

## **AVR'90-leden dragen hun steentje bij in Quikrun**

De deelname aan de Quikrun door Yvonne Boot, Petra Veraart, Johan Peeters, Toon Heeren, Chrisje Schrauwen, Chris Hoebergen en Frans van Bedaf leverde niet allen sportief mooie prestaties op maar steunde tevens de stichting Paul.

Dit jaar organiseerde de stichting Paul voor de zesde maal de Quikrun. Deze stichting is opgericht ter nagedachtenis aan de in 2013 op 37-jarige leeftijd overleden Paul Quik en heeft als doelstelling alle Roosendaalse kinderen te kunnen laten sporten. Als eerbetoon aan Paul is zijn naam verbonden aan deze loop. De stichting doet er alles aan op de loop voor iedereen aantrekkelijk te maken. Zo werd dit jaar voor het eerst een bedrijven challenge toegevoegd aan het programma en werd tijdens de loop een Kids Bootcamp georganiseerd. Ook werden bij de 5 km net als bij de 10 km de uitslagen afzonderlijk per leeftijdscategorie opgemaakt en leverde deelname aan de 5 km ook punten voor het circuit op. De 5 km-lopers werden om 10 uur weggeschoten. Yvonne (21:56), Petra (28:12) en Johan (23:39) werden allemaal tweede in hun leeftijdscategorie. Helaas hadden zij geen tijd om de 10 km-lopers die om 11 uur startten aan te moedigen. De 10 km-lopers Toon Heeren (34:35) en Chrisje Schrauwen (42:05) werden beiden eerste in hun leeftijdscategorie. Chris Hoebergen had met Frans van Bedaf afgesproken dat hij als haas voor Frans zou lopen in een tempo van ongeveer 4:40 per km. Tot 6 km ging dat prima. Daarna viel Frans iets terug en liepen Chris en Frans apart verder. Chris zette een tandje bij en finishte in 46:06. Ook Frans kon op het laatst nog iets versnellen waardoor zijn eindtijd op 46:42 uitkwam (precies 4:40 per km). Beiden waren tevreden en Chris heeft zich ten doel gesteld Frans een volgende keer onder de 46 minuten te laten finishen. Zo blijkt maar weer dat de lopers een positieve invloed op elkaar hebben.

Aanstaande zondag is de volgende wedstrijd van het West Brabants Loopcircuit in Steenbergen. Daarna volgen op 5 oktober de Cheltenhamrun (alleen 5 km) in Stampersgat, op 13 oktober het Rondje Seppe in Bosschenhoofd en op 20 oktober de Kluiskenhof 10 van AVR vanaf de nieuwe atletiekbaan in Rucphen. De werkgroep is al volop bezig met de voorbereidingen van deze wedstrijd. Onder andere het tijdelijk ontbreken van het clubgebouw en de wegafsluiting bij de Industriestraat vragen de nodige aanpassingen, maar met de nodige creativiteit van de werkgroep zal ook deze editie van de Kluiskenhof 10 van AVR weer tot in de puntjes verzorgd worden.

