

## Elftal AVR'90 actief op koningsdag

Op koningsdag was de derde wedstrijd van het West-Brabants Loopcircuit. 11 AVR'90-leden verschenen aan de start van de Vlietloop in Oud-Gastel.

Sommige dingen zijn steeds hetzelfde, andere zaken veranderen. Wat er in 2016 anders was, waren de afstanden. Geen Engelse mijlen meer maar afstanden van 10 km en een halve marathon. Wat iedere keer weer hetzelfde lijkt, is de overlast van de wind. Gelukkig voor de deelnemers blies die wind in de laatste kilometers heel gunstig in de rug. Menigeen zag je bij het inlopen met de handschoentjes aan. En wie tijdens de wedstrijd na 40 minuten nog niet over de finishlijn was, werd overvallen door een stevige hagelbui. Winnaar van de 10 km werd Huub Maas in 33:18, gevolgd door Richard van Oosterhout die lang samenliep met Jeroen van Damme (de latere winnaar van de halve marathon) en na 34:18 de finish passeerde. Voor Richard een overwinning in de categorie masters 45+. Bovendien weer een mooie tijd aangezien de gps systemen aangaven dat het parcours ruim 200 meter langer was dan 10 km. Je mag op de gelopen 10 km-tijden daarom 40 sec tot een minuut in mindering brengen. Als 5<sup>e</sup> overal finishte Toon Heeren, die het bewust wat rustiger aan deed na een zware baanwedstrijd van 4 dagen eerder, waarin hij 5 km in een tijd van 16:09 liep. Wim van de Sande leek goed op weg, maar Wim kreeg na enkele kilometers een te hoge polsslag en moest teveel terug in tempo, waardoor zijn eindtijd uitkwam op 45:58. Chris Hoebergen vond het door de wind een zware wedstrijd en finishte in 46:44. Sieb Bom werd achtervolgd door René de Kok, die hem na 6 km tot op 20 meter was genaderd. Na 10 km was het verschil nog maar 5 meter maar in het laatste stuk wist Sieb er nog een flinke versnelling uit te persen, waardoor hij op de meet toch nog 7 seconden sneller was dan René die 47:44 klokte en daarmee wederom Johan Peeters (48:32) achter zich liet. René en Johan werden daarmee 2<sup>e</sup> en 3<sup>e</sup> bij de masters 65+ en waren daarmee in het totaalveld zeker niet bij de laatsten want van de in totaal 112 mannen die 10 km liepen werden René en Johan 61<sup>e</sup> en 68<sup>e</sup>. Er waren 41 dames die kozen voor de afstand van 10 km met Ria Bom als beste van AVR'90 in 45:22 en daarmee winnares in haar categorie dames 55+. Iris de Bruijn had de halve marathon van Madrid nog in haar benen maar liet toch een solide tijd van 54:04 optekenen. Petra Veraart liep voor het eerst na de wedstrijd in oktober in Etten-Leur weer een wedstrijd van 10 km. Zelf klokte zij 56:38, maar de man met de stopwatch stond pas aan het einde van de fuik zodat ze met 56:59 in de uitslag staat. Petra is vast van plan om dit jaar weer een keer een vierenvijftiger te lopen. Om het AVR'90 elftal compleet te maken zagen we Yvonne Boot op de halve marathon als eerste senior dame (derde overal) binnen komen in 1:32:47. De trainingen en de begeleiding bij AVR lijken hun vruchten af te werpen, want Yvonne verbeterde haar PR met ongeveer 3 minuten. Ze kwam desondanks heel fris over de finish. En daarmee gaf de teller aan dat 11 leden van AVR'90 er een sportieve koningsdag van gemaakt hadden.