



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

2022

Beste Achilles-Toppers,

Is het je weleens opgevallen dat wat je zoal koopt in bijvoorbeeld een supermarkt vaak een prijs heeft die eindigt op het getal negen? Enkele willekeurige voorbeelden: een blik gepelde tomaten €0,49; pannenkoekendeeg €1,19; lasagne €2,19; salade €3,39. En dan het liefst nog met de vermelding van een nog duurdere prijs in kleiner formaat ernaast met een dikke streep erdoor, zo van “dit kun je toch niet laten liggen; dit moet je kopen”.

En alsof dit nog niet genoeg is krijg je bij de aankoop van twee stuks het derde cadeau. Dan ben je wel helemaal gek als je het links laat liggen, om het even of je het nu kunt gebruiken of niet. Nou denk je dan, een voorraadje aanleggen kan geen kwaad, zeker bij de wat langer houdbare producten. Albert Heijn bijvoorbeeld noemt dit hamsteren en in reclamespotjes zien we van die snoezige vertederende beestjes rondrennen, want dat zijn hamsters nu eenmaal. Zorgen dat je koopt, consumeert, dat is nu eenmaal wat interessant is voor de verkoper, in dezen de supermarkt. “Earn money” zou de Amerikaan zeggen. Er heeft zich daar zelfs een hele wetenschap over ontwikkeld, genaamd marketing. Volgens Wikipedia



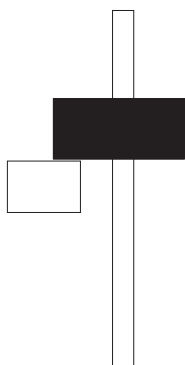
voorheen een activiteit die een bedrijf uitvoert om de verkoop van producten of diensten te bevorderen. In onze huidige westerse wereld is marketing bij uitstek een discipline geworden waarbij het identificeren van de behoeften centraal is komen te staan. Daarbij spelen wetenschappen als psychologie, sociologie en economie een steeds belangrijker rol.

Een product waar geen reclame voor wordt gemaakt verkoopt nu eenmaal niet. “Nou ik laat me er niet toe leiden” zullen velen zeggen, maar onbewust doe je dat toch, kan ik je verzekeren.

Zo zijn er mensen die alleen nog maar of deels biologische producten kopen. Goed

voor het milieu of hoegenaamd goed voor jouw gezondheid. Soms laten we ons leiden door emoties want die arme kippen in de legbatterij, nee dan liever een ei van een scharrel- of vrije uitloopkip. Weer een ander denkt “hè, een fles wijn van €3,50 dat kan toch niet?” Maar dat kan wel, maar dan moet u niet kijken naar bestrijdingsmiddelen (pesticiden) die er tijdens de groei over de jonge druiven worden uitgespoten en hoe de arbeidskrachten in de wijngaard aldaar vervolgens weer kampen met gezondheidsproblemen. Ach ja, u betaalt de goedkope fles wijn en de samenleving betaalt de gezondheidskosten van die werknemers. De kiloknallers zijn gelukkig verleden tijd, nee nu liever een stukje verrijnd scharrelvlees in de hoedanigheid van bijvoorbeeld een culinaire varkenshaas. Vegan is

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**

ook weer zoiets nieuws, nee niet alleen geen vegetarisch gedoe, maar zelfs niks meer consumeren dat afkomstig is van dierlijke producten. Ach je kunt er zo veel over vertellen en alles heeft zo zijn voor- en nadelen, zullen we maar zeggen.

Wat ik ook zo bijzonder vind is de vermeende bezorgdheid die de verkoper heeft over het door mij gekochte product of de aan mij geleverde dienst. Is mijn auto bijvoorbeeld voor een onderhoudsbeurt in de garage geweest dan wordt ik daarna prompt bestookt met e-mails of zelfs gebeld met de vraag of ik tevreden ben over de beurt en of er nog verbeterpunten zijn etc.

Ik denk dan altijd "te duur", maar ik kan dat niet staven, want ik weet toch niet precies wat er aan de auto gedaan is en dat weet een garage ook drommels goed. Hoewel..., ik hoor ze al zeggen dat ze toch beschikken over een transparante prijsstelling. Maar goed, dan had ik maar geen auto moeten rijden. Waar het in wezen om draait is dat men zich met de klant identificeert. Jij bent een van ons, ons product is goed, zo niet het beste; wij zijn bezorgd om jou; wij willen echt het beste voor jou.

Van al dat evalueren wordt ik sowieso soms helemaal mesjokke. Je zou terughoudend worden in het verstrekken van het e-mailadres, want voor je het weet lees je dat er slechts enkele minuten van jouw kostbare tijd wordt gevraagd om de volgende vragen te beantwoorden om de dienstverlening in het vervolg nog meer te optimaliseren. Bla, bla, bláá... ammehoela denk ik dan. En nog een goedbedoeld advies van mijn kant: niet abonneren op nieuwsbrieven want voor je het weet, zie je door de bomen (nieuwsbrief e-mails) het bos (jouw serieuze e-mails) niet meer.

De allernieuwste trend naar de toekomst toe zal duurzaamheid worden. Geen T-shirts meer van €4,- bij een of andere goedkope kledingzaak, die na vijf maal dragen via de tweedehandszaak of BEST-tas in balen naar Ghana en Chili worden verscheept, waarna ze aldaar vanwege de eigenschap "onverkoopbaar" in het milieu terecht komen. Ik ben geschrokken naar aanleiding van een recente documentaire hierover op de televisie. Lang leve de goedkope kleding en hoe help ik het milieu naar de verdommenis. Je zult begrijpen dat dit ironisch is bedoeld.

Tja en dan hoor ik ook weer mensen denken "jij kunt je dat allemaal permitteren, maar ik als lezer moet maar met mijn beperkte financiële middelen zien rond te komen". En ook dat kan weer waar zijn.

Maar goed, hoe het ook zij, dit waren enkele gedachtespinsels van mijn kant voor deze uitgave. Misschien toch enkele punten die je aan het denken hebben gezet. Maar omdat we een atletiekvereniging zijn, snel over tot de orde van de dag, zeker nu de ergste Coronapijn geleden is en we gelukkig "verlost" zijn van de meeste restricties. Daarvoor in de plaats is het nu oorlog in de Oekraïne. Te triest voor woorden; je zult maar de pech hebben juist daar te wonen; onvoorstelbaar menselijk leed vanwege een paar malloten die er bepaalde denkwijzen op na houden en menen die met geweld te moeten afdwingen, over beschaving gesproken. Laat ik er maar niet te diep op ingaan; niet goed voor mijn emotioneel evenwicht.

Wat tref je deze keer in het clubblad aan?

Leon Jeurissen vraagt aandacht voor de alternatieve G-loop voor kinderen met een beperking. Nu de officiële Abdijcross wederom geen doorgang kon vinden, waar deze loop normaliter ook een onderdeel van is, kon ook de officiële G-loop geen doorgang vinden. Astrid Pleyers komt met een artikel over de alternatieve Oudejaarsloop omdat de officiële loop vanwege Corona ook al niet kon doorgaan.

José Handels doet verslag van een uurtje Sport Overdag voor de wat oudere medemens op de donderdagmorgen onder de bezielende leiding van twee trainerskanonnen, te weten: de heren Arno Deckers en Fred Kroon. Roger Veldman was met vijf pupillen in Apeldoorn bij de Nationale Pupillen Indoor en doet daarvan in deze uitgave verslag. Ook aandacht voor een drietal onlangs overleden clubiconen, te weten: oud penningmeester Tiny Claassen, (jeugd)trainer Frans van Mil en oud kogelstoter, discuswerper en kogelslingeraar Frans Bemelmans.

Voorts een inspirerend voorwoord van niemand meer of minder dan onze voorzitter Arno Deckers en last but not least de gebruikelijke bestuursmededelingen en wedstrijdverslagen van de hand van reeds genoemde Leon. Samenvattend; weer een uitgave die er zijn mag, toch?.

Resteert eigenlijk alleen nog mijn opmerking dat mocht u nog wat lezenswaardig weten voor de volgende uitgave van ons clubblad, aarzel dan niet; een mailtje naar mertenst@home.nl is al voldoende en het komt dik voor mekaar.

Uw redacteur, Theo Mertens.

WOORD *van de voorzitter*

Lief en leed

Door Arno Deckers

Wat ben ik blij dat de maatregelen ter bescherming van de mensheid tegen het Coronavirus steeds meer worden losgelaten. Natuurlijk kun/moet je nog voorzichtig zijn. Je weet maar nooit, maar met de lente in aantocht is het voor onze bewegingsvrijheid goed, als we weer “zonder nadenken” kunnen gaan en staan waar we willen. Dat is ook te zien. De mensen maken weer gebruik van de terrassen, gaan naar de restaurants in de eigen gemeente, bioscopen en theaters hebben hun deuren wijd opengemaakt, de culturele wereld (theater en muziek) kan weer ademen, winkels zijn blij dat de mensen weer naar believen in en uit kunnen lopen, het thuiswerken wordt meer en meer ingewisseld voor het werken in het bedrijf. Zelfs de landen om ons heen laten de teugels wat vieren. Een heerlijk gevoel.

Maar: het ene virus is nog niet voorbij of we hebben een nieuw veel dreigender virus voor de deur staan. De dreiging van Rusland voor de Oekraïne is er een van de hoogste graad van paraatheid. Wat gaat er gebeuren als Poetin zijn zin niet krijgt en de NATO in opstand komt. Ik moet er niet aan denken dat de beruchte knop gebruikt wordt. Wat gebeurt er dan met de mensheid? Niemand zal het weten en hopelijk zegeviert het nuchtere verstand. Wat we door deze oorlogssituatie wel merken is dat de prijzen de lucht ingaan. We praten dan niet over benzine-, olie- en gasprijen, maar ook over de kosten van elektriciteit, voedingsmiddelen, materialen etc. etc. Hoe je het wendt of keert, de maatschappij is in beweging, de economie is verre van standvastig en de inflatie blijft stijgen. Komt de gezondheid in rustiger vaarwater, is het de economie en de oorlog die ons nu in bedwang houdt.

Onze club is overigens weer wakker geschud door het overlijden van Frans van Mil: jeugdlid en trainer. Hij was weliswaar de laatste twee jaar geen actief lid meer, maar toch. Frans was voor hartonderzoek in behandeling in het ziekenhuis, kwam in het ziekenhuis terecht met Corona en is uiteindelijk gestorven. Een rare samenloop van omstandigheden. Zijn herdenkingsdienst heeft op verzoek van de familie buiten op onze accommodatie plaatsgevonden op vrijdag 18 maart jl. Een bijzonder gevoel. Zo'n gebeurtenis hebben wij als Achilles-Top nog nooit meegemaakt. Frans heeft een prachtige herdenkingsdienst gehad onder geldige weersomstandigheden. Velen bezochten deze dienst. Naast familie, vrienden en kennissen waren ook bestuur, vrijwilligers en een aantal oud-atleten aanwezig. Verder kunnen we melden dat de **jaarvergadering** gehouden zal worden op **vrijdag 20 mei as.** in het **Catharinahoes op de Holz in Kerkrade**. De jaarstukken zullen ruimschoots van tevoren op onze nieuwe website te zien zijn. Uiteraard zal tijdens deze vergadering zoals gebruikelijk ook een papieren exemplaar uitgedeeld worden.

À propos website: in de afgelopen maanden hebben een zestal leden samengezeten om na te denken over een nieuwe website voor Achilles-Top. Onze site was verouderd en daagde niet meer uit om deze te bezoeken. De nieuwe site is inmiddels gelanceerd en ik kan iedereen aanraden om deze eens te bezoeken. Je zult versteld van de ideeën die door de werkgroep gelanceerd zijn en die er uiteindelijk voor gezorgd hebben dat we een prachtige innovatieve site hebben. De basis is er, maar er zullen in de komende tijd zeker nog een aantal items worden toegevoegd.


Verder ligt ook de datum voor het uitgestelde Nieuwjaarsontbijt vast. Let op: we noemen het geen Nieuwjaarsontbijt meer, maar een **lenteontbijt**. Noteer in je agenda **zondag 3 juli**. We hopen jullie te kunnen begroeten eveneens in het **Catharinahoes op de Holz (Kerkrade)**. Tevens zal daar door het jubileumcomité informatie gegeven worden over onze jubileumactiviteiten. Verdere informatie over opgave, aanvangstijd, kosten etc. zal via de nieuwe site en op het publicatiebord in de gang van onze accommodatie kenbaar gemaakt worden.

Tenslotte kunnen we mededelen dat de aanvang voor de renovatie van onze baan nog steeds vaststaat voor de maand mei as. Als we meer informatie hebben, zal het bestuur de trainers op de hoogte brengen en deze zullen de leden via Whatsapp, FB en/of via de nieuwe site informeren over de vervangende trainingsmogelijkheden.

Het project Vie in het centrum van Kerkrade begint langzaam ook vormen aan te nemen. Er zullen een aantal open dagen gehouden worden. Houd daarvoor de site van de gemeente Kerkrade in de gaten. Het is de moeite waard om een kijkje te gaan nemen.

Tenslotte: wedstrijden mogen weer georganiseerd worden. Inmiddels hebben een aantal van onze leden al deelgenomen aan indoorwedstrijden en de NK-indoor. Onze jeugd laat zich daar van de beste kant zien. Dat is een teken dat we, ondanks de belemmeringen door Corona, toch goed doorgetraind hebben. Wegwedstrijden staan ook weer op het programma en ook daar zijn we benieuwd naar de prestaties van onze leden.

We wensen iedereen veel succes in de aanloop naar de baanwedstrijden en alle andere activiteiten.



Atletiekvereniging Achilles-Top

Word lid en kom erbij!
Liever eerst een maand gratis proeftrainen?

[Home](#)
[Hardlopen](#)
[Baanatletiek](#)
[Sportief wandelen](#)
[Achilles-Top](#)
[Contact](#)

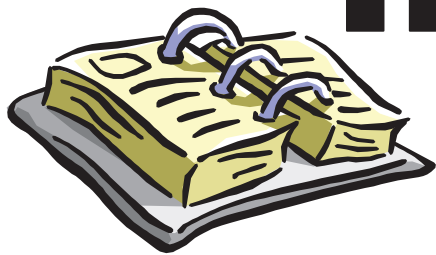


Welkom bij de leukste atletiekclub van Nederland!

Alle atletiekonderdelen voor beginners en ervaren sporters.
Voor pupillen, junioren, senioren, masters en recreanten.
Met of zonder gecertificeerde begeleiding.
Met plezier naar prestatie!

[Meer over Achilles-Top](#)
[Lid worden](#)

INFORMATIE



R

Bestuursmededelingen

Door Leon Jeurissen

U

Competitiewedstrijden

Bij het drukken van deze uitgave zijn nog niet alle locaties bekend waar dit jaar de competitiewedstrijden plaatsvinden.

CD-junioren: 9 april in Sittard. Onbekend 14 mei en 11 juni.

AB-jongens: 10 april in Uden. Onbekend 15 mei en 12 juni.

Vrouwen (AB-jun.): 1 mei in Roermond, 22 mei in Best en 3 juli in Valkenswaard.

Masters mannen: 24 april in Vught. Onbekend 19 juni.

De data en plaatsen voor de competitie Athletics Champs voor de pupillen zijn nog niet bekend. Hou onze website in de gaten. Als er meer duidelijkheid is over de locaties wordt dit gepubliceerd.

B

Trainerskorps

Marc Hermans is gestopt met het geven van werptrainingen in Kerkrade, alsook in Sittard. Hij heeft na vele jaren een punt gezet achter zijn carrière als werptrainer. Bijzonder spijtig voor de vereniging dat Marc dit besluit heeft genomen. De werptrainingen in Kerkrade worden nu voorlopig verzorgd door Michel Leinders en Etienne Orbons.

Vanwege drukke werkzaamheden is Selina Alberts gestopt als assistente bij de pupillen.

Eugène Martineau is bereid gevonden op enkele zaterdagdagen hordentrainingen te verzorgen.

Voorheen verzorgde Ludrick Berrenstein de hordentrainingen voor de junioren.

R

I

Algemene ledenvergadering

Onze algemene ledenvergadering vindt plaats op vrijdag 20 mei, aanvang 19.30 uur, in het Catharinahoes aan de Lambertistraat 12 in Kerkrade. Zodra het jaarverslag over 2021 klaar en gedrukt is, wordt dit via onze website gepubliceerd. Zet de datum alvast in jullie agenda. Meer informatie volgt.

E

Nieuwe clubwebsite

Zoals jullie misschien al gemerkt of gezien hebben, is recent onze nieuwe clubwebsite operatief. Met gepaste trots is het nieuwe online onderkomen van onze vereniging begin maart onthuld. Een webredactieteam onder leiding van Roger Koll heeft de laatste maanden hard gewerkt aan deze website. Behalve de website zijn ook de online kanalen zoals de facebookpagina's van Achilles-Top en Achilles-Top Kids en de instagram en youtube Achilles-Top Kids ingebracht. De doelstellingen van de nieuwe online kanalen zijn: werving nieuwe leden, informeren van leden en ouders, volgers en geïnteresseerden. Het ziet er allemaal modern en verfrissend uit. Kijk zelf ook eens naar de nieuw Achilles-Top-look. Mochten er opmerkingen of vragen zijn, stuur een mailtje

naar webredactie@achilles-top.nl.

K

Zomer-ontbijt

Door de coronapandemie is ons jaarlijks Nieuwjaarsontbijt al twee keer niet doorgegaan. Bijzonder spijtig omdat het ontbijt altijd de start is van het nieuwe seizoen, het dankjewel aan de vrijwilligers en de huldiging van de jubilarissen en kampioenen. Nu gelukkig de pandemie hopelijk ten einde is, wil het bestuur toch een gezellig samenzijn organiseren en alle 'achterstallige' plichtplegingen inhalen. Plaats van handeling is het Catharinahoes aan de Lambertistraat 12 in Kerkrade op 3 juli. Tijdens deze bijeenkomst zal het jubileumcomité 'Zestig jaar Achilles-Top' haar ideeën omtrent de viering en plannen kenbaar maken. Daarbij wordt ook stilgestaan bij de renovatie en toekomstplannen van onze accommodatie in sportpark Kaalheide. In de eerstvolgende uitgave van ons clubblad komen wij op dit zomer-ontbijt nog uitvoerig terug.

Abdijcross

Hans Meijer heeft de functie van eventmanager bij de organisatie van onze internationale Abdijcross te Kerkrade-Rolduc, elk jaar in januari, neergelegd. Drukke werkzaamheden nopen hem tot het nemen van dit besluit. Het bestuur en de organisatie is dringend op zoek naar een opvolger. Heeft iemand interesse om als kartrekker te fungeren voor onze Abdijcross, hij of zij kan zich melden bij een van de bestuursleden. Hans is uiteraard bereid de nieuwe eventmanager wegwijs te maken en in te werken.

Speciale alternatieve G-loop Abdijcross

Zoals bekend moest de Abdijcross te Rolduc in januari voor de tweede maal vanwege de coronapandemie worden afgelast. Voor de kinderen van het speciaal onderwijs was dit een grote teleurstelling. De schoolleiding had daar iets op gevonden. Op 21 januari werd voor de kinderen naast het Flexiforum, het voormalige Campus, een zigzagparcours uitgezet. Ondanks de coronamaatregelen was de G-loop voor kinderen met een beperking wel toegestaan. De deelnemers waren afkomstig van de basisscholen voor speciaal onderwijs Arcadia en Jan Baptist. Ruim 200 kinderen, verdeeld over meerdere groepen, verschenen die ochtend aan de start. Alle jongens en meisjes ontvingen na afloop een medaille en een kopje warme chocolademelk. Dat de G-loop als alternatief alsnog heeft plaatsgevonden is vooral te danken aan leraar en mede-kartrekker Bram Defesche. Het was in de ogen van Defesche een veredelde buitengymles. Aangezien oud-secretaris Wim Sangen van Achilles-Top, eind 2021 overleden, de initiatiefnemer was van het introduceren van de G-loop tijdens de Abdijcross, is de G-loop voortaan tijdens de komende Abdijcrossen omgedoopt tot 'G-loop Wim Sangen Memorial'.



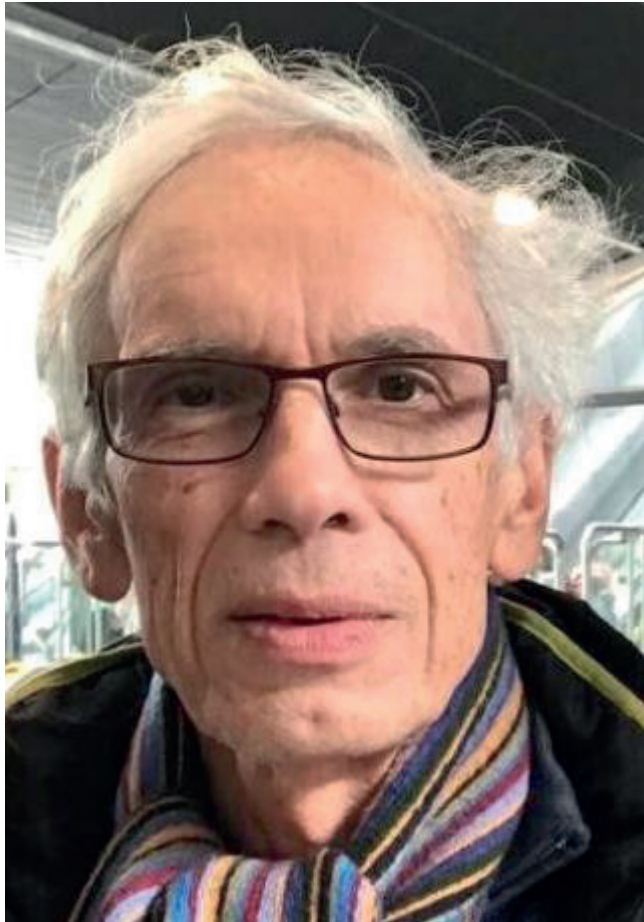
Een impressie van de alternatieve G-loop.



Met een beetje fantasie lees je bij het uitzetten van het parcours de naam Abdij.

In memoriam

Tiny Claassen overleden



Onze oud-penningmeester Tiny Claassen is 31 januari op 76-jarige leeftijd in Amsterdam overleden. Hij was al enige tijd ziek en leed aan Parkinson. Nadat Tiny enkele jaren geleden zijn bestuursfunctie bij de vereniging beëindigde, verhuisde hij naar Diemen. Tiny, ook wel Martin geheten, begon met atletiek in 1957 bij Quick Nijmegen.

Tot zijn studietijd bleef hij lid van deze club. Vervolgens werd hij vanwege zijn verhuizing naar Apeldoorn lid van AV'34 Apeldoorn. In 1969 kwam hij vanwege zijn werk als actuaaris naar het Zuiden, ging in Heerlen wonen en werd lid van onze vereniging. Tussentijds is hij nog tien jaar lid van AVON Heerlen geweest omdat hij liever op een sintelbaan wilde lopen vanwege zijn doorgezakte voeten. Vanaf 1997 kwam hij weer naar Achilles-Top en vervulde hij de functie van jurylid en penningmeester. Voor zijn vele werk voor de atletiek ontving hij in 2007, toen hij vijftig jaar actief was binnen de atletieksport, van de Atletiekunie de waarderingsspeld.

Foto: Tiny Claassen.

Frans van Mil overleden



Frans van Mil is 10 maart, drie dagen voor zijn 69ste verjaardag, aan de gevolgen van corona overleden. Hij werd in 1968 lid van onze vereniging en was een verdienstelijke middenstandeloper. Door familieomstandigheden is hij in 1989 gestopt als atleet. In 1996 keerde hij terug als jeugdtrainer tot 2009. Hij werd vervolgens jeugdtrainer bij AVON Heerlen om daarna in oktober 2015 terug te keren bij onze

VAN START TOT FINISH

vereniging. Tijdens het Nieuwjaarsontbijt in januari 2020 werd Frans, ondanks enkele 'breuken' als lid, gehuldigd vanwege zijn veertig jarig lidmaatschap van Achilles-Top. Van de Atletiekunie ontving hij voor zijn werk voor de atletieksport de waarderingsspeld met oorkonde. In de loop van 2020 kwam een einde aan het jeugdtrainerschap bij onze vereniging.

Familie, vrienden en kennissen van de overleden Frans van Mil hielden op vrijdag 18 maart in de buitenlucht op onze accommodatie in sportpark Kaalheide een herdenkingsdienst. Zij hadden deze locatie uitgezocht omdat Frans graag in de buitenlucht vertoefde en vele jaren op zijn vertrouwde atletiekbaan heeft doorgebracht. Voor de aanwezigen was het een mooi en waardig afscheid.



Nadat onze starter Theo Kessels het startschot had gelost, werd er door de aanwezigen als afscheid een laatste rondje op de baan gelopen. De foto's van deze herdenkingsdienst zijn van een vriend van Frans van Mil: Wiel Peters.

Overlijden Frans Bemelmans

Enkele dagen voor het overlijden van Frans van Mil bereikten ons ook het bericht dat onze oud kogelstoter, discuswerper en kogelslingeraar Frans Bemelmans is overleden. Frans was actief in de jaren zestig en zeventig in de vorige eeuw. Hij is 70 jaar geworden.



**WIJNHUIS
DE TROS**

Voor een betere
wijn en 'n beste
Borrel!

- Wijnen
- Whisky
- Gedistilleerd
(Speciaal) Bieren
- Frisdranken
- Tapehuur
- 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!



De Boekhandel die dichterbij is dan je denkt!

Via internet bestellen: www.leeskunst.nl

of bellen: 045 – 53 55 390

U kunt ons ook bezoeken om te neuzen in onze boeken:
 Hoofdstraat 2 Kerkrade

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



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



SPEERPUNT

Fit en gezond met Sport Overdag

Door José Handels

Zomer en winter, regen of zon. Of de thermometer nu dertig graden boven of vrieskou onder nul aangeeft. Iedere donderdagochtend tussen tien en elf uur zijn de leden van de groep Sport Overdag present op ons sportpark. Onder supervisie van Arno Deckers wordt er getraind, gelachen en gekletst. Misschien niet noodzakelijk altijd in die volgorde maar Arno weet de groep al leidend en lijdend aardig in het gareel te houden. Een aantal jaren geleden nam hij het trainerschap over van Han Vos, die nu zelf nog iedere week enthousiast meesport.

Het is al heel wat decennia geleden dat Sport Overdag werd opgericht. Een aantal dames is er al vanaf het eerste uur bij. Waren dit toentertijd jong *blumpsjere*, vandaag de dag rammelt en rimpelt het wat meer, maar het enthousiasme en de inzet zijn er niet minder om. De laatste jaren doen ook een paar heren mee met de training, maar zij zijn sterk in de minderheid. Begrijpelijk, want niet iedereen kan deze uitdaging aan!

Wat betreft leeftijd zijn de meesten de zestig, zeventig en een enkeling zelfs de tachtig gepasseerd. Op een jaartje meer of minder wordt niet gekeken. Soms piepen spieren en kraken gewrichten bij deze of gene een beetje. Heeft er iemand een pijntje hier, pijntje daar. Maar op eigen niveau en naar eigen kunnen kan iedereen meedoen. Wie de loopoefeningen te zwaar vindt, doet deze wandelend of in rustiger tempo. Rekken en strekken, draaien en zwaaien. Zo blijft het strammer wordende lijf lenig en de conditie op peil.

Na afloop is er in de kantine koffie of thee met een koekje maar nog vaker met vlaai of gebak ter gelegenheid van een verjaardag, jubileum, geboorte van een kleinkind of gewoon voor de gezelligheid. Want het leven moet gevierd worden. Zo lang, zo gezond en zo fit mogelijk!



Deelnemers bij Sport overdag op donderdag, 17 februari 2022.

Op uw **PLAATSEN**

WEDSTRIJDVERSLAGEN



Wedstrijdverslagen

Door Leon Jeurissen

Polar Bear Trail

Op 22 januari vond in het Belgische 's Gravenvoeren een trail plaats. Op de 14 km werd Dave Essers vijfde in 58.59 min. Bij de vrouwen noteerde Nicole Meurers een tijd van 2.00.30 uur.

Op de 22 km een zevende plaats voor Bert Vanwersch in 1.37.46 uur. Verdere tijden van onze atleten: Richard Huijbregts en Joël Engelen 2.03.35 uur, Hugo Meurers 2.09.05 uur, Leon Jaminon 2.32.31 uur en Richard Rozendaal 2.43.36 uur.

Drielandenpunt trail

Tijdens de Drielandenpunt trail op 6 februari werd Eline Collombon bij de vrouwen 10 km vierde in 54.56 min. Nicole Meurers noteerde een tijd van 1.32.32 uur. Op de 27 km een zevende plaats voor Dave Essers in 2.00.18 uur. Hugo Meurers finishte in 2.43.36 uur.

NK goud voor Hans Smeets en Carel Claassen

Hans Smeets is tijdens de nationale indoorkampioenschappen masters op 12 februari in Apeldoorn bij de mannen M70 dubbelkampioen geworden. Hij won goud op de 400 meter in 1.09.74 min. en op de 800 meter in 2.45.18 min. Voor Hans is dit de laatste nationale kampioenswedstrijd in deze categorie. Hij wordt namelijk 23 februari 75 jaar. Dat hij vervolgens alle records in deze nieuwe categorie gaat verpulveren, moge duidelijk zijn.

Carel Claassen won goud op de 800 meter M55 in een prima tijd van 2.15.50 min. Enkele uren later won hij ook nog brons op de 400 meter in 59.19 sec.

Cross in Helmond

Bij de cross op 6 februari in Helmond is Jolé Marijnissen als twaalfde gefinisht bij de meisjes pupillen A. Jammer dat zij bij de start ten val kwam en daardoor achterop raakte.

Commanderije cross

Myrthe Meex is tijdens de Commanderije cross in Milheeze op 20 februari als vierde geëindigd bij de korte cross vrouwen V35. Lynn van Ham won bij de meisjes A en D-juniore Dewi Koll werd 18e bij de meisjes D.



Carel Claassen wint de 800 meter tijdens het NK masters in Apeldoorn.

EK masters in Braga

In het Portugese Braga vonden van 20 tot 27 februari de Europese indoorkampioenschappen voor masters plaats. Hans Smeets werd op de 800 meter M70 vierde in een tijd van 2.38.59 min. Deze finale werd gelopen op de dag dat hij 75 werd. Het reglement schrijft echter voor dat een atleet deelneemt in de categorie op de dag dat het EK begint. Hierdoor moest Hans lopen bij de mannen M70. Laat deze tijd op de 800 meter nu net een verbetering van het Europees indoorrecord bij de mannen M75 zijn. Uiteraard is dit ook een nationaal indoorrecord. Op de 1500 meter mannen M70 werd Hans vijfde in 5.45.10 minuten. Met deze kampioenschappen sluit Hans een zeer succesvolle internationale periode af. Het is dan ook voor het eerst dat hij niet op het podium staat. In de categorie M75 zal hij in de toekomst ongetwijfeld weer van zich laten horen op grote kampioenschappen.

Leudal Cross Haelen

Lynn van Ham won tijdens de Leudal Cross in Haelen op 6 maart bij de meisjes A. Maureen Mols werd zesde bij de meisjes B en Myrthe Meex tweede bij de vrouwen korte cross V35.

Loopfestijn Stein

Op zondag 6 maart vond het Loopfestijn in Stein plaats. Op de 10 km mannen werd Dave Essers achtste in 36.33 min. en Richard Huijbregts twaalfde in 38.31 min. Master Jan Muijers kwam als 25ste binnen in 47.42 min. en Adriaan van Belzen 32ste in 50.10 minuten. Op de 5 km kwam Cas Wetzels als elfde over de finishlijn in 17.12 min. , Serge Souren in dezelfde tijd twaalfde en master Hugo Kusters 26ste in 20.31 min. Bij de meisjes over 1680 meter werd Isabel Winters tweede. Op de halve marathon noteerde Paul Sour als 27ste een tijd van 1.52.16 uur.

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

www.klieeveer.nl

Korting



o.a. Weerbaarheidstraining - Psychosociale begeleiding - Begeleiding bij echtscheiding



ROOS

Kinderpraktijk

Natalie Roos | tel. 06-23262228 | natalie@rooskinderpraktijk.nl | www.rooskinderpraktijk.nl



*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!



Heuvellandmarathon

Tijdens de Heuvellandmarathon op 13 maart van het Drielandenpunt in Vaals tot Maastricht eindigde Hugo Meurers bij de mannen M50 als achtste in een tijd van 3.44.57 uur. Dave Essers en Richard Huijbergts werden in de categorie Duo-marathon eerste in 2.53.16 uur. Dave liep de halve afstand in 1.23.50 uur en Richard in 1.29.25 uur. Adriaan van Belzen en zijn kompaan Niek werd 18e in een eindtijd van 3.55.03 uur. Adriaan noteerde op zijn afstand een tijd van 1.58.34 uur. Bij de marathon-estafette werd het team Auto Vaessen (met Cor Vaessen en zijn loopsters Aimee Brull, Ellis Burgers en Sandra Douven) elfde in een tijd van 3.58.10 uur.

Hugo Meurers in actie tijdens de Heuvellandmarathon.

Indoorwedstrijd Sittard

Tijdens indoorwedstrijden voor CD-junioren op 13 maart in Sittard won D-junior Alain Ritten de 60 meter horden in 11.24 sec. (serie 11.17) en het verspringen met 4.44 m. Op de 60 meter werd hij derde in 8.89 sec. Bij de meisjes D werd Dewi Koll tweede op de 60 meter horden in 11.85 sec, werd vierde bij het verspringen met 3.91 m en liep de 60 meter in 9.76 sec. en stootte de kogel 5.78 m. C-juniore Lieke Jans werd zesde op de 60 meter in 8.53 sec. en zevende bij het verspringen met 4.55 m. Sara van Ham liep de 60 meter in 8.67 sec. en Jessie Hahnraaths de 60 meter in 9.18 sec. en ondanks een val finishte zij ook nog op de 60 meter horden in 18.36 sec.

Kapellerbosloop

De Kapellerbosloop in Landgraaf, normaal op de eerste zondag in december maar afgelast vanwege de coronamaatregelen, vond nu plaats op zondag 20 maart. Op de lange cross mannen werd Cas Wetzels derde en Ties Toussaint zevende. In de categorie M35 won Serge Souren met Frank Paffen op de derde plaats. Richard Vulkers werd bij de M50 zevende.

Op de korte cross mannen werd Zaldin Benshi achtste. Jim Merken won de cross van de jongens pupillen mini. Eva Reumkens won bij de meisjes pupillen C met Bo Merken op de derde plaats. Froukje Bemelen werd derde bij de meisjes pupillen B, Reijk Linssen eerste bij de jongens pupillen C, Tijs Pölz zevende bij de jongens pupillen A en Michelle Weerts werd vijfde bij de meisjes D.

Bert Vanwersch NK goud halve marathon

Bert Vanwersch is 20 maart tijdens het NK halve marathon, de Stevensloop in Nijmegen, nationaal kampioen geworden bij de mannen M55. Hij finishte in een tijd van 1.17.49 uur. Hierbij komt zijn aantal NK-titels op zes. Bij de mannen M35 werd Dave Essers vijftiende in 1.18.42 uur. Er werd ook over 10 km gelopen. Eline Collombon werd bij de vrouwen twaalfde in 42.55 min. en Ad van Kempen werd bij de mannen M65 derde in 49.45 minuten.



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

Check marco-media.nl voor meer informatie

Gordijnen- en vloerbedekkingspecialist
woninginrichting

WEUSTEN V.O.F.
Einderstraat

6461 EP Kerkrade - Tel. 045 - 545 20 33

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



Opnieuw de kampioensbloemen voor Bert Vanwersch tijdens het NK halve marathon.

Nationale indoor D-junioren

Eerstejaars D-juniore Renée Scholtissen heeft bij het NK indoor voor D-junioren op 20 maart in Apeldoorn een knappe vijfde plaats behaald op het onderdeel kogelstoten. Bij de kwalificatie plaatste Renée zich met een afstand van 9.36 meter als derde. Uiteindelijk werd zij in de finale vijfde met 8.61 meter. Op de 1000 meter werd zij met een tijd van 3.29.48 tiende en bij het verspringen dertiende met 3.95 meter. Bij de meisjes D eerstejaars liep Isabel Winters in de serie 60 meter 9.34 sec. en kwam hiermee in de halve finale. Daarin noteerde zij een tijd van 9.35 sec. Haar 600 meter ging in 2.09.88 min. en de 1000 meter in 3.55.86 min. Odi Bongaerts liep in de serie 60 meter horden een tijd van 11.96 sec. en kwam hiermee eveneens in de halve finale. Haar tijd was vervolgens 12.01 sec. Zij sprong nog 3.80 m ver en liep de 600 meter in 2.07.74 min. Isa Cordewener liep de 1000 meter in 3.53.80 min. Bij de meisjes D tweedejaars sprong Dewi Koll 1.25 m hoog, 3.96 m ver en liep de 60 m horden in 12.06 sec. Myrthe Debij liep de 60 meter in 9.89 sec., sprong 3.53 m ver en stootte de kogel 6.42 meter.

BEDRIJFSKLEDING • PROMOTIEKLEDING • BELETTERINGEN

APS GROEP[©]

FOR ALL YOUR PROMOTIONS



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



15 en 16 januari 2022

Voor alle gegevens

zie website www.abdijcross.nl



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

LANGE adem



De Oudejaarsloop die geen oudejaarsloop was....

Door Astrid Pleyers

Wat waren we het beu, alweer een lockdown. We hadden vanwege de coronaregels alweer een tijdje niet meer met de hele loopgroep kunnen trainen. Gelukkig zijn we mede dankzij onze toptrainer Fred kroon gewoon door blijven trainen in een klein groepje. Hoewel er tot voor kort niet of nauwelijks recreatieve wedstrijden werden georganiseerd, waren we dus toch gewend om op de zondagochtend door weer en wind onze training af te werken.

De Oudejaarsloop was het afgelopen jaar één van de vele gezellige wedstrijdlopen die noodgedwongen moest worden afgelast. We hoefden dan ook niet lang na te denken toen we hoorden dat ene Pat, een lokale middenstander uit het centrum van Heerlen, alsnog een alternatieve Oudejaarsloop op touw had gezet. We meldden ons aan en verschenen aan de start op zondag 6 februari jl. om 10.00u voor de 9 km. Met ons waren er nog een man of vijftien tot twintig op de been. Het weer werkte niet mee, maar dat mocht de pret niet drukken. De steeds hardere regen deerde ons niet. We hebben een heerlijke duurloop gedaan die ons leidde door Terworm en Ten Esschen en we hebben ervan genoten. Jacqueline, Pascale en ik bleven bij elkaar en we bereikten dan ook gezamenlijk het einde. Toen we als verzopen katjes over de finish kwamen, stond de rest ons al op te wachten met allerlei lekkers. We werden verwend met een heel bijzonder Kombucha drankje en heerlijke zelfgebakken cake en wafels. Kombucha is een drankje dat ontstaat uit fermentatie van gezoete thee door azijnzuurbacteriën- en gist-culturen. Vanwege het slechte weer ging iedereen daarna weer snel huiswaarts.

Al met al was het een hele gezellige sportactiviteit die naar meer smaakt. Als we Pat mogen geloven gaat hij in de toekomst meer van dit soort loopevenementen organiseren. Hopelijk kunnen we dan weer meegenieten, dan liefst wel in een aangenaam zonnetje. Met dank aan Pat's Tostibar en alle sponsors die deze loop mogelijk hebben gemaakt!

Sportieve groet van Jacqueline, Pascale, Richard, Ruud, Bianca en Astrid.



Wisselzone

Nationale Pupillen Indoor

Door Roger Veldman

Op zondag 13 maart werd na afwezigheid van een jaar wederom de Nationale Pupillen Indoor georganiseerd in de Imposante Omnisport Arena in Apeldoorn.

Achilles-Top was die dag vertegenwoordigd met 5 pupillen. Julie Scholtissen (meisjes pupil C), Jhe-Dyeen Martha (jongens pupil C), Jolé Marijnissen (meisjes pupil A1), Yinthe Tiggeloven (meisjes pupil A2) en Arden Veldman (meisjes pupil A2). Er werd gestreden in de vorm van een meerkamp bestaande uit 4 onderdelen welke per categorie konden verschillen.

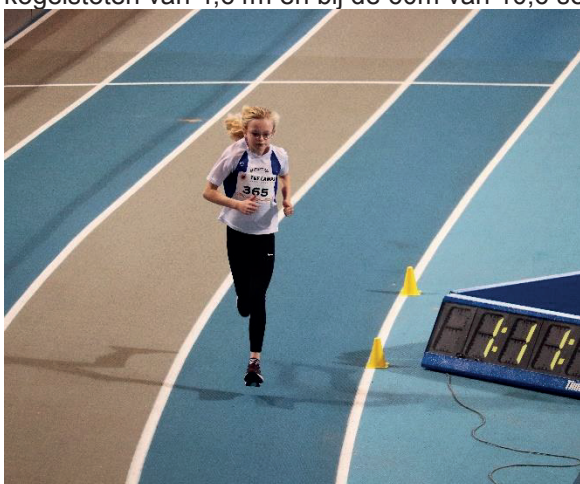
Alle pupillen begonnen overtuigend waarbij direct diverse persoonlijke records sneuvelen. Doordat het eindklassement tot na de prijsuitreiking verborgen bleef liep in de Omnisport Arena de spanning behoorlijk op en wisten we pas bij de prijsuitreiking of we in de prijzen waren gevallen. Uiteindelijk mochten we getuige zijn van 2 hele mooie 1^e plaatsen van onze jongste deelnemers. Zowel Julie als Jhe-Dyeen behaalden de hoogste trede op het podium bij de pupillen C. Julie met een puntentotaal van 1558 punten en Jhe-Dyeen met een puntentotaal van 1718 punten. Beiden komen met een nieuw clubrecord in de boeken bij het medicinbal stoten. Julie met 4,45m en Jhe-Dyeen met 5,25m.





Jhe-Dyeen en Julie met hun mooie eerste prijs

Bij de meisjes pupillen A1 werd Jolé 32e in het eindklassement met een mooi persoonlijk record bij het kogelstoten van 4,64m en bij de 60m van 10,6 sec.



Jolé tijdens de 600m

Bij de meisjes pupillen A2 werd Yinthe 12^e met 4 persoonlijke records en Arden 6^e met eveneens 4 persoonlijke records. Arden wist bovendien met een tijd van 2:00,65 op de 600m het clubrecord uit 2019 te verbreken.

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

**LOPERS
COMPANY** 

Harry Driessen | **HEERLEN**

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 looanalyse! Er wordt naar de drukbelasting via een voetspiegel gekeken en er worden opnamen gemaakt van de loopafwikkeling en loophouding.

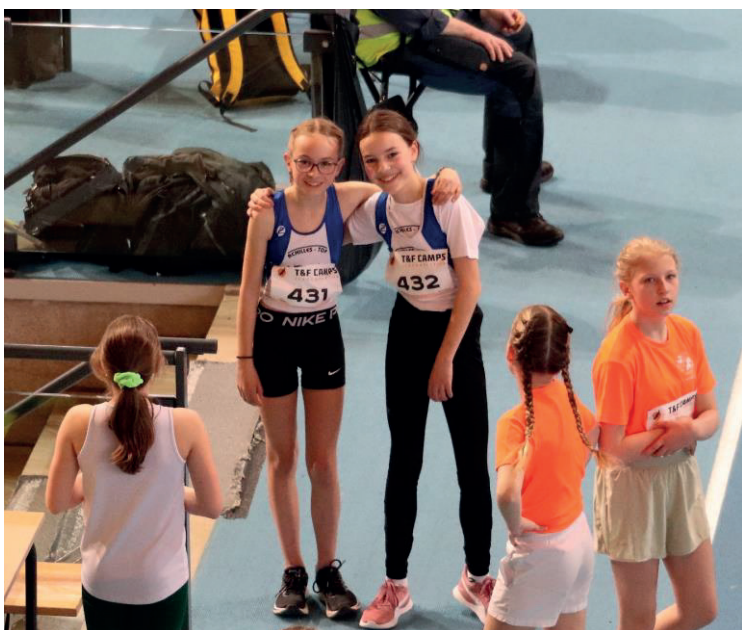
De winkel heeft een groot netwerk; desgewenst doorverwijzing naar podo-therapeut, fysio-therapeut etc.

Sportieve groeten, Harry, Anja en Janno

Bongerd 13B, 6411 JL Heerlen • Telefoon: 045 571 20 09

E-mail: heerlen@loperscompany.nl • Website: www.loperscompany.nl

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



Arden en Yinthe





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	Hans Meijer	06-25053835

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

Trainerkorps	trainer	assistent
	Bianca Sluis	Petra Coenen
	Wim Marijnissen	Manon Smeets
	Melissa Uranka (ass.)	Roger Koll
	Daniel Bout (ass.)	
	Orly Meens (ass.)	
Junioren-CD	Glenn Gentle	
	Chantal van der Meulen	
	Pascal Pelzer	
	Roger Veldman	
	Albert Cordewener	
	Myrthe Hamers	
Midden-afstand	Vacant	
Sprint	Theo Kessels	
Werpen	Marc Hermans	
Loopgroepen	Fred Kroon	Math Baggen
	Harry Driessen	John Coervers
	Harry Kamphuis	John Paulssen
	John Schoeters	
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	mertenst@home.nl	
Uitslagen, wedstrijdkalender	Vacant	
Wedstrijdzaken Pupillen	Roger Veldman	
Wedstrijdzaken Junioren	V a c a n t	
Lay-out	Jo Hanssen	
Verschijningsdata 2021	1 februari	1 augustus
	1 april	1 oktober
	1 juni	1 december

't Gouden uisje

Inkoop van Goud en Zilver

Heilige Geeststraat 7
6041 GB Roermond
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 - www.tgoudenhuisje.nl



SCHILDERSBEDRIJF
MINTEN

schilder-en behangwerk · spack spuiten · waterschade herstellen · gevelwerkzaamheden · gebouw renovatie
houtrenovatie · gevelrestauratie · stucwerk restauratie

0031 6 46 19 06 22



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 wedstrijd sport 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

