

## Mooie resultaten AVR'90 in Pagnevaartcross

Nat. Heel erg nat! Zo lag het parcours van de Pagnevaartcross er op vrijdag 5 januari bij. Diverse paden waren door het water slecht te belopen.

Een dag later kon de lopersgroep van AVR'90 zich dat tijdens de wekelijkse bostraining op de Rucphense heide heel goed voorstellen: Al na 5 minuten inlopen passeerde de groep van bijna 20 lopers een personenauto die zich op een van de zandwegen helemaal vastgereden had in de modder; de tractor was al onderweg... En in de buurt van het Ossekopke was een toegangsweg met hekken en linten helemaal afgesloten voor het verkeer. Voor de lopers een extra uitdaging om er te voet wèl langs te snellen. De deelnemers aan de Pagnevaartcross waren dus vooraf gewaarschuwd! Maar een dag later, op zondag was van dit alles weinig meer te merken in het Pagnevaartbos. Het parcours bleek goed beloopbaar: geen water en nauwelijks echte modderstukken. Maar wel boomwortels die intussen op het parcours bloot zijn komen te liggen en voor de atleten het grootste gevaar vormen. En met een fikse oostenwind was het koud! Maar gelukkig bood het bos wat bescherming tegen de wind. 4 AVR'90-leden verschenen aan de start van de 4<sup>e</sup> wedstrijd van het ARWB-crosscircuit. Yvonne Boot liep een regelmatige en goede wedstrijd: voor het eerst dit seizoen liep zij van meet af aan voor concurrente Wendy Deijkers van AVS'90. Ronde na ronde werd de afstand tussen Yvonne en Wendy wat groter met op de meet een verschil van 20 seconden in het voordeel van Yvonne en met 26:58 een eerste plaats in de categorie dames 35+. Op dit moment staan zowel Yvonne als Wendy op 290 in het klassement. De overwinning zal dus afhangen van het resultaat in de laatste cross. Bij de heren stonden Rolino Dircken, Richard van Oosterhout en Chrisje Schrauwen aan de start. Mochten Richard en Chrisje al na 4 rondes (8 km) finishen, Rolino moest 5 rondes (10 km) lopen. Door knieproblemen na de cross bij AVS'90 werd het voor Rolino een testwedstrijd. Gelukkig hield de knie zich goed en kon Rolino een zeer gelijkmatige wedstrijd lopen, die resulteerde in een 8<sup>e</sup> plaats bij de senioren met tijd van 39:10. Hiermee bleef hij zijn directe concurrent in het cross-klassement, Tim Hanswijk van Diomedon, nog 23 seconden voor. Dus slecht was zijn resultaat allerminst! Richard van Oosterhout liep 8 km in precies 28 minuten (nagenoeg een minuut sneller dan bij zijn vorige deelname aan de Pagnevaartcross in 2016) en moest alleen de 5 jaar jongere Huub Maas voor zich dulden in de categorie masters 45+. Ook Richard heeft 290 punten in het tussenklassement en in theorie kan alleen Roel van Nes van AVS'90 Richard nog van de overwinning in het circuit afhouden. Bij de masters 55+ was er een 5<sup>e</sup> plaats voor het Bergse AVR'90-lid Chrisje Schrauwen. Chrisje was erg tevreden met zijn tijd van 36:29 waarmee hij de snelste master 65+ was (maar hiervoor was geen aparte categorie) De laatste cross van het ARWB-circuit is de DJA-cross op zondag 4 februari in Zundert. Voor info zie [www.dja-zundert.nl](http://www.dja-zundert.nl)

En de lopers van AVR'90 gaan tijdens hun trainingen verder met de voorbereidingen voor de laatste cross en daarna weer het baanseizoen. Elke zaterdag om 3 uur is er een bostraining vanaf camping de Posthoorn. Iedereen, dus ook niet-leden, die 10 km ruim binnen het uur kan lopen, mag aansluiten bij deze training onder leiding van trainer René de Kok.