

10 km van Groot Steenberg en Ten Miles Tilburg

Dinsdag 27 augustus was de achtste wedstrijd van het Runningcenter Loopcircuit: de 10 km van Groot Steenberg. 5 mannen en 1 vrouw vertegenwoordigden AVR'90 in deze wedstrijd. Zondag 1 september nam Richard van Oosterhout deel aan de Ten Miles in Tilburg.

Emmy Tuenter finishte in Steenberg als vierde dame in 45:54. In het klassement van het WBLC worden de dames senioren en de dames 35+ samengevoegd en legt Emmy beslag op de vijfde plaats. Snelste AVR-man was Peter Woestenberg. Opnieuw wist hij, net als bij de Midsummerrun waar hij derde overal werd, een zevendertiger (37:45) op de klok te zetten. De zesde tijd bij de masters 45+. Winnaar in deze categorie werd Toon Heeren in 33:01. Sieb Bom werd met 44:15 tiende bij de masters 55+. In de eindsprint moest hij het afleggen tegen Wim van de Sande die net een seconde sneller was en hiermee zijn PR op de 10 km verbeterde in 44:14. In het klassement staan zowel Sieb Bom (M55+) als Peter Woestenberg (M45+) nu op een vierde plaats maar er zijn nog behoorlijk wat atleten die hen kunnen passeren zodra die 7 wedstrijden van het circuit gelopen hebben. Onder hen Wim Wagemakers die deze keer derde werd bij de masters 55+ in een tijd van 38:52. Hij was de enige AVR-atleet die in Steenberg een plaatsje op het podium in mocht nemen. Noud Theunis kon deze keer zonder haas de wedstrijd net niet binnen de 40 minuten lopen, maar kan toch tevreden zijn met zijn tijd van 40:20. De volgende wedstrijd in het Running Center Loopcircuit is de Groene Ster Loop in Zevenbergen op zondag 15 september. Voor informatie zie www.avgroenester.nl

Richard van Oosterhout imponeerde bij de 10 Miles in Tilburg. De weersomstandigheden waren goed op zondag 1 september. Het parcours in Tilburg was snel en er was een groot internationaal deelnemersveld. Als een van de prominente deelnemers stond Richard in het voorste startvak om zo goed mogelijk te presteren bij de masters 45+. Daarbij was er goede tegenstand van o.a. Armand van de Smissen en Michel Otten. Voorts stond deze wedstrijd in het teken van de naderende NK 10 km op de weg en was dit een laatste test om te zien hoe de vorm was. Het zou een bevestiging worden van wat we al vermoedden: de vorm is uitstekend. De 5 km werd gerond in 16:22 (een week geleden op de baan in Bergen op Zoom liep Richard nog een 5 km solo in 16:05). Bij de 10 km kwam Richard door in 32:58 en moesten Armand en Michel al lossen. Verval was er ook in het resterende deel van de wedstrijd nauwelijks, ook al gingen de benen wat meer zeer doen in de laatste paar kilometers. Eindresultaat een 1e plaats in een zeer sterke tijd van 53.38. Hiermee verbeterde Richard zijn PR op de 10 engelse mijl met bijna 1 minuut!