

AVR'90-leden in Roosendaal en Rijsbergen

Zondag 26 juni namen een kleine 3.000 lopers deel aan de "Halve van Roosendaal". Natuurlijk koos het merendeel van hen voor de afstand van 10 km.

Slechts 1 AVR-atleet nam deel aan het hoofdnummer van de dag: John Lewis Garcia liep zijn eerste halve marathon onder de vlag van AVR'90 al voordat hij zijn streeftijd van 40 minuten op de 10 km behaalde. Natuurlijk kan een halve marathon niet in het 10 km-tempo gelopen worden. Met zijn tijd van 1:33:25 mag John Lewis tevreden zijn. Naast de huidige AVR-leden staan in de uitslagenlijst van Roosendaal ook verschillende namen van oud-AVR-jeugdleden (o.a. Sjoerd Broos, Glenn Laurijsse, Bert van Dijk, Rob Verpaalen, Guus en Tijn van Wezenbeek, Cato Jongeneelen en Lisa Merks). Fijn dat zij nog steeds plezier in het lopen hebben! Het lukte Angelique Verpaalen (50:40) in Roosendaal nog niet om de 10 km binnen de 50 minuten te lopen, maar op een druk parcours is het, mede door het noodzakelijk inhalen van andere lopers, sowieso al moeilijker om in je eigen ritme te komen. Johan Peeters (47:46) wachtte deze keer wel de prijsuitreiking af en dat was maar goed ook. Hij mocht de hoogste trede van het podium in de categorie heren 65+ beklimmen! Ook een eerste plaats was er voor Ria Bom (44:40) in de categorie dames 55+. Zij liep maar liefst 1:19 sneller dan vorig jaar in Roosendaal! Frans van Bedaf (50:06) liep een mooie vlakke wedstrijd waarin hij voor de tweede helft slechts 5 seconden meer nodig had dan voor de eerste 5 km. Toon Heeren (33:48) dulde in de categorie masters 45+ alleen de Belgische Saaid Ribag (33:40) voor zich. Of hij zich dat tijdens de wedstrijd ook bewust was is niet duidelijk. Sieb Bom (46:32) liep nagenoeg dezelfde tijd als in 2015 en een kleine verbetering ten opzichte van vorig jaar was er voor Wim van de Sande (44:40). Ook twee weken eerder in de Bavolooop in Rijsbergen liep Wim met 42:53 bijna 20 seconden sneller dan vorig jaar. Hier wist Mark Kamphuis op het vernieuwde parcours van 5 rondjes met aardig wat wind op kop zijn langverwachte PR te scoren: met 39:15 bleef hij ruim onder de 40 minutengrens. Yvonne Boot finishte in Rijsbergen als 7^e dame in 41:52. Wellicht met het oog op de halve marathon die John Lewis Garcia dit weekend liep, koos hij in Rijsbergen voor de kortste afstand van 5 km die hij aflegde in 19:39. Nu is het even tijd voor vakantie. Gewoontegetrouw kunnen de lopers op de derde dinsdag van augustus in Hoeven weer testen hoe ze ervoor staan.