruim 2 minuten sneller dan de snelste Master 35+) won ook deze laatste wedstrijd bij de Masters 45+ en ging met de eerste prijs in het circuit naar huis. Wim Wagemakers finishte in 37:51 en Sieb Bom (43:47) was deze keer zijn vrouw Ria (44:13), die 2^e werd in het circuit, te snel af. De overwinning bij de Masters 55+ was voor Henk Bruijns (36:52) van Sprint. Ad Boeren (40:37) werd 5^e in deze categorie en stelde hiermee zijn vierde plaats in het circuit veilig. Jack Beekers (40:28) van Achilles werd, net als alle voorgaande wedstrijden, winnaar bij de Masters 65+.

Snelste dame was Annelies Postema van Thor die met haar tijd van 40:31 10 seconden voor Lizet van Oosterhout van AVO'83 over de finish kwam. Ingrid van Asselt (41:20) liep een ijzersterke wedstrijd, werd tweede in de categorie Dames senioren/35+ en legde in het circuit beslag op de 4^e plaats.

Snelste dame op de 5 km was Ngi Ma Bosman uit Oud-Gastel met een tijd van 20:14. D-juniore Symke Huybregts werd met haar tijd van 21:04 verrassend derde. De tijden van de overige AVR-dames op de 5 km: Hennie Wagemakers 23:15, Myrna Blom 23:15, Claudia de Jong 26:47, Jolanda de Jong 26:47 en Carolien van Rijthoven 27:52. Ook Manon Boonman waagde zich na een goede Coopertest aan de afstand van 5 km en finishte in 28:36.

Winnaar bij de 5 km werd Thomas Kools in een tijd van 16:48. Rolino Dircken werd met 18:02 derde bij de jongens B-junioren, en werd in het eindklassement van het circuit ook derde. Swen van Zundert finishte in een mooie tijd van precies 20 minuten. Martijn Elst is weer op de goede weg terug en finishte in 21:02. Tom vd Borst liep zijn eerste 5 km-wedstrijd in een knappe tijd van 22:46 en Johan Kennis die dit jaar weer opnieuw gestart is met lopen finishte met 29:28 nog ruim binnen het half uur.

De 10 km trimloop werd gewonnen door Pascal Burggraaf (37:47). Snelste dame was Judith Stevens uit Prinsenbeek met een tijd van 45:25. Peter Suijkerbuijk die dit voorjaar de opstapcursus afsloot finishte met 49:43 mooi binnen de 50 minuten en Christine Mies uit dezelfde opstapgroep liep met 52:46 weer een nieuw PR. Lydia vd Borst bedwong de 10 km in 52:02 en onze heren Jack Lazeroms, Ron Mathijssen, Jack vd Borst en Pieter Krijnen finishten in respectievelijk 44:40, 44:47, 45:44 en 46:41.

Onze trainer Rene de Kok, die bij veel wedstrijden aanwezig is om onze leden te coachen c.q. aan te moedigen, nam deze keer zelf deel aan de wedstrijd en liep 10 km in een mooi tijd van 43:11.

Voorafgaand was er een jeugdloop over 600 en 1200 meter. Bas Bastiaanssen legde met zijn tijd van 2:37 beslag op de bronzen medaille in de categorie jongens tot en met 9 jaar. Stijn Pijnenburg verdiende goud als overtuigend winnaar bij de 1200 meter in 4:54. Jeroen de Craen kwam met zijn tijd van 5:40 net niet op het podium en Kees Bastiaanssen finishte in 6:18. Bij de meisjes 1200 meter was er zilver voor Lotte Verlaar (5:27) en brons voor Maureen Jochems (5:48). Haar jongere zusje Nadia werd vijfde in een tijd van 6:17.

Naast het grote aantal AVR-deelnemers was er nog veel een groter aantal (AVR-)vrijwilligers actief. Niet alleen tijdens de wedstrijd maar ook bij de voorbereiding. Zonder de inzet van deze vrijwilligers is het niet mogelijk om een evenement van deze omvang goed te laten verlopen. Iedereen bedankt voor zijn/haar inzet!