't Glij-IJzer

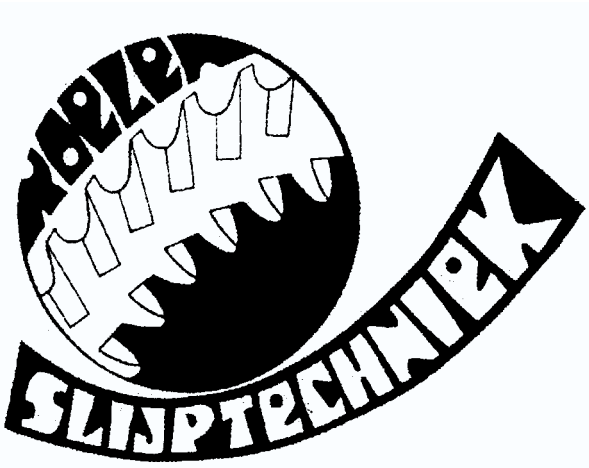


Nummer 97
april 2008

WEBSITE: ***WWW.IJSCO.NET***

E-MAIL: ***MAIL@IJSCO.NET***

seizoen 2007/2008
opgericht 1985



ROELEN "SLIJPTECHNIEK"

gereedschapsslijperij
ook
scharen (tondeuze), messen
gazonmaaiers, kettingzagen
en
schaatsen

gereedschapsslijperij/groothandel in verspanings- en snijgereedschappen
Ruiterspoor 8 (bij de molen) - 4911 BB Den Hout (gem. O'hout)
Tel. 0162 - 432942 -- Fax 0162 - 432943

KLEDING SPONSORS

BODY GUARD (Henk Nuninga)
Praktijk voor sportverzorging en blessurepreventie
Herendam 133 T 0162 432304
4908 AP Oosterhout E info@body-guard.nl
W www.body-guard.nl

COIFFURE HELMUT FLEISCHACKER (Dhr. H. Fleischacker)
Rulstraat 15a
4901 LM Oosterhout T 0162 425660

INDEKO OOSTERHOUT BV
Brandwerendedeuren T 0162 455240
Mechelaarstraat 12 F 0162 429160
4903 RE Oosterhout W www.brandwerendedeuren.nl
E peter.dekoning@indeko.nl
E Paul.dekoning@indeko.nl

ASI SECURITY (Dhr. H. Vermaas)
Bredaseweg 108a T 0162 499102
4902 NS Oosterhout F 0162 499860
W www.asi-security.nl

A-GAVE ACCOUNTANTS (Dhr. A. van Gaalen)
Bizetlaan 5 T 0162 454471
4904 ML Oosterhout E anton@a-gave.nl

PRENATAL OOSTERHOUT (Dhr. A. Sips)
Rulstraat 17 T 0162 425033
4901 LM Oosterhout W www.prenatal.nl

FERLINER B.V. (Dhr. William den Hollander)
IJzersterk in transport T 073 599 83 40
Akkerseweg 16 F 073 599 83 49
5321 HG Hedel W www.ferliner.nl
E info@ferliner.nl

INDEPENDENT STORE (Dhr. Gijs Hilhorst)
Arendstraat 34-36 T 0162 43 30 88
4901 JK Oosterhout F 0162 45 72 52
W www.independentstore.nl
E info@independentstore.nl

COPY VOOR HET VOLGENDE NUMMER INLEVEREN
BIJ DAVID DE BRUIN
VÓÓR 17 JUNI 2008

IJSBAAN Elskens, Elskensweg

Openingstijden

Weekend:	10.00 - 17.00 uur	Door de week:	14.00 - 17.00 uur
	19.00 - 22.00 uur		19.00 - 22.00 uur
Noren-uur	18.00 - 19.00 uur*	*Noren-uur*	18.00 - 19.00 uur*

Schoolschaatsen: In overleg tussen 10.00 en 13.00 uur.
* Het noren uur is alleen voor leden
Toegangsprijzen : t/m 12 jaar € 1,- vanaf 13 jaar € 2,-
IJSCO-Leden : gratis toegang tot de ijsbaan.

Baronieparkoers [Skeeleren], Terheijdenseweg, Breda

Openingstijden
Vrijdag 19.00 - 21.00
De baan is alleen toegankelijk voor leden die in het bezit van een geldig abonnement van IJSCO.
Dragen van een **helm** is verplicht. Elleboog-, pols- en kniebeschermers worden dringend geadviseerd.

SKEELER-LESSEN BIJ VOKO

Iedere maandagavond tussen 19.00 en 20.00 uur
Van april tot en met september / behalve in de zomervakantie van het basisonderwijs.
Samen Skeeleren
Iedere woensdag vanaf SCO Parkeerterrein om 19.30 uur. **IJSCO-leden gratis deelname**
Informatie bij Frans van Leijsen tel.: 426767

Zaaltraining
Woensdagavond: 20.00 - 21.00 uur. Gymzaal Lievenshove"", Bredaseweg 140.
Deelname: € 50,- per winterseizoen. Informatie bij Anton v. Gaalen: 423906

Wielrennen *Mountainbiken* met Anton van Gaalen ('s-winters): 423906
Dinsdagavond om 19.00 uur bij "**de Fiets**" aan de Beneluxweg **IJSCO-leden**
Zaterdagmorgen om 10.00 uur. Parkeerplaats ingang Katjeskelder **gratis deelname**

KUNSTIJSBAAN BREDA

Maandagavond en Vrijdagavond == IJSCO-avond.
Van 18.15 - 19.45 uur
Lidmaatschap verplicht. Abonnement verplicht.

Ledenadministratie: tel. 421810
Lidmaatschap *geldt van 01-12 tot en met 30-11*

Als u lid wordt tussen:	betaalt u:				
01-12 tot 01-12	Individueel	€	10,-	Gezin*	€ 20,-
automatische incasso	Individueel	€	9,-	Gezin	€ 18,-
En bij ijs	Individueel	€	20,-	Gezin	€ 40,-

gezin is ouder(s) + kind(eren) tot 18 jaar.

BESTUUR

	Algemeen	mail@ijsco.net	

Dagelijks bestuur

Voorzitter:	Chris Ras	voorzitter@ijsco.net	
	Sint Janstraat 56	4901 LT Oosterhout	0162-470334
Secretaris:	Maike van Hengel	secretaris@ijsco.net	
	Rotselaar 40	4907LH Oosterhout	0162-434515
Penningmeester:	Martin Lankester	penningmeester@ijsco.net	
	Linthorst Homanln 12	4908 DM Oosterhout	0162-452045

Algemeen Bestuur

Public relations:	David de Bruin	pr@ijsco.net	
	Weidebeemd 7	4907 GP Oosterhout	0162-456917
TC Schaatsen:	Sofie van Orsouw	schaatsen@ijsco.net	
	Rubenshof 72	4907 MZ Oosterhout	0162-425950
TC Skeeleren:	Frans van Leijsen	skeeleren@ijsco.net	
	Mathildastraat 26	4901 HC Oosterhout	0162-426767
IJsmeester:	Jos Pompe		
	Ferdinand Bolstr. 29	4907 MC Oosterhout	0162-421810

Redactie:
VACATURE
David de Bruin Weidebeemd 7 4907 GP Oosterhout 0162-456917
Hoofdtrainer
VACATURE
Ledenadministratie:
Aanmelden nieuwe leden:
Ceciel Pompe Ferdinand Bolstraat 29 4907 MC Oosterhout 0162-421810

WAT WE NIET DRUKKEN, DAT PRINTEN WE



grafisch ontwerp, desktop publishing,
offsetdrukken, digitaal printen
kopiëren, in zwart/wit, en in kleur tot a3
vergaren, vouwen, nieten, boren, lamineren enz.
Zowel zakelijk als particulier.

eMZet
Charles Petitweg 37-6
4827 HJ Breda
Tel. 076 - 571 83 00
Fax 076 - 571 84 00
E-mail info@emzet.nl

TE HUUR
boven de printshop
kantoorruimte 100 m²

WAT WE NIET PRINTEN, DAT DRUKKEN WE

IJSCO RULES

Gloei Gloei Gloei. Trots dus. Van het topje van mijn haren tot het puntje van mijn tenen. Heb je het ook gevolgd? Een beetje dan? Het is je toch zeker niet ontgaan? IJSCO-kanonnen! Johan, Bart en Daan. Samen worden ze (onder meer) regio kampioen ploegenachtervolging. Bart wordt overall 1e bij de regionale kampioenschappen sprint (500 en 1000 mtr) Johan wordt 2e. Bart wordt regionaal kampioen korte afstanden (100 en 300 mtr). Johan wordt 2 keer gedeeld 3e op de 300 mtr. En als klapper op de vuurpijl: Bart wordt gewestelijk kampioen allround, Daan Rottier wordt daar 3e en Bastiaan Geurst wordt 5e. Ik zeg IJSCO-RULES!! En we kijken met spanning naar het volgende seizoen.

En dan die tijden. Mooie tijden, prachtige tijden, maar – volgens Johan C. – elk voordeel heb sun nadeel: Dat maakt het voor de aanstormende talenten wel extra moeilijk. Je kunt het natuurlijk ook als een uitdaging zien. Maarrrrr een felicitatie is hier natuurlijk op zijn plaats. Kanjers – Jongens van IJSCO – Johan, Bart, Bastiaan en Daan: van harte gefeliciteerd met zo'n fantastisch seizoen.

We hadden natuurlijk die kanjers graag aan de start gezien op de ClubKampioenschappen. Maar verplichtingen in Eindhoven – gewestelijke kampioenschappen allround / hardrijden natuurlijk – voorkwamen dat ze bij ons reden. De Clubkampioenschappen waren weer gezellig en we kijken direct door naar het volgende seizoen: lente en zomer, SKEELEREN dus.

Verderop in het glij-ijzer aandacht voor de skeeleraars onder ons. Wat brengt het komende seizoen en waar gaat dat gebeuren? Voorlopig doen we het nog op asfalt van derden. Maar de toekomst komt steeds dichterbij.

Tot ziens,
Tot skeelers
Chris Ras
voorzitter



GEWESTELIJKE ALL-ROUND KAMPIOENSCHAPPEN IN EINDHOVEN 13 EN 14 MAART

Helaas viel dit twee daagse toernooi samen met de clubkampioenschappen van IJSCO. Hierdoor moesten de toppers van de club een keuze maken. Uiteraard kozen zij voor het grote werk en waren zij aanwezig in Eindhoven.
Vorig jaar wist Bart op de valreep van het seizoen, tijdens onze clubwedstrijd, het baanrecord en tevens zijn PR te verbeteren. Dit jaar flikte hij het weer, hij wist zijn PR op de 500 meter te verbeteren en staat nu op 37.71.
Daan en Bastiaan bleven maar net boven hun PR's.
Alle drie de jongens kwamen uit op 4 afstanden.
Zaterdag op de 500 en 3000 meter en Zondag op de 1500 en 5000 meter.
Overall werd Bart Gewestelijk kampioen, Daan derde en Bastiaan bezette een keurige vijfde plaats.
Het zit er weer op voor dit seizoen. Op naar 5 oktober als de baan te Breda weer open gaat.



Bastiaan op de 5000 m. (500 m.)



Prijsuitreiking Bart van Wanrooy

Johan Geurts.

VPZ-GRUNO BOKAAL IN GRONINGEN

Afgelopen weekend was de VPZ-Gruno bokaal in Groningen. Dit is na het NK de belangrijkste wedstrijd van het jaar.
Ik stond op de reservelijst maar door een afmelding was mocht ik toch meedoen.
Op de 500 meter werd ik met 38.00 sec. 4e !!!! in een veld van 26 landelijke rijders.
Ik zat in de eerste rit en kon mijn ogen niet geloven toen de één na de ander boven mijn tijd finishte.
Op de 5000 meter reed ik met een 7:06.79 6 sec. van mijn beste tijd af en op de 1500 meter schaatste ik ook een nieuw pr (1:54,91). Tot slot verbeterde ik mijn beste tijd op de 10 km. Met 14 sec. In een tijd van 14:51,80.
Uiteindelijk ben ik 14e geworden. Dit is de beste prestatie tot nu toe.
Johan van Wijk deed ook mee, maar die was uit vorm en een beetje ziek en werd desondanks 21e.
Groetjes Bart van wanrooy

IJSTIJD VOOR BASISSCHOOL DE SPRINGPLANK

Vrijdagochtend 14 maart was er een winters vermaak voor de schoolkinderen van Openbare Basisschool De Springplank uit ’s Gravenmoer. Alle leerlingen van groep 3 tot en met 8 mochten schaatsen in het IJssportcentrum in Tilburg.

Naast het vrij schaatsen, waren er schaatsoefeningen en spelletjes, afgestemd op de leeftijd van de leerlingen. Dit alles was georganiseerd door IJs- en Skeelerclub IJSCO, die zorg droeg voor officiële schaatstrainers en materialen. De kinderen die nog niet konden schaatsen, werden intensief begeleid om ze de schaatsbeginselen bij te brengen. Dit leidde er toe dat ze al snel, na een half uur, in staat waren om zonder hulp en zonder hulpmiddelen te kunnen schaatsen.



Zo was er bijvoorbeeld Bram, die in Spanje is opgegroeid en dit schooljaar is begonnen op de Springplank in groep 3. Hij stond voor het eerst op de schaats en na veel vallen en opstaan maakte hij zich al snel en met veel enthousiasme vertrouwd met het schaatsen.
Andere kinderen leerden hoe te remmen en te vallen. De oudste kinderen kregen naast estafettewedstrijdjes, ook typische schaatsoefeningen als slalommen en ‘visjes’. Dit laatste betekent dat ze met gespreide benen over pylonen glijden en vervolgens weer sluiten. Verder waren er een aantal oud-Hollandse Schaatspelletjes waaraan de kinderen meededen.

Na de pauze, met koek en zopie, was er een mini-Elfstedentocht. Met de stempelkaart bij zich, rondden de kinderen de ijsbaan, om de kaart bij elke stempelpost af te laten tekenen.

IJSCO heeft als schaats- en skeelervereniging de mogelijkheid om schoolschaatsen te organiseren. Doelgroep zijn kinderen van 7 tot 12 jaar.
Vooral tijdens de schooluren zijn hiervoor goede mogelijkheden. IJSCO levert gediplomeerde en ervaren trainers en spelmateriaal. Voor vervoer en ijsuren moet in overleg met gemeente, een vervoersbedrijf, school, ouders en de betreffende kunstijsbaan worden gezorgd. Schaatsen huur je bij de kunstijsbaan.
Meer weten over de mogelijkheden voor uw school of ouderraad?
Kijk op www.ijsco.net of neem voor Dongen en ’s Gravenmoer contact op met Tonny Dijck, tonny@dijck.info.

Tonny Dijck

VAN DE TC SCHAATSEN

Het was me een fantastisch seizoen. Met IJSCO toppers als Bart, Johan en Daan. En dan hadden we aan het einde van het seizoen ook nog een clubkampioenschap. Een CK met een serie “personal best” ofwel een heleboel persoonlijke records. In een woord geweldig.

Succes en mislukking gingen overigens hand in hand. Maartje (onze trainster, studiebol en één van de dames-ijsco-kanjers) reed op haar 500 meter een verschrikkelijk snelle opening van 12 seconden en 2 tienden. Prachtig. Geweldig. In de jurytoren zaten we met geknepen billen, dat zou een meer dan geweldige tijd worden. Maar wat een pech. Val!!! Maartje is gevallen!! Donder en bliksem. Dat had nou niet moeten gebeuren. Van de jury kreeg ze nog een herkansing maar die ging bij lange na niet zo snel als de eerste poging.

En heb je onze jeugd gezien? Super prestaties op de 100 en 300 meter. Als het zo door gaat kan Bart wel fluiten naar zijn clubrecords. Er staat een nieuwe generatie van aanstormende kanjertalenten te trappelen van ongeduld. Aan de trainers zal het niet liggen. Die hebben ontzettend hun best gedaan. Namens de organiserende leden van de TC Schaatsen: bedankt trainers, begeleiders en ouders. Zonder jullie had IJSCO niet zoveel plezier kunnen leveren.



Zondagmiddag 16 maart werden in de Koppelpaarden de prijzen uitgereikt. De winnaars kregen een beker of medaille en een hartelijk applaus van alle aanwezigen. En natuurlijk werden ze op de foto gezet. De foto’s kun je downloaden van de website (www.ijsco.net Foto Albums CK Schaatsen 2008.


alle winnaars van de jeugd


alle winnaars, jeugd en volwassen

Wij vonden het een heel erg leuk en plezierig seizoen. Dank voor jullie enthousiasme en jullie mooie prestaties! Op naar een volgend schaatsseizoen.

Sofie van Orsouw,
Toon van der Aart
Henk van den Kieboom
Chris Ras



Op trainingsstage naar Beijing met Barbara de Loor!

Dit jaar biedt My Sport Culture de geoefende sporter de mogelijkheid deel te nemen aan een Trainingsstage in en rond Beijing. Deze 11-daagse reis bevat een mooie mix tussen actief bezig zijn en een (inter)culturele kennismaking met het gastland van de Olympische Spelen. De trainingsstage wordt van 20 t/m 30 juni onder leiding van Annemarie Thomas en van 5 t/m 15 september onder leiding van Barbara de Loor georganiseerd. Groepen vanaf 15 personen kunnen zich ook opgeven voor andere data in de periode april t/m oktober (m.u.v. augustus). Deelname is een mooie kans om het Olympische jaar zelf op een stijlvolle en sportieve wijze te beleven. Wielrennen en hardlopen met de Chinese muur als decorSportief kunnen de deelnemers hun krachten meten met wielrennen en hardlopen. In de omgeving van Beijing wordt drie dagen lang op de racefiets rondgetrokken, langs verschillende imponerende trajecten. In totaal leggen de deelnemers circa 260 km af en wordt het fietsen afgewisseld met een bezoek aan een Kung Fu voorstelling, de Chinese Muur en een bergtempelcomplex. Na de inspanningen op de fiets worden de sportieve reizigers op Chinese wijze gemasseerd. De Chinese Muur bepaalt ook voor een belangrijk deel het scenario tijdens de hardlooptrainingen. Op een deel van het parcours van de Great Wall Marathon, één van de zwaarste en mooiste marathons ter wereld, zal twee dagen lang worden getraind. Barbara de Loor zal de hardlooptraining in september verzorgen. Steile trappen, kronkelpaden en een adembenemend uitzicht gaan vooraf aan een bezoek aan de Qing Tombes.Olympische sfeer. De terugkeer in Beijing wordt vanzelfsprekend de Verboden Stad en het Zomerpaleis bezocht, maar de deelnemers zullen ook de Olympische sfeer proeven. Onder leiding van een architectuurgids trekt de groep langs het Olympisch Stadion The Bird's Nest , het Olympisch zwembad The Watercube en het Olympisch Dorp. Ook het zelf actief kennismaken met traditionele Chinese sporten als Kung Fu en Thai Chi is onderdeel van het programma. Het slot is een heuse dragonboatrace tegen Chinese teams, met na afloop een Chinese en Westerse barbecue om rustig over alle belevenissen na te praten. Deze reis wordt in samenwerking met Tiara Tours aangeboden en wordt professioneel begeleid door een Nederlandstalige reisbegeleider met sportieve achtergrond waardoor deze op de hoogte is van de wensen van sporters. Hiernaast werken wij met lokale gidsen die uitstekend op de hoogte zijn van de situatie ter plekke. Op de reis zijn de algemene voorwaarden van de ANVR, SGR en het Calamiteitenfonds van toepassing. De deelnemers kunnen zo optimaal en zorgeloos van de reis genieten. Op de site www.mysportculture.com treft u meer informatie aan over de trainingsstage én over de andere sportief-culturele arrangementen Beijing 2008 van My Sport Culture.

ACTIVITEITEN ZOMERSEIZOEN

Maandag: skate- en skeelertraining jeugd en volwassenen (beperkt aantal groepen) in Oosterhout op het VOKO-terrein achter de Blikken
Dinsdag: wielrennen o.l.v. Anton van Gaalen
Woensdag: Midweekskate vanaf parkeerplaats v.v. TOFS-SCO
Donderdag: bostraining o.l.v. Anton v Gaalen, in combinatie met specifieke Trainingen gericht op de schaatstechniek.
Vrijdag: skate- en skeelertraining voor jeugd en volwassenen in Breda op het Baronieparkoers
Zaterdag: skeelertoertochten: individuele initiatieven, optie voor Droogtrainingen.
Zondag: skeelertoertochten: individuele initiatieven, marathons in o.a. Beneden Leeuwen en Rotterdam

Speciale evenementen.

Skeelerwedstrijden voor jeugd 'Stehman' competitie op zaterdagen.
Aanmelden bij Tonny Dijck of via skeeleren@ijsco.net
Geen Koninginnetocht dit jaar i.v.m.:
extra aandacht aan ontwikkeling skeelerbaan in Oosterhout
De hoeveelheid vrijwilligers voor een beperkt aantal deelnemers.
Alternatief voor de koninginnetocht op **24 mei 2008** (zie ook pagina 11)**.**
Zomerschaatsen in Heerenveen. Voor zowel jeugd als volwassenen.
Datum nog te bepalen. Vrijwilligers voor de organisatie hiervoor gevraagd.
Een Mini-Skate-Elfstedentocht voor de jeugd tijdens een training in Breda.

!! HOERA IJSCO HEEFT TWEE NIEUWE TRAINERS !!

- Jacco van Dijk en Tonny Dijck hebben hun diploma schaatstrainer gehaald.

SUPERRRR!!

:

Van harte gefeliciteerd en veel plezier van dit diploma

Namens
TC Schaatsen,
TC Skeeleren
En
Het bestuur van IJSCO

ALS PLEISTER OP DE WONDE TOCH EEN TOERTOCHTJE VOOR DE LEDEN VAN IJSCO!

Omdat IJSCO dit jaar geen Koninginnetocht organiseert hebben we gemeend toch iets op kleinere schaal te moeten doen voor onze leden.

Daarom gaan we net als vorig jaar (11 -08-07: http://www.ijsco.net/modules/content/index. php?id=47) een alternatieve Oosterhoutse Poldertocht organiseren op *zaterdag 24 mei a.s.

LET OP!!! Ook voor deze tocht geldt: HELM OP VERPLICHT en beschermers worden geadviseerd aan of om te doen.

De bedoeling is om weer met een groep jeugd (tot 12 jaar) een kleine ronde van 7 km door de polder te rijden. Waarschijnlijk zal Goof Huijben deze kinderen weer onder zijn hoede nemen. Graag zouden wij zien dat er met deze groep ook wat ouders op de fiets meerijden om als “bezemfiets” te fungeren. Onderweg bij het rustpunt t.h.v. het bruggetje bij de put van Nuon krijgt iedereen een “natje en een droogje”.

Een 2e groep met nog wat minder ervaring (13 jaar en ouder) zal een grotere lus door de Oosterhoutse Polder rijden. Dit zal met een gematigde snelheid plaatsvinden zodat een ieder van u goed mee kan qua tempo.

De 3e groep (de gevorderden) zal in een “lekker” tempo door de Oosterhoutse Polder en die van Oosteind gaan rijden.

We gaan om 10.00 uur met de 3 groepen tegelijk vertrekken vanaf de parkeerplaats bij TOFS-SCO (Sportpark de Elskens) aan de Elkensweg in Oosterhout. We blijven bij elkaar totdat de kinderen voor het betonnen bruggetje linksaf slaan om over het fietspad langs het Kromgat hun weg te vervolgen. De andere 2 groepen rijden een stukje door en rijden via het vorig jaar nieuw aangelegde fietspad over de houten brug om de put van Nuon heen en langs de put van Caron weer teug naar ditzelfde bruggetje waar we met alle 3 de groepen wat nuttigen.

Daarna vertrekken alle 3 de groepen om elk een eigen ronde te gaan rijden.
We bekijken opdat moment wie er met welke groep mee verder kan.

Verwachting is dat de groep kinderen tussen 11.30 en 12.00 uur weer op de parkeerplaats van TOFS-SCO aan de Elkensweg terug zullen zijn.

Voor vragen over deze ingelaste toertocht kunt u terecht bij Frans van Leijsen; Telefoon: 0162-426767 / E-mail: skeeleren@ijsco.net of bij ondergetekende.

Wellicht tot ziens op zaterdag 24 mei om 10.00 uur.
Namens de TC Skaten en Skeeleren,
Jos Pompe, 06-10906638 jspompe@xs4all.nl

*datum is onder voorbehoud. Het is afhankelijk van de weersomstandigheden, etc.

WERKEN

In het zomerseizoen met IJSCO aan de slag met? Ja zeker kan dat op verschillende manieren zelfs. Naast het skeeleren kun je deelnemen aan de bostraining en aan het wielrennen.

Bostraining
Na een geslaagd winterseizoen voor wat betreft het aantal deelnemers van de zaaltraining hebben we een aantal enthousiastelingen bij elkaar gekregen, die ook in de zomer graag door zouden willen trainen. I.v.m. de andere activiteiten die IJSCO door de week al aanbiedt, is de donderdag overgebleven voor het geven van de Bostraining.



De bostraining is bedoeld voor iedereen die zijn conditie ook in de zomer op peil wil houden en dit in de vorm van "hard"-lopen wil doen. De bedoeling is dat we bij Lievenshove het bos ingaan en daar een traject lopen, diverse rek- en strekoefeningen doen en allerlei andere oefeningen die te maken hebben met de schaatssport. We beginnen het e.e.a. natuurlijk rustig op te bouwen zodat ook de minder geoefende, die in de winter bij de Kachel heeft gezeten, goed mee kan.

Waar, wanneer en hoe laat?
Elke donderdagavond vertrekken we vanaf het parkeerterrein bij de Warande aan de Bredaseweg klik hier voor de details van de vertrekplaats
Met slecht weer wordt er niet gelopen
Wat kost het?
Niets, als u tenminste lid bent van IJSCO.
Wanneer u als niet IJSCO-lid na 1 x te hebben meegetraind besluit om ook de volgende keren mee te gaan doen, dient u zich wel aan te melden als lid.
U kunt zich voor de training aanmelden via het inschrijfformulier op de website.

Wielrennen

Voor wie?
Hieraan kan iedereen meedoen: van jong tot oud, man of vrouw, snel of minder snel. We passen de fietsgroepen hierop aan.
Heeft u zin om niet eens alleen te fietsen maar met een groep lotgenoten, sluit u zich dan bij ons aan.
Wat moet u doen: zorgen dat uw racefiets goed in de olie staat en je eigen aansluiten bij de groep.
we vertrekken even voorbij de " Witte Fiets "op de Beneluxweg (t.o. het AC-restaurant).
Iedere dinsdagavond vanaf de 1e week in april t/m eind september

Volgens onderstaand schema van starttijden

april: 18.30
mei t/m augustus: 19.00 uur
september: 18.30 uur

Voor hen die (nog) niet zo vroeg op deze tijd kunnen starten:
Wij gaan fietsen bij Terheijden. Rij naar het pannenkoeken huis bij Den Hout, langs het kanaal, dan kom je ons vanzelf wel tegen.

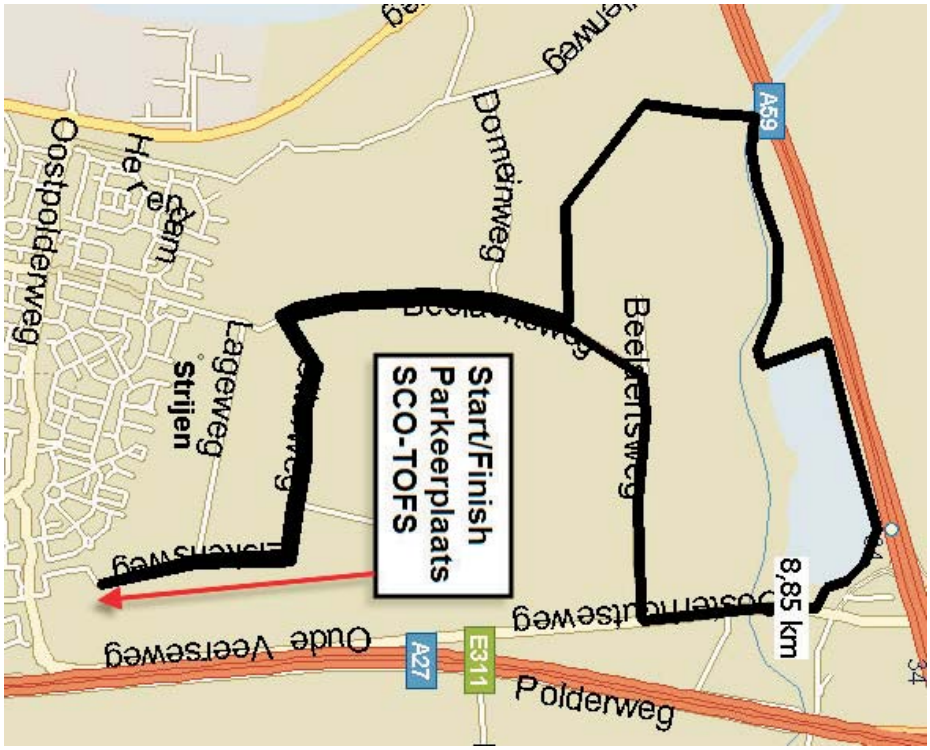
Wat kost het?



Niets, als u tenminste lid bent van IJSCO. Wanneer u als niet IJSCO-lid na 1 x te hebben meegetraind besluit om ook de volgende keren mee te gaan doen, dient u zich wel aan te melden als lid.
U kunt zichzelf voor het wielrennen aanmelden bij Johan Geurts, 076-5811027

Johan Geurts en Anton van Gaalen

SKEELER EN SKATE ROUTE



Een stuk van de route zoals deze op 24 mei geskeelerd of geskate gaat worden.

SKATEN & SKEELEREN

In de periode van april tot oktober organiseert IJSCO skaten en skeeleren in Oosterhout en Breda. Dat gebeurt o.a. op het Baronieparkoers (bij de Kunstijsbaan Breda) aan de Terheijdenseweg in Breda en op het VOKO-terrein (achter de Blikken) in Oosterhout.

Voor wie
Iedereen kan aan het skaten en skeeleren meedoen: vanaf 6 jaar tot ‘oud’, man of vrouw, beginnend of geoefend. Het aantal wielen onder de skates of skeelers maakt ons niets uit.

Wat
IJSCO verzorgt trainingslessen, midweekskates, toertochten, vrij skaten, schoolskaten en competitie voor skeeleraars en skaters.Waar je ook aan meedoet, je draagt altijd een helm - voor je eigen veiligheid.
Er wordt bij IJSCO les gegeven in trainingsgroepen die worden begeleid door ervaren skaters en skeeleraars van IJSCO. Alle technieken krijgen de aandacht: zoals remmen, behendigheid, wendbaarheid en veiligheid. Bij aanhoudende regen gaan de lessen uiteraard niet door. Kijk voor alle zekerheid even op de homepage van de website hoe de verkeerslichten staan. (rood of groen).
Iedereen kan meedoen: van jong tot oud, man of vrouw, beginnend of geoefend.





Veiligheid
Voor de veiligheid is een HELM VERPLICHT en zijn overige beschermingen aanbevolen.

Deelname
Als je alleen vrij wilt komen rijden zijn de jaarkosten het IJSCO lidmaatschap. Als u lessen wilt volgen, komen daar leskosten bij. Betalingen worden afgeschreven van uw rekening via een éénmalige machtiging. Is uw interesse gewekt of heeft u nog vragen, stuur dan even een e-mail naar skeeleren@ijsco.net of bel naar Frans van Leijsen: 0162-426767.

Wanneer
Het seizoen startte op vrijdag 4 april en loopt t/m eind september. Kom een keer kijken en vraag of u een keer mee mag doen. Wanneer u de week daarop weer wenst mee te doen, dient u zich wel op te geven als lid van de vereniging . U kunt er dan voor kiezen om vrij te rijden of mee te trainen onder deskundige leiding van een instructeur of instructrice. Voor de laatste optie betaald u natuurlijk wel lesgeld. De officiële lestijd is van 19.00 – 20.00 uur en het 2e uur kan er nog vrij worden gereden.



Skeelerles op het VOKO-terrein in Oosterhout

Op de maandagavonden wordt er van 19.00 tot 20.00 getraind in Oosterhout.* Onder voorbehoud omdat er nog geen trainers voor die avond beschikbaar zijn.
Op de woensdagavonden wordt er getoerd in en rondom Oosterhout waarbij het aangeleerde in praktijk kan worden gebracht. Kijk op de website van IJSCO voor meer info over de vertrekplaats en de vertrektijden.

MidweekSkate op de woensdagavond
Lekker ontspannen midden in de week ... skaten en skeeleren.
Voor uw conditie, voor uw techniek.
Het tempo wordt altijd bepaald door de langzaamste in de groep.
Het gaat vooral om gezelligheid, genieten van de natuur in onze omgeving, maar ook om de technische begeleiding door ervaren skaters en skeeleraars die altijd aan deze MidweekSkate meedoen en u graag met advies van dienst willen zijn.

een langzamere groep voor jeugd die plm. 15 km/uur rijden
een iets wat snellere groep voor beginners en geoefenden: 16 tot 18 km/uur
en een wat snellere groep voor de meer gevorderden (18 tot 23 km/u). Beide groepen worden begeleidt door onze ervaren skaters en skeeleraars van IJSCO.

De routes worden door de deelnemers zelf vooraf vastgesteld. Dus weet u een keer een leuke route, dan mag je gewoon een keer voorop rijden om de weg te wijzen. De afstanden kunnen variëren van 10 tot 20 km voor de jeugd en beginners en 15 tot 45 km voor de gevorderden. Dit alles is natuurlijk afhankelijk van de weersomstandigheden, de conditie van de deelnemers en de toestand van het wegdek.

Voor wie?
De MidWeekSkate is bedoeld voor iedereen die op een gezellige manier en toch serieus bezig wil zijn met het skaten en skeeleren.
Ook liefhebbers die geen lid zijn van IJSCO, en toch eens in groepsverband een tochtje mee willen rijden, zijn van harte welkom om zich aan te sluiten bij een groepje van hun kunnen.

Waar, wanneer en hoe laat?
Elke woensdagavond vanaf de met 2 of meer groepen vanaf het parkeerterrein bij v.v. SCO-TOFS aan de Elskensweg in Oosterhout.Vanaf de .
Wanneer het een uur van te voren heeft geregend en het wegdek nat blijft, en het ziet er niet naar uit dat dit verbeterd, wordt er niet gereden. Dit wordt ook medegedeeld d.m.v. de stoplichten op de homepage.

Wat kost het?
Niets, ... alleen wat energie en wellicht dat wanneer je nog geen lid bent van IJSCO, je jezelf ooit nog eens een keer als lid aanmeldt.

IN DECEMBER 2008 VERSCHIJNT 'T GLIJ-IJZER NUMMER 100

In december 2008 zal de honderdste editie van ons clubblad verschijnen.
Vooruitlopend hierop wil ik een beroep doen op alle IJSCO-leden om mee te denken over hoe we deze jubileumeditie gestalte kunnen geven.
Wie heeft er goede ideeën? Wie wil er over mee denken?
Het moet iets speciaals worden! Ik roep iedereen op om hierover na te denken.
Wilt u meedenken over de invulling van dit unieke nummer neem dan zo snel mogelijk contact op met David de Bruin, tel. 0162-456917.

DOE MEE. OF WORDT NUMMER 100 DE LAATSTE?
Vanaf nummer 101 willen wij de vormgeving van het clubblad te veranderen.
De redactie van het clubblad is aan uitbreiding en misschien vernieuwing toe.
Wie wil de redactie aanvullen? Wie wil het blad meer inhoud geven?
Wie wil de werkgroep Public Relations, met de redactie als onderdeel daarvan, komen versterken?
U kunt contact opnemen met David de Bruin, tel. 0162-456917 of met Chris Ras, tel. 0162-470334. Mailen kan ook naar voorzitter@ijsco.net of pr@ijsco.net.

David de Bruin.

SCHAATSPUZZEL APRIL 2008

Bij de juiste beantwoording van de vragen onstaat er een woord in de grijze balk. Stuur uw antwoord op naar Redactie Glij-Ijzer, schaatspuzzel april 2008, Weidebeemd 7, 4907 GP Oosterhout o.v.v. uw naam en adres. Onder de goede inzenders verloten we 2 cadeaubonnen van € 10,=.

					1		9		5	2	6			
				2	11		12	1	11				15	
3	1	10			14	12			11	9				
		4		7		3		15		12	1			
			5	4		9		9		6	10		6	
			6	2		11			1	15		12		
	7	14	5		7	1		4	13	13	15			
				8	7	8		15		9	8	10		12
					9	3			9	6			1	15
				10	12	8			13		11		13	6

1. In welke stad werd in februari 2008 het WK allround verreden?
2. Samen met Ria Visser levert hij commentaar bij de schaatswedstrijden op de televisie.
3. Europees kampioen allround 2008.
4. Wat voor schaatsers zijn Jan Bos, Erben Wennemars en Marianne Timmer?
5. Waar bevindt zich het Thialfstadion?
6. Functionaris die waakt over de kwaliteit van het ijs.
7. Met dit materiaal schaatsen hardrijders.
8. Zo gaan schaatsers door de bocht.
9. Europees Kampioene 2008.
10. Dit draagt een schaatser die in de buitenbaan start.



IJSCO Zomer Agenda 2008

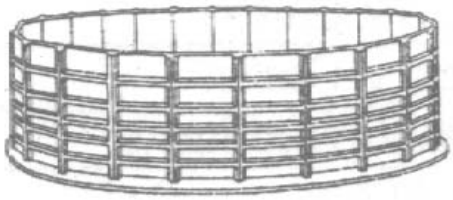
	Jan	Feb	Mrt	Apr	Mei	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dec	Onderdeel	Specials
Ma	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Training Oosterhout	
Di	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	Wielrennen	
Wo	2	3	3	2	1	3	2	3	3	1	3	3	MidWeekSkate	
Do	3	4	4	3	1	4	3	4	4	2	4	4	Bostraining	
Vr	4	1	5	4	2	5	4	1	5	3	5	5	Training Breda	Gratis les Breda / CK
Za	5	2	1	5	3	6	5	2	6	4	1	6		
Zo	6	3	2	6	4	1	6	3	7	5	2	7		Opening IJSBAAN
Ma	7	4	3	7	5	2	7	4	8	6	3	8	Training Oosterhout	
Di	8	5	4	8	6	3	8	5	9	7	4	9	Wielrennen	
Wo	9	6	5	9	7	4	9	6	10	8	5	10	MidWeekSkate	
Do	10	7	6	10	8	5	10	7	11	9	6	11	Bostraining	
Vr	11	8	7	11	9	6	11	8	12	10	7	12	Training Breda	
Za	12	9	8	12	10	7	12	9	13	11	8	13		
Zo	13	10	9	13	11	8	13	10	14	12	9	14		
Ma	14	11	10	14	12	9	14	11	15	13	10	15	Training Oosterhout	
Di	15	12	11	15	13	10	15	12	16	14	11	16	Wielrennen	
Wo	16	13	12	16	14	11	16	13	17	15	12	17	MidWeekSkate	
Do	17	14	13	17	15	12	17	14	18	16	13	18	Bostraining	
Vr	18	15	14	18	16	13	18	15	19	17	14	19	Training Breda	
Za	19	16	15	19	17	14	19	16	20	18	15	20		
Zo	20	17	16	20	18	15	20	17	21	19	16	21		
Ma	21	18	17	21	19	16	21	18	22	20	17	22	Training Oosterhout	
Di	22	19	18	22	20	17	22	19	23	21	18	23	Wielrennen	
Wo	23	20	19	23	21	18	23	20	24	22	19	24	MidWeekSkate	
Do	24	21	20	24	22	19	24	21	25	23	20	25	Bostraining	Schaatsen Heerenveen ??
Vr	25	22	21	25	23	20	25	22	26	24	21	26	Training Breda	
Za	26	23	22	26	24	21	26	23	27	25	22	27		Club toertocht
Zo	27	24	23	27	25	22	27	24	28	26	23	28		
Ma	28	25	24	28	26	23	28	25	29	27	24	29	Training Oosterhout	Sluiting IJSBAAN
Di	29	26	25	29	27	24	29	26	30	28	25	30	Wielrennen	
Wo	30	27	26	30	28	25	30	27	31	29	26	31	MidWeekSkate	Koninginnedag
Do	31	28	27	31	29	26	31	28	32	30	27	32	Bostraining	
Vr	32	29	28	32	30	27	32	29	33	31	28	33	Training Breda	
Za	33	30	29	33	31	28	33	30	34	32	29	34		
Zo	34	31	30	34	32	29	34	31	35	33	30	35		
Ma	35	32	31	35		30	35			34	31	36		

	Meivakantie:	29 april t/m 7 mei	GEEN TRAINING
	Zomervakantie:	5 juli t/m 17 augustus	
	Baronie parkoers	GESLOTEN	
	Pasen	23 - 24 maart	
	Hemelvaart	1-mei	
	Pinksteren	11 - 12 mei	
	Zomerschaatsen	Heerenveen juni/juli	
	Geen training		

Droogtrainingen NTB

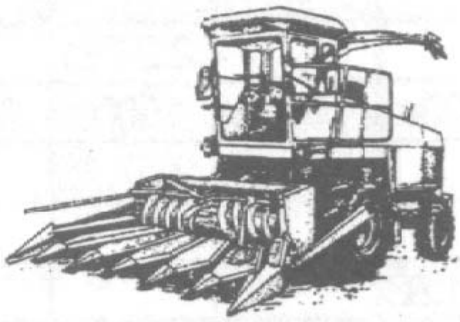
Skeelertraining O'hout:	VOKO-terrein (Blikken) 19.00 tot 20.00 uur. Max. 14 lessen ALLEEN OPEN BIJ SKEELERTRAININGEN
Skeelertraining Breda:	BaronieParkoers Breda 19.00 tot 20.00 uur. Max. 14 lessen
MidWeekSkate:	Parkeerplaats SCO, Elskensweg (Natuurijsbaan IJSCO) Wisselende starttijd ivm invallende duisternis
	Wielrennen
	Land-Bostrainingen / Clinic
	Overleg TC 'Skeeleren' (Laatste Donderdagen van de maand / 3 mnd)
4 april	Gratis training skeeleren/skaten
24 mei	Club Skate toertocht voor Jeugd en Volwassenen / Beginners en
5 September	Clubkampioenschappen Skeeleren
Datum ntb	Skate Mini Elfstedentocht tijdens trainingsavond Breda / Oosterhout
Optie medio September	Club Skate toertocht voor Jeugd en Volwassenen / Beginners en
Zaterdagen	Force 'Stehman' Competitie Skeelerwedstrijden (SBN)
Woensdagmiddag 6x	Kennismaking met Sport ism OIB Oosterhout





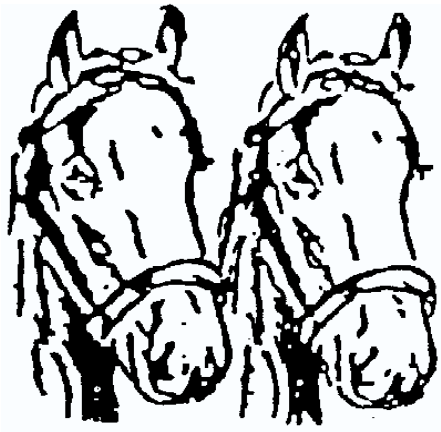
Gebroeders van Ginneken b.v.

Aannemingsbedrijf, Verhuur van mobiele en rupskranen,
grondkarren, laadschoppen en mini-graver.
Alle voorkomende grond- en landbouwwerkzaamheden.
Erkend intermediair, mestopslag, mesthandel.
Gewasbescherming - spuitwerkzaamheden.



Vrachelsestraat 21
4911 BG Den Hout
Telefoon 0162 454836
Telefax 0162 423892

Moerstraat 9
4911 AG Den Hout
Telefoon 0162 459318

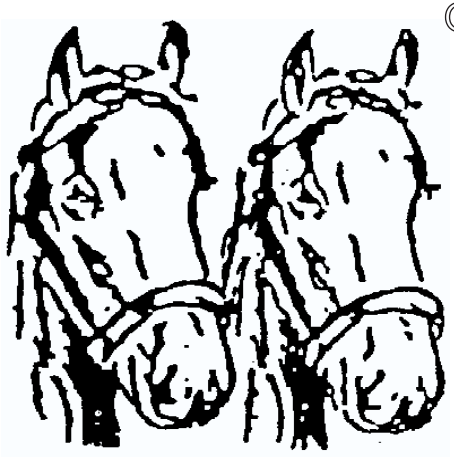


Uw adres voor een:

GESLAAGD FEEST

4 zalen tot 300 personen voor:
FEESTEN - PARTIJEN - RECEPTIES
MET APARTE INGANG

Ook ideale ruimte voor vergaderingen, prima keuken en correcte bediening.
Ook verhuur van tennisbanen. 7 Banen aanwezig.



Vraag vrijblijvend om alle gewenste informatie!!

Café - Zalencomplex - Tennispark

"De Koppelpaarden"

Veerseweg 54
Oosterhout - Tel.: 0162-453265



ARENDSTRAAT 37 • OOSTERHOUT • T (0162) 45 46 39 • WWW.LOONENBRILLEN.NL