



# 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](http://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 5**

**2021**

*Lieve mensen,*

**Z**o af en toe moet ik toch lachen bij het lezen van een bloedserius artikel, nog niet zo lang geleden gepubliceerd in een gerespecteerde landelijke krant. Wat is het geval? Op de wereldtentoonstelling Dubai Expo 2020, die vanwege Corona één jaar uitgesteld was, wordt in het Italiaanse paviljoen Michelangelo's meester(beeldhouw)werk "David" tentoongesteld. Voor hen die David (nog) niet kennen treft u bijgaand een foto van hem aan. Het beeld werd tussen 1501 en 1504 gemaakt en uit één blok marmer gehouwen. Knap staaltje vakwerk, nietwaar? Het origineel is in het museum in Florence te bezichtigen, terwijl een replica ook op één van der pleinen aldaar te zien is.



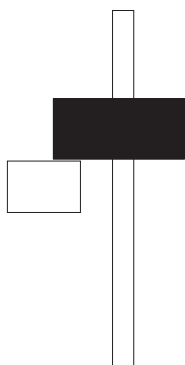
Ter gelegenheid van deze tentoonstelling in Dubai hebben de Italianen een grotendeels uit een 3d print bestaande replica van dit beeld ingezonden. Tot zover niets aan de hand zou je zeggen ware het niet dat het schaamdeel van David onbedekt is en dat valt in de Arabische Emiraten nu eenmaal niet in goede aarde. De oplossing is noch lachwekkender. Het beeld is te zien vanaf twee verdiepingen. Op de bovenste verdieping ziet men het beeld met afgeschermdede edele delen en op de onderste verdieping kan men de ongekuiste versie aanschouwen, maar...en nu komt het....dan wel alleen door VIP's. Dan valt mij als eindredacteur niets meer in. Hypocrisie in optima forma zou ik zeggen of moet ik respect opbrengen voor de meningen en opvattingen van andere culturen? Het zal wel, oordeel zelf denk ik dan maar.

De preutsheid is overigens van alle tijden en verschilt van cultuur tot cultuur.

Zo waren er ten tijde van de zogenaamde broekenpauzen (Clemens VII en Paulus IV) in het midden van de 16<sup>e</sup> eeuw ook veel klachten over teveel naakt in de schilderijen en beelden. Dit heeft er zelfs in geresulteerd dat destijds van veel gebeeldhouwde mannelijke naakten de edele delen werden afgehakt. Deze werden vervolgens wel weer keurig bewaard en geregistreerd. Enkele van deze "geamputeerde" beelden zijn nog te zien in Galleria Borghese in Rome.

**VAN START TOT FINISH**

# 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**

Uw redacteur heeft ze zelf mogen aanschouwen. Gelukkig is “David” een dergelijk lot bespaard gebleven. En om naar de huidige tijd terug te keren. In de jaren zeventig van de vorige eeuw lag het merendeel van de dames nog topless te zonnen aan het strand. Iets wat je tegenwoordig veel minder ziet. Misschien niet direct vanwege preutsheid maar mede te danken aan de mobiele telefoons waarmee heimelijk opnamen kunnen worden gemaakt en waar de geportretteerde in deze digitale wereld begrijpelijkerwijs niet op zit te wachten.

Maar even terug naar David: zou onze zorgautoriteit en menig arts niet blij zijn met patiënten, die er zo uit zouden zien als hij? In 2020 had 50% van de volwassen Nederlanders overgewicht. Bij de mannen komt overgewicht ook nog vaker voor, terwijl ernstig overgewicht (obesitas) weer meer bij vrouwen voorkomt. En dat kost onze samenleving veel geld, om niet te zeggen heel veel geld, want overgewicht leidt doorgaans tot (ernstige) ziekten.

Tja en welke tijd zou “David” hebben neergezet op de 100 meter of hoever zou hij gestoten of geworpen hebben, vraag ik me nu opeens zomaar af. Niemand kan het mij natuurlijk vertellen. Maar wat ik u wel kan vertellen is dat bewegen gezond is, om het even met welke intensiteit u dat doet.

Dus over tot de orde van de dag en tot datgene waarvoor dit blad bestemd is. Voor u ligt de vijfde uitgave van ons clubblad “Van start tot finish”, een uitgave die gelet op bovenstaande foto maar beter niet naar de Arabische Emiraten kan worden gestuurd.

### **Wat treft u ditmaal aan in ons clubblad.**

Allereerst de trieste berichten dat twee zeer gewaardeerde mensen die zich jarenlang internsief met onze vereniging hebben bezig gehouden, het aardse bestaan hebben moeten verlaten, te weten Wim Sangen en Herman Theunissen. Triest maar helaas onoverkomelijk. Ik wens de nabestaanden dan ook veel sterkte toe bij dit verlies.

Vervolgens een voorwoord van onze voorzitter Arno, die terugblijkt maar vooral vooruit kijkt.

Ook wordt er in deze uitgave vooruit gelopen op de komende, door onze vereniging te organiseren Abdijcross, die op 15 en 16 januari 2022 bij het kloostercomplex Rolduc zal plaatsvinden.

Eveneens aandacht voor de d.d. 10 december 2021 te houden sponsorloop in het kader van het fonds “Deltaplan alveeskliekkanker”. En natuurlijk de telkens weer terugkerende bestuursmededelingen en wedstrijdverslagen van de hand van Leon.

Kortom de redactie heeft er in ieder geval voor gezorgd dat er weer iets lezenswaardigs over onze vereniging in uw brievenbus of op uw deurmat kon worden gevonden.

De opmerkelijke lezer heeft het misschien al gemerkt maar dit was de vijfde en laatste uitgave van dit jaar 2021. Gedurende vele jaren verschenen er zes uitgaven en wel op het einde van de even maanden. Vanaf 2022 zal het blad evenwel om allerlei redenen op het einde van de oneven maanden gaan verschijnen en zullen er weer, zoals gebruikelijk, elk jaar zes clubbladen worden uitgegeven. Beschouw 2021 maar als een uitzondering.

Rest mij u allen, die Achilles-Top een warm hart toedragen, alvast een fijne Kerst en een goede jaarwisseling toe te wensen. Blijf gezond en laten we hopen dat er in 2022 in ieder geval minder over het Coronavirus gesproken wordt dan in 2021 het geval was. Uw redacteur is er nu wel een beetje klaar mee, zoals velen met mij meen ik te weten.

Oh ja..en tenslotte....mocht u ook iets leuks voor in het clubblad weten, een mailtje naar [mertenst@home.nl](mailto:mertenst@home.nl) is al voldoende en het komt dik voor mekaar.

Uw redacteur,

Theo Mertens.

# WOORD *van de voorzitter*

## ALWEER EEN JAARTJE OUDER

Door Arno Deckers, voorzitter.

**D**e laatste editie van het jaar 2021. En met dit gegeven gaan we ons zestigste levensjaar verlaten en beginnen we aan het 61<sup>e</sup> jaar. Ik begin met een droevige mededeling: helaas hebben we weer afscheid moeten nemen van twee iconen van onze vereniging: Herman Theunissen en Wim Sangen. Herman bekend als werptrainer en Wim als een vaste pijler van ons bestuur. Ook zij hebben veel voor onze vereniging betekend en het is nauwelijks onder woorden te brengen hoeveel positieve inbreng, hoeveel doorzettingsvermogen en hoeveel liefde zij aan onze club hebben gegeven. Dank je wel mannen. Ook aan jullie zijn we veel dank verschuldigd. Het ga je goed.

We hebben in ons jubileumjaar nog geen festiviteiten kunnen organiseren, maar wat in het vat zit, verzuurt niet. Natuurlijk hebben we een aantal activiteiten op het programma staan en ik wil dat in dit geval zeker nogmaals met u delen.

Laat ik vooropstellen dat de Viva la Vida Run Kerkrade de aftrap was van ons 60-jarig jubileum. We hebben een geweldige run gehad met veel meer deelnemers dan de eerste Viva la Vida Run in 2019: meer wandelaars, meer jeugd en meer volwassenen op alle onderdelen. Zelfs de nieuwe afstand van 10 Engelse Mijl viel bij de lopers in de smaak. Dankzij de inzet van de vele vrijwilligers is deze beleefru een succes geworden. Natuurlijk zijn er nog verbeterpunten, maar de groep die aan de basis van deze organisatie staat, mag terugkijken op een geslaagd evenement.

Ik mag u verklappen dat er – zoals eerder aangekondigd – een feestavond komt, gecombineerd met een reünie. Daar zullen we natuurlijk aandacht besteden aan ons 60-jarig bestaan. Vanwege Corona is het Nieuwjaarsontbijt in januari 2021 helaas niet door kunnen gaan. De jubilarissen van 2020 die gedurende dat ontbijt in het zonnetje gezet zouden worden, hebben dus nog het een en ander te goed. En wat het Nieuwjaarsontbijt van 2022 betreft (daar waar volgens de traditie ook de jubilarissen van 2021 gehuldigd worden) weten we op dit moment nog niet zeker of dit wel doorgang kan vinden. Het moment waarop ik dit voorwoord schrijf, is de situatie rondom Corona namelijk niet rooskleurig. Men verwacht zelfs dat maatregelen worden aangescherpt omdat er te veel besmettingen zijn. We gaan voorlopig dus nog belemmerd worden in het organiseren van onze activiteiten. Verder zal het beschrijven van de laatste tien jaar van onze vereniging door Léon Jeurissen in boekvorm worden vastgelegd. Tenslotte gaan we voor de organisatie van een internationale jeugdwedstrijd op onze nieuwe accommodatie.

Inderdaad: nieuwe accommodatie. Zoals het er nu uitziet, zal in februari 2022 echt begonnen worden met de aanleg van een nieuwe baan. Samen met de gemeente is besloten om onze huidige accommodatie te upgraden volgens de nieuwe regels van de Atletiek Unie. We zullen dus begin volgend jaar te maken hebben met het feit dat we onze eigen accommodatie een tijdje niet kunnen gebruiken. Samen met de trainers is het bestuur op dit ogenblik alle mogelijkheden aan het bespreken om onze trainingen toch door te laten gaan. Welke groep waar gaat trainen, is nu nog niet zeker. Houdt daarom onze website in de gaten. Alle nieuwe ontwikkelingen worden daar vermeld.

Tenslotte kan ik u mededelen dat een aantal leden kenbaar gemaakt heeft een functie binnen ons bestuur te willen bekleden. Dit betekent voor het huidige bestuur een enorme taakverlichting. Bovendien wordt de gemiddelde leeftijd daardoor – tenminste als men na verloop van tijd “ja” zegt – behoorlijk omlaag gebracht. Gelukkig, want wie de jeugd heeft, heeft de toekomst.

En terugkomend op het einde van een roerig jaar 2021 met alle ups en downs door Covid-19 kan ik aan alle leden van onze club alleen maar een compliment uitdelen. Het was niet altijd een gemakkelijk jaar. Regels weerhielden ons van de normale gang van zaken. Telkens opnieuw zoeken naar mogelijkheden om onze trainingen door te laten gaan. Telkens weer opstaan na tegenslagen. De moed erin houden. Je niet klein laten krijgen. Dat is wat onze sport zo mooi maakt. Als je dit kunt, hoor je bij onze vereniging thuis. Niet zeuren. Gewoon aanpakken. Mogelijkheden zoeken om het plezier in onze sport te blijven behouden.

Ik weet niet wat ons nog boven het hoofd hangt, maar één ding wens ik u allen: blijf vooral bewegen, blijf sporten, blijf rennen of wandelen, blijf de natuur opzoeken en blijf genieten van hetgeen we wel nog kunnen. Hierdoor blijf je gezond en houd je je geest fit.

Namens het bestuur nogmaals van harte dank voor alle inzet die door wie dan ook verricht is. Dank aan al onze adverteerders en sponsors die onze vereniging ook in minder goede tijden ondersteund hebben. Geniet van een mooi Sinterklaasfeest en van een fijne, warme en gezellige Kerst. Luidt het oude jaar goed uit en begin gemotiveerd aan een goed en gezond nieuw jaar.

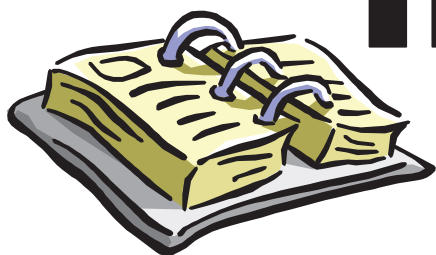
### Hardloopclinic

Op uitnodiging van Berrenstein Coaching heeft niemand minder dan Gregory Sedoc zondag 31 oktober op de kunststofaccommodatie van Achilles-Top in sportpark Kaalheide een hardloopclinic verzorgd. Onder het motto 'Hardlopen als een atleet' droeg hij samen met Ludrick Berrenstein specifieke kennis over op het gebied van hardlopen. Sedoc is drievoudig Olympisch atleet en is ook bekend als analist bij grote atletiekevenementen op televisie.



*Gregory Sedoc in actie in sportpark Kaalheide.*

# INFORMATIE



## R

### Bestuursmededelingen

Door Leon Jeurissen

## U

### Rabobankcheque

De Rabobank ClubSupport actie heeft onze club een bedrag opgeleverd van € 1.451,91. Er werden op onze club 212 stemmen uitgebracht. Dat zijn een kleine 20 stemmen minder dan bij de vorige keer. Toen was de opbrengst € 1.807,50. Aangezien dit jaar maar liefst 859 verenigingen en instellingen deelnamen, is de spoeling bij het verdelen van het beschikbare geld door de Rabobank onder de deelnemers dus minder geworden. Achilles-Top eindigde in het klassement van de Rabobank Zuid-Limburg Oost op de tweede plaats achter Jong NL Waubach. Het bestuur bedankt iedereen die op ons vereniging heeft gestemd.

## B

### Trainerskorps

Door het overlijden van werptrainer Herman Theunissen (zie elders in dit clubblad) heeft de vereniging weer een trainersicoon verloren. Ook Leonie Wagelaar is gestopt als trainster bij de junioren. Bij de pupillen konden we een nieuwe assistente begroeten: Selina Alberts. Bij de start van de wintertrainingen zijn de pupillentrainers Roger Veldman en Albert Cordewener overgeheveld van de pupillen naar de junioren. Voor de junioren D en tweedejaars pupillen A bestaat de mogelijkheid om in de winterperiode ook op zaterdagmorgen te trainen in de gymzaal Gorisberg in Heerlerbaan. Afspraken hierover worden gemaakt via de betreffende trainers.

## R

### Bestuur

Het bestuur heeft de eerste brainstormsessie achter de rug om te komen tot een eventuele nieuwe bestuursstructuur met een algemeen bestuur en een dagelijks bestuur. De sessie krijgt in februari een vervolg. Na Marc Scheren en Sandra Florie, draaien momenteel nog drie nieuwelingen mee met de bestuursvergaderingen. Dat zijn Susan Hilgers, John Paulssen en Nicole Angerer. Na verloop van tijd wordt bekeken welke bestuurstaken zij of hij in de toekomst kunnen overnemen.

## I

## E

## K

### Categorie-indeling vanaf 1 november 2021

Zoals elk jaar vindt per 1 november een nieuwe categorie-indeling plaats.

Deze geldt tot en met 31 oktober 2022. De indeling is als volgt:

Jongens en Meisjes A: geboren in 2003-2004

Jongens en Meisjes B: geboren in 2005-2006

Jongens en Meisjes C: geboren in 2007-2008

Jongens en Meisjes D: geboren in 2009-2010

Pupillen jongens en meisjes A: geboren in 2011-2012

Pupillen jongens en meisjes B: geboren in 2013

Pupillen jongens en meisjes C: geboren in 2014

Pupillen jongens en meisjes D (mini): geboren in 2015 en jonger

Mannen en vrouwen: geboren in 2002 en ouder

Masters mannen en vrouwen: bij het bereiken van de leeftijd van 35 jaar.



### **Nieuwjaarsontbijt**

Het Nieuwjaarsontbijt staat voorlopig gepland op zondag 9 januari. Tijdens deze bijeenkomst worden diverse jubilarissen gehuldigd. De verscherpte coronamaatregelen kunnen nog roet in het eten gooien waardoor het gezellig samenzijn niet kan doorgaan. Ook kampt de organisatie met het feit dat de huidige eigenaar van het Catharinahoes per 1 januari stopt en men dringend op zoek is naar een nieuwe beheerder. Zodra er iets meer bekend is, laten we het weten. Hou in elk geval onze website [www.achilles-top.nl](http://www.achilles-top.nl) goed in de gaten.

**Dat laatste geldt ook voor ons diamanten jubileumfeest, dat gepland staat voor 23 april.**

**De huidige coronapandemie speelt ons nog altijd flink parten bij het organiseren van allerlei festiviteiten.**

### **Snertloop**

Evenals vorig jaar kan de jaarlijkse snertloop voor onze recreanten vanwege de coronapandemie niet doorgaan. De planning was maandag 6 december. Door de verscherpte coronamaatregelen is een gezellig samenzijn na afloop van de trainingen in onze kantine, op de gang of secretariaat helaas niet mogelijk. Er wordt gekeken naar een eventueel nieuw tijdstip als een en ander weer mogelijk is om alsnog een gezellige bijeenkomst te houden.

### **Nieuwe website**

Onder leiding van Roger Koll wordt gewerkt aan een nieuwe website voor onze vereniging. Inmiddels is een webredactieteam samengesteld dat bestaat uit behalve Roger Koll verder uit Marc Scheren, Marco Smeets, Melissa Uranka, Myrthe Hamers en Roger Veldman. De eerste bijeenkomst heeft reeds plaatsgevonden. Het webredactieteam zal verantwoordelijk zijn voor het redactie voeren op en publiceren van allerlei online kanalen zoals de website van Achilles-Top, de facebook pagina's Achilles-Top en Achilles-Top kids, Instagram Achilles-Top kids en Youtube kanaal Achilles-Top kids. De doelstellingen van online zijn: werving van nieuwe leden, informeren van leden, ouders, volgers en overige geïnteresseerden. Artikelen, berichten en beeldmateriaal etc. dienen voortaan via het webredactieteam te gaan. Het mailadres is: [webredactie@achilles-top.nl](mailto:webredactie@achilles-top.nl) Mochten er leden zijn die per se iets op de nieuwe website willen terugzien, stuur dan een mailtje naar het webredactieteam. Het streven is de nieuwe website begin volgend jaar in de lucht te hebben.

### **Viva la Vida Run**

De nieuwe datum van de derde editie van de Viva la Vida Run is 25 september 2022. Inmiddels heeft een evaluatie van de laatste run plaatsgevonden. Alle boodschappen en opmerkingen zijn geëvalueerd en worden daar waar mogelijk overgenomen in de voorbereiding op de run van volgend jaar.

### **Contributieregeling per 1-1-2022**

Tijdens de algemene ledenvergadering op 11 juni 2021 is de contributieregeling vastgesteld.

De maandelijkse contributie voor 2022 wordt niet verhoogd. Wel worden per 1 januari 2022 de bondscontributie en licentiekosten aangepast door de Atletiekunie, maar deze verhoging is gering.

Het lidmaatschap van de vereniging gaat in op de eerste van de maand, na een gratis kennismaking van een maand.

De contributie bestaat uit een maandelijks bedrag en een jaarlijkse bijdrage die afhankelijk is van de leeftijd en de aard van de activiteiten die het lid vervult binnen de vereniging. Verder brengt de vereniging eenmalig in rekening de kosten die de Atletiekunie bij de vereniging in rekening brengt voor mutaties in het ledenbestand. Het gaat hierbij om de kosten van aanmelding (thans € 5,00) en van overschrijving (thans € 11,20). De contributie dient via een automatische machtiging, door het aanmeldingsformulier te ondertekenen, maandelijks te worden betaald.

Bij geen machtiging dient de contributie jaarlijks vooraf te worden overgemaakt. Terugvordering van de automatische afschrijving binnen 30 dagen is mogelijk. Opzeggen lidmaatschap dient voor de 15e van de maand plaats te vinden en gaat dan in per de 1e van de daaropvolgende maand.

Bij het niet automatisch kunnen innen van de contributie om welke redenen ook, geldt de volgende regeling: 1e herinnering geen kosten, 2e herinnering € 2 kosten, 3e herinnering € 3 kosten. Vervolgens aangetekend schrijven € 10 kosten. Indien bedragen nog niet betaald zijn, beslist de penningmeester over mogelijke inning via incassokantoor.



**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!



De Boekhandel die dichterbij is dan je denkt!

Via internet bestellen: [www.leeskunst.nl](http://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



## 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**

Contributies 2022	Jaarlijkse bijdrage*bij toetreding tussen 1/1-30/9	Jaarlijkse bijdrage*bij toetreding tussen 1/10-31/12	Maandcontributie
Senioren/masters met wedstrijdlicentie	€43,60	€11,00	€ 15,00
Senioren/masters zonder wedstrijdlicentie	€ 18,55	€ 4,75	€ 15,00
A-junioren	€ 32,80	€ 8,25	€ 14,00
B-junioren	€ 32,80	€ 8,25	€ 14,00
C-junioren	€ 32,80	€ 8,25	€ 12,00
D-junioren	€ 32,80	€ 8,25	€ 12,00
A-pupillen	€ 25,05	€ 6,25	€ 11,00
B-pupillen	€ 25,05	€ 6,25	€ 11,00
C-pupillen	€ 25,05	€ 6,25	€ 11,00
Mini-pupillen	€ 16,25	€ 4,00	€ 11,00
Gastlidmaatschap			€ 10,00
Studenten **			€ 10,00
Sportief wandelen en Nordic Walking	€18,55	€ 4,75	€ 7,00

\* De jaarlijkse bijdrage (te betalen bij toetreding en vervolgens telkens in januari van het nieuwe jaar), bestaat uit Atletiekunie-contributie en eventueel een wedstrijdlicentie. Deze zogeheten bondscontributie moet de club afdragen aan de atletiekbond. Hierdoor is het lid onder meer verzekerd.

\*\* Het studententarief is pas geldig wanneer het betrokken lid een HBO/WO opleiding buiten Limburg volgt, buiten de provincie woont en niet in staat is de trainingen in Kerkrade regelmatig te volgen.  
Bankrekeningnummer AV Achilles-Top, Kerkrade: Rabobank: NL23RABO 0168408325; BIC: RABONL2U.

#### ALGEMENE CONTRIBUTIEREGELS

Wanneer meer dan twee leden uit één gezin of andere samenlevingsvormen, die een maandelijkse contributie betalen, lid zijn van Achilles-Top, betaalt het derde lid de helft van de maandelijkse contributie. Het vierde en volgende lid is vrijgesteld van het betalen van de maandelijkse contributie. De korting wordt toegepast bij het lid welke het laagste contributiebedrag betaalt. Juryleden die nog regelmatig aan trainingen en/of wedstrijden deelnemen, betalen gewoon de maandelijkse contributie. Een en ander ter beoordeling aan het bestuur.

Wanneer niet tijdig aan de betalingsverplichting kan worden voldaan, dient het lid daarover contact op te nemen met de penningmeester. Opzeggen lidmaatschap dient voor de vijftiende van de maand schriftelijk plaats te vinden bij de secretaris en gaat dan in per de eerste van de daaropvolgende maand.

Bij langdurige blessure of ziekte, langer dan twee maanden, bestaat de mogelijkheid de maandelijkse contributie tijdelijk stop te zetten. Het verzoek kan worden ingediend door een bericht te sturen naar het emailadres van de vereniging: [achilles.top@gmail.com](mailto:achilles.top@gmail.com).

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](http://www.klieeveer.nl)

**Klieë veer**

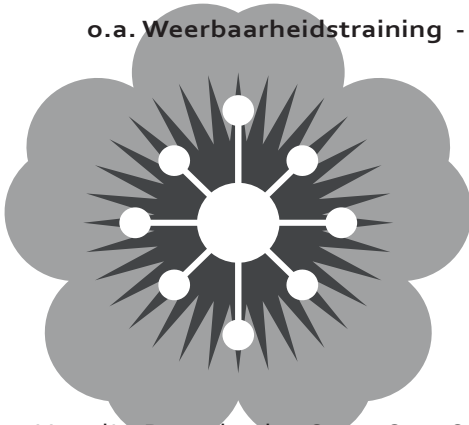
Hoofdstraat 48A Kerkrade-Centrum

[www.klieeveer.nl](http://www.klieeveer.nl)

Korting



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



# ROOS

## Kinderpraktijk

Natalie Roos | tel. 06-23262228 | [natalie@rooskinderpraktijk.nl](mailto:natalie@rooskinderpraktijk.nl) | [www.rooskinderpraktijk.nl](http://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!

# In memoriam

## Herman Theunissen



**O**nze werptrainer Herman Theunissen is zondagavond 19 september op 81-jarige leeftijd in het ziekenhuis in Heerlen nog vrij plotseling overleden. Hij was al enige tijd ernstig ziek.

Herman is dit jaar zestig jaar lid van onze vereniging. Als sterke atleet behoorde hij in de jaren zestig en zeventig tot de nationale top op de werpnummers kogelstoten, discuswerpen en kogelslingeren. In 1964 werd hij nationaal kampioen kogelstoten in de zogeheten B-klasse. Verder maakte hij deel uit van de sterke mannenploeg in de beginjaren van het ontstaan van Achilles-Top. Na zijn actieve atletiecarrière bleef hij zijn conditie op peil houden met trimmen en een partijtje voetballen bij de club op zaterdagmorgen. De laatste jaren verzorgde hij werptrainingen bij de jeugd. Wij wensen zijn echtgenote Roos, zij noemt hem Herbert, en familie veel sterkte in deze moeilijke tijd. De crematie van Herman heeft op 27 september in besloten kring plaatsgevonden.

## Wim Sangen

**O**nze eresecretaris Wim Sangen is donderdag 28 oktober in alle rust overleden. Hij is 76 jaar geworden en was vanaf 1987 lid van onze vereniging. Als oud-voetbalscheidsrechter begon hij als recreant, maar werd al snel secretaris van de vereniging. Deze functie bekleedde hij 25 jaar en werd bij zijn aftreden benoemd tot eresecretaris. Jarenlang was hij eventmanager van de internationale



Abdijcross en stuwende kracht achter de organisatie van het NK cross in 2001 op het terrein van de huidige GaiaZoo en in 2015 te Rolduc. Ook stond hij aan de wieg van het jaarlijkse Nieuwjaarsontbijt van de vereniging. Verder is hij enkele jaren ad interim penningmeester geweest van de club. In de jaren negentig verzorgde hij voor onze marathonlopers diverse trips door heel Europa en liep zelf ook marathons. Wim was iemand die van goede afspraken hield en was niet gecharmeerd van losse toezeggingen. Voor zijn vele verdiensten voor de atletieksport mocht hij in 2012 van de Atletiekunie het gouden unie-erekruis in ontvangst nemen en tevens kreeg hij de gouden NKS-speld uitgereikt. Zijn crematie heeft in alle stilte plaatsgevonden.

*Afscheid van Wim Sangen als eventmanager Abdijcross.*

# Op uw **PLAATSEN**

## WEDSTRIJDVERSLAGEN



Door Leon Jeurissen

### Jeugdwedstrijd in Eupen

Op 11 september namen enkele pupillen deel aan een jeugdwedstrijd in Eupen (B). Bij de benjamins meisjes liep Julie Scholtissen de 60 m in 10.60 sec., Jolé Marijnissen 10.62 sec. en Serena Shaaka 11.73 sec. Bij het balwerpen kwam Julie tot 16.47 m, Jolé 14.57 m en Serena 7.48 m. Bij het verspringen sprong Julie 3.16 m, Jolé 2.85 m en Serena 1.92 m. Op de 600 meter noteerde Julie een tijd van 2.18.87 min., Jolé 2.29.02 min. en Serena 2.45.08 min.

Bij de benjamins jongens liep Ebere Shaaka de 60 m in 10.14 sec., Jeremyah Bout 11.43 sec. Bij het verspringen sprong Ebere 3.35 m en Jeremyah 2.78 m. Bij het balwerpen kwam Ebere tot 21.49 m en Jeremyah 17.36 m. Op de 600 m liep Jeremyah 2.21.40 min. en Ebere 2.22.73 min. Bij de pupillen meisjes liep Renée Scholtissen de 80 m in 9.53 sec., Odi Bongaerts 9.68 sec, Arden Veldman 9.94 sec., Isabel Winters 9.95 sec., Isa Cordewener 10.59 sec. en Maud Coenen 11.91 sec. Bij het kogelstoten stootte Renée 7.87 m, Odi 7.14 m, Arden 6.49 m, Isabel 5.82 m, Isa 5.48 m en Maud 3.66 m. Bij het verspringen sprong Renée 3.69 m, Arden 3.45 m, Odi 3.41 m, Isabel 3.11 m, Maud 2.50 m en Isa 2.47 m. Op de 1000 m finishte Renée in 3.45.79 min., Odi 3.56.82 min., Arden 3.58.22 min., Isabel 4.08.61 min., Isa 4.15.25 min. en Maud 4.47.03 min. Bij de pupillen jongens liep Job Gorgels de 60 m in 10.11 sec., sprong 3.25 m ver, kogel 7.00 m en 1000 m in 3.59.46 min. Bij de meisjes miniemen (meisjes D) stootte Myrthe Debij de kogel 6.02 m en Lynn Coenen 4.92 m, liep Myrthe de 80 m in 13.43 sec. en Lynn 13.82 sec. Bij het hoogspringen sprong Myrthe 1.10 m en Lynn eveneens 1.10 m. Bij het discuswerpen kwam Myrthe tot 14.18 m en Lynn 12.48 m. Op de 1000 m liep Myrthe 4.25.49 min. en Lynn 4.45.16 min.

### Bert Vanwersch dubbelkampioen

Master Bert Vanwersch is tijdens het NK masters baan van 17-19 september in Hengelo nationaal kampioen geworden bij de mannen M55 op zowel de 10.000 m als de 5.000 m.

Op vrijdag won Bert overtuigend de 10.000 m in 34.31.67 min. Zondag werd ook de titel op de 5000 m in de wacht gesleept in een tijd van 16.39.39 min. Een verbetering van zijn eigen clubrecord. Carel

Claassen deed weinig onder voor Bert. Carel werd nationaal kampioen op de 400 m mannen M55 in een knappe tijd van 57.97 sec. Hiermee versloeg hij zijn grote rivaal Dolf Smid en kwam een halve seconde tekort om het clubrecord van Glenn Gentle (57.52 sec.) uit 2008 te verbeteren. Op de 800 m won Carel zilver met een tijd van 2.18.75 min. Hans Smeets nam niet deel aan deze nationale kampioenschappen.

### Scopiascross Belfeld

Lynn van Ham won op 7 november in Belfeld de Scopiascross bij de meisjes A. Sara van Ham werd bij de meisjes C 5e, Dewi Koll bij de meisjes D 15e en Fabian Metsemakers bij de jongens pupillen B 14e.

### Ploeg meisjes D achtste

De ploeg meisjes D is zaterdag 18 september in Gorinchem in de landelijke finale C als achtste geëindigd met 4990 punten. De ploeg kwam slechts 29 punten tekort voor een top zes klassering.



*De meisjes D ploeg tijdens de landelijke finale C in Gorinchem.*

De winnende estafetteploeg 4x60 meter verbeterde opnieuw het clubrecord. Met de loopsters Lisa Hilgers, Jessie Hahnrahts, Sara van Ham en Lieke Jans noteerde het viertal een tijd van 32.78 sec. Dat was zeshonderdste sneller dan onlangs in Weert. Met deze tijd staat de ploeg zesde op de nationale ranglijst. Sara van Ham werd 4e op de 600 m in 1.50.33 min., Lieke Jans 5e bij het verspringen met 4.24 m, Lisa Hilgers 6e bij het kogelstoten met 9.65 m en 10e op de 80 m in 8.95 sec. Sara van Ham liep 8.98 sec. De ploeg bestond uit acht meisjes: Lisa Hilgers, Sara van Ham, Jessie Hahnrahts, Lieke Jans, Lynn Coenen, Dewi Koll, Myrthe Debij en Gwennett Krützer.

### Halve marathon Visé

Jan Muijers werd op 19 september in Visé op de halve marathon tweede bij de mannen M70 in een tijd van 1.43.40 uur. Jo van Loon werd achtste bij de mannen M60 in 1.46.01 uur.

### Baanwedstrijd Wageningen

Anna Gommer werd tijdens een baanwedstrijd op 24 september in Wageningen zesde op de 400 m vrouwen in 1.01.79 min.

### Viva la Vida Run

Op zondag 26 september vond onze tweede editie plaats van de Viva la Vida Run.

Bij de pupillen jongens B 550 m werd Tijs Pölz 3e en Bram Theeuwen 7e. Eline Roozen won bij de meisjes pupillen B 550 m voor Josine Roozen en Evi Maas werd 4e. Ebere Shaaka werd 2e bij de jongens pupillen C 550 m. Froukje Bemelen werd 4e bij de meisjes pupillen C 550 m met Bente Woudstra als 6e en Bo Wentink als 7e. Bij de jongens pupillen D (mini) 550 m werd Reijk Linssen 4e en Jim Merken 10e. Julie Scholtissen won bij de meisjes pupillen D (mini) 550 m met Eva Reumkens als 3e, Serena Shaaka als 4e, Nola van de Ven 6e, Bo Merken 7e, Olivia Pelzer 13e en Izzy Loh 16e. Bij de jongens pupillen A 1100 m werd Job Gorgels 8ste, Noud Pelzer 14e en Mads Wentink 15e. Renée Scholtissen won de 1100 m bij de meisjes pupillen A voor Odi Bongaerts. Isabel Winters werd 4e, Michelle Weerts 5e, Chayenne Scholtes 6e en Isa Cordewener 8ste. Alain Ritten won de 1100 m bij de pupillen jongens A met Stijn Pelzer als 3e. Sara van Ham won de 1100 m bij de meisjes D met Gwennett Krützer als 3e. Senna America werd bij de jongens C 1100 m 2e en Merel van Zandvoort op dezelfde afstand bij de meisjes C 4e en Minke Meijs als 5e. Lynn van Ham won bij de meisjes B de 6 km. Bij de mannen 6 km werd Cas Wetzels 2e en Maurice Ruwette won bij de mannen M50. Fred Kroon was de tweede man bij de M65 en Karel Toussaint de eerste bij de M70. Fleur Hamers werd 3e bij de vrouwen op deze afstand, Judith Verkerk 8ste bij de V40, Astrid Pleijers 5e bij de V45, Marjon Fijen 2e bij de V50 en Els Nijskens 2e bij de V70.



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



Bij de 10 km werd Albert Cordewener 3e bij de mannen M40, Leon Jaminon 4e bij de M45 en Richard Rozendaal 5e, Raymond Derikx 9e bij M50, John Vreuls 1e bij M55 voor Paul Sour, John Paulssen 5e en Theo Schroijen 7e. Hub Houben werd 3e bij de M60 en Frenk Raaijmakers 4e. Ad van Kempen werd 2e bij de M65. Bij de vrouwen 10 km werd Eline Collombon 5e, Sandra Douven 1e bij de V45, Nicole Angerer 1e bij de V50. Kristof Lefebvre werd bij de mannen 10 km 2e met Dave Essers op de 3e plaats. Frank Paffen werd 6e en Ties Toussaint 20ste Bij de mannen M40 werd Roel Curfs 2e.

Op de 10 Engelse mijl bij de vrouwen V45 een eerste plaats voor Sandra Florie voor Melanie Vermeulen. Ellis Burgers won bij de V50.

### **Clubkampioenschappen**

Onze clubkampioenschappen meerkampen vonden plaats op 3 oktober.

Bij de jongens C won Senna America de vierkamp met 1933 pnt. Alain Ritten was de beste bij de jongens D met 1726 pnt met Daan van Opijnen als 2e met 1538 pnt en Toby Schetters 3e met 1041 pnt. Job Gorgels won bij de pupillen jongens A met 1698 pnt voor Joep Ruijters met 1155 pnt en Noud Pelzer met 1136 pnt. Tijs Pölz won bij de jongens pupillen B met 1373 pnt voor Bram Theeuwen met 1214 pnt. Ebere Shaaka was de beste bij de jongens pupillen C met 1520 pnt voor Jeremiah Bout met 1267 pnt en Fabian Metsemakers 958 pnt. Bram van de Voort won bij de jongens pupillen D (mini) met 572 pnt voor Merlijn Florie met 567 pnt en Jim Merken met 271 pnt. Bij de jongens B won Luc van Ham met 1425 pnt voor Milan Sleijpen met 1398 pnt en Colin Pelzer 3e met 1154 pnt. Loïc Smeijsters won bij de jongens A met 1535 pnt en Lars Curfs bij de mannen. Dinaya Geurtzen won bij de meisjes C met 1264 pnt. Lieke Jans was de beste bij de meisjes D met 1954 pnt voor Sara van Ham met 1951 pnt en 3e Lisa Hilgers met 1902 pnt. Renée Scholtissen zegevierde bij de meisjes pupillen A met 2154 pnt voor Arden Veldman met 1965 pnt en 3e Odi Bongaerts met 1935 pnt. Jolé Marijnissen won bij de meisjes pupillen B met 1239 pnt voor Suus Cox met 578 pnt. Froukje Bemelen won bij de meisjes pupillen C met 846 pnt voor Bo Wentink met 709 pnt en 3e Cato Velter met 613 pnt. Julie Scholtissen was de beste bij de meisjes pupillen D (mini) met 1442 pnt voor Eva Reumkens met 824 pnt en 3e Serena Shaaka met 717 pnt. Anja Baraoke won bij de vrouwen met 2039 pnt, Fleur Hamers bij de meisjes A met 2082 pnt voor Elle Rutten met 1572 pnt en bij de meisjes B won Lynn van Ham met 1769 pnt voor Maureen Molz met 1470 pnt en 3e Rianne Diederens met 1169 pnt.

### **Clubrecrod Carel Claassen**

Onze masteratleet Carel Claassen heeft zondag 3 oktober in Lanaken tijdens de provinciale kampioenschappen van Belgisch Limburg de 800 m gewonnen in 2.15.12 min. Hiermee verbeterde Carel zijn eigen clubrecord van twee jaar geleden bij de mannen M55. Een dag eerder werd hij derde op de 400 m in 58.57 sec.

### **Marathon Eindhoven**

Ad van Kempen M65 nam deel aan de 10 km tijdens de marathon in Eindhoven op 10 oktober. Hij legde deze afstand af in 51.44 minuten.

### **Meerkampen Kerkrade**

In Kerkrade vonden 10 oktober onderlinge meerkampen plaats voor pupillen en meisjes D. Renée Scholtissen verbeterde het oude clubrecord hoogspringen meisjes pupillen A met een sprong van 1.40 m. Zij sprong ook nog 4.07 m ver en liep de 200 m in 31.84 sec. D-juniore Dewi Koll liep de 60 m horden in 11.43 sec. Voor alle uitslagen zie atletiek.nu.



*Renée Scholtissen verbeterde met 1.40 m hoog het clubrecord bij de meisjes pupillen A.*

#### **Marathon Amsterdam**

Bert Vanwersch heeft zondag 17 oktober tijdens de marathon in Amsterdam de nationale titel veroverd bij de mannen M55 met een tijd van 2.40.51 uur. Dit is tevens een nieuw clubrecord dat sinds 1987 op naam stond van Zef Senden met 2.45.10 uur. Met deze marathontitel sleept Bert dit jaar maar liefst vier nationale titels in de wacht. Hij won eerder de titel op de 10 km op de weg en vervolgens op de baan op de 5 en 10 km. Jan Muijers was in Amsterdam opnieuw succesvol bij de mannen M75. Hij won zilver in de prima tijd van 3.46.17 uur, goed voor het vestigen van een clubrecord.

#### **Marathon Rotterdam**

Tijdens de marathon op 24 oktober in Rotterdam namen enkele atleten van onze vereniging met succes deel. Snelste Achilles-Topper was Nils Meester met een tijd van 2.51.37 uur, gevolgd door Joël Engelen in 2.54.19 uur, Richard Huijbregts in 3.04.12 uur en Jo van Loon in 3.53.42 uur. Op de kwartmarathon liep Math Baggen een tijd van 56.33 min.

#### **De IJzeren man cross Weert**

De eerst cross in het Limbracircuit was op 31 oktober in Weert tijdens de IJzeren Man cross. Julie Scholtissen won bij de meisjes pupillen C. Arden Veldman werd bij de meisjes pupillen A 8ste, Alain Ritten bij de jongens D 9e en Renée Scholtissen bij de meisjes D 14e. Fabian Metsemakers werd bij de jongens pupillen B 11e.

#### **Volksloop Weert**

Roel Curfs werd 7 november tijdens een volksloop in Weert vijfde op 15,5 km in 1.15.21 uur.

#### **Enci bergloop Maastricht**

Tijdens de Enci bergloop op 7 november in Maastricht werd Maureen Mols in haar jeugdloop 5e en Michelle Weerts werd in haar loop 12e.



*Julie Scholtissen wint bij de pupillen meisjes C in Weert de eerste cross bij de start van het Limbra crosscircuit.*

### **Witven Cross Veldhoven**

Een eerste plaats voor Julie Scholtissen bij de meisjes pupillen C tijdens de Witven cross op 14 november in Veldhoven. Zus Renée Scholtissen werd bij de meisjes D 3e.

### **Molenvencross Helmond**

Lynn van Ham won in Helmond op 14 november bij de meisjes B en Anne Coerver werd 6e. Sara van Ham werd bij de meisjes C 8ste, Alain Ritten 3e bij de jongens D en Dewi Koll 17e bij de meisjes D.

### **Alfa Trail Schinnen**

Tijdens de Alfa Trail op 14 november in Schinnen is op de 12 km vrouwen Sandra Florie op de 6e plaats geëindigd in 1.04.12 uur met Melanie Vermeulen op de 7e plaats in 1.04.15 uur. Verder bij de vrouwen de volgende tijden: Pascale Burgers 1.32.56, Astrid Pleijers 1.32.57, Xandra Vaessen 1.40.05, Bianca Sluis 1.40.06. Richard Rozendaal liep bij de mannen op deze afstand een tijd van 1.30.10 uur.

### **Groene Loper Run Maastricht**

Bij de marathon tijdens de Groene Loper Run op 14 november in Maastricht liep Natalie Roos een tijd van 3.40.29 uur. Sibilla Eymael kwam tot een tijd van 3.48.33 uur. Op de halve marathon vrouwen noteerde Anja Bergmans een tijd van 1.44.08 uur. Bij de mannen halve marathon de volgende tijden: Mischa Führen 1.43.15, Kosrat Dauwed 1.43.33 en John Coervers 1.48.32 uur. Op de 10 km finishte Frank Paffen in 35.53 min. en op de 5 km Cas Wetzels 16.11 min. en Eline Collombon 19.05 min.

### **VIJFDE NATIONALE TITEL VOOR BERT VANWERSCH**

Bert Vanwersch heeft zaterdag 27 november tijdens de Warandeloop in Tilburg de nationale crosstitel behaald bij de mannen M55. Bert legde de 7,5 km af in 28.05 min. en vocht tot het einde een felle strijd uit met Peter Mijsberg van De Keien om het goud.

Bert finishte uiteindelijk met een voorsprong van 9 seconden. Het is dit jaar al de vijfde nationale titel voor Bert. Na de NK-titels op de 10 km weg, 5 en 10 km op de baan en de marathon, nu de crosstitel.

De Vijlense alleskunner mag terugzien op een zeer succesvol seizoen, ondanks alle perikelen rond de coronapandemie.

BEDRIJFSKLEDING • PROMOTIEKLEDING • BELETTERINGEN

# APS GROEP<sup>©</sup>

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](http://www.dehoots.nl)



**15 en 16 januari 2022**

Voor alle gegevens

zie website [www.abdijcross.nl](http://www.abdijcross.nl)



## Abby Lempers

bloemsierkunst • plantencentrum  
groenarchitectuur • cadeau-artikelen

Niersprinkstraat 10 Kerkrade  
045-5462737 • [www.abbylempers.nl](http://www.abbylempers.nl)



## Maxwijn

wijnhandel slijterij

Max van Wersch  
Kloosterkoolhof 64  
6415 XV Heerlen

045-5724481  
[info@maxwijn.nl](mailto:info@maxwijn.nl)  
[www.maxwijn.nl](http://www.maxwijn.nl)

**GEILENKIRCHEN**  
MANNENMODE  
markt 13 6461eb kerkrade [www.mmgeilenkirchen.nl](http://www.mmgeilenkirchen.nl)

de modezaak van Kerkrade sinds 1936



**DEUR DERTIEN**

Damesmode • Kadootjes • enzo



# *In het* **NIEUWS**

## **Baer Smit 90 jaar**

**O**ns lid van verdienste en voormalig juniorentrainer Baer Smit heeft vrijdag 5 november zijn negentigste verjaardag gevierd. Bovendien is hij dit jaar 50 jaar lid van de club. Vanwege de coronapandemie zijn de jubileumfestiviteiten dit jaar uitgesteld. Wanneer de huldigingen van alle jubilarissen plaatsvinden, wordt te zijner tijd bekendgemaakt.

Baer Smit kwam als directeur van de basisschool 't Pannesjop in Heerlen zo'n vijftig jaar geleden in contact met onze vereniging. Hij richtte in zijn Heerlense wijk een atletiekafdeling van Achilles-Top op. Ook was hij actief bij de plaatselijke scouting. Daar zaten volgens Baer talentvolle atleten bij. In eerste instantie werd hij allround trainer en later specialiseerde hij zich in het verspringen. Daar boekte hij grote successen mee. Zo trainde hij verspringer Jo Hanssen die als eerste atleet van onze club over 7.00 meter sprong. Zijn clubrecords bij de jongens B (6.93 m) en jongens A (7.15m) staan nog steeds in onze boeken. Ook C-junior Rik Martens sprong onder Baer Smit uitstekend ver met een clubrecord van 6.46 m. Ook hoogspringer Paul Frowijn had baat bij zijn trainingsaanpak. Ook als vrijwilliger stroopte Baer voor de vereniging de mouwen op. Tijdens het NK baan voor senioren in 1972 in Kerkrade, behoorde hij tot de materialenploeg die zorgde dat alles klaar stond voor de deelnemers.



*Baer Smit, even pauze tijdens het NK baan senioren in 1972.*

# Waarheen.....



## ...daarheen



**Abdijcross in het weekend van 15 en 16 januari 2022**

Onze internationale cross wordt voor de 57ste keer gehouden te Kerkrade-Rolduc. Deze keer tevens het Limburgs crosskampioenschap in diverse categorieën. Ook geldt de Abdijcross als clubcrosskampioenschap voor onze clubleden. Voor alle informatie en inschrijven kijk op de website [www.abdijcross.nl](http://www.abdijcross.nl)  
De definitieve inschrijving sluit 9 januari. Op de dag zelf is beperkt na-inschrijven nog mogelijk. Zorg dat je erbij bent en maak er een mooi atletiekweekend van.

**Wedstrijdprogramma zaterdag 15 januari 2022**

Tijd	Categorie	Afstand	Inschrijfgeld t/m 26 dec.	Inschrijfgeld 27 dec. t/m 9 jan.
13.00	Eurode Trail Run Kort	10,5 km	€ 14,00	€ 16,00
13.00	Eurode Trail Run Lang	21 km	€ 18,00	€ 20,00
13.05	Pupillen meisjes C (2014) en D (2015-2016) WU 8 (aanloop + 2 baanronden blauw) + LK Cross	850 m	€ 5,00	€ 7,00
	Pupillen jongens C (2014) en D (2015/2016) MU 8 (aanloop + 2 baanronden blauw) + LK Cross	850 m	€ 5,00	€ 7,00
13.10	Pupillen meisjes B (2013) Schülerinnen WU 10 (aanloop + 3 baanronden blauw) + LK Cross	1200 m	€ 5,00	€ 7,00
	Pupillen jongens B (2013) Schüler MU 10 (aanloop + 3 baanronden blauw) + LK Cross	1200 m	€ 5,00	€ 7,00
13.20	Pupillen meisjes A (2011/2012) Schülerinnen WU 12 (aanloop + 1 baanronde blauw + 1 ronde A roze) + LK Cross	1400 m	€ 5,00	€ 7,00
13.30	Pupillen jongens A (2011/2012) Schüler MU 12 (aanloop + 1 baanronde blauw + 1 ronde A roze) + LK Cross	1400 m	€ 5,00	€ 7,00

**Tijdschema voorprogramma zondag 16 januari 2022**

Tijd	Categorie	Afstand	Inschrijfgeld
9.30	MOVARE Abdij-kidscross Bambino's jongens/meisjes groep 1/2 (aanloop + 1 baanronde blauw)	500 m	€ 3,00
9.37	MOVARE Abdij-kidscross E1 jongens groep 3/4 (aanloop + 1 baanronde blauw)	500 m	€ 3,00
9.44	MOVARE Abdij-kidscross E2 meisjes groep 3/4 (aanloop + 1 baanronde blauw)	500 m	€ 3,00

9.51	MOVARE Abdij-kidscross D1 jongens groep 5/6 (aanloop + 2 baanronden blauw)	850 m	€ 3,00
10.00	MOVARE Abdij-kidscross D2 meisjes groep 5/6 (aanloop + 2 baanronden blauw)	850 m	€ 3,00
10.10	MOVARE Abdij-kidscross C1 jongens groep 7/8 (aanloop + 2 baanronden blauw)	850 m	€ 3,00
10.20	MOVARE Abdij-kidscross C2 meisjes groep 7/8 (aanloop + 2 baanronden blauw)	850 m	€ 3,00
10.30	G-loop jongens en meisjes met een beperking t/m 11 jaar (aanloop + 1 baanronde blauw)	500 m	€ 3,00
10.40	G-loop jongens en meisjes met een beperking vanaf 12 jaar (aanloop + 2 baanronden blauw)	850 m	€ 3,00
10.50	Scholieren B jongens/meisjes van 12 t/m 18 jaar (aanloop + 2 baanronden blauw + 1 ronde D zwart)	3000 m	€ 3,50
10.50	Lopers Company business-/recreantenloop m/v Jedermannlauf Männer und Frauen (aanloop + 2 baanronden blauw + 2 rondes D zwart)	5200 m	€ 8,00

### Voorprogramma zondag 16 januari Atletiekunie, onderdeel van het Nationaal Crosscircuit

Tijd	Categorie	Afstand	Inschrijfgeld t/m 26 dec.	Inschrijfgeld 27 dec. t/m 9 jan.
11.30	Meisjes D (2009/2010) Schölerinnen WU 14 + LK Cross (aanloop + 2 baanronden blauw + 1 ronde A roze)	1750 m	€ 6,00	€ 8,00
11.45	Jongens D (2009/2010) Schüler MU 14 + LK Cross (aanloop + 2 baanronden blauw + 1 ronde A roze)	1750 m	€ 6,00	€ 8,00
12.00	Meisjes C (2007/2008) Schölerinnen WU 16 + LK Cross (aanloop + 1 baanronde blauw + 2 rondes B groen)	2550 m	€ 6,00	€ 8,00
12.20	Jongens C (2007/2008) Schüler MU 16 + LK Cross (aanloop + 2 baanronden blauw + 2 rondes B groen)	2900 m	€ 6,00	€ 8,00

### Hoofdprogramma zondag 16 januari Atletiekunie, onderdeel van het Nationaal Crosscircuit

Tijd	Categorie	Afstand	Inschrijfgeld t/m 26 dec.	Inschrijfgeld 27 dec. t/m 9 jan.
12.40	Meisjes B (2005/2006) W. Jgd B WU 18 + LK Cross (aanloop + 2 baanronden blauw + 2 rondes C rood)	3350 m	€ 8,00	€ 10,00
13.00	Lange cross mannen. Lange Strecke Männer + LK Cross (aanloop + 2 baanronden blauw + 1 ronde A roze + 4 rondes D zwart)	10500 m	€ 10,00	€ 12,00
13.50	Lange cross vrouwen. Lange Strecke Frauen + LK Cross	7400 m	€ 10,00	€ 12,00
	Vrouwen masters V35 e.o. Frauen Altersklassen + LK Cross (aanloop + 2 baanronden blauw + 3 rondes D zwart)	7400 m	€ 10,00	€ 12,00
	Meisjes A (2003/2004) W. Jgd A WU 20 + LK Cross (aanloop + 2 baanronden blauw + 2 rondes D zwart)	5200 m	€ 10,00	€ 12,00
14.30	Jongens B (2005/2006) M. Jgd B MU 18 + LK Cross (aanloop + 2 baanronden blauw + 3 rondes C rood)	4600 m	€ 8,00	€ 10,00
15.00	Jongens A (2003/2004) M. Jgd A MU 20 + LK Cross	7400 m	€ 8,00	€ 10,00
	Mannen masters M35 e.o. Männer Altersklassen + LK Cross (aanloop + 2 baanronden blauw + 3 rondes D zwart)	7400 m	€ 10,00	€ 12,00
15.45	Korte cross vrouwen. Kurze Strecke Frauen + LK Cross (aanloop + 1 baanronde blauw + 1 ronde D zwart)	2600 m	€ 10,00	€ 12,00
16.00	Korte cross mannen. Kurze Strecke Männer + LK Cross (aanloop + 1 baanronde blauw + 1 ronde D zwart)	2600 m	€ 10,00	€ 12,00

**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](http://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](http://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](mailto:heerlen@loperscompany.nl) • Website: [www.loperscompany.nl](http://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.**



## Sponsorloop Deltaplan Alvleesklierkanker

Beste sportvriend of vriendin,

Alvleesklierkanker is één van de meest verschrikkelijke vormen van kanker met een zeer slechte prognose. Wanneer je deze diagnose krijgt is dit een mokerslag en stort je wereld in elkaar. Dit is onze hardloop collega Sepp Saccol uit Kerkrade, bij een aantal leden binnen onze vereniging bekend, helaas overkomen.

Als Atletiekvereniging Achilles-Top willen wij Sepp, als fervent hardloper, steunen bij het realiseren van zijn doelstelling om €10.000,- via het fonds "Deltaplan alvleesklierkanker" te werven. Jij kunt hier een bijdrage aan leveren door je via onderstaande link aan te sluiten bij ons team en dan op zondag 12 december mee te lopen met een door de politie georganiseerde sponsorloop op Strijthagen.

[Achilles-Top \(https://sponsorloop.voordeltaplanalvleesklierkanker.nl/team/achilles-top\)](https://sponsorloop.voordeltaplanalvleesklierkanker.nl/team/achilles-top)

Wil jij op deze dag met ons team wandelen of hardlopen schrijf je dan in bij team Achilles-Top. De inschrijfkosten á €5,- worden voor leden van Achilles-Top achteraf door onze vereniging vergoed.

Wil je liever alleen doneren dan kan dit via deze link uiteraard ook, bedenk dan dat iedere euro telt!

Nadat je ingeschreven bent kun je via social-media of andere kanalen familie, vrienden en kennissen proberen jouw sponsorbijdrage zo aantrekkelijk mogelijk te maken.

Doe jij ook mee?



Achilles-Top

Strijd mee tegen alvleesklierkanker



Info

Teamleden 9

Donateurs 49

Maak een poster

Alvleesklierkanker is één van de meest verschrikkelijke vormen van kanker met een zeer slechte prognose. Wanneer je deze diagnose krijgt is dit een mokerslag en stort je wereld in elkaar. Dit is Sepp Saccol helaas overkomen.

Als Atletiekvereniging Achilles-Top willen wij Sepp, als fervent hardloper, steunen bij het realiseren van zijn doelstelling om €10.000,- voor dit fonds te werven. Wil jij op 12 december met ons team wandelen of hardlopen schrijf je dan in bij team Achilles-Top.



# 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).

<b>Bestuur</b>		
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	<b>V a c a n t</b>	
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 Abdiycross	Hans Meijer	06-25053835

<b>Accommodatie</b>		
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	

	<b>trainer</b>	<b>assistent</b>
Pupillen	Roger Veldman	Manon Smeets
	Bianca Sluis	Petra Coenen
	Wim Marijnissen (ass.)	Albert Cordewener
	Melissa Uranka (ass.)	Roger Koll
	Daniel Bout (ass.)	Selina Alberts
	Orly Meens (ass.)	
Junioren-CD	Glenn Gentle	
	Chantal van der Meulen	
	Pascal Pelzer	
	Leonie Wagelaar	
	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	

<b>Redactie clubblad</b>		
Voorzitter	<b>V a c a n t</b>	
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	<b>V a c a n t</b>	
Lay-out	Jo Hanssen	
Verschijningsdata 2021	1 maart	1 september
	1 mei	1 november
	1 juli	20 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](mailto:tgoudenhuisje@live.nl) - [www.tgoudenhuisje.nl](http://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**

