De Zweetdruppel

Atletiekvereniging Goor '75

december 2020 nummer 82

Website: www.avgoor.nl
Facebook.com/AVGoor75
Twitter:@AVGoor75

Bestuur

Ad-interim voorzitter Vacant	John Velterop voorzitter@avgoor.nl	0548-515497
Penningmeester	Joost Meijers penningmeester@avgoor.nl	06-48878663
Secretaris	Vacant info@avgoor.nl	
Wedstrijdsecretaris	Minie Wouda wedstrijden@avgoor.nl	0547-275590
Lid	Michel van der Heide michelvanderheide@gmail.com	06-43111125

Ledenadministratie	Saskia Leetink-Kruse ledenadministratie@avgoor.nl	06-48832008
Jury contactpersoon	Vacant	
Materiaal en Accommodatie	Johan Leeftink	0547-362620
Onderhoud	Theo Kosters Frits Koldenhoven Roel van Eijk John Velterop	0547-273487 0547-275509 06-13125355 0548-515497
Kantinebeheer	Hennie Ligtenbarg vacant	0547-275704
Bankrekeningnummer	AV Goor’75: NL20RABO0322119332	

Websitecoördinator	Susan Wouda info@avgoor.nl
Clubbladredactie	Evelyne Bekke Meriam Burggraaff Annelies van der Kolk info@avgoor.nl
Bezorging clubblad	vacant
Sponsorcommissie	Thijs Korte 06-48907072 Inge Reijmer John Velterop info@avgoor.nl

---

Trainers

Loopgroep senioren	Nico van Putten Michel van der Heide Gerben Heimerink
Loopclinics	volgt
Jeugd trainers	Tom Wouda Roy Scholte van Mast Luca Walhof Tjomme Knipping

Copy / foto's / nieuws / alles wat je wilt delen
sturen naar info@avgoor.nl

Step One.
laat lekker lopen!

Bij elke loopstijl en voet hoort een andere schoen!
Een Opmaat (sport)schoen stelt de sporter, ongeacht niveau, in staat optimaal te presteren met voldoende bescherming tegen eventuele blessures. Step One is (sport)podoloog, geeft het beste schoenadvies op basis van een accurate meting en analyse van de stand en afwikkeling van uw voeten en voert correcties uit op schoenen of zooltjes.

Kom naar Step One voor probleemloos loopgenot!
Bij voorkeur op afspraak: alle aandacht gegarandeerd!

Voor alles op het gebied van hardlopen, triatlon, wandelen en Nordic Walking.

Step One
WWW.STEPONE.TO WALK AND RUN

Sportschoenen Adviescentrum Step One

Grotestraat 106, 7622 GN Borne t: 074 2661062 info@steponeborne.nl

Van de voorzitter

Beste allen,

Bij het uitkomen van ons clubblad staan de feestdagen alweer voor de deur. Vanwege corona hebben de feestdagen dit jaar een ander karakter dan we gewend waren.
De corona-uitbraak had ook zijn weerslag op het sportgebeuren dit afgelopen jaar. Activiteiten en evenementen konden helaas niet door ons worden georganiseerd. Al onze wedstrijden werden afgelast.

Bij de eerste coronagolf was het nog mogelijk om gezamenlijk te trainen. Kleedkamers en kantine bleven echter gesloten. En er diende rekening te worden gehouden met de 1.5 meter onderlinge afstand. Dit viel niet altijd mee.

Nu, bij de tweede coronagolf, mag er slechts in kleine groepjes van maximaal 4 personen worden getraind. Op het veld is dit moeilijk te realiseren. Daarom besloten trainers en bestuur voorlopig te stoppen met trainingen op onze accommodatie. Sinds enkele weken hebben we het gezamenlijk trainen weer op te pakken. In groepjes van maximaal 4 personen en met vooraanmelding. Alles conform de maatregelen die momenteel gelden.

De trainers hadden in de eerste coronagolf voor de weekenden loopschema's opgesteld, waarbij men op eigen gelegenheid met een hardloopmaatje de route (op gepaste afstand) kon lopen. Zwaai-routes worden ze genoemd. Deze zijn ook nu nog in gebruik, maar met Nico kan men ook - wederom in kleine groepjes - met de trailtrainingen mee. Daarnaast zorgt Michel regelmatig voor een heuse intervaltraining, die een ieder op eigen gelegenheid kan lopen.

Individueel trainen is natuurlijk altijd mogelijk. Schema's kun je van de trainers krijgen.

Trainers bedankt voor jullie extra inzet!

Nu maar hopen dat we in 2021 van al onze faciliteiten gebruik mogen maken, dat er weer volop getraind kan worden en dat we wedstrijden mogen organiseren.

Begin dit jaar overleed Gerard Middelhuis op 85 jarige leeftijd. Gerard was de medeoprichter van AV Goor. Hij was altijd aanwezig. Stond hem iets niet aan dan gaf hij dit aan. Op de ALV had hij altijd een mening over bepaalde agendapunten. Zijn afwezigheid zullen we zeker gaan missen.
Willem Ketting is om gezondheidsreden gestopt als trainer bij de clinics. Willem deed het jaren met heel veel plezier. Het heeft hem veel moeite gekost om deze stap te nemen. Maar zijn gezondheid gaat nu voor. Op 21 september jl. hebben we afscheid van hem genomen. Bij deze willen we Willem nogmaals bedanken voor zijn inzet.
Gerben Heimerink heeft op 24 oktober jl. zijn trainers-3 diploma behaald. Een goede prestatie. Van harte gefeliciteerd.

In de algemene ledenvergadering, echter zonder fysieke aanwezigheid van de leden, werden een aantal zaken behandeld.
Het accommodatiebeleid:
Voor het behoud van onze wedstrijdlicentie voor het houden van wedstrijden voor de pupillen en de jeugd moest het veld worden gekeurd. Deze werd afgekeurd. De afgekeurde punten zijn door een aantal leden verholpen, alleen de hoogspring accommodatie niet. Dus de licentie is gered.
Er is een rapport naar de gemeente gezonden. Op 8 oktober 2020 hebben we een gesprek gehad met wethouder Scholten en een ambtenaar. Na een inspectieronde is afgesproken dat we contact zullen houden hoe nu verder. Hopelijk wordt het geen 10 jarenplan. In 2019 schreef ik dat een straat in Amsterdam de naam heeft van “Gebed zonder End”. Nu maar hopen dat dit niet over het accommodatiebeleid gezegd gaat worden.
Ik hoop dat er in het Hof van Twente een rijke suikeroom of -tante woont, die zich wil(len) opwerpen als sponsor voor de aanleg van een kunststofbaan.
De sponsorcommissie (Thijs en Inge) is druk bezig om sponsoren te zoeken.

Maar in deze tijd is dit erg moeilijk. Inge heeft bij Univé een aanvraag ingediend voor verbetering van onze hoogspring accommodatie. Helaas is deze aanvraag afgewezen.
Nog iets over Stichting de Horst. De nieuwe statuten zijn ondertussen ondertekend.
Vorige jaar is al aangegeven dat het bestuur uit de huidige bestuursleden van AV Goor en Nico van Putten bestaat. In 2019 ook al aangekaart dat we voor de woensdagavond na de training ondersteuning nodig hebben voor de koffie en de thee. Op dit moment doet Hennie dit alleen. Zijn training laat hij er voor schieten.
En we zoeken:

- Ondersteuning bij het wedstrijdsecretariaat
- Een Juco (iemand die juryleden benadert om jurylid te zijn bij onze wedstrijden)
- Een secretaris
- Een voorzitter

Via deze weg wil ik iedereen bedanken die zich in 2020 voor AV Goor heeft ingezet. Ook een dank aan de helpers die geen lid van AV Goor zijn. Ik hoop in 2021 op dezelfde inzet van deze personen.

Het is dit jaar niet hetzelfde, maar net iets anders. Toch wens ik een ieder fijne feestdagen en een gezond en sportief 2021 toe.

Vriendelijke groet,
John Velterop
voorzitter

Gezellig uit! in de GOORSE HORECA

Cafetaria de Roode Vos
...omdat het beter smaakt!
lependijk 53 - Goor Tel. (0547) 27 32 46 Fax (0547) 26 09 02

de Bebsel
GOOR
feesten - catering - zalenverhuur

Bar Bistro
,,d'Olde Smidse''
Grotestraat 102 - Goor
Tel. (0547) 27 44 91
Fax (0547) 23 12 37

Grand café De Zon
Voor een 'heerlijk' avondje uit.
En natuurlijk ook voor een prima lunch.
www.grandcafedezon.nl
Kerkstraat 20 - Goor 0547-272025

Hoffelijk & goed!
GOOR, het Twentse Haagje

Trefpunt in de Hof van Twente
HORECA GOOR

Hoffelijk & goed!
GOOR, het Twentse Haagje

Bovenbergloop 7 maart 2020

Het is al weer een tijd geleden dat we onze laatste Bovenbergloop in Markelo bij Camping de Bovenberg hebben gelopen. Deze laatste crossloop maakt deel uit van het Zorgzaam-SNS Crosscircuit, ook wel bekend als het Circuit van het Oosten. Dit zijn 5 crosslopen op de zaterdag. Daarnaast kennen we ook onze Bovenbergloop in het Twentse Cross Circuit (TCC): 6 crosslopen die op de zondag wordt gelopen. Normaal gesproken begint deze in november, maar hebben we vanwege de corona dit jaar helaas af moeten blazen. Wat hebben we een geluk gehad dat de Bovenbergloop op 7 maart 2020 nog doorging! 2 Weken later zaten we in de eerste coronagolf en konden evenementen als deze niet meer doorgaan.

Het was die 7de maart ronduit schitterend weer en dan te bedenken dat we vorig jaar bij de start nog een stevige bui op onze kop kregen, waardoor de start nog even moest worden uitgesteld. De organisatie was al vroeg in de weer om het parcours uit te zetten. Roel had in de eerste lus nog even een extra hindernis (zandkuil in én weer uit!) opgenomen. In de kantine werden alle voorbereidingen getroffen voor de daginschrijvingen en het klaarleggen van de startnummers en de chips voor aan de schoen. Langs het parcours en de start-finish stonden ook vele vrijwilligers. Iedereen die op wat voor manier dan ook heeft meegeholpen, willen we hierbij nogmaals hartelijk bedanken daarvoor. Iedereen was vol lof over de organisatie van deze prachtige dag.

Op de 10km waren Niek Zwienenberg (M) met 37:28 en Saskia Schutte (V) met 46:57 de snelsten. Van onze eigen leden liepen Arjan van de Haar 45:35, Peter Scheeren 51:18, Hugo Rikkerink 52:32, Joost Meijers 53:06, Remco Geerdink 55:15 en Jan Boink 55:52 ook mooie tijden.

Op de 5km waren Harmen Hoek (M) met 17:09 en AV Goor lid Deborah Wissink (V) met 21:51 de snelsten. Van onze eigen leden liepen Michel van der Heide 20:01 (1e bij de M40), Abel Hanse 22:01, John Norda 26:56, Nico van Putten 27:42, Gerben Schot 29:52, Meriam Burggraaff 32:07 en Gerieanne Minkjan 31:53 deze wedstrijd mee.

Ook onze jeugd was natuurlijk van de partij:
Op de 2.5km waren Max Swadedissen (J-16) met 8:59 en Laura Boers (M-16) met 10:36 de snelsten. Van onze eigen leden liep Roy Scholten van Mast 10:33 mee.

Op de 1.5km was Runar Slinkman (J-10-12) met 5:56 Marlou Huijssoon 6:09 (M-10-12) de snelsten. Van onze eigen leden liep Floor Vogelzang 7:49 mee.

Op de 1.5km waren Kris Nijzink 6:15 (J-9) en Julia Seppenwoolde 6:26 (M-9) de snelsten. Van de eigen leden liepen Sem Reijmer 7:29 (4e), Esmee Bulten 7:31 (5e), Stella Vogelzang 9:44 en Daphne ten Berge 9:48 mee.

Tevens werden op deze dag de prijzen van de competitie uitgereikt.

10km: Remco Geerdink 13e (M40), Peter Scheeren 11e (M50), Joost Meijers 14e (M50) en Jan Boink 6e (M60+).

5km: Deborah Wissink 1e (Vsen), Michel van der Heide 2e (M40), John Norda 17e (M40), René Nijman 30e (M40), Theo Kosters 15e (M60+), John Velterop 23e (M60+).
Wij zijn trots op al onze leden die hebben meegedaan en meegeholpen om dit evenement tot een succes te maken!
We kijken uit naar de volgende Bovenbergcross, die hopelijk in november 2021 plaats kan vinden.
Door: Joost Meijers

Plazon

Centrum Goor | Brandenbarg

HARTGERINK BOUW

Robert Hartgerink

J.M. de Bruijnstraat 79
7471 KH Goor

T. 0547 - 260740
M. 06 - 12702711
www.hartgerinkbouw.nl
info@hartgerinkbouw.nl

Nico’s Sixties loop op 14 maart 2020

60 Jaar geworden, dan heb je al veel meegemaakt… JAJA, dat dacht je! Volg vandaag de dag het nieuws maar eens, wat een onwerkelijke wereld!
Maar zaterdag 14 maart 2020 hebben we toch nog een prachtige dag gehad. Ook wij hebben donderdag en vrijdag nog getwijfeld en veel overleg gehad of het door kon gaan. Als je de corona-richtlijnen volgt van het RIVM was het geen probleem, dus zijn we ervoor gegaan. Het was prachtig weer en iedereen heeft genoten van de prachtige route door het Sterrebos.

Rond 14.00 uur was het al een drukte van jewelste en zonder iemand tekort te doen zette de groep lopers van AV Goor mij in het zonnetje! Dank iedereen die zijn bijdrage hieraan heeft geleverd!!! In een prachtig “Sixties-shirt” van de ToPtrainert mocht ik mijn loopje afwerken. Voor het inlopen eerst nog de groepsfoto met alle atleten! Daarna inlopen en uitleg over het eerste deel van de route. Natuurlijk luistert de andere toBtrainert van AV Goor niet en mist een stuk van de route en denkt als eerst over de finish te komen. Maar de foto's en Strava liegen niet, Michel van der Heide!

Er waren ook hulpjes als Bram Leenhouts, Herma (van Arne Oplaat) en Ingrid de Koning als cateraar. Na enig vuurwerk gingen we om 15.00 uur van start en er werd hard gelopen. Zo hard dat sommigen de bordjes misten. Maar geen 6 km is sabotage! Op elk punt stond een bordje. Deze 60er kwam in goed 30 minuten over de finish. Samen met zijn zoons, maar die waren al eerder binnen hoor. Ook heeft Ronny Leeftink samen met mijn zussen en zwagers de route wandelend afgelegd, de toppers!

Na afloop was er een borreltje en hapje voor de geleverde prestaties en voor de toeschouwers. Het bleef nog lang gezellig en we kwamen een beetje in tijdnood richting de avond. Met wat familie gegeten bij Irma's café en restaurant en aansluitend een Sixtiesparty! Jammer genoeg, maar ook geheel begrijpelijk, veel afzeggingen gehad voor de avond, maar bij de aanwezigen was dat geen reden om bij de pakken neer te zitten en we hebben met een kleiner clubje een mooi feestje gebouwd. Anders gezegd, de aanwezigen hebben mij een mooie avond bezorgd en met mij mijn 60e verjaardag gevierd. De prachtige beker kon dus niet uitgereikt worden.

Over 1,5 jaar is daarvoor een nieuwe kans, of niet vriend Remco?
Het was voorlopig het laatste feestje, want we gaan een aantal rare weken tegemoet. Laten we echt hopen dat deze slechte film niet erg lang duurt.

Dank allen voor de mooie dag! Fijn dat er een klein clubje vanmorgen al weer een loopje hebben gedaan. Hardlopen in de bossen in een klein gezelschap op 1,5 meter van elkaar, moet kunnen van het RIVM… dus doen of ga er anders lekker alleen op uit!

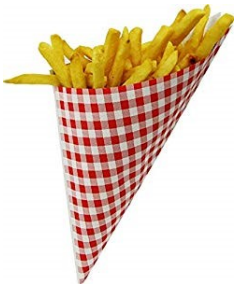
Groeten,
Nico van Putten

24 uur per dag
0547 272740
DIER MEDISCH CENTRUM
HOF VAN TWENTE
De beste zorg voor uw huisdier
Hengevelderstraat 34 Goor

NOLLEN

Brood- en Banketbakkerij

Goor Tel. 0547-271436 Hengevelde Tel. 0547-333204



Cafetaria de Kievit

Ruime parkeerplaats
Kwaliteit
Gezellig
Niet duur

Leeuwerikstraat 47
Goor
Tel. 0547—260005

Werkzaamheden 2020 op en rondom het AV Goor terrein

Hallo clubgenoten,

Jaarlijks worden meermaals de kantine en de kleedkamer schoongemaakt door Hennie, John en Johan. Theo neemt dan het magazijn onderhanden.

Dit jaar heeft de Onderhoudscommissie de kantine een nieuw kleurtje gegeven in de clubkleuren wit en blauw. Johan en Theo hebben zich hiertoe samen op de schilderwerkzaamheden gestort. Het resultaat is naar tevredenheid van ons, maar ook van de leden van AV Goor.

Voor het buitenmagazijn is er straatwerk aangebracht , zodat de materialen er beter uit te krijgen zijn. Roel heeft dit op zich genomen en heeft hulp gehad van zijn beste maatje Hennie. De samenwerking tussen deze twee is heel erg goed. Bij de onderdelen kogelstoten en discuswerpen wordt regelmatig het onkruid verwijderd. Dit is een taak die iedereen op zich neemt. Ook worden er geregeld aanpassingen bij het hoogspringen en verspringen gedaan.

In het najaar is aan de straatkant de heg weer onder handen genomen. Deze heg wordt dan weer keurig “strak” gemaakt en op de juiste hoogte gesnoeid. Jan kwam met de tractor en aanhangwagen helemaal uit Deep’n met de benodigde snoei-apparaten. En Johan kwam met de bedrijfswagen en aanhanger hele-maal uit Maarkel. En dan geet ut er-van; ne bult lawaai, de leu ommoa kiekn wat gebeurt doar. Aan het eind wordt alles opgeladen en weggebracht naar de afvalverwerking.

Na afloop, voor we naar de stort gaan, drinken we nog gezamenlijk koffie en wordt er over iedereen geroddeld. Ook over personen die niet aanwezig zijn en dan hoor je de mooiste verhalen over hardlopende leden en niet leden...

De Onderhoudscommissie wenst iedereen fijne kerstdagen en een gelukkig maar vooral gezond en sportief 2021.

John Velterop, Johan Leeftink, Hennie Ligtenbarg, Roel van Eik, Jan Boink en Theo Kosters

HAARBOETIEK 'T HEUKSKE
Burg. Buijvoetsplein 2
7497 LD Bentelo
T: 0547-292820

HAARBOETIEK
't HEUKSKE

Veldonderhoud in 2018

De clubblad-redactie heeft mij gevraagd of ik iets wil vertellen over de renovatie van ons veld in 2018. Na overleg met de gemeente en de desbetreffende instanties vroeg John Velterop mij om de werkzaamheden te coördineren.

Ik was al met pensioen, maar mijn werkzaamheden bij de gemeente als terreinmeester kwamen nu goed van pas. Eerst waren er werkzaamheden door derden, zoals bijvoorbeeld de toplaag verwijderen, egaliseren en inzaaien.

Daarna begon mijn werk, zoals beregenen, onkruid verwijderen en zorgen dat de lopers van AV Goor zich aan de regels zouden houden (zoals het niet lopen over het pas ingezaaide gras).

De werkzaamheden duurden in totaal rond de 4 maanden, daarna mocht iedereen weer gebruik maken van het veld.

Nog steeds ben ik met plezier betrokken bij alle buitenwerkzaamheden op onze locatie, samen met de onderhoudsploeg.

Met een hartelijke groet voor een ieder,
Roel van Eijk

GMA GROUP

GMA-HOLDING B.V.

Wij zijn gespecialiseerd in het onderzoeken van uw metalen/materialen.

GMA-HOLDING B.V.

ENSCHEDESESTRAAT 218A
7552 CL HENGELO (OV)
TEL.: +31 (0)74 7113603
FAX: +31 (0)74 7113604

E-MAIL: INFO@GMAHENGELO.NL

ONS SERVICEPAKKET:

Niet-destructief onderzoek

- Radiografisch onderzoek
- Ultrasoon onderzoek
- Magnetisch onderzoek
- Penetrant onderzoek
- Visueel onderzoek
- Endoscopie
- Hardheidsmetingen
- Positive Material Identification

Destructief onderzoek

- Uitgebreide mogelijkheden binnen de GMA-Group

De ReJo Loop op 23 augustus 2020

Hoe is de ReJo Loop ontstaan, vraag je je misschien af? Jorien en ik (Remco) zouden de Halve marathon van Enschede lopen. Maar corona gooide roet in het eten en het ging dus niet door.

Hevig teleurgesteld liepen wij op een zondagmorgen onder leiding van tobtrainer Nico van Putten een duurloop. Vol goede moed hebben we deze uitgelopen en hadden ondertussen bedacht om de halve marathon zelf in Enschede te gaan lopen. We moesten hiervoor nog wel enkele dingen regelen. Verzorging, een voorfietser, enz, maar dat is geen probleem. Het probleem wordt de training…!

Omdat corona steeds heftiger werd, konden we ons niet goed voorbereiden en hebben de Halve uitgesteld naar de dag dat de Kastelenloop in Diepenheim zou zijn. Ook deze ging echter niet door, nu i.v.m. een blessure van Jorien (geen zin?).

Nog nagenietend van de vakantie besloten we toch dat er een datum moest worden geprikt om het door te laten gaan. We kwamen uit op 23 augustus. Ondertussen hadden meerdere mensen het gerucht gehoord dat er een halve marathon gelopen zou worden. Enkele mensen stuurden ons grote smeekbeden of zij ook mee mogen lopen. Natuurlijk is Jorien niet de moeilijkste en vindtz zij het gezellig dat er meerdere mensen meelopen. Het motto wordt dan ook “hoe meer zielen, hoe meer vreugd”.

Van enkele mensen werden het er steeds meer. We hebben een app aangemaakt, zodat de informatie gemakkelijker kon worden gedeeld. De route is bekend; we lopen een rondje van 21,1 km rond Diepenheim en omstreken. De start is bij Cafetaria Uit de kunst, zodat na afloop ook nog brood kan worden gegeten.

Een paar weken voor de start krijgt Nico van Putten hoogte van wat we gaan doen en vindt het een “super idee”. Hij maakt reclame op Facebook en in de AV Goor app, waardoor het nog harder ging met de aanmeldingen en begonnen we ons een beetje zorgen te maken over de veiligheid i.vm. corona. Ondertussen vond Jorien ook dat er prijzen moesten komen en dat er verzorging onderweg moest zijn. Dat was ook in een mum van tijd geregeld. Nu nog mooi weer en dan is het helemaal voor elkaar!

Op 22 augustus om 22.00 uur waren de laatste voorbereidingen klaar en namen we, trots op onszelf, een Mummelman!!! Zondagmorgen stonden wij 2 een beetje onwennig en onder de indruk van het aantal mensen aan de start van “ONZE” loop, de ReJo loop. Een beetje onhandig gingen we van start en langzaam kwam de meute op gang. De afspraak was dat iedereen zijn eigen tempo zou lopen en dat iedere loper de route zelf uit het hoofd zou leren of downloaden op het horloge. Na 3 kilometer ging het al mis bij enkele lopers. Zij hadden een extra rondje gelopen op het Diepenheimsebroek. De heren werden vakkundig weer op het goede pad geleid en zij renden vrolijk verder. Het mooie was dat er steeds meer grotere groepjes gevormd werden.

Bij de 7 kilometer hadden we de eerste drinkpost. Hier vormden we een groepje waar de gezelligheid het belangrijkste was! Ik wil niet verder in detail treden, maar er werden gespreksonderwerpen aangesneden waar heel wat mensen rooie oortjes van zouden krijgen, maar het leverde wel de nodige vrolijkheid (en gezeur) op. Neem maar gewoon een knop van een trekhaak en men weet er alles over te verzinnen. Dit was wel goed voor enkele mensen die het de laatste kilometers ietsje moeilijker kregen. Ook werden die laatste kilometers door enkele lopers nog gebruikt om de allerlaatste energie uit het lichaam te persen en te gaan versnellen. Jorien dacht er ook zo over en ik had geen keuze en moest op mijn tandvlees mee! Dit is niet erg fijn, maar toen kwamen we er ook nog achter dat het net geen 21 ,1 km was. We moesten dus nog een stukje verder lopen dan Uit de kunst.

Na de finish stond daar een heerlijk geurend kopje koffie of thee op ons te wachten. Moe maar voldaan zaten we na te genieten van de loop en Jorien deed het officiële gedeelte, namelijk de verdiende medailles uitreiken aan de toppers die hebben meegelopen.

Wij vonden het ontzettend leuk dat jullie hebben meegelopen en er gezellig dag van hebben gemaakt! Misschien volgend jaar weer….

Groetjes Jorien en Remco

CHINEES INDISCH RESTAURANT
WING WAH
樓酒華榮
AIR-CONDITIONED
Elke maand een nieuw maandmenu!
Ook catering mogelijk v.a. 10 personen!

Lindelaan 26-28
7471 KC Goor
0547-272492

Openingstijden

Maandag, dinsdag en donderdag
16.00 tot 22.00
Woensdag zijn we gesloten
Vrijdag t/m zondag en op feestdagen
11.30 tot 22.00

www.cafebuddys.nl
café Buddy's
André & Hanneke Deldensestraat 74 747KX Goor

Tijhuis Uitvaartzorg
Uw zorg is
onze zorg...
Tel: 0547 260 400
Tijhuisgoor.nl

Koninklijke onderscheiding voor John Velterop

Op vrijdagmorgen 24 april 2020 werd John Velterop gebeld door burgemeester Arco Hofland van de gemeente Rijssen-Holten met de mededeling dat hij was benoemd tot Lid in de Orde van Oranje Nassau.
Op vrijdagmorgen 3 juli jl. werd de onderscheiding aan John, bij hem thuis, door burgemeester Hofland uitgereikt. I.v.m. de corona-maatregelen was de bekendmaking en uitreiking aangepast.

In mei 2018 ontstond het idee bij het bestuur van AV Goor John voor te dragen voor een koninklijke onderscheiding. Dit vanwege het vele vrijwilligerswerk dat John heeft verricht en nog steeds verricht.
Na eerst informatie in te winnen bij de gemeente Hof van Twente en Rijssen-Holten, bleek de tijd te kort te zijn om John al in 2019 voor te dragen. 1 juni 2018 moest alles binnen zijn bij de gemeente Rijssen-Holten.

Voorjaar 2019 werd informatie ingewonnen bij Janna, de vrouw van John, waarmee weer verder gewerkt kon worden.
AV Goor heeft de aanvraag ingediend, wat werd ondersteund.
Hieronder een opsomming:

- Voorzitter (en andere vrijwilligers werkzaamheden) AV Goor ‘75
- PKN Archiefbeheer
- Bestuurslid Waterschap Vechtstromen
- FNV Werkgroep Cariben

In Rijssen heeft John hand en spandiensten verleend, waar dat tijdelijk nodig was, bij ziekte of een handicap van mensen in de buurt of bij familie.

Heel triest in dit verhaal: John werd op 24 april op de hoogte gesteld door de burgemeester. Drie weken eerder is Janna overleden. Zo jammer dat zij dat niet meer mee mocht maken.

John, bedankt voor allerlei jouw inspanningen, je hebt het verdiend!

Jan Boink

Loopjaar in beeld

In 2020 waren er maar weinig wedstrijden die gelopen konden worden. Als club zijn wij er toch in geslaagd om met inachtneming van de coronamaatregelen af en toe samen te lopen. De app stond vol met leuke loopfoto's dit jaar. Vandaar dat wij niet anders konden dan een aantal van deze foto's in het laatste clubblad van het jaar op te nemen.

FYSIOTHERAPIE
de werfheegde
info@fysiotherapiewerfheegde.nl
Spoelsterstraat 90 7481 KH Haaksbergen
Bouwmeester 8-i 7481 LP Haaksbergen
053 572 75 61 www.fysiotherapiewerfheegde.nl

www.bouwhuisoptiek.nl

-Brillen-
-Contactlenzen-
-Zonnebrillen-
-Oogmeting-

Bouwhuis
Opticien-Audicien
Grotestraat 60-62 in Goor
www.bouwhuisoptiek.nl
Tel: 0547-275413

-Batterijen-
-Hooronderzoek-
-Hoortoestellen-
-Ringleidingen-

KOEKTROMMEL
VAN DE
LOOPMAATJES

Nieuws

Het afgelopen jaar hebben weinig activiteiten plaats kunnen vinden. Toch is het met de hulp van onze clubleden gelukt om extra inkomsten te krijgen.

Rabobank clubsupport

Dankzij jullie stemmen hebben wij met de Rabo Clubsupport actie een bedrag van €471,53 opgehaald. Bedankt allemaal voor het stemmen!

Grote clubactie 2020

Onze jeugdleden hebben weer flink hun best gedaan met de verkoop van loten voor de Grote Clubactie. De beste verkopers verdienen natuurlijk een cadeautje, normaal werd dit door de goede Sint uitgereikt, maar helaas was dat nu niet mogelijk. Onze topverkoper is Stella, met maar liefst 62 loten. Natuurlijk zijn we hier heel blij mee. Het totaal aantal verkochte loten is 260. Een mooi aantal in deze omstandigheden.

Virtual winter run

De inschrijving is inmiddels gesloten maar wij hopen dat velen van jullie tussen 19 en 31 december een afstand gaan lopen. Een deel van de opbrengst komt ten goede aan de clubkas. Loop ze!

Winterstop 2020

Helaas dit jaar geen afsluitende Amerikaanse kerstborrel in de kantine. Wel hebben wij van wel ingelichte bronnen gehoord dat de senioren/ masters doortrainen t/m week 52. De jeugd mag heerlijk bijkomen in de kerstvakantie en zich opladen voor hopelijk een mooi loopjaar.

Jeugd	laatste training 16 december , 1e training 4 januari
Senioren	laatste training 23 december ,1e training 6 januari

Voor duurloopjes (conform de Corona regels) in de kerstvakantie, houdt de AV-Goor app in de gaten. Mogelijk wordt er nog wat geregeld door onze Tobtrainert, iets van een lange trailrun hebben wij horen fluisteren……

Wij wensen iedereen hele fijne feestdagen en zien jullie graag terug in 2021!

Aanmelden, wijzingen of afmelden?

Wil je je aanmelden, ga je verhuizen of wil je stoppen? Dan kun je dit per email doorgeven aan de ledenadministratie, ledenadministratie@avgoor.nl

Of deponeren in de brievenbus van de ledenadministratie in het clubgebouw.

Contributie

Categorie	Geboortejaar	Bedrag	
Pupillen Bedragen inclusief kosten atletiekunie + wedstrijdlicentie.	2008 t/m 2013	€ 31,00 € 31,00 € 19,00 € 19,00 € 9,90	1e kwartaal 2e kwartaal 3e kwartaal 4e kwartaal eenmalig (inschrijving/ administratiekosten)
Junioren Bedragen inclusief kosten atletiekunie + wedstrijdlicentie.	2000 t/m 2007	€ 36,50 € 36,50 € 21,00 € 21,00 € 9,90	1e kwartaal 2e kwartaal 3e kwartaal 4e kwartaal eenmalig (inschrijving/ administratiekosten)
Senioren en veteranen	Voor 2000	€ 114,00 € 35,00 € 9,90	per jaar incl. bondskosten Kortlopend per kwartaal eenmalig (inschrijving/ administratiekosten)
Wedstrijdlicentie Senioren en veteranen		€ 24,00	per jaar

Aanmelden/ afmelden

Aanmelden: - Het aanmeldingsformulier is te verkrijgen in de kantine.
Het formulier kun je ook downloaden via www.avgoor.nl/ lidmaatschap

Afmelden: - Pupillen/Junioren (halfjaarlijks) voor 15 juni of 15 november
- Senioren voor 15 november

Dit kan op 2 manieren namelijk:

- stuur een mail naar ledenadministratie@avgoor.nl (Saskia Kruse) of
- deponeer het formulier in de brievenbus van de ledenadministratie in het clubgebouw.

REFLOWEB

Print- en Drukwerk Websites

René Floor
Het Elferink 20
7478 CD Diepenheim

06-38534720

info@refloweb.nl www.refloweb.nl