



Van start tot finish



HET CLUBBLAD VAN ACHILLES-TOP



Lekker
geslapen?
Natuurlijk!



gespecialiseerd in natuurlijk slapen

Leden van Achilles Top ontvangen 10% korting!

ruwette.nl
beddenspecialzaak

Bongerd 29 • 6411 JL Heerlen • 045 / 571 73 24
Avenue Ceramique 120 • 6221 KV Maastricht • 043 / 356 06 26

www.ruwette.nl



van START tot FINISH

Het clubblad van Achilles Top verschijnt zes keer per jaar en bevat officiële mededelingen van het bestuur aan de leden. Gezien dit laatste dienen de leden steeds goed nota te nemen van de inhoud van dit blad.

Nummer 2

2023

Lieve allemaal,

Ó óóóh.....wat krijgt jullie redacteur het in de toekomst gemakkelijk. Dankzij de ontwikkeling van kunstmatige intelligentie is er een chatbot ontwikkeld genaamd ChatGPT, waarbij de computer een dialoog kan voeren met de gebruiker. Ik, als gebruiker, typ dus dan een vraag en de computer antwoordt zoals een mens dat zou doen. Scholieren maken er tegenwoordig al gebruik van als ze iets, bijvoorbeeld een essay, over het een en ander moeten schrijven. Vaak vallen ze daarmee door de mand, want de leraar is doorgaans ook niet gek.

Chat GPT kan zo binnen enkele seconden een hele column over iets schrijven, waar een normaal mens, enkele uren over zou doen. Wil je foto's bij het artikel, ook dat kan. Je zult begrijpen dat achter deze chatbot een enorme database zit, die met het verstrijken van de tijd steeds groter en completer wordt. In tegenstelling tot de mens wordt ChatGPT nooit afgeleid tijdens het maakproces. Ga maar na. Als je zelf iets schrijft dwalen jouw gedachten dikwijls af, of de deurbel gaat of er komt een e-mail binnen of jouw huisdier vraagt uitgerekend aandacht, om maar eens wat te noemen.

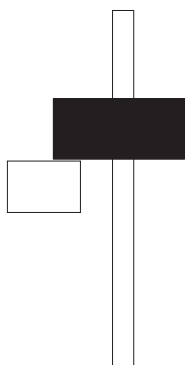
En zo is, of beter gezegd wordt, ChatGPT straks een waardige vervanging van onder meer een min of meer ongetalenteerde eindredacteur van onderliggend clubblad.

Zie je het al voor je. We geven de computer de opdracht "maak een volgende uitgave van het clubblad van Achilles-Top, voorzie dit blad van de juiste wedstrijduitslagen van de leden, voorzie het blad van de juiste advertenties, schrijf nog iets over sportblessures, zet er nog wat algemene wetenswaardigheden in, vergeet de inhoudsopgave niet" en klaar is kees. De redactieleden kunnen vervolgens lui achterover liggen en de kunstmatige intelligentie, ook wel AI (artificial intelligence) genoemd, doet de rest.

Ach ik stel het hierboven natuurlijk ietwat simplistisch voor en het zal nog wel even duren voordat het allemaal zover is maar vergis je niet. De ontwikkelingen hierover gaan razendsnel. Of het allemaal goed is, is een discussie die hier binnen het kader van dit clubblad veel te ver zou voeren, maar het onderwerp is wel iets om over na te denken.

Daar komt nog bij dat de taal, die je gebruikt ook iets bijzonders is. Als je namelijk praat of schrijft put je uit een enorme hoeveelheid aan uitdrukkingen die in jouw hersenen zijn opgeslagen en richten we ons altijd op een speciale context. Iedere uitspraak, geschreven of gesproken is een spontaan verschijnsel dat mijns inziens nooit van te voren geschematiseerd kan worden. Er zijn natuurlijk wel voorbeelden van de smartphone die u vraagt "Wat kan ik voor u doen?", maar deze zijn slechts ontworpen om onze beslissingen op een bepaald commercieel doel te doen laten oriënteren. Ik vraag me dan ook af of AI (kunstmatige intelligentie) onze taal zal gaan beïnvloeden en zal dat dan niet ten koste gaan van de

NATUURSTEENBEDRIJF



EYMAEL

LEVERING VAN GRAFMONUMENTEN EN BOUWWERKEN

WWW.EYMAEL.NL
Winselerhofstraat 2
6467 CN Kerkrade-W.
Telefoon 045 – 5411664
INFO@EYMAEL.NL

Café Suus
Lunch & Bites

Markt 56 6461 ED Kerkrade
www.cafe-suus.nl info@cafe-suus.nl



Stg Vrijwilligersdiensten Parkstad

SchuldHulpMaatje Parkstad helpt!

Het project SchuldHulpMaatje Parkstad is bedoeld voor mensen uit Heerlen en Kerkrade, die hulp nodig hebben om hun administratie op orde te krijgen.

De schuldhulpmaatjes werken op vrijwillige basis.

Zij bieden u deskundig advies in het gezond houden van uw financiële huishouding.

Daar waar schulden zijn helpen zij u bij het zoeken naar een oplossing of naar de juiste vorm van hulp.

Voor meer informatie ga naar **www.shmparkstad.nl**

intellectuele vermogens van de mens. Worden we dan niet te lui? Ben ik te pessimistisch daarover? Wie zal het zeggen, de toekomst zal het leren. Interessant toch?

Zo en nu over tot de orde van de dag. Wat treffen jullie ditmaal aan in dit clubblad dat (gelukkig) zonder kunstmatige intelligentie tot stand is gekomen.

Allereerst een humoristisch artikel van de hand van Lou Mostard. Lou, de Maastrichtenaar, komt er maar niet over uit dat hij op de donderdagmorgen meedoet aan "Sport overdag" hier in Kerkrade-West onder leiding van onze voorzitter Arno Deckers.

Diezelfde voorzitter die hier in deze uitgave met het bestuur dubt over de vraag of het clubblad binnenkort op papier of digitaal aan u moet worden voorgeschoteld. Ook blijft hij stil staan bij de vraag hoe het nu verder moet als de nieuwe sportaccommodatie binnen afzienbare tijd een realiteit is.

Verder de gebruikelijke bestuursmededelingen en wedstrijdverslagen, die "good old Leon" en Roger weer voor ons hebben samengesteld.

En ben je een kunstliefhebber, wil je bijdragen aan het verkrijgen van een nieuwe elektronische tijdwaarneming voor onze vereniging en heb je nog een kale muur ergens in huis, lees dan hier in deze uitgave hoe je in het bezit kunt komen van een echte Ripollés.

Tenslotte tref je ook nog een agenda aan van de komende ledenvergadering. Neem deze uitnodiging ter harte en kom eens langs. Je hoort nog eens wat en, om jullie over de streep te trekken; de consumpties zijn tot een bepaalde hoogte gratis.

Rest mij nog te eindigen met de gebruikelijke woorden dat mocht je nog iets interessants weten voor ons clubblad; aarzel dan niet; een mailtje naar mij is al voldoende; mertenst@home.nl voor diegenen die het nog steeds niet weten.

Jullie redacteur,
Theo Mertens.



Kijk op YouTube naar de vorderingen van de werkzaamheden aan onze accommodatie



**WIJNHUIS
DE TROS**

Voor een betere
wijn en 'n beste
Borrel!

Wijnen
Whisky
Gedistilleerd
(Speciaal) Bieren
Frisdranken
Tapverhuur
Biermanden
Geschenken
Cadeaushop/Glaswerk

Wijnhuis de Tros Kerkrade
Hoofdstraat 69
6461 CN Kerkrade
Tel.: 045-5452195
info@wijnhuisdetros.nl
www.wijnhuisdetros.nl
www.eenbeterewijn.nl
Eigen parkeerplaats via oprit!



Café de Hoots

- all in feesten, drank en eten, vanaf € 22,50 p.p.
- maandag en dinsdag gesloten
- elke 1e zaterdag van de maand orkest

wij verzorgen: communiefeesten, koffietafels, recepties, vergaderingen enz

Marie-José en Leo Lennaerts
Holzstraat 26 Kerkrade
tel.: 045-5463088 www.dehoots.nl

Accountantskantoor Homminga



Lid Koninklijke Nederlandse Beroepsorganisatie van Accountants

Hoofdstraat 57
6461 CN Kerkrade
Tel. (045) 535 35 45
Fax (045) 546 22 55
E-mail info@homminga.nl
www.homminga.nl

KERKRADE
anno 2008

Dé Wieëtsjaf

— Brand proeflokaal —

DRINK- ES- EN VERAINSWIEËTSJAF

Café de Wieëtsjaf Popup
Markt 46 Kerkrade



DE KAASSHOP



Sinds 1978 U adres in Parkstad voor:

Kaas- en kaasspecialiteiten binnen en buitenlands
Vleeswaren, salades en kant en klare maaltijden.
Delicatessen, Exclusieve Bonbons, en Wijnen
Brood en Gebak van bakkerij Curfs

Peter en Miranda Klompenhouwer
dekaasshopkerkrade@gmail.com

MARKT 5 KERKRADE - TEL: 045 545 47 60

WOORD van de voorzitter



Nieuwe gezichten

Ons clubblad van A4 naar A5 of alleen nog digitaal. Het gaat een weloverwogen keuze van onze vereniging worden. Wij werden namelijk bij de laatste uitgave geconfronteerd met een onverwacht hoog bedrag op de factuur van de drukker, waar we onze clubbladen geruime tijd door laten drukken en bezorgen. Bij navraag bleken de kosten inderdaad goed gestegen te zijn, net zoals bij alle andere producten op de markt: gas, water, voeding, benzine, brood, papier, noem maar op. In overleg met het bestuur hebben we besloten dat we in deze lopende jaargang de volgende twee clubbladen nog in A4-formaat gaan uitbrengen, maar dan wel een uitgave minder. Intussen gaan we ons beraden of we dan toch niet definitief overstappen op een digitaal clubblad voor iedereen. Natuurlijk, we hebben ons clubblad nu al op de website staan, maar onze leden, adverteerders, gemeenten en anderen. ontvangen daarnaast een papieren exemplaar. Vooral met oog op onze adverteerders is het de moeite waard om het clubblad zichtbaar te maken. We hebben wel altijd overleg gehad over de vraag of we blijven bij een papieren uitgave of dat we overgaan naar alleen een digitaal exemplaar. De meesten kozen een tijd geleden nog voor een fysiek, dus papieren clubblad. We zullen dit dus voor de volgende jaargang met iedere adverteerder moeten bespreken. We hebben in de afgelopen tijd adviezen gekregen van diverse leden om echt over te gaan tot een digitaal clubblad, zelfs uit Amsterdam. Niet dat we daar niet naar geluisterd hebben, maar de voorkeur ging nog altijd uit naar een fysiek exemplaar. We houden jullie op de hoogte.

Nieuw is ook het zicht op onze nieuwe accommodatie. Het wordt een juweeltje. Alles verloopt volgens de planning. Dat betekent dat we begin juni (misschien 2^e week van juni) weer terecht kunnen op onze vertrouwde locatie, maar dan wel op een optimale, eigen atletiekaccommodatie. Als je er geen kijkje hebt genomen, nodig ik iedereen graag uit om dit te doen. Tribunes zijn aangepast, er komt nieuwe groenvoorziening, er is nieuwe riolering aangelegd, nieuwe lampen worden geplaatst, etc. etc. Met de aanlopen in de lengte van de baan op het middenterrein hebben we een moderne accommodatie waar velen jaloerse blikken op gooien.

Het bestuur heeft eveneens het beleidsplan, het trainingsplan en het beleid van de talentontwikkeling binnen de club grondig onder de loep genomen. De eerlijkheid gebied te zeggen dat een aantal trainers ons daartoe bewogen hebben. En maar goed ook. Het voorstel dat het bestuur heeft gemaakt zal samen met de trainers besproken worden. Aan- en opmerkingen zullen daarna ingevoegd worden en dan is deze visie ook helemaal up to date. Deze nieuwe beleidsplannen zijn dan passend bij onze nieuwe accommodatie. Bovendien zullen we met onze trainers de trainingsdagen en -tijden bespreken. Onze accommodatie is namelijk zeven dagen per week beschikbaar m.a.w. er kunnen misschien veranderingen optreden in onze huidige trainingsdagen en -tijden. Houd daarvoor de website in de gaten.

Scholen en bedrijven melden zich de laatste tijd om gebruik te kunnen maken van onze accommodatie. De een voor een soort start-to-runprogramma voor de medewerkers van de bedrijven en anderen voor het houden de schoolspordtag aan het einde van het schooljaar. We zullen de aanvragen zeker honoreren.

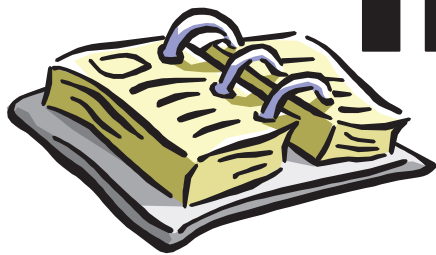
Een slecht nieuwsbericht is het overlijden van ons zeer gewaardeerde lid Marcel de Veen. De ziekte waaraan weinig mensen aan de dood ontsnappen, heeft hem gevelde. Een aderlating voor onze club. Een van de dragende pijlers van de Abdiycross. Een steun en toeverlaat. Wij wensen Marleen en de twee jongens natuurlijk heel veel sterkte toe.

zTenslotte wil ik graag verwijzen naar onze jaarvergadering. De agenda staat in deze editie inclusief datum en aanvangstijd.

Aan alle leden wil ik een speciaal woord van dank uitspreken voor hun doorzettingsvermogen om vanaf 5 december 2022 op een andere locatie de trainingen af te werken. Dat geldt natuurlijk ook voor de trainers en last but not least voor de ouders. Waar de jeugd voorheen met de fiets naar het stadion kwam, moesten zij nu fungeren als een carpoolbedrijf om onze leden toch zoveel mogelijk de gelegenheid te geven om te trainen. Nogmaals dank. Bij de volgende uitgave doen we natuurlijk uitgebreid verslag van de oplevering van onze nieuwe baan.

Veel succes – en zeker ook veel plezier – tijdens de komende trainingen en wedstrijden.
Arno Deckers, voorzitter.

INFORMATIE



R

Bestuursmededelingen

Door Leon Jeurissen

U

Marcel de Veen overleden

Ons zeer gewaardeerd lid Marcel de Veen is zondagmorgen 26 maart op 66-jarige leeftijd overleden. Hij is thuis vreedzaam ingeslapen. Marcel was al een tijdje ernstig ziek. Hij werd in 1971 lid van de vereniging. Hij groeide in de loop der jaren uit tot een uitstekende lange afstandsloper en beheerste de loopnummers vanaf de 800 meter tot en met de marathon.

B

Met Max van Wersch, Harry Driessen en Edmond Wojciechowski beleefde hij hoogtijdagen op de lange afstandsnummers. Dat gold ook voor zijn aanwezigheid in de succesvolle mannenploeg in de jaren zeventig en tachtig in de vorige eeuw. Na zijn actieve wedstrijdscportcarrière zorgde hij als atletenmanager voor een sterk deelnemersveld bij de Abdijcross en in de jaren negentig voor het internationale Atletiek Gala Kerkrade. Vanwege zijn vijftig jarig verenigingsjubileum in 2021 werd hij benoemd tot Lid van Verdienste van Achilles-Top. Hij was ook in het bezit van de waarderingsspeld van de Atletiekunie.

R



I

Tijdens de crematie op zondag 2 april in het crematorium Schifferheide in Kerkrade, waarbij enkele honderden bezoekers Marcel de laatste eer brachten, werd door de diverse sprekers stilgestaan hoe een bijzonder mens Marcel was. Aimabel, behulpzaam en altijd een luisterend oor voor iedereen. Edmond blikte terug op een bijzondere vriendschap die hij 52 jaar had met Marcel. Hans Meijer sprak namens de vereniging over de goede band die hij met hem had, met name zijn betrokkenheid bij de Abdijcross en vereniging. Atletiek was zijn passie en schrijven zijn vak. Zijn gezin betekende alles voor hem. We wensen Marleen en zijn jongens Robbert en Boy veel sterkte in de komende moeilijke tijd.

E

K

Ben Wellink gehuldigd



Omdat gouden verenigingsjubilaris Ben Wellink niet aanwezig kon zijn tijdens het Nieuwjaarsontbijt op 8 januari, ging het bestuur op 8 maart samen met Theo Kessels op bezoek bij Ben thuis om hem alsnog in het zonnetje te zetten.

Ben is vanaf 1972 betrokken bij de vereniging. Hij fungeerde in het begin als contactpersoon van de afdeling Heerlen (Schaesbergerveld). Later werd hij jurylid, jurycontactfunctionaris (juco) en vervulde allerlei klusjes voor de club. Tijdens het bezoek kwam aan het daglicht dat hij ook jaren actief is geweest als looper. Hij nam aan vele stratenlopen deel, vooral in Duitsland. Een grote verzameling aan herinneringsmedailles toonde hij trots. Hij ontving als jubilaris alsnog de bijbehorende oorkonde en een bloemetje.

Trainerskorps

Diego van Ommen is per 1 april gestopt als assistent-trainer bij de pupillen. Tijdgebrek is de oorzaak dat hij zijn taak heeft neergelegd. Nicole Angerer is toegevoegd bij de recreanten als assistente van de groep van John Schoeters. Jacintha van der Meulen is geslaagd voor het diploma assistent looptrainer niveau 2.



Geslaagde Jacintha van der Meulen

Reis- en verblijfsvergoedingsregeling

Het bestuur heeft de oude reis- en verblijfsvergoedingsregeling voor tegemoetkoming in de kosten naar kampioenschappen en competitiewedstrijden herzien en daar waar nodig aangepast. De regeling gaat in per 1 januari dit jaar en is terug te vinden op onze website.

Renovatie atletiekaccommodatie

De grote renovatie van onze atletiekaccommodatie in sportpark Kaalheide verloopt gestaag. De contouren van de nieuw atletiekbaan zijn al duidelijk zichtbaar. Ten aanzien van de nieuwbouw van de gebouwen is de verwachting dat dit medio dit jaar zijn beslag krijgt.



Korting

KORTING BIJ KLIEË VEER

Tegen inlevering van deze bon ontvangt u bij aankoop vanaf

€ 10,-= korting € 1,- €20,-= korting € 2,-
€ 30,-= korting € 3,- € 40,-= korting € 4,-
€ 50,-= korting € 5,-

Korting geldt op ons gehele assortiment!

Zoekt u een Cool-Fit sport-shirt met onverslijtbare Full-color opdruk kom dan naar Klieë veer. Bedrukking met uw eigen opdruk is bij ons per stuk mogelijk!!

Ook Hèt adres voor:

leuke cadeaus, belettering

autozonneschermen, enz.

Kijk voor meer informatie op www.klieeveer.nl

Klieë veer

Hoofdstraat 48A Kerkrade-Centrum

Korting



BOEKHANDEL DEURENBERG

Marktstraat 23 - Kerkrade - 045 744 07 07
info@boekhandeldeurenberg.nl
www.boekhandeldeurenberg.nl

- Boeken
- Tijdschriften & puzzelboekjes
- Legpuzzels en gezelschapsspellen
- Wenskaarten
- Kantoor- en schoolartikelen
- Cartridges
- Faber-Castell creatief assortiment



ING



geldmaat



*Uw adres voor het mooiste boeket,
het leukste cadeau
tegen de vriendelijkste prijs*

Bon A Parte: Mooi – Goed en Apart!

Dé bloemist van het zuiden!



Catharina Hoes

LAMBERTSTRAAT 12 - 6461 JK - KERKRADE

T: 045-5452470 M: 06-51335320

HET CATHARINA HOES IS EEN MULTI-FUNCTIONELE ACCOMMODATIE GESCHIKT VOOR :

-FEESTEN EN PARTIJEN

-BRUILOFTEN

-KOFFIETAFELS

-VERGADERINGEN EN SEMINARS

-VERENIGINGEN

ONZE ZALEN ZIJN GESCHIKT VOOR GEZELSCHAPPEN VAN 10 TOT 300 PERSONEN

BEL VOOR HET MAKEN VAN EEN VRIJBLIJVENDE AFSPRAAK!

Fondsenwerving tijdregistratie Achilles-Top: een uniek kunstwerk van Juan Ripollés

Atletiekvereniging Achilles-Top is een begrip en vierde inmiddels al haar diamanten jubileum. Al lang bestaat de wens om een nieuwe elektronische tijdwaarneming te installeren op Kaalheide. Nu de baan wordt vernieuwd is dat hét moment om hier de schouders onder te zetten. De tijdwaarneming vergt een grote investering, ca. €20.000,-. Een bedrag dat de vereniging niet kan opbrengen.

Toch denken wij dat het mogelijk is om samen deze investering mogelijk te maken. Tijdens het reüniefest van Achilles-Top is door oud-burgemeester Jos Som, lid van het jubileumcomité 'Zestig jaar Achilles-Top', aangekondigd dat er een kunstwerk in beperkte oplage wordt gemaakt door Juan Ripollés. Deze 90-jarige wereldberoemde Spaanse kunstenaar staat bekend om zijn enorme vitaliteit en levensvreugde. Hij maakt vrolijke en kleurrijke sculpturen van grote waarde. In Kerkrade is hij bekend om zijn grote kunstwerk 'Viva la Vida' bij de Rodahal.

Speciaal voor de fondsenwerving ten behoeve van de tijdwaarneming heeft Ripollés een kleurrijk kunstwerk op zwaar geschept papier gemaakt (ieder exemplaar met de hand ingekleurde reliëfdruk, 55 x 38 cm). De oplage bedraagt slechts 200 exemplaren. De titel van het kunstwerk luidt "Sol de la Vida". 50 exemplaren worden beschikbaar gesteld om Achilles-Top financieel te steunen bij de aanschaf van de nieuwe elektronische tijdwaarneming. Het kunstwerk wordt door Juan Ripollés persoonlijk genummerd en gesigneerd. De prijs van het kunstwerk is €490,- (galeriewaarde €850,-). Een groot gedeelte komt beschikbaar voor de aankoop van de elektronische tijdwaarneming.

'Sol de la Vida': energie en levenslust



Sol de la Vida, 55 X 38 CM, Juan Ripollés, 2023

Meer informatie

Iedereen kan een kunstwerk verwerven. U ontvangt dan uw eigen uniek genummerd en gesigneerd kunstwerk van Ripollés. Indien u interesse heeft om het kunstwerk van kunstenaar Juan Ripollés aan te schaffen, dan kunt u dit via email kenbaar maken: arno.deckers@planet.nl. Er zal dan contact met u worden opgenomen over de bestelprocedure en de voorwaarden.

Over de kunstenaar

Juan Ripollés is geboren in Castellon, Spanje in 1932. Van 1944 tot 1952 volgde Juan Ripollés avondschool tekenen aan de Francisco Ribalta School in Castellon. In 1952 verhuisde hij naar Parijs om in 1963 weer naar Spanje terug te keren waar hij woont en werkt in het achterland van Castellon. Naast schilder en tekenaar is Ripollés een internationaal vermaard beeldenmaker. Hij staat bekend om zijn 'joie de vivre'. Hij vond het een eer om na het beeld van 'Viva la Vida' een vervolg in de vorm van 'Sol de la Vida' te maken.

Zijn grote beelden staan in de openbare ruimte van grote steden als Madrid, Sevilla, Valencia, Lissabon, Venetië, Verona, Singapore en Beijing. Én in Kerkrade!

www.ripolles.es



KOREAANSE AUTO'S SINDS 1978



Uw partner voor:



CHEVROLET



HYUNDAI
Service



Beitel 19, Heerlen

WWW.AUTOVAESSEN.NL

Tel: (045) 542 40 10

M marco
media

GRAFISCH ONTWERP ✦ DTP ✦ COMMUNICATIE ✦ MUZIEK

MARCO-MEDIA.NL

Al 120 jaar
verstand
van lekker vlees!

Onze eerlijke ambachtelijke
producten, u proeft
het verschil!



KEURSLAGERIJ *sinds 1892*
lochtman

Benzenraderweg 90, Heerlen tel. 045-5716471
www.lochtman.keurslager.nl

Kerkrade, 2023
Aan alle leden van Achilles-Top

Wij hebben het genoegen u uit te nodigen voor de
62^e Algemene Jaarvergadering op
Vrijdag 2 juni 2023
in het Catharinahoes, Lambertistraat 12, 6461 JK te Kerkrade.
Aanvang: 19.30 uur

De agenda:

1. Opening en mededelingen over ingekomen stukken
2. Notulen van de Algemene Ledenvergadering 20 mei 2022
3. Jaarverslag secretaris 2022
4. Technisch jaarverslag 2022
5. Financieel overzicht 2022
6. Verslag kascontrolecommissie (de heren Paul Gulikers, Sandra Florie en Harrie Kamphuis) en verkiezing nieuwe kascontrole commissie (de heer Paul Gulikers is aftredend)
7. Bestuursverkiezing
 - Aftredend en voorstel herkiesbaar: Arno Deckers voor de periode van 1 jaar
 - Aftredend en herkiesbaar : Jo van Loon .
 - Terugtreidend als bestuurslid i.v.m. werk: Sandra Florie

Natuurlijk blijven we op zoek naar nieuwe kandidaten. Als kandidaat voor eventmanager Abdijcross stellen wij voor om de heer Frank Nijholt te benoemen.

Indien u interesse heeft in een bestuursfunctie dient u zich schriftelijk of mondeling zo spoedig mogelijk te wenden tot de voorzitter; uiterlijk één week voorafgaand aan de jaarvergadering.

8. Toelichting nieuwe bestuursstructuur.
Het bestuur zal dit jaar overgaan tot het bewerkstelligen van de nieuwe bestuursstructuur, die per 1 januari 2024 in werking treedt.
9. Vaststelling verhoging contributie met ingang van 1 januari 2024. In deze vaststelling stelt het bestuur tevens een wijziging voor bij de betaling van de bondscontributie voor juryleden.
10. Vaststelling begroting 2023

11. Rondvraag en sluiting

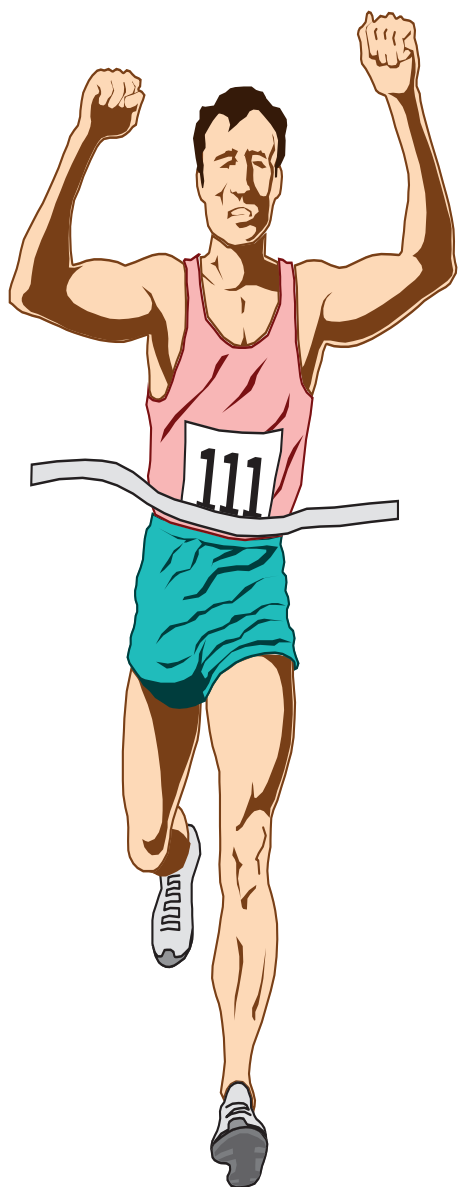
Volgens de statuten hebben alle leden vanaf 15 jaar stemrecht. Leden t/m 14 jaar kunnen het stemrecht niet zelf uitoefenen, maar zich laten vertegenwoordigen door hun wettelijke vertegenwoordiger (in de meeste gevallen is dat een van de ouders)

Het jaarverslag 2022 is geplaatst op onze website. De clubrecords etc. kunt u eveneens op onze vernieuwde website vinden. Mocht u een papieren exemplaar wensen dan wordt dit op de nog te plannen dag van de jaarvergadering uitgereikt.

Namens het bestuur A.V. Achilles-Top Kerkrade e.o.
Arno Deckers, voorzitter / sponsorfinding

Op uw **PLAATSEN**

WEDSTRIJDVERSLAGEN



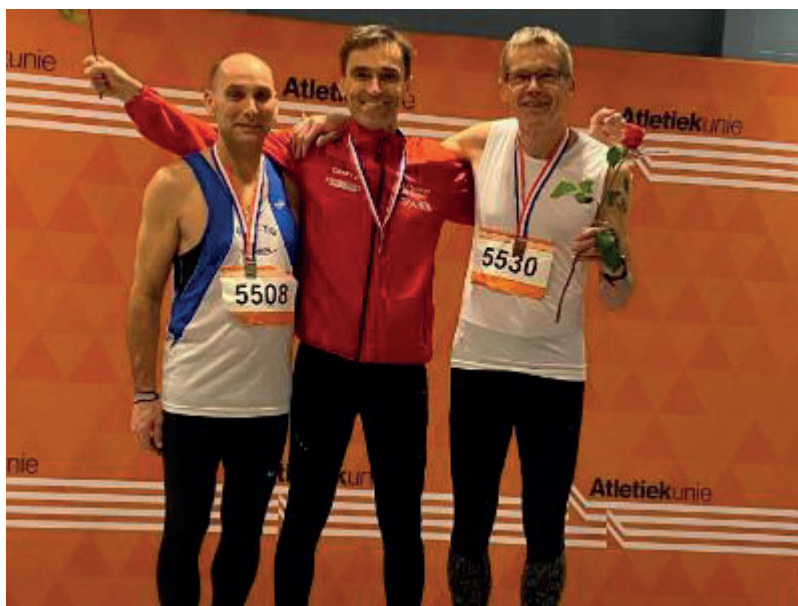
Door Leon Jeurissen en webredactie

Vlakwatercross in Venray

Myrthe Meex finishte tijdens de Vlakwatercross op 29 januari op korte cross vrouwen V35 op de derde plaats. Maureen Mols werd bij de meisjes A achtste.

NK indoor masters in Apeldoorn

Carel Claassen heeft tijdens het NK indoor masters op 4 februari in Apeldoorn bij de mannen M55 zilver gewonnen op de 400 meter in 59.35 sec. Op de 800 meter werd hij vijfde in 2.21.62 minuten.



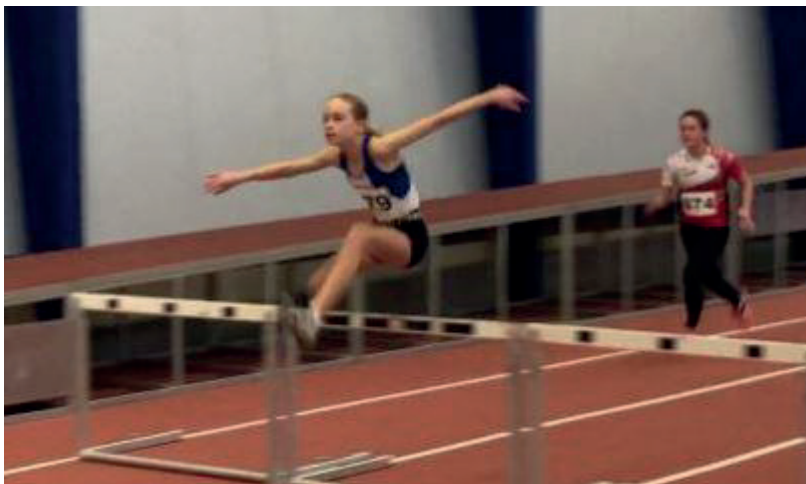
Indoorwedstrijd in Sittard

Op zondag 5 februari namen negen atleten deel aan een indoorwedstrijd in Sittard. De junioren D Indi Koll, Arden Veldman, Yinthe Tiggeloven, Isa Cordewener, Renée Scholtissen, Noud Pelzer en Noah Spedding en de junioren C Dewi Koll en Stijn Pelzer kwamen

de kleuren van Achilles-Top verdedigen en dat deden ze niet onverdienstelijk.

Persoonlijke records waren er voor Indi op de 60 m (9.60 sec.) en bij kogelstoten (5.37 m), voor Arden op de 60 m (9.30 sec.) en de 60 m horden (11.63 sec.), voor Yinthe op de 60 m (9.22 sec.) en de 60 m horden (12.72 sec.), voor Isa op de 60 m (9.74 sec.), bij kogelstoten (8.05 m) en verspringen (3.57 m), voor Noud bij het verspringen (2.76 m), voor Noah op de 60 m (9.07 sec.), de 60 m horden (11.66 sec.) en het verspringen (3.91 m), voor Renée op de 60 m (8.94 sec.) en bij het kogelstoten (11.54 m), voor Stijn bij de 60 m horden (9.88 sec.) en voor Dewi op de 60 m (9.21 sec.) en de 60 m horden (11.36 sec.).

Podiumplekken waren er voor Arden, Yinthe, Renée en Stijn. Arden won het verspringen met een sprong van 4.25 m. Zij stootte de kogel 8.46 m. Yinthe werd tweede bij het verspringen met 4.18m. Renée werd tweede bij kogelstoten met een worp van 11.54m en tweede bij de 60 m in 8.94 sec. en sprong ook nog 3.83 m ver. Stijn werd tweede bij de 60 m horden in een tijd van 9.88 sec. en sprong ook nog 4.62 m ver. Noud liep nog de 60 m in 11.61 sec. en Dewi sprong 4.01 m ver. Verder wist Noah knap de finale van de 60 m te behalen waarin hij uiteindelijk vijfde werd in 9.09 sec.



Aarcross in Alphen aan den Rijn

Anna Gommer won 11 februari tijdens de Aarcross in Alphen aan den Rijn de korte cross vrouwen.

NK indoor junioren in Apeldoorn

Lynn van Ham werd tijdens het NK indoor voor junioren op 11 en 12 februari in Apeldoorn tiende op de 3000 m voor meisjes A (U20) in een tijd van 10.52.73 min. Een verbetering van het oude clubrecord uit 2006 met tien seconden. Maureen Mols kwam in deze categorie uit op de 800 m en finishte in 2.47.05 min. A-junior Luc van Ham sprintte op de 60 m naar een tijd van 7.61 sec.

Leudalcross in Haelen

Een vijfde plaats voor Myrthe Meex op de korte cross vrouwen V35 op 12 februari tijdens de Leudalcross in Haelen. Maureen Mols werd zesde bij de meisjes A.

Kidsrun indoor in Apeldoorn

Jhe-Dyeen Martha werd op 19 februari tijdens een indoor kidsrun in Apeldoorn over 600 meter knap derde bij de jongens pupillen B in een tijd van 2.03.21 min.

NSK cross in Waalre

Anna Gommer is tijdens de Nederlandse Studenten Kampioenschappen cross op 25 februari op de korte cross vrouwen 2370 m als vijfde geëindigd.

Nationaal indoorrecord Hans Smeets

Vier weken na zijn operatie aan de breuk aan zijn linker bovenarm en na twee weken trainen, verbeterde Hans Smeets op 25 februari in Gent het nationaal indoorrecord op de 1500 meter mannen M75 met een tijd van 5.30.05 min. Het oude record (5.32.23 min.) stond al op zijn naam.

Commanderijecross in Milheeze

Myrthe Meex werd tijdens de Commanderije Cross op 5 maart in Milheeze tweede op de korte cross vrouwen V35. Bij de meisjes A werd Maureen Mols derde.

NSK indoor in Apeldoorn

Anna Gommer miste tijdens de Nederlandse Studenten Kampioenschappen indoor op 11 maart in Apeldoorn nipt het podium op de 800 meter vrouwen. Zij werd vierde in een tijd van 2.17.63 min. Alexandra Willemsen liep de 400 meter in 1.11.03 min.

LK indoor Athletics Champs in Roermond

Tijdens het LK indoor Athletics Champs voor pupillen op 12 maart in Roermond won Serena Shaaka zilver op de meerkamp bij de meisjes pupillen C met 319 punten. Ebera Shaaka werd bij de jongens pupillen A zevende met 255 punten en Lana Wijnen bij de meisjes pupillen A vijftiende met 229 punten.

Nationale Pupillen indoor in Apeldoorn

Jhe-Dyeen Martha heeft tijdens de nationale pupillen kampioenschappen indoor op 12 maart in Apeldoorn de meerkamp bij de jongens pupillen B gewonnen met 1921 punten. Zijn prestaties: 40 m 6.85 sec., 600 m 2.02.39 min., kogel 6.86 m en hoog 1.05 m. Vorig jaar won hij ook al goud bij de jongens pupillen C. Julie Scholtissen werd knap vijfde bij de meisjes pupillen B met 1638 punten. Haar prestaties: 40 m 7.35 sec., 600 m 2.14.23 min., kogel 5.77 m en ver 3.33 m. Jolé Marijnissen kwam bij de meisjes pupillen A tweedejaars op de meerkamp tot een puntentaal van 1605 punten. Haar prestaties: 60 m 10.11 sec., 600 m 2.16.81 min., kogel 5.17 m en ver 3.56 m.



Heuvelland marathon Maastricht-Vaals

Op 12 maart vond de Heuvelland marathon van Maastricht naar het hoogste punt van Nederland in Vaals plaats. Tijdens deze pittige marathon werd Hugo Meurers individueel bij de mannen 29ste in een tijd van 3.43.30 uur. Bij de koppelwedstrijd werd het team van Harry Driessen Running tweede in een tijd van 3.09.48 uur (Richard Huijbregts liep de halve marathon in 1.34.51 uur en Joël Engelen 1.34.57 uur). Bert Vanwersch liep onder de naam Old but Fast met kompaan John Bosch. Bert liep de halve marathon in 1.33.19 uur en John 1.43.32 uur. Totaaltijd goed voor een vijfde plaats. Sandra Douven liep met de Wijkelgroep mee met de estafetteploeg. Sandra noteerde over de 11,1 km een tijd van 1.09.55 uur.

Stevensloop in Nijmegen

Jan Muijers liep tijdens de Stevensloop in Nijmegen op 19 maart de halve marathon in een tijd van 1.42.05 uur. Een nieuw clubrecord bij de mannen M75. Serge Souren werd 32ste in 1.19.59 uur. Frank Paffen finishte in 1.24.55 uur en Richard Huijbregts in 1.25.42 uur.

Kempen Run Hapert

Daniël Schouw nam deel aan de Kempen Run op 19 maart in Hapert. Hij werd op de 6,5 km voor mannen zesde in 27.32 minuten.

Achilles-toppers trotseren gure omstandigheden in Bergen op Zoom

Op zaterdag 25 maart waren Julie Scholtissen (meisjes pupillen B), Jhe-Dyeen Martha (jongens pupillen B), Arden Veldman (meisjes junioren D1) en Renée Scholtissen (meisjes junioren D2) aanwezig in Bergen op Zoom. Voor Julie en Jhe-Dyeen stond een driekamp (40 m, verspringen en kogelstoten) op het programma met een losse 1000 m en voor Arden en Renée een vijfkamp (60 m, 600 m, kogelstoten, verspringen en discuswerpen).



Het was koud en guur in Bergen op Zoom waarbij een harde wind veel aanpassingsvermogen van de atleten vergde. Zowel Julie als Jhe-Dyeen wisten de meerkamp als de losse 1000 m te winnen. Zelfs op de meerkamp wisten ze elk onderdeel winnend af te sluiten. Jhe-Dyeen sprong bij het verspringen driemaal over de 4 meter en behaalde in zijn laatste sprong een afstand van 4.19 m en verbeterde hiermee het clubrecord uit 2011 met 4 cm. Renée wist bij de vijfkamp zowel het discuswerpen als het kogelstoten te winnen met een afstand van 27.76 m bij het discuswerpen en 11.26 m bij het kogelstoten. Renée sloot de meerkamp met een mooie vijfde plek af. Arden wierp de discus naar een nieuw persoonlijk record van 19.05 m en werd uiteindelijk twaalfde in het eindklassement.

Verdere prestaties: Jhe-Dyeen 40 m 7.04 sec., kogel 6.92 m en 1000 m 3.49.76 min.; Renée 60 m 9.53 sec., 600 m 2.12.18 min., verspringen 3.88 m; Arden 60 m 9.96 sec., 600 m 2.02.36 min., kogel 7.20 m, ver 3.86 m; Julie 40 m 7.36 sec. kogel 6.11 m, ver 3.56 m, 1000 m 4.02.34 min.





Venloop in Venlo

Zondag 26 maart stond de Venloop in Venlo op het programma. Lynn van Ham werd op de 5 km vrouwen zesde in 18.19 min., tevens een nieuw clubrecord. Sibilla Eymael werd op de halve marathon tweede bij de vrouwen V60 in 1.45.12 uur. Suzanna Zwiers-van Nunen werd bij de vrouwen V45 19de in 1.44.31 uur. John Vreuls liep de afstand in 1.44.39 uur, Math Baggen 1.54.22 uur, Bert Vanwersch 1.35.36 uur, Eline Collombon 1.38.37 uur en Anja Bergmans 1.52.11 uur. Ira Baggen werd bij de vrouwen V35 vijftiende in 1.38.57 uur.



Dubbel WK goud voor Hans Smeets

Onze master Hans Smeets heeft tijdens het WK indoor voor masters van 26 maart tot 1 april in het Poolse Torun zowel de 800 als de 1500 meter gewonnen bij de mannen M75. Op de 800 meter won hij de eindsprint van de eeuwige Amerikaanse rivaal Gary Patton, tijden 2.43.78 min. om 2.43.97 min. Brons was er voor de Australiër Kevin Salomon in 2.50.19 min. Op de 1500 meter dezelfde volgorde. Hans won in 5.44.20 min. voor Gary in 5.44.71 min. en Kevin 5.48.82 min. Carel Claassen miste in de finale 800 meter mannen M60 net het podium. Carel werd vierde in een tijd van 2.22.26 min. Op de 400 meter bereikte Carel de halve finale en werd daarin derde in 1.00.41 min. en miste nipt de finale.



Baanwedstrijd in Best

Twee atleten namen tijdens een baanwedstrijd op 31 maart in Best deel aan het nummer hinkstapspringen. Stijn Pelzer sprong als C-junior 10.96 m, een nieuw clubrecord. Bij de vrouwen sprong Anja Baroke 10.30 m. In beide gevallen goed voor een eerste plaats.

Baanwedstrijd in Tilburg

Maureen Mols nam op 1 april deel aan een baanwedstrijd in Tilburg. Zij liep de Engelse mijl in 6.50.64 min. en werd vijfde. Aangezien deze afstand nog niet door een meisje A is gelopen, is het tevens een clubrecord.

Parelloop in Brunssum

Op de 10 km op zondag 2 april tijdens de Parelloop in Brunssum verschenen enkele lopers en loopsters van de vereniging aan de start. Eline Collombon finishte in 43.44 min., Daniël Schouw in 45.34 min., Math Baggen in 49.07 min., Nicole Angerer 55.11 min., Wil Jung 50.38 min. en Ad van Kempen 50.45 min. Op de 5 km een zesde plaats bij de mannen voor Joël Engelen in 17.51 min. Paul Sour noteerde een tijd van 24.32 min., Susanne Odekerken 29.40 min., Paola Esser-Frankort 30.33 min., Jack Zautsen 31.20 min., Pauline Evers 30.29 min. Bij de jeugd werd Julie Scholtissen op de 1 km meisjes 9-10 jaar vierde in 4.05 min. Douwe Peters werd bij de jongens 6 jaar op de 500 m elfde in 2.49 min. en Youri Peters twaalfde bij de jongens 7 jaar in 2.31 min.

Baanwedstrijd in Purmerend

Pupil jongen B Jhe-Dyeen Martha won op 2 april in Purmerend de meerkamp met 1891 punten. Zijn prestaties: 40 m 7.24 sec., 1000 m 3.42.96 min., balwerpen 31.58 m en verspringen 3.53 m.

Baanwedstrijd in Pelt (B)

Pupil meisje A Jolé Marijnissen nam op 2 april deel aan een wedstrijd in het Belgische Pelt. Ze werd tweede bij het verspringen met 3.74 m, vierde bij vortex 20.56 m en zesde op de 60 m in 10.17 sec.

Baanwedstrijd in Sittard

Isa, Renée, Loïc, Fleur en Myrthe hebben vrijdag 7 april meegedaan aan de openingswedstrijd bij AV Unitas in Sittard.

Isa Cordewener en Renée Scholtissen startten met de 60m. Renée liep 8.84 sec. (PR) en Isa 9.80 sec.

Een half uur later liepen deze meiden de 60 m finale. Renée won in 8.87 sec. en Isa werd vijfde met een tijd van 10.17 sec. Renée won ook het kogelstoten. Ze stootte een persoonlijk record van 11.62m. Bij het verspringen werd ze tweede (3.91m). Isa werd tweede bij het kogelstoten (7.66m) en vierde bij het verspringen (3.40m).

Bij de 100 m stonden Loïc Smeijsters, Fleur Hamers en Myrthe Hamers aan de start.

Loïc liep in de serie 11.63 sec. en won de finale in 11.58 sec. Myrthe liep 13.37 sec. en won de finale in 13.40 sec. Fleur liep 13.70 sec. en werd in de finale derde in 13.76 sec.

Avondwedstrijd in Beek

AV Caesar organiseerde op vrijdag 14 april in Beek een avondwedstrijd. Bij de masters mannen boekte Hans Smeets bij de mannen M75 twee clubrecords: 100 m in 16.39 sec. en 1000 m in 3.39.37 min. Hugo Kusters boekte een clubrecord op de 100 m horden mannen M60 in 21.76 sec. Lars Curfs liep de 100 m in 15.87 sec. en sprong 3.68 m ver.

Bij de jongens A discuswerpen: eerste Lucas Koolen met 38.36 m en tweede Luca Broers met 35.44 m.

C-junior Stijn Pelzer werd twee keer 2de: 100 m horden 16.90 sec. en ver 4.92 m.

D-junior Noah Spedding won de 300 m in 51.69 sec. (clubrecord) en het verspringen met 3.72 m en werd 2de op de 80 m horden in 15.95 sec. Bij het discuswerpen vrouwen wierp Bianca Sluis V45 20.16 m en bij de vrouwen won Veerle van der Meulen met 41.72 m.

Bij de meisjes C liep Lynn Coenen de 80 m in 12.89 sec. en de 300 m in 52.97 sec.; Dewi Koll liep de 300 m in 50.29 sec. en werd 2de op de 80 m horden in 16.49 sec. en het verspringen met 4.11 m. Myrthe Debij speer 16.94 m, discus 14.01 m en kogel 7.76 m.

Bij de meisjes D won Isa Cordewener het discus met 19.31 m en kogel met 8.01 en werd 3de op de 60 m in 9.86 sec. Indi Koll: discus 11.51 m en speer 9.45 m. Michelle Weerts liep de 300 m in 56.66 sec., werd 2de op de 60 m horden in 13.44 sec. en sprong 3.20 m ver. Arden Veldman liep op de 300 m met 49.92 sec. een nieuw clubrecord en won de 60 m horden in 12.40 sec. en werd 3de bij het verspringen met 3.74 m.

Competitie Athletics Champs pupillen in Landgraaf

Zondag 16 april hebben we met twee pupillen teams deelgenomen aan een Athletics Champs wedstrijd in Landgraaf. Door een aantal ziekmeldingen waren onze teams flink uitgedund, maar dat mocht de pret niet drukken. Ondanks het gure weer werden er toch de nodige PR's genoteerd.

De wit-blauwen werden met in totaal 10 pupillen door STB ontvangen op deze miezerige zondagochtend. Zowel het team B-C-D pupillen als het team A pupillen was slechts bezet met 5 atleten. Een mooie eindklassering was hierdoor een onmogelijke opgave, daarom dus de focus op plezier en PR's!

Bij de B-C-D pupillen waren de gebroeders Peters (Douwe en Youri) voor het eerst van de partij bij een Athletics Champs. Met resp. 221 en 239 punten maakten beide heren een zeer verdienstelijk debuut! Nadat de kruiddampen waren opgetrokken bleken onze kleinste sportievelingen met z'n 5-en toch maar mooi 1419 punten bij elkaar gesprokkeld te hebben. In de officiële eindstand leverde dit helaas de 4de en laatste plek op - maar gerekend naar gemiddelde aantal punten per team was dit met ruime afstand voldoende voor een 1ste plek. Chapeau!



De A pupillen deden zeker niet onder voor de iets jongere generatie. Ook hier een regen aan PR's en een zeer mooi puntentotaal van 1828. In de officiële uitslag betekende dit een 6de positie (van 8). Maar ook voor onze A pupillen geldt dat gerekend naar een gemiddelde aantal punten per team een dikke 1ste plek

het resultaat was geweest. 'Mits' en 'als' telt niet in de topsport, maar moreel winnaar mogen onze kids zich wel voelen!

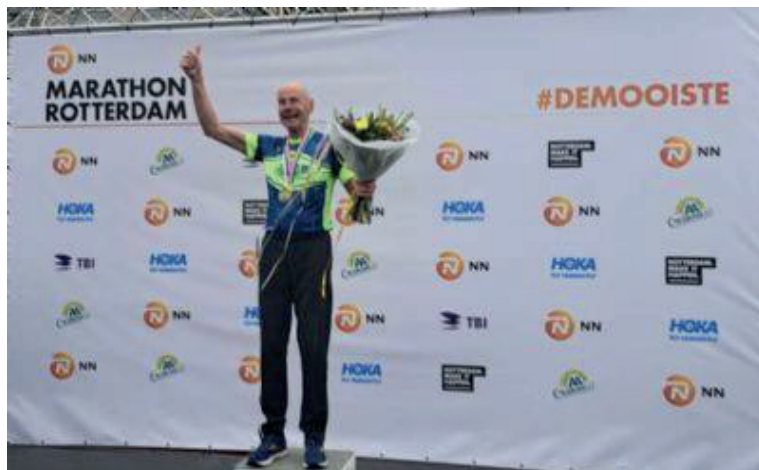
Bij de jongens pupillen A won Ebere Shaaka de meerkamp met 376 pnt. Hij won het kogelstoten met 6.80 m, de 60 m horden in 10.1 sec. en het hoog met 1.15 m en werd tweede bij vortex met 29.50 m en polsver 3.40 m. Tijs Pözl werd tweede op de meerkamp met 334 pnt. Zijn prestaties o.a. kogel 6.30 m, hoog 1.10 m, 60 m horden 10.8 se. en duur 1350 m. Bij de meisjes pupillen A een derde plaats op de meerkamp voor Froukje Bemelen met 284 pnt. Zij werd o.a. 3de bij polsver met 3.00 m en 2de bij vortex 16.00 m.

Lana Wijnen werd 2de op de 60 m horden in 11.0 sec. en bij kogel met 5.70 m.

Jan Muijers nationaal kampioen met record

Jan Muijers is zondag 16 april tijdens de Rotterdam marathon bij de mannen masters M75 nationaal kampioen geworden in een schitterende tijd van 3.36.52 uur. Deze tijd betekent tevens een nieuw nationaal record in deze leeftijdscategorie en uiteraard ook een clubrecord.

Nog enkele andere Achilles-Toppers verschenen aan de start. Richard Huijbreghts noteerde een tijd van 2.52.51 uur. Serge Souren finishte in 2.54.25 uur, Frank Paffen 3.01.54 uur en Jo van Loon 3.47.56 uur. De kwart marathon werd door Math Baggen afgelegd in 52.10 min. en Jacqueline van Loon 1.01.40 uur.



Marathon in Enschede

Ronald Pieters liep zondag 16 april de marathon in Enschede. Hij werd bij de mannen M45 24ste in een tijd van 3.09.48 uur.

Baanwedstrijd in Genk

Tweedejaars A-pupil Jolé Marijnissen nam op 16 april deel aan een baanwedstrijd in het Belgische Genk. Jolé werd derde bij het verspringen met 3.59 m en bij het vortexwerpen met 23.35 m. Op de 60 m werd zij zesde in 9.77 sec.



Jolé Marijnissen in actie bij het verspringen.

Vanwege het tijdig drukken van het clubblad, zijn de uitslagen verwerkt tot 21 april.

BEDRIJFSKLEDING • PROMOTIEKLEDING • BELETTERINGEN

APS GROEP[©]

FOR ALL YOUR PROMOTIONS

Welkom bij Café de Aftrap!



De leukste plek om lekker te lunchen of dineren in Kerkrade.

LIVE sportevenementen kijken op onze 5 grote televisies.

Lekker dineren? Ook dat kan bij ons.

Een feestje of een koffietafel houden? Wij hebben een grote zaal!

Wij hebben professionele dartbanen en een pooltafel. Kom langs!

Wij zijn geopend van dinsdag tot en met zondag vanaf 12.00 uur.

Op vrijdag vanaf 10.00 uur.

Reserveren? Tel.: 045-8519892 of Mail: info@aftrap-kerkrade.nl

Kijk voor meer informatie op: www.aftrap-kerkrade.nl

Markt 49 / 6461 ED KERKRADE / 045-8519892 / www.aftrap-kerkrade.nl / Instagram: [cafe_de_aftrap](https://www.instagram.com/cafe_de_aftrap) / Facebook: [@cafedeaftrap](https://www.facebook.com/cafedeaftrap)



Abby Lempers

bloemsierkunst • plantencentrum
groenarchitectuur • cadeau-artikelen

Niersprinkstraat 10 Kerkrade
045-5462737 • www.abbylempers.nl



Maxwijn

wijnhandel slijterij

Max van Wersch
Kloosterkoolhof 64
6415 XV Heerlen

045-5724481
info@maxwijn.nl
www.maxwijn.nl



MANNENMODE
GEILENKIRCHEN
markt 13 6461eb kerkrade www.mmgeilenkirchen.nl

de modezaak van Kerkrade sinds 1936



DEUR DERTIEN

Damesmode • Kadootjes • enzo



SPEERPUNT

SPORT OVERDAG VOOR SENIOREN ACHILLES TOP 2.0

OF: verpôpzakt en bedonderd, dakloos en ontheemd.

Door Lou Mostard

Ik heb al eerder verslag gedaan van het feit dat ik als Maastrichtenaar onder valse voorwendsel ben weggelokt uit het mooie Maastricht, de stad van de gezelle van de zaank. Weg van de Maos, de Vriethoaf, weg van ut Mooswief, de Sjenge en de Mestreechter geis. Weggelokt door een zekere A. (inmiddels 60 jaar lid van Achilles Top!), en dat allemaal om mee te doen aan Sport Overdag voor senioren. De deelnemers aan Sport Overdag zouden volgens hem zo eeuwig roem vergaren. Ook zouden de leden later als het aardse met het hiernamaals verwisseld moet worden, door Petrus in zijn nederig doch weidse stulpje met open armen ontvangen worden en aldaar de ereplaatsen mogen innemen.

Sport Overdag voor Senioren zou plaatsvinden op een professionele atletiekbaan in een stadion met zit- en staantribunes die regelmatig volgepakt zouden zitten met toeschouwers, die de sporters door hun enthousiasme naar grote hoogten zouden tillen en dat bij geleverde topprestaties via sponsors bekeken zou worden of er aan de atleten flinke gages uitbetaald konden worden. De topprestaties zijn vooralsnog uitgebleven, dus over gages is nooit meer gesproken.

Het was ook eigenlijk allemaal te mooi om waar te zijn, want wat is van al die beloften terecht gekomen: NIETS HELEMAAL NIETS!

Helaas, geen toeschouwer gezien, Ja eentje, ene Streppel destijds van Roda, maar die werd door A. onmiddellijk uit het stadion verwijderd, want hij duldt geen pottenkijkers.

Verder is de atletiekbaan met de daarbij horende voorzieningen inmiddels volledig gesloopt, de tribunes zijn verdwenen en wat rest is een grote kale troosteloze vlakke. Het allerergste is nog dat de sporen van de sensationele en historische prestaties van de senioren groep volledig zijn uitgewist en voor eeuwig voor het nageslacht verloren zijn gegaan.

En dat niet alleen. Nee, de groep Sport Overdag voor Senioren is gewoon de straat opgeschopt en dat bedoel ik letterlijk.

De bewoners van Kaalhei stonden natuurlijk verschrikt en met verbazing te kijken toen de groep van liefvallige atletes en de wat zwaardere atleten van Sport Overdag van Achilles Top langs kwam gedenderd. In eerste instantie werd het alarmnummer 112 gebeld, omdat gevreesd werd voor een aardbeving, maar dat gerucht kon door de gemeentelijke instanties direct ontkracht worden.

Na passage via de straten van Kaalhei, aldaar schroeiend asfalt achterlatend, wordt de groep langs sluisse wegen door het trainersduo A. en F. het Hambos ingejaagd.

Nou is sporten voor senioren in het bos natuurlijk geen straf, want grijs doet het goed in het groen en groen doet het goed in het grijs, dus dat is een win-win situatie.

Er worden daar door "die zwaai van Kaalhei" een uitgebreid scala aan oefeningen van de sporters gevraagd, die volgens hen goed zijn voor lijf en leden, maar die het uithoudingsvermogen van de groep zwaar op de proef stellen.

i·Minded
online oplossingen

Sinds 2003 bouwt i-Minded online oplossingen.
Gespecialiseerd in digitalisering van bedrijfsprocessen.
No-nonsense en servicegericht.

T. 045-5680642

info@i-minded.nl

www.i-minded.nl



Fysio
Regtop

Sportfysiotherapie Manuele therapie Bedrijfsfysiotherapie Revalidatie

www.regtop.nl



HARRY
DRIESSEN.NL
Running & Walking

De running speciaalzaak voor Achilles Top leden. Leden ontvangen **10% korting** op de aankopen van schoenen en kleding.

Leverancier van de clubkleding
Voor meer info: shop.harrydriessen.nl

Er is ook een uitgebreide collectie wandelschoenen aanwezig!
(Lowa, Meindl, Hanwag en Dolomite).

Welke artikelen zijn er nog meer te vinden die het hardlopen (atletiek) leuk, snel en gezellig maken: *spikes, hartslagmeters (GPS), voeding, sport BH's, drink systemen, sokken, kleding etc.*

Deskundig advies d.m.v. een loopanalyse! Er wordt naar de drukbelasting via een voetspiegel gekeken en er worden opnamen gemaakt van de loopafwikkeling en loophouding.

De winkel heeft een groot netwerk; desgewenst doorverwijzing naar podotherapeut, fysiotherapeut etc.

Sportieve groeten, Harry, Marion en Janno

Bongerd 13B, 6411 JL Heerlen • Telefoon: 045 571 20 09
E-mail: info@harrydriessen.nl • Website: www.harrydriessen.nl

Bij inlevering van deze advertentie in de winkel krijg je € 20,00 korting op de aankoop van Running en Wandelschoenen vanaf € 120,00.

Het is maar goed dat slechts weinig mensen op dit tijdstip het Hambos gebruiken voor hun dagelijkse wandeling. Er zou zeker slachtofferhulp aan te pas moeten komen, als niets vermoedende wandelaars geconfronteerd zouden worden met de in volle training zijnde sportgroep. Maar het zijn niet slechts wandelaars die zich een hoedje schrikken, ook de dieren in het Hambos maken op donderdagmorgen moeilijk tijden door.

Ik heb toevallig aan de Universiteit van Maastricht de studie DierenLipLeeskunde gedaan en die komt me nu natuurlijk goed van pas. Geen hond die mij nog wat wijs maakt. Ik liplees dus alles mee wat die beesten onder elkaar allemaal te melden hebben. Er wordt in het grote dierenbos heel wat af geroddeld. Zoef de haas houdt bij het zien van de sporters wijselijk zijn mond en kiest van schrik het hazenpad. Broer Konijn knikt instemmend en is het eens met de reactie van de haas, want het is bij de konijnen af wat zich hier afspeelt vindt hij. Of de reebok die, met zijn rechtersvoorpot naar zijn voorhoofd wijzend, tegen zijn geit zegt: "Wij hebben de dierenbescherming, maar wie trekt zich het lot van deze arme sloebbers aan?"

Bij de wilde zwijnen wordt heftig gediscussieerd. "Wordt het aanvullend of laten we ze maar wat aanmodderen en gaarkoken in hun eigen zweet?"

De dassen trekken zich geschrokken terug in hun burchten en hopen dat hun bouwwerken bestand zijn tegen de hoge druk van boven. Tja, het is echt bij de beesten af.

Maar, de aandachtige lezer heeft natuurlijk allang geconstateerd dat de ondertitel van dit artikel en een deel van de tekst ervan de werkelijkheid niet helemaal juist weergeeft en met een korreltje zout genomen moet worden. Sterker nog. In Mestreech zouden we zeggen: "dao klop gein kloete vaan!".

De fantasie van de schrijver dezes is met hem op de loop gegaan, waardoor een en ander tamelijk gechargeerd is weergegeven.

Het oude Roda stadion op Kaalheide wordt weliswaar gesloopt, maar we krijgen er een prachtige nieuwe accommodatie voor terug, met alle daarbij behorende voorzieningen. Binnen deze nieuwe accommodatie en aangestuurd door de niet aflatende inzet van "die zwei va Kaalhei" zullen straks op Kaalhei de atleten van Sport Overdag de sportwereld versteld doen staan en topprestaties kunnen dan natuurlijk niet meer uitblijven.

Dus meneer A. misschien toch alvast maar gaan zoeken naar kapitaalkrachtige sponsors die deze topprestaties op waarde weten te schatten en hun zuur verdiende centen met liefde willen investeren in deze weliswaar iets oudere, doch zeer talentvolle atleten en atleten met een glansrijk carrièreperspectief. Het mag dus duidelijk zijn, op donderdagmorgen gebeurt er op sportgebied van alles in Kerkrade, nu nog in de straten van Kaalheide en in het Hambos, maar straks in de prachtige nieuwe atletiekaccommodatie. Tel daarbij op de intensieve maar zeer vakkundige training van het duo Arno en Fred en het mag duidelijk zijn dat iedere donderdagmorgen door de deelnemers aan Sport Overdag met veel plezier en vol overgave aan de conditie wordt gewerkt. Daarbij wordt de ontspanning en de lol zeker niet vergeten en na afloop natuurlijk een lekker kopje koffie of thee met daarbij horende versnaperingen.

Kortom, iedereen die aan zijn of haar conditie wil werken en een ontspannend uurtje met gelijkgestemde in de buitenlucht wil doorbrengen, raad ik aan eens een kijkje te komen nemen, of beter nog een keertje mee te komen doen. Het is niet alleen gezellig, maar ook nog gezond en dus goed voor lijf en leden. De complémenten van eine boer oet Mestreech.



CLUB Informatie

Achilles-Top is opgericht d.d. 19 april 1961 en gevestigd in sportpark Kaalheide in Kerkrade. Voor meer informatie kunt u terecht bij de bestuursleden. Het lidmaatschap gaat in op de eerste dag na de kennismaking van een maand. De contributie bestaat uit een maandelijks en een jaarlijkse bijdrage, die afhankelijk is van de leeftijd en aard van de activiteiten in de vereniging. Overmaking op bankrekeningnummer IBAN: NL23RABO0168408325 (BIC: RABONL2U).

Bestuur		
Voorzitter	Arno Deckers	045-5454572
Sponsorfinding	Arno Deckers	06-23917088
Secretaris	Frank Soomers	06-45437457
Penningmeester ad-interim	Arno Deckers	06-23917088
Contributiezaken	Ilona Mulders	contributieATOP@outlook.com
PR, interne communicatie	Leon Jeurissen	045-5463856
Trainerscoördinator Senioren/AB-jun.	Leon Jeurissen	06-51182592
Wedstrijdorganisatie	V a c a n t	
Jeugdzaam en thuiswedstrijden	Emmy Boumans-v.d. Laar	045-5312063
Trainerscoördinator CD-jun./pupillen	Emmy Boumans-v.d. Laar	06-31332473
Accommodatiezaken	Dré Boumans	045-5312063
Evenementenmanager Viva la Vida Run	Jo van Loon	06-43177192
Evenementenmanager Abdijcross	Vacant	

Accommodatie		
Gemeentelijk sportpark	Parkstraat 4	6466 BA Kerkrade
Kantine sportpark		045-5414140
Postadres	Postbus 265	6460 AG Kerkrade
Website	www.achilles-top.nl	
Email	info@achilles-top.nl	
KvK verenigingsnummer	40186061	

Trainerkorps	trainer	assistent
Pupillen	Bianca Sluis	Jacintha van der Meulen
		Manon Smeets
		Roger Koll
		Jesper Florie
		Myrthe Debij
Junioren-CD	Glenn Gentle	
	Chantal van der Meulen	
	Pascal Pelzer	Petra Coenen
	Roger Veldman	Albert Cordewener
	Wim Marijnissen	
	Bianca Sluis	
Midden-afstand	Vacant	
Sprint/horden	Eugène Martineau	
Werpen	Michel Leinders	
Loopgroepen	Fred Kroon	Math Baggen
	Harry Driessen	John Coervers
	Harry Kamphuis	John Paulssen
	John Schoeters	Nicole Angerer
Nordic walking	Corry Kroon	Silvia Molenaar
Sport overdag	Han Vos	
Redactie clubblad		
Voorzitter	V a c a n t	
Eindredactie	Theo Mertens	045-5420340
Redactie-adres	Marjolein 10	6467 HL Kerkrade
Emailadres	mertentst@home.nl	
Uitslagen, wedstrijdkalender	Vacant	
Wedstrijdzaken Pupillen	Roger Veldman	
Wedstrijdzaken Junioren	V a c a n t	
Lay-out	Jo Hanssen	
Verschijningsdata 2023	1 februari	1 augustus
	1 mei	1 november

't Gouden uisje

Inkoop van Goud en Zilver

Bruna Hildestraat 10
6443 XH Brunssum
tel. 0475-333356

- ✓ Discreet en vertrouwd adres
- ✓ Contante betaling
- ✓ Deskundige en vrijblijvende taxatie

Sieraden Munten
Baren Tandgoud etc.



Openingstijden: Dinsdag t/m Zaterdag van 11 tot 17 uur
tgoudenhuisje@live.nl - wwwtgoudenhuisje.nl

HEB JIJ ALTIJD AL JOUW
PASSIE VOOR SPORT WILLEN
COMBINEREN MET EEN JOB?

SCAN DAN DE QR CODE OF KIJK VOOR
JOUW DROOMBAAN OP ONZE SITE



WERKENBIJDECATHLON.NL

KLAAR VOOR DE START?

JOIN OUR TEAM

DECATHLON
KERKRADE



BELEEF KERKRADE

Beleef Kerkrade

Kerkrade kent haar paradepaardjes. Publiekstrekkers als GaiaZOO, Leisure Dome, Abdij Rolduc, Roda J.C. en Museumplein Limburg trekken jaarlijks duizenden bezoekers.

Leisure Dome

Het LeisureDome is hét ultieme dagje uit voor jong en oud. Zo is er een megabioscoop, bowling en lounge, lasergame, soccerarena, escape room, kinderspeelparadijs, GlowGolf, trampoline- en gamehal en kun je er lekker eten. Leisuredome geeft vermaak, ontspanning en plezier aan de bezoekers van iedere leeftijdscategorie.

GaiaZOO

GaiaZOO biedt een adembenemende wereld van dier en natuur. In GaiaZOO reis je in één dag over de hele wereld en ontmoet je vele bijzondere en unieke diersoorten. GaiaZOO biedt een onvergetelijk dagje uit voor groot én klein.

Achilles-Top

Bij atletiekvereniging Achilles-Top, gevestigd in Gemeentelijk Sportpark Kaalheide, zijn er talloze mogelijkheden. Op de 400 meter kunststof atletiekbaan wordt niet alleen getraind, maar er vinden ook regelmatig atletiekwedstrijden plaats. Achilles-Top is er voor alle leeftijden. Van pure wedstrijdspanning tot gezond bewegen en van sportmassages tot recreatie. Voor ieder wat wils!

Roda JC Kerkrade

Roda JC Kerkrade is een Nederlandse voetbalclub gevestigd in Kerkrade. Roda JC Kerkrade speelt zijn wedstrijden in het Parkstad Limburg Stadion.

Museumplein Limburg

Het aan het Museumplein Limburg gelegen theater, museum en discovery center vertellen elk een deel van het oudste verhaal: de relatie van de mens met de wereld waarin hij leeft. De drie instellingen richten zich op verschillende doelgroepen, waarbij het openbare gedeelte van het plein alle doelgroepen bedient met dienstverlening en ontspanning.

Abdij Rolduc

Rolduc is de grootste abdij van de Benelux en één van de UNESCO top 100 monumenten van Nederland. De abdij heeft een rijke geschiedenis van meer dan 900 jaar oud. Tijdens een rondleiding zie je de mooiste plekjes.



WWW.BELEEFKERKRADE.NL

