



NIEUWSBRIEF JUNI 2011

Hallo allemaal,

Het einde van het seizoen komt weer in zicht. Dus weer tijd voor een nieuwe nieuwsbrief.

Belangrijk

Als je een keer niet op de training kunt komen, is het belangrijk dat je afbelt.

Telefoonnummers van de trainers:

Joost Schalk 06-27835556

Martijn Haveman 06-33674073

Inge Strating 06-21477231

Je weet zelf van wie je training hebt. Bel dan ook bij deze trainer af.

Uitval en laatste training

Maandag 13 Juni en woensdag 15 juni is er geen training ivm schoolvakantie.

Woensdag 6 juli is de laatste training voor de zomervakantie. Meer nieuws hierover is te vinden in deze nieuwsbrief.

Eerste training na de zomervakantie woensdag 7 september.

Wedstrijdverslagen

Openingswedstrijd op de baan in Heerenveen

Op 9 april deden Jasper Staal, Merel Jansen, Daphne Poelstra en Marieke Driesprong mee met de wedstrijd in Heerenveen. Zowel Marieke als Daphne gooide een pr van respectievelijk 6.46 en 6.66m bij Kogel. 60 meter horden was best spannend om die voor het eerst te lopen. Daphne kwam uit op 13.5 een prima prestatie.

Jasper Staal en Merel Jansen kwamen beiden bij de A pupillen 1 jaars uit. Zowel Jasper als Merel kwam met een bronzen medaille thuis. Gefeliciteerd met deze prestatie.

Eerste competitiewedstrijd atletiek C en D junioren

16 april 2011

Zaterdag 16 april jl. namen 4 atleten van atletiek vereniging DOS Dwingeloo deel aan de eerste competitiewedstrijd voor C en D junioren te Drachten.

Op een zonovergoten atletiekbaan werden 8 onderdelen afgewerkt. Het team bestaat uit Mariëlle Moes, Marieke Driesprong, Daphne Poelstra en Anneloes Redeker.

De meiden begonnen met de 4 x 60 meter estafette. Helaas werden ze in verband met een verkeerde wissel gediskwalificeerd, maar gelukkig kregen ze de mogelijkheid zich te revancheren in de herkansing. Uiteindelijk behaalden ze de 6e plaats.

Vervolgens was het de beurt aan Mariëlle en Anneloes voor het hoogspringen. Mariëlle evenaarde haar PR met 1.25 meter, goed voor een 7e plaats en Anneloes wist haar PR te verbeteren en sprong met 1.30 naar een gedeeld 6e plaats.

Daphne had zich ingeschreven voor de loopnummer s en liep de 60 meter en de 60 meter horden, waar ze resp. de 11e en de 9e plaats behaalde.

Marieke wist ondanks een blessure prima te presteren: zij werd knap 5e op de 1000 meter en wist al in haar eerste sprong bij het verspringen de 3e plaats te veroveren.

Na een lange dag sporten werden alle punten opgeteld en sloten de atleten de dag af met een keurige 5e plaats met een puntentotaal van 2860.

Tweede competitiewedstrijd atletiek C en D junioren.

De tweede competitiewedstrijd voor onze D junioren meisjes vond zaterdag 14 mei plaats op de atletiekbaan van AAC'61 te Assen. Bij aankomst regende het even flink. Maar gelukkig bleef het de rest van de dag droog. Prima weer om te sporten.

Ook deze wedstrijd werd er gestart met de estafettes. Dit keer gingen de wissels in één keer goed.

Anneloes stootte de kogel tot 6.81m. Marieke haar beste sprong bij verspringen was 3.75 m. Daphne haalde een persoonlijke record met 60 meter horden: 13.16.

Het hoogspringen verliep enigszins dramatisch. In haar derde poging op 120cm zat Anneloes al op de mat toen de lat eraf viel door de wind. Helaas werd dit niet door de vingers gezien door de jury. Dit tot ongenoegen van Anneloes.

Mariëlle evenaarde met hoogspringen haar persoonlijke record van 125 cm. Voor Daphne kwam nog uit in het onderdeel speerwerpen. De avond ervoor had ze nog flink geoefend. Het ging haar dan ook prima af. Elke worp was een persoonlijke record! Ze eindigde met een worp van 11.11 meter.

Mariëlle liep een supergoede 1000meter; ze trok op het eind nog flink door naar een tijd van 3.53.39. Een dikke p.r. !

Het laatste onderdeel van de dag waren de sprintnummers. Helaas speelde Marieke haar oude blessure van een pijnlijke bovenbeenspier weer op.

Hierdoor een voorzichtige start. Maar toch liep ze nog een persoonlijke record: 9.27.

Het eindresultaat van deze mooie dag was, met 2769 punten, een zevende plaats van 9 verenigingen.

Kijk voor meerdere uitslagen op www.dossport.nl van o.a. Joost Schalk, Jordi Stam en Hilde Prikken.

Wedstrijden

Voor de komende maanden zijn er voor pupillen en junioren nog de volgende wedstrijden.

Atletiekwedstrijden op de baan:

18-6-2011	Medaillewedstrijden	pupillen	Assen	Opgave voor ?
2-7-2011	Baan Circuit Noord Nederland	junioren	Leeuwarden	opgave voor 25 juni
15-7-2011	Gert Ruinemans loopavond	junioren	Steenwijk	Opgave ter plaatse
16-7-2011	Noord Nederlandse Kampioenschappen	pupillen	Hoogeveen	Opgave voor 9 juli
10/11 sept.	Loop en springmeerkamp	junioren	Hoogeveen	Opgave voor ?
17-9-2011	Pupillenteamwedstrijd	pupillen	Drachten	Opgave voor 10 sept.
24-9-2011	Sluitingswedstrijd	pupillen en junioren	Leeuwarden	Opgave voor 17 sept.

Opgave voor deze atletiekwedstrijden bij Anita Moes: fam.moes@planet.nl.
Kijk voor meer informatie op: www.atletiekunie.nl bij wedstrijdkalender.

Zie voor **loopwedstrijden** waarbij ook de jeugd kan meelopen onze website: www.dosport.nl ; zie “wedstrijden”. Aanstaaende zondag kan er al deelgenomen worden aan de Ruiner Dorpsloop. Zie www.loopgroepuinen.nl.

De loopwedstrijden die jullie in ieder geval niet moeten missen zijn natuurlijk onze eigen AVD cross op 29 oktober en de MCD run op 2 oktober. Meer nieuws volgt hierover in de volgende nieuwsbrief.

Vergeet ook niet de **Brinklopen in Diever**: elke dinsdagavond in juli en augustus kan je deelnemen aan dit steeds maar groeiende evenement, waarbij een zeer ontspannen en gezellige sfeer heerst. Je kunt de volgende afstanden lopen: 2,5 / 5 of 10 km. Leuk om dit samen met je vader en/of moeder te lopen. Inschrijven kan vanaf 18.30 uur in het Dingspilhuus, Hoofdstraat 88 te Diever. Het inschrijfgeld voor volwassenen bedraagt 2,50 en voor kinderen 1,00 euro. Start op de Brink om 19.30 uur.

BOS-project

Van woensdag 6 april tot 27 april was er weer een BOS-project. Net als vorig jaar konden de kinderen van de basisschool zich op geven om bij een sport te komen kijken. Bij de atletiek waren dit 4 lessen. Dit jaar kwamen er in totaal 17 kinderen kijken. De kinderen hebben alle onderdelen in deze 4 lessen kunnen meedoen. Als afsluiting hebben we een looptraining in het bos gedaan achter het zwembad. Aan het einde van deze training kregen de kinderen een kleine, koude verrassing; een ijsje. Alle kinderen vonden het heel leuk. Van de 17 zijn er nu 5 kinderen op atletiek gekomen, waar wij erg blij mee zijn!
Zie voor foto's van de bostraining: www.dos-dd.nl

Materiaalberging atletiek

Zoals jullie wellicht gezien hebben zijn er bouwwerkzaamheden langs de 400 meter baan.

Hier is er een start gemaakt met het bouwen van een nieuw onderkomen voor de atletiekmaterialen c.q. clubhuis. Inclusief aansluiting waterleiding en elektriciteit. E.e.a. wordt mogelijk gemaakt dankzij een stageproject via de school van Ina Jolman, voorzitter van omnisportvereniging DOS.

De Gemeente Westerveld heeft een subsidie toegekend van € 3.500,-.

De resterende € 1.000,- zal middels sponsoring / eigen vermogen van DOS op tafel moeten komen.

Wij hopen dat leveranciers van materialen hier een handje zullen toesteken.

Tevens zijn er plannen voor een sponsoractie maar die zijn nog niet concreet.

Wellicht zijn er nog extra handen nodig ten tijde van het plaatsen van het gebouw en het doortrekken van de aansluitingen vanuit de tribune. Hier zal in een later stadium vrijwilligers voor gevraagd worden.

Ina en haar man Harm zullen hierbij een belangrijke rol vervullen omdat zij het e.e.a. coördineren.

E-mail adressen van leden

Wij missen nog een aantal e-mailadressen van leden van de atletiek.

Voornamelijk van de nieuwe leden.... Willen jullie of je ouders alsjeblieft een e-mail sturen naar fam.moes@planet.nl.

Kijk regelmatig (ook ouders) op de website voor actuele berichten, verslagen en uitslagen: www.dos-dd.nl

Tot slot: lees bijgevoegde brief over de laatste training !! En geef je op !!

Hallo atleten!

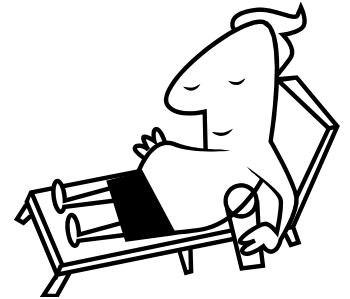
De zomervakantie staat al weer voor de deur. Na een jaar lang sporten, zweten en leren hebben we een paar weken om uit te rusten en bij te komen. De atletiek heeft daarom ook een zomerstop.

De laatste training zal zijn op:

Woensdag 6 juli 2011.

Start training voor alle leden: 18:00 uur.

Aanvang bbq 19:15.



Uitleg begint om 17:45 !!!! dus wees op tijd

Maar deze dag laten we natuurlijk niet zomaar voorbij gaan!

We sluiten dit jaar met z'n allen gezellig af. Iedereen mag zijn vader/moeder/broertje/zusje meenemen en laten zien wat hij/zij kan. En wie is er nu beter? Je vader, of jij? Of.....

Daar kom je 6 juli achter.

Na het intensieve sporten willen we graag afsluiten met een gezellige barbecue, (een Amerikaanse)

Dus je moet zelf voor eten en drinken zorgen, dat lukt vast wel.

Wij zorgen voor genoeg stokbrood en salade.

Graag zouden wij willen weten of je er bij bent, en wie je meeneemt.

Daarom willen wij jullie vragen om het onderstaande strookje in te leveren op **woensdag 29 juni**.

Let op: Na deze afsluiting is er dus **GEEN** atletiek meer voor de zomervakantie. We beginnen weer op woensdag **7 september 2011!**

Mijn naam is: _____

Ik kom wel/niet op de gezellige afsluiting op woensdag 30 juni.

Ik neem mee,(volledige namen) ; _____