

Jaarverslag 2019 Technische Commissie

De technische commissie (TC) bestond in 2019 uit Dick Bais, Ruud Wielart, Dik de Groot en Niels Ran.

Trainersstaf

Ons trainerscorps is het afgelopen jaar behoorlijk stabiel gebleven. Daarnaast maakt het vervroegen van de pupillentraining ons flexibeler bij de inzet van de trainers. Als er iemand ziek is, kan iemand die eerder of later training geeft makkelijker invallen.

Het afgelopen jaar is Colin Straathof gestopt als trainer bij de C-junioren. Niels Witmer, oud-atleet van onze vereniging en student aan de ALO, is juist begonnen bij de pupillen.

De trainersstaf bestond in 2019 uit:

Pupillen	Mike van Dijk Mirthe Wiltink Finn Damhoff Daniel de Vries Vera Schoonackers Niels Witmer
D-junioren	Bob de Groot Dik de Groot (trainerscoördinator)
C-junioren	Colin Straathof (t/m september) Robin Flipsen
AB-junioren	Niels Ran
Senioren	Ruud Wielart
Recreanten	Ludwien Potveer
Lange afstandsgroep	Ruud Wielart
Horden	Dick Bais
Werpen	Rob de Wit

Prestaties

Het afgelopen jaar zijn er ook weer prachtige prestaties geleverd. Bij de senioren plaatsten zowel de mannen als de vrouwen uit de tweede divisie zich voor de promotiewedstrijd met de eerste divisie. Met respectievelijk een 10^e en 9^e plaats wisten ze zich overigens niet te plaatsen voor de eerste divisie. Jurgen Wielart, Vester van Heijningen, Roeland Heitkönig en Stefan Scholte liepen hier naar de snelste tijd in Nederland op de Zweedse estafette (1.56,93).

Ook de dames hebben hard gelopen op de Zweedse estafette. Albertine Vermeer, Femke van der Wolf, Mirthe Wiltink en Evelien Verbruggen wonnen goud bij het NK estafette met een tijd van 2.22,88.

Jurgen Wielart liep natuurlijk ook weer 800 meter, wat resulteerde in een zilveren medaille op het NK en de zesde jaarprestatie (1.48,47). Andere deelnemers aan het NK waren Sjoerd Dekker en Vester van Heijningen op de 400 m, Roeland Heitkönig en Stefan Scholte op zowel de 100 m als de 200 m en Albertine Vermeer die de halve finale van de 400 m bereikte. Kijk voor alle uitslagen van het NK op <https://www.atletiek.nu/wedstrijd/uitslagen/31082/>.

Het prestatie-verzicht dat in voorgaande edities in de verslag stond is dit jaar niet bijgevoegd, omdat er veel meer vermeldingen zijn dan vorig jaar. Naast de prestaties van de senioren die hiervoor genoemd werden, staan ook veel junioren met hun prestaties in de ranglijsten. Hieronder staan enkele prestaties vermeld, maar voor een volledig overzicht kun je kijken op <https://www.atletiek.nl/ranglijsten>.

Bij de junioren zijn er goede prestaties van Erick Könst (U18) bij het speerwerpen (53,08 m), Daniel de Vries (JC) bij het hoogspringen (1,72 m), Finn Damhoff (JC) bij het kogelslingeren (28,96 m), Sven Koolmoes (JC) bij het kogelstoten (10,75 m), Ryan Eelman (JD) bij het hoogspringen (1,40 m). Bij de meisjes vallen vooral (weer) de prestaties van Babs Koeman (MC) op. Zij staat op bijna alle onderdelen in de ranglijsten en het is dan ook niet gek dat ze op een zesde plaats staat bij de meerkamp (4251 punten). Verder halen ook haar prestaties bij het speerwerpen (36,39 m) en de 300 m horden (46,12) de top-10 bij de C-junioren. Andere dames die opvielen zijn Vera Hijlkema (U18) op de 400 m horden (1.09,95) en het hink-stap-springen (10,29 m), Anna Hovinga (MC) op de 300 m (45,50) en Ziza Kemper (MD) bij het verspringen (4,33 m).

Al deze prestaties hebben ook weer geleid tot verbeteringen van clubrecords. Deze zijn te vinden op de volgende pagina.

Verbeterde clubrecords in 2019

Categorie	Onderdeel	Naam	Prestatie	Plaats	Datum
Vrouwen	400 m	Albertine Vermeer	57,35	Den Haag	26-7-2019
Vrouwen	Polstokhoogsprijngen	Mette Elgersma (U18)	2,70	Haarlem	28-4-2019
Vrouwen	Kogelstoten	Mirthe Wiltink	11,78	Veenendaal	16-6-2019
Vrouwen	Kogelslingeren	Bente Elgersma	22,92	Hilversum	8-9-2019
Vrouwen	4 x 200 m	Mirthe Wiltink, Femke van der Wolf Bente Elgersma, Albertine Vermeer	1.49,09	Haarlem	5-7-2019
Vrouwen	4 x 400 m	Vera Hijlkema, Albertine Vermeer, Mirthe Wiltink, Femke van der Wolf	4.11,58	Veenendaal	16-6-2019
Vrouwen U18	Speerwerpen	Babs Koeman (C)	36,39	Zaandam	12-5-2019
Meisjes C	600 m	Babs Koeman	1.40,23	Amstelveen	9-6-2019
Meisjes C	80 m horden	Babs Koeman	12,38	Lisse	15-6-2019
Meisjes C	300 m horden	Babs Koeman	46,12	Amsterdam	24-8-2019
Meisjes C	Speerwerpen	Babs Koeman	36,39	Zaandam	12-5-2019
Vrouwen U18 indoor	60 m horden	Babs Koeman	9,37	Assendelft	24-11-2019
Vrouwen U18 indoor	Hoogspringen	Babs Koeman	1,51	Assendelft	15-12-2019
Vrouwen U18 indoor	Vijfkamp	Babs Koeman	3166	Apeldoorn	9-2-2020
		60 m horden	9,59		
		Hoogspringen	1,51		
		Kogelstoten	9,77		
		Verspringen	5,04		
		800 m	2.32,72		
Mannen	1 000 m	Jurgen Wielart	2.24,85	Lisse	18-5-2019
Mannen	Zweedse estafette	Jurgen Wielart, Vester van Heijningen Roeland Heitkönig, Stefan Scholte	1.56,93	Hilversum	8-9-2019
Mannen indoor	800 m	Jurgen Wielart	1.50,24	Apeldoorn	1-2-2020