



NIEUWSBRIEF

Het laatste verenigings- en sportnieuws



E-mail: nieuwsbrief@atvvenray.nl

COLOFON:



is een wekelijkse digitale uitgave van
Atletiek- & Triatlon Vereniging Venray,
bestemd voor alle (ouders van) leden.

Adres:

Atletiekbaan/Clubgebouw "t Wisselpunt"
Sportpark De Wieën
Sportlaan 1
5801 AH Venray

Telefoon: (+31)(0)478-585522

E-mail: info@atvvenray.nl

Website: www.atvvenray.nl

KvK: 40165409

IBAN: NL67 RABO 01 5394 0468

Redactie & Vormgeving:

André Jansen
Stan Liebrand

Bijdragen en Reacties:

E-mail: nieuwsbrief@atvvenray.nl

*PS De redactie streeft naar evenredig veel
aandacht voor alle geledingen maar is in
dat geval wel afhankelijk van de leden.*

IN DEZE NIEUWSBRIEF:

VERENIGINGSNIEUWS:

- Algemene Ledenvergadering (ALV) op 16 mei.
De dag waarop leden betrokkenheid tonen?!
- Afscheid van een markante voorzitter.

VAN DE TAKKEN VAN SPORT



ATLETIEK:

- Baanploegen senioren breiden uit.
Binnen een jaar naar twee complete teams.
- Meedenken over tweede Atletiekcafé.

HARDLOPEN:

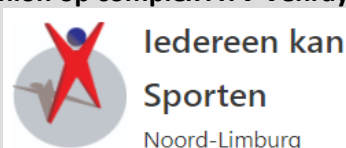
- Impressie van woensdagochtendtraining.
- Trainingsschema's maand mei
- Rondje buitenom van 12 mei.

WANDELEN:

- Wandelverslaggever Piet Peeters vertelt.
- Liever gewone wandeltocht of een hike?

TRIATLON:

- X-Triathlon op complex ATV Venray.



OVERIG:

- Krijgt ATV Venray nu echt een mascotte?
- Kledingbeurs op 21 mei.
- Uitslagen en (wedstrijd)kalender.
- Van de redactie.

Hoewel het bestuur de vereniging leidt, bepalen de leden het beleid.

Tijdens de ALV beslissen leden over belangrijke zaken



Volgende week maandag, 16 mei, is er na twee jaar uitstel door corona, weer een echte algemene ledenvergadering (ALV). Nadat de afgelopen tijd in nieuwsbrieven al diverse malen werd gewezen op het belang van een ruim bezochte ALV voor wat betreft de nabije toekomst voor ATV Venray, zetten we hier eerst in algemene termen uiteen, welke rol leden en de ALV spelen binnen een vereniging. Dit alles ter voorbereiding op een zo effectief mogelijk laten verlopen van de vergadering in combinatie met de specifieke situatie waarin onze club nu verkeert en wat er op de meeste korte termijn speelt, aan de hand van de bijgesloten agenda.

Een vereniging brengt mensen met dezelfde hobby bij elkaar en de leden mogen tijdens de algemene ledenvergadering mee beslissen over belangrijke zaken binnen die vereniging.

Het bestuur wordt gekozen door de op de ALV aanwezige leden, leidt en vertegenwoordigt de vereniging en dient te bestaan uit minimaal drie leden!

Gekozen bestuursleden bepalen onderling aan de hand van onder meer ervaring en belangstelling de functies van voorzitter, secretaris en penningmeester. Deze drie leiden de dagelijks gang van zaken binnen de vereniging en vertegenwoordigen de vereniging tegenover derden. In de statuten staat beschreven wat de bestuursleden wel en niet mogen doen.

Het bestuur van een vereniging is verplicht om eenmaal per jaar, binnen zes maanden na afloop van het boekjaar, een algemene ledenvergadering uit te schrijven. Daarbij moet het bestuur een jaarverslag uitbrengen en rekening en verantwoording afleggen over het gevoerde beleid.

Een vereniging is wettelijk verplicht een boekhouding bij te houden en moet binnen zes maanden na afloop van het boekjaar een overzicht van de baten en lasten kunnen overleggen. Hiervoor is de penningmeester verantwoordelijk en deze dient gecontroleerd te worden door een uit leden bestaande kascommissie.

De benoeming, herbenoeming en het ontslag van bestuurders is vastgelegd in de statuten. Vaak is de benoeming van een bestuurslid voor een bepaalde termijn. Blijft een bestuurslid langer zitten, bijvoorbeeld vanwege een herbenoeming, dient dit goed te worden vastgelegd. Gebeurt dit niet, dan is hij juridisch gezien geen bestuurslid meer en dat kan grote gevolgen hebben. Besluiten die zijn genomen vanaf het moment dat een bestuurslid niet officieel meer in functie is, kunnen ongeldig zijn.

Rechten en plichten

Leden van een vereniging hebben allemaal dezelfde rechten en plichten. Ze mogen deelnemen aan activiteiten waarvoor de vereniging is opgericht. Verder hebben ze het recht om mee te besturen via hun spreek-, stem- en kiesrecht tijdens de algemene ledenvergadering. Het lidmaatschap is persoonlijk: rechten kunnen niet aan iemand anders worden overgedragen. Dat betekent bijvoorbeeld dat je het lidmaatschap niet kunt verkopen. De plichten beperken zich tot het betalen van de contributie en het zich houden aan de statuten en reglementen. Leden zijn niet aansprakelijk voor schulden van de vereniging.

Algemene ledenvergadering

Alle leden vormen samen de algemene ledenvergadering. Die heeft binnen de vereniging belangrijke bevoegdheden. Tijdens de vergadering heeft ieder lid ten minste één stem.

Leden kunnen een verzoek indienen om een extra ledenvergadering te houden. Daarvoor moeten zij steun hebben van minstens tien procent van de leden. Het verzoek dienen zij vervolgens schriftelijk in bij het bestuur. Hierin staat waarom de extra vergadering nodig is en wat de agendapunten moeten zijn.

Wanneer het bestuur niet binnen vier weken een ledenvergadering bijeenroept, kunnen de leden dat zelf doen.





NIEUWSBRIEF

Het laatste verenigings- en sportnieuws



E-mail: nieuwsbrief@atvvenray.nl

Jazeker is er nog een belangrijke vraag: Met het oog op de mogelijke verkiezing van nieuwe bestuursleden, is iedereen bekend met de WBTR?

WBTR

samen bestuur
en toezicht
op orde

WBTR staat voor de Wet bestuur en toezicht rechtspersonen die is ingegaan op 1 juli van coronajaar 2021 en geldt voor elke vereniging. Wel resteert nog vijf jaar om statuten aan te passen. De wet zorgt ervoor dat er nieuwe regels gaan gelden voor de verdeling van taken binnen een vereniging. Ook komen er strengere regels voor het besturen van een vereniging met als doel het voorkomen van:

- belangenverstrengeling;
- financieel wanbeheer, zoals te grote financiële risico's nemen;
- onbestuurbaarheid.

Zie ook 'Gevolgen Wet bestuur en toezicht rechtspersonen voor verenigingen en stichtingen', op [Ga naar rijksverrekenen.nl](https://www.garant.nl/verrekenen/verrekenen-wet-bestuur-en-toezicht-rechtspersonen-voor-verenigingen-en-stichtingen) of kijk op www.notaris.nl/files/Widgets/knb-checklist-wbtr.pdf?4d6c5b45fe.

Het gaat om meer dan alleen statuten aanpassen

Alleen de statuten aanpassen is niet genoeg. Het gaat ook om bewustwording binnen het bestuur: ieder bestuurslid is betrokken bij de afspraken in de nieuwe statuten en gaat zich hier ook naar gedragen.



Bestuurders zijn door de nieuwe wet vaker persoonlijk aansprakelijk voor financiële schade die aan de vereniging wordt toegebracht. Ook als het gaat om iets dat zij niet zelf hebben veroorzaakt. Bestuurders zijn niet alleen verantwoordelijk voor hun eigen gedrag. Zij moeten er samen voor zorgen dat alle bestuursleden zich aan de regels houden.

Hopelijk schrikt al het bovenstaande niet af om je kandidaat te stellen voor en toch zitting te nemen in **een bestuur dat eigenlijk al een bestuursloos onderbezet is.**

Juist nu de vereniging na een lastige coronaperiode bezig is aan een wederopstanding, is het zaak dat vol enthousiasme dat alles ook wordt ondersteund door een betrokken, daadkrachtig en voltallig bestuur.

Wat vooralsnog resteert is het huidige bestuur in elk geval te bedanken voor de inzet die het de afgelopen jaren getoond heeft!

UITNODIGING

Beste sportvriend(in),
Hierbij nodigen wij je uit voor het bijwonen van de Algemene Leden Vergadering die op maandag 16 mei in ons clubhuis wordt gehouden. Aanvang is om 19.30 uur

Het bestuur.



AGENDA LEDENVERGADERING MAANDAG 16 MEI 2022

1. Opening 19.30 uur;
2. In memoriam Willem Bloem, Rob Garson, Martin Keijsers en Jo Verlinden;
3. Afscheid vrijwilligers Mieke Alkim, Herman Bexkens, Lia Juliana en Lex Biessels, na hun **langdurige inzet voor ATV**;
4. Eventuele aanpassing/ toevoeging agenda + aanmelden voor rondvraag;
5. Verslag vorige ledenvergadering, *Deze was i.v.m. corona digitaal*;
6. Terugblik 2 jaar Corona-tijd, o.a. vrijwilligers, betalingen en ontvangsten, sociale binding
7. Jaarrekening, de jaarrekening 2021 en begroting 2022 zijn voor **ingelogde leden** in te zien op de site via het klikpad over ATV/ afdelingsmenu/ verslagen en teksten;
8. Kascontrolecommissie, benoemen *nieuwe leden* voor de kascontrolecommissie;
9. Jaarverslag 2021, voor **ingelogde leden** is het jaarverslag te lezen via klikpad over ATV/ afdelingsmenu/ verslagen en teksten;
10. Wiel Michiels waarderingsprijs 2021;
11. Beleidsplan ATV-2025, *Onder andere taaksplitsing en taakdeling*;
12. Bestuurszaken, **afsteden van Pim Stultiens** en **Cees van de Ven** en uitbreiding van het bestuur;
13. Rondvraag;
14. Zeker geen sluitpost;
15. Sluiting **gevolgd door gezellige "nazit"**.



NIEUWSBRIEF

Het laatste verenigings- en sportnieuws



E-mail: nieuwsbrief@atvvenray.nl

UITSLAGEN HARDLOPEN

Uitslagen voor vermelding in de Nieuwsbrief graag vóór maandagochtend mailen naar nieuwsbrief@atvvenray.nl

Uitslagenlijst Rundje um ut Hundje

Horst - Zaterdag 7 mei 2022

J-5, 350 METER

PLAATS	NAAM	BRUTO	NETTO
1	Jur Theelen Horst	1:29	1:29
2	Xavi Coumans Reuver	1:30	1:30
3	Bor Lucassen Horst	1:45	1:44
4	Sam Trompenaars Horst	1:46	1:36
5	Jonah Ouedraogo ATV Venray	1:50	1:47



Uitslagen Rundje um ut Hundje

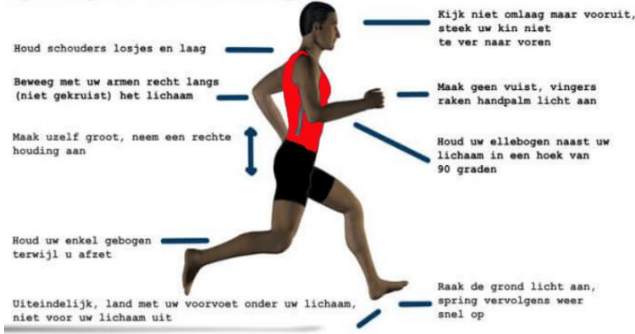
Horst - Zaterdag 7 mei 2022

Plaats		Netto
V40, 5.000 METER		
3	Suzanne van der Wijst	25:35
V50, 5.000 METER		
3	Anita Verbeek	25:57
V55, 5.000 METER		
1	Lydia Jeuken	22:49
MRECR, 5.000 METER		
5	Toine Pel	18:07
6	Joris van Els	18:20
11	Chiel Pel	19:09
57	Joop Wijnhoven	24:50
58	Harry Van der Borg	24:50
90	Andre Jansen	28:18
M35, 10.000 METER		
4	Marc Ouedraogo	40:42
M50, 10.000 METER		
7	Marcel Meulendijks	43:15
M55, 10.000 METER		
1	Robert Arts	43:21
8	John Weijs	48:11
10	Martien Dupont	48:30
M60, 10.000 METER		
1	Mart van Rooij	42:25



Trainingsschema's hardlopen voor de maand mei

Spelregels voor hardlopen



De trainingsschema's voor de

- dinsdag baantraining trainer Stan Liebrand
 - dinsdag buiten baantraining trainster Gerda Top
 - donderdag baantraining trainer John Klerkx
- zijn momenteel weer te bekijken op onze website.

ZATERDAG 21 MEI, 10.00 - 11.30 UUR

Met in alle leeftijdscategorieën de competities al aan de gang, waarbij clubkleding verplicht is, organiseert de vereniging voor de tweede keer een moment waarop clubkleding verhandeld, geruild of weggegeven kan worden.

Clubshirts, hardloopschoenen, spikes, zo elkaar op een heel ook manier aan (nog) meer ATV

Niet alleen voor de verkerende shirtjes hopelijk worden er ook

Voor iedereen geldt dat het gebeurt onder ieders eigen

alles mag worden ingebracht om gemakkelijke en wellicht best wel goedkope uitstraling te helpen.

jeugd die snel uit in prima staat of schoenen groeit is deze beurs, spullen voor volwassen ingebracht.

ruilen, het kopen of verkopen, verantwoording.



BAANATLETIEK

Pupillen:

Zondag 19 juni

Athletic Champs, thuiswedstrijd in Venray

Junioren:

Zaterdag 14 mei 2022

Competitie C/D Junioren Poule 62

Bij HAC te Helmond

Zondag 15 mei

Competitie U20/U18 Poule 35 R2

Bij AV Oss'78

Senioren:

Zondag 22 mei 2022

Competitie 3^e Divisie poule 14

Bij AV Gen. Michaelis, Best

HARDLOPEN

Zie de website onder de knopwedstrijden

TRIATLON



Zie voor alle details: [X-Triathlon – Iedereen kan Sporten](#)



WANDELEN

Op zondag 11 september vindt de eerste editie van de Zevenheuvelen hike plaats.

Dit is een stevige wandeltocht van 7, 14, 21 of 28 Start en Finish: Park Brakkenstein, Nijmegen

Omgeving : Bossen rondom Nijmegen (Heilige Landstichting, Leemkuil, Duivelsberg, De But)

Ondergrond : Onverharde, smalle bospaden



NIEUWSBRIEF

Het laatste verenigings- en sportnieuws



E-mail: nieuwsbrief@atvvenray.nl

In samenwerking met Iedereen kan Sporten Noord-Limburg

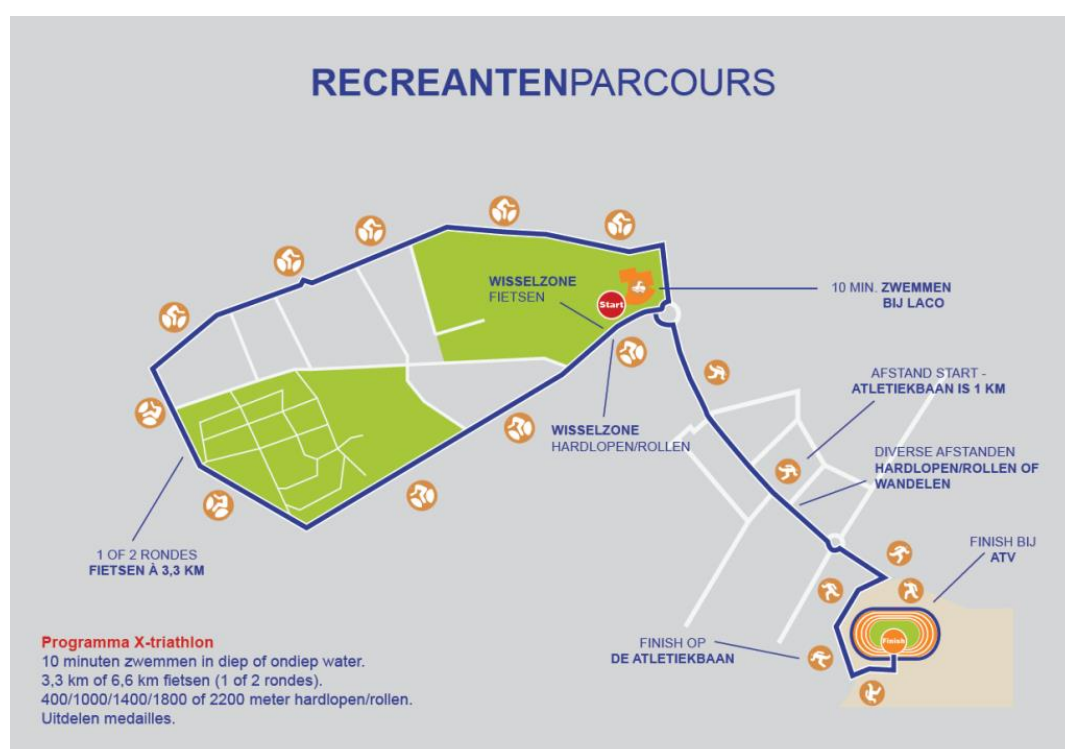
Aan de X-TRIATHLON levert ATV Venray graag heel veel X

Op zondag 22 mei organiseren Iedereen Kan Sporten en MEE De Meent Groep in Venray voor de derde keer de X-triathlon voor mensen met een beperking. Iedereen ouder dan acht jaar kan aan deze maximaal aangepaste triatlon meedoen, ongeacht de mate van beperking.

Het gaat om de standaardonderdelen van de triatlon, zwemmen, fietsen en hardlopen maar die zijn wel flink aangepast, bijvoorbeeld op het gebied van afstand en tijd. Iemand kan zelfstandig meedoen of samen met een buddy, voor de wedstrijd of als recreant.

Wat is de X-triathlon?

De X-triathlon is een aangepaste triatlon waarbij extra rekening wordt gehouden met de beperking. De X staat voor eXtra ondersteuning, eXtra zorg en eXtra aanpassing. Er kan gekozen worden uit een recreantenparcours of een wedstrijdparcours. Het recreantenparcours is voor mensen die gewoon graag mee willen doen, het wedstrijdparcours is voor mensen die écht willen winnen.



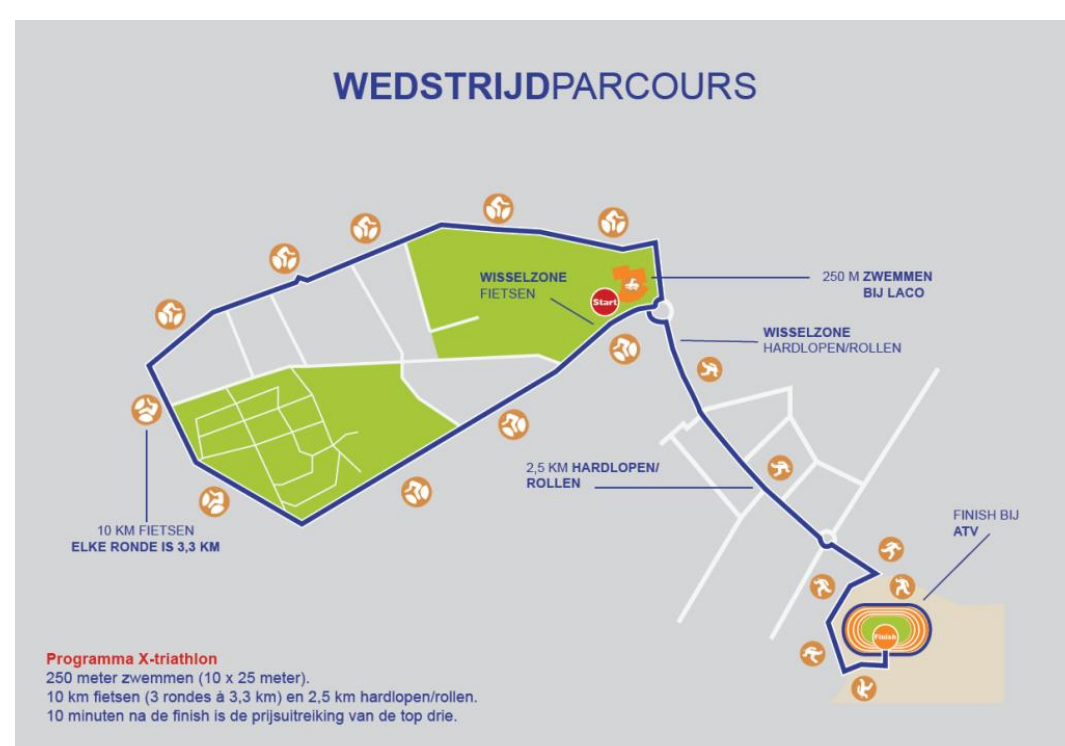
Recreantenparcours

Het recreantenparcours is voor iedereen toegankelijk, waarbij wordt **gezwommen, gelopen of gedreven** in ondiep water van 32°. Met hulp van een buddy kunnen in het diepe bad van 28,5° baantjes getrokken worden. Voor blinde of slechtziende deelnemers is er een lijn. Voor minder valide deelnemers zijn er aangepaste materialen zoals een tillift en rollators. Het zwemmen duurt 10 minuten en daarna is er voldoende tijd voor het omkleden. Het **fietsen** gaat over één of twee rondes van 3,3 km. Wordt de ronde binnen 10 minuten afgelegd, dan is er gelegenheid voor een tweede ronde. Bij het laatste onderdeel, **hardlopen, wheelen of wandelen**, kan vooraf of nog ter plaatse gekozen worden uit de afstanden 400m, 1000m, 1400m, 1800m of 2200 meter.

De finish is op de atletiekbaan van ATV Venray.

Er hoeft niet per se aan alle drie de onderdelen meegedaan te worden want één van de onderdelen mag een buddy voor zijn rekening nemen.

De afstanden worden per afzonderlijke deelnemer en onderdeel bijgehouden en van dat totaal krijgt iedereen na afloop een persoonlijk certificaat.



Wedstrijdparcours

Het wedstrijdparcours is een volledige mini-triatlon. Hierbij gaat het echt om het zo snel mogelijk volbrengen van het gehele parcours en gelden niet zoals bij de recreanten begrenzingen in tijd of afstand.

Eerst wordt **250 meter gezwommen**, gevolgd door **10km fietsen** (drie rondes van ieder 3,3 km) en de wedstrijd wordt afgerond met **2500m rennen of wheelen**.

Tussen de drie onderdelen zit geen pauze en de deelnemers voeren zelf, zelfstandig of met hulp van een buddy, deze drie takken van sport uit.

Hier gaat het per slot van rekening om een wedstrijd die bovendien wordt afgesloten met een heuse prijsuitreiking.

Voor de top drie zal die naar verwachting plaatsvinden zo'n 10 minuten na de finish op het complex van onze atletiekvereniging.

Tot slot

Het finishgebied wordt dus verzorgd door ATV Venray en daartoe worden door de vereniging nog vrijwilligers gezocht voor de volgende taken:

- 2 personen die op zondagochtend mei tussen 10 en 11.30 uur willen/ kunnen helpen met het opzetten van de finishboog en het uitzetten van de geleidingspilonnen;
- personen (eventueel in aflossing) met geldig EHBO-diploma die van 10 tot 16.00 uur de EHBO-post bemensen;
- personen (mogelijk eveneens in aflossing) met geldig rijbewijs die tussen 10 en 16.00 uur het pendelbusje van de organisatie besturen dat de hele dag door, personen en materiaal rijdt tussen het zwembad en de atletiekbaan;
- 2 personen (mogelijk eveneens in aflossing) die tussen 12.30-16.00 uur willen/kunnen helpen bij het veilig oversteken van gefinishte atleten.

Voor de hierboven genoemde specifieke taken op/rond de ATV-baan kun je je aanmelden bij Cees van de Ven (cees.vandeven@home.nl).



NIEUWSBRIEF

Het laatste verenigings- en sportnieuws

ATV
Atletiek Triatlon Vereniging Venray

E-mail: nieuwsbrief@atvvenray.nl

Tijdens een hike worden meer moeilijk begaanbare paden en heuvels opgezocht

Hiken, een bijzondere vorm van (lange afstand) wandelen

'Hiken' komt van het Engelse 'hiking', in het woordenboek uitgelegd als 'the activity of going for long walks, especially across country'.

In het Engels slaat hiking dus vooral op lange(re) afstanden wandelen en 'walking' op de kortere afstanden en op de manier van voortbewegen. In Nederland wordt onder 'hiken' of 'hiking' vooral het afleggen van langere en uitdagende wandelingen verstaan. Het begrip 'langere' is en blijft daarbij zeer subjectief.

Het verschil tussen een hike en een 'gewone' wandeltocht zit hem dus in de zwaarte en begaanbaarheid van de route. Bij wandelen loop je over goed begaanbare wegen en bospaden.

Op 11 september biedt de eerste Zevenheuvelen hike over smalle paden met klimmen en dalen niet alleen de mogelijkheid om eens een echte hike te gaan ervaren, ook kom je er verborgen plekjes natuurschoon tegen. Er is dan geen echte tijdslimiet en zo voldoende tijd om even pauze te nemen voor een foto of lunch onderweg.



Van onze speciale wandelverslaggever Piet Peeters

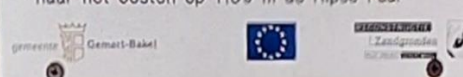


WIJSERPAAL

Oude grenspaal tussen Gemert en Bakel.
Vanaf hier vormt de grens in oostelijke richting een rechte lijn naar de kerktoeren van St. Anthonis.
Oudste vermelding in 1540.

Eerstvolgende paal:

- naar het westen op 1065 m Paal Achter 't Zand
- naar het oosten op 1189 m de Ripse Paal

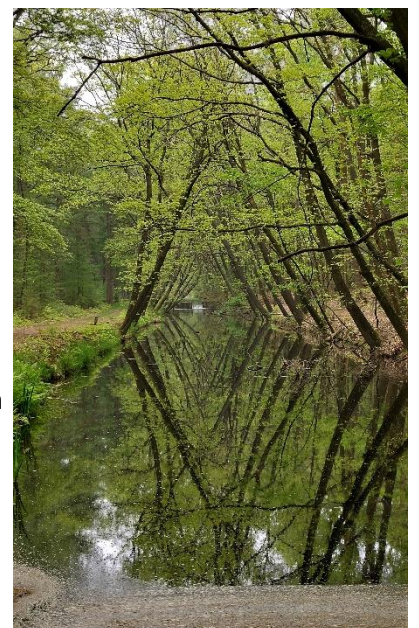


De wandelgroep van de vrijdagochtend had deze week bedacht om te gaan wandelen in het gebied Stippelberg, tussen de Rips en Milheeze. In de Rips aangekomen bleek dit niet mogelijk, omdat de weg richting Milheeze was afgesloten. Dus gewandeld vanaf de parkeerplaats bij de rotonde in de Rips.

Met wat creativiteit mondde dit uit in een mooie wandeling door het afwisselende bos nabij de Rips..... Wat ons beweegt?

De vrijdaggroep wandelt in wisselende samenstelling met de intentie plezier te hebben in het wandelen in een mooie omgeving. Daarvoor wordt er wekelijks een nieuwe bestemming gezocht in de omgeving van Venray, waarbij een maximale afstand vanaf Venray wordt gehanteerd van 25 km.

Wij wandelen recreatief, wat wil zeggen, dat we het plezier in het wandelen vooropstellen. Zien we iets moois onderweg, dan nemen we ook de tijd om dat te bekijken. Kortom echt genieten van wandelen. En na afloop is er dus altijd koffie!





NIEUWSBRIEF

Het laatste verenigings- en sportnieuws



E-mail: nieuwsbrief@atvvenray.nl

Na jaren van stilte in de senioren baanatletiek, is het nu dringen om plaats in competitieploeg Als iedereen beschikbaar is, teams van 15 mannen en 12 vrouwen!



Het vrouwenteam dat in actie kwam in Roermond

En hoe zit dat nu dan bij de mannen?

Wel, die ploeg, - indien compleet -, is nog groter in getal en al breder bezet over alle onderdelen. Ook hier zijn hardlopers in de meerderheid maar kunnen al wel op alle technische onderdelen sowieso 2 atleten worden ingezet. Momenteel zijn al weer 11 atleten ingeschreven voor deel 2 van het verkapte doel, het behalen van de promotiewedstrijd in september.

Ambitie is de mannenploeg niet vreemd. Weliswaar heel gemoedelijk wordt wel degelijk gegaan voor presteren en resultaat. Elk teamlid staat daar precies hetzelfde in en met nu na te hebben meegemaakt hoe een wedstrijd in elkaar steekt, is het vizier nog meer gericht op scoren. Dat betekent ook meer en scherper trainen en werken aan teambuilding en selecteren. Gelukkig gaat dat in geen geval ten koste van de gezelligheid.

Vorige week behaalden de vrouwen- en mannenploegen bij de eerste deelname aan een competitiewedstrijd in jaren een prachtig resultaat. De vrouwen sloten af met een 10^e plaats, de mannen werden zelfs 5^e in hun poule.

Werd toen nog melding gemaakt van onderbezetting bij het vrouwenteam, met het oog op de tweede competitiewedstrijd op 22 mei in Best, is dat min of meer al omgeslagen in overbezetting!

Voor de 11 onderdelen die de wedstrijd bij AV Generaal Michaelis telt en waaraan per onderdeel maar 2 atleten per vereniging mee mogen doen, zijn nu bij leven en welzijn plotseling al 12 vrouwen beschikbaar. Daarvan gaan er sowieso al 7 mee naar Best.

Het wordt voor de ploegleiders zo meer dan een uitdaging om iedereen maximaal te kunnen bedienen met óf de favoriete óf juist het kunnen indelen op meerdere onderdelen.

Natuurlijk rest er ook nog een prachtige alternatieve oplossing: gewoon inschrijven met meer teams! De hardloopsters zijn daarvoor al voorhanden, voor de invulling van de technische nummers staan nog diverse vacatures open....!



De bijna complete mannenploeg van de eerste competitiewedstrijd

Atletiekcafé 2022?!

ATLETIEK BIEDT ZOVEEL MEER DAN HARDLOPEN!

ATV VENRAY ORGANISEERT HET ATLETIEKCAFÉ

GASTSPREKER

Johan van Lieshout
Speerwerpen

Johan van Lieshout was van 1999 tot 2017 in het bezit van het Nederlands record speerwerpen met een afstand van 80.51m. Hield zich sinds het einde van zijn actieve carrière bezig met het promoten van dit technische atletiekonderdeel.

GASTSPREKER

Jesper van der Wielen
Hardlopen

De huidige Nederlands kampioen Halve Marathon. Als 8-junior begon hij met het lopen van de 800m en 1500m en legde daarmee de basis voor zijn huidige snelheid op de langere afstanden.

GASTSPREKER

Anne Knijnenburg
Meerkamp

17 jaar en een veelzijdig meerkampatleet. Op de ranglijst over 2019 staat de 8-juniore bij het onderdeel 7-kamp op een 1^{ste} plaats. In 2018 werd ze zowel op de 800m als de 1500m Nederlands kampioene.

Een informele en gezellige avond boordevol informatie over atletiek, die ongeacht de mate van voorkennis of betrokkenheid iedereen zal boeien.
Een drietal topatleten praat over alle facetten van de atletieksport.

De zogenaamde technische onderdelen, het springen en het werpen blijven vaak onderbelicht maar tijdens deze avond komt atletiek juist breed in beeld. Uiteraard is er ook aandacht voor het hardlopen. Afgesloten wordt deze informatieavond met een gezellige nazit met de gastsprekers.
Voor de jeugd t/m 15 jaar is er een speciaal programma dat begint om 18.00u.
Alle andere belangstellenden zijn welkom vanaf 19.45u. Het avondprogramma start om 20.00u.

Iedereen is welkom (lid of geen lid) en de toegang is geheel gratis!

15 NOV. 2019

Jeugd: 18:00u
Iedereen: 20:00u

T WISSELPUNT
SPORTLAAN 1, VENRAY

Meer informatie: ATVVENRAY.NL

Ontwerp & print: TP Media Group

Mascotte



Baanatletiekwedstrijden beslaan een hele dag. Op meerdere plekken zijn atleten dan bezig met onderdelen terwijl teamgenoten dan juist bijkomen van of zich voorbereiden op een volgende inspanning. Dat gebeurt meestal bij een soort van 'thuishonk', in de regel een opgezette tent langs de rand van de baan.

Naast een wapperende clubvlag, hebben verenigingen veelal ook een mascotte bij zich, een grote knuffel die ondersteunt en geluk brengt.

Een paar weken geleden werd hier het voorstel gedaan om van de Piëlhaas een clubmascotte te maken. Mogelijk dat dat voorstel net iets te vroeg kwam, want na de kermis wist de vriendin van een van de atleten thuis te komen met een enorme teddybeer.

Nog niet officieel voorzien van een ATV Venray tenue, kwam vanuit het mannen-team het voorstel om 'Fozzie' tot clubicoon te maken en aan te kleden als hier afgebeeld. In de groepsapp ATV Senioren uitgelegd als 'weij halden van beer'!

WORDT HET NU CORONA VOORBIJ IS, GEEN TIJD OM TE WERKEN AAN EEN TWEEDE NET ZO GESLAAGDE EDITIE?!



NIEUWSBRIEF

Het laatste verenigings- en sportnieuws

ATV
Atletiek Triatlon Vereniging Venray

E-mail: nieuwsbrief@atvvenray.nl

Het ideale alternatief als je niet in de gelegenheid bent om in de avonduren actief te zijn

Ook op woensdagochtend kan men terecht voor de baantraining van ATV Venray



Voor hardlopers is baantraining een heel nuttige en welkome afwisseling in het alleen kilometers maken tijdens die steeds maar terugkerende duurlopen.

Zo'n training bestaat globaal, naast warming up en cooling down, uit op hardlopen gerichte spierversterkende oefeningen, loopscholing en een intervalprogramma.

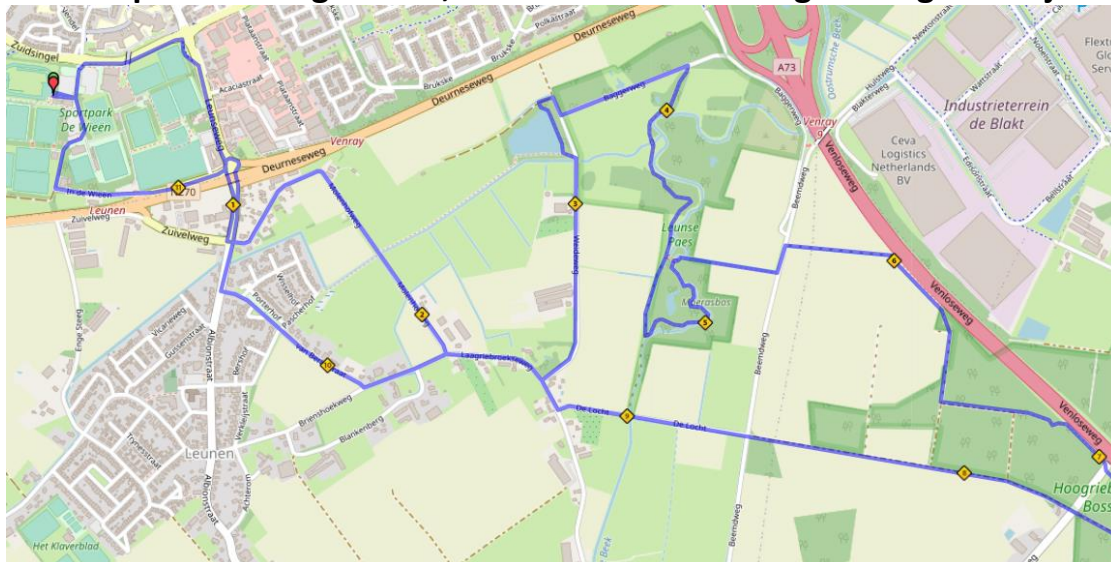
Sinds intussen toch al wel weer enige tijd kun je daarvoor nu ook terecht op de woensdagochtend. Die training is laagdrempelig en zo geschikt voor iedere loper, zonder instapeisen. Van 8.30 – 10.30 uur staat trainer André Jansen borg voor een actief en gevarieerd programma dat is afgestemd op individuele mogelijkheden.

De groep is nu nog niet groot maar wel al heel gezellig. De inhoud is heel geschikt voor zowel herstel, kennismaking met de baanatletiek als het uitbouwen van je conditie of snelheid.

Wil je meer weten, mail dan André Jansen via lopersgroep@atvvenray.nl.

Duurloop donderdag 12 mei, Leunse Paes

Begeleiding Ger Litjens



12km

Af te korten via Beemdweg en De Locht.

Uitgangspunten duurloop donderdagavond:

Gezamenlijk vertrek naar de plek voor de oefeningen (locatie wordt door begeleider bepaald)
Het is een training en geen wedstrijd, pas het tempo daarop aan en houdt rekening met het tempo van je medelopers: **Duur gaat voor tempo.**

Gebruik de link in de route afstanden voor een grotere afbeelding



NIEUWSBRIEF

Het laatste verenigings- en sportnieuws



E-mail: nieuwsbrief@atvvenray.nl

(Nu dan toch echt) Afscheid van een markante waarnemend voorzitter

Naar het schijnt, stopt onze nu al jaren waarnemend voorzitter Cees van de Ven dan toch ECHT met waarnemen. Zijn betrokkenheid bij ATV Venray begon zo'n 25 jaar geleden toen hij als ouder van twee pupillen direct al regelmatig werd ingezet bij wedstrijden, vaak als tijdwaarnemer op het ladderbankje. In de loop der jaren kwam daar geleidelijk ook andere inzet bij zoals bijvoorbeeld lid van Wedstrijd Organisatie Commissie (WOC). In april 2013 benoemt de ledenvergadering Cees tot lid van het bestuur. Frank de Beer was toen voorzitter. In 2016 wordt Cees vicevoorzitter onder voorzitter John de Langen en na diens vertrek een jaar later de waarnemend voorzitter. Cees heeft eerder aangegeven om aan het eind van 2021 uit het bestuur te gaan, maar doordat Pim Stultiens in verband met zijn werk plots terugtrad als penningmeester, zou met het vertrek van hem het bestuur onderbezet raken (statutair minimaal 3 bestuursleden). Dus Cees blijft nog uiterlijk tot de zomervakantie 2022 bestuurslid om eventueel daarna nog wel desgewenst mee te helpen bij het inwerken van nieuwe bestuursleden.



Uitreiking Wiel Michiels Waarderingsbeker door oud-voorzitter Wiel Michiels

Voor zover de redactie bekend is, leverde zijn inzet voor ATV Venray hem nog geen koninklijke onderscheiding op. Wel werd hem al in januari 2017 als blijk van erkenning en waardering, de Wiel Michiels Waarderingsbeker toegekend. Het 'juryrapport' roemde toen al zijn inzet als jurylid, scheidsrechter, voorzitter van de baancommissie, organisator van jurycursussen en niet te vergeten zijn bijdrage aan de introductie en realisatie van Athletic Champs, de nieuwe wedstrijdathletiekvorm voor pupillen.

Cees, namens heel ATV Venray bedankt en hopelijk krijg je nu heel snel een opvolger zonder dat woordje 'waarnemend'!

Van de redactie:



Uiteraard ziet de redactie bij voorkeur het soort reacties tegemoet als hiernaast, ontvangen van zeer gerespecteerde ATV-leden.

Maar daar is het zeker niet om te doen. Nu de Nieuwsbrief intussen een aantal weken verslag doet van wat er zoal binnen ALLE geledingen van de vereniging leeft, is het zaak om een eerste tussenbalans op te maken.

Kom met reacties!

De herhaalde oproepen om te komen met van alles wat er zoal speelt en beleefd wordt, begint duidelijk vruchten af te werpen. Een wekelijks ruim gevulde nieuwsbrief, waarin waarschijnlijk iedereen wel iets lezenswaardigs vindt. Om een nog grotere leesdichtheid te bereiken, verzoekt de redactie te komen met commentaar, kritiek, ideeën, verbeterpunten, kortom met reacties van hoe de huidige opzet van de nieuwsbrief nu ervaren wordt. Hoe meer reacties (nieuwsbrief@atvvenray.nl), zowel voor wat betreft inhoud, opmaak als technisch (bijvoorbeeld de kwaliteit van afbeeldingen en de leesbaarheid op onder meer mobiele telefoons), des te groter de hoop dat dit verenigingsblad door elk lid gelezen wordt.

Onderwerp:RE: Nieuwsbrief 2022-18 ATV Venray
Datum:2022-05-03 11:31
Afzender:<michielsvandijck@home.nl>
Ontvanger:"ATV Venray" <info@atvvenray.nl>

Redactie en bestuur ATV

Met veel plezier de NIEUWSBRIEF ATV (grotendeels) gelezen.

Mijn complimenten aan de redactie (en het bestuur) voor deze schitterende uitgave.

Een club info medium van hoog niveau.

Vertrouw op een mooie toekomst als communicatiemiddel tussen bestuur, kader en (oud)leden.

Groeten

Wiel Michiels

Onderwerp:RE: Nieuwsbrief 2022-18 ATV Venray
Datum:2022-05-02 20:02
Afzender:"P. Coppus" <suppoc@outlook.com>
Ontvanger:ATV Venray <info@atvvenray.nl>

Hallo

Complimenten voor de mooie Nieuwsbrief en uiteraard ook de mooie terugkeer in de landelijke seniorencompetitie.

Met sportbroek

Paul en Annie Coppus