



## -Lopend vuurtje-

### NIEUWSBRIEF 38 JEUGD – december 2017

1. Crossen
2. Sinterklaasfeest 2017
3. Kennismaking met de trainer.
4. Hoodies
5. Lichtjesloop 2017
6. Zaanlandcross
7. Kidsrun indoor
8. Agenda
9. Sponsors jeugdtrainers winterjassen

December staat voor de deur met het grote Sinterklaasfeest (4 december) en kerst! Met trots mogen wij vertellen dat AVZ 4 juryleden rijker is! Van harte gefeliciteerd, Steven Vaassen, Ishak Önen, Paul Kramer en Inge Zelvelder-Eendebak.

Houdt alvast 19 januari vrij in jullie agenda voor de prestatieprijs disco!

**Wij wensen jullie allemaal alvast fijne feestdagen en een sportief 2018!**

### 1. Crossen



(foto: Menno de Haas)

Het cross-seizoen is weer begonnen! Op 4 november was de eerste cross bij AKU (Uithoorn). Dit was een erg leuke cross! Eline Oppewal eindigde op de derde plaats bij de meisjes pupillen mini, een treetje hoger eindigde Ermias van Delft bij de jongens pupillen A2 en op de eerste plaats bij de jongens mini eindigde Thomas van Kleef.

De volgende crossen zijn op 16 december in Landsmeer en op 27 januari in Hilversum. Hier kan alle jeugd van AVZ nog aan meedoen. Aan/Afmelden kan door een mail te sturen naar [jeugdcoordinator@avzaanland.nl](mailto:jeugdcoordinator@avzaanland.nl). De kosten van de crossen zitten bij de contributie inbegrepen. Het is mogelijk om aan één cross mee te doen of aan meerdere. Belangrijk is dat er gelopen wordt in het club tenue, zorg ervoor dat je jezelf niet te warm en niet te koud kleedt. Zorg bij de wedstrijden dat je op tijd aanwezig bent, er is vaak weinig parkeergelegenheid.



Sinterklaastraining Jeugd

Maandag 4 december



Pupillen 18.00-19.15 uur

Junioren 19.00- 20.30 uur



Alleen voor leden van AVZaanland



Junioren, nemen jullie zelf een cadeautje mee van ongeveer 5 euro.

## 2. Sinterklaasfeest 2017

Programma voor het sinterklaasfeest op 4 december is :  
18.00-19.00 Pupillen sinterklaastraining  
19.00-19.30 Pupillen in de kantine ontmoeting Sinterklaas en Pieten  
19.00-19.30 Junioren training  
19.30–20.30 Junioren Sinterklaasspel in de kantine.



**Let op! Junioren nemen jullie een cadeautje mee van ongeveer 5 euro voor het Sinterklaasspel!**

## 3. Kennismaking met de trainer

Sinds 1 november zijn de groepen gewisseld van trainer. Daarom willen we u graag kennis laten maken met de nieuwe trainer(s) van uw zoon/dochter. Hier wordt ook verteld wat wij verwachten qua wedstrijden etc. Ook is het mogelijk om vragen te stellen. De training van de kinderen gaat gewoon door met een andere trainer. De kennismaking vindt plaats in de kantine.

Planning:

06-12-17 : 18:00-18:30 = Pupillen mini  
13-12-17 : 18:00-18:30 = Pupillen C  
13-12-17 : 18:30-19:00 = Pupillen B  
20-12-17 : 18:00-18:30 = Pupillen A1  
20-12-17 : 18:30-19:00 = Pupillen A2

Op 20-12-17 is de bijeenkomst voor ouders van de junioren om 20:00 uur.

## 4. Hoodies

Er zijn weer hoodies! Heb je er al een besteld, dan kan je die nu ophalen in de kantine, vergeet geen contant geld mee te nemen.

Hoe leuk is het om een eigen trui met naam te hebben. Daarnaast is deze ook lekker warm voor na de training. Het is weer mogelijk om groene hoodies te bestellen. De hoodies zijn te bestellen in de kantine van AV Zaanland. De kosten voor een hoodie met naam op de achterkant zijn: 28 euro.

## 5. Lichtjes Loop 2017



Op 17 december zal de lichtjesloop plaats vinden in Zaandam. Dit is een loop voor volwassenen van 7km. Start bij Runnersworld op de gedempte gracht. Deelnemers dienen zich hiervoor in te schrijven. Na afloop zijn er oliebollen en glühwein in de kantine van AV Zaanland.

Voor de **kinderen** is er een loop op de baan. Deze start om 18.30 uur. Kinderen krijgen ook lekkers na afloop! De baan zal mooi verlicht zijn. Kinderen hoeven zich niet in te schrijven, maar laat even

weten op het prikbord of je meedoet (in verband met catering). Kinderen kunnen kosteloos meelopen. Tijdens de lichtjesloop is het mogelijk om een vrijwillige bijdrage te storten in de KIKA bus. Na de kidsrun komen de volwassenen binnen die allemaal mooi verlicht zijn.

## 6. Zaanlandcross

Voorinschrijven op [inschrijven.nl](http://inschrijven.nl) voor de Zaanland cross op zondag 17 december is vanaf heden mogelijk en sluit op 13 december 2017

**Voor jeugdleden van AVZ is het mogelijk om voor 2 euro mee te doen! Geef je voor 12 december op bij Kim Vos via [jeugdcoordinator@avzaanland.nl](mailto:jeugdcoordinator@avzaanland.nl)**

Inschrijfgeld voorinschrijving pupillen en CD-junioren € 4,00 (na inschrijving € 5,00) (let op bij opgave kim vos maar 2 euro!!).

Senioren sprint cross en Jeugd A/B sprint cross: Voorinschrijving € 5.00 (na inschrijving: € 6.00)  
overige afstanden: Voor inschrijving € 8.00 (na inschrijving: € 9.00)

## 7. Kidsrun indoor

Op zondag 18 februari vindt de KidsRun plaats in Omnisport te Apeldoorn. De KidsRun is een run over 600 meter, 3 rondjes op de indoorbaan. Kinderen geboren in 2005 tot 2009 kunnen hier aan meedoen. Inschrijven kan op <http://www.atletiek.nu/wedstrijd/main/16684/> Kosten zijn 2,50 per persoon.

## 8. Agenda (zet deze data alvast in de agenda)

- 02-12-17 4<sup>e</sup> Vijfhoekparkloop
- 04-12-17 Sinterklaastraining
- 16-12-17 tweede cross Landsmeer
- 17-12-17 Zaanlandcross (Jagersplas)
- 17-12-17 Lichtjes loop Runnersworld/AVZ
- 23-12-17 t/m 07-01-18 Kerstvakantie, geen training
- 14-01-18 de Egmond Mini Marathon (meer info: <http://www.sauconyegmondhalvemarathon.nl/egmond-mini-marathon/> )
- 19-01-18 Prestatieprijzen disco voor jeugd AVZ
- 27-01-18 derde cross Hilversum
- **Pupillencompetitie** 2018: 21-04-18, 02-06-18, 07-07-18, finale 15-09-18
- **C/D Junioren competitie:** 14-04-18, 19-05-18, 30-06-18, finale 08-09-18
- **B junioren competitie:** 13-05-18, 10-06-18, finale 16-09-18
- **A junioren competitie:** 15-04-18, 26-05-18, finale 02-09-18

**Volgende nieuwsbrief**, kopij inleveren nieuwsbrief voor 26 december mailen naar [jeugdcoordinator@avzaanland.nl](mailto:jeugdcoordinator@avzaanland.nl) ovv kopij nieuwsbrief. We zijn erg benieuwd naar ervaringen bij wedstrijden, leuke foto's, en dergelijke.

De oudercommissie (ouders) ondersteunt de jeugdcommissie (trainers) met activiteiten, vragen en het maken van de nieuwsbrief. Heb je als jeugd atleet of ouder 'n leuk idee, suggestie of een vraag, mail ons: [jeugdcommissie@avzaanland.nl](mailto:jeugdcommissie@avzaanland.nl)

December 2017

Ans Bakker, Annemieke van Westervoort en Kim Vos

## 9. Sponsors winterjassen jeugdtrainers

Het is een proces geweest maar we hebben goed nieuws! Binnenkort ziet u onze jeugdtrainers lopen in een warme winterjas. Het vinden van een geschikte jas, financiering rondkrijgen kostte tijd, maar het resultaat is er ook naar!

In de komende nieuwsbrieven zetten we steeds een aantal sponsors in het zonnetje. Zij vertellen over hun bedrijf en werkzaamheden.

### **Kees Verkuijl Bouwservice,**

- bouwen - organiseren - timmeren - klussen  
-



**Kees Verkuijl Bouwservice**

Aannemer Kees Verkuijl Bouwservice combineert vakwerk, kennis en ruime ervaring met creativiteit, toewijding en

enthousiasme om samen met zijn klanten tot een goed product te komen. Dat product kan van alles zijn. Van uitbouw of opbouw tot nieuwbouw. Van inbouwkasten, klein installatiewerk en tuinhuisjes tot dakkapellen en maatwerk keukens. Bij grote, middelgrote en/of gespecialiseerde klussen waar meer handen nodig zijn werkt Kees Verkuijl samen met andere lokale zzp'ers. Vakmensen met ruime ervaring die stuk voor stuk prettig zijn in de omgang en in de samenwerking eerlijke prijzen rekenen. In Wormerveer beschikt Kees over een goed uitgeruste ruime werkplaats. Hier kan hij in alle rust alle producten voor zijn klanten creëren, om de periode van overlast bij u thuis of op het werk zo kort mogelijk te houden...

Meer weten bel of mail...

[www.keesverkuijlbouwservice.nl](http://www.keesverkuijlbouwservice.nl), [info@keesverkuijlbouwservice.nl](mailto:info@keesverkuijlbouwservice.nl), 06 - 17 80 6011

### **ElsCoach**



In de sportwereld is het de normaalste zaak van de wereld een coach te hebben... Een coach die je scherper maakt, één die zorgt dat je je persoonlijke doelen haalt, een nieuw persoonlijk record. Eén die in je blijft geloven ook na verlies. Sterker nog, hij of zij gelooft dat je juist door dat verlies vier stappen verder kunt komen, omdat bij verlies de punten naar voren komen die verbetering verdienen...

En privé, en/of in je werk of schoolleven...? Als je vastloopt in je baan, door wilt groeien maar steeds tegen blokkades aanloopt. Als je graag iets anders wilt... al jaren, maar het steeds uitstelt, of als je niet goed weet wat je wilt... maar wel weet dat je huidige koers niet de juiste is. Of als je gestrest bent, of wellicht zelfs tegen overspannenheid aanhikt. Wie 'coach' je dan? Wie zorgt dat je scherp

blijft, over je blokkades heen springt, ze wegwerkt en zorgt dat je eindelijk dat grandioze doel dat je al jaren voor ogen hebt behaalt...

Maak eens vrijblijvend kennis met ElsCoach en kijk wat de mogelijkheden zijn!

ElsCoach richt zich op persoonlijke groei en stress en burn-out... Jij bent uniek... !

ElsCoach.nl - 06 - 475 66 333 - els@elscoach.nl

## Decodruk

Decodruk is zo vriendelijk geweest om de coachjassen te bedrukken. Wie zijn decodruk?



Wij bedrukken kleding ( ook voor bedrijven), ook maken wij geboorte borden, rompertjes met eigen tekst. shirtjes etc. Een greep uit wat wij doen:

- Logo's op glaswerk, spiegels etc.
- Uitdeel cadeautjes voor de kinderen op school.
- Geven workshops in bv dikke dames en gekleurde beesten schilderen op canvas, hout en porselein. Dit doen wij o.a. bij restaurant Basic in Beverwijk dit is dan inclusief een gezellig high tea oh high Wine.
- Maar ook gaan wij bij bedrijven langs voor bv een gezellig bedrijfsuitje.
- Ook komen wij bij mensen thuis dit heeft wel een minimum aantal mensen.
- Kinderfeestjes geven wij ook in schilderen of mozaïeken.
- voor de volwassenen gaan wij eerdaags ook beginnen met mozaïeken daar zijn ook vele mogelijkheden voor. Maar mochten de mensen een andere leuke workshop willen volgen er is bij ons heel veel mogelijk.

met vriendelijke groet Anita en Nico van Decodruk

## Sponsors:

Schoonmaak- en  
Glazenwassersbedrijf  
06 23269375  
ralphhuase@gmail.com



eis  
Jij bent uniek



Windey Productions  
More Music



Decodruk

penguin.nl