

## Zilver voor Ingrid bij Brabants Kampioenschap cross

Zondag 7 december werd tijdens de Spadocross in Bergen op Zoom gestreden om de titels "Brabants Kampioen". 3 AVR'90 dames verschenen aan de start van dit kampioenschap.

Alhoewel er wel wat deelnemers waren die normaliter niet deelnemen aan de West-Brabantse crossen viel het aantal onbekenden toch wat tegen. Maar voor de 500 deelnemers die zondag in de bossen van Lievensberg startten, zorgde Spado weer voor een uitdagend crossparcours met een lang stuk los zand, behoorlijk wat klimmetjes, maar gelukkig ook enkele afdalingen. Het was vaak uitkijken omdat niet zichtbaar was op wat voor ondergrond je in de vlakte van bladeren terecht kwam. Om tien voor een startte Annemijn Adriaens bij de meisjes B-junioren voor een afstand van 3,3 km. De start ging vlot, maar dat tempo kon Annemijn niet de gehele wedstrijd vasthouden. Met haar tijd van 16:58 eindigde ze mooi in het middenveld. Voor haar eindigden diverse atletes waarmee Annemijn al jarenlang de strijd aangaat, maar dit zijn allemaal meiden die 3 tot 4 keer per week trainen en het is dus niet verwonderlijk dat Annemijn die met een trainingsintensiteit van 1 keer per week niet meer bij kan houden. Na de meisjes B-junioren startten de meisjes A-junioren gelijk met de dames senioren en masters. Ingrid die vooraf op internet gezien had dat de te lopen afstand voor haar meer dan 8 km bedroeg was blij toen bleek dat de afstand net als vorig jaar toch 6,3 km was. Het wedstrijdverloop ging als vanouds met een sterke start van Ingrid en Ria die voorzichtig opende in de wetenschap dat zij het van de laatste kilometers moet hebben. Na 1 ronde was er een behoorlijk verschil tussen Ingrid en Ria. De enige dame in de categorie dames 45+ die voor Ingrid liep was Lisette van Oosterhout van AVO'83 die uiteindelijk de overwinning op haar naam schreef. Het was flink werken geblazen voor Ingrid maar zij mag trots zijn op haar tweede plaats. Omdat in het reglement van het Brabants Kampioenschap cross geen aparte categorie voor de dames 55+ opgenomen is, streed Ria mee tussen de jongere dames. In de tweede en derde ronde wist ze de een na de ander in te halen, en werd uiteindelijk vierde. Helaas zijn de tijden van de dames niet geregistreerd, maar Ingrid klokte zelf 30:15 (ruim een halve minuut sneller dan vorig jaar). Alhoewel het wel koud was, waren de dames gelukkig al gefinisht voordat de grote regenbuien kwamen.

Zowel voor de jeugd als de senioren was er dinsdag 2 december een speciale sint nicolaatraining. Het was jammer dat het in tegenstelling tot voorgaande weken een stuk kouder was, maar train(st)ers Nancy en Aaron hadden een leuk spel voor de jeugdleden bedacht. Natuurlijk had sint nicolaas voor alle jeugdleden weer een kadootje gebracht en de kinderen lieten zich het lekkers goed smaken. De senioren liepen in tweetallen een estafette en moesten daarbij proberen na 31:32 te finishen. Om het wat moeilijker te maken werden zij onderweg afgeleid met leuke puzzelopdrachten. De eerste lopers dachten al na 24 minuten dat zij 31:32 gelopen hadden! (of vonden zij het zo wel genoeg?) Pieter Krijnen en Peter Suijkerbuijk maakten de beste inschatting. Zij kwamen slechts 13 seconden te vroeg binnen en verdienden beiden de letters "AVR" in chocolade. En natuurlijk was er voor iedereen de welbekende taai-taipop.