



## Nieuws van het bestuur

Beste leden/ouders/verzorgers,

Op 6 januari hebben we weer onze Nieuwjaarsreceptie kunnen organiseren. Na 2 jaar geen receptie konden we weer bij elkaar komen voor een gezellige avond, waar volgens traditie vele atleten van Sportclub Reeuwijk in het zonnetje gezet konden worden. Van de puntenklassementen tot de jaarprijzen. De winnaars van de puntenklassementen zijn te veel om te benoemen, maar voor de jaarprijzen maken we een uitzondering. Deze zijn gegaan naar:

- Pupil van het jaar: Demi Hoogendoorn en Micha Rozendaal
- Aanmoedigingsprijs CD junioren: Kyara Lankheet en Janno de Pater
- Prestatiebeker A/B junioren: Robin de Haan
- Prestatiebeker senioren/masters: Anita van Duin en Jorne van Ginkel

In deze laatste categorie was er een speciale prestatiebeker voor Frans van Zuilen voor zijn prestatie in de Indian Summer Ultra Trail van 100 km.

Nog even terugkomen op het punten klassement. Er zijn een aantal vragen gekomen hoe dit nu bepaald wordt. Verderop in de nieuwsbrief wordt hier een uitleg over gegeven.

Eerder in november hebben we de Gromax Reeuwijkse Houtcross georganiseerd. Deze wedstrijd is een onderdeel van de ZHM crosscompetitie. Vele atleten hebben de kou en de wind getrotseerd over een gevarieerd parcours: zand, zandhevels, half verharding, modder en grasland. Zelfs het springen over een klein slotje kon de lopers niet tegenhouden. We mogen terugkijken op een geslaagde dag.

De Reeuwijkse Plassenloopcommissie is al weer enige maanden bezig om van deze loop weer een succes te maken. De sponsors zijn weer gevraagd om ons te ondersteunen, de tent is weer vastgelegd, het parcours is weer nagemeten en de kilometerpunten bepaald. Inmiddels kan er ook weer ingeschreven worden via [inschrijven.nl](https://inschrijven.nl). Niet alleen in de voorbereiding zit veel werk, maar op de wedstrijddag zelf hebben we veel vrijwilligers nodig. Dan hebben we altijd veel hulp nodig voor het opzetten van de tenten, vlaggen ophangen, parcoursbewaking en nog vele andere taken.

De eerste wedstrijd op de baan voor het nieuwe seizoen noemen we al jaren de openingswedstrijd. Pupillen, junioren en senioren/masters kunnen hier laten zien wat ze in de wintermaanden hebben geleerd en/of getraind om te verbeteren. Samen met elkaar maken we er een gezellige dag van met veel prestaties. Maar voordat deze wedstrijd gehouden kan worden, moet eerst de baan opgeknapt worden: zand moet losgemaakt en aangevuld worden, in de kogelsector het onkruid verwijderen, belijningen voor speer en kogel neerleggen en nog vele andere taken.

Voor al deze wedstrijden hebben we vrijwilligers hard nodig. In de vorige nieuwsbrief is hier al over geschreven, maar nu willen we er toch nog even op terug komen. Na het vaststellen van het vrijwilligersbeleid door de ALV zijn alle trainingsgroepen geïnformeerd over de veranderingen. Het komt er op neer dat alle leden (of ouder van een pupil) één keer in het jaar zijn mouwen opstroopt om te helpen bij het onderhoud, wedstrijden of andere bezigheden en vele handen maken licht werk. Ben je nu benieuwd wat er allemaal voor taken zijn, kijk dan eens op de website onder Sportclub Reeuwijk; vrijwilligers gezocht! Samen kunnen we bouwen aan een mooie toekomst voor SR.

Met de renovatie van de kantine zijn we ook weer een stap verder gegaan. Samen met CKV hebben we besloten om de raampartijen te vervangen voor kunststof en HR++ glas. Naast de moderne uitstraling, gaat dit ook helpen om de stookkosten te verminderen. Binnenkort worden deze werkzaamheden uitgevoerd.

Ook de polshoogspringaccommodatie heeft onze aandacht. Er komt een overkapping voor over de mat en nieuwe polsstokken zijn besteld. Voordat de overkapping geleverd wordt, moet er nog wel wat gedaan worden aan de bestrating rond en achter de mat. Dus we hebben nog wel een paar handjes nodig om dit te realiseren.



## 't SPEERPUNT

**Belangrijk om te onthouden.** Dit jaar bestaat Sportclub Reeuwijk 65 jaar en dus tijd voor een feestje. Hoe dit eruit gaat zien is nog niet bekend, maar houd de social media, flyers e.d. in de gaten. Zie verderop in deze nieuwsbrief.

Namens het bestuur Sportclub Reeuwijk, Ronald van de Wolf

### Wedstrijden

**Voor alle duidelijkheid ons SR clubtenue is als volgt:** SR vraagt haar leden in clubtenue deel te nemen aan wedstrijden, zowel op de baan als daarbuiten. Draag het clubshirt tijdens de wedstrijd zichtbaar. Het clubtenue van Sportclub Reeuwijk, goedgekeurd door de Atletiekunie, bestaat uit een blauw shirt/singlet met rode banden aan de zijkant met op de voor en achterkant het logo van Sportclub Reeuwijk. Dit aangevuld met een zwarte korte of lange tight/broek (zelf te kopen) maakt het officiële clubtenue compleet. Clubshirts kunnen besteld worden via de website of via de mail naar Christy, [smits@sportclubreeuwijk.nl](mailto:smits@sportclubreeuwijk.nl)

**Inschrijven en informatie over alle wedstrijden:** iedereen kan mailen naar [WOC@sportclubreeuwijk.nl](mailto:WOC@sportclubreeuwijk.nl) hiervoor. Dit is de WedstrijdOrganisatieCommissie van SR.

#### De wedstrijden voor 2023, zet de data in uw agenda:

maart	18	za	VOSPLAN Reeuwijkse Plassenloop	Reeuwijk
maart	25	za	Openingswedstrijd SR	Reeuwijk
april	15	za	1e ZHM pupillen/1e ZHM CD junioren	Lisse/Zoetermeer
april	22	Za	Competitie U16/U14 ronde 1	N.T.B
april	23	zo	Competitie U20/U18 ronde 1	N.T.B
mei	10	wo	Werp-3-kamp U16/U14	Reeuwijk
mei	13	za	Competitie U16/U14 ronde 2	N.T.B
mei	24	wo	1 <sup>e</sup> onderlinge pupillen wedstrijd tijdens de training	Reeuwijk
mei	28	zo	Competitie U20/U18 ronde 2	N.T.B
juni	2	vr	2e ZHM CD junioren	Boskoop/Waddinxveen
juni	3	za	2e ZHM pupillen	Reeuwijk
juni	11	zo	Competitie U20/U18 ronde 3	N.T.B
juni	14	wo	werp-3-kamp masters/senioren/U20/U18	Reeuwijk
juni	17	za	Competitie U16/U14 ronde 3	N.T.B
juni	23	vr	3e ZHM CD junioren	Boskoop/Waddinxveen
juni	24	za	3e ZHM pupillen	Leiden
juni	28	wo	2 <sup>e</sup> onderlinge pupillen wedstrijd tijdens de training	Reeuwijk
juli	3	ma	5 van SR	Reeuwijk
september	2	za	65-jarige jubileum feest SR	Reeuwijk
september	9	za	4e ZHM pupillen en CD junioren	Alphen aan den Rijn
september	18	ma	Lange afstand clubkampioenschappen SR	Reeuwijk
september	19	di	Lange afstand clubkampioenschappen SR	Reeuwijk
september	23	za	NK Estafette	N.T.B
september	24	zo	NK Estafette	N.T.B
september	30	za	Clubkampioenschappen SR	Reeuwijk
november	18	za	Gromax Reeuwijkse Houtcross	Reeuwijk

## Trainingen

De winter is nog niet helemaal voorbij maar we mogen niet klagen, we hebben goed door kunnen trainen. Alle trainingen in de voorjaarsvakantie en de meivakantie voor de fitkids en pupillen stoppen. De woensdag na de vakanties starten we weer, dit wordt op de app groepen gecommuniceerd. De looptrainingen zijn onveranderd en gaan goed en zijn gezellig. Op donderdagavond heeft er wel een trainerswisseling plaats gevonden per 1 februari. Marije is gestopt als trainer en heeft het "stokje" overgedragen aan haar vader Richard. Wij wensen Richard heel veel trainers plezier in de donderdaggroep maar dat gaat vast lukken. Marije hartelijk dank voor alle trainingen op donderdag. Marije is ook gestopt per 1 januari 2023 als trainerscoördinator, Christy heeft deze taak weer geheel op zich genomen.

De **vrijdagavond trainingen** gaan weer starten op 4 april 2023. Heel fijn dat onze eigen trainers maar ook externe trainers dit mogelijk maken. We gaan alweer aan de slag voor na de zomer 2023. Deze trainingen zijn vanaf de D junioren. In de speciale app groep kunnen atleten zich aanmelden.

Sjoerd de Keijser is gestopt als pupillen trainer, Aelin assisteert Marije nu bij de D/C pupillen. We zijn op zoek naar nog een pupillentrainer.

We kunnen nog **fitkids** gebruiken op de training **woensdag van 18:00-18:45 uur**. Dus heeft u een kind, buurmeisje of -jongen van 4 of 5 jaar, die kan 4 proeflessen komen draaien bij de Fitkids. Ruben geeft de trainingen, wordt de groep groter zal Aelin weer aansluiten. Aanmelden voor deze trainingen kan bij Christy, [smits@sportclubreeuwijk.nl](mailto:smits@sportclubreeuwijk.nl)

datum	tijdstip	onderdeel	trainer	opmerkingen
7-4-2023	19:30-21:00	starten/sprint	Christy Smits	
14-4-2023	19:30-21:00	Estafette	Christy Smits	
21-4-2023	19:30-21:00	Estafette	Christy Smits en Ben de Jong	laatste dag school
28-4-2023				vakantie
5-5-2023				vakantie
12-5-2023	19:30-21:00	Hoog	Ben	
19-5-2023	19:30-21:00	Verspringen	Marije	dag na hemelvaart
26-5-2023	19:00-20:30	Kogel	Tine	Daphne aanwezig
2-6-2023				cd zhm
9-6-2023	19:30-21:00	Speer	Daphne	
16-6-2023	19:30-21:00	Pols	Ben	
23-6-2023				cd zhm
30-6-2023	19:30-21:00	Pols	Ben	
7-7-2023	19:30-21:00	? hethaling sprint starten?	Christy Smits	laatste schooldag

## Jeugdcommissie

Als jeugdcommissie kijken we terug op gezellige eindejaarsactiviteiten. Zo kwamen sinterklaas en twee pieten naar de training van de pupillen, was er een kerstgala voor de junioren met muziek, eten en spelletjes en een nieuwjaarsbingomiddag voor de pupillen en D1 junioren. Leuk om te zien dat iedereen zo genoten heeft.





## 't SPEERPUNT

We zijn begonnen met het opzetten van activiteiten in het voorjaar 2023 en hebben al leuke ideeën. De eerste activiteit staat gepland op 5 april tijdens de training. Pupillen en junioren worden hierover geïnformeerd via de app-groepen.

Dit jaar bestaat Sportclub Reeuwijk 65 jaar en dat zullen we niet zomaar voorbij laten gaan. Het eerste evenement heeft al plaats gevonden op 30 januari 2023, de 6,5 van SR. Deze is goed bezocht door junioren, senioren en masters. Het was een geslaagd evenement. Ook zijn we bezig met de organisatie van een **jubileumdag** voor alle leden en hun gezinsleden de gehele dag op **2 september 2023**. Zet de datum vast in de agenda. Verdere informatie volgt later.



### Vrijwilligers binnen SR:

Binnen SR is er recent een nieuw vrijwilligersbeleid opgesteld. Het beleid is ook te vinden op onze website.



Walter is inmiddels bij alle groepen langs geweest om vrijwilligers te werven en uit te leggen wat dit betekent. Wil iemand zich aanmelden, kijk op de website naar wie je een mail kan sturen om dit te doen. We hopen op veel handen, want die maken licht werk!

**Onderhoudscommissie:** Elke 2<sup>e</sup> vrijdag van de maand, eerstvolgende is op 10 maart, gaat de onderhoudscommissie aan de slag op de baan en eromheen. Iedereen die wil en kan is van harte welkom. Svp aanmelden bij Martin de Haan, [dehaan@sportclubreeuwijk.nl](mailto:dehaan@sportclubreeuwijk.nl)

**Voor de volgende wedstrijden zijn nog handjes nodig: opgeven bij Trees via de mail: [treesvantol@gmail.com](mailto:treesvantol@gmail.com)**

- 18 maart Reeuwijkse plassenloop
- 25 maart Openingswedstrijd
- 10 mei werp-3-kamp U16/U14 in Reeuwijk
- 3 juni 2de ZHM pupillencompetitie in Reeuwijk
- 14 juni werp-3-kamp masters/senioren/U20/U18 in Reeuwijk
- 3 juli 5 van SR
- 18 en 19 sept Lange afstand kampioenschappen
- 30 sept clubkampioenschappen
- 18 nov Reeuwijkse houtcross.



## 't SPEERPUNT

### Uitleg puntenklassement SR:

Bij de Nieuwjaarsreceptie worden diverse prijzen uitgereikt. Eén ervan is het puntenklassement, maar hoe werkt dit nu?

Van 1 november tot 31 oktober van het volgende jaar worden de uitslagen van de wedstrijden per atleet geregistreerd. Elke eerste uitslag van een onderdeel krijg je 1 punt, bij een volgende uitslag en je verbetert hem krijg je 5 punten.

Verbeter je hem niet, krijg je 2 punten en is hij gelijk aan de beste uitslag, dan krijg je 3 punten. Natuurlijk kijken we ook op welk onderdeel je de prestatie hebt geleverd. Zo krijg je voor een halve marathon meer punten dan een 800m. Een 800m kan je wel 10 keer per seizoen lopen, maar een halve marathon niet. In het onderstaande overzicht zijn de punten uitgewerkt.

	tot 2000m	2000m tot 20km	20km tot marathon	marathon	Technische onderdelen
1ste wedstrijd	1	1	5	10	1
verbetering volgende wedstrijd	5	10	15	20	5
geen verbetering	2	2	8	15	2
gelijk aan beste prestatie	3	5			3
crossen	1ste	2de	3de	4de	5de en meer
	1	2	3	4	5

Neem je deel aan wedstrijden die worden georganiseerd door de eigen vereniging, de competitiewedstrijden en de crosscompetitie dan zijn de uitslagen gemakkelijk te vinden. Doen jullie mee aan wedstrijden die hierboven niet genoemd zijn, geef dit dan aan [WOC@sportclubreeuwijk.nl](mailto:WOC@sportclubreeuwijk.nl) door onder vermelding van de wedstrijd die je hebt meegedaan, datum en plaats.

Let op! De uitslagen moeten terug te vinden zijn.



## 't SPEERPUNT

### Uitleg nieuwe categorieën:

De leeftjidsindeling 2023 is **met ingang van 1 november 2022** van kracht. Voor masters geldt dat indeling plaatsvindt naar geboortedag. De U staat voor ONDER, getal erachter voor leeftijd.

Dus let op met inschrijven voor een wedstrijd.

CATEGORIE	GEBOREN IN		
U8 (minipupillen)	2016 en later	U16 (junioren C)	2009/2008
U9 (pupillen C)	2015	U18 (junioren B)	2007/2006
U10 (pupillen B)	2014	U20 (junioren A)	2005/2004
U12 (pupillen A)	2013/2012	senioren	2003 en eerder
U14 (junioren D)	2011/2010	masters	1988 en eerder

## 't SPEERPUNT

### Mailadres voor leuke stukjes op website of krant.

Vanuit onze actieve PR-sponsorcommissie worden regelmatig artikelen naar de lokale kranten gestuurd, zoals Kijk op Bodegraven Reeuwijk, Rebonieuws, BR6, AD en Het Kontakt. Ook komt deze informatie altijd op onze website. Naast de wedstrijden op onze baan worden er door onze leden ook andere wedstrijden/lopen gelopen. Als onze PR-sponsorcommissie dit hoort, maken ze in overleg ook een stukje voor op de website of in de krant. Maar we horen of zien natuurlijk niet alles. Mochten jullie zelf een leuke wedstrijd/loop hebben gedaan, die je graag met andere SR leden wil delen, dan kun je ook zelf een stukje schrijven en mailen naar onze PR-sponsorcommissie.

Het email adres is:

[sponsoring@sportclubreeuwijk.nl](mailto:sponsoring@sportclubreeuwijk.nl)



De PR-sponsorcommissie plaatst de ingeleverde stukjes op de website of in de media (ook facebook en instagram). Graag bij het mailen van de stukjes aangeven of je bezwaren hebt als het stukje met of zonder foto in de krant komt. Een foto bij het stuk maakt het natuurlijk helemaal af. Let er wel op dat de mensen die op de foto staan het ook goed vinden dat de foto geplaatst wordt.

### Gemeentelijke ondersteuning

Voor iedereen die in de gemeente Bodegraven-Reeuwijk woont en moeite heeft de om de financiële eindjes aan elkaar te knopen, heeft de gemeente het ondersteuningsfonds opgericht. Iedereen kan een beroep doen op dit fonds.

Voor meer informatie over dit fonds kunt u terecht op de gemeentelijke website onder; inwoners -> Hulp en ondersteuning -> Ondersteuningsfonds. Iedere aanvraag wordt individueel beoordeeld door een onafhankelijk team dat kijkt naar uw persoonlijke omstandigheden en inkomensituatie.

### Onze sponsors

Per 1 januari 2023 zijn alle sponsor overeenkomsten met de huidige sponsors die we al hadden verlengd. We zijn blij dat we een nieuwe sponsor erbij hebben. Comfort Techniek, Welkom!

