't Glij-IJzer



Nummer 92
april 2007

WEBSITE: ***WWW.IJSCO.COM***

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 20
4901 LN 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 11 JUNI 2007

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 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 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: 21.00 - 22.00 uur. Gymzaal Lievenshove"", Bredaseweg 140.
Deelname: € 45,- 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:				
01-03 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 **IJSCO-leden**

BESTUUR Algemeen mail@ijsco.net

Dagelijks bestuur:

Voorzitter:	Chris Ras	voorzitter@ijsco.net	
	Sint Janstraat 56	4901 LT Oosterhout	0162-470334
Secretaris:	Henk Kloosterman	secretaris@ijsco.net	
	Hangenier 15	4901 ZT Oosterhout	0162-459827
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.com	
	Mathildastraat 26	4901 HC Oosterhout	0162-426767
IJsmeester:	Jos Pompe		
	Ferdinand Bolstr. 29	4907 MC Oosterhout	0162-421810
Notulist:	VACATURE		
Website:	Femke Wieme	webmaster@ijsco.net	
	Proostenweg 10	4901 ZJ Oosterhout.	0162-450421

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

emzet

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

MIJN COMPLIMENTEN

Ik veeg even het zweet van mijn voorhoofd en reik direct Henk (van de Kieboom) en Sofie (van Orsouw) een doekje aan om hún hoofden te deppen. En dan heb ik het nog niet gehad over de onmisbare bijdrage van Frans van Leijsen – het schijnbaar altijd op de ijsbaan aanwezige element van IJSCO, altijd weer gedreven om mensen aan te zetten tot betere prestaties, betere techniek, betere houding, etc..
En wat dacht u van Goof Huijben? Inmiddels heeft hij eenzame hoogte bereikt in de schaatsdidactiek. Er is op de hele wereld (en ver daarbuiten) helemaal niemand die de schaatsbeginselen aan de jeugd kan overbrengen zoals Goof dat doet. Als ik er nog even over nadenk. Heeft u Goof weleens bezig gezien. Zijn relatief kleine postuur … in de schaduw van die hele grote man Anton van Gaalen, die prachtig is ingesprongen voor de training van de jeugd.

En wist u al van de inspirerende bijdrage van Jurgen Stoutjesdijk de A-trainer van IJSCO – prima trainingschema's en als het erop aan komt ook een prima verhaal om de schema's ook te volgen. Hoe moeilijk dat soms ook is.

Zondag 18 maart was de prijsuitreiking voor de clubkampioenschappen. Een plezierig festijn. Ik kan iedereen aanbevelen om de foto's van de uitreiking op de website te bekijken (in het hoofdmenu onder foto-albums, bekijk het album van de CK Schaatsen 2007).
Op het gevaar van verveling af wil ik hier herhalen wat ik op de prijsuitreiking ook al zei – dit blad wordt immers door veel meer mensen gelezen dan uitsluitend door bezoekers van de prijsuitreiking:

> "Het bestuur van IJSCO heeft met erg veel plezier gekeken naar de prestaties van trainers en natuurlijk de schaatsers. Vooral de prestaties van Bart van Wanrooij mochten er zijn. Hartverwarmend. Alle IJSCO trainers, tijdwaarnemers, blokjesleggers, inschrijvers, betaler, administrateurs, tekstschrijvers, vlaggenmaker, clubbladsamensteller, sponsors, kledingmanager, …, … en organisatoren. BEDANKT!!".

Het schaatsseizoen is nu voorbij … althans het sportende deel. Nu nog de enquêtes verwerken en evalueren – dan kan de TC Schaatsen even in ruste en zich dan weer gaan voorbereiden voor het volgende seizoen.

De TC Skeeleren is nu aan de beurt. Ik ken haar plannen, ik kan u verzekeren … 't wordt een seizoen met vernieuwende verrassingen. Kom het zien en doe mee!! Niet alleen als skater of skeeleraar, maar ook als hulpouder tijdens de lessen en training van uw kinderen of als hulpechtgenoot of als hulpoma of als … uw bijdrage wordt op prijs gesteld. Ik hoop u het komend seizoen op de skeelerbaan genietend en plezier makend te ontmoeten.

Chris Ras

CLUBKAMPIOENSCHAPPEN 2006 – 2007

Oeioeioeioei – wat een onderneming. Organiseer eens een clubkampioenschap schaatsen voor IJSCO! Da's makkelijk zult u zeggen. Daar hebben we een TC (Technische Commissie) voor. Die doen dat gewoon.

En da's nou net makkelijker gezegd dan gedaan. De TC schaatsen had in dit seizoen een volledig nieuwe (en eigenlijk veel te kleine) bezetting. Dus schouders eronder en toch maar gaan. Je wilt als TC toch een echte kwalitatieve wedstrijd neerzetten voor de IJSCO-leden. Waardevol was de adviserende bijdrage van (inmiddels ere- en oud lid TC-schaatsen) Henk Nuninga.

De voorbereidingen begonnen met het reserveren van een datum, het ronselen van mensen om de verschillende rollen tijdens het clubkampioenschap te vervullen. En dat gaat niet zomaar. Dat gebeurt onder auspiciën van de KNSB. Dus dat moet voldoen aan allerlei regels en wetten. Een gediplomeerde starter, een gediplomeerde scheidsrechter, geïnstrueerde handklokkers, een geïnstrueerde ET-functionaris (Electronische Tijdwaarneming), een SARA-bediener (SARA is het systeem waarmee de KNSB de tijden van alle rijders registreert en bewaart, zoek maar eens op www.knsb.nl), EHBO en bocht-commissarissen. Ik zal ongetwijfeld nog een paar rollen vergeten zijn – het mag de pret niet drukken. Ondergetekende kreeg de rol van bochtcommissaris toebedeeld (naar later bleek is dat een rol die bij clubkampioenschappen niet veel om het lijf heeft: "Dan kan ie ook niet veel fout doen" bleek de redenering).

De wedstrijd begint. Stijf van de spanning staat uw bochtcommissaris geconcentreerd klaar om de genomen bochten op correctheid te beoordelen. Het kampioenschap begint met een 100 meter. Daar zit bij nader inzien alleen een recht stuk en geen bocht in! Totaal gedesillusioneerd bevindt uw bocht-commissaris zich in het gezelschap van de scheidsrechter en de starter. Samen zien zij toe op een ordentelijk verloop van de 100 meter. Verbazing alom als blijkt dat iemand in staat is om met twee valllen op de 100 meter een Persoonlijk Record te rijden … uh vallen. De scheidsrechter kan nog maar net voorkomen dat de starter van verbazing van zijn startkruk valt. Enkele bijna-valse-starts worden door de gediplomeerde starter aan de geïnaugureerde scheidsrechter voorgelegd. Deze weet keer op keer zeker dat er geen sprake is van een valse start. Het moment dat Gilles Westerbeek aan zijn 100 meter begint is aanleiding voor een heftige woordenwisseling tussen starter en scheids. Het blijkt dat Goof Huijben (de jeugdtrainer) als persoonlijk assistent van Gilles optreedt door met Gilles mee te rijden. Dat is volgens de starter nog tot daar aan toe. Maar zijns inziens is het ontoelaatbaar dat Goof Gilles uit de wind houdt. De starter steekt nog een natte vinger in de lucht om aan de scheidsrechter daadkrachtig aan te tonen dat de wind inderdaad uit bedoelde richting komt. De scheidsrechter maakt zich daarop kwaad omdat er sprake is van een bijna geheel overdekte hal waarin het zijns inziens helemaal never nooit niet kan waaien. Daardoor ziet hij weer niet wat de starter meent te zien … Goof schijnt zijn schaats eerder over de finish te hebben gestoken dan Gilles.

De scheidsrechter ziet inmiddels scheel van woede. Het wordt hem allemaal te veel. Hij heeft immers wel een bril op en de starter helemaal niet. En bovendien vindt de finish 100 meter van de starter plaats. Zover kan een starter helemaal niet kijken. Het oordeel van de scheidsrechter luidt dan ook: alle 100 meters zijn naar behoren verreden.

Op enig moment begint de 500 meter. De baan is van prima kwaliteit. Het eerste paar staat klaar. Bart van Wanrooij en Daan Rottier. PIEIEP / FLITS en weg zijn ze. Een prima start. En 38,08 seconden later is Bart weer bij de finish. Wat zegt u? 38,08 seconden. Dat is een junioren baanrecord. Mooi is dat! Een baanrecord in bezit van een IJSCO-lid. Hoe moet dat nu verder. Wie gaat dat clubrecord nu nog verbeteren? Ah ha. Daar is ie dan, de HOOFDTRAINER van IJSCO zelve. Jurgen Stoutjesdijk. Die verbetert natuurlijk de tijd van Bart. Gave techniek heeft die man. Krachtige slag. Bijzonder pak ook. Maar niet genoeg, een 41-er. Barts tijd blijft natuurlijk staan. En – zonder gekheid – we zijn er natuurlijk trots op. Dank je Bart. Doe je volgend jaar gewoon nog een paar keer hè?

Mooi de 1500 meter begint. Da's plesant. Vooral voor uw ondergetekende bochtencommissaris. Werk aan de winkel: ervoor zorgen dat iedereen zijn wissel (van binnenbaan naar buitenbaan) doet. Zo goed als iedereen doet automatisch en helemaal vanzelf die wissel goed. Da's fraai. Heb je als bochtencommissaris wederom niets te doen. Of … daar komt Wilke (Wittebrood). Zij kan een advies van de bochtcommissaris gebruiken. Ze vergeet inderdaad te wisselen. Mooi (vanuit het perspectief van de bochtcommissaris dan, want nu is er daadwerkelijk werk aan de winkel). Nu maar roepen: "BUITENBAAN", ze hoort het niet, nog maar een keer "BUITENBAAN". Die meid rijdt steengoed. Ze gaat zo hard, dat ze mijn geluid niet hoort. Nog maar een keer en dan de aloude sergeanten techniek gebruiken (stemverheffing gecombineerd met geluidsversnelling): "B U I T E N B A A N". Gelukkig ze heeft het gehoord. Ze kijkt ietwat verstoord én verontwaardigd op en je ziet haar denken: "Waar bemoeit die oen zich nu mee" om vervolgens alsnog in de buitenbaan te stappen. De geïnaugureerde scheidsrechter vond het voldoende. Tenminste een rit kunnen redden. Mijn kampioenschap is goed!
Maar het werd nog beter. Bij de 1500 meter heren wordt er in kwartetten gestart. Dat wil zeggen: eerst wordt één paar rijders weggeschoten. Als die ca 150 meter op dreef zijn, volgt een tweede paar rijders. Het Electronisch Tijdwaarnemingssysteem is hierop ingeregeld. Op enig moment blijkt één rijder zo hard te gaan dat hij in de tweede volle ronde het eerder gestart paar heeft ingehaald. Daar komen dus drie (!!!) rijders op uw bochtencommissaris af. Vol spanning afwachten wat er gebeurt. En dat werd smullen. Alle drie de rijders besloten de buitenbocht te nemen. En ja … da's moeilijk om te bepalen wie dan de juiste bocht heeft en wie niet. Het is nog moeilijker om dat te doen in de luttele seconden die daarvoor zijn. Dus dan maar de mond dicht houden om geen misleidende aanwijzingen te geven waardoor de rijders in verwarring raken. Bovendien zag het er erg gezellig uit daar in die buitenbocht. Drie mannen – zo dicht bij elkaar. Dikke vrienden op de schaats – en één teleurgestelde bochtencommissaris.

Na afloop van het clubkampioenschap verzekerde de scheidsrechter dat het geheel in orde is verlopen en dat hij van slechts één rit één rijder heeft moeten berispen … inderdaad 1 van de drie buitenbochtrijders. Tot slot wil ik in alle oprechtheid kwijt dat ik heb genoten van een uitstekend verlopen clubkampioenschap.

Chris Ras
Niet-gediplomeerd bochtencommissaris

UITSLAGEN CLUBKAMPIOENSCHAPPEN SCHAATSEN

Op zondag 10 maart zijn de clubkampioenschappen schaatsen van de IJs- en SkeelerClub Oosterhout verreden. Aan de kampioenschappen deden een kleine 70 leden mee. Op een prima ijsvloer – dank aan de ijsmeesters – werden bijzondere prestaties neergezet. Op de bijgaande foto ziet u een deel van de enthousiaste deelnemers aan het kampioenschap.

De verdeling van de prijzen is als volgt verlopen:
De klasbakkenklasse van IJSCO:
1. Bart van Wanrooij (met een verbazende 500 metertijd van 38.08 seconden)
2. Daan Rottier
3. Jurgens Stoutjesdijk

De tijd van Bart van Wanrooij was tevens *het eerste BAANRECORD* dat ooit door een IJSCO-lid op de baan in Breda gereden werd

Dames (500 en 1500 mtr):
1. Maartje van Woerkom
2. Daisy Goedhart
3. Martha van Gaalen

Heren (500 en 1500 meter):
1. Jos Zegers
2. Hans ten Velde
3. Wim Hofstede

Dames (2x500 mtr):
1. Wilke Wittebrood
2. Nici Smit
3. Ineke Knape

Heren (2 x 500 mtr):
1. Tonny Dijck
2. Jac Meeren
3. Hans Schröder

Meisjes jongste pupillen:
1. Gaby Romgens
2. Nikky Diepstraten
3. Nikky Taabe

Jongens jongste pupillen:
1. Wietse Dijck
2. Hielke Smit

Meisjes pupillen:
1. Sofie van Zundert
2. Janneke de Boer
3. Anke verschuren

Jongens pupillen:
1. Yuri Wang
2. Tom Wittebrood
3. Jelle de Jong



Jaarlijks reikt ook sportpraktijk Body-Guard een trofee uit aan de wedstrijdschaatser of –schaatster die het grootste aantal persoonlijk records (PR's) heeft gereden. In het seizoen 2006-2007 bleken dat twee IJSCO-leden te zijn: Daisy Goedhart en Bastiaan Geurts.

DE KONINGINNETOCHT 2007 IS OPÊMAANDAG 30 APRIL 2007

Dit keer eens iets anders !
Omdat we het dit jaar over een andere boeg willen gooien en meer Oosterhouters willen betrekken bij de Skate- en Skeelersport, heeft IJSCO besloten vanuit het centrum van Oosterhout te gaan vertrekken met een vrije tocht. Dit houdt in dat je alleen of samen met je gezin, vrienden, vriendinnen of kennissen in een groep(je) op eigen gelegenheid en eigen tempo een uitgezet parkoers aflegt op je skates of skeelers. Je krijgt daarvoor van ons een route-beschrijving mee. Op de gevaarlijke kruispunten zullen verkeersregelaars je helpen bij het veilig oversteken van de weg. De tocht wordt verreden onder auspiciën van de KNSB.

Afstanden Vrije tocht
Gezien de beperkte beschikbaarheid van (- voor skate- en skeelernormen -) goed en veilig asfalt in de directe omgeving van de startplaats van de Koninginnetocht, wordt er een kleine vrije tocht georganiseerd in directe omgeving van het centrum van Oosterhout van 10 km voor beginners en een tochtje van 22 km voor meer gevorderden. Aan de route van 22 km zitten een 3-tal lussen vast van tussen de 7 en 10 km. Door het combineren van de hoofdroute en de 3 lussen zijn er meerdere afstanden mogelijk. Zo kan er een totale afstand van ca. 45 km worden afgelegd. De maximale afstand voor een vrije tocht is volgens de normen gesteld op 80 km. Omdat er in en om Oosterhout op dit moment veel aan de wegen wordt gewerkt blijven wijzigingen in de routes tot op het laatst mogelijk.
Routebeschrijvingen liggen klaar bij de inschrijving. Aan de ene kant staat het kaartje en aan de andere kant staat de route als tekst omschreven.
Starttijden Vrije tocht: vanaf ’s ochtends 10.00 uur.
Mini-Elfstedentocht: vanaf ’s ochtends 10.30 uur.
Dit is een klein parkoers wat is uitgezet voor de allerjongsten onder de skatertjes t/m 12 jaar in de directe nabijheid van de Start/Finishplaats. **Deelname hieraan is GRATIS**.
Voor alle activiteiten op skates of skeelers is uiteraard het dragen van een helm verplicht

Inschrijven en vertrekpunt
Voor de **vrije tocht** kan men zich op Koninginnedag vanaf 8.30 uur tot 13.30 uur laten inschrijven op de Markt bij de IJSCO-kraam. De laatste deelnemer moet zijn vrije tocht om 16.00 uur hebben afgerond.
Kosten Senioren: 6,00
Junioren t/m 15 jaar, IJSCO-I en SBN-leden met licentie: 4,00

Kleedaccommodatie
Als mensen zich willen verkleden – wat natuurlijk niet verplicht is – dan is er gelegenheid in het kleedlokaal van de gymzaal van de Basisschool “**De Santrijn**” aan de Santrijnhof 10, 4901 EX Oosterhout nb

Als IJSCO-er kom je natuurlijk meedoen of toch zeker even langs de stand op de Markt. We hopen als werkgroep Koninginnetocht 2007 op veel deelnemers en prachtig weer. **De laatste info is te vinden op onze website www.ijsco.com .**

SKATE- EN SKEELERSEIZOEN GAAT WEER BEGINNEN

In en rond Oosterhout organiseert de IJs en SkeelerClub Oosterhout vanaf 13 april weer allerlei activiteiten in een skate- en skeelerseizoen. Dit jaar zullen verschillende vernieuwingen plaats vinden in het aanbod van skate- en skeeleractiviteiten. Het complete aanbod van skate- en skeeleractiviteiten omvat:

- skate- en skeelertrainingen in Breda (Baronieparkoers naast de kunstijsbaan) en in Oosterhout (VOKO-terrein);
- schoolskaten via de sportraad;
- een laagdrempelige wekelijkse toeravond zowel voor geoefende beginners als voor gevorderden;
- een Koninginnetocht op Koninginnedag die dit jaar vanaf de markt van start zal gaan.

Voor wie
Eigenlijk kan iedereen aan de skate- en skeeleractiviteiten meedoen. IJSCO organiseert deze sportvorm al jaren met succes voor verschillende leeftijden (van 6 tot 60 en nog wel ouder) in verschillende groepen met verschillende trainers. Ben je meer of minder geoefend ook daar houden we met de trainingen rekening mee. Ook voor de wedstrijdschaatsers wordt dit seizoen een trainingsgroep samengesteld.

Vernieuwingen
Vooral voor in de skate- en skeelertrainingen zullen vernieuwingen plaats vinden. Door het hele seizoen heen zullen deelnemers aan de trainingen de gelegenheid krijgen om kennis te maken met het wedstrijdelement in de skeelersport. De bedoeling hiervan is om skaters en skeeleraars voor te bereiden op de wedstrijden die in het winterseizoen op de schaats zullen worden gereden.

Verder zal de techniek van het rijden op skates en skeelers een grotere nadruk krijgen dan in voorgaande jaren. Hiervoor zullen verschillende trainingsmethoden worden ingezet die zich baseren op spelvorm, estafette en shorttrack – volop plezier dus dat ook nog eens verbeterde techniek oplevert.

Neem je skates of skeelers en bescherming mee en kom naar Breda. Laat zien wat je kunt en werk onder deskundige begeleiding aan je techniek en / of conditie.


Zo begin je.


En dit kan het resultaat zijn.

BOSTRAINING TIJDENS DE ZOMERMAANDEN



Na een geslaagd winterseizoen voor wat betreft Het aantal deelnemers van de zaaltraining hebben we een aantal enthousiastelingen bij elkaar gekregen, die ook inde 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.

VOOR WIE?

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,
Met slecht weer wordt er niet gelopen.



WAT KOST HET?

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 de bostraining aanmelden middels het inschrijfformulier op de website.

WIELRENNEN BIJ IJSCO

- De conditie die we in de winter hebben opgedaan moet natuurlijk ook in de zomer op peil blijven. In de periode van april t/m september fietst IJSCO iedere dinsdagavond.
- **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.

Waar, wanneer en hoe laat?
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

STARTFIETSEN: VANAF DINSDAG 3 APRIL

In de maand(en)	starttijd
april	18.30 uur
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?
Er zijn geen kosten aan verbonden. Meld je bij Johan Geurts.

KNSB JUBILEUMBOEK

Unieke voorinteken mogelijkheid met naamsvermelding en 5 euro korting

'Nederland schaatsland': een bijzonder jubileumboek over 125 jaar KNSB

Op 17 september 2007 is het 125 jaar geleden dat afgevaardigden van tien ijsclubs in het Odéon in Amsterdam besloten tot de oprichting van "den Nederlandschen Schaatsenrijders Bond". Nu, 125 jaar later, is het tijd om bij die voor onze Bond gedenkwaardige gebeurtenis in 1882 stil te staan. Dat gebeurt met talrijke festiviteiten, maar ook in boekvorm. Op 15 september verschijnt tijdens het KNSB-jubileumfeest op De Uithof in Den Haag namelijk het KNSB-jubileumboek "Nederland Schaatsland".

"Nederland Schaatsland" wordt een groot formaat boek van liefst 300 pagina's, geheel uitgevoerd in full color. Het jubileumboek is geschreven door Ron Couwenhoven en Huub Snoep, twee schrijvers die al vele kleurrijke winterboeken hebben gemaakt.
Ook ditmaal staan Couwenhoven en Snoep borg voor een bijzonder boek. Dat begint al met het verhaal over 'Het embryonale leven van den bond'.
Bij het speuren in de archieven kwamen veel onbekend gebleven feiten en materiaal tevoorschijn. Zo leest u voor het eerst hoe het er tijdens de jarenlange strijd tussen de NVBHS en de KNSB in de periode 1929-1965 werkelijk aan toe ging. Geheime notulen werpen voorts een ander licht op de kwestie Anton Huiskes (de man achter de successen van Ard & Keessie), en Karel Verbeek doet een boekje open over de voorzitterscrisis in de jaren negentig. En wist u dat Henny Roos naar aanleiding van het wisselincident van Jan Bols bij het EK in 1971 met heuse bommeldingen werd geconfronteerd? En dat de KNSB in 1928 de Olympische ijssporten had mogen organiseren? Ook dat vindt u terug in het boek "Nederland Schaatsland".
'Sjoukje Dijkstra en Joan Haanappel over heden, verleden en toekomst in het kunstrijden'; 'De opkomst van het marathonschaatsen'; 'Schaatstoerisme anno 2007'; 'De zuivering van de bond na de Tweede Wereldoorlog'; 'Van beroepsrijders tot profschaatsers'; 'Nederland leading in de langebaanwereld'; 'De kortebaankwestie'; 'Van allround naar sprint naar afstandsspecialisten'; 'De schaatsliefde tussen AEGON en KNSB'; 'shorttrack'; 'Schoonrijden', etc. Het zijn zo maar wat andere hoofdstukken in dit bijzondere winterboek.
Een paar honderd foto's, waarvan velen nooit eerder gepubliceerd, en een eregalerij van kampioenen in 125 jaar KNSB maken "Nederland Schaatsland" niet alleen tot een lezerswaardig, maar ook tot een prachtig kijkboek.
Kortom, een boek dat u niet mag missen!

Dit boek mag u niet missen!

INTEKEN FORMULIER

Ik bestel hiermee het boek "Nederland Schaatsland, 1882-2007 Koninklijke Nederlandsche Schaatsenrijders Bond 125 jaar". Ik betaal geen € 34,95 maar slechts € 29,95, terwijl mijn naam ook nog eens in het KNSB-jubileumboek wordt vermeld.



Naam

Adres

Woonplaats

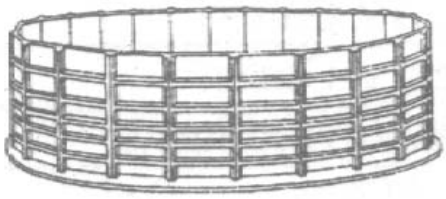
Telefoonnummer

Datum

Handtekening

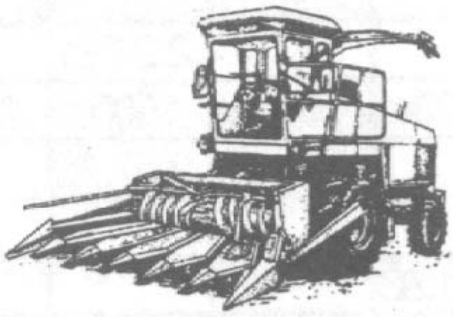
Deze bon voor 1 juni opsturen naar KNSB, boek "Nederland Schaatsland", Postbus 1120, 3800 BC Amersfoort.





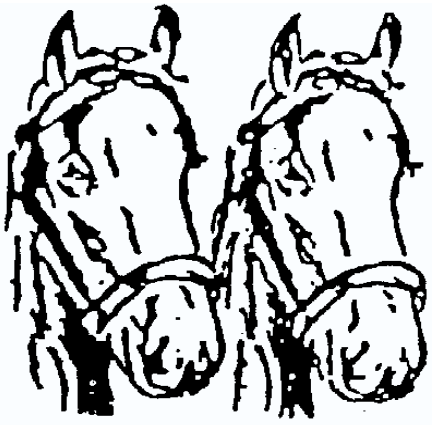
Gebroeders van Ginneken b.v.

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

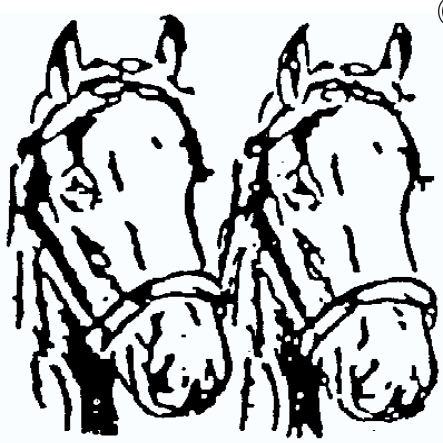


Uw adres voor een:

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