't Glij-IJzer



Januari 2004

seizoen 2003/2004
opgericht 1985

loonen
BRILLENMAKERS

OogMerk OPTICIEN
Omdat geen twee ogen gelijk zijn

LOONEN BRILLENMAKERS,
ARENDSTRAAT 37,
4901 JJ OOSTERHOUT.
TELEFOON (0162) 454639

Het hele jaar door schaatsen van:

VIKING - BAUER - NIJDAM

*En nog diverse andere merken.

* Noren (zowel klapschaats als traditioneel)
* IJshockey schaatsen
* Kunst-rijdschaatsen
* Botjes
* IJshockey sticks en pucks

LINBERG
Uw Specialist voor:

Caravan - Camping - Outdoor - Wintersport

WWW.LINBERG.NL

Rijksweg 231 * 5124 NA Molenschot * Tel. 0161-411246

IJSCO op internet: www.ijsco.com **E-mail: mail@ijsco.com**

Copy voor het volgende nummer inleveren bij één van de redactieleden
Vóór 15 maart 2004

IJSBAAN Elsken, 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*

* Het noren uur is alleen voor leden

Toegangsprijzen : t/m 12 jaar € 1,- vanaf 13 jaar € 2,-
IJSCO-Leden : gratis toegang tot de Ijsbaan.

"SNS Baan" [Skeeleren], Terheijdenseweg, Breda

Openingstijden
Vrijdag 19.30 - 21.30 Zaterdag 09.30 - 11.00
De baan is alleen toegankelijk voor leden in het bezit van een geldig abonnement van IJSCO, Ballangrud of de Striene.
Dragen van een **helm** is verplicht. Elleboog-, pols- en kniebeschermers worden dringend geadviseerd. Vrijdag's is er tegen een kleine bijdrage vanuit IJSCO ondersteuning aanwezig. **IJSCO-Leden: gratis toegang tot de Skeelerbaan.**

SKEELER-LESSEN OP DE WARANDE

Iedere maandagavond tussen 18.30 en 20.30 uur
Van april tot en met september / behalve in de zomervakantie van het basisonderwijs.
Samen Skeeleren
Iedere donderdag van "Café Koppelpaarden" om 19.30 uur (Veerseweg)
Informatie bij Anton van Gaalen tel.: 423906

Zaaltraining
Woensdagavond: 21.00 - 22.00 uur. Gymzaal Lievenshove"", Bredaseweg 140.

Wielrennen
Dinsdagavond om 19.00 uur bij "**de Fiets**" aan de Beneluxweg
Zondagmorgen om 9.00 uur bij de Warande aan de Bredase weg.

SPAARSELECT Kunstijsbaan Breda

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

Ledenadministratie: te
Lidmaatschap *geldt van 01-12 tot en met 30-11*

Als u lid wordt tussen:	betaalt u:				
01-03 tot 01-12	Individueel	€ 8,-	Gezin*	€	16,-
01-12 tot 01-06	Individueel	€ 9,-	Gezin	€	18,-
01-06 tot 30-11	Individueel	€ 8,-	Gezin	€	16,-
En bij ijs	Individueel	€ 16,-	Gezin	€	32,-

gezin is ouder(s) + kind(eren) tot 18 jaar.
Rabobank: 13.99.10.220 Postbank: 5734191

BESTUUR

Dagelijks bestuur: (stemrecht)

voorzitter:	Anton van Gaalen		
	Bizetlaan 5	4904 ML Oosterhout	0162-423906
secretaris:	Toine van Wezel		
	Leijsenstraat 3	4901 PC Oosterhout	0162-429602
penningmeester:	Johan Geurts		
	Brechtenstede 24	4847 EG Teteringen	076- 5811027

Werkgroepen: (stemrecht)

public relations:	David de Bruin		
	Weidebeemd 7	4907 GP Oosterhout	0162-456917
schaatsen:	Sytse Koolhaas		
	Berendonk 4	4907 ZG Oosterhout	0162-434460
skeeleren:	vakature		
ijsmeesters:	Anton Rombouts		
	Bronkhorst 21	4901 DC Oosterhout	0162-426624

Adviesleden: (toehoorders)

notulist:	Bethley Kuijstermans		
	O. Tilburgsebaan 48	4849 PN Dorst	0161-411842
website:	Johan Goedegebuure		
	Bronkhorst 40	4901 DD Oosterhout	0162- 428409

Redactie:

Dicky Oele	Oudenhove 60	4901 CB	tel.: 42 67 12
David de Bruin	Weidebeemd 7	4907 GP	tel.: 45 69 17

Hoofdtrainer

Nico. Garritsen	Fort 2 Breda	4813 AJ	tel.: 076 514 24 37

Aanmelden nieuwe leden:

Seppie Vellema	G. v. Amstelstr. 9	4906 JG	tel. 45 24 20
Ria Visser	J. v. Scorelstraat 21	4907 PJ	tel. 46 05 82

emzet
desktop publishing & klein offset

Drukkerij:
Charles Petitweg 37-6
4827 HJ Breda
Tel.: 076 - 571 83 00
Fax: 076 - 571 84 00
E-mail: drukkerij@emzet.demon.nl

offsetdrukkerij:
zakelijk drukwerk, strooifolders, periodieken, enz.

Digitaal:
kopieer- en printservice *(zw/w en kleur tot A3)*
DTP faciliteiten - digitaal printen, enz.

van floppy tot copy

IJSCO, OOK VOOR U



IJSCO, ook voor u, is een uitnodigende titel en zo is het ook bedoeld. In de afgelopen bestuurs-vergadering is er veel over gesproken om IJSCO meer een vereniging te laten zijn voor alle leden. Hoe krijgen we meer een clubgevoel? Deze behoefte leeft bij veel bestuursleden. Maar leeft dat ook bij u en bij jou? In het verleden zijn diverse pogingen gedaan door onder meer een clubkleding te kopen, om zo ook naar buiten toe een club te zijn. Maar hoe worden we ook met ze allen een club. Voor het clubgevoel hebben we de jaarvergadering en de gezamenlijke uitreiking van de schaatsprijzen.

Het is natuurlijk bekend dat schaatsers en dergelijke van nature “einzelgängers” zijn. Maar dat wil niet zeggen dat we buiten de sport ook zo zijn.
Onafhankelijk van elkaar hebben de TC schaatsen en de TC Skeeleren (voorheen werkgroep skeeleren) initiatieven genomen om meer groep dan individualisten te zijn. Deze initiatieven worden door het bestuur van harte ondersteund. Daarnaast zijn er nieuwe initiatieven op het terrein van wielrennen en is de zaalsport met succes nieuw leven ingeblazen.

Wat willen we gaan doen. Vanuit de TC skeeleren worden meer activiteiten georganiseerd, ook op laagdrempelig niveau. Zo willen we alle leden bereiken. Door op een overzichtelijke manier de activiteiten aan te beiden hopen we ook u te mogen ontmoeten. Want IJSCO heeft veel leden en die mogen aan alle (laagdrempelige) activiteiten deelnemen.

De TC schaatsen heeft initiatieven genomen om met ingang van het volgend jaar tijdens de lessen op de ijsbaan meer als eenheid naar buiten op te treden. Zodat we weten wie IJSCO leden en dat we elkaar op de baan beter kunnen vinden.



Daarnaast wil de TC schaatsen de trainers meer bekend maken. Daar wordt in dit nummer van het Glij ijzer meer inhoud aangegeven. Maak het maar bekend dat ook jij bij IJSCO hoort. Doe daarom ook eens mee aan de clubwedstrijden. Dit jaar organiseert IJSCO de clubwedstrijden alleen. Dus we zijn met IJSCOleden onder elkaar. Doe mee of kom gewoon eens kijken om elkaar aan te moedigen. De entree voor de clubwedstrijden is gratis.

Graag tot ziens op een van onze activiteiten, want IJSCO is er ook voor u.

Anton van Gaalen

AZZURI

wieler, skeeler- en schaatsspecialist

Voor professional en liefhebber



Voor een goed advies en al het onderhoud
en reparaties aan uw schaatsen, skeelers,
of race- en ATB-fiets.

AZZURI Roosendaal
Nispenseestraat 72
4701 CX Roosendaal
(0165) 55 24 83

AZZURI Breda
Terheijdenseweg 506
4826 AB Breda
(076) 587 05 55

---

www.azzuri.nl

OPHEFFING WERKGROEP SKEELEREN

OPRICHTING TC SKEELEREN



Dat is eerst even schrikken. Is de werkgroep skeeleren opgeheven? Ja, maar lang leve de oprichting van de Technische Commissie Skeeleren. Wat is er allemaal gebeurd de afgelopen periode? Soms kunnen ontwikkelingen heel erg snel gaan.

In de vorige nummers van het Glij ijzer is een oproep geplaatst om een vervanging van de voorzitter van de werkgroep. Er zijn gelukkig een aantal skeeleraars opgestaan, die de functie op willen delen en gezamenlijk de schouders er onder willen zetten om het skeeleren verder uit te bouwen. Prima. Deze personen zijn: Ronald Feij, Anton van Gaalen, William den Hollander, Jac. Meeren, Frans van Leijsen, Jos Pompe en Jan Vergouwen. De werkgroep is tijdens de afgelopen algemene bestuursvergadering omgedoopt tot TC skeeleren, zodat dit gelijk wordt getrokken met de TC Schaatsen.

De TC houdt zich in eerste instantie bezig met de jaarplanning. De eerste opzet van de jaarplanning is er inmiddels. Nog niet alles is op dit moment bekend. Er zijn nog een aantal zaken in ontwikkeling. Deze komen wellicht in een later stadium nog terug of die zien we volgend jaar terug in de kalender.

De leden die werkzaam waren in de werkgroep skeeleren wil de TC graag blijven uitnodigen voor het organiseren en uitvoeren van de diverse activiteiten. Op deze wijze zal een breder draagvlak ontstaan voor het skeeleren in Oosterhout en omgeving.

Ik mag mij als voorzitter van de werkgroep skeeleren gelukkig prijzen dat de TC skeeleren is ontstaan en dat de initiatieven verder worden uitgebouwd. Door uw enthousiasme voor de lessen en de activiteiten gaat de TC er vanuit dat er een goede basis is die garant staat voor de continuïteit van het skeeleren in Oosterhout en ***omgeving***. Die omgeving van Oosterhout wordt met name vertegenwoordigd door Ronald en William. Zij zijn afkomstig uit Werkendam.

De ontwikkelingen kunnen snel gaan. Dit wordt zeker vervolgd.

Met vriendelijke groet.

Anton van Gaalen.

Voor het “OVERZICHT SKEELER ACTIVITEITEN IJSCO 2004“ moet u op de volgende 2 bladzijden zijn,

OVERZICHT SKEELER ACTIVITEITEN IJSCO 2004

April 2004

Status	Datum	Tijd	Activiteit	Plaats	Soort	Frequentie
Voorlopig	2 april	0	Start Skeelerseizoen SNS Baan - Waranda	Breda O'hout	0	0
Voorlopig	Wo of Do	19à19.30u	Zomeravond 'Conditie' tochten 'MIDWEEKSKATE'	Polder omg. O'hout	Toertocht	wekelijks
voorbereiding	NTB	0	Marathonrijders (zondag SNS baan)	NTB	Training	wekelijks
Definitief	Donderdag	19,30u	Vrij Skeeleren	SNS Breda	Individueel	wekelijks
Definitief	Vrijdag	19,30u	Vrij Skeeleren	SNS Breda	Individueel	wekelijks
Definitief	Zaterdag	10,00u	Vrij Skeeleren	SNS Breda	Individueel	wekelijks
voorbereiding	9 t/m 18 april	0	Nationale Sport Week (NSW)	0	0	0
voorbereiding	0	ntb	Nigtskate	Rondom O'hout	Pelotons- tochtevenement	
Definitief	Vanaf Ma 5 april	18.30u	Jeugd	Voorseizoen 10 lessen	Waranda O'hout	Trainingwekelijks
Definitief	Vanaf Ma 5 april	18.30u	Beginners	Voorseizoen 10 lessen	Waranda O'hout	Trainingwekelijks
Definitief	Vanaf Ma 5 april	19.30u	Gevorderden	Voorseizoen 10 lessen	Waranda O'hout	Trainingwekelijks
Definitief	Vanaf Vr 10 april	19.30u	Jeugd	Voorseizoen 10 lessen	SNS Breda	Trainingwekelijks
Definitief	Vanaf Vr 10 april	19.30u	Beginners	Voorseizoen 10 lessen	SNS Breda	Trainingwekelijks
Definitief	Vanaf Vr 10 april	19.30u	Gevorderden	Voorseizoen 10 lessen	SNS Breda	Trainingwekelijks
Definitief	Vanaf Vr 10 april	19.30u	Wedstrijd/ Toerrijders	Voorseizoen 10 lessen	SNS Breda	Trainingwekelijks
Definitief	Vanaf Vr 10 april	20.30u	Marathonrijders	Voorseizoen 10 lessen	SNS Breda	Trainingwekelijks
Definitief	30 april	NTB	Koninginnetocht	Oosterhout e.o.	Vrije tochtevenement	
Definitief	30 april	NTB	Elfstedentocht	Locatie onderzoek	Spelevenement	

Mei 2004

Status	Datum	Tijd	Activiteit	Plaats	Soort	Frequentie
Voorlopig	Wo of Do	19à19.30u	Zomeravond 'Conditie' tochten 'MIDWEEKSKATE'	Polder omg. O'hout	Toertocht	wekelijks
Definitief	Vanaf Ma 5 april	18.30u	Jeugd	Voorseizoen 10 lessen	Waranda O'hout	Trainingwekelijks
Definitief	Vanaf Ma 5 april	18.30u	Beginners	Voorseizoen 10 lessen	Waranda O'hout	Trainingwekelijks
Definitief	Vanaf Ma 5 april	19.30u	Gevorderden	Voorseizoen 10 lessen	Waranda O'hout	Trainingwekelijks
Definitief	Vanaf Vr 10 april	19.30u	Jeugd	Voorseizoen 10 lessen	SNS Breda	Trainingwekelijks
Definitief	Vanaf Vr 10 april	19.30u	Beginners	Voorseizoen 10 lessen	SNS Breda	Trainingwekelijks
Definitief	Vanaf Vr 10 april	19.30u	Gevorderden	Voorseizoen 10 lessen	SNS Breda	Trainingwekelijks
Definitief	Vanaf Vr 10 april	19.30u	Wedstrijd/ Toerrijders	Voorseizoen 10 lessen	SNS Breda	Trainingwekelijks
Definitief	Vanaf Vr 10 april	20.30u	Marathonrijders	Voorseizoen 10 lessen	SNS Breda	Trainingwekelijks
voorbereiding	Medio Mei	NTB	Nachtskate 'LENTEBLOESEM'	Rondom O'hout	Pelotons tochtevenement	
voorbereiding	onbekend	0	Wheelers	Toonzaal	Wedstrijd	evenement

Juni 2004

Status	Datum	Tijd	Activiteit	Plaats	Soort	Frequentie
Voorlopig	Wo of Do	19à19.30u	Zomeravond 'Conditie' tochten 'MIDWEEKSKATE'	Polder omg. O'hout	Toertocht	wekelijks
Definitief	Vanaf Ma 5 april	18.30u	Jeugd	Voorseizoen 10 lessen	Waranda O'hout	Trainingwekelijks
Definitief	Vanaf Ma 5 april	18.30u	Beginners	Voorseizoen 10 lessen	Waranda O'hout	Trainingwekelijks
Definitief	Vanaf Ma 5 april	19.30u	Gevorderden	Voorseizoen 10 lessen	Waranda O'hout	Trainingwekelijks

Juni 2004

Status	Datum	Tijd	Activiteit	Plaats	SoortFrequentie
Definitief	Vanaf Vr 10 april	19.30u	Wedstrijd/ Toerrijders	Voorseizoen 10 lessen	SNS BredaTrainingwekelijks
Definitief	Vanaf Vr 10 april	20.30u	Marathonrijders	Voorseizoen 10 lessen	SNS BredaTrainingwekelijks
Voorlopig	5 Juni, begin juni	0	Biesbosch tocht	Biesbosch e.o.	Toertochtevenement
Definitief	21 juni	ntb	Midzomernachtskate	Rondom O'hout	Pelotons tochtevenement

Juli 2004

Status	Datum	Tijd	Activiteit	Plaats	SoortFrequentie
Voorlopig	Wo of Do	19à19.30u	Zomeravond 'Conditie' tochten 'MIDWEEKSKATE'	Polder omg. O'hout	Toertochtwekelijks

Augustus 2004

Status	Datum	Tijd	Activiteit	Plaats	SoortFrequentie
Voorlopig	Wo of Do	19à19.30u	Zomeravond 'Conditie' tochten 'MIDWEEKSKATE'	Polder omg. O'hout	Toertochtwekelijks
voorbereiding	NTB	0	Marathonrijders (zondag SNS baan)	NTB	Trainingwekelijks
Definitief	Donderdag	19,30u	Vrij Skeeleren	SNS Breda	Individueelwekelijks
Definitief	Vrijdag	19,30u	Vrij Skeeleren	SNS Breda	Individueelwekelijks
Definitief	Zaterdag	10,00u	Vrij Skeeleren	SNS Breda	Individueelwekelijks
Definitief	Vanaf Ma 30 aug	18.30u	Naseizoen 6 lessen	Waranda O'hout	Trainingwekelijks
Definitief	Vanaf Vr 3 sept	19.30u	Naseizoen 6 lessen	SNS Breda	Trainingwekelijks

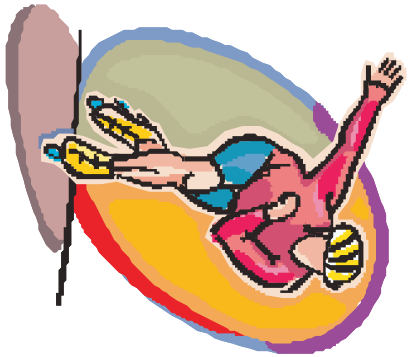
September 2004

Status	Datum	Tijd	Activiteit	Plaats	SoortFrequentie
Voorlopig	Wo of Do	19à19.30u	Zomeravond 'Conditie' tochten 'MIDWEEKSKATE'	Polder omg. O'hout	Toertochtwekelijks
Definitief	Vanaf Ma 30 aug	18.30u	Naseizoen 6 lessen	Waranda O'hout	Trainingwekelijks
Definitief	Vanaf Vr 3 sept	19.30u	Naseizoen 6 lessen	SNS Breda	Trainingwekelijks
Voorlopig	4 September	NTB	Moerdijktocht	Hooge Zwaluwe	Toertochtevenement

Oktober 2004

Status	Datum	Tijd	Activiteit	Plaats	SoortFrequentie
0	0	0	Vrijwilligers avond	0	0

Inschrijven is binnenkort via de Website mogelijk



SCHAATSNIEUWS VAN DE T.C.

PUPILLEN TRAININGSGROEP BREDA

Nog heel even en het is zover. Jawel, we gaan weer Diplomaschaatsen. Dus nog even oefenen op je flits-start, je Tuitert-bochtje of trainen op de “val-niet-over-je-veter-techniek”. Wanneer het precies gaat gebeuren - gewoon tijdens het clubuur - hoor je van de trainers. De onderdelen veranderen natuurlijk niet en we gaan weer voor drie onderdelen:

1. De slalomproef: er wordt een baan uitgezet van 45 m met een aantal pylonen. Binnen een bepaalde tijd moet je slalom één keer heen en terug rijden.
2. Start- en remproef: ook hier weer een baan van 45 m. Aan het eind van de baan moet je niet een mooie bocht maken, maar remmen, vlak om de pylon draaien en weer zo snel mogelijk terug rijden.
3. Langebaanproef: gewoon zonder stoppen een zo groot mogelijk aantal baantjes schaatsen binnen een bepaalde tijd.

Je kunt de volgende KNSB-schaatsvaardigheidsdiploma’s behalen:

A, B, C, D, E en F.

De diploma’s zullen, net als vorig jaar, tijdens de feestelijke afsluiting van het seizoen worden uitgereikt in ons “clubhuis” De Koppelpaarden in Oosterhout. Dat zal gebeuren een dag na ons Clubkampioenschap, op zondagmiddag 21 maart om 14.30 uur. Ik wens jullie nu al allemaal heel veel succes. Ook voor het komende IJSCO Clubkampioenschap van zaterdag 20 maart. Even verder lezen, en je vindt de nodige informatie.

GEWESTELIJKE TRAININGSGROEP BREDA

IJSCO is duidelijk op de kaart gezet!!!! Voor het eerst in de geschiedenis van onze club zijn enkele leden van onze trainingsgroep uitgenodigd voor een officieel landelijk trainingskamp van de KNSB. Het zal begin februari in Dronten plaatsvinden en het is bestemd voor Junioren-B en dan de klapper: de gelukkigen zijn Daan Rottier en Bart v. Wanrooy. Toen de telefoontjes begonnen vloog de adrenaline met een turbotempo door de lichamen en steeg de hartslag tot verontrustende hoogte. Ja, dat laatste bij mij dan, want dit is nog niet eerder in onze schaatshistorie voorgekomen. Jammer dat Mark Rottier dit jaar Junior A is geworden, want ook met die sportman moet men in de toekomst stevig rekening gaan houden. Ook hij heeft al weer de nodige clubrecords aan diggelen gereden. Zo is iedereen driftig bezig om in het bezit te komen van de begeerde “Body Guard Trofee”. Deze sportbeker is dit seizoen in het leven geroepen en beschikbaar gesteld door Sportpraktijk Body Guard in Oosterhout. Hij is bestemd voor degene die dit seizoen de meeste pr’s rijdt. Elk record levert een punt op en je kunt b.v. bij sprintwedstrijden maar liefst 3 punten per avond bij elkaar sprokkelen. Ik schrijf dit zondag 11 januari 2004 en de tussenstand bij de bovenste vijf op dit moment is als volgt: Mark en Bart 11 punten, Daan 9 punten, Maaike 8, Martha 6. Het is razend spannend en er kan nog van alles gebeuren.

En ik kan iedereen aanraden om eens te komen kijken tijdens trainings-wedstrijden in Breda. Wat een spanning en vooral wat kan je daar genieten van schitterend schaatsen.

schitterend schaatsen.
Verderop lezen jullie alles voor het komend Clubkampioenschap van IJSCO op zaterdag 20 maart en de prijsuitreiking op 21 maart in de Koppelpaarden.

CLUBUUR IJSCO
Clubkampioenschap IJSCO: zaterdag 20 maart!!!!
Binnenkort ontvang je als deelnemer aan een van de trainingsgroepen van je trainer het inschrijfformulier voor het Clubkampioenschap. Maar elk IJSCO-lid kan deelnemen, vandaar dat we dit formulier ook hier afdrukken en het is ook op de website te vinden.

BREDASE IJS FEDERATIE (BIJF)
Een belangrijk punt uit de vergadering van 10 december 2003: **EHBO!!!!**
EHBO is tijdens de cluburen primair ook een verantwoordelijkheid van de verenigingen en niet alleen van Optisport. Volgens het boekje van het NOC*NSF: “Wet & regelgeving voor sportverenigingen” wordt het in het kader van de ARBO verplicht om een gediplomeerde EHBO-er op de baan te hebben. Advies is dus om een rooster te maken voor de BIJF-uren waarbij altijd een EHBO-er aanwezig is. Daarvoor is het nodig dat de verenigingen een inventarisatie maken wie een EHBO-diploma heeft en wie bereid is tijdens de BIJF-uren (lees: clubuur IJSCO) aanwezig te zijn. Hierbij doen we daarom als TC een oproep aan iedereen die in het bezit is van een geldig EHBO-diploma en die zou willen meewerken aan het bovenstaande. Graag z.s.m. een mailtje naar ***mail@ijsco.com***.
De BIJF kan dan een rooster maken voor het volgende seizoen.

CLUBKAMPIOENSCHAP IJSCO 2004
Zaterdag 20 maart Kunstijsbaan Breda.
Start wedstrijden: 17.00 uur / Aanwezig uiterlijk 16.30 uur.
Einde wedstrijden: 19.30 uur. De prijsuitreiking vindt plaats in Café De Koppelpaarden op zondag 21 maart om 14.30 uur.

Voor de derde maal houdt **IJSCO** op de kunstijsbaan Breda haar jaarlijkse Clubkampioenschappen.
Naast de wedstrijdschaatsers is het de bedoeling dat juist de beginnende schaatsers ook deelnemen aan deze uiterst gezellige en sportieve clubwedstrijd. Meedoen is altijd nog belangrijker dan winnen! Maar er is natuurlijk niets tegen het verbeteren van je eigen persoonlijk record of het neerzetten van je eerste wedstrijdtijd.
Er wordt gereden in de volgende categorieën:

Categorie dames/heren:	afstanden:
Pupillen : geboren op of na 1 juli 1990	100 / 300 meter
Junioren C : geboren tussen 1 juli 1988 t/m 30 juni 1990	500 / 1500 meter
Junioren B : geboren tussen 1 juli 1986 t/m 30 juni 1988	500 / 1500 meter
Junioren A : geboren tussen 1 juli 1984 t/m 30 juni 1986	500 / 1500 meter
Neosenioren : geboren tussen 1 juli 1982 t/m 30 juni 1984	500 / 1500 meter

Senioren : geboren tussen 1 juli 1963 t/m 30 juni 1983 500 / 1500 meter
Veteranen : geboren voor 1 juli 1963 500 / 1500 meter

- Attentie: Rijders die geen wedstrijdlicentie hebben rijden in principe 2 x 500 meter. Heren zonder wedstrijdlicentie die de 500 meter binnen de 60 seconden rijden en dames die de 500 m binnen de 65 seconden afleggen worden echter ingedeeld volgens bovenstaand schema en rijden in dat geval een 500 m en een 1500 m.

Kosten Deelnemers t/m categorie Junioren B 2,50 (betalen bij inschrijving)
Deelnemers vanaf categorie Junioren A 3,50

" De inschrijvingen moeten voor 1 maart 2004 zijn ingeleverd bij een van de trainers. Er kunnen geen uitzonderingen gemaakt worden als je te laat bent met inschrijven. Het organiseren van een clubkampioenschap kost veel tijdens Afmelden kan tot 19 maart 2004 bij Pieternel van Wanrooy, tel. 0162-433560.

Aangezien ons Clubkampioenschap in het laatste schaatsweekeind plaatsvindt, leek het ons een goed plan om niet te lang te wachten met de bekers, medailles en diploma's. Dus in het kort:

20 maart **CLUBKAMPIOENSCHAP IJSCO**
21 maart PRIJSUITREIKING CLUBKAMPIOENSCHAP IJSCO
en UITREIKING TROFEE
UITREIKING SCHAATSDIPLOMA'S KNSB
Plaats: "De Koppelpaarden",
Veerseweg 54, Oosterhout.
Tijd : 14.30 uur



Met sportieve groeten,
Technische Commissie IJSCO

Hierlangs afknippen

----------X----------X----------x----------x----------

Inschrijving Clubkampioenschap IJSCO 2004

Achternaam ..... Voornaam: .....

Geboortedatum: ..... M / V (doorhalen wat niet van toepassing is)

Telefoon : ..... Categorie : ..... (zie tabel)

Wat is je persoonlijk record op de 500 meter: ..... Seconden (indien bekend)

----------X----------x----------x----------x---

UIT HET IJSCO JEUGDSCHAATSHONK

Als ik dit op papier zet is het 9 jan. 2004 vrijdagmiddag en regent het.
Nou dat was wel wat anders op zelfde dag in 2003
Toen hebben we namelijk op 9 en 19 januari de Molentocht geschaatst.
Als dit hartje winter is hoop ik dat dit niet tot het einde van het jaar zo blijft.
Al die regen is wel goed voor de ondergrond van onze buitenbaan bij S.C.O. maar ik zie enkel de ijsdikte groeien in onze diepvrieskist. Onze pupillen zouden maar wat graag hun kunnen laten zien op het buitenijs. Maar wanneer?
Zo zijn onze trainers Sjaak, Jan en Goof zeer actief bezig met de IJSCO-jeugd op de binnenbaan in Breda. De eerste jaars leden zijn het krabbelen en naar de wakken kijken (die er niet zijn) moe. Ze gaan al aardig vooruit en spelen liever dan al dat serieus gedoe van: probeer eens recht op je schaatsen te staan of zolang mogelijk op één been. Waarom eigenlijk ook als je er 2 hebt. Of die pyloon staat voor mij in de weg. Anders is het met de rijders die al meerder jaren op het ijs staat. Deze willen zo snel mogelijk hun oefening onder de knie krijgen zodat ze nu al aardig door de bocht scheren en elkaar voorbij streven, want dat is toch de opzet van iedere schaatser!

DIPLOMASCHAATSEN

Zo kunnen de gevorderde jeugdschaatsers zich bij het examen op de slalom-baan, de start en de remproef laten testen voor schaatsdiploma A.B.C.D. of E.
En wie weet zouden er al F. diploma's tussen onze race modellen zitten?
De datums voor het diploma schaatsen zijn maandag 1 en 8 maart en vrijdag 5 en 12 maart. Op de eerste dag wordt de slalom- en remproef afgenomen de week erop volgt de afstandsproef. Ook de jeugd op de buitenbaan schaatst mee!

WIELRENNEN

Beste sportvrienden,
Al drie jaar probeert IJSCO een derde groep op te zetten bij het wielrennen op de dinsdagavond. Ieder jaar start er ook een klein groepje, maar dit is echter steeds van korte duur.
Ook bij de tweede groep (30 – 35 Km/uur) startten afgelopen jaar nieuwe fietsers en jongeren, die in het winterprogramma aan het wedstrijd-rijden deelnemen. Helaas vallen ook deze personen vaak weer af. Reden: toch nog een te hoog tempo over een lange afstand?
Bij deze deel ik mede, dat ik de derde groep zal gaan begeleiden. Deze groep zal in principe ook starten op dezelfde verzamelplaats als groep 1 en 2 (bij de "**Witte fiets**"), maar zal niet dezelfde route nemen als voorgaande jaren.
Mijn bedoeling is om via een opwarmroute terecht te komen in de polder bij Oosterhout / Raamsdonk of in de buurt van Terheijden. Via rondes van 6 en 9 km is het mogelijk meer aandacht aan de rijder te geven. Zo kunnen nieuwe rijders, onder toezicht, in eigen tempo overzichtelijk hun conditie opbouwen.

Bij de wedstrijdgroep krijgt de duur / interval- training meer aandacht. Hij of zij, die niet zijn dag heeft, kan al snel doodop zijn, maar staat dan vlakbij Oosterhout (niet in b.v. Moerdijk) en kan dan in een herstellend tempo naar huis fietsen.
Indien de conditie sterk toeneemt is het natuurlijk mogelijk vanaf de startplaats mee te gaan met groep 2.
Ik hoop met deze nieuwe opzet de derde groep nu eens echt van de grond te krijgen, en verwelkom graag ook dames, jongeren en ouderen.
Tot ziens op de eerste dinsdagavond in april.

MACHTIGING
Bij de giro voor het betalen van de contributie zat ook een machtiging. Enkele tientallen leden hebben hiervan gebruik gemaakt. Echter zouden meer leden hier gebruik van kunnen maken. Bent u het vergeten en u wilt als nog deze machtiging insturen? De machtiging staat op de site van IJSCO, hiervan kunt u een kopie maken en naar mij toesturen.

Johan Geurts

EVEN WEER IETS NIEUWS een nieuwe rubriek

Veel mensen kennen het al, het is de bedoeling dat we wat meer te weten komen over onze vaste en gezellige ijsco mensen. Kennen we bijvoorbeeld al onze trainers al? Hoe ze heten en hoe lang ze al bij IJSCO zijn. Of ze nog meer hobby's hebben en waarom ze training zijn gaan geven en is dat moeilijk.?
Wat dacht je van de wedstrijdrijders? Is dat spannend? Moet je daar heel goed voor zijn? Hoe lang rijd je al wedstrijd. Welke afstand is het moeilijkst, en welke afstanden zijn er allemaal?
En de jongste rijders? Wie zijn dat? Waarom zijn ze gaan schaatsen?
Vinden de skeeleraars skeeleren leuker of makkelijker dan schaatsen en waarom?
Kortom, er zijn nog genoeg vragen onbeantwoord. Laat ik dit Glij-IJzer met mezelf beginnen:
Ik heet Pieternel van Wanrooy en zit al 6 jaar bij IJSCO. Sinds vorig jaar zit ik in de TC (technische commissie) van IJSCO. Ik houd me vooral bezig met het schaatsen op de baan in Breda. Ik ben er bijna altijd als er wedstrijden zijn, en organiseer bijvoorbeeld met de andere mensen uit de TC de clubkampioen-schappen. Bij sommige wedstrijden zit ik boven in de jurytoren.
Zelf kan ik niet zo goed schaatsen. Bochten zijn super moeilijk en dat leer ik volgens mij nooit. Maar ik houd vol. Verder vind ik fietsen(op een race fiets) leuk,(ik ga niet erg hard maar dat vind ik niet erg) en lezen en vissen vind ik leuk, maar daar heb ik in de winter veel te weinig tijd voor. Ik zit dan nogal vaak op de ijsbaan.
Nou dat was mijn verhaal. En dit is denk ik een beetje de bedoeling. Ik geef nu graag de pen (of computer) door aan Goof Huyben en aan Wim Bastiaansen zodat we daar volgende keer wat over hun kunnen lezen en zij mogen hem daarna weer doorgeven. Sportieve groeten,
Pieternel van Wanrooy

ROELEN
"SLIJPTECHNIEK"

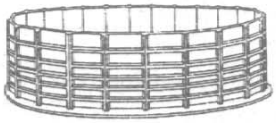
gereedschapsslijperij
ook
scharen (tondeuze), messen
gazonmaaiers, kettingzagen
en
schaatsen

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

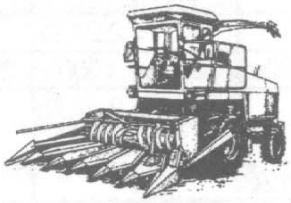


Gebroeders van Ginneken b.v.

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

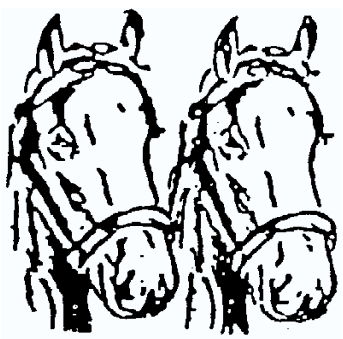


Vrachelsestraat 21
4911 BG Den Hout
Telefoon 0162 454836
Telefax 0162 423892



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

SALOMON TR7 Autofit Men/Lady
Wheels: 76MM/78A.
Bearings: SKF ABEC 5.
Men: 23-31,5, Lady: 22-27,5
Salomon Autofit binnenschoen.



BAUER Semi Pro X585 Men/Lady
Skeeler.
Wheels: 80MM/78A
Bearings: ABEC 5



TECNICA Mustang Men/Luna Lady
Wheels: 80MM/82A
Bearings: ABEC 7
Men: 4-12,5, Lady: 3,5-9



www.intersport.nl

INTERSPORT®
GEERTS
Kerkstraat 14, Oosterhout, tel: (0162) 45 34 91