

Het is weer zover:

Duurloop donderdag 18 april Bosloop, locatie Geijsteren

Voor het vijfde jaar op rij organiseren de assistent trainers elke derde donderdag van de maand een bosloop (van april tot en met augustus).

In de bossen loopt het toch "anders", wat dat "anders" is kan je ervaren door mee te doen.

De bosloop is voor iedereen geschikt, er kan gestart worden op verschillende afstanden (al vanaf 5 kilometer). Ook de start to run groep september 2018 en de duurlopers 7-8 km zaterdagochtend zijn van harte welkom! Een ideale kans om ook die andere lopers van ATV Venray te ontmoeten.. Iedereen loopt in eigen tempo. We vertrekken deze donderdagen vanaf locatie (dus niet vanaf de atletiekbaan), wel op de vertrouwde tijd om 19.00 uur.

- **18 april locatie: oude voetbalvelden Geijsteren , begeleiding Gilbert Tepy**
start vanaf parkeerplaats oude voetbalvelden Geijsteren(navigeer naar Oostrumseweg 34 Geijsteren)



Nederland is een behoorlijk marathonlandje

Recent publiceerden twee onderzoekers uit Kopenhagen (Jens Jakob Andersen en Vania Nikolova van runrepeat.com) de grootste case study naar hardloopresultaten ooit. Voor deze studie maakten zij gebruik van bijna 20.000.000 marathonresultaten en -data tussen 2008 en 2018, verkregen uit 32.335 marathons wereldwijd.

Deze studie biedt interessante inzichten voor ons land, wat blijkt: Nederland is een meer dan behoorlijk marathonland in diverse opzichten. Deze studie vormt een leuk inkijkje in onze Nederlandse prestaties. De afspiegeling van Nederland in deze studie is gebaseerd op in totaal 34 marathons tussen 2008 en 2018.

Wereldwijde marathon statistieken 2018

In 2018 hebben in totaal 1.298.725 lopers een marathon uitgelopen. Hiervan finishten 32.739 lopers hun marathon in Nederland. De gemiddelde finishtijd wereldwijd bedraagt 4:29:53; voor de mannen is dit 4:21:03 en de vrouwen noteren gemiddeld 4:48:45. Nederland neemt een knappe tweede plaats in als het gaat om de snelste landen, met een gemiddelde finishtijd van 3:52:10. Het snelste land is Zwitserland (3:50:37) en op de derde positie zien we Spanje (3:52:25). Helemaal onderaan deze lijst prijken de Filipijnen, hun gemiddelde marathontijd is 5:25:35 en zij zijn daarmee het langzaamste land. Gemiddeld is 31,92% van het aantal marathonlopers vrouw.

Belangrijkste veranderingen tussen 2008 en 2018

Gedurende de jaren waarop deze studie zich heeft gericht, heeft een aantal belangrijke veranderingen plaatsgevonden. Zo is het lopen van een marathon een stuk populairder geworden en is er een wereldwijde groei te zien van ruim 40%. Binnen deze groei is een duidelijk onderscheid te zien tussen mannen en vrouwen, zo is het lopen van marathons onder vrouwen met maar liefst 56% gestegen, ten opzichte van een stijging van 46% onder mannen. In Nederland zijn de marathonlopers overigens nog altijd overwegend mannen (78%) ten opzichte van 22% vrouwen.

Kijkend naar de prestaties door de jaren heen, zijn ook enkele opvallende veranderingen te zien. Zo zijn sommige landen aantoonbaar beter en sneller geworden terwijl andere landen beduidend slechter zijn geworden. Het land dat zich qua prestaties op de marathon het beste heeft ontwikkeld, is Zwitserland. Tussen 2008 en 2018 zijn zij gemiddeld 14:45 minuten sneller geworden. Terwijl Zuid Korea helemaal onderaan hangen en 47:09 minuten langzamer zijn geworden. Nederland neemt in deze ranking een mooie 7e positie in, wat zoveel wil zeggen dat Nederland gemiddeld 5:01 minuten sneller is geworden.

Mannen versus vrouwen

Overall pakt Nederland de tweede plek als het gaat om de snelste marathontijd in 3:52:10. Kijkend naar het verschil tussen mannen en vrouwen neemt Nederland ook daar in beide gevallen de tweede positie. De Nederlandse mannen zijn met een tijd van 3:49:18 sneller dan de Portugese mannen en moeten alleen de Spanjaarden voor zich dulden. De Nederlandse vrouwen noteren gemiddeld 3:59:04 op de marathon, eveneens goed voor de tweede positie net achter de Zwitserse vrouwen en vóór de Spaanse vrouwen. Opvallend in deze prestaties is ook dat door de jaren heen Nederlandse mannen, samen met Ierse en Canadese mannen, zich het meest hebben ontwikkeld.

Bron: Jens Jakob Andersen - <https://runrepeat.com/research-marathon-performance-across-nations>

Uitslagen

Graag uitslagen doorgeven aan lopersgroep@atvvenray.nl en aan info@atvvenray.nl,

Als je graag je uitslag op onze ATV-site wilt zien, moet je die, zo volledig mogelijk, uiterlijk zondagavond mailen naar info@atvvenray.nl. Voor opname in de nieuwsbrief geldt: geef je uitslag door voor maandag 12:00 uur aan lopersgroep@atvvenray.nl.

Let op: uitslagen altijd aanleveren tekst vorm in een mail (als bewijs is een bijlage screenshot is prima)

• **Kleffenloop Overloon, 14-4-2019**

Veel podium plaatsen voor ATV

MSEN, 5 KILOMETER

1	Sjors Thielen	17:20
3	Roy Dennemans	19:14
5	Dennis van Tetering	24:18

M50, 5 KILOMETER

1	Frans Deenen	19:23
2	John de Rooij	19:28
3	Geert Linders	19:56
8	John Weijs	23:34
14	Andre Jansen	28:39
15	Jan Poels	28:42

VSEN, 5 KILOMETER

1	Lysanne Straten	23:55
18	Merel Klomp	29:36

V45, 5 KILOMETER

6	Silvia Beterams	27:51
11	Rita Voets	28:47
12	Monica Clephas	29:47
13	Britte Stultiens	31:25

MSEN, 10 KILOMETER

2	Toine Pel	37:39
---	-----------	-------

M40, 10 KILOMETER

7	Martijn van den Hoef	51:55
---	----------------------	-------

M50, 10 KILOMETER

2	Mart van Rooij	41:30
8	Harry Van der Borg	47:28
15	Martin aan den Boom	50:00
16	Pim Stultiens	50:18
17	Jeroen Oudenhoven	50:22

VSEN, 10 KILOMETER

8	Gemma Arts	58:09
---	------------	-------

V45, 10 KILOMETER

3	Lydia Jeuken	48:02
5	Rian Hebben	49:12
9	Nicole van Dooren	54:24
12	Henny Cleef	57:18
14	Irene vd Eertwegh	58:11
15	Angela Edwards-Shotton	58:37
19	Annemiek de Wit	59:33

MSEN, 15 KILOMETER

1	Joost Bovee	58:54
---	-------------	-------

M50, 15 KILOMETER

5	Jos Hebben	1:07:41
7	Paul Brown	1:09:40
11	Martien Dupont	1:13:09

Wedstrijden

Wij vragen de leden om als vereniging de naam "ATV Venray" te gebruiken. Bij de wedstrijd draag je natuurlijk ook het ATV-shirt en jasje.

Neem je deel aan een wedstrijd, laat het weten aan: lopersgroep@atvvenray.nl.

Dag	Plaats	Afstand	Info	Deelnemers ATV Venray
11-5-2019	Horst		5 ^e Rundje um ut Hundje	5km: Harry van der Borg, Andre Jansen, Anita Verbeek, Annemiek de Wit 10 km; Martijn vd Hoef 15 km: Marcel Martens
12-05-2019	Grave		<u>EsteRun Escharen;</u> www.runcompetitie.nl	10km: Joost Bovee
18-05-2019	Nijmegen	5 km	Mariekenloop voor mannen	Andre Jansen
19-05-2019	Tilburg	M	Marathon Tilburg	M: Joost Bovee
19-05-2019	Nijmegen	5, 10 km	Marikenloop	10 km: Britte Stultiens Monica Clephas, Annemiek de Wit
25-05-2019	Ottersum		<u>Ossenloop;</u> www.runcompetitie.nl	10 km: Joost Bovee
15-06-2019	Gennep		<u>Genneperhuysloop;</u> www.runcompetitie.nl	10 km: Joost Bovee
16-06-2019	Maastricht	10 km	Maastrichtsmooiste	Anton Saämena
22-6-2019	Veldhoven	10mijl		Joost bovee
29-06-2019	Merselo		Merseloop	10km Joost Bovee
17-08-2019	Siebengewald		25 ^e Kermisloop Siebengewald	
22-09-2019	Mill	Duomarathon	Raamvallei duomarathon	
7-4-2020	Rotterdam	M	Marathon Rotterdam	M: Ron Smits

Wedstrijdkalender: op hardlopen.nl