

## AVR'90-leden in loodzware Spadocross

Het weer was droog met een redelijke temperatuur. Maar het zware parcours van de Spadocross maakte deze toch tot een "echte cross".

Dat ondervond ook het zesttal AVR'90 atleten dat zondag in de bossen van Lievensberg deelnam aan tweede cross van het ARWB-circuit. Helaas was de bezetting van deze uitdagende cross dit jaar matig. Nadat de prestatielopers en zo'n 225 pupillen en C/D-junioren hun rondjes in het bos gerend hadden, was het de beurt aan de dames en meisjes A-junioren. Slechts 20 dames en 1 A-juniore stonden om kwart over 1 aan de start voor 3, respectievelijk 2 rondjes (6,3km/4,2 km). Onder hen 3 AVR'90-dames, te weten Yvonne Boot, Ingrid van Asselt en Ria Bom. Yvonne had het vooral zwaar tijdens de enkele honderden meters lange strook met los zand. Met haar tijd van 30:09 behaalde zij net geen podiumplaats in de categorie dames 35+, maar zij liep wel 37 seconden sneller dan vorig jaar en kan dus terugkijken op een goed wedstrijd. Ingrid van Asselt behaalde met 31:25 wel een podiumplaats (3<sup>e</sup> in de categorie dames 45+). Gedurende de gehele wedstrijd was Ria Bom haar directe achtervolgster en aan de finish bedroeg het verschil slechts 13 seconden. Voor Ria was dit weer een uitstekend optreden (bijna een halve minuut sneller dan vorig jaar) dat beloond werd met de 1<sup>e</sup> plaats in de categorie dames 55+. Net als bij de dames verschenen aan de start bij de heren 3 AVR'90-atleten. Rolino Dircken heeft na een paar jaar wedstrijdлуwte de smaak weer te pakken. Met zijn tijd van 42:42 voor 10,5 km eindigde hij mooi in de middenmoot in de categorie heren senioren. Vooral voor de masters, die "slechts 4 rondjes", toch nog 8,4 km moesten lopen weegt een parcours zoals in Bergen op Zoom behoorlijk door! John Lewis Garcia werd met zijn tijd van 40:19 verdienstelijk 5<sup>e</sup> in de categorie masters 55+ en trainer René de Kok behaalde weer een podiumplaats: 3<sup>e</sup> in de categorie masters 65+ in een tijd van 45:47. 3 podiumplaatsen voor 6 deelnemers is weer een mooie score! De volgende regiocross is de Pagnevaartcross op zondag 8 januari 2017. Voor informatie zie [www.avo83.nl](http://www.avo83.nl) Maar op tweede kerstdag is natuurlijk eerst nog de Sprundelse kerstcross en de echte crossliefhebber kan ook zijn hartje nog ophalen in de Pekkercross in Oud-Gastel op zondag 18 december.