

## Veel AVR'90-leden aan de start in Etten-Leur

Afgelopen zondag was de 30<sup>e</sup> editie van de herfstmarathon in Etten-Leur. Zoals gewoonlijk was het weer een drukte van belang. Vooral de halve marathon en de 10 km waren sterk bezet.

Het programma week iets af van voorgaande jaren omdat de familieloop nu voorafgaand aan de 5 km plaatsvond. Om kwart voor elf stonden Cor Rens, Jessica Suijkerbuijk, Anja Koevoets, Eline Boomaerts, Myrna Blom, Lotte Verlaar, Stijn Pijnenburg, Tonny van der Steen en Bas de Graaf aan de start van de 5 km. Snelste AVR-man was Bas de Graaf die met 17:31 7<sup>e</sup> werd bij de mannen en Myrna Blom (23:46, 9<sup>e</sup> bij de vrouwen) was de snelste AVR-vrouw. Net als voorgaande jaren waagde geen enkele AVR-atleet zich aan de hele marathon. Petra Veraart, Corrie van Trijp, Jolanda de Jong, Astrid de Bont, Annelies Verpaalen, Christa de Jong, Johan van Meer, Sieb Bom, Ad Boeren, Peter Suijkerbuijk, Wim van de Sande, Ruud Verpaalen, Peter Woestenberg, Tini de Rooij en Jack Lazeroms liepen de 10 km, waarvan het parcours langs het huis van Jack Lazeroms loopt. Wellicht dat Jack hierdoor bijna 1 minuut sneller liep dan een week eerder tijdens de 10 van AVR? Toon Heeren is nog niet helemaal terug van een blessure, maar werd met 32:55 toch mooi tweede overall in Etten-Leur. Zowel Johan als Annelies liepen sinds lange tijd weer een mooie vijfenvijftiger. Wim van de Sande die lid van AVR'90 geworden is om zijn doelstelling (10 km onder de 45 minuten) te verwezenlijken liep weer een PR van 45:42. De deelnemers aan de halve marathon vertrokken om 2 uur voor hun ronde door het Etten-Leurse en Sprundelse buitengebied. Onder hen Lydia van der Borst, Noud Theunis, Ad Evers, Johan Peeters, Ad Evers, Jack van der Borst, Jack vd Sande, Wim Wagemakers en Richard van Oosterhout. Als gevolg van liesproblemen was Lydia haar doelstelling "finishen binnen de twee uur". Haar brutotijd was exact twee uur, maar omdat Lydia zich bij de start nooit naar de voorste gelederen wringt, ging daar nog precies een minuut af. Ondanks zijn leeftijd slaagde Johan Peeters (PR van 1:44:10) er weer in om zijn beste tijd ooit te lopen op een halve marathon. Jack van der Borst scherpte zijn PR met bijna 4 minuten aan. Noud Theunis deed daar nog een schepje bovenop door zijn beste tijd met maar liefst 4:46 te verbeteren! Wim Wagemakers was er, ondanks het feit dat hij enkele weken geleden last van zijn rug had en de topvorm nog niet terug was, toch op gebrand deze keer wel zijn PR te verbeteren. De eerste 10 km in 38:40 waren erg snel. Omdat de groep waarin hij liep daarna uit elkaar viel moest Wim het verder in zijn eentje rooien. Gelukkig kwam Wim (1:23:17) deze keer 11 seconde sneller dan tijdens de City Pier Cityloop over de finish. Door het draaien van ploegendiensten had Richard van Oosterhout zich niet goed voor kunnen bereiden op deze halve marathon. Tot zijn verrassing ontdekte hij rond de 15 km clubgenoot John Kerstens in het publiek. De aanmoedigingen van John en Mariëtte gaven Richard weer een extra impuls maar desondanks waren de laatste 2 km loodzwaar. Toch kon hij met 1:12:30 nog beslag leggen op een derde plaats overall. De resultaten van alle AVR-leden zijn terug te vinden op [www.avr90.nl](http://www.avr90.nl)

Resultaten van alle AVR'90-deelnemers:

### 5 km:

Bas de Graaf	17:31
Stijn Pijnenburg	21:39
Myrna Blom	23:46

Tonny van der Steen	24:29
Eline Boomaerts	25:45
Anja Koevoets	28:53
Lotte Verlaar	29:16
Corrie Rens	30:20
Jessica Suijkerbuijk	36:43

### **10 km:**

Ruud Verpaalen	41:26
Peter Woestenberg	42:24
Ad Boeren	42:26
Tini de Rooij	43:09
Sieb Bom	43:34
Jack Lazeroms	43:41
Wim van de Sande	45:42
Christa de Jong	48:13
Annelies Verpaalen	55:11
Petra Veraart	55:11
Johan van Meer	55:33
Peter Suijkerbuijk	53:36
Jolanda de Jong	56:46
Corrie van Trijp	57:10
Astrid de Bont	1:07:29

### **Halve marathon**

Richard van Oosterhout	1:12:30
Wim Wagemakers	1:23:17
Noud Theunis	1:31:45
Jack van der Borst	1:37:56
Jack van derSande	1:42:01
Johan Peeters	1:44:10
Ad Evers	1:49:05
Lydia van der Borst	1:59:00